

**みやぎ心のケアセンター**

**第2次運営計画**

**(令和3年度～令和7年度)**

**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**

## 目次

### 運営計画策定にあたって

1 策定の趣旨

2 これまでの取組及び課題

3 基本理念と基本方針

4 事業計画

5 計画の推進について

## 運営計画策定にあたって

センター長 小高 晃

みやぎ心のケアセンター（以下「センター」という。）は、東日本大震災（以下「震災」という。）から10年を経て、令和3年度以降5年間、宮城県・心のケア取り組み方針にもとづき、規模を縮小して活動を継続することになった。また、その活動の内容について、ここに運営計画として取りまとめをおこなった。

震災以前、被災地は、少子高齢化の中で、地域精神保健福祉の課題は多様化し、担い手となる市町は大合併を経て大きな変革期にあった。保健所などの県関係機関の市町支援は限定的であり、市町は限られた人員体制の中で、独自の工夫を重ねながら活動を展開していた。地域包括ケアの必要性が指摘されながら、具体的な形は未だ見られなかった。

こうした状況の中で、震災が発生し、多くの応援を得て、被災地は震災後の急性期を乗り切り、その後の回復の歩みを進めてきた。センターは市町の要請に沿うことを基本として、他の支援組織とともに、応急仮設住宅から災害公営住宅に住もう方々の健康調査、それに引き続く訪問支援を軸として、活動した。数回の訪問で済む方もあるれば、多くのものを失い、悲嘆からの立ち直りの過程で訪問を心待ちにし、支援が長期にわたる方もあった。未治療の精神疾患を持つ方に遭遇し、医療とも連携した粘り強い支援が求められたこともある。センターの存在が認知される中で、精神保健に関する様々な問題について、地元の方々から相談が寄せられ、ともに家庭訪問をし、支援策を考え、支援を続けることも増えた。必要な集団活動、支援者支援、普及啓発、相談などの活動も続けた。こうした活動を通して、関係者の皆様とともに、被災地での精神保健福祉活動のあり方も考えて来た。活動内容とその振り返りの詳細は本報告に述べられている。

今後、震災後の持続する負荷に加え、新型コロナウィルス感染症の影響の中で、被災地の人々の生活と心の健康のためには、より一層の支援と対応が必要と思われる。その基盤として、地域精神保健福祉活動はより強固なものとならねばならない。震災以前からの課題を踏まえた、付け焼き刃ではない対応が求められる。公衆衛生としての精神保健の理念を基本として、関係者が課題を共有し知恵を集めて、災害時の緊急対応も視野に入れた、地域保健計画を策定し実践する活動を継続すること、地域に必要な人材を確保し育成を進めること、精神保健指導医も含めて医療機関と地域支援者が共に訪問活動を実践し地域包括ケア展開の糸口とし基本とすること、地域住民の方々と共に、精神保健について学び、考え、行動すること、宮城県（以下「県」という。）・保健所・精神保健福祉センターはこれらの動きを全面的に支え後押しする体制を継続すること、などが欠かせないものと思う。

センターは今後5年間、これまで10年間の活動の内容を改めて整理し、重要事項をまとめ、ご意見をいただきながら実践を通して関係者の皆様との共有を図り、これからにつないでいきたい。引き続きのご指導・ご支援をお願い申し上げたい。

## 1 策定の趣旨

震災は、宮城県内の沿岸部を中心に甚大な被害を及ぼした。県では、被災者の震災による心的外傷後ストレス障害（P T S D）、うつ病、アルコール関連問題、自死などの心の問題に長期的に対応するとともに、被災精神障害者の医療と地域生活を支援するため、心のケアに対応する拠点としてセンターを設置することとし、公益社団法人宮城県精神保健福祉協会（以下「協会」という。）では、県からの依頼を受けて、センターの設置運営を行うこととした。

協会は、平成23年12月にセンターを設立し、同時に仙台に基幹センターを、翌年4月には石巻・気仙沼に地域センターを開設した。以後、センターでは宮城県震災復興計画に基づき、①地域住民支援、②支援者支援、③普及啓発、④人材育成、⑤調査研究、⑥各種活動支援の6事業を軸として活動を進めてきた。

また、センターでは、宮城県震災復興計画が令和2年度までの10年間を計画期間としていることから、令和2年度でのセンター活動の終了を視野に入れた、平成29年度から令和2年度までの4年間の運営計画（以下「第1次運営計画」という。）を平成28年度に策定した。

震災から10年が経過し、平成31年3月には県内21市町において計画した災害公営住宅が全て完成したほか、道路、河川などの公共土木施設などのハード事業については概ね計画通り進んでいるものの、心のケア相談件数は依然として高止まり傾向にあるとともに、災害公営住宅入居後の生活環境の変化などに伴うストレスの増加や交流機会の減少、うつ病やアルコール関連問題など、心のケアに関する問題は依然として課題として残されている。

こうした現状を踏まえ、県では、子どもから大人までの切れ目のない心のケアを令和3年度以降も継続して実施する方針を示し、国においては、令和元年12月の「復興・創生期間後における東日本大震災からの復興の基本方針」の中で、復興・創生期間後5年間において被災者支援などの取り組みが必要とした。

令和元年度以降、市町、保健所、県精神保健福祉センター（以下「精保センター」という。）、県精神保健推進室（以下「精保室」という。）及びセンターでは、令和3年度以降の心のケアのあり方に関する検討を重ね、県では、検討結果や国から示された復興の基本方針を踏まえながら、令和2年8月に「令和3年度以降の宮城県心のケア取組方針」（以下「方針」という。）を策定したところである。

センターでは、県の方針を受けて、令和3年度から令和7年度（方針におけるセンター活動の終了時期の目標）までの5年間におけるセンター運営の基本理念・基本方針や、センター業務の終了を見据えた市町などへの業務移管も考慮した事業計画などを明らかにし、方針において示されている「震災後に地域で取り組んだ精神保健福祉の様々な経験・活動を活かし、地域住民や心のケアに携わる関係機関が、ともに取り組む地域精神保健福祉活動を構築する」という「目指す姿」に向けた活動を進めため、この運営計画を策定することとしたものである。

