

# 各部署の取り組み

基幹センター 地域支援課

# 基幹センター地域支援課 活動報告

基幹センター 地域支援課

課長 保健師 甘糟 郁

課長補佐 保健師 大場 幸江

## はじめに

みやぎ心のケアセンター基幹センター地域支援課（以下、当センター）の管轄する地域は、気仙沼圏域・石巻圏域を除く県内すべての地域である。課員17名（内2名が名取市出向、1名が塩竈市出向、1名が事務員）で活動している。定期支援の依頼がある9市町村に担当職員を割り当て、市町村の被災者支援担当部署を窓口として、ニーズに沿った支援を続けている。本稿では、当センターの活動を報告する。

## 各種活動報告

### 1. 地域住民支援

平成27年度の支援実績は、図1に示すとおり、被災者への家庭訪問による個別相談や来所面談が約半分を占めた。平成26年度もアウトリーチの相談業務が主な活動であったが、平成27年度はサロンや集いを当センターが主催で開催した。その内容については（3）で報告する。また、図1の『普及啓発活動』中には被災地域のメンタルヘルスチェックの一つとして、住民健診時の相談コーナー開設や各種団体が開催しているイベントでの住民直接支援も含めた。個別相談業務が依然として多い状況が続いている。

図1 所要時間別 活動の割合 基幹センター地域支援課 ※調査・研究、職員研修については集計しない

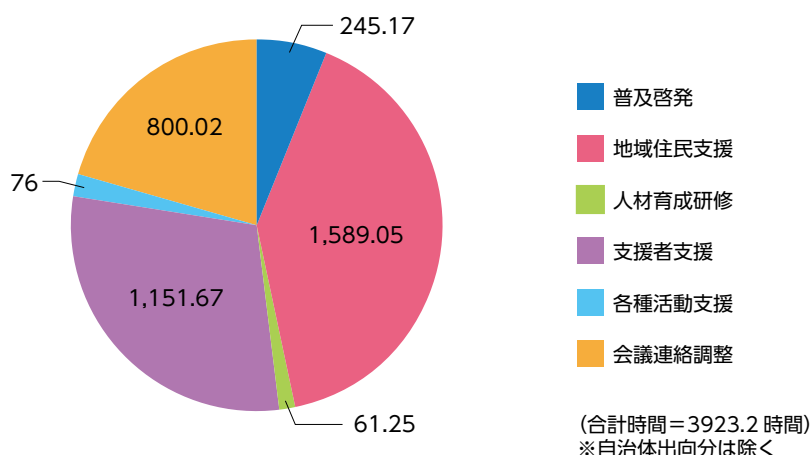


表1 平成27年度活動内容（件数）

|        | 地域支援課員<br>(課員13名、事務職員除く) | 出向者<br>(3名) |
|--------|--------------------------|-------------|
| 地域住民支援 | 2184                     | 838         |
| 支援者支援  | 660                      | 170         |
| 普及啓発   | 86                       | 19          |
| 人材育成   | 28                       | 2           |
| 活動支援   | (宮城大実習) 1                | 0           |
| 会議連絡   | 562                      | 154         |

## (1) 個別相談

地域ごとにみると、訪問の数はほぼ被災者数と比例している。松島町や内陸部の大和町や富谷町は、町内にサポートセンターなどの支援団体がいないために見守り機能も託されている。

訪問の契機は、県や市町が毎年行う健康調査後のフォローが多い。調査回答の中からハイリスク者を抽出する基準は、その自治体のマンパワーや地域課題に応じて異なり、独自の優先基準でフォローしている。調査の中で心のケアが必要と予想される項目『K6が13点以上』『体調不良』『心の動揺』『治療中断』『飲酒の問題』『不眠』『相談相手なし』にチェックされている人を対象にしている自治体が多い。当センターは、どの自治体においても『K6高得点者』『心の動揺』の対象者を受け持っている。フォロー体制も地域により異なるが、支援チームを組んで活動する市町がほとんどである。

契機として次に多いのは、行政機関からの依頼である。窓口の保健師から精神的問題を持つ対象者への見立てや方針について相談されることが増えている。担当職員だけでは手に負えない重症事例の相談があがってきており、保健師やケアマネージャー、事業所職員、養護教員、生活保護担当職員など多職種から相談を受けている。

平成27年度は調査開始から4年目になる。K6高得点者はいまだに当初から一定の割合が続いている。ただしK6高得点者の人のすべてが精神的問題を抱えているとは限らない。また、平成27年度は、アルコール関連問題をはじめとする重症事例への対応についてのコンサルテーションに活動時間を費やしている。このような対象者は、健康調査には未回答であったりするので、調査から精神的問題を拾っていくことの限界が感じられた。心の動揺に関しては、経時的に減っていくものと思われていたが、むしろ5年目によりやく不健康を自覚し、つらい体験や過去のトラウマ体験を語りだす人もみられる。

多賀城市では、市の健康課から調査後フォロー者がどういう人でどんな問題を抱えていて、方策をどう考えていけばいいか知りたいと要望があった。そのまとめ方について相談があり、当センターが中心となって対応した。表2にその結果を示す。調査回答のK6高得点者299名に訪問支援を行ったが、うつや希死念慮のある住民は医療につなげ、対象者が治療を継続していけるよう働きかけた。また、丁寧な傾聴支援や寄り添い支援を重ねることによって徐々に安定していくことが確認できた。年度末時点で継続支援者は約1割になっている。集計内容の一部を、多賀城市の同意を得て、平成28年度のトラウマティック・ストレス学会にて報告する。

