

## 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

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）を用いて活動データの集積を行ってきた。

2018年3月31日をもってDMHISSが終了したことから、DMHISSの入力補助のために作成し活用していたシステムを発展させた当センター独自の新しい活動記録システム（以下、Fsystem）を2018年4月1日より導入することとなった。

以下に、Fsystemを用いて集計した2020年度の個別相談支援等の実績を報告する。

### 1. 個別支援

#### 1) 相談支援

個別支援件数は、県北方部センターが1,065件（15.9%）、県中・県南方部センターが1,336件（20.0%）、会津出張所が195件（2.9%）、相馬方部センターが2,145件（32.1%）、いわき方部センターが1,066件（16.0%）、ふたば出張所が582件（8.7%）、ふくここライン（基幹センター）が290件（4.3%）、当センター全体で6,679件だった（表1）。

表1 個別支援 延べ件数

| 方部・出張所          | 延べ件数  |
|-----------------|-------|
| 県北方部センター        | 1,065 |
| 県中・県南方部センター     | 1,336 |
| 会津出張所           | 195   |
| 相馬方部センター        | 2,145 |
| いわき方部センター       | 1,066 |
| ふたば出張所          | 582   |
| ふくここライン（基幹センター） | 290   |
| 計               | 6,679 |

表2 個別支援 新規件数

| 方部・出張所          | 新規件数 |
|-----------------|------|
| 県北方部センター        | 13   |
| 県中・県南方部センター     | 7    |
| 会津出張所           | 2    |
| 相馬方部センター        | 45   |
| いわき方部センター       | 14   |
| ふたば出張所          | 23   |
| ふくここライン（基幹センター） | 116  |
| 計               | 220  |

また、2020年度の個別支援新規件数は、県北方部センターが13件（5.9%）、県中・県南方部センターが7件（3.2%）、会津出張所が2件（0.9%）、相馬方部センターが45件（20.5%）、いわき方部センターが14件（6.4%）、ふたば出張所が23件（10.5%）、ふくここライン（基幹センター）が116件（52.7%）、当センター全体で220件だった（表2）。

#### 2) 方部・出張所の個別支援件数（市町村別）

方部・出張所が支援した相談対象者の震災前居住地を件数の多い順に示したものが表3である。件数が最も多かったのは、県北方部センターが浪江町（431件）、県中・県南方部センターが大熊町（642件）、会津出張所が大熊町（147件）、相馬方部センターが南相馬市（1,719件）、いわき方部センターが大熊町（271件）、ふたば出張所が広野町（218件）、ふくここライン（基幹センター）が不明（132件）であった。

表3 方部・出張所別個別支援件数（市町村別）

|                     | 1               | 2            | 3            |
|---------------------|-----------------|--------------|--------------|
| 県北方部センター            | 浪江町<br>(431)    | 飯舘村<br>(406) | 桑折町<br>(53)  |
| 県中・県南方部センター         | 大熊町<br>(642)    | 富岡町<br>(422) | 南相馬市<br>(67) |
| 会津出張所               | 大熊町<br>(147)    | 南相馬市<br>(21) | 富岡町<br>(12)  |
| 相馬方部センター            | 南相馬市<br>(1,719) | 浪江町<br>(223) | 飯舘村<br>(77)  |
| いわき方部センター           | 大熊町<br>(271)    | 広野町<br>(204) | 浪江町<br>(176) |
| ふたば出張所              | 広野町<br>(218)    | 楡葉町<br>(180) | 川内村<br>(83)  |
| ふくここライン<br>(基幹センター) | 不明<br>(132)     | 福島市<br>(45)  | 大熊町<br>(24)  |

### 3) 相談対象者の震災前居住地

県北地域が 214 件（3.2%）、県中地域が 55 件（0.8%）、県南地域が 2 件（0.0%）、会津地域が 21 件（0.3%）、双葉地域が 3,788 件（56.7%）、相馬地域が 2,408 件（36.1%）、いわき市が 57 件（0.9%）、県外が 1 件（0.0%）、不明が 133 件（2.0%）だった（図 1）。

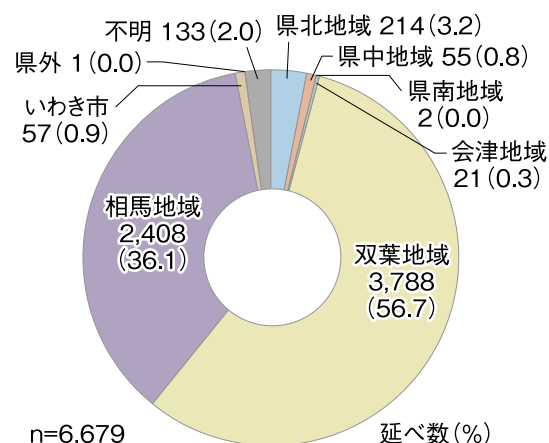


図1 震災前居住地別

### 4) 相談対象者の性別

女性が 3,532 件（52.9%）、男性が 3,139 件（47.0%）だった（図 2）。相談対象者の男女比は、ほぼ 1：1 であった。

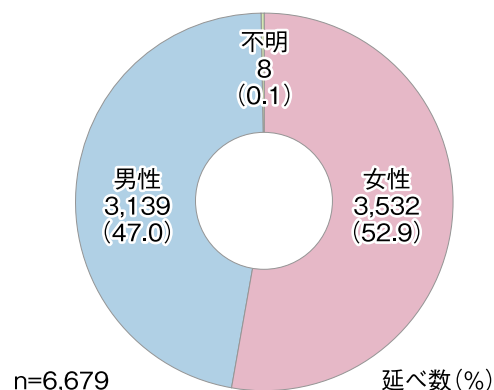


図2 性別

### 5) 相談対象者の年代

0～9歳が3件（0.0%）、10代が272件（4.1%）、20代が598件（9.0%）、30代が1,235件（18.5%）、40代が1,119件（16.8%）、50代が818件（12.2%）、60代が1,100件（16.5%）、70代以上が1,138件（17.0%）、不明が396件（5.9%）だった（図3）。年代別は、30代、70代以上の順で多く、次いで40代、60代だった。

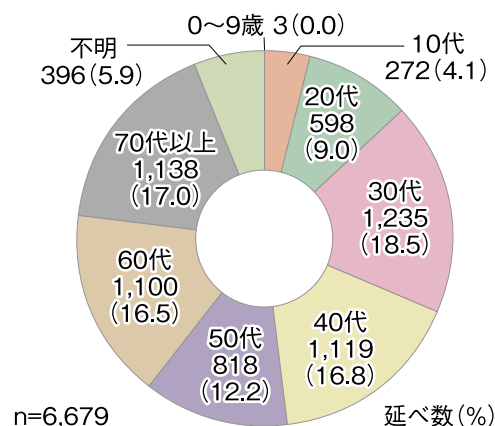


図3 年代内訳

### 6) 相談方法

訪問が2,181件（32.7%）、来所が680件（10.2%）、電話が3,590件（53.8%）、集団活動内での相談が1件（0.0%）、ケース会議が98件（1.5%）、その他が129件（1.9%）だった（図4、表4）。

相談方法は、2018年度から電話が最多となり、次いで訪問、来所となっている。

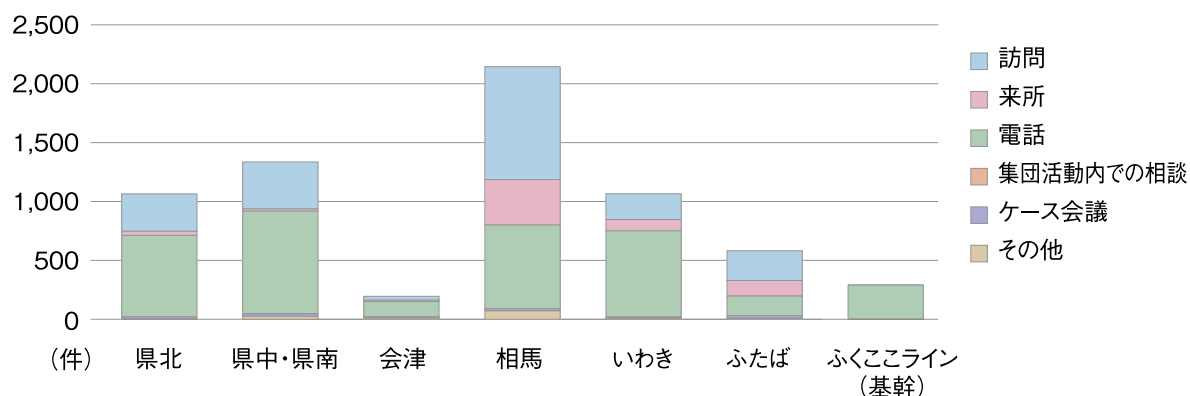


図4 相談方法 (件数)

表4 相談方法 (件数と割合)

|               | 県北                | 県中・<br>県南         | 会津              | 相馬                | いわき               | ふたば             | ふくこライン<br>(基幹)  | 計                 |
|---------------|-------------------|-------------------|-----------------|-------------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|
| 訪問            | 318<br>(29.9%)    | 399<br>(29.9%)    | 33<br>(16.9%)   | 959<br>(44.7%)    | 219<br>(20.5%)    | 253<br>(43.5%)  | 0<br>(0.0%)     | 2,181<br>(32.7%)  |
| 来所            | 35<br>(3.3%)      | 19<br>(1.4%)      | 12<br>(6.2%)    | 386<br>(18.0%)    | 96<br>(9.0%)      | 132<br>(22.7%)  | 0<br>(0.0%)     | 680<br>(10.2%)    |
| 電話            | 691<br>(64.9%)    | 871<br>(65.2%)    | 128<br>(65.6%)  | 711<br>(33.1%)    | 733<br>(68.8%)    | 166<br>(28.5%)  | 290<br>(100.0%) | 3,590<br>(53.8%)  |
| 集団活動内<br>での相談 | 0<br>(0.0%)       | 0<br>(0.0%)       | 1<br>(0.5%)     | 0<br>(0.0%)       | 0<br>(0.0%)       | 0<br>(0.0%)     | 0<br>(0.0%)     | 1<br>(0.0%)       |
| ケース会議         | 17<br>(1.6%)      | 22<br>(1.6%)      | 10<br>(5.1%)    | 18<br>(0.8%)      | 9<br>(0.8%)       | 22<br>(3.8%)    | 0<br>(0.0%)     | 98<br>(1.5%)      |
| その他           | 4<br>(0.4%)       | 25<br>(1.9%)      | 11<br>(5.6%)    | 71<br>(3.3%)      | 9<br>(0.8%)       | 9<br>(1.5%)     | 0<br>(0.0%)     | 129<br>(1.9%)     |
| 計             | 1,065<br>(100.0%) | 1,336<br>(100.0%) | 195<br>(100.0%) | 2,145<br>(100.0%) | 1,066<br>(100.0%) | 582<br>(100.0%) | 290<br>(100.0%) | 6,679<br>(100.0%) |

## 7) 相談場所

自宅が 2,711 件 (40.6%)、民間賃貸借上住宅が 34 件 (0.5%)、復興・災害公営住宅が 753 件 (11.3%)、相談拠点が 2,012 件 (30.1%)、その他が 1,169 件 (17.5%) だった (図 5、表 5)。相談場所は自宅が最も多く、次いで相談拠点、その他、復興・災害公営住宅の順だった。

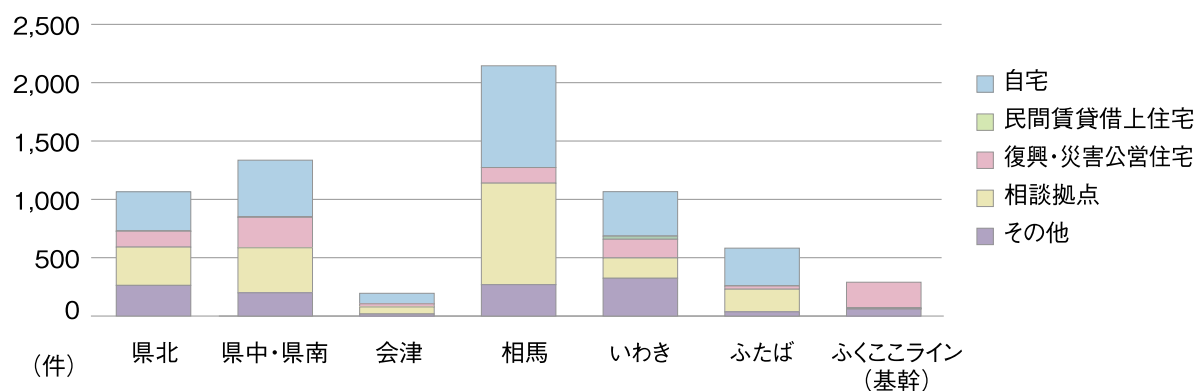


図5 相談場所 (件数)

表5 相談場所 (件数と割合)

|               | 県北                | 県中・<br>県南         | 会津              | 相馬                | いわき               | ふたば             | ふくこライン<br>(基幹)  | 計                 |
|---------------|-------------------|-------------------|-----------------|-------------------|-------------------|-----------------|-----------------|-------------------|
| 自宅            | 337<br>(31.6%)    | 486<br>(36.4%)    | 90<br>(46.2%)   | 872<br>(40.7%)    | 381<br>(35.7%)    | 324<br>(55.7%)  | 221<br>(76.2%)  | 2,711<br>(40.6%)  |
| 民間賃貸<br>借上住宅  | 1<br>(0.1%)       | 4<br>(0.3%)       | 0<br>(0.0%)     | 0<br>(0.0%)       | 27<br>(2.5%)      | 0<br>(0.0%)     | 2<br>(0.7%)     | 34<br>(0.5%)      |
| 復興・災害<br>公営住宅 | 136<br>(12.8%)    | 261<br>(19.5%)    | 27<br>(13.8%)   | 134<br>(6.2%)     | 160<br>(15.0%)    | 28<br>(4.8%)    | 7<br>(2.4%)     | 753<br>(11.3%)    |
| 相談拠点          | 328<br>(30.8%)    | 386<br>(28.9%)    | 60<br>(30.8%)   | 870<br>(40.6%)    | 174<br>(16.3%)    | 194<br>(33.3%)  | 0<br>(0.0%)     | 2,012<br>(30.1%)  |
| その他           | 263<br>(24.7%)    | 199<br>(14.9%)    | 18<br>(9.2%)    | 269<br>(12.5%)    | 324<br>(30.4%)    | 36<br>(6.2%)    | 60<br>(20.7%)   | 1,169<br>(17.5%)  |
| 計             | 1,065<br>(100.0%) | 1,336<br>(100.0%) | 195<br>(100.0%) | 2,145<br>(100.0%) | 1,066<br>(100.0%) | 582<br>(100.0%) | 290<br>(100.0%) | 6,679<br>(100.0%) |

## 8) 相談背景（支援者評価）

健康上の問題が5,179件（77.5%）、家族・家庭問題が3,475件（52.0%）、居住環境の変化が3,348件（50.1%）、失業・就労問題が1,909件（28.6%）、人間関係が1,530件（22.9%）、教育・育児・転校が931件（13.9%）、近親者喪失が819件（12.3%）、経済生活再建問題が660件（9.9%）、放射能が98件（1.5%）、不明が41件（0.6%）、その他が424件（6.3%）だった（図6）。

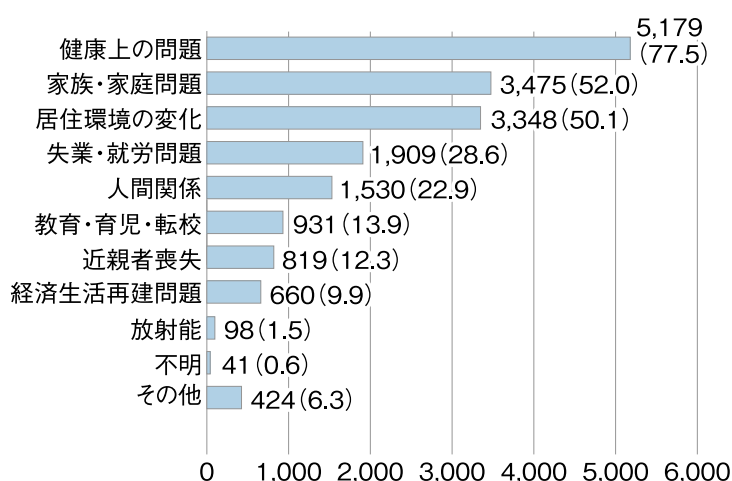


図6 相談背景（件数と割合）＊複数選択

注) パーセンテージの母数は延べ相談件数の6,679件である

## 9) 症状の有無とその内訳（支援者評価）

症状ありは4,187件（62.7%）、症状なしが1,067件（16.0%）、不明が1,425件（21.4%）であった（図7）。

症状あり4,187件の症状の内訳（複数選択）は、気分・情動に関する症状が2,599件（62.1%）、身体症状が2,235件（53.4%）、不安症状が937件（22.4%）、睡眠の問題が730件（17.4%）、行動上の問題が485件（11.6%）、飲酒の問題が355件（8.5%）、幻覚・妄想症状が251件（6.0%）、意識障害が33件（0.8%）、解離・転換症状が14件（0.3%）、強迫症状が12件（0.3%）、てんかん・けいれん発作が10件（0.2%）、小児に特有の症状が3件（0.1%）、その他の症状が155件（3.7%）だった（図8）。