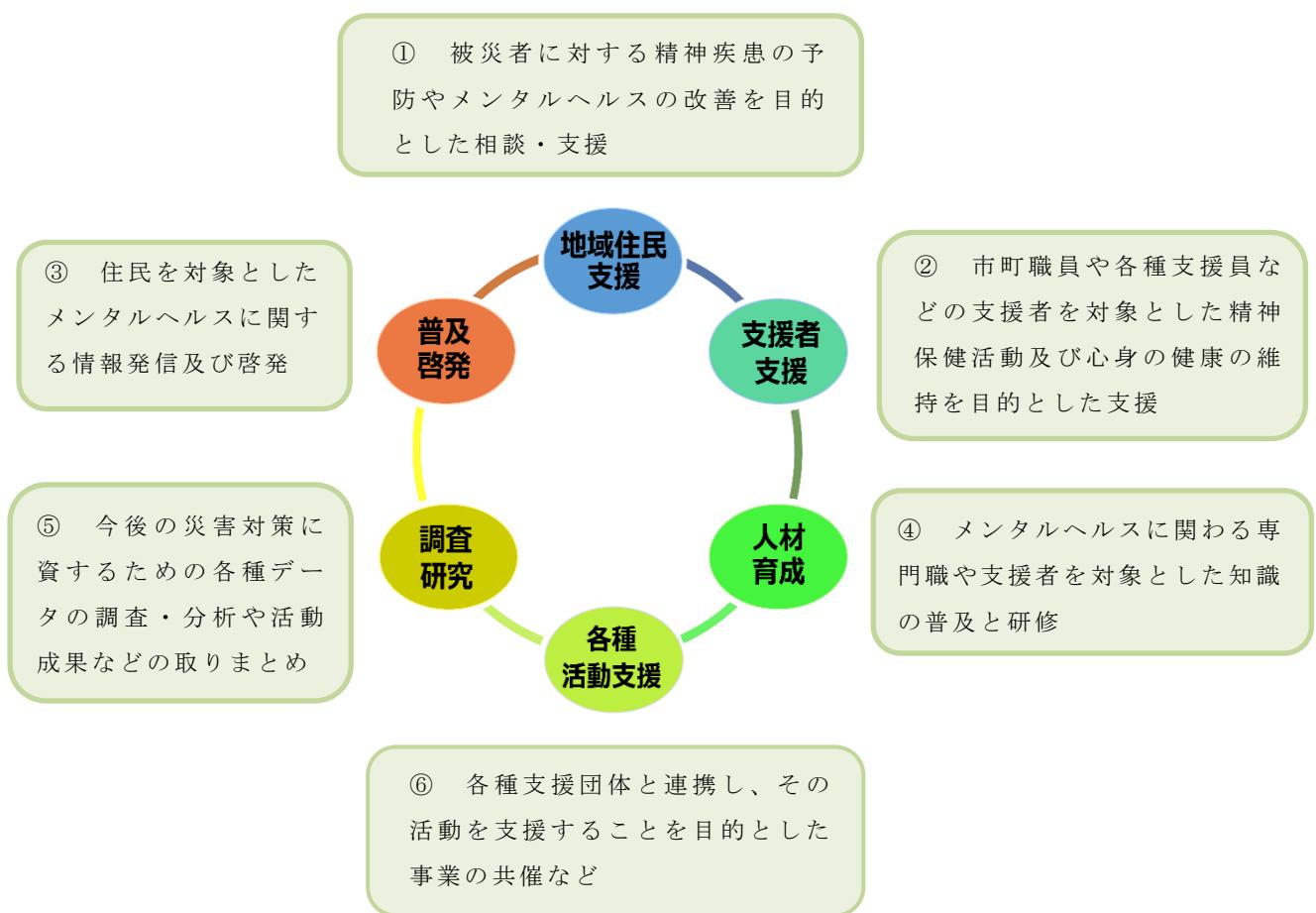
## 2 これまでの取組及び課題

### (1) これまでの取組

協会では、平成23年12月にみやぎ心のケアセンター基幹センター（以下「基幹センター」という。）、翌年4月にはみやぎ心のケアセンター石巻地域センター（以下「石巻センター」という。）と、みやぎ心のケアセンター気仙沼地域センター（以下「気仙沼センター」という。）を開所した。

センターが県内全域を対象に本格稼働したのは、震災から1年以上が経過した時期であり、その頃には既に各地で様々な支援団体が活動を展開していたため、市町担当者や地域の支援団体が取り組んできた活動を支援しつつ、どのような役割を担うことが地域に最も有益であるかを模索するところからセンターの活動をスタートさせた。

このような地域毎に事情もニーズも異なる中で、センターでは、震災により、心理的影響を受けた県内被災者を心のケアの対象者としてとらえ、被災者がコミュニティの中で一日も早く安心して生活できるよう、地域の実情に応じた支援事業を実施することを基本に据えて、市町の保健福祉部門や各種支援機関と連携を図りながら、以下の6つの事業を軸として、地域のニーズに応じた活動を行うとともに、センターの複数の専門職が職域を超えてチームで対応してきたところである。

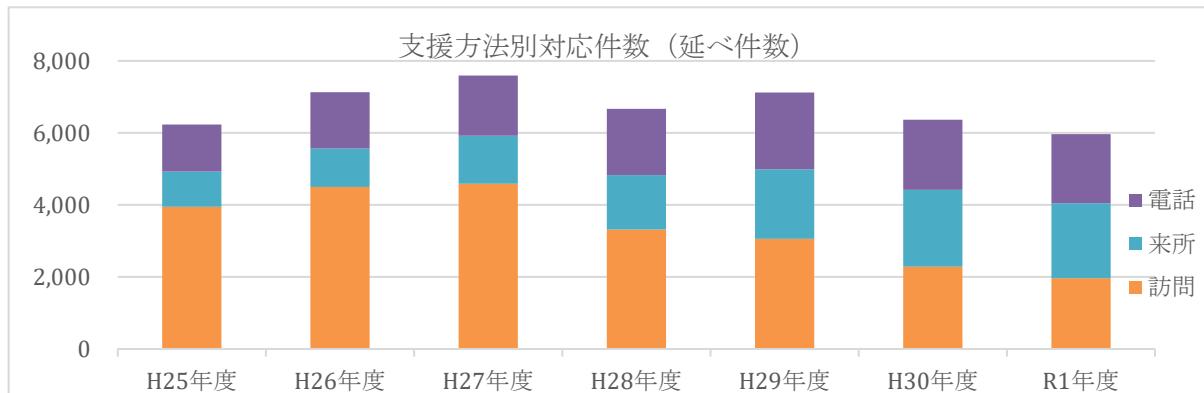


■ 職種別常勤職員数の推移（年度別） ※各年度末時点（R2 年度は 12 月末）

職種	H24	H25	H26	H27	H28	H29	H30	R1	R2
精神科医	1	1	1	1	1	1	1	1	1
精神保健福祉士	16	24	25	23	23	21	20	16	16
保健師	6	7	9	8	7	6	7	7	8
看護師	1	2	3	3	3	3	3	3	3
臨床心理士	6	7	6	4	3	2	1	2	1
作業療法士	1	1	1	1	2	2	1	1	1
社会福祉士		1	1	1	1	1			
事務	5	4	4	9	8	8	11	10	11
計	36	47	50	50	48	44	44	40	41

具体的には、震災後、県では仮設住宅などの入居者に健康調査を実施し、その後のフォローは各市町で行なうというスキームのもとで、センターでは、市町が行うフォローへの協力と、必要に応じて訪問や面接を継続して行なったことが多かった。

下記表のとおり、上記健康調査のフォローを含めた全ての住民支援件数は平成 27 年度の 7,589 件をピークに徐々に減少はしているものの、令和元年度においても 5,964 件に対応しており、総じて支援件数は高止まりの傾向にある。なお、当初の活動はアウトリーチ（訪問）の割合が高かったが、センターの活動が住民に周知されたことや、住民が希望する相談スタイルに柔軟に対応してきたことから、最近はアウトリーチ（訪問）を軸にしながらも、来所や電話による相談件数が増加してきている。



みやぎ心のケアセンター業務統計に基づく活動報告より引用

また、個別支援を行うなかで明らかになった課題を集団の取り組みで支援するため、被災者に活動の機会を提供する交流会の開催などの住民支援を行った。

同時に、被災直後期は沿岸市町の保健師の業務量が膨大であったことから、要望のあった市町に対し出向者を派遣したほか、被災地域で活動している支援者の対人援助スキルの向上も求められていたため、支援者とともに事例検討会や同行訪問などの支援者支援に取り組んできた。

