

医療救護班（心のケアチーム2）派遣報告書

派遣先：福島県県北保健福祉事務所（精神保健福祉センター）

派遣期間：平成23年5月18日（水）～5月22日（日）

派遣者：地域精神医療学講座 特任助教 相良 雄一郎

医療情報部看護師長 細川 数子

6C病棟副看護師長 本岡 芳子

病院管理課課長補佐 上野 市太郎

【活動報告】

全体を通して今回の医療救護班（心のケアチーム）の活動の印象としては、4月の心のケアチーム1と比較して、避難所から旅館などの第二次避難所に活動拠点が移動しており、クリニックや保健師訪問も定期的に施行されており、医療環境や生活環境の改善が目立った。実際の派遣先での診察場面においてもノーケアの被災者はごくまれであった。ただ改善にはバラツキがあり、年代や避難先に応じて避難者の生活環境には格差があった。

避難者の訴えの多くは生活や経済的不安であった。また2ヶ月で5～7回の引っ越しのため、環境的ストレスが特に子供や高齢者に多かった。子供は避難所や新たな学校において人間関係への不応例が何例もあり、不登校の相談も以前のチームで何人かあったようである。福島県内でも避難者は被害者であると同時に、東電の下請け勤務などの経済的恩恵を受けていることから加害者と見られている。そういった要因から、避難先においてイジメがあることが何例か報告されている。避難先の地域住民の一部が原発の風評被害などの怒りを避難者に向けている事が、子供のイジメを通じて表面化しているのではなかろうか。避難者家族の中には、第二原発で夫が仕事をしている家族も相当数おり、生活のために原発との縁が切れないのが現実であった。週末に夫が戻ると妻や子供が落ち着く事が多く見受けられた。

現場において避難者に対して心のケアを勧めると、精神科への抵抗から受診への抵抗はかなり強く、血圧や湿疹などの身体症状や食事などの不満がプライマリーケアのきっかけとして大切である。避難者からの不眠の訴えもあったが、原因としては引きこもり生活による活動性の低下や同室者の騒音などの環境的なストレスが要因としては大きく、一般的な不眠症とは異なった対応が必要である。そのため不眠を理由に自主避難地域にある自宅に戻る避難者も報告されている。避難者から好評な活動としては、体操教室やストレッチ教室がある。運動だけでなく他の避難者との会話のきっかけとなり、心身共に良い刺激がストレスの軽減に役に立っている。避難所などの体育館と比較すると旅館は個室で環境的には改善されたように見えるが、実際は「山奥で坂がきつくて散歩も行けない」「他の部屋に行くのは気を遣い、部屋から行く所が無い」「車がないと店まで買い物にも行けない」と交通手段

と体力に応じた避難者間格差が激しかった。また高齢化で、90代の親と70代の子供夫婦といった老々介護の家庭では、早期のデイサービスなどの環境調節も必要である。

食事面では旅館による格差が表面化しやすく、カロリーとタンパク質の不足がいくつかの旅館で疑われた。「昼が素うどんのみ、固いお握りだけの時もある」といった食事の不满は、一度話が始めると語り尽くせぬ展開が特定の旅館で見受けられた。特にタンパク質不足は、タンパク質 トリプトファン セロトニンの流れが妨げられて、体調だけでなく気分の落ち込みや不眠のリスクも高い。旅館によって、食事やペット持ち込み可や職員と避難者との関係性などに差が大きい。その上そういった環境の違いを避難者同士が携帯電話でお互いに知っており、不公平感が心理的ストレスをいっそう強めている。旅館への栄養指導や避難者が集まれる空間の提供などが、心のケアには必要である。保健所の経過観察事例には知的障害が疑われる事例があり、ケースワーカー業務をきちんとしないと次の生活の目途を自力でつけるのは困難なことが推測された。

今後はケースワーカーや管理栄養士などの関与が避難者にとっても、関わり易いと思われる。そういったプライマリーケアから、カウンセリングを勧めていく事が現実的といえる。東北は「心のケア」という単語自体が、避難者へのプレッシャーになっている。

最後に県職員や医療関係者の連続勤務による疲労感がかなり強く、スタッフの疲弊の蓄積が2ヶ月経った現在は一番大きな問題ではなかろうか。睡眠障害・倦怠感など抑うつ初期症状は、避難者でなくむしろスタッフに疑われるが、交代要員も休みもなく労働環境の改善は難しそうであった。短期の滞在でどの程度の力に慣れたかは自信がないが、多少であっても地元の力に慣れたら幸いです。

【活動経過】

5月18日(水)

- ・ 10:40 山田教授、酒井副病院長、藤野看護部長ほか、たくさんの方々に見送られ、本学公用車で京都駅へ
- ・ 12:02 京都駅発のぞみ228号、14:40 東京駅発つばさ33号を乗り継ぎ福島へ
- ・ 福島駅到着後レンタカーを借り福島県北保健福祉事務所到着、事務所の1Fに陥没の跡が生々しく、付近ではここが一番ひどかったとのこと。



- ・ 同事務所で、滋賀県障害者自立支援課調整員 田中一秀 福主幹、福島県県北保健福祉事務所 金成保健福祉課長、阿蘇主任保健技師と打ち合わせを行う。

5月19日(木)

- ・ 9:20から前任の水口病院 池田医師、福井看護師、福江臨床心理士、木下ケースワーカーから引継ぎを受ける。

ほとんどの人が体育館等の避難所からホテルや旅館に避難している。

老人や小さな子どもを抱えた方が多く、長引く避難生活に不安を感じておられる方や、1部屋に数人で寝泊りされているため不眠症を訴えられる方も多く、そのほか血圧の高い人が多いとのこと。

