

基幹センター企画研究課活動報告

みやぎ心のケアセンター
 基幹センター 企画研究部 企画研究課
 課長 精神保健福祉士 樋口 徹郎
 課長補佐 事務 三浦由希乃
 課長補佐 事務 安孫子洋実

はじめに

企画研究課は、研修企画や広報活動などの事業企画と各種研究や活動統計の取りまとめなどの調査研究が主な業務である。基幹センター、石巻地域センター、気仙沼地域センターの各地域支援課と現状を共有し、被災者支援にかかる事業全般の円滑な実施を協力して行っている。さらに被災者支援や支援者支援などの支援活動に協力いただいている医療機関や大学、支援団体との連携も意識し、関係の構築を心掛けている。

平成30年度は、宮城県復興計画の最終期である発展期の初年度で、あと3年でこの復興計画は終了となる。平成29年度に立てられた『みやぎ心のケアセンター運営計画（以下、運営計画）』は実施2年目となり、事業終了を見据えた既存事業の見直し、活動の縮減や他機関への事業移譲などを検討した。

運営計画で掲げられた「子どもから大人まで切れ目のない支援」について、企画研究課として取り組んだものを振り返ると共に、平成31年度とそれ以降の展望を考察したい。

1. 平成30年度活動状況報告

(1) 地域住民支援

①被災地の親子を対象としたデイキャンプ（以下、デイキャンプ）の実施

平成24年度から当センターの事業として実施してきた被災地の小学生やその保護者を対象としたデイキャンプを、平成30年10月13日（土）に松島町で実施した。

内陸部への自宅再建や、復興住宅への移行などの状況変化を考慮し、平成29年度同様沿岸部2市1町（仙台市、名取市、松島町）の児童を対象とした。自然の中で心の健康に対する関心を高めながら、セルフケア能力を向上させることを目的に本事業を実施した。

デイキャンプの参加児童は13名だった。保護者プログラムは参加申し込みがなく、実施されなかった。また、平成29年度と同様に過去のデイキャンプに複数回参加した中高生を対象に事前研修を行った。キャンプ当日は、事前研修に参加した中高生がサブリーダーの役割を担った。

当日は3つの班に分かれ、野外では火おこし体験やレクリエーションを、屋内では貯金箱づくりを行った。活動を通し、コミュニケーション力を養いながら、班で協力して取り組む様子が見られた。また、サブリーダーが関わることにより、高学年が低学年を自主的に手助けする流れへつながり、自主性を養う機会となった。心理教育として実施した『こころのおべんきょう』では、イライラしたときや動搖したときに気分を落ち着かせる方法として、リラクゼーションを取り入れた呼吸法を行った。サブリーダーとして参加した中高生は、事前研修の内容を生かし、スタッフの役割を十分に果たした。達成感や自己効力感を高めることで地域活動への興味を深める機会ともなり、将来地域の担い手となることを期待している。今回もボイスカウト宮城県連盟仙台地区に企画・運営の協力をいただいた。

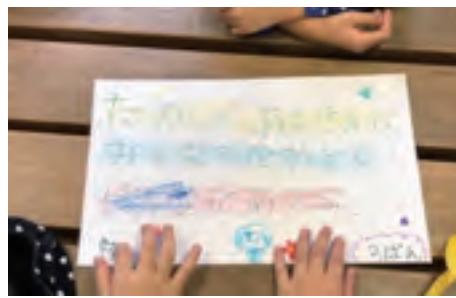


写真 1 班の目標



写真 2 火おこし体験



写真 3 貯金箱づくり



写真 4 焼きマシュマロづくり



写真 5 こころのおべんきょう 呼吸法

② その他の地域住民支援

基幹センター地域支援課が岩沼市で実施している『うつくしまサロン』（福島県から宮城県に避難されている方を対象としたサロン）への協力を行った。また、電話相談、来所された方への個別面談などに対応した。

（2） 支援者支援

① アルコール専門機関による被災地支援活動の実施

医療法人東北会東北会病院（以下、東北会病院）とNPO法人宮城県断酒会（以下、宮城県断酒会）に事業委託し、支援者がアルコール関連問題に適切に対応できるよう支援を行った。アルコール関連問題への支援状況について、東北会病院と定期的に情報共有を行った。なお具体的な取り組みについては、本号の『3. 委託機関・団体等の取り組み』で紹介する。

② サポーターズクラブ

平成30年度、サポーター登録者にはデイキャンプや調査研究などで協力いただいた。

③ 社会福祉協議会職員支援

平成24年度から沿岸都市町社会福祉協議会（以下、社協）からの要望に応じ、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、東北大学予防講座）が職員健康調査を実施し、調査結果のフィードバックを行ってきた。さらに、社協職員に対するメンタルヘルス支援の一環で職員面談やメンタルヘルス講話を要望に応じて行ってきた。職員面談などでは、当センターの各地域支援課が実施に協力している。

平成30年度、企画研究課では、年度の始めの各市町社協や宮城県社協との打ち合わせに同席し、ニーズの把握と庶務的な役割を担った。

(3) 普及啓発

①パンフレット作成

平成24年度より、震災以降に懸念されるPTSD、アルコール関連問題、うつ、不眠などのパンフレットを常備し、各地域支援課の支援活動に活用した。平成30年度もこれまでに作成したパンフレットを各地域支援課の活動で活用すると共に、使用頻度の高いパンフレットの増刷を行った。また、研修会や講演会で資料を収納するクリアファイルを新規に作成した。研修参加者を通し、身近な人に啓発していただくことを期待して簡単なセルフケア法のイラストをプリントした。(図1)



