

ごあいさつ

みやぎ心のケアセンターは東日本大震災が発生した年の12月に開設し、市町と協働しながら被災された方々のメンタルヘルスを支える活動を続けてきました。

震災から10年が経過し、当時の状況から比べてコミュニティの外観は少しずつ変化してきました。かさ上げ工事が終わり、道路は整備され、新しい建物が並ぶようになりました。その一方で、こころの復興には個人差があり、内面の回復が追いつかない方々への支援ニーズが高まっていることを感じます。この「コミュニティの外観」と「人々の内面」のギャップこそが、今の復興期における課題の本質だと思います。

コミュニティ全体が健康になれるように、生活する人々に理不尽な格差が広がらないように、そのためには何が必要なのかを私たちは考え続けています。生活するみなさまも、支援活動にまいしんするみなさまも、活動する私たちも一緒に幸せになれるような仕事ができればと思っています。

当センターでは、「できるだけみんなの近くに」をモットーに活動を続けます。被災された方々に寄り添い、市町のメンタルヘルス体制の復興に尽力していきたいと考えています。みなさまのご指導とお力添えを心よりお願ひ申し上げます。

令和3年4月1日

みやぎ心のケアセンター センター長
福地 成

みやぎ心のケアセンター

みやぎ心のケアセンターは、東日本大震災後の心のケアを行う組織として設置されました。

震災によって生じた心理的影響を含む様々な心の問題についての相談や支援者向けの研修会、相談会を開催することを主な事業としています。



活動の基本方針

- ①市町と協働しアウトリーチを中心とした心のケア活動を実施します。
- ②事例検討やコンサルテーションなどを通じて、支援者のスキル向上に寄与するとともに、支援者のメンタルヘルスに関する支援などを目的とした活動を実施します。
- ③「子どもから大人まで切れ目ない支援」を実施します。
- ④市町と連携しながら、地域住民を対象に予防的な観点を重視した地域精神保健に関する支援活動を実施します。
- ⑤今後発生する大規模自然災害などにおいて活動できる支援のあり方を取りまとめ、これまでの活動で培われた経験の伝承を視野に入れた活動を実施します。
- ⑥地域精神保健福祉活動の向上を目指して、連携・協力しながら市町の実状に応じた活動を行い、各種事業の関係機関への移行などを計画的に実施します。

みやぎ心のケアセンターの概要

運営法人の概要

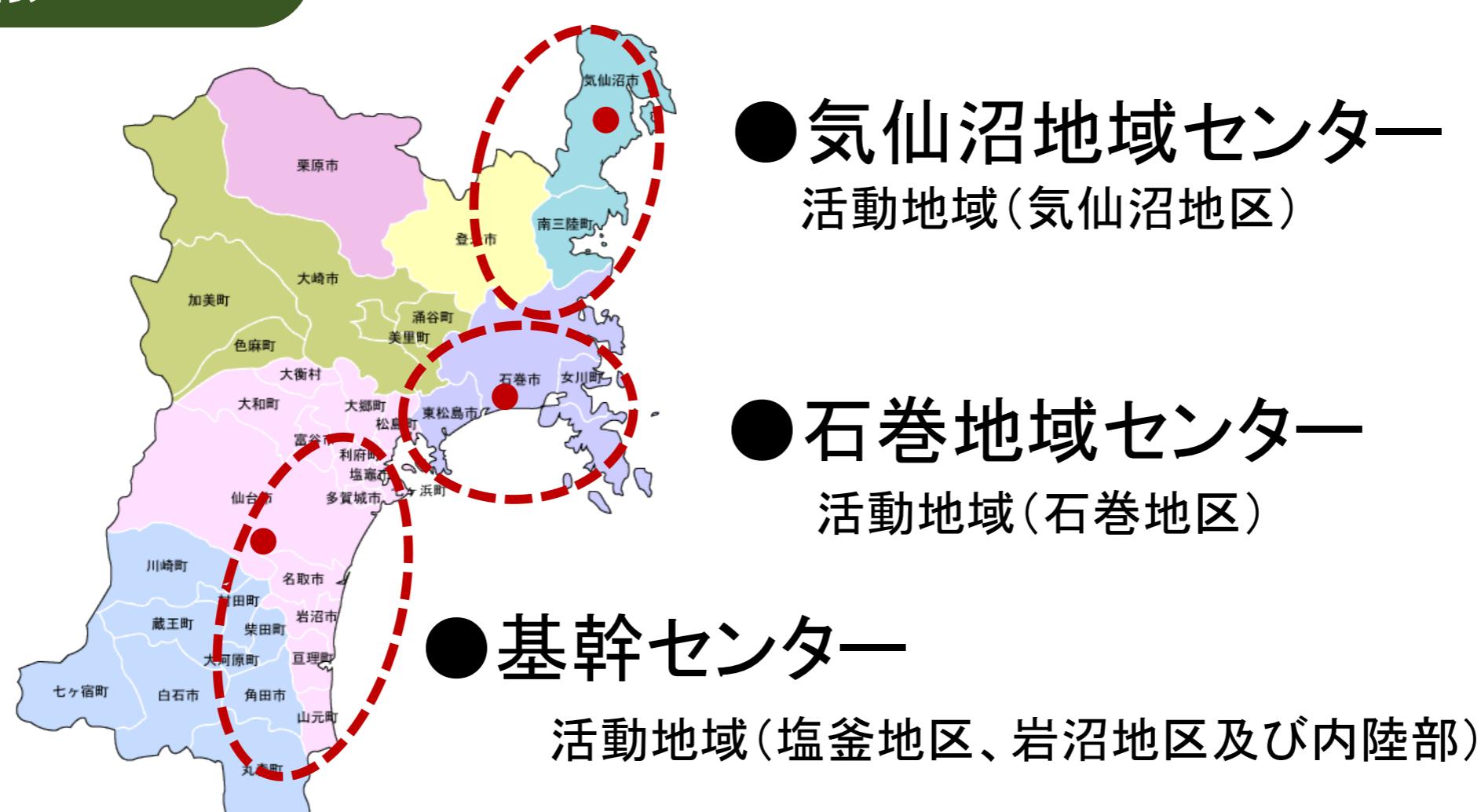
運営法人 公益社団法人 宮城県精神保健福祉協会
会長 高階 憲之 (特定医療法人松涛会 南浜中央病院 理事長)
法人設立 昭和46年 (昭和34年開設)

