

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2022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961件（16.4%）、県中・県南方部センターが1,027件（17.6%）、会津出張所が333件（5.7%）、相馬方部センターが1,918件（32.8%）、いわき方部センターが752件（12.9%）、ふたば出張所が432件（7.4%）、ふくここライン（基幹センター）が424件（7.3%）、当センター全体で5,847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	961
県中・県南方部センター	1,027
会津出張所	333
相馬方部センター	1,918
いわき方部センター	752
ふたば出張所	432
ふくここライン（基幹センター）	424
計	5,847

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	9
県中・県南方部センター	9
会津出張所	1
相馬方部センター	30
いわき方部センター	6
ふたば出張所	13
ふくここライン（基幹センター）	86
計	154

また、2022年度の個別支援新規件数は、県北方部センターが9件（5.8%）、県中・県南方部センターが9件（5.8%）、会津出張所が1件（0.6%）、相馬方部センターが30件（19.5%）、いわき方部センターが6件（3.9%）、ふたば出張所が13件（8.4%）、ふくここライン（基幹センター）が86件（55.8%）、当センター全体で154件だった（表2）。

2) 個別支援件数（市町村別）

支援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。方部・出張所ごとに件数が最も多かったのは、県北方部センターが浪江町（506件）、県中・県南方部センターが大熊町（570件）、会津出張所が大熊町（159件）、相馬方部センターが南相馬市（1,516件）、いわき方部センターが浪江町（223件）、ふたば出張所が広野町（128件）、ふくここライン（基幹センター）が不明（108件）だった。

表 3 個別支援件数（市町村別）

	1	2	3
県北方部センター	浪江町 (506)	飯舘村 (297)	二本松市 (53)
県中・県南方部センター	大熊町 (570)	富岡町 (161)	南相馬市 (87)
会津出張所	大熊町 (159)	会津若松市 (118)	南相馬市 (56)
相馬方部センター	南相馬市 (1,516)	浪江町 (197)	飯舘村 (87)
いわき方部センター	浪江町 (223)	大熊町 (153)	いわき市 (146)
ふたば出張所	広野町 (128)	富岡町 (123)	楡葉町 (94)
ふくここライン（基幹センター）	不明 (108)	棚倉町・浪江町 (69)	

3) 相談対象者の震災前居住地

県北地域が124件（2.1%）、県中地域が63件（1.1%）、県南地域が69件（1.2%）、会津地域が118件（2.0%）、相馬地域が2,170件（37.1%）、双葉地域が3,003件（51.4%）、いわき市が190件（3.2%）、県外が0件（0.0%）、不明が110件（1.9%）だった（図1）。

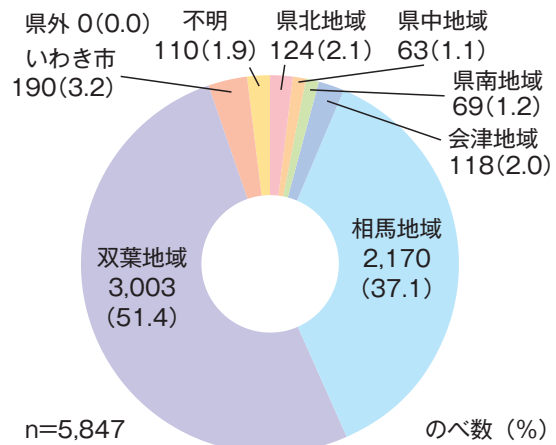


図 1 震災前居住地別

4) 相談対象者の性別

女性が2,974件（50.9%）、男性が2,872件（49.1%）、不明1件（0.0%）だった（図2）。

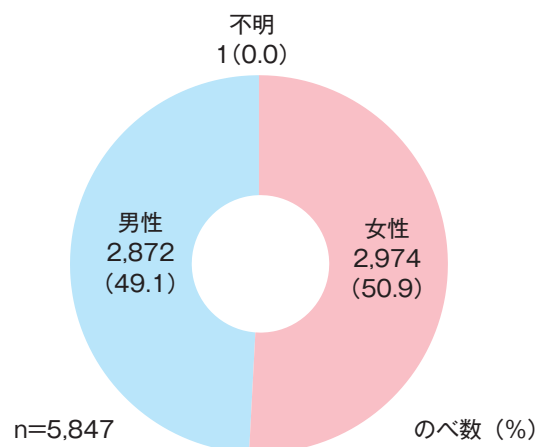


図 2 性別

5) 相談対象者の年代

0～9歳が5件（0.1%）、10代が157件（2.7%）、20代が635件（10.9%）、30代が711件（12.2%）、40代が985件（16.8%）、50代が944件（16.1%）、60代が760件（13.0%）、70代以上が1,164件（19.9%）、不明が486件（8.3%）だった（図3）。

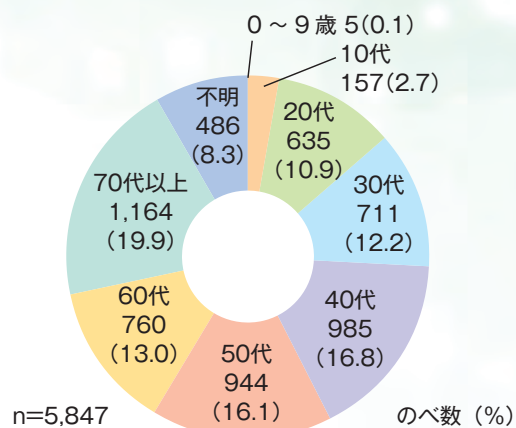


図3 年代別

6) 相談方法

訪問が1,973件（33.7%）、来所が705件（12.1%）、電話が2,839件（48.6%）、集団活動内での相談が10件（0.2%）、ケース会議が163件（2.8%）、その他が157件（2.7%）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。

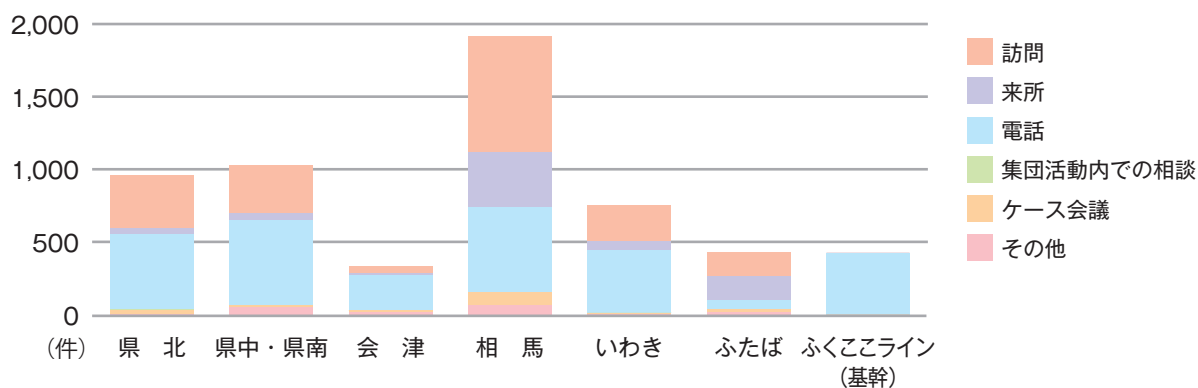


図4 相談方法（件数）

表4 相談方法（件数と割合）

	県北	県中・県南	会津	相馬	いわき	ふたば	ふくこライン(基幹)	計
訪問	369 (38.4%)	331 (32.2%)	49 (14.7%)	801 (41.8%)	251 (33.4%)	172 (39.8%)	0 (0.0%)	1,973 (33.7%)
来所	41 (4.3%)	46 (4.5%)	17 (5.1%)	377 (19.7%)	63 (8.4%)	161 (37.3%)	0 (0.0%)	705 (12.1%)
電話	516 (53.7%)	585 (57.0%)	241 (72.4%)	586 (30.6%)	427 (56.8%)	60 (13.9%)	424 (100.0%)	2,839 (48.6%)
集団活動内での相談	3 (0.3%)	4 (0.4%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	0 (0.0%)	3 (0.7%)	0 (0.0%)	10 (0.2%)
ケース会議	30 (3.1%)	9 (0.9%)	10 (3.0%)	91 (4.7%)	5 (0.7%)	18 (4.2%)	0 (0.0%)	163 (2.8%)
その他	2 (0.2%)	52 (5.1%)	16 (4.8%)	63 (3.3%)	6 (0.8%)	18 (4.2%)	0 (0.0%)	157 (2.7%)
計	961 (100.0%)	1,027 (100.0%)	333 (100.0%)	1,918 (100.0%)	752 (100.0%)	432 (100.0%)	424 (100.0%)	5,847 (100.0%)

7) 相談場所

自宅が2,357件（40.3％）、復興・災害公営住宅が917件（15.7％）、相談拠点が1,727件（29.5％）、その他が846件（14.5％）だった（図5、表5）。

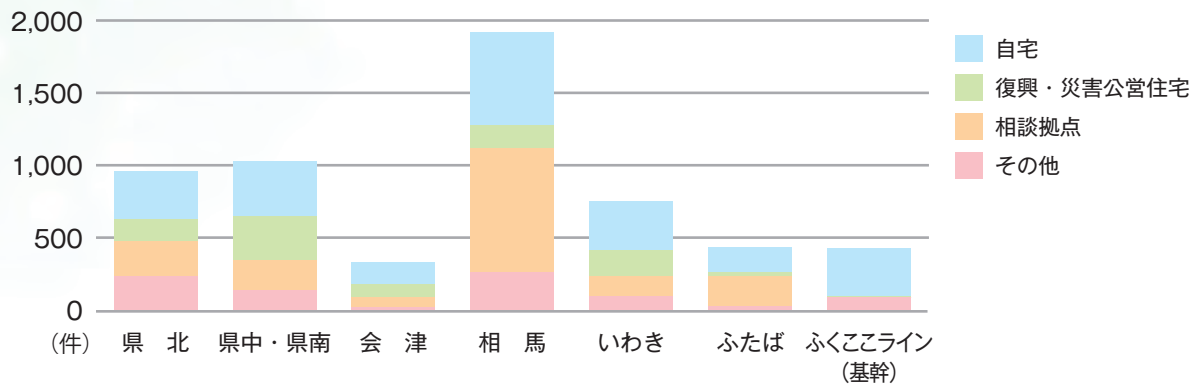


図5 相談場所（件数）

表5 相談場所（件数と割合）

	県北	県中・県南	会津	相馬	いわき	ふたば	ふくこライン（基幹）	計
自宅	331 (34.4%)	383 (37.3%)	156 (46.8%)	644 (33.6%)	342 (45.5%)	174 (40.3%)	327 (77.1%)	2,357 (40.3%)
復興・災害公営住宅	155 (16.1%)	299 (29.1%)	90 (27.0%)	159 (8.3%)	177 (23.5%)	25 (5.8%)	12 (2.8%)	917 (15.7%)
相談拠点	245 (25.5%)	209 (20.4%)	68 (20.4%)	859 (44.8%)	138 (18.4%)	208 (48.1%)	0 (0.0%)	1,727 (29.5%)
その他	230 (23.9%)	136 (13.2%)	19 (5.7%)	256 (13.3%)	95 (12.6%)	25 (5.8%)	85 (20.0%)	846 (14.5%)
計	961 (100.0%)	1,027 (100.0%)	333 (100.0%)	1,918 (100.0%)	752 (100.0%)	432 (100.0%)	424 (100.0%)	5,847 (100.0%)

