

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。

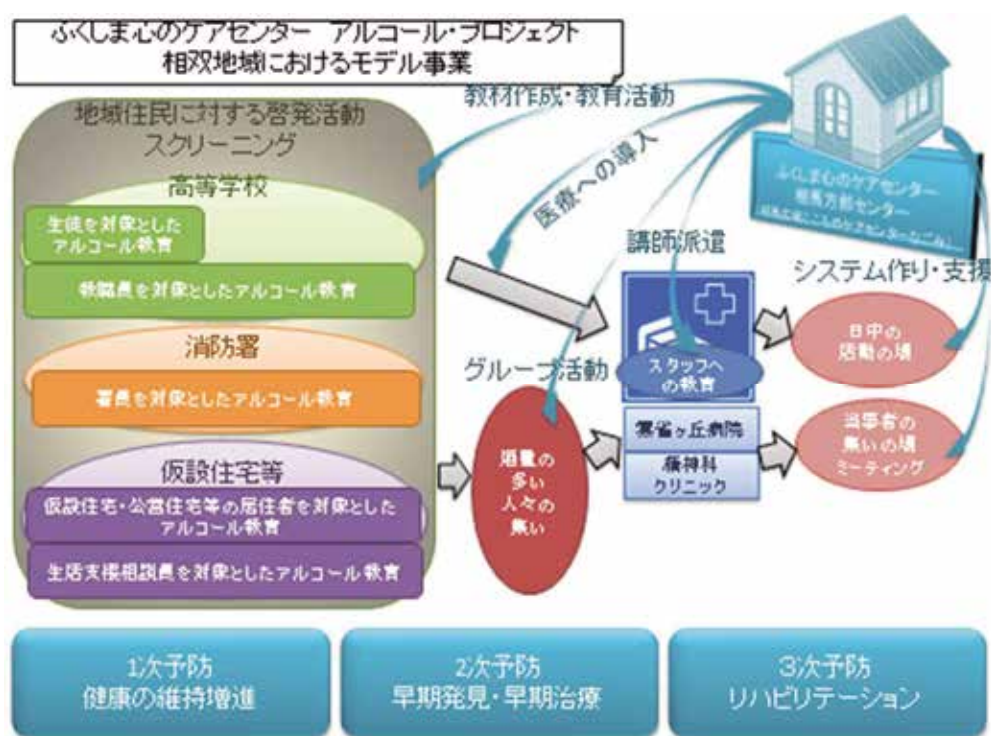


図1 地域アルコール対応強化事業相双地域におけるモデル事業の枠組み
(平成 26 年度～平成 29 年度)

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）。

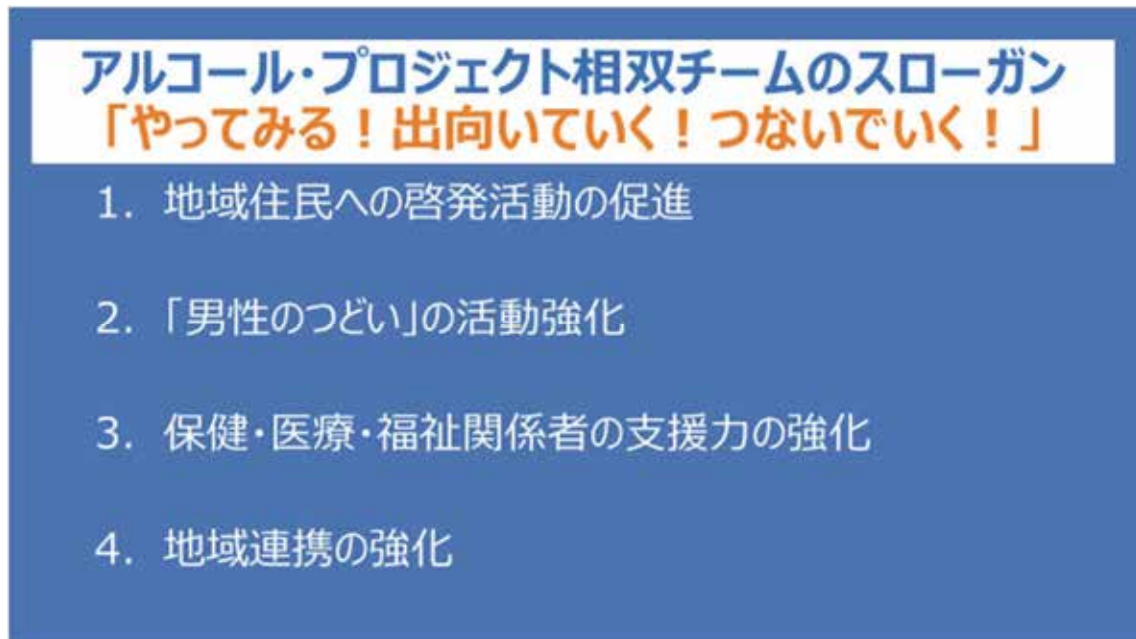


図2 地域アルコール対応強化事業相双地域におけるモデル事業のスローガン
(平成30年度～)

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。