

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 保健師 大場 幸江
 課長補佐 看護師 森谷 郁子

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基幹センター地域支援課（以下、「当課」という）も、残された時間を考慮しながら活動を行った。本稿では、平成30年度の当課の活動内容を報告し、考察を加える。

1. 活動について

当課の担当地域は、宮城県沿岸域のうち気仙沼・石巻圏域を除いた、松島町、塩竈市、多賀城市、七ヶ浜町、名取市、岩沼市、亶理町、山元町の4市4町である。平成30年度の当課職員は上期11名、下期10名で、名取市へ2名（下期1名）、塩竈市へ1名が出向した。

平成30年度の当課の市町別支援チームと支援内容を表1に示す。

表1 市町別支援チーム構成と支援内容

市町名	支援チーム構成	主な支援内容
松島町	月2～3日派遣：2名	<ul style="list-style-type: none"> * ケース支援 * 健康調査ハイリスク者への訪問支援（民賃のみ） * 研修会協力
塩竈市	週1日派遣：2～3名 出向1名	<ul style="list-style-type: none"> * ケース支援 * 健康調査ハイリスク者への訪問支援 * 研修会協力 * 「心のサポーター養成講座」担当（出向） * 市担当保健師に対し節酒・適正飲酒のための技術支援を行い、市の特定健診時の節酒支援面接につながった
七ヶ浜町	2～3月の期間 週2日派遣：2名	<ul style="list-style-type: none"> * 健康調査ハイリスク者への訪問支援 * 自殺対策ネットワーク会議出席
多賀城市	週1日派遣：2～4名	<ul style="list-style-type: none"> * ケース支援 * 健康調査ハイリスク者への訪問支援（民賃のみ） * 「からだ健康サロン」の共催（企画～実施） * 学会発表への協力
名取市	前半/週1日派遣：2～4名 後半/週3日派遣：1～4名 出向2名（後半1名）	<ul style="list-style-type: none"> * ケース支援 * 健康調査ハイリスク者への訪問支援 * 「健康サロン」の開催 * 自殺対策計画策定への参画（出向） * ケアマネジメントに関するスーパーバイス（出向）
岩沼市	週1日派遣：1～3名	<ul style="list-style-type: none"> * ケース支援 * 健康調査ハイリスク者への訪問支援 * 定期ケースレビューの参加 * 支援員の面接 * ポストベンションの依頼を受けて、関わりのあった住民への訪問と、支援者へのグループワークを実施した
亶理町	週1日派遣：2名	<ul style="list-style-type: none"> * ケース支援 * 定期全体カンファレンス（母子から高齢者まで）の開催と定着への協力

山元町 週1日派遣：2名

- * ケース支援
- * 健康調査ハイリスク者への訪問支援
- * 住民への普及啓発事業の協力
- * 処遇困難事例の検討会開催への協力
- * 自殺対策計画策定に参加
- * 社協職員のメンタル相談
- * 学会発表（事例）と震災時訪問活動のまとめに協力

みやぎ心のケアセンターは、地域住民支援、支援者支援、普及啓発、人材育成、調査研究、各種活動支援の6つの柱で事業を行っている。

平成27年度から平成30年度までの4年間の当課の活動時間の推移、全活動時間に占める各活動の割合を図1、図2に示す。活動時間では地域住民支援が最も多く、次いで支援者支援となっている。年ごとの全活動時間に占める割合でも、地域住民支援が多く、次に支援者支援となっている。人材育成研修、普及啓発が若干ではあるが増えている。