### ■ 支援者支援の実績

年度	H25 年度	H26 年度	H27 年度	H28 年度	H29 年度	H30 年度	R1 年度
回数	1, 862	1, 915	1, 606	1, 549	1, 492	1, 390	1, 183

### ■ センター職員の市町への出向派遣の実績

年度	H25 年度	H26 年度	H27 年度	H28 年度	H29 年度	H30 年度	R1 年度
人数	11	11	8	8	8	7	7

また、住民向けのメンタルヘルスに関する講演会や様々なパンフレットなどを作成するなど普及啓発活動にも注力した。

### ■ 普及啓発（講演、サロン活動、相談窓口の開設）の実績

年 度	H25 年度	H26 年度	H27 年度	H28 年度	H29 年度	H30 年度	R1 年度
回 数	295	396	378	379	399	405	415
参加者数	3, 489	4, 545	4, 511	3, 814	3, 673	3, 466	3, 173

さらに、支援者を対象とした研修会（震災後のストレス、P T S D、職場のメンタルヘルス、S P R研修、自死など）やアルコール関連問題に関する研修会を実施し人材育成に努めるなど、すべての事業を通じて、幅広い支援ニーズに柔軟に対応してきた。

### ■ 人材育成の実績

年 度	H25 年度	H26 年度	H27 年度	H28 年度	H29 年度	H30 年度	R1 年度
回 数	167	171	159	152	172	136	133
参加者数	5, 505	5, 552	5, 696	5, 398	5, 668	5, 417	5, 390

上記事業に加えて、平成28年度からは、県の「子どもの心のケア地域拠点事業」を受託し、震災により心に傷を負った子どもたちを中心に、その保護者や子どもの支援者も対象として、相談、専門職派遣、研修などの各種支援事業を実施してきた。

### ■ 子どもの心のケア地域拠点事業の実績

		H28 年度	H29 年度	H30 年度	R1 年度	主な内容
相談事業	件数	230	281	330	373	訪問、来所、電話相談
専門職派遣事業	回数	234	266	309	229	専門職を市町などに派遣
研修事業	回数	43	51	40	47	研修会の開催など
普及啓発事業	回数	4	2	3	20	広報誌などでの情報発信
調査研究事業	件数	2	2	11	9	

## (2) 第1次運営計画（平成29年度～令和2年度）に基づく事業の評価

### ① 地域住民支援

#### 活動方針

被災地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、様々な要因で心理的負担を抱えている住民に対して、関係機関と連携しながら相談支援活動（訪問相談、来所相談、電話相談など）を行い、必要な社会資源につなげるなどしてメンタルヘルスの改善を図る。

#### (イ) プレハブ住宅・民間賃貸借上住宅入居者への支援

i 市町の依頼に基づき、健康調査後の要フォロー者などへの支援をサポートセンター支援員などと連携し役割分担しながら行うことができた。プレハブ住宅や民間賃貸借上住宅から災害公営住宅などへの転居が進む当期におけるこの取り組みは、関係機関との連携が不可欠であり、その点に重きを置いて活動することで被災者支援の役割を担ったと考えられる。

#### (ロ) 災害公営住宅入居者への支援

i プレハブ住宅などから災害公営住宅への転居が進み、平成27年度から災害公営住宅入居者の健康調査が実施された。新しい環境に馴染めない人や人間関係が希薄などで孤立感を訴える人、健康に課題のある独居高齢者、アルコール関連問題などの多問題を抱える事例の支援依頼が多くなり、市町保健師やサポートセンター支援員など、地域の関係機関と連携しながら支援を行った。この取り組みは、入居者の様々な課題の早期発見及び早期支援への実施に欠かせなかったと考えられる。

ii 震災から年月が経過しているが、その影響が続いている可能性や、災害公営住宅入居者の高齢化や孤立、健康問題の悪化などが懸念されることから、今後も市町などと連携しながら支援していく必要がある。

#### (ハ) 集団活動などへの参加住民に対する支援

i 孤立しがちな民間賃貸借上住宅入居者、アルコール関連問題を抱える方、在宅精神障害者、認知症の方などを対象とした各種サロン活動などを市町や関係機関と連携して実施した。これらの取り組みは、参加者の孤立防止、心身の健康の悪化防止、適正飲酒（節酒）の習慣化などにつながり有効であったと考えられる。

ii ハイリスク者への支援のみならず、地域住民を対象とした普及啓発活動、特定健康診査時の心の健康チェックや節酒支援など、地域住民の心身の健康の悪化を予防するための取り組みにつながった地域もある。

#### (二) 住民への相談支援

i 災害公営住宅などの転居が進み、健康調査などから支援につながる事例は減少したが、これまでの活動を通して、市町保健師・関係機関との連携や信頼関係が構築され、乳幼児・学童、ひきこもりなどの思春期関連、アルコール関連問題、高齢者などの対応困難事例へのスーパーバイズや同行訪問の依頼が増加した。気仙沼センターでは、住民などから直接相談を受けることが多くなり、学校・働く世代からの相談が多いことが特徴であった。

市町と県の共同で実施してきた健康調査は、一部の市で独自に継続するところも

あるが、令和2年度で終了する予定である。入居者の高齢化などで心身の健康状態の悪化が懸念されることや市町からの支援依頼も乳幼児・学童、ひきこもり、アルコール関連問題などの対応困難事例が増加していることから、子どもから大人までの切れ目のない住民支援を行っていくために、市町・保健所保健師などとの連携を一層深めながら同行訪問や相談などを行っていく必要がある。

## ② 支援者支援

### 活動方針

業務上の負担感が強い市町職員や支援者に対して、専門的な助言やセルフケアにつながる研修を行うなどして心理的負担の軽減を図る。また、沿岸市町に対して専門職を派遣して、自治体の直面しているメンタルヘルスの課題への対応に協力する。

#### (イ) 支援者コンサルテーション

- i 健康調査後のフォローやハイリスク者などへの継続した支援を行うなかで、市町、保健所、関係機関との連携が進み、信頼関係が構築され、対応困難事例への支援依頼（同行訪問・カンファレンス・事例検討会・ケースレビュー）が増加した。
- ii アルコール関連問題、自死予防対策、精神保健対策などの事業は、市町や保健所との共同開催や相互協力することで、地域の精神保健福祉の課題に則した効果的な事業展開につながった。

#### (ロ) 自治体への専門職派遣事業

- i 市町からの依頼に沿って、センターでは早期から市町に職員を派遣する出向制度を採用し、精神保健福祉事業や対応困難事例を担当するなど、災害後の被災地に生じる様々な課題に対応し、市町からの評価を得た。出向者と各センターが連携して市町への支援をすることが望ましいことから、定例的なミーティングや情報共有を行うことが重要であった。
- ii 出向制度は令和2年度で終了するが、支援ニーズの高い市町もあることから、今後も市町のニーズに対応しながら、センターの終了後を見据え、市町・保健所などと支援のあり方を検討していく必要がある。

#### (ハ) 支援者メンタルヘルス支援

- i 市町や市町社会福祉協議会などからの依頼に基づき、東北大学予防精神医学寄附講座（以下「寄附講座」という。）の協力のもと、職員相談窓口を設置し、個別相談などを行ってきた。震災直後に受けたストレスが十分軽減されないまま、多忙な業務に携わっている状況にあり、精神的な負担の軽減は重要課題であった。また、継続して支援してきたことで、職場のメンタルヘルス対策の重要性の認識が高まるなどの成果が見られた。
- ii 定期的な職員相談窓口の設置、職場のメンタルヘルス向上のための研修会の実施や通信発行などの支援を行っている市町については、継続支援のニーズがあることから、今後の支援のあり方について検討していく必要がある。

