

1. はじめに 宮城の今

街路のケヤキ並木は、「杜の都」と称される仙台の象徴である。透明感のある若葉が芽吹く頃、人々は「青葉祭り」に集い雀踊りに乱舞する。真夏の日差しをさえぎる深緑は、行き交う買い物客に束の間の涼をもたらす。秋の深まりとともに大量の落ち葉が路上を覆えば、冬空を電飾で彩る「光のページェント」の輝きが人々を魅了する。震災以降も、繰り返されるそんな木々の移ろいを眺めていると、「ああ、確かにこの街はあの東日本大震災後の騒乱から戻ってきたのだ」と感じる。外壁補修のため、あちこちのビルを覆っていたブルーのネットや足場も随分と減った。既にこの街の中では、あの日々を想起させる風景を探すことのほうが難しくなっているかのようである。

しかし、市内の中心部から車で30分あまりも移動すれば、同じ市内に全く異なる光景が広がっている。どこまでも見通せる荒野に砂塵を巻き上げて行き交うダンプカー。かつての海辺の町並みを思わせるものは何も残されていない。あの日、ここで亡くなられた多くの方々の無念を想う。そして、この地で長年過ごされてきた方々の「それから」の時間に思いを馳せる。海辺を背にすれば、荒野の先に仙台市中心部のビル街がゆらゆら浮ぶ。ここから、多くの人たちがあの街のどこかに移り住み、「それから」の暮らしを送っている。

「復興」という名の目標に向け、現在進行形で変わりゆくこの被災地には、震災によってさまざまな状況下に置かれた人たちがいる。深い悲しみを抱え先が見通せぬ人たち、望郷の念を抱きつつ移転を強いられた人たち、長年の営みを取り戻せぬままの時間を送る人たち。災害支援のため、ゆかりのないこの地を訪れ、新たな暮らしをはじめた人たちもいる。災害はそれぞれの地域社会の構図を大きく変えた。そして、そこには複雑な感情もいまだ内包されたままである。

そのような地域の感情に、みやぎ心のケアセンター（以下『センター』という。）という組織はどのように向き合うべきか。今でもその課題は突き付けられたままである。長期支援の必要が叫ばれる中、私たちの活動はようやく2年目を迎えたに過ぎない。しかし、この間の出来事とそこから生じたさまざまな葛藤には、災害支援に関しての大切な要素が集約されていたようにも思う。これからのセンターの活動と今後の災害支援のあり方を探る上でも、今一度、これまでの軌跡を辿っておきたい。

2. 当センターの成り立ち、県内の震災後1年を振り返る

発災からおおよそ9ヶ月後となる2011年11月1日、ケヤキ並木が窓から見下ろせる、仙台市中心部の古い雑居ビルに「みやぎ心のケアセンター・準備室」が設置された。この「準備室」は、震災直後から活動が続けてきた様々な「心のケアチーム」の撤退と入れ替わるように開設された。県外の支援チームによる短期支援から、現地組織による長期支援の開始へと、支援の体制を大きく再編する転換期であった。

当初の職員は、筆者と精神保健福祉士、保健師、事務担当者2名の計5名の常勤職員と、東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座（以下『寄附講座』という。）をはじめとする非常勤職員とによって構成されていた。

センター設立の構想は、実は発災後のかなり早い段階から提案があった。2011年3月15日以降、継続的に開催されていた「心のケア対策会議（行政担当者と精神保健福祉団体等で構成）」において、すでに4月26日の会議で「心のケアを継続的に担う機関」の必要性が指摘されていた。その後、宮城県から宮城県精神保健福祉協会に対し、センター運営に対しての打診がなされるとともに、8月の県臨時議会でセンター並びに寄附講座の設置が承認され、準備室開設に向けた準備は進められていった^{1) 2)}。

