

心と こころ



「そのとき、そして、これから」

— 現場からの活動報告 —



社団法人
宮城県精神保健福祉協会

東日本大震災

— その時われわれは何をしたのか —

原クリニック 院長 原 敬造

《3・11その時》

その日、1時50分頃午前の外来を終了し、近くのお蕎麦屋さんで昼食をとりました。クリニックに戻り、デイケアメンバーと卓球をし、午後の診療に備えて、コーヒーを飲もうと思い1階のカフェ225へいきました。カフェではメンバーが2人働いていました。

その瞬間。ものすごい揺れ、少しおさまったかと思ったら、それ以上の揺れがきました。メンバーにカウンターの下に潜るように言って、カウンターのつかまっていたいました。倒壊するのはとの恐怖がよぎり……。ものすごく長く感じました。揺れが収まった後、クリニックの外来の方やデイケアのメンバーを避難させました。

その頃雪が激しく降ってきました。大津波が沿岸部を襲っていました。停電でしたので、車でTVをみました。異国での出来事のように感じ、現実不起こったことと実感するまでしばらくかかりました。

クリニックは、外壁のタイルがはがれ、若干の亀裂が入り、内部はものが散乱していました。そして停電、断水、ガスの停止、ガソリンが手に入らない

などライフラインはその後もしばらく混乱状態でした。翌日は停電のなか、診療を再開、手書きで処方箋を発行しました。電子カルテでなかったので、とりあえずは、処方箋を発行することが出来ました。地震の翌日にもかかわらず、数名の方が来院されました。お互いの無事を確認してほっとした反面、徐々に身辺でも行方が分からない方、お亡くなりになった方々がいらつしやることが分かり、気の重い日が続きました。

翌日からは、診療体制を築くため、断水に備えて、水を確認。携帯ガスコンロ、電池、食料などを確保しました。電気は2日後に復旧しましたが、近所のお店は、全て休業状態で、2週間ほど、スタッフがカフェ225で昼食を作ったり、食材を買い出しに行ったりしました。デイケアや就労移行、B型作業所は安否確認のために早期に再開しました。二次災害防止のため、全てのプログラムを共通に行いました。震災の体験を共有し、無事を喜びました。幸いなことにデイケアのメンバーで、犠牲になった方はいませんでした。

東日本大震災の特徴と影響

M9の超巨大地震、津波は最大で40メートル超の大津波、死者・行方不明者は凡そ2万人に迫っています。現在も行方が分からない方が多数おられます。気仙沼市、仙台コンビニナート、石巻市内などで、火災が発生しました。広範囲な地割れ、住宅の倒壊が起こり、津波に襲われた沿岸部の田畑は広範囲で、塩害が起こっています。また漁場や漁業に関連する施設、加工場などにも大きな被害が出ています。広範囲な地盤の液化化と地盤沈下が起こりました。高齢化が目立つ、過疎地に広範囲な、甚大な被害をもたらしました。

家族、財産、友人、知人、親戚、近所付き合いなど積み上げてきた生活、学校、仕事、町内会、サークル活動、市町村などの慣れ親しんだコミュニティや環境での生活が、一瞬に破壊されました。近親者の死、行方不明、離別、財産、仕事の喪失、避難所、仮設、転居などに伴う人間関係の変化、コミュニティの崩壊などが起こっています。被災地をはじめとして広範囲な地域で、甚大なストレス状態が続いています。

宮精診・日精診の支援活動

私たちは、発生直後から、会員の安否確認とともに、被災の状況から、心のケアが重要な課題になると考え準備をし活動を開始しました。被災地は甚大なストレスにさらされており、生活が崩壊して、健康被害が起こっています。

した。被災している方々にどんな支援が必要なのだろうか？支援の押し付けにならないようにするにはどんな点に気をつけなければならないだろうか？支援者が、被災者との間での関係性を構築するには何が重要であろうか？などなど。様々なことを考えながら、一歩一歩取り組みを進めました。精神科医療、身体的な医療ももちろん重要な