図1 セルフケア法イラスト付クリアファイル

②広報誌の作成

当センターの役割や活動の周知を目的に『みやぎ心のケアセンター通信』を平成30年8月と平成31年1月の年2回、2,000部ずつ発行し、県内の関係機関など約600か所に配布した。各地域支援課の活動や主催および共催の研修情報などを提供した。

広報誌については、支援者の方々に有益な情報を提供するため、各地域支援課と協議を重ねながら発行してきた。平成31年1月の発行後の協議にて、よりタイムリーな情報提供を行うため、ブログやメールマガジンに役割を移譲する形で発行を終了することとなった。

③ホームページの運営

当センターが実施する各研修や共催・後援事業の周知、平成30年度発行した広報誌の掲載、各地域センターの取り組みについての紹介などを行った。こうした情報提供の外、ブログの更新、メールマガジンの発行など広く情報発信を行った。

引き続き、心の健康について理解を深められるような情報発信に努めていく。

[参考] みやぎ心のケアセンター <http://miyagi-kokoro.org/>

④各種取材等への対応

平成30年度のマスメディアからの取材は10件であった。そのすべてが平成30年9月後半から平成31年3月までであった。また、平成30年12月にはテレビ取材もあり、震災から8年目を迎えるにあたっての課題を取り上げていただいた。視察は3件対応し、震災や当センターへの一般的な関心が弱まっている感は否めなかった。

⑤職場の心の健康づくり支援事業

全国健康保険協会宮城県支部委託事業として受託していた『健康づくり出前講座』は、平成29年度で終了した。平成30年度は、被災地の企業などからの依頼に個別に対応した。対応は2件にとどまったが、引き続き依頼に応える体制を維持していく。

(4) 人材育成

①自治体職員対象アルコール関連問題研修の実施

平成30年度、宮城県は『アルコール健康障害対策推進計画』の策定に着手した。そうした

動きも意識しながら、アルコール関連問題に対応する人材育成のための研修を実施した。

当センターでは、開設以降『アルコール関連問題実地研修（以下、実地研修）』を、アルコール関連問題への実践的なスキルを身に付けることを目的に実施してきた。当初は主に沿岸部自治体職員を対象としていたが、内陸部の自治体や宮城県からも受講の要望があり、対象を沿岸部自治体に限定せず宮城県全域とした。

平成 30 年度も、委託先である東北会病院にて 3 日間を 1 期とする実地研修を 6 期実施した。受講後のアンケート結果では「苦手意識が軽減された」など、満足度の高い回答が多く、この研修へのニーズの高さがうかがえた。

また、平成 24 年度～平成 28 年度までの実地研修受講者 57 名を対象に実施したアンケート結果をもとに、フォローアップ研修として『アルコール関連問題事例検討研修』を平成 31 年 2 月 27 日に開催した。アルコール健康障害対策基本法に関する講義とロールプレイ、受講者から提供された事例に基づくグループワークを行った。

依存症からの回復のためには、医療機関だけではなく、自助グループが果たす役割が大きいことを受講された方々と共に理解することができた。こうした機会を継続的に設けることは、被災地におけるアルコール関連問題対策を進めていく上で、大変有意義であると考える。詳細は以下のとおりである。

表 1 アルコール関連問題事例検討研修会プログラム

日 時	平成 31 年 2 月 27 日（水）10：00～16：00
場 所	仙台市戦災復興記念館 5 階会議室
午前の部	<p>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 辻本土郎先生</p> <p>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、辻本土郎先生</p>
	<p>報告 全日本断酒連盟 「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</p>
午後の部	<p>事例検討 ① 事例を通してこれまでの支援のあり方を振り返る ② 各地域における取り組みについて ③ 意見交換 講師 東北会病院リカバリー支援部長 鈴木俊博氏 東北会病院リカバリー支援部 三浦敦子氏</p>
参加者	46 名（うち、市町保健所など行政職員 23 名）

* S B I R T S (エスバーツ) について

依存症治療のコンセプトである SBIRT (エスバート：スクリーニングテストを実施して、問題飲酒者には簡易介入を行い、依存症の疑いがあれば専門医療につなぐという技法) に長期的な回復を連結させたものであり、依存症の早期発見から介入、専門医療を経て自助グループに連結することで一連の治療の流れを確立したもの。S はスクリーニング、B I はブリーフ・インタベンション、R T は治療機関への紹介、S はセルフヘルプグループ（自助グループ）の事である。

S	Screening
B I	Brief Intervention
R T	Referral to Treatment
S	Self-help-group

②テーマ別支援者研修の実施

地域の支援者を対象に『こころのエクササイズ研修』を東北大学予防講座との共催で平成30年7月24日と平成31年2月19日に開催した。「支援業務に活かす認知行動的スキル『問題解決法』」をテーマに東北大学予防講座の臨床心理士が講師を担当した。内容は、支援者のための認知行動療法の基本についての講話と問題解決法の体験についての実践ワークであった。この研修は、自治体職員や訪問支援員からのニーズが高く、コミュニケーションスキル向上を動機とした受講が目立った。メンタルヘルスに関する適切な支援ができる人材を養成するため、今後も可能な限り研修を継続していく。

