

## 実践報告③

# 「災害時の活動から見えた平時からの 地域保健活動について」



平成26年度全国保健師長研修会  
石巻市健康部健康推進課  
沓沢はつ子

2011. 3. 11  
予想をはるかに超えた  
甚大な被害

M9.0 震度6強  
津波の高さ15.5m



市役所1階も浸水

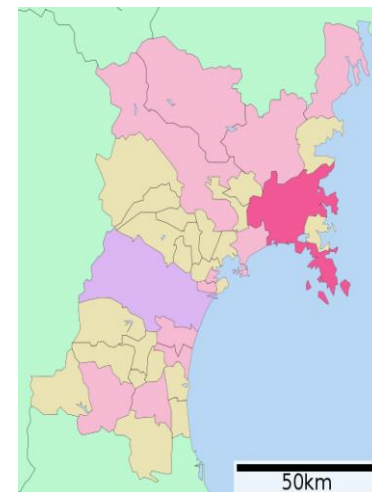


火災もあった門脇小

# 石巻市の被害

平成17年4月 1市6町合併

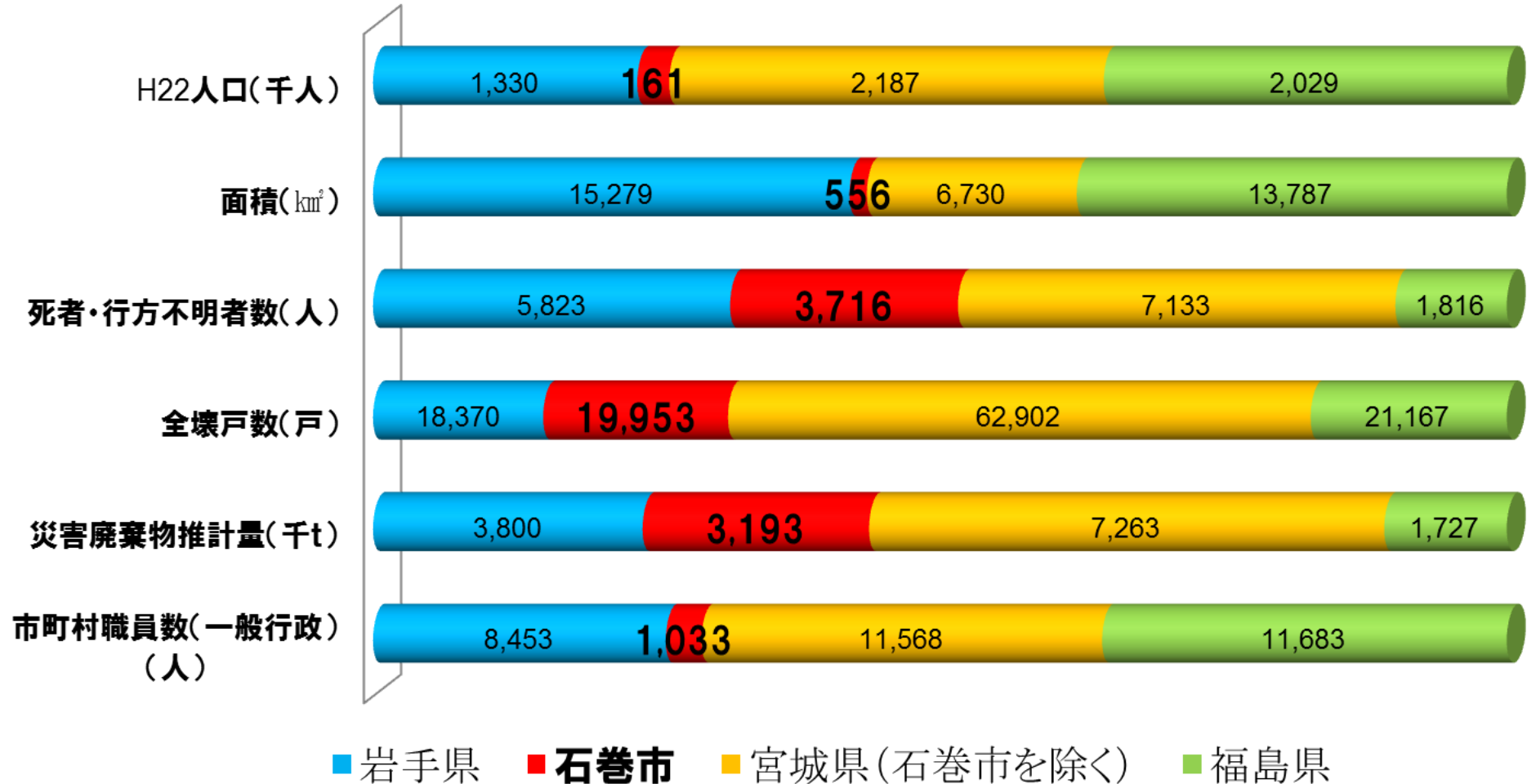
北上川河口 県下第2の都市



	平成23年2月末	平成26年8月末	増減
人口	162,822人	149,425	△13,397人
世帯数	60,926戸	59,861戸 (H26.7末)	△1,065戸

	平成26年8月末	備考
死者(行方不明含む)	3,599人	人口の約2%
避難者数	50,758人	H23.3.17 最大
避難所数	259か所	平成23年10月11日閉鎖
住宅建物被害	(全半壊)33,079棟 (一部損壊)23,615棟	全家屋(74,000・棟)の 約76.6%が被災
仮設住宅	入居6,105戸 入居者13,732人	133団地(7,122戸)
民間賃貸住宅	4,189世帯 入居者10,845人	

# 石巻市の被害



被災3県における石巻市の被害(死者・行方不明者数、全壊戸数、災害廃棄物推計量)のシェアは、人口・面積等に比べてかなり高い。

## 発災当時

保健師 44人（産休2人）

うち保健部門 35人（本庁19人）

業務担当・地区担当併用

他9人（介護保険、障害福祉課、保険年金課）

6 総合支所は

通信網途絶え独立型で活動



# 震災直後～2日目の保健活動

まさかの  
津波！

## ●発災当日

市内各所の避難所は人であふれ大混乱

市庁舎にも380人余りの避難者

浸水で身動きとれず 通信網遮断 停電 断水



低体温症、透析患者、がん、夜間せん妄  
