

こころんだよりvol.30（令和6年9月発行）より

悩みを抱えたあなたや、 周囲の方々をサポートするために ～情報サイト「高知メンタルヘルスサポートナビ」を開設しました～

高知県 子ども・福祉政策部 障害保健支援課

■メンタルヘルスとは？

メンタルヘルスとは、体の健康ではなく、こころの健康状態のことをいいます。こころが軽い、やる気がわいてくるような気持ちの時は、こころが健康といえるでしょう。

しかし、誰でも気持ちが沈んだり、落ち込んだりすることがあり、このような状態が続くとこころの調子を崩してしまいます。そうすると、眠れないなど身体的な症状が現れたり、何をしても楽しめなくなったりすることがあります。

私たちがいつもどおりの生活をするために、こころを健康に保つことは大事であり、メンタルヘルスは私たちの生活に密接しています。

■こころの健康に関する様々な情報にアクセス可能

「高知県メンタルヘルスサポートナビ」は、本県のメンタルヘルスに関する情報を掲載した総合サイトです。

困った時や悩みを抱えた時に相談窓口を検索したり、自分の今のこころの健康状態を確かめたり（ストレスチェックアプリ「こころの体温計」^{※1}）と、メンタルヘルスに関する様々な情報を掲載しています。



※1 「こころの体温計」 （高知県自殺予防啓発事業）

パソコンや携帯電話、スマートフォンから、簡単な質問に答えるだけでストレス度・落ち込み度をチェックできます。

■サイトの3つの使い方

ここでは、主となる3つの機能をご紹介します。

①つながる！

困りごとや悩みごと、誰にも頼れず、ひとりで背負い込んでいませんか？このサイトでは、相談窓口を知り、解決につながる仕組みとして、悩みに応じた相談窓口を検索できる機能があります。



②支える！

周りの人のいつもと違う様子を感じた時、その変化に気づき、悩んでいる人に、救いの手を差し伸べる大切な役割を果たす人のことを「ゲートキーパー」^{※2}といいます。このゲートキーパーとしての知識を、サイト内にあるWEB研修動画を視聴することで身につけることができます。

周りで悩んでいる人がいたら、優しく声をかけてみましょう。不安や悩みを少しでも和らげることができるかもしれません。

あなたにもできるサポートがあります

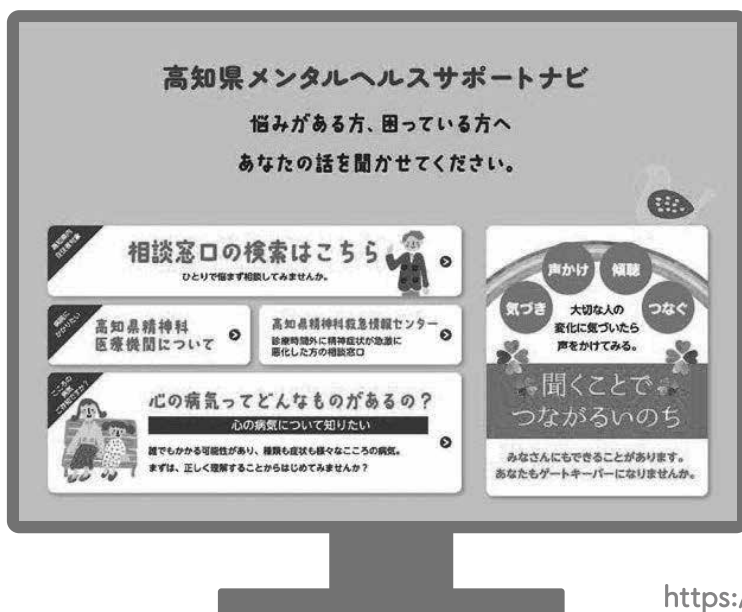
※2 ゲートキーパーの役割とは

- 気づき** 身近な人の変化に気づいて、声をかける。
- 傾聴** 本人の気持ちを尊重し、話に耳を傾ける。
- つなぎ** 早めに専門家に相談するよう促す。
- 見守り** 温かく寄り添いながら、ゆっくりと見守る。



WEB研修
はこちら





＼こちらからアクセス／

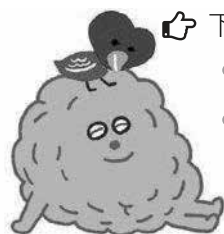


<https://kochi-kyosei.pref.kochi.lg.jp/mental/>

③学ぶ！

自殺や、依存症などのこころの病気は、よく耳にする言葉である一方、マイナスのイメージを持たれることも少なくありません。そのことが、病気で悩む人やその家族の治療の妨げになることがあります。