③被災者支援専門研修の実施

被災者支援に関わっている専門職を対象に、災害復興期における被災者の回復を支えるための心理支援法の習得を目指した研修を行った。

平成30年11月15日に東北大学予防講座と共に、兵庫県こころのケアセンター副センター長である亀岡智美先生を講師に迎え『トラウマとその支援』および『トラウマインフォームドケア』の講義と、心理教育、実践ワークを行った。同じく東北大学予防講座との共催で、『心理支援スキルアップ研修』を、事例検討と初学者向け専門的研修のセットで平成30年7月18日と平成30年10月31日、平成31年2月6日に実施した。トラウマや認知行動療法の研修機会は県内では少ないとから、特に心理臨床に関わる専門家からのニーズは高く、今後も必要とされる研修と考えている。

また、『WHO版心理的応急処置（PFA）研修』（以下、PFA研修）を、平成30年9月18日と平成30年12月14日の2回開催した。これに先立ち、平成29年度の指導者育成研修受講者を対象にブースター研修を平成30年6月29日に開催した。PFA研修は、宮城県精神保健福祉センターでも毎年開催されていることから、事前に確認しながら計画・実施した。ブースター研修についても、指導者からのニーズが高く、平成31年度も継続して行う予定である。

④3県心のケアセンターミーティング

平成30年9月28日、被災3県の心のケアセンター職員・関係者の研修と情報共有の場として開催した。3県の心のケアセンターの活動状況の共有と今後のあり方などについて意見交換を行った。3県が抱える課題は時間の経過と共に違いが明確になってきたものの、「震災後の心のケア」を実践している者同士の共感や連帯感が育まれた一日であった。平成31年度も、国の施策の動向を見ながら実施を検討する。

（5）調査研究

①調査研究担当者会議と倫理委員会の開催

調査研究を積極的に進めるための体制整備と新規研究の推奨を図った。東北大学予防講座、他の外部非常勤職員の協力を得て、当センターの担当者による『調査研究担当者会議』や『有識者会議』を開催した。会議では進行中の調査研究について進捗の確認や検討を行った。また倫理委員会を2回開催し、そのうちの1回は進行中の研究の審査を行った。また、倫理申請に向け、研究計画書など提出書類作成に協力した。

調査研究の体制強化が実現したこと、各課の学会発表などに寄与することができたと考える。

②紀要第6号の発行

平成29年度の当センターの活動と研究成果をまとめた紀要第6号を1,200部発行し、県内外の関係機関890か所に送付した。また、これまでの活動を広く発信するため、紀要第6号と第5号をホームページへ掲載した。さらに、第6号と第5号の英訳を、平成31年度内にホームページへの掲載を予定している。

③みやぎ心のケアフォーラムの開催

全県的・広域的な視点に立ち、これまでの被災地における心のケアの実践と課題に関する報告と地域精神保健福祉のありようについて議論する場として『みやぎ心のケアフォーラム』(以下、フォーラム)を平成 29 年度に引き続き開催した。

平成 30 年度のフォーラムは『東日本大震災後 7 年間の心のケアの実践と今後に向けて～それぞれの地域にある課題から見えてくるもの～』と題し実施した。沿岸部 3 自治体(気仙沼市、石巻市、岩沼市)と宮城県、当センターからの実践報告とシンポジウムを行い、現状の課題と今後の展望を参加者と共有した。

また、交流懇話会の場を通じ参加した支援者同士の交流を図り、展示コーナーではパネルやスライドショーによる当センターの活動紹介を行った。

詳細は、本号の「平成 30 年度みやぎ心のケアフォーラム実施報告」の中で報告する。

④公式活動記録策定事業

運営計画の中で、当センターの 10 年間の活動や調査研究のまとめ、当センターが果たした役割などを掲載した冊子の発行が定められた。平成 30 年度は、月 1 回を目安に部課長で協議を重ね、骨子を固める作業を行った。平成 32 年度の刊行を目指し、平成 31 年度は、『公式活動記録作成委員会』として協議を重ね、編集内容を具体的に固める予定である。

(6) 子どもの心のケア地域拠点事業

平成 28 年度から受託している『子どもの心のケア地域拠点事業』について、平成 30 年度は、「専門職派遣事業」および「研修事業」の講師の調整、「調査研究事業」に係る庶務や「普及啓発」の啓発グッズ作成を主に行った。詳細は本号「子どもの心のケア地域拠点事業」の中で報告する。

①専門職派遣事業

年度当初の依頼に基づき、亘理町、岩沼市、名取市保育所に定期的に専門職を派遣した外、要請に応じて他の市町への派遣調整を行った。事業全般の傾向として平成 29 年度よりも依頼件数が増加した。

②研修事業

『子どものための心理的応急処置(PFA)研修(以下、子ども PFA 研修)』を 4 回主催した。4 会場(気仙沼・東松島・大崎・仙台)で、主に福地成副センター長が講師を務め開催した。また、平成 29 年度に実施した指導者育成研修の受講者を対象としたブースター研修を別途行った。

平成 31 年 2 月 19 日、兵庫県こころのケアセンター副センター長の亀岡智美先生(児童精神科医)をお招きし、『子どもの傷ついた心にアプローチするために～トラウマインフォームドケアの視点から～』をテーマに講義いただいた。

③調査研究

コホート調査として、震災直後に出生した子供たちに経年的に関わり、子供たちや家庭の変容評価を行い、効果的な支援の明確化を図った。他、デイキャンプ参加者アンケートのまとめを行った。詳細は本号「調査研究報告および他誌寄稿原稿」の中で報告する。

