

# ふくしま心のケアセンター 活動記録誌

2017(平成29)年度

第6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)

2002年の精神保健福祉法の改正後に、保健所などの精神保健福祉に関する相談・支援業務が、市町村に大きく移行されるようになりました。しかし、未だに精神保健は保健所につなぐまでという考えの市町村も多いのが現状で、精神保健福祉の地域の体制整備は途上にあるように思われます。福島における2011年3月11日の東日本大震災と福島第一原発事故の発生は、このような精神保健医療福祉の制度改革中に生じたのでした。

最初の心のケアセンターの種は、相双地区の精神病院の全面閉鎖を含む地域の精神医療・保健福祉の崩壊に対応すべく結成された福島県立医大心のケアチームから始まりました。そのチームから発展した「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（通称なごみ）」のアウトリーチ活動は、2012年2月1日発足の「ふくしま心のケアセンター」の活動のモデルとなりました。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。やがて3駐在は閉鎖され、県中方部と県南方部は合併して、現在の基幹センターと5方部に集約されました。そして2017年12月1日には、新たに帰還した住民らの精神的な支援を行う「ふくしま心のケアセンターふたば出張所」が仲沼所長をはじめとして看護師1名、精神保健福祉士2名で富岡町に開所され、「広野町」「楡葉町」「富岡町」や双葉郡内での活発な活動を展開しております。

さて前述した精神保健福祉に関わる主な相談機関は、精神保健福祉センター（1箇所、4名体制）、保健所（県型6箇所、中核市2箇所、精神保健・医療業務担当各保健所2～5名）、市町村（57箇所）、心のケアセンター（基幹1箇所、方部センター5方部、1出張所、計約60名）ということになりますが、保健所と市町村の間で心のケアセンターが過度の期待が成されていることも問題として報告されております。これら3機関の間の有機的で効率的な連携が望まれております。

宮城県や岩手県との被災の影響の違いに関しては、当初は「災害であるのは同じだ」などというやや被災地の状況とはかけ離れた見解も飛び交っておりましたが、ここに来て、福島第一原発事故の影響が、自然災害対応が中心である被災他県の状況とは異なるものであることが明らかになって参りました。福島県では、

宮城県や岩手県のケアセンターとは異なった将来像を描く必要があります。本県においては、心のケアセンターへの期待は極めて高く、原子力発電所の廃炉までの長い時間を勘案すれば、被災者や帰還者のための長期的な支援機構や施設設置を検討すべきなのです。その意味でも、現在の心のケアセンター職員の単年度雇用の弊害は極めて大きく、職員の離職者は2012年度から毎年10人前後に達し、離職率にすると殆ど20%を超えております。今後も、国に対して複数年の雇用契約や終身雇用を結べるような対策を求めていく必要があります。

2017年3月31日には、川俣町、浪江町、飯舘村の居住制限区域及び避難指示解除準備区域の避難指示が解除され、さらに、2017年4月1日には富岡町も解除されましたが、今なお33,147人の県外避難者がいます（復興庁、2018年11月30日）。これは、県外避難が非常に少ない岩手県や宮城県とはかなり異なります。2014年9月に開催された国際専門家会議で作成された提言書で「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」と報告され、その際に最低でも30年の心のケアが必要であると主張させていただきましたが、その予測通り、現在も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、心理社会的問題も継続しております。

福島県精神保健福祉協会は、2014年4月にセンターの巨大なプロジェクトの委託を受ける組織として大都会並みの一般社団法人となりまして、その運営は以前よりも安定化しました。ゆっくりと着実に、皆さまとともに支援活動に努力して参りたいと存じます。今後もどうぞよろしくお願い申し上げます。（2018年12月）

## ご挨拶

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 渡辺 厚

「心のケアセンター」は、広域にわたる甚大な災害が起こった時に、自治体職員などが行う被災者への心のケア業務を補完するために国の財源により設置されるものです。福島県は先の東日本大震災において地震、津波被害だけでなく、福島第一原子力発電所事故による放射能災害も起こり未曾有の広域複合災害となったことから、県から委託を受けた福島県精神保健福祉協会が2012年2月に「ふくしま心のケアセンター」を設置しました。これは精神科医、保健師、看護師、精神保健福祉士、作業療法士、臨床心理士、社会福祉士などからなる心のケアの専門家集団です。以来これまで、医療・保健・福祉・生活など、被災された方々の多様なニーズに対応すべく活動してきました。2017年12月には、帰還者により近いところで新たな拠点を充実させ、被災者への切れ目のない支援を実施するために「ふたば出張所」を富岡町に開設し、現在は基幹センター及び4方部（県北、県中・県南、いわき、相馬）、2出張所（会津、ふたば）の体制で活動しています。

災害発生から7年が過ぎ、原発事故による避難指示の解除は、2014年10月に田村市都路地区から始まり、その後解除地域は徐々に広がり、2017年3～4月には浪江町、飯舘村、富岡町で帰還困難区域を除いた広い区域が解除になりました。今後は、大部分が帰還困難区域となっている双葉町や大熊町でも、5年を目途に避難指示を解除し住民の帰還を目指す「特定復興再生拠点区域」の整備計画が認定され整備が始まり、他の帰還困難区域を持つ4町村（浪江町、富岡町、飯舘村、葛尾村）でも整備計画が国から認定されました。これらの動きと共に、福島県による応急仮設住宅の無償提供が南相馬市、川俣町、川内村、葛尾村、飯舘村のすでに避難指示が解除された地域では2019年3月で終了予定です。さらに、帰還困難区域を持つ4町村（浪江町、富岡町、飯舘村、葛尾村）の住民への無償提供も2020年3月に終了することが最近決定しました。また、東京電力による賠償面では精神的賠償が2018年3月で打ち切られております。

このように状況が刻々変化する中で、避難住民の方たちは、住まいや心身の健康、今後の生活の見通しなど抱える課題は一層多様化、複雑化、深刻化しております。当センターの相談活動を通していても、基本的な相談内容は、これまでと同様①身体症状の訴え、②気分情動に関する症状、③睡眠の問題が3大症状ですが、避難が中長期になるにつれ、復興から取り残され意欲を失った人たちが孤立化し、アルコールに走る問題が深刻化しております。相談場所は、応急仮設住宅、

借り上げ住宅での相談が減少する一方、自宅や復興公営住宅での相談が増加しておりますし、相談方法別でも、基本であるアウトリーチによる訪問とともに、電話による相談も増加しております。このことは、生活再建がなかなか進まない応急仮設住宅の住民、特に高齢者などが、復興公営住宅などに移り住むことで、ひきこもり、孤立化して、生活が見えにくくなり、支援の手が届きにくくなっているという問題の現れであると思われます。

また、県外自主避難者への避難先住宅の無償提供が2017年3月末で打ち切れ、統計上は避難者として見なされなくなりましたが、個人が抱える困難は一層深刻化しているものと思われます。当センターでは、電話相談窓口である「ふくここライン」を設けて、このような自主避難者を含めた県内外避難者への相談に対応していますが、内容は年ごとに多様化し、一件あたりの相談時間も伸びており、深刻化していることがうかがえます。「ふくここライン」は相談窓口がなかなか見つからない県内外の避難者の方々に開かれており、心の相談の専門家が対応し、匿名でも受けつけておりますので是非ご活用ください。

ふくしま心のケアセンターでは、今後も職員一丸となり被災者、避難者の方々に寄り添い心のケアに努めてまいります。どうぞよろしくごお願い申し上げます。

(2018年8月)

# 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)

## ご挨拶

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 渡辺 厚

ふくしま心のケアセンター体制図	1
方部センター・出張所管轄地域図	2
原発事故による役場機能移転状況	3
1 2017年度活動報告	
①基幹センター活動報告	7
②県北方部センター活動報告	13
③県中・県南方部センター活動報告	20
④会津方部センター活動報告	26
⑤相馬方部センター活動報告	32
⑥いわき方部センター活動報告	41
⑦ふたば出張所活動報告	50
2 ふくしま心のケアセンター相談等の件数報告	55
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」の件数報告	67
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	73
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) 平成29年度 報告書	74
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 平成29年度 報告書	91

5	寄稿	105
6	職員の感想（振り返って思うこと）	107
7	活動資料	
①	ふくしま心のケアセンター活動の経年変化	109
②	活動資料	116

編集後記



【方部センター管轄地域図】  
2017年4月1日現在



【方部センター・出張所管轄地域図】  
2017年12月1日現在  
ふたば出張所開設









原発事故による役場機能移転状況  
2017年4月1日現在



原発事故による役場機能移転状況  
2018年4月1日現在



# 1 2017年度活動報告

※図・表のデータはDMHISSに基づいているが、本文中においては仮設住宅を応急仮設住宅、復興住宅を復興公営住宅と記載している。

※個別支援の相談場所「自宅」は、避難前の住宅、購入または再建した住宅、賃貸住宅（以前は福島県借り上げ住宅であったものを含む）をカウントしている。なお、復興住宅は「自宅」に含まない。

## ①基幹センター活動報告

所長:渡辺厚  
副所長:仲沼安夫(総務)・前田正治(業務)・後藤大介(広報)  
部長:石川秀司(総務・広報)・渡部育子(業務)  
精神保健福祉士:鴻巣泰二(企画課長)・菅原睦子(業務課長)  
・岩見祐亮(主任)・渡邊正道(主任)<sup>1)</sup>・松島輝明  
看護師:後藤弓子(新拠点課長)<sup>1)</sup>・渡部千景  
臨床心理士:山下和彦(主任)・岩沢裕樹(主任)・落合美香  
・栗石真実・竹林唯  
企画員:真鍋博  
事務員:相山未希子(総務財務課長)・平山真実・柳沼敬子・武田康平

### 1. 基幹センターの概要

#### ◎重点目標◎

- ・被災者の居住地が流動的になっていることを踏まえ、被災者への切れ目のない支援と新たなメンタルヘルス課題への対応力を高めるため、方部間の業務調整と組織体制の整備を行う。
- ・自殺予防を念頭に置いた被災者へのアルコール問題の一次予防及び、支援者への啓発に関する企画を行うとともに、方部が企画する事業に対するコーディネートを行う。
- ・技術の向上及び支援者へのメンタルヘルスを目的とした助言や研修の企画を行うとともに、方部が企画する事業に対するコーディネートを行う。

基幹センターは、総務部、広報部、業務部で構成される。

総務部には総務財務課、業務部には企画課、業務課、新拠点課が設置されている。

基幹センターは、ふくしま心のケアセンター（以下、当センター）の運営全般を担うとともに、国や福島県等関係機関と各種調整を行っている。また、各方部センターの活動状況等の情報を共有し、業務分担を行いながら、一体的に方部センター支援に当たっている。さらに、必要時に各方部センターへの助言や指導を行い、当センター業務活動の質の向上や均質化に努めている。

2017年度は、福島県内の避難指示区域の解除が進み、避難元市町村への住民帰還の動きが増してきた。福島県の「帰還した住民のより身近な場所で支援に当たる必要がある」という方針のもと、新たな拠点設置を検討するための組織である新拠点課を当センター内に立ち上げた。新拠点課の関係市町村等に対するニーズ調査結果等を踏まえ、福島県と協議し、2017年12月1日富岡町内に「ふたば出張所」を開所した。

## 2. 広報部

広報部は、2017年度の組織体制の見直しに伴い再設置された。主にホームページの管理、マスコミ対応、広報媒体の管理、活動記録誌に関する業務を行った。特に、活動記録誌の編さんを円滑かつ効率的に推進するために設置された「ふくしま心のケアセンター活動記録誌編集委員会」の運営事務局を担った。

## 3. 業務部

### 1) 業務課

#### ①業務課の概要

業務部業務課（以下、業務課）は、各方部センター・出張所（以下、各方部センター等）の包括的な状況把握と人材育成、業務を円滑に遂行するための支援を行うことを目的に、主に「定期巡回」、「方部支援」、「方部間共通のテーマに関する調整」の3つの業務を行った。

#### ②定期巡回

##### 【目的】

各方部センター等の地域状況と活動状況の把握をすること、専門員一人一人が自身の日々の活動について話し、その内容を共有することを目的とした。

##### 【内容】

主に下記の項目について聞き取りを行った。

- ・個別支援
- ・集団支援
- ・関係機関との連携
- ・市町村の動き
- ・方部内での役割や研修会への参加など

#### ③方部支援

##### 【目的】

各方部センター等の活動が円滑に、かつ途切れることなく行われることを目的とした。

##### 【内容】

##### A) 活動を通じた人材育成

各方部センター等の現任者訓練（on-the-job training;OJT）を補うために、各方部センター等の専門員（現任職員および新任職員）に対し、同行訪問等の活動を通して助言・指導、その他の支援を行った。

##### B) 新任研修会の開催

当センターの新任職員に求められる認識、知識・技術に関するオリエンテー

ションや研修を行った。研修内容は、企画課の全体研修会や新任職員の希望を考慮して決定し、4月、5月、7月、9月、1月の計5回実施した。

#### C) 新任職員方部間実習の調整

新任職員が、自身の所属以外の各方部センター等の活動に参加することにより、他方部センター等の活動状況を知り、職員との交流を図ることを目的とした方部間実習の実施に関する調整を行った。

#### D) 新任職員到達目標チェックリスト活用の進捗状況の確認

各方部センター等が実施する「新任職員到達目標チェックリスト」の進捗状況について、定期巡回等の場で確認を行った。

#### E) 方部に欠員が生じたときの対応

各方部センター等で退職等により専門員に欠員が生じた際には、支援に赴いた。

### ④方部間共通のテーマに関する調整

#### 【目的】

支援活動を行う上で、複数の方部センター等に共通するテーマおよび、対応を統一する必要があるテーマについて調整し、円滑な活動ができることを目的とした。

#### 【内容】

##### A) 市町村の健診支援に関する取りまとめ

市町村への健診支援について、各方部センター等に支援の実施状況を聞き取り、健診支援依頼を受ける基準、支援の目的、支援の優先順位の整理を行った。

##### B) 記録様式、ケース記録保管方法の統一

各方部センター等の記録様式、ケース記録保管方法の聞き取りを行い、まとめたものを参考に、当センターで使用する記録様式を統一した。また、ケース記録の保管方法や保管期間を定めた。

##### C) 個別支援マニュアルの作成と運用

個別支援が当センターとして統一された考え方、ケースマネジメントの過程、支援方法で行われることを目的に、個別支援マニュアルを作成した。また、作成したマニュアルが活動に定着するよう、ワーキンググループを作り、運用の推進を図った。

表1 個別支援マニュアルの内容

内容(大項目のみ)
I. ふくしま心のケアセンターにおける個別支援
II. 多職種チームによる個別支援
III. 一人で抱えずチームで対応
IV. ケースマネジメントの過程
VI. 支援の実際

## D) リソースの共有

各職員の経験や強みを互いに理解し、有効な支援へつなげることを目的に、職員の経験や得意分野をまとめた「リソース名簿」を作成した。また、資料作成の効率化を図るため、各職員が作成した講演会資料等を当センター全体で共有できるようにした。

## 2) 企画課

### ①企画課の概要

業務部企画課（以下、企画課）は、基幹センターの企画力を強化するため、2015年4月に基幹センター内に設置された部署である。企画課の主な業務は、当センター事業計画の策定、当センターの運営や意思決定に関わる会議の運営、支援者向け研修会および当センター職員向け研修会の企画運営、被災者相談ダイヤル「ふくここライン」の運用、関係機関への専門職員の派遣調整である。

### ②支援者向け研修会

2017年度の支援者向け研修会は、スキルアップを目的とした研修会と支援者自身のストレスケアを目的とした研修会を開催した。

#### 【スキルアップ研修会】

2017年10月3日に福島県と公立大学法人福島県立医科大学（以下、福島県立医科大学）の後援でふくしま心のケアセンター支援者向け研修会「家族療法の視点からのアプローチ」を開催した。

本研修会は、支援対象者のみならず、家族も含めた包括的な「家族療法」の視点によるアセスメントやアプローチの仕方を学ぶことを目的とし、ルーテル学院大学およびTELLカウンセリングの石井千賀子氏による講演とグループワークによる事例検討会を実施した。被災者支援に携わる支援者、医療・保健・福祉従事者91名が参加した。

研修会後のアンケートによると、「相談者の背景を捉える見方やジェノグラムの重要性を再認識できた」などの感想を頂いた。

#### 【ストレスケア研修会】

2018年2月15日に福島県と福島県立医科大学の後援でふくしま心のケアセンター支援者向けストレスケア研修会を開催した。

本研修会は、支援者が職務を通して抱えるストレスを認識して心身に現れる反応とその対策を理解することを目的とした。国立大学法人筑波大学人間系教授の松井豊氏による講演「支援者のトラウマとそのケア」と、福島県立医科大学教授の前田正治氏による話題提供「福島における支援者のメンタルヘルス」とディスカッションを実施した。被災者支援に携わる支援者、医療・保健・福祉従事者39名が参加した。

研修会後のアンケートによると、「自分（支援者）のストレスを振り返る機会になった」などの感想のほか、「組織的ストレスケアの必要性をもっと上司に理解してほしい」というような現場の対応改善を望む声もあった。また、講演中に当時の記憶をフラッシュバックしたと記載した参加者もあり、支援者のストレスは深刻であり、支援者へのケアは最も重要な課題のひとつだと思われた。

### 【ふくしま心のケアセンター方部連絡調整会議】

2017年11月9日にふくしま心のケアセンター方部連絡調整会議を開催した。本会議は、これまで各方部センターで実施していた。しかし、原発事故による避難指示の解除が進み、自治体の帰還や避難者の転居など流動的な状況を鑑みて、2017年度から合同で開催した。厚生労働省東北厚生局・復興庁福島復興局・福島県障がい福祉課・福島県保健福祉事務所・市保健所・市町村などから57名が参加した。

#### A) 報告内容

- ・ふくしま心のケアセンター活動報告（基幹センター）
- ・かかりつけ医との連携（県北方部センター）
- ・日ごろの連携を活かした活動（会津方部センター）
- ・陶芸の集い（県中・県南方部センター）
- ・復興公営住宅への取り組み（相馬方部センター）
- ・いわき市内から帰町・避難指示解除となった地域での活動（いわき方部センター）

#### B) 全体討議

全体討議では、避難者の帰還に伴う医療機関との連携や、県民健康調査こころの健康度・生活習慣に関する調査でピックアップされたケースにおける市町村との連携などに関する質疑応答が行われた。また、当センターへの関心と期待が高いことがうかがわれ、今後の役割や事業展開の明確化を希望する声が挙がっていた。

### 3) 業務部新拠点課

#### ①新拠点課の概要

2017年3月から4月にかけて、帰還困難区域を除く大部分の避難指示が解除された。この状況をふまえ、当センターは双葉郡内に帰還した住民の身近な相談機関となるべく、新たな活動拠点の設置を検討することになった。

業務部新拠点課（以下、新拠点課）は、新たな活動拠点の設置に向け、2017年4月に基幹センター内に設置された部署である。なお、新拠点課職員は、基幹センター他部署、あるいは方部センターとの兼務である。

## ②活動内容

新拠点課は、新たな活動拠点の設置に向けて、関係自治体等へのニーズ調査、社会資源マップの作成、設置場所の選定、業務内容の検討を行った。関係自治体等へのニーズ調査では、福島県相双保健福祉事務所、同いわき出張所、富岡町、楢葉町、広野町の協力を得て、帰還した住民の状況、自治体職員の状況、社会資源の状況などを把握した。

当センターの業務委託元である福島県とも調整を図り、2017年12月1日、富岡町内に新拠点「ふたば出張所」を開所した。ふたば出張所の開所にともない、新拠点課は役割を終えて廃止となった。

ふたば出張所の活動報告については、「⑦ふたば出張所活動報告」に後述する。

## 4. 今後の展望と課題

東日本大震災とそれに伴う原発事故から7年が経過し、避難指示区域の解除も徐々に進んでいるが、未だ多くの住民が不自由な避難生活を続けている。また、自宅を再建し、帰還したものの様々な不安を抱えながら生活している住民もいる。

一方、国は2016年度から2020年度を復興・創生期間として位置づけて復興に取り組んでいる。しかし、その後の復興体制は未だ見えておらず心のケア事業がどのような形で継続されるのか見通しが立っていない。

このような状況において、当センター自身は今後の心のケア事業のあり方について自ら検討していく必要がある。当面の検討課題としては、まず、浜通り地域を中心にきめ細やかな支援を行うための体制整備、また、被災住民により添う支援のあり方、さらに、様々な支援の手から漏れている住民の把握があげられる。

これらの課題を、関係機関と連携しながら検討するとともに、国や県とも連携を密にし、情報共有を図りながら先を見据えた活動を展開する必要がある。

- 1) いわき方部センター兼務（2017年11月末日まで）

## ②県北方部センター活動報告

精神保健福祉士:松田聡一郎(方部課長)・塩田義人(主任)・畑山美奈子  
看護師:杉本裕子・佐藤裕美  
臨床心理士:羽田雄祐

### 1. 概要

#### 1) 地域の概要

福島市をはじめとする県北方部の8市町村では、主に浪江町、飯舘村から避難した住民の多くが生活を送っている。震災から7年が経過し、避難元、避難先それぞれの市町村に復興公営住宅が整備され始めている。避難住民の生活環境が変化する状況にあり、生活拠点についての決断をする住民も少なくない。

また、避難元市町村ではインフラの整備が始まっており、帰還に向けた準備が進んでいる。しかし、例えば福祉施設における専門職をはじめとする職員不足などによって施設が開所できないなど、社会資源が十分ではない状況がある。そのため、住民から、今後の生活拠点についての判断に苦慮する声が聞かれている。

#### 2) 方部の概要

##### ◎重点目標◎

- ・帰還や移動を含めた各市町村や住民の動向を把握し、被災者の状況に応じたより適切な支援を継続する。また、関係機関や方部間の連携強化を図る。
- ・被災者や支援者に対して、自殺予防やその危険因子ともなるアルコール問題等の心のケアについての普及・啓発を強化する。
- ・被災者支援を通じて関係機関との連携を図りながら、被災者支援に資する技術支援を行う。

県北方部センター（以下、当方部センター）は、2017年度、6名体制（看護師2名、精神保健福祉士3名、臨床心理士1名）で活動を開始した。住民の抱える多種多様な課題に対応するため、多職種によるチームアプローチに取り組んだ。当方部センターは2017年度より、「本人の希望と力を大切にしながら、本人と共に考える支援を、チーム一丸となって取り組むこと」を使命として掲げた。限られた人員ながらも多職種が在籍するという強みを活かすことができるよう、それぞれが担当するケースを積極的に所内で共有するなど、方部内における連携強化に努めた。

## 2. 活動報告

### 1) 個別支援

個別支援は当方部センターの活動の中でも大きな割合を占めている。対象となる住民への訪問活動や電話相談・来所相談等がこれに該当し、その多くは避難元市町村からの依頼である。

2017年度の大きな特徴として、応急仮設住宅への訪問件数が大きく減少し、自宅や復興公営住宅への訪問が増加している（図1参照）。これは、応急仮設住宅の供与期間終了の通知があったことや、自宅を再建もしくは復興公営住宅が完成し、そこへ居住地を移す住民の動きを反映したものと考えられる。また、相談場所がその他となっている件数が大きく増加しているのは、電話相談件数の増加に伴ったもの（電話支援の場合、相手の場所が不明であることが多いため）である。

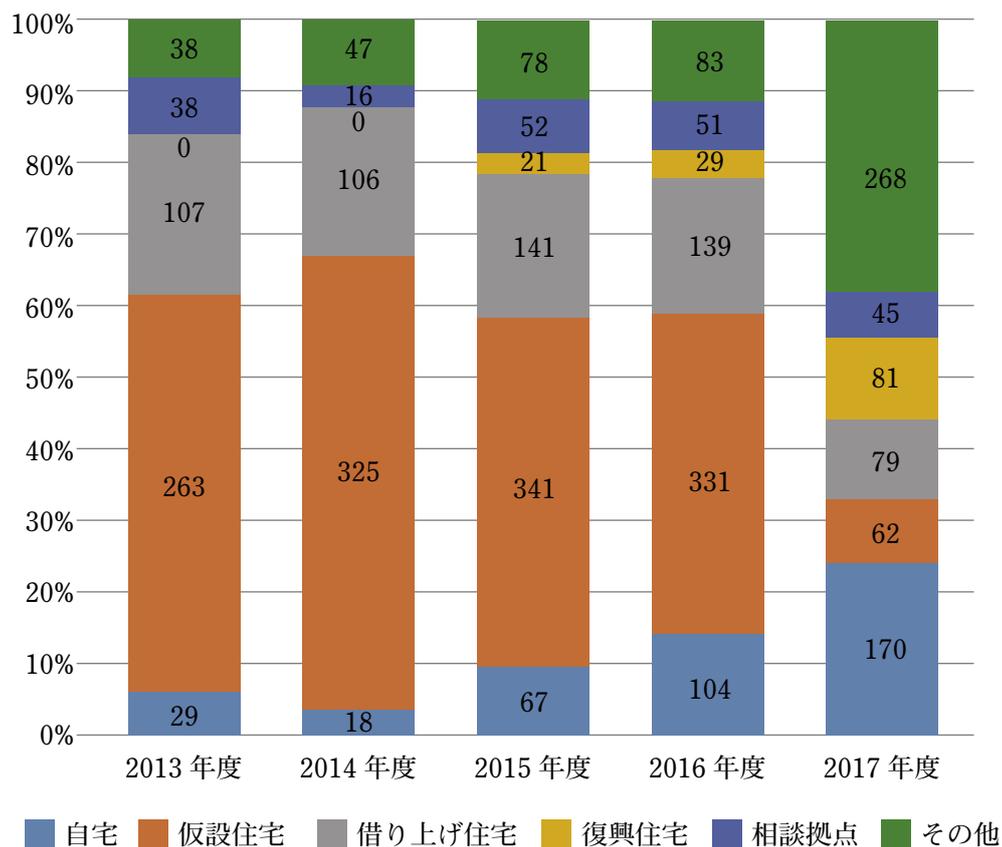


図1 個別支援件数

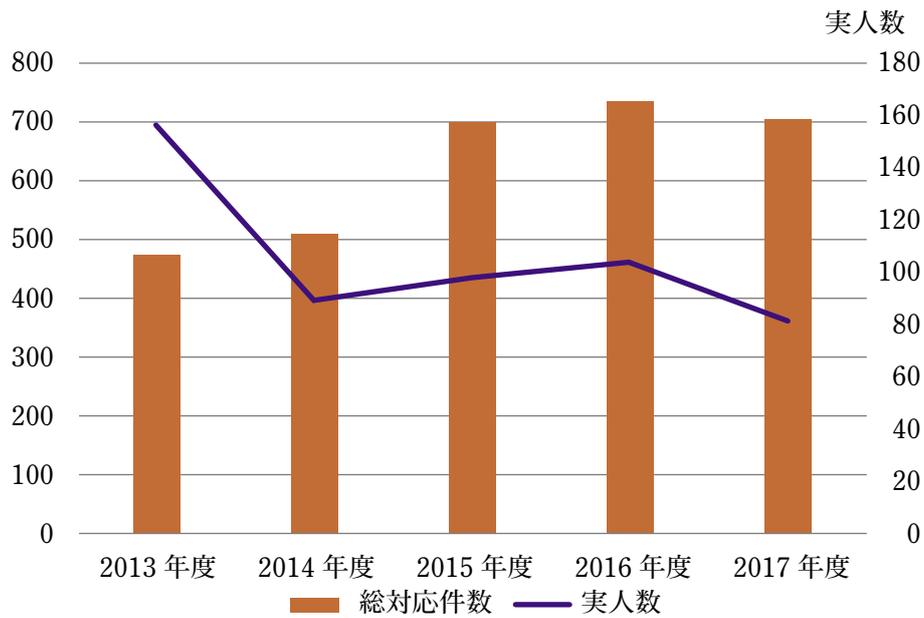


図2 総対応件数と実人数

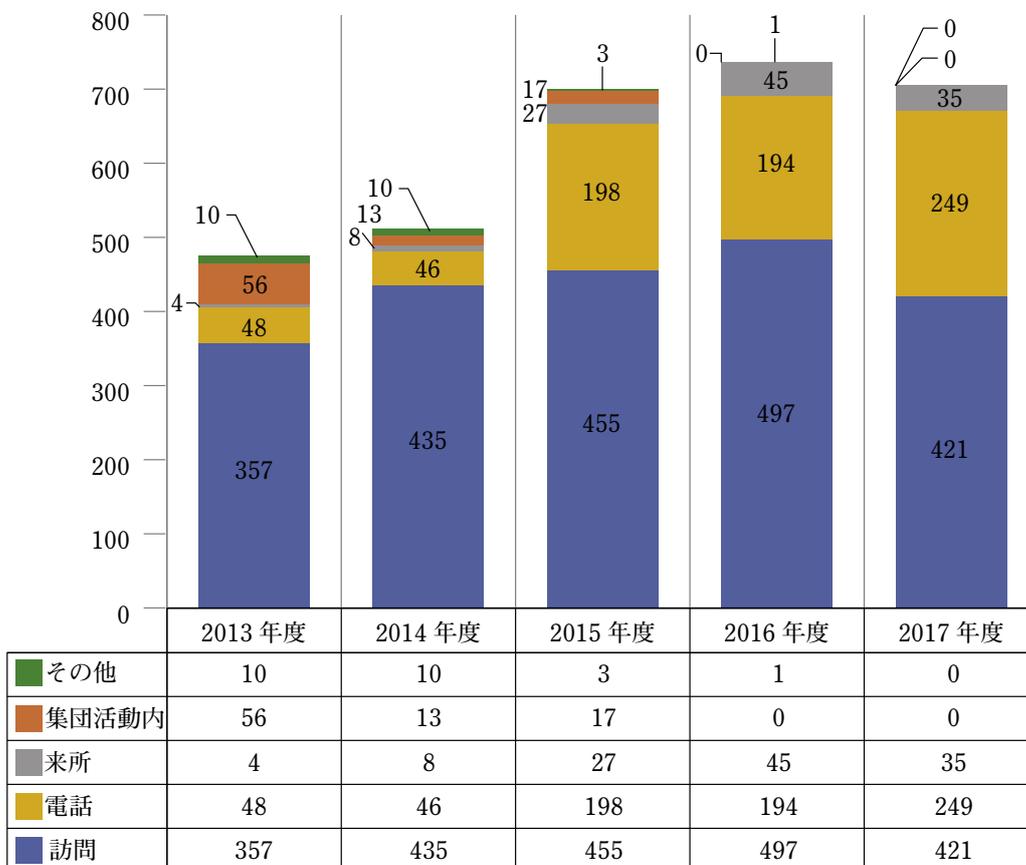


図3 訪問先の割合

## 2) 集団支援

事業協力依頼があった各種集団活動に参加した。集団活動の支援回数はサロン活動が33回、健康支援が21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)主催事業への協力参加回数は4回であった。福島県相双保健福祉事務所主催事業への参加回数は11回であった(表1)。

表1 集団支援についての詳細

	名称	回数
サロン等	ホッとサロン「てとて」	12回
	お茶のみ会	21回
健康支援等	飯舘村住民総合健診	6回
	浪江町総合健診	7回
	双葉町健診結果説明会	1回
	とみおか元気アップ教室	6回
	みずき会講話	1回
福島県県北保健福祉事務所主催事業	アルコール家族教室	4回
福島県相双保健福祉事務所主催事業	アルコール家族相談会	11回

### ①ホッとサロン「てとて」

福島市社会福祉協議会主催のホッとサロン「てとて」は、福島市内に居住する避難者の集いの場として毎月2回開催されている。また、避難元社会福祉協議会からも多くのスタッフが参加している。当方部センターは毎月1回参加し、血圧測定や健康相談を行った。同郷の住民が自然と集まり、情報交換や交流の場として参加者の憩いの場となっている。

### ②お茶のみ会

飯舘村社会福祉協議会主催の「お茶のみ会」は、避難先6会場と村内1会場で隔月開催されている。当方部センターは、避難先5会場のサロンに参加し、血圧測定や健康相談を行った。参加者の健康づくりを意識したサロンであり、飯舘村の情報提供と交流の場となっている。

### ③とみおか元気アップ教室

特定非営利活動法人(以下、NPO法人)富岡町さくらスポーツクラブ主催の「とみおか元気アップ教室」は、富岡町から避難している住民を対象とした運動教室である。ストレッチ、レクリエーションダンス、チェアエクササイズ等のプログラムを1時間程度行っており、当方部センターは、プログラム実施前に10分程度の健康に関する講話を行った。参加者の健康維持や交流の場となっている。

### ④みずき会

本宮市内のみずきが丘団地に自宅を再建した避難者による自主的な交流会が2015年発足した。この会はみずき会と称し、年2回開催されている。当方部

センターは2016年度から本会へ参加し、住民の要望に応じた講話や軽体操を実施している。2017年度は、リラクゼーション体操、熱中症予防に関する講話を行い、参加者から好評を得た。



