

気仙沼地域センターの取り組み

気仙沼地域センター 地域支援課長

精神保健福祉士 片柳 光昭

平成 26 年度の主な取り組みを事業ごとに記した。なお、それぞれの事業の活動件数等については第 I 章 3. 平成 26 年度事業項目別活動状況にて掲載されているため、ここでは最小限に留め、事業内容を中心に記すこととする。

1. 地域住民支援

(1) 気仙沼市

平成 26 年度は、平成 25 年度と同様に宮城県と気仙沼市が実施した被災者への健康調査後の訪問支援に加え、介護予防事業の一環としてアルコール飲酒者に対する支援事業を行った。この事業は地域包括支援センター、健康増進課、医療法人東北会東北会病院との連携のもとに実施された。気仙沼地域センターは精神的健康への高リスクが考えられた住民への訪問活動を行った。(表 1)。

市健康増進課に対しては、7 月から週 1 日の定期的支援を開始し、9 月からは精神保健福祉士 1 名を出向という形態で配置した。唐桑総合支所保健福祉課に対しても 8 月から週 1 日の定期的支援を開始した。これらの体制により、被災者のみならず、広く地域の住民への支援を行うことが可能になった。

気仙沼地域センターにおける特徴としては、これまでと同様に、各地区ミーティング等の場において、関係機関や各種団体からの住民支援の依頼や相談を受けたことに加え、平成 26 年度は気仙沼支援学校や中学校の教諭からの相談や依頼、また地域の高齢者福祉施設関係者から、住民を訪問する際の同行依頼等が増加したことが挙げられる。

表1 健康調査の訪問等支援

支援内容	主な支援期間と主な支援対象	気仙沼地域センター 訪問等支援担当件数
平成25年度応急仮設住宅 (プレハブ)入居者健康調査に基づく訪問支援	平成26年1月～5月 K6高得点ケース中心	18件
平成25年度民間賃貸借上住宅等入居者健康調査に基づく訪問支援	平成26年5月～6月 K6高得点ケース、「朝から飲酒」項目該当のケース中心	14件
平成26年度応急仮設住宅 (プレハブ)入居者健康調査に基づく訪問支援	平成27年2月～ K6高得点ケース中心	20件
CAGE質問票による健康調査の個別支援	平成26年8月～12月 CAGE4項目中、4項目＋多項目に該当が記入されていたケース	139件

(2) 南三陸町

宮城県と南三陸町が実施した被災者への健康調査について、その後の訪問などを行った(表2)。また、平成26年度は健康増進課健康増進係に5月から週1日の定期支援を開始し、11月からは出向として精神保健福祉士1名を配置した。これにより、被災者のみならず、広く地域住民への支援が可能となった。

これらに加え、平成26年度からプレハブ仮設住宅に入居している住民の見守り等の支援を行っている、被災者生活支援センターの支援員に対する支援を定期的なものに変更した。定期的な支援により、支援員から住民に関する相談や訪問同行の依頼が、年間を通じてあった。

表2 健康調査後の訪問等支援

支援内容	主な支援期間	気仙沼地域センター 訪問等支援担当件数
平成25年度健康調査等に基づく訪問支援(プレハブ)	平成26年5月～7月	18件
平成25年度健康調査に基づく訪問支援(在宅)	平成26年6月～8月	33件
平成26年度応急仮設住宅(プレハブ)入居者健康調査に基づく訪問支援	平成27年2月～	27件

(3) 考察

地域の復興作業が長期化するなかで、東日本大震災の影響はこれまでのように直接的な被害のあった住民だけでなく、いずれの住民にも及んできているように考えられる。このことは、相談の依頼元がこれまでの震災関連機関に加え、相談機関、教育機関、福祉機関等に広がりを見せたことからもうかがうことができる。この傾向は今後も続くことが予測されることから、各自治体を始めとする様々な関係機関と広く連携を築きつつ、個別化、多様化する住民の課題解決に向けて取り組んでいくことに重点を置いてそれぞれの事業を実施展開していきたいと考える。

