

第V章

石巻地域センターの活動報告

【石巻地域センター 課長】岡崎 茂 / 【課長補佐】佐藤 純子

1. はじめに

みやぎ心のケアセンター石巻地域センター（以下、当センター）は、2012年4月1日、旧石巻合同庁舎保健所棟に開設された。事務室として借用したのは使用されていなかったレントゲン室で、配属された職員全員で掃除、備品の購入などを行った。また同時並行で、内装工事、エアコンの設置が進められ、4月9日から当センター業務が本格的に開始された。

支援活動を開始するとはいえ、1市6町が合併した広範囲の石巻圏域で支援を展開していく方法が、見当がつかなかった。しかも、震災後1年の混乱した状況のなかで当センターの名前も知られていない中で活動が始まった。

2. 圏域の状況

(1) 市町の状況

2005年4月1日に旧石巻市、牡鹿郡牡鹿町、桃生郡雄勝町、桃生郡河北町、桃生郡河南町、桃生郡北上町、桃生郡桃生町の1市6町が合併し石巻市ができた。また、同年同日に桃生郡矢本町、桃生郡鳴瀬町が合併して東松島市が新設され、牡鹿郡女川町は単独町制を継続した。合併により、石巻市は県内第二の人口を擁しているが、東日本大震災（以下、震災）以降は、人口の減少と高齢化が進んでいる。

(2) 震災の状況

2011年（平成23年）3月11日14時46分、三陸沖で発生したマグニチュード9.0の震災は、石巻圏域（石巻市、東松島市、女川町）に甚大な被害を与えた。当時の状況は『東日本大震災－宮城県の発災後1年間の災害対応の記録とその検証－』より引用した。

(<https://www.pref.miyagi.jp/pdf/kiki/12shiryu2.pdf>)

①石巻市

津波により市街地や集落に甚大な被害が生じ、市の港湾や漁港、無堤防になっている旧北上川河口部などでは、後背地を含め被害が拡大したほか、河川や運河、用排水路にも津波が押し寄せ、市域の約13%、平野部の約30%が浸水する被害となった。死者・行方不明者が約4,000人と、全国市町村の中でも最も多い人的被害となった。

「北上川河口右岸は、『大川』と呼ばれ、漁業・農業が産業の中心で、2,500人ほど暮らしていた。海からの津波と川をさかのぼった津波に襲われ、多数の犠牲者が出た。河北総合支所管内では、450人以上の市民が死亡・行方不明となり、その多くは大川地区の住民であった。特に大川小学校では、襲来した津波により児童74人、教職員10人が死亡・行方不明となった。」（石巻市が平成29年3月発行の「東日本大震災 石巻市のあゆみ」P32）から引用

②東松島市

沿岸部が津波により壊滅的な被害を受け、多くの犠牲者が発生した。市街地の65%が津波により浸水し、住宅の流失や全壊が発生するなど、人口の80%が浸水被害を受けた。

田畑は農地の1,465haが塩害等の被害があったほか、農業施設の被害は180カ所に上った。漁港・水産施設は6漁港の37施設が被害を受けた。また、工場、事務所、店舗等に直接被害を受けた件数

は542カ所（全市の71.5%）となった。

③女川町

津波最大遡上高が県内で最大の34.7mを記録し、町内の7割が津波の被害を受け、多くの人命が失われた。

市街地西部の旭が丘や浦宿等一部を除く町内の大半の市街地、離半島部の集落が津波により被災し、そのほとんどの建物が全半壊の被害を受けた。

石巻圏域、2市1町の被害状況は、表1のとおりである。

表1 東日本大震災の主な被害状況（2020年7月31日現在）

	石巻市	東松島市	女川町
人口	160,826	42,903	10,051
世帯数	57,796	13,982	3,937
面積	555.78km ²	101.86km ²	65.79km ²
浸水面積	7,700ha（13.85%）	3,771ha（37.02%）	293ha（4.45%）
直接死	3,277	1,066	593
関連死	275	66	22
行方不明	419	23	257
全家屋に対する被災率	約76.6%	約97%	89.2%
住家全壊（床上浸水含）	22,044	5,519	2,924
住家半壊（床上浸水含）	13,049	5,558	349
一部破損	19,948	3,504	661
床下浸水	3,667	1,079	不明