④普及啓発

『子どもの心のケア』のパンフレットを講演会で配布した他、子供向けのセルフケアメッセージ付きクリアファイルをコホート調査に協力いただいた保育所などへ配布した。広報誌やホームページへの掲載を通じ、子供の心のケアに関する情報を発信した。

(7) 業務統計データ管理

平成 27 年度から開始した個人特定 ID を付与した地域住民支援データの蓄積は順調に進んでおり、集約された地域住民支援データから活動実績や支援対象者の傾向について逐次報告を行うことができた。システムの運用面では、『個別支援システム』が安定的に稼働しており、『統計システム』のデータ登録場所を 1 か所に集約することにより、記入者以外が登録した業務報告書を閲

覧することが可能になっている。

引き続き業務報告書データの蓄積を進め、個別支援の状況や各種事業についての分析、経年の分析を行い、地域ごとのニーズの把握に努めていく。

(8) 職員研修

①全体ミーティング

全体ミーティングは、3地域で活動している当センター職員が一堂に集まり、現状を共有し、必要な知識を身に付ける機会として開設以来実施している。平成29年度までは全体研修との2部構成であったが、平成30年度は当センターの活動終盤を鑑み、活動の振り返りと将来展望を話し合う機会としてミーティングに特化し、年2回実施した。

平成30年5月に行われた第1回では、これまでの7年間を振り返り、平成30年度の活動方針を共有した。平成31年2月の第2回では、平成30年度の活動を課ごとに振り返ると共に「今後の地域精神保健福祉体制の構築」や「地域連携」などについて話し合った。

②推奨研修など

職員としての資質向上のために、外部研修の情報を適宜発信し、推奨研修として積極的な受講を呼び掛けた。また、平成30年4月には新入職者を対象に入職者研修を実施し、当センター業務の全般的な理解を促した。

2. 平成31年度の方針・計画について

平成31年度は、震災から9年目を迎える。10年目を目前にさらに5年の事業延長が内定した。当センターの運営計画の3年目となり、計画の進捗を確認すると共に、新たな活動終了の目処となる7年後を見据え、運営計画と共に事業の抜本的な見直しが必要である。特に平成31年度で事業終了となる東北大学寄附講座にはさまざまな支援活動で協力してきていた。専門研修や社協職員をはじめとする支援者支援などのニーズも高いことから、平成32年度とそれ以降の人材育成や支援者支援の検討が必要である。また、その他の事業についても検討を重ねていく。

(1) 地域住民支援

被災後の心理的負担を抱えたままの住民、あるいはコミュニティの変化から孤立感を深める住民など、さまざまな悩みを抱えている住民を対象に企画研究課として以下の活動を実施していく。

①住民などへの相談支援活動（訪問、来所、電話相談など）

②サロン活動の運営協力

地域支援課と連携し、『うつくしまサロン（津波や原発被害で福島県から避難されている方を対象）』などの運営に協力する。

(2) 支援者支援

自治体職員や支援者へ専門的な助言やセルフケアにつながる研修を行うなど、支援者的心身両面の負担軽減を図る。

①アルコール関連問題対応事業

アルコール関連問題外部専門機関（東北会病院、宮城県断酒会）に事業の一部を委託し、事例検討や研修会の開催、断酒会などの自助グループの支援に協力していく。

②サポートーズクラブ運営事業

登録者には、専門分野や経験を生かし、当センターの事業（調査研究、研修会など）へ協力いただけるように調整していく。

平成31年度は、新規登録者が見込まれており、地域住民支援や調査研究などで協力いただく予定である。

(3) 普及啓発

県民すべてが被災者支援の対象であるという観点から、県民や支援者がメンタルヘルスについて理解を深め、メンタルヘルスの改善につながるような啓発事業を進めていく。また、被災地における復興状況の格差やコミュニティの変化といったさまざまな課題を、メンタルヘルスの観点から県内外に発信する役割を果たしていく。さらにメディアなどを通じた情報の発信、取材や視察などの受け入れも行う。

①パンフレットなどについて

研修会や健康相談、訪問などで配布するパンフレットを適宜増刷する。また、新規のパンフレットや普及啓発グッズの作成、購入などを検討する。

②ホームページの運営について

各種研修会やイベントの告知、各地域センターの取り組みなどを紹介する。ブログやメールマガジンからの情報発信も適宜行う。

③職場の心の健康づくり支援

被災地の企業などからの依頼に基づき、職場や日常生活でのストレスなどのメンタルヘルスに関する課題に対処できるよう、講話やパンフレットなどの配布を行う。

(4) 人材育成・研修

地域の支援者からのニーズが高い研修を実施すると共に、PFA 研修や節酒研修については精神保健センターと調整を行いながら企画を進める。平成 32 年度までを一区切りとし、それ以降の事業終了や継続について、具体的な検討を行う。

①アルコール関連問題研修

東北会病院委託事業となっている実地研修は、県内の自治体などからのニーズが高いことから平成 31 年度も継続して実施する。また、過去に実地研修を受講された方を対象に、フォローアップ研修を平成 30 年度に引き続き実施する。

アルコール関連問題に対応する研修のニーズは高く、1 次予防から 3 次予防までを視野に入れた研修を実施する。特に節酒指導については、各自治体の関心が高いため、各地域支援課や宮城県精神保健福祉センターとも協議し、継続的に開催する。

平成 30 年度末に『宮城県アルコール健康障害対策推進計画』が策定された。平成 31 年度以降の研修は、この計画との連動性を考慮して実施する必要があると考える。

②被災者支援専門研修

PFA 研修は、今後起こり得る災害の初期対応として活用できる支援技術であり、広く普及することが当センターの役割であると考える。平成 31 年度は、研修開催場所を追加し、回数を増やして実施する。さらに、平成 29 年度の PFA 指導者育成研修受講者に対するスキルアップ研修としてブースター研修を実施する。