2. 支援者支援

(1) 気仙沼市

① 自治体への専門職員の配置（定期的支援及び出向職員）

専門職員を配置し、被災者支援や保健師業務の補助等を通じて自治体保健師の業務負担の軽減に向けた取り組みを実施した（表3）。

表3 専門職員の配置

配置先	配置時期と専門職種
健康増進課	平成26年7月～8月 週1日の定期支援 (精神保健福祉士 1名)
	平成26年9月～平成27年3月 月曜日～金曜日の出向 (精神保健福祉士 1名)
唐桑総合支所保健福祉課	平成26年8月～平成27年3月 週1日の定期支援 (保健師 1名)

② 乳幼児健診における養育者相談

乳幼児健診時に専門職員を配置し、養育者からの相談を受けられる体制を支援した。また、健診終了後のカンファレンスに参加し、必要に応じて健診担当のスタッフと情報交換等を行った。

③ 市職員のメンタルヘルスに関する支援

市総務課の依頼に基づいて、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）、宮城大学看護学部、気仙沼保健所とともに職員の健康について協議し、支援を実施した。平成26年度は平成25年度と同様に、寄附講座と協働して市職員（派遣職員を含む）への健康調査を実施し、調査結果に基づき市職員の個別面接や、管理職員を対象としたグループワークを行った。また、健康調査の際に精神的健康に関する啓発パンフレットを提供し、メンタルヘルスに関する普及啓発に取り組んだ。

また、平成 25 年度に引き続き、市職員（派遣職員を含む）向けの健康相談室を寄附講座と協働して開設した。相談室は本庁舎内と出先機関に設置し、気仙沼地域センターは本庁所内を担当した。平成 26 年度は 4 月から毎月第 3 水曜日、午前 10 時から午後 4 時に開設した。

④ 関係支援機関、各種支援団体への支援

関係支援機関、各種支援団体が実施する事業について協力し、支援者への支援を行った（表 4）。

表 4 関係支援機関、各種支援団体への支援

支援対象	支援内容	実施回数
KRA（一般社団法人 気仙沼復興協会）福祉部スタッフ	KRA（一般社団法人 気仙沼復興協会）福祉部スタッフが各プレハブ仮設住宅集会所等で開催しているお茶会（対象はプレハブ仮設住宅に住んでいる住民）に同行し、スタッフのスムーズなお茶会運営をサポートした。	参加回数 8 回

（2）南三陸町

① 自治体への専門職員の配置（定期支援及び出向）

専門職員を配置し、被災者支援の実施や保健師業務の補助等を通じて自治体保健師の業務負担の軽減に向けた取り組みを実施した（表 5）。

表 5 専門職員の配置

配置先	配置時期と専門職種
保健福祉課健康増進係	平成 26 年 5 月～10 月 週 1 日の定期支援 (精神保健福祉士 1 名) 平成 26 年 11 月～平成 27 年 3 月 月曜日から金曜日までの出向 (精神保健福祉士 1 名)

② 町職員のメンタルヘルスに関する支援

町総務課の依頼に基づき、寄附講座、気仙沼保健所、宮城県精神保健福祉センター医師と協議し、町職員への支援を実施した。気仙沼地域センターでは職員向けの相談室を毎月第 4 火曜日、12 時～18 時に開設した。

③ 被災者生活支援センターへの支援

平成 25 年度と同様に生活支援員の主任が話し合う場として、『主任の会』を定期

的に実施した。

また、平成 26 年度は、各サテライトへの訪問を定期的に実施し、支援員一人ひとりとの、顔の見える関係づくりから開始した。各サテライトへの訪問では、支援が必要と思われる住民についての状況確認や、住民への対応についての助言等を行った。また、支援員の心理的軽減を目的として各サテライトでグループミーティングを定期的に開催した。グループミーティングでは、日頃の支援業務のことや生活上のことなどをテーマに自由に話し合いながら、支援員同士でセルフケアができる時間となるように心がけた。