#### (ニ) アルコール専門機関による支援活動

- i 震災直後から実施してきた各地域での断酒会は、当事者の断酒継続の重要な場として機能した。気仙沼センター圏域では、令和3年度から断酒会の自主運営化

や市町の状況に沿った事業（新たな場づくり）の検討につながった。石巻センター圏域では、地域の当事者の参加が定着し、令和3年度から断酒会として自主運営していく予定である。各地域の断酒会活動の支援や市町と連携しながら地域に応じたアルコール関連問題の支援を行っていく必要がある。

これまでの活動を通して、市町や関係機関との連携が進み、対応困難事例などへの支援依頼が多くなっていることから、子どもから大人まで切れ目のない心のケアを実施していくためには、人材育成の視点も踏まえた個別事例へのスーパーバイズや同行訪問などの技術支援が重要であると考える。そのため、市町の状況に応じたこれらの支援を保健所や精保センターと連携し実施していく必要がある。

### ③ 普及啓発

#### 活動方針

震災を契機に高まったメンタルヘルスに対する住民の理解と関心をさらに深めていくために、情報発信などを積極的に行う。また、住民向けの講話を行うなどでメンタルヘルスを身近に感じてもらう機会を講じる。

##### (イ) 地域住民向け講演会

- i 市町が実施する研修などに協力する形で支援を行った。気仙沼センターは地域の自治会や住民団体からの依頼が年々増加し、年月の経過とともに地域のニーズも多様化してきた。住民に身近に感じてもらえるよう、メンタルヘルスの要素を取り入れた紙芝居や寸劇などを用いて実施したことが、地域住民のメンタルヘルスの向上を図るために有効であったと考えられる。
- ii メンタルヘルスに関する研修会資料やパンフレットなどを市町に提供をするとともに、気仙沼センターで作成した健康紙芝居（4種類）を市町村などに配布し、住民のメンタルヘルスの向上を図るために普及啓発用ツールの一つとして活用してもらえるよう工夫した。

##### (ロ) 心の相談窓口の開設

- i 基幹センター及び気仙沼センターでは、依頼のあった市町の健康まつりなどでメンタルヘルスのブースを担当し、個別相談を行うとともに、健康紙芝居やアルコールパッチテストなどを実施し、心の健康や適正飲酒などの情報提供・普及啓発に努めた。市町と打ち合わせを行いながら、市町に協力する形で実施したことが効果的かつ重要であった。

##### (ハ) 地域住民交流支援

- i 市町・関係機関・地域支援団体などと連携を図り、孤立しがちな住民の把握に努め、サロンや各種教室を実施した。これらの取り組みは、プレハブ住宅・民間賃貸借上住宅・災害公営住宅などへの入居・転居などで孤立しがちな住民同士の交流や心身の健康の向上を図るために有効であった。
- ii 令和3年度以降も継続される基幹センターの「うつくしまサロン」、気仙沼センターで市町と協力して実施している「男活」や「健康紙芝居」については、今後のあり方などについて市町や関係機関と検討していく必要がある。

## (ニ) メンタルヘルス情報の発信

i ホームページやメールマガジンを通じ、センターの活動状況や研修など、各種情報を発信した。また、各種パンフレット類を作成・改訂し、研修などで活用したほか、一般県民への普及啓発を図った。これらの活動が住民のメンタルヘルス、自死予防、アルコール関連問題などの理解につながった。

ハイリスクアプローチと合わせて、地域住民のメンタルヘルスの向上や重症化予防に向けたポピュレーションアプローチが重要であることから、引き続き、講話や健康紙芝居などの普及啓発活動を市町及び保健所と連携しながら実施していく。また、普及啓発の今後の取り組みについて、何をどのように残していくのかについての検討も必要と考える。

## ④ 子どもの心のケア地域拠点事業

### 活動方針

心のケアをする子どもやその保護者の相談に応じるとともに、子どもの心のケアに関わる支援者に対するコンサルテーションや研修を行い、子どもの心のケア、メンタルヘルスの向上を図る。

事業の内容は大きく①相談事業、②専門職派遣事業、③研修事業、④普及啓発事業、⑤調査研究事業の5つを柱とし、それぞれの圏域の状況に応じて実施してきた。

#### (イ) 相談事業

相談事業においては、子どもや保護者、支援者からの相談に来所、家庭訪問、電話などで対応してきた。対応延べ件数は年々増加し、相談内容も多様化、複雑化する傾向にある。石巻センターや基幹センターでは市町の担当課が実施する健診や相談会を通じて、主に乳幼児期の子どもの問題に対応するが多く、市町の担当者や関係機関支援者と協働で対応してきた。気仙沼センターにおいては普及啓発事業をきっかけとして小学生から看護学生まで幅広い層からの相談に対応してきた。

それぞれの地域センターでは対応のきっかけや手法など、地域の事情に応じた柔軟な対応を行ってきており、それらの工夫が件数の増加に影響していると考えられる。今後も引き続きニーズに対して丁寧に対応していく必要があるとともに、これから相談対応の受け入れ体制についても関係機関との検討が必要と考えられる。

#### (ロ) 専門職派遣事業

支援者への専門的助言を目的とした専門職派遣事業においては、市町からの依頼に基づき、センター職員によるスーパーバイズのほか、臨床心理士や精神保健福祉士などの専門職を派遣し、市町担当者や保育士とケース検討を行うとともに、相談に対応してきた。専門職の派遣に対する市町担当者からの評価は高く、この事業を実施してきたことで令和3年度以降独自に予算化し、継続していく市町もある。市町担当者が外部専門職との連携の有用性を認識する契機となったと思われ、今後は他の市町へも広まっていくことが望ましいと考えられる。

#### (ハ) 研修事業

研修事業においては、県外から講師を招き、教育関係者や支援者向け研修を実施した。市町で開催する事例検討会に合わせて「震災後の子どものケア」「家族」な

どをテーマとした講話をセンター職員が行い、日常業務に生かせるよう工夫した。トラウマインフォームドケア、子どもPFAなどをテーマとした研修会は保健師、保育士、学校教諭などからの関心も高く、毎回の参加者も多かった。参加者からは子ども達に起こり得る問題とその予防、支援のあり方を考える良い機会になったとの声が聞かれており、今後の実施についても検討が必要と考えられる。

## (二) 普及啓発事業

これら研修事業やサロン活動の実施に際しては、普及啓発用資料の配布を合わせて行った。子どものセルフケアについて掲載したクリアファイルを、研修を受講した学校教諭などに配布したほか、ポスターを県内の全ての公立小・中学校に配布した。ホームページや広報誌においても研修情報の発信などを行った。

また、被災地の親子に心理教育や災害に関する正しい知識の普及を目的として「被災地の親子を対象としたキャンプ事業」を実施してきた。平成24年度から平成30年度まで年に一度開催したほか、過去に参加した中高生を対象としたサブリーダー研修会も実施した。

気仙沼センターでは地元新聞への記事掲載やラジオ番組を制作しており、その中で子どもの心のケアに関する情報についても発信している。地域で馴染みの深いメディア媒体の活用によって、より幅広い層の住民へ情報を届けることが可能となつた。