表2 多賀城市の被災者健康支援 対象者状況

1. 対象者属性

|          |    |       |        |        |        |        |        |        |       |     |
|----------|----|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|-----|
| 1) 年齢・性別 | 年齢 | 19歳以下 | 20～29歳 | 30～39歳 | 40～49歳 | 50～59歳 | 60～69歳 | 70～79歳 | 80歳以上 | 計   |
|          | 男  | 2     | 7      | 23     | 33     | 28     | 43     | 37     | 13    | 186 |
|          | 女  | 1     | 7      | 19     | 34     | 31     | 37     | 47     | 30    | 206 |
|          | 計  | 3     | 14     | 42     | 67     | 59     | 80     | 84     | 43    | 392 |

|         |     |       |     |      |    |     |
|---------|-----|-------|-----|------|----|-----|
| 2) 被災状況 | 全壊  | 大規模半壊 | 半壊  | 一部損壊 | 不明 | 計   |
|         | 143 | 114   | 112 | 3    | 20 | 392 |

|         |     |    |      |      |     |     |
|---------|-----|----|------|------|-----|-----|
| 3) 家族構成 | 複数  | 単身 | 高齢夫婦 | 高齢独居 | その他 | 計   |
|         | 275 | 48 | 40   | 25   | 4   | 392 |

|       |      |     |     |    |     |     |     |    |     |      |     |               |
|-------|------|-----|-----|----|-----|-----|-----|----|-----|------|-----|---------------|
| 4) 病歴 | 精神疾患 | 糖尿病 | 高血圧 | 癌  | 心疾患 | 脳血管 | 呼吸器 | 透析 | その他 | 病気なし | 不明  | 計             |
|       | 42   | 23  | 63  | 15 | 23  | 21  | 12  | 5  | 91  | 58   | 121 | 474<br>(重複あり) |

2. 訪問契機

| 調査票項目 |    |      |     | 調査以外  |      |     | 計        |
|-------|----|------|-----|-------|------|-----|----------|
| K6    | 飲酒 | 治療中断 | その他 | 支援員から | 緊急対応 | その他 |          |
| 299   | 60 | 16   | 9   | 1     | 10   | 22  | 417 (重複) |

3. 支援理由

|      |      |        |        |    |      |     |       |    |    |      |     |
|------|------|--------|--------|----|------|-----|-------|----|----|------|-----|
| うつ疑い | 希死念慮 | PTSD疑い | AI関連問題 | 悲嘆 | 精神疾患 | 認知症 | ひきこもり | 不眠 | 不安 | 食欲低下 | その他 |
| 55   | 12   | 19     | 20     | 7  | 32   | 9   | 6     | 84 | 11 | 11   | 13  |

4. 支援内容

|           |       |      |      |     |
|-----------|-------|------|------|-----|
| 1) 身体面のケア | 病気の相談 | 受診勧奨 | 栄養相談 | その他 |
|           | 47    | 22   | 5    | 6   |

|         |        |        |     |       |     |   |       |      |
|---------|--------|--------|-----|-------|-----|---|-------|------|
| 2) 心のケア | トラウマケア | グリーフケア | A 1 | 自死リスク | その他 | → | 専門医紹介 | 受診勧奨 |
|         | 21     | 7      | 26  | 9     | 30  |   | 20    | 18   |

|             |        |       |         |          |
|-------------|--------|-------|---------|----------|
| 3) ソーシャルワーク | 社会資源提供 | 相談先紹介 | 他機関につなぐ | 地域のサロン紹介 |
|             | 46     | 24    | 10      | 32       |

|        |    |        |      |
|--------|----|--------|------|
| 4) 見守り | 傾聴 | 社会的見守り | 状況確認 |
|        | 70 | 22     | 257  |

5. 転帰

|          |       |        |    |      |     |       |     |                               |
|----------|-------|--------|----|------|-----|-------|-----|-------------------------------|
| 1) 1回で終了 | 支援不要※ | 他機関つなぎ | 拒否 | 連絡不通 | その他 | みなし終了 | 計   | ※支援基準のOK指標とすり合わせカンファレンスで不要と決定 |
|          | 195   | 1      | 15 | 8    | 10  | 56    | 225 |                               |

|            |      |        |    |    |    |     |    |
|------------|------|--------|----|----|----|-----|----|
| 2) 継続支援で終了 | 支援終了 | 他機関つなぎ | 転出 | 拒否 | 不通 | その他 | 計  |
|            | 3    | 0      | 3  | 5  | 5  | 5   | 57 |

|          |    |                                 |
|----------|----|---------------------------------|
| 3) みなし終了 | 計  | ※会えなかったが調査以外の情報を得て<br>フォロー不要と判断 |
|          | 56 |                                 |

|        |    |
|--------|----|
| 4) 継続中 | 計  |
|        | 54 |

## (2) サロン活動

名取市では、アルコール関連問題対象者の相談が相次ぎ、支援者も周りの住民も対応に困り感を抱いていた。当事者へのアプローチには当センターの職員が積極的に且つリーダー的に動き、当事者自身が日中の居場所や役割を持ちたいというところまで支えてきた。また、名取市と塩竈保健福祉事務所岩沼支所と医療法人東北会東北会病院と当センターとで話し合いを重ね、『断酒を目指す会』と『健康サロン(節酒の会)』との2段構成で住民を支援してきた。『断酒を目指す会』は断酒会の模擬例会として立ちあがったが、当事者の複数参加定着まで時間を要する状況であるため、『断酒会』の準備段階の会と位置づけた。より参加しやすいようなネーミング『断酒を目指す会』にしている。『健康サロン』においては、当事者の要望を取り入れて運営する仕組みとし、ひいては自主活動に期待を込めて進めている。