8) 相談背景（支援者評価）

健康上の問題が4,147件（70.9%）、家族・家庭問題が3,176件（54.3%）、居住環境の変化が2,572件（44.0%）、人間関係が1,779件（30.4%）、失業・就労問題が1,546件（26.4%）、教育・育児・転校が711件（12.2%）、近親者喪失が594件（10.2%）、経済生活再建問題が535件（9.1%）、不明が121件（2.1%）、放射能が86件（1.5%）、その他が346件（5.9%）だった（図6）。

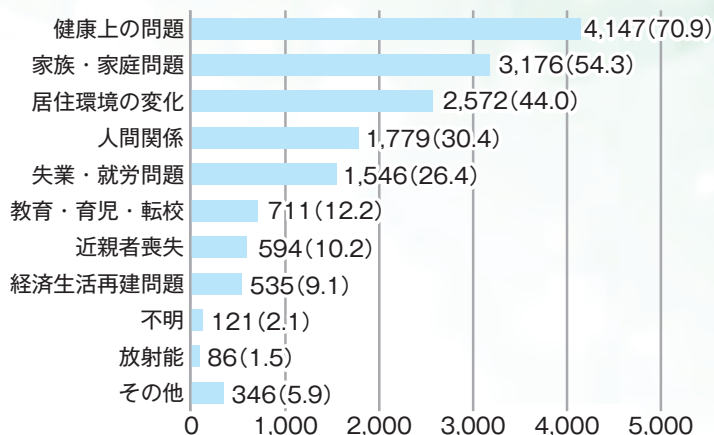


図6 相談背景(件数と割合) * 複数選択

注) パーセンテージの母数は延べ相談件数の 5,847 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3,938件（67.4%）、症状なしが1,014件（17.3%）、症状不明が895件（15.3%）であった（図7）。

症状あり3,938件の症状の内訳（複数選択）は、気分・情動に関する症状が2,712件（68.9%）、身体症状が1,556件（39.5%）、睡眠の問題が959件（24.4%）、不安症状が764件（19.4%）、行動上の問題が513件（13.0%）、飲酒の問題が468件（11.9%）、幻覚・妄想症状が424件（10.8%）、てんかん・けいれん発作が15件（0.4%）、強迫症状が14件（0.4%）、小児に特有の症状が3件（0.1%）、解離・転換症状が1件（0.0%）、意識障がい0件（0.0%）、その他の症状が98件（2.5%）だった（図8）。

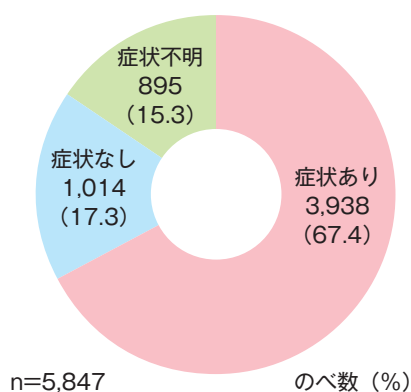


図7 症状の有無

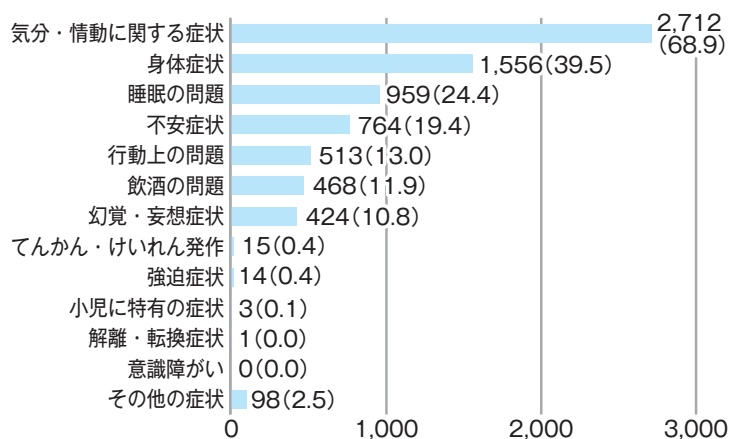


図8 症状内訳(件数と割合) * 複数選択

注) パーセンテージの母数は症状ありの 3,938 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）。

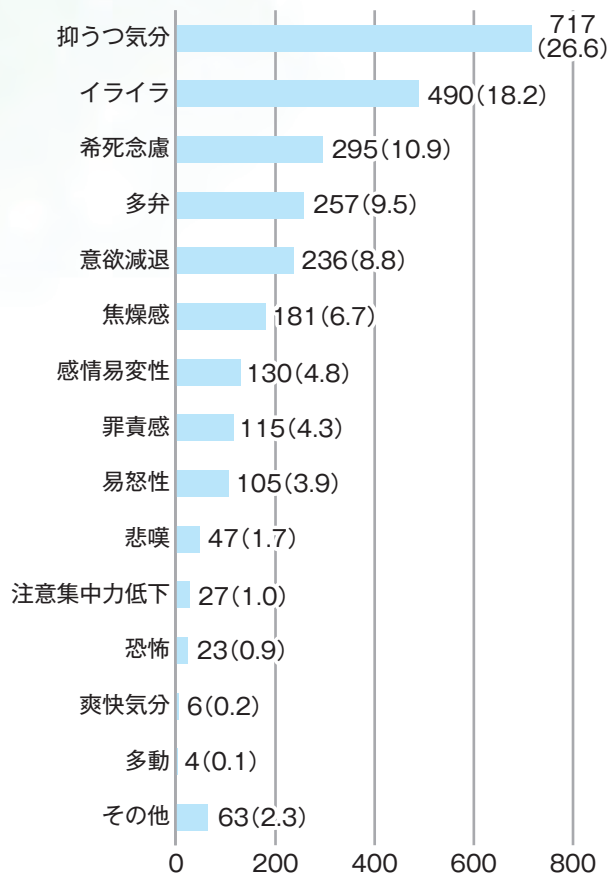


図9 気分・情動に関する症状の内訳 (n=2,696)

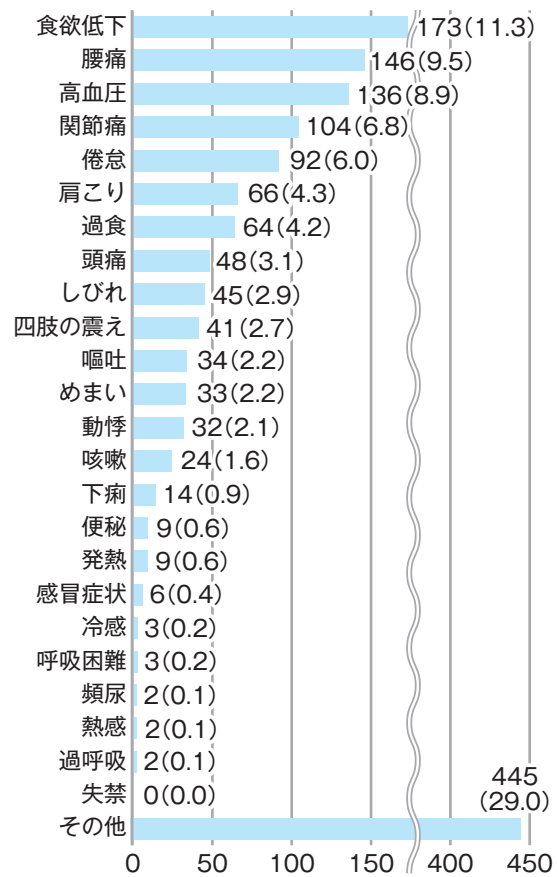


図10 身体症状の内訳 (n=1,533)

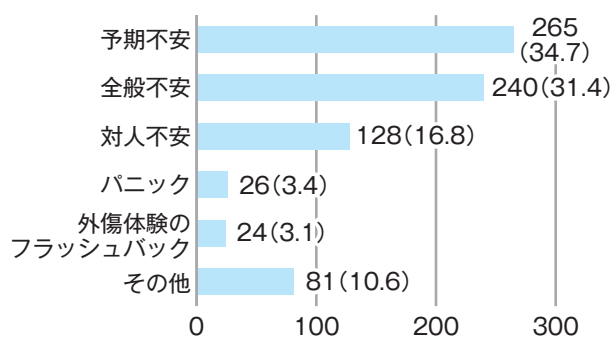


図11 不安症状の内訳 (n=764)

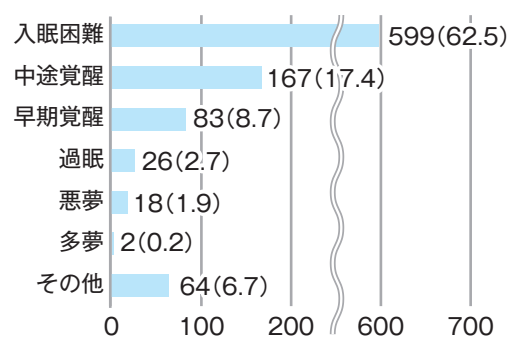


図12 睡眠の問題の内訳 (n=959)

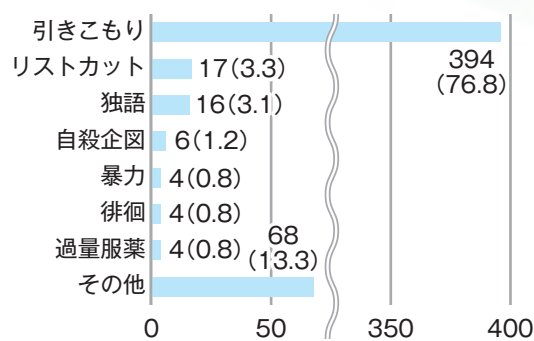


図 13 行動上の問題の内訳 (n=513)

2. 住民支援

サロン活動、交流会などの集団活動が168件（参加者1,122名）、支援対象者が参加したケース会議が32件だった。

3. 支援者支援

支援対象は、学校・幼稚園・保育園の児童生徒に関する対応が1件、一般事業所・企業が4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313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27件、ケース会議（対象者欠席）が233件、健診支援が2件、その他が68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

支援対象別	学校・幼稚園・保育園の児童生徒に関する対応	1
	一般事業所・企業	4
	地方公共団体・警察・学校・医療機関・福祉施設・国の出先機関	313
	その他	28
支援内容別	支援に関する指導・相談	27
	ケース会議（対象者欠席）	233
	健診支援	2
	その他	68

4. 普及・啓発

講演会が3件（参加者155名）、普及啓発教材配布が21件、報道機関対応が16件、ホームページ管理・更新・情報提供が37件だった。

5. 人材育成・研修

専門家向け講演・研修会が36件（参加者650名）、一般向け講演会・研修会が24件（参加者544名）、事例検討会が5件（参加者23名）、その他31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および電話相談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2022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。以下の数値はすべて延べ件数である。

