

<7>

被災者の健康相談活動（まちの保健室） ～社団法人宮城県看護協会～

1 調査対象と取組の概要

| | |
|---------|--|
| ヒアリング先 | 社団法人宮城県看護協会 |
| 取組のポイント | <ul style="list-style-type: none">➤ 東日本大震災を受けて、看護職としての専門性を生かして貢献できることを考え、県内で最も被害が大きかった石巻市で「まちの保健室」を定期的で開催している。➤ 「まちの保健室」は、被災者が気軽に健康チェック、健康相談ができる機会を定期的に設けることで、健康状態の悪化を予防し、将来にわたり自立した健康的な生活を送れるよう支援することを目的としている。➤ 各回の相談者は50～100名超で、ショッピングセンターやスーパーという場所柄から、女性の相談者が約8割を占めている。相談者は、高血圧や腰痛、不眠、肩こり等を抱えている人が多い。また、イライラする、不眠を訴える人、ストレスからギャンブルやアルコールに依存している家族の相談もある。その際は市の窓口の案内をしたり、医療機関の受診を勧めることもある。➤ 相談者からは「このように何でも気軽に話せる場所がほしかった」などの声を受け、当初目標としていたことを実現しつつある。一方で、継続的な運営をしていくための課題は、対応にあたる看護師、保健師等の確保である。また、将来的に石巻市内で10か所程度まで拡大するためにも、「まちの保健室」担当の専任スタッフを確保していく必要があるが、経費面が課題となっている。 |
| ヒアリング日時 | 平成24年12月8日 |

2 活動・事業のきっかけと準備

なぜ「まちの保健室」を始めようと思ったのか

- ✓ 東日本大震災の後、兵庫県看護協会の会長による講演で、阪神・淡路大震災の後17年にわたって継続的に健康相談などを受ける「まちの保健室」の活動を続けていることを知った。
- ✓ 宮城県看護協会でも、従来より単発のイベント的には同様の健康相談を行っていたが、

継続的、定期的には実施していなかった。

- ✓ 東日本大震災を受けて、宮城県看護協会としても「看護職としてできることをやっていきたい」という思いもあったところ、兵庫県のような形で継続的に健康相談を行っていくことが、看護職として貢献できることではないかと考えた。そして、「まちの保健室」を開催するのであれば、県内で最も被害が大きかった石巻で開催したいと考えた。

「まちの保健室」が目指していること

- ✓ 「まちの保健室」は、被災者が健康について心配なこと、気になることを気軽に相談し、健康チェックができる場所を「まち」の中に定期的に設けることで、今後懸念される健康状態の悪化を予防すること、さらには、将来にわたり自立した健康的な生活を送れるよう支援することを目的としている。
- ✓ 健康相談、健康チェックの結果、継続的な支援が必要なケースについては、医療機関・専門機関や、宮城県、石巻市、医師会等と相談・連携しながら活動を行っている。

「まちの保健室」開設準備とオープン

- ✓ 活動を開始するにあたり、平成24年5月に兵庫県看護協会が開催している「まちの保健室」を見学し、受付や健康チェックを円滑に行う方法、当日の運営方法等を学んだ。
- ✓ 石巻での開設に向けた準備として、同年7月頃から約2ヵ月かけて、宮城県及び石巻市との調整、開設場所確保のための企業等との交渉、医師会との調整を行った。
- ✓ 特に開設場所の確保は、重要な問題であった。場所の選定では、仮設住宅や民間賃貸住宅入居者の多い地域の中で、人が集まりやすい場所であること、天候に左右されず開催できること、一定の広さが確保できることなどが重要になるが、それらの条件を満たす場所が限られる上、経費もかけられないことから、企業等との交渉は非常に難しかった。
- ✓ これらの調整が整って、同年9月29日に石巻市のショッピングモール内で第1回「まちの保健室」の開催にこぎつけた。開所式には、宮城県保健福祉部医療整備課課長・石巻市健康部長・石巻市医師会副会長・兵庫県健康福祉部健康増進課副課長・兵庫県看護協会の会長はじめまちの保健室に携わる兵庫県看護協会の人たちに出席いただいた。

3 活動・事業の内容

「まちの保健室」の事業内容

- ✓ 「まちの保健室」では、健康に関する個別相談や健康チェックを行う。
- ✓ 受付時に問診票に相談者の属性や、健康についての問題、心配な事などを記入してもらい、次に血圧、体脂肪、血管年齢、肌年齢の4種類を計測する。
- ✓ 肌年齢は、直接健康に結びつくものではないが、「まちの保健室」の受診をあまり深刻

に考えず、興味を持ってもらったり、気軽に立ち寄りやすいようにするために行っている。

- ✓ 問診票の記入状況や測定結果に基づき、個別に健康相談を行う。健康相談の結果は、フィードバック用の用紙に測定結果とコメントを記して、相談者に持ち帰ってもらっている。
- ✓ 健康チェックの結果、継続的な支援が必要だと思われる場合には、相談者本人の承諾を得て、市の保健師に連絡することもある。このほか、医療機関の受診を勧めることもある。

