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
2016 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…… 88

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．2016年度の実施内容 …… 90

１．高等学校への啓発活動
２．消防署への啓発活動
３．住民への啓発活動
４．酒量の多い人々へのアプローチ「男性のつどい」
５．雲雀ヶ丘病院での勉強会・事例検討会
６．動機付け面接法に関する研修会の開催
７．アルコール依存症へのアプローチ
８．関係機関との連携
９．アルコール問題お役立ちガイド

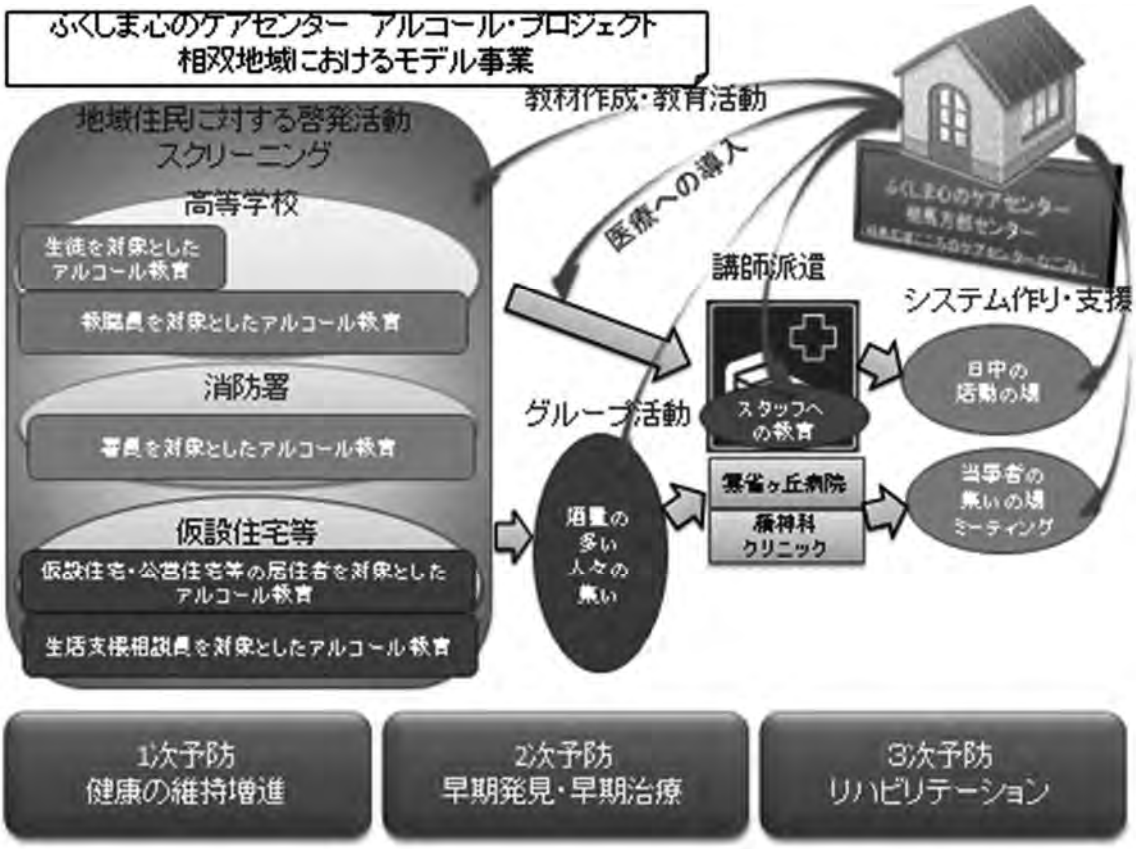
Ⅲ．今年度の振り返りと次年度に向けて…… 97

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、2014 年度より実施されている「ふくしま心のケアセンター　地域アルコール対応力強化事業」の一環として、相双地域において展開しているモデル事業である。初年度には、下記の図のような枠組みで展開することを計画・実施した。2016 年度においても、基本的にこの計画に基づいて活動を継続させた。

なお、NPO 法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会　相馬広域こころのケアセンターなごみ（以下、「なごみ」とする）は、一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おり、本事業を実施している。



