

ふくしま心のケアセンター 活動記録誌

2015（平成27）年度

第4号



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

Fukushima Center for Disaster Mental Health

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

巻頭言

一般社団法人福島県精神保健福祉協会

会長 矢部 博興

(公立大学法人福島県立医科大学医学部神経精神医学講座主任教授)

平成 16 年に「入院医療から地域医療」を骨子とした精神保健医療福祉施策の改革が始まりました。そして、平成 23 年には厚生労働省の省令改正により「5 疾病・5 事業および在宅医療」として精神疾患と在宅医療が加えられ、平成 25 年には、それらが国の医療計画に組み込まれ、また精神保健福祉法も改正されました。これにより、メンタルヘルスケアも全体が地域にシフトするはずでしたが、いまだに医療や保健福祉の地域の体制は整っていないように思われます。ともあれ、このような精神保健医療福祉の大変革の最中の平成 23 年 3 月 11 日に、東日本大震災と福島第一原発事故が発生した訳です。毎年のように述べて参りましたが、平成 26 年 9 月に、災害と放射能に関する世界の専門家が福島に一堂に会して国際専門家会議「放射線と健康リスクを超えて～復興とレジリエンスに向けて～」が開催され、そこで作成された提言書には「今後は放射能被曝そのものよりもメンタルヘルスに問題が集約される」と結論付けられておりました。報告されたとおりに、東日本大震災と原発事故後の福島県における心の傷は深く、東日本大震災関連死も際立ち、心理社会的問題も継続しております。

相双地区における精神病院の全面閉鎖という地域のメンタルヘルスの破壊に対応すべく、福島県立医大心のケアチームが組織されました。そこから発展した「NPO 法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会」(以下、なごみ)のアウトリーチ活動は、平成 24 年 2 月 1 日発足の「ふくしま心のケアセンター」の活動の基本となりました。基幹センター、相馬(「なごみ」に委託)、いわき、県北、県中、県南、会津の 6 方部、南相馬駐在、県庁駐在、双葉町の避難先の埼玉県加須市の加須駐在の 3 駐在が、相次いで設立されました。現在では、3 駐在は役目を終え、県中方部と県南方部は合併して、基幹センターと 5 方部に集約されております。現在の心のケアセンターでの相談業務では、健康上の問題が最も多く、それも症状別では飲酒の増加が際立った特徴となっているとのことです。さらに、飲酒の相談件数が最も多いのは相馬方部でした。一方、被災者支援と並んで問題とされている支援者支援ですが、これもまた相馬方部やいわき方部で件数が多いのが特徴とのことです。

今年は、熊本でも大震災が発生して、福島県も災害派遣精神医療チーム(DPAT)を派遣しましたが、現地での本県に対する期待は、福島 DPAT への高い評価から始まって、熊本心のケアセンター設立のモデルにまで及んだと聞いております。つまり、「ふくしま心のケアセンター」の活動は、各地の、そして将来のメンタ

ルヘルスケアのモデルとして常に注目されているということです。これはこれまでの「ふくしま心のケアセンター」の皆さまの地道な努力が広く認められていることを意味していて誇らしくもありますが、道標としての重い責任が担わされていることをも示しております。

さて、平成 26 年 4 月に福島県精神保健福祉協会は、この「ふくしま心のケアセンター」という巨大なプロジェクトを抱える組織として大都会並みの一般社団法人となりまして、センターの母体としての運営は以前よりも安定化いたしました。今後の福島の災害後のメンタルヘルスケアは少なくとも 30 年間は必要であると考えております。しかし、ゆっくりでも着実に、福島県の心のケアを維持、充実させるべく、ともに努力して参りたいと思います。今後どうぞよろしくお願い申し上げます。

東日本大震災後の5年間

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

所長 昼田 源四郎

2011年（平成23年）3月11日に発生した東日本大震災により、福島県ではマグニチュード9.0の巨大地震と大津波に加え、海沿いに立地している東京電力福島第1原発のメルトダウンという、人類史上初の深刻な多重災害が発生しました。

福島県の報告によると、2011年度の県内での住宅等の被害は、全壊1万8,034棟、半壊7万5,159棟、一部破損16万2,402棟で、合計で25万5,595棟にも及びました。また放射線量が極めて高い市町村は、県内外への避難を強いられました。とりわけ子育て世代の人々の不安は大きく、わが子を放射線被ばくから守るため、2011年8月から2013年10月のピーク時には5万～6万人余りの人々が県外避難を余儀なくされました。

被災した県民の心身の健康を見守るために、2011年12月から2012年3月にかけて、「心のケアセンター」が宮城・福島・岩手の被災3県に相次いで開設されました。「ふくしま心のケアセンター」は2012年2月に基幹センター（福島市）が開設され、同年4月から中通り地方に県北方部センター（福島市）、県中方部センター（郡山市）、県南方部センター（白河市）、会津地方に会津方部センター（会津若松市）、浜通り地方に、相馬方部センター（相馬市）、いわき方部センター（いわき市）の他、県庁駐在、南相馬駐在、双葉町が避難していた埼玉県加須市に加須駐在をおく、6方部3駐在（計60名体制）で活動を開始しました。2012年度は「被災者支援」を中心に活動し、2013年度からは、ご自身も被災者でありながら被災住民を支援している市町村職員などへの「支援者支援」にも力を入れてきました。

東日本大震災から5年を迎える2015年度には、浜通りから県内外に避難していた市町村の帰還が、徐々に進みつつあります。それと共に、当センターが主な支援対象としている県内避難者数は、2012年6月の10万2,180人から、2015年には約7万人へと減りつつあります。そのうち相談支援をしている避難者の実人数は2015年度で1,126人、延べ人数で4,973人となっています。

一方、原発事故から5年を経た2016年7月現在でもなお、福島原発は完全な冷温停止や燃料棒取り出しには至っておらず、不安定な状況が続いています。子どもの放射線被ばくを避けるため、原発事故直後から多くの子育て世代の人々が県外に避難しましたが、2015年7月時点でも、なお約11万人の方々が全国各地に避難を続けています。ピーク時（2013年6月）の約16万4,000人からは減少

していますが、県外避難した人々の7割弱が、今なお福島県に戻らずにいます。その背景には、いまだ原発事故が収束していない福島県の現状に、不安があるためと推測されます。当センターでは、こうした県外避難者に対しては、「ふくこライン」という電話相談で対応しています。

復興庁は、避難区域の県内11市町村（田村、南相馬、川俣、楡葉、富岡、川内、大熊、双葉、浪江、葛尾、飯舘）の住民帰還に向け、家屋の解体作業を平成29年度までに完了させる方針を示しています。解体作業が完結した後に、道路その他のインフラ整備と、公共施設の再建などは、予算さえ確保できれば、あまり支障なく進むものと思われます。しかし原発事故が収束していない状況下での住民の自宅や仕事の再建に関しては、帰る人、帰らない人も出たりする可能性があります、コミュニティの再構築には、より丁寧な話し合いが必要で、より長い時間がかかる可能性があります。

また、ご自身も被災者でありながら、真摯に住民への支援を続けてきた市長村職員の方々にも疲労の色が濃くなっています。当センターは、被災住民と、その最大の支援者である市長村職員への支援を、同時並行的に進めていく必要があると考え、支援活動を継続していくつもりです。

個人はもちろん、家族・集団、さまざまな組織も、回復力・復元力を持っています。その復元する力（レジリエンス）を発揮できるように、環境を整えることが、当ケアセンターの使命と考えています。県民の皆様が、安全・安心な日常生活を回復できるまで、お一人お一人に寄り添いながら、今後も支援を続けます。

目 次

巻頭言

一般社団法人福島県精神保健福祉協会

会 長 矢部 博興

(公立大学法人福島県立医科大学医学部神経精神医学講座主任教授)

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

所 長 昼田 源四郎

組織体制図	1
1 2015年度活動報告	
①基幹センター活動報告	3
②県北方部センター活動報告	4
③県中・県南方部センター活動報告	9
④会津方部センター活動報告	20
⑤相馬方部センター活動報告	26
⑥いわき方部センター活動報告	34
2 ふくしま心のケアセンター相談等の件数	41
3 ふくしま心のケアセンター被災者相談ダイヤル「ふくここライン」	53
4 ふくしま心のケアセンター地域アルコール対応力強化事業（アルコール・プロジェクト）	57
①ふくしま心のケアセンター地域アルコール対応力強化事業 （アルコール・プロジェクト）2015年度報告書	58
②ふくしま心のケアセンター地域アルコール対応力強化事業 （アルコール・プロジェクト）相双地域におけるモデル事業 2015年度報告書	71
5 2015年度県外避難者の心のケア事業「心とからだの健康相談」の報告	83
6 寄稿	
福島県保健福祉部長 井出孝利	87
岩手県こころのケアセンター センター長 大塚耕太郎 副センター長 酒井 明夫	88
公益社団法人宮城県精神保健福祉協会 みやぎ心のケアセンター長 小高 晃	90
福島県相双保健福祉事務所いわき出張所 専門員（保健師）草野文子	92

