

心のキュア・ケアの現状

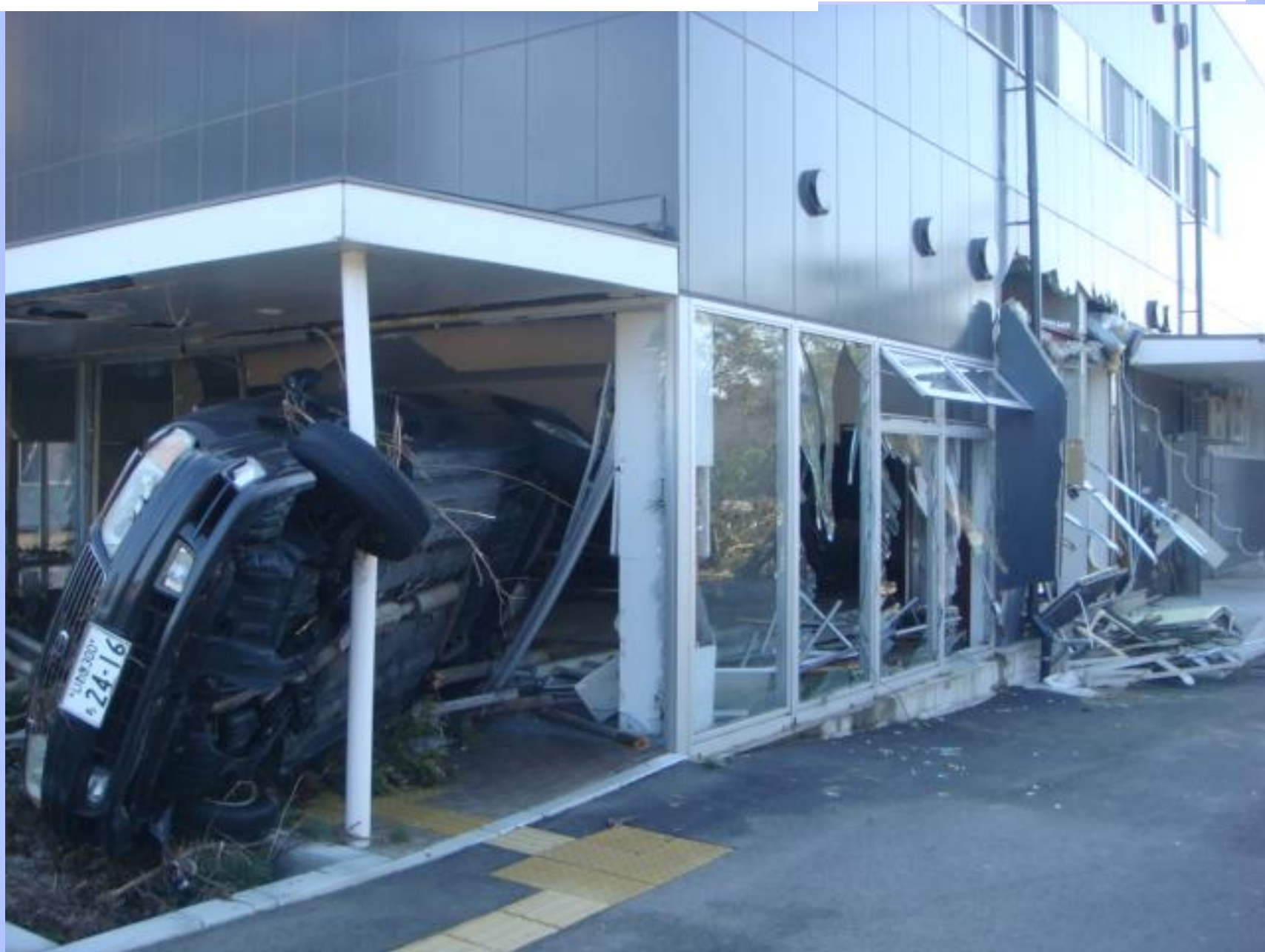
福島県立医科大学医学部神経精神医学講座

丹羽 真一

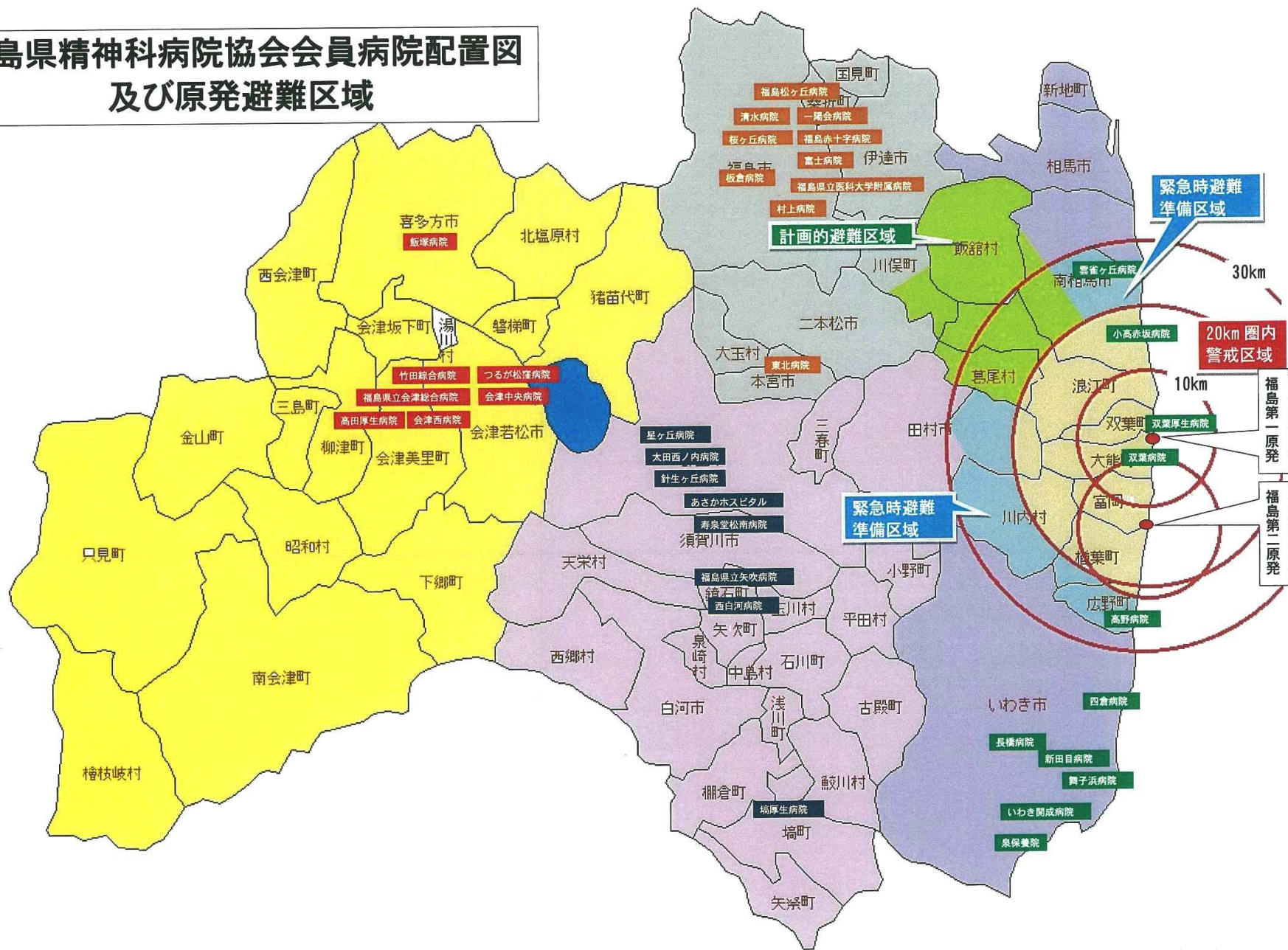




精神科医療システムにおきた障害の 状況



福島県精神科病院協会会員病院配置図 及び原発避難区域



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)

警戒区域

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)