私たち一人ひとりがこころの病気を正しく理解することはとても大切です。この機会に一緒に学んでみませんか？



Keiko Shibata

👍 下記のようなことについて学べます

- 自殺 ● うつ病 ● 依存症
- 統合失調症 など

◀ 高知県依存症啓発キャラクター
「のうのくん」と「はあとりちゃん」

■抱え込まず、SOSをあなたはひとりではありません

人生の様々なできごと（進学、就職、出産、離婚、病気など）で、こころが不調になることは誰にでも起こることです。けれど、どんな時であっても、あなたは決してひとりではありません。あなたをサポートするための様々な仕組みがありますので、まずはサイトをご覧ください。

お問い合わせ先

高知県 障害保健支援課

☎ 088-823-9669

こころだよりvol.30（令和6年9月発行）より

多様な性に寄り添う医療へ ～高知大学医学部附属病院^ソ^ジ支援チーム～

▼お話ししてくれた人



高知大学医学部附属病院 SOGI支援チーム

（左から）中村 美保さん 看護部 副看護師長

武内 世生さん 総合診療部 准教授

西田 拓洋さん 地域医療連携室 公認心理師

「SOGI(ソジ)」とは、「好きになる相手の性(性的指向: Sexual Orientation)と自分の心の性(性自認: Gender Identity)」の英語の頭文字を取った言葉で、多様な性の在り方を表す概念です。この SOGI の支援に取り組む高知大学医学部附属病院をこころんが訪ね、お話を聞きました。



様々な職種・キャリアの職員が参加するSOGI支援チーム定例会の様子



多様な性に配慮して新設された「みんなのトイレ」



トイレのマークは色などにも配慮

■きっかけは HIV感染症の患者支援

高知大学医学部附属病院のSOGI支援チームは、多様な性のあり方を持つ人々が苦痛なく安心して受診や治療ができる院内環境づくりを目指して、2023年6月に立ち上がりました。これは医療機関としては全国2番目、国公立大学病院では全国初の取り組みです。

きっかけは、HIV感染症の治療にあたり、性的少数者の患者さんの声を聞いたことです。差別や偏見などによる生きづらさや、自分の性的指向を知られたくないというお話に対し、何とかしたいという思いを持つようになりました。また、私たちが携わっている総合診療の分野では、患者さんを「身体面」「心理面」「社会面」から診ていきます。その視点で考えても、放ってはおけない問題でした。

■視察で学んだ“理想の医療”を高知でも

そんな時、日本で最初に医療におけるSOGI支援に取り組んだ順天堂大学を視察させていただけることになり、医師や看護師など5人で訪問しました。そこで目にしたのは、様々な職種の医療従事者が一緒に学び、意見を出し合いながら院内環境整備を進めている様子で、まさに私たちの目指す理想の医療の姿と言えるものでした。

それを高知大学でも実現したいと、病院長のリーダーシップのもと、支援チームが始動。様々な活動に取り組んでいます。今年度は、病院職員のSOGIへの理解を深めるための研修会を月一回開催しており、参加者＝アライ（性的少数者を理解し支援する仲間）が100人に達したら、院内にレインボーフラッグを掲げることを目標にしています。

■できることから一つずつ

研修会では、トランスジェンダーなどの当事者を招いて様々なディスカッションを行っています。受診時に感じた困りごとや職員の対応がどうだったかなど、座学ではわからないことを学ぶ機会になっています。答えが出ないことも多いのですが、議論のプロセスをできるだけ多くの人に知ってもらおうと、啓発冊子の発行にも力を入れています。

さらに、これらの取り組みから実際に病院の環境整備につながった事例も生まれています。性別などに関係なく使用できる「みんなのトイレ」の新設や、建設中の新病棟職員更衣室のSOGIに配慮した設計変更、そして秋には入院患者さんが着用する病衣の男女色分けも見直される予定です。

🔍 発見こころん



研修会に参加した人がつけているアライ(理解し支援する仲間)の印、レインボーバッジ。
「安心して相談してください」という目印なんだって！

暮らしの様々な場面において多様な人の在り方が尊重される社会になるよう、みんなで学んでいきたいね！



■すべての人にやさしい医療 SOGI支援がその第一歩に

SOGI支援チーム立ち上げ以降、当院には県内の他の医療施設から同様の取り組みをしたいと相談なども入るようになりました。SOGIへの理解や支援が今後、高知県全体に広がっていくとよいなと思っています。