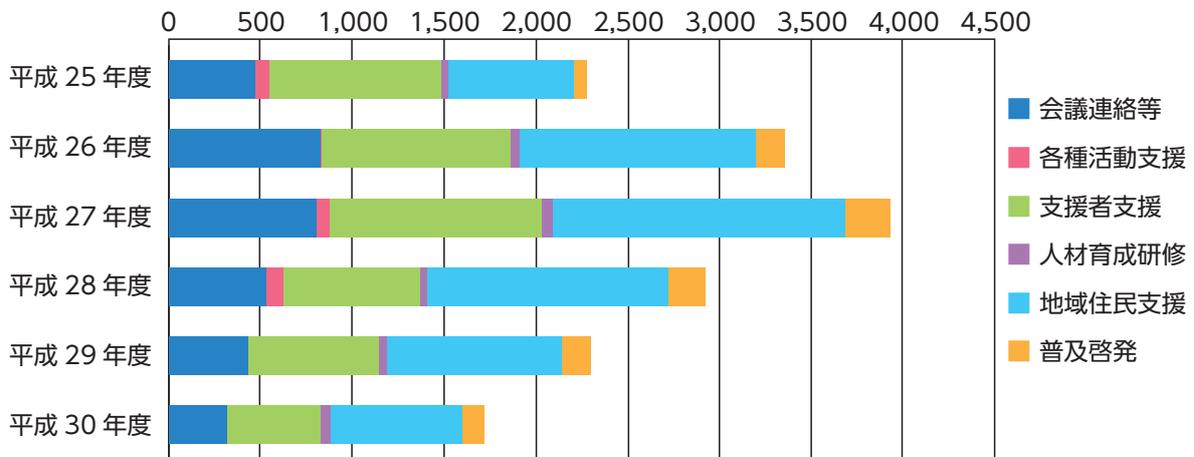


図1 地域支援課における活動時間の推移

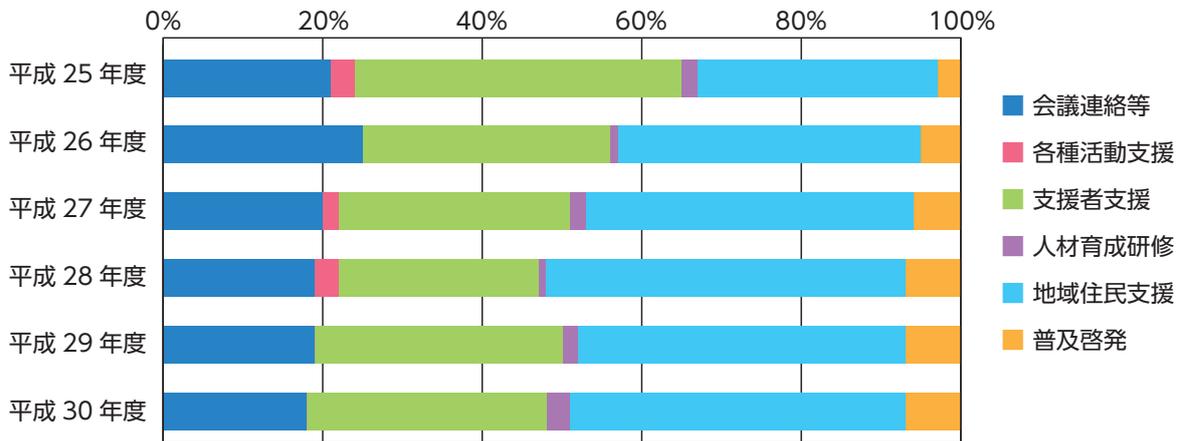


図2 全活動時間に占める各活動時間の割合

次に、平成 30 年度の活動を事業ごとにまとめた。

(1) 地域住民支援

基幹センター活動エリアにおける地域住民支援の相談の契機（延べ件数）を図 3 に示す。

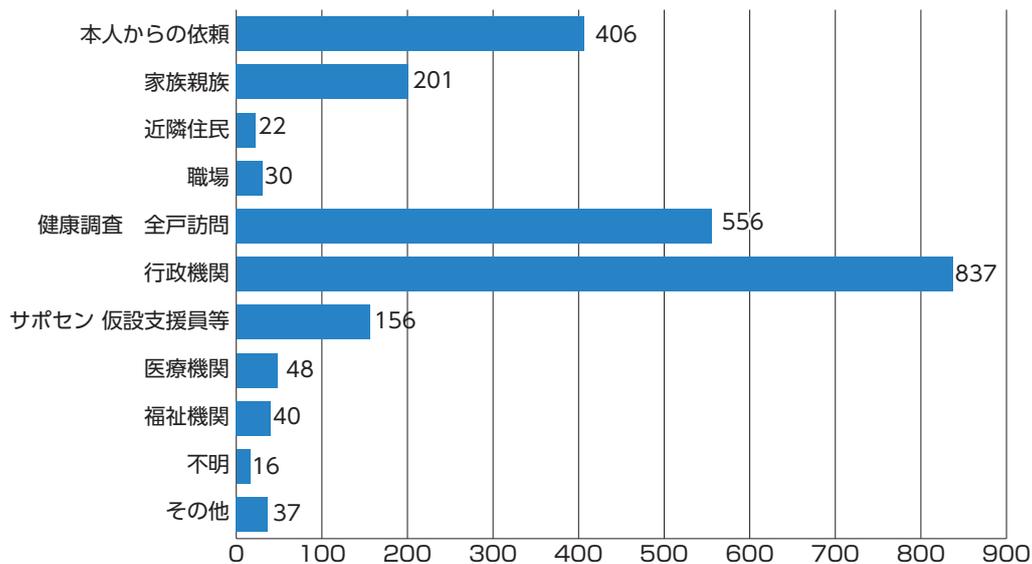


図 3 平成 30 年度基幹センター活動エリアにおける相談の契機（延べ件数）

相談の契機（延べ件数）は、「行政機関からの依頼」が多く、次に「健康調査」である。

「行政機関からの依頼」は、アルコール関連問題を抱えたケースや、母子で養育に問題のある母親のケース、高齢者で妄想があるケースなどで、市町の保健師に同行しての訪問や、来所面接場面での同席などを行ってきた。

