

ふくこのわ



白鳥 (撮影地: 福島市川寒橋付近)

ふくしま心のケアセンターのこれまでとこれから

ふくしま心のケアセンター業務部長 渡部育子

2011年3月11日に発生した東日本大震災から11年が過ぎました。ふくしま心のケアセンターは震災翌年の2月に基幹センターを設置、4月に8拠点を開設し、県外からの応援職員と共に、関係機関と連携しながら被災者・支援者への支援を行いました。新しい組織であるため認知されるまでには多くの困難もありましたが、職員からは「今まで誰も携わったことがない原子力災害後の心のケアに従事する」という意気込みも感じられ、職員同士知恵を出し合いより良い支援を目指して活動してきました。

被災地の復興は徐々に進み自治体機能も元に戻りつつありますが、メンタルヘルスに関しては孤立や若い方への支援増加、支援者の疲弊が見られるなど多くの課題があります。

特に新型コロナウイルス感染症予防の観点から人との接触が制限され、寄り添っていた支援が届きにくい環境も影を落としています。

今後は新型コロナウイルス感染症予防対策を講じながら支援の質を落とさないよう、息の長い支援を継続することが求められます。また、私たち専門職が10年間の支援を通して学んだことを地域全体に広げることが大切です。

被災市町村では多くの支援機関で世代交代が進み、震災の経験を共有できないという職場もあると思います。このような環境で住民支援を担っている支援者に対して、心のケアセンターが行ってきた活動を伝え、地域の支援力を上げていくことも私たちの役割ではないかと考えています。これからもケアセンターの理念である「全県民がどこに住んでも、つながりの中で、自分らしく、生き生きと暮らすこと」を目指して活動していきます。

ふくしま心のケアセンター設立10周年企画 ふくしま心のケアフォーラム開催報告

プログラム

名称 ふくしま心のケアセンター設立10周年企画ふくしま心のケアフォーラム
開催日時 令和3年10月14日(木) 13:15～15:00
開催場所 配信会場：双葉町産業交流センター 配信方法：ZoomによるWeb配信
参加者数 148名

次第 1. 開会

開会挨拶 ふくしま心のケアセンター 所長 渡辺 厚

2. 講演

「震災後10年の福島心のケアについて」

一般社団法人福島県精神保健福祉協会 会長 矢部 博興

3. シンポジウム

テーマ「ふくしま心のケアセンター10年の歩みから今後の心のケアのあり方を考える」

座長 ふくしま心のケアセンター 副所長 前田 正治

ふくしま心のケアセンター 業務部長 渡部 育子

助言者 一般社団法人福島県精神保健福祉協会 会長 矢部 博興

シンポジスト 福島県相双保健福祉事務所いわき出張所 草野 文子 氏

楡葉町 住民福祉課 主任保健師 滝沢 雅子 氏

大玉村社会福祉協議会 地域福祉係 主事 酒井 暢子 氏

郡山市こども部 こども家庭支援課 主任 佐藤 寿美 氏

4. 閉会

閉会挨拶 ふくしま心のケアセンター 副所長 平 信二

概要報告

講演

「震災後10年の福島心のケアについて」

一般社団法人福島県精神保健福祉協会 会長 矢部 博興



はじめに、東日本大震災と原発事故の状況および相双地区の精神医療の崩壊に関する説明がありました。続いて、相双地区におけるアウトリーチ支援の取り組みとふくしま心のケアセンター設立の経緯が話されました。その後は様々な統計データから福島県特有の問題である震災関連死や避難指示解除後の帰還に関する内容に触れ、心のケア支援継続の必要性について話されました。最後に、今年4月に設立したふくしま子どもの心のケアセンターの紹介と、子どもの心のケア支援の重要性について説明があり、講演が終了しました。

シンポジウム

テーマ「ふくしま心のケアセンター10年の歩みから今後の心のケアのあり方を考える」

草野 文子 氏



福島県相双保健福祉事務所の職員、そして当センター職員として勤務した経験から、今後の心のケアについて 1) しっかり学び、職場内で検討し、十分な準備と質の確保をする、2) 今の避難住民の気持ちを受け止める努力をする、3) 心のケアを担当する自分の心の安定を保つ、4) 支援者支援を必要時いつでも継続する、5) 心のケアセンターに望むこと、6) 心のケアに携わる多職種専門スタッフの確保 の6つのトピックに分けて話されました。最後には今後も避難住民の心のあり様を少しでも理解した上で、必要時は心のケアセンターとそれぞれの特性を生かしながら協働で、対象となる方々に寄り添い一緒に悩むことができる支援者でありたいとの言葉がありました。