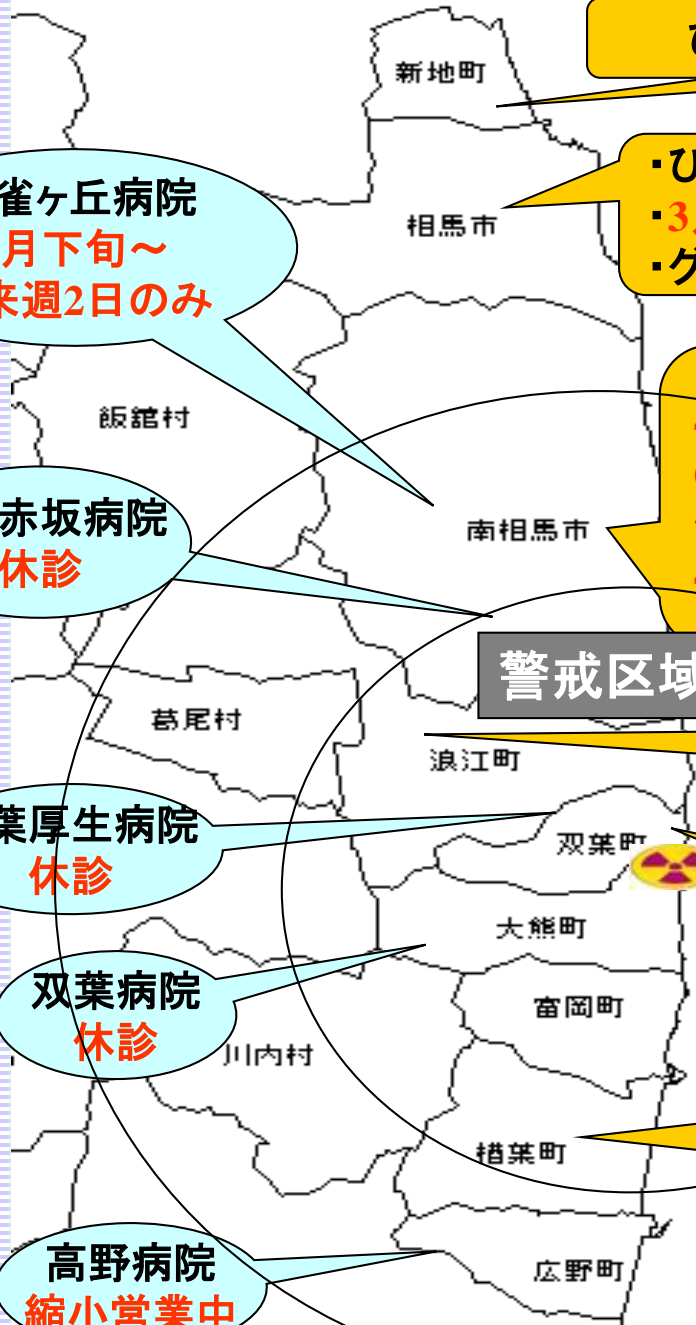
雲雀ヶ丘病院
6月下旬～
外来週2日のみ

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



2011.8.1現在

一時避難先に係る各都県への避難状況

都県名	避難先別	病院数	病院毎合計	都県毎合計
福島県	民間病院	25	211	270
	公立病院	4	59	
山形県	民間病院	1	20	20
新潟県	民間病院	12	19	20
	公立病院	1	1	
栃木県	民間病院	18	81	101
	公立病院	1	20	
群馬県	民間病院	2	20	20
茨城県	民間病院	15	100	107
	公立病院	2	7	
東京都	民間病院	13	170	226
	公立病院	1	56	
千葉県	民間病院	1	10	10
神奈川県	民間病院	8	77	77
山梨県	民間病院	5	28	28
埼玉県	民間病院	5	36	39
	公立病院	1	3	
その他	退院	/	7	310
	施設(老健等)		195	
	他避難所		86	
	行方不明		1	
	死亡(一時避難先移送前)		19	
	その他		2	
合計			1228	1228

ケアチームの活動

ケアチームの活動

—いわき編—



【福島医大こころのケア・チームの活動内容】

①避難所 40～60カ所の巡回と支援者のケア

被災者全般&精神科患者さんへのケア

1日に各チームが各避難所3～5カ所巡回。

フォローケースは週1回再度面接。

⇒ 『医療機関の機能回復までのつなぎ役』

②保健所への個別相談 入院ケースに対応

【活動内容 続き】

③在宅支援

措置入院歴のある患者や保健所が経過を見ていたり、訪問時、気になるケースは早期に在宅訪問。

⇒再燃予防。

④保育園 幼稚園 子供たちと親、先生へのケア ⇒小児科医と講演、集団及び個別相談

⇒ほとんどが子供の異常行動や被爆に対する不安。ニーズが非常に高い

⑤保健所での乳児健診の際に兄弟・母へのケア ⇒気になるケースは別室で個別面接

事例C PTSD

19歳女性。保育科短大生。既往歴なし。自宅が豊間地区で津波で全壊し被災直後より避難所生活。避難所にて、地震のあった時刻頃に落ち着かず、感情失禁著明で退行することが多い。昼間から夜にかけて突然泣きだし母に抱きつくことが多い。余震の度に津波の映像が浮かび、恐怖で体を震わせ、自宅近くにも足を運べず。明らかに生活支障をきたしている状況。被災1か月後の余震でさらに状態は悪化。毎週ケアチームが介入し、親友の力も借り訪問してもらいできるだけ通常生活に戻れるように学校も再開。少しずつではあるが改善傾向。
⇒これほどまでに親や友人による安心感の提供が有効であると実感した例はなかった。

ケアチームの活動
—相双編—



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）

こころのケアチームのミーティング



6月 公立相馬総合病院にて 午後のミーティングの様子

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

保健活動1：保健センターでの展開 19

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



事例D 今後の生活再建のための計画や支援を相談できることが必要な事例

- ◆ 40代男性。離婚歴あり。一人暮らし原発関係の会社に勤務していた。震災前、下腿部を骨折、手術し入院中であったが、病院の避難に伴い避難所へ。避難所でもアルコールを飲酒し際立った存在。足の痛みや不眠、将来の不安を和らげるため眠剤とアルコールを併用したり、ケアチーム助言を受け併用しないなどを繰り返す。
- ◆ 仮設住宅への転居にともない、眠剤は使用せずアルコールに頼っている。仕事はきまらず、生活保護を受給するようになったが、足の痛みを和らげる薬代わりになると抵うつ薬を処方するなど、チームが治療につなぐ試みをしている。

子供と親の心のケア



2011/04/24 11:43

子ども達と折り紙で過ごした楽しい時間

出口貴美子先生作成

子供たちの状況

2才未満は、身体症状よりも親の心理を反映し、被災後の子育ての環境が特に影響している様子。**3歳～5歳**は、遊び(津波や地震ごっこ)の様子や**排尿**(パンツがおむつに戻る)、**睡眠**など、**発達過程の問題**が明らか。

6歳未満までの乳幼児では、未熟な子どもの発育発達過程での問題が多く、こころのケアというよりも**子育て一般のアドバイス**が必須。

小学生になると、その反応は複雑化。**フラッシュバック**など具体的なストレス反応が、子供達自身の口から聞かれ、**行動と心理面の不安定さが複雑に絡み合**って見られるので、その反応も、個別に、時間を掛ける必要がある。