1. 相談件数

2022年度の相談件数は424件、そのうち新規相談が87件（20.5%）、再相談は337件（79.5%）であった。2021年度と比較すると、相談件数は全体で27.3%、新規相談は8.8%、再相談は33.2%増加し、再相談の増加が顕著であった。2013年度から2022年度までの相談件数の推移のグラフを以下に示した（図1）。

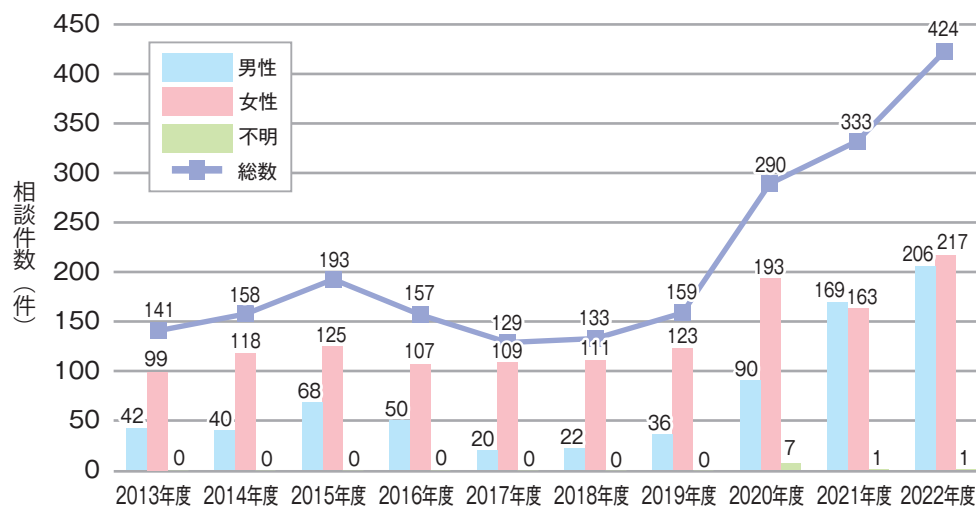


図1 2013年度～2022年度 相談件数推移

2. 相談者の性別

男性206件（48.6%）、女性217件（51.2%）、不明1件（0.2%）であった（図2）。

2022年度は女性からの相談が男性をわずかに上回っていたものの性別による大きな差はなかった。

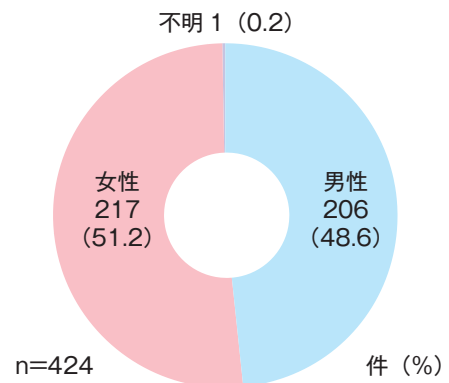


図2 相談者の性別

3. 相談者の年代

20代が67件（15.8%）、30代が70件（16.5%）、40代が67件（15.8%）、50代が96件（22.6%）、60代が30件（7.1%）、70代以上が16件（3.8%）、不明が78件（18.4%）で、10歳未満と10代は0件（0.0%）であった（図3）。

不明を除くと、50代が最も多く、次いで30代と続いた。

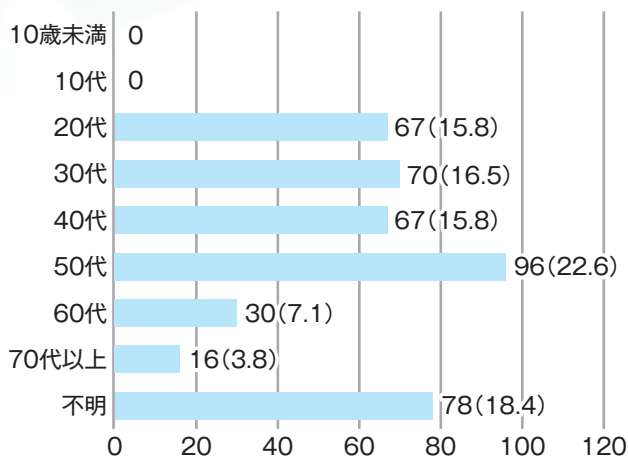


図3 年代 件(%)

4. 相談者と対象者の関係

2022年度は、本人からの相談がすべてであった（図4）。

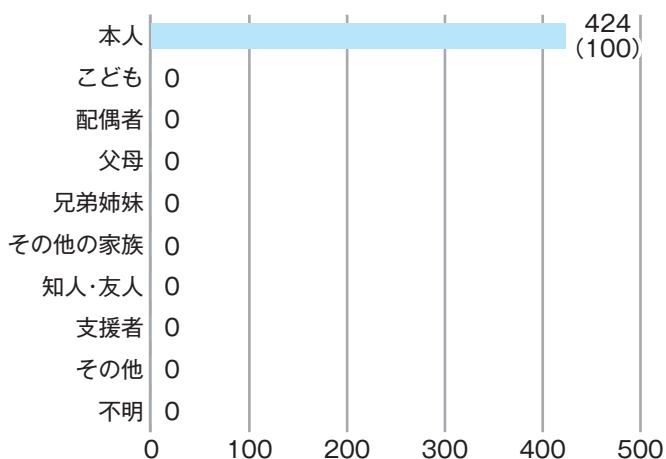


図4 相談者と対象者の関係 件(%)

5. 相談経路

多い順より、当センターホームページが121件（28.5%）、広告・広報が114件（26.9%）、不明が78件（18.4%）、その他が49件（11.6%）、市保健所が46件（10.8%）、県保健福祉事務所が8件（1.9%）、その他機関が7件（1.7%）、医療機関が1件（0.2%）であった。市町村、警察、教育機関、方部・出張所は0件（0.0%）であった（図5）。

当センターホームページと広告・広報を合わせて約6割を占めていた。

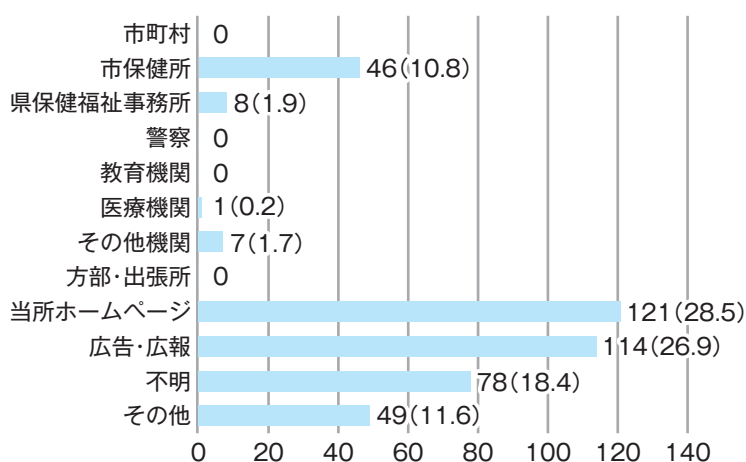


図5 相談経路 件(%)

6. 相談者の居住地

現在の居住地は、県北地域60件（14.2%）、県中地域が60件（14.2%）、県南地域が49件（11.6%）、相双地域が61件（14.4%）、いわき市が53件（12.5%）、会津地域が0件（0.0%）、県外が32件（7.5%）、不明は109件（25.7%）であった。

震災前の居住地は、県北地域が30件（7.1%）、県中地域が21件（5.0%）、県南地域が43件（10.1%）、相双地域が151件（35.6%）、いわき市が9件（2.1%）、会津地域が0件（0.0%）、県外が2件（0.5%）、不明は168件（39.6%）であった（図6）。

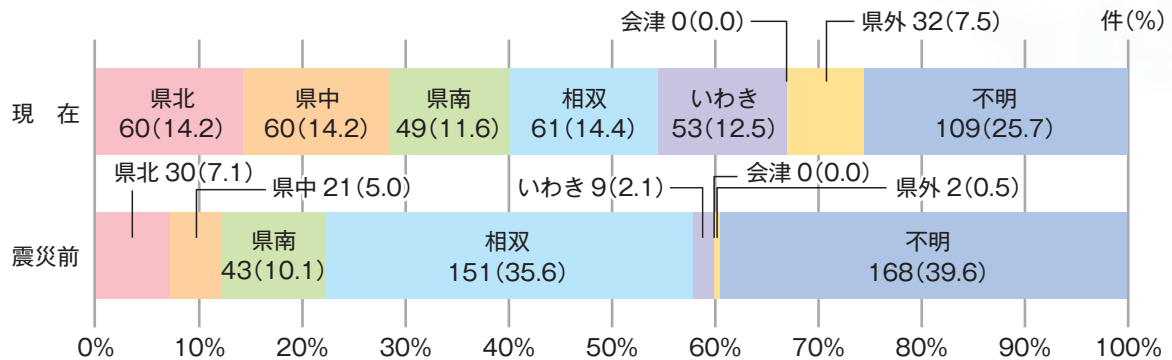


図6 相談者の居住地

7. 相談内容

体の不調に関することが9件（2.1%）、震災・原発被害に関する喪失・ストレスが12件（2.8%）、避難生活に関することが19件（4.5%）、将来不安・生活不安が32件（7.5%）、既存症・元来の病気6件（1.4%）、その他が346件（81.6%）であった（図7）。

相談内容としてはその他が最も多く、特に、精神的不調（震災・原発被害に関する喪失・ストレスを除く）、家族関係や人間関係に関するもの、コロナ禍に関する不安等があった。

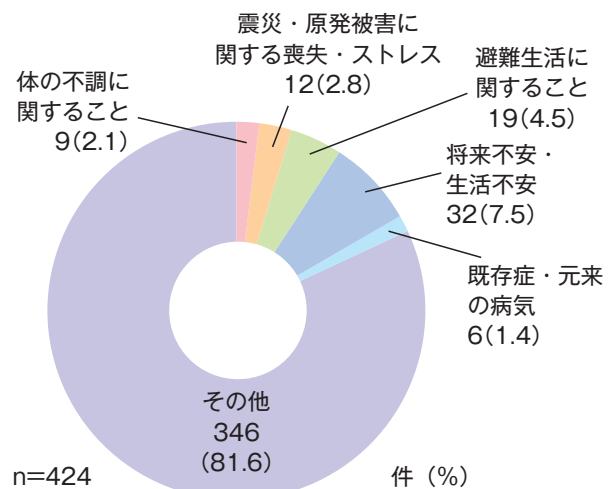


図7 相談内容

8. 相談時間

30分以下が302件（71.2%）、31分から60分が103件（24.3%）、61分以上が19件（4.5%）であった（図8）。

30分以下の相談が全体の7割以上を占めていた。

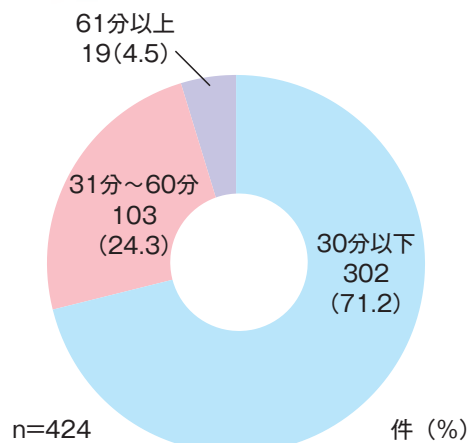


図8 相談時間

9. 相談対応

傾聴が321件（75.7%）、助言が51件（12.0%）、他機関相談勧奨が20件（4.7%）、受診勧奨が2件（0.5%）、情報提供が7件（1.7%）、主治医への相談勧奨が0件（0.0%）、その他が23件（5.4%）であった（図9）。