亘理町では、健康推進課の保健師が、災害公営住宅に移住した独居男性の健康を調査する中で、慢性不健康者が多かったことを受け、健康づくりと孤立防止を目標にサロン『Men's Club』を立ち上げて、運営と予算の協力を行っている。

松島町・塩釜市・多賀城市・富谷町・大和町においては、健康調査後のフォローでかかわっている住民の中で、孤立しがちな人へのつなぎ先が見つからないことや同じような体験を持つ被災者同士の語り合う機会を提供したいと考え、楽しみ(フィンガーアート)と語り合いの集い『パステルアートの集い』を実施した。

これら活動状況は表3に示すとおりだが、いずれも交流と“語り”の場として成果をあげている。

表3 サロンやイベント活動内容

| 活動名                                          | 市区町村 | 対象      | 回数 | 参加人数<br>(延) |
|----------------------------------------------|------|---------|----|-------------|
| うつくしまサロン<br>(福島から岩沼市に避難している方を対象としたサロン)       | 岩沼市  | その他一般   | 11 | 115         |
| お茶っこサロン<br>(山元町社協支援員主催 町民グラウンド仮設)            | 山元町  | 仮設住宅入居者 | 10 | 81          |
| 断酒を目指す会                                      | 名取市  | その他一般   | 10 | 22          |
| NPO法人ポラリス『心のケアカフェ』                           | 山元町  | その他一般   | 5  | 41          |
| 健康サロン(節酒の会)                                  | 名取市  | その他一般   | 4  | 28          |
| 亘理町 Men's Club<br>(60歳未満一人暮らし男性の集い)          | 亘理町  | その他一般   | 3  | 8           |
| 名取市被災児童向けサロン事業『名取げんきっ子』                      | 名取市  | その他一般   | 2  | 37          |
| ディアホームタウン<br>(福島から岩沼市に避難している母子のためのサロン)       | 岩沼市  | 民間住宅入居者 | 2  | 9           |
| パステル和みアートの集い<br>(塩釜保健所・塩釜保健所黒川支所圏域被災住民対象サロン) | 塩釜管内 | その他一般   | 2  | 7           |
| お酒をやめている人達の話を聞いてみよう！<br>(断酒を目指す会準備会)         | 名取市  | その他一般   | 1  | 60          |
| お茶サロン『生活不活発病予防とストレッチ』<br>(岩沼市集団移転地区)         | 岩沼市  | 復興住宅入居者 | 1  | 12          |
| 運動教室<br>(山下公営住宅)                             | 山元町  | 仮設住宅入居者 | 1  | 6           |
| 節酒の会準備会                                      | 名取市  | その他一般   | 1  | 5           |
| 被災者の会『めぐり愛の会』                                | 名取市  | その他一般   | 1  | 5           |

### (3) 住民健診時の心の相談ブース

松島町と岩沼市では、住民健診の場で『お疲れ度チェック』と称したコーナーで個別相談に応じていた。これは震災後に行政がより多くの住民のケアができるようにと『疲労・ストレス測定』検査後に個別面談できる設定を試みた事業である。当センターは職員2名ずつを派遣し、個別の相談に応じた。支援対象となった住民は、震災関連問題とは限らず、日ごろのストレスを感じているが誰にも相談できなかった人も多く、時間をかけた傾聴や丁寧なケースワークにより、ほとんどの住民はその場でストレス軽減ができたようだった。対象者の約1割の方がその後も支援を継続する必要があると対応した。

表4 住民健診時の心の健康相談

| 地名    |       | 松島町   | 岩沼市                  |
|-------|-------|-------|----------------------|
| 回数    |       | 10日間  | 2日間                  |
| 相談者数  |       | 41    | 19                   |
| 相談者背景 | 男     | 8     | 6                    |
|       | 女     | 33    | 13                   |
|       | 20～29 | 2     | 1                    |
|       | 30～39 | 0     | 0                    |
|       | 40～49 | 4     | 2                    |
|       | 50～59 | 1     | 1                    |
|       | 60～69 | 10    | 6                    |
|       | 70～79 | 21    | 8                    |
|       | 80～   | 3     | 1                    |
|       | K6結果  | 13点以上 | 6                    |
| 相談内容  | 精神    | うつ    | 2                    |
|       |       | PTSD  | 20                   |
|       |       | AI    | 3                    |
|       |       | 適応障害  | 1                    |
|       |       | 悲嘆    | 1                    |
|       |       | 不眠    | 22                   |
|       |       | 身体    | 15                   |
|       |       | その他   | 介護疲れ・家庭・経済・性格・勤務上の悩み |
|       |       |       |                      |
|       |       |       |                      |

### (4) 他団体開催の行事での相談活動

岩沼市では社会福祉協議会が中心となり、福島から仙南地域に避難している住民を対象として『うつくしまサロン』を開催している。(表3) 毎回十数人の住民が参加し、当センターも現場で相談を受ける役割を担っている。

名取市生活再建課が開催する『げんきっこ』は、被災地域児童へ元気に遊べる場の提供をとおして支援対象親子への相談対応を目的にしたイベントである。当センターは参加児童の見守りと親とのコミュニケーションをとおして、メンタルヘルスのニーズ把握に努めた。養育環境が心配な児童1名については、カンファレンスにあがったが、関係機関につなぐまでは必要のないケースとし個別フォローにはならなかった。

山元町では、町直営の地域包括支援センターが被災者支援の一環として、月1回定期的に健康

相談会を開催した。参加者のほとんどが高齢者で身体問題を抱えている人であったため、作業療法士の協力を得て体操などを提案するなど対応した。山元町プレハブ仮設住宅では移転が進み、参加者が減少したため、平成27年の8月で終了となった。近場で気軽に話を聴いてもらえる機会を惜しむ声もあったが、形を変えて開催する動きになっている。この場で受けた相談内容としては、心理的問題よりも、健康問題や老化による体力低下の不安などが多かった。