心のケア

—その課題と方向性—

特集 東日本大震災

放射性物質 セシウム134、137の 蓄積量

7月16日現在

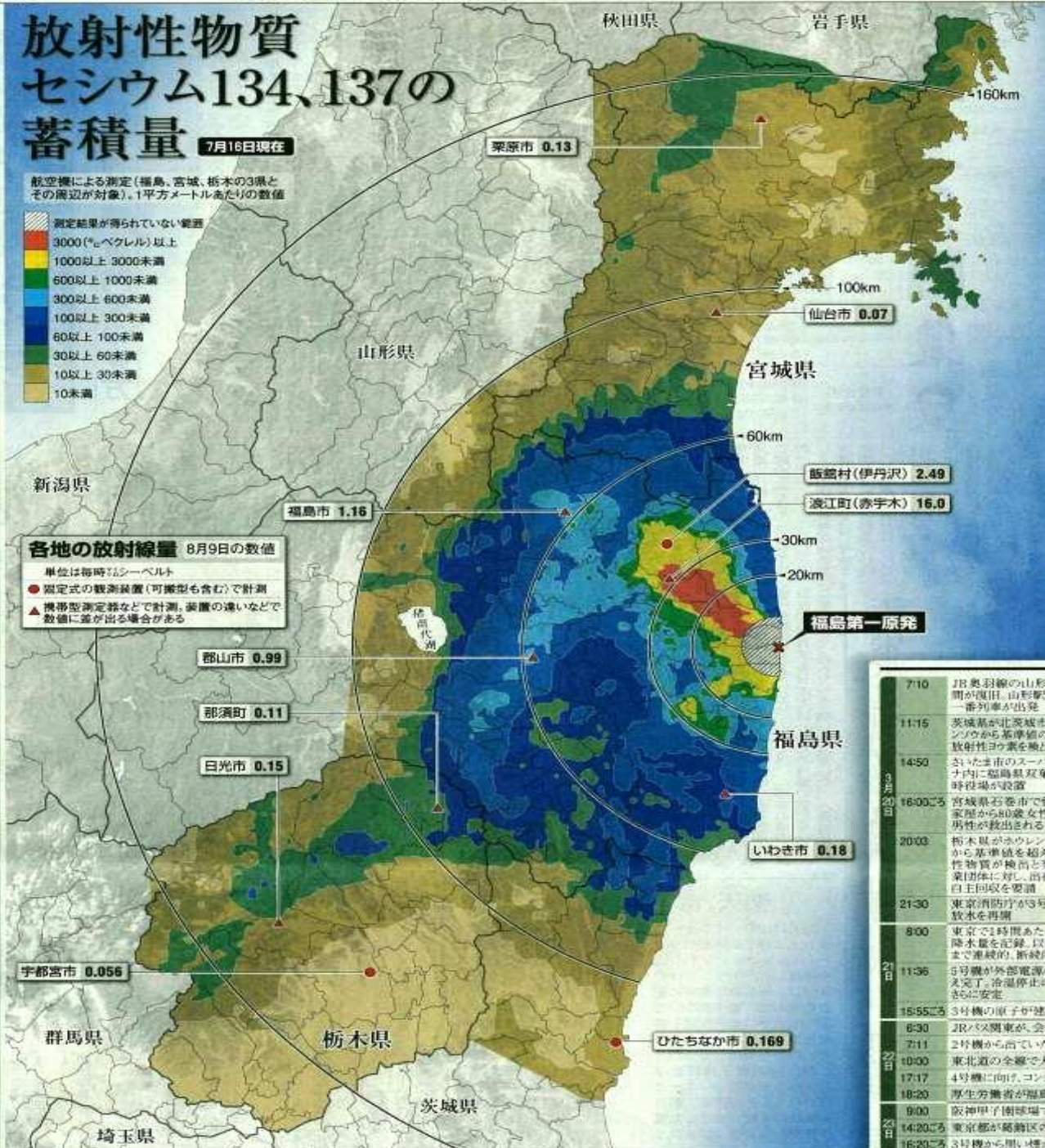
航空機による測定(福島、宮城、栃木の3県とその周辺を対象)。1平方メートルあたりの数値



