

馴染のない組織であるため、センター職員も周りの関係者もさまざまな面で戸惑うことが多かった。心のケアセンター同士のネットワークが形成され、経験とノウハウが相互に共有された。

4. 人材育成

(1) 震災心のケア交流会みやぎ（表5）

「震災心のケア交流会みやぎ（以下、交流会）」は、2011年に仙台市内で「一般社団法人震災こころのケアネットワークみやぎ」の主催で開催し、第2回から当センターとの共催となった。発災直後から働き詰めの自治体職員および支援者にリラックスする機会を提供することと各被災自治体での取り組みなどの情報共有などを目的にした。第4回は石巻市で開催し、その後南三陸町や気仙沼市などで開催するなど地域の課題に沿った取り組みとなった。

2017年度から、今後の地域精神保健福祉の在りようを考える「みやぎ心のケアフォーラム」が開催されることとなり、交流会はフォーラムへ統合となった。

また、石巻地域センターでは、第13回から石巻圏域の支援団体で組織した実行委員会で交流会を企画・運営し、石巻圏域の支援者の交流を主眼に2017年度も開催した。

表5 震災心のケア交流会みやぎ実施一覧

回	実施／会場	テーマ・内容	参加者数
1	2011年7月2日 (ハーネル仙台)	(1) プレ交流会（名刺交換会） (2) 報告会 沓沢 はつ子氏（石巻市） 工藤 初恵氏（南三陸町） 田口 ひろみ氏（山元町 工房地球村） 宮城 秀晃氏（石巻市 宮城クリニック） (3) 情報交換会（懇親会）	
2	2011年11月12日 (ハーネル仙台)	交流会テーマ これからのみやぎの中長期支援を考える (1) 報告会（石巻市、南三陸町、山元町） (2) シンポジウム ・新潟こころのケアセンターからの経験 ・みやぎ心のケアセンターの構想と準備状況 ・パネルディスカッション	
3	2012年11月10日 (艮陵会館)	交流会テーマ 震災から1年8ヶ月～被災地の現状と課題～ (1) 講演 震災から1年8ヶ月～被災地の現状と課題～ 講師 福地 成（みやぎ心のケアセンター） (2) 活動報告 ・ジャパンプラットフォーム ～からころステーション ・JOCA ～Tree Seed	60
4	2013年3月1日 石巻グランドホテル	交流会テーマ 被災者支援の今とこれからを語ろう (1) 分科会（高齢者支援、子ども支援、障がい者支援） (2) 講演 被災者支援のこれから～新潟県における実践を通して～ 講師 本間 寛子氏（新潟こころのケアセンター） (3) 交流会	83
5	2013年7月12日 気仙沼プラザホテル	交流会テーマ 震災後の活動を振り返る～より良い関係づくりをめざして～ (1) 基調講演 震災後の活動を振り返る 講師 連記 成史 （みやぎ心のケアセンター・気仙沼地域センター長・三峰病院長） (2) 講義 震災後のメンタルヘルス 講師 小原 聰子氏（宮城県精神保健福祉センター技術次長） (3) 分科会	80
6	2013年11月27日 石巻グランドホテル	交流会テーマ つなごう未来へ、つくろう未来を (1) シンポジウム 被災者支援のこれから 高橋 幸男氏（エスポアール出雲クリニック院長） 森川 すいめい氏（陽和病院地域支援室） 今野 和則氏（石巻支援学校長） (2) 交流会	82