入職から現在に至るまでの被災者支援の取り組みについて、「被災者の心の揺らぎ」に着目したエピソードを語られました。また、震災から10年が経過し、支援対象者個人の課題の複合化、複雑化の他、もともと課題を抱えていた方が、震災によって課題が一度潜在化してしまい、今になってその課題が顕在化してきたと感じる事例等があり、今まで以上に支援の難しさを感じる事が少なくないことが話されました。最後に、今後も心のケアセンターと連携しながら、より一層被災者の揺らぎに気づき、寄り添うために想像力を用いて耳を傾けていきたいとの言葉がありました。

酒井 暢子 氏



はじめに、震災当時の楡葉町の状況から、現在に至るまでの支援活動について話されました。時間の経過によって避難状況も変化し、孤立や飲酒など様々な問題に対応していく中で、住民のメンタルヘルスや求められる支援にも変化が生じていることについて説明がありました。最後に、今後の楡葉町の心のケアの展望について、今後も心のケアセンターと連携を取りながら支援にあたっていきたいとの言葉がありました。

はじめに、郡山市こども家庭相談センターの紹介と郡山市における取り組みについて説明がありました。続いて、被災者の支援事例を通して具体的な支援経過が語られ、その難しさや学びを得たことについて話されました。最後に、子どもたちが安全に安心して生活するために、子どもに関わる全ての人々の連携、協力が必要であること、今後も心のケアセンターと情報共有しながら支援にあたりたいことが語られました。

滝沢 雅子 氏



はじめに、郡山市こども家庭相談センターの紹介と郡山市における取り組みについて説明がありました。続いて、被災者の支援事例を通して具体的な支援経過が語られ、その難しさや学びを得たことについて話されました。最後に、子どもたちが安全に安心して生活するために、子どもに関わる全ての人々の連携、協力が必要であること、今後も心のケアセンターと情報共有しながら支援にあたりたいことが語られました。

佐藤 寿美 氏



質疑応答では被災者の問題の潜在化や、心のケアセンターに求めること等について、シンポジストの酒井氏、草野氏から回答いただきました。最後に矢部会長から、子どもの心のケアに関する支援体制として、親子をトータルで見るシステムを構築し、関係機関が強固な連携を図っていく必要性について説明がありました。

質疑応答では被災者の問題の潜在化や、心のケアセンターに求めること等について、シンポジストの酒井氏、草野氏から回答いただきました。最後に矢部会長から、子どもの心のケアに関する支援体制として、親子をトータルで見るシステムを構築し、関係機関が強固な連携を図っていく必要性について説明がありました。

質疑応答、まとめ



質疑応答では被災者の問題の潜在化や、心のケアセンターに求めること等について、シンポジストの酒井氏、草野氏から回答いただきました。最後に矢部会長から、子どもの心のケアに関する支援体制として、親子をトータルで見るシステムを構築し、関係機関が強固な連携を図っていく必要性について説明がありました。

最後に矢部会長から、子どもの心のケアに関する支援体制として、親子をトータルで見るシステムを構築し、関係機関が強固な連携を図っていく必要性について説明がありました。

活動報告

令和3年度

ふくしま心のケアセンター 関係者連携会議 開催

関係者連携会議は、関係機関にふくしま心のケアセンターの活動や機能について理解を深めていただくこと、関係機関と支援の連携強化を図ることを目的に毎年開催しています。

今年度は令和3年10月14日（木）、双葉町産業交流センターを配信会場に Zoom による Web 配信で開催しました。参加者は関係機関の職員73名、心のケアセンター職員39名の計112名でした。

内容は、渡辺厚ふくしま心のケアセンター所長、矢部博興一般社団法人福島県精神保健福祉協会会長の挨拶につづき、復興庁福島復興局並びに福島県障がい福祉課から情報提供をいただきました。

次に、心のケアセンターの活動報告と各拠点からアルコール関連問題への取り組みについての報告がありました。

最後に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）から『県民健康調査から見た県全体のメンタルヘルスの状況』と題して総括していただきました。

参加者からは、「各拠点の活動内容や力を入れて取り組んでいる事業報告が聞けて充実した内容だった」「各地域の実情について知ることができる良い機会だった」の感想のほか、「内容が盛りだくさんだったため、時間が足りなかった。もっと連携できる会議の開催を検討してほしい」「質疑応答の時間がなかったことは残念だった」などの意見をいただきました。来年度の会議内容については、これらのご意見を参考にしながら検討してまいります。



Spring is here

※写真は職員の皆様から提供いただいたものです。



福寿草



桜とハナモモ



ふきのとう

活動報告

県北方部センター

研修会を実施

令和3年11月10日(水)、当センターの職員のほか市町村職員の方々など25人の参加でオンラインによる研修会を実施しました。

研修会では、アルコールクス・アノニマス(AA)※の活動の概要と3人のメンバーの方々からの体験談をお聞きしました。体験談は有意義なもので今後の支援活動に大変参考となるものでした。

