

大震災と原発事故とこころのケア —これからの課題—

福島県立医科大学医学部神経精神医学講座

丹羽 真一

被災と支援

ひまわりの家3(就労支援B型)

- ・ひまわりの家(就労支援B型)
- ・3月下旬再開 フラット
- ・グループホーム7か所(ひまわりの家)

- 4月縮小再開あさがお(就労支援B型)
- 6月縮小再開ほっと悠(就労支援B型)
- 休業グループホーム3か所(雲雀ヶ丘病院、小高赤坂病院)
- 4月再開グループホーム・ケアホーム3ヶ所(あさがお)

二本松市へ移転コーヒータイム(就労B型)

休止中あおば共同作業所(就労支援B型)

いわきへ移転再開 結いの里
相談支援事業所、グループホーム)

警戒区域



雲雀ヶ丘病院
6月下旬～
外来週2日のみ

小高赤坂病院
休診

双葉厚生病院
休診

双葉病院
休診

高野病院
縮小営業中

新地町

相馬市

飯館村

南相馬市

葛尾村

浪江町

双葉町

大熊町

富岡町

川内村

楢葉町

広野町

2011.8.1現在

米倉一磨氏作成

県災害対策本部

県保健福祉部障がい福祉課

県精神保健福祉センター

県北

4月～他県からの心のケアチーム
に依頼 避難所

福島市

県立医大
災害対策

心のケアチーム

- 【医学部】
・神経精神医学講座
- 【看護学部】
・精神看護学担当
・心理学教員

県北地域でのチーム編成
センター：精神科医師・保健師・CP
県：CP
医大：看護学部教員

医療活動
& 保健活動

相双

相双地域でのチーム編成
* 県外からの精神科医師
看護師・心理士・PSW等
医大：精神科医師
医大：看護学部教員
相双保健福祉事務所保健師

医療活動
& 保健活動

いわき市でのチーム編成
医大：精神科医師
医大：性差医療医師
+ 医大：看護師・CP

6/10終 設住宅 新地町

家庭訪問

職員等へのメンタルケア

6/17終 設住宅 相馬市

家庭訪問

公立相馬総合病院臨時精神科外来

職員等へのメンタルケア

避難所 仮設住宅 南相馬市

家庭訪問

職員等へのメンタルケア

避難所

いわき市

診療活動： 4/11～「こころの相談室」



医療活動1：外来

公立相馬総合病院における臨時精神科外来

月曜日～金曜日 13:00～15:00

精神科医2名体制で対応



患者数：15名前後／日

疾患：■統合失調症

■気分障害

■てんかん

■アルコール依存症

■身体表現性障害

■発達障害

■認知症

■PTSD

年齢：小児（幼児）～高齢者（80歳代）

「いつもここで一休みの会」活動

■目的

- ◆ 相談窓口としての機能
- ◆ 集いの場の提供
- ◆ 各種教育的アプローチの拠点
- ◆ 仮設住宅内における訪問支援の拠点

参加状況(初回～2回目)

- ▶ 各会場:4名～20名の参加
(高齢の女性中心)

■活動内容

- ◆ お茶(夏は麦茶等)を準備して、提供する
- ◆ リラクゼーションや健康体操などを実施する
- ◆ ミニ講座などを実施する
(例:アルコールへのかかり方・ストレスへの対処法など)
- ◆ 個別相談を必要とする人には、相談に応じる
(カウンセリング・外来紹介)
- ◆ 訪問を必要とする人を把握し、継続的な訪問活動を実施する

