

各部署の取り組み

気仙沼地域センター 地域支援課

気仙沼地域センターの取り組み

気仙沼地域センター 地域支援課
課長 精神保健福祉士 片柳 光昭

平成27年度の主な取り組みを事業ごとに記した。なお、それぞれの事業の活動件数などについては第I章3. 平成27年度事業項目別活動状況にて掲載されているため、ここでは最小限に留め、事業内容を中心に記す。

1. 地域住民支援

平成27年度の地域住民支援は、これまでと同様に、宮城県と各自治体を実施している健康調査でハイリスクとされた方への訪問支援を中心に行った。またこれまで訪問した方の中で必要と考えられる方については継続して支援を実施している。

平成27年度は、健康調査からの相談支援だけではなく、直接相談となるケースが増加しているのが特徴的である。

また、気仙沼市、南三陸町には職員を各1名出向させており、各自治体に協力する形で精神保健福祉に関して幅広く相談に対応している。

(1) 気仙沼市

平成27年度より市が独自で災害公営住宅入居者の全戸健康調査を開始し、みやぎ心のケアセンター気仙沼地域センター（以下、当センター）では唐桑地区の災害公営住宅入居者への訪問支援を行なった。（表1）

さまざまな支援団体との連携を図ったことで、支援の相談・依頼も増加している。多様な問題を抱える被災者に対して、支援者が連携してアプローチすることができたことが平成27年度の特徴として挙げられる。

表1 健康調査の訪問など支援

支援内容	主な支援期間と主な支援対象	気仙沼地域センター 訪問など支援担当件数
平成26年度プレハブ仮設住宅 入居者健康調査に基づく訪問支援	平成27年2月～4月 K6高得点ケース中心	20件
平成26年度民間賃貸借上住宅等 入居者健康調査に基づく訪問支援	平成27年4月～7月 K6高得点ケース中心	29件
平成27年度災害公営住宅・ 防災集団移転入居者の健康調査	平成28年2月～ 唐桑地区の全入居者	災害公営住宅 27件 防災集団移転 32件

(2) 南三陸町

町や社会福祉協議会被災者生活支援センターが実施しているさまざまな会議・ミーティングに参加、情報共有するなかで、支援員からのケースの相談や町健康増進係や支所の保健師からは同行訪問の依頼があり、個別ケースへの支援を行った。切れ目のない支援を行うことができていると思われる。

表2 健康調査の訪問など支援

支援内容	主な支援期間と主な支援対象	気仙沼地域センター訪問など支援担当件数
平成26年度プレハブ仮設住宅入居者健康調査に基づく訪問支援	平成26年2月～3月 K6高得点、「朝から飲酒」項目 該当のケース中心	37件
平成26年度在宅入居者健康調査に基づく訪問支援	平成26年6月～8月 K6高得点、「朝から飲酒」項目 該当のケース中心	43件
平成27年度プレハブ仮設住宅入居者健康調査に基づく訪問支援	平成27年3月～ K6高得点、「朝から飲酒」項目 該当のケース中心	31件

(3) 考察

気仙沼市、南三陸町の両市町では、災害公営住宅などへの入居が徐々に進みつつある一方で、引き続き仮設住宅での生活が余儀なくされる住民も少なくない。このような状況において、健康調査に基づく住民支援については、両市町から、特に精神的健康度の悪化が考えられる住民とアルコールに関する問題が考えられる住民への訪問依頼を受けたが、当センターの専門性を生かせるように、可能な限り2名体制での訪問を実施し、訪問後にはセンター職員間でのカンファレンスを行った。カンファレンスでは、これまでの当センターでの活動によって培われた経験や技術を支援計画と支援内容に反映することができた。

また東日本大震災に直接的な被害にあった住民ではない住民からの相談が平成26年度と同様に増加した。その他、相談機関、教育機関、福祉機関などの関係機関からの相談依頼も増加した。震災の影響は見えづらくなっているものの、未だに多くの住民に影響を及ぼし、精神的健康面だけでなく、身体的健康面、ひいては生活上の困難さを引き起こしていると考えられる。これらのことから、これまでと同様に各自治体を始めとするさまざまな関係機関と広く連携し、個別化、多様化する住民の課題解決に向けて取り組んでいくこととする。