みやぎ心のケアセンターの体制

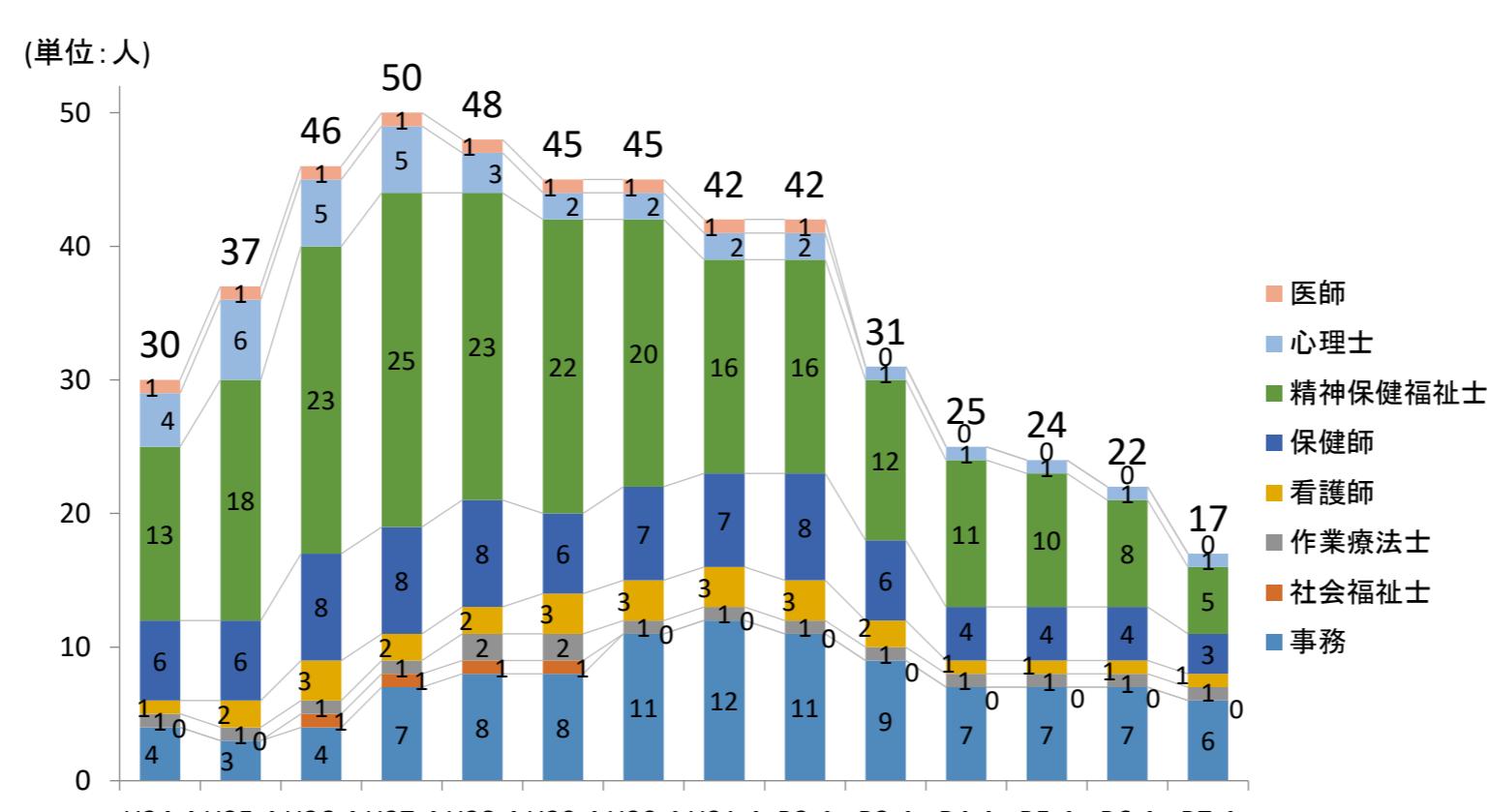
センター長 福地 成 (東北医科薬科大学病院 病院准教授)
職員数 20名 (常勤17名、非常勤3名)
職種 精神科医、精神保健福祉士、心理職、保健師、看護師等

(令和7年4.1時点)

拠点



常勤職員の推移



設立までの経過

応急的な医療救護活動としての心のケアについては、災害救助法に基づく『心のケアチーム』が震災直後から派遣されていましたが、一方、震災により傷ついた被災者の心のケアを長期的な視点で考える必要性が指摘され、心のケアセンターの設置に至りました。

