

基幹センター地域支援課活動報告

みやぎ心のケアセンター
基幹センター 地域支援課

課長 精神保健福祉士 渡部 裕一

課長補佐 保健師 甘糟 郁

課長補佐 保健師 大場 幸江

1. はじめに

宮城県復興計画では、震災から10年間で復旧期・再生期・発展期の3期に区分しており、平成30年度からは計画の仕上げとなる発展期に入った。

みやぎ心のケアセンターでもこの復興計画に基づき運営計画を作成しており、

- ①被災地支援は市町を通じてアウトリーチを中心とした心のケア活動として展開
- ②支援者支援はコンサルテーションやメンタルヘルスなど多角的に支援を実施
- ③県の復興計画に基づき「子どもから大人までの切れ目のない支援」を実施
- ④被災市町の状況に応じた地域精神保健福祉の支援活動を展開
- ⑤今後の大規模自然災害の対策に資する活動成果や研究の取りまとめ

という5つの基本方針に基づき、「地域精神保健福祉の向上」を目指した支援活動を展開してきた。

基幹センター地域支援課（以下、「当課」という）としても残された時間を最大限に活用し、計画の仕上げに向けた取り組みを行っていくことになる。そしてその前提として、年々変化する地域の実状を正確にとらえ、得られた情報を自治体の担当者と共有していく必要がある。

本稿では、当課の平成29年度の活動内容と成果について振り返り、考察を加える。

2. 活動について

当課は宮城県沿岸域のうち気仙沼・石巻圏域を除いた松島町から山元町までの南部の沿岸域ならびに、内陸部の市町村を管轄している。対応する職員は12名で、各市町の被災者担当部署に担当職員を割り当て、それぞれのニーズに沿った支援を行った。

(1) 地域住民支援

当課の地域住民支援は、活動開始時から徐々に件数は増加、平成27年に件数がピークに達したが、その後は減少に転じている（図1）。

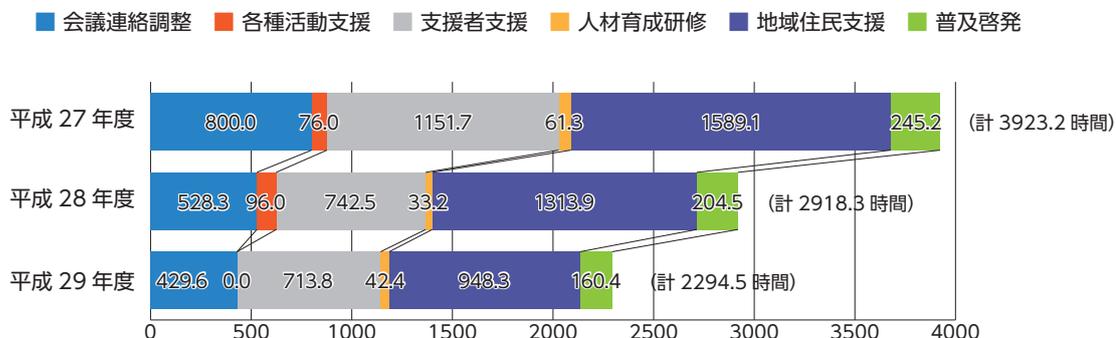


図1 地域支援課における活動時間の推移

「相談契機（図2）」としては平成28年度同様に「健康調査」「行政機関からの依頼」が最も多い。センター開所時から一貫してきた、行政機関担当者と連携し、足並みを揃えて対応しようとする姿勢が反映されていると考えられる。

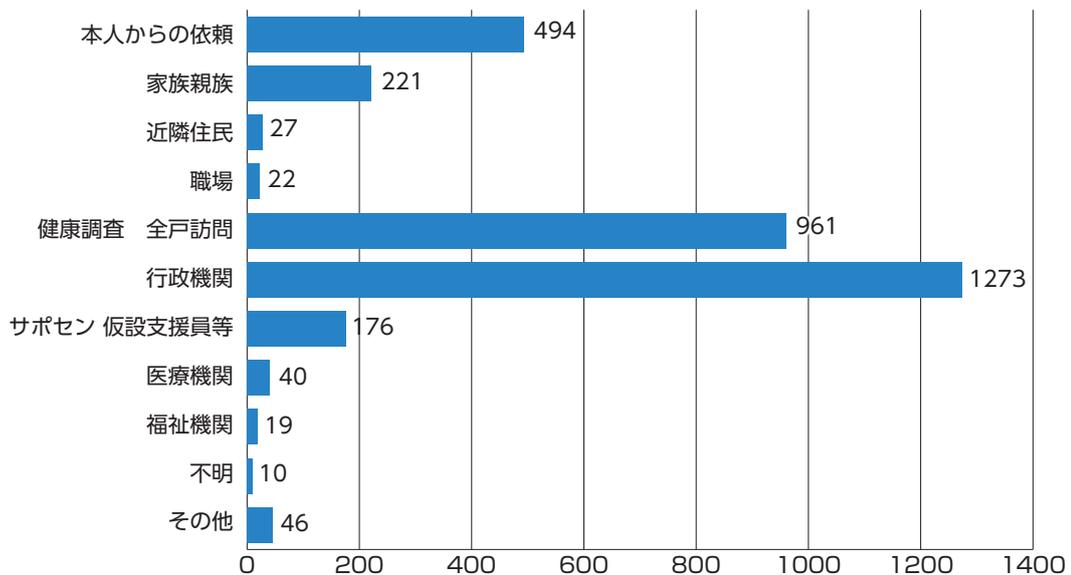


図2 基幹センター活動エリアにおける相談の契機（延べ件数）

「相談の背景」をみると、「精神変調」「健康上の問題」「家族家庭問題」「アディクション・アルコール」の割合が平成28年度同様に高くなっている。また経年で比較すると「アディクション・アルコール問題」においては男性の割合が高く、「家族・家庭問題」については女性相談者の割合が多い点も変わりなかった。「住環境の変化」を背景とする相談件数は年々減少傾向を示している。