2. 本事業のメンバー

2016 年度は、下記のメンバーにて活動を行なった。

■大川　貴子　（福島県立医科大学看護学部、NPO 法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会）
■米倉　一磨　（相馬広域こころのケアセンターなごみ）
■河村　木綿子　（相馬広域こころのケアセンターなごみ）
■田中　久美子　（相馬広域こころのケアセンターなごみ）
■宮川　明美　（福島県立医科大学災害医療支援講座、雲雀ヶ丘病院、ふくしま心のケアセンター）
■髙橋　紀子　（福島大学、相馬広域こころのケアセンターなごみ）
■上田　由桂　（福島県立医科大学放射線医学県民健康管理センター）

3. ミーティングの開催

本事業のメンバーによるミーティングは、以下のとおり計 13 回開催された。

第 1 回　4 月 13 日 (水) 18:30 ～ 20:00
第 2 回　4 月 20 日 (水) 19:00 ～ 20:00
第 3 回　5 月 18 日 (水) 19:00 ～ 20:00
第 4 回　6 月 29 日 (水) 18:00 ～ 19:00
第 5 回　7 月 20 日 (水) 18:00 ～ 19:15
第 6 回　8 月 24 日 (水) 18:30 ～ 20:15
第 7 回　9 月 14 日 (水) 18:00 ～ 19:15
第 8 回　10 月 12 日 (水) 18:15 ～ 19:15
第 9 回　11 月　7 日 (月) 17:00 ～ 19:00
第 10 回　12 月　7 日 (水) 18:30 ～ 19:00
第 11 回　1 月 12 日 (水) 17:30 ～ 18:30
第 12 回　2 月 22 日 (水) 18:15 ～ 19:45
第 13 回　3 月　7 日 (火) 18:30 ～ 20:00

Ⅱ．2016 年度の実施内容

1.　高等学校への啓発活動

2015 年度より、科学研究費基盤研究（C)「被災地における高校生のアルコール関連問題の実態と介入方法の検討」（研究代表者：大川貴子）の助成を受けて、東日本大震災の被害地に立地する高等学校の生徒を対象に、飲酒行動の実態および家庭内における飲酒問題を明らかにすることを目的に、7 校を対象に質問紙調査を 2015 年 8 月～9 月に実施した。その結果は下記の通りであった。

(1) 対象者の概要

2,241 名に対して調査票を配布し、1,946 名（86.8%）から研究同意が得られ、その内 1,915 部を有効回答とした。男性が 973 名（50.8%)、女性が 942 名（49.2%）であった。学年別でみると、1 年生が 674 名（35.2%)、2 年生が 609 名（31.8%)、3 年生が 632 名（33.0%）であった。

(2) 飲酒の状況

今までに飲酒の経験があると答えたのは、312 名（16.3%）であり、男女別でみると男性が 16.4%、女性が 16.1%と差はみられなかった。また、学年別でみると、1 年生の 12.8%、2 年生の 18.2%、3 年生の 18.2%が飲酒の経験ありと答えており、2 年生になると飲酒の経験者が増えていた。

原発による被災状況別に飲酒の経験をみると、避難の経験なしの生徒では 16.3%、一時避難したが現在は自宅で生活している生徒では 15.5%が経験ありと答えているのに比べて、現在も避難生活を継続している生徒では 21.7%が飲酒の経験があると答えており、飲酒率が高い傾向にあった。家族や親戚との死別の有無で比較すると、死別の経験なしの生徒では 15.2%が飲酒の経験ありとし、死別の経験ありの生徒では 18.2%が飲酒の経験ありと答えていた。

飲酒による健康問題のリスクについて、飲酒の経験があると回答した 312 名について、飲酒の頻度と飲酒量で評価する QF スケールでみると、ハイリスク（健康上の問題あり）と評価される生徒は 32 名となり、飲酒を経験している生徒の 10.3%を占めていた。酒の入手方法およびはじめて酒を飲んだ理由は、表 1～2 に示すとおりであり、親に許可を得て酒を入手し、親や兄弟に勧められて飲んだ生徒が多数いることが明らかとなった。

表 1　酒の入手方法

N=312

方　法	人数	%
親に許可を得て	237	76.0
兄弟姉妹から	11	3.5
家の酒をだまって	19	6.1
友人から	36	11.5
うそを言って買った	9	2.9

表 2　はじめて酒を飲んだ理由

N=312

理　由	人数	%
好奇心から	147	47.1
親や兄弟に勧められて	112	35.9
友人に勧められて	22	7.1
大人ぶりたかったから	8	2.6
酔っぱらいたかったから	8	2.6

(3)周囲の人々の飲酒について

周囲の人々の飲酒についてどのように思っているのかを質問したところ、家族に飲酒問題があると思うと回答した人が 9.2%、家族の飲酒問題に関する悩みがあると回答した人が 7.4%いた。一方友達の飲酒問題について悩んでいると回答した人は 2.2%と少なかった。