- | | |
|------------|--|
| 2011年3月11日 | 東日本大震災 |
| 2011年3月15日 | 宮城県内精神保健福祉関係者が情報交換等を目的に参集 |
| 2011年3月18日 | 宮城県、仙台市、精神保健福祉センター、東北大学、精神保健福祉にかかわる団体が参加して会議開催
(以後、「心のケア対策会議」として県が召集し、7月まで定期的に開催) |
| 2011年4月 | 「心のケア対策会議」
今後の中長期的な県の精神保健福祉対策について協議がなされ、県内で心のケアを継続的に推進するためには中核となる機関の必要性が指摘された |
| 2011年5月 | 宮城県から宮城県精神保健福祉協会（以下「協会」という）に対し
『心のケアセンター』の運営について打診 |
| 2011年5月 | 協会総会にて積極的に『心のケアセンター』の運営に取り組むことを内諾 |
| 2011年7月 | 新潟、兵庫両県の心のケアセンターを視察 |
| 2011年8月 | 宮城県議会において震災復興基金事業として『心のケアセンター運営事業』の予算を承認
心のケアセンターと連携することとなる東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座の設置についても予算化 |
| 2011年9月 | 『心のケアセンター運営事業』を協会として受託することを正式に決定 |
| 2011年10月1日 | 東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座設置 |
| 2011年11月1日 | みやぎ心のケアセンター設立準備室開設 |
| 2011年12月1日 | みやぎ心のケアセンター基幹センター開所 |
| 2012年 4月1日 | みやぎ心のケアセンター石巻地域センター、気仙沼地域センター開所 |

センター設置時の被災自治体のニーズ

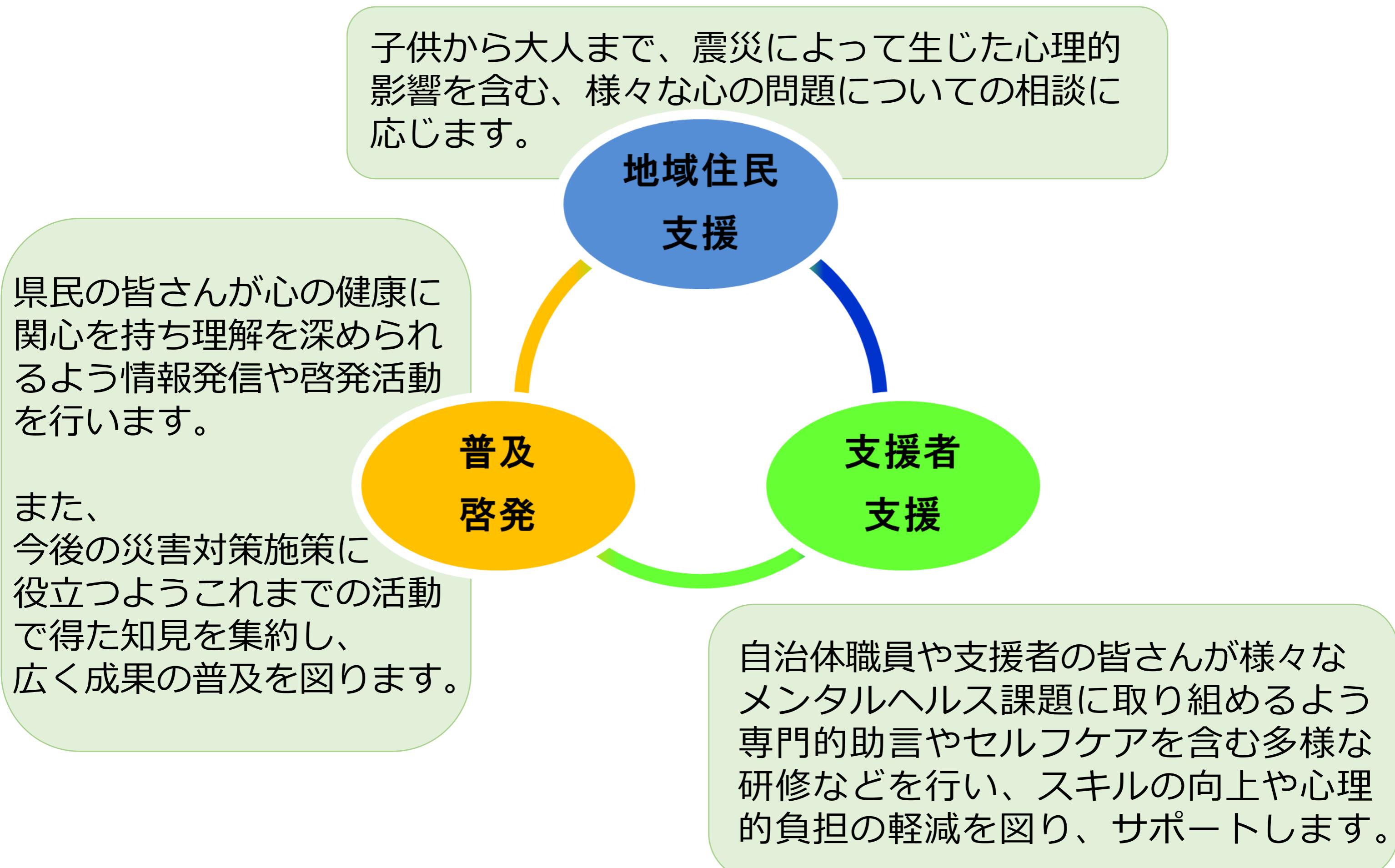
(2011.12～2012.3)

