

第2章

詳細編

災害時の心のケア体制整備事業【福島県】

= 支援者の支援と心のケアマニュアル =

(実施期間) 平成 24 年度

(基金事業メニュー) 強化モデル事業

(実施経費) 620 千円

(実施主体) 福島県精神保健福祉センター(福島県)

【事業の背景】

平成 23 年 3 月に発生した東日本大震災及び東京電力福島原子力発電所事故の被災により、前例のない事態にあたり、支援にあたる職員が参考とする既存のマニュアルも、その内容が十分とは言えない状況であった。

現に、既存の福島県地域防災計画には、「精神保健活動」との記載はあったが、具体的な役割や動き方が分かる内容でないため、県や市町村等関係機関が混乱したところである。

また、被災を受けた者は強いストレス状態におかれるため、精神的不調をきたしやすく、うつ病や自殺企図のハイリスク者であり、避難生活の長期化による健康問題も予測されたため、平成 23 年度を事業の初年度とし、心のケアマニュアルワーキンググループを立ちあげ、心のケアに従事する職員に必要なマニュアルの作成、被災者の支援にあたる職員の技術の習得と支援者自身の心の健康回復のために研修会を開催することが必要となった。

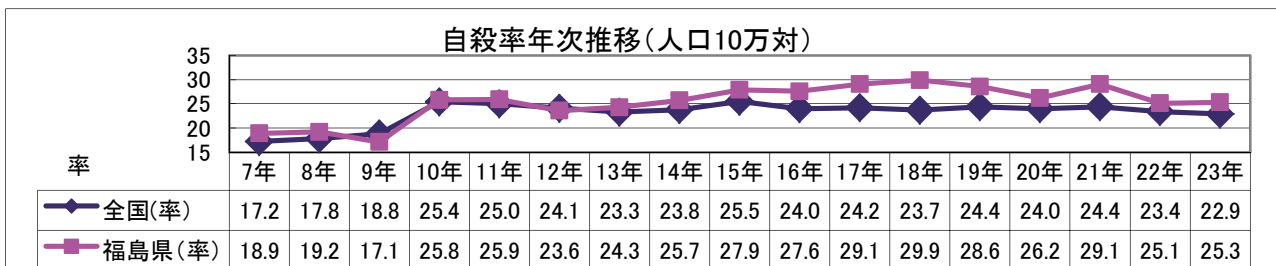
【地域の特徴・自殺者数の動向】

1 福島県の推計人口

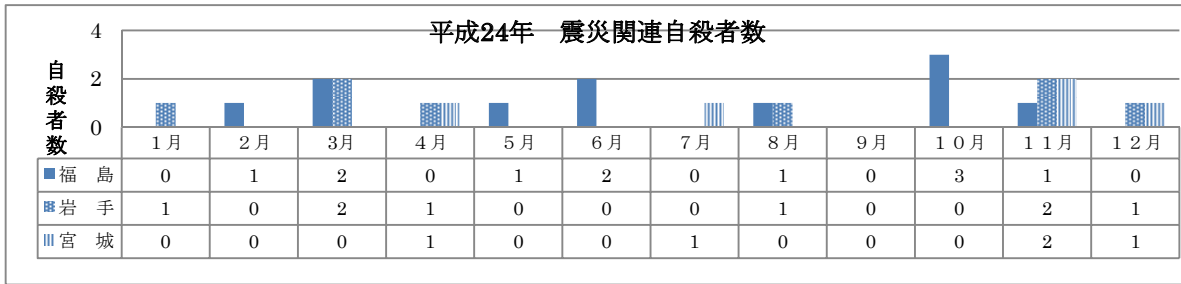
	総人口	年齢3区分別人口※除く年齢不明者 12,086 人		
		年少(0~14歳)	生産(15~64歳)	老年(65歳以上)
平成 23 年 3 月	2,024,401	274,322	1,235,833	502,160
平成 24 年 3 月	1,978,924	258,725	1,207,688	500,425
平成 25 年 3 月	1,956,711	250,074	1,180,794	513,757

【福島県】福島県の推計人口
(福島県現在人口月報)