2. 支援者支援

(1) 気仙沼市

①自治体への専門職員の配置（定期的支援および出向職員）

平成27年度は、平成26年度に引き続き自治体へ専門職員を配置し、被災者支援や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自治体職員のメンタルヘルスに関する支援

総務課の依頼に基づき、東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座（以下、予防講座）、宮城大学看護学部、気仙沼保健福祉事務所とともに市職員の健康支援について協議し、以下の取り組みを実施した。

予防講座が市職員（派遣職員を含む）を対象に行なったメンタルヘルスについての健康調査の結果に基づき、市職員の個別面接を実施した。加えて市が復職支援の取り組みを開始するための打ち合わせを重ね、管理職を対象とした健康調査の報告会と併せて研修会を実施し、復職支援の周知をはかった。

また、市職員（派遣職員を含む）向けの健康相談窓口を本庁所内に毎月第3水曜日10時から16時に開設した。

③社会福祉協議会職員のメンタルヘルスに関する支援

予防講座が社会福祉協議会（以下、社協）の職員を対象に行なった平成26年度と平成27年度のメンタルヘルスについての健康調査の結果に基づき社協職員の個別面接を実施した。

(2) 南三陸町

①自治体への専門職員の配置

平成27年度は平成26年度に引き続き自治体へ専門職を配置し、被災者支援や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自治体職員のメンタルヘルスに関する支援

総務課の依頼に基づき、予防講座、気仙沼保健福祉事務所、宮城県精神保健福祉センターと協議し町職員への支援を実施した。

当センターでは町職員向けの健康相談窓口を毎月第4火曜日の12時～18時に開設した。さらに、相談窓口が平日勤務時間帯の利用であることに配慮し、平成28年1月～3月の期間は土曜日と日曜日の相談窓口を毎月2回、10時～15時に試験的に開設した。休日の開設ということもあり、そのうちの3回は職員が多く居住している登米市で実施した。

③被災者生活支援センターへの支援

平成27年度は平成26年度に引き続き各サテライトでのグループミーティングを定期的開催した。（表3）また、サテライトを統括する被災者支援センター本部職員への支援として、職員の個別面談を年2回、5月と12月に実施した。

表3 各サテライトでのグループミーティングなどの実施状況

実施日	実施場所	内容
4月21日	南方サテライト	グループミーティング
5月1日	戸倉サテライト	グループミーティング
5月11日	歌津サテライト	グループミーティング
5月18、20、21日	本部	職員個別面談
5月20日	志津川サテライト	グループミーティング
6月15日	南方サテライト	グループミーティング
7月22日	志津川サテライト	グループミーティング
7月29日	歌津サテライト	グループミーティング
8月4日	戸倉サテライト	グループミーティング
8月21日	南方サテライト	グループミーティング
10月7日	歌津サテライト	グループミーティング
10月20日	戸倉サテライト	グループミーティング
10月27日	南方サテライト	グループミーティング
12月14、16、17日	本部	職員個別面談
12月18日	戸倉サテライト	グループミーティング
12月22日	歌津サテライト	グループミーティング
12月25日	志津川サテライト	グループミーティング
12月25日	南方サテライト	グループミーティング
2月24日	志津川サテライト	グループミーティング
3月31日	南方サテライト	グループミーティング
3月31日	戸倉サテライト	グループミーティング

④健康調査後のまとめ作業

宮城県と南三陸町が実施したプレハブ応急仮設住宅入居者健康調査後の確認訪問の結果について、平成24年度から平成26年度までの3年間のK6ハイリスク者を対象とした振り返り作業に協力した。南三陸町保健福祉課健康増進係や地域包括支援センター、気仙沼保健福祉事務所とともに話し合いを重ねるため、当センターでは資料作成や話し合いの進行などを担った。