7	2014年1月16日 TKPガーデンシティ仙台 勾当台	交流会テーマ 支援の縁を円く (1) ワークショップ (2) 講演 復興住宅と支援の在り方～二つの震災の経験から～ 講師 本間 道雄氏 (新潟県精神保健福祉協会小千谷地域こころのケアセンター) 講師 加藤 寛氏 (兵庫県こころのケアセンター)	81
8	2014年9月5日 南三陸ホテル観洋	交流会テーマ 明日に向かう支援 (1) グループワーク (2) 講演 新たなコミュニティづくりに向けて ～住民と支援者の心のケア～ 講師 金 吉晴氏 (国立精神・神経医療研究センター)	74
9	2014年11月28日 TKPガーデンシティ仙台 勾当台	交流会テーマ 支援の縁を円く (1) 講演 地域コミュニティの再生 ～心に優しい町は、きっと住みやすい町だ～ 講師 浜上 章氏 (宮城県サポートセンター支援事務所) (2) グループワーク (3) ディスカッション	49
10	2014年12月12日 石巻グランドホテル	テーマ 明日へ向かう人・力 (1) 講演 復興期における地域住民と支援者のメンタルヘルス 講師 松本 和紀 (みやぎ心のケアセンター・東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座) (2) グループワーク これから支援してみたいと思うことを語り合いましょう (3) からだを動かして交流しましょう	82
11	2015年11月22日 岩沼市総合福祉センター iあいプラザ	交流会テーマ 支援の縁を円く (1) 話題提供 (冒険遊び場、ポラリス、名取市) (2) 講演 地域の力と人々の絆で守る心の健康 講師 松本 和紀 (みやぎ心のケアセンター・東北大学大学院予防精神医学寄附講座)	22
12	2015年12月12日 気仙沼市 ゲストハウスアーバン	交流会テーマ 誰もが誰かを支えている～このまちの資源は“人”と“人とのつながり”だ～ (1) 活動紹介 熊谷 光二氏 (日本の福祉を考える気仙沼若手の会) 神林 俊一氏 (プレイワーカーズ) 成宮 崇史氏 (NPO法人底上げ) 高橋 吏佳氏 (南三陸町社会福祉協議会) (2) グループワーク	48
13	2016年3月9日 石巻グランドホテル	交流会テーマ 震災から5年、今とこれからを語ろう (1) シンポジウム 地域で活動している団体の活動を知り、連携を図りましょう ・にじいろクレヨン・TEDIC・坊主喫茶・法テラス東松島 (2) グループワーク	78
14	2017年1月17日 TKPガーデンシティ仙台	交流会テーマ これからもこれまでつながっていく (1) ワールドカフェ 孤立を防ぐ地域づくり (2) 総評と講話 地域を支える 講師 小高 晃 (みやぎ心のケアセンター)	53
15	2017年2月18日 南三陸町戸倉公民館	交流会テーマ このまちの資源は「人」と「人とのつながり」だ (1) 講演 新潟中越地震における復興期の活動について 講師 本間 寛子氏 (新潟県精神保健福祉協会) (2) 活動紹介 (まちづくり支援の立場、子ども支援の立場、高齢者支援の立場) (3) グループワーク	31
16	2017年3月17日 石巻市河北総合センター ピッグバン	交流会テーマ 癒し力 (いやしりょく) (1) 記念講演「支援者のストレスケア」 講師 高橋 祥友氏 (筑波大学医学医療系災害・地域精神医学) (2) 分科会 (コミュニティについて考える、坊主喫茶、ハンドマッサージ講座、ヨーガ講座)	103
17	2018年3月1日 東松島市 矢本東市民センター	交流会テーマ 癒し力Ⅱ (1) 記念講演 支援者の心の健康～感情労働の視点から～ 講師 前田 正治氏 (福島県立医科大学医学部 災害こころの医学講座) (2) 分科会 (前田先生と語ろう、ハンドマッサージ講座、ヨーガ講座、お疲れ度チェック&らくらくストレッチ)	70

(2) アルコール依存症専門治療病院との連携について

①目的

東日本大震災によって特に増加が懸念されたアルコール問題について、支援に必要な知識と実践的なスキルの習得を目的として実施した。治療プログラムを理解することによって、地域での効果的な支援に活かすとともに、研修受講後の関係機関のネットワーク構築、継続的なフォローアップ体制を維持することにより、支援力の全県的な底上げを目的とした。

②内容

宮城県内において、アルコール依存症の専門的な治療を実施している医療法人東北会東北会病院（以下、東北会病院）と委託契約を結び、病院内で実施される依存症治療プログラムや自助グループおよび回復施設の見学などを盛り込んだ内容とし、数日間の日程でアルコール関連問題実地研修（以下、実地研修）を実施した（表6）。加えて、受講後のフォローアップとしてアルコール関連問題事例検討研修（以下、事例検討研修という）を年1回実施した（表7-1、7-2）。また、当センター地域支援課が実施してきた節酒に関する研修を引き継ぎ、宮城県精神保健福祉センターと共に、二次予防支援のスキルアップを目指す研修を年1回開催した。

