

第6章

「こころのケア」活動



日本赤十字社「こころのケア」活動

日本赤十字社「こころのケア」活動の目的

災害は、人々の生命や財産に多くの被害を及ぼし、同時に心にも大きな傷を残す。また、被災者だけでなく、救護にあたる援助者もストレスを受ける。

「こころのケア」は、日本赤十字社の救護活動の柱の一つであり、災害によるストレスを受けた全ての被災者を対象として、精神的なダメージ、心身の疲労、避難生活などから生ずると考えられるストレス状態の軽減を図り、救護員自身も自らのストレスに対応できることを目的としている。

災害発生の早期から「こころのケア」を開始することにより、被災者および支援者のストレスを軽減すると同時に、専門家の介入が必要な場合には専門家チームに確実につなぐことで、深刻なストレス障害の予防の一助となることが期待できる。

「こころのケア」班の活動

■活動内容

7月15日、広島県災害対策本部から支部災害対策本部へ、呉市への「こころのケア」の派遣要請があった。これを受け、18日から日赤の「こころのケア」調整班1班と「こころのケア」実働班を2班、呉市に派遣することとした。

呉市における日本赤十字社の医療救護は、既に活動していたが、精神的な側面での活動はDPATが中心となって活動していた。

支部災害対策本部は、18日から派遣する「こころのケア」調整班は本社に依頼し、「こころのケア」実働班として、広島赤十字・原爆病院および三原赤十字病院に各1班の派遣を要請した。

7月17日、本社は支部災害対策本部からの要請を受け、被災地におけるアセスメントおよびプランニングのため、医療センターの臨床心理士を含む3名を「こころのケア」調整班として派遣することを決定した。

7月17日午後、支部災害対策本部へ到着した本社「こころのケア」調整班3名は、18日からの活動に向け広島県庁に設置されたDPAT調整本部にて活動内容の刷り併せを行った。

夕刻、呉市において開催された医療調整会議に、支部災

害対策本部長と日赤災害医療コーディネーターが出席し、被災地で日赤の「こころのケア」活動を行うことが了承された。

18日からの活動に際し、「こころのケア」調整班は、支部災害対策本部内に活動拠点を置き、また必要に応じて呉市保健所にて現地調整、DHEATなどとの連携強化を図ることとした。実働班ブリーフィングでは、アセスメントにおける留意事項、J-SPEEDの運用方法などを確認した。



保健師・DHEATと活動内容について協議する調整班

7月18日午後には呉市役所において地元保健師、DHEATなどとの連携を要請した。「こころのケア」調整班は被災地における「こころのケア」のニーズ把握とアセスメントにより活動方針を決定することとし、実働班とともに呉市内すべての避難所を巡回した。

このアセスメントの結果から、18日から22日の間は、西保健センター管内を広島赤十字・原爆病院が担当し、東保健センター管内を三原赤十字病院が担当して「こころのケア」活動を行った。

この西保健センターと東保健センターの17箇所における「こころのケア」活動は、7月22日から8月14日までの間は、それぞれ「こころのケア」実働班を各1班派遣し、8月15日からは、東・西保健センター管内を日赤「こころのケア」実働班1班が、交互に巡回し活動した。

結果、日赤の「こころのケア」調整班と「こころのケア」実働班の活動は8月31日まで続き、「こころのケア」調整班10班(第2ブロックおよび第4ブロック計10支部)と、「こころのケア」実働班15班(第1ブロック、第3ブロックおよ

び第5ブロック計14支部)計25班92名が、45日間の呉市における「こころのケア」活動を展開した。

また、三原市においても、市からの依頼により三原赤十字病院の「こころのケア」実働班が、8月3日、7日の両日、三原市大和保健福祉センターを拠点に「こころのケア」活動を実施した。

【「こころのケア」調整班の役割】

- ・広島県医療コーディネーターおよびDPATとの連携・調整
- ・呉市保健所職員、呉市医療コーディネーター、DHEATとの連携・調整
- ・「こころのケア」実働班とのミーティング運営、業務調整
- ・組織図作成、翌日の活動予定表作成
- ・県医療救護班調整本部、支部、呉市保健所でのミーティング参加
- ・「こころのケア」実働班巡回予定表作成・修正・調整
- ・次班への引継ぎ資料作成
- ・活動記録作成、本社・支部報告、J-SPEED報告(ロジ)

なお、「こころのケア」対応人数は下のとおりである。

活動実績

	活動期間	対応人数
呉市西保健センター管内	7月18日～	352人
呉市東保健センター管内	8月16日	181人
呉市西・東保健センター管内	8月17日～	89人
三原市	31日	24人
計	8月3日、7日	646人