保健活動1：保健センターでの展開

5/21～

<スタッフ>

■福島県立医科大学大学院

精神看護学領域修了生が中心

■県立矢吹病院OT・PSW・CP

県立医大心身医療科病棟OT

■ボランティア団体

(TeamJAPAN300)からの協力

■その他

東京近辺大学院心理学専攻学生

ちょっとここで
一休みの会

毎週**土曜日**開催します
時間・・・10時30分～12時00分
場所・・・相馬市保健センター



どなたでもご参加になれます。

お子さんも一緒にどうぞ・・・

リラックスする方法を練習します

順次、趣味講座なども開催していきます

ご希望があれば個別にお話を伺います

お茶を準備してお待ちしています
ので、気楽にいらして下さい。



福島県立医科大学
心のケアチームより

保健活動2: 仮設住宅での展開 6/30~

2年間継続

いっしょにここで 一休みの会 in 刈敷田
毎週**水曜日**開催します
時間...10時30分~12時00分
場所...刈敷田第一仮設住宅の談話室
どなたでもご参加になれます。お茶を準備していますので、お気軽にお立ち寄り下さい。
おしゃべりして気分転換しましょう
ご希望があれば個別にお話を伺います
ご連絡を頂ければ家庭訪問もいたします

いっしょにここで 一休みの会 in 東グランド
毎週**木曜日**開催します
時間...10時30分~12時00分
場所...東グランド仮設住宅の集会場(中央にある所)
あなたでもご参加になれます。お茶を準備していますので、お気軽にお立ち寄り下さい。
おしゃべりして気分転換しましょう
ご希望があれば個別にお話を伺います
ご連絡を頂ければ家庭訪問もいたします

いっしょにここで 一休みの会 in 大野台第三
毎週**木曜日**開催します
時間...10時30分~12時00分
場所...大野台第三仮設住居集会場
あなたでもご参加になれます。お茶を準備していますので、お気軽にお立ち寄り下さい。
おしゃべりして気分転換しましょう
ご希望があれば個別にお話を伺います
ご連絡を頂ければ家庭訪問もいたします

福島県立医科大学 心のケアチームより
【問い合わせ先】080-5949-8713 (米倉:平日9-17時)

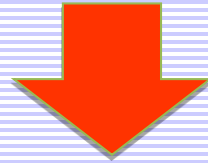
福島県立医科大学 心のケアチームより
【問い合わせ先】080-5949-8713 (米倉:平日9-17時)

福島県立医科大学 心のケアチームより
【問い合わせ先】080-5949-8713 (米倉:平日9-17時)

医療活動2：訪問看護・往診



米倉看護師（元雲雀ヶ丘病院／現相双保健福祉事務所臨時職員）を
チームに展開



訪問件数：3～4件／日

訪問目的：

- 薬物療法の効果／副作用のモニタリング
- 薬物調整←医師と共に往診
- 衝動性のコントロール
- ストレスマネジメント
- 生活状況の把握／QOL向上（活動範囲拡大）
- 家族調整

心のケア

—その課題と方向性—

県人口流出続く 33年ぶり200万人割れ

仮設住宅着工状況

※5日現在（県調べ）

所在市町村	戸数	妻崎市町村別戸数
福島市	1,382	浪江 924
		双葉 120
		飯館 338
二本松市	1,069	浪江 1,069
伊達市	126	飯館 126
本宮市	475	浪江 475
国見町	100	国見 63
		飯館 37
桑折町	300	桑折 14
川俣町	230	浪江 286
		川俣 230
大玉村	648	富岡 648
郡山市	1,273	富岡 622
		川内 401
		双葉 250
須賀川市	194	須賀川 194
田村市	360	田村 360
三春町	770	富岡 330
		葛尾 440
鏡石町	100	鏡石 100
白河市	260	白河 140
矢吹町	85	双葉 120
西郷村	42	矢吹 85
会津若松市	884	西郷 42
		双葉 879
会津美里町	259	双葉 5
猪苗代町	10	橋本 259
相馬市	1,500	双葉 10
		相馬 1,000
		飯館 164
南相馬市	2,134	南相馬 243
		浪江 93
新地町	573	南相馬 2,134
いわき市	2,673	新地 573
		いわき 189
		広野 678
		橋本 975
		富岡 292
双葉 259		
大川 240		
内川 50		

本県の避難状況

⇒ 矢印は役場機能の移転状況

総人口

震災前 202万4,401人(3月1日現在)
震災後 199万7,400人(7月1日現在)



