



2012年

## 第1回 国際シンポジウム 「放射能汚染とメンタルヘルス」が開催されました

8月11日(土)～12日(日)に福島県立医科大学8号館で国際シンポジウムを開催しました。震災から約1年と5か月。福島は現在も多くの避難民を抱えております。母子へのメンタルヘルスや県民健康管理調査や自衛隊・東電社員へのメンタルヘルスについてなど大変貴重なお話を伺うことができました。

参加者は2日間のべ約150人で、参加者は医療・福祉関係者・教育関係など直接被災住民へのケアをおこなっている方々が中心でした。会場からは、現在の放射能汚染を中心に質問が相次ぎました。

現在の放射線量では本当に安心・安全か？県民健康管理調査の結果はどうなっているか？など疑問を直接聞ける大変貴重な機会になりました。

今後も国際シンポジウムを通じて世界に活動を発信し、被災者に寄り添う支援の必要性を強く感じました。(文責・大谷)



- 第1回 国際シンポジウム「放射能汚染とメンタルヘルス」演題
- ・8月11日(土)
    - 「細胞の低線量被ばく被害」明石 真言先生(放射線医学総合研究所 緊急被ばく医療研究センター)
    - 「福島在住の20代女性に対する心理社会的支援」原田 奈保子先生(ボストンカレッジ)
    - 「放射線恐怖と甲状腺がんの実態」Dr. Robert Yanagisawa(マウントサイナイ医科大学)
    - 「福島第一および第二原発の労働者のためのメンタルヘルス」重村 淳先生(防衛医科大学 精神医学講座)
  - ・8月12日(日)
    - 「福島第一原発事故と放射線健康リスクマネジメント」大津留 晶先生(福島県立医科大学 放射線健康管理学講座)
    - 「線量評価の向こうに：公的・科学的報道での完全暴露に伴うリスク」Dr. Owen Hoffman(SENSE Oak Ridge)
    - 「東日本大震災におけるレスキュー隊員のためのメンタルヘルス」高橋 祥友先生(筑波大学 災害精神支援学講座)
    - 「Psychological support after major disaster in Japan : from Kobe and Tofoku experiences」(日本における大災害後の心理的支援：神戸と東北の経験から)加藤 寛先生(兵庫県こころのケアセンター)

## アウトリーチ活動

看護師 河村 木綿子

「今日は一緒に何をしよう」「上手に話ができるかな」朝自宅を出発して事務所につくまでの間、一日の予定を思い描きながら通勤しています。

大学を卒業後、総合病院で勤務していた私にとって、病院の外で働くことや白衣を着ないで働くこと、対象者の自宅を訪問することなど、なごみでの活動は、どれも初めての経験でした。アウトリーチ活動では、対象者の疾患だけでなくご家族や、自宅での生活の支援など日常生活にも関わります。

病院では患者さんは治療中心の生活を送っており、退院すれば看護師の役割も終わりでしたが、アウトリーチ活動には明確な「終わり」はなかなか見えません。相手の望むこと、必要としていることは何だろう、自分がやっていることは役に立っているのだろうか、など悩むことも多くあります。

最近では、何度か会ううちに顔や名前を覚えてもらえたり、待っていてくれることもあり、来て良かったかなと感じることも増えてきました。思い描いていたようにはいかないこともありますが、長い目で見て、少しずつ笑顔や楽しい時間が増えるような訪問活動を続けていきたいと思っています。

自然と触れ合うことが好きな河村さん。向日葵やハーブなど、なごみでたくさんの植物を育てています。



## こころのケア事業

臨床心理士 羽田 雄祐

なごみへ来てから早半年以上が経過しました。今は公共の施設の職員や、福祉事業所で働く方のこころの検診事業を中心に、仮設住宅で行われているサロン活動や、アウトリーチで対象者を訪問する業務が主になっています。

今、この地域では震災の影響から労働環境や人間関係といった業務の基盤が大きく変容し、疲労が日々蓄積されています。なごみがいてくれて良かったと言われるよう、そうした方の下支えになればと思います。

また、仮設住宅に住む方々には笑顔が多く、楽しみにしてくれている方も多い反面、ふとした時に、震災での喪失体験が見えたりと介入の難しさを感じます。

なごみは多職種で構成されるチームですが、職種を超えて意見も交わされ、それ以上に明るく、朝から冗談の飛び交う楽しい場です。

事務所に戻るときはほっとして戻れる、まさしくなごみの名にふさわしいチームとなっています。

福島市から毎日通勤している羽田さん。検診や土曜一休みの会で大活躍中です！





## 健康教室やっています

仮設住宅でのサロン活動や、団体の依頼を受けて健康教室を行っています。食中毒や血圧、睡眠などについて、プリントやパンフレット、ときには寸劇(!)も取り入れながら、楽しく・わかりやすい指導を心がけています。

秋からは、これからの季節に向けてインフルエンザや冷え対策のお話もある予定です。皆さん、是非遊びにいらして下さい！









# 講演会「震災後の子ども達の精神保健と今後の支援」

## ～子ども達が安心して暮らし、成長できる地域を考えよう～



7月22日(日)に、静岡県立こども病院の児童青年精神医学会災害対策本部長 山崎透先生をお招きして、児童精神保健講演会を開催しました。

講演では、東日本大震災における子どもの心理的ケアの難しさや、子どものストレス反応は多様であること、被災した子ども達への支援の在り方など、様々なお話を聞くことができました。

