

### 相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会

# 相双COCOROニュースなごみ

第7号 H25年6月28日 隔月発行 発行元 相馬広域こころのケアセンターなごみ編集部 ホームページ http://nagomi.soso-cocoro.jp Facebook ページ http://on.fb.me/SQ56Ju

"なごみ"のこれから 理事長 大川 貴子

今年も「熱中症に注意」という言葉をあちらこちらで耳にする季節となりました。震災のあった年、幻覚妄想 状態で自宅を締め切り、熱中症で入院した経験をもつ方のもとへ、ポカリスエットを手土産に通ったことが思い 出されます。

国道 115 号線を走っていても、相馬からの帰り道、山頂を貫くかのような稲光と雷鳴、そしてフロントガラスに打ち付ける激しい雨にワイパーを最速にしても前が見えず、必死の思いで運転していた日々が、ついこの間のことのように感じられます。しかし、同じ 115 号を行き来する中で、相馬福島道路(自動車専用道路)の開通に向けた工事によって、伐採された山肌や、新設された高架橋を目にすると、月日は確実に経過していることを実感します。

"なごみ"も開所してから、1年半が経とうとしています。6月2日に行われた NPO 法人の総会では、今後の活動方針として、

(1)震災後のメ<mark>ンタルヘルスの増</mark>進と自殺予防等に関すること (2)精神障がい者への地域生活支援に関すること (3)高齢者のメンタ<mark>ル</mark>ケアに関すること

(4)子どものメンタルケアに関すること

以上の4点を柱に展開していくことを提案し、承認されました。この方針に基づき、精神障がい者の地域生活 支援の充実を図るために、2014年度からの訪問看護ステーションの開設と、相談支援事業の受託を計画し、準備を進めていきたいと思います。

このような事業を展開していくための準備の一つとして、現在、相馬事務所の東側、国道6号線沿いの駐車スペースとして使用している土地に、プレハブ1階建ての事務所を建てています。7月末には完成予定で、事務室と面接室、会議や少人数でのグループセッションなどが行えるスペースが設けられます。新しい空間を有効に活用しながら、様々なアイデアを出し合い、活動の幅を広げていきたいと思います。

また、「メンタルクリニックなごみ」には蟻塚亮二先生が院長として着任されました。蟻塚先生は、本年3月まで沖縄協同病院に勤務され、沖縄戦のトラウマによるPTSD(心的外傷後ストレス障害)等の診療や研究に携わってこられました。相双地域における震災や原発事故による様々な心の問題について取り組んでいくにあたって、蟻塚先生をお迎えできたことは、大変心強く思います。「メンタルクリニックなごみ」との連携を図りながら、住民の方々から「"なごみ"があってよかった」と言って頂けるよう努力していきたいと思います。

本 NPO 法人の会員数は、6 月 2 日現在で、正会員 106 名、賛助会員 188 名となりました。地元の方々はもとより、全国の皆様に支えられて成り立っている NPO 法人です。今後、認定 NPO 法人の取得を目指していきたいと思います。これからも末永くご支援をお願いしますと共に、より多くの方々に本法人の趣旨や活動内容をご理解頂き、会員となって頂きたく、周囲の方々にお声かけを頂けると幸いです。どうぞよろしくお願いいたします。

### アウトリーチ事業 報告

看護師 佐藤 照美

現在のアウトリーチ対象者は27名となり、内訳は男性8名・女性19名、震災関連が6名、治療中断者が10名、未治療が5名、長期入院後が4名、ひきこもりが2名です。そして、アウトリーチ事業が開始して依頼を受けた対象者総数が平成25年6月現在43名。終了者が16名となりました。もちろん、入退院を繰り返した対象者も含まれています。

対象者は自宅の方が7割程度を占め、面倒を見るのは親御さんであったり配偶者であったりと様々ですが、家族機能が上手く働かない場合が多々あります。しかし、その中でも身内を守りたい思いは強く当事者中心の生活が普通になっているように感じています。

なごみとして訪問を始め 1 年半が経ち、ようやく訪問スタイルが出来てきました。行政等から依頼を受けて同行訪問をしたのち、アウトリーチカンファレンスでケース検討をしてから訪問を行います。対象者は、事業要綱に上がっている 5 区分に該当する方が対象になります。該当しないケースも多く、どのように対処するか悩むケースも多々あります。

アウトリーチをしている間は、その家族の一員となり、傾聴の中で一緒に悩み、考え、行ってみることが習慣となっています。対象者と家族が、どのようなことを望んでいるのか見えない場合もありますが、1つ1つ紐解いていく過程で見えてくることが多いように感じています。