傾聴が7割を超えていた。その他の対応の中には、方部センター・出張所へ繋いだものや希死念慮の訴えに対する緊急対応等が含まれていた。

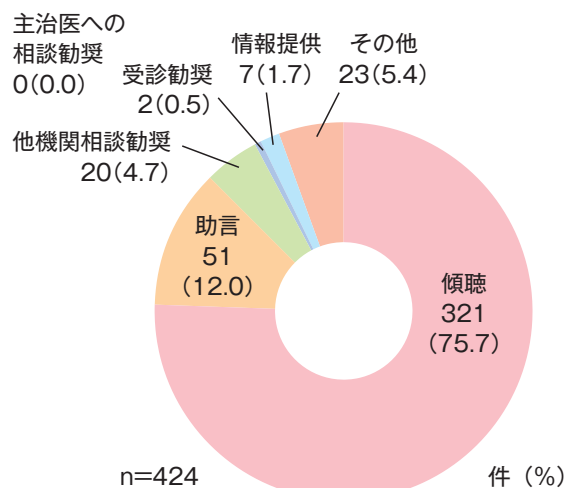


図9 相談対応

10. まとめ

2022年度の相談延べ件数は、開設以来最も多かった2021年度を91件上回った。要因として、複数の頻回相談者がいたことがあげられる。県内居住者については、必要に応じて個別的な支援として関わる事ができる各方部センター・出張所に繋いでいる。

今後も、県内外で避難生活が長期におよび度重なる転居の影響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、帰還はしたものの震災前とは異なる生活により喪失感を抱えている被災者に寄り添った対応を継続していく。また、希死念慮を訴える相談がみられることから、研修受講や関係機関から助言を受ける等により相談対応の質の向上を図っていきたい。



