

# 「誰も孤立させない」相双地域に 新しい精神科医療の仕組みをつくる

## Point > 取組のポイント

### [ヒト]

危機に陥った精神科  
医療を立て直す

### [着眼点]

訪問看護などで地域に  
根差した心のケア

### [連携・協働]

専門職、行政、  
医療機関などと協力

### [持続性]

地域の多様な団体との  
連携強化へ

## Area > エリア

福島県相双地域

## Player > 取組主体

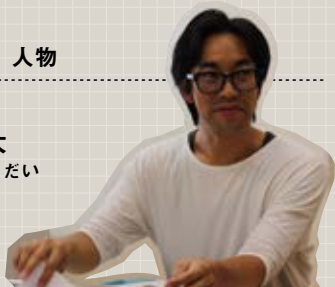
NPO法人相双に新しい  
精神科医療保健福祉システムを  
つくる会

## Project > 取組の内容

被災者および地域住民のメンタルケア

## Profile > 人物

事務長  
唯野雄大  
ただの ゆうだい



相馬市出身。相馬市で生まれ育ち、地元の工場に就職する。震災と原発事故の影響で勤務先の工場が閉鎖を余儀なくされ、被災した故郷で再就職活動。2016年から「つくる会」に参加し、現在、事務長を務める。



上・スタッフらは各地を駆け回り、丁寧な訪問看護を行っている。  
右・サロン活動に参加する人の送迎などに使うワゴン。



### [ヒト]

## 危機に陥った精神科 医療を立て直す

原発事故から8年近く経ち、かつて避難指示が告げられた相双地域でも、帰還する住民が徐々に増えている場所もある。そうした中、病院やスーパーなど生活インフラの整備に並び、必要とされていることの1つがメンタルケアだ。

生活環境の急激な変化や、将来への不安を抱えるなどストレスにさらされている住民は多く、持病を悪化させたり、不眠な



改修中に被災した小高赤坂病院。  
精神科医療体制は大打撃を受けた。

どの精神的不調を訴えたりするケースは少なくない。また、長期に及ぶ避難生活の影響で、コミュニティのつながりが弱くなってしまった地域もある。こうした事態に対し、メンタルケアの面から住民を支えようと日々奮闘しているのが、NPO法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会（以下「つくる会」という。）だ。

原発事故後、相双地区の精神科医療は深刻な状況に立たされた。東電福島第一原発から半径30km圏内では精神科の病床のある5つの病院が一旦閉鎖され、入院患者約800人は30km圏外へ移送された。その後、同地区で精神科の診療を行っていた3つの診療所（クリニック）も閉鎖されることになったからだ。

そうした中、この状況を危ぶんだ医師らが立ち上がった。2011年3月29日、福島県立医科大学の丹羽真一さん（同大神経精神医学講座教授、当時）、大川貴子さん（同大学看護学部准教授）らを中心とする有志が、福島県立医科大学心のケアチームを立ち上げ、相馬総合病院（相馬市）に「臨時精神科外来」を設置したのだ。丹羽さんや大川さんたちはここを

震災と東京電力福島第一原発事故によって、大きなダメージを受けた福島県相双地域。これまで住民の生活を支えてきた精神科医療の体制も、危機的な状況に追い込まれた。そうした中、被災直後から住民らのメンタルケアを続けてきた団体がある。NPO法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会(福島県相馬市)だ。

拠点に、精神科医療体制が危機的状況に陥った相双地区で、住民のメンタルケアを開始した。

この活動を引き継いだのが、「つくる会」だ。2011年11月にNPO法人化し、丹羽さんらは活動を継続的に行う体制整備に乗り出す。そして、「自分も故郷の復興に役立つことができないか」との思いでメンバーに加わったのが、事務長の唯野雄大さんだ。唯野さんは、地元の相馬市に生まれ育った。当時働いていた市内の工場は震災と原発事故の影響で閉鎖。次の職を探す中で「つくる会」の存在を知り、2016年に加わったという。「つくる会」の活動によって、心が疲れた地域住民が明るい表情を取り戻し、その家族が生き生きと過ごすようになる姿を見て、「自分のことのように嬉しい気持ちになる」とやりがいを実感している。

**[着眼点]**

**訪問看護などで地域に根差した心のケア**

2011年11月にNPO法人化した「つくる会」は、翌2012年1月に福島県精神保健福祉協会からの委託で「相馬広域こころのケアセンターなごみ」(以下、「こころのケアセンター」という。)を開所した。悩みやストレスを抱える住民に少しでも元気を取り戻してもらうため、仮設住宅などを戸別訪問し、相談に応じる活動だ。相双地区で精神科医療の仕組みをつくろうという思いに共鳴し、看護師や精神保健福祉士など専門的な知識・技能をもつ有志が集まった。「こころのケアセンター」ではこのほかにも、住民の孤立を防ぐため、住民同士がレクリエーションなどを通じて交流するサロン活動も行っている。

