



わかやま

No.89

和歌山県精神保健福祉センター 2021年11月

「紀伊半島大水害後の10年をふり返って」

特定非営利活動法人ネオ 相談室ラルゴ
飯塚 多恵

10年前の9月4日、和歌山県が紀伊半島大水害に見舞われた日です。今回この原稿依頼をいただいたことで、私にとって被災後10年の日々をふりかえる貴重な機会となりましたことにまず感謝申し上げます。紀伊半島大水害の詳細については、県のホームページなどにまとまっていますので、ここでは割愛させていただきます。

早いものでもう10年…、されど10年…。

当時、私は那智勝浦町役場福祉課で相談員をしていました。那智勝浦町は、町長自ら被災者（自宅は全壊し奥さんと娘さんを亡くされました）でありながらも悲嘆にくれる間もなく災害対策の陣頭指揮をとられていたという町です。県全体での死者・行方不明者は61人、そのうち29人が那智勝浦町でした。

当時は水道の復旧にしばらくかかったため、生活用水に最も苦労しました。私自身も自宅は無事であったものの、トイレやお風呂の水が出ないので毎日子供を連れて銭湯に出かけていました。ある日帰宅すると、自宅の浴槽に、近所の方がトイレや洗濯用にと井戸水を汲んで運んでくれていて、ありがたくて涙が出たことを今も忘れられません。あの時は、皆が自然に助け合い協力し合っていて、人とのつながりがとても暖かく感じたのを思い出します。

私の被災直後の仕事はまず安否確認と状態把握を行いました。電話が止まっているところには飲料水を背負って訪問しました。土砂で道路が寸断され孤立して通院ができない方には薬を届ける調整を行い、そういった場合も自立支援医療を使えるように県の方も速やかに柔軟に対応してくださいました。

直後はライフラインの復旧が最優先、ここらの問題は少し遅れて出てきて、ほとんどは2~3ヶ月で収まっていきます。当時、被災者に向けた「こころの相談」を実施しましたが、その時にフォローした方々のほとんどは生活の復旧と比例するようにして回復されていきました。しかしながら中には長期にわたるケースもあって、実際に相談室ラルゴには今もなお支援を続けている方がおられます。こういった事実はあまり知られていないかもしれません。

—「こころの相談」について—

当時、那智勝浦町では、こころのケアチームによる「こころの相談」を実施しました。被災後約2か月間で計7回、精神科Drと町保健師と精神保健福祉士（県精神保健福祉センター・保健所）がチームとなって各家庭や避難所を訪問し、のべ13名の相談を受けました。

また、被災者への支援だけでなく、私たち支援者に対しても、被災後のストレス反応に対する支援者としての心構え、子どものストレス反応への接し方、支援者自身のメンタルヘルスなど、講義していただきました。またケースのコンサルテーションを受けることができました。

—「被災者を障害者にしない」—

これは、そのコンサルテーションでの小野所長の言葉です。言わば“レジリエンス”そのものであり、それまで私の中にはなかった視点でした。被災した方々を目の前にして自分に何ができるのか、当時、町



◆◆「もくじ」は、2ページ下部にあります◆◆

の「障害者相談支援員」であった私には、障害者になってもらわなければなす術がなかったわけです。この言葉が私の心に刺さったのは、無意識に自分の無力さとの直面を避けていたからかもしれません。

一災害レジリエンスを高める一

災害時の支援は、日常の延長線にしかない、普段からやっていないことはできないと言われます。私たちの日々の支援力やその質を高めることは、つまりは地域の災害レジリエンスを高めることにつながるのだと思います。

未曾有の自然災害は毎年のように各地で起きています。私たちもまた災害レジリエンスの高い地域づくりのために、日々丁寧に支援を行い、質を高めていくことを心がけたいと思います。

