

みんなの思いが集まる場所 特定非営利活動法人(NPO)

TMS 東京メンタルヘルス・スクエア

第7期アニュアルレポート

2017年4月～2018年3月





こころの花を咲かせよう。

**話をちゃんと聞いてくれる人が傍にいる社会を作る。
～傾聴力あふれるコミュニティと魅力あるカウンセラー育成の実現を～**

「話しをちゃんと聞いてくれる人がそばにいる社会を作ろう」
そう考えて東京メンタルヘルス・スクエアを設立して7期が終了しました。
同じ志を持つカウンセラー仲間を募り、自分たちの特長を活かせる活動を広げる
うちに、現在では6種類の事業を定期的に行うことができるようになりました。

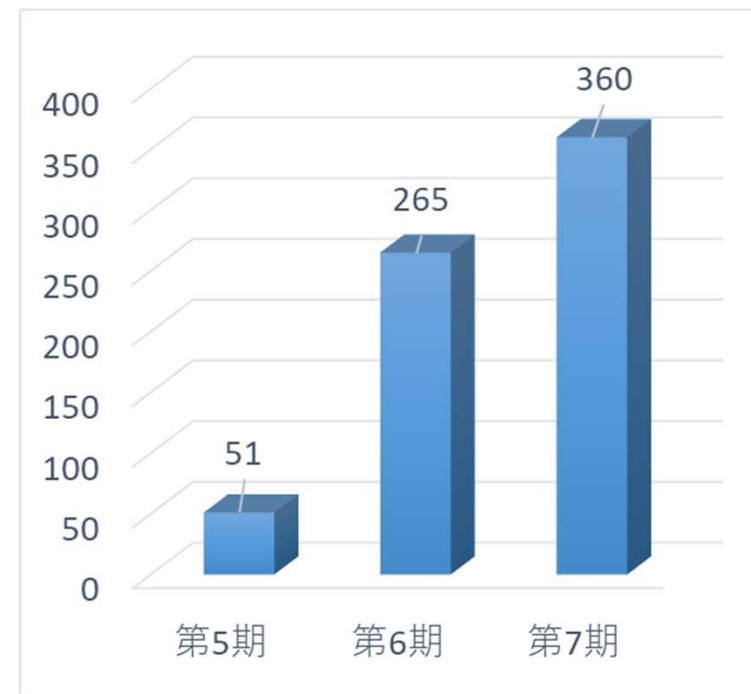
この1年間の私たちの活動内容を報告いたします。

私たちの活動



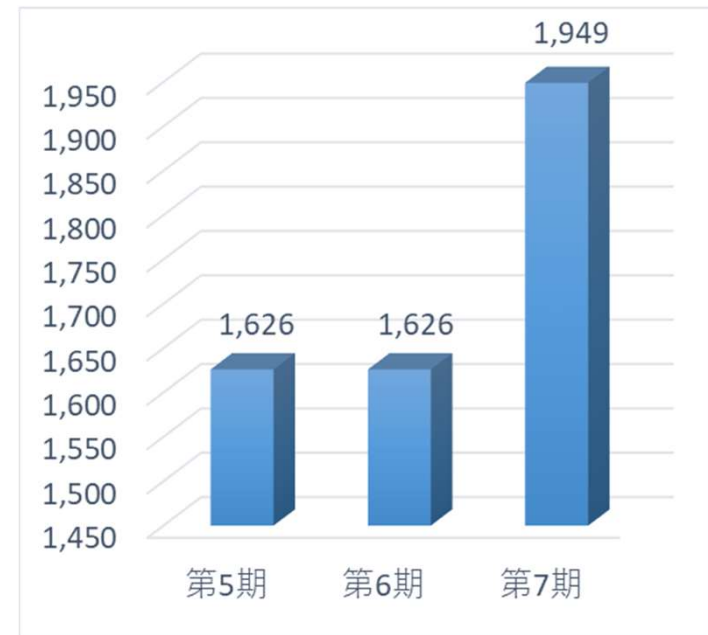
お話しパートナー

- 東京メンタルヘルス・スクエア設立時から継続している対面型の心理カウンセリングです。
- カウンセリングが初めての方でも試しに行ってみようと思っただけのように50分間で3000円という価格にしています。
- 本年度は延べ360人の方にご利用いただきました。昨年度から約100人、2期前からは7倍もの多くの方にご利用いただきました。