2 福島県の自殺者数 (人口10万対) 全国ワースト10位前後を推移



3 震災関連の自殺者数



4 避難者の数

(1) 平成 25 年 4 月現在 福島県民の避難者数 154,618 人

(内訳 県外避難者 55,610 人 県内避難者数 98,838 人 避難先不明者 170 人)

(2) 子どもの避難状況

		平成 24 年		増減数 (B)-(A)	
		4月1日現在(A)	10月1日現在(B)		
18歳未満避難者数		30,109	30,968	859	
避 難 先	県 内	避難元市町村内	12,214	3,307	1,784
		避難元市町村外		10,691	
県 外		17,895	16,970	△ 925	

※多くの県民が現在も避難生活を続けている

【事業内容】

1 平成 23 年度 災害時の心のケア体制整備事業

(1) 平成 23 年度「心のケアマニュアル」検討会の開催

「心のケアマニュアル」ワーキンググループでの検討会 マニュアルの項目の決定 3回実施

委員より必要と意見のあった項目

放射線不安への対応／コミュニティ作りの方法／県外避難者・家族への支援／支援を受入側として・支援者を送出側として／子どもと母親への支援／支援者への支援／支援者としての心構え／平常時の連携方法

(2) 「心のケアマニュアル」作成

①自然災害編

- ア 災害時の心のケア
- イ 災害時の心理的反応と精神疾患
- ウ 心のケア活動の留意点
- エ 発生後の各段階における対応概要
- オ 具体的な活動の流れ
- カ 各避難場所における支援（例示）
- キ 特に支援が必要な方へのケア
- ク 支援者へのケア

②原子力災害編

- ア 原子力発電所事故と心のケア
- イ 避難者の長期的生活設計に関する課題と対応

- ③ 作成部数
- 本編・現場活動版 500部
- ポケット版 1,000部

(3) 心のケア研修会 1回実施

2 平成 24 年度災害時の心のケア体制強化事業

(1) 「心のケアマニュアル」検討会の開催 マニュアル追加項目及び関連事業の検討

(2) 「心のケアマニュアル」の作成〈追加項目〉

- 1) 放射線に関すること：福島県立医科大学放射線健康管理学講座教授 大津留晶 氏

○追加した項目(これからの日常で無理なくできる被ばく対策)

- ① 内部被ばくについて
- ② 慢性外部被ばくについて
- ③ 癌の予防に関する総合的な視点について

2) 子どもの心のケアに関すること：県臨床心理士会東日本大震災対策プロジェクトチーム

○追加した項目

- ① 支援にあたって
 - ア 子どものストレスとその対応
 - イ 時期に応じた子どもの反応と対応
 - ウ 発達からみた子どもの反応とサポート
 - エ 子どもを支える地域での支援
- ② 支援の実際
 - ア 親子ふれあい遊びと親ピア・ミーティング
 - イ 学級ミーティング

○親子ふれあい遊びの様子



ひざのせ遊び



風呂敷パラバルーン

○親ピア・ミーティングの様子



- 福島心のケアマニュアル
親子ふれあい遊びと親ピア・ミーティングの
実施手順
- (1) 事前準備
 - 支援対象者
 - 会場の設定
 - 開催日時
 - 準備物
 - (2) 実施手順
 - 受付開始
 - 事前打ち合わせ
 - 始まりの会
 - 親子遊び
 - 親・ピア・ミーティング
 - 終わりの会
 - スタッフ事後ミーティング
 - (3) 保育士の親子遊び…実践のポイント
 - (4) 親ピア・ミーティング実践のポイント

