

# 東日本大震災から5年、 みやぎ心のケアセンターへの期待

東北大学 災害科学国際研究所 災害精神医学分野

教授 富田 博秋

東日本大震災が発生してから5年が経過しました。15,894名の死者、2,561名の行方不明者、6,152名の負傷者（警察庁発表2016年3月10日時点）という人的被害の大きさは、同時に、震災に起因して心的外傷体験や親しい人の喪失を体験した方の多さを意味します。東日本大震災を受けて東北大学に新設された災害科学国際研究所、ならびに、東北メディカル・メガバンク機構では、東日本大震災被災地におけるさまざまな調査から、震災が長期にわたって、住民の方々のコミュニティの居住環境、就労環境、経済状況、人との繋がり状況にも大きな影響を及ぼし続けている様子を捉えてきています。

宮城県沿岸部市町村にお住まいの大規模半壊以上の家屋被災にあわれた方2,000名程を対象に毎年行っている健康調査からは、震災体験に対する心的外傷後ストレス反応を評価する出来事インパクト評価尺度（IES-R）で一定以上の影響を被っていることが示唆される対象者の方の割合は年々減少傾向にはあるものの、依然、4人に1人は一定以上の反応を示しています。これらの結果は大災害後の長期にわたるメンタルヘルス支援ニーズをあらためて示しています。（図）現在、被災地域ではプレハブ仮設住宅から災害公営住宅、高台団地への集団移転が進んできていますが、移転対象者の大半は調査の中で、新たな環境への適応や震災以降仮設住宅で築かれた人間関係からの離別などに関して不安を示しています。今後、これらの環境変化への対応を含む長期的な見守り、ケアが必要となることが示されています。

東北メディカル・メガバンク機構ではこれまでに健康調査として10万人を超す方に問診票で、2,700名を超す方に面接でメンタルヘルス面の評価を行い、必要な方に支援を行ってきています。うつ病や不安障害などの診断基準をみだす状態で、精神的に追い詰められている方でも、医療機関にも周りの人にも相談せず、一人で抱えておられる方は少なくありません。これは、うつ病やPTSDという言葉は普及しているものの、自分や周りの人に実際に起こり得ることとして、また、対応に結びつく形で、うつ病やPTSDの実態が理解されていないことを意味しています。みやぎ心のケアセンターがこれまでに取り組んできている直接の地域住民支援や支援環境を支える支援者支援、人材育成、各種活動支援、さらには普及啓発のニーズは今後も引き続き大きいことを意味しており、センターの今後の益々の活躍が期待されることです。

みやぎ心のケアセンターが東日本大震災被災地域におけるこれらの取り組みを有効に行っていくうえでは、センターのもう一つの事業の柱である『調査研究』のあり方も重要です。また、東日本大震災以降も、国内各所で水害、雪害、火山噴火、地震などが発生し、今後、さらなる巨大災害にも備えなければなりません。東日本大震災の教訓は災害時のメンタルヘルス対応についても今後の備えや次の災害対応に生かされることが望まれます。

東北大学の災害科学国際研究所、東北メディカル・メガバンク機構では大規模な疫学データに基づき、また、人文・社会科学、理学・工学などとの学際連携体制に基づいて、災害メンタルヘルスやその支援

のあり方に関する研究を進めております。

今後、みやぎ心のケアセンターと災害科学国際研究所、東北メディカル・メガバンク機構との間の情報交換、人的交流を活発にして、同じ宮城で復興にあたる組織として連携を行いながら、エビデンスに基づいたより有効な震災後の支援活動や今後の災害への備えを進めることができればと思います。

心的外傷後ストレス反応有所見者の割合の変動  
(出来事インパクト評価尺度 IES-R  $\geq$  25)