出典：単位は人、棟、人口・世帯数は2010年国勢調査、数値は直近の各市町のHPより引用

3. 当センターの活動 ～顔をつなぐ、人とつながるから～

2012年度から2019年度までの活動を、宮城県の震災復興計画に合わせて3期に分けた。

（1）復旧期（2011年度～2013年度）

震災からすでに1年以上が経過し、地域の精神科医療はほぼ復旧していた。被災者支援も外部支援者を中心にして展開されており、どのような支援が必要とされるのか圏域の現状把握のために石巻保健所、石巻市役所と各総合支所、女川町、東松島市などを訪問した。さらに、支援団体会議への出席や社会福祉協議会、地域包括支援センターなどの支援機関などへの訪問も行った。圏域の精神科医療機関への訪問や心のケア活動を先行して展開していた一般社団法人震災こころのケア・ネットワークみやぎからこころステーション（以下、からこころステーション）との連携に向けた打ち合わせなども行った。

①地域住民支援

2012年5月、宮城県の民間賃貸借上住宅入居者健康調査に伴うハイリスク者訪問が本格的に動き出した。石巻市健康推進課とからこころステーションと打ち合わせを行い、その後、応急プレハブ仮設住宅入居者健康調査も始まり、健康調査の結果に基づく訪問支援が地域住民支援のメイン活動となった。

2012年度に、民間賃貸借上住宅への訪問を通じて、支援が行き届いていない孤立した被災者が未だに数多く存在していることを知った。そこで、孤立の回避と交流の機会の提供が必要ではないかと考え、畑作業を通じた交流の場として「ここファーム」の準備を開始した。また、自宅で手作品を趣味で作っている方々にも出会い、「せっかく作ってもだれにも見せたことがない」ということから作品発表と交流の場として「作品展&交流会」を開催し、後に対象を被災住民として継続された。当センターの活動の特徴ともいえるべき被災住民を対象としたサロン活動が「手芸教室」、「ここファーム」、「男の雑学教室」、「生活教室」と行われたが、この内「作品展&交流会」、「手芸教室」、「ここファーム」については、サロン活動として別途に報告をする。

開設当時の石巻圏域の状況は、以下のとおりである。

- a. 孤立と喪失感を抱え展望がないままの市民の存在
→特に民間賃貸借上住宅入居者は十分支援されてこなかったことへの不満。徐々に悲嘆反応、DV、虐待などが顕在化
- b. 多量飲酒者、自死念慮者の顕在化による地域の動揺
→応急プレハブ仮設住宅の独居、生活保護（元）、男性に多い
- c. 民間賃貸借上住宅入居者健康調査後のフォローが必要
- d. 被災者個別相談支援
→民間賃貸借上住宅入居者健康調査のフォローで出会った方を中心に訪問などで対応、必要に応じた非常勤医師による支援（見立て・医療機関紹介）
また、個別相談・訪問、サロン活動の開始時期は、次のとおりである。

- 1) 個別相談・訪問
 - a. 応急プレハブ仮設住宅訪問開始時期：2012年12月中旬頃（石巻）：訪問件数96件
 - b. 民間賃貸借上住宅訪問：2012年年央頃（石巻）：訪問件数：222件
- 2) サロン活動
 - a. 民間賃貸借上住宅入居者作品展&交流会 2013年3月7日～8日
 - b. 手芸（ちぎり絵）教室 2013年10月23日～2017年12月15日
 - c. ここファーム（農園）2013年4月～月2回の予定で開始。臨時開催もあり

②支援者支援

支援者同士の交流を通じて課題の共有と顔の見える関係づくりにつながった。そのほか、東北大学大学院医学研究科予防精神医学寄付講座（以下、東北大予防講座）や医療法人東北会東北会病院（以下、東北会病院）には、非常勤として専門性が求められる支援で協力いただいた。さらに、石巻市、東松島市、女川町、石巻保健所には出向職員が常駐し、通常業務を直接支えることで、行政職員の負担軽減に貢献した。