震災後の公立学校の県外転校者数

小学生 5,710人 (7月15日現在)
中学生 1,962人 (7月15日現在)
高校生 1,028人 (8月1日現在)



1次避難所

ピーク時(9月16日現在) 7万3,608人(403カ所)
9月6日現在 241人(8カ所)



2次避難所

ピーク時(6月2日現在) 1万7,902人(541カ所)
9月6日現在 3,668人(249カ所)



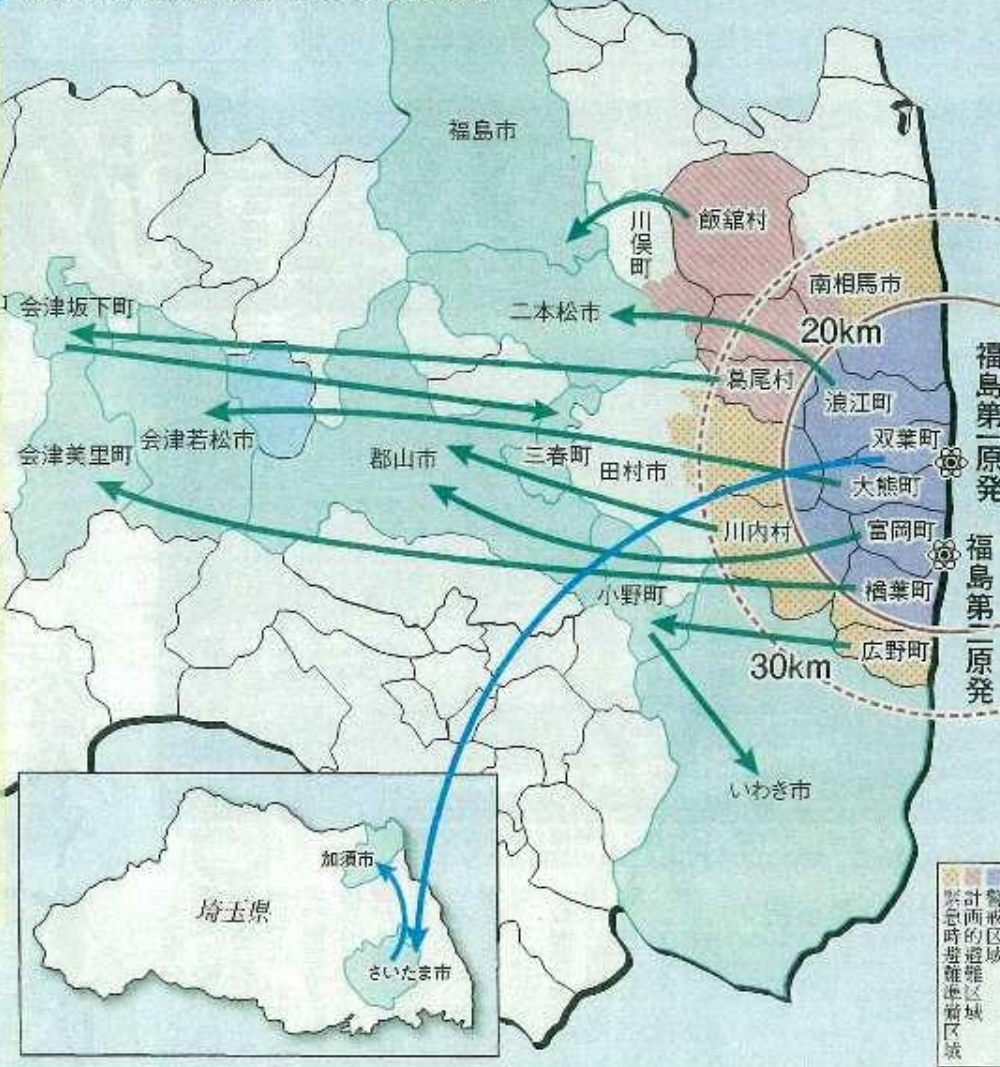
仮設住宅

9月5日現在
着工戸数 15,447戸
入居戸数 10,191戸



借り上げ住宅

9月5日現在 2万1,226戸



被災者の心悲鳴

広がるうつ・アルコール依存 地域での支援必要

予防訴える専門家

被災地では、うつ・アルコール依存の予防への関心と知識を、専門家に頼る。被災者が避難所から仮設住宅に移って、高めても活動が滞っている。うつ・アルコール依存の危険が高まっている。保徳院長は、被災地の現状を聞き、互いに支え合っていくことが必要だが、被災地では、精神科専門医としての実績を、人から早く受診を勧め、持つ東北会精神(仙台市)の石川しほと訴えている。

