

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3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	94
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3年度の実施内容	96
1. 地域住民への啓発活動の促進	
1) アルコール関連予防啓発動画の作製	
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	
4) まちづくり出前講座の登録	
2. 「男性のつどい」の活動強化	
1) 南相馬市での活動内容	
2) 飯舘村での活動内容	
3) 浪江町での活動内容	
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関するネットワークづくり	
2) 断酒会の開催支援	
3) アルコール家族教室の支援	
5. アルコール関連問題の対象者に関するまとめ	
III. 今年度の振り返りと次年度に向けて	103

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。なお、本事業は 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）が一般社団法人 福島県精神保健福祉協会より業務委託を受けて実施している。

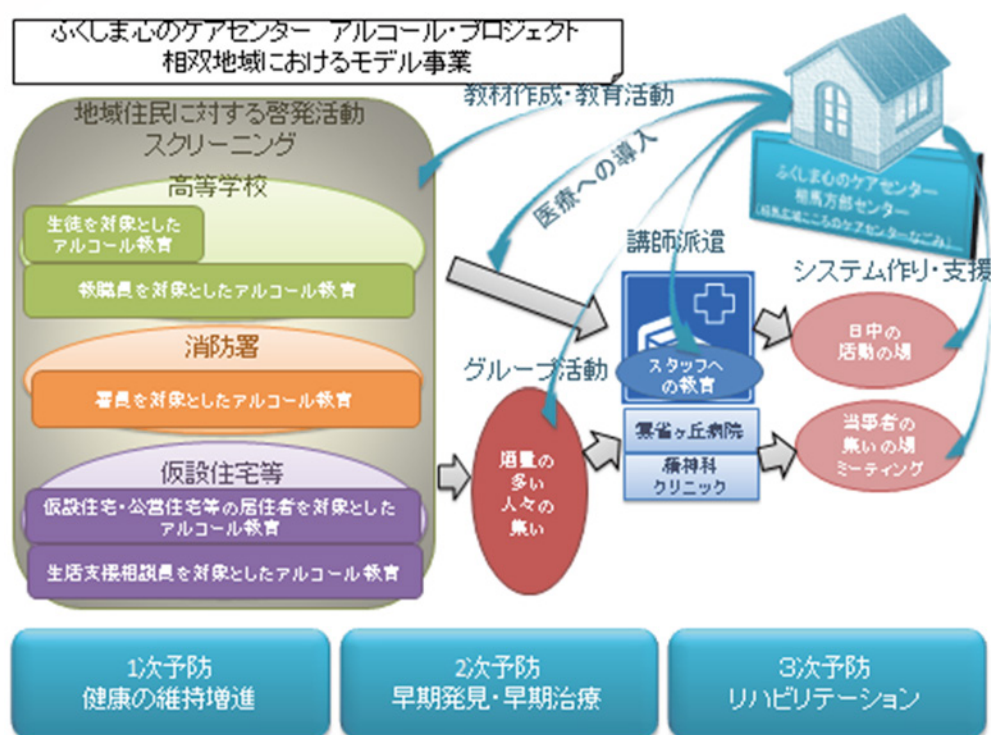


図1 地域アルコール対応強化事業相双地域におけるモデル事業の枠組み
(平成 26 年度～平成 29 年度)

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、取り組みを進めている（図 2）。

アルコール・プロジェクト相双チームのスローガン 「やってみる！ 出向いていく！ つないでいく！」

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

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～)

2. 本事業のメンバー

令和3年度は、下記のメンバーにて活動を行なった。

- 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 (訪問看護ステーションなごみ)
- 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を11回開催した。

Ⅱ. 令和3年度の実施内容

1. 地域住民への啓発活動の促進

1) アルコール関連予防啓発動画の作製

アルコール依存症を予防するために、地域住民に対して必要な基礎知識を普及させることを目的として予防啓発動画を作製した。特に未成年者の飲酒を予防することを重点目標とし、アルコール依存症にならないために必要なことや、適正飲酒量の目安とアルコールパッチテストによる体質チェックの方法、未成年者の飲酒によって起こりうる体への影響について説明をしている。