具体的には、まずフロントの方に部屋ごとの避難者の名簿をもらう。指定の場所に仮設診察所を設置する。医師は診察所で待機し、時折往診する。看護師は各部屋を廻り面談する。とのこと。

- ・ 10:00から福島県県北保健福祉事務所 宮田保健福祉課主幹、阿蘇主任保健技師と打ち合わせを行う。
- ・ 10時30分に今日の活動場所の青年海外協力隊訓練所(JICA二本松)へ出発。
- ・ 昼食を取り、12:00にJICA二本松に到着後、滋賀県の現地駐在員(福島県内の滋賀県駐在所は2ヶ所)の方に挨拶し、引き続き、福島県福祉保健課の保健師 鈴木さん、半澤さんと具体的な運営方法について打合せを行う。



- ・ 12:30 相良先生は、仮設診療所で5人の避難者の方を診察され、細川、本岡各師長は、避難者が生活されているA～Dまでの各研修所を訪問して面談を実施。

避難されている方は、明るく応じられる方もおられたが、中には泣き出され、現在の心境や将来の不安など切実に訴えられる方もおられ、ひととおりお話を伺うのに時間を要した。

ここには153人の方々が避難されているが、7月までに出て行かなければならず、生活に不安を抱えておられる方が多い。



- ・ 15:30に診察等を終了し、今後のケアのあり方について保健師の方とミーティングを行う。



- ・ 16:10にJICA二本松を出発し、県北保健福祉事務所へ向い、到着後今日の活動報告書を作成し、福島県福祉保健課の方々とミーティングを行い、明日以降の予定と各避難場所で継続ケアすべき方々の記録を受領し、今日の活動を終了する。

滋賀県からの調整員の田中さんは今日が最終日で、後任の障害者自立支援課地域生活担当 高岡 力課長補佐に交代された。

5月20日(金)

- ・ 今日9:00に出発し、直接土湯温泉の山根屋旅館に向かう。
途中「安達太良山(あだたらやま)」の残雪が、山の新緑に映えて美しく見えた。



- 9:00に山根屋旅館に到着 そこには浪江町からの避難者73人が生活されている。フロントで館内放送をしていただき、3Fロビーに仮設診療所を設置した。師長2人は昨日同様に各部屋を巡回する。

午前中仮設診療所に2人の避難者が来られる。自身の症状のほかに年金の受給のことについての相談や、家族の間のトラブル等について相談されていた。



- 11:45に午前中の活動を終了し、昼食を取りに行ったが、そこに遠く長崎県大村市から保健師のチームに出会う。同じ県北保健福祉事務所を拠点に活動されている。



- ・ 13:00から午後の活動を開始。場所は土湯温泉ホテルで、午前中と同様に浪江町から110人の方々が避難されている。

ホテルの大広間で先生と看護師さんのブースに分かれて診察と面談が始まる。

避難されている方々に、ホテルのスタッフの方々の対応がとても良く感謝されている。我々の訪問に際しては、昼食時にしっかりとその旨説明していただき、開始当初よりたくさんの方々が訪れられた。午前中には健康体操なども行っておられ、きめ細やかな対応をされていて、そのせいか意外に皆さん明るい表情で笑い声も聞こえていた。



- ・ 15:00に活動を終了し、県北保健福祉事務所へ向う。近くのホテルでは、明日5月21日(土)に福島市のあづま総合体育館を訪問する 中国の 温家宝首相、韓国の李 明博大統領の警備のための機動隊の宿泊所となっているようである。



福祉保健事務所でミーティングしていると、かなり大きい揺れを感じた。

しかし、保健福祉課の方々は、閉じ込められてはいけないと、すぐにドアを開けられたただけですごく冷静であった。

- ・ 今日の活動が早く終了したため相馬市を訪問した。相馬市に入ってもそんなに大きな被害はなく、屋根の瓦が落ちたのか、ビニールシートで覆われた家が目に付く程度であったが、海岸に出た瞬間景色は一変した。

あちらこちらで船が横転し、また陸地に打ち上げられ、津波が住宅を押し流し、1階部分が削り取られているビルがあった。

津波が押し寄せた方向と地形のせいか、無残に破壊されている住宅もあれば、そのすぐそばで被害もなく営業している旅館もあり、その差が理解できなかった。





5月21日(土)

- 今日は9:30に出発し飯坂温泉の避難所「花の瀬」で活動を開始する。
ホテルのすぐ側にある川の対岸の崖が地震で高さ20メートル幅15メートルに亘って崩落しており、地震の怖さを目の当たりにする。



- ここには南相馬市から約110人の方々が避難されている。中にはここが3度目の避難所とおっしゃる方もおられた。開始してすぐに、若いお母さんが赤ちゃんの便秘のことで相談に来られた。





- 13:00からの診察が始まる。同じ飯坂温泉のおきな旅館で、ここには南相馬市から約50人の方々が避難されている。この旅館はペット同伴もOKで、そのせいか皆さんお元気な様子で落ちついた感じがしている。師長2人も部屋を訪問されたが数人の方に血圧測定されただけで終了した。

その後保健福祉事務所で総括的なミーティングを行い、先生や師長からは、ホテルごとの対応の差で避難されている皆さんの状態が違うことや、栄養面に配慮した食事が行き渡っていないことが心配との申し送りをされた。このことについて保健福祉課の保健師の方々も、新たな問題点として、今後できる限り配慮していきたいとのことであった。