写真1・2 みずき会の様子

### 3) 支援者支援

#### ①福島市医師会 復興・原発対策特別委員・ワーキンググループ会議での講師

2018年1月29日、福島市保健福祉センターで行われた福島市医師会の「復興・原発対策特別委員・ワーキンググループ会議」へ初めて参加し、講師を担当した。構成委員は、福島市内で勤務および開業する医師で、当日の出席者は11名であった。当方部センターの活動状況について報告を行い、当センター全体の活動の他、子どもの心のケアの現状への質問に回答した。

#### ②子どものための心理的応急処置講師

2017年10月22日、郡山市音楽・文化交流館ミュージカルがくと館で行われた「子どものための心理的応急処置」の講師として当方部センター専門員1名が参加した。同研修は、福島県子どもの心のケア事業の一環として、NPO法人ビーンズふくしまが主催したものである。参加者は、県内の子育て関係者を中心とした33名であった。講師4名にて対応し、心理的応急処置(Psychological First Aid ; PFA)を必要とする子どもの見分け方やPFAの行動原則を中心に、演習を用いた実践的内容を伝えた。参加者からは、自身の業務におけるPFAの活用についてなどの質問が寄せられた。

#### ③住民総合健診支援

飯舘村および浪江町が実施する総合健診の支援を行った。長引く避難生活の中で、生活習慣の変化による住民の健康状態の悪化や、先の見えない状況の中、家族間で帰還についての意見の食い違いが起きていたり、今後の見通しの立たない生活への不安や焦りが住民に多く見受けられている。そうした状況に鑑み、住民健診で心の健康の設問を取り入れたアンケートを実施し、心身面での問題等が危惧される住民については、その場でのエンパワメント(励ましや動機付け)を行ったほか、当方部センター専門員による個別支援へ移行し対応した。

#### 4) その他

##### ①市民向け講座 ふくしまを生きる ～あなたにとっての「安心」とは～

東日本大震災および原発事故後における「安心」という概念の捉え方を中心とした講演会を開催したいと考えた。2017年9月13日に福島テルサにて、医療法人社団メンタルクリニックなごみ副院長兼福島県臨床心理士会副会長の須藤康宏氏を講師に招き「市民向け講演会」を実施した。須藤氏自身の震災体験に基づいた内容で、震災トラウマを乗り越えるには、拠り所や語れる相手を見つけることが大事である。そして、安全は外部から提供できるかもしれないが、安心に結びつくものではなく、安心を獲得するのは自分でしかないということが語られた。参加者からのアンケートでは「市民向けとあったが、専門的なこともたくさん学ぶことができた」「安心というものは必ずしも安全からくるものではないのだとわかった」など講座の目的に沿った感想が多く寄せられ、一定の評価を得られた。

##### ②自殺予防街頭キャンペーン

県北保福が毎年主催し、当方部センターが共催している街頭キャンペーンに2017年度も参加した。自殺予防月間である9月に実施し、一般市民を対象に、福島駅前です自殺予防のための普及啓発グッズを配布した。

##### ③ニュースレター

当方部センターの活動内容を紹介するためニュースレターを4回発行し、関係機関に配布した。活動内容の紹介のほか、専門用語の解説や職員のストレス発散方法、お勧めの本なども紹介した。3月には東日本大震災からの7年を振り返る特別号を発行した。

##### ④相談支援専門職チーム（県北）定例会

相談支援専門職チーム（県北）<sup>1)</sup>では、他団体を交えての定例会と専門職団体だけの定例会（二部構成）を毎月開催している。当方部センターは、他団体として定例会の第一部に参加し、情報共有や活動報告・意見交換等を行っている。それぞれの専門職の役割が理解できるようになったことは、当方部センターと他団体の連携に寄与するものと考えられる。

##### ⑤事例検討会

当方部センター内では定期的に事例検討会を開催し、当方部センター顧問から支援への助言を受けている。2017年度は7回開催し、そのうち2回は関係市町村の担当保健師も参加した。関係機関との連携や支援方針などの共有は必要不可欠であり、共に助言や指導を受けたことにより役割や支援方針を共有できた。今後も支援対象者の背景や支援状況によって、関係機関を含めた事例検討会を開催していきたい。

### 3. 今後の展望と課題

東日本大震災から7年が経過し、避難者の状況は大きく変化してきている。2016年度と2017年度の比較で最も特徴的な点は、応急仮設住宅の供与期間終了により、復興公営住宅への住み替えが進んだことである。

度重なる転居により、築かれたコミュニティから離れざるを得ない状況となることで、様々なストレスを生み出すリスクがある。そのため、転居が支援中断のきっかけとならないように、関係機関との連絡体制をより密にする必要がある。

また、避難指示等の解除に伴い、避難元市町村の役場機能は帰還を始めている。住民が様々なストレスを抱えるなか、避難元市町村の支援はより困難になりつつある。そのため、被災者が当方部センターに直接アクセスしやすくすること、また、避難先・避難元市町村や社会資源との役割分担を行うことが必要であると考える。今後、こうした方針の策定や具体化を重点的に検討していきたい。

1) 県内の介護支援専門員協会・社会福祉士会・医療ソーシャルワーカー協会・理学療法士会・精神保健福祉士会・作業療法士の6団体により、2011年4月に結成された職能団体によるチーム

### ③県中・県南方部センター活動報告

保健師:鈴木文子(方部課長)・服部徳子  
看護師:渡部恵美子(主任)  
作業療法士:田崎美和  
精神保健福祉士:安藤純子・大越寛大・佐竹美紀・宮澤賢次  
臨床心理士:岩沢裕樹<sup>1)</sup>・割栢啓美  
事務員:宍戸聖子

## 1. 概要

### 1) 地域の概要

東日本大震災および原発事故の発災から7年が経過し、2017年3月31日に浪江町において、また、4月1日に富岡町において帰還困難区域を除きそれぞれ避難指示が解除された。

7年目となった2017年度、避難した住民は、復興公営住宅等への転居、避難先等での自宅再建、故郷への帰還など、改めて大きな選択と新生活への再適応を迫られた。こうした居住環境・コミュニティの変化により、心身の健康リスクは引き続き高い状態が持続していると思われた。

### 2) 方部の概要

#### ◎重点目標◎

- ・支援者支援 市町村等関係機関を交えたケース検討会及び生活支援相談員等の対人支援職を対象にした勉強会・研修会を開催し、支援者のスキルを高める活動を行う。
- ・相談支援 被災者を取り巻く環境の変化(特に住居の移動など)に対する再適応の促進、またそれに伴う新たなメンタルヘルス課題の発生を予測した支援活動を展開する。
- ・アルコール問題対応 被災者に関する自殺予防の啓発と自殺の危険因子ともなるアルコール問題への対応力を強化するために、被災市町村・社会福祉協議会等と連携を密にする。

県中・県南方部センター(以下、当方部センター)は上記の重点目標を掲げ、個別支援や集団支援、支援者支援、普及啓発活動を通じて、住民の複雑化した課題にとも向き合い、心に寄り添う関わりを行うと同時に、関係機関との連携強化に努めた。管轄地域は、方部センター管轄地域図(2ページ)参照。

## 2. 活動報告

### 1) 個別支援

2017年度の個別支援実績は延べ833件、内訳は表1の通りである。2016年度と比べて住民の様子は一見落ち着いてきたような印象を受けるが、上記の地域の概

要で説明したような住み替えという環境変化の中で以下のような特徴が見られた。

- ・ 転居先での新たなコミュニティ形成の困難
- ・ 新しい環境への馴染めなさ
- ・ 交流する相手が限定的
- ・ 些細な日常の困りごと、自身の思いを話す機会の乏しさ
- ・ 健康、家族関係、アルコール、教育などの問題の複雑化

当方部センターでは上記の状況をふまえ、対象者およびその家族に支援を行った。更なる支援が必要と認めた対象者に対しては、自治体の保健師や社会福祉協議会の生活支援相談員との同行訪問等も実施した。

表1 個別支援実績

相談方法別	訪問	491 件
	電話	325 件
	来所	10 件
	その他（手紙など）	7 件
相談場所別	自宅	284 件
	復興公営住宅	277 件
	民間借り上げ住宅	98 件
	相談拠点	62 件
	仮設住宅	28 件
	その他の場所	84 件

## 2) 集団支援

集団支援としては、当方部センターが主催する事業のほか、他団体への事業協力がある。

### ①主催事業：男遊クラブ

主 催：県中・県南方部センター

共 催：双葉町、浪江町、福島県県南保健福祉事務所

協 力：白河市社会福祉協議会、双葉町社会福祉協議会

対象者：相双地域から県南地域等に避難している男性

内 容：表2に記載

回 数：年12回

特 色：男性は、女性に比べ、社会参加や交流による活動的な生活の再建が難しく、不活発な生活が健康状態の悪化を招いている。そこで、サロン等になじみにくい男性を対象に集団活動の場を提供しているものである。

表2 男遊クラブのプログラム内容

	プログラム内容
4月	開講式、花見
5月	町歩き（白河関の森公園）
6月	陶芸
7月	物づくり（レザークラフト、プリキ細工）
8月	室内運動
9月	ヨガ
10月	バーベキュー
11月	写経、座禅
12月	“望”年会
1月	室内運動
2月	調理、栄養講話
3月	閉講式

②主催事業：陶芸の集い（県南地域個別支援交流・生きがいつくり活動支援）

主 催：県中・県南方部センター

協 力：「アートまなべ」（白河市）

対象者：県中・県南地域の居住者

内 容：主に陶芸制作や交流会

回 数：年3回

特 色：参加者や講師の真鍋氏、当方部センター職員が集い、伝統行事や故郷への思いを方言を交えて語り合える空間である。また、当該地域の資源を活用しながら、陶芸や交流会を通して避難先住民と関わる事ができる。

③事業協力：サロン活動支援

主 催：各自治体社会福祉協議会

対 象：県中・県南地域への避難者

支援内容：心と身体に関する健康講話や体操等の技術的な協力や運営のサポートを行い、サロン活動への協力を通して住民の現状を把握し、関係機関との連携や協働によって関係性の構築に役立てた。

表3 サロン活動支援

主催団体	名称	開催場所	開催回数
双葉町社会福祉協議会	社協サロン	白河市	2回
郡山市社会福祉協議会	茶話カフェろここ	郡山市	11回
白河市社会福祉協議会	南湖南復興公営住宅サロン	白河市	5回

④事業協力：大熊町母子保健事業「ちびくまランド」

主 催：大熊町

対 象：大熊町の母子

参加人数：0～3歳までの子ども8名と保護者7名

支援内容：「子どもの理解と関わり方」についての講話と個別相談を行った。  
個別相談では育児での悩みや不安に関する相談が多く、保護者の思いに寄り添いながら安心して育児ができるよう、子どもについての理解や対応の仕方について助言を行った。

⑤事業協力：県中管内思春期・青年期ひきこもり家族教室

主 催：福島県県中保健福祉事務所（以下、県中保福）

対 象：ひきこもり状態にある子どもを持つ家族

支援内容：家族交流会、教育セッションを全4回実施した。コミュニケーションスキルの向上を目指し、「コミュニティ強化と家族訓練（Community Reinforcement And Family Training；CRAFT）」を用いて、ロールプレイに重点を置いた。

⑥その他の事業協力

「アルコール家族教室」（県中保福主催）

「思春期・青年期ひきこもり家族等教室」（郡山市保健所主催）

「精神障がい者デイケア」（川内村主催）

3）支援者支援

①支援者のための研修会

主 催：県中・県南方部センター

日 時：2017年11月29日

対 象：医療・保健・福祉従事者、被災者支援に携わる支援者、その他関係機関の職員

テーマ：「オープンダイアログ（開かれた対話）」

講 師：森川すいめい氏（認定NPO法人世界の医療団理事、医療法人社団翠会みどりの杜クリニック院長）

三ツ井直子氏（訪問看護ステーション KAZOC）

参加者：47名

②復興支援者のための研修会

主 催：県中・県南方部センター

日 時：2018年3月6日

対 象：医療・保健・福祉従事者、被災者支援に携わる支援者、その他関係機関の職員

テーマ：「支援者であり続けるために」

講師：水澤都加佐氏（アスク・ヒューマン・ケア研修相談センター所長）

参加者：51名

### ③郡山市社会福祉協議会生活支援相談員向け研修会への支援

主催：郡山市社会福祉協議会

日時：表4参照

対象：郡山市社会福祉協議会生活支援相談員

支援内容：講話に加えて実技やグループワークを設け、受講者参加型の研修会にした（表4）。

表4 郡山市社会福祉協議会生活支援相談員向け研修会への支援内容

開催日	内容		参加者数
8月9日	講話	「ストレスの付き合い方」	14名
	リラクゼーション	「体の緊張をゆるめる方法」	
	グループワーク	「支援上の悩みの共有」	
10月11日	アイスブレイク	「ほめ言葉のシャワー」	14名
	グループワーク	「話が長い人への対応」	
12月12日	ミニ講話	「お酒を減らすために」	11名
	実習	アルコール体質試験パッチテストなど	
2月13日	グループワーク	「飲酒問題を抱える方の関わり方」	13名
	リラクゼーション	ヨガ体験	
	グループワーク	「元気に仕事をするために」	

### ④その他

- 市町村健診等への事業協力：浪江町総合健診と双葉町健診結果説明会への協力をそれぞれ2回行った。
- 福島県社会福祉協議会への事業協力：「平成29年度市町村社会福祉協議会生活支援相談員等テーマ別研修会」にて、支援対象者の強みを活かした支援についての事例紹介を行った。
- 川内村職員メンタルヘルス事業協力：川内村職員衛生委員会に4回出席した。また、川内村職員と個別面談を行った。

## 4) 普及啓発

### ①機関紙「ふくここ」の発行

頻度：隔月の年6回発行

内容：活動報告や、避難者が必要とする支援の方法について

方法：関係機関への配布と、当センターホームページ掲載など

②関係機関が主催する普及啓発活動への協力（表5）

表5 関係機関が主催する普及啓発活動への協力

月 日	主催者	内容
9月10日	郡山市（郡山市セーフコミュニティ推進協議会）	自殺予防街頭活動
9月13日	福島県県中保健福祉事務所	自殺予防キャンペーン街頭活動
10月28日	福島県いわき地方振興局	いわき大交流フェスタ2017
11月12日	福島県断酒しゃくなげ会	アルコール関連問題啓発週間事業 断酒宣言の日記念・全国一斉街頭 キャンペーン「飲酒運転撲滅」J R 郡 山駅前キャンペーン

③自治体が発行する広報誌への寄稿

双葉町の広報誌「広報ふたば（災害版）9月号 No.76 2017年9月1日発行」に寄稿した。（題名「こんにちは ふくしま心のケアセンターです。『ちょいうつ』状態を改善する日常生活のコツ』）

④その他

避難者に対しては、個別支援や集団支援、研修会の中で健康指向の生活への動機を高めるため、メンタルヘルス等に関する普及啓発資料を配布した。また、郡山市社会福祉協議会生活支援相談員対象の勉強会（前掲）では、アルコール体質試験を体験してもらうとともに、適正飲酒に関する普及啓発資料を配布した。

3. 今後の展望と課題

東日本大震災および原発事故の発災から7年が経過した。避難指示解除に伴い住民は、復興公営住宅等への転居、避難先等での自宅再建、故郷への帰還など改めて生活再建に関わる大きな決断を迫られている。このような状況下、新しい環境に馴染めず、交流する相手も限られ、日常的な困りごとや自身の思いを話す機会が乏しい住民が少なくない。また、自宅再建や帰還に伴う家族の再統合や分離によって起こる家族内の葛藤も再び生じている。さらに、震災前からの地域・家族・個人の歴史に被災・避難の体験が複雑に絡み合い、複合的で対処が困難な問題となっている。

当方部センターでは、このような問題に対して、家族支援も含む個別支援のほか、男遊クラブや陶芸の集いとといった集団支援を行い、避難者同士が交流する場、あるいは、避難先住民とつながる機会を提供している。今後も、避難者やその家族の希望や気持ちに寄り添い、これまでの苦労や努力の「物語」を大切にしたい支援を続けていきたい。

また、避難指示解除に伴い、避難していた自治体や社会福祉協議会が浜通り地域にシフトしていく中で、避難先で生活をする支援を要する避難者が少なくない。このため、当方部センターと管轄地域内の支援機関との連携をより強化していきたい。

1) 基幹センター業務部新拠点課兼務

## ④会津方部センター活動報告

保健師:伊藤文枝(方部課長)・宗像きみ子(主任)  
精神保健福祉士:岩見祐亮<sup>1)</sup>

### 1. 概要

#### 1) 地域の概要

東日本大震災および原発事故から7年が経ち、2018年3月末現在、会津地域には761名が避難されており、これは2017年同時期の1,534名と比べ半減している。しかし、この761名には当地域に自宅を再建した避難者が含まれていないため、実際にはこの避難者数を上回ると思われる。

また、会津地域に避難していた檜葉町は会津美里出張所を2018年3月末に閉所し、既に帰還した。同じく役場機能を置いている大熊町も帰還に向けて大熊町内に新庁舎を建設中である。

#### 2) 方部の概要

##### ◎重点目標◎

- ・避難解除の動きにより、各自治体の帰還が始まっているなか、会津で避難生活を続けている被災者に対し関係機関との連携を取りながら支援を継続する。
- ・支援者を中心としたアルコールに関する知識の普及・啓発とともに、個別支援を通して節酒指導を行い自殺予防に繋げる。
- ・支援者自身のメンタルヘルス維持のための事業や、被災者支援に向けた対応力向上のため研修会を開催する。

会津方部センター（以下、当方部センター）は、会津地域と南会津地域を担当している。2017年度は保健師2名と兼務の精神保健福祉士1名（週1～2日勤務）の体制で活動した。

主な活動内容は、避難者への個別訪問・相談、支援者向け研修会や事例検討会の開催、被災町職員へのメンタルヘルス事業の実施、サロン活動等への協力、関係機関主催会議等への出席などである。

特に個別支援では、担当地域で暮らす避難者に対して、関係機関と共にきめ細やかな支援を継続した。また、担当地域外に転居する避難者に対しては転居先方部センターとの同行訪問を行うなど、切れ目なく支援が継続できるよう努めた。

## 2. 活動報告

### 1) 個別支援

避難生活が長期間となり、心身の健康、アルコール関連、家族関係等さまざまな課題を抱えた避難者も多く、専門的かつ継続的な支援が求められている。

当方部センターの2017年度個別支援件数は252件で、その内訳は訪問152件、来所21件、電話51件、集団活動内での相談26件、その他2件であった。個別訪問では、避難者の状況により市町村や福島県会津保健福祉事務所、障がい者相談支援事業所等職員と同行訪問を行った。

また、個別ケースに関する会議に34回、支援状況報告や情報共有のための会議に59回出席し、各関係機関との連携を密にし、避難者個々の状況に応じた支援を行えるよう努めた。特に、楢葉町会津美里出張所の閉所後も会津地域で生活する楢葉町民への個別支援について、町と支援体制を整えた。

### 2) 集団支援

#### ①楢葉町サロンへの協力

楢葉町主催「<sup>あいづ わいわい</sup>会津我家笑飯めし」に7回、楢葉町社会福祉協議会主催「サロンならは」に4回協力し、健康相談等を担当した。



写真1 会津我家笑飯めし（調理実習）

#### ②復興公営住宅自治会主催交流会への協力

料理教室を中心とした交流会（白虎団地3回、年貢町団地2回。参加者計86名）に協力し、健康相談等を担当した。

### ③健康相談会への協力

#### 【檜葉町】

町からの依頼を受け、応急仮設住宅集会所での住民総合健診時に心のケアが必要と思われる受診者に対して会場内で個別相談を行った。

#### 【大熊町】

町が行う応急仮設住宅および復興公営住宅の健康相談に5回協力した。血圧測定や健康手帳への記入を行った。また、個別相談も行い、心身の不調や睡眠、生活への不安など住民への傾聴と健康面への助言を行った。

## 3) 支援者支援

### ①ぐっちー cafe

2014年7月から大熊町役場会津若松出張所内に、大熊町職員等を対象とした「ぐっちー cafe」を毎週水曜日の昼休憩の時間帯に開設している。職場を離れ、お茶を飲みながら一息つける場、気分転換の場として提供し、希望により血圧測定や個別相談を実施した。

2017年度は45回開催し、112名の利用があった（1回平均利用者約2.5名）。



写真2 ぐっちー cafe

### ②リフレッシュタイム

大熊町職員等の心身のリフレッシュを図るため、大熊町衛生委員会の共催を得て4回開催した。内容としては、表1のとおり運動やハンドケアを行い、ハーブティーなどの提供も行った。多くの職員が参加できるように開催時間を勤務時間内の16～17時とした。

参加者からは、「頭と体を使って楽しくリフレッシュできた」「普段、交流の

ない職員と一緒にできてよかった」等の感想があった。

表1 リフレッシュタイム開催状況

	開催日時	参加者数	内容	講師
1	2017年 6月28日(水)	8	ストレッチを中心とした運動	福島県相談支援チーム会津 理学療法士 石渡智之氏
2	2017年 9月27日(水)	7	音楽を用いた頭と体の運動	会津若松市社会福祉協議会 介護福祉士 山田直美氏
3	2017年 11月22日(水)	11	ストレッチを中心とした運動	福島県相談支援チーム会津 理学療法士 石渡智之氏
4	2018年 2月28日(水)	7	ハンドケア	NPO 法人みんぶく リーダー交流員 三瓶純子氏



写真3 第2回リフレッシュタイム

### ③支援者向け研修会

2016年度に引き続き、「あいまいな喪失の理論と実際」をテーマに開催し、行政機関や社会福祉協議会などから25名の参加があった。当センター職員が講師となり、ロールプレイを取り入れながら、具体的な支援のポイントを学んだ。

### ④事例検討会

公立大学法人福島県立医科大学会津医療センター精神医学講座准教授の國井泰人氏を助言者として、事例検討会を2回(参加者計19名)開催し、事例を通して学びを深めた。



写真4 第1回事例検討会

#### ⑤支援者への助言

関係機関から支援困難事例の相談を受け、また、関係者による事例検討会に出席し助言等を行った（相談4回、検討会出席3回）。

#### 4) その他

##### ①定例会議への出席

関係機関主催の定例会議に出席し、情報共有および課題検討等を行うことにより地域のニーズを把握し各関係機関との連携を強化した。また、被災町との業務連絡会を定期的を開催し、支援内容の検討や情報共有等を行った。

表2 定例会議出席状況

主催者	会議名（開催頻度）	出席回数
大熊町	障がい者支援事業所会議（1回/月）	12回
	地域（避難先）ネットワーク会議（1回/月）	10回
檜葉町	地域共生ケア会議（1回/2月）	6回
	情報共有会議（1回/月）	11回
福島県会津保健福祉事務所	合同ミーティング（1回/月）	10回
	会津障がい保健福祉圏域連絡会（1回/3月）	3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・心のケアセンター被災者支援打ち合わせ（1回/月）	11回
福島県社会福祉協議会	会津地区被災者生活支援連絡会議（1回/3月）	3回
福島県相談支援専門職チーム会津	福島県相談支援専門職チーム会津調整会議（1回/2月）	5回
会津方部センター	大熊町保健センターとの業務連絡会（1回/2月）	5回
	檜葉町との業務連絡会（1回/3月）	4回
		合計80回

## ②機関紙の発行

当方部センター機関紙「七転び八起き」を発行し、約 60 機関に配布するとともに当センターホームページに掲載し、活動内容や健康情報を発信した。

## ③「こころの健康づくり講演会」(共催)

福島県南会津保健福祉事務所主催の講演会に共催した。福島県障がい者総合福祉センターの早坂透氏が、「お酒をおいしく楽しく飲むために」をテーマに講演し、29名の参加があった。また、テーマに合わせた節酒支援の普及啓発を行った。

## ④心身の健康等に関する啓発資材の配布

ぐっちー cafe、健康相談や講演会等においてアルコール・プロジェクト作成のアルコールと健康、適正飲酒に関する内容のリーフレットや、睡眠、ストレス解消に役立つパンフレットを配布し、正しい知識の普及・啓発に努めた。

## 3. 今後の展望と課題

東日本大震災および原発事故から7年が経過した。楢葉町は2018年3月末に会津美里出張所を閉所し、大熊町は2019年春の帰還をめざしている。また、それに伴い、他の支援団体も活動を終了する動きがある。

そのため、会津地域に留まる避難者への支援の継続が課題となっている。また、支援者である被災町職員は、町役場の帰還に伴う職場環境や生活環境の変化によりストレスが高まると考えられる。

当方部センターは、今後も避難者個々の心身の健康や暮らしを支援し、同時に、地域全体の状況を把握して避難者のニーズに合った支援体制づくりや新たな事業展開を検討していきたい。また、被災町職員に対しては、「ぐっちー cafe」やメンタルヘルス研修会、個別相談等を継続し、心身の健康を支援していきたい。これらの活動は、当方部センターだけでできるものではない。今後も関係機関との同行訪問や各種会議への参加などを通して、顔の見えるネットワークづくりに努めたい。また、地域の関係機関等との連携および相互協力を強化していきたい。

### 1) 基幹センター兼務

※ 参考資料

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(2018年5月21日)」

## ⑤相馬方部センター活動報告

看護師:米倉一磨(センター長)  
保健師:伏見香代(リーダー)  
作業療法士:西内実菜  
社会福祉士:立谷洋  
精神保健福祉士:工藤慎吾  
臨床心理士:足立知子  
事務員:鈴木景子

### 1. 概要

#### 1) 地域の概要

2017年度の相馬方部センター(以下、当方部センター)は、相双地区北部の新地町、相馬市、南相馬市、浪江町、飯館村の二市二町一村を担当している。福島第一原子力発電所(以下、福島第一原発)の事故によって避難指示があった、南相馬市、浪江町、飯館村は人口減少と高齢化が著しい(表1)。一方、福島第一原発より30km圏外で避難指示がなかった新地町と相馬市には、急激な人口減少は起きていない。このように、東日本大震災から7年という時間が経過した現在も、各市町村の間で復興の格差が広がっている。

新地町や相馬市では、応急仮設住宅からの退去はすでに完了しており、建物の取り壊しが進んだ。南相馬市では、ようやく応急仮設住宅の集約が検討されている。また、同市内に建設中であった最後の復興公営住宅が完成し、応急仮設住宅等からの転居が促進された。浪江町および飯館村では、避難指示解除に伴い町村内への帰還が進んでいる。浪江町では災害公営住宅への入居が始まり、飯館村でも復興公営住宅の建設が予定されている(表2)。

表1 相馬方部管内の人口推移（2010年、2014年は国勢調査より抜粋、2018年は3月から5月の各市町村のデータを掲載）

市町村名	年度	現住人口 (人)	65歳以上 割合(%)	住民基本台帳 による人口(人)
新地町	2010年	8,224	26.9	8,449
	2014年	8,218	30.1	8,038
	2018年	8,214	31.0	8,030
相馬市	2010年	37,817	25.4	38,139
	2014年	38,556	28.2	35,939
	2018年	37,979	30.2	35,374
南相馬市	2010年	70,878	26.6	71,732
	2014年	57,797	32.5	63,930
	2018年	54,708	35.9	60,980
浪江町	2010年	20,905	26.2	21,577
	2014年	0	0	18,777
	2018年	703	41.1	17,819
飯館村	2010年	6,209	30.0	6,584
	2014年	41	100.0	6,250
	2018年	743 (653)	(68.3)	5,807

※飯館村（ ）内は、避難後の帰還者の数値

表2 相馬方部管内の復興公営住宅等設置状況（2017年3月現在）

市町村名	住宅分類	設置箇所
新地町	災害公営住宅	8
	防災集団移転地	7
	被災高齢者協同住宅	1
相馬市	災害公営住宅	9
	防災集団移転地	9
南相馬市	復興公営住宅	5
	災害公営住宅	10
	防災集団移転地	21
浪江町	災害公営住宅	1
飯館村	復興公営住宅（建設中）	1

## 2) 方部の概要

### ◎重点目標◎

- ・避難指示区域の解除にともない帰還や応急仮設住宅退去後のコミュニティの変化（特に復興公営住宅／災害公営住宅）に対応。移動による孤立や支援中断を防ぐ。
- ・相馬方部センターがアルコール関連問題の相談機関であることの周知徹底をおこなう。関係機関と連携し、早期介入に繋げる。
- ・高齢者領域に携わる支援者や介護者に向けた支援を行い、急速に高齢化が進む状況を地域で支える基盤を強化する。
- ・地域の精神疾患や引きこもり、震災ストレス関連問題に対応するために、個別支援や地域のシステムづくりを強化する。

当方部センターは2017年5月26日に、来所相談や集団活動の充実を図るために新事務所に移転した。移転後は、部屋が確保できるようになり、重点目標に掲げた、住民の孤立や高齢化、アルコール関連問題、ひきこもり等の社会的な課題を支援する支援者との会議や、支援対象者の来所相談の受け入れが増加した。東日本大震災後の相双地区では、医療保健福祉従事者不足が加速しており、当方部センターも地域のシステムの一部を担っている。支援につながりにくい、アルコール関連問題やひきこもりなどのケースに早期介入するとともに、住民自身が必要な支援機関へ相談できるよう促している。また、地域全体で対応能力が高まるよう関係機関に働きかけている。

さらに、2017年度の新しい事業の一つに、復興庁の助成金を活用した懐食・心のふるさと復興プロジェクト（以下、懐食プロジェクト）がある。相双地区で受け継がれてきた料理のレシピを住民から聞き取り、ともに再現しようとする試みである。コミュニティの崩壊と再構築が繰り返される地域の中で、食文化は安心して話せる共通の話題である。市町村や年代をこえて住民同士をつなぐきっかけの一つになっている。

## 2. 活動報告

### 1) 個別支援

2017年度の訪問件数は713件、電話相談は275件、来所相談は257件であった。支援対象者の実数は156名で、そのうち新規ケースは47件、支援を再開したケースは3件であった。

また、震災によって避難していた方の帰還や、双葉郡や相馬郡から南相馬市内の復興公営住宅への転居も増えてきており、他方部センターからの引き継ぎは2016年度に2件、2017年度は7件となっている。

### 2) 集団支援

#### ① 応急仮設住宅等でのサロン

##### 【大野台第6 応急仮設住宅（相馬市）】

計11回39名が参加した。大野台第6 応急仮設住宅は飯舘村民が入居している。ふくしま心のケアセンター（以下、当センター）開設当初より当方部センターが、週1回のサロン活動を実施してきた。村の支援関係者には要支援者が安心して活動できる場として認識され、特に高齢の利用者にとって需要の高いサロンだった。しかし、自宅再建や復興公営住宅への転居や帰村などによる生活基盤の変化で参加者が減少し、2017年10月に6年間にわたったサロン活動を終了した。

### 【北原復興公営住宅（南相馬市）】

計 32 回 636 名が参加した。北原復興公営住宅は、相双地区で最初に完成した復興公営住宅であり、南相馬市、浪江町、飯館村、大熊町の住民が入居している。当方部センターでは、2017年2月より団地集会所で週1回のサロンを開始し、5月からは月2回の頻度で継続している。認定NPO法人世界の医療団（以下、世界の医療団）の協力で紙芝居、気功体操、創作活動、クッキング教室、健康教室、9.11家族会交流会などを実施し、参加者相互の交流を深めた。

### 【南町復興公営住宅（南相馬市）】

計 21 回 312 名が参加した。南町復興公営住宅は南相馬市、浪江町、双葉町、大熊町の住民が入居している。2017年5月より月2回、集会所でサロン活動を開始した。特に高齢者の孤立予防と住民相互の交流が目的で、創作活動と料理教室を柱にした季節行事や昔懐かしい料理作りなどを行っている。

### 【おだかぶらっとヨガ（南相馬市）】

計 12 回 99 名が参加した。実施会場は南相馬市小高区にあるフリースペースおだかぶらっとほーむである。ヨガ教室は、世界の医療団の支援によって、2016年度から住民交流サロンの一部として実施していた。同年7月の避難指示解除を受けてからは住民主催のサロンが発足し、当方部センターでは需要のあるヨガ教室のみを継続した。

## ②その他の集団活動

### 【チャレンジクラブ】

計 13 回 74 名が参加した。2015年に開始し、活動は3年目となる。疾患や障害を抱え、同じ境遇にある人と交流したいという利用者の要望によって生まれた活動である。年度初めに、メンバーの意見を基に1年間のプログラムを決定し、月1回の頻度で開催している。季節の慣習に合わせた活動や、卓球大会、仙台スピーカーズビューロー（東北福祉大学）への訪問などを行ってきた。現在の利用者は16名で、普段はひきこもり状態の方から就労しながら参加を継続する方まで様々である。集団活動への参加を継続する中で、対人交流に慣れ、社会参加への自信を身につける場になっている。