東北大学予防講座と共に臨床心理士などの専門職を対象に『心理支援スキルアップ研修』を実施する。新規に『災害復興期の長期メンタルヘルス研修会』を実施する。

③その他の研修

東北大学予防講座と共に支援者向けに実施してきた『こころのエクササイズ研修』は、認知行動的スキルの習得の他、コミュニケーションスキルの向上やセルフケアにも生かせることから、平成 31 年度も引き続き開催する。これまで仙台圏域のみで開催していたが、新たに石巻圏域での開催を予定している。

また、『心のケアセンター合同ミーティング』については、岩手や福島などの心のケアセンターの現場職員同士の交流の機会と、活動のまとめなどのヒントを得る機会として開催を検討している。

(5) 調査研究

平成31年度は、今後の災害時の心のケア対策に資するため、引き続き調査研究事業を総括的・集中的に取り組み、以下の業務に着手する。

①調査研究事業

業務統計システムを安定して稼働できる体制を維持しながら、当センターとして集約できる統計を整理し、調査研究に生かしていく。

また、研究を推進していくために担当職員による意見交換や進捗確認の場として、調査研究担当者会議を年3回開催する。研究案件について外部専門家を交えて協議する有識者会議や倫理委員会を適宜開催する。

②みやぎ心のケセンター紀要発行

平成30年度の事業報告として『みやぎ心のケアセンター紀要 第7号』を発行する。また、第7号と第4号の英訳版を作成する。

③みやぎ心のケアフォーラムの開催

『東日本大震災から8年、これから心のケアのあり方を考える』をテーマに、各地域支援課と連携しながら、実践報告とシンポジウムを中心に全県的視点でフォーラムを開催する。震災後に生まれた取り組みやネットワークなどを地域に残していく意義を参加者と共有できればと考える。開催日は平成31年11月22日（金）を予定している。

④公式活動記録策定事業

公式活動記録作成委員会にて、当センターとして残していくべき活動、研究のまとめの作業を引き続き協議しながら進めていく。

(6) 各種活動支援

平成31年度も、県内で活動している各種団体の催しなどへの協力を必要に応じて行う。

活動支援を入り口としながら、団体に対するメンタルヘルス関連の情報提供や、団体からの研修会開催、個別相談などの要請への対応を念頭において行う。また、医療や福祉系の学生実習の受け入れについては、依頼があった場合に検討し、可能な範囲で協力する。

(7) 子どもの心のケア地域拠点事業

専門職派遣事業については、外部支援者の協力を仰ぎながら、県内の子供の支援に関わる機関などからの派遣要請に応えていく。

研修事業については、『子どもPFA研修』を県内各地で4回実施する。別途、保育所や幼稚園、事業所などからの要請にも応えていく。また、子どもPFA指導者育成研修の受講者を対象にブースター研修を実施する。これまでの研修の受講者を対象としたアドバンスト研修も実施する。その他、県民向けや支援者向けの講演会を、各地域支援課と連携しながら企画していく。

調査研究事業と普及啓発事業についても、引き続き行っていく。被災地の親子を対象としたディキャンプ事業は平成31年度の実施をもって終了とする。

(8) 業務統計データ管理

例年どおり、各職員が作成した業務報告書および個別支援記録の入力項目、活動内容、事業区分などの整合性を確認し、月次報告書、年次報告書を作成する。各課の支援活動の参考になるようなデータ提供を適宜行う。また、県や自治体が、施策や計画策定などの目的でデータ提供を求める場合は、適宜対応する。

(9) 職員研修について

平成31年度も、職員同士の意見交換を行う時間を重視した『全体ミーティング』を年2回仙

②テーマ別支援者研修の実施

地域の支援者を対象に『こころのエクササイズ研修』を東北大学予防講座との共催で平成30年7月24日と平成31年2月19日に開催した。「支援業務に活かす認知行動的スキル『問題解決法』」をテーマに東北大学予防講座の臨床心理士が講師を担当した。内容は、支援者のための認知行動療法の基本についての講話と問題解決法の体験についての実践ワークであった。この研修は、自治体職員や訪問支援員からのニーズが高く、コミュニケーションスキル向上を動機とした受講が目立った。メンタルヘルスに関する適切な支援ができる人材を養成するため、今後も可能な限り研修を継続していく。

③被災者支援専門研修の実施

被災者支援に関わっている専門職を対象に、災害復興期における被災者の回復を支えるための心理支援法の習得を目指した研修を行った。

平成30年11月15日に東北大学予防講座と共に、兵庫県こころのケアセンター副センター長である亀岡智美先生を講師に迎え『トラウマとその支援』および『トラウマインフォームドケア』の講義と、心理教育、実践ワークを行った。同じく東北大学予防講座との共催で、『心理支援スキルアップ研修』を、事例検討と初学者向け専門的研修のセットで平成30年7月18日と平成30年10月31日、平成31年2月6日に実施した。トラウマや認知行動療法の研修機会は県内では少ないとから、特に心理臨床に関わる専門家からのニーズは高く、今後も必要とされる研修と考えている。

