

石巻地域センター活動報告

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

みやぎ心のケアセンター石巻地域センター（以下、当センター）は、東日本大震災で被災し移転建替をしてきた宮城県新石巻合同庁舎が完成したこと、石巻市役所から徒歩15分の石巻市東中里1丁目4-32から車で25分の蛇田地区、石巻市あゆみ野5-7に移転した。移転先の蛇田地区は、市西部に位置し、地区南部に三陸縦貫自動車道が通っており、地区の殆どは農業用地として利用されていた。「石巻市震災復興基本計画」において、被災者の速やかな生活基盤の形成として蛇田地区に新たな市街地の総合的な整備を行うことから、復興整備計画に記載し、土地区画整理事業区域約46.5haが宅地化、商業地化された。震災前は田園地帯であったが、震災後急速に宅地化が進行した地区で、防災集団移転、石巻市が計画した市街地部での計画戸数4,100戸のうち、その3割を占める1,230戸、計画人口3,500人の新たな街の創出となった地区である。合同庁舎の周囲に多くの災害公営住宅が立ち並んでいる。旧合同庁舎から健康調査のための訪問を行っていた地区もある。

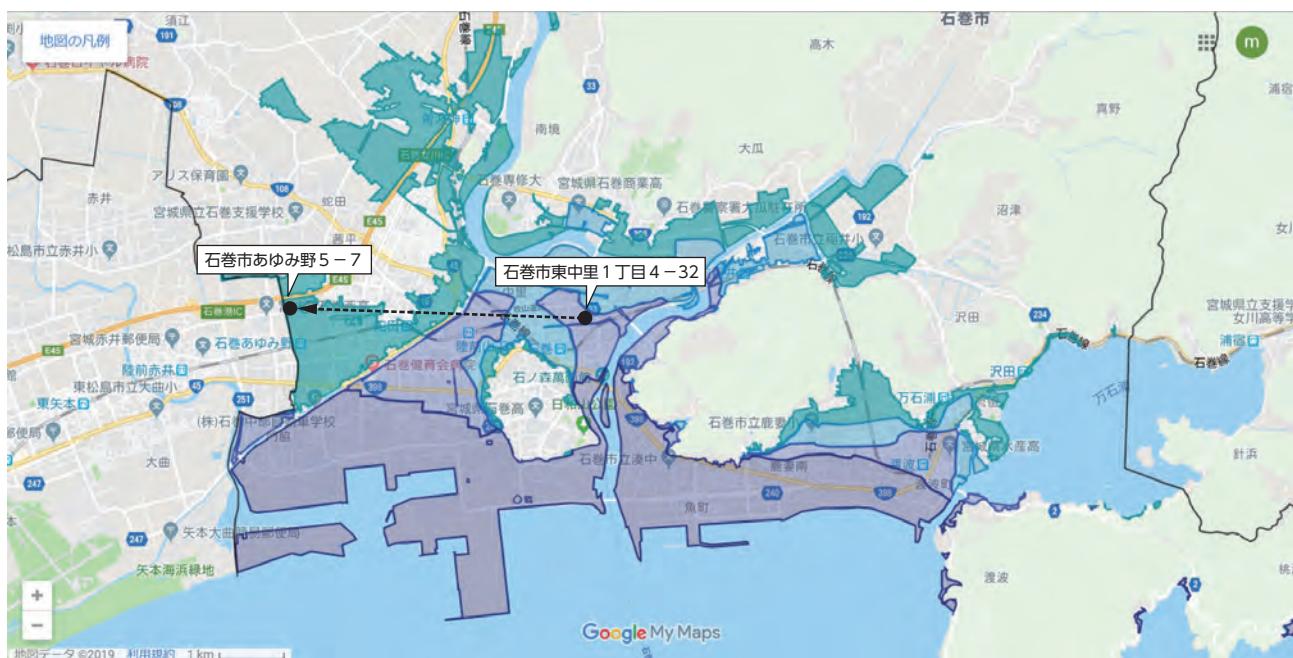


図1 石巻市東日本大震災による津波浸水域図

当センターの活動圏域は、石巻市、東松島市、女川町の2市1町になる。

当センターは、平成30年度当初、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、保健師1名、作業療法士1名、事務職1名、非常勤の保健師2名の10名の体制で、うち石巻市に作業療法士が、東松島市・女川町に精神保健福祉士がそれぞれ1名ずつ出向している。平成29年4月の12名体制から2名減のスタートとなった。

平成30年9月末現在、石巻市は人口：144,823人 世帯数：61,348戸、面積554.5km²、東松島市は人口：40,192人 世帯数：15,827戸、面積101.9km²、女川町が人口：6,504人 世帯数：3,118戸、面積65.8km²で2市1町の活動圏域を合わせると、人口：191,519人 世帯数：80,293戸、面積722.2km²になる。