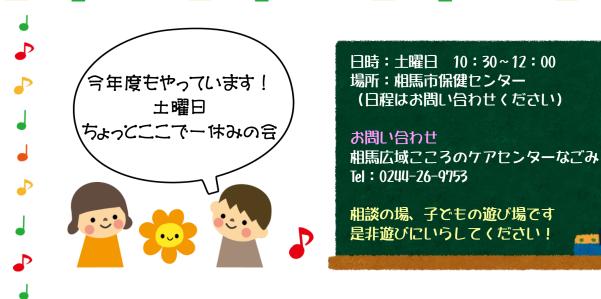
精神の対象者に関わらず一般の方も同様ですが、震災から2年4ヵ月、なんとなく落ち着いてきたかのように見えて、不安定な病状や先行きの見えない不安など今を乗り切るためのエネルギーが必要な時期だと思っています。個人では足りないエネルギーでも、信頼できる誰かのエネルギーを加えれば「生きる力」になっていくのだと思います。ここに「寄り添う」エネルギーを加えて行けるように地域の方々と歩んでいきたいと思っています。

今後も、ご支援・ご指導のほどよろしくお願い致します。



写真 外出支援の様子





### 日本精神神経学会 精神医療奨励賞をいただきました!

5月23日~25日に行われた「第109回 日本精神神経学会学術総会」において、当 NPO 法人の活動が精神医療奨励賞をいただきました!

授賞式には代表で理事の丹羽真一が出席し、賞状と記念品をいただきました。また、な ごみの活動報告を行いました。

なごみの活動が、このような形で評価していただいたことに、スタッフー同大変嬉しく、 励みになりました。

これからも、相双地区で生活している方々の力になれるよう、各関係機関と連携し、精 神医療の発展に貢献できるよう頑張っていきたいと思います!







相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会 平成 25 年度 本会の趣旨に替同し入会していただく正会員・替助会員を募集致します。

1. 正会員 年会費 -0 10,000円

2. 賛助会員 年会費 -03,000円

#### 申し込み方法

① 正会員または賛助会員・氏名・住所・所属先・ 職業・電話番号・メールアドレスを明記の上、 下記住所に申込書を郵送または FAX してください。

お振込み先 東邦銀行 相馬支店 普通預金

口座番号: 1044879

口座名義:特定非営利活動法人

相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会

理事長 大川貴子

② 以下のホームページアドレスから申し込むこともできます。 http://soso-cocoro.ip/ (Paypal 決済も可能です)

> ※会員になってくださった方には、定期的に会 報や現地の情報を送らせていただきます。 是非ご検討下さい。





#### 郵便振込の場合

口座番号:02260-0-126825

口座名義:特非 相双に新しい精神科医療保

健福祉をつくる会

(東邦銀行口座と名義が異なりますので、ご注

意下さい)

#### お問い合わせ

**〒**976-0016 福島県相馬市沖ノ内 1 丁目 2-8 電話 0244-26-9753 FAX 0244-26-9739 担当 佐藤里美 • 佐藤菜摘 アドレス nagomi@soso-cocoro ip

## 3年目

### 作業療法士 西内 実菜

ずいぶんあつさり3年目を迎えた印象で、個人的には時間に置いていかれている気がしています。震 災の年に2年後、3年後…と話をしたときも、遠い未来のようで自分がどうしているかまるで想像できなか ったことを思い出します。このまま3回目の3月11日を迎え、4年、5年と経つのでしょうか。

なごみでの私は、相馬市、新地町それぞれの仮設住宅をまわり、南相馬にも出向きます。平成25 年に入ってから、新地や相馬では仮設住宅を退去する方が急速に増加しました。次にサロンに行ったと きには、もう引っ越した後だったということが度々あります。

復興の兆しが見え始め、安堵の表情を浮かべている方の話をお聞きするのは自分としても嬉しく、単 純に「良かった」と思えます。引っ越し先での不安ももちろん抱えていらっしゃるので、その部分の確認は 必ず行い、必要なら個別訪問も継続しています。

しかし、仮設住宅に残っている方の思いも複雑です。「うちはまだ引っ越せない」「どうするかわからな い」「さみしくなった」という声が聞かれるからです。ニーズによって支援の形は変化していくものですが、 仮設住宅がなくなるまで続けなければならないという気持ちが湧いてきます。

そんな中、旧警戒区域に自宅がある方のところへ訪問し「高線量なのはわかっているが片付けずに はいられない | 「何年も掛けて作った良質の土をひっくり返すような除染は本当は止めて欲しい。 戻った ところで何も育たない」と切実な声を聞きました。家族内での意見の違いもあるようです。現実を突きつけ られた思いでした。

仕事上、私は支援者です。でも、このお話しをしてくださった方と同じ立場でもあります。この方の話を 伺ってすぐ、国道を南下して久しぶりに旧警戒区域に行きました。そこには変わらず津波の爪痕が残っ ています。田んぼの中に車が何台も放置され、町の中の大きなゴミの袋も行き場がありません。

国道を北上していくと、津波の浸水区域が標識になっているところがあります。そこには「過去の」と表 記してあります。被災と言うには同じ表現、だけども明らかな時間の流れの違いを感じずにはいられませ

"もう" 3年目なのか"まだ" 3年目なのか、年数が足されていっても誰にも決められないことだと 感じています。