また、飲酒問題について相談できる場所を知っているかと問うたところ、知っていると回答した人は 22%であり、72%の人は知らないと答えていた。

上記の結果をもとに、生徒に対しては集団教育とグループアプローチを行なっていくことを検討した。集団教育をするにあたっては、高校生用の DVD の作成を計画した。作成にあたって、以下の点を検討した。

■アルコールが脳や身体に及ぼす影響をリアルに知ってもらうため写真等を活用する

■断酒会に協力を依頼し、体験談を語ってもらう

■家族内にアルコール問題がある場合の SOS を出せる場所を紹介する

■作成過程から高校生に関与してもらう

また、グループアプローチについては、大学生のピアサポーターの活用についても検討していくこととした。

さらに、高校生の飲酒には、親や親戚など大人が関与していることが明らかとなった。今後は保護者を対象にした啓発教育を企画することや、地域住民への健康教育においてアルコール教育を実施していけるよう働きかけていくことが必要と考える。

2.　消防署への啓発活動

アルコール飲酒に関する研修会を、全職員を対象に、相馬地方広域消防本部にて 2016 年 5 月 10 日、6 月 2 日、8 月 1 日、8 月 2 日の 4 回に分けて実施した。研修会は、肥前精神医療センターの集団節酒指導プログラムを基に実施した。今後、この集団節酒指導プログラムの効果判定を行う計画である。

3.　住民への啓発活動

アルコール問題に対する啓発キャンペーンとして、2016 年 12 月 20 日に相馬市・南相馬市の商業施設 5 ヵ所にて、パンフレット（アルコール依存症が身体に及ぼす影響）や「なごみ」のチラシを住民へ配布した。

このキャンペーンには、アルコールに関連した問題を抱える当事者、相馬広域消防署、相馬・南相馬警察署、相双保健福祉事務所、相馬市保健センター、鹿島保健センター、原町保健センターにも御協力を頂いた。

4. 酒量の多い人々へのアプローチ「男性の集い」

2015 年 11 月より飲酒量の多い男性に対し、飲酒する時間を減らしながら社会的な役割を獲得し、自尊心の向上を図ることを目的とした日中活動の場を始めた。2015 年度に引き続き、「なごみ」相馬事務所を会場に、月 1 回の頻度にて開催している。各月の実施内容は、表 3 のとおりである。

活動も 2 年目に入り、参加者同士の声の掛け合いや、助け合う様子が増え、個々のつながりが強まっている。また、活動内容に参加者の特技を活かした内容を取り入れることで、参加者自身が集団の中での役割を見出すことにもつながっている。

表 3　「男性の集い」実施内容

開催日	参加人数	実施内容
4 月 12 日	9 名	弁当作りとお花見
5 月 17 日	4 名	室内運動（雨天のためハイキングより変更）
6 月 7 日	4 名	餃子作り
7 月 7 日	7 名	バーベキュー
8 月 2 日	5 名	流しそうめん、夏祭り
9 月 13 日	5 名	室内運動・ゲーム（雨天のため釣りより変更）
10 月 6 日	7 名	芋煮会
11 月 8 日	5 名	山登り
12 月 13 日	6 名	そば打ち
1 月 17 日	6 名	餅つき
2 月 28 日	5 名	恵方巻作り
3 月 21 日	5 名	木工とカレー作り

5. 雲雀ヶ丘病院での勉強会・事例検討会

2014 年度よりアルコール依存症患者および家族への対応や効果的な介入について学び、地域の対応力強化を図ることを目的とした勉強会・事例検討会を開催している。2016 年度は 2 回（2014 年度から通算、第 5 回目・第 6 回目）の勉強会・事例検討会を開催した。

第 5 回　2016 年 6 月 16 日（木）

当事者体験談「回復へのプロセスとサポートになったもの」
当事者　久留米の家　竹内浩幸氏
当事者　八王子断酒新生会　上原伴郎氏

講義テーマ「家族への関わり」（資料 1）
駒木野病院　アルコール総合医療センター
副センター長　宮脇真一郎先生（看護師）
中込吉宏先生（精神保健福祉士）

事例検討会　「なごみ」訪問のケース
60 代男性、アルコール依存症、医療機関受診につなげることが困難な事例

参加者　　体験談・講義 22 名、事例検討会 24 名

第 6 回　2016 年 10 月 20 日（木）

講義テーマ「アルコール関連問題についての地域との連携のあり方」
駒木野病院　アルコール総合医療センター
センター長　田亮介先生（医師）
関口慎治先生（看護師）
中込吉宏先生（精神保健福祉士）