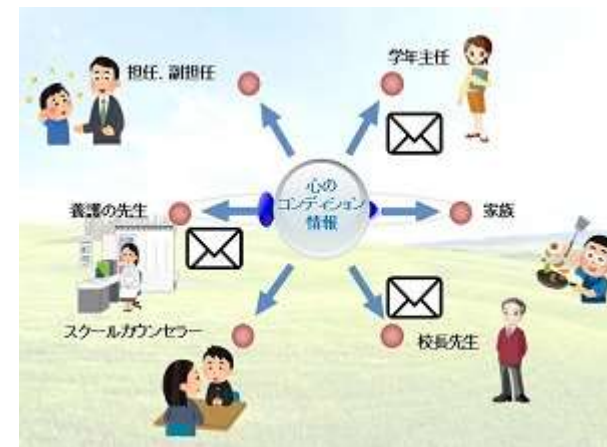
こころのほっとライン

- 2012年2月にスタートした無料電話相談の「こころのほっとライン」も私たちの大切な活動です。
- 1回20分、お一人1日2回までご利用いただいています。
- 昨年度の延べ1,626人から約20%アップの1,949人の皆様にご利用いただきました。
- 3月には厚生労働省の委託を受けてSNSカウンセリングを実施し1400人の方に利用いただきました。



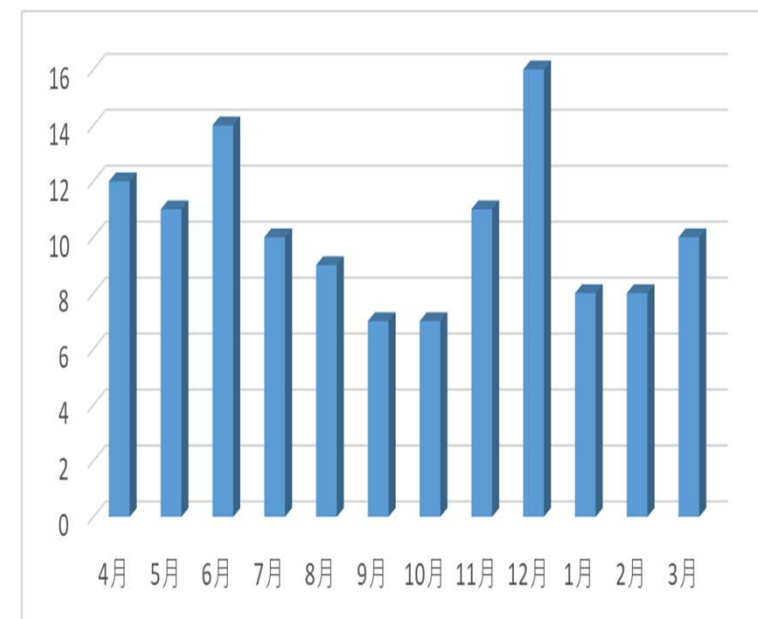
スクールコンケア

- 全ての学校からいじめ自殺、不登校をゼロにしたい、そう思って開始したスクールコンケアの活動も、今年度から小中学校で試験運用を開始していただくことができました。
- 2017年度の実績校
 - 越谷市立平方中学校
 - 越谷市立東越谷小学校
 - 幸手市立上高野小学校
 - 古河市立総和南中学校
- 平方中学校ではコンケアの他に、メンタルヘルス特別授業も開催しました。



Tomorrow

- 家庭の都合で有料の塾に行くことができない。発達や学力に遅れのある中学生に希望する進路に進むことができるようにサポートする学習支援活動です。
- 第6期(2016年度)にスタートしたTomorrowは今年(2017年度)は32回の学習会で、延べ125名の生徒に参加していただくことができました。



結婚支援講座

『好きな人と暮らす』

- 婚活パーティーに参加してもあと一歩進めない、異性の前に出ると何を話したら良いのかわからない。
- 数多くのカウンセリングの中で結婚に関する悩みを数多く聞いてきました。カウンセリング、心理を活動の中心にするNPOだからこそできる結婚支援活動をしたい、そう思い、2018年1月に講座を開始しました。
- 毎月1回、2017年度は3回の講座を開催しました。



子育てサポートの会

- 保護者や先生を対象とした「子育てサポートの会」「タンポポ学習会」を富里市との連携して実施しています。
- 例年タケノコ掘り、森の伐採体験、古代米の収穫、ホタル観賞、寄せ植え体験 など月に2回のペースで開催しています。



第8期に向けて

第7期は再出発の年と定義付けして、組織体制の大幅変更、ホームページの全面改訂を実施しました。

また、活動も「スクールコンケア」「好きな人と暮らす」「SNSカウンセリング」などこれまで温めてきた企画をスタートすることができました。

第7期の活動を土台に、第8期はさらなる飛躍ができる年にして行きたいと考えています。