各地の放射線量 8月9日の数値

単位は毎時1シーベルト

- 固定式の観測装置(可搬型も含む)で計測
- ▲ 携帯型測定器などで計測。装置の違いなどで数値に差が出る場合がある



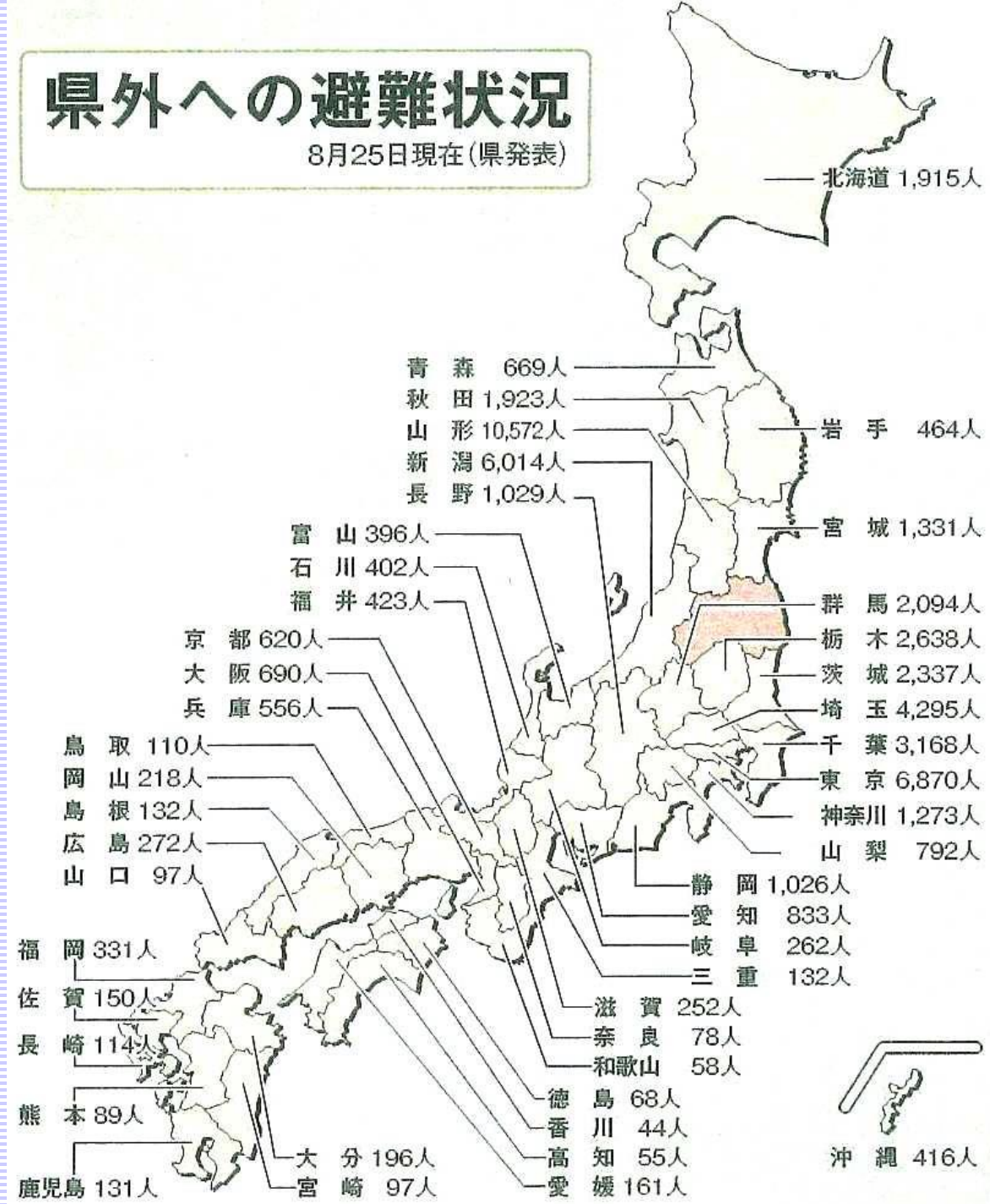
福島市	1.16
郡山市	0.99
郡濱町	0.11
日光市	0.15
宇都宮市	0.056
茨城県	
栃木県	
群馬県	
埼玉県	
茨城県	
栃木県	
群馬県	
埼玉県	
千葉県	
東京都	
神奈川県	
静岡県	
愛知県	
岐阜県	
富山県	
石川県	
福井県	
山梨県	
長野県	
新潟県	
秋田県	
山形県	
福島県	
宮城県	
岩手県	

福島第一原発

7月10日	18:00	福島第一原発の山形県が復旧。山形駅一
7月11日	11:15	茨城県が北茨城市
7月11日	14:50	茨城県市のスーパ
7月11日	16:00	宮城県石巻市で
7月11日	20:03	福島県が水戸線
7月11日	21:30	東京消防庁が3号
7月11日	8:00	東京で2時間また
7月11日	11:36	5号機が外部電源
7月11日	15:55	3号機の原子炉が
7月12日	8:30	2Rの2号機が、会
7月12日	7:11	2号機から出た
7月12日	10:00	東北道の全線で大
7月12日	17:17	4号機に向け、コン
7月12日	18:20	厚生労働省が福島
7月12日	9:00	阪神甲子園球場で
7月12日	14:20	東京都が葛飾区
7月12日	16:29	3号機から出た

県外への避難状況

8月25日現在(県発表)



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
須賀川市	194	双葉 250
		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	双葉 259
相馬市	1,500	相馬 1,000
		飯館 164
		南相馬 243
南相馬市	2,134	浪江 93
		南相馬 2,134
新地町	573	新地 573
いわき市	2,673	新地 573
		いわき 189
		広野 678
		楢葉 975
		富岡 292
いわき市	2,673	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)

