

気仙沼地域センター地域支援課活動報告

気仙沼地域センター（以下、当課）の2021年度の東日本大震災による被災地域での活動は、気仙沼保健所管内の気仙沼市、南三陸町であった。

【地域住民支援事業】

2021年度の地域住民支援は、本人や家族、関係者の依頼に基づいて、子どもから高齢者までの精神的健康に関する相談を受け、支援を実施した。

1. 相談支援事業（心の相談窓口の開設）

学校からの依頼により、学生やその家族、教職員を対象に相談室を開設し、心の健康増進や精神疾患の予防を行った。

気仙沼市立病院附属看護専門学校学生相談窓口（20回開設、利用延べ人数29名）

気仙沼市医師会附属准看護学校学生相談窓口（17回開設、利用延べ人数4名）

2. 地域住民交流事業

（1）社会的孤立状態にある住民に対する支援事業（男活）

社会的に孤立しがちで精神的健康度が低下しているか、その可能性が考えられる男性に対して、精神的健康の改善や促進を目的として、健康に関する講話や活動の体験および交流の時間を提供した。開催に際しては、気仙沼市保健福祉部健康増進課（以下、市健康増進課）に共催いただいた。対象者への声掛けには、気仙沼市の関係部署（地域包括ケア推進課、地域包括支援センター、高齢介護課、社会福祉課、唐桑総合支所、本吉総合支所）や気仙沼市内の医療機関、相談機関に協力をいただいた。年7回の開催を予定していたが、第7回は新型コロナ拡大予防のため中止した（6回開催、参加延べ人数18名）。

【支援者支援事業】

1. 専門職員の派遣

市健康増進課および南三陸町保健福祉課健康増進係（以下、町健康増進係）に職員1名を週4日派遣し、保健師業務の補助を通して、自治体保健師の業務負担の軽減に向けた取り組みを実施した。

2. 支援者のメンタルヘルス支援事業

（1）気仙沼市職員健康相談窓口（心の相談窓口の開設）

自治体職員向けの健康相談窓口を、気仙沼市役所内に毎月第3水曜日10時から16時の枠で開設した（利用延べ人数29名）。窓口開設にあたっては、気仙沼市総務部人事課と連携し支援を行った。

（2）南三陸町職員健康相談窓口（心の相談窓口の開設）

自治体職員向けの健康相談窓口を、毎月第3木曜日14時から19時の枠で開設した（利用延べ人数18名）。窓口開設にあたっては、南三陸町総務課と連携し支援を行った。

3. 支援者の心の健康づくり支援事業

被災者支援に関わる職員や、被災した地域で精神保健福祉を担う職員向けの研修や講話などを、依頼を受けて実施した（表1）。

表1 支援者の心の健康づくり支援事業

実施日	開催市町	研修名・内容	回数	参加人数	依頼元
2021/4/2 2021/4/16	気仙沼市	三峰病院院内新入職員研修 「精神障害についての理解を深める」	2回	28	医療法人移川哲仁会三峰病院
2021/4/7 ～2022/3/2	気仙沼市	ホープガーデン職員研修 ソーシャルスキルトレーニング（SST）	22回	延べ 126	障がい者就労移行支援事業所 株式会社希望舎ホープガーデン気仙沼
2021/7/14	南三陸町	南三陸町社会福祉協議会職員研修 「コミュニケーション上手になろう」		45	社会福祉法人南三陸町社会福祉協議会
2021/7/16	気仙沼市	気仙沼市介護認定調査員向け研修「セルフケアについて日頃の心の持ち方～心身を疲れさせないために～」		10	気仙沼市
2021/11/25	気仙沼市	ケアホームめぐみ職員研修会 「話を聴くということ」		15	特定非営利活動法人泉里会 共同生活援助事業所ケアホームめぐみ
2021/12/15	南三陸町	南三陸町社会福祉協議会職員研修 「コミュニケーション上手になろう」 アサーション編		44	社会福祉法人南三陸町社会福祉協議会
2021/12/22	気仙沼市 南三陸町	第1回保健・医療・福祉などの支援者向け 「精神疾患を学ぶ」研修会		77 ※1	気仙沼保健所
2022/1/24 ～2022/3/28	気仙沼市	とれいん職員・利用者研修 ソーシャルスキルトレーニング（SST）	4回	延べ 17	一般社団法人コ・エル 就労サポートセンターとれいん
2022/1/25	気仙沼市	第2回保健・医療・福祉などの支援者向け 「精神疾患を学ぶ」研修会		28 ※2	気仙沼保健所
2022/1/28	気仙沼市	気仙沼市職員研修 「ハラスメント防止研修」		1,700 ※3	気仙沼市