また、『WHO版心理的応急処置（PFA）研修』（以下、PFA研修）を、平成30年9月18日と平成30年12月14日の2回開催した。これに先立ち、平成29年度の指導者育成研修受講者を対象にブースター研修を平成30年6月29日に開催した。PFA研修は、宮城県精神保健福祉センターでも毎年開催されていることから、事前に確認しながら計画・実施した。ブースター研修についても、指導者からのニーズが高く、平成31年度も継続して行う予定である。

④3県心のケアセンターミーティング

平成30年9月28日、被災3県の心のケアセンター職員・関係者の研修と情報共有の場として開催した。3県の心のケアセンターの活動状況の共有と今後のあり方などについて意見交換を行った。3県が抱える課題は時間の経過と共に違いが明確になってきたものの、「震災後の心のケア」を実践している者同士の共感や連帯感が育まれた一日であった。平成31年度も、国の施策の動向を見ながら実施を検討する。

（5）調査研究

①調査研究担当者会議と倫理委員会の開催

調査研究を積極的に進めるための体制整備と新規研究の推奨を図った。東北大学予防講座、他の外部非常勤職員の協力を得て、当センターの担当者による『調査研究担当者会議』や『有識者会議』を開催した。会議では進行中の調査研究について進捗の確認や検討を行った。また倫理委員会を2回開催し、そのうちの1回は進行中の研究の審査を行った。また、倫理申請に向け、研究計画書など提出書類作成に協力した。

調査研究の体制強化が実現したこと、各課の学会発表などに寄与することができたと考える。

②紀要第6号の発行

平成29年度の当センターの活動と研究成果をまとめた紀要第6号を1,200部発行し、県内外の関係機関890か所に送付した。また、これまでの活動を広く発信するため、紀要第6号と第5号をホームページへ掲載した。さらに、第6号と第5号の英訳を、平成31年度内にホームページへの掲載を予定している。

③みやぎ心のケアフォーラムの開催

全県的・広域的な視点に立ち、これまでの被災地における心のケアの実践と課題に関する報告と地域精神保健福祉のありようについて議論する場として『みやぎ心のケアフォーラム』(以下、フォーラム)を平成 29 年度に引き続き開催した。

平成 30 年度のフォーラムは『東日本大震災後 7 年間の心のケアの実践と今後に向けて～それぞれの地域にある課題から見えてくるもの～』と題し実施した。沿岸部 3 自治体(気仙沼市、石巻市、岩沼市)と宮城県、当センターからの実践報告とシンポジウムを行い、現状の課題と今後の展望を参加者と共有した。

また、交流懇話会の場を通じ参加した支援者同士の交流を図り、展示コーナーではパネルやスライドショーによる当センターの活動紹介を行った。

詳細は、本号の「平成 30 年度みやぎ心のケアフォーラム実施報告」の中で報告する。

④公式活動記録策定事業

運営計画の中で、当センターの 10 年間の活動や調査研究のまとめ、当センターが果たした役割などを掲載した冊子の発行が定められた。平成 30 年度は、月 1 回を目安に部課長で協議を重ね、骨子を固める作業を行った。平成 32 年度の刊行を目指し、平成 31 年度は、『公式活動記録作成委員会』として協議を重ね、編集内容を具体的に固める予定である。

(6) 子どもの心のケア地域拠点事業

平成 28 年度から受託している『子どもの心のケア地域拠点事業』について、平成 30 年度は、「専門職派遣事業」および「研修事業」の講師の調整、「調査研究事業」に係る庶務や「普及啓発」の啓発グッズ作成を主に行った。詳細は本号「子どもの心のケア地域拠点事業」の中で報告する。

①専門職派遣事業

年度当初の依頼に基づき、亘理町、岩沼市、名取市保育所に定期的に専門職を派遣した外、要請に応じて他の市町への派遣調整を行った。事業全般の傾向として平成 29 年度よりも依頼件数が増加した。

②研修事業

『子どものための心理的応急処置(PFA)研修(以下、子ども PFA 研修)』を 4 回主催した。4 会場(気仙沼・東松島・大崎・仙台)で、主に福地成副センター長が講師を務め開催した。また、平成 29 年度に実施した指導者育成研修の受講者を対象としたブースター研修を別途行った。

平成 31 年 2 月 19 日、兵庫県こころのケアセンター副センター長の亀岡智美先生(児童精神科医)をお招きし、『子どもの傷ついた心にアプローチするために～トラウマインフォームドケアの視点から～』をテーマに講義いただいた。

③調査研究

コホート調査として、震災直後に出生した子供たちに経年的に関わり、子供たちや家庭の変容評価を行い、効果的な支援の明確化を図った。他、デイキャンプ参加者アンケートのまとめを行った。詳細は本号「調査研究報告および他誌寄稿原稿」の中で報告する。

④普及啓発

『子どもの心のケア』のパンフレットを講演会で配布した他、子供向けのセルフケアメッセージ付きクリアファイルをコホート調査に協力いただいた保育所などへ配布した。広報誌やホームページへの掲載を通じ、子供の心のケアに関する情報を発信した。

(7) 業務統計データ管理

平成 27 年度から開始した個人特定 ID を付与した地域住民支援データの蓄積は順調に進んでおり、集約された地域住民支援データから活動実績や支援対象者の傾向について逐次報告を行うことができた。システムの運用面では、『個別支援システム』が安定的に稼働しており、『統計システム』のデータ登録場所を 1 か所に集約することにより、記入者以外が登録した業務報告書を閲

