

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2022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】

1. 個別支援

2022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、支援を行った。

2. 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、学生などを対象にした相談室の開設や、気仙沼市からの依頼により、子育て中の保護者などを対象にした相談窓口の開設を行い、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12名）

気仙沼市医師会附属准看護学校学生相談窓口（8回開設、利用延べ人数0名）

気仙沼市児童センター相談窓口（12回開設、利用延べ人数4名）

3. 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。

（5回開催、参加延べ人数14名）。



タオル体操



寄せ植え

【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3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38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19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
2022/4/20 ～2023/3/1	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)	23	延べ 101	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
2022/4/20 ～2023/3/27	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)	11	延べ 132	一般社団法人コ・エル就労移行支援事業 就労サポートセンターとれいん
2022/12/2	気仙沼市	保健・医療・福祉などの支援者向け 「精神疾患を学ぶ」研修会	1	32	気仙沼保健所

【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、依頼を受け講師を派遣し、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
2022/5/27	気仙沼市	気仙沼市保健推進員連合会研修「心の健康とコミュニケーションについて」	57	気仙沼市
2022/7/1	気仙沼市	気仙沼市松岩地区保健推進員講話「ストレスと上手につきあおう」	20	気仙沼市
2022/9/22	気仙沼市	気仙沼市西地区保健推進員講話 「日常に取り入れたい心のリフレッシュと手軽にできるストレッチ方法」	28	気仙沼市
2022/11/18	気仙沼市	気仙沼市本吉地区保健推進員講話 「心と体の健康を保つために～ストレスとの上手な付き合い方～」	36	気仙沼市
2022/12/22	気仙沼市	令和4年度こころの健康づくり講演会（唐桑・本吉地区） 「心の疲れに気づこう～ストレスとケアについて～」	22	気仙沼市
2023/2/14	気仙沼市	傾聴講座「ゲートキーパー養成講座」	17	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、新型コロナウイルス感染症（以下、新型コロナ）拡大防止のため、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
2022/5/13	気仙沼市	薬物乱用防止教室講話「自傷行為とは」	180	宮城県本吉響高等学校
2022/7/26 ～2023/1/24	気仙沼市	健康講話 3回	23	市営牧沢住宅A地区
2022/8/31	気仙沼市	コーディネーター育成講座セルフケア編 「セルフケア、メンタルヘルスの基礎について」	15	気仙沼まち大学運営協議会
2022/9/6	気仙沼市	中学校保健講話「迷える中2の友達づきあい」	47	気仙沼市立面瀬中学校
2022/9/8	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」	39	宮城県気仙沼高等学校
2022/10/14	気仙沼市	気仙沼市赤岩地区熟年部講話「心の健康について」	20	気仙沼市赤岩地区
2022/11/23	気仙沼市	気仙沼市上沢2区講話「心の健康について」	18	気仙沼市上沢2区
2022/12/6	気仙沼市	高等学校教頭会本吉地区会講話「東日本大震災に関連した心の変化」	7	高等学校教頭会本吉地区会

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、2022年度はこれまでの回数を減らし年4回執筆した。また、当課が担当した3月掲載の「この時期だから大事なこと～不安な心とのつきあい方～」は、市健康増進課と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、2022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、当課）による打合せを定期的実施した。圏域では2021年度以降の心のケア体制について、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）」が自治体との意見交換の場として開催され当課も出席した。また、活動終了に向けて、課内で個別事例の支援方針の検討や今後の活動スケジュールの進捗管理を行い、自治体や気仙沼保健所と打合せを行った。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。

2022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、2023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。