それぞれの地域で柔軟に対応してきた経験と実績は今後の普及啓発事業にも生かしていく必要があると考えられる。

## (ホ) 調査研究事業

「子どものコホート調査」を子どもと家庭の変容評価、効率支援の明確化などを目的に現在実施しているところである。東北3県（岩手県、宮城県、福島県）での実施であり、貴重な調査データとして期待されることから、今後についても継続での実施が必要と考えられる。

子どもの心のケア地域拠点事業は平成28年度から受託しており、年々、地域の相談件数や支援者からの依頼が増加した。学校での啓発活動が契機となる場合や、乳幼児健診への協力や事例検討会が契機となる場合など、それぞれの圏域によって介入のきっかけは異なっていた。

事例検討会に寄せられる事例の中には、ひとつの家庭で複数の課題を抱え、市町担当課のみで対応することが困難なケースも多く、そのような事例に対し、事例検討会への専門職の派遣、センター職員による同行訪問を実施したことで、人材育成としての有効性があったと考えられる。「子どもから大人まで切れ目のない支援」を実施していくためには、ひとつの家庭内の様々な課題に対応することが求められる。今後は各市町において、スーパーバイズを受けられる体制づくりや複数の専門職がチームで対応するケアマネジメント体制の充実が求められると考えられる。

## ⑤ 調査研究

### 活動方針

今後の震災対策施策に資するため、調査研究事業の総括の集中期間として取り組

みに着手する。研究の成果の集約や政策提言に加え、フォーラムなどによる情報発信や承継のための長期の活動を通じた知見などを集約した公式記録を作成する。

震災による被災地の知見をさまざまなかたちで集約し、新たな災害への備えとすべく発信することが目的で、主な事業は以下の4つである。

#### (イ) 調査研究事業

調査研究として発表した内容としては、センターや市町担当者との取り組みを実践報告として取りまとめた内容、業務統計データをもとに検証した報告などが中心となった。実践報告として取り上げたテーマはアルコール関連問題と節酒、ひきこもり支援など、日常の業務で対応するが多く、被災地の支援者にとっても関心の高いテーマを取り上げることが多かった。統計データによる報告では経年での活動から見えた被災地の変化に焦点を当ててきたほか、平成30年度からは厚生労働省委託により日本総合研究所が実施している「被災3県心のケア総合支援調査研究等事業」に協力し、センターの活動と被災地の特性について分析を進めてきた。調査研究の実施にあたってはセンター内に倫理委員会を設け、有識者会議などを開催しており、今後も継続していく予定である。

#### (ロ) 紀要・公式活動記録の発刊

年度ごとの活動を取りまとめて毎年発行してきた紀要や令和2年度に発刊した公式活動記録も、これまでのセンターの活動を細かく取りまとめた成果物である。紀要については英訳化とホームページからの発信を行っており、件数的には大きな増加はみられないものの、従来よりも多様な国々からのアクセスがある。

#### (ハ) 自治体・市町社会福祉協議会健康調査の実施（再掲（②（ハ）i））

寄附講座と連携し平成24年度から実施。市町や市町社会福祉協議会職員の健康状態の推移を把握し、人事担当者へフィードバックするだけでなく、状況に応じた相談窓口の開設や職員向けの講話なども合わせて実施してきた。職場状況の把握と環境調整に役立てる事ができたと考えられる。

#### (ニ) みやぎ心のケアフォーラム

平成29年度から新規事業として始めたみやぎ心のケアフォーラムは、被災地の現状の共有と理解、これから地域精神保健福祉の再構築を検討する場として企画した。年々被災支援団体が撤退するなかで、支援者が集い、支援についての情報を共有したり、意見交換を行える場も減少している。そのような中、こうした企画は支援者にとって貴重であり、必要であるとの声が来場者からも聞かれた。

令和2年度は、これまでの10年間の活動を総括する企画をリモートで実施し、支援者が継続的に集う場を提供することができた。

調査研究の実施においては、日常の業務を研究題材として取りまとめるまでの体制がセンター内で十分整備されておらず、かたちにするまでに至らないこともあった。被災地におけるメンタルヘルスの活動を次世代に伝承していくことが重要であることから、センター内で有識者会議の積極的な開催、組織内のバックアップ体制については既に整備を進めており、職員全体の調査研究に対する意識やノウハウの向上などを引き続き実施して行く必要がある。

また、調査研究素材となる統計データの取りまとめについては、外部団体の協力を早期から取り入れることで、被災地に必要なデータを多様なかたちで抽出できたものと考えられる。

## ⑥ 人材育成

### 活動方針

震災後のメンタルヘルスに関わる支援者のスキルアップのための専門研修を継続して行う。さらに今後のメンタルヘルス課題に効果的に取り組めるよう、課題に応じた多様な研修の機会を講じる。

震災後のメンタルヘルス支援者のスキルアップを目的として、各種課題に応じた多様な研修機会を提供してきた。主な事業は以下の5つである。

#### (イ) 支援者の心の健康づくり支援

被災者支援に関わる機関、支援団体などからの依頼に応じて幅広いテーマを取り上げて実施してきた。対象は支援関係者のほか、民生委員、地域住民、医療福祉関係者など幅広く、当初は震災後のストレス、PTSDやトラウマなど震災に関連した講演や研修への協力依頼が多かったが、年を重ねるごとに課題も変化し、アルコール関連問題や自死対策、精神科リハビリテーション、職場のメンタルヘルスなど多岐にわたった。

石巻センターでは平成30年度から「内科医療と精神科医療との連携について」をテーマに研修会を開催し、アルコール依存症者の治療について、内科医、行政と専門病院が地域に根差した連携が図れることを目的に実施してきた。また、アルコール関連問題2次予防事業として、塩釜保健所岩沼支所と基幹センターが共催で、節酒をテーマとする研修会を開催してきた。進行予防として重要な取り組みであると考えたことから、その後は精保センターとも協力し、県内全域を対象とする研修会の開催に至った。HAPPYプログラムやブリーフインタベーションの研修会を県で実施するようになり、当該事業をきっかけとして節酒による支援が県内全域に広がった。

近年では、困難事例への対応のあり方について市町から相談を寄せられることも多く、複雑な個別事例の検討会と、それに合わせて関連テーマの講話をを行うようになってきている。震災後に採用された職員の割合も増えてきており、このような取り組みは今後の地域精神保健福祉の人材育成において有効な手段と考えられる。

#### (ロ) アルコール関連問題実地研修

東北会病院への委託により院内でのアルコール関連問題実地研修をセンター開所当初から行ってきた。毎年多くの受講希望が寄せられており、沿岸地域医療機関、自治体担当者が多く受講してきた。当該研修に対する申し込みは研修開始直後から毎年高い状況が続き、支援者の関心の高さが伺われた。そのため修了者を対象としたフォローアップ研修なども開催することで、各圏域におけるアルコール関連問題に対応できる人材の拡充を目指した。しかし年々修了者は増加していくながらも所属先での配置換えなどによって、地域の支援者層の底上げに結び付きにくい状況が生じた。今後は市町、保健所、精保センターなどと連携し、研修内容について検討を重ねていくことが必要と考えられる。