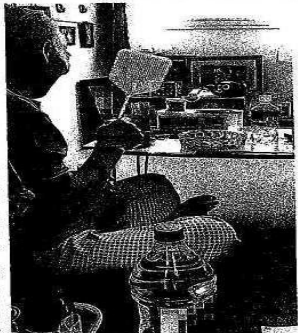
東日本震災の被害に、うつ・アルコール依存が広がっている。家族や家を失った被災者や先の見えない暮らしの不安、避難所や仮設住宅の生活でのストレスが原因だ。専門家は、「コミュニティや地域社会にもうつの必要性を訴えている」。

「生きているのがやだなあ」

家に戻れず悲観

「死んだ方がいいのか、近は効かなくなり、1時間も生まれからずっと悶々と目が覚め。1日一回は「生きているのが死にたい」。東京電気が元から約500人の被災者、原発から約5000人の緊急時避難準備区域にある福島県広野町が同県いわき市のホテルに避難した女性86人がつづいている。5年前に夫を酒量で亡くした。30年以上住んだ家に戻れる見込みはない。避難後、眠れなくなって睡眠薬を処方されているが、最

いと呼ばれる夢を見る。恐ろしく眠れない。男性は避難所でよく夜に叫ぶ。他の避難者から「お加減にしては」と言われると、



福島県会若松市などの避難所を月まる巡回していた京都府の心のケアチームは、被災者が原因とみられる反応うつと診断された患者は5人(19.5%)だった。いわき市の精神科・心療

「朝8時40分からコップ2杯」

仕事なく酒量増

アルコール依存症患者も目立ち始めている。7月中旬、久里浜アルコール症センター(神奈川県)の「心のケアチーム」が、岩手県船渡市の仮設

遺影や妻の写真を囲まされた仮設住宅で朝から焼酎を飲む男性。入院は絶対嫌だと、うつ・岩手県大船渡市、岡崎です(画像は部加して)。

は、妻の遺影や離れて暮らす子どもの写真が並ぶ。男性のそばには、2、3日入りの焼酎の瓶が置かれていた。元と職、若いころから仕事が終わると飲んでいた。「酒やめたら、何が楽しみなんだ」。同チームの真栄里仁(精神科)医師によると、継続訪問、やるべきがない。集落の仲間を訪ねれば、朝から飲む日が続く。

別の仮設住宅でも、一人暮らしの男性67が酒を飲みながら待っていた。マツ口漁船に乗っていたが、11年前に足を痛め、仕事を失った。「酒やめたら、何が楽しみなんだ」。同チームの真栄里仁(精神科)医師によると、継続訪問、やるべきがない。集落の仲間を訪ねれば、朝から飲む日が続く。

別の仮設住宅でも、一人暮らしの男性67が酒を飲みながら待っていた。マツ口漁船に乗っていたが、11年前に足を痛め、仕事を失った。「酒やめたら、何が楽しみなんだ」。同チームの真栄里仁(精神科)医師によると、継続訪問、やるべきがない。集落の仲間を訪ねれば、朝から飲む日が続く。