2) アルコール関連問題予防啓発キャンペーン

令和3年12月23日（木）、24日（金）の計2日間にわたり新地町・相馬市・南相馬市・浪江町の災害公営住宅等でアルコールに関連する予防啓発等のパンフレットを1,000部ポスティングによる方法で配布した。本活動は新地町保健センター、南相馬市原町保健センター、新地町社会福祉協議会、南相馬市社会福祉協議会、相馬うぐいす断酒会、当事者ボランティアの協力を得て実施した。



写真1 災害公営住宅でのポスティングの様子

3) 健康講話での啓発活動

令和3年6月17日（木）に福島県立相馬高等学校で、3年生を対象に「アルコールと健康」をテーマにした講話を実施した。この講話には149名の生徒が参加した。未成年者のアルコール摂取による危険性や多量飲酒によるさまざまな健康被害、依存形成の仕組みについての話を行った。実施後のアンケートでは、「飲酒によるさまざまな弊害や健康被害を理解できた」「大人になってから飲酒する機会があったときには、アルコール依存症にならないように気を付けて楽しく飲酒したい」という意見があった。



写真2 福島県立相馬高等学校での健康講話

4) まちづくり出前講座の登録

地域住民がアルコール関連問題に対して学べる機会をつくれるように、相馬市および南相馬市のまちづくり出前講座の登録を行った。

2. 「男性のつどい」の活動強化

本活動は平成 27 年 11 月から実施しており、飲酒量が多い方や孤立しがちな男性を対象とした集団活動である。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ている。主に食事作りを中心とした内容で取り組んでいるが、新型コロナウイルス感染拡大の影響に伴い、人数制限や感染予防等の対策を講じて実施している。現在は南相馬市、浪江町、飯館村で活動を行っている。本年は、飯館村と浪江町の住民が参加しやすくなるよう、役場や社会福祉協議会等と連携を深めた。

1) 南相馬市での活動内容

毎月第 2 水曜日の午前中に、当センター内において活動を実施している。昨年同様、新型コロナウイルス感染拡大の影響もあり、参加希望者を 2 班にグループ分けをして隔月で利用できるように調整して開催した。また、アルコールに関する基本的知識を学ぶための機会として対象者向けに健康講話を行った。参加者からは「アルコールで脳が委縮することは知らなかった」という感想があった。

2) 飯館村での活動内容

奇数月第 4 木曜日の午前中に飯館村内の公共施設等を会場にして活動を実施している。昨年度から飯館村と訪問看護ステーションあがべごとの共催で行っているが、本年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響により、中止や延期を余儀なくされた。

3) 浪江町での活動内容

偶数月第 4 木曜日の午前中に浪江町内の集会所を会場にして、浪江町社会福祉協議会の協力を得て活動を行っている。参加者の中には積極的に参加する人たちが多く、普段から一人暮らしで調理をする人もいたため、手際よく作業が進んだ。本年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響で、例年通りの開催が難しく中止することもあった。



写真 3 男性のつどい（浪江町）

表1 男性のつどいの活動内容

日程	場所	内容	参加人数
4月14日(水)	当センター	おにぎり・豚汁	5名
4月22日(木)	権現堂集会所	おにぎり・豚汁	6名
5月12日(水)	当センター	お好み焼き・唐揚げ	3名
6月9日(水)	当センター	うどん	4名
6月24日(木)	権現堂集会所	うどん	6名
7月14日(水)	当センター	冷やしうどん	6名
8月11日(水)	当センター	バーベキュー・焼きそば	4名
9月8日(水)	当センター	ピザ・健康講話	3名
10月13日(水)	当センター	芋煮会	5名
10月28日(木)	権現堂集会所	芋煮会	9名
11月10日(水)	当センター	カレー	2名
11月25日(木)	飯舘村あがべこ	ピザ	8名
12月8日(水)	当センター	寄せ鍋	2名
12月23日(木)	権現堂集会所	寄せ鍋	9名
1月12日(水)	当センター	太巻き	4名
2月9日(水)	当センター	たこ焼き	3名
2月24日(木)	権現堂集会所	たこ焼き	3名
3月9日(水)	当センター	ちらし寿司	3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4年2月14日（月）に東北会病院の齊藤健輔氏（精神保健福祉士）、金田和大氏（作業療法士）を講師として動機づけ面接研修会（WEB）を実施し、21名が参加した。初めてのオンラインによる開催だったが、保健師、看護師、精神保健福祉士、社会福祉士、作業療法士など多職種が集まった。研修会では動機づけを促進するための手法や話し方のコツなどについて学んだ。実施後のアンケートでは、依存症対象者への支援方法や手段に広がりを感じたり、対象者へかかわる意欲に変化が見られたと回答する割合が高かった。