活動資料

①経年変化（相談支援）

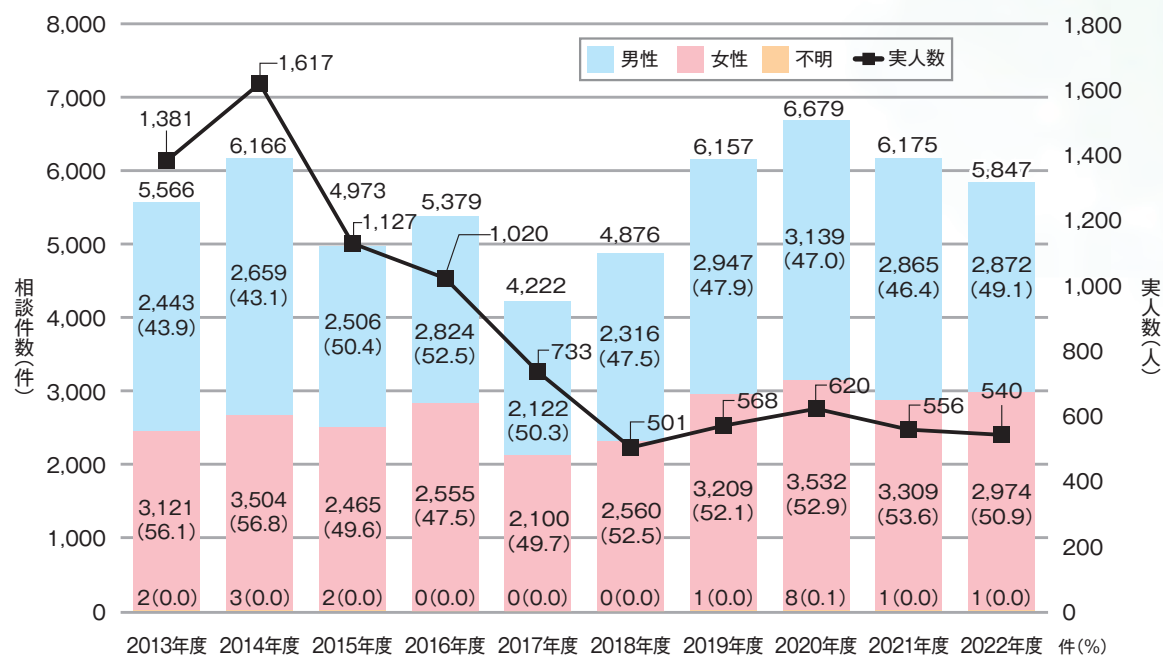


図1 相談支援件数および相談者の実人数

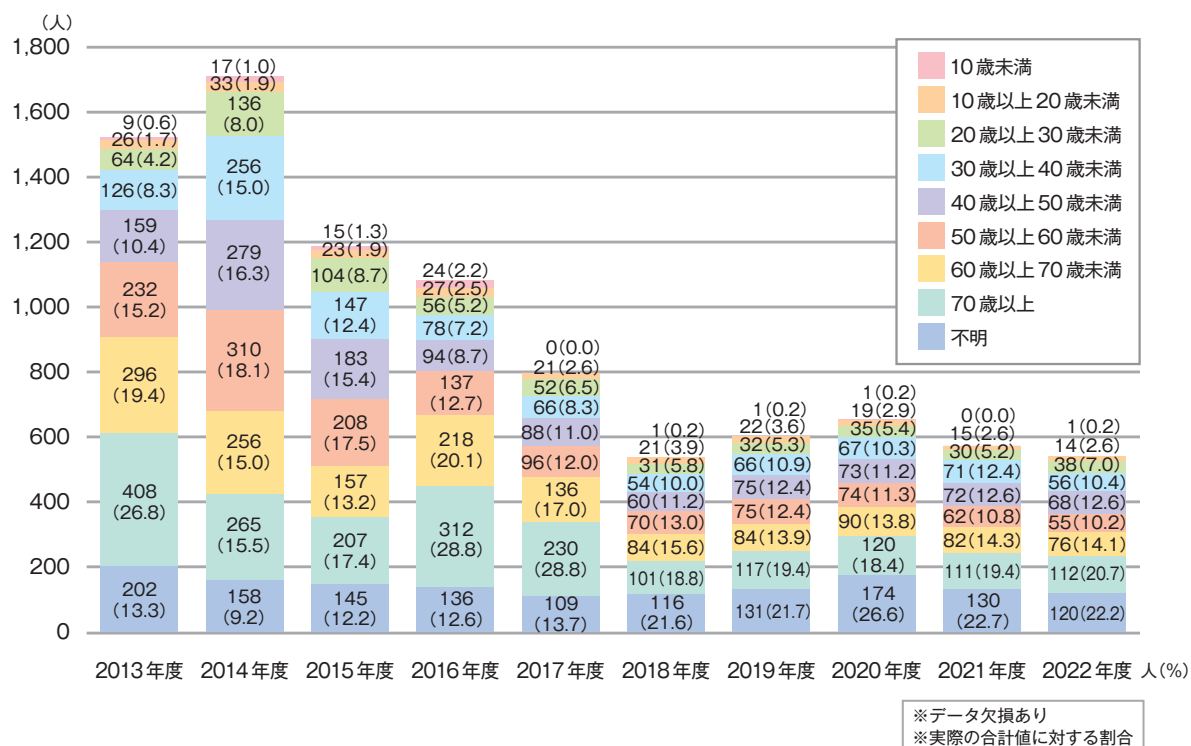


図2 相談者の年代（実人数）

※データ欠損あり
※実際の合計値に対する割合

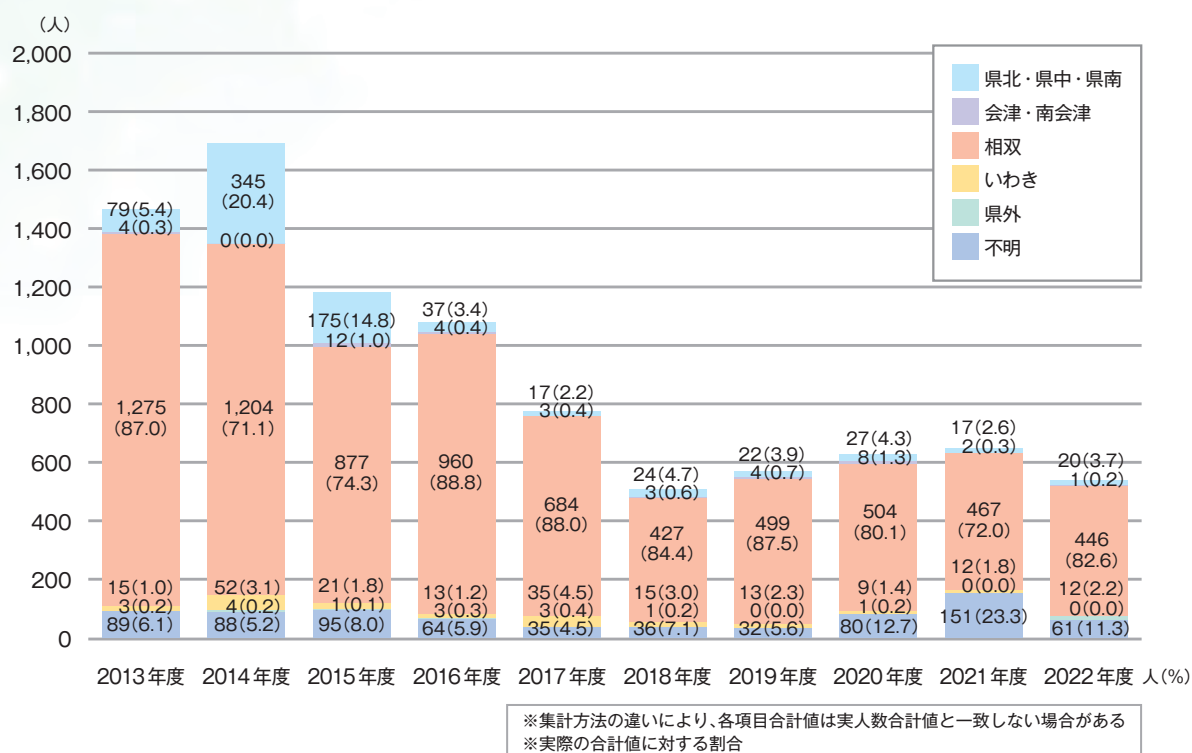


図3 相談者の震災前居住地（実人数）

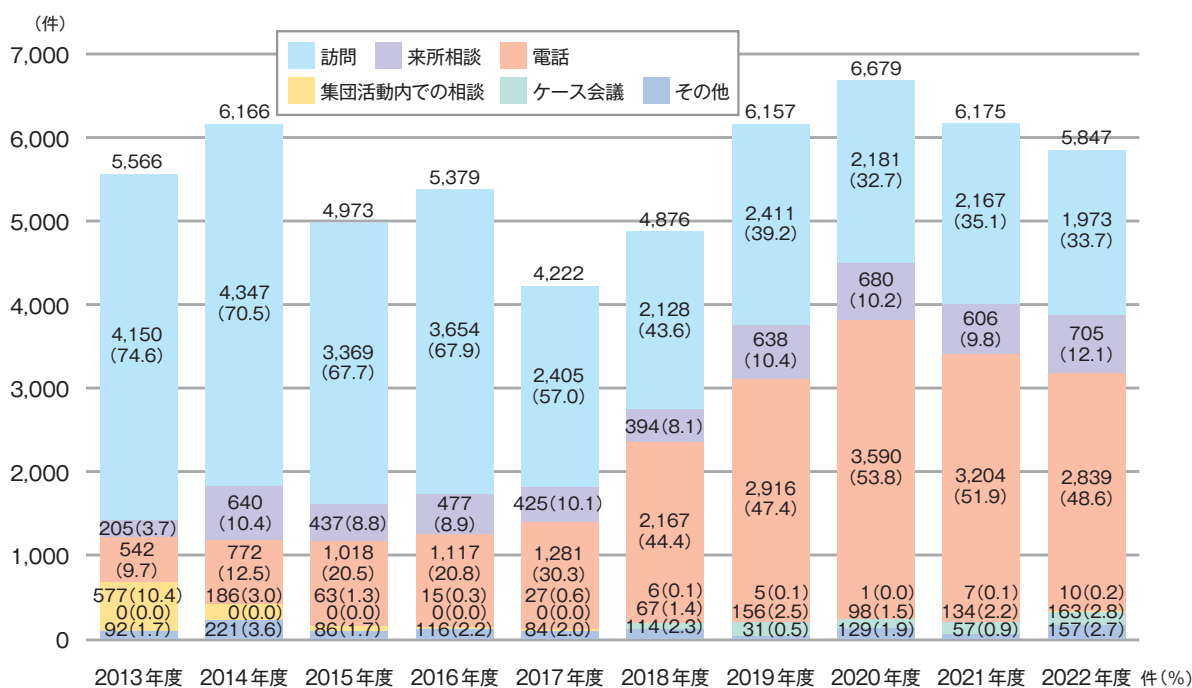


図4 相談方法（延べ件数）

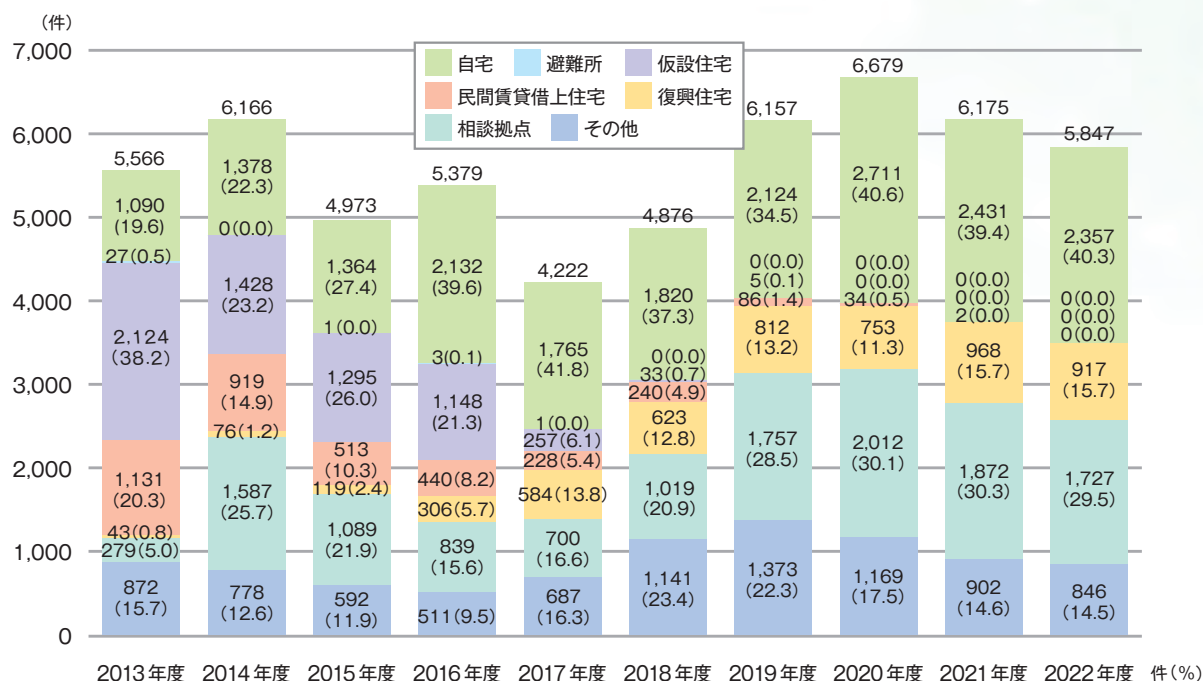


図5 相談場所（延べ件数）

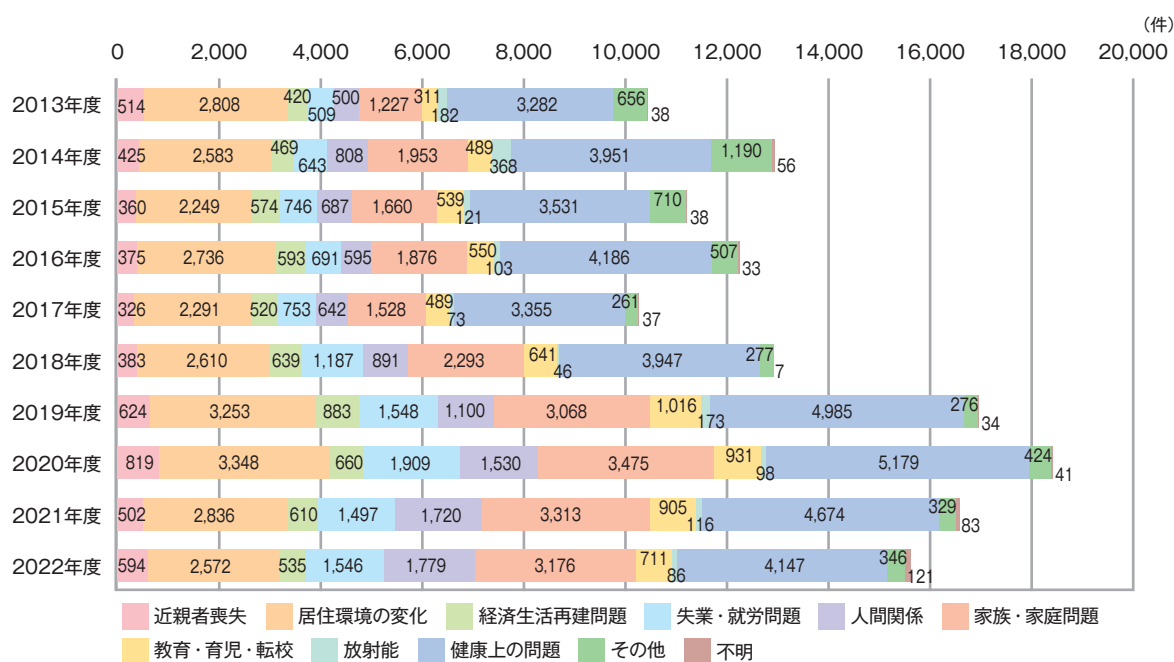


図6 相談背景（支援者評価） * 複数選択

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

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4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・プロジェクト概要・・・・・・・・・・・・・・・・・・	81
1) 地域アルコール対応力強化事業目的	
2) 令和4年度活動方針	
3) アルコール・プロジェクトメンバー	
2. 人材育成・研修・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	82
1) 令和4年度支援関係者向け研修会「生活習慣病と節酒（減酒）指導」 （WEBセミナー型）の開催	
2) 相馬地区保護司会研修会	
3) 南相馬市家族介護教室	
4) アルコール関連問題についての勉強会	
3. 地域活動への支援・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	83
1) 福島県県中保健福祉事務所アルコール家族教室講師及び教室運営サポート	
2) 福島県県南保健福祉事務所アルコール家族教室講師及び教室運営サポート	
3) 郡山市保健所アルコール・ギャンブル等家族相談教室運営サポート、アドバイザー	
4) いわき市アルコール家族教室（カモミールの会）講師及び教室運営サポート	
5) 福島県相双保健福祉事務所アルコール家族教室講師及び教室運営サポート	
6) 福島県相双保健福祉事務所アルコール家族教室運営サポート	
7) 相馬うぐいす断酒会運営サポート	
4. 普及啓発活動・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	86
1) 福島県断酒しゃくなげ会 郡山駅前街頭キャンペーン協力	
2) 復興なみえ町十日市祭におけるリーフレット配布	
3) 福島県相双保健福祉事務所自殺予防街頭キャンペーンの協力	
5. 集団活動・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	87
1) 男性のつどい	
6. ふくしま心のケアセンター内人材育成・勉強会・・・・・・・・・・	88
7. その他・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	89
1) 福島県精神保健福祉センター主催令和4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	
2) 2022年度アルコール・薬物依存関連学会合同学術総会にシンポジストとして参加 （別紙資料1、2）	

- 3) 地域におけるアルコール関連問題における医療機関との連携の話し合い
- 4) 当事者同行による講義等
- 5) 日本電波ニュース社記録映画取材撮影協力

8. 課題と展望	90
資料 1	91
資料 2	95

1. アルコール・プロジェクト概要

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ともに、被災者への支援及び普及啓発を展開する。

2) 令和4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・プロジェクトメンバー

○事務局 ※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）

佐藤彩（ふくしま心のケアセンター県北方部センター 専門員）

近嵐舞美（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）

壁谷真里奈（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）

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）

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）

森友季子（ふくしま心のケアセンターいわき方部センター 専門員）

大竹貴子（ふくしま心のケアセンター会津出張所 主任専門員）

泉真実子（ふくしま心のケアセンター基幹センター 事務員）

○黒田裕子（ふくしま心のケアセンター基幹センター 副部長）

○菅野寿洋（ふくしま心のケアセンター基幹センター 主任専門員）

○田崎美和（ふくしま心のケアセンター基幹センター 主任専門員）

○笹山仁子（ふくしま心のケアセンター基幹センター 専門員）

○木原英里子（ふくしま心のケアセンター業務部兼ふたば出張所 専門員）

※石堂正章（福島県保健福祉部障がい福祉課 保健技師）

※橘いづみ（福島県精神保健福祉センター 保健技師）

2. 人材育成・研修

1) 令和4年度支援関係者向け研修会「生活習慣病と節酒（減酒）指導」

（WEBセミナー型）の開催

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4年9月2日（金）13：30～16：00

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114名、視聴者デバイス数90台（スタッフ含む）

内 容：【報告】「福島県におけるアルコールの現状」

ふくしま心のケアセンター副所長 前田 正治

【講演】「生活習慣病と節酒（減酒）指導」

講師 医療法人見松会 あきやま病院 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) 相馬地区保護司会研修会