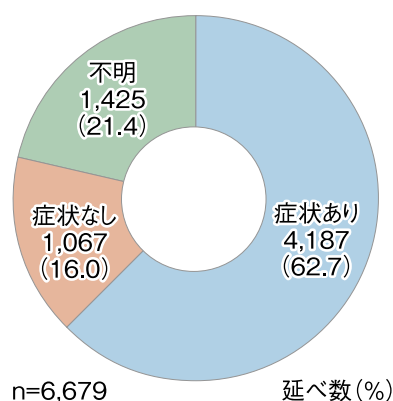


図7 症状の有無

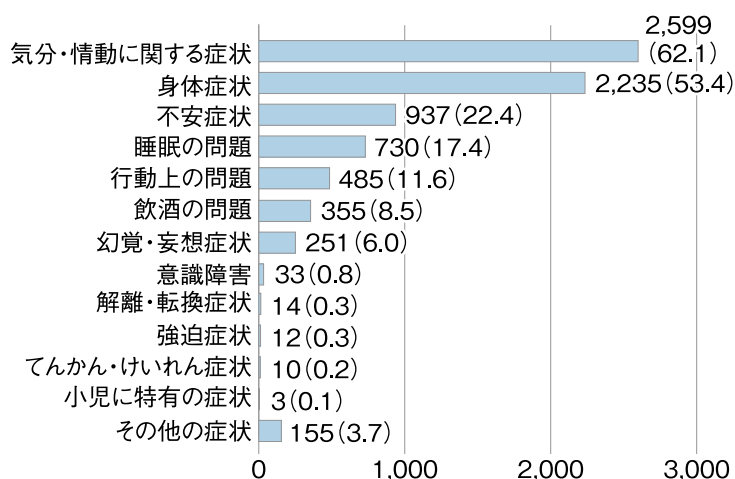


図8 症状内訳（件数と割合）＊複数選択

注) パーセンテージの母数は症状ありの4,187件である

主な症状（気分・情動に関する症状、身体症状、不安症状、睡眠の問題、行動上の問題）について内訳をグラフ化した（図9～13）。

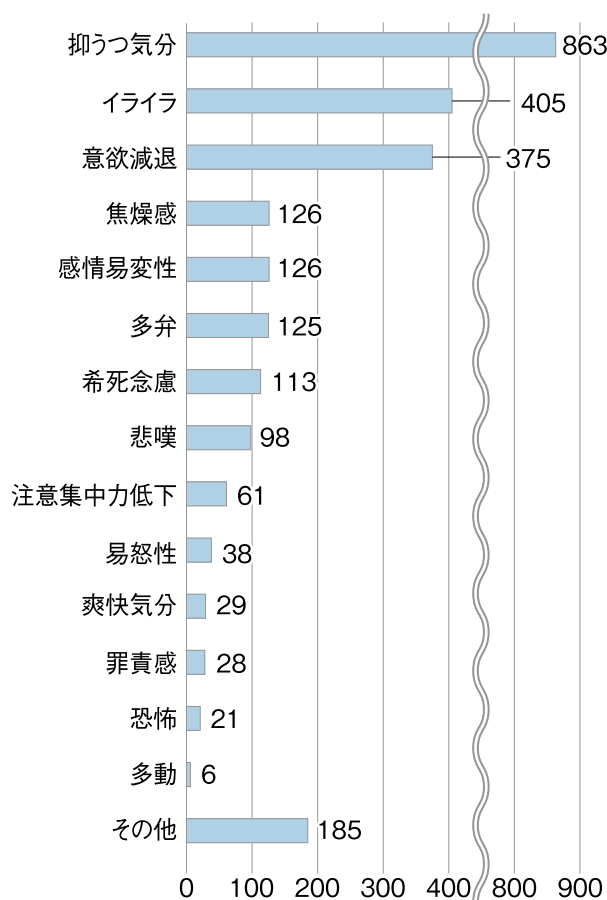


図9 気分・情動に関する症状の内訳  
(n=2,599)

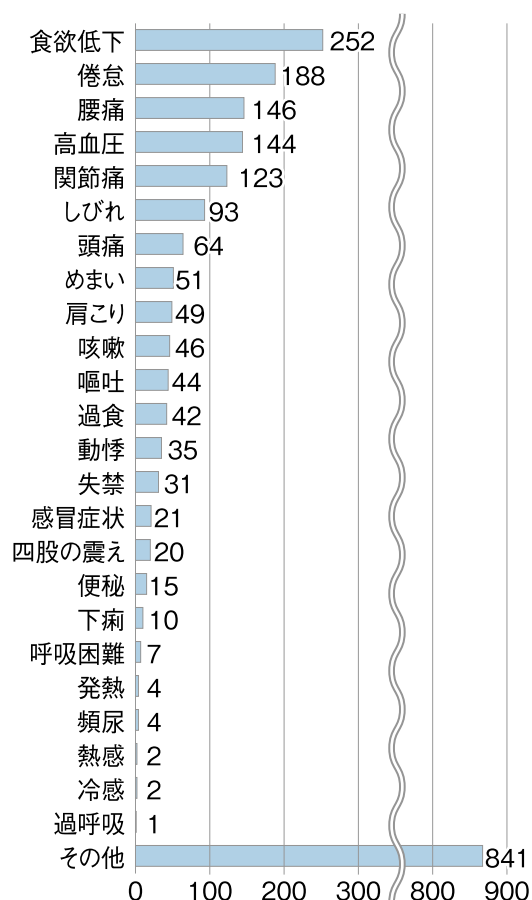


図10 身体症状の内訳  
(n=2,235)

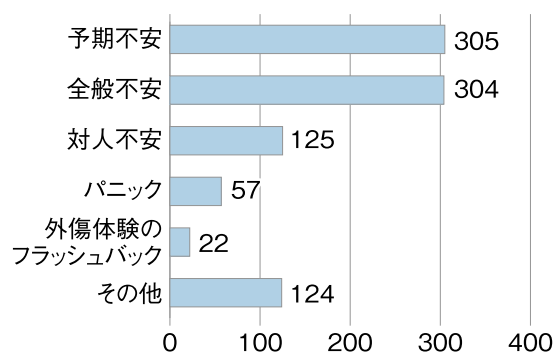


図11 不安症状の内訳  
(n=937)

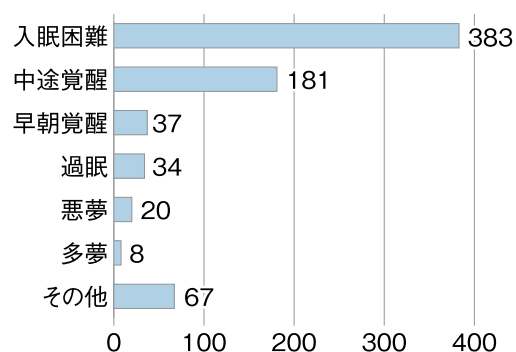


図12 睡眠の問題の内訳  
(n=730)



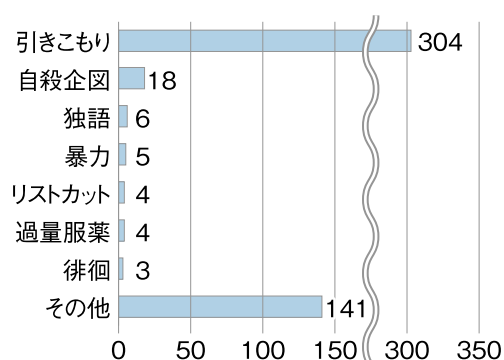


図13 行動上の問題の内訳  
(n=485)

## 2. 住民支援

サロン活動、交流会などの集団活動が 151 件（参加者 1,044 名）、相談対象者が参加したケース会議が 17 件だった。

## 3. 支援者支援

DMHISS の支援者支援に倣い集計した支援者支援延べ件数は 365 件である。

支援対象は、一般事業所・企業が 1 件、地方公共団体・警察・学校・医療機関・福祉施設・国の出先機関が 293 件、その他が 28 件だった。支援内容は、支援に関する指導・相談が 42 件、ケース会議（対象者欠席）が 221 件、健診支援が 26 件、その他が 76 件だった（表 6）。その他には、支援者自身のメンタルヘルスケアを目的とした集団活動、講演会・研修会等や、関係機関が実施するアルコール家族教室、事例検討会等の事業に対する協力が含まれている。

表6 支援者支援

| 延べ件数  |                               | 365 |
|-------|-------------------------------|-----|
| 支援対象別 | 学校・幼稚園・保育園の児童生徒に関する対応         | 0   |
|       | 一般事業所・企業                      | 1   |
|       | 地方公共団体・警察・学校・医療機関・福祉施設・国の出先機関 | 293 |
|       | その他                           | 28  |
| 支援内容別 | 支援に関する指導・相談                   | 42  |
|       | ケース会議（対象者欠席）                  | 221 |
|       | 健診支援                          | 26  |
|       | その他                           | 76  |

※データ欠損あり

#### **4. 普及・啓発**

講演会が 1 件（参加者 118 名）、普及啓発教材配布が 22 件、報道機関対応が 15 件、ホームページ管理・更新・情報提供が 23 件だった。

#### **5. 人材育成・研修**

専門家向け講演・研修会が 16 件（参加者 317 名）、一般向け講演会・研修会が 11 件（参加者 353 名）、事例検討会が 44 件（参加者 186 名）、その他 10 件だった。

### 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」の件数報告

### 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、当センター基幹センター内に専用回線を設置し、2012年11月19日から電話相談を開始した。ふくここラインは、土日祝日、年末年始を除く月～金曜日の9:00～12:00、13:00～17:00の受付で、基幹センターの専門員が交代で電話相談に対応している。さらに、2020年2月1日よりフリーダイヤル（0120-783-295）化し、窓口を広げた。

ここでは2020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。以下の数値は全て延べ件数である。

### 1. 相談件数

2020年度の相談件数は290件、そのうち新規相談件数が116件（40.0%）、再相談件数は174件（60.0%）である。

### 2. 対象者の性別

女性193件（66.6%）、男性90件（31.0%）、不明7件（2.4%）であった（図1）。

また、2013年度から2020年度までの相談件数の推移のグラフを以下に示した（図2）。

2017年度から2019年度は、女性からの相談割合が8割前後を占めていたが、2020年度は7割以下となり、男性からの相談割合が増加した。

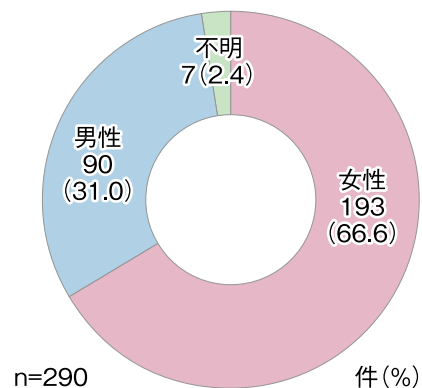


図1 性別

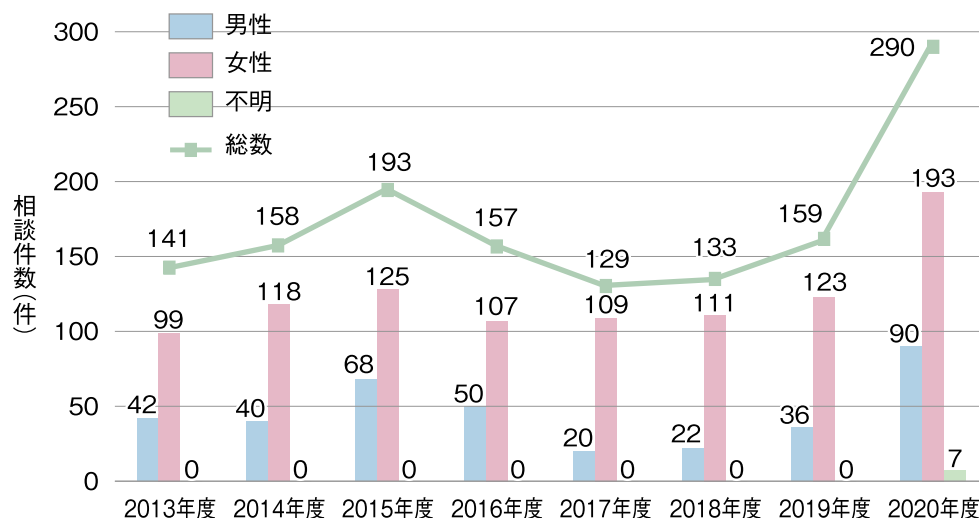


図2 2013年度～2020年度 相談件数推移

### 3. 相談者の年代

20代が21件(7.2%)、30代が28件(9.7%)、40代が52件(17.9%)、50代が26件(9.0%)、60代が12件(4.1%)、70代以上31件(10.7%)、不明が117件(40.3%)で、10歳未満は0件であった(図3)。

不明を除くと、40代が最も多く、次いで70代以上、30代と続いた。

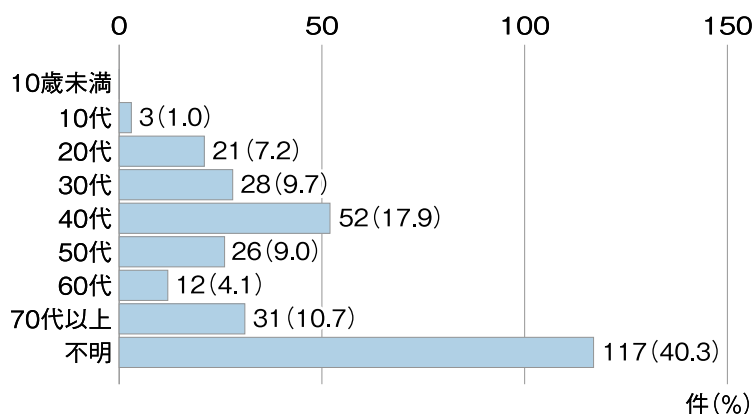


図3 年代別

### 4. 相談者と対象者の関係

本人からの相談が286件(98.6%)、子どもからの相談が2件(0.7%)、兄弟姉妹が1件(0.3%)、不明が1件(0.3%)であった。

本人からの相談が大部分を占めた。

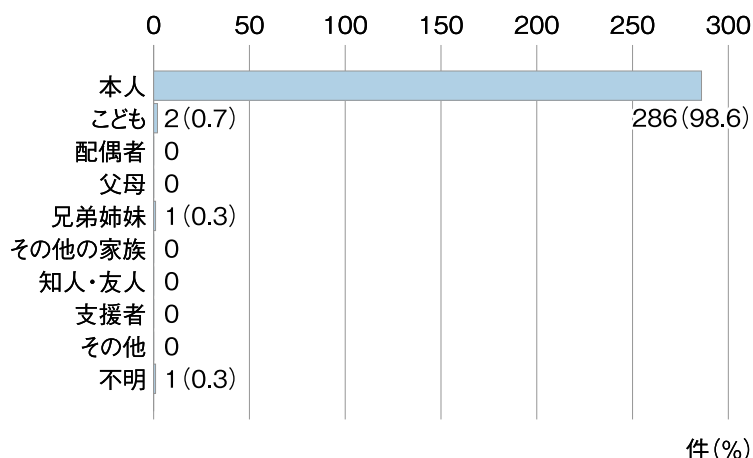


図4 相談者と対象者の関係別

### 5. 相談経路

市町村、市保健所が各2件(0.7%)、その他の機関7件(2.4%)、当センターホームページが22件(7.6%)、広告・広報が102件(35.2%)、その他が31件(10.7%)、不明が124件(42.8%)であった。県保健福祉事務所、警察、教育機関、医療機関、方部・出張所は0件であった(図5)。

当センターホームページと広告・広報を合わせると4割を超えた。

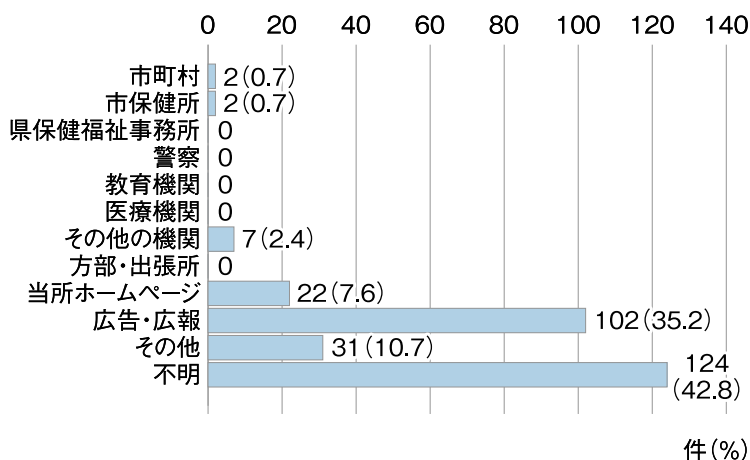


図5 相談経路

## 6. 相談者の居住地

震災前の居住地は、県北地域が 34 件（11.7%）、県中地域が 7 件（2.4%）、県南地域が 6 件（2.1%）、相双地域が 112 件（38.6%）、いわき市が 2 件（0.7%）、会津地域が 21 件（7.2%）、県外が 2 件（0.7%）、不明は 106 件（36.6%）であった。

現在の居住地は、県北地域が 28 件（9.7%）、県中地域が 5 件（1.7%）、県南地域が 13 件（4.5%）、相双地域が 14 件（4.8%）、いわき市が 57 件（19.7%）、会津地域が 26 件（9.0%）、県外が 46 件（15.9%）、不明は 101 件（34.8%）であった（図 6）。

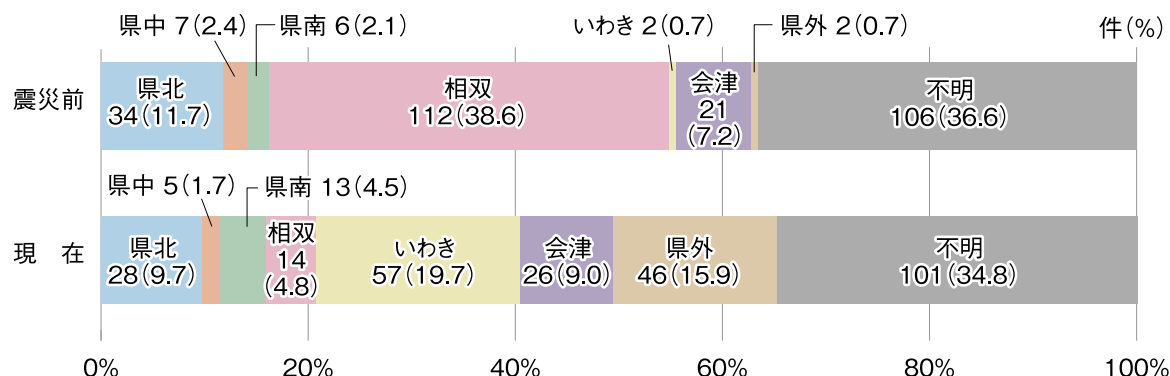


図6 相談者の居住地別

## 7. 相談内容

体の不調に関することが 48 件（16.6%）、震災・原発被害に関する喪失・ストレスが 12 件（4.1%）、避難生活に関することが 7 件（2.4%）、将来不安・生活不安が 92 件（31.7%）、既存症・元来の病気 9 件（3.1%）、その他が 120 件（41.4%）だった（図 7）。

相談内容としては、その他が最も多く、5 項目に分類されない内容の相談、特に新型コロナウイルス感染症に関する内容が増加していた。次いで将来不安・生活不安、体の不調に関すること、震災・原発被害に関する喪失・ストレス、既存症・元来の病気、避難生活に関することの順であった。

