



第3回「こころ」からの健康調査

熊本地震で被災された方々の心身の健康状態を把握し、適切な支援・施策につなげるため、毎年「こころ」からの健康調査」が実施されています。本年度も3月から6月にかけて、仮設住宅入居者等を対象に同調査が実施されました。

【調査期間】平成31年3月～令和元年6月

【調査対象】仮設住宅・災害公営住宅等に
入居する18歳以上の住民(19市町村で実施)

【回答者数】7,559人/16,320人
(回答率46%)

本調査から、高度の抑うつ・不安を抱えている割合は、借上型仮設住宅が8・9% (平成29年:8・7%、平成30年:8・1%)、建設型仮設住宅が8・6% (平成29年:10・1%、平成30年:8・9%)という結果であり、借上型仮設住宅入居者ではその割合が若干増えているのが気になります。また、今回は災害公営住宅入居者も調査対象となりましたが、高度の抑うつ・不安を有する割合は10・1%であり、仮設住宅入居者よりも高いという結果になりました。

第3回 地域支え合いセンター

川柳コンテスト

大賞作品

あちこちで 笑顔の花咲く ささえあい

ペンネーム たにやんさん

入賞作品

話してね 一人じゃないよ みんないる

ペンネーム ナカミさん

テクノ空 皆の人生 1ページ

ペンネーム 安さん

少しだけ 寄り添う思いの 支え合い

ペンネーム いっちーさん

遠くても 何かが出来る 被災地に

ペンネーム GOD!さん

ありがとう 笑顔であいさつ 勇気湧く

ペンネーム “S”mapさん

益城町地域支え合いセンターの皆さん

「ご協力ありがとうございました」

熊本地震から3年7ヶ月が経過しますが、仮設住宅からの退去が着実に進んでいます。いまだ仮設住宅に留まらざるを得ない方々へのケアがいよいよ重要となります。また、仮設住宅を退去した方々への見守りやケアをどのように提供していくべきかを考えていかななくてはなりません。

『第3回 災害復興期の「こころ」のケア研修会』を開催

令和元年11月14日に「第3回災害復興期のこころのケア研修会」今なお残るトラウマへの対処に向けて」と題して研修会を開催しました。熊本地震から3年7ヶ月が経過し、新たな環境で生活を始めた被災者の方々も多くいらつしやいます。しかしその一方で、トラウマ関連の相談は今なお寄せられています。

そこで今回は、トラウマについての基本的な知識や関連問題などについて学ぶ機会として、ニキハートイホスピタルの仁木啓介院長より『災害トラウマの理解と反応』の演題で基調講演をして頂きました。その中でも子どもへの対応については、「親や大人が安定しないと、子



仁木啓介 院長

ひとは『作業』をすることで

元気になる

作業療法士 松岡明子

みなさんには元気になれる『作業』がありますか？私の友人は、嫌なことがあると玄關掃除をするそうです。無心で作業を行っている間は嫌なことを忘れ、ピカピカになった玄關を見ると、ふさいでいた気持ちが無くなると思います。ひとは作業をすることで元気になります。そしてその作業は人それぞれです。私たちが作業療法士は、心身機能あるいは環境などの問題で、自分にとっての大事な作業をすることが難しくなった方が、自分らしい作業を取り戻し、元気になるためのお手伝いをします。

こころのケアセンターの活動では、仮設住宅で野菜作りを行ったりしています。野菜の苗を植え、日々観察し、水を与え、雑草を抜き、虫を除き、肥料を与える日を考える。立派に実った野菜は近所の方に分けたり、一緒に調理をして食べたりします。野菜を作るといって作業に心を傾け、身体を動かしていくことで、喜びや充実感、達成感、人と交流すること、人の役に立つことに繋がる

と考えています。みなさんの、『作業』は何ですか？



どもは安定化できない。表情豊かに子どもに向き合い、大きな気持ちで寄り添うことが大事」と話されました。

次に、語り部活動をされている林風笑氏より『熊本地震の体験から』黒川地区学生村での体験と語り部活動を通して」と題し、体験談を語って頂きました。さらにシンポジウムでは、熊本県スクールカウンセラーの駒米勝利氏より『熊本地震と子どものトラウマ』、熊本県北部発達障がい者支援センターわっふるの木佐貫奈々氏より『熊本地震と発達障がい児・者のトラウマ』、菊陽病院の村上幸大氏より『熊本地震とアルコール依存症について』、熊本県総務部総務厚生課の久保礼子氏より『熊本地震と自治体職員のメンタルヘルス』について各々の立場から報告をして頂きました。参加者からは「トラウマとの関連を様々な異なる視点から学ぶことができて、とても参考になった」との声が聞かれ、有意義な研修となりました。



左から、駒米氏、木佐貫氏、村上氏、久保氏



林風笑氏

メダカ通信 Vol.1 めだか編

1 ケアセンターではメダカが静かなブームになっています

2 こんなにはメダカ博士です

3 必要な水の量はメダカ一匹につきリットルが目安です

4 理想の水温 20℃～28℃

5 5日以上くみ置いた水道水がベストです

6 みなさんもメダカ飼ってみませんか？

1日以上くみ置いた水道水

- 河川水、井戸水
- × 海水、ミネラルウォーター

1晩ほくみ置いたカルキを抜いてください。

メダカを飼うにはまず水の準備から☆

直射日光は避けてください

今回はメダカにとっていちばん大切な「水」の話です!!

作業療法に触れられてセンターでも流行ってます。