## 2. 支援者支援

### (1) 支援者支援の傾向

平成27年度の支援内容は表5に示すとおり、ケース会議での専門的助言が多かった。専門的な内容としては、PTSDや複雑性悲嘆より、アルコール問題が多くなっている。その他の事例としては、既存の精神関連保健機関につながらない発達障害やひきこもりに対応する支援者が、相談先がないということで相談を受けることもあった。

また、表に示すとおり、事務作業の支援が増えてきている。これは、支援者間でケース会議を行う際の資料づくりや、担当以外の行政職員に活動の理解を得るための資料づくりを引き受けていることを表している。

表5 支援者支援内容

| 支援内容            | 延件数 | 再掲 |
|-----------------|-----|----|
| 訪問・面談後の報告       | 134 |    |
| 専門的立場からの指導・助言   | 112 |    |
| アルコール問題         |     | 44 |
| ギャンブル問題         |     | 3  |
| 薬物問題            |     | 4  |
| うつ              |     | 16 |
| 複雑性悲嘆           |     | 5  |
| PTSD            |     | 5  |
| 虐待              |     | 14 |
| その他             |     | 53 |
| 地域の課題           | 4   |    |
| 職場のメンタルケア       | 6   |    |
| ケース会議（対象者欠席の場合） | 197 |    |
| 心の相談窓口の開設       | 3   |    |
| 健診支援            | 8   |    |
| 事務作業の支援         | 190 |    |
| その他             | 6   |    |

※自治体出向分は除く

## (2) 支援者からの相談内容の傾向と課題

支援者から依頼されるケースは健康調査から抽出されたハイリスク者とは限らず、対応困難事例が多く占めている。当センターへ辿り着いた背景はさまざまであり、既存の相談機関の予約がとりにくかったり、年齢により既存の相談機関につなげることが難しい発達障害や65歳以下の要介護状況のケースであった。また、仮設の支援員・民生委員・行政職員など直接支援を行う職種から、現場での即時のかかわり方の助言を求められることが多くなっている。こうした役割は、地域の隙間に隠れがちなハイリスク対策として重要と考え、依頼に積極的に応じてきた。アルコール問題の困難事例への対応については、我々が担っている役割を通常地域ケアの中にどのように引き継いでいくのか見通しがつかず、難しい課題である。

地域で自死が生じた後、その家族や支援者をサポートするためのポストベンションも当センターでの重要な事業と考えるが、平成26年度には、2地域2件に対応した。そのうち1件はプレハブ仮設住宅内のため複数の団体がかかわっており、それぞれの関係者を対象としたヒヤリングと気持ちを汲み取る個別面談を時間をかけて行った。一般的なポストベンションの手法を導入した枠組みでのグループワークの実施には至らなかった。

## (3) 支援自治体ごとの具体的な支援者支援

松島町と岩沼市において、住民健診時の心の相談事業への支援を行った。松島町は震災後にプレハブ仮設住宅を設置しなかった数少ない地域である。サポートセンターなどの支援拠点はなく、町は通常の保健福祉事業で被災者へのケアも行っている。住民が相談できる機会を増やす目的で本事業を行いたいという意向に、当センターは積極的に協賛した。

岩沼市社会福祉課保健師からは、ハイリスク者だけを追うのではなく、予防的視点から地区全体に施せることは何かを考えていきたいという声があがり、平成28年度は『心のケア検討会』で地区診断の勉強会を希望している。当センターは講師派遣の協力をするようになった。

名取市では、節酒を目的とした健康サロンを立ち上げ、節酒プログラムを保健師が特定健診の事後指導にも役立てられるような内容にと運営協力を期待された。

塩竈市や松島町では、いわゆるゲートキーパー養成講座を依頼されているが、当日の講義や演習を担当することと、受講者の活躍の場づくりについての相談もあり一緒に考えている。

これら各市町への支援内容は、災害後の支援という枠組みを超えての、通常精神保健福祉活動を見据えた内容になってきている。一方、まだまだ復興が進まずにプレハブ仮設住宅での仮住まいが続く中、見守り支援を継続する支援員の疲労感やモチベーション維持は今後懸念される。プレハブ仮設住宅入居者にきめ細かくより身近に対応してきた支援員は、その支援の引き継ぎをする時期となり、支援員としての活動が評価され、引き継がれ、必要な住民がきちんと見守られていけるような地域体制が各地域で検討されている。当センターも検討会の一員として参加継続していく。

## 3. 普及啓発

心の健康についての一般住民向けの情報発信として実施した講話などは表6のとおりである。住民向けの講座は、どの地域も災害に直接関連したメンタルヘルスというよりは、日頃の生活習慣の工夫やコ



コミュニケーションのコツなど、住民が自ら持つ力を発揮することを後押しするような内容が多くなってきている。これらは、災害が起きたからこそ気付いた地域の予防策であり、継続して強化したい行政の意向がうかがえる。これまではハイリスク対策に邁進してきたが、それだけだと『もぐらたたき』が続く状態であると身をもって経験し、その結果各地で生まれ出たニーズとも言える。

具体的には、名取市ではアルコール関連問題の啓発事業として『お酒と上手に付き合おう』というテーマで住民講話を行った。これは、アルコール依存症者の個別支援から脱却するためにも、問題が表面化するまえの早期介入を推進する取り組みの一つである。この住民講話に続いて、依存症領域に入る手前の対象者に対して、居場所づくりと地域内の役割拡大を目的として住民の関心が高い健康づくりを目的とする『健康サロン』を展開している。