日 時：令和4年6月24日（金）13：30～15：30

場 所：南相馬市かしま交流センター

対 象：相馬地区保護司会会員

参加者：44名

内 容：認知症・アルコール依存症の方が起こすトラブル、家族周囲の対処法

主 催：相馬地区保護司会

協 力：相馬方部センター

3) 南相馬市家族介護教室

日 時：令和4年8月31日（水）13：30～15：00

場 所：南相馬市健康福祉センターゆらっと

対 象：南相馬市内の在宅で介護をしている家族、テーマに関心のある方

参加者：10名

内 容：アルコール依存症と家族支援について学ぶ

主 催：原町東地域包括支援センター

協 力：相馬方部センター

4) アルコール関連問題についての勉強会

日 時：令和5年2月2日（木）13：30～16：30

場 所：南相馬市原町保健センター（一部 Zoom 併用）

対 象：原町保健センター保健師

参加者：19名（スタッフ含む）

内 容：1. アルコール関連問題に関する事例検討会

「生命・生活に寄り添う支援と地域の連携～寂しがりアルコール依存症者への支援～」

2. アルコール関連問題の対象者の特徴と支援内容（意見交換）

アドバイザー：駒木野病院 田 亮介先生（医師）

宮脇 真一郎先生（看護師）

菊池 達樹先生（看護師）

主 催：相馬方部センター

3. 地域活動への支援

1) 福島県県中保健福祉事務所アルコール家族教室講師及び教室運営サポート

場 所：県中保健福祉事務所

対 象：アルコール依存症（あるいはその疑いのある方）の家族

日程	内容	参加者数
令和4年 6月27日	中止	
令和4年 7月21日	「CRAFT：CRAFTを用いたプログラムについて」	3名
令和4年 8月18日	「CRAFT：状況をはっきりさせよう、安全第一」	3名
令和4年 9月15日	「CRAFT：コミュニケーションを変える」	3名
令和4年 10月19日	「CRAFT：コミュニケーションを変える」	3名
令和4年 11月17日	「CRAFT：望ましい行動を増やす方法」	2名
令和4年 12月15日	「CRAFT：イネイブリングをやめるとは」	2名
令和5年 1月18日	「CRAFT：あなた自身の生活を豊かにする」	3名

主 催：県中保健福祉事務所

講 師：県中・県南方部センター主任専門員、専門員

2) 福島県県南保健福祉事務所アルコール家族教室講師及び教室運営サポート

場 所：県南保健福祉事務所

対 象：県南地域に居住し、アルコール関連問題を抱えている方の家族

日程	内容	参加者数
令和4年 7月29日	「CRAFT：安全の確保（暴力への対策）」	3名
令和4年 8月19日	「CRAFT：コミュニケーションを変える」 「CRAFT：望ましい行動を増やす方法」	3名
令和4年 10月21日	「CRAFT：イネイブリングをやめる」	1名
令和4年 11月18日	AA 白河体験発表	2名
令和4年 12月16日	「CRAFT：あなた自身の生活を豊かにする」 「CRAFT：治療を勧める」	3名

主 催：県南保健福祉事務所

講 師：県中・県南方部センター専門員、ふたば出張所課長

3) 郡山市保健所アルコール・ギャンブル等家族相談教室運営サポート、アドバイザー

場 所：郡山市保健所

対 象：アルコール・ギャンブル等に関する悩みを抱えるご家族

日程	内容	参加者数
令和4年 7月27日	中止	
令和4年 8月24日	中止	
令和4年 10月26日	「CRAFT：どんな問題か明確にしましょう」	6名
令和4年 11月30日	「CRAFT：暴力と安全第一とは」	5名
令和4年 12月21日	「CRAFT：より良いコミュニケーション」	3名
令和5年 1月25日	中止	
令和5年 2月22日	「CRAFT：上手くいかないことを中止しましょう」	5名
令和5年 3月22日	「CRAFT：望ましいことを増やしましょう」 「CRAFT：家族自身の生活をより良くするために」	5名

主 催：郡山市保健所

教室運営サポート、アドバイザー：県中・県南方部センター主任専門員、専門員、
アルコール・プロジェクトメンバー

4) いわき市アルコール家族教室（カモミールの会）講師及び教室運営サポート

場 所：いわき市総合保健福祉センター

対 象：アルコール関連の問題を抱える方の家族

日程	内容	参加者数
令和4年 6月17日	「CRAFT：CRAFTを用いたプログラムについて」	2名
令和4年 7月15日	「CRAFT：どんな問題か明確にしましょう」	2名
令和4年 8月5日	「CRAFT：暴力と安全第一とは」	1名
令和4年 9月16日	「CRAFT：より良いコミュニケーションについて」	2名
令和4年 10月21日	「CRAFT：上手くいかないことを中止しましょう」	2名
令和4年 11月18日	「CRAFT：望ましい行動を増やしましょう」	1名
令和4年 12月16日	「CRAFT：家族自身の生活をより良くするために」	1名
令和5年 1月20日	「CRAFT：治療を勧めてみましょう」	1名

主 催：いわき市保健所

講 師：いわき方部センター方部課長、専門員、アルコール・プロジェクトメンバー

5) 福島県相双保健福祉事務所アルコール家族教室講師及び教室運営サポート

場 所：ふくしま心のケアセンター ふたば出張所

対 象：アルコールの関連問題を抱えているご家族

日程	内容	参加者数
令和4年 7月26日	「アルコール依存症とは」	3名
令和4年 9月28日	講話「家族の対応について」 講師 寿泉堂松南病院 下山裕子先生 臨床心理士 家族相談・交流	1名
令和4年 11月22日	「CRAFT：状況をはっきりさせる、安全第一」	2名
令和5年 1月24日	「CRAFT：コミュニケーションを変える」	2名

主 催：相双保健福祉事務所

教室運営サポート、講師：ふたば出張所主任専門員、アルコール・プロジェクトメンバー

6) 福島県相双保健福祉事務所アルコール家族教室運営サポート

場 所：福島県環境放射線センター大会議室

対 象：アルコールの関連問題を抱えているご家族

日程	内容	参加者数
令和4年 5月24日	CRAFT学習 家族相談・交流	5名
令和4年 7月19日	CRAFT学習 家族相談・交流	7名
令和4年 9月28日	講話「家族の対応について」 講師 寿泉堂松南病院 下山裕子先生 臨床心理士 家族相談・交流	7名
令和4年 11月15日	CRAFT学習 家族相談・交流	4名
令和5年 1月17日	CRAFT学習 家族相談・交流	4名
令和5年 3月14日	CRAFT学習 家族相談・交流	5名

主 催：相双保健福祉事務所

運営支援：相馬方部センター専門員、アルコール・プロジェクトメンバー

7) 相馬うぐいす断酒会運営サポート

場 所：相馬方部センター2階

対 象：断酒会に関心のある方

参加回数：20回

参加者数：44名

主 催：相馬うぐいす断酒会

協 力：相馬方部センター

4. 普及啓発活動

1) 福島県断酒しゃくなげ会 郡山駅前街頭キャンペーン協力

日 時：令和4年11月13日（日）9：30～11：00

場 所：JR郡山駅 西口駅前広場

対 象：通行人

内 容：啓発用チラシ・ポケットティッシュ等の配布

協 力：県中・県南方部センター

2) 復興なみえ町十日市祭におけるリーフレット配布

日 時：令和4年11月19日（土）10：00～15：00
令和4年11月20日（日）10：00～15：00（2日間）
場 所：浪江町地域スポーツセンター 秋桜アリーナ（体育館）
対 象：復興なみえ町十日市祭来場者
内 容：啓発用リーフレットの配布
協 力：相馬方部センター

3) 福島県相双保健福祉事務所自殺予防街頭キャンペーンの協力

日 時：令和5年2月24日（金）7：00～8：20
場 所：JR 小高駅前
対 象：通学中の高校生
内 容：啓発用リーフレットの配布
協 力：相馬方部センター

5. 集団活動

1) 男性のつどい

対 象：アルコール関連問題や震災の影響によって就労や生活に困難があり社会的に孤立している男性
主 催：相馬方部センター

① 浪江町会場

日程	内容	参加者数
令和4年 4月28日	たこ焼き	8名
令和4年 6月23日	手打ちうどん	7名
令和4年 8月25日	大蛇巻	7名
令和4年 10月27日	芋煮会	7名
令和4年 12月22日	クリスマスケーキ サンドイッチ	4名
令和5年 2月22日	たこ焼き	4名

② 飯舘村会場

日程	内容	参加者数
令和4年 11月24日	芋煮会	6名
令和5年 3月23日	たこ焼き/焼きそば	6名

③ 南相馬市会場

日程	内容	参加者数
令和4年 4月13日	花見、ピクニック、弁当づくり	2名
令和4年 5月11日	冷やし中華、担々そうめん	4名
令和4年 6月8日	手打ちうどん	5名
令和4年 7月13日	手作りピザ	6名
令和4年 8月10日	大蛇巻	8名
令和4年 9月7日	カレー	5名
令和4年 10月5日	芋煮会	6名
令和4年 11月16日	七輪焼き	7名
令和4年 12月14日	餃子、チャーハン	5名
令和5年 1月18日	餅つき、雑煮	6名
令和5年 2月15日	たこ焼き	5名
令和5年 3月14日	手打ちうどん	4名

6. ふくしま心のケアセンター内人材育成・勉強会

- ① CRAFT 勉強会 2回
- ② アルコール家族教室の運営ポイントについて
- ③ 事例検討会 1回

7. その他

1) 福島県精神保健福祉センター主催令和4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

日 時：令和4年6月17日（金）13：30～15：45
場 所：オンライン（Zoom ミーティング）
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（ふくしま心のケアセンター職員含む）
内 容：事例検討
「ネット・ゲーム依存」「ギャンブル依存」の事例紹介
グループワーク～支援方法の検討

2) 2022年度アルコール・薬物依存関連学会合同学術総会にシンポジストとして参加

場 所：仙台国際センター（仙台市青葉区青葉山無番地）
会 期：令和4年9月8日（木）～令和4年9月10日（土）
参加シンポジウム（令和4年9月8日（木））
シンポジウム2 「被災者と飲酒問題：復興とコロナ禍におけるケアと支援を考える」
テーマ：ふくしま心のケアセンターにおけるアルコール家族教室の取り組みについて
（別紙資料1、2）

3) 地域におけるアルコール関連問題における医療機関との連携の話し合い

日 時：令和4年6月30日（木）
場 所：しんどうクリニック
内 容：相馬郡医師会に協力を依頼し、相馬方部センターをアルコール関連問題に関する相談窓口として認識してもらうことを目的に相馬郡医師会会長と話し合いを実施。

4) 当事者同行による講義等

日 時：令和4年10月13日（木）10：30～12：00
場 所：公立大学法人 宮城大学 大和キャンパス
対 象：公立大学法人 宮城大学 看護学群学生
参加者：46名
内 容：「災害看護支援論」講義
主 催：公立大学法人 宮城大学
協 力：相馬方部センター