7 被災者支援団体へのインタビュー

特定非営利活動法人 3.11被災者を支援するいわき連絡協議会

チーフスーパーバイザー 高梨幸司…………… 95

内閣府認証 特定非営利活動法人

厚生労働省認定 認定個人情報保護団体

医療ネットワーク支援センター 理事長 人見 祐…………… 101

特定非営利活動法人 かながわ避難者と共にあゆむ会 副理事長 高坂 徹… 110

8 職員の感想（振り返って思うこと）…………… 117

9 活動資料…………… 121

編集後記

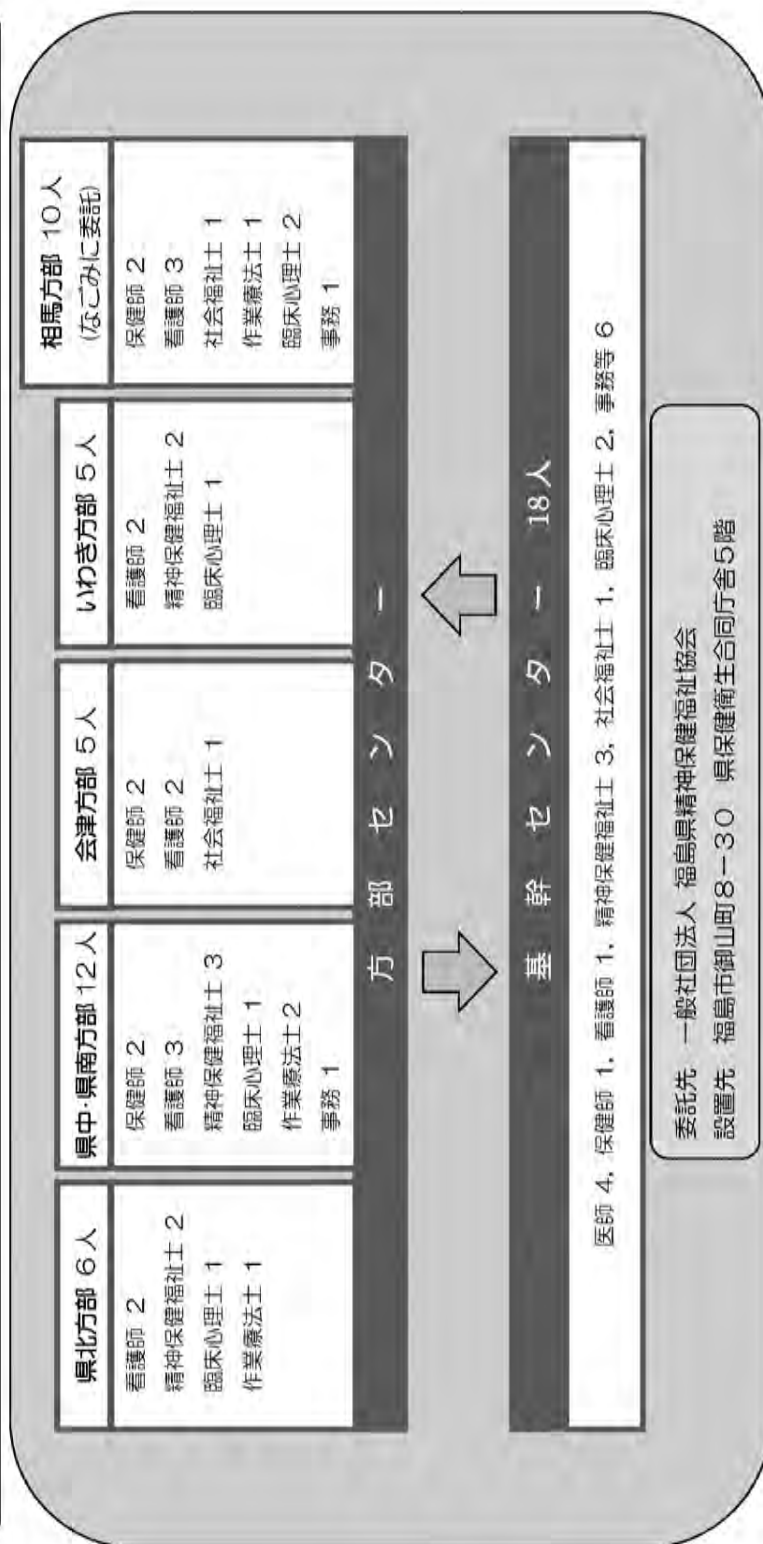
2015年度

ふくしま心のケアセンター体制図

被災者（仮設住宅・借り上げ住宅・復興公営住宅・自宅等）

4月1日現在

①地域の災害関連の精神保健福祉の総合的なコーディネート ②人材育成・人材派遣 ③方部の心のケアに関する普及啓発
④被災者・関係者への相談支援 ⑤その他、地域の心のケアを推進するために必要な事業



1 2015年度活動報告

①基幹センター活動報告

【昼田源四郎(所長)
仲沼安夫・内山清一(副所長)
渡部育子(保健師)
後藤弓子(看護師)
菅原睦子(社会福祉士)
松田聡一郎・松島輝明・岩見祐亮(精神保健福祉士)
山下和彦・落合美香(臨床心理士)
高橋悦男・相山未希子・宍戸聖子・平山真実(事務)】

基幹センターは、方部センターのように担当地域を持たず、国や県等関係機関との連絡調整、会議や研修会の企画運営、普及啓発、活動データのとりまとめ等を担当している部署である。2015年度は、総務部、企画部、戦略推進部に加え広報担当を設置し、活動を行った。

組織の円滑な運営全般に関する役割を担う総務部の他、企画部は事業計画の策定、各種会議やふくしま心のケアセンター（以下、当センター）職員対象、或いは市民や支援者を対象とした研修会の運営、国・県及び関係機関との調整、電話相談、DMHISS（災害精神保健医療情報支援システム）など統計等に関する業務を主に担当した。

戦略推進部は、定期巡回を通して各方部センターの活動内容や地域の状況を把握し、当センター全体の業務の最適化や活動の均質化を図るため様々な課題に取り組むと同時に、方部センターのニーズに合わせて業務支援も行った。更に、福島県の県外避難者の心のケア事業に協力し、2015年度は8県で心とからだの健康相談を実施した。

広報担当はホームページ管理を含む広報の総括、及び、当センターの活動の記録保存、活動記録誌作成等に取り組んだ。

2015年度は、復興に向けて流動的な状況を踏まえ、各部協力して、組織内の役割・機能の見直しと整備を重点的に行った。また、自殺の危険因子であるアルコール関連問題や支援者支援の在り方等の課題に取り組むため、時宜にかなったテーマの研修会や会議を開催した。今後も引き続き当センターに求められる役割が果たせるよう関係機関と緊密に連携しながら、活動に取り組んでいきたい。

②県北方部センター活動報告

【塩田義人・光家由美子(精神保健福祉士)
杉本裕子・二階堂紀子(看護師)
近澤大(作業療法士)
羽田雄祐(臨床心理士)】

1. 概要

東日本大震災後にふくしま心のケアセンター（以下、当センター）が立ち上げられ、「今ある地域・環境の中でその人らしい生活が出来ること」を目指し、被災者の心のケア活動を開始して4年となった。被災市町村の職員や関係機関との連携のもと、現在も住民への支援を進めている。住民にとっての避難生活は、その場所での環境に馴染もうと個々が苦労を重ねてきたものであるが、再び生活環境を変えていかなければならないことの負担感は大きいと思われる。

被災市町村は避難指示解除に向け準備を進めている。復興公営住宅の工期の遅れから、転居のスピードはゆっくりであるが、被災市町村職員や住民は慣れた生活から再度、環境の変化を強いられている。

このような状況から県北方部センター（以下、当方部センター）としては、住民の転居、環境の変化に応じた支援と被災市町村および関係機関との連携継続・強化を重点目標に挙げ、活動してきたこの1年を振り返り報告する。

2. 活動報告

1) 個別支援

2015年度の当方部センターにおける個別相談件数を以下に述べる。なお括弧内は2014年度の件数である。

個別相談総件数は700件（512件）、支援対象実人数は98名である。相談方法の内訳は訪問455件（435件）、電話198件（46件）、来所27件（8件）、集団活動内17件（13件）、それ以外の方法での相談は3件（10件）である。主な紹介元は、被災市町村、各市町村社会福祉協議会、後述する総合健診支援や当センター「被災者相談ダイヤルふくここライン」などである。

2014年度と比較してみると、環境や家族関係が更に変化したことで、新たな課題が生じているケース、アルコール問題を抱えたケースもあり、相談数は増えている。

その中でも電話・来所による相談が増えているが、特に来所相談については、家族がいる場所では相談がしづらいといったニーズや、支援の際に枠組みを設定しやすいといった理由が考えられる。電話相談の件数の伸びが大きいことについては、同一利用者による頻回な電話対応による部分が大きかったことによる。

転居に伴い、当方部センター管轄外へ移動するケースも増えている。転居先の方部センターと同行訪問をするなど、支援が途切れることのないよう、今後とも丁寧な引き継ぎを行っていく必要がある。

2) 集団支援

2015 年度も引き続き、各種集団活動において支援を行った。

協力参加した集団活動の回数はサロン活動が 38 回であり、健康支援は 167 回であった。また福島県県北保健福祉事務所（以下、県北保福）主催の事業への協力参加回数は 27 回であった。詳細は表 1 に示す。

サロン活動では各管内・各主催機関の特色が出ている。最近の傾向として参加者からは避難指示解除や復興公営住宅の建設に伴う転居についての不安が多く聞かれるようになった印象を受け、今後の転居に伴う課題を予見させた。

当方部センターは集団活動の中での心や体の健康についての相談対応や要個別支援者の早期発見に努めた。またニーズに応じて活動の運用方法についての相談対応や他機関への繋ぎを行った。

集団活動を通して参加住民や主催機関との関係強化を図ることで、「顔の見える関係の構築」や、要個別支援者の紹介や各管内の状況把握を行っていく。

表 1 集団支援についての詳細

	活動名	回数
サロン等	福島市社会福祉協議会ホッとサロン「てとて」	24 回
	大玉村社会福祉協議会サロン	8 回
	3.11 被災者を支援するいわき連絡協議会サロン	6 回
健康支援等	浪江町・健康相談会	158 回 (12 箇所)
	富岡町・元気アップ教室	9 回
県北保福主催事業	アルコール家族教室	11 回
	うつ病家族教室	5 回
	ひきこもり家族教室	6 回
	健康おかず作り教室	5 回

①大玉村社会福祉協議会サロン

多くの避難町村を受け入れている大玉村社会福祉協議会のサロンであり、月 1 回の頻度で開催されている。参加者は毎回 10 ～ 20 名程度であり、サロンの中では避難元市町村を越えた住民間の交流がなされていた。サロンの内容は毎回趣向をこらしたものであり、参加者は楽しく過ごしており主催者の努力が窺えた。



② 3.11 被災者を支援するいわき連絡協議会サロン

主に復興公営住宅において被災者の生きがいづくり、自治活動の支援、コミュニティ構築を担うNPO法人3.11被災者を支援するいわき連絡協議会（通称、みんぷく）が主催するサロンである。住民の主体性を尊重しつつ、集会所等にて開催されている。

住民の転居における移行期であり、復興公営住宅に関連する課題は潜在化かつ今後流動的に顕在化していくことが予想された。当方部センターとしては初期よりサロン活動を通して、復興公営住宅のコミュニティ交流事業を担うみんぷくスタッフとの関係を構築すると共に現状把握に努め、そして必要な支援へのコンサルテーションを行うなど顕在化する課題に柔軟に対応していくことを心がけて活動に臨んだ。

3) 支援者支援

本項では、市町村等から依頼のあった講師としての活動や、市町村が主催となっていて行っている住民健診等の支援について記述する。

本年度当方部センターで行った支援者への支援は以下の表2の通りとなる。その詳細を下記に述べる。

表2 支援者支援についての詳細

	活動名	開催回数	参加人数 (延べ)
住民健診支援	浪江町住民総合健診支援	10回	1864名
住民向け講話	応急仮設住宅住民対象 「飲酒問題のある人への接し方」	1回	9名
県北保福主催事業	アルコール家族教室	11回	102名
	ひきこもり家族教室	6回	98名
	うつ病家族教室	5回	30名

① 住民健診支援

【浪江町住民総合健診支援】

昨年度に引き続き、浪江町が実施する総合健診に係る支援を行った。当方部センターには、10カ所の会場での対応依頼があった。総合健診は会場にもよるが、一日に約100名から200名以上の住民が来場する。浪江町が実施する総合健診は住民の健康状態はもとより、その生活ぶりや普段の訪問で会えない住民の状況を把握する機会として非常に重要な役割を担っている。

その総合健診の中で当方部センターは、問診と個別相談の支援を行った。まず、来場者が事前に送付されている「こころと生活についてのアンケート」を持参するので、担当職員がその内容を確認した。記載内容で気になるところが

あればその場で詳細を確認し、心身面で心配な住民については、福島県立医大のよろず健康相談や当方部センター専門員による個別相談で対応した。その後も支援が必要な住民については当方部センター等が継続して関わっている。

②住民向け講話

ある自治体の応急仮設住宅内で多量飲酒者の行動が問題化し、その応急仮設住宅の自治会よりアルコール依存症者に対する対応などについて話をしてほしいとの依頼があり講話を実施した。

講話の中では、アルコール依存症が身近な病気であるということ、その進行のプロセスや心身への影響について説明した。その後、アルコール依存症者への対応の仕方やその具体例等を説明した。質疑応答では、身近にいる問題飲酒者への対応やアルコール依存症の症状についての具体的な質問があったことから、関心の高さが伺えた。

