

る参市からの報告

~東日本大震災後7年間の心のケアの実践と今後の課題~





2011.3.11 予想をはるかに超えた甚大な被害



M9.0 震度6強 津波の高さ15.5m

平成30年10月26日 石巻市健康部 沓沢はつ子

石巻市の状況

平成17年4月 1市6町合併 北上川河口 県下第2の都市

	平成23年2月末	平成30年8月末	増減	高齢化率
人口	162, 822人	145,020	▲17,802人	31.8 % H30.3月末
世帯数	60, 926戸	61,392戸	466戸	



	平成30年8月末	備一考
死者(行方不明含む)	3,601人	人口の約2%
避難者数	50,758人	H23.3.17 最大
避難所数	259か所	平成23年10月11日閉鎖
住宅建物被害	(全半壊)33,079棟 (一部損壊)23,615棟	全家屋(74,000棟)の 約76.6%が被災
プレハブ仮設住宅	325戸 入居者 659人 (4.5%)	131団地(7,297戸) ピーク時入居者 16,788人
みなし仮設住宅	220戸 入居者 525人	ピーク時入居者 15,482人
復興公営住宅	4,416戸	4,456戸整備予定の <mark>99.1%</mark> 完成

避難所運営時期の保健活動

地元保健師はコーディネート役

3月15日〜全国の派遣保健師の活動開始 3月16日〜石巻赤十字病院合同医療救護 チームや地元医師会と活動



- 3月17日~福祉避難所設置
- 3月18日~心のケアチームとともに活動開始
- 3月20日~避難所妊婦把握

石巻日赤医師災害医療の一元管理

- 3月21日~新生児訪問開始
- 3月30日~在宅避難者全戸訪問健康調査とフォロー

震災直後~2か月後の心のケア活動

心のケアチームとともに

求職者ケア →ハローワークへ

支援内容

① 精神疾患患者の症状悪化への対応

市職員・消防署員 →ストレス相談

- ② 不眠、不安・恐怖、イライラ等への対応 「地震で死ねばよかった」「夜になると死にたくなる」
- ④ 高齢者の夜間せん妄への対応
- ⑤ 要支援者の施設入所及び入院支援
- ⑥ 学校始業前後の相談目立つ→子どものケア 先生向け講話

© fumira

子どものケア 教育委員会

仮設住宅運営時期の心のケア活動

●最小限の平常業務再開(3か月後~)



乳幼児健診→<u>臨床心理士の</u>フォロー

(心の相談票活用)

福祉・障がい・介護・地域協働の各課と調査票の内容協議

- ●仮設住宅全戸訪問健康調査→K6で心のチェック開始
- ●訪問支援員の見守り、看護師の巡回 住民ケアだけでなく、支援者のため心のケアチームによる面接や 講話を実施→多職種によるエリアミーティングへ
- ●健康相談+茶話会+α(地元育成ボランティア活動、心の講話 軽運動、軽食作り、歯科相談等)

孤独死、自殺対策コミュニティづくり

ささえあいの地域づくり

市民傾聴ボランティアによ る傾聴カフェ 保健推進員や食生活改善 推進員等の活躍→ メンズクラブ・ダンベル体操







アルコール問題 孤独死予防



復興公営住宅の健康生活支援体制

エリアミーティング

多職種連携会議

心のケアミーティング



地域包括支援センター

石巻市

保健師•栄養士 歯科衛生士等

H

田田

県・市 健康調查H27

入居前説明会 3回(H26~) 関係課共同実施



医療機関 ★歯科医師会



★看護師等



社会福祉協議会 (★生活支援員が見守り)

★地域福祉 コーティネーター

民生委員• 保健推進員

> ★H23~地域支え合い体制 づくり事業費補助金

H28~被災支援者総合交付金

障害者相談支援事業所 介護サービス事業所

> ★社会福祉士 伴走方支援等



★リハビリ 事業所

★心のケアセンター等

(精神保健福祉士・臨床心理士 •精神科医師)

石巻市次世代型 地域包括ケアシステム 平成25年~

★まちの 保健室

町内会

入居者 傾聴•運動普及 **ボ**ランティア

復興公営住宅

中長期を見据えた 新たな仕組みの心のケア活動



- ・震災こころのケア・ネットワークみやぎ H23.9~
 - からころステーション 市委託事業
- •みやぎ心のケアセンター H24.4~

石巻地域センター(支援者支援含む)





