



## 東日本大震災に際しての日本精神衛生学会の活動

日本精神衛生学会編集委員会

---

巻頭にあたり、東日本大震災でお亡くなりになった方々に謹んで哀悼の意を表し、ご遺族の方々にお悔やみを申し上げます。また、被災された多くの方々に、心からお見舞いを申し上げ、被災地の一日も早い復興をお祈り申し上げます。

この震災に際して、当学会がどのように判断し、対応してきたかについて、学会編集委員会

ではニュースレターを通し、学会員の方々に報告をしてまいりました。そして今号では、これらのニュースレター掲載原稿を転載することで、学会員以外の本誌読者にも当学会の動きをお伝えすべきであると考えました。一連の対応を総括するのは時期尚早と思われませんが、現時点での「中間報告」として、三つの報告を以下に掲載いたします。



## 「心の相談緊急電話」開設

日本精神衛生学会理事長 高塚 雄介

東日本大震災が発生した翌日、日本精神衛生学会は「こころの相談緊急電話」の開設に向けて動き始めた。これは阪神・淡路大震災以後、中越地震などの大災害発生時に際して、これまで学会が起こした動きに倣ったものである。しかし、今回は過去の例に倣うことが出来ないほどの大惨事であるということをやがて思い知らされた。まず、テレビを通して伝わってきたのは、地震による建物崩壊以上に激しい勢いであたりを壊滅状態に導いていく津波のすさまじさであった。さらにその地域のあまりの広大さに、いったいどこ連絡を取るべきかで困惑させられた。現地との直接的連絡は皆無の状態であった。

これまでであれば、現地の公的機関や現地在住の会員と何らかの連絡を取ることができ、ある程度の状況が把握できたのだが、それもほとんど不可能であった。むろん交通網は完全にマヒしており、現地に赴くということも不可能である。

その時点で、これは日本精神衛生学会が単独で行うには手に余る事態であると判断し、本学会の理事であり、日本臨床心理士会の理事でもある津川律子氏を通して、日本臨床心理士会との共催による電話相談の実施を呼びかけた。日本臨床心理士会長の村瀬嘉代子氏はただちに同意され、日本電話相談学会にも呼び掛けて共同開催体制の構築を図ることになった。

日本精神衛生学会事務局に開設されたフリーダイヤル電話に、午後1時～10時の間に各団体から派遣される相談員が対応することにした。

最初は1回線でスタートしたものの、次々にかかってくる電話に、急遽1回線を増設し、2回線に対応することになり、各時間帯には原則5名ずつの相談員を配置することになった。

また、開始直後の3月20日には、相談希望者を集めて、研修会を開催することになり、在日韓国YMCAの協力のもとに会場が確保された。80人定員の会場に120名を超える方たちが集まり、意思統一を行った。各報道機関ならびに関係機関への周知も、内閣府等の助言を受けながら行われ、短期間に各方面に伝達が行きわたった。

それ以後の経緯については、中野・重村両理事が報告してくれているが、今回の震災がこれまでと大きく異なるという点のみを述べておきたい。

その第一点は、事態はまだ流動的であり、進行形であるということである。これまでの震災について言うならば、被災後二カ月の時点で、ほぼ亡くなられた方のご遺体はご遺族のもとに引き取られ、葬儀も終えることができた。日本人的な心性からすると、ご遺体と接し葬儀をすませるといことは、それなりの気持ちの切り替えを図るきっかけとなる。しかし、この震災においてはまだ行方不明とされる人が八千人近くいるとされる。となると、その周辺にいる数万人を超える多くの人々にとっては気持ちの切り替えが図られない状態にあるということになる。

第二点目としては、二カ月目あたりからは行政機能がほぼ正常化し、仮設住宅への入居も進

み、将来に向けての動きが加速化されていく時期でもある。しかし、今回はまだ将来についての見通しが立たない人々が少なくない。福島県では原発事故というものが見通しのきかなさに拍車もかける。ある程度の気持ちの切り替えが始まった人々への心のケアについては、これまでの支援体験を役立てることが出来る。しかし、現在進行形で将来の見通しのつかない人々への心のケアとははたしてどのようなことをすべきであるのか。残念ながら私たちにはほとんど経験がない。

かつて、明日をも知れぬ戦争の最中<sup>さなか</sup>を生き延びた方からこんな話を聞いたことがある。一般市民が生きる力を得るための「心の支え」とは、ひたすら敵を憎むか、神に祈り、仏にすがるといった信仰に身を委ねることしかなかったと。