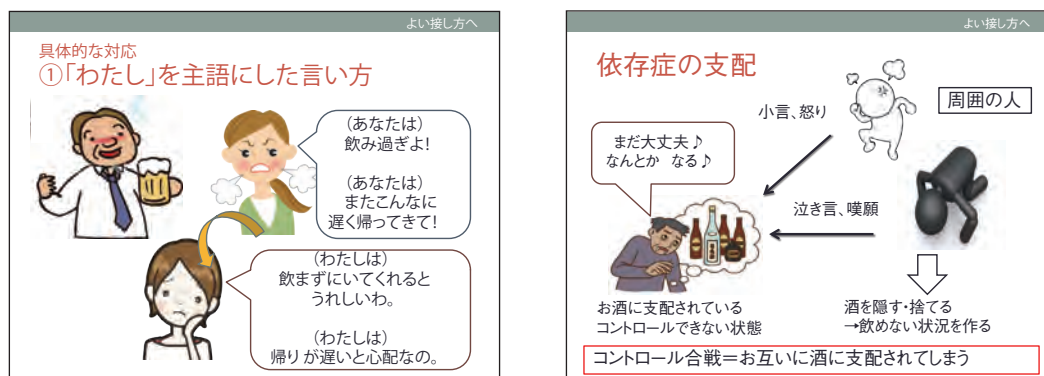


図1 講話の際に使用したスライド

③県北保福主催事業への協力

県北保福健康福祉部障がい者支援チームとは当方部センター発足時から前掲(表2)の家族教室を始め、自殺予防の街頭キャンペーン等の事業協力、震災後の家庭訪問などで連携しながら支援活動を行ってきた。

2013年度からアルコール家族教室においてCRAFT (Community Reinforcement And Family Training) による学習を実施しているが、その内容が好評を博し、2015年度においては全12回のうち10回がCRAFTとなっている。更に、2015年度はアルコール家族教室に加え、ひきこもり家族教室においてもCRAFTを実施した。

4) 普及啓発

本項では当方部センターの活動内容の周知や健康維持・増進、自殺予防に関する普及啓発について述べる。2015年度に当方部センターで行った普及啓発活動は以下ようになる。

- ・研修会等への講師派遣
- ・自殺予防街頭キャンペーン（県北保福主催）
- ・ホームページに活動を掲載

講師派遣の例として福島県消防学校における講義がある。これは2012年度より毎年継続しているもので、東日本大震災などの災害時に惨事ストレスに直面しやすい職業である消防士の訓練生に対して、災害時や日頃から行えるストレスケアを講義しているものである。2015年度は「ストレスとその対処法について」と題して消防学校の授業の1コマを担い、大規模災害等の惨事ストレスや、ストレスに対するセルフケアについて講義を行った。

3. 今後の展望と課題

東日本大震災から5年が経過し、自治体は復興公営住宅の整備、上下水道の復旧、医療や郵便、商業施設の確保などインフラの整備などを進めている。

一方で住民は、住み慣れた故郷への帰還を望んでも、地域の他の住民の意向が分からない事には戻れないと話していたり、家族内における意思の統一が困難であったりと、コミュニティが形成されにくい状況が続いている。東日本大震災以前は同一世帯であった家族も、この5年の間に分離・変化したことで、帰還の意向に差が生まれていることもその一因であると思われる。

また、避難先の自治体で住宅を再建する、復興公営住宅へ移動するといった決断を行った後に、その決断が自身にとって良い選択であったのか自身に問い直して思い悩む住民も少なからず存在する。

こうした状況の中で、当方部センターとしては住民の動きや意向等を敏感に察知しながら、その迷いの部分に対する気持ちの寄り添いを継続していく。そして、それぞれの居住先で自分らしい生活がおくれるよう、自己決定を尊重したサポートを行い、自己効力感の向上へとつながる支援を行っていくことが必要であると考えている。

③県中・県南方部センター活動報告

【渡部育子・武藤久美子・鈴木文子・服部徳子(保健師)
安藤純子・宮澤賢次・仲摩昇・大森さおり(精神保健福祉士)
相良サク子・渡部恵美子・渡部千景(看護師)
田崎美和・菅野寿洋(作業療法士)
岩沢裕樹(臨床心理士)
泉真実子(事務員)】

1. 概要

2014年度までは郡山市に拠点を置いていた県中方部センターと白河市に拠点を置いていた県南方部センターとが統合し、2015年4月1日、県中・県南方部センターとして新たなスタートを切った。

方部センターの統合に伴ってスタッフ間にも不安や動揺が生じたが、その一方で東日本大震災後のメンタルヘルスケアの専門機関として、避難住民や自治体職員といった支援対象者に対してのより良い支援を模索し活動を行った1年を振り返り、報告する。



写真 2016年3月4日 復興支援者のための研修会
(防衛医科大学准教授の重村淳氏を囲んで、県中・県南方部センターおよび
基幹センター戦略推進部スタッフにて)

1) 県中・県南地域の状況

2015年度は東日本大震災および原発事故の発災から5年目となり、節目ともいえるべき年であったと同時に、「はさみ状の格差」と呼ばれる復興の格差もますます大きくなってきた年であった。

地域の状況としては、県内各地で自宅再建や復興公営住宅の完成が進み、応急仮設住宅からの住み替えを行う住民が増えてきた一方で、応急仮設住宅にとどまる住民、とどまらざるを得ない住民も少なからずいるという現状であった。

自宅再建や復興公営住宅への移転を行った住民の中には、新たな環境での生活に慣れて、地域に溶け込んでいる人、あるいはコミュニティの再構築や生活環境の変化に順応しなくてはならないという新たな課題に直面し、移転前よりも心身の調子を崩している人もいた。また応急仮設住宅での生活を継続している住民の中には、取り残され感や先行きへの不安感を強く感じている人も少なくなかった。

こうした住居の移動や生活環境の変化などが、「はさみ状の格差」を生じさせる大きな要因であると思われた。

2) 県中・県南方部センターの活動

こうした地域の状況の中での活動となったが、年度当初に行われた方部センターの統合という体制の変化は、当センターの中で全く初めての経験であった。

統合後も様々な専門職によるチームアプローチという当センターとしての支援体制の基本はもちろん踏襲されていた。しかし、県中方部センターと県南方部センターという二つの方部の職員が一つの方部の所属となるということは、それぞれの方部がもともと持っていた日々の業務の流れや、支援の進め方といった細かなことも含んだ方部ごとの「文化」の違いがあったことは否めず、スタッフ間でも不安や戸惑いを生じさせ、方部センターとしても試行錯誤しながらのスタートとなった。

さらには統合により、県中圏域および県南圏域とキャッチメントエリアが拡大したことも活動全体に非常に大きな影響を及ぼした。

具体的には、活動範囲の拡大に伴って支援対象者の居住地が広がったため、支援活動を行うための移動時間が増えたことがまず挙げられる。そのほかの変化として連携を必要とする関係機関が増えたこと、さらには物理的な距離の変化が心理的な距離にも影響を及ぼしたことなども変化として挙げられる。

こうした変化により一部の関係機関からは当センター（特に当方部センター）が地域のリソースとして「不便になった」、「連携しづらくなった」という評価が聞かれた。

これらの評価を受け、当方部センターでは関係機関に対して、これまでより一層丁寧な説明と連携を心がけ、物理的な距離は遠くなっても心理的な距離は遠くならないように常に心を配りながら日々の活動を行ってきた。

こうした関係機関との連携は、統合以前より方部の中で常に大切に心がけてきたことであった。そのような日ごろからの心がけが実を結び、年度当初と比べると年度の後半には既存の関係機関との連携の深まりが見られた。更に、新たな関係機関との連携も生まれ、県中圏域および県南圏域の中で被災者を支援するリソースとなり、ネットワークの拡大に少なからず寄与出来たものと考

えられる。

以上のように方部内・外で様々な変化が生じていたが、これまで同様に「ひとりひとりの気持ちに寄り添い丁寧な対応を心がける」支援を、今後も常に念頭におきながら活動を継続していきたいと考えている。

2. 個別支援

当方部センターの2015年度の全個別相談件数は1,058件で、2014年度（県中方部センターでの活動実績）と比べると約17.6%の減少であった。

1) 相談方法別

相談方法の内訳は訪問相談911件（86%）、電話相談100件（9%）、来所相談47件（4%）となっている（図1）。

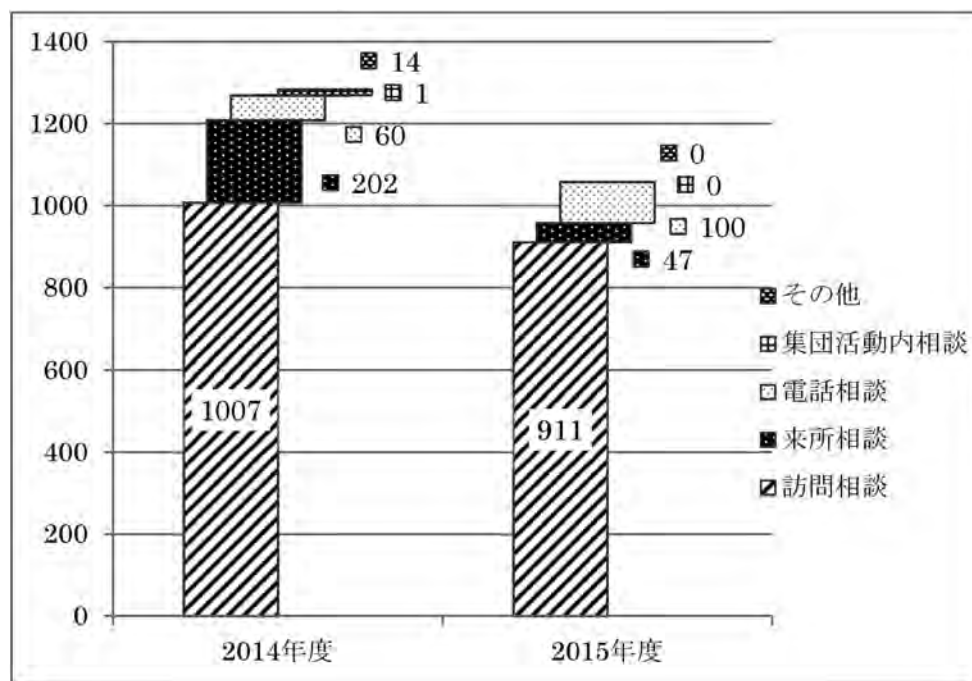


図1 相談方法別

上記の相談件数について、2014年度の内訳と比較し変化があったものとして、来所相談の減少（202件から47件）、電話相談の増加（60件から100件）が挙げられる。

来所相談の減少については、「家族の居る場所で話せない」、「生活スペース外で相談したい」という従来のニーズに沿った来所相談数の変化は少ないが、避難市町村職員等への個別支援が減少したことが、大きな要因として挙げられる。それに加え、2014年度より福島県が実施している県外避難者に対するホールボディカウンター検査での「心の健康相談」に、当方部センターからは職員

を派遣しなくなったことも要因として挙げられる。

電話相談の増加（60件から100件）については、必要時に支援対象者から電話相談があることや、訪問での支援に加えて電話での状況確認等を行い、切れ目のない支援活動を行っていることが要因として挙げられる。

2) 相談場所別

次に相談場所別でみると自宅246件（23%）、応急仮設住宅180件（17%）、民間賃貸借上住宅232件（22%）、復興公営住宅24件（2%）、相談拠点327件（31%）であった（図2）。