※AAとは飲酒の問題をもつ男女の国際的な集まりです。自分の飲酒問題をなんとかしたいと望む人なら、誰でもメンバーになることができます。(AAインフォメーションから抜粋)



県中・県南方部センター

古殿中学校で講話



令和3年11月16日(火)、令和3年度地域自殺対策強化事業として古殿町からの依頼により、古殿町立古殿中学校1~3年生(136名)と教職員(22名)に対し「こころの栄養 ~ストローク~」の講話を行いました。生徒たちは熱心にメモを取りながら聞き入っていました。

いわき方部センター

みんぷくサロンに協力

令和3年12月10日(金)、いわき市小川町の復興公営住宅家ノ前団地集会所で特定非営利活動法人みんぷくからの依頼を受け「長期間に及ぶコロナ禍でのストレス緩和」に関する講話とハンドマッサージの実技を行いました。参加されたみなさんは、講話では真剣に耳を傾けるとともにハンドマッサージはリラックスしながら笑顔で行っていました。



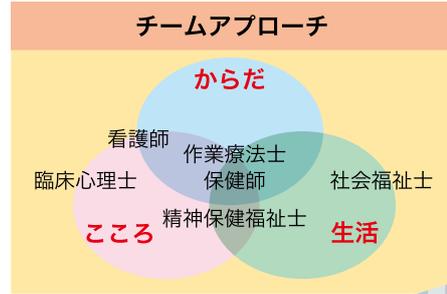
ふくしま心のケアセンターについて

当センターは、福島県より事業委託を受けた（一社）福島県精神保健福祉協会が設置・運営する機関です。東日本大震災による被災とその後の生活によって、多くの被災者の方々はストレスにさらされています。当センターでは以下のような様々な悩みごとの相談や人材育成など総合的な心のケア対策を行っています。

- ① 被災者・支援者への相談や支援：講演会・相談会や訪問・来所等による相談支援などの実施、関連機関との連携によるメンタルヘルス事業の実施
- ② 心のケアに関する普及啓発：震災関連、ストレス関連のパンフレット等の作成と配布
- ③ 人材の育成や派遣：支援者への教育研修・技術研修、行政・関係機関への講師派遣
- ④ 心のケアに関する情報収集と分析：被災者の実態把握、心のケアに関する情報の収集
- ⑤ その他、心のケアを推進するために必要な事業

相談には、看護師、保健師、臨床心理士、精神保健福祉士、社会福祉士、作業療法士などの資格をもった職員がその専門性を活かし、避難元市町村や関係機関と連携しながら、お一人おひとりの状況に合わせて、ご相談に応じます。

どうぞお気軽にご相談ください。



被災者相談ダイヤル ふくここのライン

当センターでは被災された方々の
心の専門相談ダイヤルを開設しています。

東日本大震災や原発事故による避難生活での不安や、気持ちが落ち着かず誰かに話しをしたい時など…
お気軽にご相談ください。

なやみ ふくここ
0120-783-295

(月～金 9:00～12:00/13:00～17:00)
土日祝日・年末年始は除く

問い合わせ先

- **基幹センター(総務部・広報部)** ☎024-535-8639
〒960-8012 福島市御山町8-30(県保健衛生合同庁舎5F)
- **基幹センター(業務部)** ☎024-983-4272
〒963-8041 郡山市富田町字町西4-4-8
- **県北方部センター** ☎024-533-4161
〒960-8018 福島市松木町9-11 松木町共栄ビル1F
- **県中・県南方部センター** ☎024-983-0274
〒963-8022 郡山市西ノ内1丁目3-24 成和ビル1号室
- **会津出張所** ☎0242-23-4065
〒965-0817 会津若松市千石町9-38 しのビル3号室
- **相馬方部センター** ☎0244-26-9353
〒975-0007 南相馬市原町区南町3丁目2-7
- **いわき方部センター** ☎0246-38-7461
〒970-8026 いわき市平字小太郎町4-1 いわき第1ビル4F北
- **ふたば出張所** ☎0240-23-5109
〒979-1111 双葉郡富岡町大字小浜字中央272 稲元ナット2号室

編集後記



一次、二次避難所や避難先の公共施設に設置された仮役場の様子はまだ鮮明に覚えている、もう誰もいない静かなロビーに立つと今でも心がざわつきます。その一方で、当センター開設以来、私たちの活動内容は支援を必要とする方々のニーズに合わせて随分と変化してきました。10年という時間は経過しましたが、わたしたちの活動はまだ続きます。引き続き当センターをどうぞよろしく願いいたします。

基幹センター広報部 主任専門員 落合 美香