2011年12月1日、準備室メンバーを中心として基幹センターが開所された。まず私たちが取り組んだことは、自治体や関係機関担当者との顔が見える関係づくり、そして各地の状況を正確に把握することであった。県内沿岸域の自治体、並びに保健所などを訪ね、情報を自らの足で歩いて集めた。日々、県内各地を訪ねる一方、他県からの寄付金の申し入れや視察の依頼などの対応に追われた。さらには、短期支援者の受け入れ、地域センター開設に向けた人材募集と面接など、慣れない業務に追われるままに翌年4月を迎えることとなった。

3. 本格的な始動と直面したいくつかの課題

基幹センター開所に続き、翌年2012年4月1日には気仙沼地域センター、石巻地域センターがそれぞれの圏域で開所され、非常勤職員も合わせると総勢60名近い職員が勤務することとなった。基幹センターには総務課、企画課、地域支援課が配置されているほか、それぞれの地域センターには地域支援課が配置されている（図）。

センター全体の事業は6つの項目によって構成されており、2012年度の事業実施概要は以下のとおりとなっている。

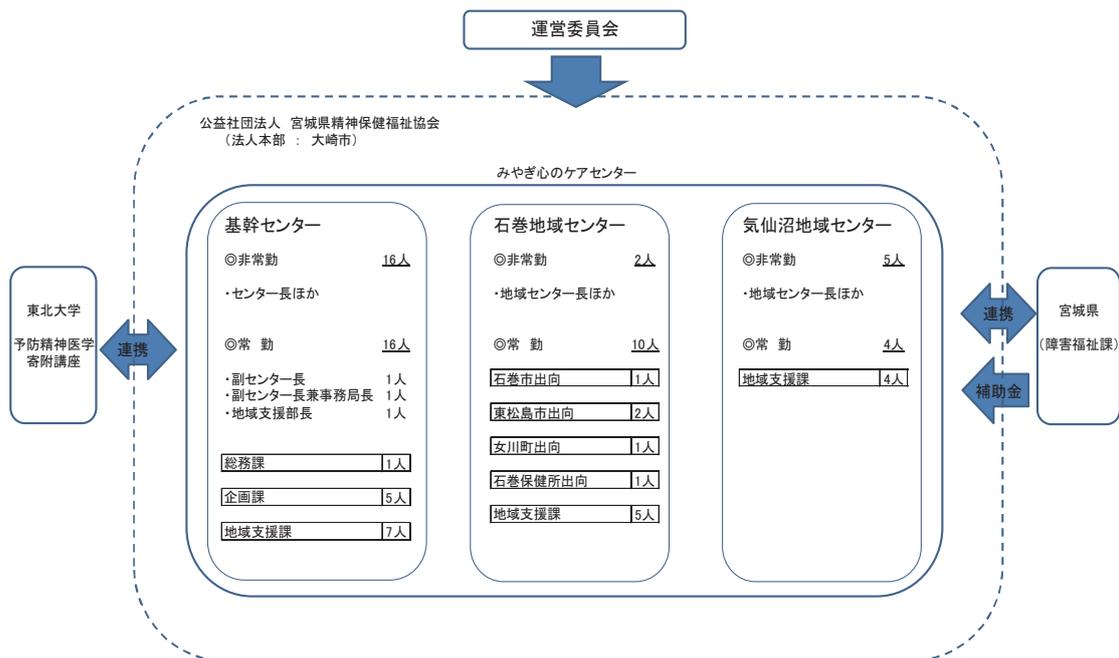


図 みやぎ心のケアセンター組織関係図（平成24年4月1日現在）

(1) 事業概要

① 普及啓発

うつやアルコール関連問題など、震災後に懸念されるさまざまなリスクについて周知を図るため、地域住民向けに広報誌や各種パンフレットを発行したほか、ホームページ等による情報発信を行った。関係機関からの要望に応じ、地域住民を対象とした研修会や講演会、プレハブ仮設住宅集会所などでサロン活動を実施したほか、マスメディア等への出演などでも情報の発信につとめた。

