

石巻地域センターの活動報告

みやぎ心のケアセンター

石巻地域センター 地域支援課

課長 精神保健福祉士 岡崎 茂

課長補佐 精神保健福祉士 新井 弘美

はじめに

石巻地域センター（以下、当センターと略す。）の担当する地域は、平成29年4月末現在、石巻市が人口147,001人、世帯数61,198戸、面積554.5km²、東松島市が人口40,151人、世帯数15,563戸、面積101.9km²、女川町が人口6,675人、世帯数3,144戸、面積65.8km²の2市1町で人口193,827人、世帯数79,905戸、面積722.2km²を職員12名（出向者3名を含む）で支援活動をしている。

当センター勤務職員（東松島市・女川町出向者を除く）の主な活動域は、石巻市となっている。石巻市は、平成17年（2005年）4月1日に隣接する桃生郡のうち、桃生町、河南町、河北町、北上町、雄勝町、牡鹿郡牡鹿町と合併し、新しい石巻市となった。

平成28年度、当センターは非常勤の精神科医をセンター長に、常勤の精神保健福祉士4名、事務職1名、非常勤の保健師3名、東松島市・女川町に出向している常勤の精神保健福祉士2名、石巻市に出向している常勤の作業療法士1名の12名体制で活動をしてきた。4つの職場に分散して勤務し、月1度のセンター全体会議で意志の疎通を図ってきた。

本稿では、当センターの活動を紹介し、若干の考察を加えて報告する。

各種活動報告

1. 地域住民支援

（1）訪問調査

当センター（出向者分は除く）の地域住民支援は、活動概要の時間割合は、1,607.2時間のうち、1,021.0時間で全体の63.5%を占めていた。

当センターの主な活動域である石巻市では、市独自の復興公営住宅など入居者訪問健康調査が、平成27年度より復興公営住宅入居者の健康状態および生活のニーズを把握し、潜在化している要フォロー者に対する具体的な健康支援事業などに結び付けるとともに、調査結果を、今後の復興公営住宅入居者に必要な支援体制づくりに活用することを目的に実施された。平成28年度も継続して市独自の復興公営住宅など入居者訪問健康調査事業の協力依頼を受け、協力依頼のあった復興公営住宅はすべて市街地にあった。

対象者は、平成28年1月から平成29年2月末までに入居された全世帯で、平成28年4月から平成29年3月までの間に、当センターが担当したのは、石巻市復興公営住宅健康調査が165世帯（284名）であった。そのうち、終了が121世帯、継続（再訪問含む）24世帯、不在が20世帯だった。その他に、出向者単独或いは地域センター職員との同行訪問調査を80世帯行っている。

石巻市からの復興公営住宅入居世帯への訪問健康調査依頼件数は、平成27年度の訪問世帯数より平成28年度は出向者分も含めて45%の減となった。

当センターが訪問調査の依頼を受けたのは、男性単身者、精神科疾患を有する方、K6が13点以上、アルコール問題があるのではないかなと思われる方々であった。精神科疾患を有する方や生活の不安を訴えた方にはサービスの相談や健康面の相談も行った。震災による心のケアや生活の

相談が必要な場合には、情報収集や心の安定のための訪問を継続し、アセスメントを行ったうえで関係機関へ紹介をした。市に情報提供が必要と思われた方については、介護保険課を通じて地域包括支援センターの紹介やエリアミーティングでの情報共有を行った。

訪問調査後の振り返りのまとめは、以下のとおりである。

- ・調査書の回答に比べ、復興公営住宅への転居により体調面や心の状態などが改善している方が多かった。それらの多くは、隣家に気を使わなくなったことで改善されている方が多かった。
- ・独居・2人暮らし世帯、独居高齢者世帯の割合が高かった。
- ・調査した中で65歳以上の入居者が多かった。
- ・無職者の割合が高かった。

復興公営住宅では、継続した見守りや支えあいの体制づくりを行政や社会福祉協議会などが中心となって進めている。新たなコミュニティ再構築のための活動は、今後においても非常に重要であると思われた。

復興公営住宅等入居者訪問健康調査以外には、平成28年度応急仮設住宅（プレハブ）入居者健康調査が22世帯（25名）、民間賃貸借上住宅等入居者健康調査が29世帯（31名）、県と市が実施した『復興公営住宅等入居者に対する健康調査』の37世帯（43名）の訪問調査を行った。継続訪問としたのは、石巻市復興公営住宅健康調査では24世帯、応急仮設住宅（プレハブ）入居者健康調査では4世帯であった。