「健康調査」は、発災当初の民間賃貸借上住宅（以下、民賃）や応急プレハブ仮設での調査から、災害公営住宅入居者や自宅被災者への調査へと移行してきており、当課は健康調査で抽出されたハイリスク者への訪問支援を担当した。健康調査のハイリスク者の抽出項目は自治体で若干異なるが、「K 6 が 13 点以上」「朝または昼から飲酒」「多量飲酒」「眠れない」「相談相手がいない」「体調がとても悪い」「精神既往あり」などである。健康調査では、継続支援を必要とするケースより、初回訪問支援で終了となったケースが多かった。平成 30 年度は、亘理町を除く 7 つの市町から健康調査後の訪問支援の依頼があり、対応した。

<考察>

被災者健康調査のハイリスク者には、「震災の時の辛かったことをやっと語る気持ちになった」「今までは、健康調査票を開く気もおきなかったけど、書こうと思った」など、震災 8 年が過ぎて、やっと自分の気持ちを外に出せるようになった方もいる。今後も個々の気持ちに寄り添いながら、丁寧に話を聴いていく必要があると感じている。

継続支援を必要とした方は、「PTSD の疑い」「悲嘆」「ひきこもり」「多問題家族」などであり、じっくりと向き合う必要があると感じた。

当課のみで支援をしている方については、住民が穏やかな生活を送ることができるように、今後は地域の担当者と課題を共有していく機会を設ける必要を感じている。

(2) 支援者支援

支援者支援では、復興期であることを意識しながら、市町の状況や支援ニーズを共有し、担当保健師と協働で対応することを心がけた。具体的な内容としては、同行訪問、面接後の情報共有、ケース会議の開催、技術支援などである。名取市、岩沼市、塩竈市、亶理町、山元町では定期的なケースレビューやケース検討会が行われ、担当課以外の保健師の参加も見られた。平成30年度は、岩沼市からポストベンションの依頼があり、関わりがあった支援者に対し、グループワークと個別面談を行った。

支援者を対象とした研修会を表2に示す。研修については、年度初めに市町の被災者支援担当部署と打ち合わせを行い、各々のニーズに沿って職員を派遣した。

表2 支援者を対象とした研修会

市町村	研修内容とテーマ	対象者	参加人数
塩竈市	相談対応職員スキルアップ研修 「アルコール依存症の基礎とその対応」	行政関係者	30
	アルコール関連問題支援者研修会 「多量飲酒者への早期介入 節酒成功のポイントとコツ」	行政関係者	27
	こころのサポーター講座 ～実践編～ 「家族のコミュニケーションを円滑にするために」	民生委員	11
	塩竈市職員（精神保健関係）新任者研修 「精神保健に携わる時に必要な心構え」	行政関係者	10
多賀城市	心のケア学習会 「東日本大震災の子どもへの影響と今後のこころのケアについて」	行政関係者	24
名取市	第44回名取市社会福祉大会 「知って守ろう、こころの健康～それぞれの地域福祉関係者がそれぞれの地域活動を実現するために～」	社協職員	200
	地域包括支援センター連絡会（第6回）講話	地域包括支援センター職員	16
岩沼市	アルコール勉強会	行政関係者	11
	アルコール関連問題等対応研修	行政関係者	17
	節酒支援フォローアップ研修「節酒支援のポイント」	行政関係者	18
山元町	高齢者のアルコール関連問題対応研修会	行政関係者	30
美里町	傾聴ボランティア講座「傾聴について」「セルフケアについて」	ボランティア	23

<考察>

当課では、市町に対し、地域の保健師と共にケースの対応について考えるために、定期的なケースレビューやケース検討会開催の必要性を伝え、実施を働きかけた。検討会などには一緒に参加し、アセスメントやマネジメントについて深めてきたが、特に出向者は、日常業務の中で市の保健師と一緒にケースに関わる機会が多いため、現場でより具体的に、支援者への支援ができたと思われる。当課職員は、保健師の他、精神保健福祉士、臨床心理士、看護師で構成されており、担当市町からは「精神保健福祉士や臨床心理士などの多職種との検討会は、より広い視野からの情報を得ることができ、支援の方法を多方面から考えることができる」「当課職員の経験に基づいた知識の伝達ももらえる貴重な場になっている」との感想があり、多職種で検討する良さを感じてもらえるようになったと思われる。また、ケース検討会は、被災担当課に留まらず他課や保健所からの参加もあり、検討ケースも母子から高齢者まで対象が広がり、定着してきた。