■呉市における巡回施設

安浦まちづくりセンター、川尻市民センター、川尻まちづくりセンター、旧小坪小学校、長浜老人集会所、畑老人集会所、川尻市民保健出張所、吉浦まちづくりセンター、天応まちづくりセンター、天応小学校、つばき会館、焼山第3団地老人集会所、先奥集会所、先奥区民会館、昭和市民センター、東保健センター、西保健センター

■三原市における巡回施設

三原市大和保健福祉センターを拠点に各宅訪問



活動中の「こころのケア」要員(広島赤十字・原爆病院)



リラクゼーションケアを実践する「こころのケア」要員(庄原赤十字病院)

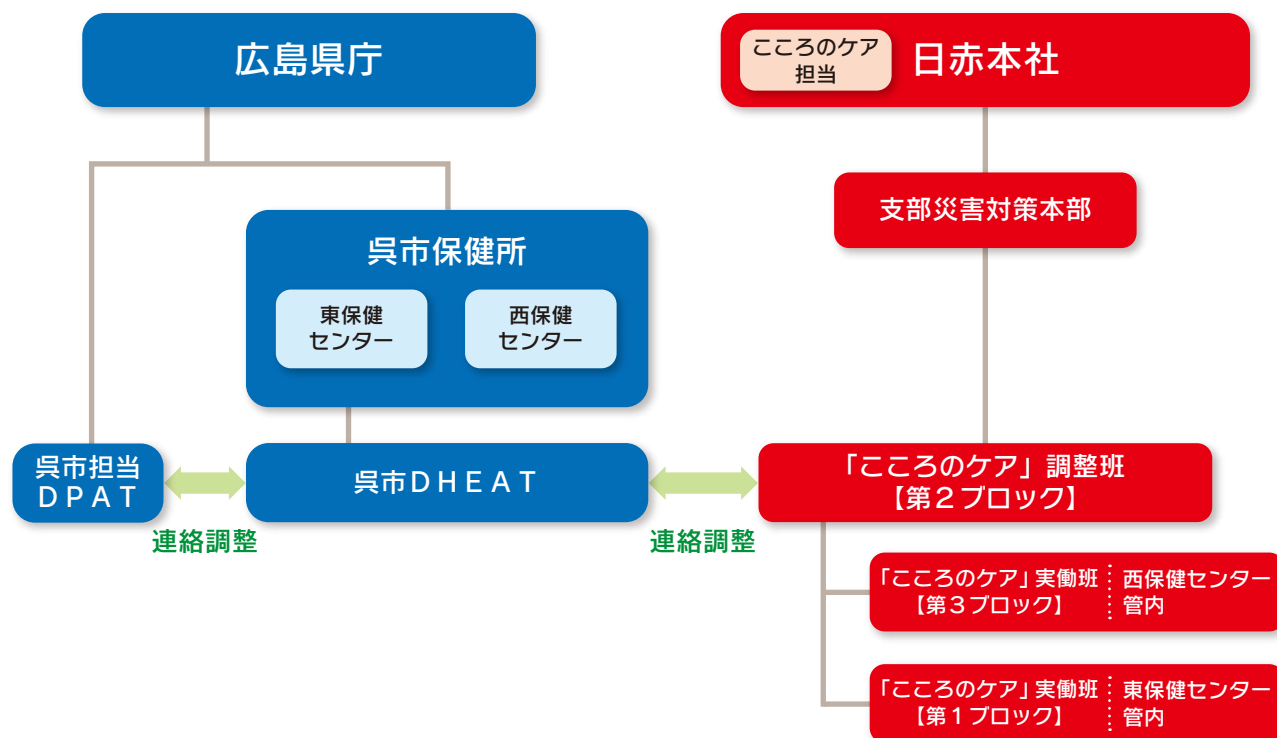
■こどもの「こころのケア」に対する助言

7月23日、呉市立天応小学校から、「こころのケア」実働班に対し、天応小学校の教員にレクチャーして欲しいとの依頼があった。25日、三重県支部(伊勢赤十字病院)の臨床心理士が教員17名に対しレクチャーを行った。また、教員が行った家庭訪問にも同行した。



被災地の教員にレクチャーする中井臨床心理士

[広島県支部災害対策本部「こころのケア」組織図(平成30年7月30日現在)]



■こころのケア組織図

日赤「こころのケア」活動に際しては、DHEATの支援があったことから、DHEATと日赤、DPATの連携が比較的早期に確立できた。また、県庁での保健医療活動連携会議(クラスター会議)や呉市保健所での関係者会議に積極的に参加したことによって、カウンターパートが明確になり、詳細な情報を収集するなど連携強化に努めた。

■地元への引継ぎなど

8月23日、支部災害対策本部は、8月末での「こころのケア」活動終了に伴い、呉市・保健所・広島県・「こころのケア」班による合同会議を開催し、引継ぎ事項について確認を行った。