今回、私たちが開設した電話相談には、日を追うごとに被災者の方からの相談が多くなり、内容としても自殺をほのめかす深刻な相談が目立ち始めている。いわゆるモーニングケア以前の苦しみに打ちひしがれた人々がそこにいる。

この方たちにとって、いかなる心のケアがなされるべきなのか。マニュアル的な心のケアではなく、新たな視点のもとに考えることが求められていると思う。

緊急電話相談は五月末をもってその使命を終えることにしたが、現地被災者ならびに公的機関から継続の希望が強く、名称を「東北地方大震災心の相談電話」と変え、6月いっぱい継続することにした。その後は日本臨床心理士会が新たに設置する専用電話にその役割を委ねることにした。しかし、日本精神衛生学会として、この震災に関する支援活動をこれで終わりにするわけではない。今回の緊急電話活動の実施に当たっては、日本財団からの助成金をはじめ、多くの方々からご寄付をいただいた。まだ残された資金を有効に活用するための方策を今後理事会において検討することになり、すでにいくつかの活動案が寄せられている。会員諸氏特に被災地におられるの方々からも積極的なご提案を期待したい。



## 「心の相談緊急電話」研修会

日本精神衛生学会事務局長 中野 良吾

「心の相談緊急電話」は平成23年3月19日(土)から開始された。今回の東日本大震災は、地震そのものだけではなく、津波の被害と原子力発電所の問題がある。さらに被災地域特性として農業や漁業を生業とすること、高齢者や弱者への支援などを念頭においた支援が必要されることから電話相談を行うにあたって研修会を行うことになり、平成23年3月21日(月・祝日)の午後1時から午後4時にAYC「在日韓国YMCA アジア青少年センター」(東京都千代田区)にて実施した。

この研修会は、当初定員40名程度の会場で行う予定であったが、各団体から多数の参加希望者があり、急遽100名程度が収容できる会場へ変更することになった。当日は120名を超える参加者で会場は一杯となり、熱気に包まれた。

研修会のスケジュールおよび内容は、最初に主催4団体の挨拶を日本精神衛生学会(高塚雄介理事長)、日本臨床心理士会(村瀬嘉代子会長)、東京臨床心理士会(片岡玲子会長)、日本電話相談学会(長谷川浩一会長)の順に行い、次いで本学会理事長の高塚雄介先生から趣旨ならびに運営に関する説明を行ったあと、講義を1題30分程度として3題行った。

講義1は、「心のケアの原則」というテーマで日本臨床心理士会において災害被害者支援に関わっておられる富永良喜先生(兵庫教育大学教授)に担当していただいた。被災後の時期と段階に応じた心のケア、トラウマ反応、心理的ディブリーフィングなどについて触れられた。また学校の教職員や保護者研修用の資料をもと

に子どもたちの心と身体さまざまな反応への対応と対処についても触れられた。

講義2は、「地域特性に対する対応について」というテーマで本学会の大西守先生に担当していただいた。メンタルケアの方向性として、支援対象者の選択、支援の役割分担、ネットワークの構築を目指すこと、また、対応計画として、緊急時とその後の中長期的視点が必要であること、今回の被災地域特性を意識した支援体制のあり方など災害時のメンタルヘルスケアの留意点を整理してお話いただいた。

講義3は、「原発事故に伴う心的外傷について～東海原発事故の体験から～」というテーマで本学会の吉川武彦先生に担当していただいた。放射線と放射線被害についての基礎知識に関する説明と、原子力発電所の周辺住民への不安対策の際に自分自身や家族の“いま”や“将来”の健康不安が心性の中核にあり、安全・安心が脅かされたことへの不安があることなどに留意して支援を行うことを示されていた。

講義のあと休憩をはさんで参加者との意見交換を行った。さまざまな意見があったが、特に原子力発電所事故による放射能に関する質問が多くみられた。

また、本学会のMCRT担当理事の重村朋子先生から、3月19日、20日の二日間の電話相談実施について、総件数は82件であり、孤立している、または孤立感の高い方からの相談が多く、脆弱性が高く災害への対応が大変困難な方や今回の大震災が症状のトリガーになっている方が多くみられたとの報告をいただいた。本学

会のこれまでの大震災（阪神淡路大震災，新潟中越地震）への電話相談内容の概要を回収資料として参加者に見ていただいた。最後に本学会副理事長の早川東作先生にあいさつをしていたき，事務局より電話相談担当可能日時一覧表を参加者に配布して閉会となった。3時間とい

