

## 福井大学における心のケアチームとしての活動

福井県の要請により、福井大学は、同大学医学部医学科の村田哲人准教授を中心とする精神科医と看護師の2名で構成する心のケアチームを、3月24～28日、4月27日～5月1日、および5月25～29日の日程で、福島原発のある大熊町の住民が町ごと移転した避難所（福島県内陸部の裏磐梯地区に点在する休暇村や旅館ホテルなど）の巡回診療のため現地に派遣しました。

裏磐梯の豊かな自然の中、4日間の巡回診療を実施し、森と湖が織りなす美しい当たり前の日常が、避難所の周りには溢れていました。しかし、被災者の方々には途方もなく長い時間であり、放射能汚染という見えない敵に打ちのめされ（外傷性ストレス）、形あるのに戻れぬ家や失われた平穏な暮らし（喪失ストレス）、不自由な避難所生活と将来への不安（日常生活上のストレス）など、重畳した出口の見えないストレスに疲弊した日々が続いていました。実際、被災から2ヵ月半が経過した時点において、PTSDやうつ病の発症がむしろ増加する傾向にあると感じました。

精神的な日常を取り戻すまでの道のりはまだまだ遠く、生命や健康が脅かされた危機的な状況が一段落した後の心のケアの問題が、今後ますます顕在化・長期化していくことが浮き彫りになっていることを痛感しました。今後も要請があれば、すぐさま現地に赴き、出来る限りの対応ができるよう準備を整えていきたいと考えております。



(福井県災害派遣心のケアチーム 巡回車)

(会津若松保健所での朝全体ミーティング風景)

## 欠かすことのできない心のケア

神経科精神科 高橋 哲也

3月24日夕刻、被災者を対象とした心のケアを目的に福井県心のケアチームとして仙台市に入った。翌朝には現地の担当者と共に被災地に向かう。被災地の現状は厳しく、仙台市内を南北に走る国道を境に海側には散乱する瓦礫と無造作に放置された仰向けの車、完全に破壊された建物が散在する。辛うじて倒壊を免れた家屋に溜まった泥や瓦礫を黙々と掻き出す人、泥の海と化したかつての我が家の周辺で丹念にひたすら家族を探す人。テレビで繰り返し報道された景色なのに、言葉を失った、ため息しか出ない。3日間避難所を回り、可能な限り多くの被災された方の心のケアに努めた。しかし被災者数は数十万人の単位であり、限られたマンパワーと時間の中では無力感すら覚えた。心のケアは長期戦であり、災害の傷跡が目立たなくなっても心の傷が癒えるには相当な時間を要する。今後さらなる増員でもっての対応が必須であろう。未来に生きる子供たちのためにも、皆で力を合わせてこの未曾有の危機に立ち向かうしかない。