### 【サロンぼちぼち】

計 22 回 66 名が参加した。チャレンジクラブから派生したサロンで、月2回の頻度で当方部センター事務所内にて開催している。対象者はチャレンジクラブとほぼ同様である。しかし、自分で時間の過ごし方を選択する機会となるようにプログラムは決めておらず、サロン内で参加者同士または参加者と支援者間で互いにコミュニケーションをとることで東日本大震災後の相双地区において、ひきこもり等孤立傾向にある若者の重要なステップアップの場となっている。

## 【男性のつどい】

地域アルコール対応力強化事業相双地域におけるモデル事業（別記参照）にて報告する。

### 3) 支援者支援

#### ①高齢者メンタルヘルス研修会（主催）

対象者は地域の高齢者を支援する事業所職員で合計 23 名が参加した。第 1 回目は、公益財団法人星総合病院の田辺晃子氏を講師に迎え、「認知症看護認定看護師の活動」について講演して頂いた。2 回目は、同小林氏の事例報告と当方部センターの事例を用いた事例検討会を行った。

#### ②メンタライジング・アプローチ講演会（主催）

対象は、子どもと若者・その家族支援に関わる支援者で 35 名が参加した。「外傷的育ちによる生きづらさへの理解と支援」のテーマで、医療法人稲門会いわくら病院（京都市）の崔炯仁ちえひょんいん氏に講演して頂いた。参加者は、幼少期の虐待や過度の支配など、過酷な養育体験とその影響（外傷的育ち）で生きづらさを抱える方への支援方法として自己と他者の『心を見わたす心』（メンタライジング）を育て、感情を調整する力をつける治療・援助の仕方について学んだ。

#### ③事例検討会（依頼元：南相馬市原町保健センター）

2017 年度は 2 回開催され、当センターのスーパーバイザーの医師と共に参加した。疾患の見立てや居住環境、家族構成など、多角的な検討を保健師や関係者を行うことで、その後の連携をよりスムーズにするための重要な機会である。

#### ④住民交流事業「お茶のみ会」（依頼元：飯舘村）

飯舘村から相双地区に避難された方を対象として、2017 年度は計 6 回 173 名が参加した。村民相互のふれあいや交流を深めることを目的として開かれている。当方部センターは南相馬市内で開催されるサロンに参加し、血圧測定と健康相談を担当した。

#### ⑤飯舘村総合健診（依頼元：飯舘村）

計 3 日間で 6 名の職員を派遣した。相馬市会場、南相馬市会場、飯舘村会場のそれぞれにおいて、他団体の支援者と共に問診を行った。総合健診終了後には、問診の結果、心身面での問題等が危惧される方の情報を共有し、今後のフォロー体制について検討を行った。

#### ⑥かしまに集まっ会（依頼元：南相馬市）

双葉郡から新地町、相馬市、南相馬市へ避難又は転居された方を対象とした月 1 回開催のサロンである。2013 年度から当方部センターがその運営に携わっている。2017 年度は、計 9 回 82 名が参加した。藍染め教室を介した南相馬市民との交流、住民の指導によるお菓子作り、地元名産である鮭を使った調理など、住民同士のつながりを重視した活動を行った。

## ⑦同行訪問

支援者との同行訪問を130件行った。各市町村や社会福祉協議会、包括支援センター、福祉事業所等からの依頼による個別ケースへの同行訪問の他、社会福祉協議会生活支援相談員の巡回訪問へ定期的に同行した。

## ⑧浪江いきいき交流会（依頼元：浪江町社会福祉協議会）

2017年3月の避難指示解除をうけて、浪江町社会福祉協議会が帰還した住民同士の交流を目的として開始した。当方部センターでは、世界の医療団の職員と同行して、計8回の健康相談や軽体操を実施した。開始当初は、久しぶりに再会する方々の震災直後の話題が多かったが、回数を重ねる中で、現在の日々の生活についての話題が増えている。

## ⑨ひきこもり家族教室（依頼元：福島県相双保健福祉事務所）

福島県相双保健福祉事務所（以下、相双保福）が主催するひきこもり家族教室では、参加する家族同士での自助的関わりの支援を目的とし、ファシリテーターとして参加した。2017年度は計3回実施した。体験談の共有の他、継続参加者から新規参加者への助言も活発に行われている。

## ⑩アルコール家族相談会（依頼元：福島県相双保健福祉事務所）

相双保福が主催するアルコール家族教室では、アルコール依存症またはその疑いのある方のご家族を対象に相談会を開催している。当事者家族の相談や依存症者と家族のためのプログラム（Community Reinforcement And Family Training；CRAFT）を用いた家族向けの研修も行っており、計10回22名が参加した。当方部センターでは家族相談会に協力した。

## 4) その他

### ①定例会議一覧

主催	会議名	参加回数
新地町	被災者等支援関係者情報交換会	1回
南相馬市	支援者会議	1回
	被災者健康支援連絡会	3回
	南相馬市・飯舘村地域自立支援協議会	17回
	保健計画策定委員会	1回
	小高定例会議	3回
飯舘村	相馬市大野台第6仮設住宅自治会と支援者の定例会	6回
浪江町	支援者会議	1回
双葉町	支援関係者情報交換会	1回
障がい児放課後支援 ゆうゆうクラブ	障がい児支援関係者地域ミーティング	4回
福島県社会福祉協議会	相双地区被災者生活支援連絡会議	3回
福島県相双 保健福祉事務所	平成29年度相双地域自殺対策推進協議会	1回

## ②健康福祉祭り

相馬市はまなす館祭り（9月）、南相馬市健康福祉まつり（10月）、新地町復興産業まつり（11月）に参加し、健康相談を行ったりゲームの提供を行った。南相馬市健康福祉まつりでは、当方部センターが開催しているチャレンジクラブのメンバーがボランティアとして参加した。

## ③就労支援者学習会

計8回49名が参加した。地域の就労支援関連事業所が、就労支援に関する情報交換や事例報告などを通してそれぞれの課題を共有した。また、各事業所が企画した職場見学会や障害者合同面接会、高齢者雇用セミナー等の報告も行った。

## ④9.11家族会交流会

南相馬市にある北原復興公営住宅団地集会所において、9.11家族会（アメリカ合衆国）と団地住民との交流会を催した（写真1）。相双地区の伝統食である鮭汁を作り、一緒に食べることで交流を図った。また、浪江町住民からの聞き取りで作成された鮭漁についての紙芝居や地元の民謡、盆踊りが披露された。



写真1

## ⑤福祉事業所との事例検討会

計12回86名が参加した。地域の福祉事業所職員を対象に月1回行った。主に精神疾患を持つ方への関わり方についての理解を深めることを目的に開催している。また、各事業所内での事例検討会の実施など、地域の対応力向上も目的としている。

## ⑥学生実習

2017年度は、昨年度に続き実習生を受け入れた。加えて、福島県立医科大学看護学部の統合実習で2名を受け入れた。学生からの「精神的な不安を抱えた住民へ看護師はどのように関わっているのか」「帰還した住民の生活の質を向上させる取り組みは何か」などの質問に対し、住民サロンや訪問同行を中心に当方部センターの活動を通して答えた。実習後、「災害後の中長期の心のケアの内容がはじめてわかった」「予防的な取り組みの必要を感じた」といった感想があり、あらためて、心のケアセンターの活動内容や災害後の心のケアについて実習などを通じわかりやす伝えていく必要性を感じた。

実習依頼元	人数
南相馬市立総合病院	12名
災害看護グローバルリーダー養成プログラム <sup>1)</sup>	2名
福島県立医科大学看護学部	2名

## ⑦伝統料理を介した世代間交流の促進

個別訪問やサロンで、誰かと一緒に食べた懐かしい料理のレシピについて聞き取りを行い、復興公営住宅のサロンやチャレンジクラブなど、様々な場面でそのレシピを活用して料理作りを行った。加えて、これらの料理と昔のエピソードをまとめた冊子を作成した（写真2）。今後は、東日本大震災以前の生活や震災時の出来事を振り返り、若い世代へ郷土料理を伝える媒体としてその冊子を活用する予定である。また、住民から浪江町請戸川の鮭漁に対する思い出や喪失感が語られ、その話を紙芝居として残した（写真3）。どちらも英語版を作成し、紙芝居は9.11家族会に披露した。



写真2



写真3

## ⑧地域アルコール対応力強化事業相双地域におけるモデル事業（別記参照）

### 3. 今後の展望と課題

2017年度、当方部センターでは4つの重点目標を掲げ、アルコール関連問題やひきこもり、震災ストレスなど、東日本大震災によって顕在化した諸問題への対応として、個別支援や集団活動、家族教室や同行訪問、さらに、対応力強化のための支援者研修会など様々な事業を実施した。震災から時間が経過する中で、自らSOSを発信することのできない住民もあり、そのような方へいかにより添えるかが課題となっている。私たちは、これまでの様々な困難ケースを通し、日頃から人と人がつながり、地域で見守り続ける体制の構築と維持が大切だということが分かってきた。今後も、地域の中で人と人がつながっていくことを支援していく必要があると考えている。

- 1) 高知県公立大学法人高知県立大学、公立大学法人兵庫県立大学、国立大学法人東京医科歯科大学、国立大学法人千葉大学、日本赤十字看護大学の国公私立の共同大学院のプログラム

## ⑥いわき方部センター活動報告

看護師:後藤弓子(方部課長)<sup>1)</sup>・東條仁美・山内美智子  
精神保健福祉士:菅原睦子(主任)<sup>2)</sup>・渡邊正道(主任)<sup>1)</sup>  
作業療法士:菅野寿洋  
社会福祉士:浜名綾  
保健師:草野文子・佐藤恵子・馬目紗織  
臨床心理士:大島典子・加藤理紗・零石真実<sup>2)</sup>・山下和彦<sup>2)</sup>  
事務員:泉真実子

### 1. 概要

#### 1) 地域の概要

東日本大震災および東京電力福島第一原子力発電所の事故から7年が経過した現在でも、いわき市内では、相双地域からの避難者20,000名以上が避難生活を送っている。

楢葉町が避難指示解除となって2年が経ち、医療機関や災害公営住宅など住民の生活基盤が整いつつある。さらに、2017年3月31日に浪江町、同年4月1日に富岡町の一部地域が避難指示解除となり役場機能を再開している。その一方、応急仮設住宅の供与が終了となることで、居住環境の変化を余儀なくされる住民も多くいる。環境が変化することにより、顔見知りや仲の良い近隣住民と離ればなれとなったり、転居先に知人がいない孤独感がストレスとなり体調を崩す住民も少なくない。加えて、避難指示解除された故郷の町では、帰還を果たしたものの町内に医療施設などのインフラが整っておらず、日常生活に不便がある。

#### 2) 方部の概要

##### ◎重点目標◎

- ・住民・地域の状況に合わせた支援。
- ・自殺予防・アルコール関連問題等への対応。
- ・支援者への支援。

2017年度は、以下の体制で活動を行った。

##### ● 2017年4月1日時点

看護師3名、精神保健福祉士1名、作業療法士1名、社会福祉士1名、保健師1名、臨床心理士2名(うち非常勤1名)、事務員1名

##### ● 2017年12月1日時点

看護師2名、精神保健福祉士1名(兼務)、作業療法士1名、社会福祉士1名、保健師3名(うち、非常勤2名)、臨床心理士3名(うち、兼務2名、

非常勤1名)、事務員1名

いわき方部センター（以下、当方部センター）の活動範囲は、いわき市内のほか、役場機能が帰還した富岡町を含め双葉郡内の3町（富岡町、楢葉町、広野町）となった。このため、当方部センターの活動範囲は拡大し、移動時間も増加した。しかし、2017年12月1日に富岡町にふたば出張所が開所したことにより、当方部センターはいわき市を活動範囲として支援活動を行っていくこととなった。

2017年度は、市町村など関係機関と共に同行訪問を行うアウトリーチ活動と、住民を対象とした講話などの精神保健活動を行った。

## 2. 活動報告

### 1) 個別支援

2017年度の個別支援の総件数は859件で、2016年度と比べると322件の減少（27%減）であった。減少した理由としては、年度途中の12月に「ふたば出張所」が開所したことにより、対象地域が縮小したためである。また、保健師など支援者との同行訪問の件数が減少したことも一因として考えられる。

相談方法別では、主に訪問522件、来所96件、電話238件となっている。訪問での相談対応が最多で総件数の61%である。

相談背景（複数選択）では、健康上の問題が621件、居住環境の変化が470件、家族・家庭問題が335件の順で多かった。また、背景となる問題が重複している相談者も多い。

避難に伴う居住地や住居、家族構成などの環境の変化により生活状況や健康に大きな影響が生じている。問題は複雑化しており、支援の個別性を高めるため、自治体との連携がより重要になってきている。

### 2) 集団支援

集団支援については、関係機関が開催している住民向けの健康サロン活動や子育て世帯の集団活動に協力し、メンタルヘルスケアとして睡眠やストレス、セルフケアおよびアルコール関連問題の健康講話を実施した。集団支援を行う中で、参加住民が普段生活で感じていることを直接伺うことができた。また、そのような住民や地域のニーズに応えられるよう心掛けて活動した（表1）。

表1 集団支援

サロン活動等			
事業名	依頼元	活動内容・役割	回数
いわき市豊間・薄磯地区 健康増進事業	いわき市平地区 保健福祉センター	・健康講話 ・個別相談	9回
双葉町栄養サロン	双葉町	・健康講話 ・個別相談	10回
双葉町社会福祉協議会 ひだまりサロン	双葉町社会福祉協議会	・健康講話 ・個別相談	5回
大熊町社会福祉協議会 つながっぺサロン	大熊町社会福祉協議会	・健康講話	2回
福島県相双保健福祉事務所 (いわき地域) 難病相談会・交流会事業	福島県相双 保健福祉事務所	・個別相談 ・交流会での助言	1回
子育て世帯の集団活動			
事業名	依頼元	活動内容・役割	回数
浪江町 かもめっ子クラブ	浪江町	・託児 ・親子遊びの見守り	11回

#### ①いわき市豊間・薄磯地区健康増進事業

津波被害を受けた方々が住む災害公営住宅集会所にて、対象地区に居住している住民向けの健康のためのリラクゼーション教室を実施した。健康相談および睡眠やストレスとの向き合い方などの心と体に関する講話を行った。70歳代を中心に各回15名程度が参加した。

#### ②双葉町栄養サロン

双葉町民の健康を保持増進すること、調理や試食を通して交流を図ることを目的とした会に協力し、睡眠やストレス対処の方法などの講話のほか健康相談も行った。参加者は各回10名程度で、時に県外からの参加者もあった。家族の近況を話すなど交流の場となっていた。

#### ③双葉町社会福祉協議会ひだまりサロン

サロンに参加する双葉町民向けに、季節と気分の関係、笑いなどをテーマにした心身に関する健康講話を実施した。参加者は熱心に講話を聴いていた。また、参加者の希望に応じて個別相談にも対応した。

#### ④大熊町社会福祉協議会つながっぺサロン

大熊町民向けに、普段から行えるリラクゼーション方法とセルフケアの講話を行った。

#### ⑤福島県相双保健福祉事務所（いわき地域）難病相談会・交流会事業

福島県相双保健福祉事務所からの依頼により、いわき地域で療養生活をしている特定疾患治療研究事業対象患者を対象に行われた相談会・交流会事業へ協力した。当方部センターの役割は、事前予約による希望者への心のケアに関する個別相談対応および交流会での参加者への助言であった。

### ⑥浪江町かもめっ子クラブ

親子遊びや保護者ミーティングを通して保護者と子どもの関わり方についてアドバイスをを行った。終了後の振り返りでは、子どもの特性や保護者の悩みについて、支援者間で情報交換を行い継続的な支援の必要性を確認した。

### 3) 支援者支援

「心のケア業務等への技術支援」と「支援者のメンタルヘルスケア」について、関係機関からの依頼に応じて活動を行った（表2）。

心のケア事業等への技術支援の主な内容としては、市町村が開催する事業へ協力し、相談ブースにて住民らの個別相談対応を行った。また、関係機関主催の事例検討会等では、支援者からのケース対応に関する助言を行った。この他、勉強会にて講師を担ったり依頼のあった市町村と連携し、同行訪問やケース対応への助言を行った。

支援者のメンタルヘルスケアとして、支援者の希望に応じた健康相談会、支援者向けのメンタルヘルスに関する講話を行った。

表2 支援者支援

活動名・事業名	依頼元	活動内容・役割	回数
楢葉町総合健診	楢葉町	・健康相談 ・個別相談	8回
双葉町総合健診結果説明会	双葉町 (地域アルコール対応力強化事業)	・普及啓発 ・個別相談	2回
市町村定期支援	広野町	・同行訪問	29回
	楢葉町	・ケース対応への助言	12回
研修講師	富岡町社会福祉協議会	・講話 ・リラクゼーション	2回
	福島県社会福祉協議会地域包括・在宅 介護支援センター協議会相双支部		1回
	福島県社会福祉協議会	・講話 ・コンサルテーション	1回
ケア会議・ケース会議等	市町村・医療機関・その他関係機関	・ケース対応への助言	33回
健康相談会	広野町	・普及啓発 ・個別相談	7回
双葉町社会福祉協議会 グループミーティング	福島県相双保健福祉事務所 いわき出張所	・面談技術の講話 ・健康講話 ・リラクゼーション ・グループミーティング	3回
大熊町いわき出張所 職員向け リラクゼーション 「お茶っこタイム」	大熊町	・リラクゼーション ・個別相談	11回

### ①榎葉町総合健診

総合健診時に心のアンケートによる健康相談の対応を行った。身体的な問題や睡眠、生活の不安等様々な相談があり、必要に応じて福島県立医科大学と合同で個別相談対応を行った。

### ②双葉町総合健診結果説明会

2016年度からの継続事業として、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（以下、アルコール対応力強化事業）に協力して支援を行った。健診結果説明会の際に、自記式の飲酒習慣スクリーニングテスト（The Alcohol Use Disorders Identification Test;AUDIT）を用いてチェックを行い、適正アルコール摂取量を伝え、節酒について啓発活動を行った。

### ③市町村定期支援

避難指示解除に伴う役場機能の帰還、機構改革など自治体の動きに応じて、同行訪問やケースへの対応について助言を行った。

### ④研修講師

#### 【富岡町社会福祉協議会生活支援相談員内部研修会】

富岡町社会福祉協議会生活支援相談員を対象とした研修会に2回協力した。1回目は「精神疾患の基礎と基本的な対応」をテーマとし、講話とロールプレイを通し精神疾患への対応法について研修を行った。また、2回目は、「支援者のためのメンタルヘルスケア」をテーマとし、心の健康やストレスについて理解を深める、ストレスの対処法を知ることにより心の健康を保つという内容で研修を行った。

#### 【福島県社会福祉協議会地域包括・在宅介護支援センター協議会相双支部職員研修会】

地域包括支援センター職員を対象に研修会を実施した。日常的なストレスによって心が不調をきたすことがあるが、これに対処するためには心の健康度やストレスについて理解を深め、ストレスへの対処法を知ることが重要であるという内容であった。

#### 【平成29年度第4回いわき地区被災者生活支援連絡会議】

福島県社会福祉協議会および各市町村社会福祉協議会職員を対象に、「要支援者情報の確認と整理の具体的な方法について」というテーマで、事例検討に関する講話を行った。また、演習として、参加者が事前に作成したジェノグラムやエコマップを活用し困難事例の事例検討を行った。

### ⑤ケア会議・ケース会議等

関係機関からの依頼に応じてケア会議やケース会議に出席し、情報共有と必要に応じた助言を行った。ケース会議については、当方部センターが関わっていない場合も対応方法について助言した。

## ⑥健康相談会

広野町主催の職員向け健康相談会において個別相談を行った。また、普及啓発を行うため、自治体発行の相談会案内にメンタルヘルスケアのコラムを掲載した（2018年1月より当事業はふたば出張所へ引き継がれた）。

## ⑦双葉町社会福祉協議会グループミーティング

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）に協力し、生活支援相談員向けの講話とグループミーティングを行った。面談技術やコミュニケーション、メンタルヘルスケアに関する講話、また、セルフケアやリラクセーションの方法の演習を行った。

## ⑧大熊町いわき出張所職員向けリラクセーション「お茶っこタイム」

大熊町いわき出張所職員のメンタルヘルスの維持・向上を目的とし、月に一度、職員の休憩時間帯にお茶会形式で行った。職員の方々が飲み物を飲みながら、リラックスして過ごすことのできる空間づくりに努めた。その他、開催案内メールにメンタルヘルスコラムを掲載し、会場にはコラムの内容に沿った資料や睡眠、アルコールに関する普及啓発のパンフレットを設置した。また、来室者からの希望があれば、個別に話を伺い、血圧測定を行った。

## 4) その他

### ①普及啓発

関係機関が主催する事業へ参加し、リーフレット等の配布を行い、睡眠、うつ、ストレス対処などの普及啓発に努めた。また、必要時には個別で健康相談に対応した。その他、アルコール対応力強化事業に協力し、アルコール関連問題に関する普及啓発を行った（表3）。

表3 普及啓発

開催日	活動内容
6月25日	いわき市豊間・薄磯・沼ノ内三地区合同夏祭り 依頼元：いわき市平地区保健福祉センター 来場者：地区住民 約35名（当センターブース内） 内 容：睡眠、ストレスチェックカード、アルコール適正飲酒のリーフレット配布・健康相談（必要時）
10月28日	いわき大交流フェスタ2017 主 催：福島県いわき地方振興局 来場者：一般市民 約200名（当センターブース内） 内 容：アルコール関連リーフレット並びにグッズの配布、アルコールパッチテストの実施、健康相談（必要時） （地域アルコール対応力強化事業）

## ②研修会・勉強会

当方部センター主催の研修会では、個別支援や集団活動の課題から研修会のテーマを選定した（表4）。その他、2016年度に引き続きアルコール対応力強化事業の一環で、地域における節酒支援やアルコール関連問題事例対応のスキルアップ等を目的としたテレビ会議研修会に協力した（別記参照）。

表4 研修会

開催日	活動内容
7月31日	平成29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 共催：ふくしま心のケアセンター（いわき方部センター） 対象：双葉郡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、コミュニティ相談員、食生活改善推進員、保健協力員を含む）53名 内容：講演「生きづらさを抱える人への支援“死にたい”と悩んでいる人への対応」 講師 公立大学法人福島県立医科大学医学部 健康リスクコミュニケーション学講座助教 竹林由武 氏
2月1日	平成29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向け研修会 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：県、市町村職員や社会福祉協議会の職員、その他対人支援業務を行っている支援者43名 内容：講演「自殺予防と支援者の心のケア～幸福度と健康の視点から～」 講師 公立大学法人福島県立医科大学医学部 健康リスクコミュニケーション学講座助教 竹林由武 氏

## ③講師派遣

福島県、双葉郡8町村、いわき市、その他支援団体の依頼に応じ、講師を派遣した。内容については各職種の専門性を活かしたものであった（表5）。

表5 講師派遣

依頼元	開催日	活動内容
いわき市	6月1日	いわき市出前講座 講義：「ストレスと上手につき合うために“うつ予防”」 対象：いわき地区配電工事関係者 97名
	10月19日	いわき市出前講座 講義：「笑い与健康」リラクゼーション「笑いヨガ」 対象：川前五味沢地区住民 12名
福島県相双保健福祉事務所	9月26日	平成29年度福島県地域保健福祉職員新任研修のフォローアップ研修（いわき方部） 講義：「円滑なコミュニケーションのコツ」 演習：「ロールプレイ」 対象：平成29年度福島県地域保健福祉職員新任研修に参加した県及び市町村職員 13名
双葉町社会福祉協議会	2月21日	双葉町民生児童委員協議会2月定例会 講話：「認知症の理解と対応について」 対象：双葉町民生児童委員 21名

依頼元	開催日	活動内容
いわき 明星大学	6月8日	講話：「ふくしま心のケアセンター活動内容について」 対象：いわき明星大学教養学部 8名
	10月25日	講話：「いわき地区における心のケアセンターの活動状況について」 対象：いわき明星大学教養学部 7名

#### ④関係機関主催会議等への参加

関係機関主催の定例会議に出席し、個別ケースや地域状況の情報共有と助言を行った（表6）。

表6 関係機関主催会議

主催	活動名・事業名	回数
浪江町	健康支援者会議	11回
双葉町	保健福祉実務者連絡会	6回
大熊町	いわき市内福祉行政情報交換会	6回
富岡町	連携ケア会議	6回
楢葉町	地域共生ケア会議	11回
福島県相双保健福祉事務所 いわき出張所	相双地域等障がい児・者支援関係者会議	1回
	保健事業担当者会議	2回
福島県社会福祉協議会	いわき地区被災者生活支援連絡調整会議	2回
NPO 法人みんぶく	みんぶく支援者会議	2回

#### ⑤その他

住民や地域のニーズに対応するため、関係機関と連携し下記事業を行った（表7）。2017年度は当方部センター職員向けのスキルアップを目的とした方部内勉強会を実施した。その他、いわき明星大学心理相談センターの高橋美知子氏を招いての勉強会も行った。

表7 その他

活動名・事業名	活動内容
子育て世帯を対象とする保護者メンタルヘルスケア事業	相双保福いわき出張所、大正大学心理社会学部臨床心理学科教授、内山登紀夫氏の協力を得て、専門職による個別相談会を計6回開催した。双葉郡各町の担当者と共に、保護者の相談に対応した。
方部内勉強会	精神保健領域の技術支援に対応するため、事例検討会や「記録の残し方」、「精神保健と医療について」、「認知行動療法」などをテーマに実施した。
いわき明星大学との勉強会	いわき明星大学心理相談センターの高橋美知子氏を招き、地域における共通課題と取り組みについての意見交換、被災者支援における連携強化を目的とした勉強会を行った。

### 3. 今後の展望と課題

東日本大震災から7年が経過し、一部地域の避難指示解除や応急仮設住宅等の供与期間終了、復興公営住宅の整備が進んだことに伴い、住民や避難自治体に様々な動きが出てきている。

2018年3月末時点で、いわき市内には約20,000名が避難している状況がある。住民には応急仮設住宅等から復興公営住宅や再建された自宅に転居する動きが随時見られている。県外避難者の帰還や県内間の動きでは、会津地域や中通り地域からいわき市への転居の動きのほか、いわき市内から地元により近い地域を求めて、さらに転居する動きも見られている。転居先の地域に馴染めずに孤立感を抱えてしまう住民や健康不安が高まる住民も見受けられている。また、避難生活の長期化による経済面の不安（生活困窮）等を抱えながら生活しているとの声も聞かれている。時間の経過とともに住民が抱える課題やニーズは多様化、複雑化している状況にある。

復興の加速化に伴い、避難自治体の帰還の動きによって、今後も生活拠点の再選択など多様な葛藤を抱える住民も出てくると考えられる。住民支援において、住民の健康や暮らしの変化を柔軟に捉え、居住地域の関係機関・社会資源と連携し、切れ目のない支援を続けていくことが必要である。また、住民支援の継続や質の担保という観点から、自治体職員や社会福祉協議会職員等支援者のメンタルヘルスに配慮した関わりを継続していくことが、より一層大切である。

- 1) 基幹センター業務部新拠点課兼務（2017年11月末日まで）
- 2) 基幹センター業務部業務課兼務（2017年12月1日より）

## ⑦ふたば出張所活動報告

出張所長:仲沼安夫<sup>1)</sup>  
看護師:後藤弓子(方部課長)<sup>2)</sup>  
精神保健福祉士:渡邊正道(主任)・松島輝明<sup>3)</sup>  
社会福祉士:田井勇次  
保健師:馬目紗織<sup>4)</sup>

### 1. 概要

#### 1) 地域の概要

双葉郡は、広野町、楢葉町、富岡町、川内村、大熊町、双葉町、浪江町、葛尾村で構成されている。双葉郡においては、2011年3月11日の東日本大震災および原発事故直後から避難指示区域が設定された。それから7年が経過し、避難指示区域は徐々に解除され、故郷に帰還する住民が増えてきている。

住民基本台帳人口に対する町内居住者の割合は、2017年11月30日現在(富岡町のみ12月1日現在)富岡町は2.8%、楢葉町は29.5%、広野町は82.3%となっている。

現在帰還している方の多くは、元気な高齢者等であり支援をあまり必要としていない。しかし、その方々でも医療・福祉サービス、放射線、移動手段、交流などの不安をかかえている。また、今後帰還する方々の心身の健康状態も心配である。

双葉郡は、震災前から医療機関等の社会資源が少なく、現在もその一部しか双葉郡内へ戻っていない。さらに被災者の支援に関わっていた団体等の活動が終了しつつある。そのような状況の中で、住民支援の中心となる自治体職員の疲弊が懸念されている。

#### 2) 出張所の概要

##### ◎重点目標◎

- ・双葉郡での支援の充実を図るため、本格稼働移行準備期間として活動を通して、ニーズ把握及び関係機関との情報交換を行う。

ふたば出張所(以下、当出張所)は、双葉郡の避難指示区域の解除等に伴う住民の生活環境やコミュニティの変化をふまえ、より身近なところで支援活動を行っていくため、2017年12月1日に富岡町に開所した。活動区域は、避難指示解除されている広野町、楢葉町、富岡町である。開所当初は、看護師1名、精神保健福祉士2名、事務職1名の職員体制であった。常勤職員は精神保健福祉士1名のみで他の3名は兼務職員であった。その後、2018年1月1日付けで保健師1名、2月1日付けで社会福祉士1名が常勤職員として加わった。

主な業務は、訪問相談や電話相談などによる個別支援活動である。また、2017年度は当出張所を活動区域の住民の方々に知っていただくこと、各町や社会福祉協議会等関係機関との密な連携を構築することに努めた。



写真1 ふたば出張所開所式

## 2. 活動報告

### 1) 個別支援

2017年12月1日から2017年度末までの個別支援件数は126件であった。

#### ①相談方法別

相談方法の内訳は、訪問相談106件(84%)、来所相談6件(5%)、電話相談14件(11%)であった。

#### ②相談場所別

相談場所別の内訳は、自宅81件(64%)、応急仮設住宅9件(7%)、民間賃貸借り上げ住宅1件(1%)、相談拠点21件(17%)、その他の場所14件(11%)であった。

相談場所別で約7割が自宅への訪問であった。これは、当出張所が主に帰町した住民を対象に訪問相談を行っている現状を反映している。また、相談場所の約1割は応急仮設住宅や民間賃貸借り上げ住宅への訪問相談であった。帰還予定の住民に対し帰還前から支援を行い、生活環境の変化に伴う体調等の変化に応じた支援を行うなどし、住民の不安に寄り添う支援に努めた。

### 2) 集団支援

#### ①みかんカフェ (2018年2月4日)

広野町地域包括支援センターより依頼を受け、認知症カフェ「みかんカフェ」

に参加する住民に対し、「ストレスとの上手な付き合い方」と題しセルフケア等の講話を実施した。当日は認知症の人やご家族、認知症への知識を深めたい方など計10名の住民の参加があった。講話後は参加者からの質問や相談も寄せられた。

本講話は、認知症について様々な立場で悩んでいる方が、セルフケアに関する知識や理解を深めるための一助となったと思われる。

#### ②福島県立ふたば未来学園高等学校講話（2018年2月21日）

福島県立ふたば未来学園高等学校の未来創造探求授業の一環として、メディア・コミュニケーション探求班に所属する学生より依頼を受け、学生・教員計7名を対象にコミュニケーションに関する講話を行った（写真2）。事前の打ち合わせにて、先方の学生より「今後、中学生との交流を計画しており、中学生の悩みを聞いていきたい」との話があった。そのため当日は、相手の気持ちを引き出す方法や円滑なコミュニケーションスキルについての講話を行った。また、ワークも取り入れ対人コミュニケーションスキルを体感できる機会を設けた。質疑応答では、学生が積極的に質問する姿が見られ、また、講話後は「学んだことを中学生との交流に活かそうだ」との感想が寄せられた。



写真2 「親しみやすいコミュニケーションのコツ」講話の様子

### 3) 支援者支援

#### ①支援者向け研修会（2018年3月5日）

平成29年度ふたば出張所支援者向け研修会を開催した（写真3）。本研修会は、双葉郡内で住民の心のケアに携わる支援者に向けて、自分自身を振り返る機会を提供することを目的に開催した。参加者は9名で、自治体職員、社会福祉協議会職員等であった。

講師である医療法人社団メンタルクリニックなごみ副院長、須藤康宏氏より、

「住民帰還にともなう、地域におけるメンタルケアのあり方～支援者自身のこころの変化に気づく～」とのテーマで講演が行われた。その後、講演内容をふまえての意見交換を行った。参加者からは、「泣いてもよいことを聞いて、気持ちが軽くなった」、「気持ちを整理する上でよい機会となった」との感想が寄せられ、好評を得た。



写真3 研修会の様子

## ②健康相談会

2018年1月よりいわき方部センターから引き継いだ自治体主催の職員向け健康相談会において個別支援を行った。また、自治体が発行する健康相談会案内に、呼吸法・筋弛緩法・セルフタッピング等メンタルヘルス関連のコラムを掲載し、普及啓発を図った。