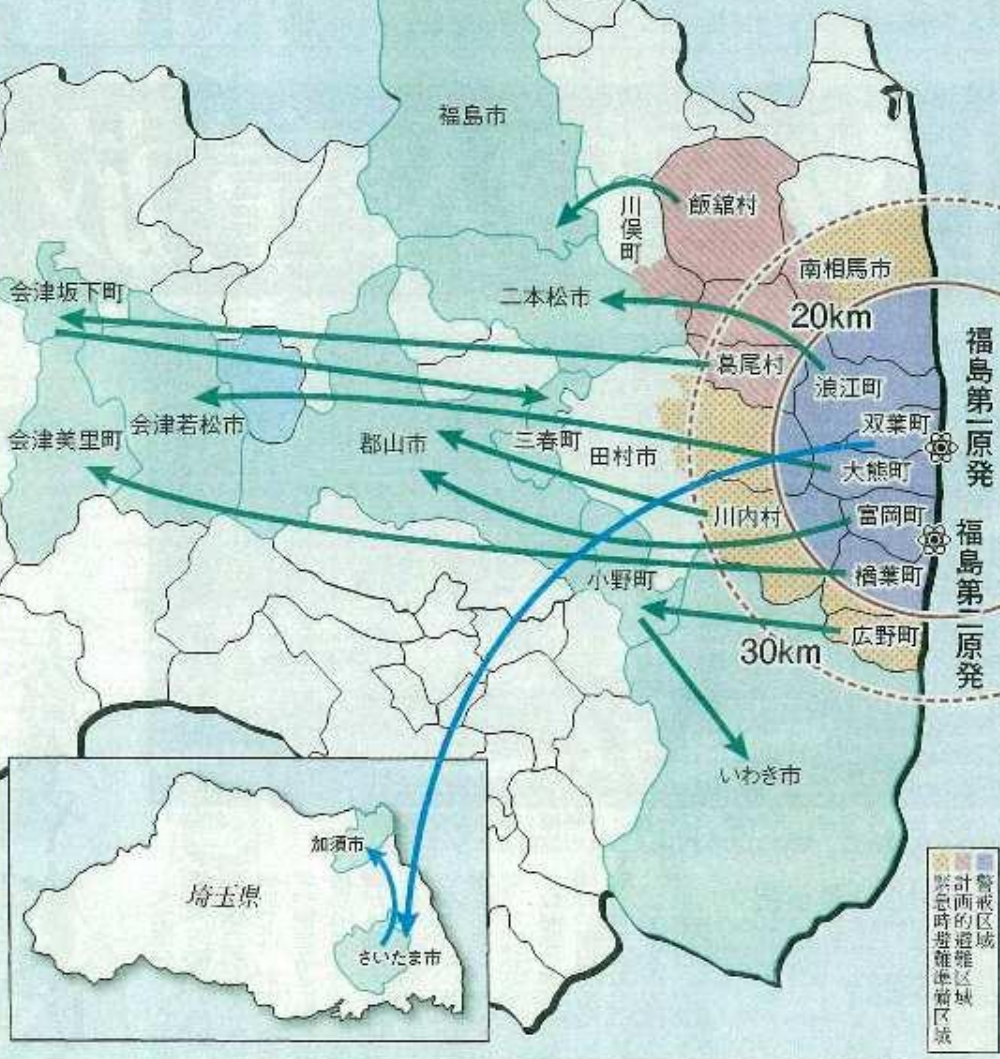
震災後の公立学校の県外転校者数
 小学生 5,710人 (7月15日現在)
 中学生 1,962人 (7月15日現在)
 高校生 1,028人 (8月1日現在)

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



■ 警戒区域
 ■ 計画時の避難区域
 ■ 緊急時避難準備区域



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

アルコ依存への関心と知識を 避難先によせ、被災者が避難所から仮設住宅に移って一層、高めてもらう活動を続けている。松下山生園院長は、うつやアルコール依存の危険が高まっているという。「保健師が長期間住人の悩みに聞き付け、指摘する。地域のコミュニティが残る被災地では、互いに支え合っていくことが必要だが、被災地では保健師が足りない。周囲で気になる人がいたら早めに受診を勧めてほしい」と訴えている。

被災地では、うつやアルコール依存の予防への取り組みも始まっている。

久重アルコ依存センターでは、避難所で健康教室を開くなど、住民や保健師関係者らに

東日本震災の被害者に、うつやアルコール依存が広がっている。家族や家を失った喪失感や先の見えない暮らしへの不安、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よるケアの必要性訴えている」。

「生きてるのがやだなあ」

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時間も生まれてからずっと間どくに目が覚める。1日一回は「生きてるのさびしい」と思ってしまう」。

「死んだ方がいいのか、近は効かなくなり、1時間も生まれてからずっと間どくに目が覚める。1日一回は「生きてるのさびしい」と思ってしまう」。

いと呼ばれる夢を見る。うつしく眠れない。男性は避難所で、夜に叫ぶ。他の難者から、いらい加減にしてほしいと言われること。



肉科専の新田目病院は新規患者が割増えた。うつは自害の原因にもなる。同県内の、6月の自殺者人数は計118人と昨年の1.2倍だった。

福島県若松市などの避難所を月まで巡回していた東京都の「心のケアチーム」は6000人を診察した。このうち震災が原因とみられる反応性うつと診断された患者は51人(19.6%)だった。

いわき市の精神科・心療内科の1.2倍だった。

「朝8時40分から」コップ一杯

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。

「今日、お酒は何時ごろから飲み始めましたか」

「朝8時40分くらいから」

住居に住む一人暮らしの男性(73)を訪ねた。部屋に

酒や薬の罍に囲まれた仮設住宅で朝から焼酎を飲む男性は「鶴に嫌だ」という。岩手県大船渡市、岡崎町(画像は、部加して)。

は、妻の遺影を離れて暮らすこともできず、男性のそばには、2人男の焼酎の罍が置かれていた。元び職。若いころから仕事が終わるを飲んでいた。震災後は、がれき除去の仕事が入らない限り、やるべきがない。集落の仲間を訪ねれば、朝から飲む日が続々。

