



MAKE THE FUTURE!

NAGANO 2019

# 心理職のしごと



長野県PRキャラクター「アルクマ」

©長野県アルクマ

朝の長野県庁の様子

**はじめに**

**健康福祉部長より**

**ごあいさつ**

**申し上げます**

# 長野県職員を目指す皆様へ

健康福祉部長 山本英紀

長野県は、豊かな自然や美しい景観に恵まれ、年間を通じて多くの観光客が訪れる日本有数の観光県であるとともに、「移住したい都道府県」に移住先としても11年連続日本一に選ばれているなど移住先としても高い人気を誇っています。また、平成22年に男女ともに平均寿命が日本一となり、現在も世界トップレベルの健康寿命を維持する健康県でもあります。

長野県の健康福祉部では、これまで地域の皆様方が作り上げてきた「健康長寿」という努力の賜物を大切にし、さらに県民が豊かな生活を送ることができるように日々業務に邁進しております。しかし、全国を上回る水準での少子高齢化、人口減少など対策が必要な課題も多くあるため、関係機関等と協働して課題解決を行うことができる人材が求められています。

職員として長野県の健康福祉分野で働きたいという志を持った皆様と一緒に、“県民が生涯にわたりいきいきと人生を送ることができる長野県”と一緒に作り上げることができることを楽しみにしております。

さまざまな場所で  
心理職が  
活躍しています。



いろんな職場のほとんど全てのところで

**面接と心理検査**やっています。さらに特徴として…

配属先	特徴的なこと
児童相談所	児童心理司として、子どもの心のケアや家族支援にあたる。訪問や出張による面接や心理判定を行う。
波田学院	児童自立支援施設の心理職として、入所している子どもの心のケアや家族支援にあたる。
精神保健福祉センター	様々な年代の心のケアに関する普及啓発、関係機関への研修等を行う。電話相談が多い。
総合リハビリテーションセンター	病院及び施設の心理職として、神経心理学的検査を行ったり、障がい者の心理支援にあたる。
福祉大学校	保育、介護福祉を学ぶ学生への講義や指導を行う。

その他、県庁勤務になることもあります。

# 勤務地はどこにあるの？

## 【県民文化部現地機関】

- ①中央児童相談所
- ②松本児童相談所
- ③飯田児童相談所
- ④諏訪児童相談所
- ⑤佐久児童相談所
- ⑥波田学院

②  
⑥

⑨  
④

③



写真提供：長野県観光機構



## 【健康福祉部現地機関】

- ⑦精神保健福祉センター
- ⑧総合リハビリテーションセンター
- ⑨福祉大学校

①  
⑦  
⑧

⑤



県内の様々なエリアで勤務します。  
 各地域ごとの文化や生活にも触れることができるのも魅力の一つです。



# 仕事紹介

## 児童相談所



児童相談所は、児童福祉法に基づいて設置され、子どもに関する専門的な相談をお受けし、子どもの健やかな成長を願って、ともに考え、問題を解決していく相談機関です。

## 子どもに関するさまざまな相談を ネットワークで支える仕事

0歳から18歳未満の児童に関する相談に応じ、子どもの心理検査・面接や保護者との面接を通じて支援を進めています。相談内容は児童の虐待、障がい、非行、不登校など様々ですが、市町村、学校、施設、医療機関などの関係機関と連携し、チームとして子どもを見守り支援していけるよう、日々取り組んでいます。また、知的障がいの方の療育手帳の判定業務も行っています。

## 子どもの代弁者

児童相談所で関わる子どもの中には虐待など辛い経験から傷つき、精神的な不調を来したり適切でない行動をしてしまう子どももいます。そうした子どもには生活の様々な場面での心理的ケアが必要になるので、児童相談所内では児童福祉司等とチームを組み、さらに保護者やその子に関わる機関と情報交換を重ねながら支援していきます。心理職は子どもに対して、心理検査や面接を通じて、能力や特性、感情や思いなどを引き出し、保護者や関係機関に対して子どもの気持ちを伝えたり関わり方の助言をします。また時には継続的に心理面接や心理教育を行うこともあります。傷つきからの回復は時間がかかることも多いですが、子どもの変化や成長を感じられることが喜びややりがいだと思います。