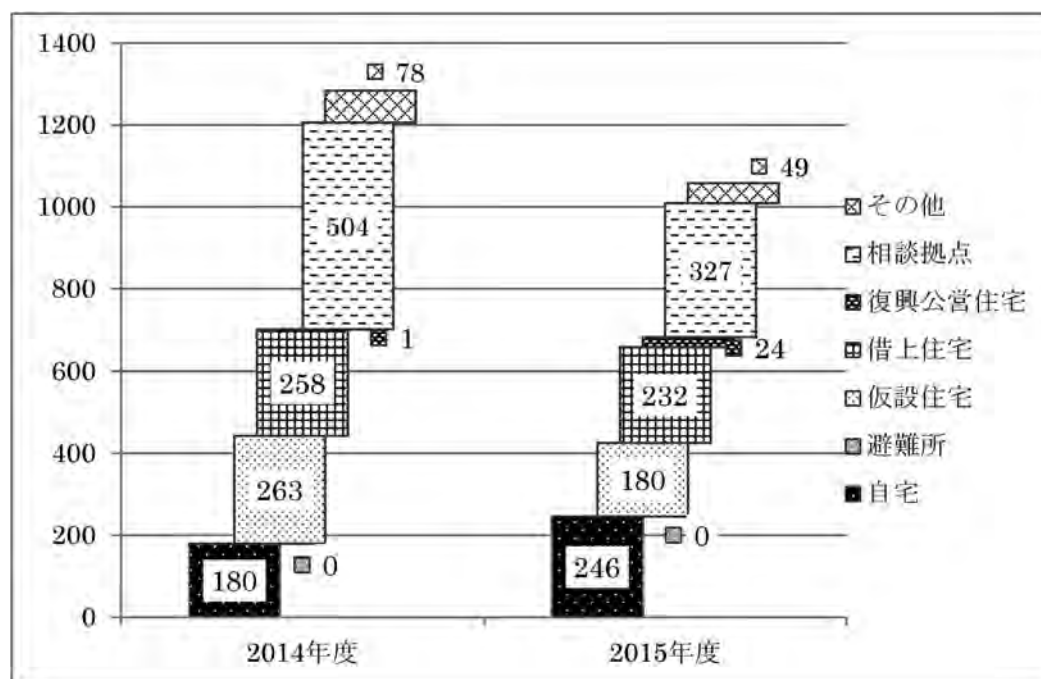


図2 相談方法別

相談場所について2014年度と比較し変化があったものは、相談拠点での相談の減少（502件から327件）、自宅での相談の増加（180件から246件）、復興公営住宅での相談が0件から24件となっている。

相談拠点での相談の減少については、前述の来所相談の減少と同様の要因が挙げられる。また、自宅での相談の増加については、応急仮設住宅や借り上げ住宅入居者が自宅を購入したことが要因として挙げられる。更に、復興公営住宅での相談の増加については、2015年11月より当方部センター管轄内の復興公営住宅への入居が開始されたことが要因として挙げられる。

相談背景としては、居住環境の変化462件、家族・家庭問題277件、健康上の問題677件と変化は少ないが、避難の長期化に伴い支援対象者の抱える問題も深刻化しており、今後の居住についての不安、転居後に新たな問題を抱える

支援対象者が多くなっている。

病名については支援対象者のうち、521名（約50％）が何らかの精神疾患を持っている、あるいはその疑いがあった。中でも「気分障害」237名（45％）、「統合失調症，統合失調症型障害及び妄想性障害」84名（16％）、「アルコール使用〈飲酒〉による精神及び行動の障害」79名（15％）と精神的な問題を抱えている支援対象者も少なくない。なお上記の各精神疾患名は国際疾病分類ICD-10に準拠している。

当方部センターの活動は4年目を迎え、県中・県南地域の自治体や避難市町村などの関係機関と連携しながら支援対象者への支援を行っている。月に1度支援対象者について各市町村への報告の場を設け、情報交換と支援目的の共有を行っている。

他に、当方部センター内部で事例検討会を開催しているが、事例の背景や支援状況によっては各市町村の保健師等に参加を募り、支援対象者への関わりを振り返ると共に今後の支援方針を考える機会ともなっている。

また、支援対象者の状態により、各市町村の保健師や社会福祉協議会職員と同行訪問を行い、連携して支援を行うことも継続してきた。

今後も支援対象者の環境は変化していくため、ひとりひとりに寄り添いながら個々のニーズに合った支援を行っていく必要がある。

3. 集団支援

2015年度は、県南方部センターとの統合により、活動地域が広域化されたことに伴い、集団支援においても県中地域、県南地域で広域にわたる支援が行われた。

1) サロン活動支援

自治体および社会福祉協議会等が主催している各種のサロン活動にて技術協力及び講話の開催といった事業協力を行った（表1参照）。

各サロン共に参加者のニーズに合わせた健康体操やレクリエーション等を企画し、心身の健康の維持、増進を目指して支援を行った。またサロン活動という支援の場は当センターの支援を必要とする方と「つながる場」となり、避難元市町村や社会福祉協議会と連携を図り、必要に応じて個別支援へと結びつける機会ともなった。

表1 サロン活動

主催団体	名称	開催場所	開催頻度
双葉町	健康サロン	郡山市内（富田町、喜久田）・ 白河市内（郭内）応急仮設住宅集会所	2～3か月に1回
富岡町 社会福祉協議会	健口サロン	郡山市内（富田町、緑ヶ丘、南一丁目）・ 三春町（平沢、もみじ山、三春の里、 柴原、熊耳）・大玉村応急仮設住宅内集 会所	2～3か月に1回
NPO法人 さくらスポーツ	富岡町さくらサロン 元気アップ教室		
郡山市 社会福祉協議会	郡山市 茶話カフェろここ	郡山市総合福祉センター	月に2回
白河市 社会福祉協議会	避難者対象サロン		年に1回
大熊町	もみの木会		

2) 男遊クラブ

当方部センターが主催し、福島県県南保健福祉事務所、双葉町、浪江町の共催により、双葉町社会福祉協議会、白河市社会福祉協議会の協力を得て、相双地域から避難している男性限定のサロンとして月1回開催した。参加者の健康を指向する生活の意識づけや、活動や交流の機会づくり、社会的な生活再建のきっかけづくりを行うことができた。避難元市町村や地域の関係機関が連携した活動は、このサロンの大きな特色の一つである。

3) 親子ふれあい教室支援

2015年度も「NPO法人ハートフルハート未来を育む会」が主催となり、須賀川市、平田村、三春町、葛尾村で月1回活動を開催し、事業協力を行った。2014年度と活動内容に大きな変化はないが、母親らはグループミーティングや個別相談で子育てや子どもの発達面での不安や悩みを語り、専門職からの助言により、安心感を得る場となっていた。またその間、子どもたちは保育士等の見守りのもと自由遊びが行われ、子ども同士の交流を通して集団での遊びを体験する貴重な場となっていた。

4) 県南地域個別支援交流・生きがいつくり活動支援（陶芸の集い）

当方部センターが主催し、福島県県南保健福祉事務所の協力により、1回開催した。県南地域の社会資源である「アートまなべ」で陶芸制作を行った。県南地域のボランティアも参加し、参加者は避難先住民との交流を通し、ひとりひとりが豊かで活力ある生活に向けての一步となった。これらの活動は、住民から始まる地域づくりを考える機会となった。

5) 関係機関保健事業協力

福島県県中保健福祉事務所主催の「アルコール家族教室」や「うつ病家族教室」、「思春期・青年期ひきこもり家族教室」、福島県県南保健福祉事務所主催の「うつ病家族教室」、楡葉町主催の「楡葉町健診後のよろず相談」、川内村主催の「川内村イキイキ高齢者なり隊増やし隊事業」において事業協力を行った。

1) から 5) の一連の集団支援活動は、地域保健活動には欠かせない支援であり、地域住民の健康度を高めていくためにも、今後ますます必要性が高まる活動となると思われる。

4. 支援者支援

福島県の復興を支える支援者の精神的・身体的なストレスは今なお非常に大きい。その原因としては、復興支援者自身が被災・避難している状況、通常業務に加えて東日本大震災対応業務をしている状況、震災前とは全く違った内容や領域の仕事をせざるを得ない状況、さらにマンパワー不足の状況などが挙げられる。

福島県の復興には、支援者自身が健康状態を保ち、継続的にそれぞれの役割に臨むことが重要であり、当方部センターとしてはそうした支援者を支える活動として以下の事業を実施した。

1) 支援者向け研修会

2016年3月4日に、郡山市音楽・文化交流館ミュージカルがくと館にて「復興支援者のための研修会」を福島県や福島県立医大放射線医学県民健康管理センターなど各関係機関の協力・支援のもと実施した。なお、本研修会では、以下の3点を目的に開催した。

- ①発災からまもなく5年という節目の時期に、復興支援者がこれまでの業務を振り返り、自身が担ってきた業務の役割や成果、今後の課題等を整理・確認すること
- ②復興支援者が心身を健康に保ち、自己効力感を持ちながら日々の業務に取り組めるよう促進すること
- ③復興支援者同士の交流の場を提供し、ピアサポートを促進すること

対象は自治体職員、応急仮設住宅等の支援者、社会福祉協議会職員などで、35名が参加した。研修会には、防衛医科大学校精神科学講座准教授で（一社）日本トラウマティック・ストレス学会副会長である重村淳氏を講師に招き、講演「活動の軌跡を振り返る～自分たちの足跡を確かめ、これからの5年間をもに考える～」およびグループミーティング、そしてリラクセーションを実施

した。

参加者からは「支援者の視点での研修会であり、まさに現場で感じていたことだったのでとても良かった」、「支援者が頑張りすぎなくてもよいと感じた」、「“まあいっか”の精神（自分を認める）を知ることができた」、「これでいいんだと確認できた」などの感想があった。

グループミーティングでは、これまでの活動を振り返り、それぞれにできたことについて共有し合い、それをもとに今後に向けての動機づけを高めることを目指した。参加者からは、「自分がやってきたことの成果を認められる機会になった」、「節目の年の心構えができ救われた気がした」などの感想があった。

リラクセーションでは、人によってケアされる体験や緩まる体験をしてもらうため、「絆のワーク」を実施した。参加者からは「心身ともにホッとできた」、「ゆっくりと何もしない時間、人の暖かみを感じることができた」などの感想があった。

以上の感想を踏まえると、研修会は目的に沿った一定の評価を得られたのではないと思われる。一方で少数ではあるが「震災当時を思い出すことは精神的に辛くなる」、「具体的な解決方法が得られなかった」などの感想もあった。こうした思いも大切にしながら、今後の活動を行っていきたい。

一方でまた、業務に関する困りごとについて、「支援を拒否するケースの対応」、「アルコール、うつ、ひきこもり、DVのケースの対応」、「何をしても気が晴れないと訴えるケースの対応」など支援に対する具体的な内容や「業務の多忙さで前を向く余裕がない」など支援者自身に関する内容があった。これらの支援者の状況やニーズに柔軟に対応していくことが、当センター全体の役割であると考えられる。

2) 個別面談・研修会の実施

避難生活の長期化は、避難者を支援する市町村職員や社会福祉協議会生活支援相談員にとってもストレス状態が続くことであり、彼らへのメンタルヘルスケアは必要不可欠なものとなっている。

当方部センターでは、依頼を受けた関係機関の職員への個別面談を実施し、必要に応じて継続面談につなげた。初回面談では、全般的な身体の状態、心の健康状態、仕事・家族状況について心理・精神的な健康度に関するアセスメントのほか、睡眠状況や飲酒量の変化等の具体的な状況や仕事・家族に関する負担感についてのアセスメントを行った。セルフケアの有無についても確認し、ストレス対処方法をアドバイスするなどメンタルヘルスに関する助言や必要に応じて受診勧奨や地域の資源について情報提供を行った。