みやぎ心のケアセンター設立当時に最初に手がけたことは、県内の自治体担当者と顔が見えるつながりを作り、各地の状況を正確に把握することでした。そのため、まずは県内の沿岸域に位置する気仙沼市から山元町までの自治体、並びに圏域に設置されている保健所など関係機関の担当者を訪ね歩きました。発災から9ヶ月以上が経過する中にも関わらず、各地の混乱は続いている、発災以来業務に追われてきた現地の担当者は一様に疲労が蓄積していました。そのため、私たちの主眼を「自治体の担当の方々の負担をどう軽減できるか」に置き、要望にできる限り沿うことを心がけました。発災以降、宮城県にはさまざまな支援団体が訪れましたが、現地のニーズに合わない支援、支援する側の思惑が優先される支援は現地に混乱をもたらし、摩擦を生じさせることもありました。私たちの関与がさらなる負担になることがないよう心がけました。

当センターに寄せられた相談

- ・ うつスクリーニングや問診票にメンタルヘルスの項目を入れたい
どうすればよいのか
- ・ 被災者向けにセルフチェックができるものを掲載したい
調査する項目などを相談し、調査後のフォローにも協力して欲しい
- ・ 先が見えない将来に対する不安と相まってうつやアルコール問題を抱えた人への対応、関わり方
- ・ 引きこもり状態にある方、家族関係が不安定な方、家族離散の危機に直面している方への対応、関わり方
- ・ 複雑悲嘆反応等に対するグリーフケア
- ・ 支援員やサポートセンター職員が仕事に自信をなくすケースが見受けられるため、研修や事例検討を企画して欲しい
- ・ 自治体職員、消防士、警察官、保育士、海上保安官、医療関係者等にメンタルヘルス上の問題が生じていることからこれらに対するケアの要請

令和3年度以降の活動の内容と取組みの特徴



取組みの特徴

- 自治体の保健福祉部門や被災者支援担当者を窓口とした支援を中心に、地域のニーズに応じた活動を行っています。
- 複数の専門職が職域を越えてチームで対応しています。

活動の集計方法

- 災害精神保健医療情報支援システム(Disaster Mental Health Information Support System:DMHISS)を基礎とした独自の業務統計システムにてデータを集積しています。
- 1活動1件として集積し、複数の職員で対応した場合も同一の活動は1件として集計しています。

地域住民支援

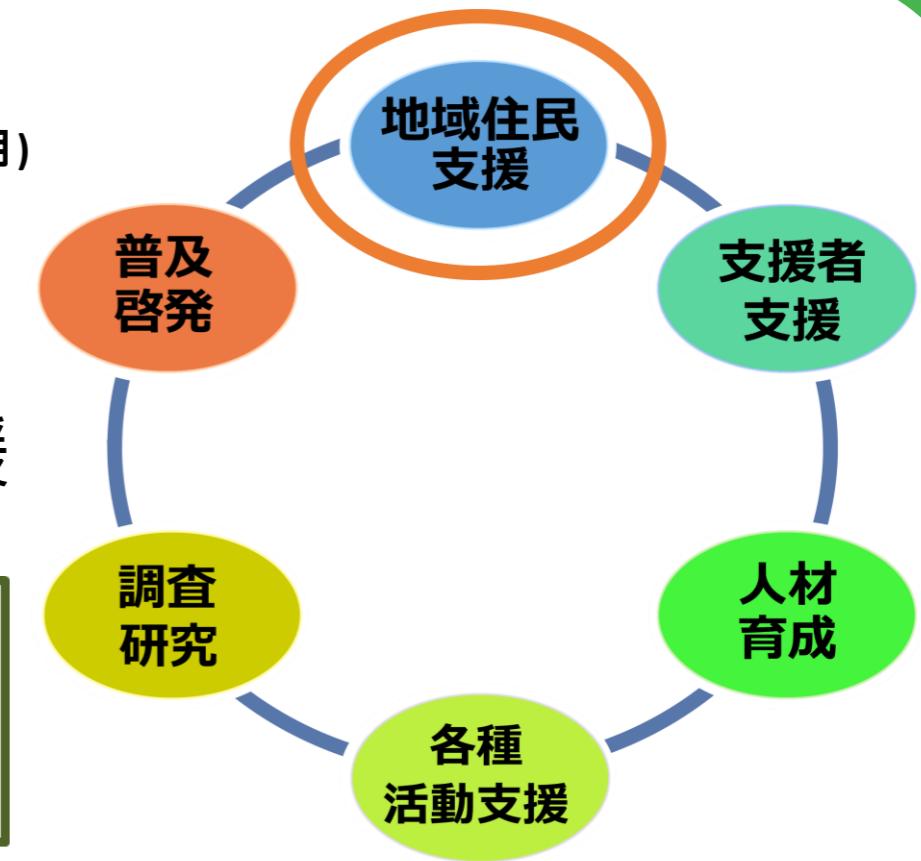
平成24年度～令和7年度(4月～9月)