## 4) その他

### ①東北大学の学生および教員との意見交換

東北大学の全学教育科目「福島における人権保障と共生の課題」の一環として、学生および教員19名が当出張所に来所した。はじめに当センターの活動概要についての説明を行い、その後意見交換を行った。参加学生からは、看護職の住民へのアプローチ方法やアルコール関連問題を抱える住民への支援方法など、複数の質問があがり、心のケアへの関心の高さがうかがえた。

### ②会議への出席

各関係機関との関係構築、地域ニーズ把握および情報交換を主な目的として各種会議に出席した。出席した会議の一覧は以下のとおりである（表1）。

表1 会議一覧

主催者	会議名	出席回数
福島県相双 保健福祉事務所	平成29年度相双地域自殺対策推進協議会	1回
楢葉町	地域共生ケア会議	4回
広野町	地域ケア推進会議	3回
大熊町	いわき市内福祉行政情報交換会	1回
福島県相双 保健福祉事務所	双葉地方保健担当者連絡会	1回
福島県ふたば復興 事務所、富岡町 および 東邦銀行富岡支 店・大熊支店	地域交流・異業種交流としての情報交換会	1回
相馬方部センター	こころのケア連絡会	1回

### 3. 今後の展望と課題

2018年3月末において、避難指示解除から広野町は6年、楢葉町は約2年7か月、富岡町は1年（一部のみ）が経過した。

住民は、生活環境やコミュニティの変化、老いへの不安を抱えながら生活している状況である。そのような住民を支えている支援者は、業務過多な状況が続き疲弊している。また、これら3町は住民基本台帳人口に対する町内居住者の割合を含めそれぞれに復興の状況、住民支援体制等が異なっている。そのため当出張所の活動は、住民や支援者の状況、3町それぞれの支援体制等に依りて展開していく必要がある。

何より、避難解除となった富岡町内に2017年12月1日に開所された出張所であることから、2018年度は町村、関係機関に当出張所の存在が認知されること、支援活動等においては連携を密にして適切な支援を提供していくことが課題である。

- 1) 基幹センター総務副所長兼務
- 2) いわき方部センター兼務
- 3) 基幹センター業務部企画課兼務
- 4) 平成30年1月1日付にていわき方部センターより異動

## 2 ふくしま心のケアセンター 相談等の件数報告

## ふくしま心のケアセンター相談等の件数報告

### 概要

ふくしま心のケアセンター（以下、当センター）は、国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所災害時こころの情報支援センター（現：ストレス・災害時こころの情報支援センター）が運用する災害精神保健医療情報支援システム（Disaster mental health information support system：DMHISS）を用いて活動報告・データ集積を行っている。以下に、DMHISSにより集計した2017年度の個別相談支援等の実績を報告する。なお、以下に示すデータは全て延べ数である。

### 1. 個別支援

#### 1) 相談支援

2017年度は、延べ件数が4,222件、基幹センターが129件（3.1%）、県北方部センターが705件（16.7%）、県中・県南方部センターが833件（19.7%）、会津方部センターが252件（6.0%）、相馬方部センターが1,318件（31.2%）、いわき方部センターが859件（20.3%）、ふたば出張所が126件（3.0%）だった（表1）。

表1 相談支援の事業所別件数

基幹センター <sup>注1)</sup>	129件
県北方部センター	705件
県中・県南方部センター	833件
会津方部センター	252件
相馬方部センター	1,318件
いわき方部センター	859件
ふたば出張所 <sup>注2)</sup>	126件
計	4,222件

注1) 基幹センターの件数は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

注2) ふたば出張所は2017年12月より活動開始

#### 2) 事業所毎の主な個別支援件数（市町村別）

2017年度は、基幹センターがいわき市（48件）、県北方部センターが浪江町（381件）、県中・県南方部センターが富岡町（277件）、会津方部センターが楢葉町（123件）、相馬方部センターが南相馬市（1,157件）、いわき方部センターが広野町（289件）、ふたば出張所が広野町（74件）からの相談件数が最も多かった（表2）。

表2 事業所毎の主な個別支援件数（市町村別）

	1	2	3
基幹センター <sup>注1)</sup>	いわき市(48件)	南相馬市(13件)	浪江町(10件)
県北方部センター	浪江町(381件)	飯舘村(203件)	南相馬市(73件)
県中・県南方部センター	富岡町(277件)	浪江町(154件)	大熊町(115件)
会津方部センター	楡葉町(123件)	大熊町(101件)	浪江町(12件)
相馬方部センター	南相馬市(1,157件)	飯舘村(62件)	浪江町(57件)
いわき方部センター	広野町(289件)	楡葉町(180件)	大熊町(109件)
ふたば出張所	広野町(74件)	楡葉町(38件)	双葉町(6件)

注1) 基幹センターの件数は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

### 3) 相談対象者の震災前居住地

2017年度は、県北地域が297件(7.0%)、県中地域が36件(0.9%)、県南地域が4件(0.1%)、双葉地域が2,473件(58.6%)、相馬地域が1,297件(30.7%)、いわき市が65件(1.5%)、会津地域が9件(0.2%)、県外が3件(0.1%)、不明が38件(0.9%)だった(図1)。

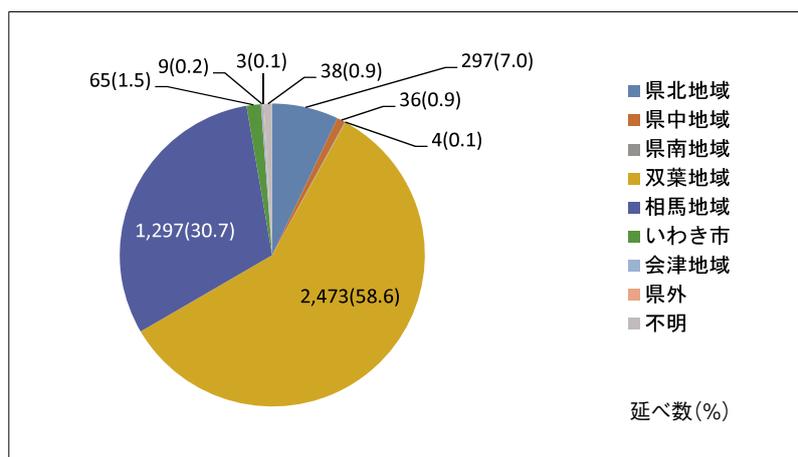


図1 震災前居住地

#### 4) 相談者の性別と年代

2017 年度における相談者の性別は、男性が 2,122 件 (50.3%)、女性が 2,100 件 (49.7%) だった (図 2)。

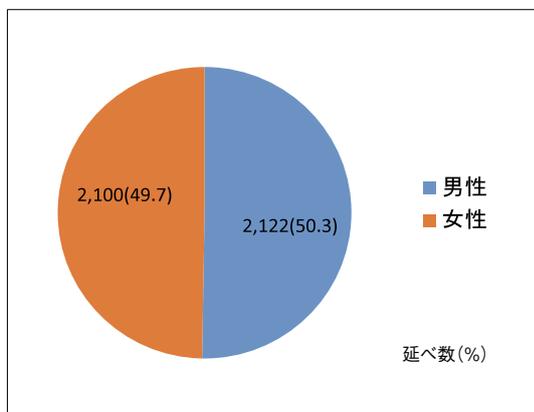


図 2 性別

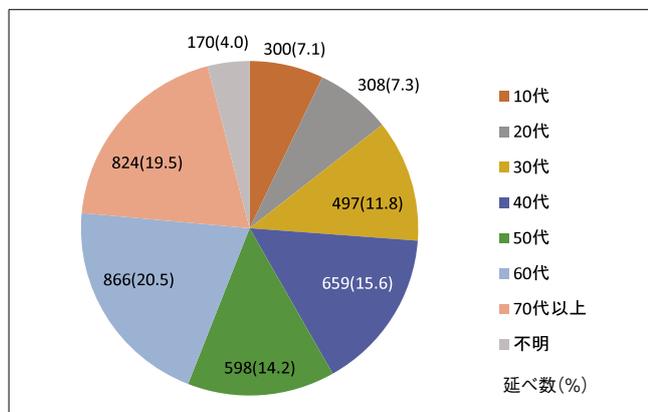


図 3 年代内訳

2017 年度における相談者の年代別は、10 代が 300 件 (7.1%)、20 代が 308 件 (7.3%)、30 代が 497 件 (11.8%)、40 代が 659 件 (15.6%)、50 代が 598 件 (14.2%)、60 代が 866 件 (20.5%)、70 代以上が 824 件 (19.5%)、不明が 170 件 (4.0%) だった (図 3)。

#### 5) 新規相談と継続相談

2017 年度は、新規相談件数が 311 件 (7.4%)、継続相談件数が 3,911 件 (92.6%) だった (図 4)。

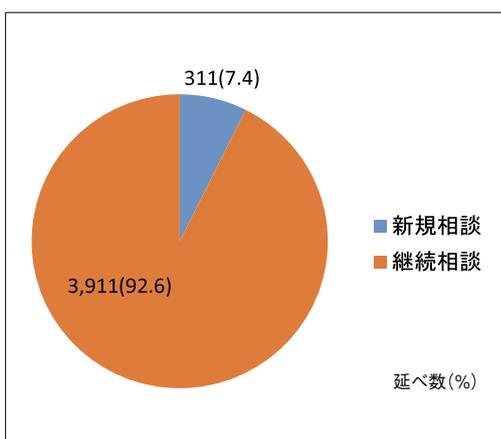


図 4 新規相談と継続相談

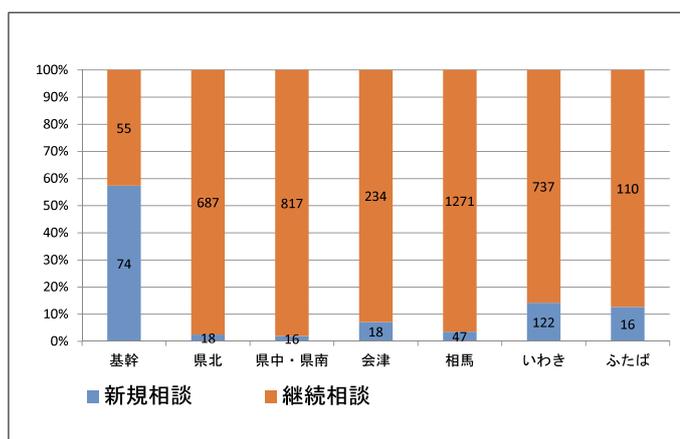


図 5 事業所別新規相談と継続相談

事業所別では、基幹センターの新規相談件数の割合が最も多く半数以上を占める (別章、ふくしま心のケアセンター被災者相談ダイヤル「ふくこライン」の相談件数を参照)。いわき方部センターとふたば出張所の新規相談は 10% を超えているが、他の事業所は殆どが継続相談である (図 5)。

## 6) 相談方法

2017年度は、訪問が2,405件(57.0%)、来所が425件(10.1%)、電話が1,281件(30.3%)、集団活動内での相談が27件(0.6%)、その他が84件(2.0%)だった(図6)。

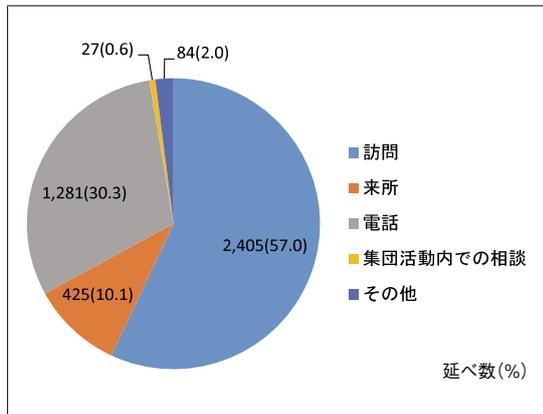


図6 相談方法

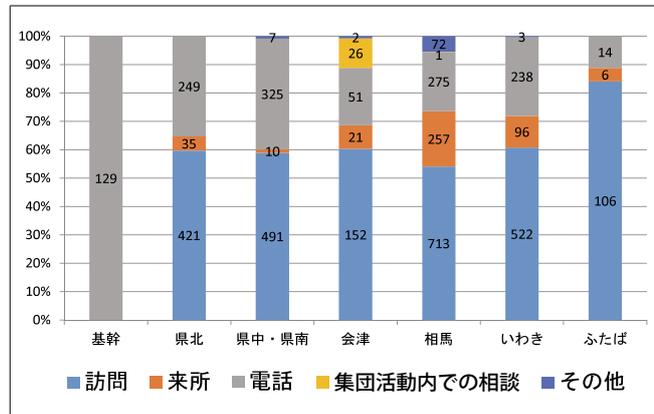


図7 事業所別相談方法の内訳

事業所別では、基幹センターは全て電話相談(ふくここライン)である。相馬方部センターは電話と来所がほぼ同等だが、他の事業所は訪問と電話が大半を占める(図7)。

## 7) 相談場所

2017年度は、自宅が1,765件(41.8%)、応急仮設住宅が258件(6.1%)、民間賃貸借上住宅が228件(5.4%)、復興公営住宅が584件(13.8%)、相談拠点が700件(16.6%)、その他が687件(16.3%)だった(図8)。

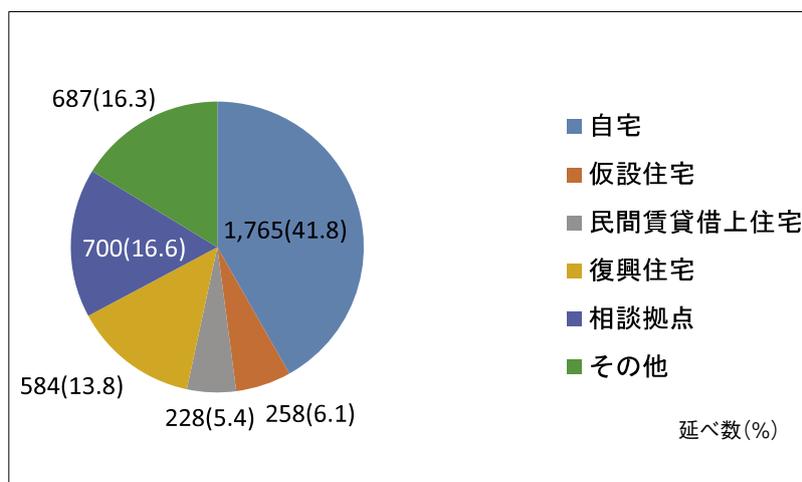


図8 相談場所

事業所別では、基幹センターと県北方部センターはその他が、県中・県南方部センターは自宅と復興公営住宅が、会津方部センターは自宅と応急仮設住宅と相談拠点、相馬方部センターといわき方部センターとふたば出張所は自宅が最も多い（図9）。

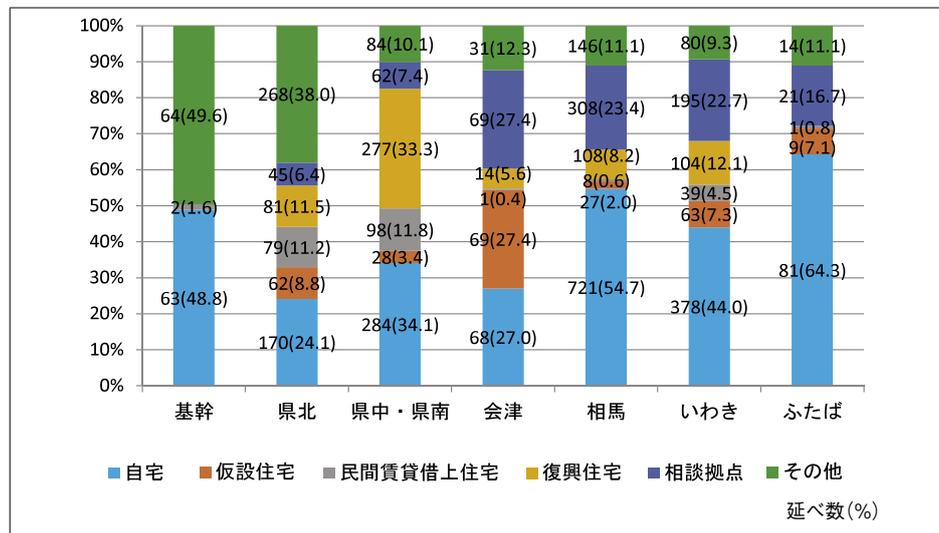
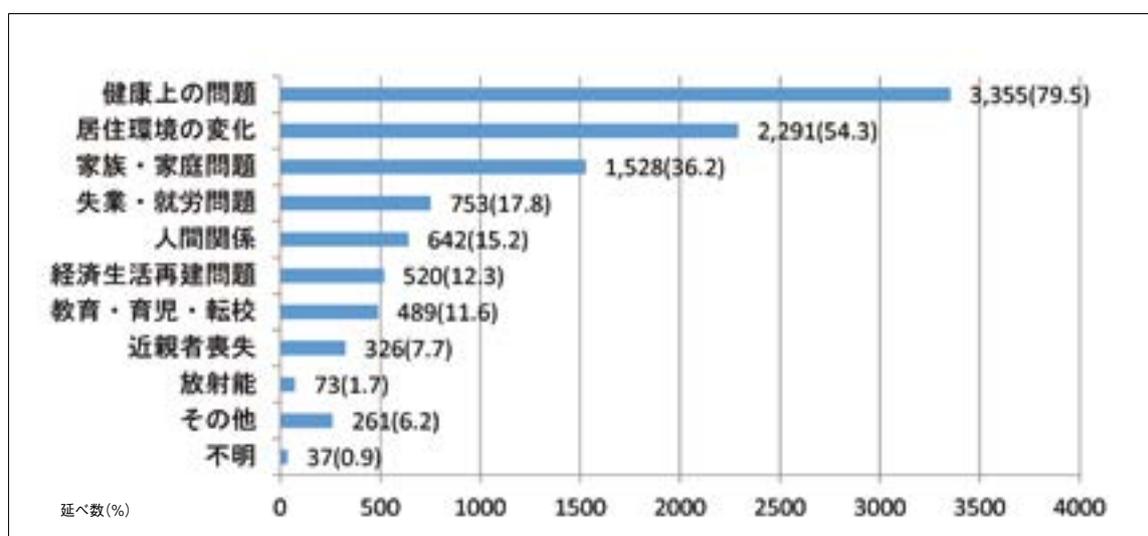


図9 事業所別相談場所の内訳

## 8) 相談背景

2017年度は、健康上の問題が3,355件（79.5%）、居住環境の変化が2,291件（54.3%）、家族・家庭問題が1,528件（36.2%）、失業・就労問題が753件（17.8%）、人間関係が642件（15.2%）、経済生活再建問題が520件（12.3%）、教育・育児・転校が489件（11.6%）、近親者喪失が326件（7.7%）、放射能が73件（1.7%）、その他が261件（6.2%）、不明が37件（0.9%）だった（図10）。



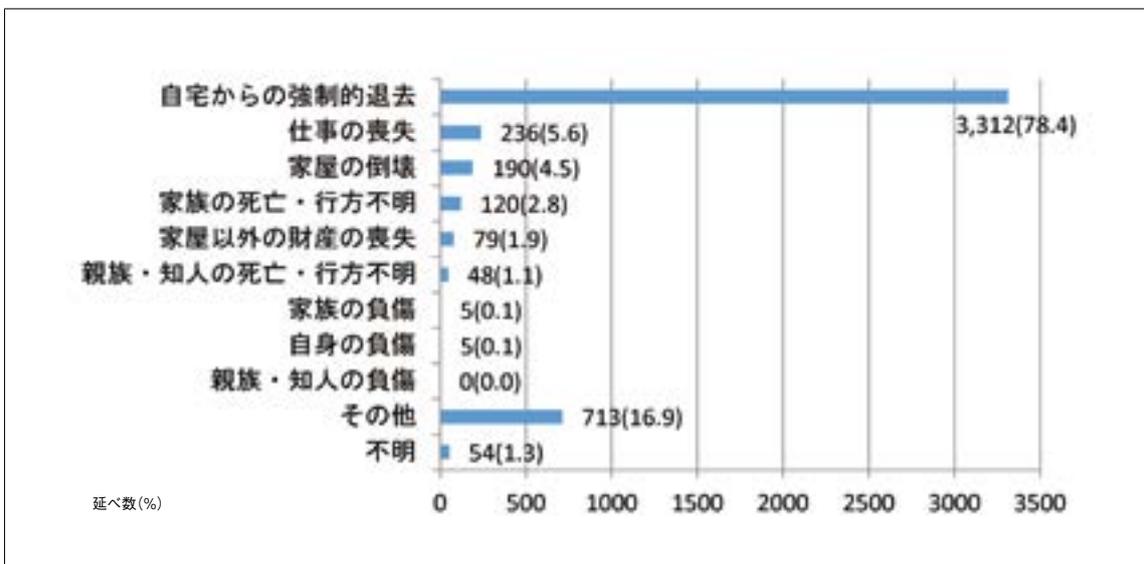
注1) 件数は複数回答である

注2) パーセンテージの母数は延べ相談件数の4,222件である

図10 相談背景

### 9) 被災状況

2017年度は、自宅からの強制的退去が3,312件(78.4%)、仕事の喪失が236件(5.6%)、家屋の倒壊が190件(4.5%)、家族の死亡・行方不明が120件(2.8%)、家屋以外の財産の喪失が79件(1.9%)、親族・知人の死亡・行方不明が48件(1.1%)、家族の負傷が5件(0.1%)、自身の負傷が5件(0.1%)、親族・知人の負傷は0件(0.0%)、その他が713件(16.9%)、不明が54件(1.3%)だった(図11)。



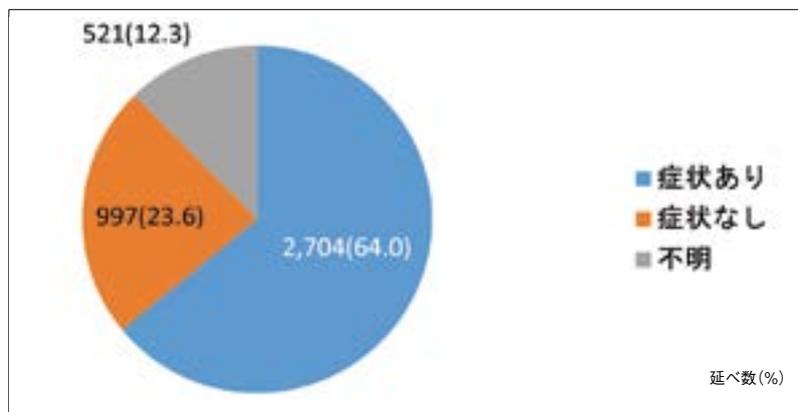
注1) 件数は複数回答である

注2) パーセンテージの母数は延べ相談件数の4,222件である

図11 被災状況

### 10) 症状の有無とその症状

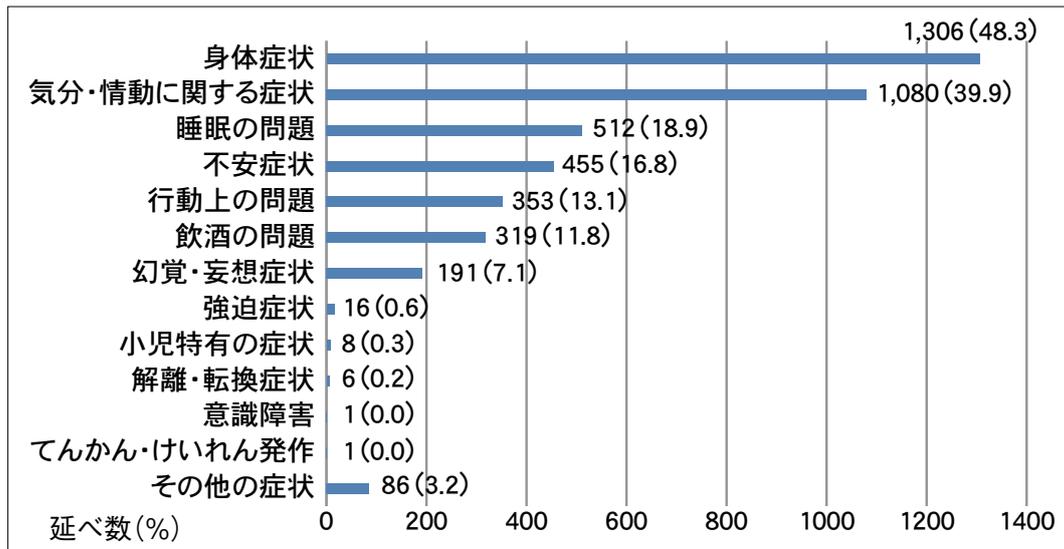
2017年度は、症状ありが2,704件(64.0%)、症状なしが997件(23.6%)、不明が521件(12.3%)であった(図12)。



注) パーセンテージの母数は延べ相談件数の4,222件である

図12 症状の有無

症状の内訳は、身体症状が 1,306 件 (48.3%)、気分・情動に関する症状が 1,080 件 (39.9%)、睡眠の問題が 512 件 (18.9%)、不安症状が 455 件 (16.8%)、行動上の問題が 353 件 (13.1%)、飲酒の問題が 319 件 (11.8%)、幻覚・妄想症状が 191 件 (7.1%)、強迫症状が 16 件 (0.6%)、小児特有の症状が 8 件 (0.3%)、解離・転換症状が 6 件 (0.2%)、意識障害が 1 件 (0.0%)、てんかん・けいれん発作が 1 件 (0.0%)、その他の症状が 86 件 (3.2%) だった (図 13)。



注 1) 件数は複数回答である

注 2) パーセンテージの母数は症状ありの 2,704 件数である

図 13 症状内訳

【参考】

身体症状、気分・情動に関する症状、睡眠の問題、不安症状、行動上の問題、飲酒の問題について内訳をグラフ化した。各症状の「その他」は記載していない。

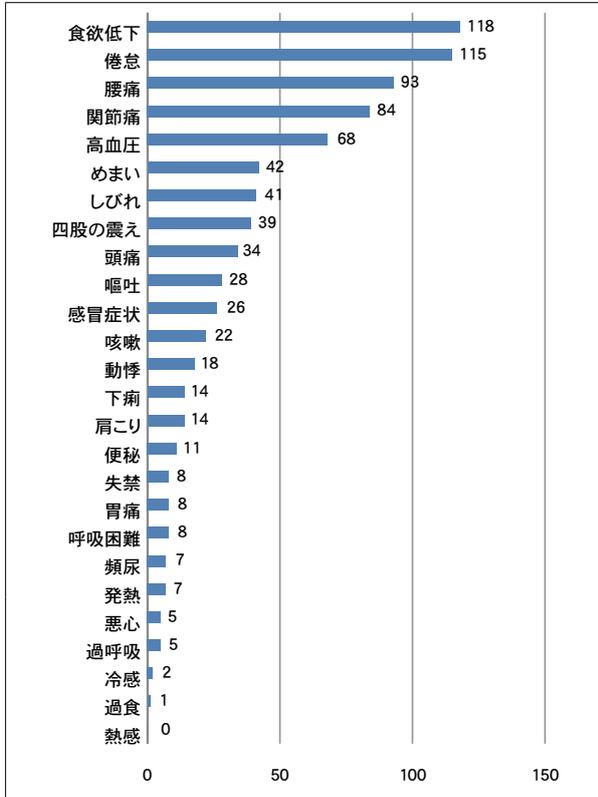


図 14 身体症状の内訳  
(複数選択 n=818)

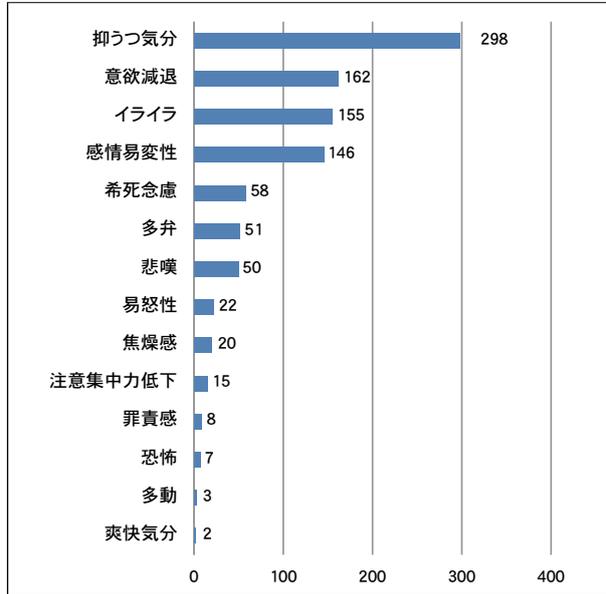


図 15 気分・情動に関する症状の内訳  
(複数選択 n=997)

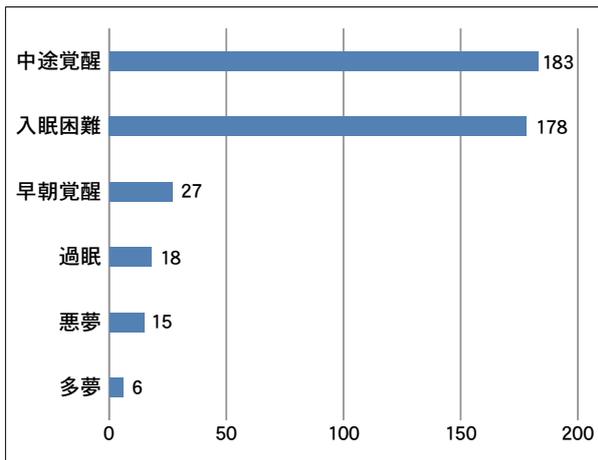


図 16 睡眠の問題の内訳  
(複数選択 n=427)

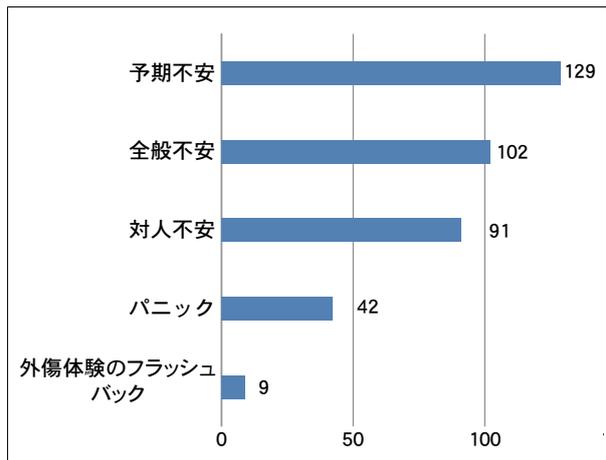


図 17 不安症状の内訳  
(複数選択 n=373)

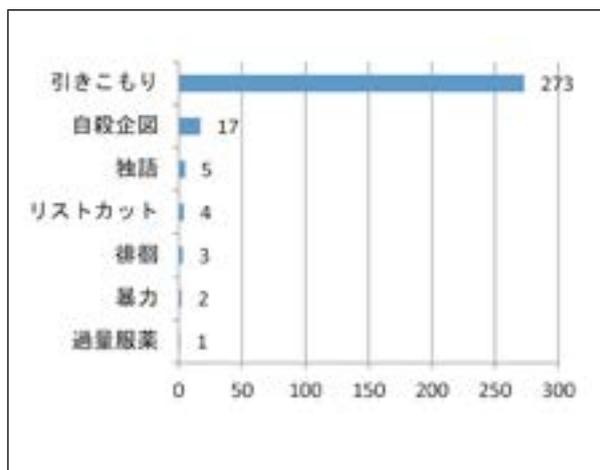


図 18 行動上の問題の内訳  
(複数選択 n=305)

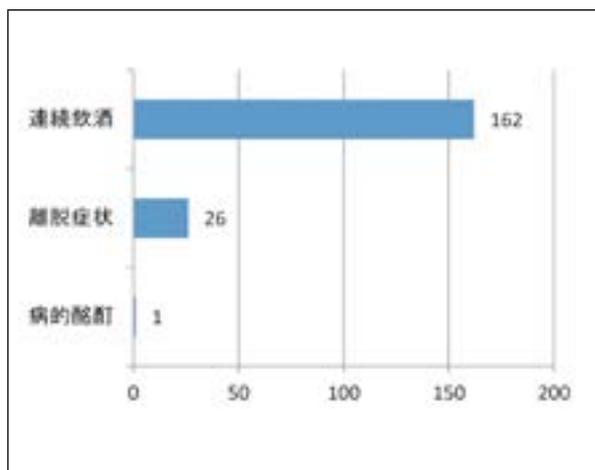


図 19 飲酒の問題の内訳  
(複数選択 n=189)