表6 東北会病院実地研修プログラム

	午 前		午 後	
1 日 目	オリエンテーション		グループセラピー	当事者メッセージ
2 日 目	・教育ビデオ鑑賞 ・アルコール依存症外来患者および家族のグループセラピー ・ビギナープログラム		院内断酒会	医師によるアルコール依存症心理教育プログラム ・家族グループ ・院内断酒会
3 日 目	・アルコールの入院治療 ・離脱期の看護		被災地におけるアルコール簡易介入法活用について	アルコール簡易介入の実践（ブリーフ・インターインション） 地域アルコールケースのアセスメントについて 事例検討
4 日 目	アルコール病棟の認知行動療法		薬物依存症リハビリ施設仙台ダルク見学	トラウマとアディクション関連ビデオ視聴
5 日 目	新患インターク：外来診察（外来部） 地域活動支援センター等地域関係施設見学（地域支援課）		アルコール病棟のグループセラピー	まとめ
6 日 目	※希望者のみ 医師による心理教育プログラム（ワナクリニック）		※2014年度より3日間のプログラムに変更し実施	

表7-1 2018年度アルコール関連問題事例検討研修プログラム

午前	講演	「SBIRTSの活用と普及促進について」 ～受診後の患者支援に関わるモデル事業の構築のために～ 講師：医療法人東布施辻本クリニック 理事長 辻本 士郎 氏
	ワークショップ（ロールプレイ）	「医師が演出する断酒会員による患者と自助グループ会員との出会いの場と機会」 演者：宮城県断酒会 会員の方々
	報告	「SBIRTSへの自助グループの対応」 ～厚労省の施策の概説とSBIRTSに対する断酒会の対応について～ 報告者：（公社）全日本断酒連盟 事務局長 大槻 元 氏
午後	①事例検討 ②意見交換	①事例を通してこれまでの支援のあり方を振り返る ②各地域における取組について 講師：医療法人東北会 東北会病院 リカバリー支援部長 鈴木 俊博 氏 医療法人東北会 東北会病院 地域支援課 三浦 敦子 氏

表7-2 2019年度アルコール関連問題事例検討研修プログラム

午前	講話①	「依存症の心理社会的治療」 ～依存症治療に用いられる様々な療法と考え方の整理～ 講師：医療法人東北会 東北会病院 奥平 富貴子 氏
	講話②	「『開かれた会話』がもたらす回復とは」 ～依存症に対するオープンダイアローグの応用の可能性について～ 講師：医療法人東北会 東北会病院 院長 石川 達 氏
午後	①グループワーク ②全体ワーク	①地域支援活動を通して感じていること・苦労・疑問など、日々の思いを語る ②グループワークで話し合われた内容の共有 講師：医療法人東北会 東北会病院 リカバリー支援部長 鈴木 俊博 氏

③対象

a. 実地研修

- ・2012年度は被災沿岸部の医療機関のアルコール関連問題に関する業務従事者を対象とした。
- ・2013年度からは前年度対象に加え、宮城県内の市町村職員でアルコール関連問題に関する業務従事者を対象とした。
- ・2015年度からは宮城県内の市町村職員および保健福祉事務所職員でアルコール関連問題に関する業務従事者とした。
- ・当センター専門職職員は必須研修としている。