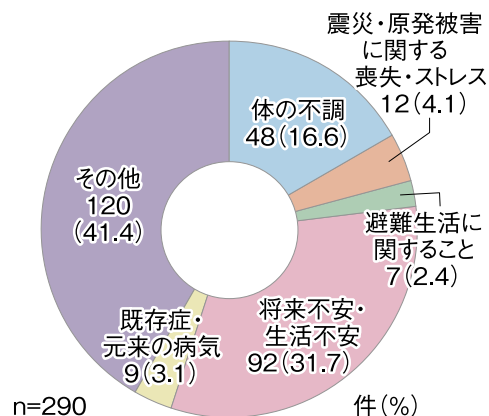


図7 相談内容

## 8. 相談時間

30分以下が223件(76.9%)、31分から60分が46件(15.9%)、61分以上が21件(7.2%)であった(図8)。

30分以下の相談が全体の8割近くを占めていた。61分以上の長時間にわたる相談も1割近くあった。

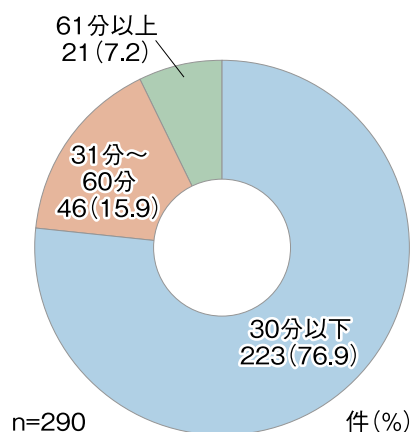


図8 相談時間別

## 9. 相談対応

傾聴が193件(66.6%)、助言が44件(15.2%)、他機関相談勧奨が13件(4.5%)、受診勧奨が5件(1.7%)、情報提供が16件(5.5%)、主治医への相談勧奨が5件(1.7%)、その他が14件(4.8%)であった(図9)。

傾聴が半数以上を占めた。

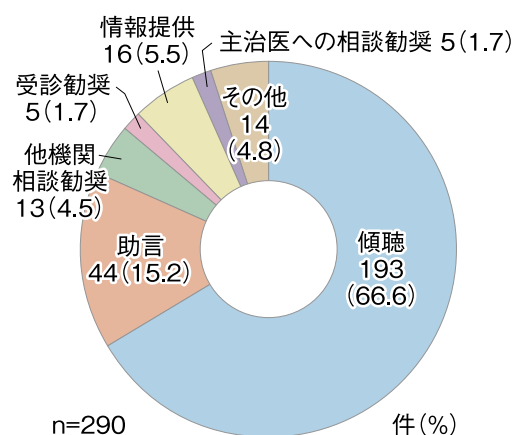


図9 相談対応別

## 10. まとめ

ふくここラインを県内外の避難者に広く利用していただくため、2020年度は原発避難者特例法<sup>1)</sup>指定の13市町村広報紙に「ふくここライン」フリーダイヤル番号等の掲載を依頼した。また、当センターのホームページを活用しての広報にも力を入れた。

2020年度の相談延べ件数は290件と例年の100件台に比して約2倍に増加し、開設以来最も多くなった。その要因としては、フリーダイヤル化により気軽に相談できるようになったことと、新型コロナウイルス感染症による不安やストレスに関する相談の増加が考えられる。

今後も、県内外で長期におよぶ避難生活、帰還後の生活を送りながら、喪失感や住み替えに関する葛藤等ストレスを抱え続ける被災者に寄り添い、気軽に相談できる「ふくここライン」での支援を継続していく。また、相談内容の分析を重ねて、希死念慮や感情のコントロールが難しい方からの相談にも冷静に対応できるよう電話支援の質の向上を図っていきたい。

1) 東日本大震災における原子力発電所の事故による災害に対処するための避難住民に係る事務処理の特例及び住所移転に係る措置に関する法律



## 4 寄稿



## 震災 それぞれの10年

大熊町役場 鈴木千遥

私は、大熊町役場本機能がまだ会津若松市内にあった年に入庁し、一職員として働き始めました。主な業務は職員の福利厚生を担当しておりますが、選挙関連の業務やそのほかの様々な庶務業務にも携わっています。入庁当時は、正直、自分の業務を覚えるのに必死で、手探り状態で業務をこなしておりましたが、今の職場の先輩方の支えがあってなんとか今までやってこられました。今、大熊町役場本庁舎がある大川原地区は、2019年4月10日に居住制限区域が解除され、14日には大熊町役場新庁舎の開庁式も行われました。開庁直後は買い物できる場所がなく、少し経ってからプレハブのヤマザキショップができたくらいでした。その後、役場の駐車場スペースにはお昼ごろになると何台かの移動販売車も来るようになり、とんかつ弁当やパン屋さんのほかに、今は見かけなくなりましたが、野菜を売りに来た方もおりました。町外から来ていただいけることが率直にうれしく思います。また、大熊町の新たな農産物として、いちご工場も稼働し、いちごやジャムの販売も行われるようになりました。帰町から2年経った今では、飲食店などが入った商業施設が開設され、2021年秋には、温浴施設や交流施設も開設される予定であり、少しずつ復興が前進しております。

震災前の大熊町は、梨やキウイの他に、サケも有名で、ヒラメやカレイなどの養殖漁業も行われていました。2011年3月11日に東日本大震災が起き、津波により亡くなった町民もおりました。翌朝には、国からの発令により、福島第一原発の10km圏内の避難指示が全住民に出され、避難生活が始まりました。発令直後はバス移動により田村市へ避難しましたが、田村市方面へ避難したのは大熊町民だけではなかったため、避難所に入りきれなかった一部町民は、三春町、小野町、さらには郡山市にまで広まりました。その後20km圏内にまで避難指示の範囲が広まり、田村市都路地区に避難していた町民は再避難を余儀なくされました。3月25日には、役場の移転場所として、会津若松市追手町にある旧県立会津学鳳高等学校校舎が候補にあがり、同日には会津若松市へ二次避難することが報道されました。4月上旬から徐々に各避難所にいる町民が会津若松市に二次避難を始め、4月5日、「大熊町役場会津若松出張所」が同校舎にて開所されました。一方、いわき市への避難も多いことから、10月にはいわき市好間地区に「大熊町役場いわき連絡事務所」が設置され、さらなる避難者の増加により、2013年10月、「いわき出張所」と改められました。2012年10月に二本松市に開設された「大熊町役場中通り連絡事務所」は、2016年4月に郡山市に移転し、大熊町内の大川原地区には2016年4月に「大熊町役場大川原連絡事務所」が設置されました。大川原連絡事務所については、本庁舎が帰町すると同時に閉所しておりますが、いわき出張所、中通り連絡事務所及び会津若松出張所（現在はインター西）は、今もなお町外に避難している町民を支援する役割を担っています。

町では、避難生活を強いられる中、町民同士の絆を守ろうという動きも出てきました。そのような活動について、何点か紹介したいと思います。2011年6月、会津若松出張所では、町民がくつろぐスペースを設けるため、「おおくまサロン・ゆっくりすっぺ」を出張所近くの民家を借りて開設し、お茶を飲んだり弁当を食べながら交流できる場を提供しまし

た。町のキャラクターである「おおちゃん」と、会津の郷土玩具である「起き上がり小法師」をコラボさせ、小法師をおおちゃんの姿に絵付けするという「おおちゃん小法師」の絵付け会も行われました。その他にも、いわき市では梨の実サロンが開所されるなど、当町民だけでなく、避難先での住民とも交流できるような場が設けられました。現在、新型コロナウイルス感染症対策として、人々が交流する機会が大きく減少してしまいました。私が入庁して知り合った大熊町民の方々は、10年前に震災に遭っているとは思えないほど元気で力強く、快活な方たちばかりだと感じています。コロナが少しでも早く収束し、ふるさと祭りなど、町民の皆さんや町外のみなさんが安心して参加できるようなイベントができることを切に願っております。

成長段階の大熊町でも、これからの町を自分たちでどうしていきたいかを考えると、むしろなんでもできる段階にいて思えて楽しくなります。町の文化が失われることのないようそれらを守りつつも、現状を楽しみながらこれからも精一杯がんばっていききたいと思っています。

## 「あがべご訪問看護」の眼から、来し方10年、行く末10年

合同会社 あがべご(あがべご訪問看護ステーション) 星野勝弥

2016年初冬のある日、飯舘村の地を、私は、初めて踏んだ。

東京で精神科訪問看護ステーションで、のびのびと仕事をしていた。

他方で、震災（看護学科3年次末）以来の思いは消えなかった。相双地域の「精神訪問看護・アウトリーチ」などを担ってきた「なごみ」に縁を得て、相双地域を何度か訪れ、訪問・見学する機会があった。「私もこの相双地域に住む“当事者”の一人として、ここで地域医療を再構築するような仕事を担いたい……」という思いが募っていた。

50年近くまえ、20歳を過ぎたころの私は、会津で一人の男に出会った。東電の水力発電所の責任者だった彼が、怒りを込めて語るのを聞いた記憶が、震災以来、脳裏を去来していた。「福島県で東電が作っている電力を、福島県民は全く使わず、首都圏に送っている」。

「東電職員の俺には言いにくい、福島県の足元をみて、原発を作ったんだろうが、もし、事故が起きたらどんなことになるか……会社も住民も本気で考えているのか?!」。約半世紀後、今は亡くなったあの人も、まさか他ならぬ福島で最悪の事故が起きると思っただけではなかったかもしれない。私は、たとえば、「東京に原発を」という声に共感を覚えつつも、福島からくる電力を消費してきた。だから、「原発を作るなら東京に」と思った自分が、災厄を負った「そこ」に住むことができ、住民として何かできることがあるなら、そこで生きるということは、自然な選択だと思った。まして、「訪問看護」や「訪問医療」は、避難から過疎の山村に戻ってくる多くの（高齢者を大多数とする）住民には、役立つ医療業態ではなかろうか？飯舘村では、いったい、どういう医療が用意されているのだろうか？そう、問いつつ……（何の利得を得ていたわけでもなく“偶然のとばっちり”を受けて、ふるさとを逐われ6年の避難生活を強いられてきた飯舘村の人に思いを馳せ、村の民となることは、大した害も被らず電力を消費してきた自分にとって、“自然”なことだった）

枯れ枝や、落ち葉が散らばった、峠の国道を越えて村に入ると、人影は見えず、広大な農地を、太陽光発電パネル群が覆っていた。「センター地区」には、住民より一足先に村内で業務を再開した村役場と、健康福祉課のある「いちばん館」、特養施設「いいたてホーム」、火曜・木曜の午前だけに診療をしている「いいたてクリニック」、もう一つの一角には、巨大で豪華なスポーツ施設群が建設中だった。「いいたてホーム」は、入所者を一度も「避難」させることなく、スタッフが避難先から通ってケアを継続し、入所者の命を守ってきた特養施設である。相双地域の他の高齢者施設との比較で、大きな教訓を残し、問題を提起した施設である。ただ、その時点では、スタッフ不足ゆえ、すでに定員の半数を割って運営されていた。

医療再建や、移住（転入）者への空き家やら公営住宅の提供について、私は、村の職員に質問した。だが、職員たちは、「それどころでない」「忙しいところ何しにきたの?」という反応だった。2度目に役場を訪問したときだったろうか、村の幹部と面会して話す機会を与えられた。「訪問看護・地域医療」について、考えをきくと、「医療については、足

りています」「あえていえば、訪問介護は必要性があり、需要も確実だし、採算も取れるだろう」という応答だった。

村内に当時あった唯一の売家をネットで見つけ、2017年春（帰村開始の時）には、購入を決め、たまたま7月に見つけた、村の保健師募集に応募し、採用された。10月初めから2年3か月間の勤務では、介護予防（要支援者）のケアマネが、主な仕事になったのだった。村内に戻った人や、南相馬～新地町の人（戻らない・戻れない高齢者）を訪問し、健康・生活事情をアセスメントし、介護認定申請や、その後の社会資源の利用への支援など、ケア・プランの作成が、日々の仕事になった。

飯舘村内には、特養いいたてホームと、この4月サテライトを開いたピュアアート訪問介護事業所以外には、介護の社会資源が何もない。スタッフさえいればショート・ステイやデイケアを開ける十分な施設・設備は、いいたてホームの中にある。（ケアマネ2人で運営する居宅支援事業所もその中にあり、要支援を担う地域包括と分業で、要介護のケアマネ事業を担っている）村の内外には、特養いいたてホームへの入所を願う高齢の村民は多いが、狭き門だ。「経営難ゆえに」、スタッフ確保が困難で、不足だから……というのだが。南相馬や相馬に住む高齢者には、何とか居住市町村の事業所を紹介できる。しかし、帰村した高齢の村民のためには、ショート・ステイやデイサービスや、まして訪問看護・介護の需要が生じて、それをかなえるために、隣接した川俣町の事業所につなげるのはひと苦勞である。何とか見つけても、「飯舘村でも、その地区までは送迎（訪問ケアも）できません」という応えを何度となく受けたものだ。

私としては訪問看護事業所の開業を諦めるどころか、高齢者の相談を受けるたびに、その思いは強まる一方だった。2019年末に役場を辞して、昨2020年8月、やっと「あがべご訪問看護ステーション」の開業に漕ぎつけた。

それから数か月、利用者がなかなか獲得できず悪戦苦闘。11月ころから、徐々に利用者が増え、2月現在は、週に1から3回訪問する利用者さんが、10人近くになっている。内容は、服薬管理、終末期（“ほぼ看取り”）、退院後の生活定着指導、認知症の進行や周辺症状をコントロールするための介入など……最近、精神科病院からも指示書をいただき、仕事は拡大しつつある。

とはいえ、村内に、医療・介護の社会資源がもっと設立され、連携のネットワークができないかぎり、村民利用も、生活圏内には医療や介護を実感できないし、医療者・介護事業者の相互連携も効果を上げにくいし、ニーズを持つ村民の情報・需要を共有できない。

「ここで最後まで生きたい」と在宅療養を選んで帰村した人が、死を目の前にして、村内に看取る医師がいないゆえに病院に戻らなくてはならない。自己決定の選択肢の狭さは、理不尽そのものだ。5年後に村民の笑顔があり、10年後に、新旧村民が落ち着いて、村で落ち着いて生活しているために、今後も、多くの医療者・介護者が「この指にとまって」とともに働いてくれることを、期待する。いま、村は、多方面の課題を抱えているが、この村での暮らしを望んで現に帰村している人々が、”村の”医療・介護と生活の楽しみと民のつながりを実感できる状況にすることが、村の最優先の課題だと、私は思う。

## 5 職員の感想

(振り返って思うこと)





**\* 基幹センター 志摩育子（社会福祉士） ————— \***

令和2年4月1日に入職いたしました。これまで児童分野の相談支援に長く関わり、障がい分野の相談支援も経験しました。東日本大震災当時は児童分野の相談機関にいましたので、震災で両親を亡くされたお子さんの支援に携わる事もありました。

入職してからの1年の間、被災された方々の声を聞く中で、様々な苦労をされてきたこと、今なお不安や喪失感を抱えていらっしゃる事等、当事者でないと分からない思いにたくさん触れてきました。まだまだ足りない部分はありますが勉強を重ねて、ケアセンターの多職種チームはもちろん、他機関の方々と連携を図りながら、被災された方々の『自分らしさ』を尊重し、安心した生活を送れるように寄り添っていきたいと思っています。どうぞよろしくお願いいたします。

**\* 基幹センター 竹林 唯（臨床心理士） ————— \***

2017年4月に業務部非常勤職員として入職しました、竹林唯と申します。2019年4月から出産・育児のため休業し、2020年7月に復職しました。

入職前は関東の心療内科クリニックに勤務していたので、土地も仕事も大きく変わり、初めて知ること、経験することが多くありました。

まず被災した住民さんから直接話を聞き、この災害を初めて体感することができました。また出産前は、浜通りで育児に不安をもつ保護者の方とお会いし、子供に発達の問題があっても相談できる場所が少なく、家族内でも複雑な問題を抱える方が多いことを知り、そうした方を支える自治体保健師の方の苦労も知ることができました。そして心療内科等での治療に至るまでにメンタルヘルスの問題の理解、家族の同意、経済的な問題など多くの壁があり、治療が必要でもそこに繋がれない方が多くいると知りました。

ケアセンターでは、そうした方々とお会いすることができ、それゆえの難しさもありますが、社会的意義の大きさを感じます。微力ではありますが、先輩方のこれまで積み重ねてきたものを糧に、私のできることを行っていきたいと思います。

**\* 県北方部センター 横山朱里 (社会福祉士) ————— \***

2020年4月に入職し県北方部センターに配属となりました。これまでは主に高齢者福祉分野にて相談援助業務を行ってきたため、支援の枠が異なるケアセンターの活動に戸惑うことがありました。枠が自在であるからこそ、制度のはざまにいる支援対象者に寄り添うことができると感じています。一方で、支援しすぎて支援対象者の自立の機会を奪ってしまったり、支援が足りず不安にさせたりしてはいないかと日々考えていました。しかし、方部内でケースを共有する機会が多く担当以外の専門員からもアドバイスをいただけること、専門員2人で担当することにより、ケースを抱え込まずに支援できる環境が整っていることを感じます。また多職種で連携しているため、自分とは違った視点やアプローチの仕方を常々学ぶことができます。枠のあり方に気を付けながら、幅広い対応ができるよう今後も支援に取り組んでいきたいと思っています。

**\* 県中・県南方部センター 黒田裕子 (保健師) ————— \***

例年より桜の開花が早い2020年4月、ふくしま心のケアセンターに入職し県中・県南方部センターで仕事に就きました。先輩スタッフとの同行訪問からの学びをお伝えします。

原発事故前後の出来事とその後の小さな地震の度に甦り、不安と恐怖に襲われ動き出せない男性は、良くない出来事は自分のせいと無力感を訴える長い時期を過ごし、置かれた状況の理不尽さへの怒りを表出する段階にやってきました。

高齢女性は強制避難による苦悩の連続への怒りを繰り返し語りながらも、折り合いをつけ、家族の生活を守り、やがて自分の人生は幸せだと口にされました。

先輩スタッフたちが専門員として丁寧に話を聞く訪問は、対象の方々が「苦しみを通してしなやかに強く変容していく」ための伴走者として居ること、感情に焦点を当てコントロールできるように、失った将来の描き直しができるように、人生の物語を聞かせてもらえるようにすることでした。

震災・原発事故から10年が過ぎましたが、心のケアを必要とする方々が多くおられる現状を踏まえ、今後も心のケア支援力を向上させつつ継続していきたいと思っています。

**\* 県中・県南方部センター 小針亜香里 (社会福祉士) ————— \***

2020年4月に県中・県南方部センターへ入職しました。

今回入職し、生活の場で、対象者の方の思いを聴かせていただいた時、自分は知っているつもりで何も知らなかったのだと感じました。前職では、病院でソーシャルワーカーとして勤務しており、避難されている患者さんと接することもありましたが、退院支援の中で聴かせていただいた思いは本当に氷山の一角だったのだと思います。

また、多職種で、チームに関わることの心強さを日々感じています。地域の支援者の方とも距離が近く、共に学ぶ機会にも恵まれ、新たな視点に気付くことができ、学びの多い1年間となりました。