○学級ミーティングの様子



(3) 心のケア研修会 4回実施

1) 第1回 研修の内容：支援者のパワーレスへの対応

講義：「支援者のエンパワーメントを高めるために」

講師：白河・郡山メンタルサポート所長 福島県臨床心理士会副会長 成井 香苗 氏
グループワーク

2) 第2回 研修内容：放射線不安への対応

講義：「放射線の不安の中で暮らす人々への支援」

講師：福島県立医科大学放射線健康管理学講座教授 大津留 晶 氏

講義：「演習：見えない不安への対処法」

講師：福島県臨床心理士会 富森 崇 氏

リラクゼーション演習

3) 第3回 研修内容：災害後の自殺予防対策

講義：「被災遺族・自死遺族への支援」

講師：全国自死遺族総合支援センター代表幹事 杉本 脩子 氏

ワールドカフェ方式によるグループワーク情報交換

4) 第4回 研修内容：子どもの心のケア

講義：「子どもの心のケア」 福島県心のケアマニュアル《子ども編》について

講師：白河・郡山メンタルサポート所長 福島県臨床心理士会副会長 成井 香苗 氏

親子ミーティングの実際（演習）

グループワーク

【事業実施にあたっての運営体制】

○事務局 県精神保健福祉センター 精神科医師及び保健師 3名(平成23～24年)

○ワーキンググループメンバー

平成23年度

福島県精神科病院代表／福島県神経精神科診療所代表／日本精神科看護技術協会福島県代表／福島県臨床心理士会 プロジェクト代表／福島県精神保健福祉士会 代表／福島県県中保健福祉事務所 主任保健技師／いわき市保健所 主任保健技師／南相馬市 健康づくり課健康推進係 主任保健技師／福島県中央児童相談所 相談課長／精神障がい者家族会県つばさ会 副会長／精神障がい者当事者／相談支援事業所 代表／県立医科大学看護学部 准教授／県精神保健福祉センター

平成24年度：福島県立医科大学放射線健康管理学講座教授／福島県臨床心理士会 プロジェクトメンバー

【事業の工夫点】

1 「心のケアマニュアル」について

- (1) ワーキングメンバー選定の特徴としては、専門家のみならず精神障がい者の当事者、家族、および被災市町村の保健師で構成し、現場の声を反映する体制とした。
- (2) 本編・心のケアチーム活動マニュアル・資料編の3部構成として作成し、逐次、精神保健福祉センターホームページ内に公開し、現場で活用できるように配慮した。
- (3) バインダー方式とし、随時最新情報を追加して、綴じ込めるようにした。23年度内に現場活動版を追加作成した。
- (4) 災害時の心のケアに関する知識や知見を整理し、本編内容抜粋し、実際の支援現場に携帯し活用できるようポケット版を作成した。
- (5) 支援者対象の研修を合わせて開催し、「心のケアマニュアル」の周知を行った。

2 心のケアに関する研修会

- (1) 支援者対象の研修会は、支援者自身がパワーレス状態になっていることを認識し、研修成果を職場に還元できるよう工夫し企画した。
- (2) 講義形式のみではなく、演習グループワークの実施とした。

【事業成果、その他特筆すべき点】

1 事業成果

- (1) 「心のケアマニュアル」は完成前から関係者への研修等において周知を図り、意見を得ていたことから、認知度が高いものとなった。
- (2) 研修会後の評価では、有益性、満足度ともに非常に高かった。このような研修会等の場において、支援者に対する支援を続けていくことが、被災者への有効な支援にとって非常に重要になる。

2 「心のケアマニュアル」の普及と評価の視点

「心のケアマニュアル」は、「発生時に活用する。」、「平常時に1回/年確認する。」ことが必要であることを踏まえ下記の視点で継続して普及と評価を行う。

- ・年1回「心のケアマニュアル」を確認する機関が増える。

- ・「心のケアマニュアル」を活用した訓練の実施機関が増える。
- ・「心のケアマニュアル」を活用した研修会が各保健福祉事務所単位で開催される。
- ・被災後一定時期を経過したのちに、「心のケアマニュアル」の有効性について評価する。
- ・「心のケアマニュアル」を活用した地域連携について検討し、ネットワークの構築を図る。

(問合せ先) 福島県 障がい福祉課

TEL: 024-521-8204

E-mail: shougai-fukushi@pref.fukushima.lg.jp

URL : [http://wwwcms.pref.fukushima.jp/pcp_portal/PortalServlet?
DISPLAY_ID=DIRECT&NEXT_DISPLAY_ID=U000004&
CONTENTS_ID=11005](http://wwwcms.pref.fukushima.jp/pcp_portal/PortalServlet?DISPLAY_ID=DIRECT&NEXT_DISPLAY_ID=U000004&CONTENTS_ID=11005)