

# 1-3 心のケアチームの派遣

震災に伴うPTSDや長期に渡る避難所生活等の精神的疲労に対するケアを行うため、10病院から106班の精神科医等の心のケアチームを被災県の要請により派遣した。

活動当初、被災者は胸の内を打ち明けなかったが、血圧や風邪、不眠といった身体的な問題を糸口に声を掛けていくことで、地震・津波の恐怖や将来への不安などの思いを引き出すことができた。また、子どものケアに対してはいっしょに遊びながら関わりを深めていった。

地元の保健師や行政職員など被災支援者に対する心のケアも重要であった。自身も家族や家を失った被災者

であるにもかかわらず、震災直後から強い使命感で支援活動を続けており、心身ともに疲労困ぱいしている状況であった。被災者への対応の一方で、被災支援者の面接を行い、心の健康チェックを行った。

避難所から仮設住宅への入居が進むにつれて、アルコール問題が顕在化した。久里浜アルコール症センターでは、飲酒の頻度や量を点数化して依存度を調べるテストを実施するとともに、健康教室を開催し、避難者や保健師、医療関係者らにアルコール依存への関心と知識を高めてもらう啓蒙活動を行った。



①久里浜アルコール症センター（大船渡市）

②③〃（仮設住宅への訪問）

④〃（保健師、地域の医療関係者へのアルコール講習）

⑤花巻病院（宮古市）

⑥肥前精神医療センター（宮城県塩竈保健所管内）

⑦肥前精神医療センター（保育園での心理教室）

⑧下総精神医療センター（福島県県中保健福祉事務所）

⑨鳥取医療センター（岩手県山田小学校）

⑩琉球病院（岩手県宮古市）

【心のケアチームの派遣スケジュール】

病院名	3月		4月		5月		6月		7月		
	15日	31日	1日	15日	30日	1日	15日	31日	1日	15日	31日
下総精神医療センター											
久里浜アルコール症センター											
小諸高原病院											
東尾張病院											
やまと精神医療センター (旧松籬荘病院)											
鳥取医療センター											
肥前精神医療センター											
琉球病院・菊池病院 (合同チーム)											
花巻病院											

病院名	8月			9月			10月			11月			12月		
	1日	15日	31日	1日	15日	30日	1日	15日	31日	1日	15日	30日	1日	15日	31日
下総精神医療センター															
久里浜アルコール症センター															
小諸高原病院															
東尾張病院															
やまと精神医療センター (旧松籬荘病院)															
鳥取医療センター															
肥前精神医療センター															
琉球病院															
菊池病院															
花巻病院															

⑪⑫やまと精神医療センター（岩手県陸前高田市）

⑬⑭菊池病院（岩手県宮古市）

⑮⑯小諸高原病院（宮城県松島町）

⑰⑱東尾張病院（宮城県）

