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５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・・・・・・・・・・・・・・・93
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5年度の実施内容　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・96
1.地域住民への啓発活動の促進
1）アルコール関連問題予防啓発動画の制作
2）アルコール関連問題予防啓発活動
3）まちづくり出前講座
4）福島県立相馬高等学校での健康講話

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

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．本事業に関する活動のまとめと広報活動
1）令和5年度福島県保健衛生学会（第51回）での報告
2）日本電波ニュース社記録映画取材撮影協力

Ⅲ．今年度の振り返りと次年度に向けて　・・・・・・・・・・・・・・102

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、本事業は一般社団法人 福島県精神保健福祉協会がふくしま心のケアセンター相馬方部センターに業務委託して実施している。

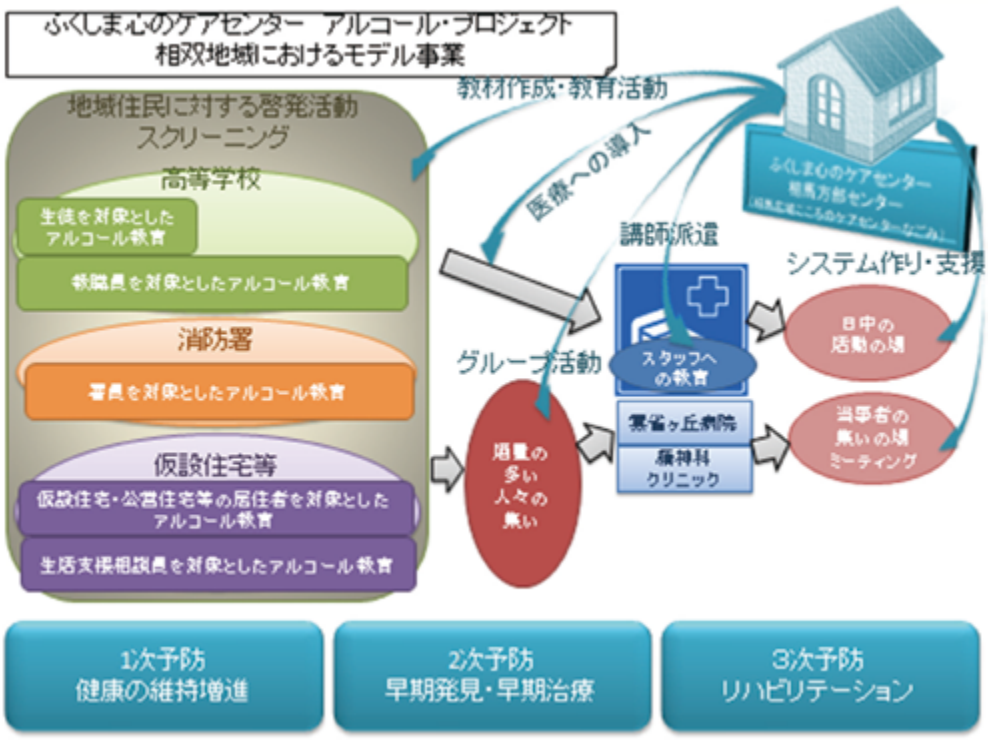

図 1　地域アルコール対応力強化事業相双地域におけるモデル事業の枠組み
（平成 26 年度～平成 29 年度）

モデル事業の開始から 4 年が経過し、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、実施していくこととした（図 2）。