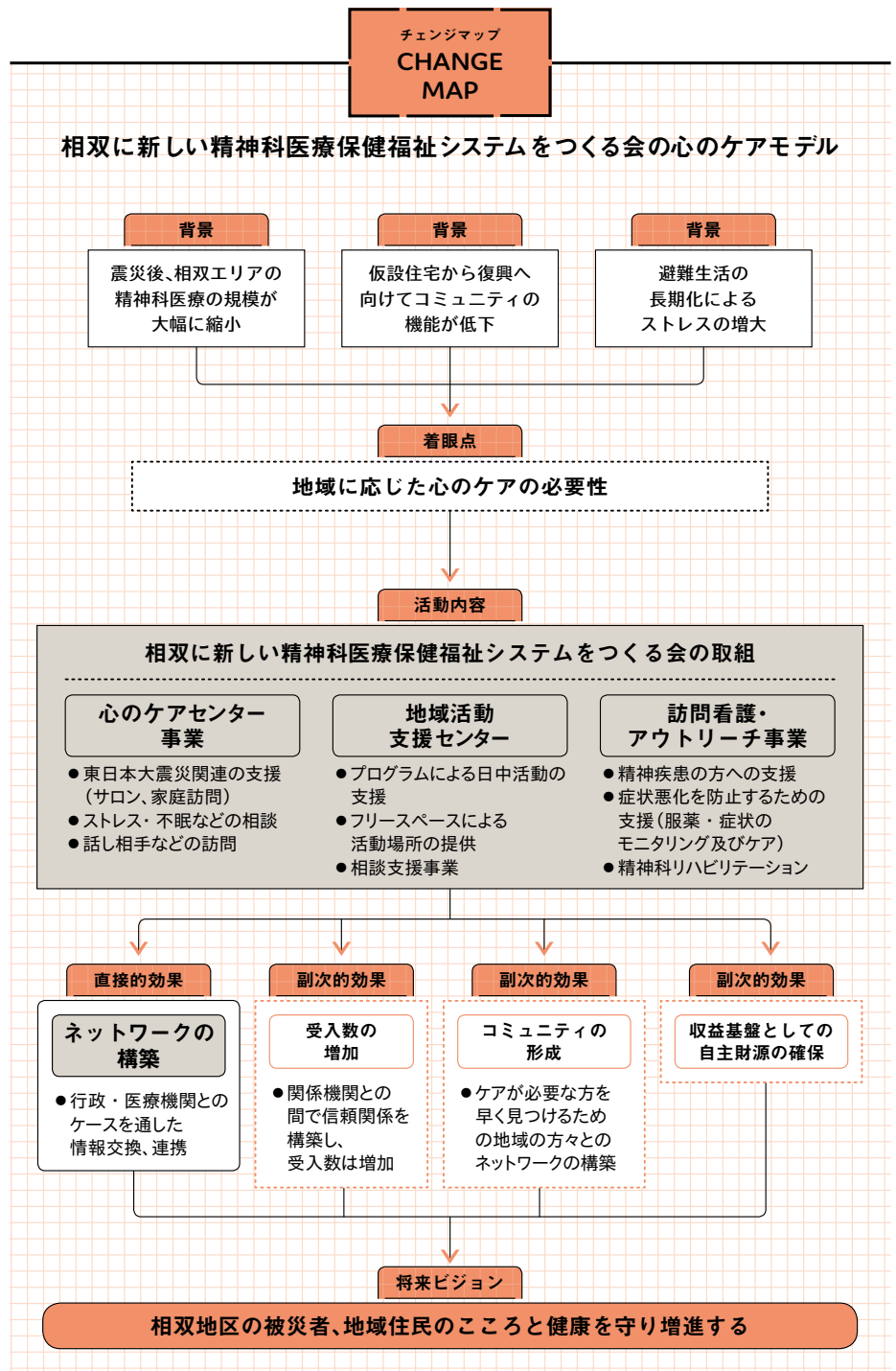
その後、診療を再開したり新たに開設されたりした精神科病院など地域の医療機関や、行政などの関係機関とも連携し、生活支援が必要な住民の訪問看護などアウトリーチ型(※)の支援も行うようになる。また、福島県障がい福祉課からの委託で、震災対応型のアウトリーチ推進事業を展開。看護師ら多職種チーム