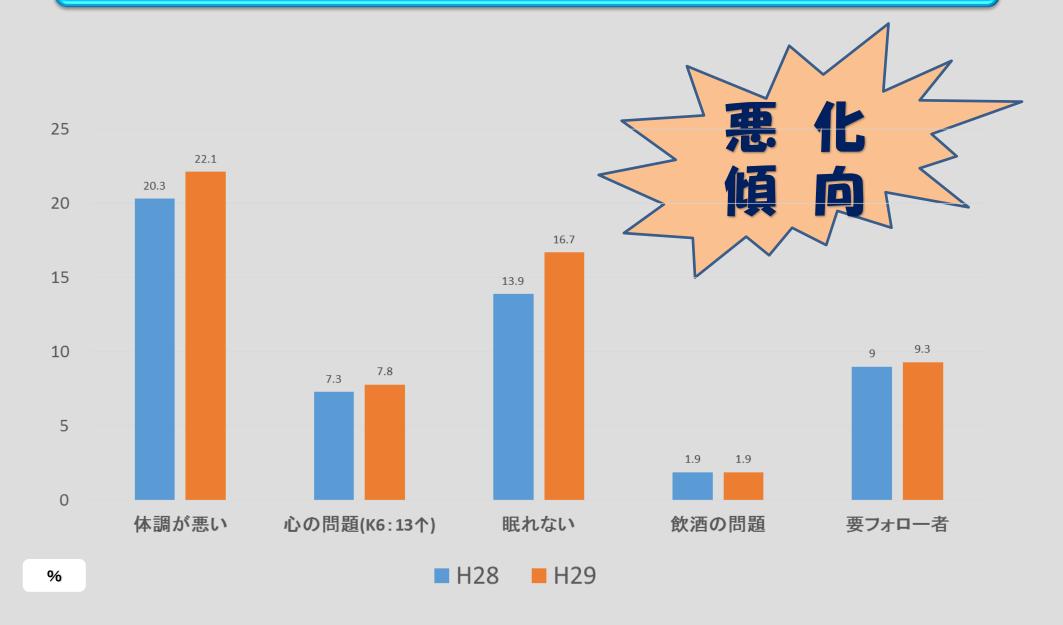
健康調査後のフォローやグループ支援

「心のケアミーティング」で連携強化

からころ・心のケアセンター・県精神保健福祉センター・保健所・石巻赤十字病院・地域包括支援センター・障害者相談支援センター等

•日本ASW協会から派遣!H23.9~H28.3

石巻市復興(災害)公営住宅入居者健康調査結果



復興公営住宅入居者の課題



- ●体調が悪い、不眠、K6高い、飲酒の問題
- ●持病を持っている:6割
- ●つながりの希薄化 独居・2人暮らし:8割 相談相手がいない:2割 行事へ参加しない:4割



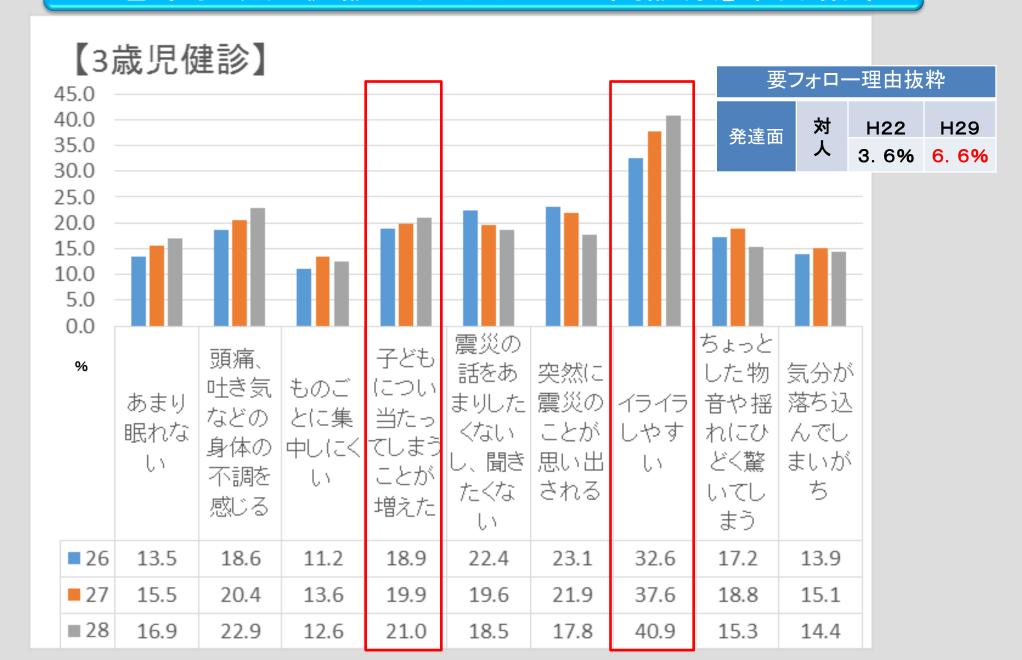


石巻市自殺死亡率の推移



[・]自殺死亡率:人口10万人あたりの自殺者 数を示す(自殺者数÷人口×10万人) ・統計データは、内閣府・厚生労働省 地域 における自殺の基礎資料 自殺日・住居地 の確定値より抜粋 ・平成23年石巻市自殺死亡率については、 自殺総合対策推進センター提供

石巻市乳幼児健診における「心の問診票」集計結果





- ●被災者の生活環境が、避難所、仮設住宅、復興公営住宅等とめまぐるしく変わる中で、心身の健康 状態は悪化傾向→交流拒否・抑うつ状態
- 震災によるうつ病などの精神的疾患等の発症懸念
- 問題が複合化→対応困難なケースが多い
- ●自殺者数→
- ●子どもを持つ親のイライラ、不眠、子に当たる

<u>復興期以降も中長期で被災者の心身のケアが必要</u>

心のケア活動は今後も継続が必要!

「どんなに辛い体験や心の傷つきも、人と人、心と心が繋がっていれば、癒しや希望が持てる。」

という言葉を胸に 今後も活動していきます。

田中万里子氏(サンフランシスコ州立大学名誉教授)





自死予防対策キャンペーン

ご清聴 ありがとう ございました。

