東日本大震災医療支援
こころのケアチーム
第16班活動報告

派遣期間：6月21日（火）～6月24日（金）

西岡直也（医師）
樟山真理（看護師）
三原聡子（臨床心理士）

被災する前の大船渡がどんな町だったのか知りたいと思い、調べてみました。

海面は建物を映すくらいに静かで青く、セメント工場の煙突からはセメントを作る為の煙が上がっています。

こんなのどかな町が傷だらけになってしまったのだと知って改めて衝撃をうけました。

maps.google.co.jpより引用
撮影者 Akira.N 2008.1.10

第16班の活動の特徴

＜派遣期間＞　6月21日（火）～6月24日（金）

- 久里浜こころのケアチームの土・日・月曜日の活動がなくなり、前の班からの引き継ぎが現地ではなくなった
- 引き続き、地域の再開した医療機関へつなぐことのできるケースは積極的につなげてゆく（気仙沼の市立病院の心療内科が、内科での受付で受診できるように）
- 熱中症予防・食中毒予防の視点の開始
- 他のこころの医療チーム（沖縄チーム・あいちこころのネット）との連携

第1日目活動内容

10:08　東京駅発
13:22　水沢江刺着
14:00　宿泊地着・水沢発
15:40　大船渡地区合同庁舎着
　　カルテ類の受け取り
　　県と市の保健師への挨拶
17:00　大船渡発
19:00　水沢着

介護保険センター前

第2日目活動内容

9:30　介護保険センターにて市PHNと打ち合わせ
10:30　末崎町個人宅2件訪問
12:30　大船渡中仮設住宅4件訪問
　　大船渡中避難所1件訪問
　　リアスホール1件訪問
16:15　初回オリエンテーション
16:30　連絡会
17:05　こころのケアチーム連絡会
17:20　活動終了

訪問件数:9件
処方あり :2件
不　　在:3件

大船渡中仮設住宅

介護保険センターでの連絡会

第3日目活動内容

6:51　岩手県沖を震源地とする震度5弱の地震
　　津波警報発令
9:30　末崎小仮設住宅1件訪問
　　末崎町個人宅2件訪問
13:00　読売新聞東京本社北海道支社の取材
14:00　大船渡北小仮設住宅2件訪問
　　大船渡地区公民館2件訪問
　　大船渡地区個人宅1件訪問
　　末崎市営球場仮設住宅1件訪問
17:20　活動終了

訪問件数:9件
処方あり :2件
不　　在:2件

第4日目活動内容

10:30　末崎中学仮設1件訪問
　　盛町1件電話対応
13:30　こころのケアチーム連絡会
14:30　大船渡市合同庁舎へ書類提出
14:40　大船渡発
16:00　水沢着
16:55　水沢江刺発
20:00　東京駅着

訪問件数:1件
処方あり :0件
不　　在:0件
電話対応:1件

大量の車がまとめて置かれていた

末崎地区の仮設ガソリンスタンド

大船渡地区合同庁舎前

今回使用した病院車

第16班訪問件数

15班からの引き継ぎ件数	21件（男性10件・女性11件）
15班からの要訪問引き継ぎ件数	19件
16班訪問件数	19件
不在	5件
アルコール問題	3件（男性3件・女性0件）
その他の精神的問題	11件（男性3件・女性8件）
処方あり	4件
新規依頼	1件（男性1件・女性0件）
終了件数	3件
17班への引き継ぎ件数	19件（男性10件・女性9件）
17班への要訪問引き継ぎ件数	17件

主　訴

アルコール問題	3件
不眠	6件
不安・恐怖	2件
イライラ	2件
不穏	1件
その他	3件

＊合計14人複数回答あり

現地の人の声

- 「瓦礫はあったらあったで、なくなったらなくなったで、色々思います」
- 「今朝の（津波警報）で一気に（また）落とされた」
- 「余震より津波警報が嫌。耳を塞ぎたくなるくらい」
- 「（仮設住宅に入居して）人の口は怖い」
- 「（仮設住宅の新建材の）においがダメ」
- 「思いだしたくないので動き回ってしまう」
- 「（仮設の冷房をつけず）我慢が大事だと思ってきたから」
- 「精神科には通いづらい」
- （県立大船渡病院医師より）「3ヵ月たって、落ち着いたというよりも、我慢の限界にきている人が増加している」

全体としての印象

震災後3ヵ月、仮設住宅に入居がはじまって約1か月が経ち、がれきが撤去されてきて、漁に出かける船、再開した産業なども見られ、落ち着きを取り戻したり、復興が進んだりした側面と、まだ仮設住宅の抽選に当選せず、避難所生活を続ける人々や、家族形態やコミュニティが変化したうえでの仮設住宅での生活の開始など、（県立大船渡病院の医師がおっしゃっていたように）　日常生活が無理やり歪められたまま時間だけが経過したことの我慢の限界がきている面があるように思われた。

問題点として浮かび上がってきたこと

①精神科や心療内科への根強い抵抗感から、再開した地域精神科へつながらないケースの存在

- 「病院へ行くと自分で自分が重症みたいに思っちゃう」
- 「精神科へ行くのはちょっと･･･」

②以前からアルコール問題がある方への訪問継続の困難さ

- 他の保健師チームも関わっているのでご本人からすると入れ替わり立ち替わり頻繁な訪問が入る印象

③こころの回復のスピードの差や仮設住宅での新たな近所付き合い（過干渉も含む）が生じ始めていること

- 「人の口は怖い･･･」

解決に向けた提案

①こころの問題がこころの問題として出てくるのはこれから。久里浜チームも今後訪問する形は終了し、待機する形になってゆくかもしれず、今回の震災をきっかけとして、この地域の精神科受診への敷居を低くしてゆくような働きかけも必要ではないか。

②細くとも長い、継続した支援が必要であると思われた。以前の班の渡した飲酒日誌を使用し節酒していた方がいた。栄養の偏り、脱水の起こりやすさなどのアルコール摂取による身体面への影響の知識の伝達などから入ると耳を傾けてもらいやすい。

③他の地域から来た援助者が傾聴することの意味。

以前にはこの町の経済を支えていたであろうセメント工場の炉を使用して、町のがれきの焼却が始まりました。この同じ煙突が、家々のがれきを焼却することになると、誰が想像したでしょうか。3年前の写真の煙突から上がる煙と、写真のこの煙との違いを、考えさせられました。