② 支援者支援

発災以来、現地担当者は多忙な業務に追われてきた。そのため現地担当者の負担軽減を主要課題の一つとして挙げ、要望に応じた支援を行った。自治体や社会福祉協議会職員を対象にした個別相談を実施したほか、職場環境などの調整を行った。また震災後に雇用された生活支援相談員（自治体ごと名称が異なる）に対し、ストレスケアへの助言、対人援助のスキルアップを目的とした同行訪問を行った。さらに、要望が寄せられた自治体に対して出向職員を派遣し、市や町に常駐させ担当者の業務負担軽減につとめた。これはセンターとしての特徴的な取り組みの一つとされる。

③ 人材育成

センターの職員も含め、さまざまな支援者の経験、知識の質や量はそれぞれ異なっている。そのため専門職や支援者のスキルアップのため各種研修会を開催した。また、県内の支援者間の情報共有や交流を目的とした「震災心のケア交流会」、マスメディアとメンタルヘルスの相互領域の理解の向上を目的とした「メディアカンファレンス」

を開催するなど、地域と支援者の現状を考慮しつつさまざまな企画を実施した。

④ 地域住民支援

地域住民の方々からの電話や来所による相談に対応したほか、自治体担当者や被災地支援団体等からの依頼に基づく相談支援を実施した。また、被災地の親子を対象としたデイキャンプ、石巻地域センターにおける農作業を通じた交流事業「ここファーム」や「作品展」など、地域のつながりの再構築を目的とする各種企画を実施した。

⑤ 各種活動支援

支援団体や当事者団体の企画に対する助言や後援を行った。昨年度は各種講演会やイベントに対する共催や後援などを通じた広報での協力が多かった。また、前述の震災心のケア交流会においては、民間支援団体の取り組みについて報告してもらい、団体ごとの相互交流、連携の在りかたを模索する機会を設けた。

⑥ 調査・研究事業

寄附講座や社会福祉協議会などの調査実施主体からの依頼に応じ、地域住民や各職域を対象とする健康調査に協力した。今後は複数年にわたる調査も予定されており、被災地の状況変化を映し出す重要な事業となることが予想される。センターによる主体的な研究も積極的に実施していく方針である。

これら6項目は、基幹センター発足当時の職員らによって立てられたものである。しかし、被災地からのニーズに応じて対応する姿勢、これまで活動してきた関係者をバックアップする姿勢を大切にされたため、事業項目ごとの具体的な実施内容や手法は、それぞれの地域センターによって大きく異なっていた。被災後の混乱がまだまだ色濃く残されている地域も多い中、地域センターの開所によってセンターが本格稼働したとはいえ、そこには以下のようないくつかの課題が立ちはだかった。

(2) 1年目の課題

① 職員の多様性

センター職員は、精神保健福祉士や臨床心理士、保健師のほか、精神科医、看護師、作業療法士など複数の職種によって構成されている（表）。年齢構成は20歳代の新卒者から60歳代のベテランまで、経験年数もおおよそ30年以上も開きがあり、経歴もさまざまであった。また、震災前から宮城県に在住し、地震被害や津波被害に遭った職員や、他県から採用され宮城県の地理をほとんどわからない職員が、新たな職場内人間関係を作りながら一緒に活動することになった。このように多様な職員が、新しい組織と一緒に被災地支援するために、職員間の話し合いと相互理解を大切にして業務を遂行したが、まとまったチームを形成するための苦労も多かった。さらに、他県から応援に来た職員は、度々襲う余震も心理的負担となっていた。そうした新たな環境で、圏域の風土や地域特性を理解することが求められ、被災地域の方々とは信頼関

係を作るのに並々ならぬ苦勞をした。

表 スタッフ職種構成（平成24年4月1日現在）

職 種	基幹センター			石巻地域センター			気仙沼地域センター			全 体			合計
	常勤	非常勤	自治体出向	常勤	非常勤	自治体出向	常勤	非常勤	自治体出向	常勤	非常勤	自治体出向	
精神科医(Dr)	1	7	0	0	1	0	0	3	0	1	11	0	12
臨床心理士(CP)	2	3	0	1	0	0	1	1	0	4	4	0	8
精神保健福祉士 (PSW)	6	1	0	2	0	3 東松島市 2 女川町 1	2	1	0	10	2	3	15
保健師(PHN)	3	1	0	2	1	0	1	0	0	6	2	0	8
看護師(NS)	0	4	0	0	0	1 石巻HC	0	0	0	0	4	1	5
作業療法士(OT)	0	0	0	0	0	1 石巻市	0	0	0	0	0	1	1
事務	4	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	4
計	16	16	0	5	2	5	4	5	1	25	23	5	53