対象者の方が安心して思いを語ることで心が少しでも軽くなり、日々の暮らしを楽しむことができるよう、支援者として自己研鑽に努めていきたいと思っています。

**\* 県中・県南方部センター 近嵐舞美 (精神保健福祉士) ————— \***

県中・県南方部センターへ入職し1年が経ちました。入職前は県外からニュース番組を通して故郷福島の様子の知ることが多く、被災してもなお前を向く人々の姿に心を打たれ勇気をいただいております。そんな方々にも今なお苦しい胸のうちがあること、10年経ちその影は様々であることを、これまでご尽力されてきた先輩方や、住民の皆様から教えていただきました。私の姉は震災当日の朝出産しました。母子分離のさなか地震の揺れに遭い、私の赤ちゃんは床に落ちてしまったに違いないと、そのときの恐怖の感情は今でも忘れられないと話しています。そのときの甥は小学5年生になります。時間は経過し新しい喜びも噛みしめながら、震災が及ぼしたものを知ること、考えていくこと、寄り添っていくことを続けていきたいです。お一人お一人からたくさんお話を聞かせていただき、共に生きる一人になれたらと思います。

**\* 相馬方部センター 早川真由香 (看護師) ————— \***

私は2020年4月に方部センターに入職しました。看護師として働く初めての場所で学びの多い一年でした。相馬方部センターでは、震災後より保健センターを始めとした様々な機関と協力して地域住民を支援しています。この一年間で、自治体の住民健康診査の協力やアルコール健康問題の啓発活動、支援者向けの研修活動などを経験しました。その中で、多職種チームで地域の課題を解決していくには、柔軟な考え方やフットワークの良さが求められることを学びました。お一人お一人の支援ニーズの多様性に対応するためには、支援者自身が常に勉強し続け、成長していく必要があると痛感しています。今後も相双地域におけるメンタルヘルスの課題解決に向けて努力していきたいと思っています。



## 6 活動資料



## ①経年変化（相談支援）

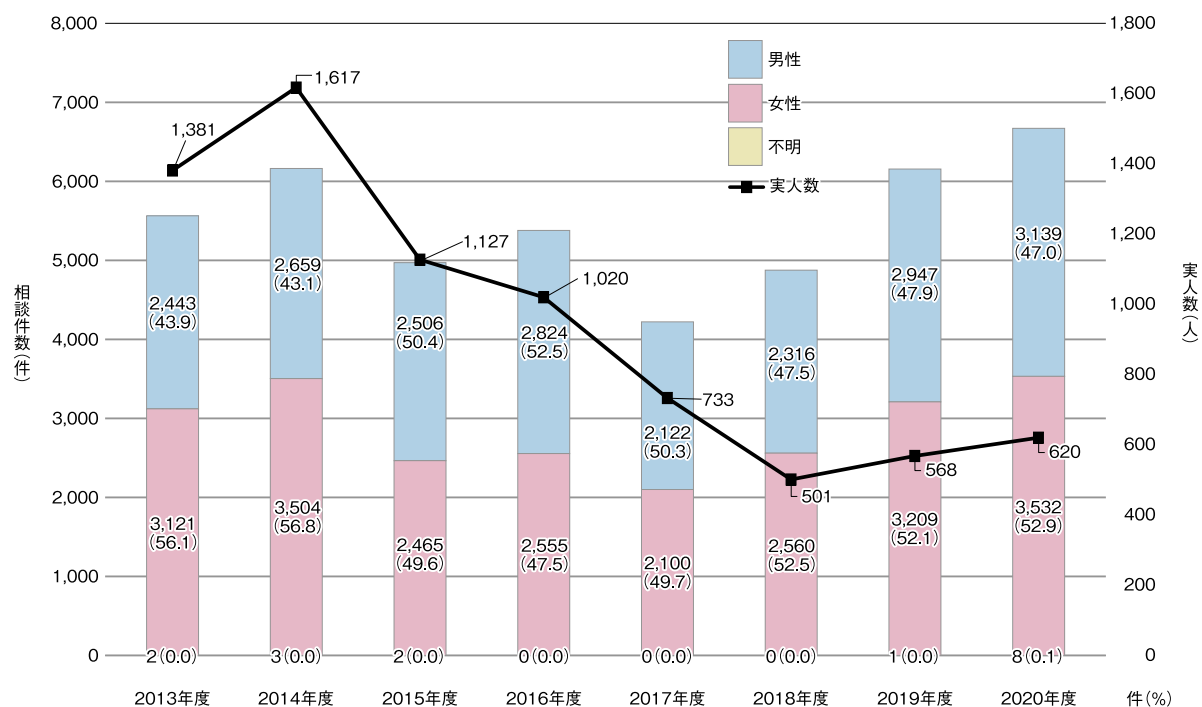


図1 相談支援件数および相談者の実人数

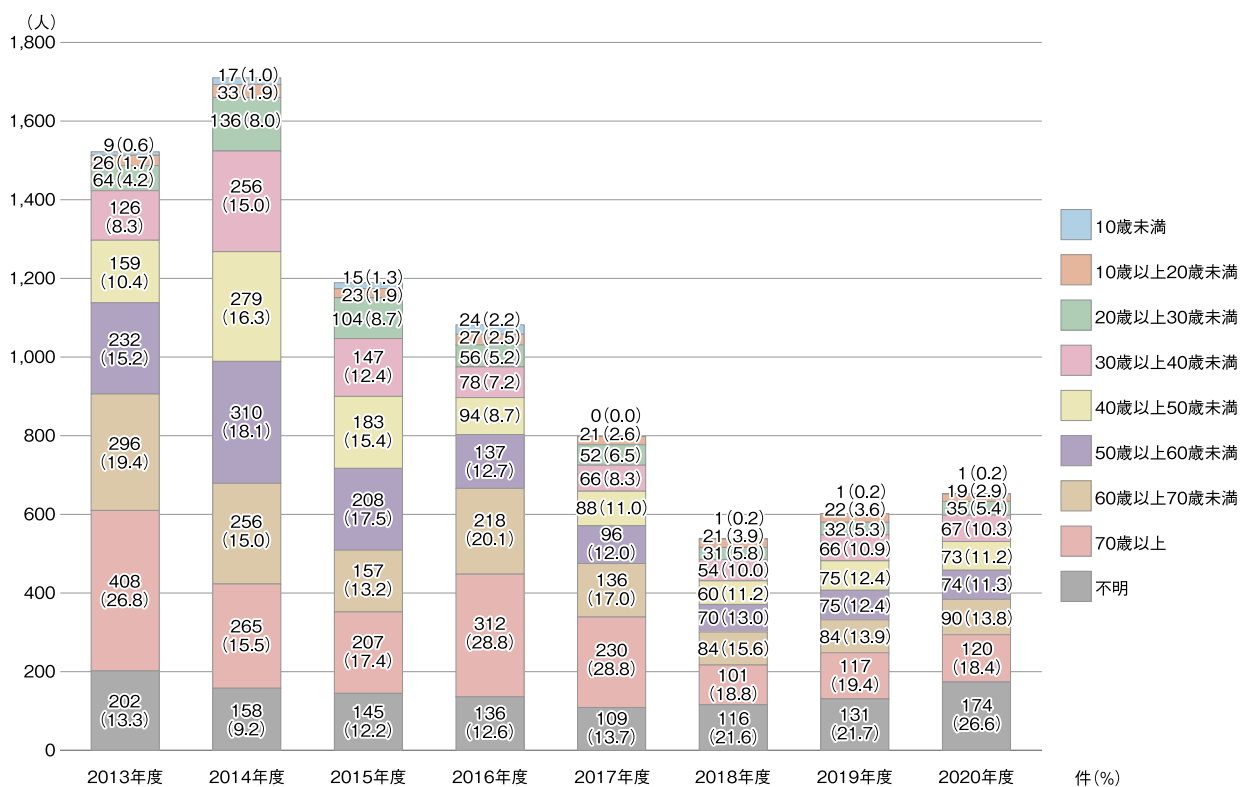


図2 相談者の年代（実人数）

※データ欠損あり  
※実際の合計値に対する割合

活動資料  
経年変化

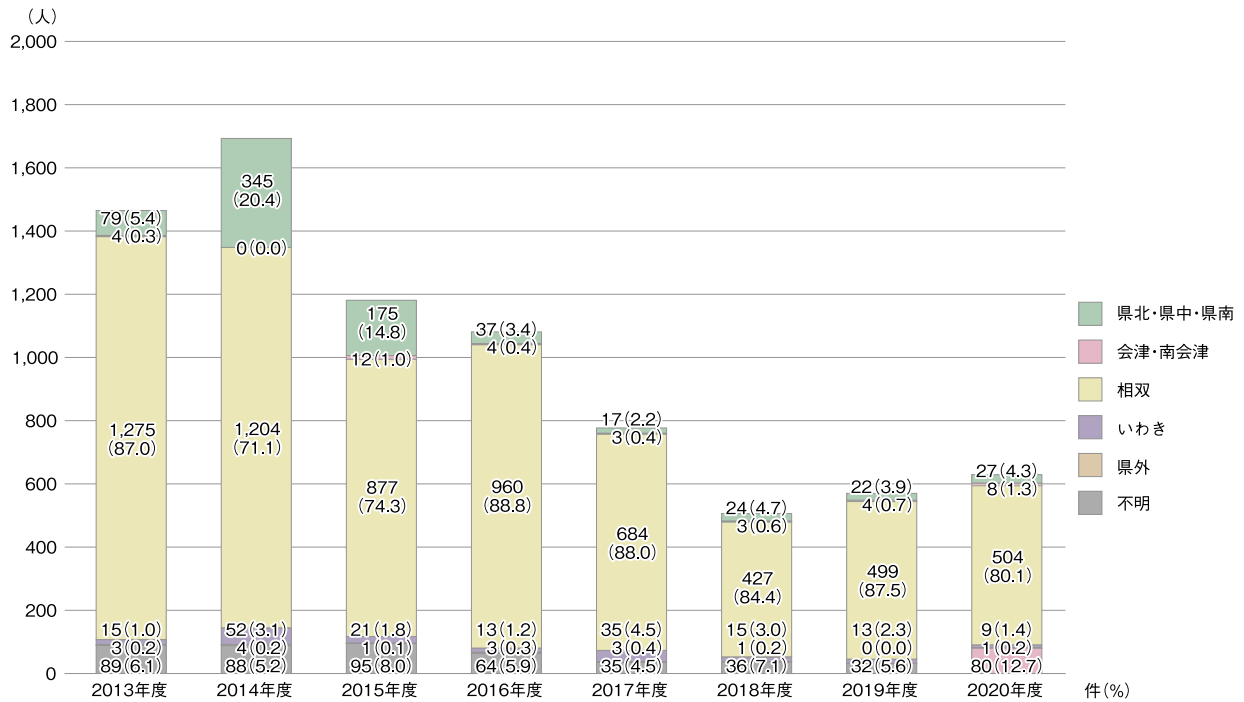


図3 相談者の震災前居住地域（実人数）

※データ欠損あり  
※実際の合計値に対する割合

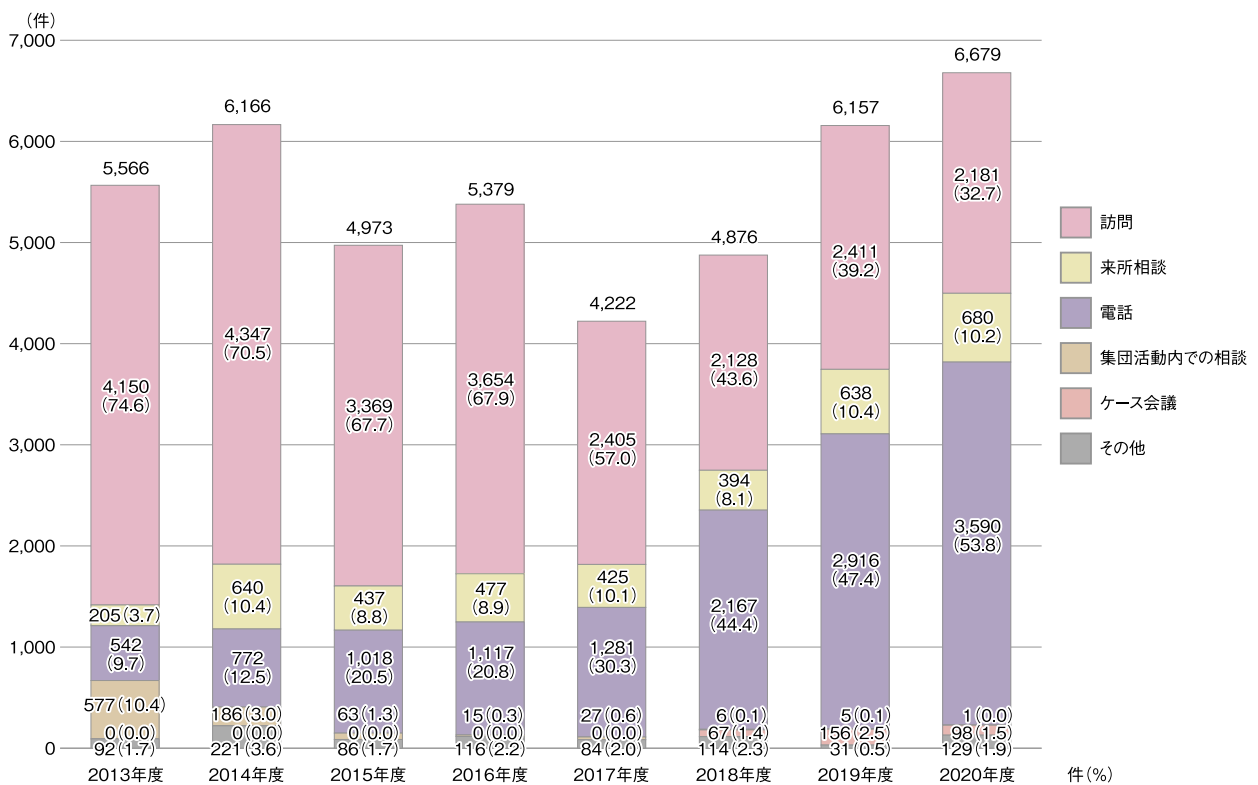


図4 相談方法（延べ件数）



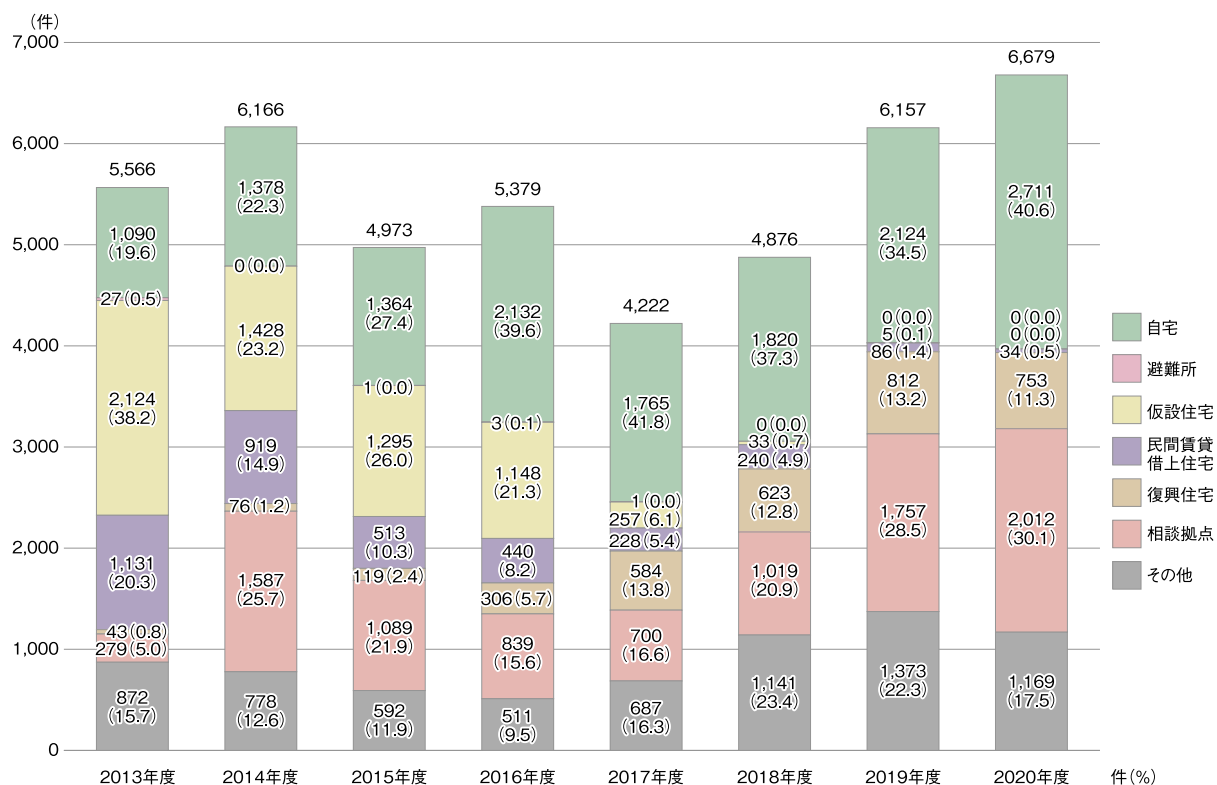


図5 相談場所（延べ件数）

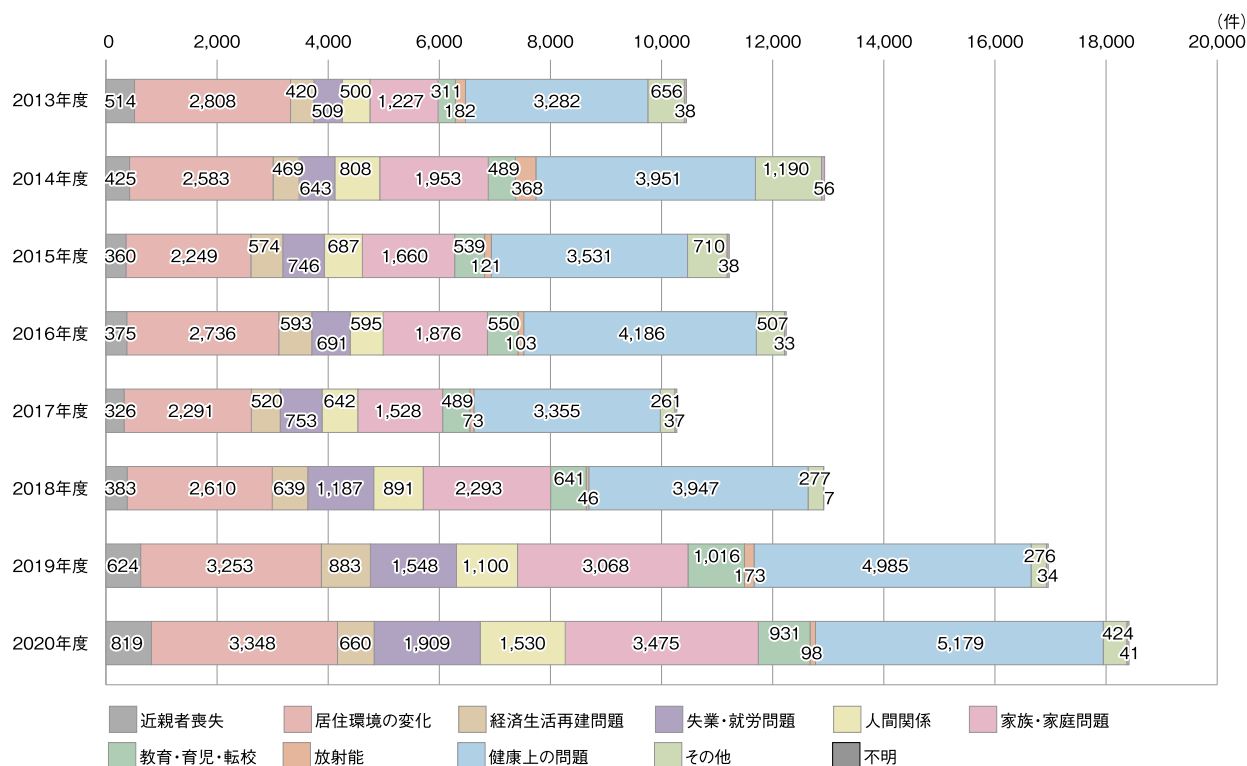


図6 相談背景（支援者評価）※複数選択

## 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について

ふくしま心のケアセンター  
副所長(業務担当) 前田正治

震災から10年が経過しましたが、今なお3万を超える人々が避難生活を続け、しかも県外避難者がその多数を占めます。また、昨年はコロナ禍にも見舞われ、うつ病や問題飲酒などのメンタルヘルス上の課題もかえって膨らんでいるのではないかと懸念されます。当センターでは、毎年自殺予防対策の一環として「地域アルコール対応力強化事業」を県から委託され行っています。最近の市町村への調査からは、本事業が中心に据えている「節酒支援活動」への理解は深まったとはいえ、今なお継続的な研修が必要であるという声がたくさん寄せられていました。これからもより一層事業をニーズに合わせたものにし、アルコール対策を進めていくことができると考えています。