K6のハイリスク者の傾向については、訪問者によって聞き取り情報にばらつきがあるなど基礎データとなる情報が十分とは言えず、傾向をまとめるには至らなかった。その上で、今後の支援などに生かしていけるように、健康調査後の確認訪問時にどの訪問者でも偏りなく状況把握をできるよう、聞き取る項目などをまとめた『確認シート』を作成することができた。確認シートは、平成27年度プレハブ応急仮設住宅の健康調査後の訪問から使用し始めている。

(3) 考察

支援者支援においては、気仙沼市健康増進課への出向職員の配置、南三陸町保健福祉課健康増進係への出向職員の配置を、年間を通して実施することができた。また、気仙沼市唐桑総合支所保健福祉課への定期支援もほぼ1年を通じて行うことができた。このことにより、各自治体担当課に対して、出向職員による支援と地域センターによる支援とを重層的に行うことができた。気仙沼市、南三陸町ともに業務過多の状況は続いており、自治体保健師が担う業務も多い状態が続いていると考えられる。今後も出向職員と地域センターが連携して、自治体の保健師への支援を継続していく。

また、自治体職員への支援について、平成27年度、気仙沼市では復職支援に関する取り組みを開始した。南三陸町においては相談体制の強化の一つとして、試験的に土日の相談日の開設を行った。震災から5年目を迎えたが、自治体職員については、これまでの期間、多くの職員が休むことを惜しんで業務を担ってきたと考えられ、心身の疲労は相当に蓄積していることも考えられる。そこで、市担当課、関係機関などと連携を重ねながら、両市町の職員の精神的健康に関する取り組みを強化し、健康度が維持され、向上していけるように今後とも取り組んでいくこととする。

3. 普及啓発

(1) 気仙沼市

①コラム掲載

気仙沼市を中心に購読されている新聞『三陸新報』に、4月から毎月1回ずつ、気仙沼保健所と協働して『三陸こころ通信』コラムを掲載した。新聞というメディアを通じて、一般市民にメンタルヘルスに関する正確な情報の提供と相談窓口の周知を行った。(表4)

表4 三陸新報『三陸こころ通信』掲載内容など

掲載回数 ^{*1}	月	内容	執筆担当
第18回	4	新しい季節こそ、成長のチャンス ～自分の力を信じて前へ～	気仙沼保健所
第19回	5	五月病！？ ～あなたの心、疲れていませんか～	気仙沼地域センター
第20回	6	復興の歩みのために、あなたの心身の健康が大事	気仙沼保健所
第21回	7	アルコール・飲酒習慣① ～被災者からみえる多量飲酒の状況～	気仙沼地域センター
第22回	8	アルコール・飲酒習慣② ～あなたのお酒の飲み方は大丈夫～	気仙沼地域センター
第23回	9	心と体をすこやかに保ち、認知症予防	気仙沼保健所
第24回	10	上手に休息をとろう 「忙しい方」のための休息・休憩の取り方	気仙沼地域センター
第25回	11	ドメスティックバイオレンス (DV) —ためらわずSOSを！—	気仙沼保健所
第26回	12	子どもの心のケア① ～心が傷つくということについて～	気仙沼地域センター
第27回	1	子どもの心のケア② ～身近な大人ができること～	気仙沼地域センター
第28回	2	簡単リラクゼーションで、こころもからだもリフレッシュ① ～呼吸法を試してみよう～	気仙沼保健所
第29回	3	簡単リラクゼーションで、こころもからだもリフレッシュ② ～座ったままストレッチを試してみよう～	気仙沼保健所

*1 掲載回数は、平成25年度の第1回掲載から累計

②市普及啓発事業『心カフェ（ここカフェ）』の共催

『心カフェ』は、気仙沼市が主に民間賃貸借上住宅に居住する被災者を対象に、孤立予防として住民同士の交流と外出の機会を図るとともに、ストレス緩和のためのセルフケアの方法を学ぶことを目的として実施した事業である。平成27年度は医療法人移川哲仁会三峰病院の協力のもと、社会福祉法人気仙沼社会福祉協議会ボランティアセンターと当センターが共催した。