東北大学病院精神科における震災後の活動について

東北大学大学院医学系研究科予防精神医学寄附講座 医師 松本和紀

震災からはや7ヶ月を迎えようとしています。本当に思いがけず大きな震災でした。生活が一変し、大変な苦労をなさっている方も多いことかと思えます。家族、友人、仲間を突然失った方々の悲しみはとてつもなく深いものでしょう。家や仕事を失い、日々の生活に悩む方が増えてしまいました。人々の「このころのケア」は、とても大切なことだと考えられています。

「このころのケア」は、専門家が行うものから一般の方々が行うものまで、何層にもわたって広く行われることが大切です。東北大学病院精神科では、専門家という立場から、これまで被災地のこのころのケアに携わってきました。ここに、我々の活動の一端を紹介させていただきます。

ことです。まずは生活への支援が必要と、被災地に足を運んで感じました。破壊された生活を支援しながら、寄り添い関係性を築き、健康状況を把握し必要としているニーズを探っていくことと感じました。

け、精神科の医局もしばらく立ち入り禁止となりました。しかし、東北大学病院は、病院全体で被災地支援に当たる体制をとり、私たちの精神科は、まず、3月15日石巻市赤病院へと医師を派遣しました。精神科がない病院にも

きます。

震災後のまもない時期の支援で大切なことは、これまで精神科の医療を受けていた方が、震災による混乱で急激に調子を崩したり、治療薬が手に入らなくなること防ぐことです。しかし

実際には、家とともに薬が流されたり、服薬管理をしていた家族が亡くなったりし、普段飲んでいる薬を飲むことができなくなり病気を悪化させる方々が多く見られました。気仙沼、石巻、岩沼などでは、津波被害によって深刻ダメージを受けた病院がありました。通信や交通が断たれ、多くの医療機関は孤立した状況となりました。被災地は、外からの支援を必要としていました。東北大学病院自体も震災の影響を受

日には同様に精神科のない気仙沼市立病院に医師を派遣しました。やはり、調子を崩した患者さんが多く運び込まれていました。また、津波により市内の精神科病院が深刻な状況に陥っていたため、この病院への支援も行いました。

3月16日に、東北大学病院精神科は、全国に向けて精神科医を派遣するよう要請しました。翌日には全国から支援希望の電話やメールが次々と入りました。東北大学病院が被災地の病院に医師を送り込むために運行していたバスを利用して、東北大学や支援にかけた医師を派遣しました。また、3月22日には東北大学の車を2台確保し、移動型のチームによる活動を開始し、27日には宮城県が斡旋した車による活動へと移行しました。このチームは、3-5名のいわゆる多職種で構成されるチームです。東北大学のスタッフだけでなく、宮城県内の精神科医、看護師、心理士、精神保健福祉士の方々

また、富山大学、高知大学を始め全国からも支援が入りました。東北大学病院は、多くの方々の支援にかける熱い思いを結集させる場所となりました。

チームは、宮城県と連携、協力しながら活動地域を決定し、主に石巻市、雄勝地区、岩沼市、七ヶ浜町などで活動し、気仙沼では医師単独で地域の連携や調整のために活動しました。現地では、保健師が身を粉にして働いていました。私たちはこうした保健師と連携しながら避難所、自宅、仮設住宅の被災者に対するケアを行いました。住民への啓発、スタッフへの研修、アドバイスなども重要な役割でした。また、自治体の職員や医療関係者などの支援者に対する支援も行いました。支援者の多くは、自分も被災者でありながら過酷な業務を強いられ、大変なストレス状況におかれていました。

東北大学病院精神科が果たした役割の一つは、宮城県各地の情報収集を行い、全国から集まる様々な支援者やチームの、いわば交通整理でした。震災によって通常のシステムは破綻してしまいました。そのような中全国から一挙に多数の支援者が訪れ、現地では様々な混乱がありました。これをまとめて調整する仕事は簡単なものではありませんでしたが、さまざまな関係者の努力によって混乱は最小限に食い止められたようです。岐阜大学、東京女子医科大学、浜松医科大学、東京大学など様々な大学の精神科チームが私

ちと連携しながら活動してくれました。私たちのチームは、全国のチームが徐々に撤退していく中で10月現在も継続的に支援を続けています。通常業務をおこないつつ被災地での支援を行うことに多くの苦労もありますが、地元の大学病院として宮城県の被災者の