応急仮設住宅（プレハブ）入居者健康調査は、応急仮設住宅での生活が6年以上になっている方々もあり、さまざまな健康問題の発生が懸念されることから、入居者の健康状況を把握し、要フォロー者を必要な健康支援事業に結び付けるために実施されている。復興公営住宅や自立再建により新たな場で生活をされている方の一方で、プレハブ仮設住宅や民間賃貸借上住宅で生活再建の目途が立たない方、複数回申し込んでも復興公営住宅に入居できず前途に失望感を増している方など、新たな問題も複雑化、多様化した。心理的不安を訴えた方には訪問を継続し、復興住宅の申し込み手続きなどの理解が難しい方には、必要な支援団体につないだ。

（2）地域住民サロン活動（集団活動）

①ここファーム事業

平成25年度から開始した『ここファーム事業』を平成28年度も継続し、冬期間を除いた4月から3月まで月2回（第2、4木曜日）、1回2時間程度実施し、かぼちゃ、玉ねぎ、大根、きゅうり、なすなどを栽培し、種まき、植え付け、肥料撒きや水やり、除草、収穫までの一連の活動を行った。

活動後には、参加者全員でお茶休憩の時間を設け、交流の場にもなった。12月の最後の活動では、1年間の活動を振り返りながら参加者やスタッフで『収穫祭』を実施した。

実施回数は18回、延べ参加人数は200名であり（『収穫祭』を含む）、参加者の1回平均は約11名で、参加実人数は、男性8名、女性12名の計20名であった。天候の影響や生育状況により、日程変更や活動日以外の実施もあった。また、参加できる方が少人数の場合もあった。なお、本事業には農業経験豊富なボランティアの方2名が、活動の準備などを含め、延べ49回参加していただいた。

『収穫祭』では、「昔やっていた畑仕事のことをだんだん思い出した」「ここファームに来て参加者の顔を見ると安心する」「自分が何をしたらいいかわからないでもいいので責める人がいないので気軽に参加できる」「畑に参加するまではとても心が沈んでいたが、参加するようになって心が穏やかになった」「来年もよろしくお願いします」との感想が聞かれた。

平成28年度は、復興公営住宅への転居や、自宅再建など、参加者の生活環境が大きく変化した。復興公営住宅へ入居した参加者からは「復興公営住宅では集まりが無く外出する機会が減った」「ここファームがあると外に出る機会になる」という声が聞かれた。ここファームへ

の参加が、外出の機会、交流の場となっていることが伺えた。

復興公営住宅などへの転居や高齢となり介護保険サービスの利用に伴い、ここファームへの参加を終了した方もいる。転居により参加が出来なくなった方の一人は、ここファームに参加できなくなることをとても残念がられていたが、「ここファームへの参加により土に触れ、人々との交流を通して、前向きに物事を考えられるようになった」「転居先でも元気に過ごせそうだと話されていた。

『ここファーム事業』を開始してから4年が経過した。震災による傷を抱え、他者と交流する機会の少なくなった方が、ゆっくりではあるが元気に生活されていくことが確認でき、人との交流や楽しみを見いだせる場として『ここファーム事業』は大きな役割を果たした。

②手芸教室（ちぎり絵教室）

平成25年度から、民間賃貸借上住宅入居者に交流の場を提供することを目的として、『手芸教室（ちぎり絵教室）（以下、ちぎり絵教室と略す。）』を開催してきた。

平成28年度は、月1回、年間11回実施し（1回は、津波警報のため中止とした）参加者の延べ人数は77名だった。

参加者は、準備から積極的に参加したり、会話を楽しみ、お茶休憩の時間には、各々の作品を見せ合ったり、感想を述べあうなど、和やかな雰囲気のもとで実施している。

参加者からは、「私の居場所ができた、交流の場が欲しかった」「競い合わない雰囲気がいい」「震災の話を聞かれるわけではないのがいい」「作品は必ず出来上がるように教えてくれるのでまた参加しようと思う」との感想が聞かれている。講師はボランティアとして3名の方に協力いただいているが、「（参加者は）年々上達している」「自分も元氣になれて嬉しい」などの感想があった。

