

みやぎ心のケアセンターの1年間の活動に思うこと

国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所
災害時こころの情報支援センター長
成人精神保健研究部長 金 吉晴
(みやぎ心のケアセンター 顧問)

東日本大震災から早2年経ったが、この間の心のケアセンター職員の皆様の取り組みには多大な進展があったと感じている。

住民の復興格差も生じ、アルコール関連問題等が増加し、対応困難な事例が増える中、日々の訪問活動等に熱心に取り組み、またそれに対応する専門家としてのスキルアップを目指し、ご研鑽に努めてこられたことと思う。それと共に多彩な普及啓発活動を行ったことで住民がメンタルヘルスについて興味や理解を示し、要支援者の発見に繋がる機会にもなった。また、自治体職員に関しては、長期的な活動の疲労やバーンアウトによる体調不良者も未だに少なくないはずであるが、それに対して実際の業務の軽減やセルフケア研修を行ったことは、自治体職員のメンタルヘルスにポジティブな影響を与え、支援者支援の重要性を広められてきた。

変化していくニーズを把握し、それに柔軟に伝えていくことは簡単なことではないが、それを各団体との連携も図りつつ、自治体の負担にならないように実施しようという姿勢は大変重要である。また、忘れてしまいがちだが、有期限のセンターということを自覚しながら、センターが無くなった後に自治体や住民が自立的に活動及びセルフケアを行っていけるようにすることを意識しながら活動している。その視点は大変重要なものであり、客観性を失わない将来展望を持った視点は支援者として必要である。

県内外から集結した職員の皆様におかれては、時には心無い言葉を投げかけられた方も少なくないのではないだろうか。しかし、地域のために最善を考え活動に取り組んできた皆様のご尽力は、必ず地域の力の底上げに効果をもたらしている。引き続き25年度も活動は続いていくが、現在も築かれている支援者としての素晴らしい姿勢をそのままに、多方面と連携をしつつ、地域に根付いた柔軟な支援をされることと思う。私どもも、必要に応じて、可能なご支援を申し上げたいと思う。

最後に、現地でご支援されている皆様に深い敬意を表します。多くの方が被災者かつ支援者であることを忘れず、頑張っているご自分を褒めてケアをして頂くように、重ねてお願い申し上げます。