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。

石巻圏域の人口推移は、表1のとおりである。

表1 石巻市の人口推移（各年9月末日現在）

年	石巻市				東松島市				女川町			
	世帯数	人口	男	女	世帯数	人口	男	女	世帯数	人口	男	女
22	60,818	163,216	78,726	84,490								
23	58,142	153,452	74,254	79,198	14,651	40,762	19,981	20,781	3,463	8,607	4,251	4,356
24	58,809	152,250	73,766	78,484	14,717	40,457	19,800	20,657	3,436	8,153	4,007	4,146
25	59,391	151,068	73,270	77,798	14,881	40,330	19,794	20,536	3,323	7,647	3,766	3,881
26	59,903	150,114	72,913	77,201	15,078	40,169	19,753	20,416	3,237	7,229	3,556	3,673
27	60,412	148,968	72,446	76,522	15,305	40,183	19,757	20,426	3,171	6,930	3,431	3,499
28	60,988	147,926	71,997	75,929	15,505	40,279	19,799	20,500	3,175	6,779	3,359	3,420
29	61,268	146,516	71,283	75,233	15,665	40,268	19,787	20,481	3,182	6,668	3,299	3,369
30	61,348	144,823	70,436	74,387	15,827	40,192	19,753	20,439	3,118	6,504	3,213	3,291
30.3	高齢化率	31.80%			高齢化率	28.00%			高齢化率	37.00%		
30.9	保護率	10.58%			保護率	8.16%			保護率 (東部福祉)	10.83%		

※平成30年分は、東松島市ののみ7月末現在

※宮城県の高齢化率：26.9%，保護率：12.46%

平成23年の震災以降、いずれの市町も人口減少が続いている一方で、石巻市と東松島市では近年、世帯数が増加しており核家族が進行していることがうかがわれる。2市1町の高齢化率は宮城県平均を上回っているが、生活保護率は宮城県平均を下回っている。

本稿では、平成30年度の当センターの活動を紹介する。

当センターの活動の特徴

当センターの活動の中心は地域住民支援で、活動時間の半分以上を占める。石巻市から依頼される健康調査では、複数での訪問を原則としている。当センターは職員のほとんどが県内の自治体で勤務してきた経験者であるため、若いスタッフとベテランのスタッフとの訪問は、若いスタッフにとって良い経験になっている。また、保健師と精神保健福祉士とのペアで訪問調査をしており、他職種が複数で訪問することで、多角的な視点でアセスメントができていると考えている。

その他に、ここファームなどのサロン活動、心のケア研修会、支援者向けの研修会など的人材育成研修、当事者グループ支援の「断酒会体験ミーティング」の活動も特徴といえる。これらの活動については、当センター職員が自分でできることを積極的に担うことで、円滑に進められたことが大きい。

先述した当センターの移転に伴い、これまで行ってきたサロン活動事業のうち、いくつかを事業終了してきた。

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開催してきた「手

芸教室（ちぎり絵教室）」は平成29年12月で終了とした。また、平成27年9月から希望者に実施してきた「手芸教室（平成28年5月、生活教室と改名）」は、平成30年度初頭に終了した。

「作品展及び交流会」は、民間賃貸借上住宅入居者を対象として平成24年から開催してきたが、合同庁舎の移転に伴い、これまで、作品展示や交流会にご協力いただいた被災者の方々に感謝の気持ちを込め、平成29年11月に「感謝のつどい」を開催し終了してきた。

平成30年4月以降は、当センターで行っているサロン活動は「ここファーム」だけとなった。

1. 地域住民支援

（1）個別支援

●個別支援

当センターの主な活動域は石巻市となっている。石巻市独自の災害公営住宅等入居者訪問健康調査、また、県と市が合同して実施する災害公営住宅健康調査に協力依頼があり、訪問調査による個別支援を行っている。その中で継続支援が必要と判断した場合は、石巻市に連絡をした上で支援している。震災から8年を経過した中で、問題が複雑化したり、いくつも重なっている場合が増えている。経済的な問題の場合は、年金や生活保護受給などのための支援、病気の場合は受診支援など、複合して問題があることもあり、時間をかけた支援になる場合が多い。

さらに、8年間の活動をとおして当センターの認知度も高まり、直接電話による相談も少しずつではあるが増えてきている。私たちの機関が「東日本大震災被災者支援」に特化しているということもあり、複合問題ケースなどは既存の機関が対応すべきだろうと考えることも多い。ただ、石巻圏域全部が被災地域であり、その線引きは難しいと考える。