時間内に完成できなかった方は、自宅に持ち帰って作品を完成させているなど、参加者の制作意欲はとても高いと感じる。講師の紹介で他地域で行われている『文化祭』に、平成26年度より『石巻教室』として毎年制作したちぎり絵の作品を出展するなど、他地域との交流も広がっている。

③生活教室（開始時は、手芸教室としていた）

当センターでは、在宅精神科疾患などで対人関係が不得手だったり、社会体験が少ない女性への支援を、自信の再獲得と自立の第一歩に繋げることを目的として、平成27年9月から希望者に手芸教室（平成28年5月、生活教室と改名）を実施している。活動は月に一回、第四火曜日に石巻市保健相談センターを会場に、最大5名を限度として活動している。平成28年度は延べ16名が参加し、地域センター課員2名と、石巻市出向の作業療法士を合わせた3名のスタッフで行っている。内容は、参加者が趣味として過去に取り組んでいたもの、取り組んでみたいものを取り入れ、手芸と調理を1時間ずつでおこなう二部構成になっている。手芸では、ミシンを使ったエプロン作り、タイルクラフト、リースづくりなどを行った。調理では、季節に合わせた食材を利用した。平成28年9月からは、参加者に記入していただく『振り返りシート』を作成した。手芸、調理それぞれで、うまくできたところや、今後やってみたいことなどを書き出してもらい、自身の振り返りの材料にしてもらった。また、今後の活動内容や支援体制を考えるうえでの参考として活用している。

振り返りシートには、参加者に共通して、「他の参加者と一緒に作品を作るところが楽しい」と書かれていた。今までは、自宅で一人で作品を作ることが多かったが、生活教室に参加し、他の人の作品を見て参考にしたり、談笑をしながら進めることに楽しさを感じているようだった。

同じ物を作ることを通して、作品を褒め合う場面がみられたり、本人たちが安心して交流を深められる場所になり、自分ができることを率先して行うことにつながった。生活教室の場が、コミュニケーションを取りながら、自己肯定感を高められているのではないかと感じている。

参加者からは「これからも参加したい」という希望があり、センターとしても当事業が参加

者にとっての交流の場、居場所として重要であると考え、平成29年度も継続することとなった。平成29年度は、外に出る機会を増やし、活動の幅を広げるため、保健相談センターだけでなく野外での活動も検討している。生活教室は参加者が少人数のため、参加者の声を拾いやすく、一つ一つの意見を大切にすることができる。参加者の希望や意見を確認しながら、生活教室の目的である『自身の再獲得と自立』に向けた活動を継続していきたい。

2. 支援の変遷

当センターでは、市町保健師との同行訪問、ケース会議やエリアミーティングなどへの参加、乳幼児健診への支援などにより支援者支援を行っている。

(1) ケース会議、エリアミーティングなどへの出席

石巻市、社会福祉協議会、宮城県看護協会、地域包括支援センター、医療機関などから依頼を受け、アルコール関連問題や精神疾患関連、認知症関連、住民間トラブル問題などのケース会議へ出席し、各支援機関とともに支援の方向性を確認したり、役割分担などケース検討を行ってきた。また石巻市、社会福祉協議会、地域包括支援センター、看護協会、職能団体などが参加しての蛇田地区・住吉地区のエリア支援ミーティングに出席し、情報の共有を図り、仮設住宅入居者の検討を行ってきた。エリアミーティングは、復興公営住宅への入居が進む中で、仮設住宅だけにとどまらず復興公営住宅入居者の情報共有も行われるように変化してきた。

(2) 乳幼児健康診査支援

石巻市河北ブロック(河北・北上・雄勝)で実施している乳幼児健診に石巻市から依頼を受け保健師、臨床心理士を派遣し母子相談を行った。支援回数は河北ブロック10回、健診後に行われるカンファレンスでは、母と子のこころのケアについて助言を行うとともに継続支援が必要な方の個別支援を担当している。

3. 普及啓発

(1) 石巻市河北地区におけるアルコール研修会

当センターでは、石巻市河北総合支所を会場として、平成27年6月より『河北地区アルコール関連問題研修会(断酒会ミーティング体験会)』を河北総合支所と共催で、宮城県断酒会と東北会病院の協力のもとに行ってきたが、平成28年度末に見直しを行い、平成29年度より石巻市保健相談センターにおいて、『断酒会ミーティング体験会』を開催することになった。その経緯を、4. 人材育成・研修にまとめた。