問診票

| 「まちの保健室」問診票 | |
|--------------------|--|
| 1. 性別 | ①男性 ②女性 |
| 2. 年齢 | ①20歳以下 ②20歳代 ③30歳代 ④40歳代 ⑤50歳代 ⑥60歳代 ⑦70歳代 ⑧80歳代 ⑨90歳以上 |
| 3. 住所 | |
| 4. 現在のお住まい | ①仮設住宅 ②みなし仮設 ③自宅（借家、公営住宅等含む） ・家屋の被害状況 A 被害あり（修理・改装等して居住、被災後に新築した等） B 被害なし ④その他（ ） |
| 5. 前回の来所 | 有・無・不明 |
| 6. 健康についての問題 | ①膝の痛み ②腰痛 ③肩こり ④便秘 ⑤不眠 ⑥憂鬱 ⑦不安 ⑧いろいろな事が多い ⑨高血圧 ⑩その他（ ） |
| 7. 現在の定期的な病院の受診の有無 | 有・無 受診内容： |
| 8. その他心配な事 | |
| 9. コメント・指導内容 | |
| 10. その他 | |

社団法人宮城県看護協会

記録用紙



まちの保健室

平成24年12月8日

あなたの
 血圧 (最高 / 最低)
 体脂肪 (%)
 体調

コメント

次回予定：1月19日(土) 11:00~15:00
 2月16日(土) //
 3月9日(土) //

会場：イオンモール石巻

主催：社団法人宮城県看護協会

ひとりで悩まないで誰かに相談してみませんか？

*** 心とからだの健康 ***

震災後の不安・イライラ・不眠・アルコール依存症等悩み等がありましたらお気軽にご相談ください。
 心健カウンセラーによるもの相談も予約制で行っております。

石巻市 健康部 健康推進課：94-8152-84-8131(月～金 8:30～17:00)

阿比野台支所 健康福祉課：62-2117 (木)
 新井町支所 健康福祉課：57-3911 (木)
 新井町支所 健康福祉課：72-2094 (木)
 桂生町支所 健康福祉課：76-2111 内線235 (木)
 北上町支所 保健センター：67-2301 (木)
 牡鹿町支所 保健福祉課：45-2113 (木)

宮城県精神保健福祉センター：0229-23-0021 (月～金 8:30～17:45)
 心とからだの相談センター：0229-23-0302 (月～金 9:00～17:00)

東宮保健福祉センター 母子・高齢課：95-1431 (アルコール依存症専門相談窓口)

からこほ相談ダイヤル 心の健康相談電話：0120-322-016(月～日 16:00～18:00)
 夜間・緊急相談対応になる場合もあります

*** 働く方々の電話 ***

労働相談センター 24時間受付 022-718-4343 (24時間年中受付)
 毎月10日「自殺予防」の日の電話：0120-728-585 (8:00～翌朝8:00)

*** 生活・経済問題・子ども・青少年 ***

市民相談センター：95-1111 (月～金 8:00～17:00 家庭相談可)
 虐待、いじめ、不登校、友人関係の悩み… トラブルに巻き込まれた、借金、DV、生活で困りごと
 家庭支援センター：内線2534 市民相談 内線2552
 少年センター：23-8535 消費生活相談室：23-8040
 (少年センターのみ・水・金) 母子・DV相談：23-8614
 宮城県児童相談所：95-1121 (月～金 8:30～17:15)

※1-宮城の心健研、紀伊ノ-社会福祉法政大、アビノが中心
 問合せ先 石巻市健康福祉推進課 95-1111内線 2421

「まちの保健室」の開催状況と相談者の概要

- ✓ 9月29日の初回開設から、同年12月までに合計4回開催した。場所はショッピングモールが3回、日用品のスーパーが1回である。開催時間はいずれも11～15時である。
- ✓ ショッピングモールは高速道路に近く、専門店や映画館もあることから若い人も比較的多く来店するが、日用品のスーパーは高齢者が多く来店するというように、場所により、相談者の年齢層に違いがみられる。特に11月にショッピングモールで開催した際は、30歳以下が約4分の1を占め、若年者の利用が多かった。
- ✓ また、いずれもスーパーということもあり、女性の相談者が8割程度を占めている。

「まちの保健室」開催状況

| 開催日 | 場所 | 相談者数 | 内訳 | | | | 主な相談内容 |
|----------|------------|------|--------|---------------------|--------|------|-------------|
| | | | ① 仮設住宅 | ② 民間賃貸住宅 (みなし仮設) | ③ 在宅避難 | ④ 在宅 | |
| 9/29(土) | ショッピングセンター | 120 | 8 | 6 | 16 | 90 | 腰痛、不眠、肩こり等 |
| 10/23(火) | ショッピングセンター | 70 | 5 | 3 | 10 | 52 | 高血圧、肩こり、不眠等 |
| 11/17(土) | スーパー | 53 | 3 | 3 | 14 | 44 | 高血圧、腰痛、肩こり等 |
| 11/19(月) | ショッピングセンター | 83 | 6 | 2 | 32 | 69 | 高血圧、腰痛、肩こり等 |