「いつも依存症対象者に対して返答する言葉に詰まってしまい介入方法に悩んでいたが、動機づけ面接技法を活用してみたいと思った」という感想があった。



写真4 動機づけ面接研修会の様子

2) 支援者向け出前講座

令和3年12月21日（火）に当センターが行う孤立予防に関する情報交換会の中で出前講座を実施した。この情報交換会は、復興公営住宅等の住民の孤立に関する課題を共有することを目的として実施している。双葉郡内で活動する社会福祉協議会の生活支援相談員を対象とし、10名が講座に参加した。アルコールに関する問題を抱えた住民に対してのかかわり方や巡回訪問時に使えるアセスメントのポイントについて説明した。



写真5 孤立予防に関する情報交換会での様子

4. 地域連携の強化

1) 地域でのアルコール健康問題に関するネットワークづくり

地元の医師に当センターの取り組みを知ってもらうため、令和3年10月に相馬郡医師会会長を訪問し当センターが関わってきたアルコール関連問題対象者の特徴や傾向、これまで実施してきたアルコールに関する事業内容について説明した。また、地域の内科医と連携しアルコールに関する相談がなごみへスムーズに紹介できるようなネットワークづくりに関しても話し合った。

同時期に、南相馬市立総合病院看護部長とも話し合いを行っており、「病院内の看護職員がアル

コール関連問題に対する理解を示し、適切な関わり方ができることを目的とした研修会を実施したい」との申し出があったことから次年度に研修会が企画できるよう検討している。

例年開催している地域でのアルコール健康問題について考える集いについては、今年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響の伴い実施を見送っている。

2) 断酒会の開催支援

相馬うぐいす断酒会は毎月第1・第3火曜日に定期的に行われており、当センターから職員を派遣している。断酒会は酒をやめたい人や酒で悩んでいる人やその家族が集い、酒害体験談を基に酒害からの回復を目指すことを目的としている。参加者からは、「治療に結びつけることをあきらめていた」「相談したくても相談先を知らなかった」「相談することをためらっていた」などの意見があったことから、地域の精神科病院やクリニックに当会のパンフレットやチラシを設置し、周知活動にも取り組んだ。その結果、関係者や当事者本人からの問い合わせに結び付き、新しい方の参加につながっている。今年度は18回実施した。

3) アルコール家族教室の支援

相双保健福祉事務所主催のアルコール家族教室は、アルコール関連問題を抱える当事者の家族を対象に CRAFT（コミュニティ強化法と家族トレーニング）のプログラムを活用して問題解決の方法を学び、家族同士の支え合いによる家族自身の回復を図ることを目的としている。家族教室に参加する家族からの相談を受け、当センターの支援につながった事例もあった。今年度は9回職員を派遣している。

5. アルコール関連問題の対象者に関するまとめ

以下は、日本トラウマティック・ストレス学会第19巻第2号別冊（2021年12月通巻37号）【フィールド便り】福島県相双地区の心のケアの活動報告-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支援-に掲載した内容である。

相馬広域こころのケアセンターなごみの対象者の特徴と支援内容

当センターでは、現在（2021年10月現在）約140名の住民を支援し、対応件数は毎月180件前後で推移しており、うち1割から2割がアルコール関連問題の対象者である。そのほとんどが30分以上の訪問をしており、受診同行から生活の支援まで多岐にわたる。ここでは、2012年4月1日から2021年8月31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83名の訪問記録をもとにした調査内容を紹介する。