*本稿執筆にあたり、当時「こころの相談」の主担当として奮闘された那智勝浦町保健師の柳川敦子さんよりご協力をいただきました。ありがとうございました。

シリーズ センター長だより ④8

和歌山県精神保健福祉センター所長 小野 善郎

10年を経て

今年には東日本大震災から10年、そして和歌山県にとっては平成23年台風12号による紀伊半島大水害からも10年目にあたります。10年の月日の流れの中で、人々の記憶から大災害の記憶が薄れ、そこからの貴重な経験が忘れ去られないように、あらためて気を引き締めなければと思います。私にとっては、どちらの災害もセンター所長として被災者や支援者のこころのケア活動に携わる機会をいただき、本当に多くのことを学ばせていただきました。当時はまだ現在のDPAT（災害派遣精神医療チーム）のような体制が整備されておらず、まさに手探りで活動でしたが、3月から4月にかけて岩手県釜石市での支援活動の経験が9月から11月にかけての西牟婁・東牟婁地区での支援活動につなげることができました。

こころのケアといっても、精神保健福祉の専門職だけでできることは、とても限られています。釜石市での支援活動では、芸人や著名人の慰問や炊き出しで、避難所の人たちの雰囲気や和らぐ様子を目の当たりにし、これもこころのケアなんだなあと思いました。発災から数週間以内の早期支援の後には、日常生活の回復とともに、気分転換や楽しいことを計画すること等が助けになるといわれています。水害で大きな被害を受けた那智勝浦町では、急性期の復旧や支援が終わった2012年1月7日の坂本冬美さんによる那智勝浦復活コンサートで、多くの被災者は「元気ももらった」「気分転換になり、勇気づけられた」と語りました。やっぱりスターの力はすごいなと実感した出来事として、今でも忘れられません。



◆ 紀伊民放 平成24年1月10日

- もくじ P1 「紀伊半島大水害後の10年をふり返って」
P2 シリーズセンター長だより④「10年を経て」/もくじ
P3~5 県精神保健福祉センターからのご報告/ご案内
P6~7 県精神保健福祉協会ニュース
P8 はーとふるネットワーク/編集後記

和歌山県精神保健福祉センター

〒640-8319 和歌山市手平二丁目1番2号 県民交流プラザ“和歌山ビッグ愛”2階

☎ (073) 435-5194 FAX (073) 435-5193

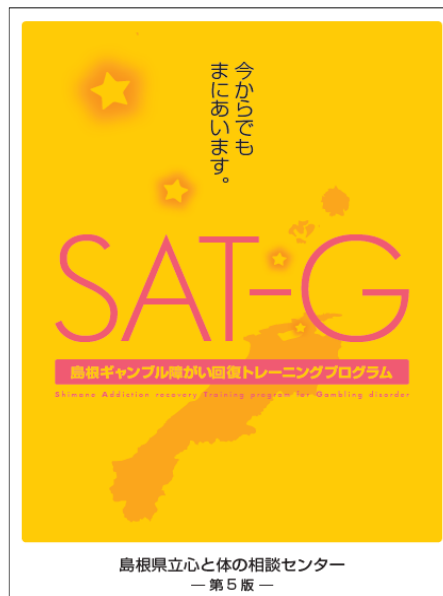


メンタルヘルスニュース

開催報告

【ギャンブル等依存症者支援従事者研修】

令和3年9月30日（木）に、ギャンブル等依存症者支援従事者研修をオンラインで開催しました。「ギャンブル等依存症の基礎知識と SAT-G ライトを用いた支援」という演題で、島根県立心と体の相談センター主任精神保健福祉士の佐藤寛志先生よりご講演いただきました。「SAT-G ライト」は、島根県で開発された「ギャンブル障がい回復トレーニングプログラム」で、全国的に活用されており、成果が報告されています。今回は、新型コロナウイルス感染対策のため、オンライン開催となりましたが、県下全域より37名が受講されました。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。



【精神保健福祉職員専門研修（依存症）】

令和3年10月11日（月）に、精神保健福祉職員専門研修（依存症）を開催しました。「アルコール依存症の家族支援」という演題で、医療法人小谷会小谷クリニックの精神保健福祉士である山本哲也先生よりご講演いただきました。今回は、新型コロナウイルス感染対策のため、オンラインと会場を併用しました。依存症は、当事者だけではなく、家族全体が巻き込まれてしまうため、家族も元気になり、健康を取り戻すことが大事だとお話いただきました。参加者は、35名でした。ご参加いただいた皆様には、オンラインと会場の併用開催ということで、ご不便をおかけいたしました。ご協力いただき、ありがとうございました。