今後も引き続き、皆様のご支援とご理解を頂ければ幸甚です。

以下に、2020年度の当センター全体の地域アルコール対応力強化事業と、相双地域における地域アルコール対応力強化事業の活動を報告します。

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)  
令和2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.....                                  | 83 |
| 1) 地域アルコール対応力強化事業の目的                                     |    |
| 2) 令和2年度活動方針                                             |    |
| 3) アルコール・プロジェクトのメンバー                                     |    |
| 2. 人材育成・研修 .....                                         | 84 |
| 1) 令和2年度関係者向け研修会（WEBセミナー型）の開催                            |    |
| 2) 令和2年度南会津地域アルコール健康障害予防研修会への講師派遣                        |    |
| 3. アルコール家族教室 .....                                       | 85 |
| 1) 福島県県北保健福祉事務所・福島市アルコール家族教室における講師及び協力                   |    |
| 2) 郡山市保健所アルコール家族相談における講師                                 |    |
| 3) いわき市アルコール家族教室（カモミールの会）における講師                          |    |
| 4. その他 .....                                             | 87 |
| 1) 広野町健康まつりににおけるブース出展                                    |    |
| 2) アルコール関連問題に関するアンケートの実施                                 |    |
| 3) 福島県精神保健福祉センター主催令和2年度アディクション関連問題に携わるスタッフのためのミーティングへの参加 |    |
| 5. 課題と展望 .....                                           | 89 |

## 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被災者の心のケア事業の一環として「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。

### 1) 地域アルコール対応力強化事業の目的

東日本大震災及び福島第一原子力発電所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、訪問支援等を行っている支援者からは、飲酒問題が関係する相談や支援の難しさが報告されている。

このような背景から、地域の中でアルコール関連問題への取り組みを強化することを目的に、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行っている。プロジェクトチームでは、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する。

### 2) 令和2年度活動方針

一次予防を中心に、二次・三次予防も念頭に置きながら事業を進める。研修会は引き続き節酒支援をテーマに、事例検討を交えながら実施し、支援者の理解と対応力を深める。その他、保健所等が実施するアルコール家族教室への協力、被災地の健康イベント等における啓発活動、自助グループ等の関係機関・団体と連携した活動を実施する。

### 3) アルコール・プロジェクトのメンバー

◎チームリーダー    ○サブリーダー    ※オブザーバー

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）

◎菅野寿洋（ふくしま心のケアセンター県北方部センター 主任専門員）

○佐藤 彩（ふくしま心のケアセンター基幹センター 専門員）

松島輝明（ふくしま心のケアセンター基幹センター 主任専門員）

平山真実（ふくしま心のケアセンター基幹センター 事務員）

佐竹美紀（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）

木原英里子（ふくしま心のケアセンターふたば出張所 専門員）

小野るみ（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）

工藤慎吾（ふくしま心のケアセンター相馬方部センター 専門員）

※田崎みずほ（福島県保健福祉部障がい福祉課 保健技師）

※三瓶真美（福島県精神保健福祉センター 保健技師）

※大島洋和（医療法人 大島クリニック・ふくしま心のケアセンター顧問）

## 2. 人材育成・研修

### 1) 令和2年度関係者向け研修会（WEBセミナー型）の開催

令和2年度関係者向け研修会は、中通りと会津地方での全2回の開催予定だったが、新型コロナウイルス感染症の拡大の為、会場での開催を見合わせる事となり、WEBセミナーでの開催となった。

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の基本を学ぶ。また、事例を通して具体的な節酒支援のスキルを身につけることを目的とする。

日時：令和2年8月4日（火）14：00～16：00

形式：WEBセミナー（使用システム：Zoom ウェビナー）

対象：被災者支援に携わる支援者、医療・保健・福祉従事者、関係機関の職員

参加者：参加申込者数 121 名、視聴者デバイス数 83 台（スタッフ含む）

内容：講演「生活習慣病と節酒（減酒）指導」

講師 独立行政法人国立病院機構 肥前精神医療センター

福田 貴博 先生

主催：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

後援：福島県、公立大学法人 福島県立医科大学



### 2) 令和2年度南会津地域アルコール健康障害予防研修会への講師派遣

目的：南会津地域の保健・医療・福祉関係の支援者がアルコール問題に関して、依存症になる前の予防的な働きかけについて学び、依存症傾向である対象者へは適切な関わりを持つことができるよう対応方法を学ぶ機会とする。また、保健指導の介入方法の基本を学び、節酒支援のスキルを身につける。

日時：令和2年10月5日（月） 13:30～16:00

会場：御蔵入交流館 多目的ホール

対象：町村（節酒支援、依存症支援に関わる職員）、医療機関、訪問看護ステーション、地域包括支援センター、保健福祉事務所、その他の関係機関職員

参加者：19 名

内 容：第 1 部 講話「節酒（減酒）指導を用いた支援について」

講師 ふくしま心のケアセンター

アルコール・プロジェクトリーダー 菅野 寿洋

第 2 部 講話「アルコール健康障害を持つ方への対応方法」

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：福島県南会津保健福祉事務所



### 3. アルコール家族教室

#### 1) 福島県県北保健福祉事務所・福島市アルコール家族教室における講師及び協力

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る方の家族

| 日程                 | 内容                   | 参加者数 |
|--------------------|----------------------|------|
| 令和 2 年<br>7 月 16 日 | CRAFT（クラフト）学習とミーティング | 11 名 |

主 催：福島県県北保健福祉事務所障がい者支援チーム、福島市障がい福祉課

講 師：県中・県南方部センター主任専門員

#### 2) 郡山市保健所アルコール家族相談における講師

場 所：郡山市保健所

対 象：アルコール関連問題を抱える方の家族

| 日程                 | 内容                                  | 参加者数 |
|--------------------|-------------------------------------|------|
| 令和 2 年<br>6 月 24 日 | 「どこまで（人に）関心をもつか」「人との距離のとり方」について意見交換 | 5 名  |

|                |                             |    |
|----------------|-----------------------------|----|
| 令和2年<br>7月29日  | 「CRAFT：CRAFT を用いたプログラムについて」 | 3名 |
| 令和2年<br>8月26日  | 「CRAFT：どんな問題か明確にしましょう」      | 5名 |
| 令和2年<br>9月30日  | 「CRAFT：暴力と安全第一とは」           | 5名 |
| 令和2年<br>10月28日 | 「CRAFT：より良いコミュニケーション」       | 2名 |
| 令和2年<br>11月25日 | 「CRAFT:より良いコミュニケーション」       | 2名 |
| 令和2年<br>12月23日 | 「CRAFT:うまくいかないことを中止しましょう」   | 2名 |
| 令和3年<br>1月27日  | 「CRAFT:うまくいかないことを中止しましょう」   | 3名 |
| 令和3年<br>2月24日  | 「CRAFT:家族自身の生活をより良くするために」   | 5名 |
| 令和3年<br>3月24日  | 「CRAFT:家族自身の生活をより良くするために」   | 6名 |

主 催：郡山市保健所

講 師：県中・県南方部センター主任専門員、アルコール・プロジェクトメンバー

### 3) いわき市アルコール家族教室（カモミールの会）における講師

いわき市アルコール家族教室「カモミールの会」は、当初令和2年7月から令和3年3月まで全8回の開催予定だったが、新型コロナウイルス感染症の拡大の為、開催を見合わせる事となった。感染拡大が落ち着いた11月から開始となり、3月まで月1回、感染予防対策を行ったうえで、全5回実施することとなった。

場 所：いわき市総合保健福祉センター

対 象：アルコール関連問題を抱える方の家族

| 日程             | 内容                  | 参加者数 |
|----------------|---------------------|------|
| 令和2年<br>11月27日 | CRAFT を用いたプログラムについて | 5名   |
| 令和2年<br>12月11日 | どんな問題か明確にしましょう      | 5名   |
| 令和3年<br>1月26日  | 暴力と安全第一とは           | 5名   |
| 令和3年<br>2月10日  | より良いコミュニケーション①      | 3名   |
| 令和3年<br>3月5日   | より良いコミュニケーション②      | 4名   |



主 催：いわき市保健所

講 師：県北方部センター方部課長、アルコール・プロジェクトメンバー

#### 4. その他

##### 1) 広野町健康まつりにおけるブース出展

広野町健康まつりにおいてブースを出展し、来場者にアルコール・パッチテストやパンフレットの配布を行い、適正飲酒の普及啓発を実施した。当日は、ふたば出張所の職員3名、アルコール・プロジェクトメンバー1名で運営を行った。

日 時：令和2年11月1日（日）10：00～14：00

場 所：二ツ沼総合公園

対 象：健康まつりに来場した町民等

内 容：アルコール・パッチテスト95名に実施・配布

主 催：広野町



##### 2) アルコール関連問題に関するアンケートの実施

目 的：地域住民の健康増進に関して中心的な役割を担っている市町村保健師を対象にアンケートを実施し、アルコール関連問題の予防・介入についての実態を明らかにすると共に、今後の事業展開の参考資料とする。併せて、福島県アルコール健康障害対策推進計画の参考資料とする。

時 期：令和3年1月

対 象：福島県内59市町村の精神保健担当保健師

内 容：各自治体におけるアルコール関連問題の予防・介入等について

- ①アルコール関連問題を抱える本人もしくは家族等からの新規相談の程度
- ②アルコール関連問題の相談対応で困った経験の有無
- ③困った経験時の詳細と相談先
- ④アルコール関連の事業の実施状況
- ⑤アルコール関連問題の相談対応や普及啓発を行う上であるとよいもの
- ⑥希望の研修内容
- ⑦「ドリンク」というお酒の概念（単位）の認知度
- ⑧飲酒習慣スクリーニングテスト（AUDIT）の活用度
- ⑨「節酒」の考え方に基づく保健指導の認知度
- ⑩関係者向け研修会の認知度
- ⑪アルコール関連問題対策についての意見

実施機関：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、福島県

結 果：アルコール関連問題に関するアンケート結果（p. 90～93）参照

3) 福島県精神保健福祉センター主催令和2年度アディクション関連問題に携わるスタッフのためのミーティングへの参加

① 第1回ミーティング

日 時：令和2年7月2日（木） 13：30～15：45

場 所：福島県精神保健福祉センター

対 象：アディクション関連問題に携わるスタッフ等

参加者：25名

内 容：依存相談拠点、依存症の方への支援についての情報提供、SAT-G（島根ギャンブル障がい回復トレーニングプログラム）プレ体験、出席者間の連携をはかるためのミーティングが行われた。

② 第2回ミーティング

日 時：令和2年9月3日（木） 13：00～15：45

場 所：福島県精神保健福祉センター

対 象：アディクション関連問題に携わるスタッフ等

参加者：30名

内 容：ネット依存（ゲーム障害）の理解と対応について、自殺対策推進センターからの情報提供があった。ミーティングでは、自助グループの紹介や当事者体験談があった。

③ 第3回ミーティング

日 時：令和2年11月5日（木） 13：30～16：00

場 所：至道会 地域交流室（福島市）

対 象：アディクション関連問題に携わるスタッフ等

参加者：28名

内 容：更生保護施設の業務説明および再犯防止推進計画について情報提供があった。事例検討では、薬物依存者への対応について検討した。

④ 第4回ミーティング

日 時：令和3年1月7日（木） 13：30～16：00

場 所：福島県精神保健福祉センター

対 象：アディクション関連問題に携わるスタッフ等

参加者：34名

内 容：ひきこもり支援センターの取り組み、やっかれん（全国薬物依存症者家族連合会）の活動紹介についての情報提供、アディクション問題への支援（グループワーク）が行われた。

⑤ 第5回ミーティング

日 時：令和3年3月4日（木） 13：30～16：00

場 所：福島県精神保健福祉センター

対 象：アディクション関連問題に携わるスタッフ等

参加者：34名

内 容：依存症治療拠点における対応についての情報提供、依存症と法テラス・弁護士の業務についての講演があった。

## 5. 課題と展望

本アルコール・プロジェクトが始まって7年目を迎えた。福島県立医大が行っている県民健康調査によると、被災者の中で問題飲酒のリスクがある住民の割合は、男性で20.5%（2012年）から17.2%（2019年）に、女性で10.5%（2012年）から8.2%（2019年）にそれぞれ減少した。私たちのプロジェクトもそのような減少に多少なりとも寄与したのではないかと考えている。

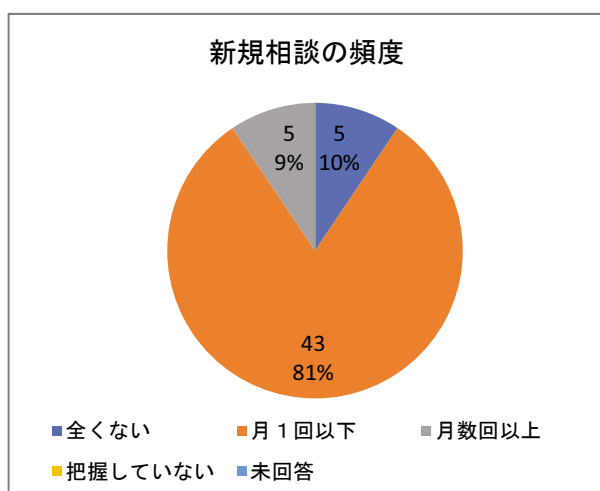
そうしたなかで本年度はコロナ禍の影響が極めて大きく、飲酒量が増えたという報告もあることから、より住民の健康リスク、とりわけアルコール関連の問題が増えるのではないかと懸念されている。またよく知られているように飲酒問題は、最近徐々に増加し始めている自殺にも大きく関連していることがわかっているだけに、一層のアルコールに関する啓発活動や予防活動を充実させなければならない。残念ながら未だにコロナ禍の終息は見えておらず、市町村と連携しながら、我々の活動を展開する必要がある。