#### (ハ) 支援者向け専門研修

寄附講座の協力のもと、自治体職員や被災者支援従事者などを対象として心理スキルアップ研修（主に臨床心理士を対象としたC B T研修）、心のエクササイズ研修（支援者を対象としたセルフケア研修）、S P R研修（被災者の回復を支える心理支援法）などを実施してきた。各種研修に対しては毎回一定数の申し込みがあり、依然として地域のニーズは高いまま推移した。

これまで協力を頂いていた寄附講座は既に活動を終了しており、今後の各種研修の実施については関係機関と検討を続けている。

#### (ニ) 震災心のケア交流会みやぎの開催

震災直後から実施し、支援者同士の交流、知見の向上、研鑽の場として継続してきた。各圏域で開催してきたことで、圏域ごとのネットワーク形成の一助となつたものと考えられる。石巻圏域のように企画から開催までの検討のプロセスそのものがネットワーク形成に役立ったとの評もある。しかし開催にあたって準備に要する負担も大きいため、地域住民支援など他の業務量増加との兼ね合いなどから年々開催が難しい状況となつていった。地域のネットワーク形成の状況と照らし合わせ、実施期間を決めるなども一案であったと考えられる。

#### (ホ) 3県心のケアセンター合同研修の開催

センター立ち上げ当初から年数回開催してきており、3県（岩手県、宮城県、福島県）の被災地の現状を理解するとともに、必要な知見の共有、組織運営や支援方法のあり方などについて検討する場として実施してきた。開催地は宮城県と福島県で、研修をきっかけにして知り合い、職員同士が折に触れ情報共有を行うようになったことは、組織運営や統計データ管理をはじめとするさまざまな面でメリットがあったと考えられる。

令和元年度からは厚生労働省の委託を受けた日本総合研究所が「3県連携強化会議」を年2度実施しており、そちらに機能を移すかたちで終了した。

これまで人材育成事業は、震災後のフェーズに応じて対応し、さまざまなかたちで支援者のスキルアップを目的とした研修を実施してきた。圏域ごとのニーズにあわせたかたちで実施してきているため、対象や実施方法もそれぞれ特色があるが、テーマにおいては概ね共通していると考えられる。

現在行われている事例検討会と講話を組み合わせての実施、困難事例への同行訪問などは、従来の研修などの人材育成事業を積み重ねてきた中から発展的に実施されている。センター終了後の地域精神保健福祉のあり方を見据えた人材育成のあり方については今後も検討を重ねていく必要がある。

### (3) 各圏域の心のケアあり方検討会における検討状況

令和元年8月「令和3年度以降における心のケアのあり方とみやぎ心のケアセンターの体制について」の通知が精保室から出され、保健所が中心となり、各圏域の実情を踏まえ、市町、精保センター、センターが連携し、子どもから大人までのライフステージの現状と課題を整理し、令和3年度以降の心のケアのあり方について協議が行われた。圏域の検討状況については、下記のとおりである。

#### ① 気仙沼圏域検討状況（心のケアあり方検討会3回実施。市町関係課代表者出席）

市町・保健所・精保センター・センターで令和3年度以降の精神保健福祉活動の方向性について共有された。

##### 「令和3年度以降の精神保健福祉活動の方向性」（概要）

###### 【基本的な考え方】

- ・センターの住民支援・支援者支援・普及啓発の活動の中で、地域に残していくものを精査し、役割分担をしながら令和7年度までに地域精神保健福祉活動に移行させていく。
- ・市町は一次機関として、精神障害者も含めた住民の相談対応に当たるとともに、地域課題に応じて精神保健福祉活動を展開することを目指し、保健所・精保センターで市町支援を強化する。
- ・保健所は相談対応、困難ケースへの支援、事例検討会などを通して、市町支援の強化を図る。
- ・精神医療機関や障害福祉サービス事業所などの人材育成、関係機関とのネットワークの拡充を図る。

###### 【令和7年度までの目標】地域精神保健福祉活動の「地域支援力の向上」

###### 【取り組む3本柱】

- 「市町保健師などの支援とスキルアップ」、「地域の専門職育成」、
- 「住民のセルフケア力の向上」

上記の方向性の実現に向けて、市町、保健所、精保センター、センターとで打ち合わせを行い、具体的な支援内容などについて検討していくことになった。

#### ② 石巻圏域検討状況（心のケア連絡会1回実施）

保健所とセンターが市町を訪問し、基本的な考え方及び方向性について、市町、保健所、センターとで共有された。

###### 【基本的な考え方と方向性】

- ・事例の継続支援を行うために、市町・保健所・センター職員のプロジェクトチームで圏域共通のフェイスシートを作成する。
- ・石巻圏域の地域精神保健福祉活動の継続・発展のため、若手職員の人材育成は必須であることから、市町・保健所・センターが協力し合い、同行訪問や事例検討会などを実施する。
- ・マンパワー確保、子どもの支援が重要である。

令和2年度は、フェイスシート作成を通して、市町、保健所などと連携を深め、同行訪問やケースレビューについては、保健所に協力して行う。令和3年度以降の具体的な市町支援については、市町、保健所、センターで打ち合わせを行いながら検討していくことになった。

### ③ 塩釜・岩沼圏域検討状況（被災者健康支援係長会議2回実施）

塩釜保健所、同岩沼支所では、圏域ごとに管轄市町、保健所、精保センター、センターとで会議や打ち合わせを行い、被災者健康支援係長会議で令和3年度以降の塩釜・岩沼圏域の地域精神保健福祉活動の方向性について共有された。