覧することが可能になっている。

引き続き業務報告書データの蓄積を進め、個別支援の状況や各種事業についての分析、経年の分析を行い、地域ごとのニーズの把握に努めていく。

(8) 職員研修

①全体ミーティング

全体ミーティングは、3地域で活動している当センター職員が一堂に集まり、現状を共有し、必要な知識を身に付ける機会として開設以来実施している。平成29年度までは全体研修との2部構成であったが、平成30年度は当センターの活動終盤を鑑み、活動の振り返りと将来展望を話し合う機会としてミーティングに特化し、年2回実施した。

平成30年5月に行われた第1回では、これまでの7年間を振り返り、平成30年度の活動方針を共有した。平成31年2月の第2回では、平成30年度の活動を課ごとに振り返ると共に「今後の地域精神保健福祉体制の構築」や「地域連携」などについて話し合った。

②推奨研修など

職員としての資質向上のために、外部研修の情報を適宜発信し、推奨研修として積極的な受講を呼び掛けた。また、平成30年4月には新入職者を対象に入職者研修を実施し、当センター業務の全般的な理解を促した。

2. 平成31年度の方針・計画について

平成31年度は、震災から9年目を迎える。10年目を目前にさらに5年の事業延長が内定した。当センターの運営計画の3年目となり、計画の進捗を確認すると共に、新たな活動終了の目処となる7年後を見据え、運営計画と共に事業の抜本的な見直しが必要である。特に平成31年度で事業終了となる東北大学寄附講座にはさまざまな支援活動で協力してきていた。専門研修や社協職員をはじめとする支援者支援などのニーズも高いことから、平成32年度とそれ以降の人材育成や支援者支援の検討が必要である。また、その他の事業についても検討を重ねていく。

(1) 地域住民支援

被災後の心理的負担を抱えたままの住民、あるいはコミュニティの変化から孤立感を深める住民など、さまざまな悩みを抱えている住民を対象に企画研究課として以下の活動を実施していく。

①住民などへの相談支援活動（訪問、来所、電話相談など）

②サロン活動の運営協力

地域支援課と連携し、『うつくしまサロン（津波や原発被害で福島県から避難されている方を対象）』などの運営に協力する。

(2) 支援者支援

自治体職員や支援者へ専門的な助言やセルフケアにつながる研修を行うなど、支援者的心身両面の負担軽減を図る。

①アルコール関連問題対応事業

アルコール関連問題外部専門機関（東北会病院、宮城県断酒会）に事業の一部を委託し、事例検討や研修会の開催、断酒会などの自助グループの支援に協力していく。

②サポートーズクラブ運営事業

登録者には、専門分野や経験を生かし、当センターの事業（調査研究、研修会など）へ協力いただけるように調整していく。

平成31年度は、新規登録者が見込まれており、地域住民支援や調査研究などで協力いただく予定である。

(3) 普及啓発

県民すべてが被災者支援の対象であるという観点から、県民や支援者がメンタルヘルスについて理解を深め、メンタルヘルスの改善につながるような啓発事業を進めていく。また、被災地における復興状況の格差やコミュニティの変化といったさまざまな課題を、メンタルヘルスの観点から県内外に発信する役割を果たしていく。さらにメディアなどを通じた情報の発信、取材や視察などの受け入れも行う。

①パンフレットなどについて

研修会や健康相談、訪問などで配布するパンフレットを適宜増刷する。また、新規のパンフレットや普及啓発グッズの作成、購入などを検討する。

②ホームページの運営について

各種研修会やイベントの告知、各地域センターの取り組みなどを紹介する。ブログやメールマガジンからの情報発信も適宜行う。

③職場の心の健康づくり支援

被災地の企業などからの依頼に基づき、職場や日常生活でのストレスなどのメンタルヘルスに関する課題に対処できるよう、講話やパンフレットなどの配布を行う。

(4) 人材育成・研修

地域の支援者からのニーズが高い研修を実施すると共に、PFA 研修や節酒研修については精神保健センターと調整を行いながら企画を進める。平成 32 年度までを一区切りとし、それ以降の事業終了や継続について、具体的な検討を行う。

①アルコール関連問題研修

東北会病院委託事業となっている実地研修は、県内の自治体などからのニーズが高いことから平成 31 年度も継続して実施する。また、過去に実地研修を受講された方を対象に、フォローアップ研修を平成 30 年度に引き続き実施する。

アルコール関連問題に対応する研修のニーズは高く、1 次予防から 3 次予防までを視野に入れた研修を実施する。特に節酒指導については、各自治体の関心が高いため、各地域支援課や宮城県精神保健福祉センターとも協議し、継続的に開催する。

平成 30 年度末に『宮城県アルコール健康障害対策推進計画』が策定された。平成 31 年度以降の研修は、この計画との連動性を考慮して実施する必要があると考える。

②被災者支援専門研修

PFA 研修は、今後起こり得る災害の初期対応として活用できる支援技術であり、広く普及することが当センターの役割であると考える。平成 31 年度は、研修開催場所を追加し、回数を増やして実施する。さらに、平成 29 年度の PFA 指導者育成研修受講者に対するスキルアップ研修としてブースター研修を実施する。

東北大学予防講座と共に臨床心理士などの専門職を対象に『心理支援スキルアップ研修』を実施する。新規に『災害復興期の長期メンタルヘルス研修会』を実施する。

③その他の研修

東北大学予防講座と共に支援者向けに実施してきた『こころのエクササイズ研修』は、認知行動的スキルの習得の他、コミュニケーションスキルの向上やセルフケアにも生かせることから、平成 31 年度も引き続き開催する。これまで仙台圏域のみで開催していたが、新たに石巻圏域での開催を予定している。