1) 相馬広域こころのケアセンターが支援するアルコール関連問題の対象者について

性別でみると男性が73人(88%)で大部分を占め、年齢別では50代から70代が多くを占めていた。単身が44人(53%)、家族との同居が39人(47%)であり、大きな差はなかった。南相馬市の居住者が多く他の市町村の住民(浪江町、双葉町等)も数名が対象となっている。震災の影響で問題が明らかになった対象者は55%の半分以上を超え、震災を機に雇用を打ち切られての退職、数年かけ仕事を少なくし、ついには離職など年齢によってそれぞれ特徴があった。転職については、3割近くが支援を継続しているが、死亡も2割近くある。断酒や減酒はできず死亡したが、最期は毎日のように多くの支援が入り、孤立せずに病院で死亡した人もおり、このことから支援の成功の評価は断酒か減酒ではないといえる。南相馬市は、避難をした大半の住民に健康調査を行いメンタルヘルス上の問題のある住民の把握に努めるとともに、保健センターにメンタルヘルス問題の担当の保健師の人員を強化した。このようなことから、頻回で長期的な支援の必要がある住民は、当センター等の関係機関との連携が進んだと考えられる。原発事故は、産業構造の変化により失業や転職などが生じるとともに、家族関係にも変化が生じ、それぞれの役割を大きく変えた。再出発が困難であった男性の飲酒量を増加させたともとれる。私たちは、身体の緊急性を考慮し必要に応じ入院や受診につなげ、家族を支える支援をしてきた。65歳を超える住民の多くが、介護の利用や施設入所を受け入れず、自宅の生活を望むケースが多いことから、在宅で見守り続けたケースもあった。

2) 関わりによって断酒・減酒した対象者の特徴

当センターが、83名に介入する中で、一時的でも断酒、減酒に至った住民は、46名だが、そのほとんどは何らかの活動(運動や余暇活動)をしていた。うち当センターの関わりによって明らかに変化した住民は19名であり。その特徴について述べる。19名中18名が精神科、それ以外に限らず受診につなげ(精神科10名、それ以外8名)、かつ当センター以外の関係機関につなげていた(社会福祉協議会など)。また単身、家族と同居に関わらず、17名が家族へ支援をしていた。年齢にばらつきはあるが15名が震災前に仕事または、長期間仕事していた経歴がある。

個別支援の内容は、一緒に食事、ドライブなど余暇活動を増やすといった活動を提供していた。生活を支える基盤を整えるため障害者手帳の手続き、生活保護申請の手続き、就労への支援、回復者としての発表の機会の提供など個別性に合わせた支援を継続的にしていた。中でも当センターが平成26年から実施している孤立しがちな男性の居場所「男性のつどい」に7名が参加しており、料理や活動をするきっかけとなっている。一緒に保健所に行って犬を飼う(散歩の習慣をつける)、公園や海に行き散歩をする、一緒にジムに行く、畑づくりを一緒に行う、登山に行く、セラバンド(ゴム体操)をする、介護保険を申請し予防リハを進める、庭の手入れを一緒にするなど個別性に合わせた支援をしていた。このことから、生活の基盤を整え関わる人を拡大し社会参加や健康度を向上させる支援が主であったといえる。

災害後の支援から得られたアルコール関連問題への支援について

アルコール関連問題に関わることを通して、津波や原発事故がもらした災害は、急激または長期的な避難を引き起こし、その一つの健康問題がアルコール依存症であることを考えさせられた。そして、アルコール関連問題は、単なる健康問題としてとらえるのではなく、その人の人生や生活を考える中で、アルコール依存を引き起こす要因はどこにあるのか、回復に向かう変化をもたらすきっかけはどこにあるのかを、心のケアチームのスタッフ間で共有することが最も近道であることを学ばせてもらった。