## アルコール関連問題に関するアンケート結果

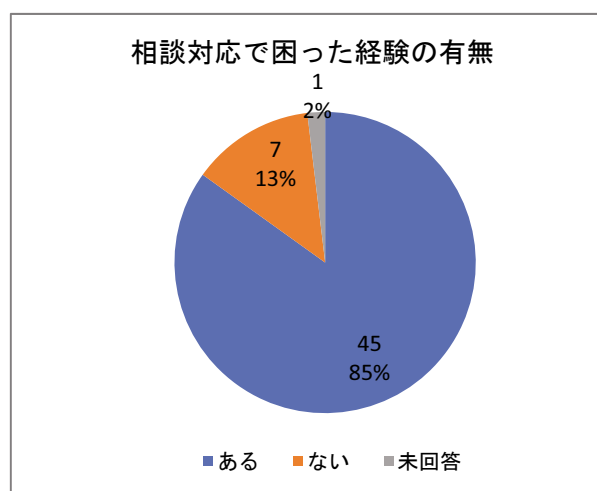
■回答市町村数 53 市町村

■回答率 90%

1. ここ3年間程度の傾向として、アルコール関連問題を抱える本人もしくは家族等(支援関係者含む)からの新規相談はどの程度ありますか？

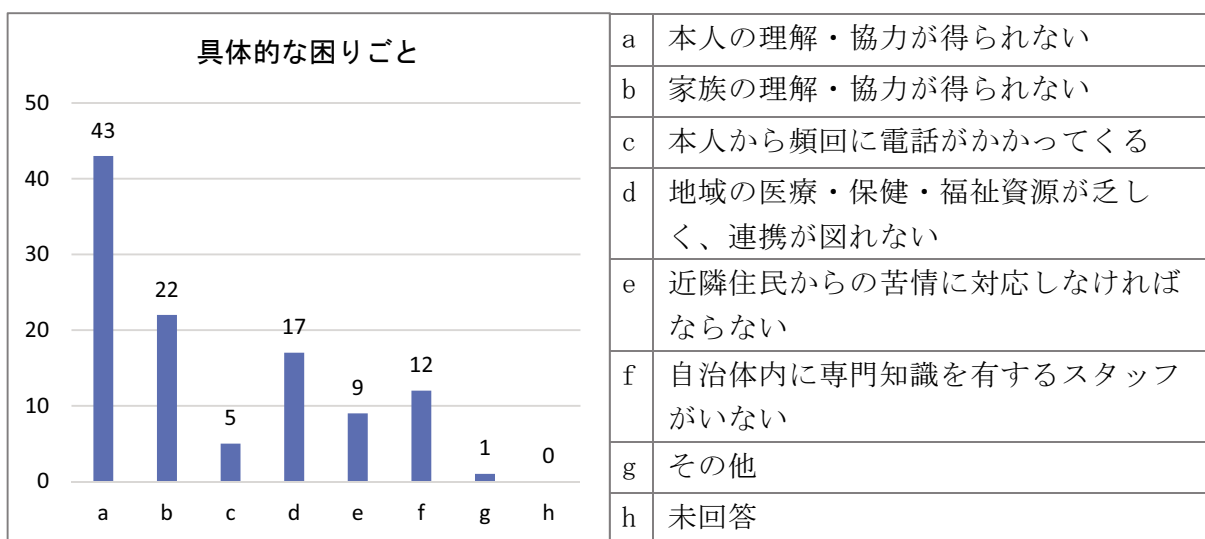


2. ここ3年間程度の保健活動の中で、アルコール関連問題の相談対応で困った経験がありましたか？

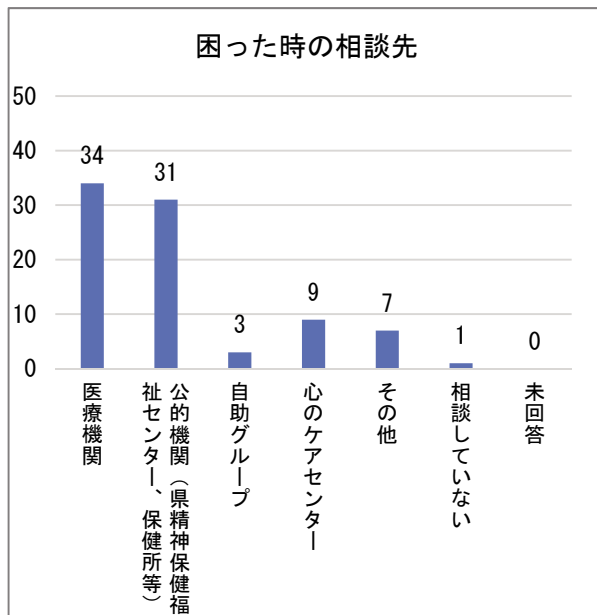


3. 2で「ある」と回答させた場合、以下について教えてください。

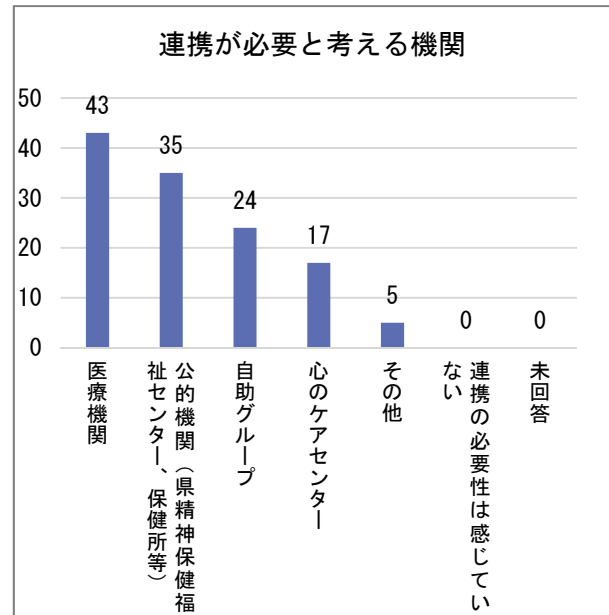
- ① どのようなことで困りましたか？(複数回答可)



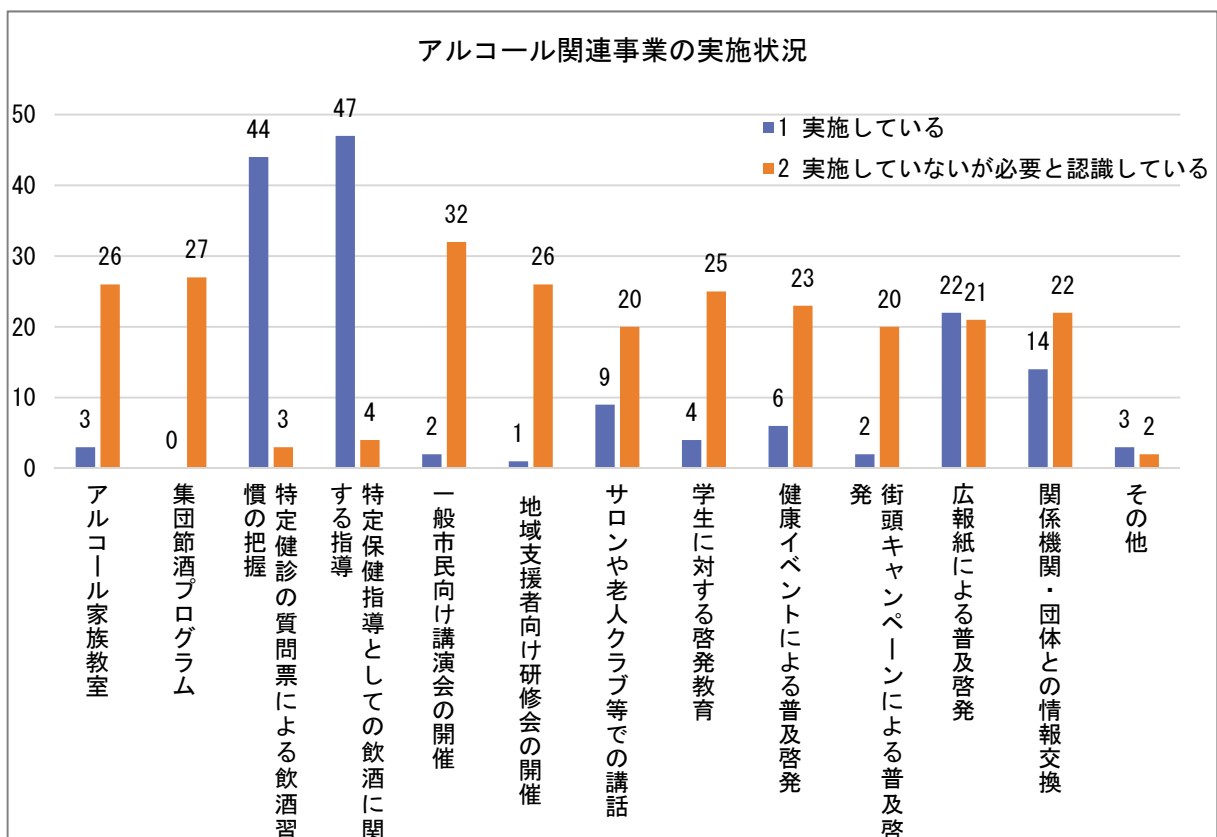
② 困った時、どこかに相談をしましたか？（複数回答可）



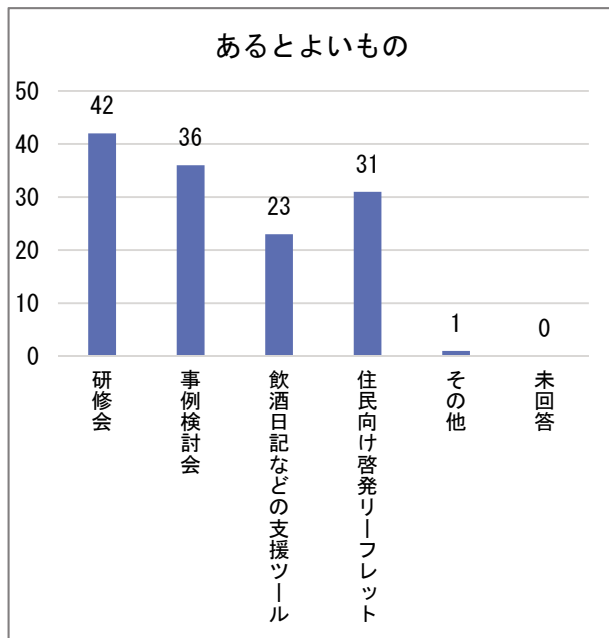
③ 今後、連携が必要とお考えの機関はありますか？（複数回答可）



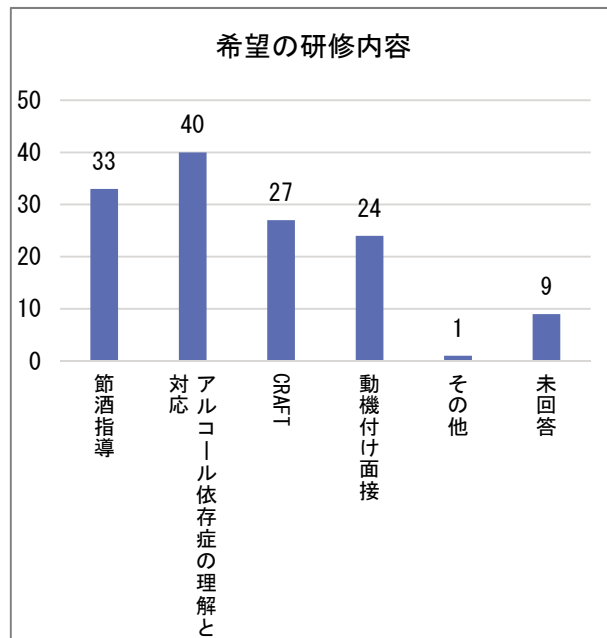
4. ここ3年間で、貴自治体では、アルコール関連の事業を実施していますか？



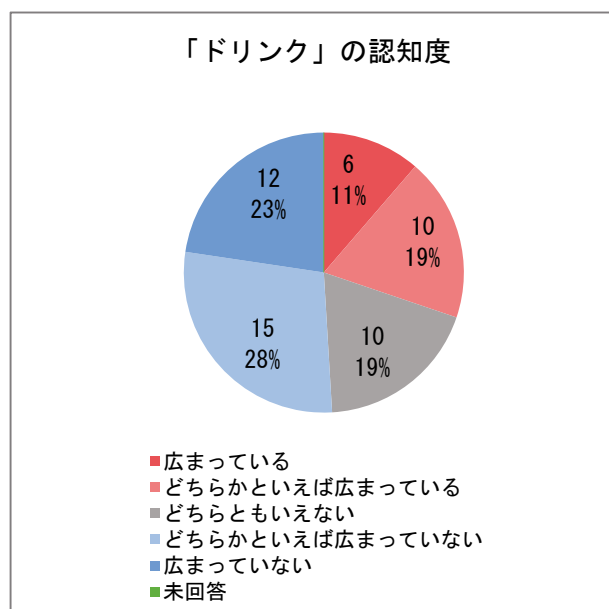
5. アルコール関連問題の相談対応や普及啓発を行う上で、どのようなものがあるとよいですか？（複数回答可）



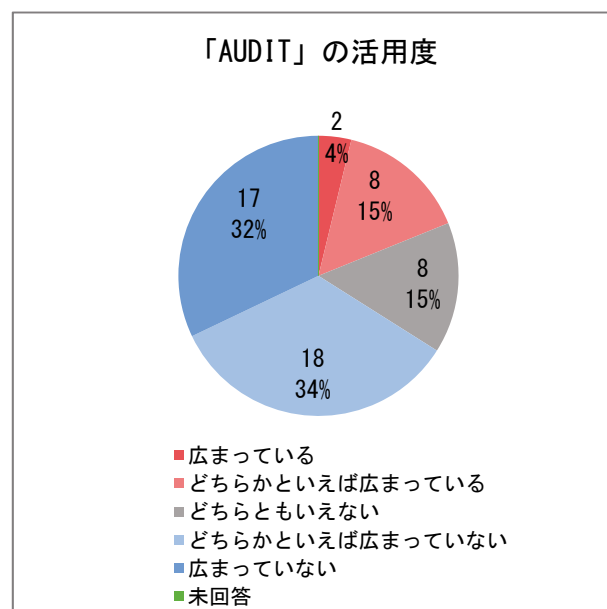
6. 5で「研修会」を選択された場合、どのような内容の研修会があるとよいですか？（複数回答可）



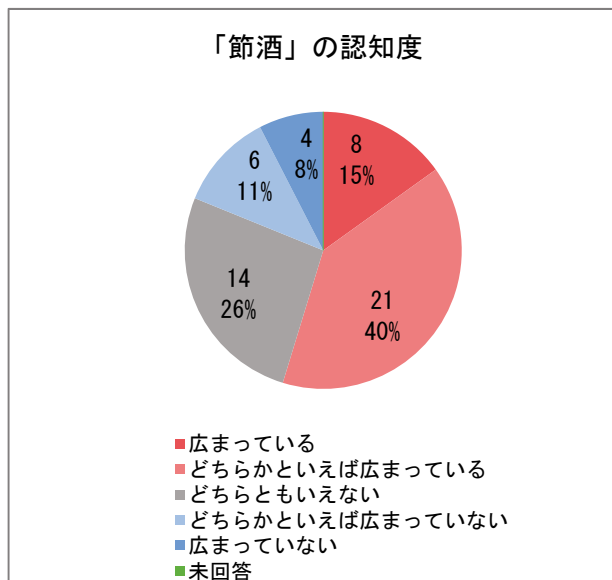
7. 貴自治体保健師の皆さまに、「ドリンク」というお酒の概念（単位）は広まっていますか？



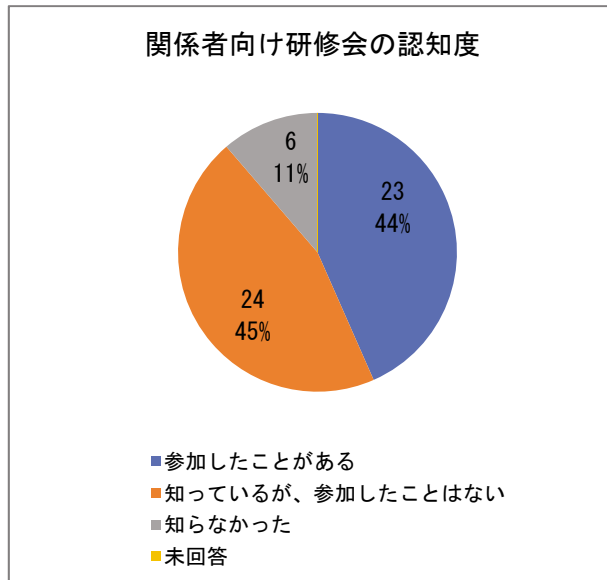
8. 貴自治体の保健活動において、飲酒習慣スクリーニングテスト（AUDIT）の活用は広まっていますか？



9. 貴自治体の保健活動において、「節酒」の考え方に基づいた保健指導は広まっていますか？



10. 毎年、ふくしま心のケアセンターが「関係者向け研修会」を開催していることをご存知ですか？



11. アルコール関連問題対策についてのご意見がございましたらお聞かせください。

【一部抜粋】

- ・ アルコール依存の方が通院治療できる専門医療機関が少ないうえに遠方な地域にとっては、大変治療継続が困難です。そのような方の受け皿が身近にあると大変助かります。
- ・ 酒気帯び状態では、医療機関へ結びつけることが難しい。警察等関係機関との連携した受診勧奨のフローチャートが欲しい。コロナ禍による失業・自宅待機者が増えると、アルコール問題で悩んでいる家族は多くなると思われるため。
- ・ 医療機関の協力を得ることが難しい（特に内科）場合のケース対応に苦慮している。
- ・ 参考になる研修で研修会を開催していただけていますが、なかなか参加できない状況です。過去に行った研修会の内容を気軽に調べることができるとありがたいです。通信などで、アルコール指導のポイントなどを簡単に紹介いただけるとイメージがしやすいかと思います。

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  
令和2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.....   | 96  |
| 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. 令和2年度の実施内容 .....       | 99  |
| 1. 地域住民への啓発活動の促進           |     |
| 1) 教材・シナリオなどのパッケージ化        |     |
| 2) アルコール関連問題予防啓発キャンペーン     |     |
| 3) 健康講話での啓発活動              |     |
| 2. 「男性のつどい」の活動強化           |     |
| 3. 保健・医療・福祉関係者の支援力の強化      |     |
| 1) 動機づけ面接に関する勉強会           |     |
| 2) 支援者向け出前講座               |     |
| 4. 地域連携の強化                 |     |
| 1) 地域でのアルコール健康問題について考える集い  |     |
| 2) 断酒会の開催支援                |     |
| 3) アルコール家族教室の支援            |     |
| III. 今年度の振り返りと次年度に向けて..... | 104 |

## 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。初年度から、図 1 のような枠組みで展開してきた。

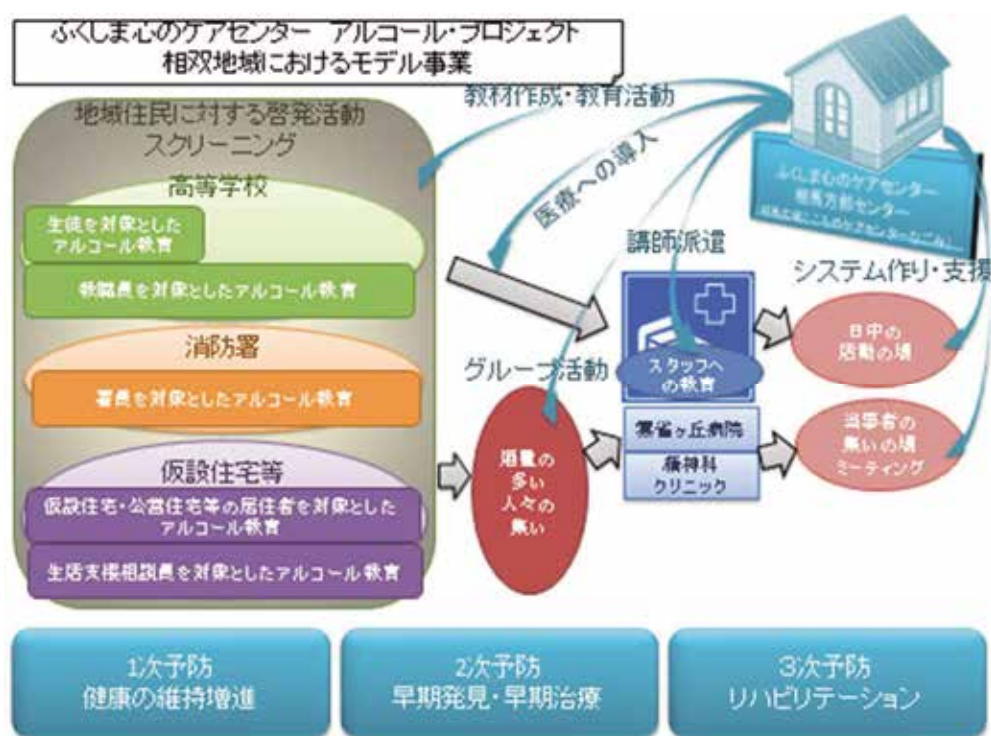


図1 地域アルコール対応強化事業相双地域におけるモデル事業の枠組み  
(平成 26 年度～平成 29 年度)

モデル事業の開始から 4 年が経過したところで、実施内容やその結果を振り返り、この地域において今、求められているものは何かを再確認した。そして平成 30 年度より、「やってみる！出向いていく！つないでいく！」をスローガンに掲げ、①地域住民への啓発活動の促進、②「男性のつどい」の活動強化、③保健・医療・福祉関係者の支援力の強化、④地域連携の強化、という 4 つの柱から活動を計画し、実施していくこととした（図 2）。