また、私たちが最終的に目指すのはSOGIに限らず、誰もが安心して受診・治療のできる医療環境の実現ですが、近年は貧困や社会的格差と健康問題の相互関係なども指摘されています。SOGIが一つのきっかけになって、そういった様々な問題への気づきが生まれ、一人ひとりの在り方に合わせた対応ができる医療や社会になることを願っています。

気づきがいっぱい！ 院内啓発冊子「みんなのSOGI」

支援チーム定例会での議論などをわかりやすく伝える啓発冊子です。ホームページからダウンロードして読むことができます。



閲覧・ダウンロードはこちらから👉



高知大学医学部附属病院 SOGI支援チーム
住所／高知県南国市岡豊町小蓮185-1
☎ 088-866-5811(代表)

メンバーは医師、看護師、医療ソーシャルワーカー、公認心理師、事務職員など多職種で構成。職員研修や提言などの活動を通じて、SOGI支援をはじめ、誰もが安心して受診・治療のできる院内医療環境の整備を推進している。

こころんだよりvol.31（令和6年12月発行）より

病気があっても自分らしく働ける社会へ ～治療と仕事の両立支援の取り組みについて～

（独法）労働者健康安全機構 高知産業保健総合支援センター（高知産保センター）

■治療と仕事の両立支援とは

治療と仕事の両立支援とは、病気（がん・脳卒中・心臓病・肝疾患・糖尿病・その他の難病など、長期にわたる治療を必要とする私傷病*）の治療をしながら働くことを希望する人と、それを受け入れる職場を応援する取り組みです。

高知産業保健総合支援センター（以下高知産保センターという）では、両立支援の専門スタッフが、労働者や事業者からの相談に応じています。

※ 業務外で発生したケガや病気のこと



■高知産保センターについて

企業やそこで働く労働者などを支援するために、独立行政法人労働者健康安全機構が全国47都道府県に設置しているのが「産保センター」です。

○両立支援事業は企業も労働者も利用可能

両立支援事業は企業と患者さんである労働者の両方が利用でき、企業の規模にかかわらず対象になります。

🔗 詳しく知りたい方はこちら

治療と仕事の両立支援

（高知産業保健総合支援センターHP）

https://www.kochis.johas.go.jp/balance_support/



■両立支援事業4つの取り組み

①治療と仕事の両立支援に関する相談対応

患者さん（労働者）や家族が就業継続について気軽に相談できる、あるいは、相談を受けた上司等が対応について相談できる窓口を設けています。

患者さんである労働者や家族が病気や治療の不安から不本意に退職を選択してしまわないよう助言したり、企業が相談を受けたときの対応をサポートします。

②個別訪問支援

企業の人事労務担当者や産業保健スタッフ等の方の依頼に応じて両立支援促進員（保健師・社会保険労務士）が訪問し、企業の現状やニーズを把握した上で、その企業に合った両立支援制度の導入等を支援します。

〈具体的内容〉休暇制度や勤務制度の見直し・整備、相談窓口の設置、両立支援に関する制度等の周知・意識啓発の研修、両立支援プランの策定など、企業における治療と仕事の両立支援の進め方について

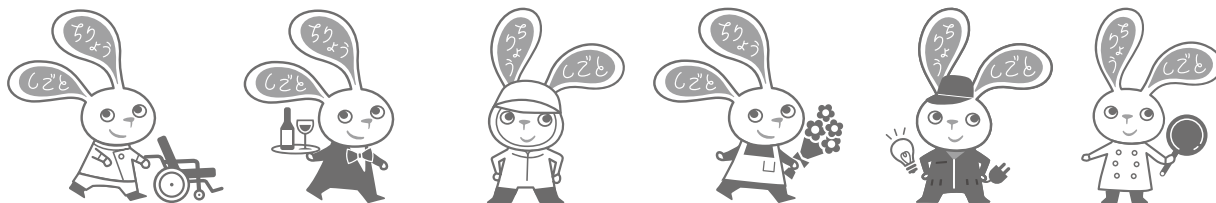
③啓発セミナー（両立支援の普及・促進等の広報活動）

治療と仕事の両立支援の取り組みについて、理解を深めてもらうための啓発セミナーなどを行っています。

④個別調整支援

労働者と企業の間に入り、治療と仕事の両立に向けた調整を支援します。患者さんである労働者の方ががん等の病気を理由に不本意に退職したり、就労によって病気の悪化や、定期的な通院が中断したりしないよう、適切な配慮を促します。（労働者ご本人と企業の合意が必要です）