(注) ③在宅避難は、現在の居住地が自宅、地震により家屋に被害があった場合。④在宅は、現在の居住地が自宅、地震による家屋に被害がなかった場合。

「まちの保健室」開催風景



被災者が抱えている健康課題

- ✓ これまでの開催した中では、高血圧を抱える人が多い。
- ✓ 相談内容は、前ページの表にあるように、腰痛や不眠、肩こり等が多い。
- ✓ また、ひざの痛みを訴える相談者も多い。これは、仮設住宅や、みなし仮設と呼ばれるような民間賃貸住宅は非常に狭いことが多く、運動不足になりがちなためと考えられる。そこで、狭い仮設住宅等でもできる体操を考え、誰でも実践できるように、体操の順番を絵にして印刷したタオルを作成し、配布予定である。
- ✓ このほか、イライラする、不眠を訴える人、ストレスからギャンブルやアルコールに依存している家族の相談もある。そのため、依存症のチェックシートや市が設置するコールセンター（相談場所）等のパンフレットを配布したり、医療機関の受診を勧めることもある。

健康相談結果の情報集約

- ✓ 問診票は回収し、この情報を元に、前ページの表のような形で相談者の状況等を整理している。ただし、個別の健康チェック結果は、フィードバック用紙に記入して相談者に渡すため、詳細データの蓄積は現在行っていない。
- ✓ フィードバック用紙には次回以降の開催予定を記載してあり、なるべく次回持参してもらえるように伝えている。持参してきた場合には、前回の結果と比較しながら、健康相談を行っている。相談者本人が健康相談結果を蓄積し、次回相談時にもすぐに相談結果の経過がわかるように、いずれは「手帳」のようなものを作成することも考えていきたい。

「まちの保健室」の担い手の確保に苦労

- ✓ 「まちの保健室」は宮城県の被災者健康支援事業として補助を受けて宮城県看護協会が主催し、看護師、保健師によって運営されている。看護師や保健師には、日当 3,000 円と公共交通機関分の交通費が支給される。

- ✓ 企画当初は、1回当たり5～6名前後で運営する予定だったが、開催してみると、予想以上に相談者が多いこと、また一人当たりの相談時間も長いことから、12月は9名とするなど、より多くの看護師等を確保して開催している。
- ✓ しかし、看護師、保健師の確保には非常に苦戦している。当初、なるべく石巻市内から看護師等を確保する予定であったが、もともと看護職が不足している地域であること、また震災後石巻から出ている人も多いい中で、日当も少なく、不定期開催の「まちの保健室」の仕事では、地元の人材を確保することが難しい状況である。このため、現在は、仙台市周辺に在住している保健師・看護師等の協力を得ている。
- ✓ ただ、石巻は仙台から1時間以上かかることもあり、仙台からの人集めにも苦労している。病院を通じて協力を依頼したり、すでに退職した看護師、保健師等に個別に声をかけて手伝ってもらっている状況である。それでも十分な人手の確保ができないため、12月も、スタッフ9名のうち、5名が宮城県看護協会の職員で構成されている。

4 活動・事業の成果と課題

被災者からの言葉に活動の成果が

- ✓ 相談に来た被災者から、「このように何でも気軽に話せる場所がほしかった」「いてくれてよかった」という声をかけてもらえる。「まちの保健室」がまさに目指していることでもあり、そのような言葉を聞くと、苦労は多いが、実施してよかったと思える。
- ✓ 相談者は、高血圧、腰痛、不眠、肩こりの症状を訴える人が多いことから、今後パンフレットなどを作成して、生活指導を充実させていきたい。

「まちの保健室」を継続・発展させていくための課題

- ✓ 「まちの保健室」の活動を兵庫県看護協会のように継続的に実施していくためには、まずは効率的な運営方法に関するノウハウを蓄積していく必要がある。
- ✓ 今後、石巻市内で新たに2か所、将来的には10か所程度で「まちの保健室」を開催できるように活動を広げ、参加できる人を増やしたいと考えている。なお、現在の開催場所は、ショッピングセンターから毎月場所を無償提供してもらっており、非常に感謝している。
- ✓ そのためには、十分な相談員の確保が必要となる。運営を担う看護師等だけでなく、コーディネータの確保も重要である。現在は、看護協会の理事がコーディネータとならざるを得ない上、運営の人手が足りず、現場にも入るような状況が続いている。
- ✓ 担い手不足を補っているのが、既述のとおり、宮城県看護協会の職員であるが、協会自体も従来の業務に加え、被災した保健師のサポート事業や、みなし仮設入居者の巡回訪問健康相談事業など、震災後の様々な事業を県・自治体から受託し、多忙を極めているため、協会の人練りも苦労している。
- ✓ 開催回数や開催場所を拡大するためには、「まちの保健室」担当の専任職員を雇用の必要があると考えているが、経費の確保が課題である。