当センターは有期の機関であることから、当課職員が感じている課題もいずれは地域の担当者に引き継ぐこととなる。保健所スタッフや市町の担当者と協力しながら地域の課題に取り組み、その実績をとりまとめしていくことが、今後必要と考える。

(3) 普及啓発

当課が関わる普及啓発事業には、地域住民を対象とした交流事業（サロン活動）と、普及啓発事業がある。地域住民交流事業（サロン）を表 3 に示した。

表 3 地域住民交流事業（サロン）

活動名	開催形態	対象	内容	頻度	平成30年度 活動回数	延参加 者数
岩沼市 うつくしま サロン	主催	福島県から 岩沼市周辺に 移住した方	参加者の希望でサロンの内容を決定。 「浪江焼きそばをつくる」など故郷料理を作ることもあり、故郷を思い福島についてやそれぞれの情報交換の場ともなっている。登録者は19名	月1回	12	164
名取市 名取市健康 サロン	市と共催	節酒を目的と した男性	5年目 午前は運動や調理実習、午後は飲酒日誌での振り返りを行う。飲酒日誌は全員記入してくるようになり、ほとんどのメンバーは飲酒量が減り、適正飲酒量に近づいてきている。登録者は13名	月1回	11	121
多賀城市 多賀城市 からだ健康 サロン	市主催に 協力	復興公営住宅 住民	多賀城市の被災者健康調査の結果を受けて、4か所の復興住宅で開催した。 睡眠の講話（精神科医）、ハンドマッサージ、骨密度測定を実施、当課はアルコールパッチテストを担当した。女性の参加者が多い。	年1回	4	69
塩竈市 塩竈市 ほっとサロ ン	市主催に 協力	地区住民	要望のあった行政区でのサロン 2行政区で実施。レクリエーションが主。メンタルに関する相談を受けている。	年1回	2	20
亶理町 亶理町 メンズクラ ブOB会	町と協力 して実施	70歳未満で 独居の男性	平成28年度までは当課が主催で開催。その後支援者は声がけのみ行い、参加者が昼食を食べながら近況を報告し合う会となった。対象は当初60歳未満としていたが、参加者を増やすため、年齢を70歳まで引き上げた。	3～4 か月に 1回	4	10
岩沼市 復興住宅内 のサロン	市から委託を 受けている 団体に協力	復興住宅住民	集団移転をした復興住宅内の集会所で、住民の交流を目的としたサロンをスマイルサポートセンターが運営している。当課は開催時に参加者の相談を受けている。	月1回	8	77

<考察>

多賀城市の「からだ健康サロン」は、被災者健康調査の結果（「睡眠の問題」「抑うつ」「易疲労」「飲酒」が多数）を受けて、被災者のセルフケアの向上と、長期的な支援を要する前の予防として、市と共催で行った啓発事業である。当課はアルコールパッチテストのコーナーを担当した。適正飲酒量を提示すると、家族の飲酒量が多いことに驚く方が多く、啓発の機会になったと考えられる。

「健康サロン」「うつくしまサロン」については、参加率が良く、メンバーが生活の支えにしていることが視える。「亶理町メンズクラブ」は平成29年度で一旦終了となった会であるが、参加していた方からの要望があり、平成30年度は「OB会」として再開した。それまでは当課主催で行っていたが、「OB会」ということもあり、支援者は日時と場所の設定のみで、内容などについては自主運営に近い形になってきている。

当課が主催や共催となっているサロンについては、今後サロン継続の有無も含め、運営方法などを検討していかなければならない時期にきていると感じている。

住民を対象とした普及啓発事業を表4に示した。

表4 住民を対象とした普及啓発研修

市町村	研修内容と {テーマ}	参加人数
松島町	心の健康サポーター養成講座フォローアップ研修（1回目）	23
	心の健康サポーター養成講座フォローアップ研修（2回目）	36
塩竈市	こころのサポーター講座～大切な命を守るために～（1）	36
	こころのサポーター講座～大切な命を守るために～（2）	29
	こころのサポーターフォローアップ講座Ⅰ 「コミュニケーションスキルアップについて ～アサーティブな自己表現を身につける～」	9
	こころのサポーターフォローアップ講座Ⅱ 「グループワーク”私のストレス解消法”とアロマヨガの体験」	6
	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～」	19
亘理町	認知症サポーターリーダー養成講座「傾聴するということ」	18
山元町	こころの健康づくり教室「ストレスについて」（5か所）	106