【薬物関連問題にかかわるワークショップ研修会】

薬物関連問題にかかわるワークショップ研修会を開催しました。令和3年10月20日（水）は打田生涯学習センターで、10月29日（金）は情報交流センターBig・Uで行いました。両日とも、和歌山ダルクの代表理事である池谷太輔氏より「依存症の問題の本質と解決」という演題でご講演いただきました。また、和歌山ダルクの入寮者より、体験談を発表していただきました。体験に基づく熱意のこもったお話に、参加者もひきこまれていました。参加者は、10月20日は21名、10月29日は18名でした。ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。



【ひきこもり支援従事者研修】

令和3年11月22日（月）に和歌山県勤労福祉会館”プラザホープ”にて、第1回ひきこもり支援従事者研修を開催しました。「地域を生かしたひきこもり支援」という演題で、特定非営利活動法人鳥取青少年ピアサポート代表理事／とっとりひきこもり生活支援センター所長の山本恵子先生より、「誰もが安心してともに働き、ともに暮らす」ことを理念に、家族や地域との繋がりを大切にしながら、地域全体で当事者の方が少しずつ社会と繋がるステップを支援されてこられた取り組み経験等をお話いただきました。後半にはひきこもりを経験された方の生の声もお聞きでき、学び多き機会となりました。参加者は会場受講者30名、オンライン受講者9名の計39名でした。受講いただいた皆様、ありがとうございました。



ごあんない



【自死遺族支援関連研修】



「わかちあいの会和歌山「うめの花」第10回交流会

講演会&コンサート

○開催日 令和3年12月11日（土）
12:30~14:40（※16:00）

○場 所 精神保健福祉センター プレイルーム
（和歌山市手平 2-1-2 ビッグ愛2階）

○対 象 どなたでもご参加いただけます

○定 員 30名・入場無料（申込必要）

■12:30~14:00 講演会

テーマ 「迎えるいのち 送り出すいのち」

講 師 岩崎 順子氏（いのちの講演家・（公財）
和歌山県人権啓発センター登録講師）

■14:10~14:40 音楽会（邦楽）

箏（糺谷 有桜氏）及び尺八（藤岡 藍盟氏）演奏

■14:50~16:00（※自死遺族の方限定）

わかちあいの会交流会

【アルコール関連講演会】



○演 題 『アルコール健康障害って知っていますか？』

講演 「お酒の飲み方大丈夫ですか？」 講師：県立こころの医療センター院長 森田佳寛 先生

体験談 当事者による体験談

取組紹介 県立こころの医療センター

○日 時 令和4年2月6日（日） 13:30~16:00

○場 所 金屋文化保健センター 文化ホール（有田郡有田川町金屋7番地）

○対 象 どなたでもご参加いただけます

○定 員 50名・入場無料（申込先着順）

○その他 新型コロナウイルス感染症の蔓延状況により、講演会を中止する場合があります。
当日、体温測定や問診票等で体調チェックを行い、体調不良が認められる場合は受講をお断りする場合があります。

【ギャンブルにともなう借金問題に関する弁護士相談会】

- 日 時 令和4年3月12日（土） 13:30～16:30
- 場 所 県民交流プラザ和歌山ビッグ愛 2階 精神保健福祉センター
（和歌山市手平2丁目1番2号）
- 対 象 ギャンブルにともなう借金問題を抱える当事者、ご家族
- 定 員 4名・無料（申込先着順）
相談は予約制で、相談時間は30分以内です
- その他 新型コロナウイルス感染症の蔓延状況により、相談会を中止する場合があります。
当日、体温測定や問診票等で体調チェックを行い、体調不良が認められる場合は相談をお断りする場合があります。

【薬物依存症対策県民向け講演会】

- 演 題 『依存症の理解を深めよう～目に見えるところから見えないところまで～』
講 演 「身近に潜む依存症～思っていることが話せない人たち」
講師：信貴山病院ハートランドしぎさん 臨床教育センター センター長 長 徹二 先生
- 取組紹介 県精神保健福祉センター
- 日 時 令和4年3月13日（日） 13:30～15:30
- 場 所 和歌山県勤労福祉会館 プラザホープ 多目的室
（和歌山市北出島1丁目5番47号）
- 対 象 どなたでもご参加いただけます
- 定 員 50名・入場無料（申込先着順）
- その他 新型コロナウイルス感染症の蔓延状況により、講演会を中止する場合があります。
当日、体温測定や問診票等で体調チェックを行い、体調不良が認められる場合は受講をお断りする場合があります。