全世帯が避難している檜葉町による 全世帯対象調査の結果（2011年8月）

回収率 1995／2900 世帯 （68.8%）

体調が悪くなった家族がいる？

少し悪くなった家族がいる 53.8%

非常に悪くなった家族がいる 17.7%

家族に次のような人がいる？

先の見通しがつかず精神的につらい 72.2%

睡眠があまり取れない 3割超

することがなく生き甲斐がない 3割超

アルコールを飲む回数や量が増えた 17.8%

収入が全くなくなった 21.7%

震災後、自殺者が急増 因果関係は不明 政府が情報収集に乗り出す

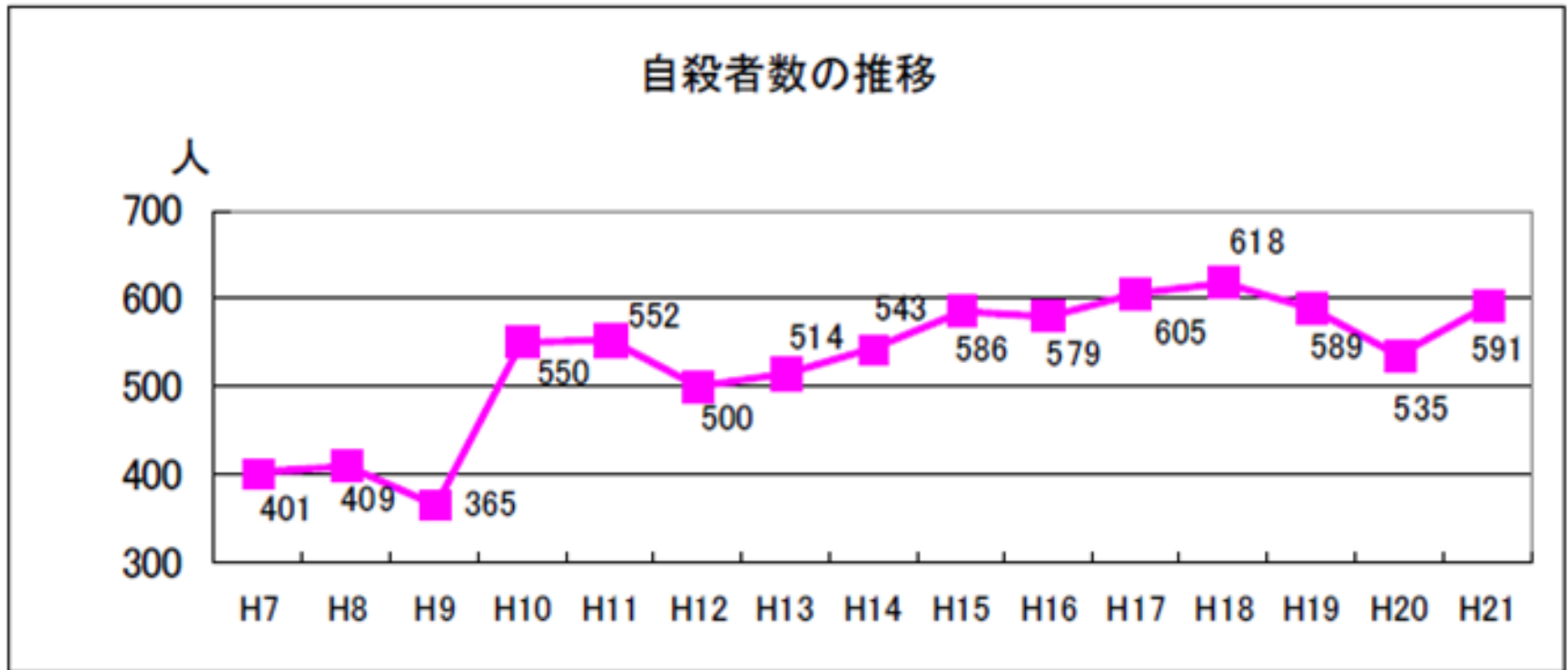
2011.7.16 00:15

自殺者が急増している。4～6月は3カ月連続で前年同月を大幅に上回った。津波で自宅を失い無理心中した高齢夫婦、放射能汚染で野菜の摂取制限が出された翌日に自殺した農家…。政府は対策に生かすため詳細な情報収集に乗り出した。

