

主な事業

心理的問題や社会的適応等の問題を抱えている人々への相談援助及び教育事業、子ども若者自立支援活動促進事業、DV被害者支援啓発講座など

“自分らしく生きること”を 応援する

(NPO法人こころのサポート アミ 代表:武井美智子さん)

※写真は臨床心理士の佐々木さん



活動のきっかけ・想い

カウンセリングをもっと身近に感じて欲しい

不登校やひきこもり、DV、児童虐待などの心に関わる問題は年々浮き彫りとなっており、“心のケア”がますます重要になってきています。2002年にカウンセリングルームを開設し、2004年にはNPO法人として認可された「こころのサポートアミ」の代表で、心療内科医の武井美智子氏に話を聞きました。

「まずは有限会社としてスタートし、軌道に乗った時点でNPOに移行しようと考えていました。ただ、その頃、EAP(Employee Assistance Program)と呼ばれる「企業における従業員支援プログラム」の必要性も分かってきていましたので、有限会社とNPOで役割を分担して活動しようと考えました。

現在、当法人では一般の方の様々な悩みに対して、個人もしくはグループでカウンセリングを行っています。また、各種講座や講演会のほか、「DV110番」や「いま家庭内で何が起きているのか～児童虐待とDV～」といった男女共同参画に関わるイベントなども数多く行っています。2012年度からは鹿児島県の「子ども若者自立支援活動促進事業」を受託し、不登校やひきこもりといった現代の若者が抱える悩みに対して、セミナーや個別相談会、家庭訪問など多角的なアプローチを続けています。

本年度はコロナ禍により、いくつかのセミナーが延期となったり、Zoomによる開催となったりして、多くの方にご不便をおかけしています。でも、こういう状況だからこそメンタルヘルスケアは求められていると思いますので、今はいろいろなツールを活用しながら、離島や外出が困難な方にも利用できる遠隔相談などにも取り組みたいと考えています。

不安や悩みは一人で抱えないで、だれかに相談してほしい。その選択肢の一つにカウンセリングを加えてもらえたらうれしいですね。」



2016年に、私共メンバーと地域の相談員や医師、看護師などの仲間と共に、DVの加害者を教育する任意団体「Lazo」をつくりました。DV被害者支援のためにも、加害者教育が必要と考えたからです。DV加害者の中には、暴力をしてしまった自分自身を変えたいと思っている方も多くいます。自分では暴力が止められない、怒りがコントロールできないという悩みを持つ方に、アンガーマネジメントや相手の話を傾聴するスキルを学んでもらう等、様々なアプローチを通してDV被害を抑制する一助になればと思っています。

相談者は年々増加傾向にあり、新型コロナ以前は年間で1,000名を超えた時期もありました。最近では、仕事が多忙で燃え尽きかけている医療従事者や公務員の方、不登校やひきこもりから社会復帰を望まれる方など、多様な相談依頼があります。特に今年度は、コロナ禍で友人に会えない、親にさえ会えないことへのストレスや、外出できず家にこもりがちになっていることで、不安を抱え、鬱っぽい症状が出ている方からの相談が多いと感じています。

私達も相談者一人ひとりに合わせた多様な支援方法を提供し続けるために、ミーティングや講演会等の機会を設けて、専門的な知識を持ち寄って研鑽を重ね、悩みを抱えた相談者が元の日常生活に戻るよう、サポートしていきたいと思っています。



親や身寄りの方が亡くなられ、一人暮らしを余儀なくされるひきこもりの方や鬱で悩まれている方のケースが増えてきており、今後の地域課題として注目しています。そのような方達が、気軽に参加できるサポートネットワークを作るための支援や、疲弊しがちな支援者の方々に支援できる場を提供できないか模索しています。

また、コロナ禍での新たな課題(失業問題、若年層の自殺者数の増加、感染不安から支援を遠ざけてしまう方々への対応等)も見えてきており、これらの悩みを抱える方々への支援も必要と感じています。私共も原点に立ち戻り、SNS相談や遠隔面談等を活用して、より多くの方々の多様な悩みのサポートに繋がるよう、しっかり行っていこうと思っています。

NPO法人 ころのサポート アミ 団体概要

代表者：武井美智子

設立年：2004年

会員数：17名

受賞歴：・鹿児島市社会福祉協議会福祉功労者表彰
・鹿児島市長賞
・鹿児島県知事賞 等



連絡先：099-258-7224

ホームページ：

<https://npo-ami.com>