## ある日のスケジュール

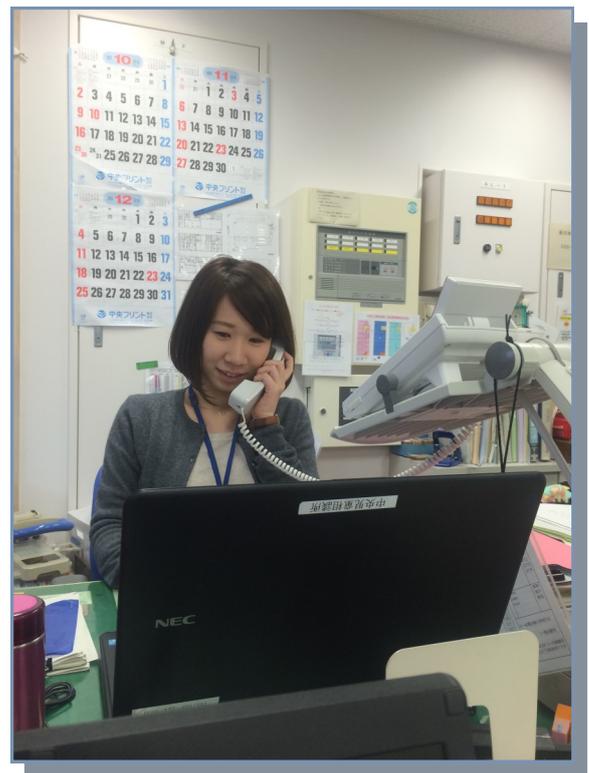
8:15 8:30 9:00 10:00 12:00 13:30 18:30 19:00  
出勤 ミーティング 記録整理・面接準備 心理判定(所内) 昼食 出張 児童面接・ケース会議 帰庁 記録整理 業務終了

## 児童相談所についてさらに知りたい人は

<http://www.pref.nagano.lg.jp/chuojido/>

## コミュニケーションを大切に

相談者の方が安心してお話できるよう、温かい雰囲気やわかりやすい説明をするよう心がけています。また他職種、関係機関の方と連携して進めることが多く、自分自身の役割を意識することや、心理検査や面接で得られた情報は保護者や関係者へ丁寧に伝えることも大切にしています。難しい相談もある中で一人では悩むこともあります。相談しやすい職場の雰囲気に助けられることもあり、日頃からの職場内のコミュニケーションも大切だと感じています。



## 仕事紹介

# 精神保健福祉センター



精神保健福祉センターは、精神保健及び精神障がい者の福祉に関し、知識の普及を図り、調査研究を行い、相談及び指導のうち複雑困難なものを行います。

## 様々な分野にわたって幅広く 県民のメンタルヘルスをサポート

精神保健福祉センターは、精神保健福祉法に規定されている組織で、各都道府県等に必置とされています。その業務の幅はとても広く、精神障がいの方の福祉・支援に関すること、アルコールやギャンブル等の依存症に関すること、自殺対策に関すること、ひきこもり支援に関すること、精神医療審査会や自立支援医療、精神障害者保健福祉手帳に関する業務まで、様々な役割があります。また、長野県では発達障がい者支援センターも併設されており、発達障がい支援にも取り組んでいます。

## 相談対応から研修会企画・運営、調査研究等、多彩な役割

心理職というと、面接やカウンセリング、検査等の業務が中心というイメージがあるかもしれませんが、センターでは相談業務のほかに、地域関係者の支援力向上を図るための研修会の企画・運営を行ったり、社会的ニーズが高まっている分野に関する調査研究を行って情報発信をしたりという役割もあります。心理職としての視点を活かしつつ保健師や福祉職といった他の職種の方と協働しながら取り組んでいます。