② 「心のケアセンター」に対する職員の共通認識を得るまで

初めて勤務する「心のケアセンター」という組織について、当初の職員ひとりひとりの見解はさまざまであった。職員各自が抱えている想いやイメージをまとめ、基本的な方針を共有する作業に多くの時間が必要であった。さらに、業務報告書の作成や会計処理など、日常的な手続きについても話し合いの中で一つ一つ確認していくことが求められた。そのような作業を何度も繰り返す中から、徐々に組織としての形を作り上げていった。

③ 地元自治体担当者との連携について

震災前まで宮城県内に存在していなかったセンターが、震災後に突如として誕生した。既存の行政機関や各自治体担当者と緊密な連携を図る上でも、センターの役割を明確に伝える必要があった。しかし、開設当初、業務の基本指針が必ずしも確立されているわけではなかった。業務を遂行し、職員間で話し合いながら業務内容を決めていく、というのが実態であった。また、自治体によって被災状況やニーズが異なっていたため、私たちは、地域ごとのニーズを確認し、それに対し私たちがどのような役割を担えるか、支援方針も話し合いながら決め、被災地支援を行ってきた。そのような作業を重ねる中で、地元自治体からの信頼を鋭意得られるように力を注いだ。

④ 外部団体との関係性、役割の分担について

震災直後から、宮城県内の各地域には多数の支援団体が駆けつけ、献身的な活動を行っていた。一方、震災後9ヶ月も経って発足したセンターに対して、「今さら役割など残されていないのではないか」との声があったことも事実である。既にそれぞれの地域で支援活動を続けてきた団体がある中で、これからの時期、私たちが担える役割とは何か、さまざまな支援団体とどのような連携をすることが地域にとって最も望ましいのか、絶えず思案した。まずは、地域全体で対応しきれないニーズ、支援団体の撤退などによって新たに出現したニーズなどがあれば、それらに対応するようにした。

⑤ 心のケアセンター間での連携

当センターは3つのセンターによって構成される。広大な岩手県、福島県に比較して宮城県は小さいとはいえ、気仙沼地域センターと仙台にある基幹センター間の移動には、少なくとも車で3時間は要する。開所後、それぞれの地域センターの業務が増加するにつれて、当センター全体での協議の場を確保することが徐々に困難となっていった。現在、Web会議システムの導入などを検討しているところである。

⑥ 地域特有の事情に応じた配慮

圏域によって、震災以前からの特有の事情がそれぞれ存在していた。市町村合併による影響、社会資源や各種サービスの有無、関係機関ごとの温度差や距離間などが挙げられる。また、被災の程度や復興の状況も地域によって異なっていた。そのような地域ごとの事情を速やかに理解し、それらに考慮した対応が求められた。

4. 被災地への想い、支援者としての姿勢とは

本格稼働した2012年度は、上記のようなさまざまな課題を抱えた中での組織づくり、各地域での信頼関係づくりに力点をおいて活動をした1年であった。活動のキーワードを挙げるならば、「手探り」とでもなるだろうか。マニュアルなどももちろんない中、職員間あるいはさまざまな関係者と、常に感触を確かめながら「手探り」作業の連続であったことが思い起こされる。

しかし一見非効率に見えるこの「手探り」こそ、災害時の支援活動には最も大切な姿勢であったのかもしれない。支援者の強い想いや思惑が一人歩きすれば、地域ニーズからの乖離が生じ、現地支援者との摩擦が生じてしまう。このような光景は、震災後これまでに何度か目にしたりとりにある。