## 2. 住民支援

2017年度は、集団活動が286件（参加者3,336名）、健康調査が75件（うち不在34件）、ケース会議（対象者出席）が40件だった（表3）。

表3 住民支援

支援内容	件数
集団活動	286(3,336名)
健康調査	75(不在34)
ケース会議	40

## 3. 支援者支援

2017年度は、延べ件数が648件である。支援対象別は、学校・幼稚園・保育園の児童生徒への対応が0件、一般事業所・企業への対応が27件、地方公共団体・警察・学校・医療機関・福祉施設・国の出先機関への対応が606件、その他が15件だった。支援内容別は、支援に関する指導・相談が25件（参加者191名）、ケース会議（対象者欠席）が279件、健診支援が41件、その他が303件だった（表4）。

表4 支援者支援

		件数
支援対象別	学校・幼稚園・保育園の児童生徒への対応件数	0
	一般事業所・企業への対応件数	27
	地方公共団体・警察・学校・医療機関・福祉施設・国の出先機関への対応件数	606
	その他	15
支援内容別	支援に関する指導・相談	25
	ケース会議	279
	健診支援	41
	その他	303

#### 4. 普及・啓発

2017年度は、講演会が6件（参加者677名）、普及啓発教材配布が36件、報道機関対応が16件、ホームページ管理・更新・情報提供が41件、その他が21件だった（表5）。

表5 普及啓発

	件数
講演会	6
普及啓発教材配布	36
報道機関対応	16
ホームページ管理・更新・情報提供	41
その他	21

#### 5. 人材育成・研修

2017年度は、専門家向け講演・研修会が63件（参加者1,692名）、一般向け講演会・研修会が18件（参加者404名）、事例検討会が3件（参加者29名）、その他18件（294名）だった（表6）。

表6 人材育成・研修

	件数	人数
専門家向け講演会・研修会	63	1,692
一般向け講演会・研修会	18	404
事例検討会	3	29
その他	18	294

## 6. まとめ

- ・相談支援件数は、延べ件数で4,222件であった。相談支援件数の半数以上が浜通り地域の方部センターおよび出張所での対応件数であった。
- ・相談者の性別は、ほぼ1:1であった。
- ・相談者の年代は、60代が最多で、次いで70代以上、40代と続く。
- ・新規相談と継続相談の割合は、継続相談が9割以上を占めている。
- ・相談方法は、訪問が約6割を占めており、次いで電話、来所となっている。
- ・相談場所は、自宅での相談が4割を超えており自宅再建の動きなどが影響していると思われる。
- ・相談背景は、健康上の問題が最も多く、約8割を占めている。次いで居住環境の変化、家族・家庭問題と続いている。
- ・被災状況は、自宅からの強制的退去が最も多く、原発事故に伴う被災者からの相談が多いということを表していると思われる。
- ・症状は身体症状、気分・情動に関する症状で半数以上を占めている。

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」の  
件数報告

## 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」について

### 概要

被災者相談ダイヤル「ふくここライン」（以下、「ふくここライン」）は、ふくしま心のケアセンター（以下、当センター）基幹センター内に設置された専用回線である。この「ふくここライン」は2012年11月19日に電話相談を開始し、土日祝日、年末年始を除く月～金曜日の9:00～12:00、13:00～17:00に、基幹センターの専門員が交代で電話相談を受けている。

ここでは2017年度に「ふくここライン」で受けた電話相談の実績について報告する。なお、以下のデータは「ふくここライン」にかかってきた電話の受信件数を単純に積算したものである。

### 1. 相談件数

延べ件数は、129件であり、新規相談件数が73件（56.6%）、再相談件数は56件（43.4%）だった。

### 2. 相談利用者の性別

女性109件（84.5%）、男性20件（15.5%）だった。（図1）。

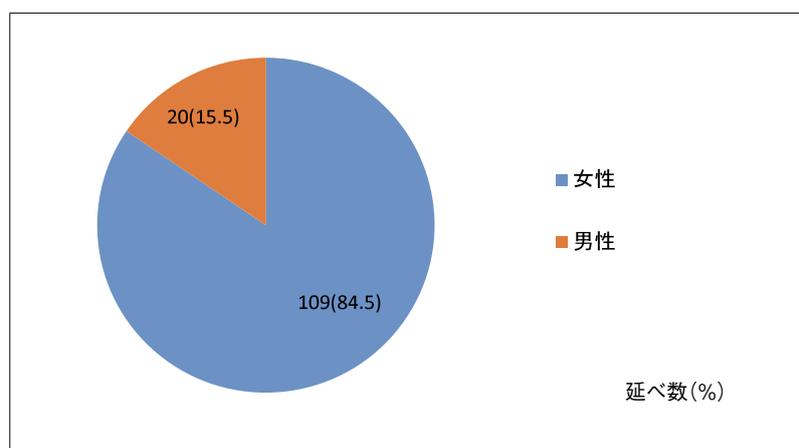


図1 性別

### 3. 相談利用者の年齢内訳

電話相談の場合は、その匿名性から生年月日や年齢を特定するのが難しく「不明」が多い（図2）。

20代が1件（0.8%）、30代が4件（3.1%）、40代が24件（18.6%）、50代が12件（9.3%）、60代が7件（5.4%）、70代以上が11件（8.5%）、不明が70件（54.3%）だった。なお、10代以下は0件だった。

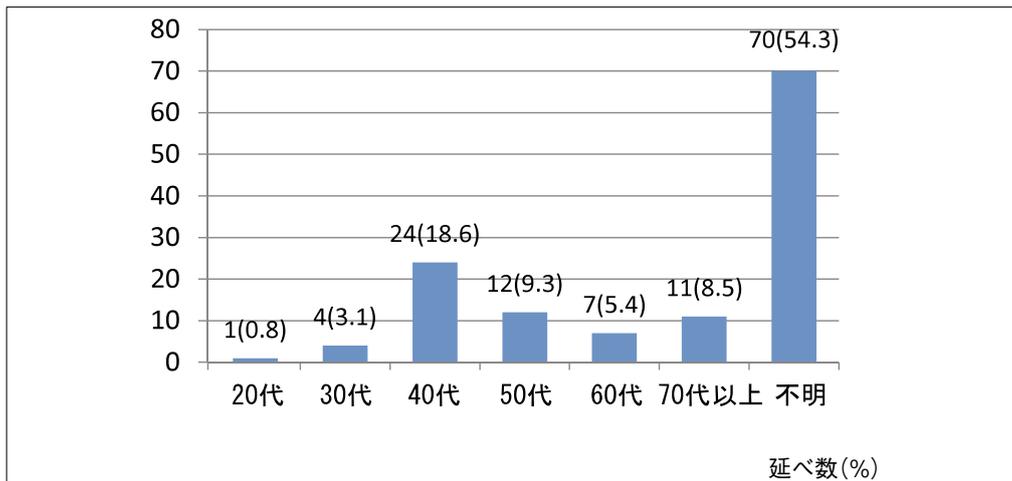


図2 年代

### 4. 相談対象者の内訳

本人が128件（99.2%）、兄弟姉妹が1件（0.8%）だった（図3）。

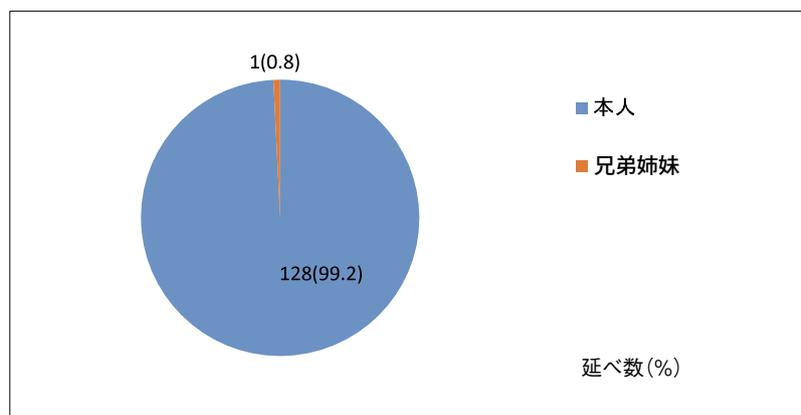


図3 相談対象者

### 5. 相談経路

市町村と県保健福祉事務所が各1件（0.8%）、当センターホームページが4件（3.1%）、県内のテレビ・ラジオのスポット放送や県民健康調査の調査票にふくここラインのチラシを同封し対象者に郵送するなどの広告・広報が69件（53.5%）、その他が17件（13.2%）、不明が37件（28.6%）だった（図4）。

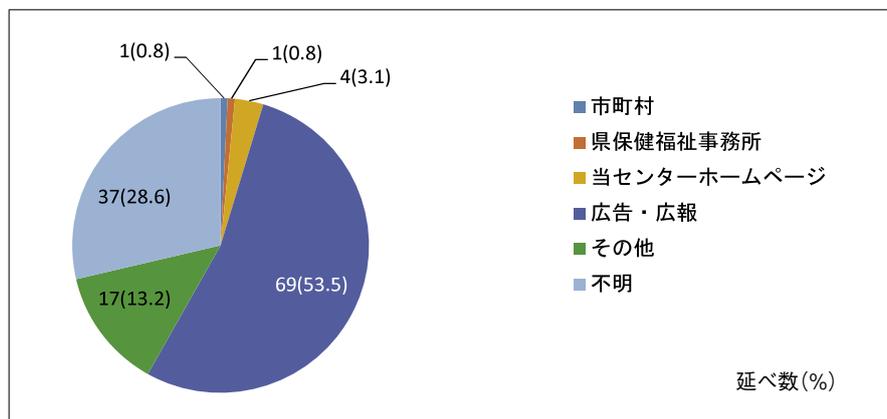


図4 相談経路

## 6. 利用者の居住地

利用者の震災前の居住地は、県北地域が5件（3.9%）、県中地域が2件（1.6%）、県南地域が1件（0.8%）、相双地域が57件（44.2%）、いわき市が50件（38.7%）、県外が1件（0.8%）、不明が13件（10.0%）だった。

震災後の居住地は、県北地域が15件（11.6%）、県中地域が12件（9.3%）、県南地域が1件（0.8%）、相双地域が12件（9.3%）、いわき市が50件（38.8%）、会津地域が2件（1.6%）、県外が23件（17.8%）、不明が14件（10.8%）だった（図5）。

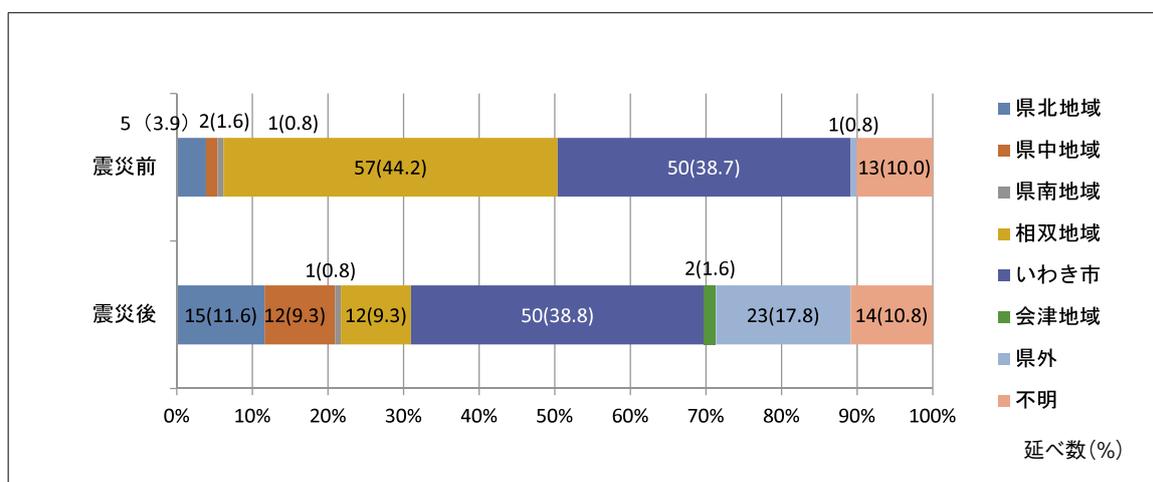


図5 相談者の居住地

## 7. 相談内容

体の不調に関することが14件（10.9%）、震災・原発被害に関する喪失・ストレスが11件（8.5%）、避難生活に関することが26件（20.1%）、将来不安・生活不安が5件（3.9%）、既往症・元来の病気が10件（7.8%）、その他が63件（48.8%）であり家族関係や近隣住民、職場などの人間関係に関するものが多かった（図6）。

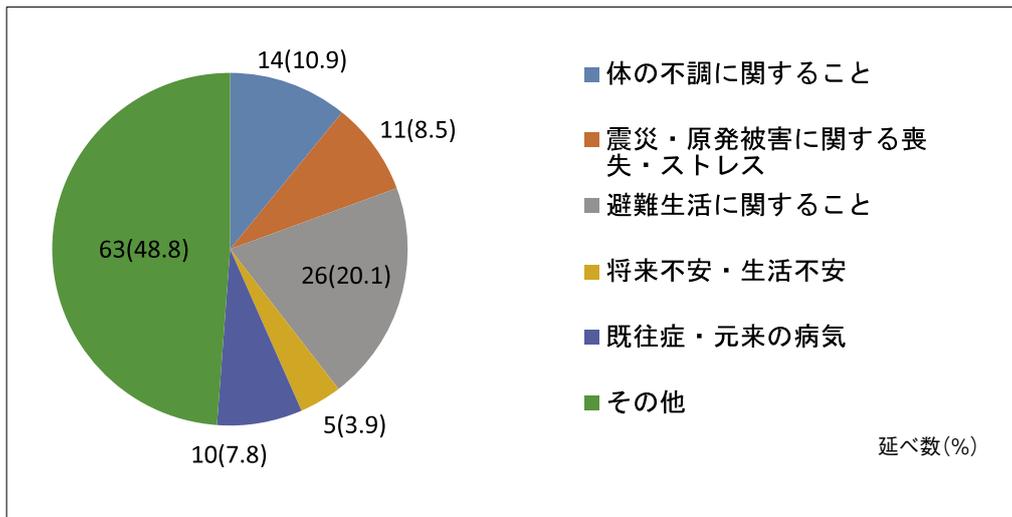


図6 相談内容

## 8. 相談時間

30分以下が53件（41.1%）、31分から60分が47件（36.4%）、61分以上が29件（22.5%）だった（図7）。

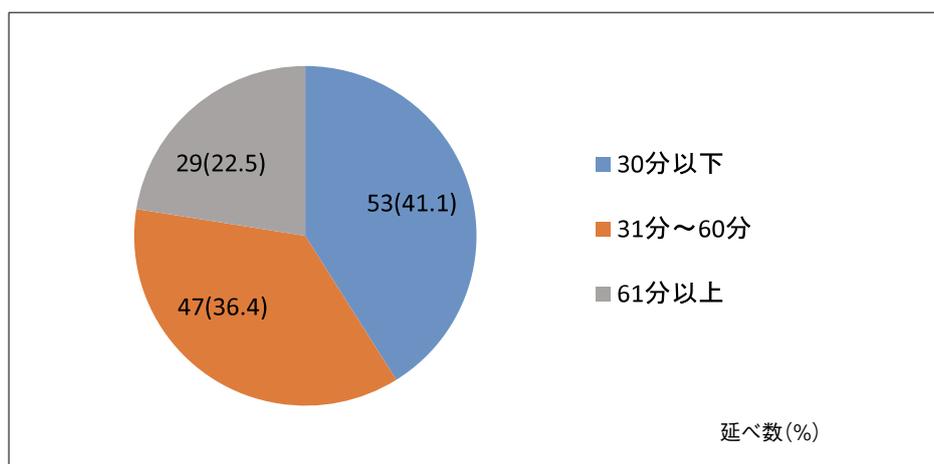


図7 相談時間

## 9. 相談対応

助言が 34 件 (26.3%)、他機関相談勧奨が 21 件 (16.3%)、受診勧奨が 4 件 (3.1%)、主治医への相談勧奨が 2 件 (1.6%)、その他が 68 件 (52.7%) で傾聴等を行った (図 8)。

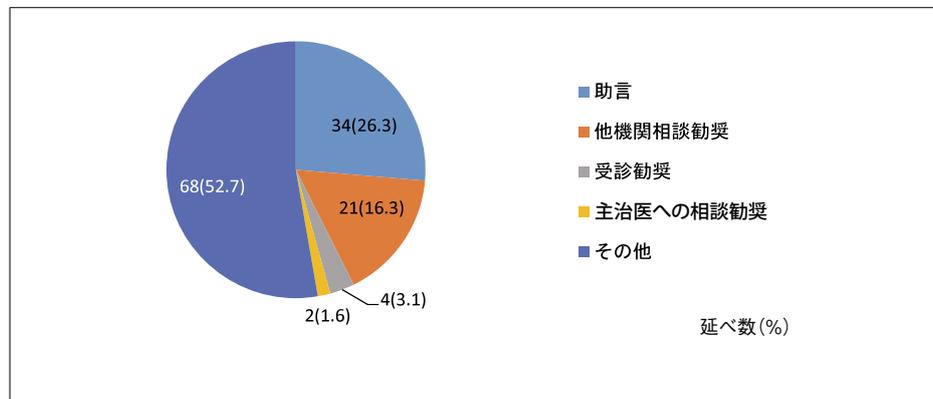


図 8 相談対応

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)

## 当センターにおけるアルコール対策について

この数年、多くの避難市町村が帰還を開始したが、帰還が順調に進んでいるとは言い難く今なお多くの人々が避難生活を余儀なくされている。そのような中で県からの委託事業である「地域アルコール対応力強化事業」は5年目に入った。この間、自殺予防という観点も踏まえ、問題飲酒行動の一次予防に力点を置き、節酒アプローチを県内、特に被災地に根付かせるための様々な試みを肥前精神医療センターの協力を得つつ積極的に展開してきた。その甲斐もあって、また我が国のアルコール対策の趨勢からも、節酒アプローチは少しずつ県内に根付き始めたものと考えられる。

2017年度は専門職研修をいわき市と郡山市で行い、また、いわき大交流フェスタでもブースを設け、アピールに努めた。最近ではアルコール使用障害の家族を持つ方々への支援として家族支援（CRAFT）も積極的に展開している。以下に2018年度の活動の記録を紹介するとともに、今後とも福島県立医大や県、市町村など関係諸機関のご協力とご支援を賜れば幸甚である。

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)  
平成 29 年度 報告書

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

## 目 次

1. アルコール・プロジェクトの概要 .....	76
1) 地域アルコール対応力強化事業の目的	
2) アルコール・プロジェクトのメンバー	
2. 専門職研修会の開催 .....	77
1) 第一回関係者向け研修会	
2) 第二回関係者向け研修会	
3) TV 会議システムを用いた研修会	
3. 住民に向けた普及啓発等の活動.....	82
1) 双葉町健診結果返却説明会時の AUDIT についての講話と記入支援	
2) いわき大交流フェスタにおけるブース出展	
3) 福島県県中保健福祉事務所アルコール関連問題市民公開講座への協力	
4) アルコール関連問題啓発週間事業「飲酒運転撲滅」駅前キャンペーンへの協力	
5) 啓発リーフレットの作成	
6) 福島県相双保健福祉事務所アルコール家族相談会における講師	
7) その他の協力事業	
4. 課題と展望 .....	90

## 1. アルコール・プロジェクトの概要

ふくしま心のケアセンター「アルコール・プロジェクト」は、福島県より委託された地域アルコール対応力強化事業を実施するために、平成26年4月に発足した。活動の概要は以下の通りである。

- ① 専門職のスキルアップを図るための研修会の開催
- ② 市民に対する啓発を行なうための市民公開講座の開催
- ③ 被災地において支援活動を行なうためのモデル事業の展開

### 1) 地域アルコール対応力強化事業の目的

東日本大震災及び原子力事故による環境の変化や見通しが立たない避難生活等は、多くの県民に多種多様なストレス症状を引き起こしており、うつ傾向の割合の増加が見られている。また、仮設住宅等に訪問している支援者からは、飲酒が絡む相談や支援の困難さが報告されている。ふくしま心のケアセンターの飲酒が絡む相談件数の経年変化を見ても、平成25年度は284件、平成26年度は404件、平成27年度は525件、平成28年度は787件と、右肩上がりに増加している。

このような背景から、今まで以上にアルコール関連問題への取り組みを強化する必要があり、ふくしま心のケアセンター内にプロジェクトチームを設置し活動を続けている。更に、福島県立医科大学と連携して、地域支援者の人材育成を通して、地域のアルコール関連問題への対応力強化を図ると共に、被災者への支援及び普及啓発を展開している。

### 2) アルコール・プロジェクトのメンバー

- 前田正治（ふくしま心のケアセンター副所長 福島県立医科大学災害こころの医学講座 主任教授）
- ◎鴻巣泰治（ふくしま心のケアセンター基幹センター 企画課長）
- 岩見祐亮（ふくしま心のケアセンター基幹センター 主任専門員）
- 石真実（ふくしま心のケアセンター基幹センター 専門員）
- 松田聡一郎（ふくしま心のケアセンター県北方部センター 方部課長）
- 大越寛大（ふくしま心のケアセンター県中・県南方部センター 専門員）
- 後藤弓子（ふくしま心のケアセンターいわき方部センター 方部課長）
- 浜名綾（ふくしま心のケアセンターいわき方部センター 専門員）
- 米倉一磨（ふくしま心のケアセンター相馬方部センター センター長）
- ※柴田清瑞（福島県保健福祉部障がい福祉課 主任主査）
- ※佐藤しのぶ（福島県精神保健福祉センター 主任保健技師）
- ※上田由桂（福島県立医科大学放射線医学県民健康管理センター 助手）
- 【総務担当】相山末希子（ふくしま心のケアセンター基幹センター 総務財務課長）
- 【研修担当】松島輝明（ふくしま心のケアセンター基幹センター 専門員）

◎チームリーダー ○サブリーダー ※オブザーバー

## 2. 専門職研修会の開催

### 1) 第一回関係者向け研修会

目的：住民の関心が高い“健康”や“生活習慣病”とアルコールの関連性に視点を置き、保健指導の一環としての介入方法を学ぶ。アルコール関連問題のスクリーニングをはじめ、節酒支援の知識とスキルを身につけることにより、福島県における支援者のアルコール関連問題への対応力を強化する。

日時：平成29年7月13日（木） 13時30分～16時30分

場所：いわき市社会福祉センター 大会議室

対象：被災者支援に携わる支援者、医療・保健・福祉従事者

参加者：60名（スタッフ含）

内容：講演「10分で出来る！保健指導としての節酒支援」

講師 地方独立行政法人 佐賀県医療センター好生館  
福田 貴博 先生

主催：（一社）福島県精神保健福祉協会ふくしま心のケアセンター

共催：福島県

後援：郡山市、いわき市、公立大学法人 福島県立医科大学



## 2) 第二回関係者向け研修会

目的：住民の関心が高い“健康”や“生活習慣病”とアルコールの関連性に視点を置き、保健指導の一環としての介入方法を学ぶ。アルコール関連問題のスクリーニングをはじめ、節酒支援の知識とスキルを身につけることにより、福島県における支援者のアルコール関連問題への対応力を強化する。

日時：平成 29 年 7 月 14 日（金） 10 時 30 分～14 時 30 分

場所：郡山市音楽・文化交流館（ミュージカルがくと館）大ホール

対象：被災者支援に携わる支援者、医療・保健・福祉従事者

参加者：93 名（スタッフ含）

内容：講演「10 分で出来る！保健指導としての節酒支援」

講師 地方独立行政法人 佐賀県医療センター好生館

福田 貴博 先生

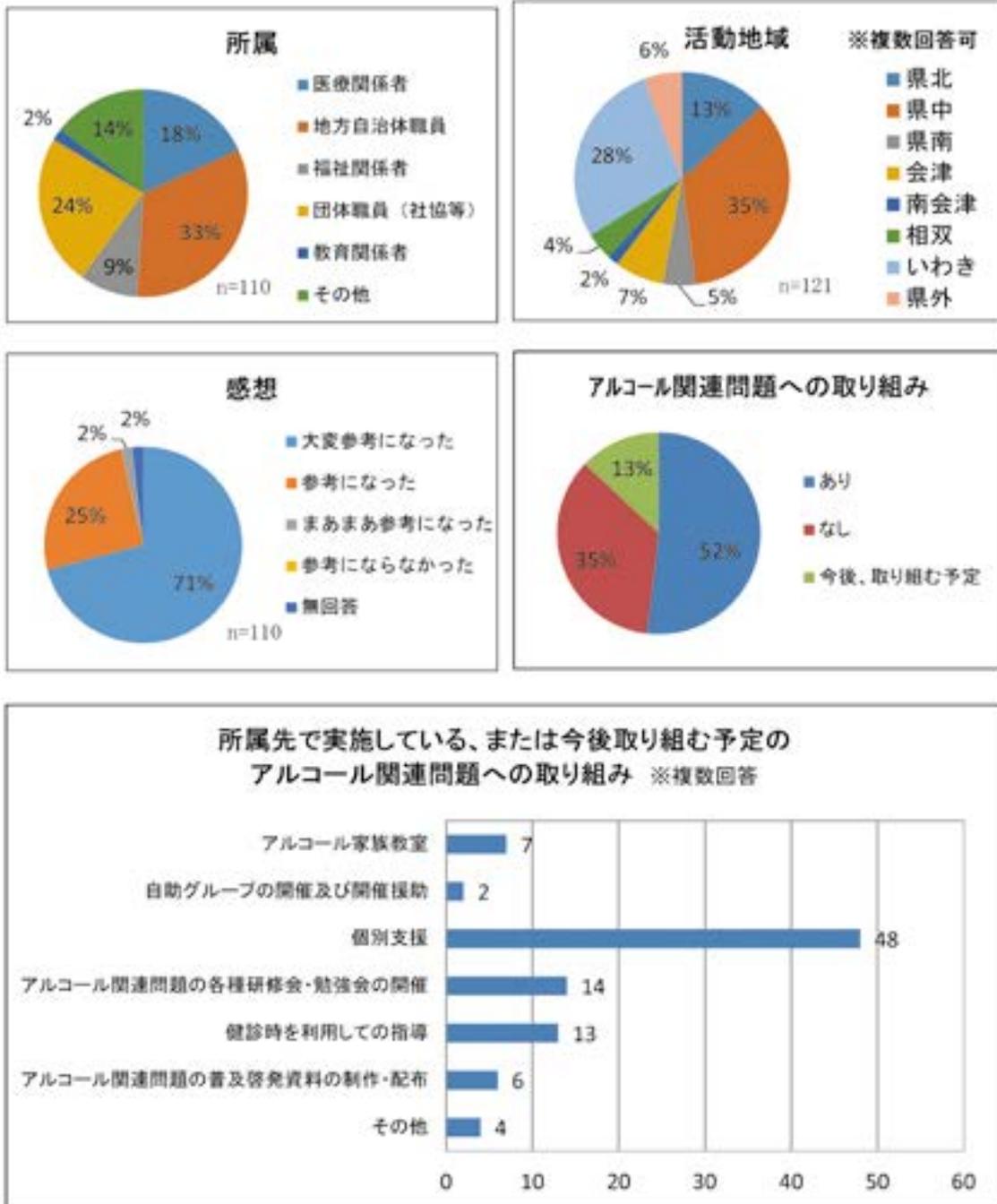
主催：（一社）福島県精神保健福祉協会ふくしま心のケアセンター

共催：福島県

後援：郡山市、いわき市、公立大学法人 福島県立医科大学



■ 第一回及び第二回関係者向け研修会アンケート結果（回収 110 件／参加者 153 名）



■ 参加者のアルコール関連問題に関する困りごと（アンケートより一部抜粋）

- ・電話での介入の限界。
- ・相談の対象が家族であることが多いため、どのような支援をすればよいのか。
- ・独居の対象者への支援・介入。
- ・アルコール依存症を治療できる専門病院が限られていること。
- ・アルコール依存症とうつ等で併発している方の支援。
- ・避難住民で一人暮らしの男性がアルコールを朝から摂取する方が多く、ノンアルコールで代用してもらってもすぐに元に戻ってしまい、効果がない。他に対応の方法が不明。
- ・アルコール依存症で入退院を繰り返している人が在宅復帰中に近隣の店へ酒類を買いに行っており、販売先の店主も「売らないと暴れるので困る」と結局売ってしまっている。

■ 参加者の感想（アンケートより一部抜粋）

- ・「ドリンク」<sup>1)</sup>の単位や考え方について大変よく分かった。今後の活動に活かそうである。
- ・お酒の単位（ドリンク）を知る事ができ良かった。
- ・「節酒」を中心にアプローチしている。アプローチの引き出しを多くもつことの大切さを感じた。取り組み方について参考になった。ドリンク概念を広げられるとよい。
- ・色々な考え方があるのだと知れただけでも勉強になった。
- ・今後の指導に参考にさせて頂きたい。
- ・医療の知識はないが、大変わかりやすく、理解できた。これからの活動にいかして行きたい。ロールプレイング後のアドバイスも実践に役立つと思う。
- ・分かりやすい説明でワークの時間もあり、保健師としてやれそうかなという印象。
- ・目標設定の考え方、分かりやすかった。「ドリンク」という考え方を広めていくことを行っていきたい。
- ・初めてドリンクという単位を聞きました。今後の保健指導で活かしたい。
- ・保健師にとっては良い内容だが、相談員には保健指導という内容では難しいのではないかと。より身近な話の中で（訪問の場面）でどうアルコール減酒をめざすか聞きたい。
- ・健康指導にそった形でのアルコールの保健指導で分かりやすい内容だった。
- ・自分の節酒のきっかけになった。
- ・依存症の方と関わって困難さを常に感じていた。今日対象者と言われる方々については問題意識が低かったので、今後の活動の仕方に活かしていきたい。
- ・今日の様に実践に生かせる研修は参加したいと思う。

## 3) TV 会議システムを用いた研修会

目的：アルコール関連問題に関して、特に早期介入、動機付け面接、節酒による介入方法を学ぶことによって、アルコールによる健康障害や依存症の予防に関する効果的な支援方法を学び、アルコール関連問題への地域の対応力強化を図る。TV 会議のネットワークは、独立行政法人国立病院機構肥前精神医療センターを中心に、同久里浜医療センター、同琉球病院、同花巻病院などが参加している。なお、研修会の進行、およびテーマや講師の選定は、独立行政法人国立病院機構肥前精神医療センターが行う。

場 所：ふくしま心のケアセンター いわき方部センター

日時	内容	参加者※スタッフ含
5/10	講義「アルコール依存症に対する簡易介入の適応をめぐる研究」 講師 国立病院機構 肥前精神医療センター 杠(ゆずりは) 岳文 先生	9名
6/14	講義「アルコール依存症予防のための 簡易介入プログラム開発と効果評価に関する研究」 講師 国立病院機構 肥前精神医療センター 杠 岳文 先生 文献抄読「大地震後にアルコール問題を抱える中国の村民を支援する 簡易介入のフィージビリティスタディ(実用可能性研究)」 講師 国立病院機構 肥前精神医療センター 杠 岳文 先生	8名
7/12	講義「第113回日本精神神経学会学術総会報告 アルコール依存症の治療・・・断酒か節酒かの判断基準を考える」 講師 国立病院機構 肥前精神医療センター 杠 岳文 先生	5名
9/13	講義「A島における節酒指導」 「A社におけるブリーフ・インターベンション」 講師 国立病院機構 久里浜医療センター 真栄里(まえさと) 仁 先生	7名
10/4	講義「AUDIT調査のこれまで」 「DASHプログラム案のご紹介」 講師 国立病院機構 肥前精神医療センター 杠 岳文 先生 話題提供「ふくしま心のケアセンターのリーフレットについて」 ふくしま心のケアセンター 鴻巣(こうのす) 泰治	5名
11/1	講義「飲酒により誘導される皮膚色素沈着の研究」 講師 国立学校法人 佐賀大学医学部 松本 明子 先生 文献抄読「看護師が行う簡易介入について」 講師 国立病院機構 肥前精神医療センター 杠 岳文 先生	6名
3/7	講義「地域(豊中市)での飲酒実態調査結果の概要(報告)」 講師 国立病院機構 肥前精神医療センター 杠 岳文 先生 文献抄読「海外でのブリーフ・インターベンションの取り組み」 講師 国立病院機構 肥前精神医療センター 杠 岳文 先生 話題提供「高齢者向けアルコールリーフレットの作成について」 ふくしま心のケアセンター 鴻巣 泰治	9名

### 3. 住民に向けた普及啓発等の活動

#### 1) 双葉町健診結果返却説明会時の AUDIT についての講話と記入支援

目的：アルコール依存症者や多量飲酒者のスクリーニングを主の目的とするのではなく、広く住民を対象にアルコール関連問題の啓発を行うことと飲酒問題への意識づけをすることが目的である。参加者全員に飲酒習慣スクリーニングテスト（AUDIT）を実施するだけでも最小限の介入となり、結果の振り返りとして節酒指導も可能となる。

期間：平成 29 年 10 月～12 月 全 7 回

場所：健診結果返却説明会の各会場

対象：健診結果返却説明会の来場者全員

内容：「楽しくお酒を飲み続けるために・・・」のタイトルで、全参加者へ 10 分間の講話を実施。AUDIT の設問を講話中に活用し、適正飲酒の知識の普及啓発を行った。また、飲酒者へ個別に AUDIT の記入支援を実施し、保健師の個別相談に繋いだ。