b. 事例検討研修

- ・アルコール関連問題実地研修の受講者を対象としている。

c. 節酒支援研修

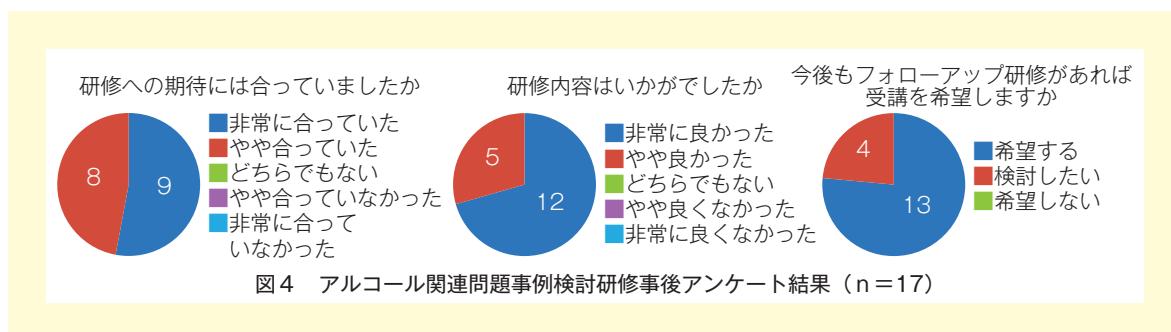
- ・保健指導および健康教育従事者を対象としている。

④開催結果

2012年7月から2020年2月までのアルコール関連問題の受講者数を図3に示す。計52回開催し、市町職員の受講数が最も多く151名が受講した。2018年から年1回開催した事例検討研修は延べ40名の受講があった。事後アンケートの結果を図4に示す。「東北会病院へは遠くて通院が難しい中、地元でどう支援していくか」「かかりつけ医との間にアルコール問題に対する認識のズレがあり、連携に苦慮している」などの意見も多数聞かれ、地域格差や地元医療機関との連携のあり方に課題を残した。



図3 アルコール関連問題実地研修受講者状況 (n=151)



(3) 災害関連専門研修（旧：被災者支援専門研修）

①WHO版心理的応急処置（PFA）研修

a. 目的

心理的応急処置は、大規模災害のみならずさまざまな危機的状況下におかれた人びとに対し、支援者が心理社会的支援を提供するためのガイドラインである。特に2011年に世界保健機構（World Health Organization以下、WHO）が公表したWHO版心理的応急処置（以下、WHO版PFA）は、精神保健の専門家に限らず幅広い職種の支援者に普及しやすいという特徴がある。2012年に国立精神・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センター（以下、災害時こころの情報支援センター）により、WHO版PFAフィールド・ガイドの日本語版^{注1}が作成され、プログラムに沿った公式研修が実施されている。

当センターでは、このプログラムを導入し、被災地支援に関わる支援者が、被災者の心を傷つけないような初期対応支援スキルを高め、広く普及していくことを目的とした研修会を2017年度より5回開催している。

b. 内容

WHO版PFA研修会を主催するにあたり、事前に災害時こころの情報センターの協力のもと、この研修を指導する指導者養成研修を開催し10名の指導者を育成、うち3名を当センター内に確保した。開催にあたっては、当センター副センター長でWHO版PFAトレーナーの資格を持つ福地成を中心に、指導者養成研修を修了したトレーナーでチーム編成し、2017年度は1回、2018年度からは年2回開催した。また、指導者間の連携とスキルアップを図るため、災害時こころの情報センターより講師を招きWHO版PFAブースター研修（以下、ブースター研修）を年1回開催した。

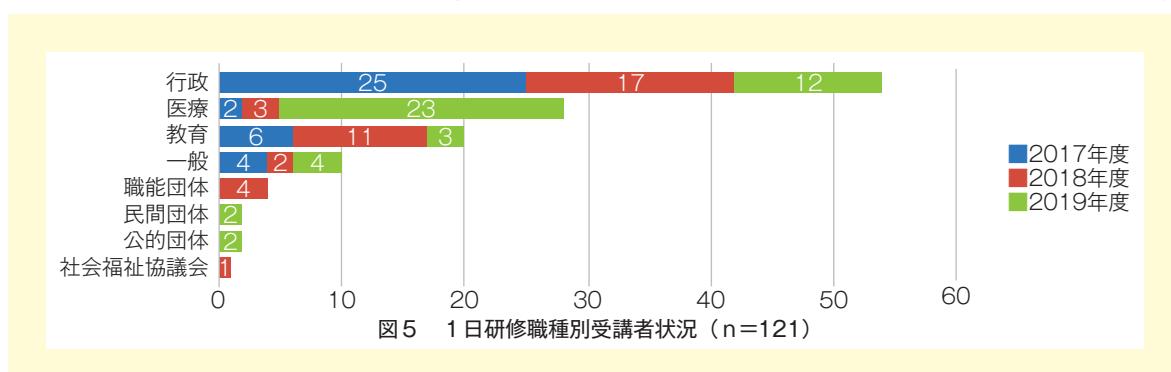
c. 対象

WHO版PFA研修：被災地の対人支援従事者（1研修当たり定員30名）。

ブースター研修：指導者育成研修を修了し主に宮城県内で活動している指導者。

d. 開催結果

WHO版PFA研修は2017年7月～2020年1月までに計5回開催し、121名が受講した。ブースター研修では計2回実施し、延べ13名の受講となった。1日研修の職種別受講者状況は図5に示す。