## 柔軟な考え方と広い視野を身につけることを意識しています

センターでは左記のとおり業務が多岐にわたるため、分野ごとに担当制にして対応しています。しかし社会の状況により、求められることがあれば担当の枠を超えてさまざまな業務に携わることもあります。近年では災害時の心のケアについてクローズアップされることも多く、たとえば、PFA（サイコロジカル・ファーストエイド：心理的応急処置）の考え方の普及等も重要な役割となっています。このように、社会的なニーズに合わせて業務の広がりがあるので、新しい情報・知識を日々吸収し、広い視野を身につけようと意識しています。



## ある日のスケジュール

8:20 8:30 9:00 10:30 12:00 13:00 16:00 17:00 17:45  
出勤 ミーティング 係打合せ 面接・記録 昼食 研修会連絡調整・準備 出張 県庁打合せ 帰所 事務処理 業務終了

、  
随時電話相談対応（8:30～17:15）

## 精神保健福祉センターについてさらに知りたい人は

<http://www.pref.nagano.lg.jp/seishin/>



# 仕事紹介

# 波田学院



**波田学院は、児童福祉法に基づく県立の児童自立支援施設（児童福祉施設）です。生活指導等を必要とする児童が児童相談所の措置により入所し、「枠組みのある生活」を通して自らの課題に向き合い、自立していくことを支援しています。**

## 児童とじっくり向き合える仕事

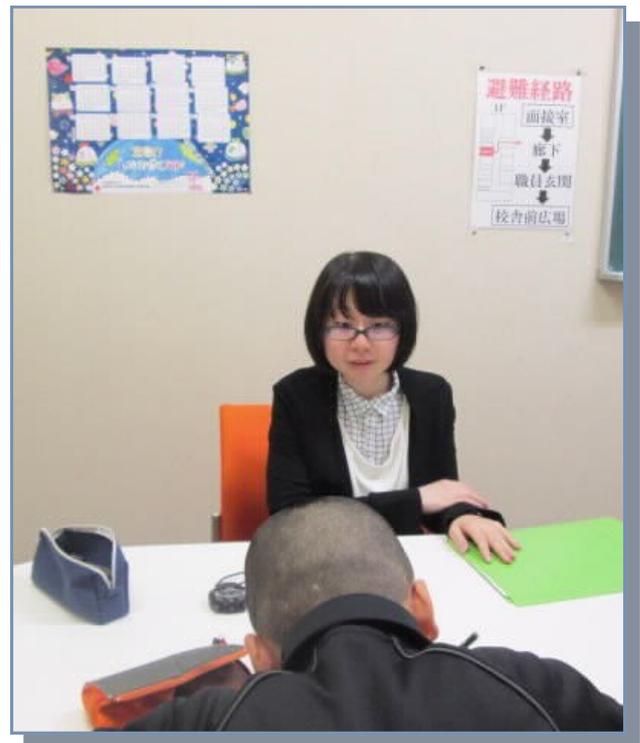
施設という、児童が生活する場所でじっくり支援が行える仕事だと感じています。心理職は、主に心理面接、グループワーク、心理アセスメント、家族支援などを行っています。心理面接では、受容・傾聴のスタンスを大切にし、児童の相談したいことを尊重するように心がけています。また、入所に至った経過を振り返ったり、今後どう生活していくか一緒に考えたりもします。

## 異なる立場で児童に接し、理解すること

心理職は、心理面接やグループワークなどを通して、日常生活（寮生活や学校）から少し離れた立場で児童を理解・支援することができます。児童にとっても、心理の時間は客観的に自分を見つめる機会になっていると感じます。こうした場面で得た情報を他の職員と共有し、多面的に児童を理解、支援するうえでの一助になるよう心がけています。