事例検討会　雲雀ヶ丘病院入院中のケース
アルコール依存症・糖尿病
家族の支援が受けられず、退院後の生活支援が課題となっている事例

参加者　　講義 31 名、事例検討会 21 名

地域アルコール対応力強化事業も 3 年目となり、20 名～30 名と一定数の参加者が確保できた。今年度は第 6 回にアンケートを実施した。勉強会直後に実施されたアンケートでは、「アルコール依存症者への支援方法や手段に広がりを感じ、また対象者に関わる意欲にも高まりを感じる」という意見が複数寄せられた。今回、アンケートの自由記載の欄に、「継続して参加していきたい」という意見が寄せられたことから、今後も定期的に勉強会や事例の共有を行うことの必要性を実感するものとなった。

6. 動機付け面接法に関する研修会の開催

アルコール依存症者に関わる支援者の対応力の向上を目的とし、動機付け面接法の研修会（モチベーショナルインタビューワークショップ）を2016年8月20日（土）13:00～16:00、　8月21日（日）9:00～16:00の2日間にわたり相馬市総合福祉会館（はまなす館）で開催した。

講師を駒木野病院アルコール総合医療センターの関口慎治先生、中込吉宏先生に依頼し、参加人数は、1日目21名、2日目22名であった。参加者の所属は、心のケアセンター職員、精神科病院看護師などであった。

参加者からのアンケートによると、「継続し実践評価できる場があればいい」「すぐに実践できる内容で、分かりやすかったためとても良かったです」など、実践への応用性の高さに関して肯定的な意見が多かった。実際の支援の場でも活用し、依存症者だけでなく日々のコミュニケーションに応用可能であることからも、開催目的に沿った内容であった。

7. アルコール依存症へのアプローチ

2015年4月より月2回、第2、第4土曜日、「なごみ」相馬事務所にて「相馬うぐいす断酒会」の開催を支援している。

2016年4月から2017年3月までに計24回開催し、延べ参加者は118名であった。1回あたりの平均参加人数は5名となっている。2015年度と比較すると参加者は月平均1.5名増加している。東日本大震災後、双葉や南相馬の断酒会が休会している状況は続いており、相馬での開催継続の必要性は高い。

8.　関係機関との連携

2016 年 11 月 26 日、南相馬市消防・防災センターにて関係者会議を実施した。断酒会、AA、福島県相双保健福祉事務所、相双地域の保健センター、社会福祉協議会、医療機関、消防署職員等、18 名が参加した。

アルコールプロジェクトリーダー大川より「相双地域におけるモデル事業」の経過報告をした。その後、「なごみ」が支援を継続している困難事例の支援の実際について報告した。

「なごみ」が、仮設住宅で暮らす男性のアルコール依存症の住民と関係性を築き、関係機関と連携をとりつつ、受診勧奨や引越し、就労支援をはじめとする生活支援を行い、断酒に至った事例を紹介した。仮設住宅で迷惑行為を繰り返すA氏は、長年暮らす地域が福島第一原子力発電所の事故により避難区域となり、仮設住宅へ避難を余儀なくされコミュニティを失い生きづらさを感じていた。誰にも相談できずアルコールに依存し、問題行動を起こして自己を表現することになっていった。「なごみ」や関係機関がケア会議をする中で、A氏の問題行動は寂しさの自己表現であることがわかり日常生活の中で、A氏自身が、判断できないことや金銭管理、引越し、免許の取得等の生活に関わる細かな支援を行うことになった。精神科病院を退院後、A氏は次第に心を開き、現在は断酒し多くの支援者に支えられ生活している（本事例への掲載は本人へ同意を得ている）。

次に、当プロジェクトが作成している当事者や家族の方々に相談窓口を周知するための「アルコール問題お役立ちガイド」について説明し、参加者に意見を頂いた。

意見交換では、「アルコール依存症の怖さについて、ご家族やアルコールで困っている方に情報を提供することは大切であると思う」「依存症の方は、自身の飲酒状態が死と結びついていくと思っていない。支援者は、依存症の方に対応する際には、節酒量ではなく、どうしてお酒を飲んでしまうかを検討することが大事である」「パンフレット（お役立ちガイド）は、できるだけ多くの住民に目に付く場所において欲しい」など積極的な意見があった。