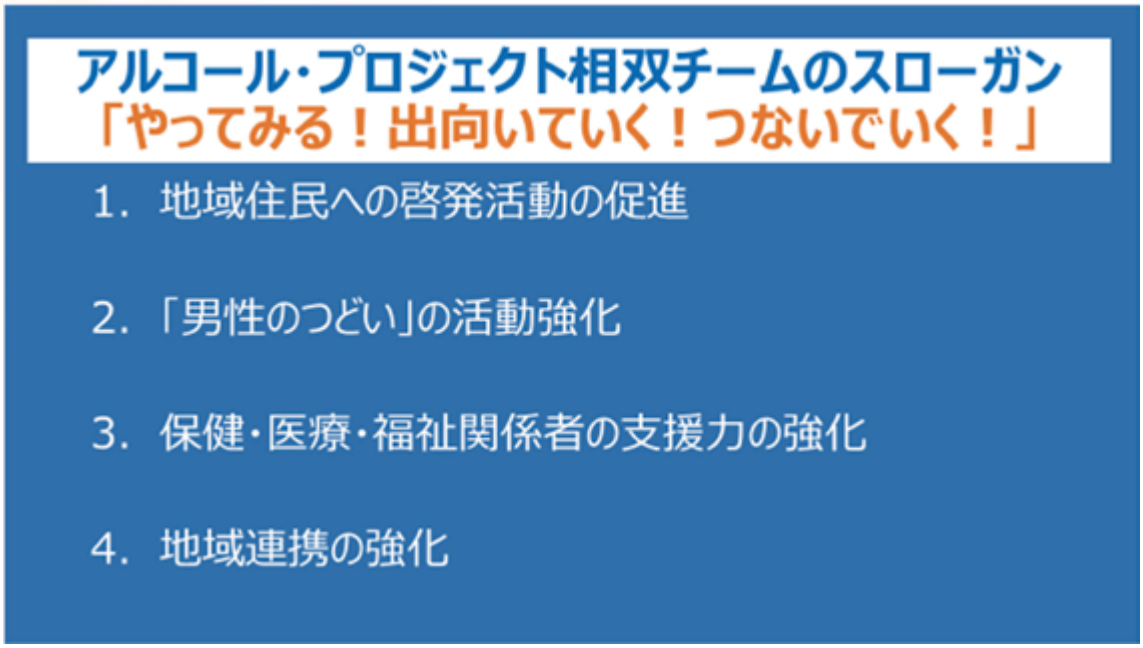

図 2　地域アルコール対応力強化事業相双地域におけるモデル事業のスローガン（平成 30 年度～）

2．本事業のメンバー

令和 5 年度は、下記のメンバーにて活動を行なった。

■折笠　葉月（訪問看護ステーションなごみ　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）
■阿部　正樹（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計 10 回、開催した。

第 1 回	5 月	22 日	（月）	15:30～17:30
第 2 回	6 月	26 日	（月）	15:30～17:30
第 3 回	7 月	24 日	（月）	16:30～18:15
第 4 回	8 月	25 日	（金）	16:30～17:50
第 5 回	9 月	28 日	（木）	16:30～17:30
第 6 回	10 月	22 日	（日）	15:15～16:00
第 7 回	12 月	18 日	（月）	16:30～17:50
第 8 回	2 月	9 日	（金）	16:30～18:00
第 9 回	3 月	5 日	（火）	16:30～17:45
第 10 回	3 月	29 日	（金）	16:00～17:50

Ⅱ．令和 5 年度の実施内容

1. 地域住民への啓発活動の促進

1）アルコール関連問題予防啓発動画の制作

昨年度に引き続き、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た啓発動画の制作に取り組んだ。

1 本目は、アルコールが心身に及ぼす影響について、中学生でも理解できるように説明したものである。2 本目は、「『お酒を楽しく飲み続けるために』知ってる？お酒のこと」と題して、アルコール依存症とはどのような病気であるかと健康を維持するための適正な飲酒量、アルコールが分解されるまでに要する時間について解説する動画である。

今後、学校や健康に関するイベントをはじめ、本動画を視聴してもらえる場を開拓し、多くの住民にアルコールとの付き合い方について考えてもらうためのツールとして活用していきたい。