また、『心のケアセンター合同ミーティング』については、岩手や福島などの心のケアセンターの現場職員同士の交流の機会と、活動のまとめなどのヒントを得る機会として開催を検討している。

(5) 調査研究

平成31年度は、今後の災害時の心のケア対策に資するため、引き続き調査研究事業を総括的・集中的に取り組み、以下の業務に着手する。

①調査研究事業

業務統計システムを安定して稼働できる体制を維持しながら、当センターとして集約できる統計を整理し、調査研究に生かしていく。

また、研究を推進していくために担当職員による意見交換や進捗確認の場として、調査研究担当者会議を年3回開催する。研究案件について外部専門家を交えて協議する有識者会議や倫理委員会を適宜開催する。

②みやぎ心のケセンター紀要発行

平成30年度の事業報告として『みやぎ心のケアセンター紀要 第7号』を発行する。また、第7号と第4号の英訳版を作成する。

③みやぎ心のケアフォーラムの開催

『東日本大震災から8年、これから心のケアのあり方を考える』をテーマに、各地域支援課と連携しながら、実践報告とシンポジウムを中心に全県的視点でフォーラムを開催する。震災後に生まれた取り組みやネットワークなどを地域に残していく意義を参加者と共有できればと考える。開催日は平成31年11月22日（金）を予定している。

④公式活動記録策定事業

公式活動記録作成委員会にて、当センターとして残していくべき活動、研究のまとめの作業を引き続き協議しながら進めていく。

(6) 各種活動支援

平成31年度も、県内で活動している各種団体の催しなどへの協力を必要に応じて行う。

活動支援を入り口としながら、団体に対するメンタルヘルス関連の情報提供や、団体からの研修会開催、個別相談などの要請への対応を念頭において行う。また、医療や福祉系の学生実習の受け入れについては、依頼があった場合に検討し、可能な範囲で協力する。

(7) 子どもの心のケア地域拠点事業

専門職派遣事業については、外部支援者の協力を仰ぎながら、県内の子供の支援に関わる機関などからの派遣要請に応えていく。

研修事業については、『子どもPFA研修』を県内各地で4回実施する。別途、保育所や幼稚園、事業所などからの要請にも応えていく。また、子どもPFA指導者育成研修の受講者を対象にブースター研修を実施する。これまでの研修の受講者を対象としたアドバンスト研修も実施する。その他、県民向けや支援者向けの講演会を、各地域支援課と連携しながら企画していく。

調査研究事業と普及啓発事業についても、引き続き行っていく。被災地の親子を対象としたディキャンプ事業は平成31年度の実施をもって終了とする。

(8) 業務統計データ管理

例年どおり、各職員が作成した業務報告書および個別支援記録の入力項目、活動内容、事業区分などの整合性を確認し、月次報告書、年次報告書を作成する。各課の支援活動の参考になるようなデータ提供を適宜行う。また、県や自治体が、施策や計画策定などの目的でデータ提供を求める場合は、適宜対応する。

(9) 職員研修について

平成31年度も、職員同士の意見交換を行う時間を重視した『全体ミーティング』を年2回仙

台で開催する。平成 32 年度とそれ以降を見据え、活動方針や各課の活動状況を共有し、今後の支援活動に生かせるよう企画していく。入職者向けの研修は適宜開催する。

外部研修についても引き続き周知に努め、計画的な受講を働きかけ、職員のスキルアップを図っていく。

3. 考察

平成 30 年度における企画研究課の取り組みは、平成 32 年度で活動が終結することを前提に「活動の取りまとめ」と「今後に向けた検討」を念頭に置いてのスタートだった。

その中で、調査研究体制の強化やフォーラムの開催などは、活動の取りまとめや今後の展望につながる成果であったと考える。また、アルコール関連問題実地研修では、過去の受講者のスキルアップ研修を実施し、地域の人材のステップアップを実現することができた。

一方、事業全般はむしろ拡大傾向にあり、終了を意識した見直しは困難な状況であった。自治体の被災者支援事業の縮小や外部支援者の減少が見込まれる中、支援者支援および人材育成などの事業の移譲についての検討は大きな課題となっていた。

当センターの活動の延長は決まったものの、終息に向かっていくこと自体に変わりはない。これまでの取り組みから見えた課題を踏まえ、事業の実施と検証を重ね合わせながら、成果の取りまとめと事業の見直しを行うことが不可欠である。平成 31 年度は、平成 32 年度までを一区切りと考えつつ、それ以降の活動を視野に、これまでの取り組みを点検し、何を残し引き継ぐべきかの模索が続くと思われる。

4. おわりに

当センターは、宮城県の 10 年間の復興計画と連動して活動し、平成 32 年度末をもって活動の終期を迎えることが想定されていた。しかし、被災地の復興の歩みと心の復興の歩みの歩調が整ったとは言い難く、当センターの事業を県や市町にどう引き継ぐかは大きな課題である。

引き続き 5 年の活動延長が県により判断されたものの、活動内容を徐々に整理し、事業の終結や引き継ぎを念頭においた事業展開が求められている。一方で、必要とされる事業であれば新規の立ち上げも可能と考える。そのためにも各地域支援課とも協議を重ね、当センターとしての方針を早急に示す必要がある。

企画研究課は、平成 31 年度も「子どもから大人まで切れ目のない支援」を念頭に活動していく。そして各地域支援課ならびに各自治体および関係機関などとの連携を考えながら『被災地における地域精神保健福祉の向上』に寄与していきたい。