9.　アルコール問題お役立ちガイド

2015 年度の関係機関との意見交換の中で、酒量が増えている当事者の方と、そのような方を抱えている家族の方々が、アルコール問題について相談できる窓口を知りたいというニーズが明らかになってきた。また、そのような方々が病院へ受診した場合の、医療者向けの啓発活動の必要性も示唆された。

これらの意見を受けて、2016 年度は当事者や家族の方々に相談窓口を周知するための「アルコール問題お役立ちガイド　一般向け」と医療者向けの「アルコール問題お役立ちガイド　医療者向け」を作成した。その試作品を 2016 年度の関係者会議で報告し、

今後は関係者会議に出席して下さった様々な機関を訪問し、さらに忌憚のないご意見をおうかがいして「アルコール問題お役立ちガイド」を改善していく予定である。

Ⅲ．2016 年度の振り返りと 2017 年度に向けて

本プロジェクトも 3 年目となり、「継続は力なり」ということを実感することができた。たとえば、雲雀ヶ丘病院との協働による勉強会および事例検討会も通算 6 回開催し、「アルコール依存症患者に対する関わり方が少しずつわかってきた」という意見が得られたり、事例検討会の中でも、依存症の患者に関心をもって働きかけが行なわれていることを共有できるようになった。年度末に、雲雀ヶ丘病院の看護師長や看護スタッフ、PSW と共に次年度の勉強会の継続について話し合いを行なったが、「アプローチの方法について繰り返し学ぶことによって、身についていっている感じがする」「地域の支援者と共にケースについて検討する機会は貴重だ」「来年度もぜひ続けていきたい」という意見を頂くことができた。

また、2016 年度は、夏に 2 日間かけて動機付け面接のワークショップを行なった。講義を聴くというだけでなく、実際にやってみるという演習を多く取り入れた研修会はとても好評であり、実践に活用しやすいものであった。アルコール依存症の患者に対する対応技術というだけではなく、スタッフ間でのコミュニケーションを図っていく際にも活用できるところがあり、意識的に用いているスタッフもいる。スキルを身につけるためには、繰り返し学ぶことが必要であり、このような実践的な研修を継続させていくことの必要性が示唆された。

関係者会議も 2016 年度で 3 回目の開催となった。保健福祉事務所や市町村保健師、社会福祉協議会、消防署、一般病院等の職員、さらに断酒会や AA のメンバーなど、アルコール問題に関係する様々な立場の方が集まる場をつくることができ、そこで情報の共有が図れたり、私たちの取り組みについて意見を頂けるということはとても重要なことである。地域におけるアルコール問題を考えていくにあたっては、ネットワーク作りは必須であり、それが本プロジェクトの活動を通してすすめられているといえるのではないだろうか。

2016 年度の新しい試みとして「アルコール問題お役立ちガイド」の作成である。これは、2015 年度の関係者会議で、「いろいろな社会資源があるといわれても、どのような場合に、何を利用したらよいのかわからない」「どのような人は、どこにつなげればいいのか」といった声があがったため、地域にあるアルコール問題に関する支援機関を整理して、活用してもらえるようなマップをつくろうということになった。試作品を関係者会議で提示し、ご意見を頂き、改良をしている。現在、関係者会議に出席して下さった方を中心に、各機関に訪問して、さらに意見を頂戴して、より活用しやすいものにしていっている。このように、関係者会議は、単に年に 1 回集まる場として存在しているのではなく、そこに集まって下さった方々とアルコール問題について取り組んでいくための核となってきていると考える。

また、関係者会議において報告したように、「なごみ」が関わっていく中で、「アルコール

を飲んでは近所に迷惑をかける困った人」から、「その人なりの生活を営める人」へと変化がみられたケースに出会うこともできた。これは、アルコール問題について共通の認識を持ちながら取り組める支援者と手を組めるようになってきたことや、「男性のつどい」のように生活の中で楽しみを見出せたり、役割を担えたり、仲間と出会える場を設けることができたことも寄与しているのではないかと思う。

このように、本プロジェクトの研修等によってアルコール問題に取り組める支援を育成できてきていること、共に取り組めるネットワークがつくられてきていること、「男性のつどい」や「断酒会」などアルコールの問題を抱えた方々が活用できる資源を増やすことの意義を感じることができるようになった。2017 年度は、このように感覚的に感じている成果を、もうすこし目に見える形にしていくことが求められるだろう。「地域のアルコール対応力」というものをどのような観点でとらえ、評価していくかを検討し、実施していきたい。