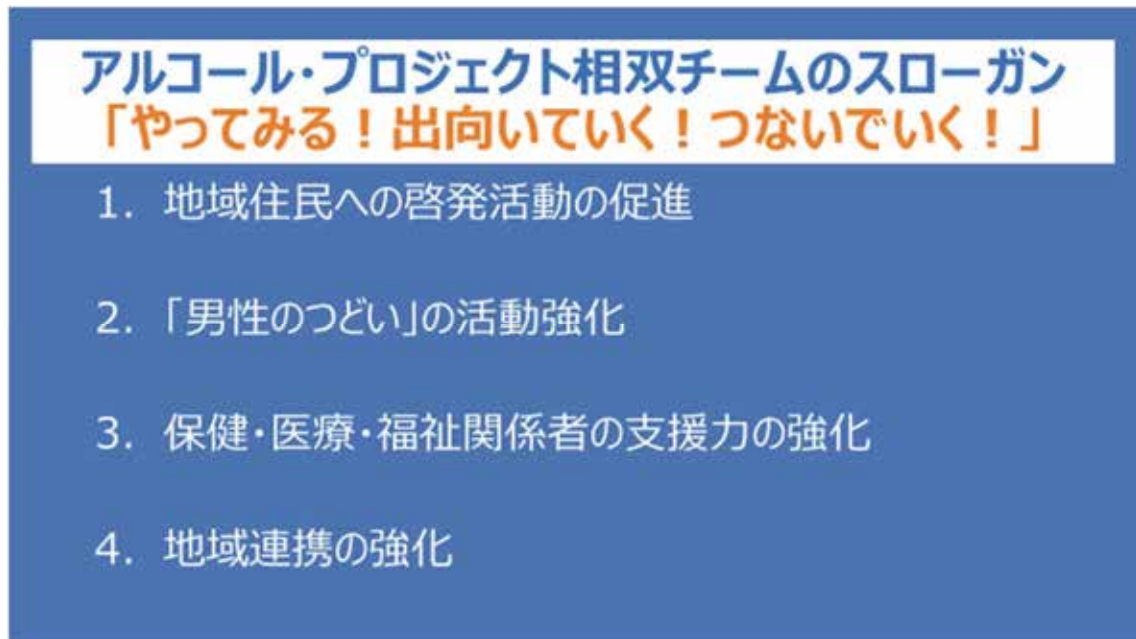


図2 地域アルコール対応強化事業相双地域におけるモデル事業のスローガン  
(平成30年度～)

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、一般社団法人 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、本事業を実施している。

## 2. 本事業のメンバー

令和2年度は、下記のメンバーにて活動を行なった。

今年度より、本事業のリーダーが大川貴子から工藤慎吾に変更。

- 工藤 慎吾 (相馬広域こころのケアセンターなごみ：プロジェクトリーダー)
- 大川 貴子 (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、福島県立医科大学看護学部)
- 米倉 一磨 (相馬広域こころのケアセンターなごみ)
- 早川 真由香 (相馬広域こころのケアセンターなごみ)
- 鈴木 郁子 (訪問看護ステーションなごみ)

### 3. ミーティングの開催

本事業のミーティングは以下 7 回、開催した。

|       |               |             |
|-------|---------------|-------------|
| 第 1 回 | 8 月 21 日 (金)  | 17:00～18:30 |
| 第 2 回 | 9 月 4 日 (金)   | 17:00～18:00 |
| 第 3 回 | 10 月 8 日 (木)  | 17:30～19:00 |
| 第 4 回 | 10 月 16 日 (金) | 18:45～19:00 |
| 第 5 回 | 12 月 3 日 (木)  | 17:50～19:00 |
| 第 6 回 | 1 月 28 日 (木)  | 17:40～18:35 |
| 第 7 回 | 3 月 3 日 (水)   | 16:30～17:20 |

## Ⅱ. 令和 2 年度の実施内容

### 1. 地域住民への啓発活動の促進

#### 1)教材・シナリオなどのパッケージ化

平成 31 年より相馬市の高校生を対象にアルコールに関する出前講座を実施してきた。今年度、アルコールの身体への影響や依存症に関する知識の他、20 歳未満でもアルコールを分解しやすい体質かどうか簡単にわかるアルコールパッチテストの利用や、酒を無理に勧められた時の断り方などロールプレイングを交えた研修内容を精査した。パッケージ化できたので、次年度より未成年向けの研修として利用していく。

#### 2)アルコール関連問題予防啓発キャンペーン

令和 2 年 12 月 15 日（火）に南相馬市内にある復興公営住宅の住民向けに、アルコール健康問題予防に関する啓発パンフレットのポスティング（配布）を行った。例年、街頭でパンフレットを配布していたが、今回はコロナ禍であることをふまえ、郵便ポストに投函という形に変更した。本活動は、南相馬市原町保健センター、南相馬市社会福祉協議会、特定非営利活動法人みんぷくの協力を得て実施した。



#### 3)健康講話での啓発活動

##### ①福島県立相馬高校

令和 2 年 7 月 16 日（木）に相馬高校の 3 年生を対象にアルコールに関する出前講座を実施し、参加者は 155 名だった。アルコール依存症に関する知識の他、お酒を勧められた時の対応方法をロールプレイングで実施した。その他、アルコールパッチテストを実施して自分自身の体質を理解し、アルコールと適切に付き合っていく方法について考えられるよう意識して取り組んだ。アンケート結果には、お酒を飲むリスクを考えながら適正な量を守って飲むことの大切さを感じたなどの感想があった。



##### ②北原復興公営住宅にこにこサロン

北原復興公営住宅は平成 28 年に相双地区で最初に完成し、南相馬市、浪江町、飯舘村、大熊町、双葉町の住民が入居している。住民の健康面での支援として、アルコールが体に及ぼす影響やアルコールと適切に付き合っていく方法について考えられるよう健康講話を開催した。コロナ禍の集団活動ということで感染予防対策には十分留意して実施した。

## 2. 「男性のつどい」の活動強化

今年度は新型コロナウイルスの感染拡大を懸念し、令和2年4月～6月の期間を活動休止とした。また令和3年1月27日開催分においては、2度目の緊急事態宣言が発令されたことに伴い、共催団体と検討を重ねたうえで活動を休止としている。一方で令和2年7月以降は活動を再開しているが、その背景には集団活動を休止したことにより孤立しがちな独居男性の再飲酒に拍車がかかり、支援介入に困難さを感じたことがあげられる。また非日常的な楽しみや交流の機会がなくなったことで孤立しやすい環境が作られるとともに、不要不急の外出に関する行動制限によって、ひきこもり状態をより長期化させる要因となりうることから、感染症への予防、感染拡大にならない工夫や対策を講じたうえで、開催することに決めた。

集団活動を開催するにあたり、参加者全員のマスク着用と検温、使用した物品のアルコール消毒、定期的な室内換気および湿度管理、テーブルや椅子の配置変更、食事中の会話を最小限に減らすなどの対策を行った。調理作業中は個別での作業が出来るよう作業行程を工夫し、複数での作業を極力少なくして実施した。

活動場所は南相馬市、浪江町、飯舘村の3か所とした。飯舘村においては飯舘村健康福祉課との共催事業とし、あがべご訪問看護ステーションの協力を得て活動を行った。一方、浪江町においては、浪江町社会福祉協議会の協力を得て実施した。実施内容は表1の通りである。

写真 男性のつどい in 飯舘村



写真 男性のつどい in 浪江町



表1 男性のつどい活動内容

| 日程        | 場所     | 内容           | 参加人数 |
|-----------|--------|--------------|------|
| 7月1日(水)   | 南相馬事務所 | 茶話会          | 3名   |
| 7月22日(水)  | 飯舘村内   | 流しそうめん       | 4名   |
| 8月12日(水)  | 南相馬事務所 | 冷やし中華        | 4名   |
| 8月26日(水)  | 浪江町内   | カレー          | 1名   |
| 9月9日(水)   | 南相馬事務所 | 豚丼           | 5名   |
| 9月23日(水)  | 飯舘村内   | あいの沢散策・室内レク  | 6名   |
| 10月14日(水) | 南相馬事務所 | 弁当作り・夜ノ森公園散策 | 7名   |
| 10月28日(水) | 浪江町内   | カレー          | 7名   |
| 11月11日(水) | 南相馬事務所 | たこ焼き・焼きそば    | 8名   |
| 11月25日(水) | 飯舘村内   | 芋煮・ピラティス     | 7名   |
| 12月9日(水)  | 南相馬事務所 | 味噌鍋・豆乳鍋・カレー鍋 | 4名   |
| 12月23日(水) | 浪江町内   | 餃子           | 3名   |
| 1月13日(水)  | 南相馬事務所 | 福島風雑煮        | 5名   |
| 2月10日(水)  | 南相馬事務所 | ちらし寿司        | 5名   |
| 2月24日(水)  | 浪江町内   | ちらし寿司        | 6名   |
| 3月10日(水)  | 南相馬事務所 | お好み焼き        | 2名   |
| 3月24日(水)  | 飯舘村内   | 綿津見神社周辺散策    | 5名   |



### 3. 保健・医療・福祉関係者の支援力の強化

#### 1) 動機づけ面接に関する勉強会

令和2年2月22日（月）、金田和大氏（医療法人東北会 東北会病院 作業療法士）と斎藤健輔氏（医療法人東北会 東北会病院 精神保健福祉士）を迎え、南相馬市原町区福祉会館にて「MI研修会（動機づけ面接）今からできる動機づけ面接」を開催した。南相馬市保健センターより6名が参加した。当センターからも7名参加し、感染対策を行いながら可能な限り対話できるよう配慮し実施した。

参加者のアンケートからは、「今日の研修の中で「両価性」の部分で、今までのケースが想像できた」「3時間の研修は長時間に思っていたが、エクササイズ等あり集中力が途切れることなく参加できた」などの意見があった。今回は関係団体の参加が一団体という稀に見る状況であった。しかし、開催時に感染予防対策の工夫をすることで対面での研修が可能であること、そして、参加者の理解を促進する上では、今回の研修会は大変有意義だったと考えられる。



#### 2) 支援者向け出前講座

令和2年11月12日（木）復興公営住宅の孤立予防に関する情報交換で、社会福祉協議会の生活支援相談員（双葉町・浪江町・大熊町）を対象に、適正飲酒に関する基本的知識について出前講座を実施し、6名が参加した。AUDITの使い方やドリンク換算の方法について説明したところ、初めて聞いたという参加者からは大変勉強になったと感想を聞くことが出来た。



#### 4. 地域連携の強化

##### 1) 地域でのアルコール健康問題について考える集い

今年度はコロナ禍で従来のような形での開催が困難であったため、医療従事者とのネットワーク拡大に重点を置き、より地域の中でアルコールに関する支援体制を強化していくことを目的として、南相馬市立総合病院の地域連携室職員および、病棟看護師と意見交換を行った。

アルコールに関する事例で困っていることとして、「アルコール依存症の方がどのようにして回復していくのかイメージが難しい」「関係機関に紹介するとしても、つないだ後のイメージが出来ない」「当事者が回復に至るために必要な支援について、パンフレットなどで具体化された物があればいい」などの意見があがっている。また、「アルコール依存症の理解や心の問題をテーマとして、院内で研修会の開催してほしい」「依存症者本人による、回復に必要とされる具体的な方法について話を聞いてみたい」などの意見を聞くことが出来た。

##### 2) 断酒会の開催支援

今年度は新型コロナウイルスの感染拡大の影響に伴い4月から開催場所の提供を休止した。その後、休止期間中に参加者が再飲酒している実態がわかり、断酒会としては感染予防対策を徹底した上で例会を再開する必要があるのではないかと判断した。断酒会は例会の参加者が定着せずに停滞していることも懸念しており、再開に向けてどのような形で行うことが望ましいか当センターに相談があった。そのようなことから活動再開に向け話し合いを行い、市内の別会場で開催をすることになり、当センターでは7月から職員を派遣した。

##### 3) アルコール家族教室の支援

相双保健福祉事務所が主催するアルコール家族教室にファシリテーターとして8回支援した。延べ22名の家族の参加があった。アルコール依存症に関する家族の相談が年々増加しており、アルコール家族教室につながってきている。また、家族教室を通してアルコール問題を抱えるケースが断酒会や医療機関へつながり、家族の負担を軽減する効果も出てきている。

### Ⅲ. 今年度の振り返りと次年度に向けて

今年度は新型コロナウイルスの感染拡大の影響により計画していた事業が開催できない状況が続いた。しかし、感染予防対策を行い必要と思われる事業に関しては、形を変えて実施することが出来た。

地域住民への啓発活動においては、アルコールが体に及ぼす影響や依存症に関する基礎知識を未成年向けにわかりやすく説明できるよう、内容を精査してパッケージ化することが出来た。その内容をもとに高校生を対象に健康講話を実施したところ、アルコールと適切に付き合っていく方法を考えてもらう良い機会となったと思われる。予防啓発キャンペーンでは従来の方法ではなく、復興公営住宅の住民を対象にパンフレットのポスティングに切り替えて実施した。

男性のつどいでは、緊急事態宣言時には活動を一時的に休止することになったが、活動休止中に独居男性の再飲酒に拍車がかかり、支援介入に困難さを感じるがあった。飲酒してしまう背景には、やることがない、地域における役割がない、寂しさを紛らわせる状況を解消したいなどがあると考えられる。それらを解決するためには孤立しやすい環境をつくらないようにすることを意識し、感染予防対策を行いながら早い段階で活動再開することが必要であると考え実施した。

保健・医療・福祉関係者の支援力強化として、動機づけ面接に関する勉強会を保健師対象に実施し、アルコール依存症者へのかかわりにおけるポイントについて確認することが出来た。また、社会福祉協議会の生活支援相談員向けに AUDIT やドリンク換算の方法について説明を行い、参加者の理解を促進することが出来た。

地域連携の強化として、地域でのアルコール健康問題について考えるつどいは、従来の方法での開催が難しいため、地域における医療機関との情報交換を目的として直接出向いて意見交換を行った。この他には、断酒会に対し開催場所の変更を行うための支援や、相双保健福祉事務所で開催しているアルコール家族教室への支援を実施した。

次年度は、引き続き感染予防対策や事業開催時の工夫をしながら実施していく。

啓発活動においては、これまで実施してきた健康講話などの内容を、わかりやすくいつでも学ぶことが出来るよう動画による教材を作製し、動画配信を試みる。また集団活動も同様、日中活動を必要とする方への居場所支援として実施する。民間事業者や協力団体と共に活動の幅を広げ、各拠点での活動が定着していくことを目標としたい。医療保健福祉関係者の支援力強化に関する研修においては、今年度の内容をさらに深めた内容で動機づけ面接の研修会を実施し、多くの支援者に知ってもらえるよう働きかけを強化していく。地域でのアルコールについて考えるつどいは、医療関係者との交流を重点的に深めつつ、意見交換および勉強会を実施していくことにする。

### ③主な活動一覧

#### 1. 各種会議

| 主催機関            | 会議名称                                                             | 会場(市町村名)                                                              | 実施回数 |
|-----------------|------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------|
| 福島県障がい福祉課       | 福島県精神障がい者アウトリーチ推進事業評価検討委員会                                       | 郡山市総合福祉センター(郡山市)                                                      | 1    |
| 福島県障がい福祉課       | 福島県被災者心のケア支援事業の今後のあり方検討会                                         | ウィズ・もとまち(福島市)、県中・県南方部センター(郡山市)ほか                                      | 7    |
| 県中保健福祉事務所       | 精神疾患患者の通報・相談等支援に係る情報交換会                                          | 県中保健福祉事務所(須賀川市)                                                       | 1    |
| 会津保健福祉事務所       | 会津障がい保健福祉圏域連絡会                                                   | 会津保健福祉事務所(会津若松市)※web開催                                                | 2    |
| 会津保健福祉事務所       | 会津保健福祉事務所との定例ミーティング                                              | 会津保健福祉事務所ほか(会津若松市)                                                    | 7    |
| 会津保健福祉事務所       | 被災者健康支援関係機関打合せ会                                                  | 会津保健福祉事務所、会津若松合同庁舎(会津若松市)                                             | 4    |
| 相双保健福祉事務所いわき出張所 | 相双保健福祉事務所いわき出張所・いわき方部センター定例打合せ                                   | 相双保健福祉事務所いわき出張所(いわき市)                                                 | 1    |
| 福島県立医科大学        | 「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)                                                         | 4    |
| 福島市             | 福島市月例報告                                                          | 福島市役所、福島市保健福祉センター(福島市)                                                | 2    |
| 二本松市            | 二本松市月例報告                                                         | 二本松市役所(二本松市)                                                          | 5    |
| 桑折町             | 桑折町月例報告                                                          | 桑折町役場、桑折町やすらぎ園(桑折町)                                                   | 4    |
| 川俣町             | 川俣町月例報告                                                          | 川俣町役場(川俣町)                                                            | 2    |
| 郡山市             | 令和2年度郡山市セーフコミュニティ推進協議会                                           | 郡山市役所・郡山市総合福祉センター(郡山市)                                                | 2    |
| 田村市             | 田村市月例報告                                                          | 田村市役所(田村市)                                                            | 1    |
| 南相馬市            | 南相馬市月例報告                                                         | 南相馬市原町保健センター(南相馬市)                                                    | 1    |
| 広野町             | 広野町月例報告                                                          | 広野町保健センター(広野町)                                                        | 10   |
| 広野町             | 広野町福祉定例会                                                         | 広野町保健センター(広野町)                                                        | 4    |
| 楡葉町             | 楡葉町月例報告                                                          | 楡葉町保健福祉会館(楡葉町)                                                        | 6    |
| 楡葉町             | 楡葉町業務連絡会                                                         | 楡葉町保健福祉会館(楡葉町)                                                        | 6    |
| 富岡町             | 富岡町月例報告                                                          | 富岡町役場いわき支所(いわき市)、富岡町役場郡山支所(郡山市)、富岡町役場(富岡町)                            | 32   |
| 富岡町             | 要保護児童対策地域協議会                                                     | 富岡町役場郡山支所(郡山市)                                                        | 2    |
| 川内村             | 川内村月例報告                                                          | 複合施設ゆふね(川内村)                                                          | 12   |
| 大熊町             | 大熊町業務連絡会                                                         | 大熊町役場会津若松出張所ほか(会津若松市)                                                 | 6    |
| 大熊町             | 大熊町月例報告                                                          | 大熊町役場会津若松出張所(会津若松市)、大熊町役場いわき出張所(いわき市)、大熊町役場中通り連絡事務所(郡山市)、大熊町役場(大熊町)ほか | 41   |
| 双葉町             | 双葉町月例報告                                                          | 双葉町役場いわき事務所、双葉町サポートセンターひだまり(いわき市)                                     | 8    |
| 双葉町             | 双葉町保健福祉実務者連絡会                                                    | 双葉町役場いわき事務所(いわき市)、双葉町社会福祉協議会郡山事務所(郡山市)                                | 9    |
| 浪江町             | 浪江町月例報告                                                          | 浪江町役場(浪江町)、県北方部センター(福島市)                                              | 5    |
| 浪江町             | 浪江町健康支援者会議                                                       | 日赤なみえ保健室(いわき市)                                                        | 7    |
| 葛尾村             | 葛尾村地域連携住民支援連絡会                                                   | 葛尾村役場(葛尾村)                                                            | 11   |
| 飯舘村             | 飯舘村月例報告                                                          | 飯舘村役場(飯舘村)                                                            | 6    |
| いわき市            | いわき市(四倉・久之浜・大久地区)月例報告                                            | いわき市四倉・久之浜・大久地区保健福祉センター(いわき市)                                         | 1    |
| 福島県社会福祉協議会      | 第1回福島県被災者見守り・相談支援調整会議                                            | ホテル福島グリーンパレス(福島市)                                                     | 1    |
| 福島県社会福祉協議会      | 令和2年度第1回県中・県南・会津地区被災者見守り・相談支援調整会議(令和2年度第1回県中・県南・会津地区被災者生活支援連絡会議) | 南東北総合卸センター(郡山市)                                                       | 1    |
| 福島県社会福祉協議会      | 相双地区被災者見守り・相談支援調整会議                                              | 南相馬市社会福祉協議会(南相馬市)                                                     | 1    |
| 福島県社会福祉協議会      | 県北地区被災者見守り・相談支援調整会議                                              | 福島県社会福祉協議会(福島市)                                                       | 1    |