（2）地域住民サロン活動（集団活動）

●ここファーム事業

ここファーム事業は、東日本大震災後の平成25年度から被災者支援の一環として、プレハブ仮設、民賃仮設に居住し孤立していた被災者の方々の心と体の健康を取り戻すことを目的として開始し、6年が経過した。参加されている方々の多くは、石巻市から健康調査依頼のあった方々で、K6の高い方や飲酒問題のある方だった。

野菜や花の栽培を通じて気分転換と交流の場を提供する中で、参加者は気分転換とともに心と体の健康を取り戻すことになり、開始以来、平成30年度末までの参加延べ人数は1,266名である。

これまで、ここファームに参加していた方の中には、

- ・体力に自信がつき元気になってパート就労を開始した方
- ・気分の落ち込みや不眠等で精神科受診に繋がり就労された方
- ・就労継続支援B型事業所に通所を開始された方
- ・デイケアに通所を開始された方
- ・前居住地の被災地域の復興住宅に入居し畑作業をされている方
- ・家族を亡くし施設に入所された方
- ・アルコール問題で支援していた方は、治療を継続しながら断酒会に参加し、地域で自治会の役員を担うまでになった

などがあり、本事業参加後の終了の形態はさまざまであるが、新しい生活に一歩を踏み出された方、次へのステップに進まれた方が多い。

平成30年度も、平成30年3月～平成30年12月まで月2回（第2・第4木曜日）、9時から休憩時間を含め約2時間程度実施した。平成30年度の本事業への参加者実人員は、男性8名、女性10名の計18名、新規参加者は男性1名だった。平成29年7月以降、送迎にタクシーを利用することになり、定員などの問題もあることから「新規参加者は自力で参加可能な方」とし

たため、実人員は漸減傾向である。平成30年8月は気温が高く活動を中止とした回もあったため、実施回数は17回、参加者延べ数は男性106名、女性116名の計222名で、1回平均参加者数は約13名だった。

平成30年度の参加者の平均年齢は、男性74.5歳、女性67.6歳で、総参加者の平均年齢は70.6歳だった。ボランティアの協力は平成30年度より1名が新たに加わって3名となり延べ59人だった。

育てる野菜、作業の進め方は参加者とボランティアが中心となって決めている。平成30年度は以下の22種類の野菜（ジャガイモ、大根、ニンジン、ほうれん草、ニラ、キュウリ、ナス、ピーマン、カボチャ、白菜、しそ、かき豆、モロヘイヤ、チンゲン菜、山東菜、玉ねぎ、ニンニク、トウガラシ、インゲン、春菊、キャベツ、茗荷）、コスモス、菊の2種類の花きを栽培した。平成29年度から参加者の声で始めた、石巻市社会福祉協議会・NPO団体が運営している子ども食堂（3か所）への野菜（白菜やジャガイモ、大根、玉ねぎなど）の寄付を平成30年度も行った。

参加された方々からは、「ここファームは楽しく活動でき元気になった」という声が聞かれ、元気を取り戻す、震災を乗り越える大きな要因になったと思われた。

毎年12月に活動の締めくくりとして行っている『収穫祭』での振り返りの際には、参加者から「ここファームに来て参加者の顔を見ると安心する」「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」という感想が聞かれる。毎回、顔を合わせることを楽しみしており、久しぶりに会う人とは再会を喜び合う姿が見られ、また、ここファームをきっかけに親しくなり、更に交流を深めている参加者もいる。

ここファームを開設して6年、参加者も元気を取り戻されているが、参加者の高齢化は進んでいる。今後一番の大きな課題として、「ここファーム」をいつどのような形で閉じるのかは、高齢の参加者に対して地域で生活していくための支援をどのように進めていくのかという問題でもあり、参加者の今後の支援も含めて検討していくことが必要と考えている。

表2 ここファーム実施状況

実施期間 及び時間	実施回数	延べ 利用者数	延べ ボランティア数	延べ スタッフ数	参加者合計
3月～12月 月2回 9時～11時	31回	222名	59名	71名	352名

2. 支援者支援

（1）出向

①石巻市出向

石巻市出向者は、石巻市健康推進課成人保健担当に所属し、被災者健康支援事業を担っている。災害公営住宅などの訪問健康調査関連事務、各支援団体との窓口調整、まとめ、訪問後の他課や他機関への引継ぎなどを行っている。その他に、市保健師、派遣の支援保健師と被災者支援チームを作り訪問調査をしている。作業療法士として、生活不活発病予防事業（通称：ゆいっこプロジェクト）、高次脳機能障害家族会、若年性認知症事業への支援を行っている。

