

多彩な人生に寄り添つて支える

学校、職場、社会、人間関係などで若者から高齢者まで精神的な病を抱える人が増えています。「精神科ソーシャルワーカー（P.S.W）」と呼ばれる精神保健福祉士は、そんな心に病を抱えた人々がスムーズに生活を営めるように、相談や支援、助言、訓練、社会参加の手助け、生活環境の調整などを行う仕事です。10年前に「障害者総合支援法」が制定され、医療・保健・福祉にまたがる分野での活躍の場が広がっていますが、医療法人社団「東峰会関西青少年サントリューム」の相談支援事業所で働く精神保健福祉士、北代彩さんに仕事の内容をお聞きしました。（聞き手／池田知隆）



精神保健福祉士 北代 彩さん

——いわゆるカウンセラーとの違いは。

心理士が主に心の問題に焦点を当てて深いカウンセリングを行うのに対し、精神保健福祉士は、患者さんの望む暮らしの実現を支援するサポート役です。ご本人と相談しながら、希望をもとに、人と人、家族や関係機関と連絡・調整を行って、金銭的な基盤を整えたり、日中の活動場所を一緒に探したりと、地域で自分らしく安心して生活ができるようにつないでいく仕事をです。

——どんなお仕事なんですか。

精神的な疾患や障害を抱えた方を支える仕事で、病院、地域の通所施設、行政、司法分野など活躍できる場がたくさんあります。一言で言えば、その人の人生に寄り添う仕事だと私は思っています。

産休育休を挟みつつ精神科病院に10年ほど勤めたあと、同法人内の相談支援事業所で相談支援専門員として、障害のあ

る方が地域で安心して暮らしそのまく働けるよう、希望や目的に沿った障害福祉サービスの利用調整などを行っています。

毎日のように多彩な人との出会いがあり、いろんな価値観に触ることのできる魅力的な職場です。

私の勤務する病院は精神科医療を入院中心に考えていなくて、リハビリテーションを重視し、障害があつてもなくとも、

社会の一員として幸せに暮らし続けるための支援をしています。地域での生活を支えていくために、グループホームや就労支援施設、訪問看護ステーションなどがあります。私は介護保険でいうケアマネージャーのような仕事をしています。

朝、スタッフ間で情報を共有したあと、外出することが多いですね。利用者さんのお家や通所施設などを訪問し、生活場面や活動場面を実際に目で見て希望や目的を共有し、どのサービスが適切なのか、どの部分に支援がいるのか、今困っていることはないかななどを確認し、必要に応じて調整を行っています。

▲スタッフと打ち合わせる北代さん（左奥）



——コロナ禍で苦労されていることは。

この2年間ずっと、感染症の影響で支援そのものがストップしてしまったり、ご本人の思うスピ

ド感で物事が進まなかつたりと
いうことが多く、切なくなるこ
とが多々ありました。入院して

いる方々やご家族にとって面会や
外出の制限がかかつてしまうの
も、とてもつらいことだとも思
います。

ただオンライン環境が整い、遠
くにいても面談できるようにな
り、人と出会える選択肢が広が
ったのはよかったです。

——どうしてこの仕事を選択し
たのですか。

私の叔母が看護師だったこと
もあり、小さいころから医療・福
祉関係の仕事をしたいなと思って
いました。大学では心理学を専
攻したのですが、それを究めてい
くにはさらに大学院に進まなく
てなりません。早く現場に出て、
目の前にいる人たちを支援していきたい
と思いました。大学卒業後、日中は地域
活動支援センターでアルバイトをしながら
専門学校(夜間)に1年通つて現在の病院
に就職しました。

——人との付き合い方に正解はないと
いわれます。どんなことを心がけていま
すか。

私は精神保健福祉士と患者さんとい
う関係の持ち方ではなく、人と人として
の出会いを大切にしています。この人と会
えてよかつたと感謝できるように心がけ
ています。まずは出会いに感謝し、その方



▲職場の前で

れることができるようになり、日々、子育
てと仕事に頑張っています。

——どんな患者さんが増えていますか。

私が就職したころに比べると、児童思
春期のこころの悩みを抱えた人が多くな
っているように感じます。

当院でも2013年より小学校高学
年～18歳までを対象とした児童思春期
外来を週二回開設しており、現在までに多
くのお子様が受診・通院されています。

2021年11月からは同じく月一回の発
達外来を新たに設け、3歳児から小学校
高学年までの方のご相談にも対応してい
ます。

また、社会全体で高齢の方が増え、そ
れに伴つて老年期の心の不調を抱える方



▲支援先を回る北代さん

——この仕事はどんな人になってほしいと
思われますか。

患者さんや利用者さんに自分自身が人
間として成長させてもらえるやりがいのある
仕事です。自分ででは絶対に成立しない
仕事なので、日々、いろんな支援者と協力
しながら、いろんなことに感謝して前を向
いてやれる人であればいいと思っています。

《精神保健福祉士》

「精神保健福祉士国家試験」に合格し、
資格を取得しなければなりません。試験
を受けるには大学等で指定科目を履修
する、短大等で指定科目を履修して実務
1～2年を経験する、養成施設を経ると
いう3つのルートに分けられます。

職場は医療機関(精神科病院・診療所、
総合病院精神科)、生活支援サービス(相
談支援事業、地域活動支援事業、自立訓練事業、救
護施設、児童養護施設等)、行政機関(自
治体・保健所・福祉事務所・精神保健福祉
センター)、司法施設(保護観察所等、矯正
施設)、その他(社会福祉協議会、ハローワー
ーク、介護保険関連施設、教育機関、企
業)など。

医療法人社団 東峰会
関西青少年サントリーム

〒651-2403

兵庫県神戸市西区岩岡町西脇838
TEL: 078-967-1202