不安、精神疾患の対応、要介護者の介  
護、助産など →各自の判断で支援！

## ●2日目に県へ保健師、心のケアチーム派遣要請

# 避難所運営時期の保健活動(3日目～3か月)

3日目～避難所巡回開始

ようやく外に

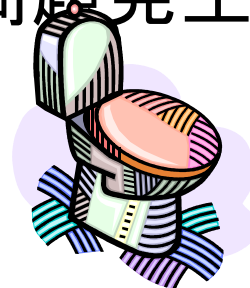


1人半畳もない所で避難生活 極限状態  
薬流失、水も飲まずトイレ我慢 血圧↑  
筋力低下



医療、介護が必要な方、精神状態悪化の方のピックアップ、情報提供(咳エチケット、エコミークラス症候群予防マスク配布、手指消毒などのチラシ)

健康、介護のほかに矢継ぎ早に次々と問題発生！  
食料、ガソリン、灯油なし・トイレ詰まる  
土足・ほこり・物資届かずなど



# 避難所運営時期の保健活動(5日目～3か月)

避難所支援 地元保健師はコーディネーター役



3月15日～派遣保健師石巻入り(述べ74チーム5,202人)

3月16日～日赤合同医療救護チーム、地元医師会と同行

3月17日～福祉避難所(市立病院スタッフ)設置すぐ満杯

3月18日～心のケアチーム活動開始(最高10チーム 延4,873人11月末)

3月20日～石巻日赤医師が災害医療コーディネーターとして  
一元管理 ・ 避難所妊婦把握

3月21日・～新生児訪問開始 3月22日～ノロウイルス対策

3月24日～看護協会等看護師の**滞在型**派遣開始

3月30日～日赤合同医療救護チームに対応したエリア化



# 避難所運営時期の保健活動(3日目～3か月)

## ●避難所

- 1 避難所巡回 健康調査、フォロー、健康相談
- 2 ゆいっこプロジェクト(DVT検診と健康体操)
- 3 トイレプロジェクト(保健所と協働)
- 4 避難所一斉清掃クリーンプロジェクト
- 5 第2福祉避難所(介護予防型)「**安らぎの郷**」開所  
要介護者を集約一括ケア・・・10団体が支援
- 6 情報提供(被災者救済制度、人工透析等送迎バス運行表、医療費免除、開業医療機関、ライフライン普及状況、障害者サービス等)