石巻市での活動を当センターの活動を踏まえて、以下の報告をしてもらった。

センターの主な活動域である石巻市では、市独自で災害公営住宅等入居者訪問健康調査を実施している。この事業は、石巻市が策定した被災者自立生活再建促進プログラムの中の支援対策事業である。この事業の目的は、災害公営住宅入居者の健康状態および生活のニーズを把握

握することで被災者の健康課題を明確にし、要フォロー者を具体的な健康支援事業などに結びつける事である。またこの調査結果は、今後の災害公営住宅入居者の健康維持増進に必要な支援策を推進するために活用されている。平成27年度から開始されているこの事業は入居申請時の健康調査結果を基に、入居した全世帯を対象として入居1か月から2か月後に専門職が個別に訪問し、聞き取りによる健康調査をおこなっている。平成30年度の対象は、平成30年2月から平成31年1月末までに災害公営住宅へ入居された方々である。

石巻市健康部健康推進課（以下、石巻市健康推進課と略）で支援者支援業務を主に行っていり出向者は、今年度、宮城県任期付き保健師及び自治法派遣の保健師で構成された被災者支援チームとして、「石巻市災害公営住宅等入居者訪問健康調査」の取りまとめ、委託団体などへの依頼や連絡調整、保健師との同行訪問による健康調査を行うことになった。前年度同様、40歳以上の入居の方へは①物忘れが多いと感じる②1年前と比べて物忘れが増えたと感じる、という項目について聞き取り調査を行い、物忘れや認知症の周辺症状が確認できた方、本人や同居家族の了解が得られた方について、介護保険課でおこなっている「石巻市認知症初期集中支援推進事業」へつないだ。災害公営住宅へ転居したことによる環境の変化で、物忘れの項目に該当した方が非常に多かった。複合的な生活課題を持つ認知症当事者及び家族介護者に必要な支援を一体的・連続的に提供し、問題解決に向けたアプローチを展開するために、毎月介護保険課で開催している「認知症初期集中支援推進事業チーム員会議」へ出席し、情報を共有した。この事業への関わりがきっかけとなり、平成30年度に4回開催された石巻市若年性認知症当事者・介護者の会「連珠の会」の企画運営に携わることになった。次年度は介護者である家族の要望により、年6回の交流会を開催する予定である。平成31年3月に鍵渡しが行われた一部共助型災害公営住宅が最後の供給となり、平成27年度から開始された全戸を対象とした「石巻市災害公営住宅等入居者訪問健康調査」は次年度で終了する。今後、被災者への心のケアを含む健康支援の必要性を判断する指標は、宮城県と石巻市が年1回共同で行っている「災害公営住宅健康調査」へシフトされることになる。

当センター職員が石巻市健康推進課から依頼を受け、平成30年4月から平成31年2月までの間に訪問調査を担当したのは、90世帯139名中72世帯119名（世帯実施率80.0%）であった。当センター職員が、訪問調査の依頼を受ける対象は、単身世帯（特に男性）、無職、相談相手がない、と答えている方が多く、今回依頼を受けた単身世帯36世帯中20世帯が男性の単身者であった。また、近年社会問題として取り上げられている8050問題となりうる家族世帯の訪問調査へ関わることになる。訪問調査から、当センターが支援の介入が必要と判断した主な理由と人数は、震災後の心のケアが4世帯6名と最も多く、続いて疾病による体調不良への対応が2世帯4名、経済問題への対応が3世帯3名、介護保険サービスの手続き支援が1世帯1名であった。仮設住宅などの生活の長期化が心や体へ変調をもたらし、生活困窮や経済困窮に至っているが、公的支援を受ける条件が整わないため、生活苦を感じながら暮らしている方が存在しているというのが現状である。調査をおこなった時点において緊急的な支援は必要としないが、今後、あるいは将来的に支援が必要となると思われる心のケアが必要な方、難病などの病気を抱える若年の方、介護保険のサービス調整が必要な方については、健康推進課と介護保険課へ情報提供をおこなった。

石巻市主催で開催された「平成30年度被災者健康支援における関係者会議（第1回平成30年5月16日開催、第2回平成30年12月3日開催、第3回平成31年2月20日開催）」は、第2回以降、被災者の健康課題に加え、生活困窮課題や自死対策の取り組みについて、関係課、関係機関、委託団体と共有し連携を深める場となった。平成29年度石巻市災害公営住宅入居者健康調査結果から見えた被災者の課題は、「石巻市自死対策推進計画（平成31年3月策定）」において、重点施策の1つである被災者への対策の根拠となり、災害公営住宅入居者を対象とした健康調査とこの会議が事業として位置づけられることになった。