また、個別の労働者について就業上の措置や治療に対する配慮などを調整するほか、必要に応じて両立支援プランの作成も支援します。



両立支援のすすめ方

労働者ご本人の申し出からスタートします

ご本人の思いや体調を大切にしながら、主治医や産業医、企業担当者と一緒に働き続けるための方針を考えていく取り組みです。

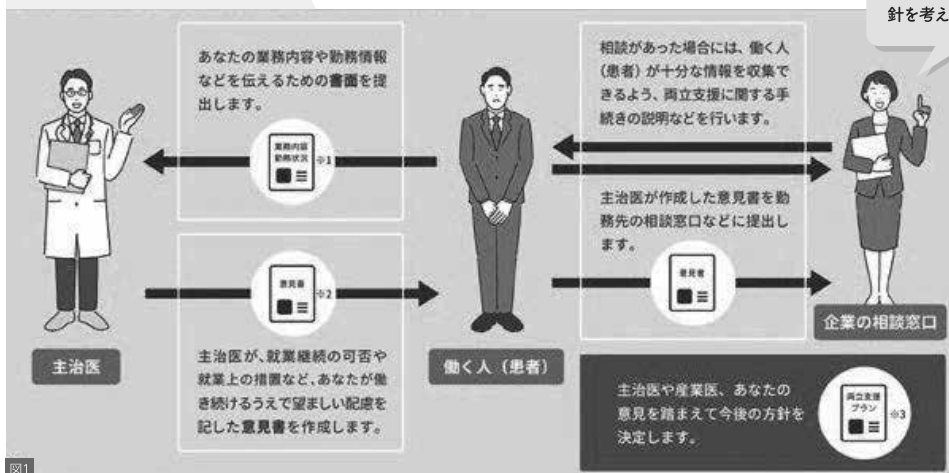
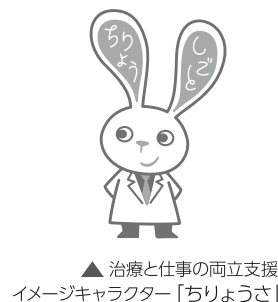


図1



相談聞く
ソウ〜!

病気を抱えるご本人（労働者）を支援する体制

さんぽセンター公式キャラクター▶

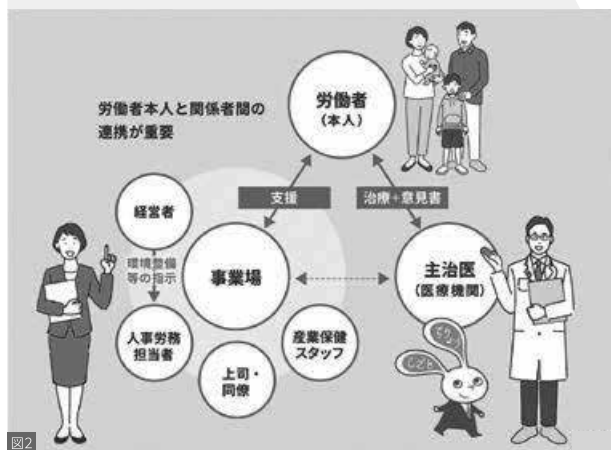


図2

▶ 無料サポートの活用を!

治療と仕事の両立支援は、専門スタッフが企業と労働者との両者に対して中立的な立場で行っています。

これらの支援は厚生労働省の委託事業であり、すべて無料です。お気軽にご相談・ご利用いただければと思います。

高知産業保健総合支援センター

<https://www.kochis.johas.go.jp/>


TEL 088-826-6155 / FAX 088-826-6151

高知県高知市丸ノ内1丁目7-45 総合あんしんセンター3階

利用時間：午前8時30分～午後5時15分

(土・日曜日・祝祭日、年末年始除く)



◀ 事業場における治療と仕事の両立支援のためのガイドライン(厚生労働省)

様式例集等、両立支援に向けて事業者が取り組むべき内容を紹介しています。



＼こうち治療と仕事の両立支援宣言／

高知県地域両立支援推進チームでは、「こうち治療と仕事の両立支援宣言」に応募していただく企業を募集しています。



■図1・2 引用：「治療を受けながら働き続けることを不安に思っている方へ 治療と仕事の両立支援」(独法)労働者健康安全機構 高知産業保健総合支援センター

● お問い合わせ先：高知産業保健総合支援センター ☎ 088-826-6155

こころんだよりvol.31（令和6年12月発行）より

困難を抱える子どもの 命と心を守る ～「子どもシェルター おるき」の活動～

▼お話してくれた人



特定非営利活動法人
子どもシェルター おるき
事務局長 竹村 和花 さん

私たちの社会には、虐待や貧困など、厳しい環境での生活を強いられている子どもたちがいます。このような子どもたちを一時的に避難させ受け入れられる児童福祉施設として、四国初、全国で22番目となる子どもシェルターが2024年3月、高知県内に開所しました。その取り組みを、こころんがレポートします。