開設当時の石巻圏域の状況は、以下のとおりである。

- a. 現場職員や支援者（行政職員・社協職員・介護系事業所など）の疲弊
→被災時より働きづめ、自身被災者であることを話しづらい
- b. 本庁と総合支所ともに業務多忙で疲弊、人手が必要
- c. アルコール依存症のケアのための専門職による支援が必要
- d. 現場職員（行政職員、社協職員など）に対する支援
→個別相談・心のケア研修会・グループワークなどの実施（一部東北大予防講座と協同）
- e. 地域包括支援センターや保健推進員など支援者向け研修の実施
→支援者の心のケアに関する講話、必要に応じた個別相談
- f. 乳幼児健診への協力、乳幼児健診の場での親のケア、人材が必要
→河北・牡鹿地区の母子の見立て・心のフォローや現地保健師への助言
- g. ケース会議への参加、介護予防教室への協力
→現地支援者の活動支援・助言（一部東北会病院との協同）
- h. 出向職員による業務支援
→応急プレハブ仮設住宅および民間賃貸借上住宅入居者からの相談への対応を通じた行政職員への支援

③人材育成、普及啓発、その他

からころステーションと共催で、2013年3月に「震災こころのケア交流会みやぎin石巻」を開催し、石巻圏域の支援者同士の交流を通じて課題の共有と顔の見える関係づくりにつながった。その他に心のケア研修会を開催し、以降、毎年恒例の研修会となった。

- a. 2012 震災心のケア交流会in石巻

2013年3月1日 被災者支援の今を語ろう ～高齢者・障害者・子ども～

被災者支援のこれから 新潟こころのケアセンター 本間 寛子氏

b. 心のケア研修会（年1回、石巻イオンシネマを会場に開催）

2013年10月4日 子どもの心を聴く ～効果的なコミュニケーションのために～

サンフランシスコ州立大学名誉教授 田中 万里子氏

（2）再生期（2014年度～2017年度）

時間の経過とともに、石巻圏域における被災地のインフラ整備も進められ、それに沿うように復興支援団体も被災地から徐々に撤退を始めた。

①地域住民支援

復興公営住宅の完成など、徐々にではあるが被災地の復興は目に見えはじめ、被災された方々のうち自力再建や復興公営住宅に転居される方がいる一方で、応急プレハブ仮設住宅からの転居など未だ生活の目途が立たない方もおり、復興の格差も広がっているという現状が明らかになってきた。復興期の業務に加え、復興公営住宅の入居が開始されると入居者説明会の際に配布された健康調査票により、入居後健康調査（入居後1～2カ月以内）が開始され、訪問調査を行った。復興公営住宅の健康調査では、高齢者世帯が多く、また相談内容も認知症関連、家族関係、精神疾患、アルコールに関する問題などが多くみられた。

健康調査後のフォローや関係機関および家族などからの依頼により、「生活教室」をとおして在宅精神障害者への支援を行ってきた。対象者の中には、安心して活動できる場が少ないため外出しない方や、単独で医療機関を受診できず在宅で過ごす方も多く、そのような在宅の精神障害者に対して、自信の再獲得と自立の第一歩につなげることを目的として、希望者に生活教室を2015年9月から2017年7月まで実施した。中には、就労、就労継続支援B型事業所への通所などにつながった方もいた。教室の中で作った料理を家庭で振舞い、家族から喜ばれたと話があった。家庭の中での役割も大きくなり、本人なりに充実した生活をされている様子も伺えた。

②支援者支援

石巻市で復興公営住宅への転居が本格化し、健康調査への協力が増えた。また、東松島市での特定検診において65歳未満で γ -GTP100以上の方々への訪問活動による食生活の見直しや内科疾患治療、適正飲酒の動機づけなどの支援をした。

③人材育成、普及啓発、その他

震災心のケア交流会in石巻を圏域の13団体による実行委員会方式で開催したことで、本音の部分を交えた話し合いをすることができ、日常活動の中でも、各団体の得意分野での支援を依頼するなど、相互理解が深まった。

子どもへの支援については、2016年度から子どもの心のケア地域拠点事業計画に基づき活動することになったことから、関係機関職員を対象とした研修会の継続、個別支援にあたっては関係機関と良い関係を築きながら推し進めていった。

