

## はじめに

東日本大震災後 心のケア活動 10 年記録誌をお届け致します。

2011 年（平成 23 年）3 月 11 日の発災から、2021 年 3 月で、10 年間が過ぎました。

発災当日の、立っているのも難しいほどの強い揺れ、ラジオから流れていたすさまじい被害の断片的情報。深夜に及ぶことも珍しくなかった宮城県庁での会議、情報共有と模索を続けた所内ミーティング、チーム編成とコーディネートと諸連絡に苦心した日々。わざわざのご訪問やお電話やメールなどで支援協力のお声かけやお気遣いをくださった方々、疲労が募りながらも尽力を続ける支援者たち、「震災後心のケア行動指針」作成のさまざまな苦勞。被災校の子どもたちが描いていた淡く流れるような絵の数々と、守り支えようとする保護者や教職員たちの強い思い。支援の立ち上げも大変だけれど、年月を経ても基本姿勢を崩さずかつ現状に合わせ先を読みながら臨機応変に継続して行くのも非常に大変であること。震災とそれに続く経験や思いはひとりひとり異なりますが、私にとってはこんなことが瞬時に思い出され、また、地鳴りに似た音や警報が聞こえると未だに胸がざわつきます。

本市の心のケアは、発災直後から独自のこころのケアチームを編成して活動し、その後も、いわゆる心のケアセンターを立ち上げることなく、各区保健福祉センターを当センターがバックアップする形を基本として、現在まで継続しております。しかし、この体制は、当初から十分に確立していたものではありませんでした。被災前の平成 20 年に「仙台市災害時地域精神保健福祉ガイドライン」を作成していたとはいえ、被害の甚大さは予測を大幅に上回っていたため、支援は模索の連続でした。混乱の渦中で頼りになったのが、阪神淡路大震災後の兵庫県内の支援のご経験や、中越・中越沖地震後に新潟県内の皆様が実施なさった支援です。実際にお話を伺うとともに、数々の記録誌をも大いに参考にさせていただきました。

この記録誌は、私たちが行ってきた支援を、10 年を機にいったんまとめたものです。これは、被災者の現状に合わせて変化させながら行ってきた支援の確認と振り返りでもあり、今後の継続支援のためのマイルストーンとしての意味合いもあります。また、今後の備えとして支援を準備する方々の参考の一つとなると同時に、新たに支援を行う必要が生じた方々の模索が少しでも楽になるための一助にもなればと考えております。

これまで行ってきた支援は、県内外からいただいたたくさんの御支援なしには、成し得ませんでした。DPAT 体制もなく受援の概念すら皆無に近かった当時、不便を顧みずにご協力下さった方々や、今も気にかけて下さっている方々に、心より感謝致します。