2）アルコール関連問題予防啓発活動

①南相馬市健康福祉まつりにおけるブースの設置およびリーフレット配布

日時：令和 5 年 10 月 21 日（土）

場所：南相馬市社会福祉協議会

対象：来場者

内容：啓発用リーフレットの配布

自殺予防啓発リーフレットおよびアルコール関連問題のリーフレット、スタッフの似顔絵を描いたチラシを配布した。

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 5 年 11 月 18 日（土）10：00～15：00

令和 5 年 11 月 19 日（日）10：00～15：00

場所：浪江町地域スポーツセンター　アリーナ（体育館）

対象：来場者

内容：啓発用リーフレットの配布

会場内の行政書士の相談コーナーに来た住民へ、「適正飲酒のススメ（酒造会社作成）」のリーフレットを配布した。

③新地町ふるさと産業まつりにおける啓発活動

日時：令和 5 年 11 月 26 日（日）

場所：新地町役場前広場・農村環境改善センター

対象：来場者

子供には、クリスマスカードつくり、保護者には認知症予防関連資料やアルコール関連問題のリーフレットを配布した。

新地町ふるさと産業まつり　（クリスマスカード作り）

④アルコール関連問題予防啓発キャンペーン

日時：令和 6 年 3 月 7 日（木）10：00～14：00

場所：道の駅なみえ

対象：来場者

内容：啓発用リーフレットの配布 300 部

相馬方部センター、いわき方部センターおよびふたば出張所職員 8 名と相馬うぐいす断酒会会員 1 名の計 9 名で行った。実施にあたり、本館前に本部（テント設営）を設置し、予防啓発に関する映像を流すとともにアルコール含有量を記載した容器で一日の適正飲酒量について説明した。

3）まちづくり出前講座

内容：相馬市まちづくり出前講座「お酒と上手に付き合うためのコツ」

日時：令和 5 年 8 月 29 日（火）

場所（株）ADEKA　相馬工場会議室

講座では、アルコールが体に及ぼす影響や依存症について詳しく説明し、アルコールパッチテストを行った。テスト結果に基づき、アルコールの体質が強いと判定された方には、大量飲酒による肝機能障害、胃腸炎、膵炎などの内科疾患のリスクを説明した。一方、アルコールの体質が弱いと判定された方には、飲み過ぎによる悪酔いのリスクを指摘した。また、アルコール依存症の治療施設を紹介し、治療の重要性についても説明した。

4）福島県立相馬高等学校での健康講話

日時：令和 5 年 9 月 12 日（火）

方法：オンライン開催

養護教諭から依頼があり、相馬高等学校 3 年生を対象としたアルコールに関する講話を行った。感染症の流行を考慮し、集合ではなくオンラインで実施し、アルコールが心身に及ぼす影響や、未成年がアルコールを摂取することで生じる問題などについて説明した。112 名の生徒の出席があり、後日、生徒の感想で最も多かったのは「アルコールの危険性を再認識できてよかった」という回答で、他には「アルコールとの付き合い方を考えていこうと思った」「過度のアルコール摂取は、脳の萎縮やアルコール依存に陥ってしまうこと、怪我やトラブルのもとになることを学べた」「相談できる場所が相双地域にあることを知れた」などがあった。

2.「男性のつどい」の活動強化

1）南相馬市での活動内容

日付	参加者数	内容
4 月 19 日	5 名	お好み焼き
5 月 17 日	5 名	手巻き寿司　冷やしうどん
6 月 28 日	3 名	餃子　チャーハン
7 月 19 日	4 名	お茶会（村カフェ 753）
8 月 16 日	5 名	たこ焼き
9 月 20 日	2 名	お茶会（村カフェ 753）・国見山展望台
10 月 18 日	7 名	お茶会
11 月 15 日	4 名	紅葉狩　・はやま湖展望台
12 月 20 日	4 名	芋煮
1 月 17 日	4 名	初詣（小高神社）
2 月 15 日	5 名	お茶会（村カフェ 753）
3 月 14 日	2 名	次年度の活動計画についての話し合い