結果：健診結果返却説明会の来場者 205 名

「飲酒あり・AUDIT 実施者」の方が 48 名（23%：来場者中割合）

AUDIT 点数：2 点～21 点（平均 6.6 点）

ドリンク数：0～11（平均 3.6 ドリンク）

- ・これまで、アルコール・プロジェクトでは被災者への直接介入の方法を探ってきたが、事業の実施までには至っていなかった。まず、節酒指導の対象となる住民に出会うことや、住民に直接介入する機会が少ないという困難さがあった。双葉町から 2 年連続でケアセンターに協力依頼があったことで、直接介入できる機会が得られた。
- ・本年は、双葉町と協議し参加者全員に対して 10 分間の AUDIT の講話を実施した。
- ・来場者は健康意識が高く、AUDIT や節酒指導を受け入れやすい傾向があった。健診結果返却説明会を活用することは、健康支援の一環としてより自然な形で実施できることから効果的な介入手段の一つであると考えられる。
- ・プロジェクト内で、10 分間の講話、解説リーフレット等、健診結果返却説明会時用一連のパッケージ化を図った。講話用のパワーポイント及びシナリオを作成し、講話を実施した。高齢者向けリーフレットを作成し、必要な情報について普及啓発を図れるようにした。
- ・今後は、パッケージを活用し自治体職員が自ら実施できるよう協力を行う。
- ・双葉町は AUDIT や節酒支援等に関心が高いため健診結果返却説明会に協力し住民に対して直接介入が実現した。今後は他の市町村へどのように広げて行くかが課題である。
- ・昨年度はケアセンターオリジナルのリーフレット「適正飲酒のすすめ」を作成し活用したが、今年度は、国立病院機構肥前精神医療センターの杠岳文先生と

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の監修のもと、手にした時に理解が進むようポイントを絞った高齢者版リーフレット「お酒と健康」「飲酒量の目安」の2種類を作成した。本事業では、このリーフレットを活用して節酒指導を実施。リーフレットを読んでもらいたい対象者へ届けるための機会にもなった。

本年度の特徴：

- ・健診結果返却説明会参加者全員に向けての10分間の講話を実施した。
- ・健診結果返却説明会用に内容のパッケージ化を行った。
- ・双葉町が主体となって実施できるよう、事業の移行を見据えた支援を行った。



## 2) いわき大交流フェスタにおけるブース出展

「自分のお酒に対しての体質をチェックしながら、心の健康について一緒に考えてみませんか」というテーマで、一般市民に対して睡眠という切り口から、寝酒、飲酒、アルコール関連問題の普及啓発を実施した。

日 時：平成 29 年 10 月 28 日（土） 10:00～15:00

場 所：いわき市 21 世紀の森公園屋内多目的広場

対 象：一般市民

来場者：総来場者 4,300 名 当ブース参加者約 200 名

内 容：アルコールバッチテスト実施者 119 名 健康相談 3 名

主 催：福島県いわき地方振興局

※職員 3 名（アルコール・プロジェクトメンバー 2 名、いわき方部センター職員 1 名）を派遣し運営した。



## 3) 福島県県中保健福祉事務所アルコール関連問題市民公開講座への協力

目 的：近年増加している高齢者のアルコール依存症の予防・回復の一助として、家族や関係機関担当者等が高齢者のアルコール関連問題に関する正しい知識と適切な対応方法を獲得することを目的に市民公開講座を行う。

日 時：平成 29 年度 9 月 6 日（水） 13:30～16:00

場 所：郡山市音楽・文化交流館 ミューカルがくと館大ホール

対 象：アルコール関連問題を抱えている本人、家族、支援関係者、その他関心のある者  
参加者：66 名

内 容：講演「高齢者のアルコール依存症～予防と回復のための対応～」

講師 福島大学大学院 人間発達文化研究科 特任教授 安部 郁子 先生

主 催：福島県県中保健福祉事務所

共 催：郡山市、(一社)福島県精神保健福祉協会ふくしま心のケアセンター

※職員 2 名を派遣し運営協力を行った。



#### 4) アルコール関連問題啓発週間事業「飲酒運転撲滅」駅前キャンペーンへの協力

目的：一般住民に向けた飲酒運転やアルコールによる健康への影響など、アルコール問題に関する知識の普及を行い、関心を高めること。

日時：平成 29 年 11 月 12 日（日）9:00～11:00

場所：JR 郡山駅 郡山駅西口駅前広場、ピボット前、西口中央出入口前、エスバル出入り口前

内容：飲酒運転撲滅のチラシ及びティッシュ配り 1,000 セット

対象：通行される一般市民

主催：公益社団法人 全日本断酒連盟

後援：内閣府、厚生労働省、警察庁

協力：(一社) 福島県精神保健福祉協会ふくしま心のケアセンター

スタッフ：25 名（断酒会 20 名、県 3 名、ふくしま心のケアセンター 2 名）



#### 5) 啓発リーフレットの作成

国立病院機構肥前精神医療センターの杠岳文先生と、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の監修のもと、ふくしま心のケアセンターオリジナルの高齢者版リーフレット「お酒と健康」「飲酒量の目安」を作成した。高齢者にも分かりやすく、理解しやすいよう工夫し制作した。

このリーフレットは、いわき大交流フェスタや双葉町健診結果返却説明会の事業において広く配布した。

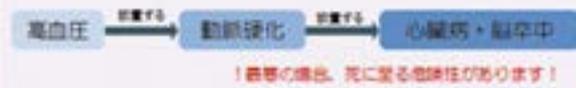
※次ページにリーフレットを掲載。

# お酒と健康

身体や年齢に合った飲み方で、いつまでも健康にお酒を楽しみましょう。

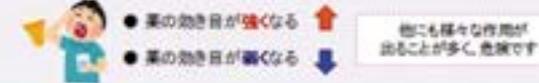
## ◆お酒と血圧の関係

お酒には血管を拡張する作用があるため、飲酒している最中は血圧が下がりますが、習慣的に飲酒を続けていると血圧が上昇することがわかっています。毎日飲酒する人は、飲まない人と比べて血圧が高くなります。



## ◆薬を飲んだらお酒は飲まない

薬とお酒を一緒に飲むと、以下のような副作用が出る場合があります。



## ◆お酒を飲むと睡眠の質は下がります

アルコールには興奮を良くする効果がありますが、その一方で深い眠りを妨げるため、寝るものもは浅くなります。他にも、こんな影響があります。



## ◆身体がお酒を分解する力

身体がお酒を分解する力のことを代謝といい、物質の生成や分解作用のことを指します。お酒を飲むと、アルコール成分の分解・処理を行う代謝の働きは肝臓で行われます。代謝は体質や年齢、性別によって個人差があります。



## お酒の分解時間はどのくらい?

日本酒 (15%)	ビール (5%)	生チューハイ (7%)	焼酎 (24%)	ワイン (12%)	
1合	300ml	500ml	200ml	1合	グラス1杯
5時間	3.5時間	5時間	5時間	8時間	2.5時間



生ビール(500ml)を1本、日本酒2合飲むと、アルコールを分解するまでに15時間かかります。つまり、夜の8時に飲んだ場合、全てのアルコールが分解されるのは翌日の昼の12時となります。

# 飲酒量のめやす

## ◆お酒には適切な飲酒量があります。

普段の飲酒量を確認してみましょう。

### 節度ある適度な飲酒量

- お酒に強い健康な男性は、1日に 日本酒1合×焼酎0.5合×ビール500mlまで。
- お酒に弱い人、女性、65歳以上、病気のある人は、この半分の量が目安です。

- 健康のポイント
- ◆ 週に2日は休肝日を作りましょう。
  - ◆ 飲酒すると顔が赤くなる人などは、これよりも少ない量にする必要があります。
  - ◆ 今よりも飲酒量が増えると、寿命に影響が出始めることが日本の研究で判明しています。

**豆知識** 一方で、男性で飲酒量の目安が過剰か? 女性は、男性よりも肝臓が小さい。女性ホルモンがアルコールの分解の邪魔をする。…などが影響すると言われています。

## 生活習慣病の危険を高める量

- 男性は1日に 日本酒2合×焼酎1合×ビール1000mlまで。
- 女性は1日に 日本酒1合×焼酎0.5合×ビール500mlまで。

健康のポイント

- ◆ 今の量を飲み続けると、生活習慣病になる危険性があります。
- ◆ すでに病気がある人は、改善しないまたは悪化する場合があります。

## 多量飲酒(飲み過ぎ)

- 1日に日本酒3合×焼酎1.5合×ビール1500mlを超えて飲む人を多量飲酒者といいます。

健康のポイント

- ◆ 今は自覚症状がまだなくても、数年でアルコール依存症や肝硬変などの病気にかかる可能性が高まる場合があります。
- ◆ 飲酒日記をつけて、1日にどのくらいお酒を飲んでいるのか振り返ってみましょう。

## 6) 福島県相双保健福祉事務所アルコール家族相談会における講師

目的：相双地区では、以前よりアルコール関連問題に関する家族からの相談が多い状況であるが、アルコール関連問題に対する相談は、特に家族の相談から始まる場合が多い。本人が問題を認識し、治療を受けることを実現するためにも、家族への支援が最も重要となる。さらに、東日本大震災及び原子力災害による環境の変化や見通しが立たない長期化した避難生活等により、飲酒が絡む相談や支援の困難さが支援者から報告されており、アルコール関連問題への支援を一層強化していくことが重要となってきた。

このような中、福島県がふくしま心のケアセンターに委託し、平成 26 年度から「地域アルコール対応力強化事業」を展開しており、相双地域をモデル地域とし、医療を含めた地域で支える仕組み作りの事業を実施しているが、家族への支援は個別相談の場のみであり、家族教室や家族会等の社会資源が不十分な状況である。そこで、アルコール関連問題を持つ本人の回復と家族の回復を目指し、相双地域における家族への支援を充実させるため、アルコール家族相談事業を実施する。

場 所：南相馬市原町保健センター

対 象：アルコール依存症（あるいはその疑いのある方）の家族

開催日	内容	参加者数
5/26	①オリエンテーション ②家族交流	2名
6/28	①家族相談・交流 ②状況をはっきりさせよう～飲酒行動マップづくり～ ③暴力への対策～安全な対応を練習する～	3名
7/19	①家族相談・交流	1名
8/30	①家族相談・交流 ②コミュニケーションを変える	3名
9/27	①家族相談・交流 ②状況をはっきりさせよう～飲酒行動マップづくり～ ③暴力への対策～安全な対応を練習する～	3名
11/29	①家族相談・交流	1名
12/20	①家族相談・交流 ②コミュニケーションを変える	3名
1/31	①家族相談・交流 ②イネイブリングをやめる ③家族自身を豊かにする	3名
2/28	①家族相談・交流	1名
3/14	①家族相談・交流 ②全体の振り返り	2名

主 体：福島県相双保健福祉事務所が、精神科医療機関等の関係機関の協力を得て実施

共 催：(一社) 福島県精神保健福祉協会ふくしま心のケアセンター

## 7) その他の協力事業

### ① 福島県県北保健福祉事務所アルコール家族教室への協力

目的：アルコール関連問題を抱える家族を対象に、学習とミーティングの場を提供することにより、家族が問題解決方法を学び、家族相互の支え合いにより家族自身の回復を図ることを目的とする。

場所：福島県県北保健福祉事務所

対象：アルコール関連問題を抱えている家族

主催：福島県県北保健福祉事務所

日時	内容	参加人数
5/19	安全第一（暴力への対策）状況をはっきりさせよう	15名
6/16	コミュニケーションを変える① 望ましい行動を増やす方法	8名
7/21	コミュニケーションを変える② イネイブリングをやめるとは？	7名
9/15	生活を豊かにする 治療をすすめる	10名

### ② 福島県県中保健福祉事務所アルコール家族教室への協力

目的：アルコール関連問題を抱える家族を対象に、学習とミーティングの場を提供することにより、家族が問題解決方法を学び、家族相互の支え合いにより家族自身の回復を図ることを目的とする。

場所：福島県県中保健福祉事務所

対象：県中地域（郡山市を含む）に居住し、アルコール関連問題を抱える家族

- ・入門コース：初めて本教室に参加し、かつアルコール依存症に関する学習経験のない方
- ・一般コース：原則として入門コースを受講したことのある方。もしくはアルコールに関する学習経験のある方

日時	内容	参加者数
6/29	①入門コース 飲酒行動マップづくり ②一般コース ミーティング、DVD 視聴	7名
7/27	①入門コース 飲酒行動マップづくり ②一般コース ミニ講話「安全第一（暴力への対策）」、ミーティング	5名
8/24	①入門コース 飲酒行動マップづくり ②一般コース ミニ講話「目標設定」、ミーティング	9名

主催：福島県県中保健福祉事務所

③ コミュニティ強化法と家族トレーニング（CRAFT）勉強会

日 時：平成 29 年 10 月 25 日（木）

場 所：福島県精神保健福祉センター

対 象：各保健福祉事務所、福島県精神保健福祉センター職員

参加者：9 名

内 容：講義「CRAFT について」

グループワーク「家族教室の運営の課題と解決策」

講師 ふくしま心のケアセンター県北方部センター 方部課長 松田聡一郎

主 催：福島県相双保健福祉事務所

アルコール・プロジェクトからは県北方部の松田課長と羽田専門員が講師として参加し、CRAFT の基礎的な概要の講義や、福島県相双保健福祉事務所および福島県県北保健福祉事務所でのアルコール家族教室の取り組みについて報告を行った。

④ 東北アルコール関連問題ソーシャルワーカー研修会

日 時：平成 29 年 5 月 21 日（土）～5 月 22 日（日）

場 所：ラフォーレ蔵王リゾート&スパ

参加者：130 名

アルコール・プロジェクトからは基幹センター業務部企画課の岩見主任専門員が参加し、プロジェクトの取り組みを報告した。

⑤ 第 1 回 AA 相双フェローシップ

日 時：平成 29 年 7 月 16 日（日）

場 所：展望の宿 天神

参加者：約 60 名

アルコール・プロジェクトからは基幹センター業務部企画課の岩見主任専門員がゲストスピーカーとして参加し、ふくしま心のケアセンターの概要とアルコール・プロジェクトの活動報告を行った。

⑥ アルコール関連問題学会東北ブロック大会

日 時：平成 29 年 10 月 28 日（土）～29 日（日）

場 所：ホテルリステル猪苗代

内 容：111 名

東北ブロックの各地区から参加。ふくしま心のケアセンターからは、アルコール・プロジェクト及びいわき方部センターから 7 名が参加した。アルコール関連問題に関する東北各県の取り組みを共有し学びの機会となった。また、「災害後に生じたメンタルヘルス上の問題とアルコール対策」について福島県立医科大学主任教授の前田正治先生（当センター副所長）が特別講演を行った。

## 4. 課題と展望

本アルコール・プロジェクトも、今年度で開始後 4 年を経過することになる。開始当初はスタッフも飲酒問題に対応することの戸惑いが大きく、お互いに学びながら試行錯誤の日々であった。そのような私たちにとって、肥前精神医療センターのアルコール・グループが主導していた節酒アプローチとの出会いは大きく、また被災者に向けてどのようなケア・モデルで対応していいか、その糸口をつかめたことの手ごたえも大きかった。折しも岩手県・宮城県でも同様のアプローチが始まっており、この震災が契機となって節酒アプローチが東北各県に少しずつ広まっていることを感じる。

福島県立医科大学の放射線医学県民健康管理センターで毎年行われている「こころの健康度・生活習慣調査」によると、アルコール問題を抱えている可能性があるハイリスク住民の割合は年々少しずつ減少している。こうしたデータをみると、我々のアプローチもまた何らかの貢献をしているかもしれない。データに一喜一憂してはならないが、このような結果を肯定的にとらえて、また明日からの活動に活かしていきたいと考えている。

CRAFT に関しては、本年度で福島県相双保健福祉事務所、福島県県北保健福祉事務所、福島県県中保健福祉事務所への協力が終了となった。平成 30 年度は福島市と郡山市がそれぞれ CRAFT を用いた家族教室を実施する見通しであり、講師派遣の協力を行う予定である。

### 1) お酒の純アルコール量を量る単位

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  
平成 29 年度 報告書

相馬広域こころのケアセンターなごみ  
(ふくしま心のケアセンター相馬方部センター)

## 目 次

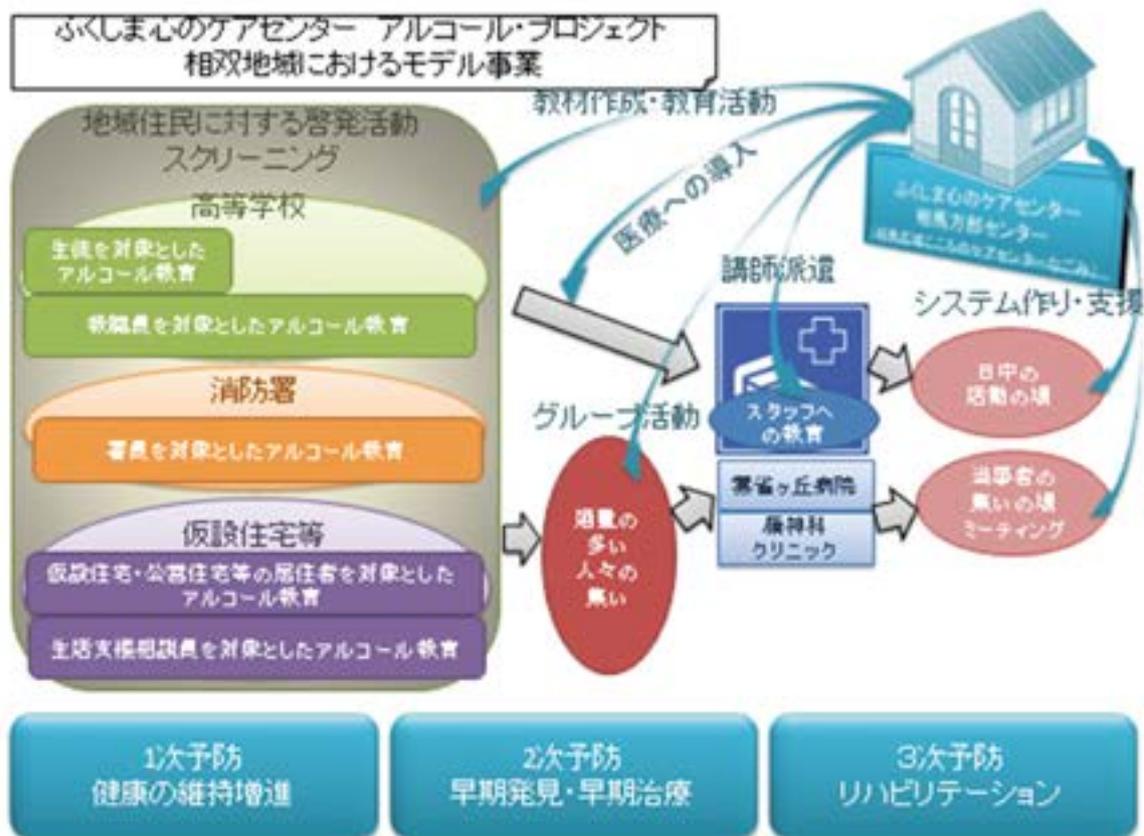
I. 相双地域におけるモデル事業の概要	93
1. 本事業の枠組み	
2. 本事業のメンバー	
3. ミーティングの開催	
II. 平成29年度の実施内容	95
1. 高等学校への啓発活動	
2. 消防署への啓発活動	
3. 住民への啓発活動	
4. 酒量の多い人々へのアプローチ「男性の集い」	
5. 雲雀ヶ丘病院での勉強会・事例検討会	
6. 動機付け面接法に関する研修会の開催	
7. アルコール依存症へのアプローチ	
8. 関係機関との連携	
III. 今年度の振り返りと次年度に向けて	102

## I. 相双地域におけるモデル事業の概要

### 1. 本事業の枠組み

本事業は、平成 26 年度より実施されている「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」の一環として、相双地域において展開しているモデル事業である。初年度には、下記の図のような枠組みで展開することを計画し、実施してきた。平成 29 年度においても、基本的にこの計画に基づいて活動を継続させた。

なお、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 相馬広域こころのケアセンターなごみ（以下、「なごみ」とする）は、（一社）福島県精神保健福祉協会より、ふくしま心のケアセンター相馬方部センターの業務委託を受けており、本事業を実施している。



## 2. 本事業のメンバー

平成 29 年度は、下記のメンバーにて活動を行なった。

- 大川 貴子 (福島県立医科大学看護学部、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)
- 米倉 一磨 (相馬広域こころのケアセンターなごみ)
- 工藤 慎吾 (相馬広域こころのケアセンターなごみ)
- 田中 久美子 (訪問看護ステーションなごみ)
- 宮川 明美 (福島県立医科大学災害医療支援講座、雲雀ヶ丘病院、ふくしま心のケアセンター)
- 高橋 紀子 (福島大学)

## 3. ミーティングの開催

本事業のメンバーによるミーティングは以下 12 回、開催した。

- 第 1 回 4 月 19 日 (水) 18:30~19:30
- 第 2 回 5 月 17 日 (水) 18:00~19:30
- 第 3 回 6 月 20 日 (水) 18:00~19:30
- 第 4 回 7 月 19 日 (水) 18:30~20:00
- 第 5 回 9 月 6 日 (水) 18:00~20:00
- 第 6 回 10 月 18 日 (水) 18:15~20:00
- 第 7 回 11 月 8 日 (水) 18:00~19:15
- 第 8 回 12 月 18 日 (水) 18:30~19:30
- 第 9 回 1 月 17 日 (水) 18:30~19:30
- 第 10 回 1 月 24 日 (水) 18:30~19:30
- 第 11 回 2 月 6 日 (火) 17:30~18:00
- 第 12 回 3 月 7 日 (火) 17:30~18:00

## II. 平成 29 年度の実施内容

### 1. 高等学校への啓発活動

本年度は、相馬高等学校からの依頼を受け、7月6日に、3年生を対象とした健康講話を、「アルコールと健康」というテーマで行なった。以前に高校生を対象に実施したアルコール関連問題の実態調査の結果を説明した上で、アルコール教育のために作成されたDVDやパンフレットを活用し、アルコールが身体や精神に及ぼす影響についてや、急性アルコール中毒、アルコール依存症の状態および予防方法等について説明を行なった。また、アルコールに関する問題についての相談窓口についても具体的に提示した。生徒からは、アルコールが引き起こす問題の怖さを実感したことや、アルコールとの付き合い方について考えたことなどが、フィードバックされた。

また、8月21日には、相双地域における高等学校の養護教諭が集まる相双支部養護教諭部会に参加し、同地域の高校生のアルコール健康問題に関する実態調査の結果、および、今までに実施した高等学校でのアルコール教育の内容やその反応について共有し、今後の対応方法などについて意見交換を行なった。

### 2. 消防署への啓発活動

平成 28 年度に、相馬地方広域消防本部職員を対象に、アルコール飲酒に関する研修会で実施した。この研修会においては、国立病院機構肥前精神医療センターが問題飲酒行動へのアプローチ方法の一つとして開発した「HAPPY プログラム」を参考にし、1回の研修会で実施できる内容にして、全消防署職員 140 名を対象に実施した。今年度は、研修会の効果について明らかにするためにアンケート結果を研究として分析することに同意の得られた 50 名分のアンケートについて分析した。

参加者のアンケートより、1.アルコール飲酒行動について客観的量的に把握できるスクリーニングテスト(AUDIT)があることを知ったこと、2.お酒を飲まないことによるメリットの把握ができたこと、3.お酒を減らす具体的方法の学びとなったことが、本研修会に参加することによる学びとして多くあげられた。

なお、本研究の結果は、平成 30 年 6 月 9 日に行われる、第 17 回トラウマティック・ストレス学会にて報告する予定である。

### 3. 住民への啓発活動

#### 1) アルコール問題に対する啓発キャンペーン

アルコール問題に対する啓発キャンペーンとして、平成 29 年 12 月 20 日に相馬市・南相馬市の商業施設 5 ヵ所にて、関係者会議の参加者の意見を反映しパッケージ（なごみが連絡先のラベルシールを貼った封筒）にしたパンフレットや心のケアセンターのチラシを住民へ配布した。

このキャンペーンには、相馬広域消防署、相馬・南相馬警察署、相双保健福祉事務所、南相馬市原町保健センター、南相馬市社会福祉協議会にも御協力を頂いた。



南相馬市プレスコキクチ前の様子

#### 2) 仮設・借上げ住宅サロン等健康講話

南相馬市からの委託でアルコール関連問題に関する健康講話を平成 29 年 11 月～12 月にかけて 7 回実施し、103 名の応急仮設住宅住民及び借上げ住宅住民が講話に参加した（表 1）。配布資料として、酒造会社が発行している「どうする？どうなる？お酒のこと」のパンフレットを使用して説明を行った。また、アルコールに関するミニクイズ（全 5 問の選択問題形式）を行い、適度な飲酒量や多量飲酒することで起きる体の影響等について解説をした。

参加者の反応としては、「普段飲んでいるお酒の量が適正飲酒量以上であることを学んだため飲酒量を減らしたい」という声や「パンフレットを家族にも見せてあげたい」という声があがった。

表 1 南相馬市・健康講話実施内容

実施日	開催場所	参加人数
11 月 8 日	原町区福祉会館視聴覚室	27 名
11 月 9 日	大木戸大鹿応急仮設住宅集会所	3 名
11 月 10 日	小池長沼東応急仮設住宅集会所	1 名
11 月 22 日	小高保健福祉センター	22 名
12 月 12 日	南相馬市市民活動サポートセンター	9 名
12 月 13 日	小池第 3 応急仮設住宅集会所	6 名
12 月 20 日	小高保健福祉センター	35 名

#### 4. 酒量の多い人々へのアプローチ「男性の集い」

平成 27 年 11 月より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、自尊心の向上を図ることを目的とした日中活動の場を始めた。昨年度から引き続き、なごみ相馬事務所を会場に、月 1 回の頻度にて開催している。各月の実施内容は、表 2 のとおりである。

今年度は、新しい試みとして、宮城県石巻市で活動しているからころステーションの「おじころ」（独居男性を対象にしたサロン）に参加する企画をした。そこでは、なごみの「男性の集い」にて以前に行い好評を得た「大蛇巻き作り」を二団体合同で行った。「大蛇巻き」は 8m75cm と大作になり、石巻の方々とも交流が図れて、よい機会となった。

男性の集いを、酒量の多い人々に限定せず、孤立しがちで話すのが苦手な方や集団活動になじめない方も対象にしたことで、11 月に入ると新規利用者が増えた。代わりにこれまで参加していた方の中には新たなことを始めたり、体調等の変化があつて卒業の意思表示をされる方もいた。

普段自宅では自炊しない人がほとんどではあるが、この集い内では各自役割をもって活動に参加して楽しめている様子うかがえた。参加者からは「男性の集いを毎回楽しみにしている」「みんなと一緒に食事をするこの喜びを感じることが出来た」などの感想が出ている。



9月のからころステーションでの大蛇巻き作り

表 2 「男性の集い」実施内容

日時	参加人数	実施内容
4月18日	6名	弁当作り・花見
5月23日	5名	凧上げ・BBQ
6月4日	3名	なごみ感謝祭出展手伝い
7月18日	4名	流しそうめん
8月29日	3名	パークゴルフ・入浴
9月10日	2名	からころステーション（おじころ）見学
10月17日	3名	登山・入浴
11月14日	9名	芋煮会
12月19日	7名	クリスマス会
1月16日	4名	餅つき
2月20日	5名	恵方巻作り
3月20日	3名	たこやき作り

#### 5. 雲雀ヶ丘病院での勉強会・事例検討会

平成 26 年度よりアルコール依存症患者および家族への対応や効果的な介入について学び、地域の対応力強化を図ることを目的とした勉強会・事例検討会を開催している。今年度は 2 回（平成 26 年度から通算、第 7 回目・第 8 回目）の勉強会・事例検討会を開催した。

##### ◇第 7 回 平成 29 年 6 月 29 日（木）

講義テーマ：「アルコール依存症者への関わり～一周回って、振り返り～」(資料 1)

駒木野病院 アルコール総合医療センター

副センター長 看護師 宮脇真一郎先生

看護師 関口 慎治先生

事例検討会：津波で家族を亡くしたアルコール依存症患者の事例

参加者：講義 21 名、事例検討会 21 名

##### ◇第 8 回 平成 29 年 10 月 26 日（木）

講義テーマ：「これからのアルコール依存症治療のあり方」(資料 2)

駒木野病院 アルコール総合医療センター

センター長 医師 田 亮介 先生

看護師 浦崎 なつみ先生

事例検討会：仮設住宅在住中にアルコール依存症が発覚し、なごみが支援して入院へ至った事例

参加者：講義 24 名、事例検討会 24 名

当初 3 年 1 クールと考えて始まったアルコール対応力強化事業の一環である勉強会は、4 年目の今年、引き続き 20 名以上の参加者を維持できた。地域に密接に関連した症例が紹介され、その中で対象となる患者への介入方法と同時に、支援者が抱えている葛藤が率直に話し合われ、一部葛藤を解消できる場面もあり、それぞれの参加者にとって実りあるものであったと考えられた。また、底付き体験にこだわらず、むしろ地域、支援、医療のつながりの中で対象者を置き続けることの重要性を確認し、これからの支援のあり方について少しずつ地域の中で考え方を共有できるようにもなっていると考えられた。今後もこのように、地域全体で考え方の共有を図る場が継続的に提供されることの重要性を実感するものとなった。

なお、雲雀ヶ丘病院での 4 年間にわたる勉強会の集大成として、今年度は、過去 3 年間にこの勉強会に参加してくれた医療・保健・福祉関係者の方々のうち、2 回以上参加された方 20 名を対象にアンケートを実施した。その結果、18 名の方から回答が得られた（2 回参加：6 名・3～5 回参加：7 名・6～8 回参加：5 名）。

勉強会・事例検討会に参加したことによる変化について尋ねたところ、アルコール依存症の病気のことや対応方法については多くの方が理解したと回答した。アルコール依存症者やその疑いがある方へのかかわりについては、参加者の 8 割近くは積極的にかかわれるようになったという回答を得た。その一方で、残りの 2 割は積極的にかかわるよ

うになったとはあまり思わないと回答している。勉強会を通じて地域連携がしやすくなったかという問いに関しては少し思うと感じる人が最も多く、回答の6割を占めていた(表3)。

表3 アルコール依存症に関する勉強会・事例検討会に参加しての変化

n=18 ※一部無回答あり

質問項目	とても	すこし	あまり	まったく
	そう思う	思う	思わない	思わない
アルコール依存症とはどのような疾患であるかを理解できた。	11	7	0	0
アルコール依存症患者への治療の原則が理解できた。	7	10	1	0
アルコール依存症患者への対応方法について理解できた。	7	11	0	0
アルコール依存症患者の家族への対応方法について理解できた。	6	11	1	0
アルコール依存症患者に対するイメージが変わった。	8	8	2	0
アルコール依存症患者に対する態度が変わった。	5	9	4	0
アルコール依存症(疑い)患者と接しやすくなった。	6	8	3	0
アルコール依存症(疑い)患者に対して積極的に関わるようになった。	4	9	4	0
アルコール依存症(疑い)患者の家族と接しやすくなった。	3	10	5	0
アルコール依存症(疑い)患者の家族に対して積極的に関わるようになった。	3	9	6	0
アルコール依存症(疑い)患者のこについて施設内連携がしやすくなった。	4	8	6	0
アルコール依存症(疑い)患者のこについて地域連携がしやすくなった。	2	8	3	0

今後の勉強会・事例検討会に対する要望としては、アルコール依存症の患者を抱える家族への関わり方や、これまで通り事例検討会は継続してほしいという意見があがった。

また、年度末に勉強会・事例検討会に参加してくれた方(5名)に対して、ヒアリング調査も実施しているが、その結果については次年度に報告する。

## 6. 動機づけ面接法に関する研修会の開催

アルコール依存症に関わる支援者の対応力の向上を目的とし、動機づけ面接法の研修会(モチベーショナルインタビューワークショップ)を8月19日(土)13:00~16:00、8月20日(日)9:00~16:00の2日間にわたり相馬市総合福祉会館(はまなす館)で開催した(資料3)。

講師を駒木野病院アルコール総合医療センターの関口慎治氏(看護師:動機づけ面接トレーナー)、東北会病院の金田和大氏(作業療法士:動機づけ面接トレーナー)に依頼し、参加人数は、両日16名であった。参加者の所属は、心のケアセンター職員、精神科病院看護師、福祉事業所職員などであった。

参加者からのアンケートによると、研修内容は職場で実践できる技術が多く、今後の



支援に活かすことが出来そうだという意見が多数あった。今後の研修会の希望としては、継続的な開催や初級・応用などに分けてグループワークが出来るが良いと意見があげられた。