(2) ひなまつりカフェ

主にみなし仮設入居者を対象として開催してきた『作品展&交流会』を平成28年度は開催方法の検討をし、交流会に重点をおいた『ひなまつりカフェ』を実施した。

『ひなまつりカフェ』は、石巻保健所との共催、石巻市社会福祉協議会の後援を得て、石巻合同庁舎で平成29年3月3日(金)に開催した。

初めて相談コーナーを設け、宮城県看護協会と日本医療社会福祉協会の協力をいただき、103名の参加があった。実施内容は、

- ①交流コーナー(喫茶スペース、ハンドマッサージ)
- ②体験コーナー(折り紙、ちぎり絵)
- ③作品発表(石巻地域センター主催ちぎり絵教室、生活教室の参加者の作品展示)
- ④相談コーナー

健康相談（協力：宮城県看護協会）、生活相談（協力：日本医療社会福祉協会）、アルコールパッチテスト（当センター）を行った。

ちぎり絵の体験コーナーでは、ちぎり絵教室の参加者も当日来場され、自分の作品を見ていた来場者に対して「こうやって作ったんだ」と説明している場面もあり、作品展示を通して新たな交流が生まれていた。また、講師の協力を受け、ちぎり絵の体験コーナーを設け、希望者にちぎり絵の体験をしていただいた。体験コーナーは大変好評であり、体験者の中で「わたしもやってみたい」との教室への参加を希望する声があった。体験者の4名が、平成29年3月の教室から、新規参加者として加わった。

宮城県看護協会、日本医療社会福祉協会にも参加していただいて振り返りを行い、

- このような機会は必要だと思う。
- 目の前で来た人たちの笑顔を見ることができ、終わってから達成感があった。
- 自分たちも“参加”して癒された。
- ぜひ、今年も開催してほしい。

などの意見が出た。

平成29年度は、関係機関と連携して開催時期を検討し、より良い交流会となるよう企画したい。

（3） その他の事業

行政および各種機関から講師派遣依頼があり、石巻市食生活改善推進員連絡協議会研修会、渡波地区保健推進員研修会、平成28年度石巻市山下地域包括支援センター圏域ケア会議、特別養護老人ホームやもと赤井の里施設職員研修会に講師として職員を派遣した。

4. 人材育成・研修

以下に、当センターの特徴的な内容を紹介する。

（1） アルコール関連問題研修

震災の経過とともにアルコール問題が表面化してきている。行政機関や各支援機関と連携し、東北会病院職員および日本アルコール関連問題ソーシャルワーカー協会（以下、A S W協会）会員を講師に招いて、アルコール関連問題研修会を開催した。

①石巻保健所

当センターと共催で、A S W協会員を講師としての研修会を3回シリーズで実施し、延べ119人の参加があった。A S W協会の研修会は、平成28年度で終了することとなった。

②東松島市での研修会、住民訪問による啓発活動

東松島市での研修会は市保健師が中心となって企画し、2回開催（まちづくり協議会との共催および単独開催）した。『お酒と上手につきあう方法』をテーマに、東北会病院の医師から講話をしていただいた。平成29年度は、地区の健康相談会の中で、保健師が『アルコールミニ講話』を行いながら、啓発活動をしていく予定とのことである。

また、平成27年度まで特定検診の『こころの健康アンケート』の中でC A G E 2項目以上、朝から飲酒者を対象に個別フォローを行ったが、平成28年度は、65歳未満で γ -G T P 100以上、の方々を訪問対象として、東松島市の保健師・精神保健福祉士、石巻地域センターの保健師・精神保健福祉士が、他職種同士でペアになり家庭訪問を行った。

当センターは、平成28年11月の集中訪問に協力し、その後は市の方々は平成29年2月まで訪問したという。開始するにあたり、市民の受け入れなどについて不安を抱えての出発だったが、開始してみると市民の受け入れは好意的であり、留守宅に置いた不在票に自ら役所に電話連絡があったり、電話や来所される方がいるなど、市民の意識の高さが伺えた。