女川町で石巻保健所と共催で開催したアルコール研修会では、東北会病院医師と公益社団法人地域医療振興協会女川町地域医療センター内科医との間で、アルコール依存症者への支援についてのやり取りがあり、内科医療と精神科医療の連携を具体的に考えさせられる機会となった。その後、石巻保健所と共催で開催している「内科医療と精神科医療との連携について」の端緒であった。そして、石巻市河北総合支所において断酒会ミーティング体験会の活動も開始された。

（3）発展期（2018年度～2020年度）

①地域住民支援

石巻市内の応急プレハブ仮設住宅も2020年1月17日に全団地の入居者が退去し、解消された。しかし、2013年度に入居を開始した復興公営住宅も建設後5年を経過する中で、家賃が上がったため転居を余儀なくされている方や家賃滞納という問題も出てきている。

2012年5月から石巻市の委託を受けて復興公営住宅^注の健康調査、家庭訪問、健康相談会を行ってきた公益社団法人宮城県看護協会（以下、看護協会）が2018年3月末で活動を終了した。これまで当センターが訪問を依頼されたり、依頼したりという相互に補完し合っていた関係にある団体が活動から撤退していった。

また、サロン活動として実施してきた「作品展&交流会」、「手芸教室」、「男の雑学教室」、「生活教室」を終了し、参加者に地域包括支援センターや障害者支援事業を紹介したり、復興公営住宅内での活動に参加する動機付けを行った。

②支援者支援（協同事業）

2019年8月に県から当センターの活動を2025年度まで継続するという方針が示され、「2021年度以降における心のケアの在り方とみやぎ心のケアセンターの体制について」の管内市町との話し合いが、石巻保健所を中心にして2019年10月11日に心のケア（石巻圏域）市町意見交換会として行われた。市町の賛同を得て、心のケア活動から見えた地域の健康課題シートの提出を受け、以下のとおり、各市町の共通課題をまとめた。

- a. 石巻圏域内で措置入院などのケース移管の際に、支援継続を容易にしておくため、例えばフェーズシートの共通様式の作成を行う。各機関から中堅と新任期の保健師が参加し、プロジェクトチームを構成し、年度内の完成を目指す
- b. 今後、石巻圏域の地域精神保健福祉活動を継続・発展させていくために、若手職員の人材育成は必須で、同行訪問、ケースレビューなどを市町・石巻保健所・当センターが協力して実施していく
- c. マンパワー不足は、市町・石巻保健所があらゆる機会・場所をとらえて訴えていく
- d. 保育所や幼稚園で問題となっている、障害や病気でもない子どもへの今後の支援については、子ども地域拠点事業様の継続を希望する
今後、石巻保健所を軸にした打ち合わせが積み重ねられ、圏域の活動をさらに充実させていくことになるとと思われる

③人材育成、普及啓発、その他

アルコール関連問題研修会、自死対策研修会は石巻保健所と共同で開催し、石巻保健所との協同事業への大きな財産となったが、コロナ禍により中止となった。子ども地域拠点事業も中止となった。この3年間で、石巻保健所との協力関係は強化され、同行訪問、ケースレビュー、ケース検討会も行うようになった。

4. サロン活動「力を入れて取り組んできたこと」

当センター活動の特徴でもあるサロン活動、人材育成・研修は活動ごとにまとめた。

(1)「作品展&交流会」

2012年4月当センターが開設されて以降、石巻市の依頼を受けて民間賃貸借上住宅入居者を対象とした健康調査を実施した。その中で、「応急プレハブ仮設住宅には作品展示会や交流する場があるが、民間賃貸借上住宅に住んでいる者には、交流する場がない。」という意見が多く聞かれた。民間賃貸借上住宅入居者の中には、趣味で手芸などを行っている方もおり、その方々の作品展示と交流の場を設け、心と体の健康を取り戻すことを目的として「作品展&交流会」を宮城県旧石巻合同庁舎別棟で石巻市社会福祉協議会（以下、石巻市社協）の後援、石巻保健所と共催で、2013年から2017年まで6回開催してきた。

本事業では、訪問活動の中で作品の展示依頼を行ってきた。出展された作品は、吊るし雛、ちぎり絵、陶芸、籐細工、布細工、和紙工芸など多様であった。交流の場として、お茶っこスペース、ハンドマッサージ、折り紙、ちぎり絵作り、花の寄せ植えコーナーを設けた。来場者の中には作品出展者に作品の作り方を尋ねるなど交流も盛んに行われていた。また、「私も作品を作りたい。交流しながら作品