で、精神科医療が必要な住民に積極的に介入し、一人ひとりの状態に応じたサービスを提供している。

(※) 支援を必要としている人のもとに、看護師などの専門スタッフが訪問すること

「こころのケアセンター」の活動地域は相馬市のほか、南相馬市、新地町と広域

に及ぶ。訪問件数は、初年度(2012年春～2013年春)で1,056件を数えた(相馬市：854件、南相馬市：126件、新地町：76件)。加えて、福島県の震災対応型アウトリーチ事業の委託を受け、相双地域のこころに障害をもっている人たちの地域生活サポート事業を行って





活動は多岐にわたる。アルコール関連問題予防啓発キャンペーンもその1つ。

り、約40人の支援を行った(2013年春時点)。

「つくる会」の活動開始から2~3年が経過すると、地域住民の支援ニーズが徐々に変化してきた。より専門的で、かつ自立支援を見据えた精神科医療の必要性が高まってきたのだ。崩壊寸前だった精神科医療を緊急的に維持していた「つくる会」は、そのニーズの変化に応じ、より専門性の高い精神科医療ケアと住民の自立サポートにより力を入れるようになる。

そこで2014年4月、「つくる会」は新たに「訪問看護ステーションなごみ」を設立。精神科の医師の訪問指示書をもとに、服薬指導や病院受診勧奨などを行う24時間体制の訪問看護事業所だ。また、2015年7月には「地域活動支援センターなごみCLUB」も開所。主に精神疾患や精神障害などを抱える住民を対象にした自立支援施設として、一緒に料理やスポーツ活動をするなど、住民を孤立させないための”居場所づくり”にも取り組むようになった。

訪問看護は、相馬市や南相馬市、新地町に加え、2017年春に避難指示が解除された浪江町と飯館村でも行うようになった。訪問エリアが拡大するとともに、浪江町や飯館村をはじめ、住民の帰還がなかなか進んでいない地域では利用者の居住もまばらで、移動だけでも30km

以上の距離がある。

加えて、精神科医療においては「医療的な介入が必要」と判断されても、通院や服薬に抵抗感を持つ人が少なくないといい、決して最初から話を聞き入れてくれる住民ばかりではない。それでも、スタッフが足しげく訪問し、一人ひとりの言葉に耳を傾ける。何度も訪問し、対話を繰り返すことで少しずつ利用者との関係性を築き、心を開いてくれるようになるという。唯野さんは、ケアに携わるスタッフの丁寧な対応に「『そこまでするのか』と驚くことさえある」といい、地域の医療機関からの信頼も厚く、「なごみさんのケアは本当に丁寧だね」と声をかけられることも少なく

ないそうだ。唯野さんは、「確実に地域の信頼を深めてきている実感がある」と手応えを口にする。

#### [連携・協働]

## 専門職、行政、医療機関などと協力

「つくる会」の活動は、保健師などの専門職が有志で協力しているほか、行政や地域の医療機関などと連携して行っている。

「こころのケアセンター」の活動には保健師や看護師のほか、作業療法士や臨床心理士、精神保健福祉士などの専門的な知識・技能を持つスタッフが、「心の健康に問題を抱えた地元住民の役に立ちたい」と自主的に参加してケアに従事している。

また、訪問看護事業は、メンタルクリニックなごみ(相馬市)や雲雀ヶ丘病院(南相馬市)などの精神科の病院や診療所、また内科などの診療所から指示書を受け医療ケアを開始する仕組みで行っている。



上・アウトリーチ事業に関する評価検討会の様子。右・地元関係機関との事例検討会。定期的に行われ、意見交換している。

る。「地域活動支援センターなごみCLUB」でも、地域の精神科の診療を行う病院や診療所、行政や相双地域の社会福祉協議会などと連携。様々な機関とネットワークを構築している。

さらに、地元の小中学校や他県の高校などとの交流イベントも開催し、利用者や地域のほかに、次世代とのつながりも大切にしている。地域に根差し、利用者の孤立を防ぐためには、地域社会との日常的な関係性や、行政や医療機関との協働が欠かせないと考えている。