γ -G T P 高い人の中には、肝臓の病気の人や飲酒していない人、食生活や服薬が影響して

いると考えられる人もいたが、健診データがあることで、説明しやすく相手にも受け入れてもらいやすかった。ご自身の健康状態やライフスタイルと飲酒の関係など振り返ってもらう機会にもなった。断酒ではなく節酒のスタンスで関わったことで相手も受け入れやすく、健診結果に不安を持った状態にあったことから、食生活の見直しや内科疾患の治療動機づけ、適正飲酒など予防的にかかわることができたように思われる。また、家族が心配されている方もおり、家族の不安の軽減にもつながったと思われる。

実施に当たって目的とした「多量飲酒や連続飲酒の問題提起を行い、適正飲酒、休肝日の重要性など正しいお酒との付き合い方について普及啓発するもの」は、達成できた。今回の対象は65歳未満であったが、地域では高齢期の多量飲酒等の問題が多いため、支援の枠をどのように広げていくのかは、今後の大きな課題である。

今回、はじめて東松島市での特定検診で、65歳未満で γ -GTP 100以上の方々を訪問対象とした啓発活動に協力し、さまざまな体験をさせていただいた。検査値が高かった方のほとんどが、自分の飲酒に問題があるのではないかと感じていたので、多量飲酒や連続飲酒の問題提起ができ、適正飲酒に関しての動機づけが有効であることを改めて実感した。地域センターとして、先駆的な活動に今回協力させていただいたことに深く感謝すると同時に、次年度も積極的に協力させていただくことを当センター全体で確認している。

③女川町での研修会

平成27年度から実施してきた。継続として、平成28年度は東北会病院院長により、1回目が『アルコール問題の医療連携について』、2回目に『アルコール問題を抱える人の思い』として、A. A（匿名のアルコール依存症者の会）のメンバーによる講話をしていただいた。地域でそれぞれの立場で、アルコール関連問題に直面した時の方法論が学べたこと、専門医療機関との連携が取れたことにより相談しやすくなったというメリットが得られた。

平成29年度の研修については、2年間の研修の中で学んできたことを、各スタッフがそれぞれの立場で支援を実践し、課題を具体化したうえで企画していくことになった。

④石巻市での研修会

石巻市よりアルコール問題の基礎的部分から学びたいという要望があり、総合支所も含めた職員を対象に、東北会病院の協力を得て、事例検討およびアディクション問題の講話による研修会を実施してきた。

a. 石巻市河北総合支所でのアルコール研修会（断酒会ミーティング体験会）について

平成27年4月15日、当事者及び一般市民、支援者を対象とした東北会病院の医師による『アルコールと上手な付き合い方』をテーマにした講話が行われ、5月に『断酒会の例会を体験してみる』を行い、6月から『河北地区アルコール関連問題研修会（断酒会ミーティング体験会）』を河北支所と共催で、宮城県断酒会と東北会病院の協力のもとに行ってきた。平成27年度は、講話も含めて13回開催し、支援者も含め延べ329名の参加があった。平成28年度は、講話も含めて13回開催し、支援者も含め延べ182名の参加であった。

b. 石巻市での今後の活動への提案

これまで平成27年度、28年度と2年間、河北総合支所を会場に断酒会ミーティング体験会を開催してきた。こころのケアセンターは、発足当時から10年間の有期限の機関として誕生したことから、震災から6年を経過しようとする今、被災者支援をする一方で、終了時をどうするのかを考える、という二つの使命を持ち活動を行っている。

『断酒会』が石巻市内で恒常的に活動していけるような体制を作ることを支援することが、アルコール問題にかかわる当センターの一つの使命と考える。

河北総合支所からは、当地でこのまま研修会を続けて欲しいという要望があったが、『断酒会が活動できる体制』を作ることへの支援につながっているかどうかを地域センター内で検討をした。そこで、以下の二点が課題としてあげられた。

一つ目は、開催場所についてであり、「駅周辺」「市中心部」にすることで利便性が高まり、こだまホスピタル、鹿島記念病院に参加への協力をお願いすることができると考えた。

二つ目は、入院している当事者の通いやすさという点であり、開催時間を検討し日中に開催される断酒会の創設は急がれると考えた。

そのため、引き続き宮城県断酒会のご協力を得て、医療機関としてこだまホスピタル、鹿島記念病院、その他精神科・心療内科クリニック、支援機関としてからころステーション、そして石巻市健康部健康推進課、東部保健福祉事務所などと連携をしながら断酒会が自立する方向への支援が必要である。

