

ニューヨークでのパネルディスカッション

医療法人社団 原クリニック 院長
一般社団法人震災こころのケア・ネットワークみやぎ/
からころステーション代表理事
原 敬造
(みやぎ心のケアセンター 顧問)

平成28年3月8日、アジアソサイアティの主催で“3.11 and 9.11 Survivor Stories”のテーマでパネルディスカッションがニューヨークで行われた。9.11（アメリカ同時多発テロ事件）家族会との交流会を石巻市で行っていたこともあり、ニューヨークでのパネルディスカッションに参加してきた。パネリストはアメリカから3名、日本からは私を含めて3名の計6名であった。著名なジャーナリストの司会で、パネルディスカッションは進行した。印象に残ったのは、“災害から立ち直るには長い時間が必要なこと。支えあう仲間が必要なこと。”といった9.11メンバーの言葉だった。ニューヨークを訪れるのは、初めてであった。西海岸には行ったことがあったが、そこから6時間以上も余計に飛行機に乗っていなければならなかった。日本からおよそ14時間のフライトである。午前成田を発ち、ニューヨークには同じ日の朝に着く。ジェットラグがある。その日の夕方には、教会で行われた、3.11（東日本大震災）の追悼集会に参加した。多くの方が追悼集会に参加されていた。

この原稿を依頼され、何を書こうか迷っているうちに締め切りが過ぎてしまった。4月18日までに入稿する約束をして先週を過ごしていた。熊本で大きな地震が発生した。エクアドルでも起こった。テレビの画面はそのニュースを終日映している。3月11日のことを思い出した。当日は、13時半に午前の診察が終わった。昼食を取り、精神科デイケアで卓球をして、15時から始まる午後の診療に備えて、1階のカフェでコーヒーを注文していたその時であった。激しい揺れに襲われ、ビルのきしむ音、物の落ちる音立ってられないほどの揺れとビルが倒壊する恐怖、でも動けない、なんともしがたい状況だった。テレビの画面に、激しい揺れの合った日の映像が流れた。そして避難所や水を求める人々の姿、救助の場面、ビルの倒壊場面などなど。日本は災害の多い国である。3.11を経験して、次の災害に何が活かされてなければならない。しかし、災害の起きる状況はさまざまであり、同じことはありえない。

からだところのステーション（以下、からころステーション）の活動を紹介する。東日本大震災の間もなくから、私は日本精神神経科診療所協会の協力の下に、仙台市、山元町、石巻市でこころのケア活動を始めた。広範囲な大規模災害で、日常の精神保健活動では賄いきれない問題が生じることは明らかであった。早晚心のケアセンターの設立が必要になることは明白であった。しかしながら、準備はすれども設立には時間がかかることが徐々に明確になり、動けるところから動こうとの考えの下で、5月には一般社団法人の立ち上げを準備して、6月下旬には認可を得ることになった。一般社団法人震災こころのケア・ネットワークみやぎである。ここを受け皿にして、石巻市と宮城県から事業の委託を受けた。仙台市では7月末、石巻市では10月末でそれぞれ避難所は閉鎖され、プレハブ仮設住宅への移行がなされた。避難所が閉鎖されると、災害救助法での活動は終了する。石巻地域では、震災こころのケア・ネットワークみやぎが受け皿になり、各県から被災地に入っていた心のケアチームがフォローしていた方を引継ぎ、受け皿の無い状況は避けられた。発災の年の10月には石巻駅前に拠点として、から

ころステーションを立ち上げた。からころステーションは365日活動している。特に休日の活動は、多くの機関が閉所になる中で、地域でのフォローを継続する力になっている。からころステーションの主な活動は、電話相談、来所相談、訪問などの直接支援とともに、カフェ活動や講演会、健康相談会なども行い、幅広い方の相談に応じる体制を取っている。

中長期の今後の課題について、少し触れる。被災地では、復興住宅への移転が遅々として進まないのが現状である。また健康障害も大きな問題になっている。アルコール関連問題や認知症の悪化、自死、不安の増大など深刻な課題がある。一方で、からころステーションが現在行っている精神保健活動がこれらの問題解決の糸口をつかみつつある。アルコール関連問題では、幅広く啓発活動を行うツールとしてアル・コルかるたを作成した。独居高齢者を中心にした集団活動として“オジころ”を定期的に開催している。また地域ベースでのアルコール関連問題を有する方への心理教育プログラムの提供も行っている。地域の内科医などとアルコール関連問題の研究会を開催している。こうした連携の中で、精神保健活動のネットワークを強化することが可能である。中長期の課題は、いかにして地元で精神保健のネットワークを広げるかにかかっている。今石巻では地域包括ケアが行われようとしている。こうした実践と結びつきを強めることにより地域力が強まると考える。継続は力なりである。