

きめ細かな支援の継続を

公益社団法人宮城県精神保健福祉協会
みやぎ心のケアセンター
センター長 白澤 英勝

あの日から3年が経過した。今なお、県内では9万人近くの被災者が避難生活を余儀なくされている。震災復興に向けた整備が官民をあげて懸命に進められているとはいえ、その歩みは遅々としており、生活基盤の再生を実感するには程遠く、復興過程で生じている被災者や被災地域間の格差は拡大しているのが現状である。

県が実施した平成25年度プレハブ仮設住宅入居者健康調査によれば、体調不良を訴える者は20%近くに達しており、心の問題では支援が必要な程度の強い心理的苦痛を感じている（K6で13点以上）者は8.3%にも達しており、国民生活基礎調査と比較すると1.8倍となっている。災害を思い出して気持ちが動揺する者は21.1%、不眠は16.0%、朝または昼から飲酒する者は2.2%となっている。また、相談相手がいないと回答した者は19.2%に上っている。この間、私たちは東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座や県内・外の関係機関の協力を得て、被災者への支援活動を行ってきた。みやぎ心のケアセンターの平成25年度の相談・訪問状況をみると全体では6,236件に達しており、その内、気分・情動に関するものが54.1%と半数を超え、次いで睡眠の問題25.6%、食欲低下、高血圧、めまい等の身体症状24.6%等となっており、これら相談の背景をみると住環境の変化、健康上の問題、精神変調等が多く見られている。これらの調査結果は被災者の心身の健康が依然として深刻な状況にあることを示しており、その改善に向けて継続的且つ重層的な支援活動が必要であることを示している。

この間、私たちはプレハブ仮設住宅や民間賃貸借上住宅の居住者を主に対象とした訪問活動を展開してきた。また、被災者や被災者支援にあたる方々に各種講演や事例検討等を行ってきた。今後、災害公営住宅への入居等が本格化するが、反面、プレハブ仮設住宅の集約化等新たな事態も生じている。相談者の多くは高齢化しており、生活基盤も脆弱であり、健康上の不安も抱えている。災害により多くのストレスに曝され、復興過程でも新たなストレスを次々と抱えざるを得ない被災者の現状に対し、被災者を孤立させず、訪問活動を軸にした、今まで以上のきめ細かな相談対応とその継続が必要となっている。そのためにも市・町の保健関係者や県・内外の支援者との連携を強め、地域精神保健活動の一環を担うべく、被災者への支援活動を継続していきたいと考えている。