石巻市および民間支援機関一体となりアルコール依存症者への支援を展開することになるが、心のケアセンターもその一翼を担えればと考えている。

今後の方向性については、以下の「お酒をやめている人たちと一緒に話をしてみませんか」として、実施要項にまとめた。

「お酒をやめている人達と一緒に話をしてみませんか」実施要項

1. 目的

東日本大震災の被災地での飲酒問題が顕在化しているといわれ、さまざまな要因が考えられるが、健康調査の訪問の中で、アルコールの問題を抱える方が散見される。

自立再建、復興公営住宅へ転居される方も含め、新たなコミュニティの再構築が取り組み始められているが、新たな生活の場においても震災の傷を抱えたまま日々を過ごす方、また、民間賃貸借上住宅やプレハブ仮設住宅で生活再建の目途が立たない方もおり、復興における個々の格差の拡大など新たな問題も顕在化、複雑化、多様化している。

このことは、孤独感、いらいら感、絶望感、もやもや感、不安感からのアルコールへの逃避を促す危険性が考えられる。これらの問題に対処するには、その思いを吐き出す必要があり、場が必要である。

(特定非営利法人) 宮城県断酒会とみやぎ心のケアセンター石巻地域センターは、石巻圏域の関係機関と協力、連携し、断酒会ミーティング体験会を開催しながら自助グループを目指した活動を行っていく。

- 2. 主催：(公社) 宮城県精神保健福祉協会 みやぎ心のケアセンター石巻地域センター**
- 3. 後援：石巻市**
- 4. 協力：(特定非営利法人) 宮城県断酒会**
- 5. 連携機関：石巻保健所・こだまホスピタル・鹿島記念病院・市内精神科クリニック・からころステーション**
- 6. 実施内容：断酒について考えるミーティング**
- 7. 実施日時：毎月第2木曜日 午後1時30分～午後3時**
- 8. 会場：石巻市保健相談センター 1階会議室**
- 9. 対象者：断酒を目指す本人・家族、断酒に関心のある支援者**
- 10. 周知方法：相談機関等窓口でのチラシの配布、石巻圏域の医療機関に協力を依頼**

(2) 心のケア研修会

県内市町村で子供の支援に従事している保健師保育士、教師や養護教諭などの学校関係者、臨床心理士、県内の一般市民などを対象に、イオンシネマ石巻において、平成28年10月14日にサンフランシスコ州立大学カウンセリング学科名誉教授（InnerCore 9 代表取締役社長）の田中万里子氏を講師に、「子供の心に寄り添う～子供の力を引き出すかわり方～」と題した講演会を実施した。講演会には158名の参加があり、アンケートではおおむね好評で、次年度の開催を希望する方も多かった。

(3) 第16回 震災心のケア交流会in石巻

石巻圏域では、自立再建、復興公営住宅へ転居される方も含め、社会福祉協議会や自治体が中心となって新たなコミュニティの再構築が取り組み始められている。一方では新たな生活の場においても震災の傷を抱えたまま日々の生活を送られている方、また、民間賃貸借上住宅やプレハブ仮設住宅で生活再建の目途が立たない方もおり、復興における個々の格差の拡大など複雑化、多様化した新たな問題も顕在化している。

第1回目の『震災心のケア交流会』は、東日本大震災の年、7月2日（土）に仙台市内で開催された。この会は、被災地で日夜奮闘していた支援者の方々が仙台に集まり、一晚語り合いながら情報交換と明日からの英気を養うことを目的にしていた。

支援者を対象とした本交流会は、平成27年度の実行委員会参加団体に加え、新しく石巻市女川町基幹相談支援センターくるみ、ユースサポートカレッジ石巻NOTE、特定非営利活動法人TEDIC、障がい者相談支援事業所に参加をお願いし、当センターを加えた13の行政や民間団体で実行委員会を構成した。

実行委員会の中では、支援者である警察職員、消防職員、自治体職員、社会福祉協議会職員などが、複雑化、多様化している問題への対応、被災住民の居住地分散化により震災後に業務が増えていると感じている方が多く、心身の疲弊を感じているという話が出され、支援者に絞ったストレスケアの内容で実施することとなった。