注 石巻市では災害公営住宅を、「復興公営住宅」と呼称している。

作りができる場を作って欲しい」という声が多く寄せられたことから、手芸教室（ちぎり絵教室）が始まっている。

お茶っこスペースでは、久々に会う方や震災時のことを話される方などの交流、出品者と見学者との交流が明るい雰囲気で行われた。

2016年度は、健康・生活の質の維持も含め、初めて看護協会、公益社団法人日本医療社会福祉協会（以下、医療社会福祉協会）の協力を受けて、健康相談コーナー、生活相談コーナーを開設した。

2017年度は、震災から7年が経過し、自立再建、復興公営住宅へ転居され、新たな生活をスタートされている方が多くなってきた。これまで作品展示や交流会にご協力いただいた被災者の方々、支援者の方々に感謝の気持ちを込め、「感謝のつどい」として開催した。看護協会と医療社会福祉協会の協力をいただき、また、健康調査の中で高齢者の交通事故、自動車運転も話題になっていたことから石巻警察署交通課の協力で交通安全コーナーを設け、交通安全教室をお願いした。開催状況は、表2に示した。

表2 作品展&交流会の開催状況

開催年月日	来場者	備考（協力団体など）
2013年3月7日（木）～8日（金）	105名	
2014年3月7日（金）	約90名	出展者14名
2015年3月6日（金）	155名	出展者19名
2016年3月4日（金）	227名	出展者個人26名 他に6団体
2017年3月3日（金）	103名	健康相談：看護協会、生活相談：医療社会福祉協会
2017年11月14日（金） 「感謝のつどい」	99名	健康相談：看護協会、生活相談：医療社会福祉協会、 安全コーナー：石巻警察署



写真1 「作品展&交流会」ひなまつりカフェの様子

(2) 「手芸教室」

2013年3月に開催した「作品展&交流会」に参加した方々から、「私も作品を作ってみたい。交流しながら作品作りができる場を作って欲しい」という声が多く寄せられ、2013年度には、手芸教室を開催することにした。作品作りをとおして、民間賃貸借上住宅入居者の交流の場を提供することを目的として、当センター分室を会場に実施した。

手芸教室の開催にあたっては石巻市社協に講師の紹介を依頼し、ボランティアとして栃木から講師（ビーズ）、当センター職員の知り合いの方にちぎり絵の講師をお願いした。

2013年10月から2017年12月まで、午前9時30分から11時30分の2時間、月1回実施してきた。手芸の内容は、ちぎり絵とビーズ細工を実施した。手芸教室は参加者から大変好評だったため、継続事業となった。2013年以降の手芸教室実施状況は、次の表3のとおりである。

表3 手芸教室実施状況

	実施回数	作品 内容	延べ参加者数
2013年度	6回	ちぎり絵・ビーズ	33名
2014年度	13回	ちぎり絵・ビーズ	111名
2015年度	13回	ちぎり絵・ビーズ	107名
2016年度	11回	ちぎり絵	77名
2017年度	9回	ちぎり絵	60名

当初は、民間賃貸借上住宅の住民の方々を対象に実施してきたが、2015年度から対象者の枠を「被災住民」と拡大して終了時まで続けた。

講師はボランティアとして3名の方に協力いただいた。講師からは「(参加者は)年々上達している」「自分も元気になって嬉しい」などの感想があった。また、講師の紹介により他地域で行われている『文化祭』に、2014年度より『石巻教室』として毎年制作した作品を出展するなど、他地域との交流も広がっていった。

参加者からは「私の居場所ができた、交流の場が欲しかった」「競い合わない雰囲気がいい」「震災の話が聞かれるわけではないのがいい」「作品は必ず出来上がるように教えてくれるのでまた参加しようと思う」、単身で生活されている80代の女性は「人と話す機会はほとんどない、ここに来るのが楽しみ、家に帰っても作品を作る楽しみができた。教室は参加者同士が出来た作品を見せあったりするので張り合いがある」と感想を述べていた。