「そのとき、そして、これから」 —岩沼市からの災害活動報告—

岩沼市役所健康福祉部健康増進課 保健師 今田昌美

あの時、そうあの忘れもしない3月11日（金）午後2時46分。突然襲った東日本大震災。この日私たちは大切な人、家や仕事等実に多くのものを失いました。普通の生活が根こそぎ奪われたのです。まさか、このような大きな被害になるとは夢にも思いませんでした。

岩沼市の被害状況は死者150人、行方不明者1人。全半壊約2300棟、一部損壊約2600棟にも及びます。市では、沿岸地域6集落が破壊的な被害に遭い、当初28か所の避難所に6500人にも及び市民が避難し5月5日の避難所閉鎖までの間、避難者は不自由な生活を余儀なくされました。震災当日午後3時56分、すぐに保健センターに救護所が設置されました。しかし、近隣の住民が避難して来るな

役に立つことを少しでも続けたいという思いで支援を続けています。今後、みやぎ心のケアセンターが設立され、こころのケアは長期にわたって継続される予定となっています。私たちも息の長い支援に様々な形で携わっていくつもりです。

ど、一部避難所としての機能も兼ねて災害支援活動がスタートしました。

岩沼市の保健師は17名いますが、産休・育休などで実質13名、しかし、分散配置されていることにより、実際保健活動ができる者は8名という人数でした。早期に庁内で調整してもらい他課に所属する保健師を一定期間救護活動に配置してもらう等体制を整えました。

また、災害三日目に大阪市から6名の保健師が派遣され、規模の大きな避難所2か所を24時間体制で対応してもらいました。他にも、医師や看護師等巡回診療チーム、またJOCA（青年海外協力協会）や、多様なボランティア等の協力もあり、なんとか救護所と避難所巡回診療・相談を毎日行うことができました。

具体的な活動としては、私たち保健師は救護所の対応と市内の避難所を巡回して、避難者の健康状況や避難所の環境等の確認を実施しました。特に小学校や中学校は多くの市民が避難したので、安否確認を夜間にも行うなど、24時間体制で対応しました。救護所には、日本赤十字病院の医療チームが岩沼入りしました。けがや病人の対応の調整に追われ、市内の医療機関が通常診療できるようになった後も4月末まで救護所として健康相談等を行っていました。避難所は医師・保健師等でチームを編成し毎日巡回し、健康管理だけでなく避難所のニーズを本部や担当部署に繋いで改善を図りました。これは直接実態を把握しやすい保健師の役割として良かったと思います。

また、大阪市保健師チームや救護所の医療チーム、避難所の巡回医療チーム等多くのスタッフが活動を共にしたので、スタッフ全員で、朝と夕方の2回ミーティングを実施し、一日のスケジュールの確認、ケースカンファレンス、今後の方針等を確認し合いました。スタッフで情報等を共有する場があったことで煩雑な中、業務がスムーズに行われたと思います。

毎日やらなければならないことは山ほどあり無我夢中の日々でした。昼夜問わずの勤務で、日勤になっても毎日16時間労働で休みのとれないほどでした。その中で避難所における薬剤調達や医療機関受診の交通手段の問題、イ

ンフルエンザや感染性胃腸炎の発生対応など多々様々なことがありましたが、ひとつひとつ皆で話し合っただけで解決することができました。比較的調整できる体制であったことが、良かったと思います。

今回の災害では被害があまりにも大規模で、支援者である職員も家が流されたり浸水したり、また家族や身内を失う等、支援者でありながら被災者というこれまでにないものでした。また、被災地が広範囲であり支援協力を求められない状況にありました。とても一地域の行政では対応しきれない被害の大きさだったということです。

そのような中で、全国や全世界の本当に多くの人たちが、自分のことのように心を痛め、暖かく力強い支援の手を差し延べて頂いたことにこれほど感謝し、人のつながりと温かさに感謝したことはありませんでした。

市保健師だけではこの困難な状況の対応は難しかったと思います。様々な所から支援や協力があつたことで、より早く災害弱者の安否確認や通常業務に取り掛かることができたように思います。