注1 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
：心理的応急処置（サイコロジカル・ファーストエイド）フィールド・ガイド
(https://saigai-kokoro.ncnp.go.jp/pdf/who_pfa_guide.pdf)

②東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座との共催研修

東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座（以下、予防講座）は、当センターの開所に先立ち被災地の支援活動に奔走され、開所後は人材育成や支援者支援、調査研究などで協力いただいた。特に認知行動療法に関する研修は、臨床心理の専門職から仮設支援員に至るまで幅広い支援者に対応した研修プログラムを提供いただき、当センター職員を含め地域の支援力の底上げとなった。予防講座は2020年3月をもって終講となつたが、一部研修については当センター主催として2020年度も継続した。

a. こころのエクササイズ研修

被災地の市民や非専門職の支援者が認知行動療法の基本的な考え方やスキルを学び、精神的な健康増進と精神疾患の予防に役立てることを目的に2012年度から2019年度まで16回共催した。第8回までを研究ベースで実施してきたが、第9回以降は基本的考え方やスキルの普及を目的に実施した。講師は予防講座の臨床心理士などが務めた。

b. 心理支援スキルアップ講座

宮城県内の臨床心理士などを対象に支援技術の向上を目的に開催した。2012年度は16回開催し、診断に役立つアセスメントスキルや認知行動療法スキルの習得を目指した。

2013年度以降は、主に大野裕氏（認知行動療法研修開発センター）と松本和紀氏（予防講座）が講師を務め、実践スキルの向上のための事例検討会などを実施した。

c. サイコロジカル・リカバリー・スキル（Skills For Psychological Recovery：SPR）研修

サイコロジカル・リカバリー・スキル（SPR）は災害復興期における被災者の回復期を支えるための心理支援法である。SPR認定トレーナーの大澤智子氏（兵庫県こころのケアセンター）を講師にお招きし、支援者向け研修会を2017年度まで7回開催した。また、別途フォローアップ研修会を4回開催した。

d. その他の研修

トラウマ・インフォームド・ケアや災害復興期の長期メンタルヘルス、複雑性PTSDなど、支援者向け研修会を共催した。

（4）3県心のケアセンターミーティング

開設当初当センターは、全国各地から集まつた、多職種からなる職員で構成されていたが、同時期に設立された福島県、岩手県の心のケアセンターにおいてもほぼ同様の状況であった。そのため、震災に関連した情報と知識、今後の組織運営などについて情報共有することを目的として、3センターによる研修会などの機会を年に数回設けることとした。

2011年度は3県におけるデータ集計の項目について確認がなされ、それぞれが作成した相談対応票の項目内容の確認などを行っている。2012年度途中からは相互の研修への参加も可能とし、互いの研修などの企画に参加して交流が生じたことで、支援方法や組織運営上の課題について、より情報共有する機会が増えた。2013年度以降には、研修やグループワークに加え、ヨガなどもメニューに取り入れ、職員のセルフケアへの配慮を促した。

2014年度からは東北厚生局に企画や会場確保などの段階から協力頂き、年3回実施した。1回目は6月、被災地3県の状況と心のケアセンターの前年の2013年度実績について報告し、情報共有を行った。その後3県の職員がグループに分かれ、アルコール関連事例の検討を行ったほか、DMHISSやデータ集計システムに関する意見交換を行った。12月の開催では専門職間の連携とコミュニケーションをテーマに、講演とリラクゼーション、グループワークを行つた。3月には次年度の実施事業についての意見交換などを行つた。

2015年度は7月と2月に実施、これまでの状況報告やグループ討議に加え、「ワールドカフェ」の手法を用いた意見交換、交流を行つた。2016年度は仙台市内で開催された第15回トラウマティック・ストレス学会内での協力企画としてオープンミーティングの開催を企画したが実現には至らなかつた。