③市事業『健康フェスティバル』への協力

健康フェスティバルは『第2期けせんぬま健康プラン21』および『第2次食育推進計画』に基づき、生活習慣やストレスによる健康状態の悪化、身体機能の低下などを予防し、市民の健康保持・増進を図ることを目的として気仙沼市が実施した事業である。当日は、『心カフェ（ここカフェ）コーナー』を運営し、飲み物の提供やリラククス体験（三線・ギター演奏、セルフマッサージ）、健康紙芝居を実施した。併せて、メンタルヘルスに関する啓発グッズを配布した。

④市職員向けリーフレット、アロマカード配布

市職員を対象に、自分自身の健康に意識を向けてもらう機会とすることを目的とし、メンタルヘルスに関するリーフレット（8月）と、アロマカード（12月）を配布した。

⑤その他

住民に対して、メンタルヘルスに関する支援活動を実施した。（表5）

表5 その他普及啓発の取り組み

支援対象	支援内容	実施回数
住民	南部包括支援センターの依頼により、本吉地区平成27年度認知症懇談会に講師を派遣した。リフレッシュできる体操として、音楽体操・リラクゼーションを行った。	1回
住民	本吉地区で開催された、宮城県断酒会主催の断酒例会に参加、協力した。	12回参加/ 全12回開催
鹿折地区 プレハブ仮設住宅 入居者	宮城大学主導のもと、兵庫県立大学、気仙沼市健康増進課、気仙沼地区サポートセンターと共に、鹿折地区仮設住宅入居者の健康生活の継続に向けた健康教室を実施した。健康教室にて、気仙沼地域センターは心の健康相談を担当した。	5回
住民	気仙沼市保健福祉事務所主催の平成27年度『気仙沼地区心の健康づくり街頭キャンペーン』に参加した。自殺対策強化月間において気仙沼市内4カ所のショッピングセンターで『メンタルヘルスチェック』と『相談機関』の情報を掲載した啓発グッズを配布した。	1回
鹿折地区 プレハブ仮設住宅 入居者	日本国際ボランティアセンターの交流事業に協力し、鹿折地区の小規模プレハブ仮設住宅7カ所において健康相談、紙芝居を使った健康講話やリラクゼーションを行った。	全13回

(2) 南三陸町

①デイサービスの『介護者教室および地域交流会』にてプログラムの提供

南三陸町社会福祉協議会の依頼で、デイサービスセンターとぐら、デイサービスセンターいりやの『介護者教室および地域交流会』で、メンタルヘルスに関する講話を、紙芝居やすごろくなどの親しみを感じやすい素材を通して提供した。また、体験型プログラムとして、筋膜マッサージやタッピングタッチ、音楽に合わせた体操なども組み合わせ実施した。平成27年

度中、デイサービスセンターとぐらでは4回、デイサービスセンターいりやでは1回行った。(表6)

表6 デイサービスセンターにおける講話などの実施状況

日時	場所	内容
5月23日	デイサービスセンターとぐら	・ストレスについての講話 ・筋膜マッサージ
7月18日	デイサービスセンターとぐら	・筋膜マッサージ ・睡眠に関する講話と紙芝居
11月14日	デイサービスセンターとぐら	・自分も相手も大切にする自己表現についての講話 ・タッピングタッチ
2月6日	デイサービスセンターとぐら	・栄養と健康に関する紙芝居、すごろくクイズ ・のびのび音楽体操
2月21日	デイサービスセンターいりや	・自分も相手も大切にする自己表現についての講話 ・タッピングタッチ

②住民向け研修

プレハブ仮設住宅入居住民や民生委員を対象として、医療法人東北会東北会病院（以下、東北会病院）の医師に講師を委託し、飲酒関連問題の研修を年間5回実施した。平成27年度は、町保健師の発案により、初めて漁業協働組合も対象に組み込んだ。