### 【持続性】

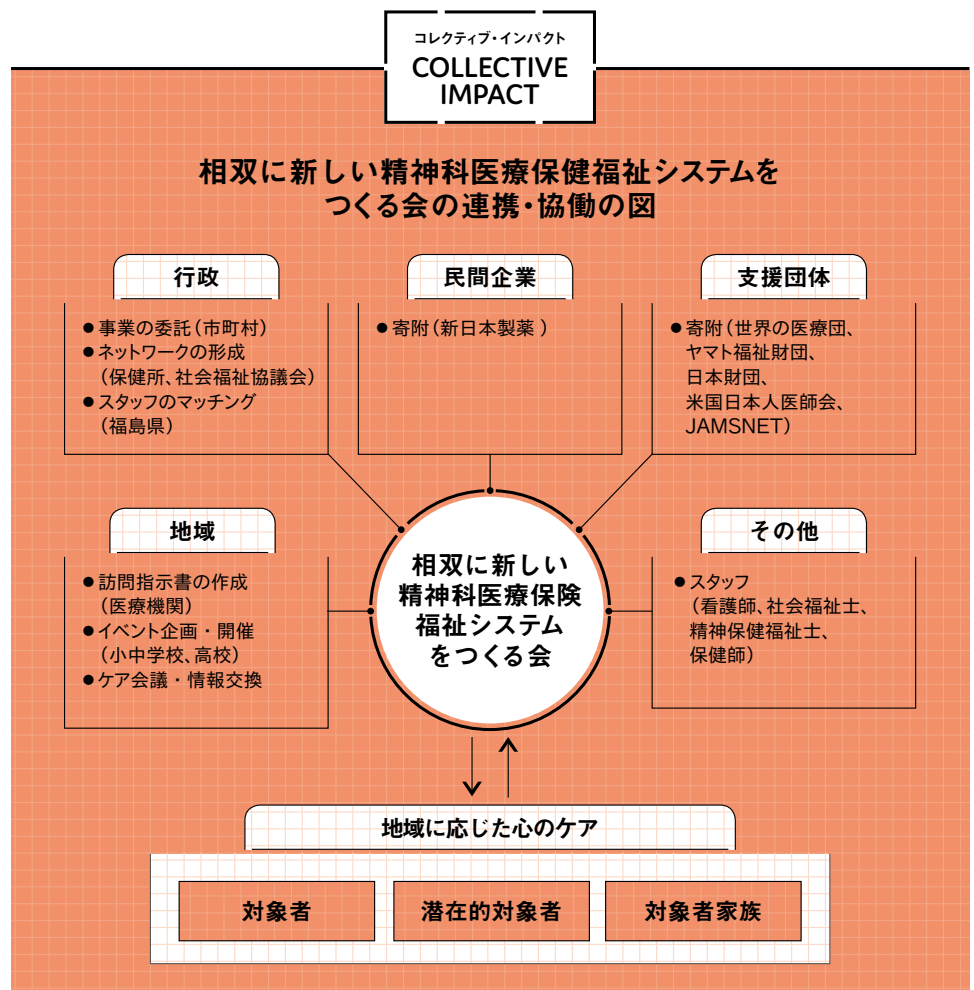
## 地域の多様な団体との連携強化へ

現在、「つくる会」の主な収益源となっているのは、訪問看護事業だ。また活動初期から、民間企業のほか、海外を含めた医療・福祉団体などからの寄附もあった。ただ、まだ決して自立的な運営を行ううえで盤石な体制を整備するまでに至っていないわけではない。

唯野さんは、訪問看護について「効率や実利を重視しようと思えば、もっと利益は見込めると思う」とするが、「でも『訪問看護ステーションなごみ』の現場スタッフは、一人ひとりの訪問ケアに決して手を抜かない」と話す。この丁寧なケアは、住民から信頼されるために欠かせないという。実際、そのようにして住民や連携する医療機関などとも関係性を積み上げてきた。遠回りに見えるかもしれないが、これからも住民一人ひとりに寄り添うケアを続ける覚悟だ。

一方で、活動の効果を高めようと、「つくる会」は地域医療に関わる様々な団体との協力体制をさらに強化しようとしている。これまでも相双地域の病院・福祉事業所との連携を密にするために事例検討会を定期的に関いてきたが、今後はさらに行政機関や他のNPOなどとの意見交換を活発化する。

また、地域コミュニティに利用者が自然に溶け込めるように、今後も利用者が参加するイベントなどを企画・開催するな



ど、活動の幅を広げるつもりだ。さらに、避難指示解除地域の増加に伴い、より広域をカバーするため、南相馬市に訪問看護のサテライトオフィスを設置する構想もあるという。

「この7年半で手にしたものは、現場スタッフの丁寧なケアの継続によって築いてきた地域からの信頼だ」。唯野さんはその力を込める。震災と原発事故後に受けた

住民の心のダメージは大きい。深刻な精神状態に陥る前に、「誰も孤立させない」というメッセージを発し、日常的に相談できる関係性をつくることは、精神科医療ケアにおいて重要だ。長く地道な活動で培ったその信頼を武器に、今後も住民のメンタルケアと、さらにその先にある社会復帰への一歩を後押ししていく。

### 本事例の問い合わせ先



#### NPO法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会

所在地 > 〒976-0016 福島県相馬市沖ノ内1丁目2-8

TEL > 0244-26-9753

HP > <http://soso-cocoro.jp/>

主な事業内容 > メンタルヘルスケア、訪問看護・アウトリーチ事業