



平成26年4月30日発行

## 第 93 号

事務局 〒169-0075

東京都新宿区高田馬場2-1-2TOHMA 高田馬場12F

TEL. 03-6457-3921

FAX. 03-3209-3923

E-mail n.s.e.g@d7.dion.ne.jp

<http://www.seishineisei.gr.jp/>

### 〈目 次〉

MCRT(メンタルヘルスクライシス・レスポンスチーム) 報告-1 …… 1

MCRT(メンタルヘルスクライシス・レスポンスチーム) 報告-2 …… 2

日本精神衛生学会主催研修会のお知らせ …… 4



## MCRT (メンタルヘルスクライシス・レスポンスチーム) 報告-1

福島眞澄 (MCRT 会員・日本精神衛生学会常任理事)

### 1) 平成 25 年度 MCRT 講習会

平成 25 年 12 月 7 日にお茶の水の中央大学駿河台記念館で開催されました。テーマは「被災者支援に関わる体制づくり」で、講演と体験学習、及び MCRT 会員の活動報告、参加者は 25 名でした。MCRT 登録会員以外の当学会員、日本臨床心理学会と電話相談学会からの参加者もおられて、2011 年 3 月の東日本大震災時における「心の相談緊急電話」支援以降その後について、近々の活動を共有する機会にもなりました。

「災害時における緊急支援体制と心のケア：消防における惨事ストレス対策について」と題する総務庁・消防庁の城田裕司氏の講演は、災害救援者に生ずるストレスの背景や発生要因、東日本大震災での消防庁の対応、派遣された隊員の実態調査データ、「大規模災害等に関わる惨事ストレス研究会」からの報告事項など、消防庁の現場力の凄さを実感させられるものでした。

MCRT はここ数年“支援者支援”を、活動でも研究会でも採り上げています。特に長期に及ぶ持続した活動に携わる場合、支援者自身の心身の健康確保やチームの健康維持が重要であるので、その為の体験学習が講習会の<PART 2>で行われました。笑いヨガ「寛いだ関係を創造するために」というテーマで、日本笑いヨガ協会の成嶋規子氏の指導のもと、“ワッハハ、ワッハハ”とリズムを取りな

がら挨拶したり、場を創ったりしながら、笑って息を吐く有酸素運動に没頭しました。最初はテレながら戸惑いながらであった参加者に、“笑顔に満ちた交流”が広がって、参集者全員で一体感、絆を感じるひと時になっていました。

<PART・3>では、中町英佐子先生（元家政大学）が、福島県飯舘村で行っている「ふくしま再生の会」での活動の紹介がありました。詳細は、MCRT 報告・2に別掲載しておりますので、ご覧頂きたいと思います。

最後は、高塚雄介担当理事から、本年の東日本大震災対応「心の相談電話」開設のお知らせ、今後の活動計画提案があり閉会しました。

## 2) 東日本大震災対応フリーダイヤル「心の相談電話」の開設

本年度は、平成 26 年 3 月 12 日（水）～16 日（日）5 日間、14 時から 20 時の時間帯で、フリーダイヤル地域は東日本の 15 県に設定。宮城県や福島県の地方紙や地域保健センターからは周知の為の情報確認があり、この時期は特に被災地以外に対する協力希求が強くなること、連携できる機関への地元の期待感を感じてのスタートでした。

7 名の MCRT 会員が担当、各日 4～5 件の相談。地域は宮城・福島・千葉からで、相談者は、普段から地元の相談機関を利用している人やニュースで知って初めて相談してみようという気持ちになったという人等でした。対応は傾聴・相談機関紹介でしたが、今回の特徴は相談員の専門領域を聞いてくる方が多かったことでした。東日本大震災から 3 年たった現在、2 番底と言われるこの時期だからこそ、更に心の専門家領域の専門職の供給に力を注ぐ必要があるのではと強く感じました。

## MCRT (メンタルヘルスクライシス・レスポンスチーム) 報告-2 原発事故被災地の福島県飯舘村での生活と健康面のケア・サポートについて

中町英佐子（日本精神衛生学会 MCRT 会員）

東日本大震災から 3 年が過ぎようとしている今も震災復興は遅々として進まず、東京電力福島第一原発事故などでの避難者はいまだ 13 万人以上いる。福島県飯舘村では放射線汚染による全村避難がつづき、帰村のメドがついていない。そして村民も役場も村外に移っているため、村人の生活と健康面のサービスは十分に行きわたっていない。こうしたなかで、震災直後から村民たちと接触しつつ継続的に活動している団体の中の 하나가 NPO 法人「ふくしま再生の会」である。ここでは、この会の支援を通して、飯舘村でのケア・サポートの実態と今後の方向性を考えてみたい。

飯舘村の面積は 230 km<sup>2</sup>余（山手線に囲まれた面積の約 3.5 倍）。阿武隈山系北部の高原に開け豊かな自然に恵まれた美しい村である。しかし高原地帯独特の冷涼な気候は冷害をもたらすこと度々、飯舘村の人々は厳しい自然と共生する生き方として手間暇惜しまず、丁寧に、心を込めて、相手を思いやる「までい」な生活文化を築いてきたのである。震災前は 3 世代 4 世代が一緒に暮すことも稀でなく、6000 人余りの村人は、飯舘牛をブランド化し、花卉・高原野菜を流通させる独自のシステムを工夫し村全体が勢いづいた。