「おるき」の生活空間。食事はスタッフの手作りで、プライバシーの守られた居室、共有のリビングや図書スペースなどがある。

■居場所のない子どもたちの緊急的な避難場所

子どもシェルターとは、虐待や養育放棄、貧困など様々な理由で居場所を失った子どもたちの緊急避難場所のこと。児童福祉法に基づく施設で、児童相談所からの一時保護委託や自立援助委託、子ども本人からのSOSに対応します。

私たちの暮らす高知県にも、家に帰れない子ども、寝る場所を得るために性産業等に搾取される子ども、誰かとつながりたい思いを悪用され被害に遭う子どもがいます。そのような子どもたちに、安心してありのままの自分でいられる避難場所、居場所を提供しようと、「おるき」は立ち上がりました。この名前は、「あなたのそばにいつでもいるよ」と、寄り添い支える気持ちを込めて名付けられています。

■特に思春期の支援に着目して

「おるき」は女子専用のシェルターで、定員は6人、期間は2カ月間をめぐり無料で利用できます。児童相談所の一時保護所と違うのは、15歳から20歳の年齢を受け入れていること、生活ルールが少し緩やかなことです。

一時保護所は幼児から高校生まで性別に関係なく受け入れており、子どもの生命を守るために家庭から引き離すことが最優先されるため、携帯電話の使用や自由な外出ができません。そのことが、特に思春期の子どもの一時保護を難しくしていました。

そこで、「おるき」では一定の条件のもと、日常生活をできるだけ制限しないかたちで18歳から20歳の成年も含めた子どもや若者を預かり、自立に向けた支援を行っています。

■子どもは誰もが幸せになる権利を持っている

子どもたちの中には、傷つけられたり裏切られたりした経験から大人や社会を信じられなくなっている子もいます。その信頼を回復するために、「おるき」ではスタッフが24時間子どもたちと寝食を共にし、彼らの話に耳を傾けます。

また、理不尽でも親の言うことは絶対、自分の本当の気持ちを出せないなど、個人の尊厳や権利を蔑ろにされ続けてきた子どもたちには、「あなたはありのままのあなたとして幸せになる権利があるんだよ」と話をします。そして自分の望む自立ができるよう、「コタン」と呼ばれる無料の子ども担当弁護士が子ども一人ひとりに就き、親等との調整をしながら今後について一緒に考えていくしくみを作っています。

■セーフティネットの拡大が必要

子どもの性犯罪や搾取は女子の方が遭いやすい傾向があることから、「おるき」はまず女子専用として開所しましたが、性別にかかわらず避難場所や居場所が必要です。また、18歳で成人になったからといって急に自立ができるわけではありません。施設の拡充と、一時避難から自立援助、アフターフォローまで含めた切れ目ない支援が望まれます。

そして、地域に暮らす私たちにもできることがあります。地域の中で、「あなたを気にかけているよ」というサインの出せる大人がいることはとても大切です。そういったまなざしや声がけが、子どもを守ることにつながるのではないのでしょうか。

🔍 発見こころん

子どもの意見を尊重する 「子どもアドボカシー」

子どもが自分の意見や考えを表明できるようにサポートすることをこう言うんだって！



関連図書をご紹介！
「子どもアドボカシーQ&A
—30の問いからわかる実践ガイド—
(柴留 里美 編著/明石書店)」

「こどもの権利条約」の4つの柱

1989年に国連で採択された「こどもの権利条約」では、次の4つが最も大切な柱とされています。

差別されない

人種や性別、使う言葉、信じている宗教、親がどのような人か、障がいの有無…どのような違いがあっても差別されません。

あなたが一番

大人は、「あなたにとって最もよいことは何か」をいつも考えなければなりません。あなたの人生は、大人の都合だけで決められてよいものではありません。

守られる命

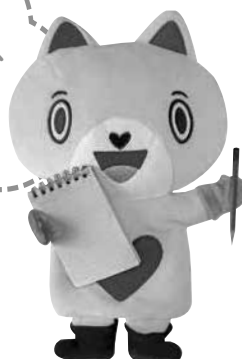
全てのこどもには生きる権利があります。あなたは、すこやかな成長のために、十分な教育や支援を受けることができます。