- ・被災者に対する精神疾患の予防
- ・メンタルヘルスの改善を目的とした相談・支援

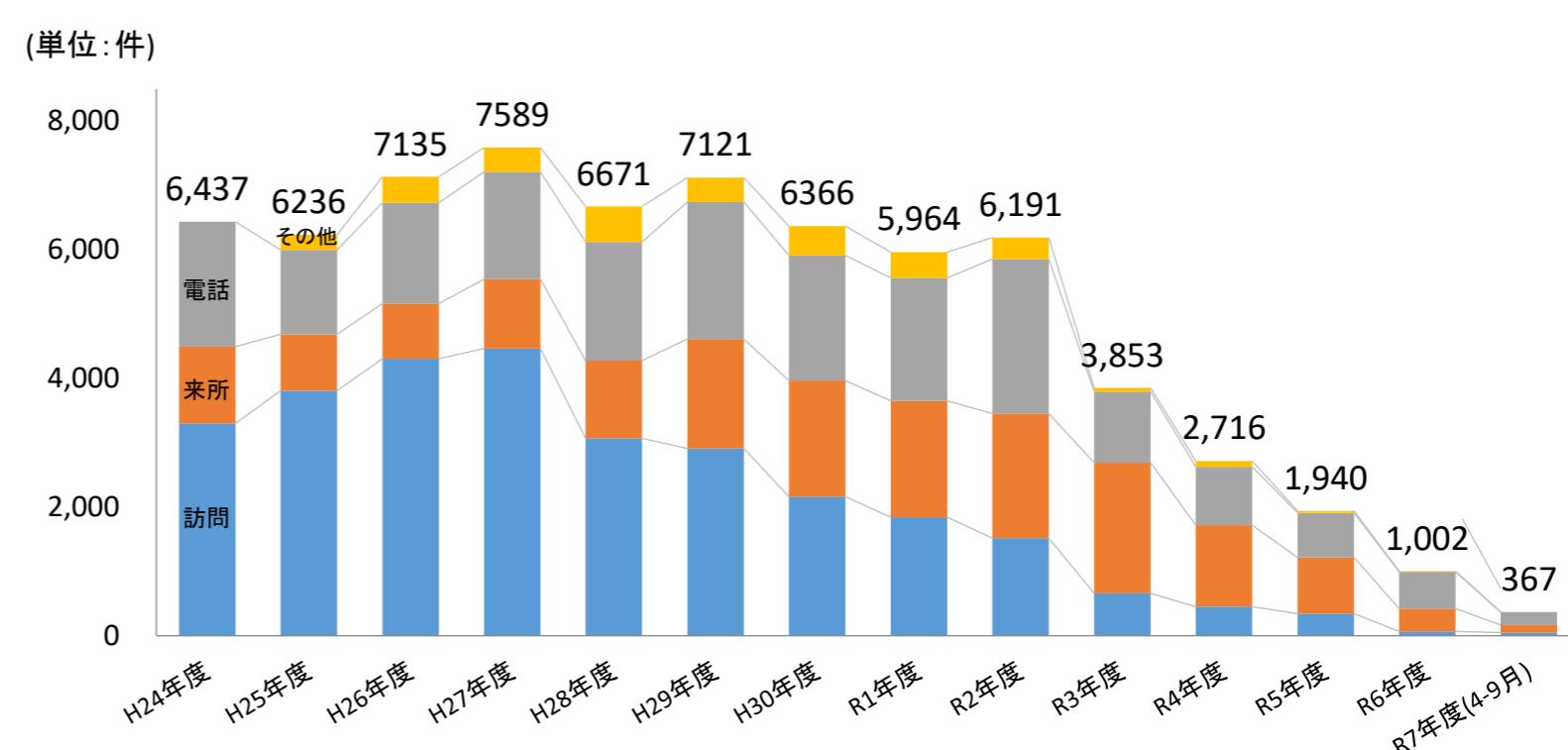
県で実施している仮設住宅、復興住宅等入居者健康調査
市町で実施している各種健康調査



の結果に基づく
要フォロー者への支援など



■支援対応件数(延べ件数)



普及啓発

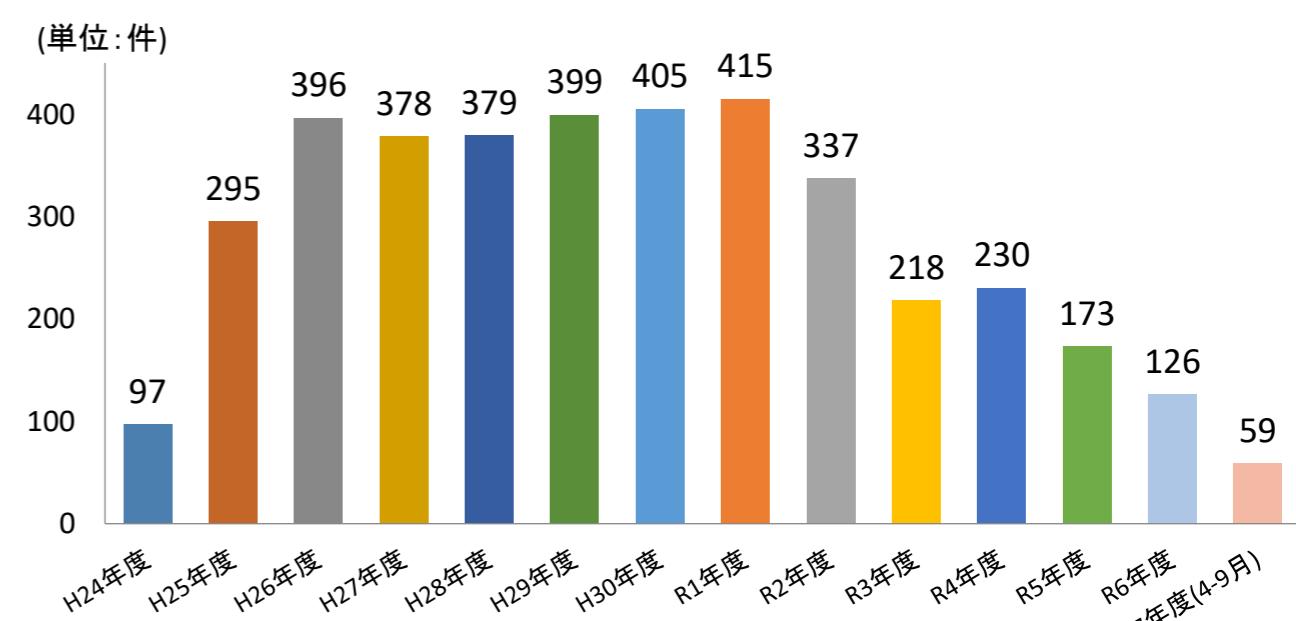
平成24年度～令和7年度(4月～9月)

