

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



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)¹⁾・松島輝明
看護師:後藤弓子(新拠点課長)¹⁾・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ともに、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。

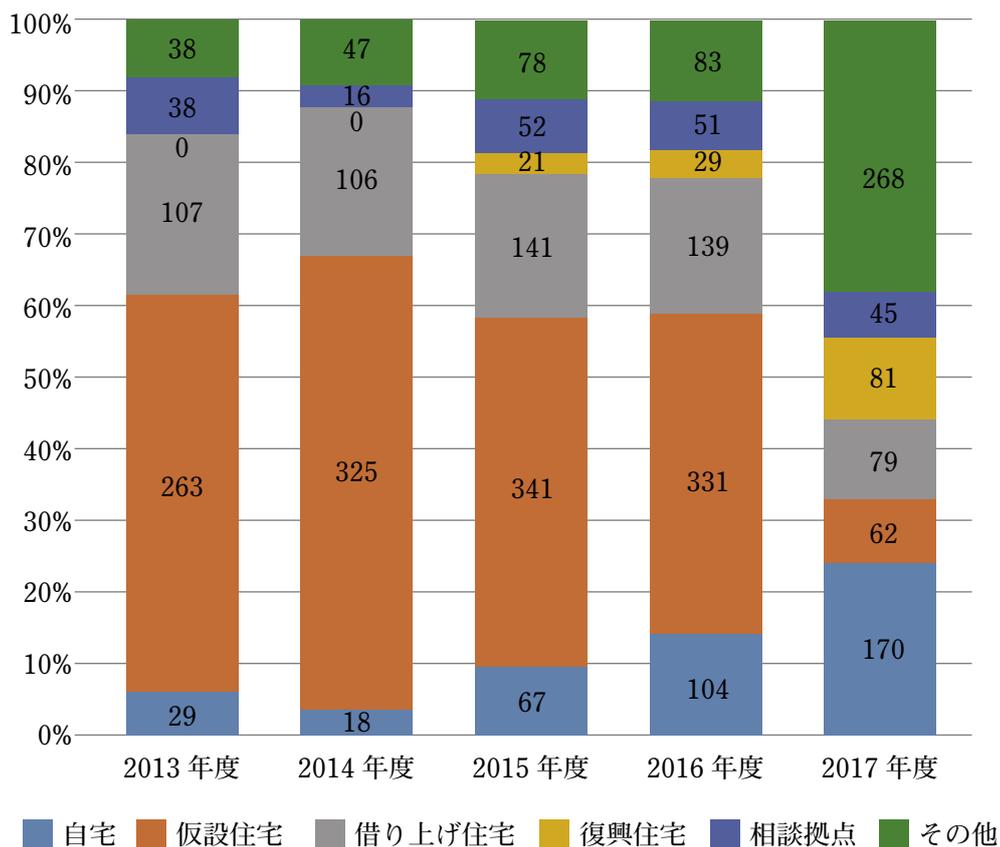


図1 個別支援件数

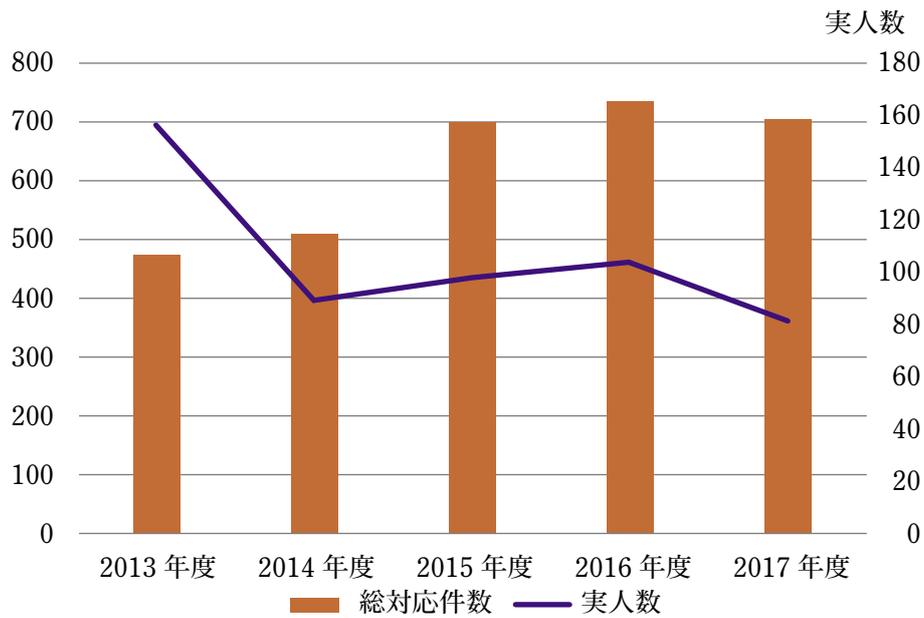


図2 総対応件数と実人数

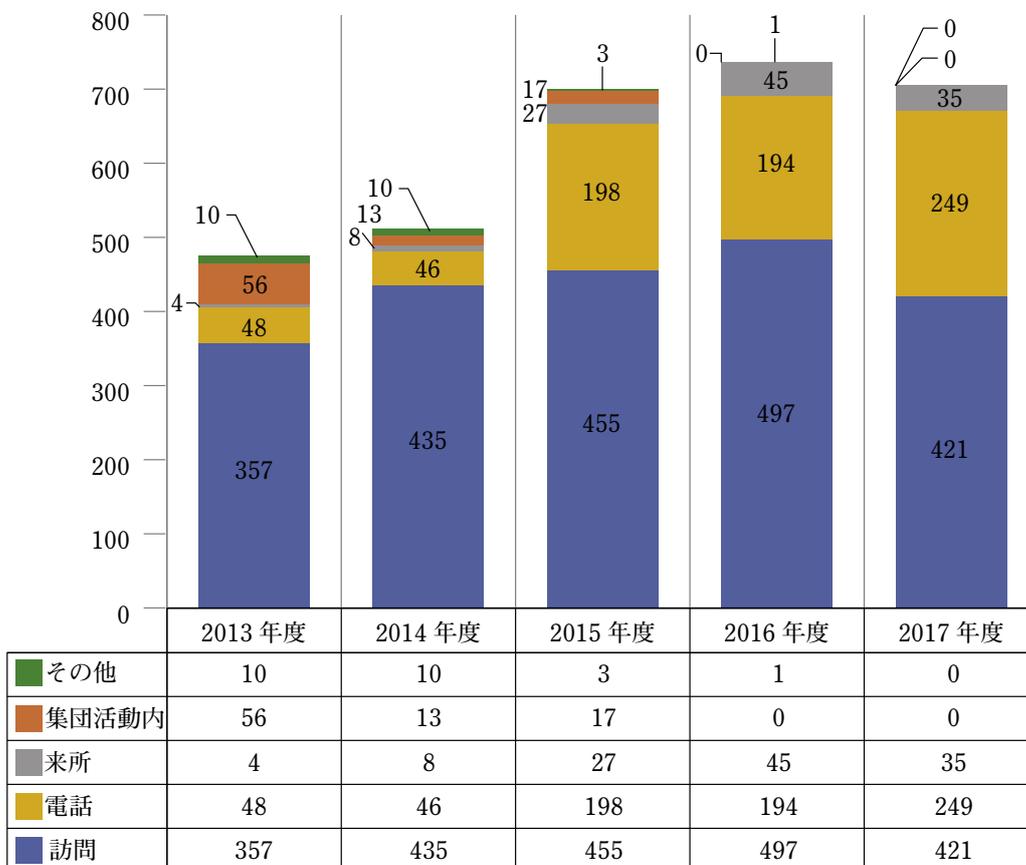


図3 訪問先の割合

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）¹⁾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・作業療法士会の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¹⁾・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なう向き合い、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。

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¹⁾

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「会津我家笑飯めし^{あいづ わいわい}」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
楢葉町	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
	楢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）の崔炯仁氏ちえひょんいんに講演して頂いた。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、血压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 ¹⁾	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)¹⁾・東條仁美・山内美智子
精神保健福祉士:菅原睦子(主任)²⁾・渡邊正道(主任)¹⁾
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²⁾・山下和彦²⁾
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¹⁾
看護師:後藤弓子(方部課長)²⁾
精神保健福祉士:渡邊正道(主任)・松島輝明³⁾
社会福祉士:田井勇次
保健師:馬目紗織⁴⁾

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