個別面談を通して、

- ・住民対応業務の部署にストレスを感じる職員が多い
- ・職場内でのサポートとして、上司や同僚に相談できる体制や雰囲気づくりが悩みや負担感の減少につながっている
- ・第三者機関である当センターが面談することで面談者のプライバシーが保たれ、ハイリスク者の継続面談につながった

ことなどがわかった。

また、2016年4月の帰村を目指していた葛尾村では、それをきっかけに職員のストレスが高まる可能性が予測できたため、研修会を実施した。内容としては、2015年11月13日、管理職向け研修として、福島県立医大医学部災害こころの医学講座教授であり当センター副所長の前田正治氏による講話『自治体職員の疲弊について』を実施した。2016年1月25日、26日、28日の3日間にわたり、一般職員向け研修として、当方部センター専門員による講話「心の免疫力を高めるコツ」とリラクセーション「タッピングタッチ体験会」を実施した。参加した職員からは、「ストレスと心身の不調の関係について理解するための参考になった」、「ストレスに対処するための参考になった」という感想があった。

職員の心身の健康維持や改善、うつ病や自殺の予防を目的としたメンタルヘルスに関する取り組みは間接的に被災者への支援につながる。今後も、被災者支援を行う上では、被災者を支援する支援者へのメンタルヘルスケアが重要になってくる。

2016年度はより住民に身近な社会福祉協議会生活支援相談員に対して、日常の支援の困難さをサポートすることを目的とし、事例検討会やスーパーバイズを実施する必要があると考える。

5. 普及啓発

2015年度に当方部センターにて行ってきた普及啓発活動は、大別すると以下の3点が挙げられる。

- ① 広報誌の発行
- ② 市民講座等の開催、自治体主催事業への協力
- ③ 心身の健康等に関する啓発資材の作成

以下、順に紹介する。

1) 広報誌の発行

機関誌「ふくここ」は県中方部センターとして発行してきた2012年9月の第1号発行から通して、2016年3月までで全22号（隔月発行）の発行実績がある。

2015年4月に県中方部センターは県南方部センターと統合したが、統合後

も同様のペースで「ふくここ」を発行した。統合により、県南地域の自治体職員や医療機関等の各関係機関にも配布先が広がった。

広報誌発行は、当方部センターの活動の紹介と地域住民を対象としたメンタルヘルス等の啓発を目的としている。2015年度はさらに内容に工夫を凝らし、当センターが日々お世話になっている関係機関の紹介も兼ね「私のストレス解消法」と題したインタビュー記事を連載した。また、当方部センタースタッフも各号に数名ずつ、スタッフ作成の似顔絵入りで「私のストレス解消法」のコラムを寄せた。

また、当センターのホームページ上にて本広報誌を掲載していたが、それを目にした関西の大学生が、当方部センターの活動に強い関心を持ち、学生数名がインタビューに訪れるというつながりも生まれた。

2) 市民講座等の開催、協力

2015年9月5日に市民講座「自殺予防セミナー『心の健康講座』」を開催した。

講演に先立ち、福島県県中保健福祉事務所保健師より「福島県の自殺の現状と対策」について情報提供を頂いた。講演会講師は国立精神・神経医療センター成人精神保健研究部 犯罪被害者等支援研究室長の中島聡美氏を招き、「困難な状況で生き延びる力～レジリエンス～」と題し講演頂いた。講演後、当センター企画部副部長（精神科医師）とご友人による『弦楽器による演奏会』を企画し、リラックスして頂けるひと時を提供した。

表題の「自殺」という言葉に緊張される方もいたと思われたが、アンケート結果からはそれぞれの企画についてよい評価が得られた。特に演奏会については「もやもやが吹き飛んだような気分になった。」などのコメントも多くいただいた。

2015年度は当方部センターで主催した事業のほかにも、郡山市や須賀川市などの自治体主催の事業に協力し、自殺予防のためのゲートキーパー養成研修、メンタルヘルス研修、リラクセーション研修などの講師も行った。

3) 心身の健康等に関する啓発資材の作成

機関誌「ふくここ」各号を啓発資材として活用し、会議、講演会、勉強会等で配布した。

東日本大震災後5年を過ぎ、避難者の方々は応急応急仮設住宅から復興公営住宅へ、避難先等へ再建した自宅へ、さらにはふるさとへと生活拠点が変化している状況である。落ち着きを取り戻し生活していくためには、震災前以上の個別的直接的な支援に加え、地域を耕す視点での活動が求められている。避難先自治体とも連携を深め、今後も普及啓発活動に取り組んでいきたい。

今後の展望と課題

1) 1年を振り返る

2015年4月、県中方部センターと県南方部センターの統合により、当方部センターとして新たなスタートを切った。活動範囲がより広域になり、移動時間もさらに長くなった。限られたマンパワーと限られた時間の中で、どのように良い支援を目指すか、迷い、戸惑い、試行錯誤しながら模索した1年であった。

そして、変化する情勢や避難住民の状況に合わせて、センターの体制をも変化させながら対応していく柔軟性こそが、今、求められていることであり、また、当センターの強みになることを学んだ。

2) 今後の展望と課題

応急仮設住宅から復興公営住宅等への転居、長期避難自治体の帰還が決まるなど、避難住民はさらなる環境の変化の中で、様々な選択や新生活への再適応が迫られる状況にある。新生活を選択したことにより感じる「あいまいな喪失」や5年経ったからこそ去来する複雑な心境など、一人ひとりの気持ちや選択に丁寧に関わり添う支援を継続することこそが当方部センターの支援の原点であり、今後も原点に立ち返りつつ、変化に対応した支援が求められるであろう。

また、複雑化、多様化した問題や状況を抱える避難住民の支援を行う様々な機関の支援者も、悩みながらの関わりを行っているのが現状である。支援者のスキルアップに関することや、コンサルテーション、そして点の支援をつなぎ、線の支援、そして面の支援にしていくことも当センターの大きな役割であろうと感じる。

④会津方部センター活動報告

【大平洋子・伊藤文枝・齋藤千鶴(保健師)
内川礼子・小汲律(看護師)
児島百合子(社会福祉士)】

1. 概要

1) 地域の概要

東日本大震災から5年が経ち、2016年6月現在、会津地域には2,154人の方が避難されている^{注1)}。発災当時の2011年5月、9,559人から約三分の一以下へと大きく減少した。各被災市町村の復興が進み、浜通り・中通りへの転居者が更に増加してきたことが理由として挙げられる。現在、会津地域内の応急仮設住宅は縮小傾向にあり、復興公営住宅の整備が進められつつある。引き続き応急仮設住宅で生活される住民がいる一方、会津への定住を決め住居を構える住民もあり、住民それぞれの選択が多様化してきている現状がある。

2) 方部の概要

会津方部センター（以下、当方部センター）は保健師3名、看護師2名、社会福祉士1名の6名体制で活動を行っている。役場機能がある大熊町、檜葉町を中心にその他の市町村と連携を取りながら、依頼を受けての個別訪問や集団活動への支援、支援者支援を行っている。また、復興公営住宅の整備が進む今、NPO法人3.11被災者を支援するいわき連絡協議会（通称、みんぷく）との連携も欠かせない。住民が新たなコミュニティを形成する過程において、当方部センターができる支援は何か、住民を支える支援者をどう支えていけるかを考えながら活動している。

2. 活動報告

1) 個別支援

市町村から依頼を受けたケースについて継続して支援を行った。従来の当方部センター単独による訪問だけでなく、ケースの状況に応じて市町村担当者や社会福祉協議会の生活支援相談員、障がい者支援事業所の社会福祉士など関係機関職員と連携した同行訪問が特徴である。

会津地域の避難者数は、避難元市町村や県中・相双地域等に住まいを移すなど、生活再建に伴い年々減少傾向にある。しかし、応急仮設住宅等で生活している認知症高齢者と家族の問題・アルコール関連問題・引きこもりなど、避難生活が長期化する中で顕在化したこれらの問題は深刻化している。住民のおか

れている環境は今なお変化しており、各関係機関と連携し一人一人に寄り添いながら個々の状況に沿った支援に努めた。

2) 集団支援

①サロン活動への協力

楢葉町役場主催の「会津我家笑飯めし（あいづわいわいめし）」（会津男めしより名称変更）は、応急仮設住宅の単身男性対象だったが女性の単身者にも枠を広げ月1回開催した。楢葉町社会福祉協議会主催の「サロンならは」、双葉町社会福祉協議会主催の「双葉サロン」、会津若松市社会福祉協議会主催「小法師サロン」は、応急仮設住宅および借り上げ住宅など会津地域に避難している方を対象に月1～2回開催した。「みんぷく会津サロン」は、復興公営住宅入居住民に対して月1～2回開催した。「コミュニティ結サロン」は、会津地域に避難して暮らす住民と地域住民との交流の場として、まちづくり会津との共催で開催した。

各サロンでは、講話やリラクセーション、茶話会、歌を唄うなどそれぞれ工夫を凝らしたメニューを考え住民の笑顔を引き出す内容を実施した。また、参加者には久しぶりに会う知人や支援者と近況を語り合う場となっていた。

②健康相談会への協力

【楢葉町】

町からの要請で、2016年2月と3月に応急仮設住宅健康相談会を開催し、血圧測定や健康相談を実施した。2015年9月の避難指示解除後の話題が多く「町には戻りたいが生活環境がもう少し整ってからにしたい」「病院が一番心配」などの言葉が聞かれた。

【大熊町】

応急仮設住宅および復興公営住宅の12カ所で年4回ずつ健康相談会を開催し、健康や栄養に関する講話の他、健康相談や軽体操などを実施した。生活拠点を決め前に進もうとしている人がいる一方で、応急仮設住宅が継続する期間は会津で生活することを決めている人がいるというように、住民の状況は二極化している。話題は、健康や今後の生活のこと、近隣との関係や家族関係など多岐にわたる。転居により参加者は減少傾向にあるが、住民と話をする機会を作ることは重要であり今後も継続して開催していく必要がある。

③大熊町主催「元気を育てる講座」への協力

大熊町では、住民がストレスについて学び、元気に生活していくことを目指して本講座を開催しており、毎年当方部センターが事業協力を行っている。

会津の伝統工芸「ろうそくの絵付け体験」と交流会を実施し、当方部センターでは「ストレス対処法」について講話した。講座の中では、長引く避難生活や今後の生活拠点についての不安を抱える声が多く、住民同士の情報交換の場と

なっていた。

アンケートでは、心の健康を保つために取り組んでいることがあると答えた方が約6割、何もしていないと答えた方が約4割いた。「このような講座には参加したい」「回数を多く開催してもらえると家にこもることが少なくなる」など今後の集団活動の要望が出されていた。

3) 支援者支援

①ぐっちー café

東日本大震災に関する対応や住民からの相談に追われ、心の緊張が続いている大熊町職員等の気分転換や心身の健康維持を目的として、当方部センターは2014年7月から継続して「ぐっちー café」を役場内の一室で開催している。

2015年度は更に利用しやすいように開催時間の拡大と内容を工夫した。毎週水曜日の開催で、時間は昼休み時間に住民対応している職員も考慮して、午前11時30分から午後1時30分とした。自由な雰囲気の中での話や健康相談などを実施し、定例化することで参加する職員も徐々に増えて職員同士の交流の場にもなっている。