「被災者が求めることをします」「no harm（害を与えない）」という原則のもと、常に被災地からのニーズを感触として確かめつつ、支援内容を柔軟に調整する姿勢を大切にしなければならない。いかに高度な知識、スキルを持ち合わせていようとも、互いの信頼関係なくしてそれらが発揮されることは決して有り得ない。今後の当センターの支援活動においてはもちろんのこと、災害時の支援活動全体において、この姿勢は徹底される必要があると考えられる。

山積みのがれきが減っていくのに合わせて、日ごと人々の暮らしは落ち着きを取り戻すかに思われたが、その予想に反して、被災地の状況は昨年より一層深刻さを増したとする担当職員の声がある。それぞれ自治体ごとに震災復興計画の歩みは異なり、その遅さに焦燥感や憤りを抱く人たちがいる。被災地には、いまだ複雑な感情が渦巻いている。そのような地域の状況を把握するため、これまで主にK6（うつ病・不安障害に対するスクリーニング手法）を用いた健康調査が何度か実施されている。しかし、問題が発生するのは必ずしも調査でハイリスクとの結果が出た方ばかりではないため、調査で得られる数値からだけではなく、支援者は日々の実践の中で丁寧にニーズを探っていく必要

がある。あらゆる手段を用いた複合的な働きかけが求められる。やはり当面はさまざまな「手探り」を続けていく必要がある。

今年度も当センターとして、これまで培ってきたつながりをさらに強め、ニーズに応じた支援を行っていく姿勢になんら変わりはない。あくまで被災地にとって何が有益であるかを最優先し、謙虚な姿勢で今後も支援に臨みたい。

5. これから

この「手探り」という言葉。2011年夏頃に、兵庫県と新潟県の心のケアセンターを視察させて頂いた際にも、たびたび耳にした言葉である。当時はまだ被災からの日も浅く、今後地域がどう変化していくのか、どのような支援が必要とされるのか、全く先が見通せぬ状況下にあった。信憑性の低い予測や根拠ない噂も飛び交う中で、私たちは非常に混乱させられていた。そのような中、両県のこころのケアセンターのみなさんから、経験に基づく貴重なアドバイスをたくさん頂戴した。暗中模索を続けていた私たちにとっては、一筋の光が差しこんだ心地がした。

中でも、「職員の離職率が高くなる傾向があるため、配慮が必要」との助言を強く意識した。当センターでは、管理職が各地域センターや職員の出向先などを足繁く巡回し、職務上の課題や不満などに対してできる限り対応した。今日現在、バーンアウトによる離職者が一人も出ることなく至っているのは、このような経験による貴重な助言と、それを受けての丁寧な配慮によるところが大きいと考えられる。

現在も多大なご協力をいただいている兵庫県こころのケアセンター、新潟こころのケアセンター関係者のみなさん、そして、運営を支えて頂いている関係者のみなさんにこの場をお借りして御礼申し上げたい。

あらためて「復興」という言葉について考えてみる。虹のように、実はどこかに辿り着いてもつかめる類のものではないのかもしれないと、最近思っている。「地道だけが東北人の取り柄だもの。地道にやんねばな。」今年人気を博した、東北を舞台とする連続ドラマの台詞である。宮城県出身の脚本家が用意したこの台詞に、勝手ながら東北の復興に対する想いを感じとった気がした。

今はまだどこに辿り着けるのかはわからない。ともかく今は、東北人らしく地道に日々の営みを続けていこうと思う。街から明かりが消え、小雪舞い散る中、溢れんばかりの人たちが家路を急いだあの日。そこから地道に続けてきた歩みを今日からもまた続けて行こう。

(精神医療 No. 72 2013年10月に掲載)

参考文献

- 1) 白澤英勝. みやぎ心のケアセンター開設について. 精神医療 No.66. 批評社 (2012)

- 2) 鈴木博正. みやぎ心のケアセンターの概要. 平成 24 年度みやぎ心のケアセンター紀要第 1 号 (2013)