

あなたの「ホッと一息」をお手伝い

『ふくま』

～ふくしま心のケアセンター 県中方部だより～



(隔月発行)

学会発表特集

ふくしま心のケアセンター県中方部センターでは被災者の方々を支援する活動を行っております。その日々の活動を通して福島県の「今」を多くの方に知っていただくため、学会発表などを積極的に行っています。

そこで今号では、5月17, 18日に行われた【第13回日本トラウマティック・ストレス学会】(福島県福島市)と6月21, 22日に行われた【第13回日本精神保健福祉士学会学術集会】の発表について、ご紹介したいと思います。

「復興支援者のニーズ変化と現状」について

第13回日本トラウマティック・ストレス学会では、当センターが行ってきた支援者支援研修会の実施結果から考えられる復興を支える支援者(以下、復興支援者)のニーズ変化と現状について発表しました。ここではその発表内容をご紹介します。

自衛隊員や医療関係者などの**災害救援者**や、行政職員、社会福祉協議会職員、仮設住宅などの世話人といった急性期から復興期を支える**復興支援者**は特有の問題を抱えやすく、**メンタルヘルス対策が必要**であるとされています。そのメンタルヘルス対策のニーズは発災直後から現在に至るまで変化が生じてきており、支援者支援を行うに当たっては、対象者の現在の支援ニーズに合った支援が求められています。そこで、当センターが実施してきた研修会の結果を分析し、**復興支援者の主たるニーズは「心理教育と労い」、「ピアサポートと語り」、「スキルアップ」と個別かつ段階的に変化し、現在は小グループを対象にスキルアップを目的とした内容が求められる段階であると考察**されました。

住民が抱える課題が複雑化・慢性化する中で、その住民の支援者の疲弊も懸念されます。**今後も、支援者の現状とニーズを捉えながら支援者支援に取り組みたい**と思います。



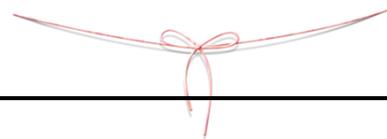
心のケアセンターと他機関との連携について



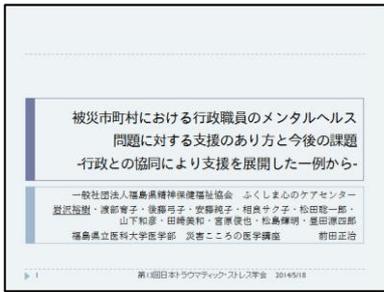
ふくしま心のケアセンターは、地域の多くの機関と連携を図りながら支援活動を展開しています。**被災された方々が抱えている問題は多様**であり、居住環境の変化や健康上の問題、人間関係や失業・就労問題などが複雑に絡み合っているように思われます。その全てを当センターだけで対応することは難しく、また限界があります。よって、**他機関と協力関係を築いて、目標・目的を共有しながら共に支えていくことが大切**になります。また、他機関と信頼関係・協力関係を構築することが、結果的によりよい支援提供として被災されている方々に還元されればよいと思っております。

本発表では、他機関連携における当センターの精神保健福祉士の役割を考察し、報告しました。避難されている方々は元々あったつながりが分断された状態であり、**人や地域とつながっているという感覚が得られにくい状況**であると捉えられます。この

ことを踏まえて、面であるつながりを築く過程の中で、**まずは線で結ばれていくことに焦点を当て、人のニーズ、人と人、人と資源、人と地域を結んでいくことが役割**であるとまとめました。



行政職員さんへの支援活動について



私たちふくしま心のケアセンターでは、被災された方々への支援の一環として、**被災された市町村の行政機関職員の方々への支援**も行っております。

本発表ではそうした活動のうち、一つの市町村を対象とした取り組みについての報告をいたしました。

被災市町村の行政職員の方々の多くは、ご自身たちも被災し、家屋の損壊や家族の別離などを経験された方もおられますが、そうした状況ではありながら、復興に向けた住民の方々への支援・サービスの提供のため、仕事量が大幅に増え、たくさんのストレスを抱えている方も非常に多くいらっしゃいます。

そうした方々へのよりよい支援のあり方を考えることで、まず行政職員のみなさんが元気になり、それが**住民の方々が今までよりも健康的に生活すること**にもつながり、ひいては**被災市町村、そして福島県全体が健康で元気になっていく**と考え、日々、活動しております。

受診前相談について

皆さんは「究極に困った」ことはありますか？私はありません。そんな青二才な私が講師として参加させてもらったのが、日本精神保健福祉士協会全国大会の「**受診前相談～精神科プレホスピタルケア～**」の研修です。受診前相談とはすなわち「究極に困った」時、例えばもう死ぬしかないと思い込んでいる時、落ち込みがひどすぎて体が動かなくなった時、米軍が総力を挙げて自分を攻撃してきていると思っている時などに、どのように話を聞き精神科医療と連携するかを扱う相談です。講義の中では「**対等であること、あるがままを受け入れること、分からないことを大切にすること、できないことを自覚すること**」の4点がポイントとして挙げられていました。本当に心が切羽詰まった人に向き合うための「真心」とは何かを考えた時、「**人間の相談を受けられるのは人間しかないのだ!**」と熱くこみ上げるものと熱く感じる今日この頃です。



コラム

雨上がりの土曜日の午後、**県外に避難しているあるご家族**とお話しをする機会がありました。30歳代のご夫婦と3歳の女の子。ご主人は、そろそろ福島県に戻りたいと思っています。奥さんは、せっかく今の暮らしに慣れたし、子どものことを考えても今のまま県外で暮らしたいと思っています。何回も何回も話し合いましたが、平行線。何も行動が起こりません。『**お互いの意見を一致させるのは、今は無理だと思うの。でね、とりあえず娘が小学校に入学するまでは、あせらずに話し合いを続けようってことにしたの。**』

「どうせ話をしても考え方の違いは変わらない」と会話をやめてしまう方はいませんか？このご夫婦のように、**根気よく話し合いを続ける過程がとても大事**です。お互いの意見を大切にしたい、会話を重ねること。それは**お互いを尊重しあうことに通じます**。そして双方にとって少しづつ納得のいく結論を導き出す過程でもあるのです。

●発行元

一般社団法人 福島県精神保健福祉協会
ふくしま心のケアセンター
県中方部センター

〒963-8024

福島県郡山市西ノ内1丁目3-24
成和ビル1階

Tel 024-983-0274

Fax 024-983-0276

<http://kokoro-fukushima.org/>



【お問い合わせ先】

被災された方々やその支援をされている方々からのご相談

被災者相談ダイヤル“ふくここライン”

TEL 024-531-6522

平日 9:00~12:00、13:00~17:00

その他のお問い合わせ

ふくしま心のケアセンター 基幹センター
TEL 024-535-8639 FAX 024-534-9917

〒960-8012 福島市御山町8-30

(県保健衛生合同庁舎5階)