現在、被災地区や仮設住宅の健康調査も終え、被災地や仮設住宅の担当保健師の人数を強化し、要支援者の継続的支援を行っています。

また、仮設住宅に同居している被災者対象に生活習慣病予防セミナーの開催、健康づくり推進員や運動普及サポ

ーターによる運動、介護予防サロン等の開催、そして訪問等、孤独死や自殺の予防、健康推進を行っています。そして、仮設住宅サポーターセンター「里の杜サポーターセンター」が7月に設置され、各関係課や関係機関と定例会議を持ちながら、総合的な支援を実施しているところではあります。

完全に復興するまでどれくらいの年月がかかるかわかりません。10年以上だとも言われています。建物や道路等目に見えるものが復興しても被災者の心の傷が癒えることは難しく、メンタルケアが今後の大きな健康課題とも言えます。

時間は確実に前へ前へと進んでいます。そして、被災者が頑張っている姿や心を打つ言動を見聞きするにつけ、このまま立ち止まらなければいいのではないと励まされます。

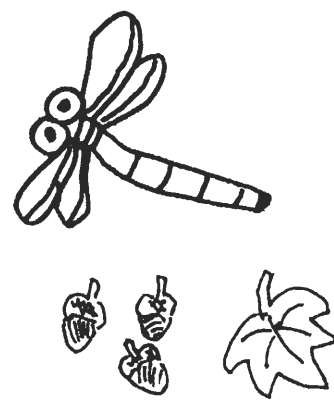
私たち保健師はこれからも市民が少しでも安心して健やかな生活ができるように、できる限りその時その時に寄り添い、この町で保健活動をしていきたいと思えます。

「そのとき、そして、これから」仙台市における震災後のこころのケア活動を振り返る

— 仙台市精神保健福祉総合センターの活動報告 —
仙台市精神保健福祉総合センター 保健師 佐々木 妙 子

平成23年3月11日（金）14時46分突如の大地震（のちに東日本大震災）に、思わず机の下に座り込み机の上の書類を押さえていた。強く、長い揺れがやと収まり、センター内にいたデイケア通所者や来談者も全員無事に避難させることができた。当時は雪も降ってきたため、迅速かつ安全に通所者を帰宅できるような支援した。このときはまだ週明けからのデイケア実施を信じており、「いやー、避難訓練やってよかったね。」と皆でほっと胸をなでおろした。まさかこの後に知る津波被害のことは思いもよらないことであつた。ライフラインが寸断され、ラジオから報道された若林区荒浜の津波被害の様子。その被害の甚大さが次第に明らかになり・・・仙台市の被災状況としては、特に宮城野区と若林区の東部沿岸地域を襲った巨大津波により多くの尊い命を奪われた【9月16日現在では、死者・704名 ・行方不明者・26名 負傷者・重傷（275名）、軽傷（1,994名）】。また住まいや農地等も壊滅的な被害を受けた。

震災当日から所長初め職員は当センター内に泊まりこみ対応した。職員関係者の安否確認や施設内の環境整備、幸いにも当センターはプロパンガス、近くに湧き水と広瀬川があつて上下水道の代用が可能な環境でありなんとライフラインの確保ができた。3月13日（日）は市内の医療機関や福祉施設等の情報収集並びにこころのケアチーム派遣に関する準備等を進めた。3月14日（月）震災後3日目からはこころのケアチームの避難所巡回相談を開始した。主なこころのケア関連の活動は、①被災者の心のケア（トリアージを含めた診療、相談、情報収集）②震災後の心の健康に関する普及啓発（チラシやティッシュなどの配布）③支援者に対する研修並びにメンタルヘルス対策④子どものケアであつた。以下については、それぞれの半年間の活動の概要を紹介する。①避難所や仮設住宅での巡回相談及び常駐相談室開設・外部応援チームや区保健師との協働訪問等の実施。当精神保健福祉総合センターが中心となり、津波被害のあつた2区の保健福祉センター関係課との連携の下、市内外の精神科医師や厚労省派遣



の外部応援チームなどの協力を得て実施してきた。避難所が集約され仮設住宅への移行が始まり、6月末には1チームを除き外部応援チームは支援終了となり、現在は当センター及び保健福祉センター中心の支援となっている。