また、同市では、地域でゲートキーパーとなり得る住民をターゲットとして、公民館主催の教養講座と抱き合わせでメンタルヘルスの啓発講座を実施した。この講座の主な目的は啓発だけではなく、ゲートキーパーとなり得る住民が、日常で出会う『気になる人』への接し方を学んでもらいたいという公民館側の意図を組み入れている。日常的に住民が集まりやすい機会を利用し、その中でさりげなく知識や教養を提供できるようなスタイルは住民からも依頼元からも手掛けやすい事業として受け入れられ、継続していききたいという意向がでている。

聴覚障害者向けのメンタルヘルス講座は毎年依頼がある。今年度は塩竈市聴覚障害者情報センター『みやぎみみサポ』にて『ストレスと上手につきあう』というテーマで講話を行った。聴覚障害者や視覚障害者向けの災害後のケアについては日頃から学ぶことが必要であるのと災害直後から対応できる準備を行うことは大事なことを考える。

表6 地域で行った講座や研修会

| 活動日         | 活動名                                              | 地名  | 対象      | 参加人数 |
|-------------|--------------------------------------------------|-----|---------|------|
| 平成28年2月10日  | 塩竈みみサポサロンにおける健康講話『こころの健康のお話』                     | 塩釜市 | その他一般   | 9    |
| 平成27年10月15日 | 岩沼市精神障害者家族会心の病をお持ちの方の家族教室『精神障害者に対する関わり方について』     | 岩沼市 | その他一般   | 11   |
| 平成27年9月5日   | お酒と上手に付き合うための講演会                                 | 名取市 | その他一般   | 31   |
| 平成27年5月22日  | 心の健康講座～ストレスとの上手な付き合い方～(愛島東部仮設住宅団地)               | 名取市 | 仮設住宅入居者 | 7    |
| 平成27年5月11日  | 心の健康講座～ストレスとの上手な付き合い方～(雇用促進住宅団地)                 | 名取市 | 仮設住宅入居者 | 7    |
| 平成27年6月24日  | 心の健康講座～ストレスとの上手な付き合い方～(植松入生仮設住宅)                 | 名取市 | 仮設住宅入居者 | 4    |
| 平成27年7月8日   | 心の健康講座～ストレスとの上手な付き合い方～(箱塚屋敷仮設団地)                 | 名取市 | 仮設住宅入居者 | 6    |
| 平成27年6月10日  | 心の健康講座～ストレスとの上手な付き合い方～(箱塚桜仮設住宅団地)                | 名取市 | 仮設住宅入居者 | 7    |
| 平成27年7月22日  | 心の健康講座～ストレスとの上手な付き合い方～(美田園第一仮設住宅)                | 名取市 | 仮設住宅入居者 | 7    |
| 平成27年7月2日   | 平成27年度ゆりが丘講座ゆりの木塾『良い眠りのために』                      | 名取市 | その他一般   | 20   |
| 平成28年2月19日  | 平成27年度利府町メンタルヘルス講演会『見逃さない！心のSOS～自身の心の健康に目を向けよう～』 | 利府町 | その他一般   | 30   |

#### 4. 人材育成・研修

阪神淡路大震災をはじめとする過去の災害の経験から、現場で直接支援するスタッフが役割を発揮するために、精神科疾患にかかわる場合の困惑や苦悩が課題になることは指摘されていた。当センターでも復興中長期にはアルコール関連問題や閉じこもり、認知症は増えていくであろうと当初から想定され、これらをテーマとした人材育成・研修を展開してきている。アルコール関連問題の相談は、現場の実感としては明らかに増えていて、対応困難事例としてケース検討されている。また、そのような対象者は、自ら相談に来ることは少ないため、調査後や日頃の見守りから掘り起こされ、掘り起こした行政保健師やサポートセンター支援員が対応に困っている状況である。研修会受講希望者は行政保健師やサポートセンター支援員が多かった。

表7にあるように、『傾聴の技術』『コミュニケーション技術～認知行動療法』『訪問技術』『パーソナリティー障害への対応』などがテーマの研修を行った。多賀城市では、アウトリーチ支援を委託されている多様な職種でチームを構成しており、『うつ・PTSD・自死念慮について』『悲嘆について』の研修を行うことにより、対象者をアセスメントする基準を標準化して支援を展開しようとしている。塩釜保健所主催の『アルコール関連問題支援者研修会』に当センターも共催し、特定非営利活動法人アスク（アルコール薬物問題全国市民協会）によるアルコール問題対策基本法についての講話と支援者間で現場の情報交換などのグループワークを行った。名取市では、自治体の管理者への啓発を目的として、『これからの職場のメンタルヘルス』と題した研修会を開催した。管理者全員が参加できるよう2回に分け実施した。職場のストレスチェック制度が義務化されたこともあり、今後も職場のメンタルヘルスのあり方について相談されることが予想される。