多数回、継続的に関わる要支援者が抱える課題としては、アルコール関連問題が目立つ。当課内で支援内容のあり方について協議を重ねるとともに、事例検討を実施してきた。また統計データから支援の有用性を明らかにするため、アルコール関連ケースの背景、支援の仕方、転帰などの分析を試みてきた。しかし平成29年度は支援ケース状況の単純集計に留まり、分析できる統計処理には至らなかった。今後も引き続き、支援活動評価の指標のあり方について議論を重ねていきたい。平成29年度のアルコール関連問題ケースへの支援状況は表2のとおりである。

表1 当課活動圏域における支援方法別対応件数（出向者含む）（延べ）

		地域支援課
訪問		1,258
来所		286
電話		388
集団活動の中での相談		120
手紙でのアプローチ		25
受診同行		17
その他		18
計		2,112

表2 地域支援課で関わったアルコール関連問題ケースへの支援状況

項目 実人数	合計	性別		年代						世帯状況		アルコール問題重症度				支援対象		訪問以外の支援			
		男	女	30代	40代	50代	60代	70代	80代	単身	複数	危険の少ない飲酒	危険な飲酒	有害な飲酒	AL依存症	本人	家族	受診支援	断酒会支援	AA支援	節酒の会
	57	52	5	2	13	9	18	13	2	22	35	6	14	20	17	49	17	6	3	2	10

(2) 支援者支援

支援者支援の内容については、年度初めに被災者支援担当部署からニーズ調査を行い、ニーズに沿って職員を派遣した。支援チーム構成と支援日数は下記の通りである。(表3)

表3 支援日数とチーム構成

市町	人数および職種	支援形態	頻度
松島町	2名/精神保健福祉士、保健師	派遣	週1回
塩釜市	1名/精神保健福祉士	出向	
	2～4名/保健師、精神保健福祉士	派遣	週1～2日
七ヶ浜町	2～4名/精神保健福祉士、保健師	派遣	週2回 2～4名 (平成30年1月～)
多賀城市	2～4名/保健師、精神保健福祉士	派遣	2～3日
大和町	2名/保健師、精神保健福祉士	派遣	1～2ヶ月1日
富谷市	2名/保健師、精神保健福祉士	派遣	1～2ヶ月1日
名取市	2名/臨床心理士、精神保健福祉士	出向	
	2～4名/保健師、精神保健福祉士	派遣	週2～3日
岩沼市	1～2名/精神保健福祉士、保健師	派遣	週2回
亙理町	2名/保健師、精神保健福祉士	派遣	週1～2日
山元町	1名/保健師	派遣	週1回
	1名/臨床心理士		月1回

各市町の支援チームは、市町担当者から直接寄せられるニーズへ対応するほか、被災者支援担当者会議等への出席などから、その地域のニーズを見出して対応している。またケース会議などを通じて支援者間の連携を図るとともに情報の共有につとめている。

当課における支援者支援の実施件数は平成28年度から減少傾向を示している(平成28年度660件→平成29年度430件)。

支援者支援における具体的な内容としては、訪問や面接実施後の担当者との情報共有、専門的立場からの指導・助言、ケース会議などの割合が高い(表4)。市町の状況や支援ニーズを共有し、担当者と共同で対応することを心がけてきた。

表4 支援者支援実施状況 当課活動圏域における対応件数(出向者含む)

内容/件数		
訪問面談後の報告	120	
専門的立場からの指導・助言	220	
専門的助言の内訳(延べ)	アルコール	32
	ギャンブル	1
	うつ	19
	複雑性悲嘆	2
	PTSD	5
	虐待	48
	その他	158
	地域の課題	11
職場のメンタルケア	5	
ケース会議	160	
心の相談窓口の開設	28	
検診支援	23	
事務作業の支援	277	
その他	17	

専門的立場からの指導や助言の課題としては、アルコール、うつ、虐待の割合が多い。中でもアルコール関連問題についてはそれぞれの地域で課題となることが多く、関係者の関心度も高い。その課題の一つに、『より早目の介入』『節酒支援のスキル』があった。そのため今年度は節酒をテーマとした研修会を支援者向けに開催し、県内各地から多くの参加者が集まった。その他の課題として、対応困難事例への対応があり、平成29年度はケアマネジメント等をテーマとする研修会を複数回開催した（表5）。

表5 支援者対象の研修等一覧

市町村	研修内容と「テーマ」	主な対象	実施回数	参加者数
塩釜市	精神保健に関わる新任支援員対象講話「精神保健の勘どころ」	仮設支援員		7
塩釜市	塩釜市職員（精神保健関係）初任者研修「精神保健の勘どころ」	行政関係者		5
塩釜市	塩釜市新人保健師勉強会（事例検討会）	行政関係者	2	延べ 5
塩釜市	塩釜市相談技術研修「WHO版心理的応急処置について」	行政関係者		20
塩釜市	平成29年度精神ケース検討会議	行政関係者	8	延べ 22
塩釜市	塩釜市相談技術研修「10分で出来る！節酒支援」	行政関係者		18
利府町	傾聴に関する研修会「傾聴について」	保健推進員		40
松島町	くらしの助け合いの会 ボランティア研修会「高齢の方の心、特徴、コミュニケーションの取り方」	ボランティア		24
多賀城市	多賀城市復興支え合いセンター職員研修会「妄想がある方（高齢者）への対応について」	仮設支援員		16
多賀城市	節酒指導力向上セミナー「10分で出来る！節酒支援」	行政関係者		24
大和町	大和町ゲートキーパー研修会「さあ、あなたもゲートキーパー！～もしも今日相談を受けたら、どう行動しますか？」	民生委員		70
名取市	名取市増田保育所講話「発達アセスメント、社会性、愛着について」	児童福祉関係者		15
名取市	名取市保健センター母と子のこころのケア学習会「支援困難な養育者への対応と見立て」「個別ケース会議の進め方」「事例検討Ⅰ・Ⅱ」	行政関係者	4	延べ 41
名取市	名取市保健センター母と子の心のケア学習会「支援困難な養育者への対応と見立て」	保健推進員		32
岩沼市	岩沼市ケアマネージャー研修会	地域包括支援センター関係者		45
岩沼市	岩沼市スマイルサポートセンター研修会「こころを聴く・上手な声のかけ方～効果的なコミュニケーションの取り方～Ⅰ・Ⅱ・Ⅲ」	サポートセンター職員	3	延べ 23
亶理町	亶理町民生委員児童委員協議会定例会「精神障害の理解と対応」	民生委員		65
亶理町	逢隈保育園園内研修「職員心のケア」	児童福祉関係者		20
亶理町	亶理町居宅介護支援事業者連絡会議研修会「コミュニケーション技術向上のための講習会」	高齢福祉関係者		49
山元町	山元町民生委員対象研修会「知って守ろう！こころの健康」	民生委員		32
山元町	山元町こどもセンター職員研修会「支援者のヘルスケアと子どもの見かた」	行政関係者		8
山元町	指定居宅介護支援事業者連絡協議会研修会「アディクション対応」	高齢福祉関係者		13
色麻町	色麻町要保護児童対策地域協議会研修会「児童虐待防止と関係機関の連携」	民生委員		45
栗原市	栗原地域福祉サポートセンター生活支援員研修会「利用者との方々との関わり方について」	サポートセンター職員		16