う限られた時間での実施であったが，中身の濃い研修会であった。

なお，当日受付にて心の相談緊急電話活動への寄付金を募ったところ，30,000円を超える寄付が集まった。寄付をしてくださった方々にこの場をおかりして御礼申し上げます。



## 「心の相談緊急電話」経過報告

MCRT 担当理事 重村 朋子

本学会が中心となって行っている「心の相談緊急電話」の実際について、その開設から本日（4月19日）時点での状況をご報告いたします。

### I 開設に当たり

2011年3月11日の大きな揺れの後、刻々と入る被害状況情報を得ながら12日にはメンタルクライシス・レスポンス・チーム（MCRT）メンバー間で支援についてメールでの意見交換を行いました。そして高塚理事長を中心として被害状況を鑑み、フリーダイヤルによる電話相談を東京で開設することがまず我々にできると考えました。実施に当たっては、日本臨床心理士会、東京臨床心理士会、電話相談学会に協力を呼びかけ賛同を得ました。その結果、14日にはMCRTが確保していたフリーダイヤルが開通し、17日に他の3団体との打ち合わせを行い、3月19日から精神衛生学会事務局内にて「心の相談緊急電話」開設、21日に4団体での今回の電話相談に当たっての研修会を行うことが決定になりました。時間は13時から22時までの間で、当面4月23日までとなりました。災害発生から8日間での電話開設というめまぐるしさですが、かなり迅速に動けたと思います。

### II 相談経過

MCRTのメンバーは電話開設に動き出した段階から電話担当者の準備を始め、当初2～3人体制で、3時間交替のシフトで対応に当たりました。18日には内閣府の協力も得てプレスリリースされ、NHKラジオで放送されるなど周

知が始まっていましたので、19日の初日には13時前から電話が鳴り続け、22時まで切れることがない状態でした。この電話が必要とされていると判断し、それまで1回線の電話であったのを、3月25日から2回線に拡張しました。他団体からの協力と、MCRTメンバーに限らず学会員ですぐに連絡がつく先生方のご協力も得て、担当者は2本の電話に5人体制で臨みました。2本の電話に5人という設定は、記録・振り返りの他、話の内容の重さから、受け手である側の精神衛生を考えた結果です。また電話の横には大学院生が控え、インターネットから紹介先など内容に応じた必要な情報を即座に入手し提示できる仕組みにしました。4月14日には電話は1,400件を超え、各方面から紹介されるに従い、電話延長の要請もあり、電話設置期間を5月8日まで延長しました。フリーダイヤルであるため、資金の問題も大きな課題となりますが、電話が必要とされている状況から決断いたしました。4月19日現在で1,600件を超えています。電話室は決して広くはなく、ボードや壁の全面に被災状況や連絡事項の資料が貼ってあり、机には災害時の支援に関する資料があり、時折余震に揺られながら対応するという臨場感のある場所で行っています。

### III 相談概要

今回の電話相談の内容の特徴としては、「被災」が極めて広範囲であり現在進行形であるということです。勿論、今回の未曾有の地震が引き起こした災害地域は地理的にも広域ですし、

人々の心に与えた影響も極めて広い層に渡っているように感じられます。実際に今までの生活が根こそぎ喪失した方は勿論、未だ災害が進行形である原発問題は強い持続的なストレスであり、生活するということがそのものが喪失したとも言えます。また具体的な喪失はなくとも「想定外」ということが、今まで信じてきたことが信じられなくなったということになり、これからの行き先に漠とした不安感をもたれる方も多いようです。またこの災害は特に、現在までの現実生活にどうにか適応してきた方々の力さえ奪ってしまいました。このためいわゆる災害弱者と言われる方の苦しみも多く聞かれます。また続く余震や先の見えない原発問題は、そのよ

うな不安をよりいっそうかき立てることになっているように思えます。今回の災害は今までMCRTが関与してきた災害とは異なり、特定の被災地域の問題ではなく、日本全体が被災したような感があり、簡単に被災地、被災者と特定できない様相を示しています。

東日本大震災から1か月以上経ち、支援者や現場で業務に当たる方々の疲労が徐々に限界に来つつあると思われます。今後どのように支援していくのか、状況を見ながら検討している状況です。学会員の皆様には今後ともご協力賜りたく存じます。

(2011.4.19記)