2）飯舘村での活動内容

日付	参加者数	内容
5 月 25 日	7 名	100 歳体操　美味しいコーヒーの煎れ方講座 健康マージャン
7 月 27 日	8 名	手打ちうどん
9 月 26 日	6 名	流しそうめん
11 月 21 日	5 名	クリスマスケーキ作り
3 月 28 日	8 名	演奏会（村カフェ 753）

3）浪江町での活動内容

日付	参加者数	内容
4 月 27 日	5 名	手巻き寿司　冷やしうどん
6 月 22 日	8 名	餃子、炒飯
8 月 24 日	7 名	手打ちうどん
10 月 26 日	6 名	芋煮会
12 月 22 日	6 名	クリスマスケーキ
2 月 22 日	3 名	減塩野菜炒め

3. 保健・医療・福祉関係者の支援力の強化

本年度は、支援者を対象とする研修会等は実施しなかった。

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

アルコール依存症の方は、肝疾患や消化器疾患、栄養障害などのために内科を受診することが多い。本年度は、内科を受診しているアルコール健康問題を抱えた患者と繋がるために、当方部センターのアルコール関連問題の報告書や制作

動画を活用したアプローチ方法を検討した。次年度は、主に相馬郡医師会を通じて内科医との連携を深めていく予定である。

2）断酒会の開催支援
場所：相馬方部センター２階
対象：断酒会に関心のある方
回数：23 回
延べ参加者数：80 名

相馬うぐいす断酒会は、毎月第 1・第 3 火曜日に定期的に開催しており、当方部センターの職員も協力している。昨年度は参加者が 2 名のみであったが、最近では関係機関からの紹介や精神科クリニックに設置されたチラシを見て参加する方が少しずつ増えてきている。これは、各精神科医療機関、市役所、保健所などに毎月地道にチラシを配布した成果である。

一人で断酒を継続することは困難であり、今後も地道な活動を通じて、一人でも多くの方が断酒できるよう支援していく考えである。

3）アルコール家族教室の支援
福島県相双保健福祉事務所アルコール家族教室における運営支援
場所：福島県環境放射線センター大会議室

相双保健福祉事務所が主催で実施している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の相談を通じ、当事者本人の支援につながった事例もある。11 月には、当方部センターが支援した当事者に体験談を発表してもらった。

日付	参加者数	内容
5 月 23 日	2 名	CRAFT 学習　家族相談・交流
7 月 11 日	2 名	CRAFT 学習　AA 当事者からの体験談
9 月 19 日	4 名	CRAFT 学習　家族相談・交流
11 月 14 日	10 名	回復者の体験談
1 月 16 日	4 名	CRAFT 学習　家族相談・交流
3 月 14 日	5 名	CRAFT 学習　家族相談・交流

5．本事業に関する活動のまとめと広報活動
1）令和 5 年度福島県保健衛生学会（第 51 回）での報告

当方部センターは、令和 5 年 10 月 5 日（木）福島市コラッセふくしまにおいて、「被災地でのこころのケアセンターを利用するアルコール関連問題のある対象者の特徴と支援の実際」について報告した。

平成 24 年 4 月 1 日から令和 5 年 3 月 31 日の 12 年間に当方部センターを利用

した者の内、アルコール関連問題がある者 94 名の訪問記録から対象者の状況を振り返った。性別でみると男性が 81 名（86%）で大部分を占め、年代別では 50 代から 70 代が多くを占めていた。単身者が 48 名（51%）、家族との同居者が 46 名（49%）であった。南相馬市の居住者が多く、他市町村の住民（浪江町、双葉町等）も数名が対象となっていた。震災の影響（地震、津波、原発事故）を受けている者は 80 名（85%）であり、震災を機に雇用を打ち切られたり、退職したり、あるいは、定着できる仕事が見つからないなど就労の状況に変化があったものは 22 名（23%）であった。現在も 19 名（20%）の者に対して支援を継続している。支援終了の内訳では 18 名（19%）が軽快し、他機関へのケース移管が 19 名（20%）、施設入所が 12 名（13%）、入院 7 名（7%）、死亡は 18 名（19%）、収監 1 名（1%）であった。