メンタルヘルスに関する情報発信および啓発



- サロン活動
 - ・交流推進、断酒・節酒、孤立防止等を目的に実施
 - ・福島から宮城に避難されている方を対象としたサロンへの協力
 - ・サロンの運営を参加住民が自主的に行うための支援 → 地域の資源に
- 普及啓発研修
 - ・アディクション、セルフケアに関するテーマの研修ニーズが高い傾向にある
- 心の相談窓口
 - ・自治体や関係機関と協力して実施
→ 健康相談会、イベント時に開設など
- リーフレットの作成や広報紙、HPなどによる情報発信

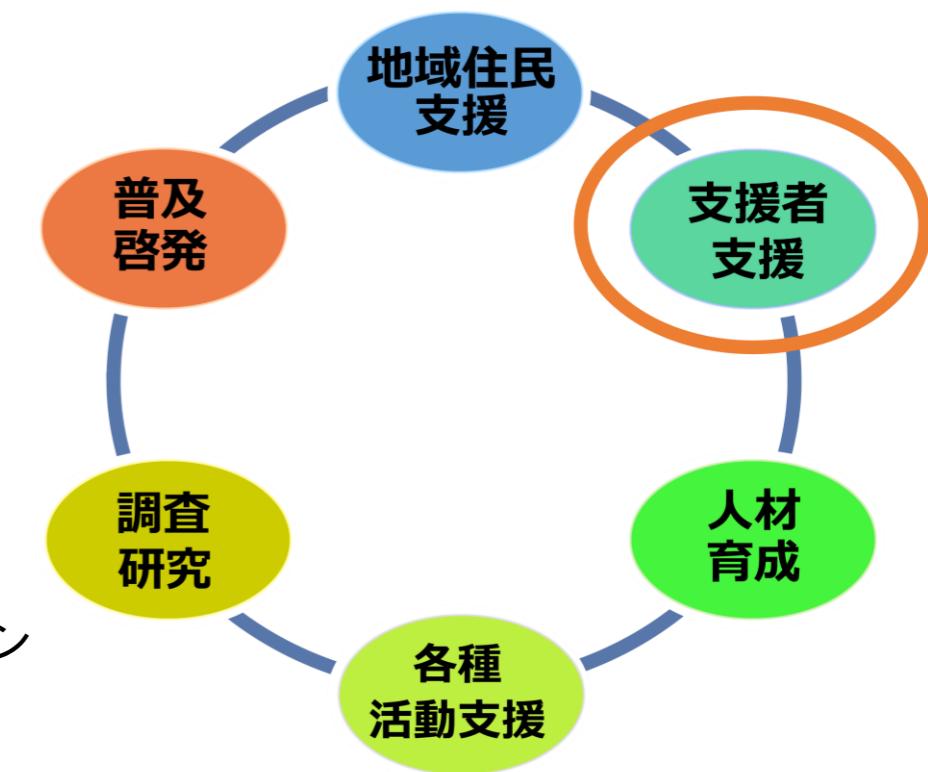
■実施件数の推移



支援者支援

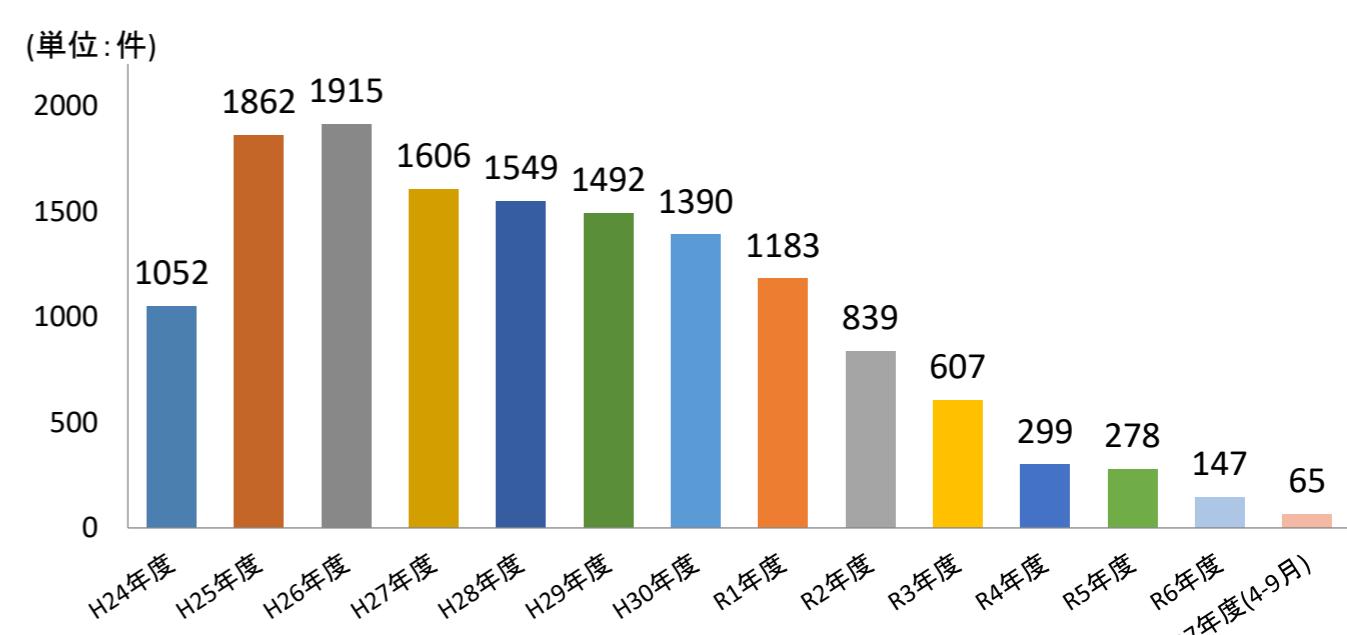
平成24年度～令和7年度(4月～9月)

行政・医療・福祉の支援者を対象とした精神保健活動および心身の健康の維持を目的とした支援



- 行政関係者、福祉関係者等へのスーパーバイズ、コンサルテーション
 - ・うつ、アルコール、虐待対応に対する助言
 - ・支援全般に対する助言
 - ・ケース会議、勉強会におけるアドバイザーなど
- 行政機関保健師や支援者の業務量の軽減（市町へ出向職員を配置など）
 - ・直接支援にあたるマンパワーとして
 - ・被災者支援データの集計・分析
 - ・精神保健事業全般への協力など
- 支援者自身のメンタルヘルスに対する支援
 - ・支援者対象の心の相談窓口