震災から7年を迎えたこの時期、これまでの支援内容のとりまとめや、支援台帳やケース資料の作成、整理などを行う市町が増えてきており、当課職員もそういった作業に関わる割合が増え、今後の災害支援を検討する上での貴重な資料として期待されるため、当課としても重要な役割と考えている。

(3) 普及啓発

地域支援課が関わる普及啓発は主に①地域住民交流事業（サロン活動）、②住民を対象とした普及啓発研修、③心の相談窓口の開設が挙げられる。

①地域住民交流事業（サロン活動）の実施

住環境の変化により孤立しがちな男性が、楽しみながら交流できる場が必要という支援者の思いから生まれた事業として『名取市健康サロン（節酒の会）』や『亘理町メンズクラブ』がある。また、市主催の『塩釜市ほっとサロン』や『岩沼市サポートセンターサロン』には、協力参加している。当課が主催する平成29年度地域住民交流事業の実績並びに活動内容は表6の通りである。

表6 実施および協力したサロン活動

市町村	活動名	対象	主催	回数	参加者数
塩釜市	塩釜市ほっとサロン	その他一般	塩釜市	2	26
七ヶ浜町	七ヶ浜町お話しサロンだんだん (花浜地区)	復興住宅入居者	七ヶ浜町	1	
名取市	名取市健康サロン (節酒の会)	その他一般	心のケアセンター	12	131
岩沼市	うつくしまサロン (福島県から宮城県に避難している方を 対象としたサロン)	その他一般	心のケアセンター	11	159
岩沼市	岩沼市スマイルサポートセンター サロン活動	復興住宅入居者	岩沼市	3	29
岩沼市	岩沼市玉浦西交流会	復興住宅入居者	岩沼市	1	29
亘理町	亘理町メンズクラブ (70歳未満一人暮らし男性の集い)	その他一般	心のケアセンター	2	22

【名取市健康サロン・（節酒の会）】

目的：節酒の勉強会（心と身体の健康の維持を目標にする）

主たる対象：名取市民・在住者で多量飲酒に陥りそうな中高年男性

参加者年齢層：60代4名、70代8名、80代1名

開催頻度：1回／月

プログラムは1部が男の料理や仲間との交流等のサロン活動、2部が節酒プログラムの2部構成となっている。節酒プログラムについては宮城県仙台保健福祉事務所岩沼支所が担当し、参加者の飲酒日記を確認しながらアドバイスを実施。

【亘理町・メンズクラブ】

65歳未満の単身男性を対象とした集い。心と体の健康を目的に、調理や運動などを健康推進課と共同で行った。平成29年度で終了した。

【塩釜市・ほっとサロン】

2か所の町内会で実施。レクリエーションを中心とし、相談ブースを設置して対応した。

【うつくしまサロン】

福島県から宮城県南地域に転居された方を対象に、岩沼市総合福祉センター「iあいプラザ」で月1回実施した。季節に応じた企画のほか、調理、生け花などを行うなかで、福島県内の状

況や転居先の情報交換を行なっている。転居先での生活に馴染んで頂けるような支援を心がけている。

②住民を対象とした普及啓発研修

『住民向けに普及啓発する講話等』は、市町からの要望に応じて実施した。

【山元町・健康づくり教室】

山元町の主催により5か年にわたって全行政区に実施されるもので、平成29年度は2年目となる。精神科医による講話、作業療法士による小物づくりや軽体操、精神保健福祉士によるストレスについてのミニ講話を行った。

【名取市職員メンタルヘルス研修会】

東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座協力のもと「職場のメンタルヘルス～こころのヘルスケア～」と題し、全ての職員を対象に実施した。全ての参加者に節酒に関する資料を配布した。

【亘理町認知症サロン講話】

地域包括支援センターの依頼で一般市民を対象に実施。「認知症ガッテン」と題し、認知症患者への接し方、関わるポイントなどを取り上げた。

【塩釜市健康を考える栄養教室】

「ストレス解消のコツ～今日からできる！メンタルケア」の講話を担当した。

【色麻町心の健康づくり講演会】

「あなたのこころは健康ですか」と題した講演会にて、民生委員や健康推進員、町民を対象にストレスとの付き合い方、様々な課題への対処法などを取り上げた。

③心の相談窓口の開設

名取市事業「母と子のこころの相談」において相談対応を行った（実施回数3回）。また岩沼市総合健診時のストレス検査においても心の相談窓口を開設し、住民からの相談に対応した（実施回数5回）。

④その他の普及啓発事業

名取市コミュニティラジオ番組へ出演し、ストレス対策についての情報提供を行った。

山元町で開催された「元気山元みんなの健康祭り」において相談ブースを設置、アルコールに関する知識の普及のため、アルコールパッチテストを実施した。

（4）人材育成

市町からの要望のあったさまざまな課題について、知識の普及を目的とした人材育成事業を行った。

平成29年度実施した主な内容として、自死対策関連問題に関する研修（4件）、支援スキル研修（14件）がある。支援スキル研修の内訳としては妄想性障害を持つ方への対応、児童虐待などの子ども関連、心理的応急処置（PFA）研修、節酒などのテーマを取り上げた。中でも「アクション関連問題」のスキルアップに対する協力要請が多かったことから、宮城県仙台保健福祉事務所岩沼支所と共催で「節酒支援向上セミナー」を開催した。71名の支援者の参加があり、関心の高さが伺われた。