- 6月11日、福島県相馬市の酪農家の男性（55）が自殺しているのが見つかった。フィリピン人の妻と息子2人は福島第1原発事故の影響でフィリピンに帰っていた。「原発さえなければ…」。男性は堆肥小屋の壁にこう書き残していた。
- 飯舘村では4月中旬、102歳の男性が死亡しているのが見つかった。家族が村外に避難し、離れ離れで暮らしていたことを苦にした自殺とみられている。
- 6月下旬には「老人はあしでまといになる。お墓にひなんします」と遺書に記し、自殺した南相馬市の93歳の女性もいた。

警察庁のまとめでは、福島県内の自殺者数は4月以降、3カ月連続で前年同月を上回っている。特に5月は40%近い上昇率を示しており、震災の影響をうかがわせる数字といえる。

県内の自殺者推移



月あたり平均 46人

出典：人口動態統計（厚生労働省）

資料：福島県保健福祉部「保健統計の概況」

その時病院では何が起こったか



ひまわりの家3(就労支援B型)

- ・ひまわりの家(就労支援B型)
- ・3月下旬再開 フラット
- ・グループホーム7か所(ひまわりの家)

- 4月縮小再開あさがお(就労支援B型)
- 6月縮小再開ほっと悠(就労支援B型)
- 休業グループホーム3か所(雲雀ヶ丘病院、小高赤坂病院)
- 4月再開グループホーム・ケアホーム3ヶ所(あさがお)

二本松市へ移転コーヒータイム(就労B型)

休止中あおば共同作業所(就労支援B型)

いわきへ移転再開 結いの里
相談支援事業所、グループホーム)

警戒区域



雲雀ヶ丘病院
6月下旬～
外来週2日のみ

小高赤坂病院
休診

双葉厚生病院
休診

双葉病院
休診

高野病院
縮小営業中

新地町

相馬市

飯館村

南相馬市

葛尾村

浪江町

双葉町

大熊町

富岡町

川内村

楢葉町

広野町

2011.8.1現在

米倉一磨氏作成

こころのケアの課題

- 1 精神疾患患者の治療の継続と維持
- 2 震災・原発事故のために新たに発生するPTSDやアルコール依存などへの早期介入
- 3 放射能汚染の不安への対処
- 4 高齢者の認知機能低下の抑止
- 5 自殺の抑止
- 6 医療・福祉スタッフのメンタルケア力の向上

こころのケア — 効果的枠組み

- 1 医療、保健、福祉を総合して
- 2 地域のつながりを大切にして
- 3 生活の再建を基本にして

相双に新しい精神科
医療・保健・福祉システムを
つくる会の事業

公立相馬総合病院における 臨時精神科外来の現状

■「精神科」の標榜をしていない

- ・初診料・再診料のみの請求
 - ・自立支援医療制度は適用外
 - ・自立支援や障害年金等に関する書類が書けない
- 被災者: 無料
それ以外: 3割

➡ 福祉手帳の更新期限は24年2月末まで延期可

■院外処方箋・医療情報提供書等は、院長名で出す

■外来の場所が定まらない

(例: 昨日は脳外科と小児科、今日は皮膚科・整形外科)

■診察をする医師が毎回異なる

➡ できるだけ「第〇週の〇曜日」という形で1~2回/月
お願いできればと考えている

仮設住宅へのアプローチ(新地町・相馬市・南相馬市)



- 「いつもここで一休みの会」
- 「サロン」
- 全戸訪問(11・3・7月)

「相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会」構想図

相馬市保健センターおよび
南相馬市原町保健センターでの活動

- 「ちょっとここで一休みの会」



職員の心の相談/健診:年1回

- 相馬広域消防署員
- 高校教員
- 新地ホーム
- 役所/役場職員



未受診者・治療中断者の治療導入への支援

- 相談
- 訪問

精神科医療保健福祉
関係者へのアプローチ

- 研修会
- 定期ミーティング
- DVD作成

精神科小規模
デイケア

訪問看護
(24時間対応)

入院ベッド(2~3床)
(危機介入・レスパイトケア)

巡回車の運行

訪問

搬送方法の確立

中通りの病院へ

福祉施設(地域活動支援センター/
グループホーム等)