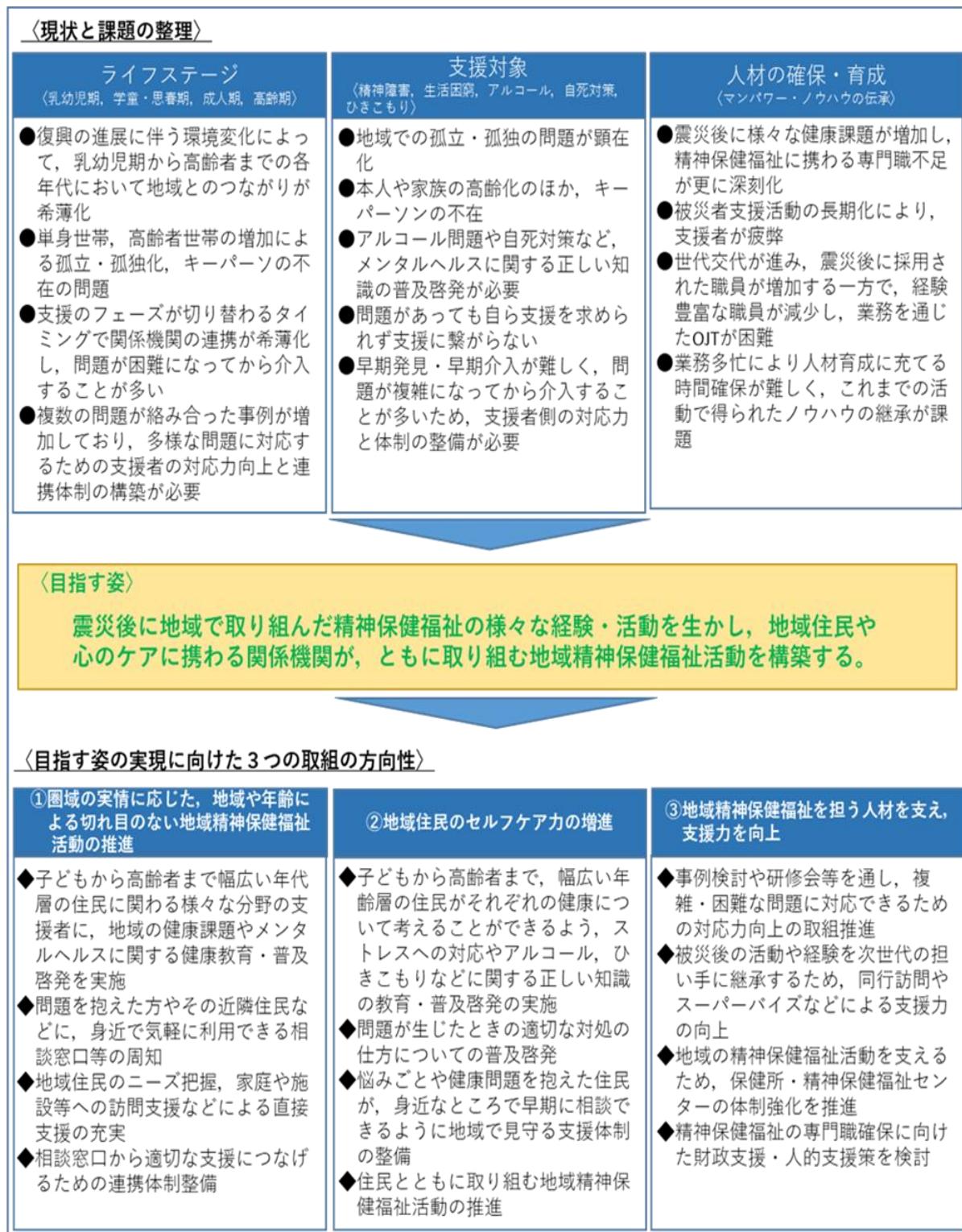
#### 「塩釜・岩沼圏域の地域精神保健福祉活動の方向性」（概要）

##### 【基本的な考え方と方向性】

- ・住民との協働による心の健康づくり・つながる地域づくりを目指すために、切れ目のない保健活動（1次・2次・3次予防）、他機関との連携・ネットワークづくりを行っていく。
- ・保健活動従事者の力量形成を図るために、地域精神保健福祉活動の底上（現場で活動できる人材育成）として、共同訪問（アセスメントと関係構築）、事例検討会（学び合う場の確保）、アウトリーチによる支援を行っていく。

岩沼圏域では、これまで市町、岩沼支所、センターが共同で共同訪問や事例検討会などを実施してきた。塩釜圏域では令和2年度から塩釜保健所で市町毎にケースレビューや事例検討会を行うことになり、センターも協力することになった。令和3年度以降の具体的な市町支援については、市町、保健所、精保センター、センターとで打ち合わせを行い検討していくことになった。

- 沿岸域での心のケアあり方検討会で協議が重ねられた結果、心のケアに関する現状と課題、取り組みの方向性が明らかとなり、令和2年8月、県保健福祉部から「令和3年度以降の宮城県心のケア取組方針」に示された。



出典：令和3年度以降の宮城県心のケア取組方針（令和2年8月27日宮城県保健福祉部）

#### (4) 今後、5年間において取り組むべき中心的な課題

第1次運営計画に基づく事業の評価や各圏域の心のケアあり方検討会の検討状況、県の方針を踏まえ、令和7年度のセンター活動終了を見据え、取り組むべき課題として以下のとおり整理した。

事業の実施にあたっては、今後の地域保健福祉活動のさらなる推進に資するよう、市町、保健所、精保センターなどとの連携をより一層強化するとともに、事業の終結、関係機関への引継ぎなどについても確実かつ計画的に行っていくこととする。

また、県の方針で触れているとおり、これまでセンターが担ってきた活動は、災害時における心のケア活動の貴重な知見となることから、新たな災害が発生した場合の自治体支援や被災者支援として役立てていくことも重要な課題である。そのため今後発生する災害などにおいても活用できるデータなどを取りまとめるとともに、センター職員による直接的な経験の伝承（支援）や、他機関が企画する心のケアに関する研修に協力するなど、幅広く取り組むこととする。

##### ① 地域住民支援

###### 【今後も対応が必要とされる課題ごとの対応】

- ・独居高齢者、孤立状態にある方、乳幼児・学童、アルコール関連問題、ひきこもりなどの課題を抱える方などへ焦点を当て重点的に対応していく必要がある。

###### 【複数の問題を抱える世帯へのチームでの対応並びにバックアップ体制の確保】

- ・複数の課題を抱える事例への支援が増加しており、乳幼児や学童期の子どもから大人まで切れ目のない支援を実施するため、市町・保健所保健師との同行訪問や相談などを実施していく。また、ケアマネジメントの視点で、地域の保健・医療・福祉関係機関と連携を図り、チームによる対応を行いながら地域精神保健福祉活動に移行させていく必要がある。

###### 【関係機関との効果的な連携】

- ・上記のような対応を可能にするための関係機関との効果的な連携を図っていく必要がある。

##### ② 支援者支援

###### 【地域のさまざまな課題に対応可能な人材の育成】

- ・被災地における支援活動を担っている支援者は、引き続き復興の重要な担い手であり、今後の地域保健福祉活動の担い手でもあるから、支援者のフォローは重要な課題である。支援者のスキルアップに向けて、人材育成の視点を含めた個別事例へのスーパーバイズや同行訪問などの技術支援を、地域の状況に応じて、精保センターとも連携しながら保健所と協働で実施していく。

### ③ 普及啓発

#### 【多様な手法を用いた普及啓発】

- ・地域住民のメンタルヘルスの向上や重症化予防に向けた住民への普及啓発活動をこれまで培ってきた様々な手法（講演会やラジオ番組、紙芝居など）を生かして、市町・保健所などと連携しながら実施し、震災を契機に高まったメンタルヘルスに対する住民の理解と関心をさらに定着させていく。

#### 【住民の孤立を防ぎ、つながり合う場の提供】

- ・センターがこれまで関わっている各種サロンなどの集う場については、住民がつながり、活動できる場として継続的に提供していくとともに、今後のあり方について、市町や関係機関と検討していく必要がある。

#### 【これまでのセンターの取り組みについての発信】

- ・各年度の紀要及び英訳版、令和2年度に取りまとめた公式活動記録などをホームページで公開しており、これまでの実践を新たな災害に役立てることが可能となっている。また、これまでセンターが発行した普及啓発に関連する各種資料などについても、フェーズごとに整理するなど、何をどのように残していくかの検討が必要である。

### **3 基本理念と基本方針**

令和3年度以降の心のケアのあり方については、前述のとおり、令和元年度以降、沿岸市町、沿岸保健所、精保センター、精保室及びセンターで、これまでの活動を振り返るとともに、被災地の現状や課題の整理などの検討を重ねて、県で方針を策定したところである。

県の方針では、「センターは、令和7年度の終了を見据え、これまで担ってきた支援や役割について整理し、蓄積された経験を市町や県機関などに継承する。」ことを基本的な考え方としている。

また、業務の実施に当たっては、今後の地域精神保健福祉活動のさらなる推進に向け、市町や県、地域の関係機関と連携の上、令和7年度の活動終了を見据えた事例支援や事業などの終結や継続、引継ぎ先などについて計画し、順次終了及び移行を行うこととされている。