活動資料  
主な活動一覧

| 主催機関              | 会議名称                          | 会場(市町村名)                  | 実施回数 |
|-------------------|-------------------------------|---------------------------|------|
| 福島県社会福祉協議会        | 令和2年度 第1回いわき地区被災者見守り・相談支援調整会議 | いわきニュータウンセンタービル(いわき市)     | 1    |
| 福島県社会福祉協議会        | 南相馬市公営住宅における支援者連絡会議           | 南相馬市社会福祉協議会(南相馬市)         | 1    |
| 楡葉町地域包括支援センター     | 楡葉町地域共生ケア会議                   | 楡葉町保健福祉会館(楡葉町)            | 9    |
| 大熊町地域包括支援センター     | 大熊町地域支援ネットワーク会議               | 大熊町役場、大熊町住民福祉センター(大熊町)    | 7    |
| 双葉町地域包括支援センター     | 双葉町個別ケア会議                     | 双葉町サポートセンターひだまり(いわき市)     | 9    |
| 株式会社日本総合研究所       | 令和2年度 第1回心のケアセンター連携強化会議       | 福島県立医科大学(福島市) ※web会議      | 1    |
| 福島県看護協会           | 福島県看護協会郡山支部管理者懇談会             | 福島県看護会館みらい(郡山市)           | 1    |
| ふくしま生活・就職応援センター   | 就労支援学習会                       | 南相馬市内                     | 2    |
| NPO法人みんなのこ        | 小名浜会議                         | 下神白団地集会所(いわき市)            | 1    |
| NPO法人みんなのこ        | 生活拠点コミュニティ形成業務委託中間報告会         | 郡山市総合福祉センター(郡山市)          | 1    |
| NPO法人みんなのこ        | 県中・県南・会津地区「復興公営住宅 自治組織連絡会」    | 郡山市労働福祉会館、郡山市中央公民館(郡山市)   | 3    |
| まちづくり団体「なみとも」     | なみえ会議                         | 浪江町権現堂集会所(浪江町)            | 3    |
| ふくしま広域心のケアねっと     | ふくしま広域心のケアねっと                 | いわき市中央台公民館、みんなのこ事務所(いわき市) | 4    |
| 相馬広域こころのケアセンターなごみ | 令和2年度 こころのケアセンター連絡会           | 相馬広域こころのケアセンターなごみ(南相馬市)   | 2    |

## 2. 人材育成・研修会【支援者対象】

| 開催日        | 主催・要請機関                       | 事業名・テーマ・内容                                                        | 講師                              | 主な対象者                            | 参加人数 |
|------------|-------------------------------|-------------------------------------------------------------------|---------------------------------|----------------------------------|------|
| 4月9日       | 社会福祉会 福寿園                     | 社会福祉会新任者研修会 4月1日付け新採用職員研修                                         | 当センター                           | 新任職員                             | 14   |
| 7月22日      | 川内村                           | 川内村民生委員協議会研修会 ゲートキーパー養成研修                                         | 当センター                           | 民生委員<br>社会福祉協議会職員                | 21   |
| 8月4日       | 当センター                         | 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令和2年度関係者向け研修会(WEBセミナー型)「生活習慣病と節酒(減酒)指導」 | 独立行政法人国立病院機構肥前精神医療センター 福田貴博氏    | 被災者支援に携わる支援者、医療・保健・福祉従事者、関係機関の職員 | 121  |
| 9月11日      | 県中保健福祉事務所                     | 県中管内市町村精神障がい者支援事例検討会                                              | 当センター                           | 県中保健福祉事務所職員、県中管内市町村保健師           | 15   |
| 9月18日      | 当センター                         | 令和2年度 復興・災害公営住宅における心の健康講座                                         | 福島県立医科大学医学部災害こころの医学講座 主任教授前田正治氏 | 被災者支援に携わる支援者、関係機関の職員             | 25   |
| 10月21日     | ふくしま連携復興センター                  | 3県連携復興センター「LINK 被災3県の今そしてこれからの支え合う地域社会を目指して」                      | 当センター                           | 被災地の支援者                          | 約100 |
| 2月9日～2月15日 | 福島県社会福祉協議会                    | 令和2年度生活支援相談員研修 テーマ別研修④「今さら聞けない訪問のノウハウ」 ※web配信                     | 当センター                           | 生活支援相談員                          | 約50  |
| 1月31日      | 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 | 福島の復興と歩んだなごみの10年～これからの共に ※web配信                                   | 当センター                           | 福島県生活支援相談員                       | 69   |
| 年5回        | 南相馬市                          | 原町保健センター事例検討会                                                     | 当センター                           | 南相馬市保健師                          | 19   |

## 3. 人材育成・研修会【その他対象】

| 開催日   | 主催・要請機関       | 事業名・テーマ・内容         | 講師    | 主な対象者    | 参加人数 |
|-------|---------------|--------------------|-------|----------|------|
| 7月16日 | 福島県立相馬高等学校    | 「アルコールによる健康障害について」 | 当センター | 3年生      | 155  |
| 7月17日 | 浜松医科大学医学部看護学科 | 「精神と健康」(オンライン・講師)  | 当センター | 学部2年次    | 59   |
| 7月30日 | 医療創生大学教養学部    | 講義 テーマ:災害と復興を学ぶ    | 当センター | 3年生、担当教員 | 9    |

| 開催日      | 主催・要請機関          | 事業名・テーマ・内容                                          | 講師                                                                        | 主な対象者                             | 参加人数 |
|----------|------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|------|
| 9月1日～18日 | 福島県立医科大学看護学部     | 統合実習                                                | 当センター                                                                     | 4年生                               | 3    |
| 9月10日    | 福島県立医科大学看護学部     | 地域看護学実習                                             | 当センター                                                                     | 4年生                               | 2    |
| 9月26日    | 愛知医科大学           | 愛知医科大学大学院「災害看護と心のケア」                                | 当センター                                                                     | 看護学研究生、教員、医療関係者                   | 74   |
| 10月1日    | 宮城大学             | 「災害看護支援論」                                           | 当センター                                                                     | 学生                                | 16   |
| 10月7日    | 福島県立医科大学看護学部     | 地域看護学実習                                             | 当センター                                                                     | 学生                                | 4    |
| 11月27日   | 福島県立医科大学看護学部     | 令和2年度看護学部特別講義「災害看護学」                                | 当センター                                                                     | 学生                                | 62   |
| 11月30日   | 双葉地方広域市町村圏組合消防本部 | こころの健康づくり出前講座                                       | 当センター                                                                     | 消防職員                              | 24   |
| 12月5日    | 南相馬市社会福祉協議会      | 「令和2年度保育サポーター養成講座」                                  | 当センター                                                                     | 南相馬市一般住民                          | 11   |
| 12月8日    | 当センター            | 市民公開WEBセミナー「大災害とストレス ～東日本大震災や新型コロナウイルスが私たちにもたらす影響～」 | 福島県立医科大学 医学部 災害こころの医学講座主任教授 前田正治氏、同准教授 瀬藤乃理子氏、福島県精神保健福祉センター 主任心理判定員 穴戸府子氏 | 一般市民、学生、医療・保健・福祉従事者、その他の関係機関・団体職員 | 118  |

#### 4. 集団支援

| 主催・要請機関            | 事業名                         | 実施回数 | 参加人数 |
|--------------------|-----------------------------|------|------|
| 相双保健福祉事務所いわき出張所    | 復興公営住宅における健康相談会             | 4    | 61   |
| 南相馬市               | すくすく相談会                     | 7    | 82   |
| 広野町                | 広野町健康まつり                    | 1    | 95   |
| 楡葉町                | ベビママ教室                      | 1    | 14   |
| 楡葉町                | 母子健康相談                      | 6    | 63   |
| 川内村                | 精神障がい者デイケア                  | 11   | 48   |
| 大熊町                | 大熊町健康相談会                    | 1    | 3    |
| 大熊町                | ゆったりカフェ                     | 3    | 18   |
| 飯館村                | 令和2年度飯館村総合検診診査に関わる専門職派遣     | 6日間  | 898  |
| 福島市社会福祉協議会         | ホッとサロン「てとて」                 | 7    | 158  |
| 会津若松市社会福祉協議会       | 小法師サロン                      | 1    | 14   |
| 富岡町社会福祉協議会         | ふれあいサロン「ゆうゆう倶楽部」            | 4    | 21   |
| 大熊町社会福祉協議会         | おおくまDEサロン                   | 1    | 4    |
| 浪江町社会福祉協議会         | 浪江町いきいき交流会                  | 6    | 99   |
| 飯館村社会福祉協議会         | 飯館村お茶のみ会                    | 6    | 123  |
| 湯長谷団地自治会           | 湯長谷団地 百歳体操                  | 1    | 7    |
| 北原復興公営住宅団地会        | にこにこサロン健康講話                 | 4    | 56   |
| NPO法人富岡町さくらスポーツクラブ | とみおか元気アップ教室                 | 4    | 34   |
| NPO法人みんぶく          | 復興公営住宅における健康講話              | 4    | 32   |
| 当センター県中・県南方部センター   | 男遊クラブ                       | 1    | 5    |
| 当センター相馬方部センター      | 地域住民交流サロンなみえに集まっ会           | 8    | 9    |
| 当センター相馬方部センター      | 南町復興公営住宅ひとやすみの会             | 2    | 24   |
| 当センター相馬方部センター      | 若者居場所づくり「チャレンジクラブ」          | 9    | 47   |
| 当センター相馬方部センター      | 若者居場所づくり「サロンばちばち」           | 20   | 76   |
| 当センター相馬方部センター      | 孤立化しやすい男性のための居場所づくり「男性のつどい」 | 17   | 82   |
| 当センターいわき方部センター     | こころのスキルアップ講座                | 5    | 8    |

## 5. 家族教室

| 主催・要請機関       | 事業名       | 実施回数 | 参加人数 |
|---------------|-----------|------|------|
| 県北保健福祉事務所・福島市 | アルコール家族教室 | 1    | 11   |
| 相双保健福祉事務所     | うつ病家族教室   | 2    | 8    |
| 相双保健福祉事務所     | アルコール家族教室 | 8    | 22   |
| 郡山市保健所        | アルコール家族相談 | 10   | 38   |
| いわき市保健所       | アルコール家族教室 | 5    | 22   |
| 相馬うぐいす断酒会     | 相馬うぐいす断酒会 | 15   | 80   |

## 6. 支援者へのメンタルヘルスケア

| 主催・要請機関     | 事業名                                 | 実施回数 | 参加人数 |
|-------------|-------------------------------------|------|------|
| 南相馬市        | ゲートキーパー養成研修会                        | 3    | 51   |
| 広野町         | 広野町職員向けセルフケアプログラム                   | 2    | 20   |
| 川内村         | 川内村職員向けセルフケアプログラム体験会                | 1    | 2    |
| 川内村         | 川内村職員向けセルフケアプログラム                   | 2    | 19   |
| 大熊町         | 大熊町職員向けセルフケアプログラム                   | 1    | 11   |
| 大熊町         | ぐっちーcafe                            | 5    | 11   |
| 大熊町         | ぐっちーcafe(情報提供)                      | 3    | 96   |
| 浪江町         | 令和2年度自殺予防のためのゲートキーパー養成講座            | 1    | 24   |
| 葛尾村         | 葛尾村職員メンタルヘルス研修会                     | 1    | 20   |
| 葛尾村         | 葛尾村メンタルヘルス事業(職員面談)                  | 1    | 7    |
| 南相馬市社会福祉協議会 | みなみそうま市民ふくし大学ボランティア講座「傾聴ボランティア養成講座」 | 1    | 19   |
| 当センターふたば出張所 | 令和2年度自治体総務課職員向けラインケア研修会             | 1    | 4    |

## 7. 学会発表など

| 開催日    | 学会名・正式な大会名            | 発表テーマ                                                                                                                       |
|--------|-----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 9月21日  | 第19回日本トラウマティック・ストレス学会 | 災害精神保健福祉活動の多職種連携の実践報告(ポスターセッション)                                                                                            |
| 9月28日  | 第116回日本精神神経学会学術総会     | 心のケアセンターの現状と展望(シンポジスト)<br>大規模災害における心のケアの中長期支援と課題～福島県相双地区の9年間の活動から～(シンポジスト)<br>地域から求められる地域包括ケアの可能性～大規模災害後の心のケアの経験から～(シンポジスト) |
| 12月12日 | 日本健康福祉政策学会            | 日本健康福祉政策学会ふくしまセミナー(オンライン・開催協力)                                                                                              |

## 8. その他 寄稿など

| タイトル                                                                 | 掲載誌・書籍など                                           | 発行        | 発行年月            |
|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|-----------|-----------------|
| 連載 喪失と再生に関する私的ノート(No.76～87)                                          | 月刊精神科看護 2020年4月号(331)～2021年3月号(343)                | 精神看護出版    | 2020年3月～2021年2月 |
| 相馬広域こころのケアセンターなごみの活動                                                 | 前田正治/松本和紀/八木淳子 編 こころの科学増刊 東日本大震災とこころのケア被災地支援10年の軌跡 | 日本評論社     | 2021年1月         |
| ささえあい つながり わすれない 東日本大震災から10年「なごみ」は紡み続ける 精神科看護師から万能看護師へ～大震災が教えてくれたこと～ | 「すべての人の社会 Society for All」2021 No.488              | 日本障害者協議会  | 2021年2月         |
| 被災地における中長期支援の取り組み                                                    | 看護 2021年3月臨時増刊号 (Vol.73, No.4)                     | 日本看護協会出版会 | 2021年3月         |
| きちんと知ろう!お酒と健康のお付き合い                                                  | 広報ひろの2020.12(592)                                  | 福島県広野町    | 2020年12月        |
| みんなで健康づくりに取り組もう!<br>休憩・睡眠十分に!心ゆったり過ごしましょう!                           | 広報ひろの2021.3(595)                                   | 福島県広野町    | 2021年3月         |
| 特集 人生各期の心のケア                                                         | 月刊タウン誌 街の灯こおりやま 2021年3月号(37)                       | 街の灯こおりやま  | 2021年3月         |

# 東日本大震災で被災された方々へ

## からだところの状態に すこし目をむけてみませんか？

下に書かれているようなからだ・こころの不調、避難生活・帰還後の生活の悩みがありましたら、ひとりで抱えこまず、お気軽にご相談ください。

### 【からだの不調】

- 休んでも疲労感がとれない
- 眠れない、眠りが浅い
- ドキドキしたり、めまいや息苦しさがあったりする
- 食欲がでない など

### 【こころの不調】

- いろんなことに興味がなくなる
- 外出しなくなる
- 気分の落ち込みやイライラすることが多くなる
- 震災のことが勝手に思い出され夢に見ることがある など

### 【避難生活の悩み】

- 疎外感や孤立感がある
- 周囲の心ない言葉に傷ついた
- 戻るか戻らないで気持ちが揺れている
- 故郷を思い出すと辛い など

### 【帰還後の悩み】

- 家族関係がぎくしゃくしている
- 身近に話せる人がいない
- これからの生活に不安がある
- 戻ってきたけれど、気持ちが落ち着かない など

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被災者相談ダイヤル  
“ふくこライン”



な や み ふ く こ  
**0120-783-295**

(月～金 9:00～12:00／13:00～17:00)

土日祝、年末年始を除く

専門の相談員がお話をあうかがいします。ご相談内容など、秘密は守ります。

フリーダイヤル  
開設しました  
(通話料無料)

**\* まずは、お気軽にご相談下さい**



## 【編集後記】

2020年度は、新型コロナウイルス感染症との闘いの1年でした。当センターは、対面による支援を主とするため、支援の方法を試行錯誤しながら活動してきました。

研修はオンラインで行う、訪問は電話支援に切り替える、しかし、どうしても訪問しなければならない場合もあり、感染対策に細心の注意を払いながら、待っている方を訪問したこともありました。その活動の詳細な記録がこの活動記録誌です。



このような状態が早く過ぎ去ることを願うとともに、このような時だからこそ、一人一人に寄り添って活動する当センターの役割は、ますます大きくなってきていると感じています。

今年も我が家に「聖火」が咲きました。「聖火」は、1964年開催の東京オリンピックにちなんで発表されたバラの品種です。この花のように、みなさまが大輪の花を咲かすことができるよう願っています。

活動記録誌編集委員会事務局 仲沼安夫

## ふくしま心のケアセンター活動記録誌

2020(令和2)年度

第9号

委員長 渡辺 厚  
副委員長 平 信二  
委員 石川 秀司  
委員 落合 美香  
委員 仲沼 安夫  
委員 志摩 育子  
委員 大槻 真実  
委員 横山 朱里  
委員 山下 和彦  
委員 大竹 貴子  
委員 伏見 香代  
委員 立谷 洋  
委員 矢吹 信子  
委員 中田由紀子  
委員 木原英里子

発行日：2021(令和3)年12月20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) 0120-783-295

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

印刷所：株式会社 第一印刷

※表紙は、ふくしま心のケアセンター職員が撮影した写真を組み合わせてデザインしました。なお、写真の位置と実際の場所とは必ずしも一致いたしません。