一時的にでも断酒・減酒に至った 21 名（22%）の特徴として、原発事故前は、飲酒習慣または飲酒量がコントロールできていた例もあり、根底には孤独感や喪失感を紛らわすため飲酒量が増加した例が多い。現時点で 19 名（20%）が医療につながっている（14 名は精神科、内科は 5 名）が、そのうち、12 名（13%）が当方部センターが働きかけて医療につなげた。また 20 名（21%）は家族への支援も行っており、その中で、アルコール家族教室（相双保健福祉事務所主催）へ 4 名（4%）つなげている。個別支援の内容は、治療を継続させる支援（受診同行や動機付け）と掃除や買い物などの生活支援に加え、経済的基盤を整えるため精神保健福祉手帳や生活保護申請の手続き、就労支援、回復者としての発表の機会の提供などあげられ、個々の特性に合わせた支援をしていた。また、当方部センターが平成 26 年から開催している孤立化しやすい男性のための居場所づくり「男性のつどい」へ参加を促していた。

地震や津波、原発事故がもたらした影響は、急激な環境の変化や長期の避難生活であり、引き起こされた健康問題の一つがアルコール依存症であった。また、アルコール依存症は、支援が途切れがちで深刻化しやすい。多くの支援者は健康を気にするあまり断酒を推し進めがちだが、行き過ぎると訪問や服薬の拒否につながり一層体調悪化につながる傾向にあるため、単なる健康問題としてとらえ断酒や節酒を目的としてはいけない。その人の人生や生活を考える中で、アルコールへの依存を引き起こす要因はどこにあるのか、回復の変化をもたらすきっかけはどこにあるのかを探り、自宅訪問を定期的に行ったり、集団活動への参加を促すなど孤立しない、させない取り組みが断酒や節酒の近道であるといえる。

2）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は、令和 6 年春の公開に向けて、当方部センターの心のケアをテーマにした映画を企画し撮影した。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について、当方部センターは撮影や取材に継続して協力している。

対象者への訪問活動を 1 年間継続して撮影し、チーム全体で映像を共有することで支援内容を振り返ることができた。

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が収束に向かい、人とのつながりに変化が見られた。地域で祭りなどの催しが再開されることにより、人々の交流が増え、飲酒の機会も増加している。ストレス発散のための不適切な飲酒行動が増加することが懸念されているため、三市町村でアルコール関連問題啓発活動を実施した。

さらに、企業から「アルコール問題に関連した講話をしてほしい」といった具体的なテーマを指定した依頼があり、それに応えることができた。このように、再開される地域の交流の増加や新たな啓発のニーズに柔軟に対応することが求められた一年であった。

こうした予防活動をより効果的に進めるため、地域住民がアルコール健康問題について学べる動画の制作を目指した。今後は、未成年や勤労者を対象とした啓発教育に加え、すでに何らかの疾患を持ち内科クリニックに通院している人たちにもアルコール健康問題について関心を持ってもらえるよう、地元の医師会や医療機関と連携し、動画を活用した取り組みを考えていく。

また、これまで当方部センターが関わったアルコール関連問題のある人々の分析を行った結果、多彩な支援方法が浮き彫りになった。さらに映画制作に協力することで、支援の様子を映像に収めることができた。映画が完成すれば、アルコール依存症を抱えながら生活している人々に対する被災地での支援のあり方について、より具体的な提案ができると考えている。

今後も関係機関と連携を深め、教材などの媒体を開発し、住民がより健康に生活できるよう啓発活動に力を注いでいきたい。