教室は、9時30分から正午までとしていたが、参加者の中には9時前に会場に来られる方もいて、他の参加者やスタッフとの談笑を楽しまれ、「ここにきて、みんなの顔を見ることが楽しみ」という声が聞かれた。終わった後は、参加者、スタッフでお茶の時間を設け、それぞれの作品を見せ合ったり、最近あったことなどを自由に話し合ったり、和やかな雰囲気の下で行われていた。教室で制作した作品は、当センターで行っている「作品展&交流会」で展示する機会を設けてきた。時間内に完成できなかった方は、自宅に持ち帰って作品を完成させているなど、参加者の制作意欲はとても高いと感じられた。

参加者の方々から、「復興住宅入ってから特にやることなく自分でちぎり絵をはじめた。偶然参加した合同庁舎でのちぎり絵体験で、教室に参加したいと思った。短い間だったけど楽しかった」「月一回でもここに来てよかった」と話されていた。

当初は集会所のない民間賃貸借上住宅入居者の交流をする場として始まったが、年月を経て復興公営住宅への入居や自宅再建などで新たな生活を始められた方もおり、被災住民の交流をする場へと変化したことが確認できた。

(3) 「ここファーム」

当センターでは、住民支援活動の一つとして「ここファーム」を2013年度から2020年度まで実施してきた。

2012年度の応急プレハブ仮設住宅、民間賃貸借上住宅入居者健康調査で入居者から「集まる場所がないし知り合いもない」「何もすることがなく朝から酒を飲んでしまう」という声が数多く聞かれ、「津波で親族を十数名失った、姪はまだ見つからない、涙も枯れて出ない、今の場所には知り合いもない。被災前のように畑作業がしたい」という声もあった。そのため、2012年度から「畑作業」実施に向け、準備を開始した。

ここファーム事業は、被災者に畑作業を通して、気分転換と交流の場を提供し、心と体の健康を取り戻すことを目的として実施し、趣旨に賛同していただいた東松島市の農業経営者のご協力で、2013年4月から被災者が畑体験をする「ここファーム事業」を本格実施した。実施状況を表4に示した。

表4 ここファーム事業の実施状況（経年）

実施期間と時間	実施回数	延べ利用者数	延べボランティア数
2013年4月～12月	16回	102名	
2014年4月～12月	20回	240名	22名
2015年4月～3月	17回	273名	42名
2016年3月～12月	18回	200名	49名
2017年3月～12月	25回	211名	39名
2018年3月～12月	31回	222名	59名
2019年3月～12月	29回	191名	63名
2020年3月～9月	30回	122名	56名

種や苗の植え付け



野菜の収穫



写真2 「ここファーム」畑作業の様子

原則として、月2回（第2・第4木曜日）実施。作業時間は2時間としていたが、参加者（スタッフを含め）の加齢とともに開始時間が早まった。2013年～2015年は9時半から、2016年～2018年6月まで9時から、それ以降は8時半の開始となった。

①作物

育てる野菜、作業の進め方は参加者とボランティアが中心となって決めてきた。これまでジャガイモ、大根、ニンジン、ほうれん草、キュウリ、ナス、ピーマン、カボチャ、白菜、山東菜、玉ねぎ、トウガラシ、インゲン、春菊、キャベツなどの22種類の野菜、花はひまわり、コスモス、菊の3種類を栽培してきた。

②交通手段

圏域では、震災前からバス路線の廃止も進んでおり、公共交通機関による移動は難しい状況であった。参加者の多くは自家用車で参加だが、交通手段を持たない方の参加については、当センターの車で送迎をしてきた。参加者は市内全域に分散しており、送迎のため一番早い車は7時半にはセンターを出発するという状況で、開始当初から職員間では「事故の際にどうなるのか」が課題になっていた。職員が送迎をするという形態は2017年7月まで続いた。参加者のうち10名を送迎の対象としていたが、ジャンボタクシーと小型タクシーの利用で送迎は可能だと判断し、参加者の了解を得て、石巻市内にあるジャンボタクシー所有会社に2017年8月から送迎を依頼した。

③子ども食堂への寄付

参加者から自分たちも何か役に立ちたい、と声上がり、石巻市社協や子どもの支援をしているNPO団体など、市内の3つの子ども食堂へジャガイモや玉ねぎ、白菜などを寄付した。後に子ども食堂利用の子どもたちからお礼の手紙が届けられ、参加者から「美味しく食べてくれて、子ども