（5）調査研究

平成29年度は、多賀城市と共同で震災以降の実績をとりまとめを行い、平成30年度の学会発表を目指すことにした。

（6）各種活動支援

名取断酒会活動への協力を行った。平成28年度は断酒をめざす会であったが、平成29年4月

からは名取例会となり、名取市保健センターで月1回開催した。支援している住民が利用しやすいよう、仲介役として同席した。

3. 考察と地域の課題

平成29年度の実績から当課の取り組みを振り返ると、以下のような特色が挙げられる。

①節酒支援

アルコール関連問題はそれぞれの市町で複数の事例を抱えており、震災直後から対応の困難さを感じている支援者は多かった。そのようなニーズに対応すべく、当センターでは東北会病院の協力のもと院内研修などを行ってきたが、平成29年度からはさらに節酒をキーワードとするいくつかの取り組みを実施することにした。

まず当課職員複数名が節酒プログラムであるHAPPYプログラム習得のため独立行政法人国立病院機構肥前精神医療センターで「平成29年度ブリーフ・インタバージョン&HAPPYプログラム研修会」を受講し、地域住民支援にその概念を生かすとともに、月一回のサロン活動でも継続的に節酒プログラムを実施した。また、HAPPYプログラムの縮小版ともいえる「10分で出来る節酒支援」の研修を宮城県仙台保健福祉事務所岩沼支所との共催で開催し、講師に地方独立行政法人佐賀県医療センター好生館の福田貴博先生をお招きした。県内各所から予想を上回る受講者が訪れたほか、複数の市町担当者から保健師・栄養士を対象とした伝達講話の依頼があり、節酒支援プログラムへの関心の高さを裏付けた。

これまで断酒を断固拒否してきた当事者でも、節酒であれば意欲をみせる方も多い。また断酒を拒まれ続けてきた支援者からも関係づくりの糸口として大きな期待が寄せられている。アルコール関連問題に対しては各フェーズに応じたさまざまな支援が必要である。節酒支援に対する認識が広がることによって、アルコール支援における二次予防の拡充が期待されとともに、深刻なアルコール依存症（アルコール使用障害）者の増加を阻止する効果が期待される。平成30年度も節酒支援に関するさまざまな取り組みを企画し、知識とノウハウの普及につとめていきたい。

一方、すでに研修を受講した人たちへの対応も課題である。節酒研修の受講者が日々の実践で研修内容を活用し、それぞれの地域の担い手として定着してこそ意味がある。受講者に対するフォローアップ研修の開催と各地でのネットワークづくりの検討により、ひいては県内のアルコール関連問題の実践者の層の厚みにつなげていきたいと考えている。

②困難事例への対応

それぞれの市町では複数の困難事例を抱えている。当課職員はそれらの事例をとりまとめ、市町担当者並びに関係者と定期的に振り返りの時間を確保するとともに、ケアマネジメントの視点に基づきチームとして関わることで各自の負担の軽減に努めている。当センターとしても個々の職員の負担が大きくならないよう、スーパービジョンや事例検討の時間を確保している。

また担当する市町では、支援者支援の一環として市町担当者との同行訪問を行うことが多い。当課職員の経験に基づいた知識やノウハウの伝達が、意義ある時間になっているとの評価を頂く。また、臨床心理士や精神保健福祉士など多職種との意見交換は、より広い視野から情報を得た上で、方針を決めることが出来るとの意見もある。

当センターは有期の機関であることから、当課職員が担当している課題もいずれは地域の担当者に引き継ぐことが見込まれる。残された期間、出来る限り地域の課題に共に取り組み、その実績をとりまとめることもこれからの重要な課題と考える。

③コミュニティ再編によるさまざまな課題

仮設住宅から災害公営住宅への転居が進む中で、仮設住宅でこれまで形成された人間関係が

絶たれたり、日中活動の機会が失われたりして、孤立感を深める方は多い。移動が困難となり買い物等の日常生活に困難をきたす方、放射能被害を逃れて他県を転々とし、ようやく宮城県での定住を決めた方など、現在もなお生活環境の変化が影響している方も多い。

一方で、さまざまな外部支援の撤退や、従来行われてきた健康調査の実施数の減少により、訪問などによるアウトリーチ支援の機会が失われ、地域の課題発見、介入や解決のきっかけを失う傾向にある。

現在、このような方々を対象としたサロン活動などが開催されているが、参加者以外にも潜在的ニーズがまだまだ高いことを日々の実践から実感するところである。潜在的ニーズへのアプローチをどのように行うか、今後も見逃せない課題である。それぞれの市町の対応方針やコミュニティ再生計画とも照らし合わせた上で対応を検討していきたい。

④調査研究

これまで市町で行ってきた支援活動の実績を取りまとめておくことは、今後の災害支援のあり方を検討する上での重要な情報となる。これまでの取り組みをさまざまなかたちでとりまとめ、発信していくことが今後の重要な課題になると考えている。

4. まとめ

当センターが活動をはじめから7年の歳月が経過し、担当する被災地では、自宅再建、復興住宅の建設と転居が着々と進められている。それと同時に、いわゆる鎌状格差の深刻化によって、それぞれの地域の課題が潜在化し、一層見えにくくなってしまうことが懸念される。

とりわけ各市町でのアルコール関連問題は根深い。課題を抱える方々の半生を聞くと、それぞれに過酷な過去の物語があり、生きづらさを抱えながら災害という更なる過酷な試練を乗り越えていることがわかる。一筋縄ではいかない回復過程を支援する上で、時間と人の寄り添いの大切さを実感せずにはいられない。

震災は人々の生活環境を大きく変え、地域精神保健福祉に関するさまざまな課題を浮き彫りにした。今まさに直面する課題、また見えにくくなっていく課題にそれぞれどう向き合っていくかが、これからの地域精神保健福祉のあり方を大きく左右すると考える。