②大熊町職員メンタルヘルス事業

【講演会】

大熊町役場管理職を対象に「管理職のためのメンタルヘルスケア」と題して、当センター企画部長の藤井千太医師による講演会を管理職会議の日程に合わせて実施し、ほぼ全員の管理職の参加を得た。内容はストレスチェック制度や管理職に求められる行動のポイント、職場のメンタルヘルス、管理者自身のセルフケアの重要性等、具体的かつ実践的なものであった。

【研修会】

大熊町役場職員等に対して、自分自身の心身のストレスに気づきそれらをうまく解消し心の健康を保っていくための知識や方法を身につける目的でメンタルヘルス研修会を実施した。

2回目はテレビ会議システムを利用して大熊町役場いわき出張所職員も含めた研修会とした。参加者に対するアンケートの結果によると講話・実技ともほぼ理解できておりリラックスできてよかった、今後も継続してほしい等の記載があった。終了後、参加者に笑顔がみられたのが印象的であった。

2016年3月、東日本大震災後ようやく町の衛生委員会が再開され、そこに繋げることができたことに対して、果たした役割は大きくとても意義のあるものと考えている。



写真 1. 「管理職のためのメンタルヘルスケア」講演会



写真 2. メンタルヘルス研修会でのタッピングタッチ

表 1 メンタルヘルス事業の内容

回	開催日時	参加数	内容	講師
1	2015 年 8 月 17 日 (月) 14:00 ～ 15:00	14 名 管理職	〈講話〉 「管理職のためのメンタルヘルスケア」	当センター 企画部長 藤井千太医師
2	2015 年 8 月 17 日 (月) 16:00 ～ 17:15	26 名	〈講話〉 「心のケアとリラクセーション」 〈実技〉 タッピングタッチ	当センター 県中・県南方部センター 及び基幹センター・戦略推進部職員の協力による
3	2015 年 12 月 21 日 (月) 16:00 ～ 17:15	31 名		
4	2016 年 2 月 22 日 (月) 16:00 ～ 17:15	6 名		
計	4 回	77 名		

③大熊町役場職員個別面接

福島県会津保健福祉事務所と大熊町役場総務課とで4月から打ち合わせを行い、福島県会津保健福祉事務所への協力として実施した。内容は、職員健診の結果と心のアンケート結果を合わせて10月から翌年3月まで、14日間56名の個別面談を実施した。この内、要支援者及び希望者に対して当方部センターがフォローアップを行った。

④住民健診支援

町が実施する総合健診は住民の健康状態を把握することはもちろんだが、普段会えない方の生活状況を直接聞く事ができる重要な役割をもっている。

【大熊町】

会津地域に避難している住民の総合健診において問診業務の支援を行った。また、健診に併せて町が行った心の健康づくりアンケート調査の結果から支援が必要と判断されたケースについて、町保健師と同行訪問し継続して支援を実施した。

【楢葉町】

よろず相談として当センター職員（県中・県南方部センター臨床心理士）が支援を行った。

4) その他

地域のニーズを把握し被災市町村支援に反映させるため、関係機関が主催する定例会議等に参加し、情報を共有しながら被災市町村の支援に務めた。

表2 参加した定例会議等一覧

主 催	会議名	開催回数 (年回数)
大熊町	障がい者支援事業所会議	12 回
	地域ネットワーク会議	9 回
楢葉町	地域共生ケア会議	11 回
	情報共有会議	5 回
	健康わいわいトーク	4 回
福島県会津保健福祉事務所	合同ミーティング	9 回
	会津障がい保健福祉圏域連絡会	4 回
	福島県会津保健福祉事務所・会津若松市社会福祉協議会定例ケース連絡会	8 回

福島県社会福祉協議会	会津管内に避難されている方への支援に関する連絡会	6回
福島県相談支援専門職チーム	福島県相談支援専門職チーム会津調整会議	5回

3. 今後の展望と課題

東日本大震災後5年が経過し、避難市町村にも様々な動きが出てきている。避難指示解除になり自宅へ帰還できるようになった反面、帰還の目途が立っていないところもある。

また、応急仮設住宅や借上げ住宅の供与期間の終了に向けた動きなども出てきているなか、避難住民は新たな復興公営住宅での生活や住み慣れた会津地域に自宅を再建する一方で、会津を離れ避難元に近い地域に転居する動きも活発化している。

このような状況のなか、会津で生活が続けている避難住民の中には地域とのコミュニティ作りが新たな課題となっているが、他方で、取り残され感や孤立感等を抱えている住民もあり、対応していくことが必要になっている。更に、アルコール関連問題についても関係者での共通課題として検討し、引き続き対応することが必要である。

また、支援者である自治体職員等も長期化する避難生活のなかで疲弊しており、継続支援をしていくことが必要になっている。当方部センターとしては、避難市町村の動きを共有し、各関係機関と連携を図りながら、今後も活動を進めていきたい。

参考資料

注1) 福島県会津保健福祉事務所総務企画課:会津地域への避難者数の推移,(2016年8月5日)

⑤相馬方部センター活動報告

【米倉一磨・木島祐子(看護師)
西内実菜(作業療法士)
立谷洋(社会福祉士)
伏見香代・河村木綿子(保健師)
足立知子(臨床心理士)】

1. 概要

1) 相双地域の状況

新地町と相馬市においては、2014年から津波被災者のための災害公営住宅や集団移転地への完成に伴う転居が加速度的に進んでおり、この管内にある応急仮設住宅は順次撤去されている（表1）。災害公営住宅や集団移転地への転居は南相馬市においても同様の状況であるが、一方で南相馬市は、相双管内の中で最も多くの原発事故避難者を抱えている側面も持っている（表2）。南相馬市内に現在建設中の復興公営住宅は来年度の完成を控えており、双葉郡等からの避難者が県内外から南相馬市内に多数転居してくることが明らかになっている。さらに、現時点で避難指示が継続している地域では、避難指示解除後には元住所地に帰還することを決めている方々もいる。次年度は南相馬市の原町区の一部と小高区が、翌年には浪江町と飯舘村が解除を予定している。そのため復興公営住宅入居後も元住所地への転居が進み、住民の移動は今後も長く続くと思われる。

表1 3市町の応急仮設住宅の戸数と撤去状況

	完成戸数	撤去数（一部撤去を含む）
新地町	5管内、8団地、940戸	5カ所、367戸
相馬市	4管内、13団地、1,500戸	6カ所、150戸
南相馬市	11管内、28団地、2,853戸	0カ所

（2016年6月30日現在）

表2 3市町への避難者数（2015年12月現在）相馬方部センター調べ

	浪江町	飯舘村	大熊町	双葉町	富岡町	楡葉町	川内村	葛尾村	広野町	計（名）
新地町	66	9	23	7	15	4	0	0	0	124
相馬市	552	423	91	54	53	6	5	0	0	1,184
南相馬市	1,381	410	235	204	128	9	13	11	4	2,395
計（人）	1,999	842	349	265	196	19	18	11	4	3,703

2) 相馬方部センターの活動

相馬方部センター（以下、当方部センター）は、相馬と南相馬の2つの事務所で活動している。当方部センターは、新地町、相馬市、南相馬市が対象地域であり、相馬事務所（3名体制）は、新地町、相馬市に在住する住民を担当し、南相馬事務所（4名体制）は、南相馬市に居住する住民を担当している。時間の経過とともに避難による家族構造や居住環境の変化で支援に結びつきにくい要因が複数重なり、精神障がい者、引きこもりや認知症、アルコール関連問題等、メンタルヘルスの問題はより複雑さを増している。また、東日本大震災から5年経過したが、原発事故からの避難に関する情報が大きく扱われるようになる一方で、津波を経験された方、自殺を含む震災関連死、それらの遺族の中にも未だ回復から遠ざかっている方がいるのも現状の一つである。記念日反応や遅発性のPTSDによって体調を崩す方がおり、心や体の不調から書類の手続きや家の片づけ、今後の決断が出来ないといった状況が生活に支障をきたしている。

このように様々な状況におかれている住民への個別支援は、今後ますます柔軟さが求められる。この地域は、若年層の避難によって住民を支えるべき医療保健福祉従事者が減少し、地域資源の不足という問題を抱えている。このような状況において、地域の支援者を支え新たに育成することの一助となることが課題である。当方部センターでは、地域の支援者との同行訪問の他、定期的に事例検討会や研修会を開催することでその役割を担っている。

2.活動報告

1) 個別支援

2015年度の個別訪問件数は、1,610件（新地町194件、相馬市451件、南相馬市965件）、電話相談は、241件、来所相談は、91件であった。対象者の内訳は、生活習慣病の悪化や精神疾患、アルコール関連問題、津波遺族などであり、症状としては身体不調や不眠が最も多い。東日本大震災によって顕在化した若い世代の引きこもりや不登校、就労困難、育児や虐待の相談などもあり、長期的な関わりや支援が前提になるケースを多く抱えている。

2) 集団支援

新地町と相馬市では応急仮設住宅に居住する住民は減少している。しかし、移転先のコミュニティになじめずに孤立する高齢者、経済的な理由等により転居が困難な住民など、復興が進むが故の課題が顕在化している。支援開始時より、各応急仮設住宅等でサロン活動を行ってきたが現在も各機関と連携して継

続している。南相馬市では、居場所作り以外に避難解除後または帰還後の支援を考える上で貴重な情報交換の場になっている。

①いつもここで一休みの会（相馬市）

北飯渕応急仮設住宅、柚木応急仮設住宅、大野台サポートセンターは参加者が減少したため終了した。刈敷田応急仮設住宅は災害公営住宅の完成に伴い、一部を残して撤去された。しかし、サロン参加者の強い希望により隣接した災害公営住宅（刈敷田南団地）の集会所で月2回継続している。

大野台第6応急仮設住宅は飯舘村民が利用している。相双管内への転居を決めた住民の退去が進んでいるものの、高齢者が大半を占めているこの応急仮設住宅ではサロンの需要が高い。村の支援関係者には要支援者が安心して活動出来る場としても認識され、週1回のペースで継続している。

②いつもここで一息の会（新地町）

新林応急仮設住宅、雁小屋応急仮設住宅、雀塚応急仮設住宅において上半期まで実施。新林は応急仮設住宅の閉鎖に合わせて終了。他2ヶ所も参加者の減少と新地町社協の新事業開始に合わせて終了した。

③八方内応急仮設住宅サロン

南相馬市には浪江町住民が居住している応急仮設住宅があり、集会所で行われる「ちょっといっぷくの会」の依頼を受け支援を行っている。サロンで共同作成した作品を、浪江町のお祭りである十日市に展示したり、地元の郷土料理の鮭汁を調理するなど、浪江町の文化に密着したサロンの内容は住民から好評を得た。また地元の鮭と東日本大震災の経過を題材にした紙芝居を一緒に作成した。借り上げ住宅や南相馬市内に家を建てた方などが新たに参加している。

④小高住民サロンおだかぶらっとほーむ

当方部センターでは、帰還者が安心して相談し集える場づくりを目指し、避難指示解除前の2015年12月より南相馬市小高区にあるおだかぶらっとほーむ（小高を応援する会が主催しているフリースペース）にて、毎週1回のサロンを開始した。年度内に計16回、延べ36名が参加した。このサロンは小高区内での再会の場、情報交換の機会ともなっていた。また、参加者が周知や声掛けを主体的に行っている様子がみられた。

⑤引きこもりのための居場所作りチャレンジクラブ

2015年6月より当センターは、月1回引きこもりの相談や就労支援をしている20代～30代の若者を対象とし居場所作りを開始した。参加者が少しずつ増え、就労に繋がる方も出てきた。しかし、避難や復興需要の中で人材不足や支援体制の脆弱性なども見られるため、今後は関係機関と協力しより一層の支援体制の構築が望まれる。

