



## 災害こころの医学講座

### 災害トラウマをみつめ、手当てを考える



主任教授 前田 正治

私たちの講座は、東日本大震災を契機として、6年前に設立されました。講座名のごとく、被災者の心の問題、メンタルヘルスの問題を考え、対応するために作られました。

災害では多くのものが破壊されるだけでなく、多くの住民が心身の健康もまた害してしまいます。この福島でも、すでに100名を超える福島県民が震災関連自殺と認定され、また多くの人がつうつ病や飲酒問題によって精神的健康を害しています。たとえば震災後8年たった現在でも、震災後に比べればずっとよくなったとはいえ、被災者のうつ病ハイリスク率は平時の倍以上です。なぜこうした事態が引き起こされたのか、そしてどのような要因がメンタルヘルスの問題に関わっているのか、なによりも重要なことはどのようなケアが必要なかを私たちの講座では考えています。そのためにも、私たちの講座には、医師以外にも臨床心理士、精神保健福祉士など様々な職種のスタッフが在籍しています。

私たちが最も重視しているフィールドは、放射線医学県民健康管理センターが福島県の委託を受けて実施している県民健康調査のなかの「こころの健康度・生活習慣に関する調査」です。これは、主として浜通りの沿岸部に住んでいた被災住民21万人の方々をフォローしている大規模な質問紙調査です。この調査の解析から貴重な健康上の情報が集約でき、それらは施策や様々な啓発活動に活かすことができます。さらにはいくつかの指標結果に基づいて、ハイリスク住民の方々に電話などによる支援を実施しています。市町村と連携しつつ、毎年3,000人くらいの方々に電話(架電)支援を実施していますが、これだけの規模で継続的に行っている介入は本邦ではまったく初めてのことです。



毎月行なっている講座勉強会の様子

日本は災害大国と言われ、数多くの自然災害を毎年のように経験しています。そこから得られた精神医学上の知見は国内外でも多く参考にされ、活かされています。しかしながらこれほどの規模の原発災害となると、チェルノブイリ事故以外では有用な知見はほとんどありません。身体的問題に比しても精神保健上の問題が非常に大きいとWHOからも指摘されたチェルノブイリ事故ですが、システムティックな経時的調査はほとんど行われて

いません。そういった意味では、本調査の意義は非常に大きく、現在の精神保健上の課題を明白にすることのみならず、今後不幸にして同様の災害が起こった時のための重要な知見にもなっているものと考えます。

さて、私たちの講座は他の支援機関、とくにふくしま心のケアセンターの人材育成支援についても深く関わっています。この組織は県の委託を受け震災後に誕生した、40名前後の専門職を擁する大きな支援組織で、市町村と連携しながらアウトリーチ(訪問)支援を中心に活動しています。ただこの組織に限らないことですが、震災後8年を経過し、スタッフの疲弊も強く、彼らのケアやサポートも必要となっています。このような支援者の疲弊の問題はここ福島ではとくに大きく、私たちの講座の調査でも、多くの被災自治体職員がうつ病等に罹患していることがわかっています。このような支援者の支援をどうするのか、この課題は災害にはつきものではあるものの、この福島にとって喫緊の、非常に大きな課題となっています。我々自身の健康にも留意しながら、これからも様々な被災者の心の問題に取り組んでいきたいと考えています。



ふくしま心のケアセンターとの会議



医療・心理専門者を対象に、トラウマCBT研究会を開催



市町村等に勤務する管理職・労務担当者を対象の「メンタルヘルス対策講座」で「職場での自殺予防対策」と題して講演