私たちは、これからも支援を続けてまいります。今後とも、御指導、御鞭撻の程、よろしくお願ひ申し上げます。

2022 年（令和 4 年）3 月

仙台市精神保健福祉総合センター  
所長 林 みづ穂



仙台市役所本庁舎



津波被害後の仙台市沿岸部



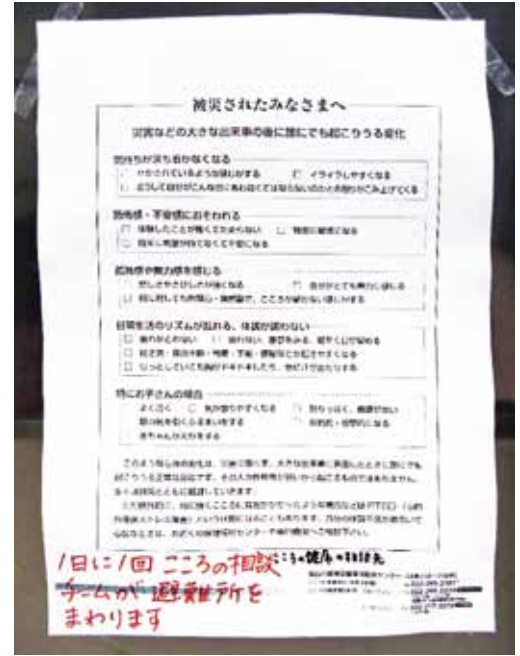
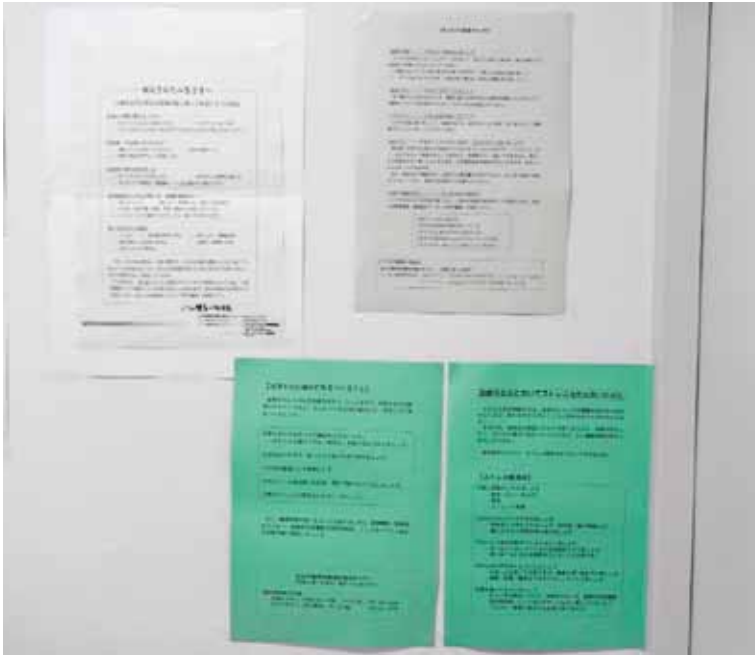
仙台市こころのケアチーム



兵庫県チーム



兵庫県チームと当センタースタッフ



避難所での掲示物



プレハブ仮設住宅

プレハブ仮設住宅集会所での健康相談



復興公営住宅

## - 目 次 -

はじめに

第 1 章	仙台市ならびに仙台市精神保健福祉総合センター（はあとぽーと仙台）の概要 -----	7
第 2 章	東日本大震災による被害状況 -----	15
第 3 章	仙台市震災後のメンタルヘルス対策・被災者の心のケアの考え方 -----	19
第 4 章	支援の歩み -----	27
	（1）仙台市こころのケアチーム	
	（2）避難所における支援	
	（3）応急仮設住宅における支援	
	（4）浸水地域に対する支援	
	（5）復興公営住宅・防災集団移転世帯への支援	
	（6）現在の状況（令和元年台風 19 号・新型コロナウイルス感染拡大への対応）	
第 5 章	普及啓発、人材育成、技術・協働支援、連絡調整・マネジメント -----	61
	（1）震災後のこころの健康に関する普及啓発	
	（2）震災後心のケア活動に関する人材育成	
	（3）技術・協働支援	
	（4）ネットワーク・関係機関との連携	
	（5）マネジメント	
第 6 章	今後の災害に備えて -----	73
	（1）仙台市災害時地域精神保健福祉ガイドラインの改訂	
	（2）宮城 DPAT への参画	

第 7 章	発災後からのセンター業務・体制について	77
	(1) はあとぼーと仙台精神科デイケア	
	(2) 精神保健福祉相談	
	(3) 被災者支援から地域総合支援事業（アウトリーチ協働支援事業）への拡大	
第 8 章	発災後 10 年間の震災後心のケアに関する資料	85
第 9 章	震災後心のケアに関する業績	107
	(1) 震災後心のケアに関する業績一覧（論文・著書・学会発表・研究協力）	
	(2) 震災後心のケアに関する研究論文・活動報告（再掲）	
第 10 章	震災後こころのケア活動 従事者座談会	137
あとがき		151