表7 人材育成の研修内容

| 活動日         | 研修内容                      | 活動名                                                           | 地名   | 対象    | 参加人数 |
|-------------|---------------------------|---------------------------------------------------------------|------|-------|------|
| 平成27年12月9日  | アディクション関連問題<br>－アルコールについて | アルコール関連問題支援者研修会<br>(塩釜保健所主催)                                  | 多賀城市 | 高齢福祉  | 45   |
| 平成27年12月16日 | アディクション関連問題<br>－アルコールについて | アルコール関連問題対策研修会<br>『アルコール問題を持つ人をどう支えるか』                        | 亘理町  | 行政関係者 | 27   |
| 平成28年2月2日   | アディクション関連問題<br>－アルコールについて | アルコール関連問題対策研修<br>『早期介入による節酒支援のメリット』                           | 岩沼市  | 行政関係者 | 64   |
| 平成28年2月24日  | アディクション関連問題<br>－アルコールについて | 節酒についての研修<br>(特定保健指導の保健師・栄養士対象)                               | 名取市  | 行政関係者 | 5    |
| 平成28年3月17日  | アディクション関連問題<br>－アルコールについて | アルコール関連問題対応研修会<br>『無関心期への対応について』                              | 岩沼市  | 行政関係者 | 11   |
| 平成27年9月25日  | 高齢者のメンタルヘルス<br>研修         | 『認知症について』<br>(多賀城市仮設住宅管理スタッフ対象)                               | 多賀城市 | 仮設支援員 | 18   |
| 平成27年6月10日  | 自死対策関連問題研修                | 心の健康サポーター養成講座<br>『こころの健康を保つために』                               | 松島町  | 一般    | 20   |
| 平成27年8月6日   | 自死対策関連問題研修                | 平成27年度栗原市いのちを守る総合対策事業<br>相談支援研修会<br>『自殺予防におけるうつ病の理解と相談支援者の役割』 | 栗原市  | 民生委員  | 60   |
| 平成27年8月20日  | 自死対策関連問題研修                | 平成27年度栗原市いのちを守る総合対策事業<br>相談支援研修会<br>『こころのSOSに気づいたら』           | 栗原市  | 民生委員  | 34   |
| 平成27年10月8日  | 自死対策関連問題研修                | 平成27年度栗原市いのちを守る総合対策事業<br>こころの健康サポーター養成研修<br>『傾聴について』          | 栗原市  | 一般    | 15   |
| 平成27年10月28日 | 自死対策関連問題研修                | 平成27年度栗原市いのちを守る総合対策事業<br>こころの健康サポーター養成講座<br>『傾聴について』          | 栗原市  | 一般    | 12   |

|             |                    |                                                              |      |       |     |
|-------------|--------------------|--------------------------------------------------------------|------|-------|-----|
| 平成27年11月4日  | 自死対策関連問題研修         | こころの健康づくり講座<br>～つなぐ・支える・あなたもサポーター～Ⅰ<br>(ゲートキーパー養成講座)         | 塩釜市  | 一般    | 10  |
| 平成27年11月11日 | 自死対策関連問題研修         | こころの健康づくり講座<br>～つなぐ・支える・あなたもサポーター～Ⅱ<br>(ゲートキーパー養成講座)         | 塩釜市  | 一般    | 13  |
| 平成27年11月18日 | 自死対策関連問題研修         | こころの健康づくり講座<br>～つなぐ・支える・あなたもサポーター～Ⅲ<br>(ゲートキーパー養成講座)         | 塩釜市  | 一般    | 13  |
| 平成27年12月8日  | 自死対策関連問題研修         | 美里町民生委員学習会『相談時の話しの聞き方と<br>関わり方～うつ病と自殺予防～』                    | 美里町  | 民生委員  | 6   |
| 平成27年8月21日  | 支援者のメンタルヘルス<br>研修  | 亶理町支援者メンタルサポート事業<br>『動作法について』                                | 亶理町  | サポセン  | 19  |
| 平成27年11月26日 | 支援者のメンタルヘルス<br>研修  | 山元町民生委員対象研修会<br>『被災地におけるこころの健康現在とこれからに<br>向けて』               | 山元町  | 民生委員  | 50  |
| 平成27年7月6日   | 支援スキル研修－傾聴に<br>ついて | 認知症サポーターリーダー講座<br>『傾聴すること』                                   | 亶理町  | 地包支セ  | 13  |
| 平成27年8月4日   | 支援スキル研修－傾聴に<br>ついて | 山元町社協やまもと復興応援センター支援員対象<br>の研修会『相談支援における心構え』                  | 山元町  | 社協    | 9   |
| 平成27年9月16日  | 支援スキル研修－傾聴に<br>ついて | 名取市被災者支援団体向け研修<br>『対象者に寄り添った傾聴のポイント』                         | 名取市  | サポセン  | 33  |
| 平成27年10月7日  | 支援スキル研修－傾聴に<br>ついて | 『対象者に寄り添った傾聴のポイント』<br>(名取市被災者支援団体対象)                         | 名取市  | サポセン  | 29  |
| 平成27年10月21日 | 支援スキル研修－傾聴に<br>ついて | 柴田町地域包括ケアネットワーク連絡会<br>『傾聴すること』(1日目)                          | 柴田町  | 地包支セ  | 140 |
| 平成27年10月22日 | 支援スキル研修－傾聴に<br>ついて | 柴田町地域包括ケアネットワーク連絡会<br>『傾聴すること』(2日目)                          | 柴田町  | 地包支セ  | 70  |
| 平成27年11月4日  | 支援スキル研修－傾聴に<br>ついて | 名取市サポートセンターどっとなとり支援員勉強会<br>『傾聴について』                          | 名取市  | サポセン  | 8   |
| 平成27年11月18日 | 支援スキル研修－傾聴に<br>ついて | 名取市サポートセンターどっとなとり支援員勉強会<br>『応答技術について』                        | 名取市  | サポセン  | 9   |
| 平成27年12月16日 | 支援スキル研修－傾聴に<br>ついて | 名取市サポートセンターどっとなとり支援員勉強会<br>『傾聴について』                          | 名取市  | サポセン  | 9   |
| 平成27年11月20日 | 支援スキル研修－認知行<br>動療法 | テーマ別支援者研修<br>『コミュニケーションスキルアップ～認知療法・<br>認知行動療法の基礎～』           | 多賀城市 | 行政関係者 | 41  |
| 平成27年7月6日   | 支援スキル研修－その他        | 平成27年度塩釜保健所精神疾患の急性期への対応<br>に関する職員研修会<br>『急性期精神障害者への関わり方について』 | 塩釜市  | 行政関係者 | 30  |
| 平成27年8月18日  | 支援スキル研修－その他        | テーマ別支援者研修『ファシリテーション研修』                                       | 大崎市  | 行政関係者 | 16  |
| 平成27年9月11日  | 支援スキル研修－その他        | 亶理町居宅介護支援事業者連絡会議研修会<br>『精神疾患のある方への関わり方』                      | 亶理町  | 高齢福祉  | 43  |
| 平成27年9月14日  | 支援スキル研修－その他        | 塩釜市伊保石仮設のサポセン職員への研修<br>『共依存について』                             | 塩釜市  | サポセン  | 5   |
| 平成27年11月13日 | 支援スキル研修－その他        | 亶理町支援者メンタルサポート事業研修会<br>『訪問活動に必要なこと』                          | 亶理町  | サポセン  | 9   |
| 平成28年1月18日  | 支援スキル研修－その他        | 名取市復興支援センターひより 内部研修<br>『引きこもりの方との関わり方』                       | 名取市  | 仮設支援員 | 17  |
| 平成28年1月19日  | 支援スキル研修－その他        | 名取市訪問看護財団研修会<br>『パーソナリティ障害(関わりが難しい方への支<br>援について)』            | 名取市  | 職能団体  | 12  |
| 平成28年2月17日  | 支援スキル研修－その他        | 平成27年度コミュニケーションスキルアップ講座<br>(1)『災害後の子どものこころの反応』               | 塩釜市  | 一般    | 12  |
| 平成28年2月24日  | 支援スキル研修－その他        | 平成27年度コミュニケーションスキルアップ講座<br>(2)『開かれた関係』                       | 塩釜市  | 一般    | 12  |
| 平成28年3月9日   | 支援スキル研修－その他        | 平成27年度復興期のこころのケア研修会Ⅱ<br>『アセスメント技術とケース検討会の進め方』                | 大崎市  | 障害福祉  | 37  |