から元気をもらえる、うれしいね」と喜びの声が聞かれた。

④参加者

2016年になると、復興公営住宅への転居や、自宅再建など、参加者の生活環境が大きく変化した。復興公営住宅へ転居した参加者からは「復興公営住宅では集まりが無く外出する機会が減った」「ここファームがあると外に出る機会になる」という声が聞かれた。ここファームへの参加が、外出の機会、交流の場となっていることが伺えた。

復興公営住宅などへの転居や高齢となり介護保険サービスの利用に伴い、ここファームへの参加を終了した方もいる。転居により参加が出来なくなった方の一人は、ここファームに参加できなくなることをとても残念がられていたが、「ここファームへの参加により土に触れ、人々との交流を通して、前向きに物事を考えられるようになった」「転居先でも元気に過ごせそうだと話されていた。

参加された方々からは、「ここファームは楽しく活動でき元気になった」「ここファームに来て参加者の顔を見ると安心する」「畑に参加するまではとても心が沈んでいたが、参加するようになって心が穏やかになった」という声が聞かれ、元気を取り戻す、震災を乗り越える大きな要因になっていたと思われた。

毎回、顔を合わせることを楽しみしており、久しぶりに会う人とは再会を喜び合う姿が見られ、また、ここファームをきっかけに親しくなり、更に交流を深めている参加者もあり、参加者は元気を取り戻されている。ここファームを通して参加者が元気を取り戻していくなかで、石巻市社協の協力を受けながら復興公営住宅内で自治会活動を立ち上げた方、地域活動（ボランティアとして）に積極的に参加されている方もいる。

これまで、ここファームに参加していた方の中には、パート就労を開始した方、精神科受診に繋がり就労された方、就労継続支援B型事業所に通所を開始された方、デイケアに通所を開始された方、前居住地の被災地域の復興公営住宅に入居し畑作業をされている方、治療を継続しながら断酒会に参加し、地域で自治会の役員を担うまでになった方など、新しい生活に一步を踏み出された方、次へのステップに進まれた方が多くみられた。

⑤ボランティアの役割

当センターの職員は、家庭菜園の経験はあっても、1反（300坪）の畑を経験したことはなく、参加者から当初、笑われることもあった。農地を貸していただいた農業経営者の協力もあったが、毎回の協力は難しく、職員の知り合いの方に依頼し、2016年8月からボランティアに協力をしていただいた。3名のボランティアの方に、参加者が作業しやすいように農地を整地するなどの協力をいただき、ボランティアの方からも「私たちも生きがいになる」と毎回参加されている。

その回毎に、ボランティアの方は参加者と話しあいながら、作業がしやすいように野菜の作付けなどをアドバイスしていただき、参加者全員が一緒に作業を進められた。誰に指示されるわけでもなく、自分のペースで作業ができたことは参加者自身の自信となり、心の回復につながったことと思われる。

5. 子ども地域拠点事業

震災から時間の経過に合わせ、ハード面での復興は進んだ。しかし、子どもを取り巻く環境は震災直後から引越、天候、遠距離通学、家族構成の変化など、激変した状態が続いた。一番弱い立場である子どもは、そのひずみを受けやすく、また自ら声を発せないため、支援者や保護者は子どもの問題行動が表面化してから対処することが多い状況であった。そのため、被災地で幼児、小学生などを保育、教育している専門家を対象に、「子どもの発達の特徴、最近の子どもの問題、支援者の適切な対応」をテーマにして、子どもの心に寄り添いながら、子ども自身の力を引き出すために何ができるかを共に考える機会とするため、子どもの問題に特化した研修会を開催してきた。

(1) こころのケア研修会

2013年から県内市町村で子どもの支援に従事している、保健師、保育士、教師や養護教諭など学校関係者、臨床心理士、民生児童委員などを対象に行ってきた。

石巻市内のイオンシネマ石巻のシアターレンタルを会場とした。この研修の主催は宮城県とみやぎ心のケアセンター、宮城県教育委員会と共催で開催してきた。こころのケア研修会の実施状況は、表5のとおりである。