意見は大切

あなたの意見は、あなたの年齢や成長に応じて、しっかりと尊重されます。

参考：冊子「よくわかる！こどもの権利条約」
(公益財団法人人権教育啓発推進センター)

子どもの尊厳と権利が
大切に尊重されるよう、
みんなで見守り、
行動していきたいね！



▼ 相談専用TEL

こんなお悩みはありませんか？

- 家に帰れない 居る場所がない ごはんがない
- 嫌なことをされるけど逃げられない
- 親から嫌なことを言われたり、されたりする

ひとりで悩まず、まずはご連絡！

080-6233-7974

電話対応時間：10:00～17:00（日曜・祝日・年末年始を除く）
メールでの連絡：K_Kokoro-shelter@shelter.orc.or.jp

特定非営利活動法人

子どもシェルター おるき

事務局TEL 090-1286-7933

(電話対応時間は平日10時～17時)



厳しい環境にある子どもや家庭を支援してきた医療、福祉、法律の専門家が集まり、2021年12月より子どもシェルター開設を模索。2023年3月に組織をNPO法人化し、2024年3月、四国初となる子どもシェルターを開所した。

こころんだよりvol.32（令和7年3月発行）より

「高知県手話言語条例」を制定しました ～共生社会の実現を目指して～

（正式名称「高知県における言語としての手話の普及等の推進に関する条例」）

高知県 子ども・福祉政策部 障害福祉課

■聴覚障害について知ろう

聴覚障害には、まったく聞こえない「ろう」と、聞こえにくい「難聴」があります。聞こえにくさは、人によって異なります。また、先天性のものと、事故や病気で聞こえなくなる中途失聴があります。

聴覚障害のある方には、次のような困りごとがあります。

- ・外見では分かりにくいいため、周囲の人に気づいてもらえないことがあります。
- ・放送や呼びかけ、自転車のベルなどに気づかないことがあります。
- ・音による周囲の状況判断ができない場合があるため、危険な目にあうことがあります。

■手話とは？

手話とは、手や指、体の動きや表情などにより表現される言語です。聴覚障害のある方にとって、思考、感情及びコミュニケーションの基盤となる母語であり、日常生活や社会生活を営む上で必要不可欠なものとして、大切に育まれてきました。

手話マーク

聴覚障害のある方が手話でのコミュニケーションの配慮を求めるときに提示したり、役所、公共及び民間施設・交通機関の窓口、店舗など、手話による対応ができるところが掲示します。



■「手話は言語」という認識のもと条例を制定

手話を日常的に使う聴覚障害のある方は、外出時や就労する際、手話を安心して使用したり、災害時に必要な情報を取得したりすることができないなど、日常生活の多くの場面で不安や不便さを感じています。

高知県では、手話が音声と対等な言語であるという認識のもと、手話を使用しやすい環境の整備を図り、ろう者を含む全ての県民が共生できる地域社会の実現を目指して、令和6年12月26日に、高知県手話言語条例を施行しました（正式名称は「高知県における言語としての手話の普及等の推進に関する条例」といいます。）

▶ 条例で規定されたこと

● 県の責務

- ・手話の普及等※に必要な施策の策定・推進
- ・県民の理解を深めるための啓発
- ・市町村との連携

● 県民の役割

- ・手話が言語であることを認識し、手話に対する理解を深める
- ・県・市町村が実施する施策への協力

● 事業者の役割

- ・手話が言語であることを認識し、手話その他の方法による意思疎通・情報取得への配慮を行う
- ・ろう者が働きやすい環境の整備
- ・県・市町村が実施する施策への協力

※手話の普及等とは…言語としての手話の認識の普及、手話を習得する機会の確保、手話を使用しやすい環境の整備

この条例の施行をきっかけに、手話という言語を使いやすい社会にしていきたいと思います。

■手話で話してみよう

手話は、身振りだけでなく表情にも役割があり、表現力豊かな言語です。身近な動作が手話になっているものもあり、決して難しくはありません。そんな手話を3つご紹介します。日常生活でも使えるよう、簡単なあいさつから覚えてみましょう



こんにちは

顔の前で2本の指を立て、
時計の12時の針を表して、
頭を下げます

片手の甲に
もう片方の手を直角に乗せ、
上げながら頭を下げます



ありがとう

さようなら



広げた手のひらを前に向けて、
顔の脇で振ります
(バイバイの仕草)