また、子ども達だけではなく支援者へのストレスケアのお話もありました。震災後の混乱の中、手探りで子ども達の生活を支えてきた保護者や支援者の方々、今までやってきたことの振り返りを行うことができ、支援に関する新たなアドバイスやヒントを得て、勇気づけられたようでした。

子ども達の支援で最も大切なことは、子どもを大切に思う大人がそばにいてあげること、大人に見守られることによって子どもは回復する力が湧いてくるとお話がありました。

震災による甚大な被害や続く余震、放射能など、まだまだ課題や不安はありますが、地域で生活する子ども達が安心して成長していけるよう、見守り、支援していきたいと思います。

(文責・菜摘)



# 相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会 会員募集!

本会の趣旨に賛同し入会していただく正会員・賛助会員を募集致します。

- 1. 正会員 年会費 10,000円
- 2. 賛助会員 年会費 3,000円

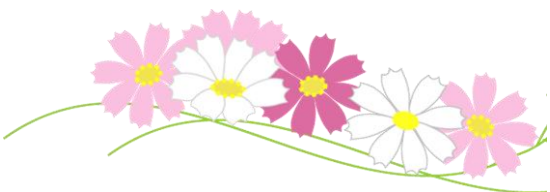
### 申し込み方法

- 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、下記住所に郵送またはFAXでお申込み下さい。

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 丹羽真一

- 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.jp/>

※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、ご注意ください)

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・大谷 廉  
 アドレス office@soso-cocoro.jp

# アウトリーチ研修会 「被災地におけるアウトリーチ活動」

9月9日(日)、国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所の伊藤順一郎先生とコンボの久永文恵先生をお迎えして、「ストレングスモデルのケースマネジメント研修会」を開催致しました。参加者は、福祉事業所・病院・保健福祉事務所・保健センターの方などお休みの日に関わらず、32名の方に参加をいただきました。

内容は、①ストレングスモデルとは? ②ケアマネジメントの役立て方 ③ストレングスアセスメントについて ④グループスーパービジョンの体験でした。

ストレングスモデルでは、「個人の元気な部分を伸ばすことが基本であり、個人の才能や能力を大事にして、自らによる方向性や選択を促進する」こと。また、「本人の希望している成果に焦点を当てることなどが必要である」ということでした。

そして、目指すはリカバリー。「その人らしく生活していくこと」「ストレングス」をより、生かしていくことなど、アセスメントをして、マネジメントしていくことが大切であるなど多くの基本的考えを知ることができました。



グループスーパービジョンでは、ファシリテーターの進め方やステップを学び、自分が行うためには、経験や回数を積み、目標設定方法やアセスメントスキルなどを磨く必要があると思いました。

今回の研修を通して、「その人らしい生活」を送れるようなお手伝いをするためには、地域で暮らす仲間として利用者の強みを生活の場に生かす方法や職場スタッフのストレングスを生かせる環境をつくることも必要であると感じました。

また、研修に参加していただいた方々が、今後、障がい者の地域生活を支えることに、ストレングスモデルを活用しステップアップできた事例などを紹介していただけただけ嬉しく思います。ご参加ありがとうございました。

(文責・照美)



写真  
研修会の様子

# 事務長のつぶやき

7月28日から8月7日まで、郡山市、南相馬市、浪江町の子ども達と一緒に八丈島子供キャンプに参加してきました。

八丈島は、東京から南に287kmに位置し、温暖で自然豊かな島です。受け入れ団体の口べの会は、八丈島で就労継続B型とグループホームを運営しています。

作業プログラムは、自然の利を生かした農業と食。農作業部門では、フリージア栽培や無農薬有機栽培による野菜づくりに取り組んでいます。レストラン部門「やまんばハウス」では、オーガニックの食材を使用した料理、お菓子を作っています。

ここまではよくある福祉施設ですが、スタッフの方々の芸達者ぶりに驚きです。民話、釣りにレッキング、モリ、サーフィン、太鼓と子供たちは大喜び。今回来た子ども達は原発事故の影響で海水浴が2年ぶりだったとのこと。福島の子供達は運動不足による体力低下が深刻です。放射能の影響を心配し、不安の中で生活している母子が多いのが現状です。福島は県外でのアウトドア活動を通じた保養活動の必要性があると、改めて感じました。

興味がある方は下記のホームページまで  
 福八子供キャンププロジェクト  
 ホームページ <http://www11.ocn.ne.jp/~fuku8/>



日本古来の太鼓の原型と言われる八丈太鼓を楽しむ南相馬の子ども達



2年ぶりの海水浴を楽しむ郡山の子供達

編集員 菜摘

す。り域のわ災なりくした半た。刺たスタからくがののちウ回し  
 たい添のこっはは取取以上震激なタおさな夏研修ア国際講  
 とった皆のこれははもりも取取上報道がッッ話のなご修会際演  
 と思たさんかからままだもも上げ道道がッッ話のなご修会際演  
 い支たさんかからままだもも上げ道道がッッ話のなご修会際演  
 ま援支たさんかからままだもも上げ道道がッッ話のなご修会際演