## ●在宅避難者

全戸訪問健康調査(本庁は29,500人)とフォロー



## 情報揭示

市役所の中で寝泊まりの職員



各派遣チームの応援に感謝！

# 避難所の食事

## 4月上旬の調査結果

- パン・おにぎり・支援物資のみ
- 自衛隊の炊き出し
- 避難所自主組織(ボランティア)の炊き出し
- 他(団体や店舗などの支援炊き出し)



### 調査結果

食事回数2回以下の避難所25%、

食事内容はタンパク源や野菜、牛乳・乳製品すべて不足50%



アレルギー食  
36件  
3月20日～

→4月22日弁当夕食開始(17,000食)

# 仮設住宅運営時期の保健活動(3か月後～)



## ● 仮設住宅への支援 134団地

6月7日～派遣保健師による仮設住宅の全戸訪問調査

目的: 環境・健康・経済状態把握し、関係各課へ繋ぐ

問題: アルコール問題、抑うつ、不安の訴え↑

自殺対策 孤独死防止、コミュニティーづくり

## ● 最小限の平常業務再開

- ・ 乳幼児健診・家庭訪問、面接相談、電話相談、特定健診  
がん検診、予防接種 他

## ● 地域支え合い体制づくり事業(6カ月後)

訪問支援員、看護師、心のケアチーム他



# 被災者の健康支援体制

復興基本計画施策大綱2 「市民の不安を解消し、これまでの暮らしを取り戻す」

市保健師の役割：全体的なコーディネート（障害、精神的に不安定な人、乳幼児健診フォローなど母子支援、ケース会議、エリア会議）

## 仮設住宅

(委託)石巻市社会福祉協議会

地域福祉コーディネーター地域全体のコーディネート

主任地域生活支援員 ⇄ 地域生活支援員

役割 「個人の自立」と「地域の自立」を目指す

### ○セーフティネット

- ・週1～2回程度の団地内巡回
- ・要援護者等への計画的な訪問
- ・「孤立」している方との直接的なコミュニケーション

### ○小地域福祉の推進

- ・住民、地域組織の状況把握及びニーズ把握
- ・小地域内で行われる活動に側面から関わり、住民の主体性を引き出す
- ・地域福祉コーディネーターと連携し、住民活動の企画や実施を促す

### 保健コーディネーター(看護師・保健師)

看護協会(住吉、蛇田、釜大街道、石巻、山下):市委託  
 キャンナス(牡鹿、半島):市委託  
 市保健師(各総合支所:仁泉会、渡波)

### 包括ケアセンター(社会福祉士等)(開成・南境地区)役割

健康調査及びフォロー・健康相談会、保健医療に関する訪問支援員等からの相談フォロー・確認のための訪問、関係機関との連絡調整、エリア会議、ケア会議、訪問支援員との情報交換会

## エリア会議

(情報共有、連携)

### 多職種連携会議

(包括ケアセンター)

## こころのケア

- ・(市委託)震災心のケア・ネットワークみやぎ(からころステーション)
- ・(県委託)みやぎ心のケアセンター(石巻地域センター)
- ・日本ASW協会心のケアミーティング

## 専門相談

- ・経済的な不安、家族関係(社会福祉士相談) →MSW(日本医療社会福祉協会)
- ・歯科相談(県歯科医師会)
- ・栄養相談(栄養士)
- ・運動、生活不活発病等リハビリ相談

### 地域包括支援センター(市委託:介護保険課)

- (65歳以上の住民、ただし住民登録上の住所で担当)
- ・介護保険を利用している人
  - ・介護保険を申請した方がいい人
  - ・介護予防の対象となる人
  - ・高齢者虐待の可能性あり

### まちの保健室:宮城県看護協会:市委託

商業スペース等で被災者の健康相談・  
 血圧・血管年齢測定等の健康チェック

## 民間賃貸仮設

健康調査:宮城県、市

コーディネート及びフォロー:

市保健師、看護協会、仁泉会スタッフ  
 (精神保健福祉士、保健師、看護師各1名)

(委託)石巻市社会福祉協議会

地域福祉コーディネーター

地域全体のコーディネート

主任地域生活支援員



地域生活支援員

## 復興住宅

入居時健康調査(アンケート調査)及びフォロー

訪問健康調査モデル事業  
(健康推進課) 社協と共同

## 情報交換・ケース会議

(情報共有、連携)

## 在宅被災者

### アセスメント及び地域コミュニティづくり

(市委託)石巻医療圏健康・生活復興協議会  
 →沿岸部の津波被災地域(渡波、湊)