2017年度からは厚生労働省の主催による連携強化会議が開催されることになり、3県で企画主催するかたちでの実施は終了した。その後2018年度からは、日本総合研究所が「被災3県心のケア総合支援調査研究等事業」の採択を受け、東日本大震災の被災3県における心のケア活動の実態調査を実施するとともに、連携強化会議も開催することになった。2019年度は9月、2月に開催した。

(5) メディアカンファレンス

2013年度から国立精神・神経医療研究センターと共にメディアカンファレンスを開催した。この企画は報道機関とメンタルヘルス専門職が相互の役割を理解するとともに、自死や被災地の報道のあり方について認識を深めるために企画したものである。初回の参加者は36名でマスコミ関係者の参加は4社6名であった。

2014年度からは当センターが主催となり、「被災地の自死対策とメディアの取り組み～今後の協働のあり方」と題し、震災直後からのメンタルヘルス領域におけるさまざまな取り組みを振り返り、今後の協働について議論した。被災者と報道関係者という2つの立場をあわせ持つ方からの発言もあった。自死遺族会、行政機関ラジオ局や新聞社など、多方面から話題提供をいただいた。42名の参加者があり、2社3名のマスコミ関係者の参加があった。

2015年は、マスコミからも問い合わせが多い被災地のアルコール問題について、当センターから現状について報告した。その上で、コミュニティFMや情報誌、新聞発行などの活動に関与する方々から、活動を通じてみてきた被災地の課題について報告を頂いた。

(6) 全体研修・全体ミーティング、初任者研修

2011年12月の基幹センター開設に続き、2012年4月からは気仙沼センター、石巻センターが開所されることになり、職員の採用と人員配置が着々と進められた。全国各地から、経験や年齢、職種も異なる職員が集まることから、まずは災害支援に関する知識の獲得と、当センターの役割や方向性の共有、職員同士の相互理解を深めることを目的として初任者研修を開催した。2012年度初日から5日間にわたって実施された内容は、第Ⅱ章表3の通りである。(「全職員を対象とした初期5日間研修のプログラム」)実施にあたっては、職員同士の親睦を深めるため意見交換の時間を積極的に設けるよう心掛けた。

初任者研修終了後、各職員はそれぞれ地域センターや出向先などに配属されたが、その後も必要な知識の獲得、当センターの役割や方向性の共有などは継続して確認していく必要性があったことから、毎月1回金曜日、全体ミーティングと称して職員が集まる機会を設けることとした。

全体ミーティングの構成は基本的に二部構成となっており、外部から講師を招いて行う研修と、情報の共有や意見交換の時間をそれぞれ設けた。初年度、研修で取り上げたのはトラウマやレジリエンス、サイコロジカルリカバリースキル(SPR)など関連深いテーマが多かったが、一方で援助職としてのマナーやチーム連携のあり方なども課題として取り上げた。毎月1回、主に仙台で職員が一堂に会することが負担になるのではとの懸念もあった。しかし新たな組織としてスタートしたばかりの状況下にあって、比較的高い頻度で職員が集い、意識を共有する時間を重ねることは必要であったと感じている。

2年目になると、各センター業務もいよいよ本格化し、毎月の開催が現実的ではなくなっていった。また参加者に毎回実施していたアンケートの回答には、グループワークなどによる職員間での意見交換、事例検討を望む声が多くみられた。そのため、2年目以降は隔月での開催とし、講義と合わせてグループワークなどによる意見交換の機会を何度か設けた。また、それが担当する圏域以外の状況も相互に理解するため、市町の出向者による活動報告や気仙沼センターでの開催なども実施した。

3年目以降は、震災関連のテーマだけでなく、リスクマネジメントやCRAFT、ひきこもりなど関連領域の課題を柔軟に取り上げた。毎年度の初回もしくは最後の研修にはセンター長が講話をを行い、センター全体の方針についてすべての職員で共有することにした。2018年度以降は年に2回の開催となり、そのうち1度はセンター長による講話をとした。2019年度2月の研修は新型コロナウィルス感染症予防対策により中止とした。