

## 東北大学精神医学教室による活動：To GEMS プロジェクト

東北大学大学院医学系研究科  
予防精神医学寄附講座  
准教授 松本 和紀

東北大学では、東北大学精神医学教室を構成する、東北大学大学院医学系研究科精神神経学分野、東北大学病院、東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座が一体となって、東日本大震災後の精神医療・保健領域にかかわる支援や研究を行っている。特に、平成 23 年 10 月に宮城県の寄附によって設立された東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座が、その活動の中心となっており、松本、高橋、内田、見立（10 月までは青柳）に加えて、厚生労働科学研究費の研究事業におけるスタッフとして越道（9 月までは前澤）、藤枝がスタッフとして活動した<sup>1)</sup>。東北大学精神医学教室による活動は、To GEMS（東北大学精神医学教室・東日本大震災・心のケア・支援研究：Tohoku University, Department of Psychiatry, Great East Japan Earthquake Mental Health Support and Research）プロジェクトと称している。

GEMS の活動は、発災後から急性期にかけては、こころのケアチームを組織し、宮城県内外の精神保健医療関係者との連携を図った支援活動を実施した。みやぎ心のケアセンターの設立後も、平成 23 年度はこころのケアチームの活動を引き継ぐ形で支援を行い、平成 24 年度以降、みやぎ心のケアセンターが本格稼働した後は、同センターと連携・協力しながら中長期の支援／研究を実施するための活動を継続している。特に、支援活動については、東北大学精神医学教室のスタッフが、みやぎ心のケアセンターの非常勤職員としてその任に当たっている。

石巻地区では、精神神経学分野大学院生の佐藤が発災直後のこころのケアチーム時代から支援を継続しており、平成 24 年度も月に複数回、石巻地域センターと連携しながら被災者へのアウトリーチ、支援者や被災者向けの講演、専門家への技術支援などの活動を行った。また、精神神経学分野大学院生の上田が、佐藤の活動に協力する形で石巻での支援を行った。岩沼市では桂が、市保健師や仮設住宅入居者の支援者等を主な対象に毎月定期的に研修や事例検討などの支援を続けている。気仙沼市では、精神神経学分野大学院生の佐久間が発災直後から支援活動を行っており、平成 24 年度は、気仙沼地域センターと共に、気仙沼市職員の職場のメンタルヘルス対策の支援等に従事した。

GEMS スタッフは、心のケアセンターの非常勤職員として仮設住宅入居者、自治体等の公的機関の職員などを対象に、震災後のメンタルヘルスについての講演を行ったり、健康相談などの業務に従事した。特に、気仙沼市役所、南三陸町、石巻市役所、石巻地方広域水道企業団、石巻地区広域行政事務組合、自衛隊船岡駐屯地、被災各地の社会福祉協議会では、定期的な研修会を実施したり、職場全体のメンタルヘルス対策を実施するなどした。

また、高橋を中心に、宮城県内で被災した病院の看護職に対するメンタルヘルス対策も継続的に行っている。その他、宮城県内の精神科医療機関を対象にした調査も実施した。こうした活動の一部は、厚生労働科学研究費などによる研究事業として行われており、詳細は別項に述べる。

その他、みやぎ心のケアセンターと共同で、東日本大震災後の宮城県内の精神保健医療における人材育成の一環として、心理支援スキルアップ講座を開催し、特に、中長期的な認知行動療法アプローチの普及のために認知行動療法センターの協力を得て外部講師によるワークショップを行った。また、災害の復興回復期に特化した支援プログラムであるサイコロジカル・リカバリー・スキル (Skills for Psychological Recovery: SPR) の普及や一次予防の観点から一般市民や支援者を対象に、認知行動療法の基本的な考え方やスキルを伝え、日常生活の中でのストレスケアについて学んでもらうためのこころのエクササイズ研修会を実施した。また、海外の支援団体である Give2Asia による、みやぎ心のケアセンターへの支援事業への協力を行った。

今後も、東北大学精神医学教室では、みやぎ心のケアセンターと連携・協力しながら、長期的な視点から宮城県の精神保健領域での復興に貢献していきたいと考えている。

1) 講座スタッフ構成	教授	松岡 洋夫	(精神科医師)
	准教授	松本 和紀	(精神科医師)
	助手	高橋 葉子	(看護師)
	助手	内田 知宏	(臨床心理士)
	技術補佐員	越道 理恵	(臨床心理士)
	事務補佐員	見立 京子	
	事務補佐員	藤枝 祐子	

平成 25 年 3 月末日現在