(3) 考察

支援者支援においては、特に自治体への専門職員の配置について、気仙沼市健康増進課への定期支援及びその後の出向職員の配置を実施した。更に平成 25 年度まで取り組むことが出来なかった南三陸町保健福祉課健康増進係への定期支援とその後の出向職員の配置を実施した。気仙沼市唐桑総合支所保健福祉課についても定期支援を開始し、各自治体担当課への支援をより効果的に進められるようにした。気仙沼市、南三陸町ともに職員の不足や業務過多の状況は続いており、これらの状況は、保健福祉各課においても例外ではなかったと推測される。保健福祉各課に対しての支援は、出向職員も含めた地域センター全体として取り組むべきもので、心のケアセンターの根幹を成す最も重要な事業の一つである。本事業については、平成 27 年度以降も拡大、拡充し、保健福祉各課からの支援要請に真摯に応え、各自治体の保健福祉分野に側面的あるいは後方的に貢献していきたいと考える。

3. 普及啓発

(1) 気仙沼市

① 三陸新報『三陸こころ通信』掲載

気仙沼市を中心に購読されている新聞『三陸新報』に、気仙沼保健所と協働して『三陸こころ通信』というコラムを 7 月から毎月 1 回ずつ掲載した。新聞というメディアを通じて、一般市民へのメンタルヘルスに関する正確な情報の提供と相談窓口の周知を行った（表 6）。

表6 三陸新報『三陸こころ通信』掲載の内容等

掲載回数	月	主な掲載内容	分担
1	7	震災4年目を迎えて	気仙沼保健所
2	8	アルコール・飲酒習慣①	気仙沼地域センター
3	9	アルコール・飲酒習慣②	気仙沼地域センター
4	10	睡眠・休息①	気仙沼地域センター
5	11	睡眠・休息②	気仙沼地域センター
6	12	住環境の変化に伴うこころのケア	気仙沼地域センター
7	1	認知症高齢者のこころのケア	気仙沼保健所
8	2	不安や緊張をやわらげるためのセルフケア①	気仙沼保健所
9	3	不安や緊張をやわらげるためのセルフケア②	気仙沼保健所

② 市普及啓発事業『心カフェ（ここカフェ）』の共催

『心カフェ』は、気仙沼市が民間賃貸借上住宅入居者をはじめとする被災者を対象に、孤立予防として住民同士の交流と外出の機会を図るとともに、メンタルヘルスに関するセルフケアの方法を行うことを目的として実施した事業である。平成26年度は医療法人移川哲仁会三峰病院の協力のもと、社会福祉法人気仙沼市社会福祉協議会ボランティアセンターと気仙沼地域センターが共催した。

③ 市事業『健康フェスティバル』への協力

健康フェスティバルは『第2期けせんぬま健康プラン21』及び『第2次食育推進計画』に基づき、生活習慣病やストレスによる健康状態の悪化、身体機能の低下等を予防し、市民の健康保持・増進を図ることを目的として気仙沼市が実施した事業である。当日は『心カフェ（ここカフェ）コーナー』を運営し、来場した市民にお茶やコーヒー等を提供し、併せてメンタルヘルスに関する啓発グッズを配布した。

④ その他

住民に対して、メンタルヘルスに関する支援活動を実施した（表7）。

表7 その他の支援

支援対象	支援内容	実施回数
気仙沼市職員退職者会	気仙沼市職員退職者会からの依頼により講師の派遣を行う。認知症について正しい知識を学び、理解を深める機会をつくるために『認知症の理解と予防』についての講話と実技を行った。講師は JFK(日本の福祉を考える気仙沼若手の会)から3名に依頼した。	1回
鹿折地区住民	気仙沼市保健推進員鹿折地区協議会の依頼により講演会に講師を派遣した。講演内容は『うつ病予防について』	1回
住民	南部地域包括支援センターの依頼により本吉地区平成26年度認知症懇談会に講師を派遣した。講話は介護ストレスの軽減について、実技はタッピングタッチを行った。	1回
五右衛門ヶ原仮設住民	五右衛門ヶ原野球場仮設集会所にて気仙沼地区サポートセンター主催の健康相談内に心の健康相談窓口を開設し協力した。	7回
住民	本吉地区で開催された宮城県断酒会主催の断酒例会に参加、協力した。	11回参加 ／全12回開催
鹿折地区仮設住宅入居者	宮城大学主導のもと、兵庫県立大学、気仙沼市健康増進課、気仙沼地区サポートセンターと共に鹿折地区仮設住宅入居者の健康生活の継続に向けて健康教室を実施した。気仙沼地域センターは健康教室内にて心の健康相談を担当した。	5回
住民	気仙沼市保健福祉事務所主催の平成26年度気仙沼地区心の健康づくり街頭キャンペーンに参加した。自殺対策強化月間において気仙沼市内4ヵ所のショッピングセンターで『メンタルヘルスチェック』と『相談機関』の情報を掲載したポケットティッシュ等を配布した。	全4回