石巻市河北総合センタービッグバンを会場に、平成29年3月17日（金）13時30分から、メインテーマを『癒し力（いやしりょく）』として、記念講演を『支援者のストレスケア』の演題で高橋祥友氏（国立大学法人筑波大学医学医療系教授、災害・地域精神医学医学博士）、分科会は①『コミュニティについて考えるのココロだ』と題し、氏家靖浩氏（仙台白百合女子大学人間発達学科教授）、②「坊主喫茶」を八巻英成氏（女川町保福寺住職）、③『ハンドマッサージ講座』を石橋ます子氏、石森寿美子氏（スクール＆サロンスマイルハート）、④『ヨーガ講座』を林かおる氏、佐藤有子氏（健生株式会社）をお願いし、103名の参加の下に盛会の内に終えることができた。

本会を石巻圏域で活動する団体の方々からご意見をいただき、話し合いながら、手作りで作り上げることができた。今後も、支援者が手を携えた協働事業として、震災こころのケア交流会を開催していきたいと考えている。

考察

東日本大震災から6年が経ち復興公営住宅の完成など、徐々にではあるが被災地の復興は目に見えはじめ、被災された方々のうち自力再建や復興公営住宅に転居される方がいる一方で、仮設住宅からの転居など未だ生活の目途が立たない方もおり、復興の格差も広がっているという現状が明らかになってきている。

また、人口減に対し、世帯数も増加傾向にあることから、一世帯あたりの世帯員数は減少し、急激な核家族化が進んでいることが伺える。

他機関との連携については、石巻市・東松島市・女川町とそれぞれ月1度の定例情報交換、また、保

健所とは精神保健福祉センターも参加した不定期ではあるが情報交換を行ってきた。また、震災心のケア交流会in石巻を実行委員会方式で開催したことで、本音の部分を交えた話し合いをすることができ、日常活動の中でも、各団体の得意分野での支援を依頼するなど、相互理解が深まった。

平成28年度の石巻市独自の復興公営住宅の健康調査では、入居1～2か月後の訪問健康調査が多種多様なケースや要支援者が発見される機会となり、各関係機関と連携し、必要な支援につなげることができた。このことから、引き続き平成29年度も石巻市復興公営住宅入居者訪問健康調査を全面的に協力していきたいと考えている。

平成28年度東松島市での特定検診で65歳未満で γ -GTP 100以上の方々への訪問活動は、食生活の見直しや内科疾患治療の動機づけ、適正飲酒など予防的支援ができ、アルコール問題を糸口にした先駆的な取り組みであったと考えている。平成29年度も積極的に協力していく予定である。

平成28年度は、女川町との話し合いでアルコール問題対策を計画的に実施し道筋をつけたいという返答をいただいたことからアルコール研修会を実施したが、本年度も話し合いを続ける中から町のニーズに沿った研修会を実施したいと考えている。

当センターでは、『私たちが考える支援者とは、被災者に思いを寄せる人、それぞれが持つ力を発揮して、被災者の自立をサポートしていく人。』と考えている。被災された方々に謙虚に耳を傾け寄り添い『その人が持っている力』を引きだせるよう支援に取り組んでいきたい。手芸教室、ここファーム事業、『ひなまつりカフェ』などの事業を通して、被災者住民の孤立防止及び被災された方々が少しでも元気に生活できるよう継続した支援をしていきたいと考えている。

アルコール関連問題については、断酒会ミーティング体験会を自助グループとして独立できるように、宮城県断酒会や各支援機関と連携して事業を進めていきたい。

子供への支援については、平成28年度から『子どもの心のケア地域拠点事業計画』に基づき活動することになり、関係機関職員を対象とした研修会の継続、個別支援にあたっては関係機関と連携して、今後も推し進めていく。

東日本大震災以降、時間の経過とともに、石巻圏域における被災地のインフラ整備も徐々に進められ復興の道筋も見られてきているが、それに沿うように復興支援団体も被災地から徐々に撤退を始めている状況にある。併せて、行政機関の組織体制・支援体制、体制の改変なども進んでいる。当センターも設置されてから5年が過ぎ、これまでの活動も復興状況に応じて変えていく必要があり、平成29年度は改めて当センターとしてできることを職員全体で考え、模索しながら事業を進めていく年度になると考えている。