【ひきこもり関連研修会】

【第2回 ひきこもり支援従事者研修】

- 演 題 『ひきこもり支援の現場から～訪問支援とネットワーク支援のポイント～』
- 講 師 南 芳樹氏（若者サポートステーションWithYou 南紀訪問支援員／社会福祉士）
- 開催日 令和4年1月24日（月） 13:30～15:30
- 場 所 県民交流プラザ和歌山ビッグ愛 2階 201会議室（和歌山市手平2-1-2）
- 対 象 支援に携わる教育・福祉・保健・医療等従事者
- 定 員 45名（要事前申込）
- 申 込 1月14日（金）までに電話またはFAXにて
- ※その他 新型コロナウイルス感染症の蔓延状況により、講演会を中止する場合があります。
当日、体温測定や問診票等で体調チェックを行い、体調不良が認められる場合は受講をお断りする場合があります。

【申込み・問い合わせ先】

和歌山県精神保健福祉センター

〒640-8319 和歌山市手平2-1-2 県民交流プラザ”和歌山ビッグ愛”2階

☎073-435-5194 / FAX073-435-5193 / e-mail : e0503011@pref.wakayama.lg.jp

精神保健福祉協会ニュース



令和3年11月20日(土)和歌山ビッグホールで、わかやまころのフェスタ2021を開催しました。精神保健福祉センターのブースでは、自助グループの活動紹介や「ほっとする笑顔つながるころの絵」入賞作品の展示などを行いました。



センターのブース

ステージイベント

■ グループ活動紹介

特定非営利活動法人いびき福祉会 ライフサポートみのりから、「いびき一座」に参加いただきました。「恋のバカンス」「ぶんだら節」「パプリカ」の3曲に合わせて元気よく楽しいダンスを披露してくれました。会場全体を盛り上げ、観客を楽しませてくれました。



令和3年度和歌山県精神保健福祉協会長表彰式

永年にわたり精神保健福祉業務に従事し功績が著明な方と、精神保健福祉の普及啓発や精神障害者の社会復帰に貢献し、その功績が著明な方々が、和歌山県精神保健福祉協会から表彰されました。



永年勤続功労表彰		
林 茂 (はやし しげる) 様	ひだか病院	
千畑 陸伸 (ちばた よりのぶ) 様	県立ころの医療センター	
庵尾 正彦 (あんお まさひこ) 様	医療法人田村病院	
特別功労表彰		
北端 裕司 (きたばた ゆうじ) 様	ひだか病院	



令和3年度『ほっとする笑顔つながるころの絵』表彰式

和歌山県精神保健福祉協会では、絵をとおして改めてころの健康を考える機会にさせていただきたいと、見る人のころが温まる「ほっとする 笑顔つながる ころの絵」を毎年、県民の皆さんから募集しています。

今年度は厳正なる選考の結果、次ページの方々が受賞されました。表彰式は、わかやまころのフェスタ(ふれあい人権フェスタ同時開催)内で行われました。

作品は下記日程で、県民交流プラザ和歌山ビッグ愛2階人権啓発センター研修室に作品展示されます。



令和4年2月26日(土)～令和4年3月10日(木) 9:30～17:00(日曜日除く)