(2) 南三陸町

① 消防団員への研修

県消防課、町危機管理課との協働により、町の消防団員を対象に、災害後のメンタルヘルスに関する研修を実施した。地震に限らず、台風や火災等の様々な災害の被害を受けた住民の心理的経過や、支援する側のメンタルヘルスに関する講話を行った。

② 子どもの心のケアに関する研修

特定非営利活動法人ワーカーズコープ南三陸事務所からの依頼により、『家族ができる「こころのケア』』と題して講話を行った。主に震災後の子どもの変化、その背景の理解と対応について具体例を交えて伝えた。

(3) 考察

平成26年度は、これまで行ってきた東日本大震災後の精神的健康度が低い住民へのハイリスクアプローチに加え、住民全体の精神的健康度を高めるためのポピュレーションアプローチの具体的な展開も求められ始めたことが特徴的であった。気仙沼地域センターとしても、このような状況に合わせた支援を実施するため、様々なアプローチにより柔軟な対応を試みた。

今後は、東日本大震災後の精神保健に関してのみならず、気仙沼市、南三陸町における地域の精神保健福祉に関する課題に沿った支援が求められていくと考えられる。そこで、地域の精神保健福祉の関係機関との連携はもちろんのこと、他分野、他領域にて活動している各関係機関、各種団体との協働を通じて、広く住民へ精神保健に関する普及啓発活動を展開していくこととしたい。

4. 人材育成・研修

(1) 気仙沼市

様々な形で支援活動を実施している支援者に対して、下記の活動を実施した（表8）。

表8 主な人材育成・研修の内容等

対象者	内容	実施回数
気仙沼市保健推進員	気仙沼市住民健康支援事業の一環として行われた気仙沼市保健推進員連合会総会へ講師を派遣し、保健推進員にセルフケア（タッピングタッチ）の方法を学ぶ機会を提供了。講師として、みやぎ心のケアセンターサポートアーズクラブ登録者を派遣した。	1回
本吉地区内で主に仮設住宅への訪問事業に携わっている支援者（サポートセンター、仮設支援員、行政関係者、地域包括支援センター、民間団体、社会福祉協議会）	本吉総合支所保健福祉課主催の研修会に講師を派遣した。研修内容はより良い支援を行うための工夫についての講話と、自己理解・他者理解についての体験的学習を行った。	1回
本吉地区地域包括支援センタースタッフ、地区内ケアマネージャー	本吉地区の包括支援センターからの依頼により研修会（講話とロールプレイ）を行った。内容はケア対象者からネガティブな感情をぶつけられたときの受け止め方と対応を学んだ。	1回
KRA（一般社団法人気仙沼復興協会）福祉部スタッフ	被災者支援を行っている支援者の健康維持を図ることを目的としてセルフケアの為の実技やスキルアップの為の講話を交えた研修を行った（講話3回、実技4回、グループ懇談2回、面談1回、その他（性格検査）1回）。	11回

（2）南三陸町

- ・『震災心のケア交流会みやぎ in 南三陸町』の開催

気仙沼市、南三陸町で活動している支援者間のネットワークづくりを目的として実施した。平成 26 年度は、南三陸町ホテル観洋を会場とした。

（3）考察

平成 26 年度は、対人支援場面で求められるスキルの獲得や、蓄積した疲労の解消方法に関する研修等の要請が高くなつたことが特徴として挙げられる。このことは、活動が長期に及んでいることで生まれる支援者のニーズであると考えられる。地域の復興状況から、今後も各機関、各団体の支援活動は継続されるものと予測される。そこで、平成 27 年度もそれらの要請に応えていくことができるよう気仙沼地域センター内の準備を進めていきたい。

5. その他

各種活動支援として、ご遺族の方々に対して開催されている NPO 法人仙台グリーフケア研究会主催の『わかちあいの会』の開催を後方から支援した。