<考察>

住民を対象とした普及啓発事業では、「心の健康サポーター養成講座」研修に関する協力依頼が多かった。平成30年度に自殺対策計画を策定した市町が多いと思われるが、養成講座などについては、他の市町からの相談もあり、平成31年度の講座への協力依頼は増えていくものと思われる。今後は地域の実情に応じ、必要な支援協力ができればと考える。

(4) 人材育成

市町から要望のあった課題について、知識の普及を目的として研修会を行った。平成30年度は節酒に関する研修会を重点的に実施したので、表5に示す。

表5 節酒支援研修会

月 日	開催場所	内 容	参加者数	連携機関
平成30年 8月7日	仙台市	平成30年度節酒支援技術研修 「10分で出来る 保健指導としての節酒支援」 講師：国立病院機構 肥前精神医療センター	74	宮城県 精神保健福祉 センター
8月8日	大崎市	福田貴博先生	49	
11月16日	岩沼市	平成30年度節酒支援フォローアップ研修 「節酒支援のポイント」 ～節酒支援のポイントをおさらいして実際の活用の仕方 について語り合いましょう～ 講師：国立病院機構 肥前精神医療センター 福田貴博先生	17	宮城県 塩釜保健所 岩沼支所
平成31年 2月15日	塩竈市	平成30年度アルコール関連問題支援者研修会 「多量飲酒者への早期介入 節酒支援のポイントとコツ」 講師：国立病院機構 肥前精神医療センター 福田貴博先生	24	宮城県 塩釜保健所

<考察>

当課は平成29年度から「節酒支援」に関する知識の普及に力を入れてきた。平成30年度は、「平成29年度節酒支援研修」受講者を対象に、フォローアップ研修を開催した。

参加者は、節酒支援実践者と、今後実践を考えている方17名で、グループワークでは、お互いの意見を交換しあうなど学びも多かった。講師の福田先生からは「前年の受講者が対象だったので、内容を深められた」とのコメントをいただいた。

フォローアップ研修以外では、「受講者が節酒支援をできるようになること」を目的に宮城県精神保健福祉センターとの共催で2回、宮城県塩釜保健所との共催で1回、支援者向けの節酒支援研修会を開催した。研修会のアンケートでは、「節酒支援という言葉は聞いたことがあるが、研修は初めて」「保健指導に使える」「ドリンクという単位は初めて聞いた」などのコメントがあり、参加者の8割が「満足」、2割が「普通・やや満足」の回答で、好評を博した。

「節酒支援」については、「宮城県アルコール健康障害対策推進計画」にも反映され、今後、研修会開催は、宮城県精神保健福祉センターが中心に担うこととなった。今後の当課の役割は、支援者と共に、地域住民に節酒の啓発活動を実践していくことと考える。

(5) 調査研究

平成30年度、当課で行った2つの研究を表6に示す。詳細は第Ⅱ章に掲載している。

表6 調査研究

研究のタイトル	内 容	協同市町
東日本大震災被災者支援から見えてきたもの	平成24年度から平成28年度にわたり被災者健康調査を実施。要フォロー者に対してアウトリーチ型支援を多職種で実施してきた。平成28年度の支援の特徴をまとめた。	多賀城市
ひきこもり支援から見えてきたもの	被災者健康調査で出会った事例に定期的な訪問を継続したことで変化が見られた。その関わりを中心にまとめた。	山元町

2. まとめ

平成30年度は、自治体が、被災者支援から通常支援への移行を考え始めた時期であった。

当課も有期の機関であることを意識しながら支援を行ってきた。やっと被災時の辛さを話すことができたようになった方がいる一方、新しい地域になじめずに閉じこもってしまった方と出会うこともある。震災を乗り越えるには、人の寄り添いと時間がまだまだ必要であると感じている。住民に寄り添うことはもちろんであるが、支援者に対しても情報共有しながら、相談しやすい機会をつくることも、今後の当課の役割と考える。

「節酒支援」に関しては、研修会を重ねる中で、支援者の関心度が高いことを実感することができた。今後は、宮城県精神保健福祉センターに研修会の開催が受け継がれ、保健所を中心に実践の輪を広めることとなった。平成29年度当初の、当課の「節酒の考え方を県内に広める」という目標は、一旦達成されたと思われる。今後、節酒支援の取り組みが「アルコール使用障害」で悩む住民や家族の減少に繋がっていくことを願っている。