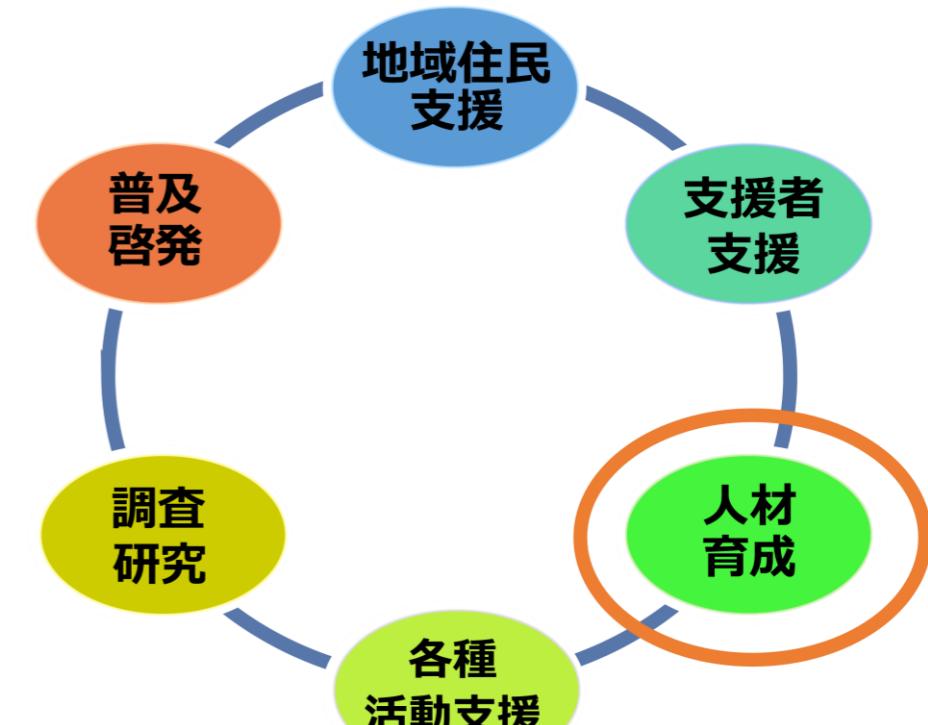
■実施件数の推移



人材育成

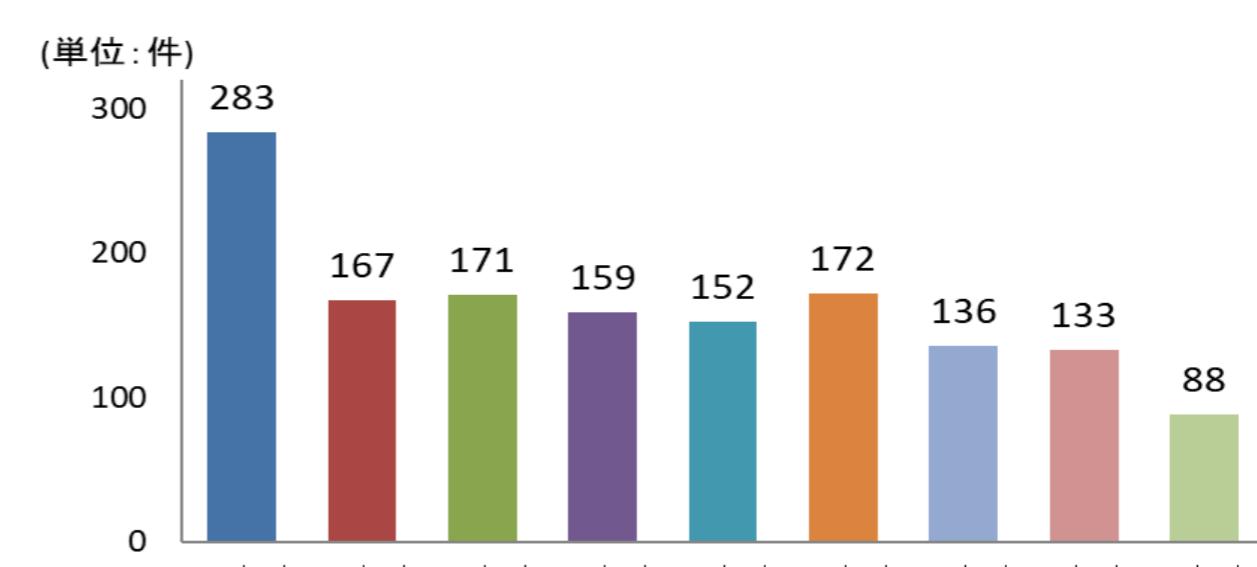
平成24年度～令和2年度

メンタルヘルスに関わる専門職や支援者を対象とした知識の普及と研修



- 対象：行政関係者、社会福祉協議会、教育関係者、民生委員等
- 支援スキル研修
 - ・傾聴について、ストレスと心のケア・セルフケアについて、心理的応急処置(PFA)など
- 自死対策研修
 - ・ゲートキーパーやこころのサポーターの養成
- アディクション関連問題
 - ・アルコール専門病院、断酒会との連携・協力

■実施件数の推移

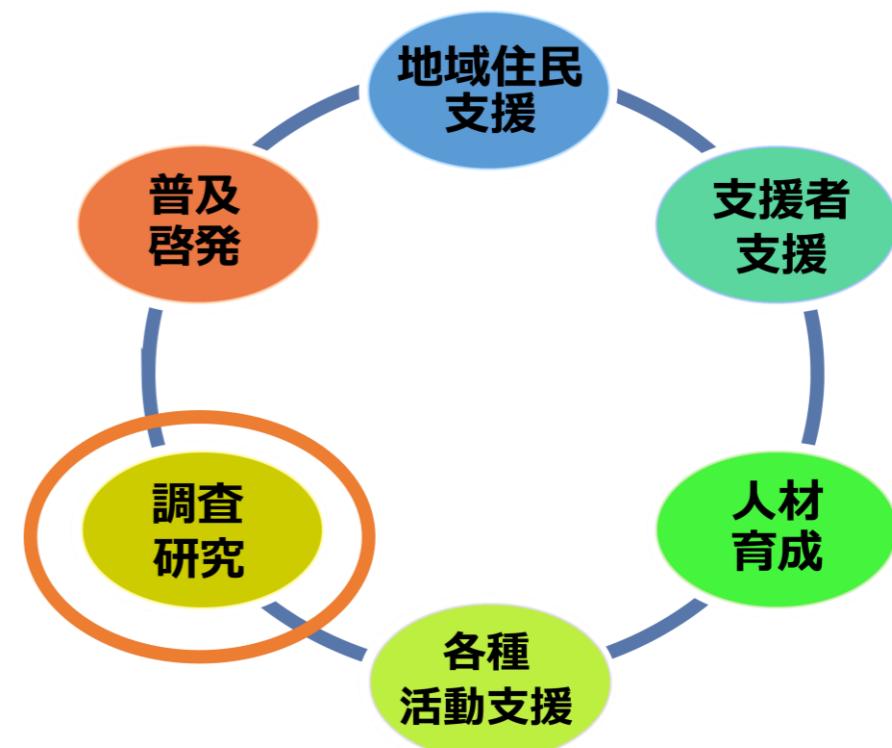


調査研究

平成24年度～令和2年度

被災地や被災者の状況を把握するための調査・研究

- 東北大学予防精神医学寄附講座との連携・協力
 - ・社会福祉協議会職員健康調査
 - ・こころのエクササイズ研修、SPRなど
- 紀要の発行
 - ・第1号（平成24年度）～第8号（令和元年度）
- 公式活動記録（2011～2020）発行
- みやぎ心のケアセンターの活動分析
- 子どもデイキャンプの取り組みなど
- 自治体と協力し被災者支援の取り組みをまとめる動きもある



子どもの心のケア地域拠点事業

平成28(2016)年度～令和2(2020)年度

＜子どもから大人まで切れ目ない支援＞

宮城県が震災直後から行っている
子どもの心のケアについての様々な取り組みのうち、

「子どもの心のケア地域拠点事業」を宮城県より受託

事業	H28年度 実績	H29年度 実績	H30年度 実績	R1年度 実績	R2年度 実績
相談事業	延べ230件 実人数89名	延べ281件 実人数118名	延べ330件 実人数138名	延べ373件 実人数134名	延べ431件 実人数125名
専門職派遣事業	234件	266件	309件	229件	262件
研修事業	43件	51件	40件	47件	31件
普及・啓発事業	4件	2件	3件	20件	4件
調査・研究事業	2件	2件	11件	9件	4件