⑥男性のつどい

飲酒量の多い男性に対し、飲酒する時間を減らしながら社会的な役割を獲得し、お酒を介さない仲間づくりを図ることを目的に発足。2015年11月より月1回の頻度で、相馬事務所を会場に活動を始めた。当初は相馬市からの参加が主だったが南相馬市からの参加者も加わり、徐々に規模が広がっている。回を重ねるごとに、参加者同士で飲酒の問題について語り合う場面が見られるようになっていった。今後、飲酒問題に対する意識の変化や依存症の予防・回復につながることを期待される。



男性のつどいで3mの海苔巻きを作った

3) 支援者支援

①かしまにあつまっ会（南相馬市主催）

「かしまにあつまっ会」は双葉郡からの避難者を対象とした南相馬市主催のサロン活動であり当方部センターが支援を行っている。2015年度は、南相馬市住民との交流ができる活動を取り入れ相互理解を深める機会となった。

②なみえ相双会（浪江町自治会主催）

「なみえ相双会」とは、相馬市・南相馬市の借り上げ住宅の住民の自治会が開催するサロンであり、血圧測定や健康状態の観察、体操やレクリエーション等の支援を行い、そこから個別相談に繋がる方もあった。加えて、他地域から南相馬に移動してくる人々の交流の場になっていた。

③子育てサロン（飯舘村主催）

大野台第6応急仮設住宅住民からの要望で村が主催し、2014年12月に開始した。相馬方部はサロンの企画運営を行い、季節に合わせた制作や相馬フォロワーチームの音楽療法士の協力を得て、リトミック教室も取り入れた。応急仮設住宅から転居した後も参加することは可能で、転居先へも声掛けを行った。しかし、参加者が幼稚園に入園したり、転居先の資源を利用したりするなど徐々に応急仮設住宅内での交流の場の必要性が低下し2015年度5月に終了した。

④就労支援者学習会

ハローワーク、障害者就業・生活支援センター、ふくしま生活・就職応援センター、福島広域雇用促進支援協議会といった地域の就労支援に取り組む関係機関が集まり、月1回の情報交換や事例検討を行った。震災後のストレスや体調悪化から本人が希望しても就労に繋がりにくいケース、就労できたとしても継続のためにフォローアップが不可欠なケースなど様々な支援の在り方について情報交換を行った。

⑤精神障害者保健福祉手帳所持者同行訪問（飯舘村より依頼）

相馬市と南相馬市に避難している精神障害者保健福祉手帳を所持する住民へ保健師や包括支援センター職員と同行訪問を実施し、アセスメントや助言を行った。

⑥応急仮設住宅健康講話（南相馬市主催）

南相馬市の住民が入居する応急仮設住宅で開催されている社会福祉協議会のサロンに参加し健康講話を行った。2015年度は自律神経の働きと整え方がテーマとし、リラクセーションなどを行った。計32回、延べ230名参加。応急仮設住宅から災害公営住宅への移動も進む一方で、参加者は減り高齢者が多く残っている。

4) 普及啓発

①健康福祉まつりへの参加

新地町復興産業まつり：11月8日、新地町保健センターにて開催。間違い探しとわたあめ作り、カフェコーナーを設置した。

相馬市はまなす館祭り：9月5日、相馬市総合福祉センターで開催。間違い探し後、綿あめづくりにチャレンジをしてもらった。また、来場者にコーヒーを振る舞い大人から子どもまで楽しんで頂いた。

南相馬市健康福祉まつり：10月24日、南相馬市サンライフにて開催。ぬりえやわたあめ、ボールプール等あそびコーナーとカフェコーナーを設置。チャレンジクラブのメンバーも参加した。また、児童虐待防止キャンペーンを実施し、マスクと啓発グッズを配布した。



新地町復興産業まつりの様子

②震災ストレスと認知症講演会

南相馬市長寿福祉課や社会福祉協議会と共同で企画し、開催された。10月4日、認知症に関するシンポジウムを行い、142名の参加者があった。南相馬市が認知症初期集中支援チーム設置に向けての準備を進めている中で、地域への周知の一貫の事業であった。震災後高齢化率が急激に上昇したこと、家族がバラバラに避難していることなども認知症に影響を与えており、認知症支援には関係機関の連携がますます重要となってきている。

③高齢者メンタルヘルス研修会

2014年度から継続している事業で、7月、11月、1月に全3回を相馬市のはまなす館で開催した。高齢者支援に関わる事業所へ声掛けし36名の参加があった。桜が丘病院（熊本県）の精神科医、小林幹穂氏に、認知症カフェの活動やアウトリーチ活動について紹介して頂いた。グループワーク形式で事例検討も行い、地域で暮らすことについて意見交換を行った。1月には「認知症の人と家族の会」相双管内代表、荒ヒサエ氏にもご協力頂き、相双管内での活動と成り立ちについて学ぶ機会を得た。

④ここからなごみ研修会

2016年2月28日に、「被災地コミュニティにおけるメンタルヘルスケア」と題して研修会を行った。埼玉県精神医療センター医師、成瀬暢也氏が「被災地における依存症問題を考える」を講演されたのち、被災地で活躍するNPO法人「心の架け橋」（岩手県大槌町）と一般社団法人震災こころのケア・ネットワークみやぎが運営する「からころステーション」（宮城県石巻市）と一緒にそれぞれ高齢化をテーマにシンポジウムを行った。

⑤東日本大震災復興支援シンポジウム

福島県立医大災害こころの医学講座と共催で、2016年2月14日に「こころの復興を求めて」と題してシンポジウムを行い、69名の参加があった。南相馬市や楢葉町など自治体関係者や有識者を招き、それぞれの立場から意見交換を行った。東日本大震災から5年を迎える被災地と復興について考えた。

⑥アルコール関連問題キャンペーン

警察署、消防署、市町村保健センター、福島県相双保健福祉事務所、社会福祉協議会、断酒会の協力を受けて、相双管内のスーパーマーケット5カ所で街頭キャンペーンを行った。飲酒機会が増える時期に啓発活動に努めた。

5) その他

①被災者の情報交換に関する会議

- ・新地町応急仮設住宅入居者支援関係者情報交換会議 年6回
- ・相馬市災害弱者支援及びPTSD対策情報交換会 年1回

- ・南相馬市被災者健康支援連絡会 年1回
- ・相馬市大野台第6応急仮設住宅（飯舘村）情報交換会 年9回
- ・浪江町保健師との情報交換 年3回
- ・双葉町保健福祉実務者連絡会（相馬方部） 年4回

②地域の課題に関する情報交換

- ・相馬フォロワーチーム 年2回
- ・障がい児支援者地域ミーティング 年7回
- ・引きこもり支援者情報交換会 年2回
- ・相馬市地域自立支援協議会 年7回
- ・相双地域帰還支援検討会 年2回

③その他

- ・福祉事業所との事例検討会

年12回93名参加。代々木病院（東京都）の中澤正夫医師をスーパーバイザーとして迎えた。月1回の頻度で相双管内の福祉事業所へ呼びかけ、事業所ごとに検討事例を提供して頂いた。7月は「中澤先生に何でも聞いてみよう会」、12月は「統合失調症の再発予防」をテーマに勉強会を行った。

- ・相馬うぐいす断酒会の開催場所の提供 年22回
- ・A Aの情報交換 年8回
- ・相双アルコールプロジェクト（本誌「アルコールプロジェクト」参照）
- ・学生実習の受け入れ

相馬看護専門学校（16日間36名）

福島県立医大医学部神経精神医学講座BSLアドバンスドコース医学部
6年生（7日間22名）

南相馬市立病院初期研修医（9日間9名）

災害看護グローバルリーダー養成プログラム（20日間8名）

公立相馬総合病院初期研修医（2日間2名）

3. 今後の展望と課題

相双管内にある応急仮設住宅の入居率は2015年2月28日現在、新地町・相馬市では約40%、南相馬市では約80%である。津波による被害が大きい市町村と原発事故で帰還が困難な地域を抱える市町村との復興の進捗状況にはそれぞれ相違が生まれている。今後、南相馬市内に建設されている復興公営住宅への入居が進むと、地域の高齢人口の増加や更なる社会資源の不足も懸念される。また、長引く避難生活に起因する生活不活発病や認知症の悪化、アルコール関連問題の表面化などの健康被害は今後も継続した課題である。これらの課題は一見すると分かりにくく、いかに早期に発見して介入できるかが重要である。

そのため、当方部センターでは、住民にとって一番身近な社会福祉協議会の生活支援相談員や市町村保健師との日常的な情報共有、研修会やケース会議の実施に重点を置いている。

東日本大震災より5年を経過しようとしている今もなお、多くの被災者の生活に影響を与え、終わらない問題として存在し続けている。社会から震災の記憶が忘れられつつある中、当方部センターは、震災と原発事故で被災した人々が相談できる場として存在し続けることが求められている。

参考資料 福島県ホームページ応急仮設住宅・借上げ住宅・公営住宅の進捗状況（入居状況）

<https://www.pref.fukushima.lg.jp/sec/41065d/nyuukyojoukyou.html>

2016年9月26日アクセス

⑥いわき方部センター活動報告

【植田由紀子(臨床心理士)
東條仁美・山内美智子(看護師)
真鍋博・渡邊正道(精神保健福祉士)
馬目紗織(保健師)】

1. 概要

1) いわき地域の状況

東日本大震災・原発事故発生から5年が経過した。

いわき市内において、双葉郡内や浜通りなどから避難している人は約24,000名、いわき市民の一時提供住宅入居者は約2,500名、市外へ避難されている人は約3,700名となっている^{注1)}。

多くの住民がいわき市内での生活を余儀なくされていることから、今もなお、地域の実情に合わせながら行政の出先機関をいわき市内に設けている状況である。

原発事故による避難町村の動きでは、楡葉町が2015年9月5日に避難指示解除となっている。富岡町は今後の帰町に向けて特例宿泊の実施を発表、役場の一部機能も町内に戻っている。

帰還や避難指示解除となった町内では、販売店、病院、福祉施設等の再開に加え、ショッピングモールの開業、県立診療所の開院、オフィスビルの建設等、震災後新設されたものの稼働が始まっている。

今後の避難指示解除や帰町に向けた動きに伴い、災害公営住宅や復興公営住宅の完成と入居、高台造成や新たな住まいの建設、作業員の増員など、浜通りでの人口流動や様々な被災地域の環境変化が見込まれている。

2) いわき方部センターの活動

2015年度は、専門員5名(看護師2名、臨床心理士1名、精神保健福祉士2名)体制で活動を開始し、2015年10月より保健師1名が新採用となり6名体制で活動を行った。なお、2014年度は11名体制であった。

いわき方部センター(以下、当方部センター)は、2013年度から業務依頼のルートを福島県相双保健福祉事務所いわき出張所(以下、相双保福いわき出張所)経由に加え、市町村から直接依頼を受けるルートを設けている。

2014年度からの業務依頼に加え、帰還、避難指示解除の動きも出てきたことから、地域と町村の実情に合わせながら定期的に専門員が役場に伺い、同行訪問や町村の事業等の支援を行った。当方部センターは帰還や避難指示解除の動きに合わせて、いわき市内、広野町、楡葉町へと活動範囲を広げている。

2. 活動報告

1) 個別支援

2015年度の個別支援における件数は合計937件、前年度比6.5%増であった。内訳は健康調査195件、個別訪問324件、電話相談261件、来所相談119件、その他集団活動での相談等が38件である。