### 情報共有及びフォロー(必要なケース)

市保健師

### 障害者相談支援(市委託:障害福祉課)

フリースペース KAI、ひまわり、くるみ等

### その他の関係機関

- ・訪問看護ステーション
- ・ボランティア団体
- ・その他

被災者の生活支援の全総括:生活再建支援課

## 健康支援事業(健康推進課)

### 生活習慣病重症化予防事業

特定健診の受診勧奨、保健指導、健康教室、健康相談会

### 生活不活発病予防事業

運動教室、運動普及リーダー育成事業、遊びリテーション事業  
 リハビリテーション支援事業、ゆいっこプロジェクト(DVT検診、運動指導)

### 栄養食生活支援事業

栄養相談会、出前講座

### 口腔ケア対策

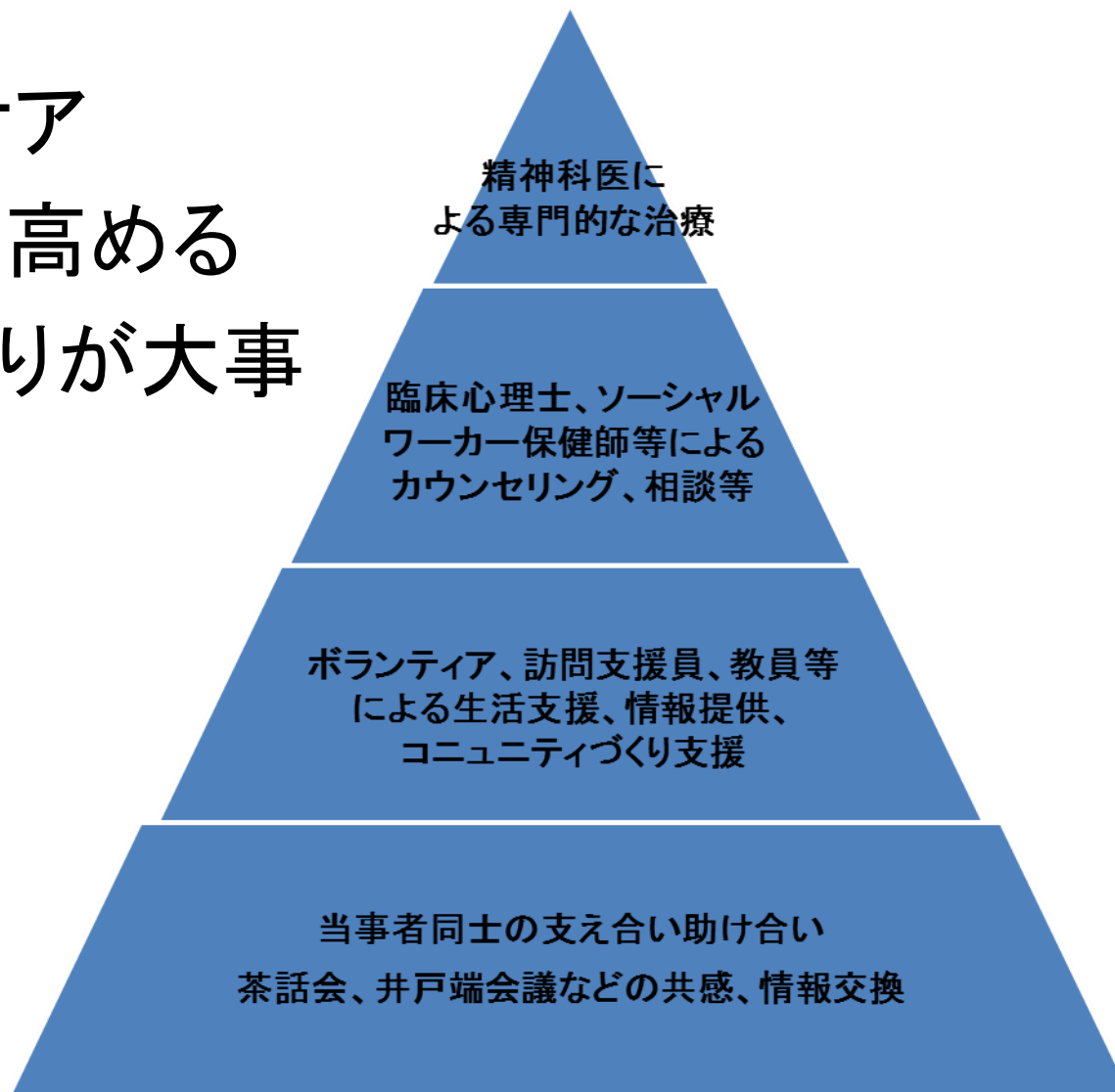
お口の健康相談会、歯と健康セミナー

### こころのケア事業

メンタル講演会、こころの相談会、傾聴ボランティア養成・育成

# 仮設住宅運営時期の保健活動(3か月～)

- 心のケア  
地域力高める  
つながりが大事



# 震災前からの住民ボランティアが立ち上がる！

## 1 傾聴ボランティア活動を再開

平成21年度自殺対策緊急強化事業の「傾聴ボランティア養成講座」修了生が、市庁舎2階で、平成22年9月から月2回サロンを実施していた。

「再開はいつからするの？」  
「忙しいけれどそろそろ再開しない？」とボランティアさん！



# 仮設集会所でオープン H23年9月～2か所



話に花が咲いています



カフェ  
も大忙  
し

妻を亡くした方も参加し楽しかったと



H24年度の傾聴ボランティア養成講座修了後に新たに2か所の追加開催