【10月12日現在、巡回チーム数…延495チーム、相談件数…延2、845件】②避難所・仮設住宅等の被災者や管理運営者及び支援者等を対象に実施③避難所の健康相談に携わる保健師・看護師や避難所運営スタッフ、町内会役員や民生委員、絆と安心プロジェクト等支援関係者を対象、外部応援及び当センター職員が講師となり実施した。【10月7日現在、延52回・延1、559人】④早期段階から避難所での保護者や教諭向けにチラシ等を用いた普及

啓発を行い、4月からは当センター職員と市内の児童精神科医師による子どものこころのケアチームが避難所や区役所等への巡回相談を実施してきた。また、子ども関連機関との情報交換や研修講師派遣、8月からは日本児童青年精神医学会の派遣医師による子どものこころの相談室を開催している。

今後の取り組みとしては、地域保健福祉活動を基盤とする区保健福祉センターと連携した、被災者のおかれた状況に応じた相談支援、震災関連の精神保健福祉の総合的なコーディネートやコンサルテーション、支援者のメンタルヘルス対策、人材育成と普及啓発等を、その他関係機関とも連携しながら長期的に実施していく予定である。

そのとき、そして、これから

―石巻市から心のケア活動の報告―

石巻市健康部健康推進課 保健師 沓沢 はつ子

3月11日「大津波警報」と連呼されるアナンスから数時間後、ぶるぶる震え全身びしょ濡れの市民が次から次と市庁舎に入ってきました。津波の去った庁舎は1・5mの浸水で身動きが取れず完全に孤立し、携帯電話や防災無線も役に立ちません。暖房はなく市庁舎の避難者約380人には新聞紙やこ

み袋で寒さをしのいでもらうしかなく一夜にして、不安で不気味な夜を過ごすことになりました。3日目になって、水は引かず、市役所職員手作りの長机橋を渡り、ようやく高台の避難所に行くことができました。高台から大街道を見た光景は目を疑うものでした。蟻の大群が道路を埋め尽くしうごめい

ているように見え、近寄ると、布団や生活物資を背負った市民が呆然とした表情で歩いていました。現実とは受け入れ難く、映像を見ている様で泣けてきました。避難者は、5万人以上、避難所最高259か所、行方不明含む死亡者約4、000人という惨状でした。

□心のケアチームの活動

心のケアチームは、8日目から東北大、石川県チームが石巻入りし、3月中は国府台病院、三重県、名古屋大、長野県（小諸高原病院）、群馬県、大分県、岐阜大、宮精診（のち日精診）の10チームに避難所を巡回していただきました。不眠、不穏、不安などの急性ストレス障害、精神科疾患の悪化、高齢者の夜間せん妄などがみられ、入院や福祉施設への受け入れの調整や送迎などもあり連日連夜休む暇なく対応に追われました。

3月末には、日赤合同医療救護班のエリア化に伴い心のケアチーム（6チーム）それぞれ以降順次撤退、10月から2チーム）や保健師チームも12のエリアに分かれた活動となり連携の強化が図られました。その頃には、自宅の片づけなどで日中避難所に残る人は少なく、保健師の全戸訪問に伴い、心のケアチームも保健師のピックアップケース（本庁29、408人中300人1%）をフォローする活動が加わりました。

6月上旬からは、仮設約8、000戸の全戸訪問が始まり、そのフォロー

アップをしていただいています。仮設の心のフォローは、全壊地域のため3、192人中168人5・3%（8月25日現在）と高めました。

今回のように、心のケアチームのアウトリーチ活動は、保健師が苦勞して受診勧奨をしなければならぬケースも、医師や精神保健福祉士等が、自宅まで出向く支援のため如実に効果が表れました。病院から連絡された自殺未遂者も、医師らの丁寧な診療で自殺企図が薄れ数回のアプローチ後には地元精神科へ通院するまでになりました。うつやアルコール問題ケースについても受診へと導いていただき大変助かりました。

また、複数のチームが対応してくださったことで、避難所や集会所等でもミニ講話や相談会を開催することができました。教育委員会等と連携し、保育所、小、中、高校や大学への心のケア講演会や相談会、人事課とともに市職員の相談会、消防署員の惨事ストレス相談、さらには、ハローワークとタイアップし定期の相談会なども実施することができました。