|             |                    |                                                      |      |       |    |
|-------------|--------------------|------------------------------------------------------|------|-------|----|
| 平成27年6月1日   | 精神疾患・障害についての研修     | 認知症サポーターリーダー講座『認知症について』                              | 亘理町  | 一般    | 12 |
| 平成27年7月29日  | 精神疾患・障害についての研修     | 南浜中央病院研修会『認知症看護』                                     | 岩沼市  | 医療関係者 | 34 |
| 平成27年11月25日 | 精神疾患・障害についての研修     | 健康課定例会議勉強会『うつ・PTSD・自殺念慮について』                         | 多賀城市 | 医療関係者 | 8  |
| 平成27年12月14日 | 精神疾患・障害についての研修     | 塩釜市伊保石仮設サポセンスタッフ勉強会『気分障害の理解と対応について』                  | 塩釜市  | 行政関係者 | 6  |
| 平成27年12月16日 | 精神疾患・障害についての研修     | 多賀城市健康課支援者勉強会『悲嘆等について』                               | 多賀城市 | 行政関係者 | 7  |
| 平成28年1月7日   | 職場のメンタルヘルス研修       | 名取市役所管理職対象メンタルヘルス研修会『管理監督者のためのこれからの職場のメンタルヘルス』(1回目)』 | 名取市  | 行政関係者 | 40 |
| 平成28年1月8日   | 職場のメンタルヘルス研修       | 名取市役所管理職対象メンタルヘルス研修会『管理監督者のためのこれからの職場のメンタルヘルス』(2回目)』 | 名取市  | 行政関係者 | 34 |
| 平成27年4月13日  | 被災地の状況とセンターの活動について | 新任保健師研修(塩釜市)                                         | 塩釜市  | 行政関係者 | 4  |
| 平成28年2月25日  | 事例検討               | 岩沼市地域包括支援センター職員研修                                    | 岩沼市  | 地包支セ  | 13 |
| 平成28年3月14日  | 事例検討               | サポセン勉強会・事例検討会(塩釜市伊保石仮設支援員対象)                         | 塩釜市  | サポセン  | 5  |
| 平成27年7月17日  | その他                | 平成27年度第4回名取市被災者支援連絡会『復興期における支援について』                  | 名取市  | 仮設支援員 | 45 |
| 平成27年8月3日   | その他                | 塩釜市サポートセンター勉強会『復興期の支援課題』                             | 塩釜市  | 地包支セ  | 10 |
| 平成27年8月4日   | その他                | 多賀城市母子保健従事者のための研修会『小児の神経・心理発達と乳幼児健診場面における発達確認のポイント』  | 多賀城市 | 児童福祉  | 40 |

## 5. 各種活動支援

復興事業の一環として、民間の団体は遺族支援や子どものあそび場・学習支援、生きがいづくりのイベントなどを繰り広げられ、自治体でも、新規事業に心のケアを盛り込むことが行われている地域がある。表8に各種団体から協力依頼を受け共催した活動を示す。