個別支援の件数は2014年度と比較しても大幅な変化は見られず、ほぼ横ばいに推移している。支援形態は来所相談が増加、また他機関事業に相談ブースを設けての相談対応などを実施したことで、集団活動内での相談も増加がみられた。

相談場所別（健康調査を除く）の内訳は、相談拠点195件、仮設住宅173件、自宅168件、民間借り上げ住宅87件、復興公営住宅6件、その他の場所が113件となった。

当方部センターの開設当初は、相談場所の大半が民間借り上げ住宅であったが現在は減少傾向にあり、一方で相談拠点や自宅での相談が増加となっている。上記の背景として、帰還後に自宅生活の再開、また新しい場所で自宅を再建する住民の増加が関連していると推測する。

相談契機は、全体の約7割が行政機関からの依頼となっており、行政機関との関わりや調整が重要であると言える。また過去2年間と比較した場合、本人からの相談・依頼が増加傾向にある。

相談背景では、居住環境の変化が最も多く、次いで家族・家庭問題、健康上の問題に関する相談がある。これらは2014年度においても高く、相談者が抱える問題として解消せず継続的な問題として抱え続けていることが窺える。

今後の帰還や避難指示解除に伴う役場・住民の居住地の変化、また復興公営住宅が新たな相談場所に加わっていく等、「住」の変化により、相談を取り巻く問題は更に変化することが推測される。

2) 集団支援

①サロン活動の支援

2015年度のサロン活動の特徴として、「睡眠やストレス」、「認知症」、「リラクゼーション」に関する講話依頼が2014年度と比べ増加した。いわき市住民に関わるサロン活動として、2014年度から開始された災害公営住宅での健康リラクゼーション教室は、地域住民から継続を希望する声があり本年も再度関わった。また、いわき市より、同地区における秋祭りの支援依頼も受けた。

②子育て世帯の支援

東日本大震災により、子育て世代においても元の家族や地域コミュニティが

ら分断され、転居先での地域への関わりも困難を極めている。その中で当方部センターでは、子育て世帯支援も重要な支援と位置づけ、主に以下の2つの事業に関して依頼を受け対応した。

この他に、相双保福いわき出張所主催の「相双地域あそびの教室」（双葉郡町村と南相馬市の子どもと保護者が一緒に課題遊びをする活動）に対し、当方部センターから臨床心理士を派遣し、保護者の相談に対応した。

【浪江町かもめっ子クラブ】

浪江町の依頼によるNPO法人ハートフルハート未来を育む会主催の事業で、幼児とその保護者が対象となる。当方部センターからは、看護師、保健師、精神保健福祉士等を派遣し、主に子どもの見守り役として参加した。親子遊びと保護者同士の交流の場であり、関係者との振り返りの場では気になった子どもや保護者の悩みに関して情報提供を行った。

【双葉町ママサロン】

いわき市に避難している子どもと保護者との交流・情報交換を目的とした事業であり、双葉町の依頼により当方部センターからは看護師を派遣し、育児に関する不安についての相談や母親の健康相談に応じた。2015年4月から8月の間、計5回支援に加わった。

3) 支援者支援

現場の支援者の中には、外部派遣等で他県より来ている人、東日本大震災以後に初めて対人援助職に就いた人、また、被災者でありながら支援者として働いている人もいる。

現在も避難状況が続く中、流動的な環境下での支援活動は、仕事量の増加や支援の困難さがあり、支援者にとって身体的・心的負担の増大やストレスを抱えやすい状態にある。

2015年度、いわき方部は支援者のサポートを重要な役割と位置づけて活動を行った。市町村が開催する事業への人員派遣、事業内に設けた相談ブースでのメンタルヘルス等の相談対応、定期的に市町村の保健師等とともにケースの相談対応や同行訪問を行っている。また職員のメンタルヘルスに関する相談についても必要に応じて対応した。

上記の活動に加え、研修会や定期的なスーパーバイズを行い、支援者にとって相談しやすい環境を設置したことで関係の構築に繋がり、支援者の業務負担軽減の一助となったと考える。

①支援関係者へのスーパーバイズ

主に社会福祉協議会の生活支援相談員や仮設連絡員など、東日本大震災後に対人援助職に就いた支援者への研修や、定期的なスーパーバイズを実施した。

住民に最も近い支援者である生活支援相談員や仮設連絡員に対して、「訪問を意識したコミュニケーション」、「うつ病」、「認知症」等の疾患に関する基礎知識と対応、セルフケアなど依頼と業務に合わせたテーマを設定し、研修やグループワークを行った。また内容や状況に応じて当センター医師が講師を担うこともあった。

②総合健診支援

地域と市町村の実情に合わせながら、看護師や保健師、臨床心理士を派遣した。看護師・保健師は主に問診票の聞き取りや市町村保健師のサポートを行った。臨床心理士は、健診時と結果返却会において、住民のメンタルヘルスに関する相談対応の役割を担った。

③市町村定期支援

市町村の動きに応じて、定期的に日程を設定し、専門員が役場に伺い同行訪問や町村の事業などの支援を行った。

④市町村主催の定例会議、事例検討会の参加

定期的に県や市町村、復興支援団体主催の情報交換会に参加し、地域における課題や現状の情報共有を行った。市町村においては、対象ケースの事例検討等を行うこともあった。

4) 普及啓発

①研修会

自殺対策及びアルコール関連問題に関して研修会を実施した。

【自殺対策】

自殺対策の一環として相双保福いわき出張所との共催により、ゲートキーパー養成研修会を実施。ゲートキーパーの役割や実際の対応について演習を通して学習した。

【地域アルコール対応力強化事業】（詳細は 58 ページ参照）

当センターでは、アルコール関連問題に関して 2014 年度より福島県からの委託事業として、「地域アルコール対応力強化事業」を開始している。事業の一環として、当方部センターでは専門家向け研修会（3 回）、一般向け研修会（1 回）を開催した。

また、肥前精神医療センター主催の配信によるアルコールテレビ会議研修会を月 1 回開催している。全国 5 ヶ所のアルコール専門医療機関を含め、専門職に向けて定期的で開催され、地域における減酒支援やアルコール事例対応のスキルアップを目的としている。

【その他】

東日本大震災発災から5年が経過し、今後の課題と被災者支援に関して、支援者を対象に支援者研修会を開催した。

開催日	活動内容
8月3日	平成27年度自殺予防ゲートキーパー養成研修会（いわき地区） 主催：福島県相双保健福祉事務所いわき出張所 対象者：双葉8町村、南相馬市職員、その他関係機関の職員等（生活支援相談員、絆づくり支援員、民生委員を含む） 「うつ病と自殺～東日本大震災後の現状とメンタルヘルス」 講師：福島県立医大医学部 災害こころの医学講座 前田正治 先生 「相談に寄り添う話の聴き方・伝え方～苦しい気持ちの気づきとその対応～」 講師：福島県立医大医学部 医療人育成・支援センター 本谷亮 先生
8月29日	ふくしま心のケアセンター地域アルコール対応力強化事業平成27年市民公開講座 主催：ふくしま心のケアセンター 対象者：一般住民及び支援者 「お酒との上手な付き合い方を考えよう」 講師：独立行政法人国立病院機構 肥前精神医療センター 杠岳文 先生
11月5日	ふくしま心のケアセンター地域アルコール対応力強化事業平成27年度関係者向け研修会 主催：ふくしま心のケアセンター 対象者：医療・保健・福祉従事者及びその関係者 「アルコール問題への支援～減酒支援の理論と実践～」 講師：独立行政法人国立病院機構 肥前精神医療センター 杠岳文 先生、遠藤光一 先生
2月4日	平成27年度ふくしま心のケアセンターいわき方部センター支援者支援研修会 主催：ふくしま心のケアセンターいわき方部センター 対象者：東日本大震災及び福島第1原発事故発生による被災住民の支援にあたる支援者及び医療・保健・福祉従事者等 「震災から5年～今後の被災者支援を考える～」 講師：兵庫県こころのケアセンター 加藤寛 先生 「福島の実況と今後の被災者支援について」 講師：福島県立医大医学部災害こころの医学講座 前田正治 先生

【講師派遣、シンポジスト派遣】

いわき市を含む被災町村をはじめ、各種団体からメンタルヘルスやコミュニケーション等に関して講師及びシンポジスト派遣依頼を受けた。

依頼元	期日	内容	職種
いわき市	9月17日	小名浜地域ケアマネ交流会 「精神疾患の病気の理解と対応について～統合失調症、うつ病、人格障害などの理解と対応～」 対象者：小名浜地区内事業所介護支援専門員	臨床心理士 精神保健福祉士
	10月14日 10月19日	いわき市職員メンタルヘルスセミナー 対象者：いわき市職員	医師 保健師 臨床心理士
	7月6日 7月24日 10月5日 12月8日 1月12日 2月3日	いわき市出前講座 「ストレスの上手につきあう方法～うつの予防～」 対象者：磐城森林管理署職員 対象者：東北ゴム労働組合職員 対象者：磐城国道事務所職員 対象者：社会福祉法人ふくいん職員 対象者：社会福祉法人ハートフルなこそ職員	保健師 看護師 精神保健福祉士
	6月25日	「認知症の症状と対処、及び対策について」 対象者：食生活改善推進員	看護師 精神保健福祉士
	12月10日	双葉町社会福祉協議会 「対人援助職のメンタルヘルスについて」 対象者：双葉町社会福祉協議会職員	医師 看護師 臨床心理士
	8月6日 9月15日 10月7日	こころの元気を育てる講座 「おおちゃん小坊師絵付け会」「笑って元気に！」 「民謡を楽しむ」 対象者：大熊町住民	保健師 看護師 精神保健福祉士
	1月28日	富岡町社会福祉協議会民生委員協議会 「こころとからだの不調について」 対象者：民生委員	看護師 精神保健福祉士
	9月14日	福島県地域保健福祉職員新任フォローアップ研修 対象者：平成27年度福島県地域保健福祉職員新任研修に参加した県職員・市町村職員	精神保健福祉士 臨床心理士
	9月29日	平成27年度難病相談会・交流会 対象者：難病患者とその家族	臨床心理士
	10月20日	「遠城寺式発達検査について 遠城寺式発達検査の実際」 対象者：保健福祉事務所、市町村保健師他	保健師 臨床心理士
シンポジスト派遣	6月21日	第14回日本トラウマティック・ストレス学会京都大会 「福島県自治体職員のメンタルヘルス上の問題」	臨床心理士

3. 今後の展望と課題

2015年度の双葉郡内の動きとして、9月5日に楢葉町が避難指示解除となった他、いわき圏域において、今後も帰還、避難指示解除の動きが見込まれている。

長期避難生活の中で個人やコミュニティが抱える問題は様々である。放射能不安、戻る・戻らないといった大きな決断や葛藤など、その問題を表現する言葉は多くあるが、それを抱えている内情は決して一様ではない。

また、健康面・生活面においても、ますますの二極化が懸念されていることから、一人一人の経過や環境に配慮した、柔軟かつより丁寧な支援介入が必要だと考えられる。

復興の見通しが見えにくい道筋においては、専門的介入の重要性は高まっていくと考えられる。これからも当方部センターでは、地域・市町村の実情を把握しながら、個々に寄り添った支援、関係機関と連携を大切にし、活動を行っていききたい。

注1) 参考資料

経過 509 【いわき市対策本部】 3月30日午後5時発表. いわき市災害対策本部週報.

〈<http://www.city.iwaki.lg.jp/www/contents/1449132951986/index.html>〉