石巻市の自殺死亡率を「人口動態統計」から見ると、東日本大震災以降、全国や宮城県と比べ高い水準を示している。

健康調査結果から見えた多様化している被災者の課題を、被災者支援に関わる関係課、関係機関及び委託団体と共有しながら、「被災者の生活再建のステージに応じた切れ目のない支援」と、「生きるための包括的支援」が、支援している側に求められている。

②東松島市出向

東松島市出向者は、東松島市保健福祉部健康推進課（以下、東松島市健康推進課）精神保健福祉グループに所属し、地区担当保健師の業務補助、精神科ケースの個別支援、子供の心のケア相談と自死遺族家族支援の調整、関係機関との協力・連携、精神保健グループ担当事業の企画、運営補助、関係者会議などの参加、支援者へのスーパーバイズ、各種資料のとりまとめなどを担っている。東松島市からの評価も高い。

③女川町出向

女川町出向者は、健康福祉課の女川町保健センターに所属している。出向者より以下の報告をしてもらった。

平成 30 年度の女川町は、復興住宅への入居や自立再建などにより仮設住宅の解体も進み、平成 30 年 9 月には新庁舎が完成し、町職員は新たな環境での業務を開始するなど、復興の歩みを進めている。

出向者は、昨年同様依頼に基づき健康福祉課健康対策係（保健センター）の業務、その中でも主に精神保健福祉事業に協力し、訪問等による住民支援を行った。出向先に常駐していることで、相談依頼があった際にはタイムリーに動けるようにし、また、健康教室などの事業に参加し、日頃から町民と顔を合わせる場を持つことを心掛けた。復興住宅等入居者への健康調査にも協力しており、訪問などにて対応している。転居が進み、各地区で新しいコミュニティが出来始めて町民同士の交流の場が持たれているが、地域に馴染めず孤立してしまったり、体調を崩してしまう方もおり、個別での対応が必要とされている。

精神保健福祉事業の新たな事業として、平成 30 年度は、各地区の集会所にて住民を対象に『心のケア講座』を実施しており、出向者は講師派遣の調整、企画運営に協力した。これは、町民のほとんどが平成 30 年度に復興住宅などへの転居が概ね完了することから、「町民同士の支え合いによりお互いを元気にし、ストレスなどを克服できる心の健康づくりを推進すること」を目的としている。平成 24 年度より女川町への支援を継続している当センター非常勤精神科医が講師を担い、うつ病や認知症などの心の健康に関する講話を実施した。震災後より活動している女川町聴き上手ボランティアとのコラボレーションで実施しており、気軽に参加して話ができるような場づくりに努めた。平成 30 年度は 5 地区にて開催した。そのうちの 1 地区は、婦人部を対象とした地域での傾聴活動についての講話依頼を受け、石巻地域センターの職員が対応した。また、女川町聴き上手ボランティアを対象に、認知症に関する研修会を 1 回実施し、非常勤精神科医が対応した。また、非常勤精神科医は、保健師や住民の相談にも隨時対応した。

出向者の業務として、女川町職員のメンタルヘルス事業についても引き続き支援した。その中のひとつが、全職員を対象とした『はあと通信』の発行で、月 1 回庁内 LAN を使って心のケアに関する情報を発信した。また、女川町では、職員の健康診断時に問診票と併せてストレスチェックシートを用いてストレスチェックを実施し、健診結果やストレスチェック結果などをもとに産業医による個別面談を実施している。出向者は、ストレスチェックの集計などを行い、産業医面談の調整と補助、フォローを行った。震災後、職員へのメンタルヘルスへの取組みがより重要視され、これまで協力してきたが、震災から 8 年が経過して復興が進む中、職員自身も徐々に落ち着きを取り戻してきていることから、通常の産業医面談の体制に戻していく必要があるのではないかと話し合われ、出向者による産業医面談への支援については、平成

30年度を持って終了となった。

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。センターのスタンスは、「市町からの要望にできるだけ応えていく」である。

(2) ケース会議、エリアミーティングなどへの出席

石巻市、石巻市社会福祉協議会、公益社団法人宮城県看護協会（以下、看護協会）、石巻市内の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、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、蛇田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・災害公営住宅入居者の検討を行ってきた。エリアミーティングは、災害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災害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ている。しかし、個人情報の問題もあり今後の会議の持ち方について検討されているところである。

(3) 乳幼児健康診査支援

石巻市で実施している4か月児健診、1歳6か月児健診、2歳児健診、3歳児健診に、依頼を受け保健師を派遣し母子相談を行っている。支援は、センター業務との調整の上、月5～7回程度行った。健診後に行われるカンファレンスでは、母と子の心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