広島県臨床心理士会による被災者無料相談、スクールカウンセリングや、広島県精神保健福祉協会によるこころの

ケアチームの設立、地元社会福祉協議会などの生活支援員などによる見守り・相談支援などを行う「市町地域支え合いセンター」が開設されるなど、9月以降の被災者への支援体制は整いつつあった。

しかし、生活再建への不安を訴える被災者も多く、また支援者支援についても1年間は経過を見ながらフォローすることが重要であるなど、日赤「こころのケア」班が活動の中で見出したことを申し送った。

呉市からは、DHEATと日赤「こころのケア」班に対し謝意を述べられ、31日に活動を終えた。

こころのケア活動状況

西日本豪雨災害における「こころのケア班」派遣調整について



日本赤十字社
事業局救護・福祉部
地域包括ケア推進室 参事

武口 真里花

【派遣期間】
8月2日～8月3日

1. 派遣調整

—調整班と実働班を分けて派遣要請をした理由—

発災から1週間が経過し「こころのケア」のニーズが高まる中、広島県支部から、管内病院の「こころのケア」実働班3班の派遣決定と、後続班の派遣支援要請の連絡があった。しかし、詳細なアセスメント情報が得られず、現場の混乱と被災地支部の負担の増大が想像できたことから、CSCAの徹底と活動場所や活動体制の見極めが急務であり、現地調整班の派遣が必要と判断した。そこで、「こころのケア」指導者の中から、活動調整の経験があり班のリーダーに適任と思われる数名を選出し、ブロック代表支部を通じて派遣を依頼した。

とはいえ、実際に調整を経験した指導者は数少なく、調整班の必要性が全国に浸透していない状況の中での指名の派遣依頼は大変苦慮したが、本社内および派遣実績がある直轄病院と複数支部・病院の協力により、調整班を迅速に派遣できた。実働班派遣については、医療救護班派遣との重複を避けて他のブロック代表支部に依頼した。

2. 活動期間および撤収日の決定

活動開始から撤収までは、呉市の管轄保健所などからの要望、呉市災害対策本部の災害医療コーディネーターの意見、調整班・実働班からの報告・意見、支部災害対策本部の意見を踏まえて、調整班と共に活動を調整した。撤収時期は、現地のインフラが回復し、行政職員が通常勤務に戻り始めるなど復旧・復興への兆しが見える時期が望ましいこと、他団体の撤収時期と大差がないなどを考慮し、DHEAT（災害時健康危機管理支援チーム）が撤収を予定していた8月末頃と判断した。撤収日の最終決定は支部災害対策本部長により行われた。

3. つなぐ(Link)

—広島県臨床心理士会に依頼した理由—

日赤「こころのケア」班の活動はあくまでも First Aid

であり、中長期支援については、地元の精神保健医療の専門家や保健師などに引き継ぐとしている。撤収に先立ち地元の管轄保健所などに確認したところ、被災者支援は地元の保健師で対応可能とのことであった。ただし、支援者（行政職員など）については数か月後に心身への影響が現れることが予想されたことから、精神保健医療分野の専門団体などに繋ぐ必要があると判断した。そこで、DPAT（災害派遣精神医療チーム）事務局かつ日本臨床心理士会の広島県災害担当の方を通じてお願いしたところ、広島県臨床心理士会が対応して下さることとなった。丁度この頃、広島県臨床心理士会のホームページで住民や学校教育者対象の無料相談が紹介されていた。災害時ストレスの回復にいち早く取り組む地元の団体があったことと、平時からの人脈により繋ぎ先が確保できたことで、安心して活動を終えることができた。

4. 派遣調整のまとめ

本災害では、医療救護班87班約530名、「こころのケア」班49班約150名が派遣された。広島県呉市での「こころのケア」対応数は、被災者433人、支援者204人の合計637人（CoT対応分15人を含む）であった。支援者支援が全体の32%を超えたことは活動開始後初めてであり、発災早期からの被災者支援・支援者支援両方の派遣調整の重要性を改めて認識した。また、地元の関係団体に確実に繋ぐためには、日赤内外の組織・団体との平時からの「顔の見える関係」が鍵となる。活動調整ができる人材の育成と、関係組織・団体とのさらなる関係強化の課題も浮き彫りになった。この経験を活かし、研修体制や派遣調整の整備に努めたい。



災害対策本部での武口参事と業務調整員

広島県支部「こころのケア」班 第1班の活動



広島赤十字・原爆病院
健診部 健康相談課長

竹上 葉子

【派遣期間】
7月18日～7月22日

この度私は、広島県支部「こころのケア」第1班の看護師長として活動する機会を頂きました。

活動期間は7月18日から7月22日の5日間でした。班のメンバーは看護師2名、主事1名の3名体制でした。医療救護班とは別に独立した形での活動で、本部調整班が活動の場所や対象を決め、広島・三原の「こころのケア」実働班でそれぞれの地区の避難所を分担しました。