動画「手話で話そう」

「出会い編」「おもてなし編」「防災編」「手話体操」を収録した動画をこちらからご覧いただけます。



手話以外のコミュニケーション方法

聴覚障害のある方とのコミュニケーションは、手話以外にも様々な方法があります。

- ・筆談…お互いに文字を書いて意思を伝え合います。短くて分かりやすい文を書くようにしましょう。
- ・口話・読話…相手の口の動きを読み取る方法です。聴覚障害のある方が口の動きを読み取ってくれる場合があります。その場合は、少しゆっくりはっきりと口を動かして話すようにしましょう。

その他、身振りでの対応、図や表示物を使用するなど、お互いが可能なコミュニケーション方法を確認しましょう。

筆談マーク

聴覚障害のある方などが筆談でのコミュニケーションの配慮を求めるときなどに提示したり、行政機関、公共及び民間施設・交通機関の窓口、店舗など、筆談による対応ができることが掲示します。



高知県手話言語条例に関する県HPはこちら

<https://www.pref.kochi.lg.jp/doc/syuwagengo/>



● お問い合わせ先：高知県 障害福祉課

☎ 088-823-9633 FAX 088-823-9260 E-mail 060301@ken.pref.kochi.lg.jp

こころんだよりvol.32（令和7年3月発行）より

犯罪被害者を、社会全体で支える

▼お話してくれた人

～こうち被害者支援センターの取組～

何の落ち度もなく、ある日突然、不条理な事件・事故に巻き込まれる犯罪被害者。それは、この社会に暮らす誰にも起こり得ます。被害にあった人が苦しみをひとりで抱え込まないよう、その心身の回復に寄り添い、相談や支援を行っている「こうち被害者支援センター」をこころんが訪ね、犯罪被害者支援の現状についてお話を聞きました。



認定特定非営利活動法人
こうち被害者支援センター
事務局長 川上 泰司 さん



犯罪被害者直接支援員の養成講座



「いのちの出前授業」(大豊町立大豊学園)



犯罪被害者週間講演会の様子

■被害から再び平穏な日常を取り戻すために

犯罪被害者やそのご家族、ご遺族の方々は、犯罪によって生命・身体・財産への直接的な被害を受けるだけでなく、心にも深い傷を負い、また被害後も多くの困難に直面します。精神的な不調や後遺症、捜査や裁判などの負担、周囲からの心ない言動やネットへの書き込み、誹謗中傷など、二次被害の問題は年々深刻化しています。

そこで、犯罪被害にあわれた方やご家族が被害から回復し、再び平穏な日常を取り戻すことができるよう、被害者に寄り添い様々な支援活動を行っているのが、こうち被害者支援センターです。専門的な研修・訓練を受けた犯罪被害者直接支援員と犯罪被害相談員が、多様な専門機関として連携し、被害からの早期回復と軽減を支えています。

■回復をみんなで支える

支援活動の内容としては、電話相談・面接相談、医療機関への付き添い、警察の事情聴取などの付き添い、裁判への傍聴などへの付き添い、県補助金制度への申請手続きのサポートなどがあります。また、必要に応じて弁護士による法律相談や公認心理師によるカウンセリングなども行っています。支援はすべて無料で、もちろん秘密は厳守されます。

令和5年度は、高知県内で732件の相談・支援を行いました。その約8割は性暴力被害でした。犯罪において悪いのは加害者であり、被害者に非はありません。しかし現状では被害者の方が責められる風潮があります。被害からの回復には個別支援と同時に、地域社会全体で犯罪被害について理解を深め、被害者やご家族を支えていく必要があります。センターではそのための啓発活動も行っています。

■支援員、相談員が不足 ぜひ研修に参加を！

支援において要となるのは、被害者に寄り添う支援員・相談員ですが、今、この人員が不足しています。支援員・相談員は有償ボランティアで、養成講座（右図を参照）を修了後、認定・登録され、それぞれの都合に合わせた日程や時間で支援活動にあたります。登録者は現在、支援員22名、相談員9名ですが、高齢化もあり活動継続には新たな仲間が必要です。

犯罪被害者支援と聞くと難しそう、専門分野で働いた経験が必要では、などと思うかもしれませんが、そんなことはありません。関心のある方は、ぜひお問合せください。

■犯罪被害は、ひとごとではない

犯罪の被害にあうということは、本人の意思や人権を踏みにじられるということです。だからこそ支援においては、被害にあわれた方の意思を尊重した寄り添いを大事にしています。例えば、被害後の様々な手続きにおいて本人の自己決定を支えることで、自分はちゃんと尊重されるんだということを繰り返し体験する——そういう回復のプロセスをそばで支えるのが、当センターの役割だと考えています。

犯罪被害は、誰にでも起こり得ます。私たち一人ひとりがこの問題を自分に関わる問題として捉え、被害者に対して配慮のある言動をしていくことで、二次被害をなくし、ひいては犯罪被害のない安心安全な社会を作っていきましょう。

