

平成30年10月26日(金) 平成30年度みやぎ心のケアフォーラム
(TKPガーデンシティ仙台)

東日本大震災後の7年間の 心のケアの実践と今後に向けて ～それぞれの地域の課題から見えてくるもの～



気仙沼市保健福祉部 健康増進課 健康増進係

保 健 師 小 山 寛子
精神保健福祉士 小笠原 礼佳



気仙沼市の概要 〔平成30年8月末現在〕



- 仙台市から車で2時間半程度
- 宮城県の最北端，岩手県境に位置
- 産業は水産業と観光業が中心
- 面積：332.44 km²
- 人口：64,116人
- 世帯数：26,445世帯
- 高齢化率：36.9%

気仙沼市観光キャラクター
「海の子ホヤボーヤ」

気仙沼市の被災の状況①〔平成30年8月末現在〕

● 死者数: 1,042人 (身元不明1人) 〔警察発表〕

※加えて震災関連死認定件数(平成30年4月26日審査会時点) **109件**

● 行方不明者数: 215人 〔警察発表〕

人口および世帯数の変化

	平成23年 2月末 ※1(A)	平成24年 2月末 ※2	平成29年 8月末 (B)	平成30年 8月末 (C)	震災前 との比較 (C-A)	一年前 との比較 (C-B)
人口(人) 【増減率(%)】	74,247	69,986	65,226	64,116	▲ 10,131 【▲13.6%】	▲ 1,110 【▲1.7%】
男(人)	35,950	33,879	31,722	31,155	▲ 4,795	▲ 567
女(人)	38,297	36,107	33,504	32,961	▲ 5,336	▲ 543
世帯数	26,601	25,555	26,437	26,455	▲ 146	18

※1, ※2: 外国人登録者数を含まず

外国人登録者数 ※1: 人口 464 男 40 女 424 世帯数 402

※2: 人口 264 男 37 女 227 世帯数 225

気仙沼市の被災の状況②〔平成30年8月末現在〕

- ・津波浸水面積： 18.65km²
- ・気仙沼市面積： 333.41km²
(震災当時)
〔浸水割合5.6%〕
- ・気仙沼市面積： 332.44km²
(平成28年5月時点)

■家屋の被災状況

〔平成26年3月末日現在〕

- ・被災家屋： 26,124 棟
 - 全壊： 16,459
 - 大規模半壊：2,307
 - 半壊： 1,893
 - 一部損壊： 5,465
- ・全体家屋数： 63,803 棟
〔被災割合40.9%〕
- ・被災世帯数： 約8,440世帯

※注1)被災世帯数は、被災者生活再建支援金基礎支
援金申請件数へ東日本大震災の発生に伴い消滅した
世帯数の概算の数値を加えたもの

■産業系の被災状況

■事業所数

4,593事業所
うち被災事業所数(概数)
3,672事業所

79.9%

■従業者数

33,628人
うち被災従業員数(概数)
27,736人

82.5%

※注1)事業者数と従業員数は平成21年経
済センサス基礎調査調査区別集計に
よる

※注2)被災事業所数等は、津波の浸水によ
る直接的な被害の規模を推し量る目
安として、航空写真・衛星画像等から
総務省が平成23年度に推定したもの

震災直後の気仙沼市内の様子

気仙沼市役所前



住宅再建の状況

住宅名	入居戸数 (H24年1月最大時)	入居戸数 (H30年7月末現在)
プレハブ仮設住宅	3,360 戸 (8,288人)	110戸 (238人)
県民間賃貸借上住宅	1,602戸 (4,737人)	50戸 (125人)
災害公営住宅	—	1,935戸 (整備戸数：2,087 戸)
防災集団移転	—	805戸 (整備戸数：910戸)

現在の気仙沼市内の様子



震災後の心のケアの実践から見えてきた課題は…

社会的孤立状態にある男性への支援です！



震災後の支援の中で…①

～見えてきたもの～

- 震災後、健康調査や見守り活動が行われるようになり、**アルコール関連問題が顕在化。**
- 特徴として、**男性**で無職・独居・**地域から孤立しているケースが多く**、支援者が対応に苦慮している状況。
- アルコールに関する訪問支援件数は、震災前後で**約4倍に増加。**
- **アルコール問題がなくても**、対人関係が苦手であり、地域の中で関わりが乏しいことから、疎外感を感じている方もいることが分かった。

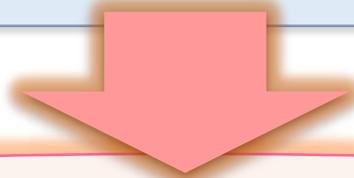


社会的孤立状態に至る要因は、アルコール問題に限らず様々である。

震災後の支援の中で…②

～支援者の悩み～

- 社会的孤立状態にある方の支援は、時間とマンパワーがかかり、**継続的な支援が求められるが、回復には時間がかかる。**
- 家族はいるが、疎遠になっており、**サポートが受けられない。**
- 資源が少なく、個別支援が中心。そのため、**支援者も孤立し、疲弊する。**