別の仮設住宅でも、一人暮らしの男性が酒を飲みながら待っていた。マツコ漁船に乗っていたが、11年前に足を痛め、仕事を失った。「酒を飲めたら、何が

楽しみになったか」と、同市人の真菜重仁(まなげし)精神科院長によると、継続訪問している20人中、8人がアルコール依存問題を抱えているという。「朝から飲む酒する人は、腕が必要なく、定期的に見守ることで、少しでも抑え方になっていければ」と話す。

力福第一原発から約25kmの緊急時避難準備区域にある福島県広野町から同県いわきのホテルに避難した女性86がうつ病だった。

5年前に夫を病気で亡くした。30年以上住んだ家に戻れる見込みはない。避難後、眠れなくなると睡眠薬を処方されていたが、最

高城県気仙沼市の元甲板長の男性(59)も追い詰められていた。津波から逃げる際、渡った直後の橋が落ち、後ろにいた若い女性が波にのまれたのを見た。その女性や、津波で命を落とした同僚たちが夢に出てくる。

「コップ一杯」

7月中旬、久重アルコ依存センター(神奈川県の「心のケアチーム」)が、岩手県大船渡市の仮設

2011年(平成23年)8月10日

福島県の転校1.4万人

公立小中 全児童・生徒の1割

福島県内で公立の小中学校に通う約1万4千人の児童・生徒が、既に県内外に転校したか、夏休み中の転校を希望していることが同県教育委員会のまとめで分かった。全児童・生徒の1割近くにあたる。多くは「放射線への不安」を理由に挙げたという。

県教委によると、7月15日時点で県外に転校した児童・生徒が7672人、県内の転校が4575人いた。夏休み中に転校を希望して

いる児童・生徒は、県外が1081人、県内が755人だった。東京電力福島第一原発のある「浜通り」地域だけではなく、福島市や郡山市など「中通り」地域からの転校も多いという。