その矢先の原発事故であった。全村避難は家族分散避難を余儀なくさせた。若い世代は放射線被害を避け村から離れた借上住宅や県外への移住を選択し、年齢の高い層の人たちは村に近いところに留まり自宅に帰れる日を待つ生活を選んだ。祖父母・子・孫で暮らしていた家族形態と文化は崩壊し、生活再開の見通しも難しいまま 4 年目を迎えようとしている。

この 2 月、福島県の「震災関連死」の死者が 1652 人となり、津波などの震災を直接の原因とする死者を大幅に上回ったとの報道があった。岩手県では関連死 434 名、宮城県では 879 名であることからみても福島県が被災三県のなかで突出して多いことが分かる。厚生労働省では「関連死」を認定する基準として、2004 年の新潟県中越地震で長岡市が作成した基準を例に「震災から一カ月以上たつと、関連死の可能性が低い」を目安にしていた。しかし、長引く避難生活で高齢者が急激に弱ってきていることや、農作業など生きがいを持って生活できる環境が奪いとられている結果、原発事故から 3 年近く経過した今も関連死は増え続けている。避難生活を強いる遅滞とした汚染処理は深刻な「原発事故関連死」を浮かび上がらせ、福島県では県広域災害福祉支援ネットワーク協議会を発足させた。

生活の基盤づくりから始めなければならない被災者の生活と健康面のケア・サポートとして何ができるのだろうか。それは苦闘して村の人たちと一緒に時間を過ごし目に触れ肌で感じ、協働し、手探りで一つずつ確かめていくしかない。そして、こうした協働こそが必要だと教えてくれたのが O さん(男性)である。

O さんは 92 歳の母親と仮設住宅に避難していた。しかし母親が狭い仮設住宅の生活になじめず調子を崩し始め、帰ることが禁止されている自宅で母親と二人で生活することを決断した。だれも住んでいない村で O さんは花を植え、いつか再びコメ作りができる日のために作付けができない田畑が荒れないように手をいれていた。

ふくしま再生の会では、医療・健康チームのほか、村人と一緒に放射線線量を測定したり、汚染土壌を研究したりという活動があり、そのひとつが、実験的に稲を植え、線量を測り、どの程度稲に汚染がされているかを調べ分析しデータ化することである。昨年 5 月、この実験に O さんも加わった。震災後はじめて埃まみれになった田植え機を納屋からだし、エンジンがかかったとき、O さんは喜びで体を震わしていたという。田植えをした O さんの動きはしなかやで、五月晴れの田園風景に溶け込んでいた。

収穫の日、O さんは手伝いに来てくれる人たちに感謝とともに喜んでもらうため、コルチカムというサフラン系の花を畦一面に咲かせた。O さんの「までい」な心意気は、応援している者の心を揺さぶった。絶望の淵に立ちながらも農業をするものとしての誇りと決意を示す姿があった。実験田とい

うわずかな面積であったとしても田植えをしたことで、Oさんは一歩前に動いた。私たちの支援とはこうした個々人がその人にとって大切な生き方をはじめようとしているとき、専門領域を超えて連携して手伝うことであると思う。

今年わたしたちチームは、飯舘村のなかにある高齢者施設、「いいたてホーム」に月1～2回の割合で医療領域の専門職の看護師、介護福祉士、作業療法士、精神保健福祉士、ホームヘルパー、臨床心理士などがチームを組み、継続的にお手伝いをしようと施設の統括のSさんと話し合いを始めた。この呼びかけに現在首都圏在住の対人援助者が十数名手を挙げてくれている。これからはもっともっと、子どもたちのこと、働き盛りの世代のことなどを視野にいれて息長く続けていきたいと思っている。

## 日本精神衛生学会主催：研修会「ワークショップ in 福島」のお知らせ

### より良い活動や支援を続ける為に！

＊♪＊ 少しだけこころと身体をゆるめてみよう ＊♪＊

東日本大震災以降、対人援助に関わる人々のご苦勞は尽きないままに、奔走されておられることと思います。サイコドラマの手法で“こころと身体を休めて元気を充電できる”研修会を企画しました。学校・病院・施設・役所等で働く人や、保育・福祉・心理などの領域で働く人&ボランティアで活動されている人たち！ご参加お待ちしております。

日時：2014年6月1日（日）10時～16時  
会場：コラッセふくしま（福島市三河南町1番20号） JR福島駅3分  
講師：増野肇（日本精神衛生学会顧問 元日本心理劇学会理事長）  
参加費：2500円 定員：25名

#### 参加申し込み先

〒169-0075 東京都新宿区高田馬場2-1-2 TOHMA 高田馬場12階  
日本精神衛生学会事務局（担当者 菅野・間崎・福島）  
TEL：03-6457-3921 FAX：03-6457-3921  
E-mail：[n.s.e.g@d7.dion.ne.jp](mailto:n.s.e.g@d7.dion.ne.jp)