●石巻駅前での断酒会ミーティング体験会の開催

平成27年6月から石巻市河北総合支所を会場として開設していた「断酒会ミーティング体験会・お酒をやめている人達の話を聞いてみよう」は、石巻駅に近接する石巻市保健センター1階小会議室を会場に、平成29年4月より「断酒会ミーティング体験会」として実施するようになった。平成30年度も当センターが主催し、石巻市が後援、宮城県断酒会が協力団体として開催した。平成27年度以降の参加者状況は表3のとおりである。

表3 断酒会ミーティング体験会参加者状況

実施回数	当事者	家族	断酒会	支援者	合計(人)
平成27年度	13	33	6	60	230
平成28年度	13	17	13	48	104
平成29年度	12	35	6	35	41
平成30年度	12	53	4	34	20
					111

※当初は支援者の学習の場として要素が大きかったが、現在は当事者中心の会として運営

※毎回参加するメンバーが出てきており、2名が県断酒会に入会

※支援者は、仮設支援員等の社協職員、東北会病院、行政、当センター職員など

平成30年度は、河北総合支所で開催した当初から参加されていた方を含め2名の方が県断酒会に入会、最初に支援者同行で参加された方も継続的に参加し、参加メンバーも固定化してきた。また、新規で家族なども参加することが多くなった。実施形態は、当センターが主催、県断酒会が協力団体となっているが、実際は、県断酒会が本ミーティングを最初から最後まで主体的に担っている。

石巻市内では、以前から毎週土曜日19時から、断酒会ミーティング体験会と同じ会場で、「東支部・石巻例会所」として実施してきた。（平成30年9月現在、第一・第三土曜日の19時から月2回開催となっている）しかし、開催時間が19時からと遅いため、精神科病院などに入

院中の方が参加するのは難しい状況だった。

現在、ミーティングに参加している会員からは、さまざまな希望が出ているが、今後とも宮城県断酒会、圏域の精神科病院、精神科クリニック、石巻市健康推進課、東部保健福祉事務所などと協力、連携をしながら、本ミーティングの将来を考えていきたい。

なお、平成 31 年度は、名称を「断酒会ミーティング」とし、宮城県断酒会が主催し、当センターが後援する形で開催し、宮城県断酒会の石巻市での例会として自立する方向へ支援していきたいと考えている。

4. 人材育成・研修

(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関連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、「アルコール関連問題研修会」を開催した。

① 石巻保健所

石巻圏域の医療機関、警察署・消防本部、地域包括支援センター、介護支援事業所、行政機関等職員を対象に、当センターが共催で開催した。

平成 30 年度は当センターと共催で、国立病院機構久里浜医療センターの臨床心理士による研修会を 10 月に「アルコール関連問題の基礎知識と本人・家族への支援方法について」を午前・午後を通じて実施し、54 名の方が参加された。

女川町で 3 年間継続して実施してきた研修会を、新合同庁舎を会場に「内科医療と精神科医療との連携について」をテーマに開催した。女川町での研修は、東北会病院の医師、看護師による講話、当事者の声、事例検討会を行い、アルコール依存症の理解と、内科医、行政と専門病院の連携を目標に実施してきた。実際に東北会病院につながった方もいる。基幹センターが実施している東北会病院でのアルコール依存症治療実務研修も女川町から複数で参加している。しかし、石巻圏域で東北会病院を退院し、定期的に通院される方は距離的な問題なのか、経費的な問題なのか、中断される方が多いように感じられた。そのため、石巻圏域でのアルコール依存症者の治療について、地域に根差した活動が展開できるよう、連携が図れるよう圏域内の精神科医師並びに内科医師に講話ををお願いした。

- ・日時：平成 30 年 11 月 29 日 午後 7 時から
- ・参加対象：圏域の医療従事者、地域包括、障害者支援事業者、行政関係者
- ・テーマ：
 - ・アルコール依存症について
講師：こだまホスピタル 牧野 直徳 先生
 - ・女川町地域医療センターにおけるアルコール関連問題
～内科医・かかりつけ医の立場から～
講師：女川町地域医療センター長 斎藤 充 先生
- ・参加： 77 名（開始時間を遅らせたことで、参加しやすくなったか）

平成 31 年度も地域での活動に主眼を置いた研修を考えていきたい。

② 石巻市での研修会

石巻市では、職員に①断酒についての理解、②節酒とは・・・の講話を、東北会病院地域支援課・基幹センター地域支援課の協力を得て、2 回に分けて研修会を実施した。

③ 東松島市での研修会、住民訪問による啓発活動

東松島市では、市保健師や栄養士が中心となって、住民が健康的な生活、健康増進を図るための健康相談会や研修会を行っている。

アルコール啓発事業についても、平成 28 年度より特定検診アルコール健康調査事業を実施、65 歳未満の γ -GTP100 以上の方（40 名）を対象に、健康調査後のフォロー訪問を市保健師、