5) 日本電波ニュース社記録映画取材撮影協力

日本電波ニュース社が令和5年の公開に向けて、相馬方部センターが行っている心のケア活動をテーマにした映画を企画し協力している。震災によって傷つき回復した住民やアルコール依存症から回復した当事者への関わりなどを継続して撮影している。

8. 課題と展望

本アルコール・プロジェクトが始まって、本年で7年目を迎える。自殺対策として始まった本プロジェクトであるが、少しずつ実績をあげることになり、福島県立医科大学・放射線医学県民健康管理センターが毎年行っている県民健康調査結果を見ても、アルコールに関する問題飲酒ハイリスク割合は確実に減少している。その一方で、コロナ禍が始まって以降、閉塞的な状況の中でいくつかの自殺研究では気になるデータも見られる。とりわけ女性や若年者の自殺傾向は気になるところで、このアルコール・プロジェクトの活動もまたその予防に一役買うことができるのではないかと期待する。

さて、幸いなことにコロナ禍は収束しつつある。それに伴い、本報告書に見られるように様々な活動もまた順次再開されている。今後もまた活発な啓発的活動を行うとともに、市町村と協力しつつ節酒アプローチを広め、被災者や県民の健康に資する活動を継続していきたい。

(文責：前田正治)

資料 1



私が出会ったアルコール関連問題の例

震災発生

初期 避難所 中期 仮設住宅 長期 復興時期

震災直後のメンタルヘルス問題 中長期のストレス問題

- ①避難所で不眠や痛みなどのストレスをお酒で紛らす住民
- ②酔うと仮設住宅で近隣とトラブルになる住民
(元原発関係者や仕事をたたんだ男性)
- ③役割や家族をなくし仮設住宅で静かにお酒を飲む中高年
- ④両親の死後、孤立しお酒を飲み続ける住民
- ⑤災害前から元々お酒の問題があり依頼された住民
- ⑥公営住宅に入居後、孤立し朝からお酒を飲み続ける住民
- ⑦長年の避難生活やコロナ禍において、離婚や失職し酒量が増えた住民

その時病院では何が起こったか

雲雀ヶ丘病院
23年6月22日～
外来、60床再開

小高赤坂病院
休診

双葉厚生病院
休診

双葉病院
休診

高野病院
外来のみ

病院	第一原発からの距離	震災前病床数	現在の病床数
雲雀ヶ丘病院	約25キロ	254床	60床
小高赤坂病院	約17キロ	104床	休診
双葉厚生病院	約4キロ	140床	休診
双葉病院	約4.5キロ	350床	休診
高野病院	約22キロ	118床	0床
計		966床	60床

震災前 相馬地区の人口1万対精神科病床数 42床 (全国平均28床)
震災後 相馬地区 (先進国並み) 6床

事業所別相談対応件数(令和4年6月30日現在)

	訪問看護ステーションなごみ(アウトリーチ事業)	地域活動支援センターなごみCLUB	相談支援事業所なごみCLUB	訪問看護ステーションなごみ	相馬広域こころのケアセンターなごみ
対象者(名)	34	12	27	101	160
訪問(件)	220	—	100 (相談件数)	366	75
来所 電話相談(件)	—	—	—	—	82
集団活動(回)	—	22	—	—	5
支援者の支援 や事例検討会 (事業協力等)	—	—	—	—	6

相馬地区の医療保護入院と措置入院の件数の推移

	2011年度	2016年度	2021年度
医療保護入院	229	135	143
措置入院	3	6	13

災害と孤立について

長期の避難生活や急激な環境の変化、喪失体験、家族の変化、脆弱性など

↓

- 全戸調査(健康調査)などのアウトリーチによって表面化する
- 心の問題は、疾患(PTSD、うつ、発達障害、統合失調症などの精神疾患、依存症)や進学、就職、離職のライフイベント、家族背景、貧困名などの環境要因などが関係している
- 幼少期の生きづらさの経験は、社会との接点を閉ざし希求行動を起こさなくなることにつながりやすい
- 災害に限らず「自身を知り他者へ関心を寄せる」ことが不足している現代社会の問題とも取れる

相馬地区北部の避難市町村の人口減少の推移

	2011.3 (住民基本台帳)	2022.6 (居住人口)	震災前と比較した減少率	避難指示解除準備区域、居住制限区域(平成28年7月12日解除) 避難指示解除準備区域、居住制限区域(平成29年3月31日解除) 避難指示解除準備区域、居住制限区域(平成29年3月31日解除)
南相馬市	12,834人	3,883人	69.7%	避難指示解除準備区域、居住制限区域(平成28年7月12日解除)
小高区	21,434人	1,883人	91.2%	避難指示解除準備区域、居住制限区域(平成29年3月31日解除)
浪江町	6,509人	1,492人	77%	避難指示解除準備区域、居住制限区域(平成29年3月31日解除)
相馬地区(12市町村)	195,462人	114,757人(5月)	41.2%	

相馬地区の課題

- ・救急対応可能な医療機関が不足している。
- ・帰還者は高齢者が中心だが、移動手段や健康が維持できなくなると居住が困難。
- ・避難先で、生きづらさを感じ生活することが困難になる人々が徐々に帰還してくる傾向がある。
- ・公営住宅の高齢化、独居高齢者の支援
- ・慢性的な支援者不足
- ・風評被害と被災地の風化

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

2022年5月1日現在
常勤 20名
非常勤 3名

理事會

事業部門

2名
1.事務員 精神科ないきアウトリーチ推進事業担当
2.事務員 ふくしま心のケアセンター「相馬広域こころのケアセンター」事業担当

相談支援事業所なごみCLUB
地域活動支援センターなごみCLUB
所長 平976-0016 相馬市沖ノ内1-2-8
電話 0244-26-9743
FAX 0244-26-9739

訪問看護ステーションなごみ
所長 平976-0016 相馬市沖ノ内1-2-8
電話 0244-26-9792
FAX 0244-26-9739

相馬広域こころのケアセンターなごみ
センター長 平976-0007 南相馬市南地区南町1丁目2-7
電話 0244-26-9353
FAX 0244-26-9353

【訪問看護】
2名
1.保健師(精神保健福祉士)
2.活動職員

5名
1.看護師(精神科認定看護師)
2.看護師
3.作業療法士
4.看護師
5.看護師

【アウトリーチ】
8名
1.看護師(精神看護専門看護師)
2.精神保健福祉士
3.精神保健福祉士
4.精神保健福祉士
5.臨床心理士・公認心理師
6.看護師
7.非常勤医師
8.非常勤医師

6名
1.看護師(精神科認定看護師)
2.精神保健福祉士
3.臨床心理士
4.精神保健福祉士
5.精神保健福祉士
6.非常勤社会福祉士

精神科ないきアウトリーチ支援(震災対応型)業務委託
ふくしま心のケアセンター「相馬広域こころのケアセンター」業務委託

相馬広域こころのケアセンターの相談支援の詳細

カテゴリー別

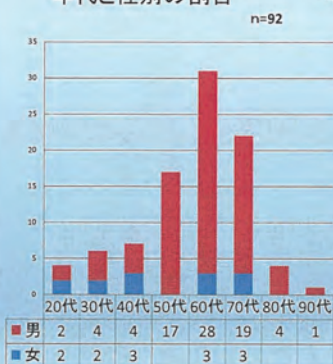
年代別

性別

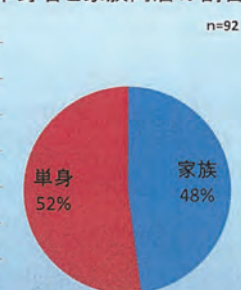
- ・ひきこもりや発達障害、アルコール依存症の相談が増加している。
- ・支援は、家族自立への相談や就労への支援、金銭、家族の対応方法、支援者への助言など多岐にわたる。
- ・8050問題の相談は関係機関以外に本人や家族からの増加傾向。
- ・男性の相談は多い傾向にある。

対象者の特徴

年代と性別の割合



単身者と家族同居の割合



内容

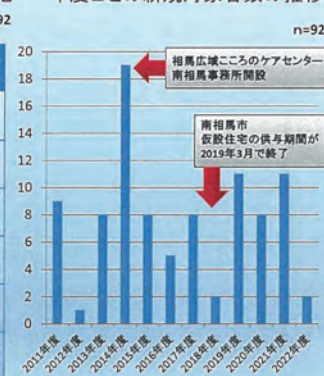
2012年4月1日から2022年6月30日までの相馬広域こころのケアセンターなごみのアルコール関連問題の対象者、92名の訪問記録をもとに調査した。

震災前の居住地と現居住地

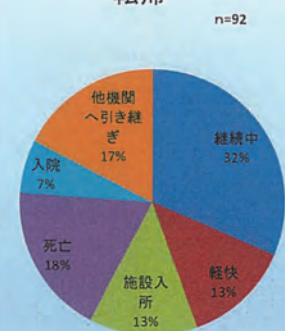
n=92

(A)	元居住地	現居住地
新地町	4	3
相馬市	12	18
南相馬市	53	64
飯館村	9	4
浪江町	10	3
その他	4	0

年度ごとの新規対象者数の推移



転帰

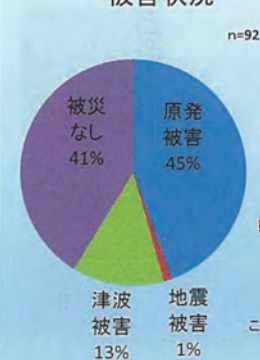


支援期間

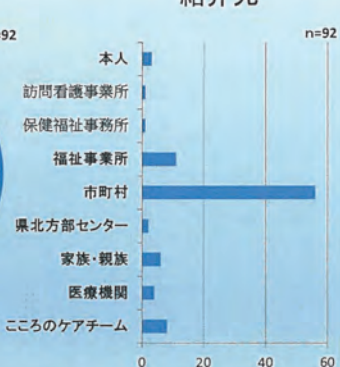
n=92

支援期間	人数
半年未満	23
半年以上	18
1年以上	23
2年以上	1
3年以上	11
5年以上	16

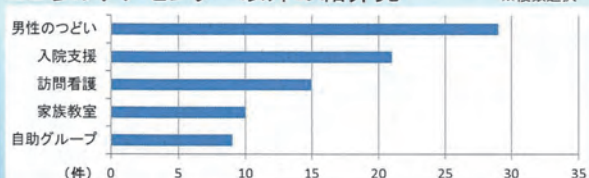
被害状況



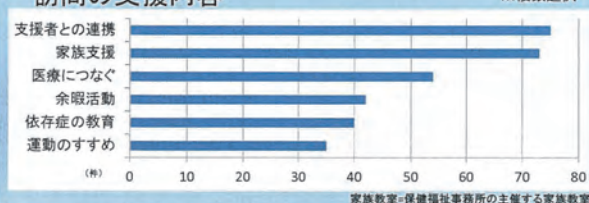
紹介元



こころのケアセンター以外の紹介先



訪問の支援内容



なごみの支援内容



流しそうめん(男性のつどい)



