

3. 委託機関・団体等の取り組み

東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座

医療法人東北会 東北会病院

NPO 法人 宮城県断酒会

予防精神医学寄附講座を中心とした 災害精神医学・保健領域にかかわる活動

東北大学大学院医学系研究科
精神神経学分野／予防精神医学寄附講座（兼任）
准教授 松本 和紀

東北大学精神医学教室では、2011年10月に宮城県の寄附により設立された予防精神医学寄附講座（以下、予防講座）を中心に東日本大震災後の支援や研究を行ってきた。最終活動年度の2019年度（平成31年度、令和元年度）の主な活動メンバーは、予防精神医学寄附講座の臼倉、千葉、國井、精神神経学分野の松本、病院精神科の佐久間、上田であった。活動の多くは、みやぎ心のケアセンターとの連携・協力の下に行われており、みやぎ心のケアセンターの非常勤職員としての活動も行ってきた。

地元で働く支援者に対する支援としては、2019年度は県内の2つの社会福祉協議会（女川、七ヶ浜）の支援を継続した。2019年度は最終年度として支援の終結を念頭とした活動を行い、さらに2020年度以降に必要な支援について心のケアセンターとも連携しながら検討を行った。

被災地である宮城県において、トラウマに関わる知識や支援について、より高度な専門知識をもつ支援者を増やしていくことを目的とした研修会を企画した。2019年9月6日には、兵庫県こころのケアセンターの亀岡智美先生を講師に子どものPTSDアセスメント研修を行った。さらに同年9月7、8日には、亀岡先生に加え、八木淳子先生（いわてこどもケアセンター）、新井陽子先生（被害者支援都民センター）を講師に、子どものPTSD治療の代表格であるTF-CBTのイントロダクター・トレーニング研修を開催し、宮城県内の児童領域の専門家を中心に多くの参加者が熱心に子どものトラウマについて学んだ。また、2020年1月16、17日には複雑性PTSD（C-PTSD）研修会を、金吉晴先生（国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所所長）と金先生のグループの先生方を講師にお招きして開催した。

認知行動アプローチを普及するために一般の支援者を対象とした「こころのエクササイズ研修」を2回開催し、そのうち1回を石巻市で開催した。認知行動的アプローチをより詳しく学びたい専門職向けには、「心理支援スキルアップ講座」を4回開催し、そのうち2回は大野裕先生を講師にお招きした。また、早稲田大学の熊野宏明先生をお招きしてマインドフルネスについてのテーマ、東北学院大学の金井嘉宏先生をお招きして、社交不安症をテーマとした研修も行った。

2019年8月1日には県内外から16名のシンポジスト、司会者をお招きし東日本大震災復興期でのメンタルヘルス支援シンポジウムを開催し、県内外から合計126名が参加した。また、同年8月2日には、熊本こころのケアセンターから矢田部裕介センター長をお迎えし災害復興期の長期メンタルヘルス研修会～宮城・仙台と熊本の今とこれから～を開催し、県内の関係者30名が参加した。

若者の精神保健対策を目的とし、精神保健医療と学校との連携を強化するための活動も継続した。宮城県の高校教員に対して、生徒への対応についてのスーパービジョン、精神疾患の知識や対応、生徒や保護者、教員間のコミュニケーション・スキルを高めるための研修会を複数回実施した。また、スクール・カウンセラーや教員のメンタルヘルスにかかわる知識やスキルを高めることを目的に、「学校と精神医療との連携のための研修会」を行った。

研究にかかわる活動としては、NECソリューションイノベータとの共同研究で、情報通信技術を介した認知行動療法的アプローチによる地域住民の健康増進支援プログラムの開発を終え、結果をまとめた。また、これまでに行ってきたこころのエクササイズやSPR（Skills for Psychological Recovery）の介入研究についてのデータのまとめと論文執筆を行った。日本医療研究開発機構（AMED）「児童・思春期における心の健康発達・成長支援に関する研究」（研究代表者：水野雅文）の事業として、メンタ

ルヘルスに関する学校－精神医療保健福祉連携の好事例研究として、宮城県内での好事例の収集を行うとともに、国内他地域での取り組みのまとめ、支援マニュアル作りへの協力を行った。また、宮城県内の被災地で働く人々のうつやPTSD症状を縦断的に調査し、症状の経過を軌跡パターンとしてまとめた論文がJournal of Affective Disorder 誌に掲載された (Sakuma et al., 2020)

2019年度も、宮城県内の自治体やみやぎ心のケアセンターからの依頼で、研修会や講習会に講師を派遣し、主に県内の自殺対策事業や職場のメンタルヘルスにかかわる研修会の講師を務めた。これに加えて、学会や各種シンポジウムなどにおいて、災害にかかわるメンタルヘルスの現状や調査結果についての報告を行うなど、宮城県内外へ情報発信や普及啓発を行った。さらに、みやぎ心のケアセンターの倫理委員会への協力を行うなど、調査研究についての支援も継続し、また、同センターが主催したみやぎ心のケアフォーラムへの協力も行った。

2019年度をもって、本講座は終了した。2012年度秋からの8年半の活動であったが、これまでにご協力いただいた多くの関係者にこの場を借りてお礼を申し上げたい。特に、みやぎ心のケアセンターとは、緊密に連携させていただき、宮城県内の地域関係者に対する支援を橋渡ししていただいた。また、東北大学精神医学教室のスタッフの多くの方々にも協力いただいたことにも感謝を申し上げたい。

本講座は、宮城県の地域精神保健の拡充と予防精神医学の発展を心がけ、地元支援者への支援、認知行動アプローチの普及、心的トラウマに対する支援の普及、精神保健医療と学校との連携強化、災害精神医学についての普及・啓発、自殺対策や職場のメンタルヘルス対策など、包括的な支援、教育、研究活動を継続してきた。これまでの活動が、これからの宮城をはじめとした多くの地域での地域精神医療の発展に少しでも役立つことを心から願いたい。