基幹センター企画研究課活動報告

みやぎ心のケアセンター
基幹センター 企画研究部 企画研究課
課長 精神保健福祉士 樋口 徹郎
課長補佐 作業療法士 香山 明美
課長補佐 事務 三浦由希乃

はじめに

平成29年度、調査研究事業の体制強化を図ることを目的に、企画課は『企画研究課』となった。人材育成・研修や普及啓発に関わる広報活動などは『事業企画グループ』、業務統計システムや調査研究に関わる業務は『統計・研究グループ』、という体制で業務分担を行った。今年度は、平成29年3月に立てられた『みやぎ心のケアセンター運営計画（以下、運営計画）』の実施初年度でもあり、運営計画の重点事業である『みやぎ心のケアフォーラム』や『公式活動記録策定事業』といった新規事業にも着手した。

運営計画で掲げられた「子どもから大人まで切れ目のない支援」を企画研究課として振り返ると共に、平成30年度、さらに残り3年間でなすべきことも考察したい。

1. 平成29年度活動状況報告

(1) 地域住民支援

①被災地の親子を対象としたデイキャンプ（以下、デイキャンプ）の実施

内陸部への自宅再建や、復興住宅への移行などの状況変化を考慮し、昨年同様2市1町の児童と保護者を対象とした。子どもたちは自然の中で、保護者は日常から離れて自由な時間を過ごすことで、心の健康に対する関心を高めながら、セルフケア能力を向上させることを目的に本事業を実施した。

子どもプログラムの参加申し込み者は17名で、リピーターの兄弟が小学校入学と同時に申し込みするケースが複数あり、震災時出生していない児の参加も見られるようになった。保護者には子育てに関する講話やリラクゼーションなどのプログラムを予定していたが、参加申し込みはなかった。また、過去にデイキャンプに複数回参加したことのある中高生を対象に事前研修を行い、当日はサブリーダーとして参加してもらった。

当日のプログラムでは、昼食準備の際にアルファ米や火おこし体験を取り入れ、防災教育の一環とした。レクリエーションは、班で協力して取り組むものから、参加者全員で行うものまで、楽しみながら思いっきり身体を動かす内容とした。心理教育として実施した「ころのおべんきょう」では、呼吸法を中心にヨガを実施した。これは、嫌な事があってイライラした時や動揺した時に気分を落ち着かせる方法を学ぶことを目的とした。高学年となったリピーターの児童が率先してコミュニケーションを図り、低学年の手助けを自発的に行う姿が多くみられた。サブリーダーとして参加した中学生は、運営への協力を通じて自己効力感を高めることができた。

今年度もボーイスカウト宮城県連盟仙台地区に企画・運営の協力をいただいた。



写真1 「こころのおべんきょう ヨガ」



写真2 「野外レクリエーション」

②その他の地域住民支援

基幹センター地域支援課が岩沼市で実施している『うつくしまサロン』（福島から宮城県に避難されている方を対象としたサロン）への協力を行った。また、必要に応じて、電話相談、来所や訪問による個別面談等に対応した。

(2) 支援者支援

①アルコール専門機関による被災地支援活動の実施

医療法人東北会東北会病院（以下、東北会病院）とNPO法人宮城県断酒会（以下、宮城県断酒会）に事業委託し、支援者がアルコール関連問題に適切に対応できるよう支援を行った。アルコール関連問題への支援状況について、東北会病院と定期的に情報共有を行った。なお具体的な取組みについては、本号の『3.協力機関・団体等の取組み』で紹介する。

②サポーターズクラブ

平成29年度は、サポーター登録をされている方にデイキャンプや調査研究などで協力いただいた。平成30年度に向けては、新規に2名の方に登録いただき、地域住民支援などで協力いただく予定である。

(3) 普及啓発

①パンフレット作成

平成24年度より、震災以降に懸念されていたPTSD、アルコール、うつ、不眠等のパンフレットを作成・配布してきた。平成29年度もこれまでに作成したパンフレットを活用し、研修、健康相談、訪問等で配布した。

アルコール関連問題への対応が増えたことで『知っておこうお酒とのつき合い方』を4,000部増刷した。また、『みやぎ心のケアセンターセンターパンフレット』を石巻地域センターの移転に伴う改訂を行い、3,500部増刷した。

②広報誌の作成

当センターの役割や活動の周知を目的に『みやぎ心のケアセンター通信』を年2回、平成29年9月と平成30年3月に2,000部ずつ発行し、県内の関係機関など約600カ所に配布した。各地域センターの広報誌担当者と打ち合わせを重ね、各地域の課題を踏まえ、支援者に伝えたいことを記事にすることができた。

引き続き各地域センターや関係機関の活動状況の紹介を通し、復興期の心のケアについて支援者との共通理解を深めていきたい。

③ホームページの運営

当センターが実施する各研修や共催・後援事業の周知、平成29年度発行した広報誌の掲載、各地域センターの取組みについての紹介等を行った。こうした情報提供のほか、ブログの更新、メールマガジンの発行など広く情報発信を行った。

引き続き支援者や県民が心の健康について理解を深められるような情報発信に努めていきたい。

[参考] みやぎ心のケアセンター <http://miyagi-kokoro.org/>

④各種取材等への対応

平成29年度のマスメディアからの取材は7件であった。その内5件が平成29年10月後半から平成30年1月末までで、子どもの心のケアに関するものであった。

視察対応は8件で、平成28年度の半分程度であった。昨年に引き続き熊本こころのケアセンターのスタッフが来所し、支援に関する意見交換を行った。また、熊本の大学生グループが来所し、心のケアセンターの活動について質疑応答を行った。宮城の現状を通し、震災から2年目を迎えた熊本の今後の支援に活かしていただければと考える。

吉野復興大臣が県内視察の一環で当センターを平成29年7月13日に来訪された。職員へのねぎらい、激励の後、気仙沼・石巻・基幹の各地域支援課より現状報告を行い、その後意見交換を行った。

⑤全国健康保険協会宮城支部委託事業『健康づくり出前講座』（メンタルヘルス）への講師派遣

この事業は、職場のメンタルヘルス対策の啓発と心の健康づくりを広く推進していくことを目的として実施した。当センターの常勤及び非常勤職員が講師となり、職場のメンタルヘルスやセルフケアについて講義を行った。対象は従業員50名以上の事業所で、8か所延べ392名が受講した。

講義の他、セルフチェックやセルフケアの実技を盛り込み、宮城県内の相談機関の一覧が明記されたパンフレットの配布を併せて行った。実施した事業所は医療法人が4事業所、被災地域の事業所は1事業所、その他が3事業所であった。