□今後について

今後は、既存の事業である、傾聴ボランティアによる仮設集会所での傾聴活動など地域ぐるみで心の健康づくりを推進していくことと、新たに、地域支え合い事業（心のサポート拠点事業、見守り隊等）や心のケアセンターを中

心に各関係機関と連携し、アルコール、うつ、慢性PTSD、孤独死、自殺対策などの問題に中長期で対応していかなければならないと思います。

これまで暗中模索ながらも活動ができたのは、県、県内外の心のケアチーム、石巻赤十字病院はじめ地元の治療機関等、本市に関わっていただいたすべての皆様の温かい御支援御指導と、職場の仲間のおかげだと心より感謝申し上げます。

石巻市被害状況

* 人口	154,306人 (H23.7月末)
* 世帯数	58,295戸
* 全壊	19,374棟 (9/22県ホームページ)
* 半壊	3,993棟
* 心のケアチーム 相談延件数	4,520人
	(大人4,086人 子供434)

「そのとき、そして、これから」

気仙沼市本吉総合支所保健福祉課 保健師 鈴木 由佳里

平成23年3月11日に発生した東日本大震災において、多くの自治体が一丸となって、住民の命と健康を守り抜こうと奔走してきたと思います。未曾有の災害への対応が行えたのは、全国、県内からの支援と医療・福祉・保健各関係機関の積極的かつ、きめ細かな連携のたまものと感じるとともに、日頃の業務の凝縮であると、毎日の地域活動の中で感じてまいりました。

この震災から新生と復興の道に進んで行くことは簡単ではないが、住民の

エンパワメントの向上を目指す活動が必至であり、これまでの本吉地区の災害時保健活動を振りかえり、このことを考えたいと思います。

本吉地区は気仙沼市の南部、岩手県一関市と藤沢町、南三陸町、登米市と隣接した、人口1万1千人弱の地域で、平成21年9月に市町合併した旧本吉町です。

私は業務担当として、精神保健福祉と高齢者介護予防を担当しており、これらの業務を重複して担当したことで、

地域住民の情報が一元化され、効率的に活動することができ改めて地域や家族を全体的にとらえた活動が合理的な支援になると実感しています。

震災時から10日位は、津波により道路が寸断し、隣接する地域とのアクセスや通信が断たれました。被災初日から数日は、職員が昼夜を問わず救命活動と住民の安否確認に従事しました。

急性ストレス反応や余震への不安によるパニックとともに、自立支援医療受給者や療育手帳保持者の薬の流失による持病の悪化がありました。被災後4日目からは、当地域出身者の精神科医が被災地入りし、状況確認出来ていた避難者と在宅のハイリスク者に緊急投薬を開始できたことは、先が見えない暗闇の中に光が射した思いでした。

気仙沼地域に3箇所ある精神科病院とクリニックは、うち2箇所が被災しました。医療保護入院患者の受け入れルート確保を保健所にお願ひしながら、私は悪路の中、満潮時間と戦いながら、ひたすら避難所巡回や在宅者訪問とアウトリーチ活動を行いました。

3～4月の訪問件数は、保健師1人当たり1日6～8件延べ200件を超えました。

また、エコノミークラス症候群予防と介護予防のために、被災した市立病院理学療法士の協力を得て避難所での軽い体操を行ない、被災して職場に向かえない看護師に、見守りを含めた自主救護室を運営していただくなど、多

くの方々の協力や主体的な取り組みが行なわれ地域の方々の持つ力を感じました。「自分たちには出来ることは何か」関係者や支援者と気持ちをつなぐことが災害対応の要であり皆であると感じました。

行方不明者のご家族には、防災担当との連携で、集中搜索時のケアにも同行させていただきました。ご家族に何と言葉をかけてよいのかとの不安もありましたが寄り添い、共にいることが唯一できることでした。このことは後から家族につらい思いを話していただくことへとつながりました。

3月23日からは、東京都派遣チームが、続いて北海道派遣チームが被災地入りし共に避難所や地区全戸訪問を開始し、28日からは、心のケア支援チームの福岡県が入りました。要医療者の診察と傾聴に分けて巡回するとともに、避難所での健康教育をスタートしました。また、本吉版「心のケアつなげ票」を作成しD・M・A・Tや保健師派遣チームから挙げていただき、集約とアポイントメントは地区保健師が担当し、早期に介入するシステムを作りました。