表8 各種団体との共催活動

| 地名  | 活動名          | 主催団体                           | 活動の内容                  |
|-----|--------------|--------------------------------|------------------------|
| 名取市 | めぐりあいの会      | NPO 想支                         | 遺族支援                   |
| 名取市 | 遊びイベント：げんきっ子 | 名取市サポートセンター<br>どっとなとり          | 遊びと心理教育の普及と個別相談        |
| 岩沼市 | うつくしまサロン     | 岩沼市社会福祉協議会<br>復興支援センタースマイル     | 福島原発避難者の集いと個別相談        |
| 岩沼市 | 子どものあそび場     | NPO 法人冒険あそび場<br>せんだい・みやぎネットワーク | 親子の個別相談                |
| 山元町 | 障害者支援        | NPO 法人ボラリス                     | 当事者・支援者への<br>コンサルテーション |
| 山元町 | ふじ幼稚園        | 日本ユニセフ協会<br>日本プレイセラピー協会        | 被災幼稚園職員の<br>メンタル相談の引継ぎ |
| 亘理町 | Men's Club   | 亘理町健康推進課                       | 独居男性への健康教育の場<br>での心のケア |

## 6. 調査研究

我々が平成27年度取り組んだ調査研究活動は以下の二つである。

一つ目は、多賀城市からの委託を受けて支援に携わり個別支援を継続する中で、『複数機関・多職種の支援者間連携』と『継続支援を要する人たちの傾向』をテーマに集計・分析を行った。多賀城市での支援活動の報告として、平成28年度の日本トラウマティック・ストレス学会にポスター発表するための統計作業や読み取り作業を行った。

二つ目は、名取市の節酒を目指す目的で立ち上げた『健康サロン』について、その立ち上げまでの支援者の活動やネットワークづくりをふりかえり、検証することに取り組んだ。このサロンが生まれた背景や関係者の状況は、別章で述べる。本研究内容は、平成28年度の日本アルコール関連問題学会で発表予定である。

## 考察

当センターへ寄せられるニーズは時間経過とともに変化してきている。開設当初は、困っている住民をスクリーニングや巡回訪問で発見し、家庭訪問を続ける人海戦術だった。災害から5年経った今、災害に特化した被災者支援の要請は徐々に減少し、通常 of 精神保健業務として住民対応と一緒に考えるスタイルが多くなっている。同様に地域の傾向としては、日常的なメンタルヘルス方策をより意識して、いかにして住民に予防的な観点を意識してもらうかに力点が置かれ、そのための地域を育成する力をつけていきたいという希望が聞かれるようになってきている。また、専門職による直接支援だけではなく、非専門職や一般の地域住民がお互いに支援できるように、地域共助システムのすそ野を広げて育成していきたいという意向もみられ、地域づくりとして動きだしてきている。これらは、その地区の精神保健計画に沿ったものであり地域ネットワークのもとで展開するべきことと考えられるため、より一層地域と密着し関係機関との協力を強化することが重要と考える。

アルコール問題に関しては、成功事例はあまり多くはないが、事例を振り返ると、当事者との関係性構築が何よりも重要であると実感する。その関係性を築くためには、より身近に寄り添い、より頻回にかかわることが必要であり、膨大な時間とマンパワーを要する。しかしながら、自治体は本来業務の建て直しに手が割かれ、こうした時間と根気を要する支援にはなかなか手が付けられない現状である。今後、専門性を発揮し、効率的な支援を展開するためには、地域にどのようなシステムが必要なのかを支援者全体で検討していくことが必須である。我々としては、できる限り地域に出向いて地域精神保健の隙間を埋めるべく活動を繰り広げることを行いたい。また、専門性を強化するための自らの育成をまずは強化していきたいと考えている。育成のための勉強会などは、既存の関係機関と連携を深めて協同で開催し、それが細く長く定例化されていけるような後方支援をと考えている。

## まとめ

中長期の心のケアという流れの中で、基幹センター地域支援課の役割は、平常の精神保健福祉活動に則った支援活動になってきている。しかし、名取市では平成30年まで仮設住宅での生活を余儀なくされる住民もまだまだ数多く、仮設住宅供与をすでに終了した自治体の動きと比べると復興の格差が大きい。その影響として、気持ちの焦りやあきらめや取り残され感から慢性的な不健康が懸念される。復興格差が広まる状況で、地域毎の課題を見えることをしっかりと再認識し、今までの活動の継続でいい

のかを見直しする作業は必須である。優先度を再検討しスタッフの配置や業務の集約化をはかること、何を残すかをしっかりと協議して決めていくことが今後の課題となる。それには、より一層地域担当チーム間の協議を重ねていくことが必要となる。そして、我々は5年目にきて初めて『センターを閉じることを意識して心のケア活動を再考する』時期を認識しはじめている。多層的、包括的な支援を求められてきている今この時期に、この先どのような支援の終了を考えるか、各自でも課員全体でも『心のケアとは』、『心の回復とは』ということは今一度再考している現状である。

最後に、考察で述べた我々の技術向上のために、平成28年度の支援課内研修の計画を追記する。

表9 平成28年度支援課内研修計画

| 研修内容                | 連携機関                 | 具体的内容                                                    | 時期       |
|---------------------|----------------------|----------------------------------------------------------|----------|
| アルコール問題<br>早期介入について | 保健所岩沼支所              | 名取市の『健康サロン』『節酒の会』の<br>立ち上げの経過とプログラム<br>『ハッピープログラム』の技法を知る | 4月       |
| 家族療法プログラム           | 保健所岩沼支所              | CRAFTについて学ぶ                                              | 5月       |
| 傾聴とは                |                      | 寄り添うとはどういうことかを学ぶ<br>3回シリーズ                               | 4月～6月    |
| 住民主体の活動とは           | 宮城県サポートセンター<br>支援事業所 | 住民が地域活動を繰り広げていけるようになると<br>いうことはどんなことが必要か                 | 6月<br>7月 |
| 事例検討                | 事例により選定              |                                                          | 調整中      |

#### 参考文献

- 1) B・ラファエル著、石丸正訳：「災害の襲うとき」みすず書房1989
- 2) 加藤寛：「心のケア 阪神・淡路大震災から東北へ」講談社現代新書2011