上記の観点から、方針では、①住民支援、②支援者支援、③普及啓発の3事業については、令和7年度までに順次市町・保健所に移行していく業務に、④人材育成、⑤調査研究の2事業については、令和3年度から精保センターに移行する業務に位置付けられた。また、活動終了を見据えた業務（⑥各種支援活動を含む）として、センター活動記録の取りまとめや、他機関への協力、支援の枠組みの検討などが示された。

なお、これまで一部市町については、センター職員を出向させて市町職員とともに被災者の心のケア業務を担ってきたが、令和3年度以降は、出向という形ではなく各地域センターの広域的な地域支援体制の中で支援を行うこととした。

#### **(1) 基本理念**

センターの基本理念については、県の方針を踏まえるとともに、これまでの運営方針の継続性や協会の設置目的などを考慮して、以下のとおり定める。

**被災地における地域精神保健福祉の向上**

## (2) 基本方針

センター活動の基本方針については、基本理念のもと、これまでの取組から見えてきた課題や県の方針を踏まえながら、以下のとおり定める。

- ① 「子どもから大人までの切れ目のない支援」を実施する。
- ② 地域住民支援は、市町などの関係機関との同行訪問を基本として、アウトリーチを中心とした心のケア活動を実施する。
- ③ 支援者支援は、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する。
- ④ 普及啓発は、市町などと連携しながら、住民のメンタルヘルスに関する理解と関心を深めていくため、地域住民を対象に予防的な観点を重視した心の健康に関する活動を実施する。
- ⑤ これまでセンターが担ってきた活動は、災害時における心のケア活動の貴重な知見となることから、今後発生する災害などにおいても活用できる支援のあり方について取りまとめるなど、これまでの活動で培われた経験の伝承も視野に入れた活動を実施する。
- ⑥ 地域精神保健福祉活動の向上を目指して、市町などの関係機関と連携・協力しながら市町の実状に応じた活動を行うとともに、令和7年度の活動終了を見据えた各種事業の関係機関への移行などを計画的に実施する。

## 4 事業計画

被災地における復興状況など地域の実情に応じた支援活動に引き続き取り組み、地域精神保健福祉活動のさらなる推進に資するよう、主要業務として以下の3事業を実施し、その方向性は以下のとおりとする。

なお、新型コロナウイルス感染症（以下「感染症」という。）の感染状況によつては、被災者の生活に様々な影響を及ぼす可能性もあることから、地域や個人の実状に配慮した支援を行うとともに、事業の実施に当たっては、感染症の感染状況に応じた対策を講じながら行うものとする。

### （1）地域住民支援事業

**被災後の心理的負担を抱える住民や、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、心のケアを要する子どもから大人まで全ての地域住民に対して、関係機関と連携しながら相談支援活動（訪問相談、来所相談、電話相談など）を行い、地域におけるメンタルヘルスの改善を図る。**

事業内容	
<b>1 個別支援</b> 市町からの依頼により、支援が必要な住民に対して訪問などを行うとともに、対応困難事例などについては、ケアマネジメントの視点で関係機関と連携し、チームによる支援体制の強化を図る。こうした活動を通して、自治体や関係機関、地域住民がともに取り組む地域精神保健福祉活動の一環として対応できるように移行を進めていく。	
<b>2 地域住民交流事業</b> センターがこれまで関わっている各種サロンなどの集う場などについては、住民がつながり、活動できる場として継続的に提供していくとともに、今後のあり方について、市町や関係機関と検討していく。	

### （2）支援者支援事業

さまざまな支援者が幅広いメンタルヘルス課題に取り組めるよう、支援者に対する専門的助言や同行訪問を行うほか、セルフケアも含む多様な専門研修の機会を設けることにより、支援者の更なるスキルアップと心理的負担の軽減を目指す。

事業内容	
<b>1 支援者コンサルテーション</b> 対応困難ケースへの対応や事業運営などについて、支援者からの依頼に応じて、メンタルヘルスの観点から専門的な助言などを行う。	
<b>2 支援者のメンタルヘルス支援</b> 自治体からの依頼により、支援者を対象に、セルフケアやスキルアップの向上を目的とした研修や面談などを実施する。	
<b>3 子どもの心のケアに関わる支援者に対する支援</b> 子どもの心のケアに関する効果的な支援が行えるよう、コホート調査を通じて支援者へのコンサルテーションや研修などを実施する。	

### (3) 普及啓発事業

震災を契機として広めてきたメンタルヘルスに対する情報を地域でさらに定着、深化させるため、引き続き情報発信を行っていく。気軽に集える場の提供や日中働いている住民への講話などの機会を設け、あらゆる地域住民に必要な情報が届くよう様々な手法を用いて提供していく。

さらに、今後の災害対策施策に資するため、これまでの長期の活動を通じて得た知見を集約するとともに、成果の普及を図る。

事業内容
<p><b>1 メンタルヘルス普及啓発促進事業</b></p> <p>住民のメンタルヘルスに対する理解と関心をさらに定着させていくため、これまで培ってきた様々な手法を生かした取り組みを行っていく。</p> <p>また、県内の小・中・高生などを対象にメンタルヘルスに関する情報を提供するとともに、自治体などからの依頼により、関係者に対して専門的な知識・技術などの普及を図る。</p>
<p><b>2 メンタルヘルス情報の発信</b></p> <p>広報誌やパンフレット、ホームページなどを通じてメンタルヘルスに関する情報を発信し、住民の理解を深めていく。</p> <p>また、これまでセンターが培ってきた知見を新たな災害に役立てるため、資料などの公開を積極的に行っていく。</p>
<p><b>3 年間活動報告作成事業</b></p> <p>みやぎ心のケアセンターの年度毎の活動をまとめ、活動報告書として関係機関に提供する。（旧紀要発行事業）</p>

## 5 計画の推進について

### (1) 進行管理

#### ① センター内部において

令和3年度上半期終了後に、それまでの運営計画の実施状況などについて、課長以上の管理者で確認するとともに、令和4年6月までに令和3年度の評価を行うこととし、令和4年度以降もこのサイクルで自己評価を実施する。

#### ② 運営委員会において

センターの運営については、設立当初より外部委員も含めて設置している運営委員会において、事業方針や活動状況などについて審議がなされてきた。

外部委員は、学識経験者や行政及び関係機関などの代表の方々から構成されており、運営計画についても透明性、公平性の観点から実施状況などについての評価をいただくこととする。

### (2) 推進体制

業務量については業務ごとに違いがあるものの、令和7年度の活動終了に向けて、順次、終了する業務や市町などへ移行する業務があることから、緩やかに体制としては縮小していくことが想定される。

一方、多職種によるアウトリーチや支援者支援は、活動終了までセンターの重要事業として展開していく必要があることから、今後も職種のバランスに配慮しつつ、業務量に応じた人員体制を確保して業務の推進を図る。

### (3) 宮城県などとの調整

センターは、国・県の財源措置により事業を展開していることから、国・県の施策との整合性を図りながら適切な運営を行っていくものとする。

### (4) 弾力的な運用

この運営計画は、令和2年度時点での状況やこれまでの活動から見えてきた課題などを踏まえて策定したものであり、今後の国・県の動向や地域の実情によっては、必ずしも計画通りに事業を展開することが効果的でないことも想定されることから、県や市町のニーズへの対応を最優先にするとともに、必要に応じて計画を見直す場合もある。