自宅

NPO法人にて運営

■常勤のコメディカル

新地町・相馬市
担当チーム

■常勤のコメディカル

南相馬市
担当チーム

相馬広域こころのケアセンター
なごみ(仮称)

仮設の全戸訪問
職員の
心の健診／相談等
他チームの応援
を要請

南相馬市内に
ブランチの事務所

今後の予定

9月25日: NPO法人「相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会」設立総会の開催

→ 県へ書類提出

10月中: 医療法人の立ち上げについて検討開始

11月下旬: NPO法人の認可予定 → 委託費の入金

2011年1月: 建物の改装

目 標

2012年初頭に、クリニック、および、こころのケアセンターを開所する！

こころのケア・チーム

こころのケア・チーム(案)

- ・厚労省の三次補助予算で
- ・県精神保健福祉協会に本部をおき、各地区にチームを
- ・福島医大、福島県のこころの健康調査へも対応

被災者の心のケア(3次補正)の概要(案)

28億円

被災地では、PTSDの症状の長期化、生活への不安等も重なり、うつ病や不安障害が増大することが考えられることから、**中長期的な対応が必要**となり、そのための地域精神保健医療を担う人材の確保等が必要。

県外より人材派遣

被災県

①地域精神保健活動の継続的な実施

○精神保健福祉士、臨床心理士、社会福祉士、作業療法士等による、被災者への心のケアの支援(自宅及び仮設訪問・相談対応)

市町村

情報共有・連携

保健所

②地域精神医療機能の回復・充実

○被災した精神障害者、医療的支援が必要な被災者に対して、病院を拠点とした訪問診療、訪問看護

心のケアセンター(仮称)
(精神保健福祉センター等に設置)

情報提供・技術指導・調査

実態報告
データ提供

③心のケアセンター(仮称)整備事業

災害時心のケア研究・支援センター(仮称)

(※)国立精神・神経医療研究センターに設置

○震災に関連する精神症状等への対応に関する連携と統括・管理
○被災地の心のケアに関する情報を効率的に集約し、被災県に提供
○被災地関係の研究等の窓口
○被災地における心のケアや調査結果の公表等の総合的な調整、助言指導、データ分析

③心のケアセンター(仮称)整備事業について(案)