第1班としての活動は、大きな避難所から小さな避難所までローラー作戦でどのような方がおられるか、周りの環境やライフライン、避難所暮らしで困難に感じることがあるか、心身ともにどのような状況かなど、情報収集し、次の班や今後の活動につなげるというとても大切な役割があったと思います。51人の被災者や支援者の方からお話を伺うことができました。

「こころのケア」活動では、まず赤十字に対して信頼感を持ってもらえるよう自然な交流を図れるように心がけました。何度か訪問するうちに、自然とお話をさせて頂けるようになりました。地元広島ということもありカーブの話題で盛り上がりたりということもありました。またしっかりと被災者の方々の体験されたお話を聞くこと、感情に対しては否定せず丸ごと共感すること、こころの問題以外にも相談にのることなど「こころのケア」の基本的な態度を心がけるようにしました。被災者だけではなくその地区で働く支援者の方々にもお話を伺いました。自らも被災しながら支援にあたっておられてストレスフルな状況であることがわかり、その後の支援者支援につながったのではないかと思います。

5日目に三重県支部(伊勢赤十字病院)に引き継ぎ、無事活動を終えました。

活動に当たり、支えてくださった「こころのケア」班のメンバー、広島県支部の皆様、また院長をはじめ職場の皆様方に心から感謝いたしますとともに、被災地の一日も早い復興を心よりお祈り申し上げます。

平成30年7月豪雨災害における 日赤「こころのケア」活動報告



伊勢赤十字病院
医療技術部臨床心理チーム
臨床心理士

中井 菜里

【派遣期間】
7月22日～7月27日

「こころのケア」チームの第2班(看護師2名、臨床心理士1名、主事1名)として7/22～7/27の間、呉市周辺地域にて活動した。活動内容は点在する避難所の巡回による被災者支援と、支援者支援として地元保健師の戸別訪問への帯同や、学校関係者を対象とした子どもの「こころのケア」に関するミニレクチャーといった依頼にも対応した。

酷暑の中、被災者の方々を取り巻く環境は非常に厳しく、大規模な避難所においては大勢での共同生活や一部の過熱取材などへのストレス、小規模な避難所においては取り残される不安や物資が大規模な避難所に集中していることへの苛立ちなど、それぞれの苦悩が語られた。看護師がハンドケアや血圧測定を行いながら思いをうかがったり、主事が環境面や物資の状況について確認するなど、チームで各職種の得意分野を活かすことを意識しながら活動を行った。

支援者支援に関しては、今回「こころのケア」チームに求められた主な役割は、地元の支援者自身が被災者に関わる際に役立つような知識や助言を提供することであった。地元支援者は突如災害に見舞われ先の見えない状況の中、場合によっては自身も被災者でありながらそれぞれの業務に従事する。このような地元支援者を含めた支援者支援は日赤「こころのケア」チームの大きな柱の一つでもある。

今後の災害時においても、支援者のストレスを緩和する場の提供や心身のケアに加えて、地元支援者が継続的に実践に活かせるような知識やスキル(例えばサイコロジカルファーストエイド)を、現場のニーズに即した形で提供するということが求められるだろう。

今回の活動を通して、非常時にこのようなニーズに応えるためには、平時からの「こころのケア」普及活動や、自己研鑽が必要であると改めて実感した。

活動に従事した全国の「こころのケア」班



活動体制を確認する調整班（茨城県支部）



実働班（秋田県支部・宮城県支部）の皆さん



活動を終え、帰還する実働班（愛知県支部）



調整班（神奈川県支部）の皆さんと支部職員



活動を終え、帰還する実働班（静岡県支部）



活動を終え、帰還する調整班（千葉・山梨・兵庫県支部）



調整班（東京都支部）と実働班（鳥取県支部）打ち合わせ



最終日、帰還する「こころのケア」班（埼玉県支部・山口県支部）



被災者に対応する「こころのケア」実働班(広島県支部)



調整班(長野県支部・岐阜県支部)の皆さん



派遣期間が終了し、帰還する実働班(岩手県支部)



ブリーフィング中の実働班(広島県支部)



次班に引継ぎ中の実働班(島根県支部)



災害対策本部で報告する調整班(群馬県支部第2班)



次班に引継ぎ中の調整班(群馬県支部第1班)



調整班(新潟県支部・栃木県支部)の皆さん

※ 紙面の都合により、すべての班の画像を掲載することが出来ませんが、活動に感謝申し上げます。