※1 参加人数には気仙沼市会場での参加に加え、南三陸町会場でのオンラインによる参加者も含まれる。

※2 各聴講者ごとにオンライン研修となった。

※3 参加人数には会場での参加に加え、オンラインによる参加者も含まれる。

【普及啓発事業】

1. 住民対象メンタルヘルス普及啓発促進事業

（1）市町各種活動支援事業

①「自殺予防に関する普及啓発の取り組み」への協力

気仙沼市が9月の自殺予防週間と3月の自殺対策強化月間に行った自殺予防に関する普及啓発の取り組みに共催し、市健康増進課と共同して、パネル展示と普及啓発物の配布を行った。期間中には、気仙沼市にあるラジオ局「ラヂオ気仙沼」（以下、ラヂオ気仙沼）の協力をいただき、自殺予防についての情報を発信した。

南三陸町が9月の自殺予防週間に行った自殺予防に関する普及啓発の取り組みに協力した。3月の自殺対策強化月間には南三陸町と共催し、自殺予防に関する普及啓発活動として普及啓発物の配布を行った。

②その他の研修事業

自治体が行った地域住民に対する講演に協力し、心の健康に関する理解と知識の普及を図った（表2）。

表2 市町各種活動支援事業

実施日	開催市町	研修名・内容	参加人数	依頼元
2021/10/12	気仙沼市	階上地区保健推進員研修「ストレスと上手につきあおう」	18	気仙沼市
2021/12/17	気仙沼市	令和3年度こころの健康づくり講演会（本吉地区） 「～あなたと身近な人の命を守るために～早く気づいて、ストレスと心の病気」	33	気仙沼市
2021/12/17	気仙沼市	令和3年度こころの健康づくり講演会（唐桑地区） 「心穏やかに過ごすためのヒント～コミュニケーションとストレスケア～」	26	気仙沼市
2022/3/14	気仙沼市	令和3年度こころの健康づくり講演会（気仙沼地区） 「心穏やかに過ごすためのヒント～コミュニケーションとストレスケア～」	12	気仙沼市

(2) 健康フェスティバル等支援事業

気仙沼市が主催する「健康づくりフェスタ」において、心の健康と飲酒関連問題についてのポスター展示と普及啓発物を配布し、地域住民の心身の健康維持、増進を図った。

南三陸町福祉・健康まつりに実行委員として参加し、地域住民に対して心の健康についての普及啓発活動を行う予定で準備を進めていたが、新型コロナ緊急事態宣言が発令されたため、当日の普及啓発活動は中止となった。