#### 7. アルコール依存症へのアプローチ

平成 27 年 4 月より月 2 回、第 2、第 4 土曜日、なごみ相馬事務所にて「相馬うぐいす断酒会」の開催の支援は、今年で 3 年目となった。

平成 29 年 4 月から平成 30 年 3 月までに計 23 回開催し、延べ参加者は 74 名であった。1 回あたりの平均参加人数は 3.2 名となっている。昨年度と比較すると参加者は月平均 1.8 名減少している。しかし、東日本大震災後、双葉や南相馬の断酒会が休会している状況は続いており、今後の断酒会のあり方については、主催者の方々と意向を確認していきたいと考えている。

#### 8. 関係機関との連携

平成 29 年 11 月 15 日、南相馬市消防・防災センターにて関係者会議を実施した。断酒会、AA、相双保健福祉事務所、相双地域の保健センター、社会福祉協議会、医療機関、15 名が参加した。

はじめに、アルコールプロジェクトリーダー大川より「相双地域におけるモデル事業」の経過報告をした。その後、相馬広域こころのケアセンターなごみの米倉より、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が支援をしたアルコール関連問題の対象者 55 名について報告した。



55 名の対象者のうち男性が 90%で、世代は 50 代から 80 代までが 74%を占めている。東日本大震災が影響を及ぼしている方は、65%、仕事を喪失または辞めた対象者は 29%であった。単身生活者は、59%である。震災前後と比較し飲酒量が増加した方は、50%である。このことから、単身男性の比較的高齢で、仕事や役割を喪失した方が対象者として紹介されることが分かった。

支援後の変化は、全体の 50%が 1 年以上の支援を行い、48%が現在（平成 29 年 10 月現在）も支援を継続している。受理時と支援後で大きな変化が見られたことは、支援開始後、何らかの医療機関に結びついたことである。支援開始前に 47%であった受診率が支援開始後は 95%と上昇している。飲酒量の変化については、支援後、断酒または減少している方は、48%である。断酒した方の特徴としては、断酒会や男性の集いに継続的に参加する、来所相談や訪問看護や密な訪問サービスを行うなどしていた。また、

地域での生活が困難となった時に、グループホーム、高齢者施設の入居を勧めていた。

以上の結果から、紹介されたアルコール関連問題の対象者で明らかになったことは、震災の影響で酒量が増加する50代以上の男性が多いこと、早期に医療につなぎ、切れ目のない支援を行い、集団の場へ結びつけることが断酒への近道と言えることである。会場からは、「男性の集いが敷居が低く参加しやすい」「アルコール関連問題に関する関係者会議等によって本人や家族が支援につながりやすくなるのでは」「本人ではなく家族が困っていることが多く、本人の支援につながりにくい」などのご意見をいただいた。

次に、訪問看護ステーションなごみの田中より当プロジェクトが作成している当事者や家族の方々に相談窓口を周知するための「アルコール問題お役立ちガイド」について説明した。昨年度の関係者会議での意見を受け、各機関にアンケートを実施した結果、「資料を公共機関や商業施設に設置する場合、問い合わせ先（責任の所在）を明記してほしい」「どう広げていくかが課題。広報の方法を検討する必要がある」「ターゲットを誰にするのが重要」などのご意見があった。

これらの意見を踏まえ、パンフレットは既存のものを活用し、相馬広域こころのケアセンターなごみの連絡先をラベルシールにした透明な封筒を提示した（図1）。参加者からは、「保健所は敷居が高いので、なごみに窓口になってもらえれば良い」「住民からすると、なごみの方が電話しやすい」などのご意見をいただいた。



図1 ラベルシール

### Ⅲ. 今年度の振り返りと次年度に向けて

平成 26 年度より開始した本プロジェクトも 4 年が経過しようとしている。5 年目を迎えるにあたり、今までの活動を振り返りながら、今後の活動の方向性について検討をしていくことが求められている。

1 次予防については、震災のあった年から関わりをもち、関係を築いてきた高等学校や消防署との連携を基盤にして、健康教育を試みてきた。実態把握調査や、介入方法の検討についても協力を頂き、取り組むことができた。今後も、今までに培ってきた協力関係を維持しながら、それぞれの場におけるニーズに応じた予防的活動を模索していきたい。

また、被災者を対象とした健康教育については、本年度より、仮設住宅・公営住宅の居住者を対象とした「健康講話」の中にアルコール教育を取り入れた。酒造会社が作成し提供している教材なども活用して実施したところ、住民の方々からは好評であった。相馬広域こころのケアセンターなごみでは、今まで様々な資料や方法を用いてアルコールに関する健康教育を実施してきており、今後は、これらの教材やノウハウを整理し、“アルコール教育プログラムのパッケージ化”を図っていきたい。

2 次予防については、平成 27 年の秋より、ひきこもりがちで、アルコールの問題をもちやすい男性を対象にして「男性の集い」を開催してきた。2 年以上継続してきた中では、この会に参加しながら、少しずつ社会との繋がりがもてるようになっていき、生活の建て直しができていった方もあった。メンバーの入れ替わりもあり、この会の目的や活動内容の再検討も行なってきた。従来サロン活動では、言語的コミュニケーションが主体となることが多かったが、男性を対象とする場合、言語に頼らず、創作活動を通じて自己表現を図っていくことの重要性が確認され、木工を活動の中核にして展開していくことが提案された。今後は、自宅にて引きこもっており、集団活動には馴染みにくいアルコール依存症のケースなどにも、木工という創作活動をツールとして、出前型の支援なども試みていき、活動の幅を広げていきたい。

2 次～3 次予防に関して、平成 26 年度より、雲雀ヶ丘病院において勉強会・事例検討会を計 8 回開催してきた。今年度は、今後の開催方針について検討していくために、今までに本勉強会・事例検討会に複数回参加された方を対象に、アンケートを実施した。その結果、勉強会を通してアルコール依存症についての理解が深まっており、多職種・多機関での連携が図れるようになってきたことが伺えた。このような会の継続開催の要望は多く、地域の関係者で学びあっていく場をもち続けていきたい。

また、毎年開催している関係者会議については、地域のアルコールに関する問題を共有し、支援体制を構築していくために意義のある場であると考えている。本プロジェクトを実施して行く中では、アルコール依存症の方々が回復していくためには、アルコールに頼らない生き甲斐を探せるような支援が重要であり、医療のみではなく、様々な分野の人たちと共同して、支えあう地域づくりや、生活を整えるような拡大支援が重要であることを実感している。そのようなネットワーク作りを行なっていくためにも、このような関係者会議を継続的に行なっていくことの意義は大きいと考える。

本モデル事業を開始して早4年となり、地域の状況も変化してきており、プロジェクトの活動を通じて得た知見を活かしながら、当初掲げたプロジェクトの構想図に手を加える時が来ている。平成30年度には、今後どのような事業内容にしていくことが望ましいのかをプロジェクトメンバーで検討し、関係者会議でもご意見を頂きながら、発展させていきたいと考える。

## 5 寄稿

## 「怒り」を胸において

南相馬市健康づくり課 保健師  
小野寺 初枝

南相馬市に派遣されて

私は2013年（H25年）4月から福島県の任期付職員として南相馬市に入りました。実家が田村市（中通り）にあり、原発から40kmのところだと震災になって初めて意識しました。震災時は、退職1年目で、再任用として墨田区で働いていました。震災2週間目に大槌町に支援に入りました。その時元大槌町の保健師さんに「津波被害はいつか復興する。大変なことは放射能のことだよ」と言われながらも、津波被害の恐ろしさに何もできず東京に戻りました。しかし日を追うごとに、放射能を学ぶにつれ、生き方を変えないとだめだと痛切に思い、福島県で保健師の仕事をしたいと思うようになりました。震災2年目に県の募集を知り、南相馬市に派遣となり今に至ります。6年目になりました。

1年目は、健康推進担当で、3地域の高齢者の健康調査をしました。65歳以上の高齢者を抽出し、訪問調査しました。まだ放射能の線量が高く、半分も住んでいない地域でした。行政区長さんの希望もあり夜に講演会を集会所で実施しました。放射能は心配ないという講師に、私個人としては不満が残りました。2か所目は、鹿島区、野菜もつくれます。ねぎの産地でした。90歳の夫婦がつくったねぎに感激しました。3か所目、津波被害の大きかった地域でした。印象に残ったのは、津波が土手を走るのが大きな牛の群れかと思ったということです。飼っていた牛が流されたが、遠くで生きているのが見付き、その子牛がこれだと見せていただいた時は涙が出そうでした。保健師としての経験はあっても、地域を知らない中でこの経験は、住民の方に直接ふれ話を聞くことができ、南相馬市で仕事をしていけそうだと感じられたことでした。

2年目は、精神保健を担当しました。個別相談、ゲートキーパー養成研修会、講演会などを担当しました。応急仮設住宅での死亡が相次ぎ、孤独死の問題が新聞に出るたび、対策を含め考えさせられました。朝からアルコールを飲み続ける人、暑くてもカーテンも開けず返事もない人、近隣騒音、ごみ問題、狭い空間のため問題視されました。

震災後は、相馬方部センターとの協力、連携もあり、クリニックや精神科病院の先生の訪問協力、アウトリーチこれらがなければ対応は困難を極めたと思います。ひきこもり（40代、50代）の対応もこれまで経験したことのないケースが多く、震災が引き金になり事例化したと思います。南相馬市は精神科受診の敷居が高いと感じていますが、震災で大分低くなったと保健師さんは言っています。原発20km圏内も解除になり、やっぱり小高はいいなあ、風が違うという声にジ-

ンときたことも忘れられません。

被災地を思うとき（それぞれの選択により添う）

南相馬市で働きながら、これまでの経験をいかすことができました。しかし「復興ってなんだろう」といつもくすぶっているものもありました。福島復興についての勉強会に参加しながら、講師の「怒り」の思いになんども触れる機会がありました。どうにもならない怒りが、これを知らずして死ねないと言っておられるように感じました。その「怒り」が文字やことばになり私の心を打っているのだと感じています。訪問や相談をしながら何度もこの怒りに触れました。一挙には理解できないが、現状復帰できるまで、私はこの怒りを学んでいこうと思うようになりました。私にできることは、ここで生きると覚悟を決めた方たちが希望をなくすことなく暮らしていけるように、保健師の仕事を通して、一緒に考えていくことかと思っています。生意気なようですが、これが今の私のそれぞれに選択により添うことです。

## 6 職員の感想 (振り返って思うこと)

## \* 県北方部センター 佐藤裕美（看護師）————— \*

新任職員として県北方部センターに入職し一年になります。避難指示解除が進む中、復興公営住宅への転居や避難先での住宅再建など生活環境を変えなければいけない方々の負担感は計り知れません。関わらせていただいている方の中にも新たな環境で生活を始めた方がいます。「どうしてこんな所に住まなくてはいけないのか。生まれ育った場所に帰りたい」という言葉が強烈に印象に残っています。現在の生活は被災された方々にとって本意ではない生活であるのだと改めて感じました。

「置かれた場所で咲きなさい」これは私の好きな言葉です。置かれた場所で花を咲かせることは容易なことではありませんが、被災された方々が、本意ではない生活環境にありながらも、置かれた場所で花を咲かせる心を持つことができるよう、被災された方々に寄り添い今後も活動していきたいと思います。

## \* 県中・県南方部センター 佐竹美紀（精神保健福祉士）————— \*

2017年4月に心のケアセンター県中・県南方部センターへ入職し1年が経過した。この1年は初めての土地で、心のケアセンターの職員として自分のできることは何かを模索した年であったと感じている。

訪問先で、「こんなはずではなかった」「帰りたい」「寂しい」という言葉を耳にする機会がある。震災から7年が経過し、環境面の整備が進む中、住民の気持ちが現状に追い付いていないと感じることがある。そんな中、少しでも今の生活を大切にしたいという思いに触れる場面もあり、人がもつしなやかな強さに胸を打たれた。

こうした出会いや体験を踏まえ、心のケアセンターの職員として、新たな選択と環境への適応を求められる住民の方、ひとりひとりの気持ちに寄り添いながら、丁寧な支援を継続していきたいと考えている。

## \* 県中・県南方部センター 割栢啓美（臨床心理士）————— \*

2017年4月に新規採用職員として県中・県南方部センターに入職しました。入職を希望したきっかけは、被災された方に対する多職種チームの協働支援に魅力を感じたからでした。私自身、経験の少なかったアウトリーチから多くのことを学ぶことができ、他の機関とは異なる“ケアセンターだからできる支援”

を実感することができました。

また支援を通して、一見問題なく生活が送れている方々でも、さまざまな問題と向き合っていて感情が揺れ動いていることを知りました。そのような状況の中で、柔軟な対応と必要な支援をアセスメントできる力が求められているように感じました。今後も、関係性を大切にしながら、必要な支援が提供できるよう、日々精進していきたいと思います。

\* 会津方部センター 宗像きみ子（保健師）————— \*

震災発生時、私は行政機関におり、直後から避難者への支援や支援者の受入れ、被災市町村や関係機関との調整等を3年ほど担当しました。これらの活動を含め保健師としての経験が被災者支援に役立つのならと思い、2017年4月に心のケアセンター職員に加えていただきました。

震災から7年が経過し本県の復興は進んでいますが、個々の避難者は問題を抱えたままだったり、長期化する避難生活で新たな問題が生じたりと原発事故による避難の影響の大きさ・複雑さを実感しています。

訪問した女性から発せられた「目的のない暮らしは辛い」との言葉が7年経った今の現状を伝えているように思いました。

このようななかで私に何ができるのか心許ないのですが、当センターの強みである「多職種専門職チーム」を生かして、相手を尊重し、その方の持つ力が出せるようそして希望が見いだせるような支援をしていきたいと思っています。

\* 相馬方部センター 工藤慎吾（精神保健福祉士）————— \*

2017年度から相馬方部センターの専門員として勤務しています。初めは業務に慣れることで精一杯でしたが、現在はアルコール関連問題の個別ケースを通じて様々なことを学び、実践にも力を入れて取り組んでいます。男性はなかなか地域の活動等に積極的に参加されないのが孤立しがちですが、寂しさや不安と隣り合わせでどうしたらいいのかわからない方も多いように感じます。そのような中高年の男性が少しでも飲酒する時間から離れ、本人たちの強みを生かして地域貢献できるようになればいいと思います。

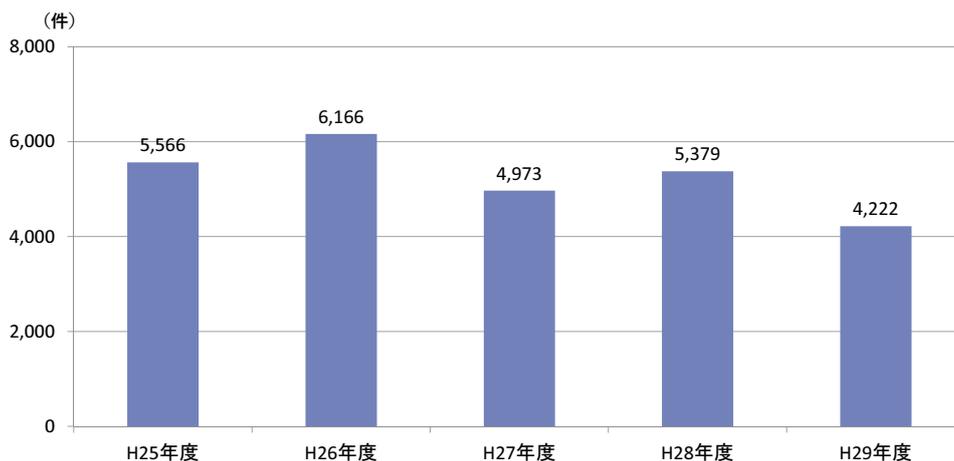
## 7 活動資料

## ふくしま心のケアセンター 活動の経年変化



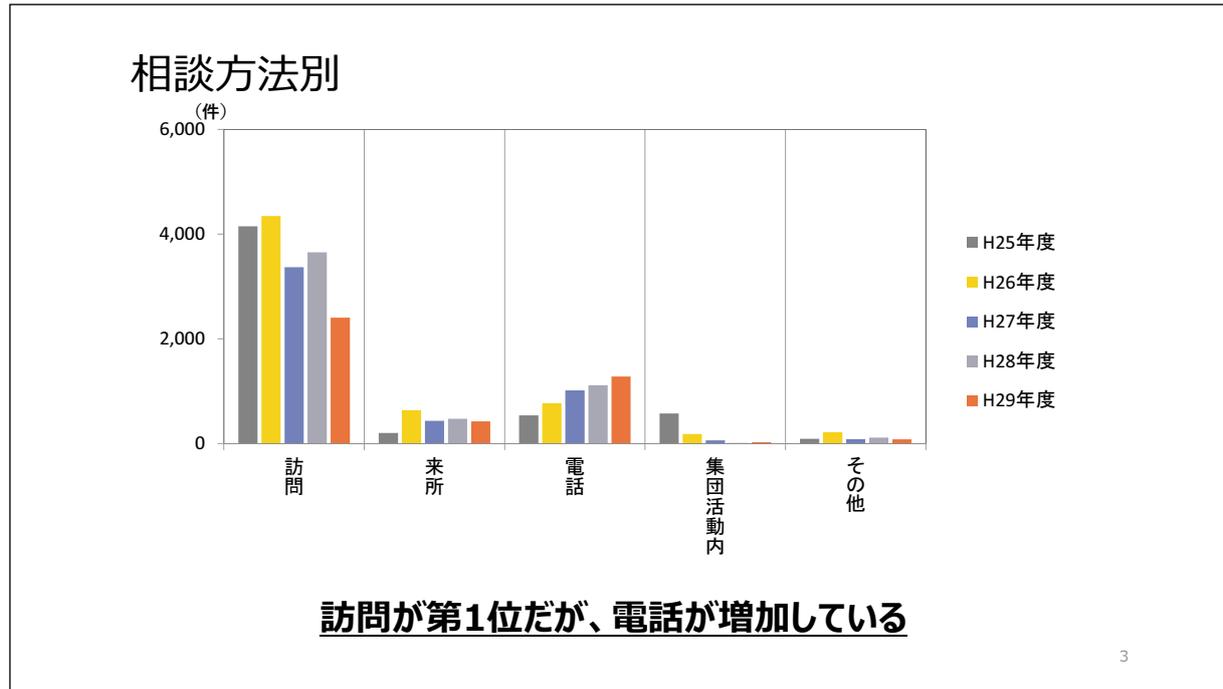
1

## 相談支援件数

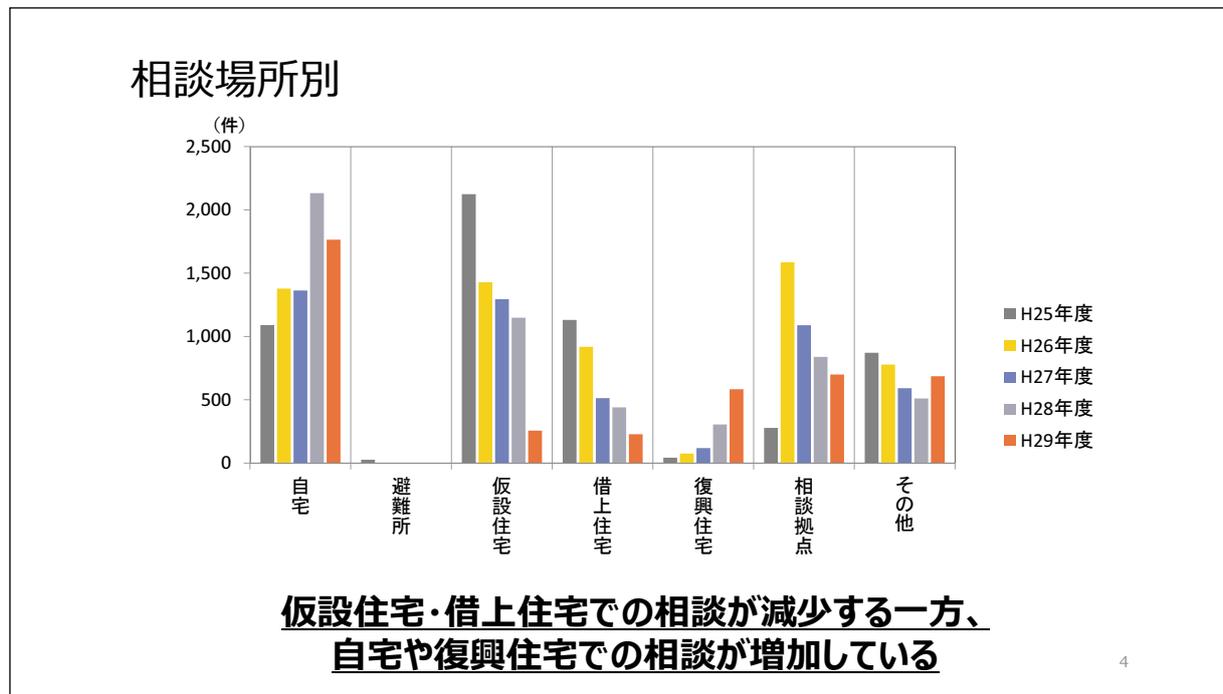


2

- ・当センターは、国立研究開発法人国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所ストレス・災害時こころの情報支援センター（旧 災害時こころの情報支援センター）が管理・運用していた災害精神保健医療情報支援システム（Disaster mental health information support system：DMHISS、2018年3月31日運用終了）を用いて活動報告・データ集積を行ってきた。ここでは、DMHISSを用いて年度の集計ができるようになった2013（平成25）年度から5年間の実績を報告する。
- ・相談支援件数は、2014（平成26）年度がピークであった。

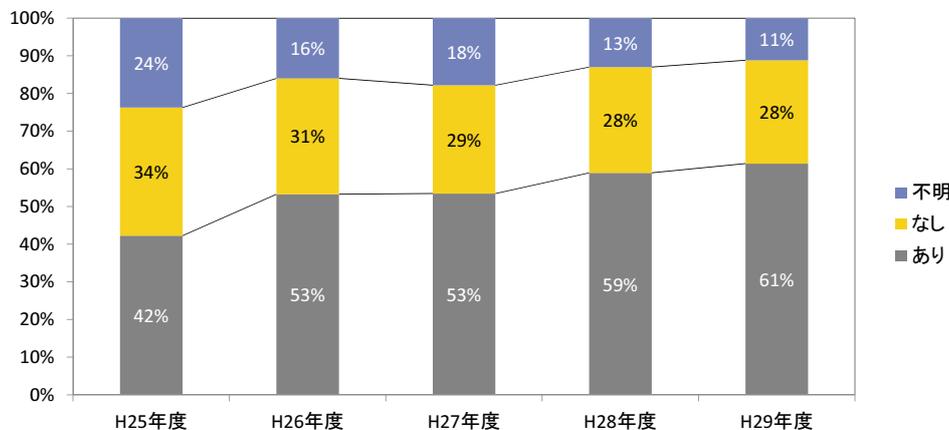


- ・相談支援の中心は訪問である。
- ・電話相談の件数が増加している。
- ・集団活動内での相談は減少している。後述のように、集団活動の件数・参加者数も減少している。



- ・自宅での相談は増加傾向にある。
- ・福島県内の避難所は、2012（平成 24）年 2 月 21 日までに全て閉鎖された。また、埼玉県加須市を中心に活動していた加須市（双葉町埼玉支所）駐在が相談支援を行っていた旧騎西高校避難所も、2013（平成 25）年 12 月 27 日をもって閉鎖となった。このため、避難所での相談支援は、このグラフにはほとんど示されていない。
- ・仮設住宅、借上住宅での相談は、2013（平成 25）年度をピークに減少している。
- ・復興住宅での相談が増加している。
- ・相談拠点（県や市町村が設置した相談場所、各方部・出張所が役場内等に設置した相談室など）での相談は、2014（平成 26）年度をピークに徐々に減少している。

### 相談者における精神疾患・神経疾患の有無



**精神疾患・神経疾患ありがほぼ半数を占めている**

5

・精神疾患・神経疾患（ICD10のF0～9およびG4）の診断、またはその疑いがある方に対する相談支援が、半数以上を占めている。

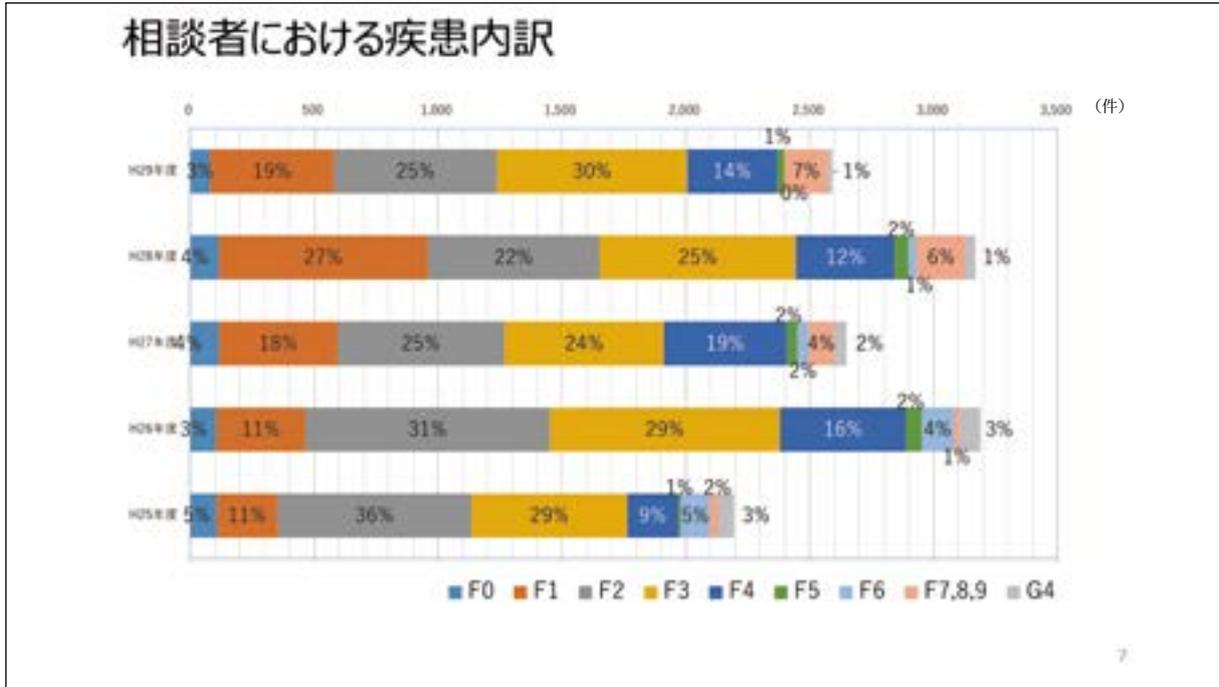
### 相談者における精神疾患・神経疾患の発症時期



**災害発生後の割合が増加している**

6

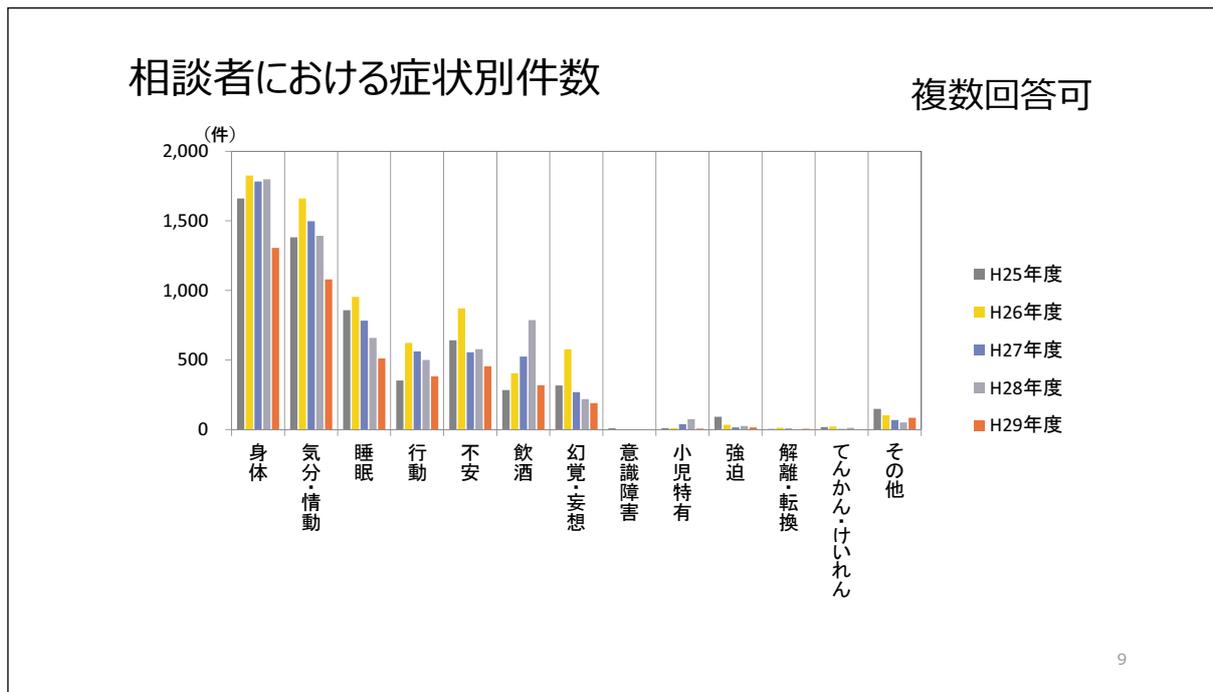
・精神・神経疾患の診断、またはその疑いのある相談者のうち、災害発生後に発症した相談者の割合が増えている。



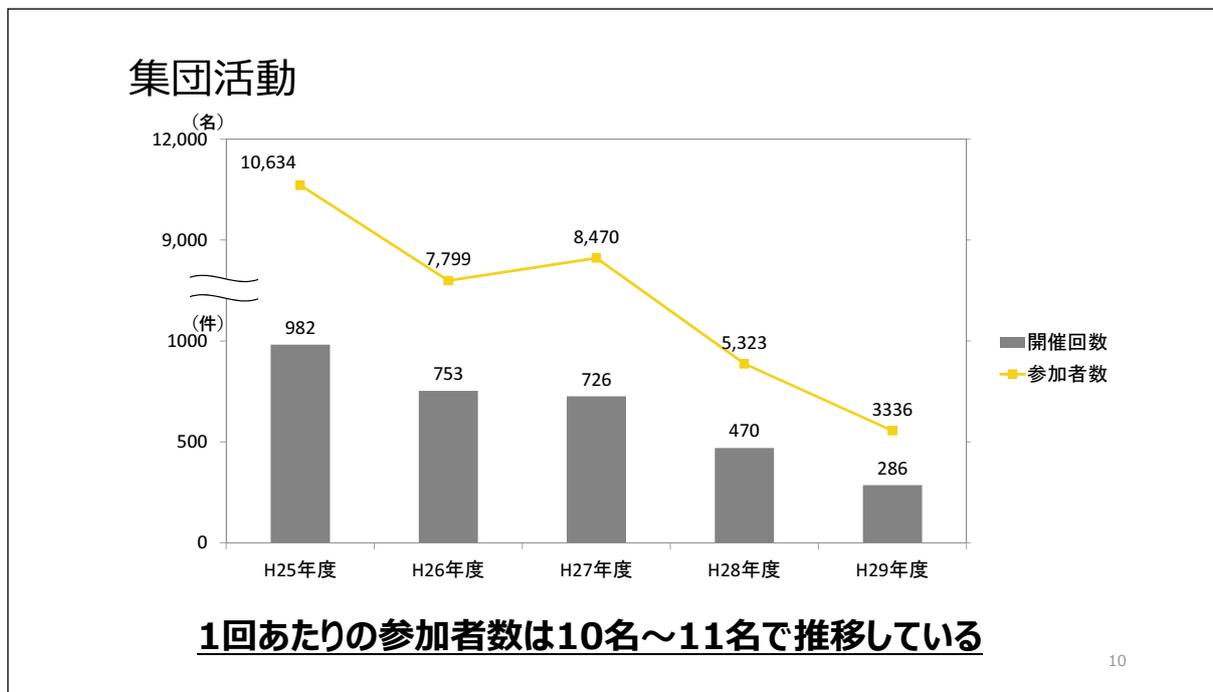
- ・精神疾患・神経疾患の診断、またはその疑いがある相談者の病名（ICD10 カテゴリ）別の割合を示す。
- ・F1（精神作用物質使用による精神および行動の障害）の診断またはその疑いのある相談者は徐々に増加し、2016（平成 28）年度がピークであった。