この事業は平成29年度をもって終了となり、今後企業等から職場のメンタルヘルス対策に関する研修依頼があった場合には、個別に対応していく予定である。

(4) 人材育成

①自治体職員対象アルコール関連問題実地研修の実施

沿岸部から内陸部へと自宅再建が進むにつれ、顕在化しているアルコール関連問題への対応は、県内全域でニーズが高まっている。そのため平成29年度も、対象の自治体を沿岸部に限定せず宮城県全域とし、委託先である東北会病院にて3日間の実地研修を6回実施した。平成28年度に比べ内陸の自治体からの申し込みが増加し、受講日に参加できなくなった方や定員超で受講できなかった方が平成30年度の受講を希望されるなど、依然としてニーズは高い状況であった。

また、平成24年度～28年度までの研修受講者57名を対象にアンケートを実施し、地域活動においてスキルをどのように活用しているか等、研修受講後の現状把握に努めた。

②テーマ別支援者研修の実施

地域の支援者を対象に『こころのエクササイズ研修』を平成29年6月20日と平成30年2月6日の2回開催した。講師は、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、東北大学予防講座）が担当した。内容は、支援者のためのセルフケア知識と認知行動療法の基本についての講話であった。この研修は、自治体職員や訪問支援員等からのニーズは高く、評価も高い。メンタルヘルスに関する適切な支援ができる人材を養成するため、今後も事業を継続していく予定である。

③被災者支援専門研修の実施

被災者支援に関わっている専門職を対象に、災害復興期における被災者の回復を支えるための心理支援法の習得を目指した研修を行った。

東北大学予防講座と共催で『災害復興期の回復を考えるこころのケア～サイコロジカル・リ

カバリー・スキル (SPR) 研修』(以下、SPR 研修) を、大澤智子氏 (兵庫県こころのケアセンター) を講師にお招きして平成29年12月13・14日に実施した。同じく東北大学予防講座との共催で、『心理支援スキルアップ研修』を、事例検討と初学者向け専門的研修のセットで平成29年7月5日と平成29年12月6日に実施した。

また、『WHO版心理的応急処置 (PFA) 研修』(以下、PFA 研修) を、平成29年7月24～27日にかけて指導者育成研修及び一日研修を開催した。指導者育成研修により、今後指導者となる人材を県内に7名、県外に3名育成することができた。平成29年7月26日に開催した一日研修では、指導者育成研修受講者10名に「講師」を務めていただいた。一日研修については、ニーズが高いため平成30年度も継続して行う予定である。

(5) 調査研究

① 調査研究担当者会議と倫理委員会の開催

調査研究を積極的に進めるための体制整備と新規研究の推奨を図った。東北大学予防講座、その他の外部非常勤職員の協力を得て、研究を深めるための会議や当センターの担当者による『調査研究担当者会議』を開催した。会議では進行中の調査研究の進捗の確認や検討を行った。また倫理委員会を3回開催し、そのうちの1回は進行中の研究の審査を行った。

調査研究事業を推進するための取り組みとして、研究の進め方と研究倫理、実践のまとめ方について職員全体研修にて周知した。倫理申請に向け、研究計画書等提出書類作成に協力した。

平成30年度に向けて調査研究事業をさらに進めるために、主に調査研究担当職員が調査や統計に関する研修を受講した。

② 紀要第5号の発行

平成28年度の当センターの活動と研究成果をまとめた紀要第5号を1,200部発行した。

県内外の関係機関等890か所に送付した。

③ みやぎ心のケアフォーラムの開催

これまでの被災地における心のケアの実践と課題に関する報告等を行い、今後の全県的な地域精神保健福祉の再構築について議論する場として『みやぎ心のケアフォーラム (以下、フォーラム)』を初めて開催した。

第1部では、被災自治体、宮城県、東北大学予防講座、当センターによる実践報告を行った。第2部では、加藤寛氏 (兵庫県こころのケアセンター センター長) の基調講演とシンポジウムを行った。第3部では、交流懇話会として参加者と報告者らとの自由な懇談の場を設けた。展示コーナーの場などを通じて、当センターの紹介と当センター職員と参加者、あるいは参加者同士の交流を果たした。詳細は、本号の『平成29年度 みやぎ心のケアフォーラム実施報告』の中で報告する。

今回のフォーラムでは、支援の根幹となった『健康調査』をテーマに実践報告いただいた。当センターの活動紹介パネル等も各センター地域支援課と連携して作成・展示した。平成30年度は、実践報告を気仙沼圏域や石巻圏域からも実施し、全県に広げる事を目指すと共に宮城県との共催実施なども含め検討していく。

④ 公式活動記録策定事業

みやぎ心のケアセンターの10年間の活動や調査研究のまとめ、当センターが果たした役割などを掲載した冊子を刊行することとなった。平成32年度の刊行を目指して、企画研究課と各地域支援課長と協議を重ねた。

平成30年度は、月1回を目安に部課長で協議を重ね、骨子を固める予定である。

⑤ 社会福祉協議会 (以下、社協) 職員健康調査への協力

東北大学予防講座と連携し、調査依頼のあった市町社協を対象として健康調査を実施した。平成29年度は3市町の社協 (七ヶ浜町、気仙沼市、山元町) から依頼を受け、健康調査と調

査後の個別面談、職場のメンタルヘルスに関する研修会を実施した。平成28年度まで調査を希望していた女川町社協は、職員研修のみを3回シリーズで行った。

東北大学予防講座による市町社協職員に対する調査研究は平成27年度で終了し、以降は、支援活動の一環として職員健康調査後に研修会と個別面談を行っていた。平成29年度の調査後面談は、東北大学予防講座と地域支援課で対応した。

平成30年度以降は各地域支援課の支援者支援事業で報告を予定している。

(6) 子どもの心のケア地域拠点事業

平成28年度から受託した『子どもの心のケア地域拠点事業』は、「相談事業」「専門職派遣事業」「研修事業」「普及啓発事業」「調査研究事業」で構成されている。

企画研究課では、「専門職派遣事業」と「研修事業」の講師等の調整と、「調査研究事業」に係る庶務を主に行った。

①専門職派遣事業

亘理町、岩沼市、名取市保育所に定期的に専門職を派遣したほか、要請に応じて石巻市や栗原市などに派遣を行った。平成28年度よりも依頼件数が増加し、派遣範囲が広がる傾向にあった。