精神保健福祉士が中心となり、当センター保健師、精神保健福祉士が同行する形で実施した。平成29年度（39名）から、肝機能の数値の他にBMI、中性脂肪、コレステロールの数値が高い方も多く、食生活の改善が必要と思われ、市栄養士も家庭訪問に加わり健康生活の推進が図られた。対象者は何らかの疾患を抱えており、栄養士が同行したこと、食生活も含めアルコールについても、本人や家族から「参考になった、油ものばかりが好きで食べていたが、もっと食事も飲酒量も気を付けていく、体を大事にしていく」と真剣に話を聞く方が多くみられ、好評であった。

平成30年度の特定検診からは、 γ -GTP100以上、かつ、40歳～65歳未満の方（34名）を対象に実施、訪問対象者からアルコールも含め食事面でも参考になったと意見が多く聞かれ、平成29年度同様、市保健師、栄養士、精神保健福祉士、当センター職員とで家庭訪問を行った。訪問対象者および家族は「検診結果で訪問されたのね」と訪問を快く受け入れ、BMIや中性脂肪の数値が高いなどから、飲酒量や食生活について質問するなど健康についての関心の高さが伺え、訪問対象者のなかには、継続的に検診を受けている方もおり、あらためて健康的な生活を送る大切さを感じてもらえる機会となっている。

特定検診フォロー訪問を実施して3年、対象者の多くは何らかの内科疾患を抱えており、対象者やその家族からも「健康的な生活をしていきたい」と前向きな意見が聞かれ、地域住民の健康を守るための活動に大きな役割を果たしている。

今後、高齢者やアルコール問題、何らかの障害を抱えた方々の健康を守るための活動を、地域の関係機関との連携も含め、健康増進活動として広げていくのかが課題であろう。当センターは、地域住民の健康的な生活を積極的に進めていく活動に協力し、多くの事を学ぶ機会をいただいた。今後も住民の健康を守る活動に積極的に協力していきたい。

④女川町での研修会

女川町で3年間継続して実施してきた研修会を、新合同庁舎を会場に「内科医療と精神科医療との連携について」をテーマに開催した。

（2）各種研修会

子どもの心のケア地域拠点事業

これまで県内市町村で子供の支援に従事している、保健師・保育士、教諭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とした「心のケア研修会」を開催してきたが、平成30年度は、以下のような研修会を開催してきた。

①「これから被災地における子どものメンタルヘルス支援活動」の研修会

- ・目的：国府台病院が発災直後から石巻地区で行ってきた子どものメンタルヘルス支援活動を通してみえてきた「子どもたちの心の変化や今後」「子どもに起こり得る問題」「その予防」「支援のあり方」について考える機会とする。
 - ・主催：公益社団法人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
 - ・共催：石巻市・石巻市教育委員会、東松島市・東松島市教育委員会、女川町・女川町教育委員会
 - ・講演：東日本大震災後の子どものメンタルヘルス～これまでの支援活動からみえてきたこと～
 - ・講師：宇佐美 政英 氏（国立国際医療研究センター国府台病院 児童精神科診療科長）
 - ・日時：平成30年8月9日（木）午後1時30分～午後4時
 - ・会場：石巻市河北総合センタービッグバン 交流ホール
 - ・対象者：石巻圏域で保健、保育、教育に携わる方
保健師・保育士・教諭（幼稚園・小学校・中学校・高校・支援学校など）
 - ・参加者：111名
- 当日は、台風13号の影響により公共交通機関に影響が出ており、朝から研修をするのか、

中止にするのかの確認の電話が入り、天候を理由にキャンセルする方も多かった。宇佐美先生は、前日から石巻入りをしていただき無事終了した。

②心のケア研修会

- ・目的：この講演会では、東日本大震災の被災地で、幼児、小学生等を保育、教育している専門家を対象に、「子どもの発達の特徴、最近の子どもの問題、支援者の適切な対応」をテーマにして、子供の心に寄り添いながら、子供自身の力を引き出すために何ができるかを考える機会とする。
- ・主催：宮城県、公益社団法人宮城県精神保健福祉協会みやぎ心のケアセンター
- ・共催：宮城県教育委員会
- ・講演：「子どもの心の回復とは？～自己肯定感を育む子ども支援を考える～」
- ・講師：明橋 大二 氏（真生会富山病院心療内科部長）
- ・日時：平成 30 年 10 月 5 日（金）午後 2 時～4 時
- ・会場：イオンシネマ石巻 7 番劇場
- ・対象者：保健、保育、教育、養育に携わる方 約 200 名
(保健師・保育士・幼稚園教諭・小学校教諭・民生児童委員・里親など)
- ・参加者：246 名