## 生活全体が児童支援であることを大切に

波田学院の決まりのある枠組みの中で、生活を重ねること自体が児童にとって治療効果があります。心理面接やグループワークだけでなく、生活全体での支援を大切に考えています。具体的には、他職種との情報共有を大切にしたり、寮や学校、学院行事にできるだけ顔を出すことを心がけています。そうしたなかで、心理面接とは違う児童の一面や児童間の雰囲気などを知ることができることもあります。また、そこでの児童や職員との他愛のない会話が関係づくりに役立っているとも感じています。



## ある日のスケジュール

8:15	8:30	9:00	10:00	12:00	14:00	15:30	16:30	17:15
出勤	ミーティング	児童面接	関係者会議	昼食	児童面接	午後活動に参加	記録整理	業務終了

## 波田学院についてさらに知りたい人は

<http://www.pref.nagano.lg.jp/hatagaku/>



# 心理職あれこれ

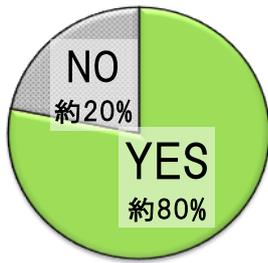


現職の心理職員32名に聞きました

Q1 あなたの性別を教えてください

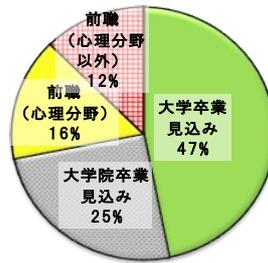
男性×13人 + 女性×19人

## 長野県出身ですか？



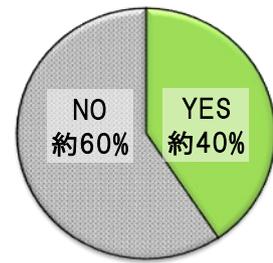
約80%が県内出身者。県外出身者は東北・北陸・関東・近畿地方とさまざまです。大学や勤め先が長野県だったり、長野での生活に慣れて受験したとのこと。

## 採用試験受験時は？



約半数が大学卒業見込みで受験しています。約3割の方が転職組であり、さまざまな年齢層の方が受験しています。

## 臨床心理士資格はありますか？



心理の仕事に就こうと思ったら臨床心理士資格が必要と言われる就職先も多い中、長野県は臨床心理士（見込み含む）でなくても受験できます！

## 長野県心理職になってよかったことは？

- ・ いろいろな職場を経験できる、勉強できる。
- ・ 給与面、福利厚生がしっかりしているなど生活が安定する。
- ・ 育児休業が子どもが3歳なるまでの間取得ができるし、安心して子育てできる。
- ・ 病院等勤務と比べ、多くの心理職の人と仕事できるので、学び合ったり相談できる。

## ワークライフバランスをどうしてま

### すか？

- ・ 休日は休む、体を動かす、趣味を楽しむ、仕事を持ち帰らないなどオン・オフのメリハリをつける。
- ・ 優先順位を決めて仕事するなど、効率的に仕事が進むよう考える。
- ・ 職場の人と飲み会をして発散する。

## 長野県の心理職の魅力とは？

- ・ 他職種への任用替えがない。
- ・ 心理職全体の人数が少ないので、連帯感がある。心理職同士相談しやすい。
- ・ 向上心や意欲の高い人が多く、刺激を受ける。
- ・ 長野県で生活できる。

## 想像と違ったことは？

- ・ 面接や心理検査だけではない。行政事務はじめコンサルテーション、地域援助の業務もかなり多い。
- ・ 勤務先によっては出張の機会が多い。
- ・ 残業することはあります…。