9月末までは、山梨県日下部記念病院と奈良県のチームが従来の個別対応と平行して社会福祉協議会と共催で、全ての仮設住宅での健康教育を行い、セルフメンタルケアの向上を図っていただいております。

私自身も自宅と大切な家族を失い、「明けない夜はない」と心の中で繰り返

しながら眠りにつく日もありましたが、心の夜明けを感じられたのは、全国、県内から被災地入りしていただいた皆さんの、温かい支援でした。皆さんに出会えたことを、本当に感謝いたします。

色々迷いながら進んできましたが、大切なものは多くの破壊や損失の中一番最初に感じた思いではないかと思えます。「感謝」の気持ちを、日々の活動の基軸として、今後の役割に従事していけたらと思います。

そのとき、そして、これから ―被災現場からの活動報告―

南三陸町保健福祉課 保健師 工藤 初恵

平成23年3月11日に発生した東日本大震災は、南三陸町のおよそ7割の世帯が被害を受ける甚大なものでした。大地震直後に発生した大津波によって、公共施設や商店街、住宅等が喪失し、千人近い市民の尊い命が奪われました。役場では多くの職員を失い、ライフラインや交通機関が途絶えるという危機状態になりましたが、県内外の皆様のご支援をいただくことで、復興に向けての活動が推進できていることに深く感謝いたします。

私たちは、大津波により一瞬にして保健福祉活動の拠点となる保健センターと、保健活動データの全てを流失しました。職員の多くは、自分の家族の安全確認も出来ないままに避難所対応に追われる日々が続きました。

災害対応は、高台にあるベイサイドアリーナを拠点として、開始されまし

た。医療救護体制が徐々に整う中で、県の精神保健福祉センターより、精神科救護チームの派遣を要請してはどうかとの連絡が入りました。また、東北会病院長の白澤理事長からの声かけもあり、派遣を要請し3月19日から岡山県心のケアチームが来町しました。どこに避難所があるのか、避難者の状況も不明なことが多く、手探り状態で活動を開始しました。がれきに阻まれたり、路肩が崩れ通行できなかつたり、移動中に余震が起きるなど危険な中を巡回することもありました。避難所での診療後には、ご本人とご家族が安堵の表情に変わり、先生が救いの神に見えた様子でした。定期的に注射が必要な方もいて、それをお願いしながら巡回しました。また、町内戸倉地区住民のほとんどは、隣接する登米市に避難していたので、登米市の保健師さんと熊本

県心のケアチームに対応していただきました。精神科受診については、震災前から住民の多くが自家用車や他の交通機関を使って隣接する市町へ受診していましたので、できるだけ元々のかかりつけ医への受診につなげるようにしたことで混乱を防ぐことが出来ました。当町の人口は、約1万7千人という小規模のため、市民の状況のある程度把握出来ていたことが、災害時の活動の強みとなりました。

5月になって、ようやくプレハブの役場仮庁舎が設置されました。保健福祉課の室内には長机などの事務機器が置かれたものの、物品が十分に揃わないことから、原クリニックスの原院長先生からパソコン等のご支援をいただきました。健康増進係の保健師は、3名が育児休暇中で、マンパワー不足でしたが、兵庫県、高知県、香川県、熊本県、熊本市、松山市の保健師チームのローラー作戦により、地域の現状を把握することが出来ました。また、県内の保健師チームの支援により徐々に保健事業も再開することができました。

精神保健事業に関しては、精神保健福祉センターの小原先生と岡山県の五島先生のアドバイスをいただきながら、精神保健相談や家庭訪問等地域精神保健活動を実施しています。震災での病状悪化や急性ストレス反応等緊急ケースへの対応は三峰病院、光ヶ丘保養園、こだまホスピタルの院長先生をはじめ各先生方に自施設が大変な中診療、入院を快くお引き受けいただきました。自分たちの活動を地元の医療機関に支えていただいていることを改めて感じています。