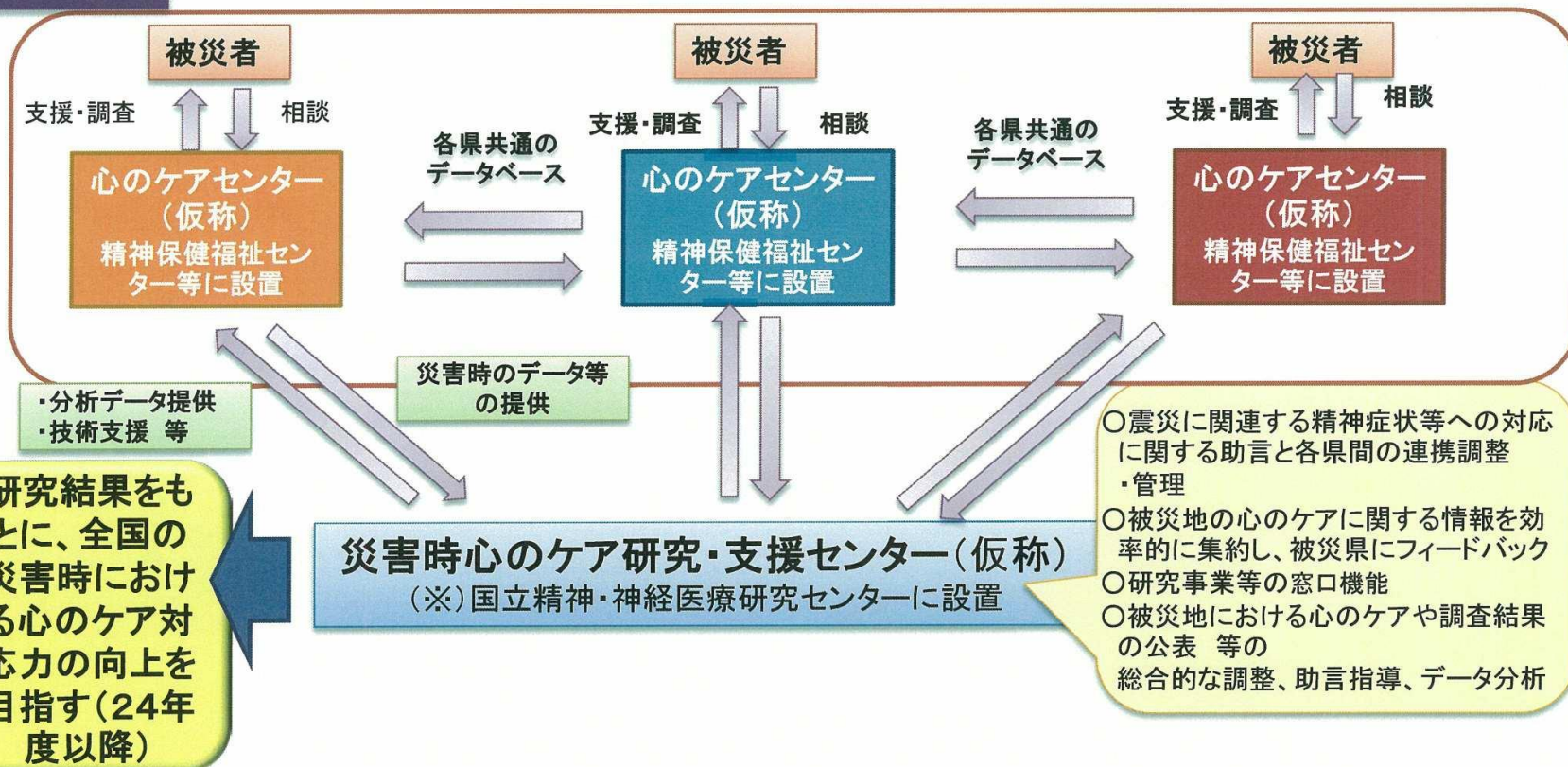
目的

東日本大震災における心のケア対策については、強い不安やフラッシュバックなどのPTSD症状等が長期間継続する患者がいることから、

①被災県の心のケアセンター(仮称)の設置を支援する。

②総合的な調整・助言指導、データ分析を行う、全国的な機関として「災害時心のケア研究・支援センター(仮称)」を設置することにより、短期間のみならず中長期的にもPTSD症状や治療内容等の把握や分析を行い、被災3県(岩手・宮城・福島)のメンタルヘルス支援の質の向上に活用するとともに、今後も災害に備える必要があることから、その結果をもとに、全国の災害時における心のケア対応力の向上を目指す。

被災県



被災地の心のケアを担う人材確保策について(案)

- ・仮設住宅への訪問支援等に際し、より一層の精神保健面での健康支援の充実強化が必要
- ・被災自治体においては、従来業務に加え、被災者への支援を引き続き行うことから、保健師等の専門職が人材不足

関係団体の協力を得ながら、全国から中長期的に支援できる専門職の人材確保を行う

心のケア人材確保ネットワーク

- ・職能関係団体を通じて、活動できる支援者(専門職)の照会
- ・被災県に対して、支援者に係る情報提供

(構成団体)

- ・日本作業療法士会
- ・日本社会福祉士会
- ・日本精神保健福祉士会
- ・日本臨床心理士会
- ・日本精神科看護技術協会
- ・全国精神障害者地域生活支援協議会

※事務局:厚生労働省

被災自治体

岩手県	宮城県
福島県	等

情報提供・協力

【支援に係る経費については、各県において、障害者自立支援対策臨時特例交付金に積み増し対応する】
(想定される活動例)

- ・仮設住宅等への訪問
- ・市町村や保健所等における精神保健相談の強化
- ・心のケアセンターの設置や活動に係る経費
- ・地域住民に対する講習会
- ・支援職員への研修会等
- ・医療機関からのアウトリーチ支援