アルコール関連問題への介入は、健康状態や生活状況、家族構成によって方法やタイミングに違いがあり、このことを知らなければ「お酒は体に悪い」と伝えるだけの支援となってしまう。設立初期の当センターの苦悩は、人生や生活を見る経験や介入方法のノウハウがないことによって引き起こされていたといえよう。そのような苦悩を抱えながら、他職種で試行錯誤を続ける中で、色々な支援方法を編み出していった。例えば、接触が難しいのであればチャンスを待ち、その人の好きなこと大事にしていることに関心をもち支援に活用する。生活に困っているのであれば生活全般を支援する。支援の対象を家族にまで広げる、必要であれば居場所づくりをする、命の危険があればただちに介入するなどである。

しかし、こうした支援ができた背景には、被災者の支援を行うために新設された事業の委託を受け、既存の制度に左右されにくい柔軟な活動が保障されていることがある。このような活動で得られた教訓を普及させていくためには、現在の医療保健福祉ではカバーできない「支援のすきま」に対応できるチームをつくることが求められ、このようなチームを制度化することについて検討をしていく必要がある。

Ⅲ. 今年度の振り返りと次年度に向けて

今年度の新たな取り組みとして、アルコール関連予防啓発動画の作製を行った。オンラインによる会議システムが浸透していく中で、動画による予防啓発の配信がよりたくさんの人たちに対して効果的に周知出来ると考えた。動画の内容についてはできるだけわかりやすく、中学生が見て理解できるような内容にすることを意識して取り組んだ。本事業で作製した動画は、YouTube内で配信予定である。また、地域住民がアルコール関連問題に対して学べる機会をつくれるように、相馬市および南相馬市のまちづくり出前講座の登録を行った。

地域でアルコール関連問題に適切に対応していくためには、地域での支援体制やネットワークづくりが重要となる。特に内科医や総合病院との連携が非常に重要であることから、相馬郡医師会会長や南相馬市立総合病院看護部長と話し合いを行っている。内科の患者にはアルコール関連問題を持つ人もいるが、専門的な治療にはつながらず多量飲酒が習慣化している実態がある。また、病院で働く医療関係者の中には患者自身が治療を拒否することから対応が難しいという思いが強く、苦手意識を持つ人も多い。さらにはアルコール依存症者が地域の中でどんな生活をしているのか全くわからないという声もあり、地域の中でアルコール問題に関する支援の実態が伝わっていないことが明らかとなった。今年度は新型コロナウイルス感染拡大の影響により、地域でのアルコール健康問題について考えるつどいの開催には至らなかった。

当センターが支援したアルコール関連問題の対象者を調査したところ、何らかの運動習慣がある人が支援前と比べて減酒や断酒をする傾向が多く、健康でありたいと思うことへのアプローチが減酒や断酒の支援に効果があると考察した。そのようなことから、集団活動や運動を取り入れる支援など工夫して取り組んでいる。例えば、孤立しがちな男性を対象とした男性のつどいは南相馬市・浪江町・飯舘村の各拠点で活動を実施しており、徐々にではあるが関係機関から当活動へ参加を紹介されることも増えてきている。活動を通して新たな人間関係を構築するきっかけの場となるだけでなく、参加者たちが有意義な活動の場として自主的に参加をし、楽しみながら時間を過ごすことが出来る居場所として定着してきている。

支援者の対応力強化を目的として、動機づけ面接の研修会を実施している。初めてオンラインでの開催となったが、遠方で直接現地で参加することが難しい方であっても研修会に参加が出来るようになった。また、日頃からアルコール依存症の支援を行う中で、対応方法に行き詰まりを感じながらかわっている支援者が多いことがアンケート調査で明らかとなった。

近年、関係者だけでなく当事者家族からのアルコールに関する相談が増えてきている。対応への難しさからストレスを抱えており、気軽に相談できる相手がいないという人も多く見受けられる。また、地域の支援者から当センターに支援の協力依頼があり、同行訪問やスーパーバイズを求められることもあることから、より一層、地域の中でアルコール関連問題に対する普及啓発活動や支援力強化のための研修会の実施、関係機関とのネットワークづくりに力を入れて取り組んでいきたいと考えている。