②研修事業

『子どものための心理的応急処置（PFA）研修（以下、子どもPFA研修）』を3回主催した。3会場（気仙沼・石巻・仙台）合計で60名の参加申し込みがあった。教育関係者や医療機関など、子どもと関わりのある参加者から「充実した研修であるので広く周知して欲しい」との要望があった。

『子どものこころシンポジウム－傷ついた地域で育つ子どもを支えるために－』を平成29年12月19日に仙台市内で開催した。講師は、メルボルン大学シニア・フェロー（オーストラリア）オイゲン・コウ氏、大邱大学校社会福祉学部教授（韓国）ジンヒー・ヒュン氏、いわてこどもケアセンター副センター長八木淳子氏で、参加者は68名であった。

③調査研究

震災直後に出生した子どもたちに経年的に関わり、子供たちや家庭の変容評価を行い、効果的な支援の明確化を図った。デイキャンプ参加者へのアンケートのまとめを行った。

④普及啓発

- a. 「子どもの心のケア」等のパンフレット配布
- b. 子どもの心のケアに関する情報の広報誌やホームページへの掲載
- c. 子ども向けのメッセージ入り鉛筆の作成及び、コホート調査に協力いただいた保育所等への配布

(7) 業務統計データ管理

平成27年度から開始した個人特定IDを付与した地域住民支援データの蓄積は順調に進んでおり、集約された地域住民支援データから活動実績や支援対象者の傾向について逐次報告を行うことができた。システムの運用面では、『ID台帳・活動記録システム』と『統計システムの地域住民支援』を統合した『個別支援システム』が安定的に稼働しており、『統計システム』のデータ登録場所を1か所に集約することにより、記入者以外が登録した業務報告書を閲覧することが可能になっている。そうしたことから企画研究課で行ってきた業務統計の運用管理にかかる業務の負担を軽減することができた。

業務報告書データの蓄積を引き続き進め、個別支援の状況や各種事業についての分析、経年の分析を行い、地域ごとのニーズの把握に努めたい。

(8) 職員研修

①全体研修（全体ミーティング・職員定例研修）

全体研修は、3地域で活動している当センター職員が一堂に集まり、現状を共有し、必要な知識を身に付ける機会として開設以来実施している。

平成29年度は、全体ミーティングと職員定例研修の二本立てで年3回実施した（仙台2回、気仙沼1回）。全体ミーティングは、各部署からの事業の進捗や研修報告などを中心に実施した。職員定例研修は、平成29年5月に外部講師による「ひきこもりについて」の講話（仙台）、平成29年9月に「これから取り組むこと、やるべきこと」についての実践報告とグループワーク（気仙沼）、平成30年2月に「調査研究の進め方」と「これからの心のケアセンターの在り方」についての講話（仙台）をそれぞれ実施した。

全体ミーティングは、全体に向けた報告と情報共有のために別途3回実施した。WEB会議システムを活用し、各地域センター職員がそれぞれの地元で参加できる環境づくりに努めた。

②推奨研修等

職員としての資質向上のために、外部研修の情報を適宜発信し、推奨研修として積極的な受講を呼び掛けた。また、4月には新入職者を対象に初任者研修を実施し、当センター業務の一般的な理解を促した。

2. 平成30年度の方針・計画について

平成30年度は、震災から8年目を迎える。県の復興計画では『発展期』のスタートである。当センターの運営計画の2年目でもあり、計画に沿って事業を進めていく一方で、活動終了の目処となる3年後を見据え、企画研究課の事業の見直しを行っていく。

当センターの事業終了に向けて、活動を分析するため調査研究の活性化が求められる。また、自治体の被災者支援事業の縮小や外部支援者の減少に伴い、支援者支援や人材育成の充実も大きなテーマであり、強化を図っていく必要がある。

被災者や支援者への支援を行いつつ、今後の地域精神保健福祉のあり方を関係機関らと協議しながら、まとめに向けた作業が進むものとする。

(1) 地域住民支援

被災後の心理的負担を抱えたままの住民、あるいはコミュニティの変化から孤立感を深める住民など、様々な悩みを抱えている住民を対象に企画研究課として以下の活動を実施していく。

①被災地の親子を対象としたデイキャンプ事業

平成30年度も同規模で実施する。過去にデイキャンプに参加経験のある中高生を対象としたサブリーダー研修を実施し、デイキャンプ当日はスタッフの一員としての活躍を期待している。保護者向けプログラムは、ニーズを確認したうえで実施を検討する。

②住民への相談支援活動（訪問、来所、電話相談等）

地域支援課と連携し、『うつくしまサロン（津波や原発被害で避難されている方を対象）』などのサロン活動の運営にも協力する。

(2) 支援者支援

自治体職員や支援者へ専門的な助言やセルフケアにつながる研修を行うなど、支援者の心身両面の負担軽減を図る。

①アルコール関連問題対応事業

アルコール関連問題外部専門機関（東北会病院、宮城県断酒会）に事業の一部を委託し、事例検討や研修会の開催、断酒会などの自助グループの支援に協力していく。

②サポーターズクラブ運営事業

登録者には、専門分野や経験を活かせるような依頼内容で当センターの事業（デイキャンプ、研修会等）へ協力いただけるように調整していく。

（3）普及啓発

県民すべてが被災者支援の対象であるという観点から、住民や支援者がメンタルヘルスについて理解を深め、メンタルヘルスの改善につながるような啓発事業を進めていく。被災地における復興状況の格差やコミュニティの変化といった様々な課題を、メンタルヘルスの観点から県内外に発信する役割を果たしていく。さらにメディア等を通じた情報の発信、取材や視察等の受け入れも行う。

①パンフレット等について

研修会や健康相談、訪問などで配布するパンフレットを適宜増刷する。また、新規のパンフレットや普及啓発グッズなどの作成、購入等を検討する。

②広報誌について

『みやぎ心のケアセンター通信』を年2回発行した。支援者向けに、時節に応じた当センターの活動紹介記事を掲載した。県内の関係機関を中心に配布し、ホームページ上でも掲載する。