※上記以外の令和4年12月1日(水)～令和4年3月31日(木)は、和歌山県精神保健福祉センターグループセラピー室に展示します(平日のみ)。

令和3年度ほっとする 笑顔つながる ころの絵入賞作品

精神保健福祉協会では、見る人のころが温まる「ほっとする 笑顔つながる ころの絵」を毎年募集しています。

今年度は127作品の力作をご応募いただき、どうもありがとうございました。応募作品の中から8作品が入賞しました。



最優秀賞

亦瀬 未来 様

和歌山県立和歌山高等学校3年



優秀賞

鷹押 凜音 様

田辺市立東陽中学校1年



優秀賞

嶋 康勝 様

鷺森幼稚園 年中



入選

森本 葵土 様

五月山こども園 年長



入選

丈六 萌寧 様

絵画教室「ほっとチョコレート」



入選

嶋本 節子 様

一般



入選

塚本 紗世 様

近畿大学附属和歌山中学校3年



入選

総田 藍子 様

近畿大学附属和歌山高等学校1年



精神保健福祉の第一線で働く関係スタッフの紹介コーナーです。

今回は、一般社団法人GROW 就労継続支援B型事業所ルーツ施設長の福岡 亜紀子さんです。

はーとふるネットワーク

一看護師になられたきっかけを教えてください

小学4年生～高校3年生まで陸上競技一色の生活を送っていました。将来は「体育系の大学に行って保育士になれたらな～」と漠然と考えていた高校3年生の夏休み、交通事故に遭いまして。結構重傷で、退院後すぐ受けた大学は、ことごとくダメな上に、始めてできた彼氏にもふられまして・・・。お先真っ暗な時、担任の先生から「君は看護師に向いている。看護師を目指してはどうか!？」と勧められたのがきっかけでした。

一般社団法人 GLOW 就労継続支援B型事業所ルーツは、どのようなきっかけで立ち上げられた事業所ですか？

約20年間総合病院、診療所で、救命救急、脳外科、循環器科、代謝内科等の病棟外来で働いていました。ある時、「精神科ケアで働いてみないか？君に向いていると思うから」と声をかけて頂いたのが精神科看護との出会いでした。振り返ると私は、「君に向いている」の言葉に弱いようです(笑)。その後、精神科に特化した訪問看護ステーションに移りあつという間の約10年間を過ごしました。いつしか、「日中活動と一緒にしながら、共に悩んだり、言い合ったり、話し合ったり、そして何より笑いあいながら過ごしていきたい」と強く思うようになり、就労継続支援B型に辿り着きました。定年退職を迎えたくなかったこともあり、立ち上げる事にしました。

一具体的にどのような支援をされていますか？

この7月に立ち上げたばかりなので、まだまだ試行錯誤中です。スタッフ、利用者さんと日々意見を出し合いながら、ルーツらしさを一つ一つ作っていかたいと思っています。

一支援に際して苦労されることはありますか？

和歌山市内を中心に約30年間仕事をさせてもらっていたので、有田圏域での知り合いが一人も居ない状態でのスタートでした。どこに行ってもどのようにルーツの存在を知ってもらえば良いのかわからず、毎日、右往左往。道も全く分からずナビだけが頼りでした。とにかく地域の皆様に知ってもらおう事が大切なので、



今後もナビ片手に地域をウロウロしていきます！

一支援をする際、一番大切にしていることはどのようなことですか？

「あ～何か分らんけど、ここに来たいな～」と思って頂けるよう、雰囲気作りを大切にしています。その雰囲気作りに必要不可欠な要素はスタッフ一人一人が「楽しく仕事ができているか？」だと考えています。スタッフにはよく「仕事楽しいかい？」仕事で、笑えているかい？」と聞いています。そして何より私自身が楽しい仕事ができているかどうかです。自分自身の振り返りを忘れることなく邁進していきます！

一今後の抱負について教えてください

「有田の名物ばーさんやろ!」で通る人になりたい。その為には、100歳を目標にひっそりとしぶとくやり続けていきます(笑)。

一最近のトピックや、はまっていることを教えてください

はまっている事は、以前から変わらず「(なるべくお金をかけない)若作り!」です。最近、「年相応の若作りとは?」で悩んでいます。

目の錯覚、まぼろし～でも良いのです。「その年齢に見えない」の評価お待ちしております。

一ありがとうございました。次の方のご紹介をお願いします

NPO法人ゆうあい「ユアセルフ」管理者山下善久さんをご紹介します。山下さんは、この道22年の大ベテランの。西牟婁郡圏域を中心に地域生活支援になくはならない存在です。以前、この道を目指したきっかけを聞いたところ、とてもキラキラした眼で話す姿が忘れられません。今度は、飲みながら是非!

山下さんよろしくお願い致します。

編集後記

早いもので今年も残り僅かとなりましたが、皆さんはこの1年いかがお過ごしだったでしょうか?今年もコロナの3文字を見ない日がないくらい話題に溢れていましたが、年末の流行語大賞は明るい内容のものだったら良いなあと思うこの頃です(因みに2020の年間大賞は”3密”でした)。(か)