その他に、保健師によるなんでも健康相談や乳幼児健康診査も再開していますが、仮庁舎に会場が無いため学校施設を借りるなどしています。また、個別の相談や乳児の体重測定等、住民の要望には、訪問で対応しています。震災から数ヶ月が経過し、被災した住民の集団避難所から仮設住宅への転居が進んでいます。

現在の活動は、安心して暮らせるまちを目指して、住民の声を活かした仮設住宅のコミュニティづくりに重点をおいています。被災者生活支援センターの支援員と共に、孤立化防止も含めお茶会等の活動を始めています。

町民各々が、様々な悩みを抱え将来に不安を抱えており、メンタルケアの取り組みは今後の大きな課題です。皆様からいただくご支援は、町民及び職員の間となり、これまで培ってきた豊かな地域コミュニティの絆を再生するきっかけになっており感謝しています。



相 談 機 関 一 覧

● 宮城県保健福祉事務所

名 称	住 所	電話番号
仙南保健福祉事務所 (母子・障害班)	989-1243 柴田郡大河原町字南129-1	0224-53-3132
仙台保健福祉事務所 (母子・障害第2班)	981-0914 仙台市青葉区堤通雨宮町4-17	022-706-1217
仙台保健福祉事務所 岩沼支所 (総務保健班)	989-2432 岩沼市中央3-1-18	0223-22-2188(代)
仙台保健福祉事務所 黒川支所 (総務保健班)	981-3311 黒川郡富谷町ひより台2-42-2	022-358-1111(代)
北部保健福祉事務所 (母子・障害第2班)	989-6117 大崎市古川旭4-1-1	0229-87-8011
北部保健福祉事務所 栗原地域事務所 (母子・障害班)	987-2251 栗原市築館藤木5-1	0228-22-2118
東部保健福祉事務所 (母子・障害班)	986-8580 石巻市南境新水戸1番地 石巻専修大学内	0225-95-1431
東部保健福祉事務所 登米地域事務所 (母子・障害班)	987-0511 登米市迫町佐沼字西佐沼150-5	0220-22-6118
気仙沼保健福祉事務所 (母子・障害班)	988-0066 気仙沼市東新城3-3-3	0226-21-1356

● 仙台市各区保健福祉センター (問い合わせ先 保健福祉センター：障害高齢課 総合支所：保健福祉課)

名 称	住 所	電話番号
青葉区保健福祉センター	980-8701 仙台市青葉区上杉1-5-1	022-225-7211(代)
青葉区宮城総合支所	989-3125 仙台市青葉区下愛子観音堂5	022-392-2111(代)
宮城野区保健福祉センター	983-8601 仙台市宮城野区五輪2-12-35	022-291-2111(代)
若林区保健福祉センター	984-8601 仙台市若林区保春院前丁3-1	022-282-1111(代)
太白区保健福祉センター	982-8601 仙台市太白区長町南3-1-15	022-247-1111(代)
太白区秋保総合支所	982-0243 仙台市太白区秋保町長袋字大原45-1	022-399-2111(代)
泉区保健福祉センター	981-3189 仙台市泉区泉中央2-1-1	022-372-3111(代)

● 精神保健福祉センター

名 称	住 所	電話番号
宮城県精神保健福祉センター	989-6117 大崎市古川旭5-7-20	0229-23-0021(代)
仙台市精神保健福祉総合センター (はあとぼーと仙台)	980-0845 仙台市青葉区荒巻字三居沢1-6	022-265-2191(代)

会 員 募 集

本協会の趣旨に賛同される方は、だれでも個人会員として、また、市町村、病院、会社、工場、婦人会等各種の団体は、団体会員としていつでも入会できます。

会 費 (年額) ・ 個人会員：2,500円 ・ 団体会員：一口 (5,000円) 以上

【入会に関する問い合わせ先】 (社)宮城県精神保健福祉協会

〒989-6117 宮城県大崎市古川旭五丁目7-20 宮城県精神保健福祉センター内

電話：0229-23-0021 E-mail：miyagi.sehofuku.kyokai@r7.dion.ne.jp

編集発行／平成23年10月 発行 社団法人 宮城県精神保健福祉協会 宮城県大崎市古川旭5丁目7-20 電話：0229-23-0021