③町職員向けリーフレット配布

町職員を対象に、自分自身の健康に意識を向けてもらう機会とすることを目的とした、メンタルヘルスに関するリーフレット（8月）の配布に協力した。

(3) 考察

精神的健康度が低い住民へのハイリスクアプローチに加え、住民全体の精神的健康度を高めるためのポピュレーションアプローチに重点を置き、実践を積み重ねていった。具体的には、精神的健康について、住民に分かりやすく、身近なものとして理解してもらうことを目的に、音楽、紙芝居、体操、寸劇などを取り入れるなど、さまざまなアプローチにより柔軟な対応を試みた。さまざまな機会を試み、概ね好評を得ることができた。そこで、今後ともこのような取り組みを継続し、精神的健康に関する普及啓発に努めていく。併せて当センターの活動が終息した後にも、これらのノウハウを各自治体で生かしていけるものとなるよう、教材化に向けて検討を開始していくこととする。

4. 人材育成・研修

(1) 気仙沼市

・『震災心のケア交流会みやぎin気仙沼』の開催

ゲストハウスアーバンを会場に、気仙沼市、南三陸町で活動している支援者間のネットワークづくりを目的として実施した。

- ・精神疾患に関する対応研修

気仙沼市自立相談支援機関ひありんく気仙沼の依頼で、精神疾患に関する対応研修を行った。支援者個人や、団体のスキルに合わせた研修を実施し、精神保健福祉の知識向上を図った。

(2) 南三陸町

- ・被災者生活支援センター支援員向け研修

東北会病院がみやぎ心のケアセンター委託事業として実施していた被災者生活支援センター支援員向け研修を、平成27年度は当センター職員が行った。事前に実施に関する要望を聞き、平成27年度中は、第1回は飲酒関連の中でもより身近な事柄を、第2回は日ごろの関わり方をテーマに実施した。受身的な研修にならないよう、合わせて飲酒関連の質問紙表の体験や、セルフケアとしてアロママッサージ体験を行った。

(3) 考察

平成26年度と同様に、支援活動を通じてのセルフケアの方法や住民との対応方法に関する研修に加え、平成27年度は精神疾患に関する研修を実施した。いずれも依頼元の要請に基づく形で実施するに至っている。

地域の復興状況は道半ばではあるが、撤退や規模を縮小する支援機関や関係団体が今後増えることが予測される。一方で、支援を継続する関係機関や関係団体では、支援の長期化に伴い、業務上でさまざまな困難や問題が生じることが考えられる。そこで、支援者への支援については、今後もそれぞれの要請に基づいた形で研修などを実施していくこととする。

5. 各種活動支援

(1) 主な活動

NPO法人仙台グリーンケア研究会が遺族支援として開催している『わかちあいの会』に協力し、後方から支援した。また、NPO・NGO連絡会をはじめ、地域で幅広く活動している各団体や組織との連携を構築するための取り組みを年間を通じて実施した。

圏域での活動として、宮城県認知症疾患医療センターと共催し、『認知症研究集会』を開催し、一般住民および支援者を対象とした認知症に関する講演を実施した。また、気仙沼管内精神医療福祉連絡会議の具体的活動としてワーキンググループが発足し、気仙沼保健福祉事務所と共同で事務局を担った。また委員としても参加し、地域の関係機関の職員と共に、気仙沼市立本吉響高校へのメンタルヘルス研修を実施した。

(2) 考察

当センターは、平成27年度において、精神保健福祉の関係機関との連携に加え、地域でさまざまな支援活動を実施している団体との関係構築と連携を目的に積極的な活動を実施してきた。背景には、被災後の地域精神保健を含めて、気仙沼市、南三陸町が抱えるさまざまな課題を理解し、それらに対応するためには、幅広い視野をもって地域の情報を把握する必要があるとの方針立て

を行ったことが挙げられる。これらの活動を通じて、それまで接点のなかった人たちとのかかわりを持つことができ、地域の理解をより一層深めることができた。また、事業としても、他団体との連携や協働での取り組みを実施することができた。さらに、地域住民支援においては、見守りが必要な住民への対応を共同で行うなどの活動にも至った。

震災後の地域精神保健に関する課題は、生活課題と密接に関連していることから、今後ともさまざまな分野で支援活動している団体との連携を強化し、地域の理解深めていくとともに、地域精神保健に関する課題の解決に役立てていきたい。