夏休み中の転校希望者に理由を聞いたところ、県外転校希望の約4分の3が「放射線への不安」と回答。県内転校希望の約半数は「仮設住宅への引っ越し」を理由にした。

県教委は「事故の収束が

見えず、転校を決めた家庭が少なくないのでは。保育

園や幼稚園児を含めると、子どもの県外流出は深刻な問題だ」としている。

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%

（2011年10月1日 朝日新聞12版から）

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

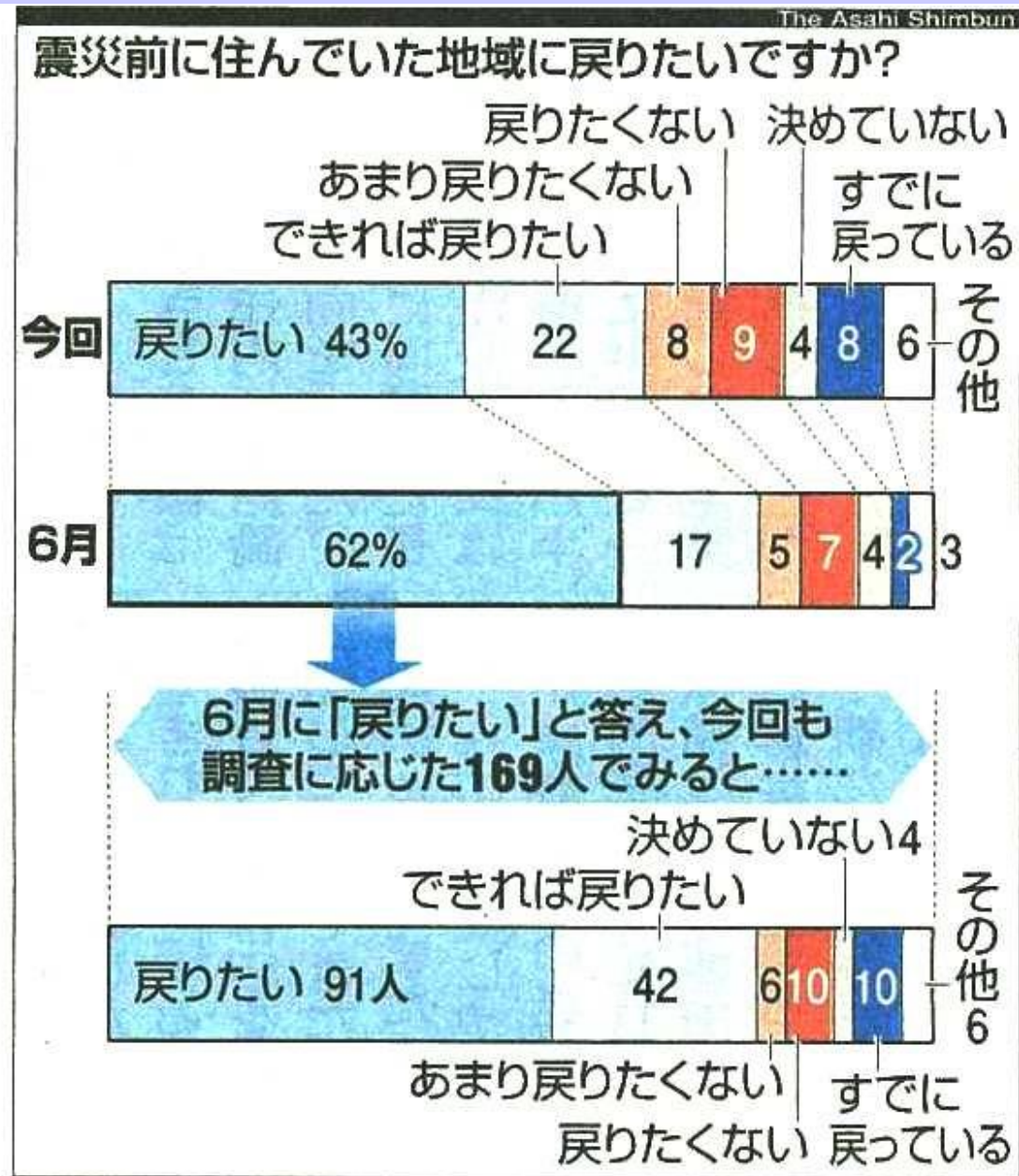
2011. 7. 16 00:15

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。
- 飯館村では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。