## 補足

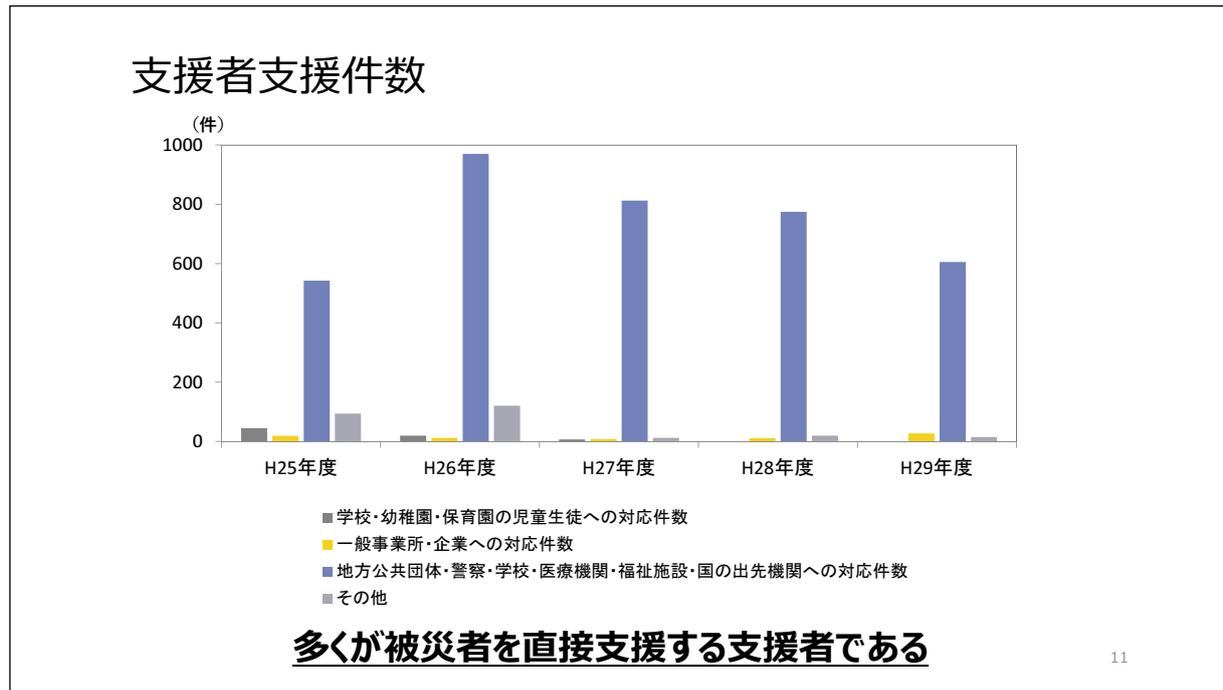
F0	症状性を含む器質性精神障害
F1	精神作用物質使用による精神及び行動の障害
F2	統合失調症，統合失調症型障害及び妄想性障害
F3	気分（感情）障害
F4	神経症性障害，ストレス関連障害及び身体表現性障害
F5	生理的障害及び身体的要因に関連した行動症候群
F6	成人のパーソナリティ及び行動の障害
F7	精神遅滞（知的障害）
F8	心理的発達の障害
F9	小児期及び青年期に通常発症する行動及び情緒の障害
G4	挿間性及び発作性障害



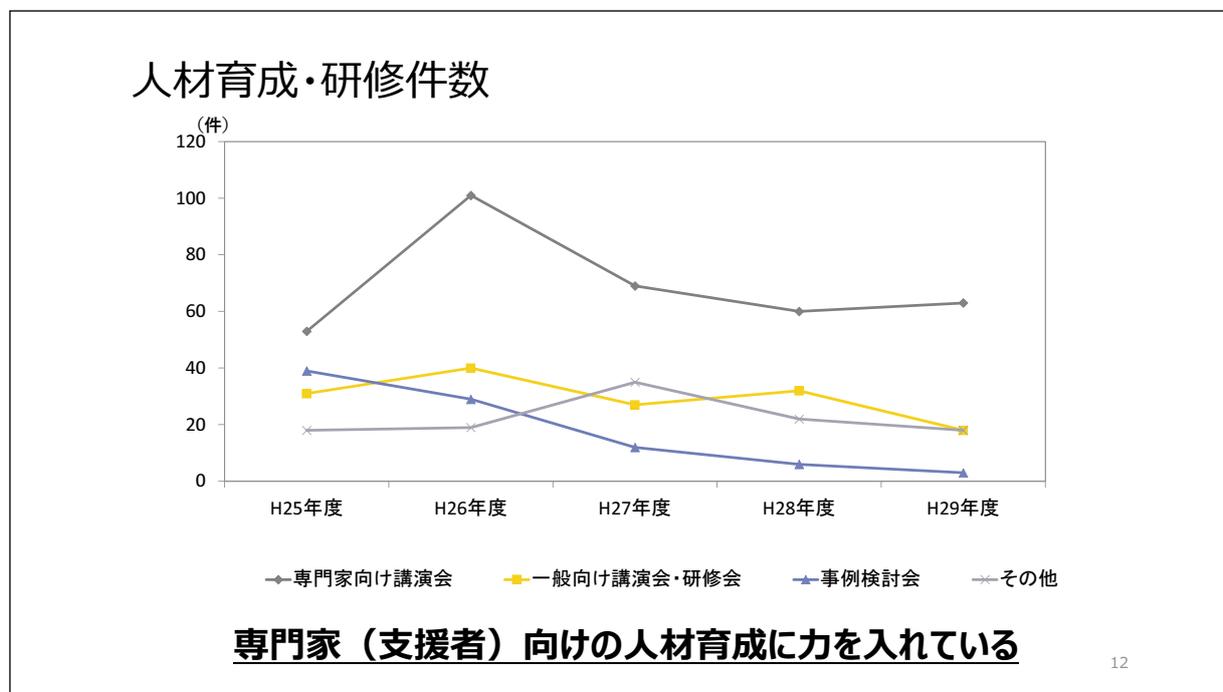
- ・相談支援時にみられた症状（複数選択可）で多かったのは、身体症状、気分・情動に関する症状、睡眠の問題である。この傾向は、震災から時間が経過してもほとんど変わらない。
  - ・不安症状は、時間が経過してもあまり変化がみられない。
  - ・飲酒の問題は徐々に増加し、2016（平成 28）年度がピークであった。
- ※身体症状：食欲不振、倦怠、腰痛 など
- ※気分・情動に関する症状：抑うつ気分、意欲減退、イライラ など
- ※小児に特有の症状：落ち着きがない、こだわり、夜尿 など



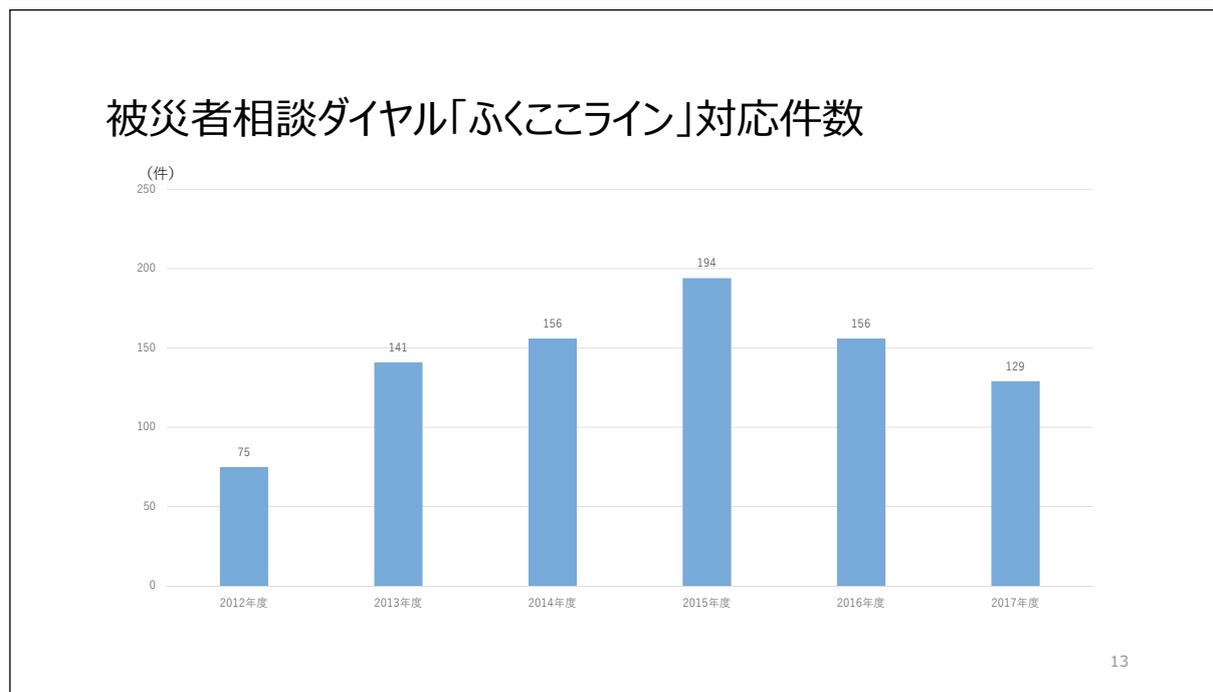
- ・集団活動（サロン活動など）は、開催回数、参加者数共に 2013（平成 25）年度がピークで、徐々に減少している。
- ・1回あたりの参加者数は、平均 10～11 名で推移している。



・支援者支援の対象は、地方公共団体など被災者を直接支援する支援者がほとんどである。



・専門家（支援者）向けの人材育成に力を入れている。



- ・被災者相談ダイヤル「ふくここライン」は、2012（平成 24）年 11 月 19 日から電話相談を開始した。「ふくここライン」は、平日の 9:00～17:00 に、当センター専門員が電話相談を受けている。
- ・対応件数は、2015（平成 27）年度がピークで、その後、減少傾向にある。

## 人材育成・研修会など

主催・依頼元	担当	事業名・テーマ	講師など	対象者	開催回数	受講者数
主催	基幹	アルコールTV会議研修会	独立行政法人国立病院機構肥前精神医療センター 杠岳文氏ほか	市町村保健師、病院関係者	7	8
主催	相馬	高齢者メンタルヘルス研修会	公益財団法人星総合病院 田辺晃子氏ほか	高齢者支援関係者	2	13
主催	相馬	雲雀ヶ丘病院研修会	医療法人財団青溪会駒木野病院 宮脇真一郎氏、関口慎治氏	アルコール関連問題支援者	2	43
主催	基幹	地域アルコール対応力強化事業 平成29年度関係者向け研修会	地方独立行政法人佐賀県医療センター好生館 福田貴博氏	市町村保健師、病院関係者など	2	115
福島県相双保健福祉事務所	いわき	平成29年度自殺予防ゲートキーパー養成研修会(いわき地区)	公立大学法人福島県立医科大学医学部健康リスクコミュニケーション学講座 竹林由武氏ほか	双葉8町村、南相馬市職員、その他関係機関職員(生活支援相談員、民生委員、コミュニティ交流員、保健協力員、自治会役員を含む)	1	53
主催	相馬	アルコールプロジェクト動機づけ面接ワークショップ	医療法人財団青溪会駒木野病院看護師	アルコール依存症支援者	2	40
主催	会津	事例検討会	公立大学法人福島県立医科大学 國井泰人氏	大熊町・会津保福・南会津保福・カムカム・大熊町教育委員会	2	19
主催	会津	支援者向け研修会	当センター	支援関係者	1	25
福島県県中保健福祉事務所	基幹	平成29年度アルコール関連問題市民講座	国立大学法人福島大学 安部郁子氏	県中管内の住民および支援者	1	66
主催	県北	市民向け講演会「ふくしまを生きる～あなたにとっての「安心」とは～」	医療法人社団メンタルクリニック なごみ 副院長 須藤康宏氏	一般住民	1	39
主催	基幹	関係者向け研修会「家族療法の視点からのアプローチ」	ルーテル学院大学・TELLカウセンシング 石井千賀子氏	支援者(自治体職員、社協職員など)	1	68
福島県南会津保健福祉事務所・当センター	会津	こころの健康づくり講演会	福島県障がい者総合福祉センター早坂 透氏	一般住民・支援者等	1	29
福島県精神保健福祉協会・当センター	会津	第17回心うつくしまふくしまフォーラム(講演会・鼎談)	公立大学法人福島県立医科大学医学部疫学講座 大平哲也氏ほか	一般住民・支援関係者	1	173
主催	相馬	メンタライジング・アプローチ講演会	京都府立医科大学 崔炯仁氏	支援関係者	1	35
主催	県中・県南	平成29年度 支援者のための研修会「フィンランド発、注目のアプローチ 対話のチャラ〜オープンダイアログ〜」	認定NPO法人世界の医療団理事・医療法人社団翠会みどりの社クリニック院長 森川すいめい氏、訪問看護ステーションKAZOC 三ツ井直子氏	対人支援に携わる機関、団体等の職員(各自治体、社協、その他)	1	47
主催	いわき	支援者向け研修会	公立大学法人福島県立医科大学医学部健康リスクコミュニケーション学講座 竹林由武氏	県、市町村職員、社会福祉協議会の職員、その他対人支援業務を行っている支援者等	1	43
主催	基幹	支援者向けストレスケア研修会	国立大学法人筑波大学 松井豊氏	支援者(自治体職員、社協職員など)	1	39
主催	ふたば	支援者向け研修会	医療法人社団メンタルクリニック なごみ 副院長 須藤康宏氏	双葉郡内で住民の心のケアに携わる支援者	1	9
主催	県中・県南	平成29年度 復興支援者のための研修会「支援者であり続けるために」	アスク・ヒューマン・ケア研修相談センター 所長 水澤都加佐氏	被災支援に携わる機関、団体等の職員(各自治体、社協、その他)	1	51

## 講師派遣

依頼元	担当	テーマ	対象者	開催回数	受講者数
福島県消防学校	県北	ストレスについて	学生	1	76
三重県立看護大学	相馬	災害時のメンタルヘルス～福島県相双地区の心のケアの取り組み	三重県立看護大学学生	1	105
福島県県北保健福祉事務所 福島県相双保健福祉事務所	県北	アルコール家族教室・アルコール家族相談会	アルコール問題のある家族	14	62
いわき明星大学看護学部	相馬	災害時のメンタルヘルス～福島県相双地区の心のケアの取り組み	看護学部学生	1	100
いわき市	いわき	ストレスと上手に付き合うために「うつ予防」	配電工事関係者	1	97
いわき明星大学	いわき	ふくしま心のケアセンター活動内容について	教養学部 生徒、教員	1	8
いわき明星大学	いわき	いわき市地区における心のケアセンターの活動状況について	教養学部 生徒、教員	1	7
福島県障がい福祉課	基幹	心のケア事業について	生活再建支援拠点(相談スタッフ)、復興支援員受託団体(復興支援員)	1	40
浪江町	県北	熱中症予防、リラクゼーション	浪江町を含む双葉郡の住民	1	19
福島県社会福祉協議会	県中・県南	平成29年度市町村社会福祉協議会生活支援相談員等テーマ別研修会「A氏の現状について」～地域の中で、A氏の強みを活かす支援の一手～	県内社会福祉協議会生活支援相談員・福島県社会福祉協議会職員	1	91
山形県	基幹	県外避難者の心のケアについて「被災者支援のための視点とヒント」	生活支援相談員(福島県、山形県、新潟県)	1	56
AA東北セントラルオフィス	基幹	復活!!相双フェロシップ「心のケアセンターおよびアルコールプロジェクトの活動報告」	AA関係者、一般市民	1	60
郡山市社会福祉協議会	県中・県南	郡山市社会福祉協議会生活支援相談員向け研修会	郡山市社会福祉協議会生活支援相談員	4	52
福島行政評価事務所	基幹	福島行政評価事務所研修会	行政評価事務所相談員	4	176

依頼元	担当	テ ー マ	対象者	開催回数	受講者数
富岡町社会福祉協議会	いわき	平成 29 年度生活支援相談員内部研修会「精神疾患の基礎と基本的な対応」「支援者のためのメンタルヘルスケア」	生活支援相談員	2	62
福島県相双保健福祉事務所	相馬	相談面接の実践～自己理解と他者理解	福島県地域保健福祉職員新任研修対象者	1	6
福島県県中保健福祉事務所	県中・県南	平成 29 年度県中管内思春期・青年期ひきこもり家族教室	本人、家族、支援関係者、その他関心がある方	4	16
福島県相双保健福祉事務所	いわき	平成 29 年度福島県地域保健福祉職員新任研修のフォローアップ研修会（いわき支部）	平成 29 年度福島県地域保健福祉職員新任研修に参加した県及び市町村職員	1	13
郡山市保健所	県中・県南	平成 29 年度 郡山市 思春期・青年期ひきこもり家族等教室	10 代後半から 40 歳代の「ひきこもり」の方を抱えている家族の方	2	13
大熊町	県中・県南	ちびくまランド 大熊町母子保健事業 心理士の講話「子どもの理解と関わり方」	3 歳ぐらまでのお子さんと保護者	1	15
須賀川市	県中・県南	須賀川市 平成 29 年度ゲートキーパー研修「相談を受けたら。対応の仕方を学ぼう」	須賀川市 43～47 歳の職員	2	128
ふくしま連携復興センター	県北	県外避難者支援相談研修	県外避難者支援相談員	1	16
いわき市小川・川前地区保健福祉センター	いわき	健康講話「笑い与健康」	いわき市川前町五味沢地区住民	1	12
ふくしま子ども支援センター	県北	子どものための PFA	関係支援者	1	33
福島県相双保健福祉事務所	県北	CRAFT 勉強会	関係支援者	1	9
福島県社会福祉協議会地域包括・在宅介護支援センター協議会 相双支部	いわき	地域包括支援センター職員のストレス解消及びメンタルヘルスについての講義	相双支部地域包括支援センター	1	19
盛岡ハートネット	相馬	「福島と共に part2」	盛岡ハートネット	1	40
医療法人稲門会いわくら病院	相馬	東日本大震災における心のケア	いわくら病院職員	1	40
ボラリス保健看護学院	相馬	地域精神看護	看護学生	1	41
福島県	基幹	被災者相談ダイヤルにおける県外避難者支援	新潟県内の支援者、行政職員	1	36
特別養護老人ホーム福寿園	相馬	こころとからだのリラクゼーション	福寿園職員	1	70
しんちの子育て考え隊	相馬	子どもの発達心理、子ども達への対応	新地町児童クラブ関係者	1	14
福島市医師会	県北	ふくしま心のケアセンター活動報告	医師	1	11
広野町包括支援センター	ふたば	広野町包括住民向け講話『みかんカフェ』ストレスとの上手な付き合い方	住民	1	10
福島県社会福祉協議会	いわき ふたば	平成 29 年度第 4 回いわき地区被災者生活支援連絡会議における事例検討会	県社協、市町村社協職員	1	21
東北大学 高度教養教育・学生支援機構	ふたば	ふくしま心のケアセンターの事業概要等	学生・講師	1	19
福島県立ふたば未来学園高等学校	ふたば	コミュニケーションについて	学生・教員等	1	7
双葉町社会福祉協議会	いわき	双葉町民生児童委員協議会 2 月定例会内 認知症研修会	双葉町民生児童委員	1	21
青森いのちのネットワーク	相馬	被災地支援における心のケア	青森いのちのネットワーク	1	12
福島県県中保健福祉事務所	相馬	精神疾患患者の相談等の支援に係る情報交換	福島県県中保健福祉事務所職員	1	27
南相馬市社会福祉協議会	相馬	地域の見守り・支え合い活動について	地域あったか見守り隊	1	157

## 学会発表など

開催月日	開催団体名	発表テーマ
11 月 26 日	福島県作業療法士会	東日本大震災 忘れないために
2 月 13 日	NPO 法人ジャパンプラットフォーム	福島 7 年目の現場から～心のケアをつなぐ 3 つの提案
6 月 11 日	日本トラウマティック・ストレス学会	心のケアセンタースタッフとその疲弊
10 月 31 日	東北精神保健福祉連絡協議会・公益社団法人宮城県精神保健福祉協会	震災が問うているもの -6 年間で振り返る そして、これから-

## 集団活動(サロン・健康相談等)

内 容	主催機関	開催回数	参加者数
会津我家笑飯めし(楡葉町)	楡葉町	7	53
アルコール家族教室・アルコール家族相談会	福島県県中保健福祉事務所・福島県相双保健福祉事務所	14	52
飯館村「お茶飲み会」	飯館村・飯館村社会福祉協議会	6	173
いわき市豊間・薄磯地区健康増進事業	いわき市平地区保健福祉センター	9	140
大熊町仮設復興住宅健康相談	大熊町	2	12
大熊町社会福祉協議会主催「つながっサロン」	大熊町社会福祉協議会	2	18
お茶のみ会：健康相談	飯館村社会福祉協議会	21	379
男遊クラブ	県中・県南西部センター	12	58
かしまに集まっ会	南相馬市	9	82
借り上げ住宅健康講話	南相馬市	1	27
川内村精神障がい者デイケア	川内村	10	45

活動資料

内 容	主催機関	開催回数	参加者数
県南地域で個別支援をしている方への地域交流、生きがいとなる活動の支援 陶芸の集い・アートまなべのつどい	県中・県南方部センター	3	13
災害公営住宅サロンへの協力	災害公営住宅自治会	2	38
サロンならば	楢葉町社会福祉協議会	4	104
茶話カフェろここ	郡山市社会福祉協議会	11	179
ホッとサロン「てとて」	福島市社会福祉協議会	12	416
白河市復興公営住宅サロン	白河市社会福祉協議会	5	34
白河地区双葉町社協サロン	双葉町社会福祉協議会	2	34
新地ママサロン	しんちの子育て考え隊	1	7
すくすく相談会	南相馬市	12	327
とみわか元気アップ教室	富岡町さくらスポーツクラブ	6	71
豊間・薄磯・沼ノ内三地区合同夏祭り	いわき市平地区保健福祉センター	1	32
浪江いきいき交流会	浪江町社会福祉協議会、浪江町	8	169
浪江町かもめっ子クラブ	浪江町、NPO 法人ハートフルハート未来を育む会	11	191
南相馬市震災遺児等支援事業「親子交流旅行」(1泊2日)	南相馬市	1	20
ひきこもり家族教室	福島県中保健福祉事務所・福島県相双保健福祉事務所	4	17
ファミリーサポーター養成講座	南相馬市社会福祉協議会	1	7
双葉町茶養サロン	双葉町	10	100
双葉町社会福祉協議会ひだまりサロン	双葉町社会福祉協議会	6	87
南相馬市被災者健康支援事業	南相馬市	10	87
みんぶくサロン	会津みんぶく	5	86

関係機関との会議など

内 容	開催地・会場	開催回数
DPAT運営協議会	グリーンパレス（福島市）	1
会津保健福祉事務所合同ミーティング	福島県会津保健福祉事務所（会津若松市）	10
会津保健福祉事務所との打ち合わせ	福島県会津保健福祉事務所（会津若松市）	2
会津保健福祉事務所・会津若松市社会福祉協議会・心のケアセンター被災者支援打ち合わせ	福島県会津保健福祉事務所（会津若松市）	11
会津若松市社協との打ち合わせ	会津若松市（会津若松市）	1
飯舘村ケースの報告	飯舘村役場（飯舘村）	1
飯舘村南相馬市地域自立支援協議会	飯舘村ふれ愛館（飯舘村）	1
いわき市ケース報告	いわき市総合保健福祉センター（いわき市） ほか	9
いわき市保健所との打ち合わせ	いわき市保健所、いわき市総合保健福祉センター（いわき市）	2
大熊町いわき市内福祉行政情報交換会	大熊町役場いわき出張所（いわき市）	6
大熊町ケース報告	大熊町役場いわき出張所（いわき市） ほか	13
大熊町月例報告	県中・県南方部センター（郡山市）	1
大熊町社会福祉協議会グループミーティング結果報告	大熊町社会福祉協議会（いわき市）	1
大熊町障がい者支援事業所会議	大熊町役場（会津若松市）	12
大熊町地域（避難先）ネットワーク会議	大熊町役場（会津若松市）	10
大熊町との情報共有（こころの健康づくりアンケート結果について）	会津若松市（会津若松市）	1
大熊町への個支援状況報告	会津若松市（会津若松市）	4
大熊町保健師との連絡調整	大熊町役場いわき出張所（いわき市）	1
大熊町保健センターとの業務連絡会	会津若松市（会津若松市）	5
相馬市大野台第6仮設住宅自治会と支援者の定例会	大野台第6仮設住宅集会所（相馬市）	6
小高定例会議	おだかぶらっとほーむ（南相馬市）	3
葛尾村月例報告	葛尾村役場（葛尾村）	11
川内村いきいき高齢者なり隊ふやし隊会議（川内村高齢者見守りネットワーク）	川内村ゆふね（川内村）	1
川内村月例報告	川内村ゆふね（川内村）	12
川内村との業務打ち合わせ	川内村ゆふね（川内村）	2
県北地域被災者健康支援活動連絡会	福島県県北保健福祉事務所（福島市）	1
県北保健福祉事務所との定例会	福島県県北保健福祉事務所（福島市）	2
県中保健福祉事務所との定例会	県中・県南方部センター（郡山市）	3
県南地域支援調整会議	福島県県南保健福祉事務所（白河市）	1
県南地域浪江町避難者健康支援連絡会	福島県県南保健福祉事務所（白河市）	1
県南保健福祉事務所へのケース報告	福島県県南保健福祉事務所（白河市）	1
県南保健管内の浪江町住民の個別支援の状況報告	福島県県南保健福祉事務所（白河市）	1
県北地区被災者生活支援調整会議	福島市役所渡利支所（福島市） ほか	4
公立相馬総合病院臨床研修管理委員会	公立相馬総合病院（相馬市）	1
郡山市社会福祉協議会との業務打ち合わせ	県中・県南方部センター（郡山市）	1

内 容	開催地・会場	開催回数
郡山市セーフコミュニティ推進協議会 自殺予防対策委員会 郡山市セーフコミュニティ現地審査	郡山市中央公民館（郡山市）ほか	7
心のケアセンター連携強化会議	福島グリーンパレス（福島市）、いわて県民情報交流センター（岩手県盛岡市）	2
孤立予防に関する支援者会議（復興公営住宅支援者情報交換会）	北原復興公営住宅集会所（南相馬市）	11
自殺対策トップセミナー	福島グリーンパレス（福島市）	1
平成30年度母子事業に関する打ち合わせ	いわき方部センター（いわき市）	1
障害分野における居宅介護事業所等連絡会	相馬相談支援事業所（相馬市）	1
新地町被災者等支援関係者情報交換会	新地町保健センター（新地町）	1
精神保健福祉に関するワーキンググループ	竹田ホール（会津若松市）	2
相双地域等障がい児・者支援関係者会議	福島県いわき合同庁舎（いわき市）	1
相双地区被災者生活支援連絡会議	原町福祉会館（南相馬市）、はまなす館（相馬市）	3
相双保健福祉事務所いわき出張所との定例事業打ち合わせ	福島県いわき合同庁舎（いわき市）	4
相双保健福祉事務所いわき出張所との打ち合わせ	いわき方部センター（いわき市）ほか	4
相談支援事業所連絡会	原町学園（南相馬市）	2
相馬市地域自立支援協議会	はまなす館（相馬市）ほか	7
「心の健康度・生活習慣」専門委員会	福島県立医科大学（福島市）	17
会津地区被災者生活支援調整会議・連絡会議	会津若松市文化センター（会津若松市）ほか	4
県中地区被災者生活支援調整会議（県中地区被災者生活支援連絡会議）	郡山総合福祉センター（郡山市）	4
県南地区被災者生活支援調整会議（県南地区被災者生活支援連絡会議）	白河市中央福祉センター（白河市）	4
平成29年度いわき地区被災者生活支援連絡調整会議（福島県社協主催）	大熊町役場いわき出張所（いわき市）	2
定期連絡協議会	飯坂ホテル聚楽（福島市）	1
双葉地方保健担当者連絡会	富岡町いわき出張所（いわき市）ほか	2
避難者生活支援・相談センター月例報告会	総合社会福祉センター（福島市）	5
田村市・都路町月例報告	田村市役所（田村市）	1
地域交流・異業種交流としての情報交換会	東邦銀行富岡支店・大熊支店（富岡町）	1
富岡町ケース報告	富岡町いわき出張所（いわき市）ほか	13
富岡町月例報告	富岡町役場郡山支所（郡山市）ほか	12
富岡町連携ケア会議	富岡町役場いわき支所（いわき市）	6
浪江町ケースの報告	浪江町役場二本松事務所（二本松市）ほか	5
浪江町健康支援者会議	日赤なみえ保健室（いわき市）ほか	12
楢葉町ケース報告	楢葉町役場いわき出張所（いわき市）ほか	18
楢葉町情報共有会議	楢葉町グループホーム（会津美里町）ほか	11
楢葉町地域共生ケア会議	楢葉町保健福祉会館（楢葉町）ほか	18
楢葉町打ち合わせ	楢葉町役場いわき出張所（いわき市）	2
楢葉町との業務連絡会	会津方部センター（会津若松市）ほか	4
被災者支援から地域保健福祉活動へ向けた支援検討会	中町会館（福島市）	1
障がい児支援関係者地域ミーティング	ゆうゆうクラブ（相馬市）	4
広野町ケース報告	広野町保健センター（広野町）	7
広野町との打ち合わせ	広野町役場（広野町）	1
広野町地域ケア推進会議	広野町・保健センター（広野町）	3
広野町包括支援センターとの打ち合わせ	広野町役場（広野町）	1
福島県青少年支援協議会相双地域連絡会議	福島県相双保健福祉事務所（南相馬市）	1
福島県相談支援専門職チーム 県北定例会議	福島市保健福祉センター（福島市）ほか	9
平成29年度福島県相談支援専門職チーム会津調整会議	竹田ホール（会津若松市）	5
双葉町社会福祉協議会グループミーティング打ち合わせ	福島県相双保健福祉事務所いわき出張所（いわき市）	1
双葉町との打ち合わせ	双葉町いわき事務所（いわき市）	1
双葉町ケース報告	双葉町いわき事務所（いわき市）	12
双葉町社会福祉協議会との打ち合わせ	双葉町社会福祉協議会（郡山市）	1
双葉町保健福祉実務者連絡会	双葉町社会福祉協議会（郡山市）、双葉町いわき事務所（いわき市）	18
平成29年度相双地域自殺対策推進協議会	福島県相双保健福祉事務所（南相馬市）	1
平成29年度第1回福島県被災者生活支援調整会議	福島県青少年会館（福島市）ほか	2
平成29年度第2回精神保健福祉業務懇談会	矢吹病院（矢吹町）	1
平成29年度福島県外避難者心のケア事業連携推進会議	コラッセふくしま（福島市）ほか	2
平成29年度福島県自殺対策推進協議会	福島県庁（福島市）	2
平成29年度福島県自殺対策推進協議会 アルコール健康障害対策推進部会	福島県庁（福島市）	3
放射線リスクコミュニケーション相談員支援センター職員との打ち合わせ	いわき方部センター（いわき市）	1
南相馬市・飯館村地域自立支援協議会	南相馬市役所（南相馬市）	17
南相馬市被災者健康支援連絡会	原町保健センター（南相馬市）ほか	3
南相馬市保健計画策定委員会	原町保健センター（南相馬市）	1
みんぶく支援者会議	いわき市文化センター（いわき市）ほか	2
みんぶくとの業務連絡会	会津方部センター（会津若松市）ほか	2
平成29年度福島県被災者の心のケア支援事業運営委員会	福島県保健衛生合同庁舎（福島市）	1
平成29年度保健事業担当者会議	福島県いわき合同庁舎（いわき市）	2

## 【編集後記】

ふくしま心のケアセンター活動記録誌2017(平成29)年度第6号を無事に刊行することができました。

原稿を執筆していただいた皆様、そして編集に携わっていただきました委員の皆様へ深く感謝申し上げます。

2018年は災害の多い年でした。それも何十年に一度とか、今までに経験をしたことがないものが立て続けに全国で発生し、人的、物的に多くの被害をもたらしました。

「災害は忘れたころにやってくる」と言われていましたが、その言葉は通用しなくなってきています。

災害にあたってはその予防が重要となりますが、一旦災害に面したときの初動対応は被害の拡大を防ぐ大きな要因となります。そして、助かった命をつなぐ手立てともなります。

直接の体験からくる備えは大変有効となることは言うまでもありません。

この活動記録誌は単にふくしま心のケアセンターの活動を記録したものではないと思っております。今後起こりうる(起こらないことを願っています。)大災害への対応にあたっての大きいに参考となる貴重な資料であるとの意識でこれからも刊行してまいります。

活動記録誌編集委員会副委員長 仲沼安夫

### ふくしま心のケアセンター活動記録誌

2017(平成29)年度

第6号

表紙写真：花見山公園（畑哲信：福島県精神保健福祉センター所長）

発行日：2019(平成31)年3月15日

編集発行：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

〒960-8012 福島市御山町8-30 県保健衛生合同庁舎5階

TEL (024)535-8639 FAX (024)534-9917

被災者相談ダイヤル(ふくここライン) (024)925-8322

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

印刷所：株式会社 第一印刷