## 2 運動普及リーダー始動 15グループ



避難所の運動支援、仮設住宅の運動支援に！！  
震災後、被災していない地区のリーダーから活動が  
広がる。 活動グループ18カ所→5カ所程に減少  
5月頃は、まだ、泣いて気持ちを話せない方もいた  
が、10月には、仲間同士の絆で、活動再開できた。  
仮設健康相談などと一緒に活動

## 2 運動普及リーダー始動

アルコール問題、孤独死予防

男性のみの参加

大橋メンズクラブ



ダンベル、ロコモ体操  
スクエアステップ



### 3 遊びリテーショングループ始動

震災前から遊びリテーションリーダー育成

目的：閉じこもり、寝たきり、介護予防のため

リーダー：町内会、保健推進員、民生委員、女性部ら



自主的に活動 保健師は黒子

できるところから活動始まる！

「保健師さん忙しいから私たちがやってるね！」

活動グループ：震災前29カ所→21カ所 まで復活

# 学び

## 平時の地域保健活動が災害時でも活動の支えに

1 傾聴、ダンベルリーダーなどのボランティア養成  
地域の絆づくりや身近な心のケアに効果大

2 保健師の地区担当制

地区がわかる 地区住民がわかる 町内会長、  
保健推進員、民生委員など近い関係の協力者

3 電話1本で話せる連携

精神科医療機関、県・保健所・ハローワーク・自殺対  
策庁内検討部会、心のケアミーティングなど

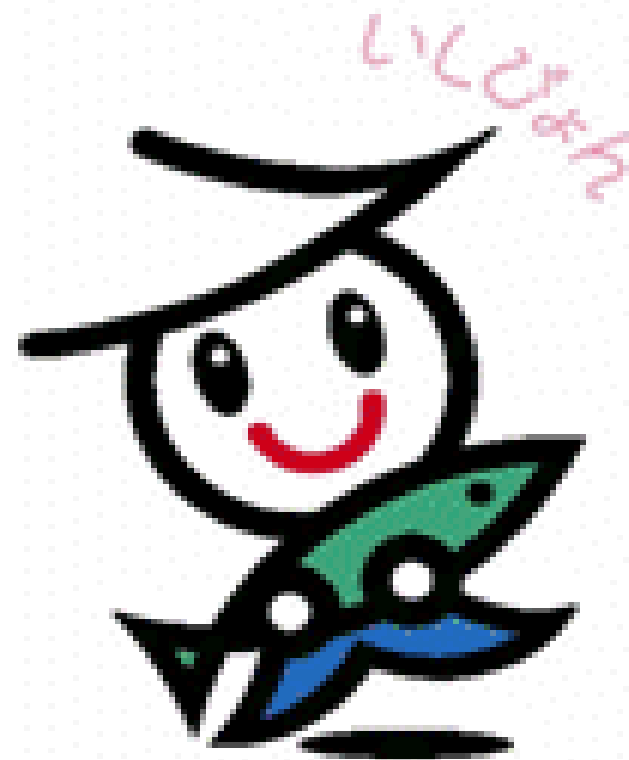


# 学び

- 4 刻々と変化する現状から何が必要か？  
住民の願いは何か？  
常にアンテナを高くし支援計画を策定し実施へ
- 5 柔軟な対応と新たなつながりも大切に



ご清聴  
ありがとうございました。



食彩・感動 いしのまき