「戻りたい」4割に減



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

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！

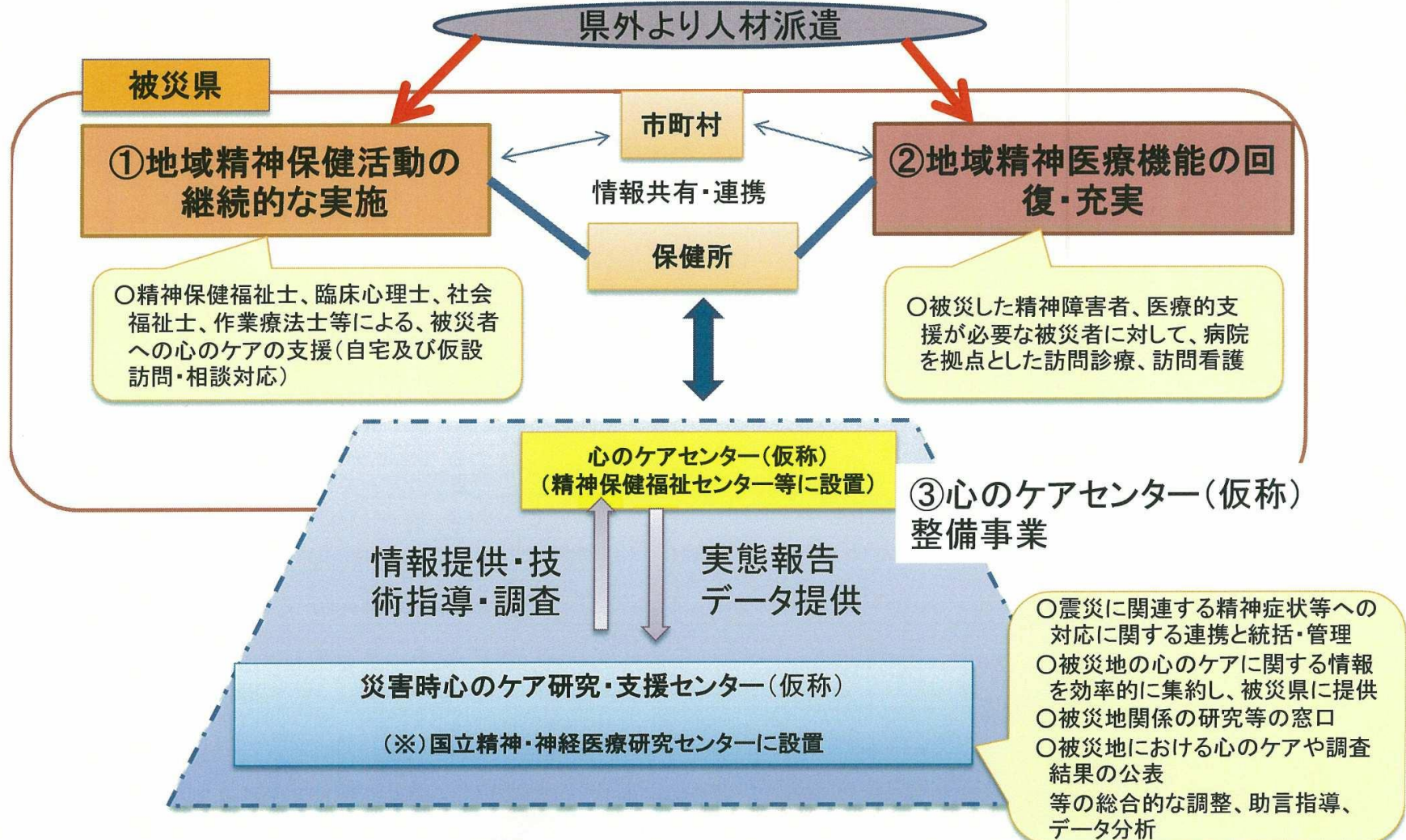
こころのケア・チーム(案)

- ・厚労省の三次補正予算で
- ・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。



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の際し、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

【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

情報提供・協力