③専門職員派遣

当センターに、石巻市健康推進課母子担当より、保育所や幼稚園から専門職員の派遣依頼があった場合は、当センター職員と臨床心理士が対応している。平成 30 年度は、子供の特性を捉え、親を含めどう対応していくかを検討するための保育所訪問の依頼が 3 件、家族背景が複雑で多職種が関わっていたため、関わりの方向性の検討が 1 件、発達・環境・親との関係などの子供との関わり方について、3 事例の相談が 1 件あった。

④NPO ベビースマイル（石巻市子育て世代包括支援センター “issho (いっしょ) ”）

NPO ベビースマイルは、妊婦から未就園児の親子に対して、子育て支援に関する事業を行い、親子の心身の健康・震災からの子育て環境の復興再築に寄与することを目的として設立された団体である。子育てネットワークの構築、産前産後の切れ目ない支援の実現、子育てを中心としたまちづくり・地域連携のための活動をしている。

その中で、例えば、離乳食・発達・発育・遊び方・コミュニケーションの取り方・怒り方・しつけなどに関する子育て中の母親の育児の質問、母親自身が抱えている育児不安・育児困難、夫との関係・嫁姑関係・DV などの家族の問題、子供自身の問題として発達障害の具体的な対応など、平成 30 年度は、相談回数が 11 回、22 ケースの相談に対応し、他に支援者からの相談に対応した。

その他に、石巻市の 4 か月児、1 歳 6 か月児、2 歳児、3 歳児健診にセンター業務との調整の上、月 5 ～ 7 回程度の健診時の支援を行い、問診場面では子育ての苦労などをきき、母ら保護者を労うことが多かった。子どもの疾患や母自身の問題からくる育児不安には、発達・発育上のフォロー、家庭への支援方法をカンファレンスで一緒に検討した。また、母と子の心のケアが必要な方には継続して支援を行っている。

まとめ

東日本大震災から 8 年が経ち災害公営住宅の完成など、ハード面では被災地の復興が目に見えはじめ、被災された方々のうち自力再建や災害公営住宅に転居される方がいる一方で、プレハブ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少數ながらおり、復興の格差も広がっているという現状が表面化してきている。また、8 年という期間の中で家賃が上がったことにより、転居を余儀なくされている方、家賃滞納という問題も出てきている。

また、復興支援団体も石巻圏域から徐々に撤退を始めている状況にある。災害公営住宅の健康調査、

家庭訪問、健康相談会を行ってきた看護協会が、平成30年3月末で活動を終了する。これまで当センターが訪問を依頼されたり、依頼したりという相互に補完し合っていた関係にある団体が、活動を終了するのは寂しいと感じている。

他機関との連携については、石巻市とは2か月に1回、東松島市・女川町とそれぞれ月1回の定例情報交換、保健所とは平成30年度は1回打合せをした。

平成30年度の災害公営住宅の健康調査では、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31年度も「石巻市災害公営住宅入居者訪問健康調査」に協力していきたいと考えている。

石巻圏域の2市1町との連携がスムーズに進むことが多くなってきている。これは、出向者の日々の活動の賜物であり、地域センターが出向者とどのように連携し、支えていけばいいのか、今後も大きな課題の一つである。併せて、行政機関の組織体制・支援体制の改変なども進んでいる。当センターは、平成33年4月以降も活動を継続することになった。しかし、活動を閉じていく機関であることは間違いない、これまでの活動で地域に何が残せるのか、残せたのか、が問われることの回答期限が延びただけに過ぎない。圏域の石巻保健所、2市1町の関係者、当センターよりも早く活動を開始し、今後も活動を継続する「一般社団法人震災こころのケアネットワーク・みやぎ からこころステーション」の機関・団体と連携を更に深めていく方法や手段を、職員全体で考え、模索しながら事業を進めていく平成31年度になるとを考えている。

当センター職員は、被災者に思いを寄せ、自分たちの持つ力を発揮して、被災者の自立をサポートしていく支援者になっていきたいと考えている。被災者住民の孤立防止、およ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。

なお、平成30年度は、計画をしながら実施までに至らなかった事業（震災心のケア交流会in石巻、自死対策研修）もあるため、平成31年度は計画的に実施していきたい。

「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、関係機関と本音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と感じている。

最後に、本稿を作成するにあたりご協力をいただいた皆様に感謝いたします。