日 時	テーマ・講師	参加者
2013年10月4日(金)	「子どもの心を読む ～効果的なコミュニケーションのために～」 講師 サンフランシスコ州立大学名誉教授 田中万里子 氏	180名
2014年9月26日(金)	「映像と光と影」 講師：国立病院機構仙台医療センター 小児科医師 田澤 雄作 氏	92名
2014年10月17日(金)	「子どもの心に寄り添う」 講師：サンフランシスコ州立大学名誉教授 田中万里子氏	142名
2015年10月16日(金)	「子どもの心に寄り添う ～子どもの力を引き出すかわり方～」 講師：サンフランシスコ州立大学名誉教授 田中万里子 氏	127名
2016年10月14日(金)	「子どもの心に寄り添う ～子どもの力を引き出すかわり方～」 講師：サンフランシスコ州立大学名誉教授 InnerCore9 代表取締役社長 田中万里子 氏	158名
2017年9月22日(金)	「親子の愛着と子どもの心の発達」 講師：国立研究開発法人 国立成育医療研究センター こころの診療部長 奥山眞紀子 氏	243名
2018年10月5日(金)	「子どもの心の回復とは？ ～自己肯定感を育む子ども支援を考える～」 講師：真生会富山病院 心療内科部長 明橋 大二 氏	246名
2019年10月4日(金)	「子どもの様々な個性を大切に ～ひといちばい敏感な子ども（HSC）への理解と対応～」 講師：真生会富山病院 心療内科部長 明橋 大二 氏	282名



写真3 「こころのケア研修会」の様子



(2) 「被災地における子どものメンタルヘルス支援活動と連携について」の研修会

現国立研究開発法人国立国際医療研究センター国府台病院（以下、国府台病院）医療チームは、宮城県の要請を受けて、2011年3月21日から石巻赤十字病院を拠点として石巻市周辺の避難所を巡回する診療活動を実施してきた。その第一陣で来石されたのが、佐竹直子氏（精神科医）宇佐美政英氏（児童精神科医）長竹教夫氏（ソーシャルワーカー）北内力氏（看護師）の四氏だった。国府台病院が発災直後から石巻市で行ってきた子どものメンタルヘルス支援活動を通してみえてきた、子どもたちの心の変化や今後子どもに起こり得る問題、その予防、支援のあり方について、石巻圏域で被災者支援にあたる保健、保育、教育などに携わる支援者を対象に研修会を3回開催した。

1回目は、石巻市内を会場に、からころステーションと当センターが主催し、石巻市・石巻市教育委員会が共催で開催した。2回目以降は、当センターが主催し、石巻市・石巻市教育委員会、東松島市・東松島市教育委員会、女川町・女川町教育委員会の共催で実施した。研修会の実施状況を表6に示した。

表6 「被災地における子どものメンタルヘルス支援活動と連携について」の研修会

日 時	テーマ・講師	参加者
2017年8月31日(木)	「石巻市における子どものメンタルヘルス ～被災後5年間の支援活動からみえてきたこと～」 講師：国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター病院 精神科医師 佐竹 直子氏	62名
2018年8月9日(木)	「東日本大震災後の子どものメンタルヘルス ～これまでの支援活動からみえてきたこと～」 講師：国府台病院児童精神科診療科長 宇佐美政英 氏	111名
2019年11月14日(木)	「愛着障害とは ～愛着障害の子どもとその親を支える支援のあり方～」 講師：国府台病院児童精神科診療科長 宇佐美政英 氏	92名

6. さいごに

当センターは開設してから9年が経過した。開設当初は、外部からの支援者も多く、支援の対象が見出しづらかった。健康調査の中から被災者の要望を聞き、応えていくという活動を続けてきた。活動を紹介した「作品展&交流会」、「手芸教室」「ここファーム」などがそれにあたる。2020年のここファームを最後に地域住民支援のサロン活動は終了する。

石巻市では、2021年度も復興公営住宅入居者の健康調査を継続することとしており、地域住民支援は継続される。これまで私たちは、「住民・自治体からの要請にはできるだけ協力をしていく」を基本に活動してきた。今後とも、この姿勢を堅持していきたい、と考えている。

(新井 弘美、遠藤 育美、小口 静、桑島 由美、高橋 陽子、早坂 律子、宮下 くみ子)