犯罪被害者直接支援員養成講座

被害にあわれた方たちのために、一緒に活動しませんか？

基礎講座

- 講義編：令和7年7月から9月の間に15講座
 - 実地編：令和7年10月～令和8年2月
- 犯罪被害者の心理、関連法令・関連機関に関する講義、演習など

専門講座

- 令和7年10月～12月の間に11講座
- 性暴力被害者支援に関する講座
(基礎講座を修了した方のうち希望者対象)

応募資格

- 年齢25歳以上の健康な方
- 被害者支援活動に理解と意欲があり、支援活動に従事できる方
- 情報を守秘できる方

📍 まずは、お問合せを！

応募期間は令和7年4月下旬～5月中旬の予定です。

まずはお電話でお問合せください。 ☎ 088-854-7511



先輩支援員の声

- 被害者の方が少しでも楽になれるよう願いながら、活動に努めている。
- 家庭の都合で週一回半日と少ない日数で支援活動をスタートした。センター職員や仲間の支えが心強い。
- 相談者が前に進む気持ちになれるような支援者であるよう努力したい。



発見こころん

ひとりで悩まないで…



性暴力被害の相談電話

「コーラルコール」

トイレや洗面所などに貼る周知用シール。貼付いただけるお店や企業はぜひご連絡を！



被害にあった人の気持ちや置かれた状況をよく理解し、社会全体で支えていくことが大事なんだね！



認定特定非営利活動法人
こうち被害者支援センター

☎ 088-854-7511 FAX 088-854-7522
<https://www.shiencenter-kochi.or.jp/>



2007年設立。犯罪被害者とご家族の被害からの回復を支えるため、高知県・高知県警察・高知弁護士会・法テラス高知・高知地方検察庁・高知保護観察所・医療機関などと連携しながら、様々な支援活動を行っている。「コーラルコール」の運営も高知県から委託されている。

■ ご利用案内

派遣
します

人権研修のための 出前講座 (講師派遣料無料)

自治体や企業・団体、地域で実施する様々な
研修や学習の場に講師を派遣します。
多彩なテーマやプログラムがあります。



貸出
します

「こころん」の 着ぐるみ・紙芝居 (利用無料)

人権について楽しく学び、身近に考
えてもらえることを願い、こころんの着
ぐるみやオリジナル紙芝居とパペット
のセット貸出を行なっています。

オリジナル紙芝居+パペット ▶



6F

ホール (収容人員 270名 机併用の場合は180名)

講演会、研修等のイベントにご利用ください。

利用時間 9:00～21:00 (年末年始を除く)

基本使用料(平日)			平日時間外	土・日・祝日
午 前	午 後	全 日		
9:00-12:00	13:00-17:00	9:00-17:00	1時間あたり	
8,650円	11,570円	18,210円	4,330円	

● 冷暖房使用料…1時間 / 620円 ● 準備・片付けも利用時間に含まれます。 ● Wi-Fiも利用できます。



6F ホール

5F

じんけんライブラリー (利用無料)

人権に関する図書、視聴覚教材、パネルの貸出を無料で行っています。
ホームページ内の「じんけんライブラリー検索」では人権課題別の検索もできます。

利用時間 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く) 9:00～17:00

利用方法 ● 初回ご利用の際に、利用カードを発行します。
● 直接ご来館できない場合は、送付もいたします。(送料は利用者負担)

	図書	ビデオ・DVD	パネル	団体図書
貸出限度	5冊以内	3本以内	3セット以内	50冊以内
貸出期間	2週間以内	2週間以内	1ヵ月以内	1ヵ月以内



5F じんけんライブラリー



団体図書貸出
について
(こころんブック便)



小・中学校、高等学校ほか、地域や団体、
イベント開催などにあわせて、様々な人権
問題についての図書の団体貸出を行って
います。ご希望の図書について、お気軽
にご相談ください。

4F

視聴覚室 (利用無料/収容人員 48名)

人権に関する研修等にのみ使用できます。

■ 相談窓口

人権に関する相談窓口・支援機関等一覧はこちらから!



「こころん」は
高知県人権啓発センターの
マスコットキャラクターです
★着ぐるみの貸出もしています



令和6年度

人権コラム集

～しんこきゅう
～心呼吸～

2025年 6月

発行

(公財)高知県人権啓発センター

〒780-0870

高知県高知市本町4丁目1-37

TEL 088-821-4681

FAX 088-821-4440

印刷

有限会社西村謄写堂