個別支援には限界がある！何か個別支援以外の方法はないか？

個別支援以外の支援方法とは…？

どうしたら良いのかな？



ココ
心カフェ事業
(メンタルヘルス交流会)の
手法は活かさないかな～！？



そうだね～！ココ
心カフェ事業から
ヒントをもらおう！



メンタルヘルス交流会「^こ心カフェ」事業とは？

訪問等を通して、民間賃貸住宅入居者は、応急仮設住宅入居者比べて支援が少ない！地域からの孤立感を感じる！との声があり。

「孤立感の軽減」と「心の健康・回復力を高める」ことを目的

心(こ)カフェ



◇応急仮設の建設戸数は、3,360戸

◇民間賃貸借り上げは、1,602戸

以外と多い

民間賃貸

「心カフェ」の「心」こころ
今回は、リラクゼーション



4団体と協力して実施

- ◇心のケアセンター
- ◇社会福祉協議会
- ◇三峰病院
- ◇市

関係機関

「心カフェ」の「カフェ」
交流



^{ここ}
心カフェから学んだこと
「3つのつながる」がキーワードだった！

- 1 対象者が複数の支援者とつながる
- 2 対象者同士がつながる
- 3 支援者同士がつながる



社会的孤立状態にある男性への支援 ～事業立ち上げまでの流れ～

検討開始

みやぎ心ケアセンターと市とで

1 課題の整理



2 対象者のイメージの擦り合わせ



3 対象者へのヒアリング



4 ヒアリング結果の分析



5 実施内容の検討

社会的孤立状態にあると考えられる要因について

対象者へのヒアリングの結果，社会的孤立状態にあると考えられる要因は様々であったが，共通して見られた要因を3つのカテゴリーに分けた。

1 孤立状態

(単身生活かつ社会的つながりが少ない等)

2 コミュニケーション

(対人トラブル，SOSを出しにくい，支援者への依存が強い等)

3 表面化している問題

(飲酒，精神疾患，喪失，暴力・暴言，希死念慮，セルフネグレクト等)

社会的孤立状態にある男性への支援「男活」事業の概要

<p>目 的</p>	<p>①社会的孤立の改善 ②心身の健康度を高める</p>
<p>対 象</p>	<p>社会的孤立状態にあって、精神的健康度が低下している又は、その可能性が考えられる男性。</p>
<p>内 容</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 体験（物づくりや体操を通して対人交流を図る） • 健康ミニ講話（健康に関する意識を高める）
<p>構成機関</p>	<ul style="list-style-type: none"> • みやぎ心のケアセンター • 気仙沼市
<p>実施期間</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 平成29年度(パイロット実施)～

平成29年度周知チラシ



男性参加者大募集!

見学だけでも
OK!

「男活」のご案内

～技を学び知を深める～

男活は、男性のための「生活を広げる様々な活動を行う場」です。
男活へのご参加をぜひ、お待ちしております!

<日程表>

	日程	時間	内容
1	平成29年 12月5日 (火)	午後1時30分～3時	～生活に彩を増やしてみよう～ 「苔玉作り」 
2	平成30年 1月26日 (金)	午後1時30分～3時	～あなたの勝負勘をここで活かそう～ 「コミュニケーション麻雀」 
3	平成30年 2月26日 (月)	午後1時30分～3時	～筋肉の貯金をしよう～ 「ニュースポーツ」 

<会場>

市民健康管理センター「すこやか」(気仙沼市東新城2丁目2番1)

・参加費無料!
・お一人でのご参加も大歓迎!
・1回のみのご参加もOK!



【お申込み・お問合せ先】

みやぎ心のケアセンター気仙沼地域センター

電話：0226-23-7337 (受付時間：月～金 8:30～17:15)

平成29年度パイロット実施状況

実施回数	3回
参加人数	6人(延べ)
参加者が抱える問題	アルコール関連問題、ひきこもり、対人不安がある方など
内 容	①体験（苔玉作り、コミュニケーション麻雀、ニュースポーツ） ②健康ミニ講話（血圧の話、バランスの良い食事など）
実施状況	<ul style="list-style-type: none">対象者の約30事例に声かけをしたが、交通手段がない、体調が悪い、交流は苦手等の理由で参加しない方が多かった。継続して3回参加した方は、「男活」をきっかけに自信が持て、就労に繋がった。

平成29年度パイロット実施を振り返って

- **既に社会的孤立状態にあると考えられる方は、参加することが難しく、個別訪問などが現実的な支援であることがわかった。**
- **一方、社会的孤立状態になる可能性のある方にも対象を広げることにより、それ以上悪化することを防ぐことができないかと考えた。それは、長期的にみて社会的孤立状態に至る人を減らすことにつながると思われた。**

平成30年度の実施に向けて

- 対象者は、**社会的孤立状態にあると考えられる方及び社会的孤立状態になる可能性のある方にも対象を広げる。**
- **庁内の関係課へと連携を拡大し、実施する。**
(庁内関係課：地域包括支援センター，社会福祉課，
高齢介護課，唐桑総合支所，本吉総合所)



まとめ

- 個別支援の積み重ねを通して、地域の課題を改めて認識。社会的孤立状態にある方の支援は、個別支援とグループ支援の両輪が必要。
- 日頃からの支援関係者との顔の見える関係づくりとそれぞれの機関の強みを活かし協力していくことが、地域の課題を解決することにつながる。

ご清聴ありがとうございました



気仙沼市観光キャラクター
「海の子 ホヤぼーや」