(3) 講演・講話

地域住民を対象として、心の健康について理解を深めるための研修や講演、講話などを行った（表3）。

表3 講演・講話

実施日	開催市町	研修名・内容	参加人数	依頼元
2021/5/7	気仙沼市	薬物乱用防止教室講話「自傷行為とは」	260	宮城県本吉響高等学校
2021/8/24 ～2022/2/22	気仙沼市	健康講話 4回	延べ 29	市営牧沢住宅A地区
2021/9/8	気仙沼市	気仙沼市ガス水道労働組合青年女性部学習会 「メンタルヘルスについて」	8	気仙沼市ガス水道労働組合
2021/10/12	気仙沼市	認知症カフェ・鹿折交流会 「心の健康の保ち方について」	14	気仙沼市鹿折・唐桑地域包括支援センター
2021/10/25	気仙沼市	中学校保健講話 「迷える中2の友達つきあい」	64	気仙沼市立面瀬中学校
2021/11/12	気仙沼市	認知症懇談会・燦さんカフェ 「心の健康の保ち方について」	9	気仙沼市鹿折・唐桑地域包括支援センター
2021/11/16	気仙沼市	薬物乱用防止教室講話 「薬物依存の現状と危機回避」	14	宮城県気仙沼高等学校
2022/2/14	気仙沼市 南三陸町	気仙沼・本吉地区高等学校生徒指導教諭向け研修「学校と精神保健との連携～当センターの経験から～」	100	気仙沼・本吉地区高等学校生徒指導連絡協議会
2022/2/25	気仙沼市	3年生講話 「コミュニケーションの取り方」	60	気仙沼市立条南中学校
2022/2/28	気仙沼市	卒業前講座 「看護職のメンタルヘルスのセルフケア」	33	気仙沼市立病院附属看護専門学校

2. 広報事業

(1) 「三陸新報」へのコラム掲載

地域住民に対して心の健康に関する情報提供を目的として、気仙沼市を中心に購読されている地方紙の三陸新報に、気仙沼保健所と共同してコラム「三陸こころ通信」を月1回掲載した。掲載内容については、地域状況に合わせたものや東日本大震災に関連した内容を盛り込んだ。当課が2025年度で活動を終了することから、2021年度は年6回から4回に減らし執筆した。また、当課が担当した9月掲載の「自死（自殺）を予防するためにできること」と、3月掲載の「3月11日を迎えるにあたって」は、市健康

増進課・町健康増進係と共同で作成した。

(2) ラジオを通じた情報発信

広く住民に、新型コロナ流行下における心の健康の保ち方を周知することを目的として、ラジオ気仙沼と情報発信を行った。

【まとめ・今後の展望と課題】

みやぎ心のケアセンター第2次運営計画に基づき2025年度の活動終了に向けて、2021年度は、圏域における課題を情報共有し、地域における今後の心のケアの在り方を検討する場として、関係機関（気仙沼保健所、精神保健福祉センター）と当課による打合せを定期的実施した。また、圏域では2021年度以降の心のケア体制について、自治体との意見交換の場として気仙沼保健所が主催する「心のケアミーティング（心のケア在り方検討会）」が開催されてきた。2021年度も開催に向け、2020年度に自治体から伺った地域の課題について、関係機関（気仙沼保健所、精神保健福祉センター）と当課で自分たちができる対応について検討した。今後の取り組みについて、自治体と細やかな意見交換が必要と考え、自治体関係課ごとに打合せの開催を依頼し、気仙沼保健所ならびに当課が出向き説明を行った。コロナ禍のため「心のケアミーティング（心のケア在り方検討会）」の開催には至らなかったが、2022年度以降も継続していく。その他、対象自治体関係課に当課職員を派遣し、年間を通して自治体への業務支援を実施した。

2021年度は、気仙沼保健所は新型コロナへの対応、自治体は新型コロナワクチン接種業務などが増大し、当課の事業も計画通りに実施できないこともあったが、地域精神保健福祉活動の向上を目指して気仙沼保健所、精神保健福祉センターと共に自治体支援を行うことができたと考える。

さらに、2022年度は、活動終了に向けてのスケジュールや当課の活動状況を地域の関係機関とこまめに共有しながら、連携をより一層強化し①住民支援②支援者支援③普及啓発の3事業に取り組むとともに、事業の終結、関係機関への引継ぎなどについても検討を進めていきたいと考える。