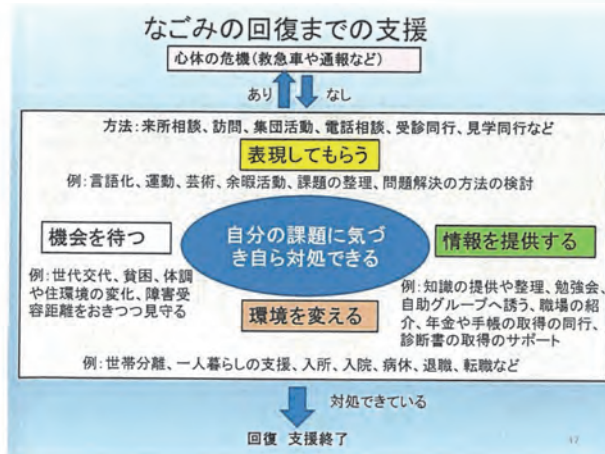
焼きそばづくり(余暇活動の支援)



看護学校の講義へ回復者として同行



飯館村散策



- ### 対象者の特徴
- 50代から70代の男性が多い。
 - 単身と家族の対象者の割合については大きな差はない。
 - 南相馬市の居住者が多いが、避難市町村の住民もいる。
 - 震災の影響で問題が明らかになった対象者がほとんど。
 - 一部、震災を機に、仕事を退職したものもいる。
 - 紹介元は市町村が半数を占めるが、その他の関係機関や本人や家族など多岐にわたる。
 - 原発事故で、産業構造の変化による失業や離職、家族環境の変化、役割不全感などが要因として考えられる。
 - 当センターのような相談先ができたことでつなぎ先の周知および避難者へ健康調査(全戸訪問)などを行ったことも関係していると思われる。

事例紹介

避難先で離婚、コロナ禍で失業後、帰郷職したAさん



掲載にあたりご本人へ同意を得ております

- ### 相談経緯
- B県へ避難し、離婚を経験。その後、マッサージ店を企業する。
 - コロナの影響で、事業を継続することが不安になり廃業する。仕事をするがうつ状態となり見かねた両親が、地元へ連れ帰る。
 - 長男は20代でひきこもり、長女は、中学3年生。急な転校が原因で、友人が作れず抜毛行為を繰り返している。
 - 長男の面倒を見ている母が、保健センターへ相談したため本人の相談先として当センターへ支援の依頼があった。
 - 実家で生活するが両親と折り合いが合わない。



- ### 介入の実際
- 地元精神科の紹介と情報提供
→情報提供書による受診勧奨(来所相談)
 - 家族のうつ状態の理解と協力体制の構築
→両親と本人で対応方法について考える(自宅訪問)
 - アルコール関連問題への指導(来所)
→AUDITの実施と生活習慣の改善の相談
 - 長女への関わり方及び受験への影響(自宅訪問)
→保健センターと本人との相談
 - 長男への関わり方の整理(自宅訪問)
→母、保健センターとひきこもり支援センターとの連携
 - 本人の課題の整理と就労支援(来所相談)
→認知行動療法の手法を用いた目標と行動の設定

Aさんの課題の整理

課題

- 長男、長女へ及ぼすうつの影響
長男は、支援センターと保健センター。長女は学校側のサポートが十分あり、まず、自分自身のうつ状態を治すことに集中することになった。
- 思春期からの両親への承認欲求が解消されていない
うつの回復にあたり両親の協力は必ず必要であることを確認。定期的に母と本人、なごみで目標を共有することになった。躁鬱病や発達障害の可能性も含め情報を収集している。

Aさんの今

- ハローワークで、無理のない最初のステップとして人に接する機会のないパートを希望。その後面接で失敗。
- 飲酒量は何度も節酒しようとするが失敗。入院を進めるが「就労が自分の行動を変えるきっかけになる」と希望的臆測が先行している。
- 長女の高校進学、長男との関係性の問題に左右されながら時間をかけ、自らの衝動性や両親の関係性について向き合おうとしている。現在は、過去から続く母の関係性修復を行っている。
- 再び県外のエステの起業も考えていたが、長女のことも考慮し、両親と過去の自分を整理し、実家に活動の拠点を移そうとしている。

健康状態をモニタリングしながら、震災前からの自分の課題を見つめなおせるよう長期的な視点で支援を行う。

原発問題と飲酒

1. お酒を辞める=生活の向上とは言えず、家族や生活の支援を含めた総合的な支援が必要

2. 震災後酒量が増加した住民の多くは、長期避難生活における役割の喪失であることが多く、役割を持ってもらうなど孤立感を減らす支援は一定の効果がある

3. アルコール関連問題は時間が経てばたつほど複合的となり、その背景を丁寧に見極め息の長い支援が必要



なごみかるた

た他人より自分の課題に向き合おう
の飲んでます、ほんとは義理で飲んでます
は本人より焦る方も対象者
え遠慮なくお邪魔するのは上級技能
こ心の支援者、体のこと忘れてる
せ専門家 できないときは専門外
すスタッフに任せられない管理職
な治りたくない！病はだれでも持っている
おお金がない 実は使い方わからない

本年度内完成予定
10年間の記録うなごみのあしあとより



私たちは、相双地区に「なくてはならない」をめざします。

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



相馬事務所

相馬市沖ノ内1丁目2-8
電話 0244-26-9753
FAX 0244-26-9739

南相馬事務所

南相馬市原町区南町3丁目2-7
電話 0244-26-9353
FAX 0244-26-9367

HPとFacebookでなごみの活動報告を更新中です！

■ HP : <http://soso-cocoro.jp/>

■ Facebook : <https://www.fb.me/cocoro.nagomi>

資料2

ふくしま心のケアセンターにおけるアルコール家族教室の取り組みについて



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

発表者 菅野寿洋

共同演者

・前田正治¹⁾²⁾・尾形淳一¹⁾・石川秀司³⁾・渡部育子¹⁾・相山未希子¹⁾
・黒田裕子¹⁾・松島輝明¹⁾・山下和彦¹⁾・松田聡一郎¹⁾・佐藤亮介¹⁾
・羽田雄祐³⁾・大竹貴子¹⁾・塩田義人¹⁾・米倉一磨¹⁾⁴⁾・渡辺厚¹⁾³⁾

1) ふくしま心のケアセンター

2) 福島県立医科大学医学部災害こころの医学講座

3) 医療法人慈心会村上病院

4) 相馬広域こころのケアセンター(ふくしま心のケアセンター相馬支部)

ふくしま心のケアセンターの概要

- 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。ふくしま心のケアセンターは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。



ふくしま心のケアセンターの事業

(1) 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
(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) 被災者への相談や支援	・ 講演会、相談会や巡回訪問などの実施 ・ 関連機関との連携によるメンタルヘルス事業の実施
(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	

アルコール関連問題への取り組み

東日本大震災及び震災後による地域での震災、風通しがたない長期化した避難生活等

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、問題飲酒が絡む相談の増加や支援の困難さが報告されている。



精神疾患においても...

アルコールの問題は孤独死につながる重要な要素と指摘されており、震災から歳月が経過し、被災者間の復興格差が生じている中、取り残された被災者はアルコールへの依存を一層強める恐れがある。

「地域アルコール対応力強化事業」を展開

地域アルコール対応力強化事業で取り組んでいること(2つの柱)

家族教室への運営協力

- 福島県内の保健福祉事務所等のアルコール家族教室でCRAFT等を中心とした支援を行なっている。

節酒(減酒)支援

- 肥前精神医療センターの関係者を招いて支援関係者向けの研修会を毎年開催し、減酒支援の普及啓発を行っている。

アルコール家族教室

- 家族教室の目的
 - 本人が治療に繋がることは難しく、その間家族はずっと苦しむ。
 - 家族が先に支援グループに繋がり、本人への対応を変えることを支援する。
 - 同じ悩みを持つ人の中で、気持ちを話し心の負担を軽くする。他の家族の語りや対応方を聞き、学び本人との関わり方を見直す。
- 当センターの役割
 - コミュニティ強化法と家族トレーニング(CRAFT)を活用した運営協力
 - 担当職員への(CRAFT)勉強会
 - 教室の協力(CRAFTの講師、ミーティングの進行)
 - 職員の運営をサポート

CRAFTとは

クラフト(CRAFT)とは、Community Reinforcement And Family Trainingの頭文字を取ったもの。

日本語では、「コミュニティ強化法と家族トレーニング」と訳されている

【目的】

- ① 家族自身の生活の質を改善する ⇒ ケアラーとしての家族支援。
家族が自分自身に目を向け、自分自身のために行動する
- ② 大切な人に飲酒等を続けるよりも、断酒等をする方が魅力的であると理解してもらう方法を身につけてもらう ⇒ キーパーソンとしての家族支援。

アルコール家族教室 課題と今後の展望

課題

- ・担当者の異動等により家族教室の運営を行える職員が継続して行えない
- ・当センターでもCRAFT講師や運営協力を行える職員が限られてしまっている
- ・県保健福祉事務所、中核市以外の市町村でのニーズに対応できていない

これからは

- ・県保健福祉事務所等での家族教室運営への協力を継続していく
- ・市町村のニーズを確認しながら、家族教室や勉強会等の機会を持つ
- ・当センター内でアルコール家族教室への協力やCRAFT講師に対応できる職員を増やしていくことが望まれる

ご清聴ありがとうございました



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

東日本大震災で被災された方々へ

からだところろの状態に すこし目をむけてみませんか？

下にな書かれているようなからだ・ところろの不調、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

【ところろの不調】

- いろいろ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おうかがいします。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】

令和6年1月1日に発生した能登半島地震により犠牲になられた方々に深く哀悼の意を表するとともに被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

また、被災者支援、復興に向けてご尽力されている方々に深く敬意を表し、皆様の安全と被災地の一日も早い復興をお祈り申し上げます。

月日が経つのは早いもので、ふくしま心のケアセンターの活動も開設から今年で12年目に入りました。

この間、避難指示区域における避難指示の解除や避難されている方々の帰還の状況なども踏まえ、迅速かつ機動的な活動が行えるよう組織体制の見直しを図るなど対応してまいりましたが、一方で、現在も多くの方が避難生活を余儀なくされております。

当センターといたしましては、引き続き、復興の状況や避難されている方々の帰還の動向などを見据えながら、被災者の皆様に寄り添った心のケア活動を行うとともに、その成果を当該記録誌を通して皆様にお伝えしていきたいと考えておりますのでご高覧いただければ幸甚に存じます。

活動記録誌編集委員会事務局 石川秀司

ふくしま心のケアセンター 活動記録誌 2022(令和4)年度 第11号

委員長 渡辺 厚
副委員長 尾形 淳一
委員 石川 秀司
委員 落合 美香
委員 仲沼 安夫
委員 宮崎 弘美
委員 畠山美保子
委員 近嵐 舞美
委員 佐藤 千景
委員 大谷 廉
委員 吉田 幸子
委員 東條 仁美

発行日：2024(令和6)年2月15日

編集発行：一般社団法人 福島県精神保健福祉協会

ふくしま心のケアセンター

Fukushima Center for Disaster Mental Health

〒960-8012 福島市御山町8-30 県保健衛生合同庁舎5階

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

被災者相談ダイヤル(ふくここライン) 0120-783-295

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

印刷所：株式会社 日進堂印刷所

※表紙は、ふくしま心のケアセンターのロゴマークです