③ホームページの運営について

各種研修会やイベントの告知、各地域センターの取り組みなどを紹介する。ブログやメールマガジンからの情報発信も適宜行う。

④職場の心の健康づくり支援

被災地の企業などからの依頼に基づき、職場や日常生活でのストレスなどのメンタルヘルスに関する課題に対処していただけるように『職場の心の健康づくり支援』として、講話やパンフレット等の配布を行う。

（4）人材育成・研修

地域の支援者のニーズが高い研修を実施すると共に、PFA研修については宮城県精神保健福祉センターと日程調整などを行いながら企画を進める。

①アルコール関連問題研修

東北会病院委託事業となっている『アルコール関連問題実地研修（以下、実地研修）』は、県内の自治体などからのニーズが依然高いことから継続して実施する。また、過去に実地研修を受講された方を対象に、フォローアップ研修を実施する。

アルコール関連問題に対応する研修のニーズは依然として高く、1次予防から3次予防まで視野に入れた研修を実施する。特に『節酒指導』については、各自治体の関心が高いテーマで、各地域支援課とも協議し、対応する人材育成のために継続的に開催する。

②心理的応急処置（PFA）研修

PFAは、今後起こり得る災害の初期段階で身に付けておくべき支援技術であり、広く普及させていくことが当センターの役割であると考えます。平成30年度は、研修開催場所を追加し、回数を増やして実施する。また、平成29年度の指導者育成研修受講者に対するスキルアップ研修も実施する。

③その他の研修

東北大学予防講座と共催で『こころのエクササイズ研修』『SPR研修』『心理支援スキルアップ研修』を実施する。新規に『トラウマ臨床啓発研修』を実施する。

平成27年度で実質中断していた『三県心のケアセンター合同ミーティング』を開催し、震災後、ほぼ同時期に誕生した岩手、福島それぞれの心のケアセンターの現場レベルでの交流を通じて、活動のまとめや新たな事業のヒントを得る機会とする。

(5) 調査研究

平成30年度は、今後の災害時の心のケア対策に資するために、調査研究事業の総括的・集中的な取り組みを開始する年と位置付けられ、以下の業務に着手する予定である。

①調査研究事業

業務統計システムを安定して稼働できる体制を維持しながら、当センターとして集約できる統計を整理し、調査研究に活かしていく体制を作る。

②みやぎ心のケアセンター紀要発行

平成29年度の事業報告として『みやぎ心のケアセンター紀要 第6号』を発行する。

③みやぎ心のケアフォーラムの開催

『東日本大震災後7年間の心のケアの実践と今後に向けて(仮)』をテーマに、各地域支援課と連携しながら、実践報告とシンポジウムを中心に全県的視点で開催する。

④公式活動記録策定事業

今後、当センターとして残していくべき活動、研究のまとめの作業を引き続き協議しながら進めていく。

(6) 各種活動支援

平成30年度も、県内で活動している各種団体の催しなどへの協力を必要に応じて行う。

活動支援を入り口としながら、団体に対するメンタルヘルス関連の情報提供や、団体からの研修会開催、個別相談等の要請への対応を念頭において行う。

また、医療や福祉系の学生実習の受け入れについては、依頼があった場合に検討し、可能な範囲で協力する。

(7) 子どもの心のケア地域拠点事業

専門職派遣事業については、外部支援者等の協力を仰ぎながら、県内の子どもの支援に関わる機関などからの派遣要請に応じていく。

研修事業については、『子どもPFA研修』を仙台だけでなく、県内各地で4回実施する。別途、保育所や幼稚園など、事業所からの要請に応えられるようにする。また、指導者育成研修の受講者を対象にフォローアップ研修を実施する。その他、県民向けや支援者向けの講演会を、各地域支援課と連携しながら企画していく。

調査研究事業と普及啓発事業についても、引き続き行っていく。

(8) 業務統計データ管理

例年通り、各職員が作成した業務報告書及び個別支援記録の入力項目、活動内容、事業区分等の整合性を確認し、月次報告書・DMHISS報告、年次報告書を作成する。各課の支援活動の参考になるようなデータ提供を適宜行う。

また、県や自治体などの施策や計画づくりなどの際に、データ提供の依頼があった際には、適宜対応する。

(9) その他

平成30年度は、職員同士の意見交換を行う時間を重視した『全体ミーティング』を年2回仙台で開催する。管理職からの講話を通じ、全体としての活動方針や各課の活動状況報告を共有し、それぞれの活動に生かせるよう企画していく。

外部研修についても引き続き周知に努め、計画的な受講を働きかけ、職員のスキルアップを図っていく。

3. 考察

平成29年度における企画研究課の取り組みは、『運営計画』に沿って調査研究への比重を高めたものの、具体的な成果は少なかった。調査研究強化の体制作りや公式活動記録の作成に向けた協議を開始するなど、平成30年度以降を見据えた土台作りの1年だったように思われる。

そのような中で、全県的な地域精神保健の再構築を検討する機会として『みやぎ心のケアフォーラム』を開催できたことは大きな成果であった。「何をやってきたのか」を振り返り、「何を地域に残すべきか」を参加者と共に考える貴重な機会であった。また、WHO版PFA指導者育成研修の実施も、「地域に残すべき人材」の確保につながったと考える。

平成30年度も、これまでの活動を継承しつつ『将来の地域に残すべき資源』を念頭におき、これまでの当センターの取り組みでどんな効果があったのか、何を残しておくべきか、整理するための検証が不可欠であり、そのためにも研究事業をさらに進めていく必要がある。

4. おわりに

当センターは、宮城県の10年間の復興計画と連動して活動している。平成32年度末を持って、活動の終期を迎えることを踏まえ、これからの3年間で念頭においた事業展開が求められている。『被災地における地域精神保健福祉の向上への寄与』という使命を果たすために、「子どもから大人まで切れ目のない支援」を念頭に自治体及び関係機関などと連携しながら事業を進めていきたい。

また、『同期生』とも言うべき岩手や福島の心のケアセンターとは互いの活動を共有しながら、「心のケアセンターとは？」を明らかにしていく機会を重ねていきたい。『熊本こころのケアセンター』とも支援状況を共有し、また先輩である兵庫や新潟からもアドバイスをいただきながら中長期にわたる支援のあり方について検討し、後世に残すべきものを精査していければと考える。