## 学んでおくと良いことは？

- ・ 心理検査、発達心理学など。
- ・ いろいろな価値観に触れたり、いろいろなことに興味をもち知見を広げる。
- ・ コミュニケーション能力を磨く。



働くために  
働きやすいように  
仕組みがあります



**初任給** 188,200円 ※平成29年4月1日現在（諸手当含む）大学卒業後直ちに採用された場合  
給料は給料表にて定められおり毎月支給されます。なお、学歴や社会人等経験年数に応じて加算されることがあります。

**昇給** 原則、毎年1回の定期昇給があります。

## 各種手当

<b>扶養手当</b>	配偶者は13,000円、配偶者以外は各6,500円（配偶者がいない場合の1人目は11,000円）が、毎月支給されます。
<b>住居手当</b>	10,500円を超える家賃の額に応じて最高27,000円まで毎月支給されます。
<b>通勤手当</b>	運賃相当額の範囲内で支給されます。
<b>単身赴任手当</b>	支給対象要件を満たす場合、距離に応じた区分の手当が支給されます。
<b>期末勤勉手当</b>	1ヶ月分の給料等をベースに、年間4.30ヶ月分（平成28年実績）が6月と12月に支給されます。

## 勤務形態

<b>勤務時間</b>	原則として午前8時30分から午後5時15分までです。うち午後0時00分から午後1時00分までは休憩時間となっており、勤務時間は週38時間45分です。なお、職員の希望に基づく時差勤務制度を活用できます。
<b>勤務形態</b>	完全週休2日制（原則、毎週土・日曜日は週休日）です。祝日、年末年始（12/29～1/3）は休日です。出張や休暇に合わせてテレワークを利用することができます。
<b>休暇制度</b>	年次有給休暇が年20日（新規採用1年目に限り年15日。最大20日翌年に繰り越し可能）、夏季特別休暇（5日間）、結婚休暇（連続7日間）、産前・産後休暇（出産前後各8週）、育児休業（子が3歳になるまでの間）等があります。

## 福利厚生

<b>宿舎</b>	県内各地に世帯用・単身用の職員宿舎や独身寮が用意されており、生活の拠点となっています。
<b>健康管理</b>	全職員を対象に毎年定期健康診断があります。年齢に応じて人間ドックや各種特別健診も行っており、健康で快適な職場環境づくりを図っています。
<b>共済・互助制度</b>	健康保険や年金制度が整備され充実した給付が行われます。また、病気や怪我などの不測の事態が生じた場合には見舞金が、結婚・出産・子どもの小学校入学等の際には祝金が給付されるほか、生活資金や住宅資金等の貸付も行われています。保養施設利用や、元氣回復・リフレッシュ活動を行う際の助成もあります。
<b>レクレーション・サークル活動</b>	職員の健康増進と親睦を兼ね、野球、テニス、バレーボールなどの球技大会が開催されています。また各地域の祭りへの参加、ヨガ部、卓球部、排球部、バドミントン部、登山部といったスポーツサークルや、図書部、吟道部、書道部、英会話部といった文化教養サークルが活動しています。

## 配属・異動・昇任

<b>配属・異動</b>	新規採用職員は、概ね3年経験を積んだ後、3～4年ごとに異動するのが一般的です。自己申告制度による本人の希望の他、勤務成績の結果や適性等が考慮されます。
<b>昇任</b>	昇任は、経歴や勤務成績を考慮し、能力主義によって行われます。

## 研修制度

<b>キャリア形成研修</b>	新規採用職員研修（1年目2回、2・3・5・7年目）、キャリアアップ研修（係長級昇任前等）、リーダー養成研修等
<b>能力開発研修</b>	共感力:ホスピタリティ研修、政策力:政策研究、自主企画海外派遣研修、発信力:プレゼンテーション研修等
<b>その他の研修</b>	コンプライアンス研修、子育て職員支援研修、女性活躍推進研修等

## もっと詳しく知りたい方は

長野県HP <http://www.pref.nagano.lg.jp/>

ホーム > 県政情報・統計 > 組織・行財政 > 組織・職員 > 長野県職員募集案内





しあわせ信州

長野県 職員採用

検索

