

「こころのケア」シンポジウムを開催 ―遺族ケアに必要なこと―

去る平成 19 年11月 21 日（水）、兵庫県こころのケアセンターにおいて、「こころのケア」シンポジウムを開催しました。

研究報告とパネルディスカッションの 2 部構成で行い、当日は、幅広い年代、様々な職種の方、約 250 人が参加し、「こころのケア」の重要性を再認識する場となりました。



【研究報告】

兵庫県こころのケアセンターでは、精神科医や臨床心理士が「こころのケア」に関する実践的研究に取り組んでいます。パネルディスカッションに先立ち、3人の主任研究員がそれぞれの研究内容について報告を行いました。

自然災害が地域社会の精神健康に及ぼす影響について（藤井千太主任研究員）

阪神・淡路大震災や平成 16 年の台風 23 号災害をもとに、自然災害が地域社会の精神面の健康に及ぼした長期的な影響などについて調査。その結果、積極的なアウトリーチ、的確な状態の把握とスクリーニング（選別）、被災者自身に精神面への影響があることへの自覚を促し、必要に応じて専門的な支援を勧めることなどが効果的であるといった研究結果を報告。

子育て家庭への支援について（酒井佐枝子主任研究員）

本研究は、子育て環境の変化にともなって、子育て家庭が抱える孤立感や子どもとの関係、養育者自身の課題や悩みについて、どのような支援が必要かについて考察。その結果、孤立感の解消や子どもとの関係の調整、養育者自身の問題に対する支援が必要であるとの研究結果を報告。

消防職員のメンタルヘルス―震災と殉職事故の影響について（大澤智子主任研究員）

消防職員を対象にした調査からは、惨事ストレス対策の効果が現れていることが示唆された反面、メンタルヘルス全般では、ハイリスク者の割合が一般人口の 2 倍近くであることが分かった。今後の取り組みとして、惨事ストレス対策に特化するのではなく、全般的なメンタルヘルスを視野に入れた取り組みが重要であるとの研究結果を報告。

【パネルディスカッション】

「遺族ケアに必要なこと」をテーマに、災害や事件、事故など、突然の出来事で家族を失った遺族へのケアのあり方について、当事者、支援者、医師、研究者が、それぞれの立場から議論を行いました。

・パネリスト

下村誠治（明石歩道橋事故遺族）

堀口節子（NPO 法人ひょうご被害者支援センター支援局長）

村上典子（神戸赤十字病院心療内科部長）

加藤 寛（兵庫県こころのケアセンター副センター長）

・コーディネーター

廣常秀人（兵庫県こころのケアセンター主任研究員）

下村誠治（明石歩道橋事故遺族）

事故に遭うまでは普通の生活をしていたが、事故後は人生が一変した。事故の時に見た悲惨な状況が、今も心の中にフラッシュバックしてくる。一番知りたかったことは、なぜ子どもが死ななければならなかったかということ。死を受け入れることは、本当にしんどい。今は、事故被害者の気持ちがよく分かる。事故直後は、食事の準備や洗濯といった日常のことができなかった。慰めの言葉で救われたことはなく、友人が温かい弁当を黙って届けてくれたことなど、ちょっとした手助けがありがたかった。遺族支援は、日常の簡単な手助けが大切。

紹介されて、こころのケアセンターに足を運び、話を聞いてもらっただけで、気持ちが楽になった。こころのケアは重要だと思っている。

堀口節子（NPO 法人ひょうご被害者支援センター支援局長）

犯罪や事件、事故の被害者が、安心して住める優しい社会を目標に活動をしている。電話相談や面接相談を行っているが、最近は支援活動の流れが変わって、被害者のところへ直接出向いて相談に乗っている。裁判になると、被害者は孤立しやすいため、裁判傍聴の付き添いも業務の一つ。普及啓発のための情報発信や相談員の研修、養成講座なども行っている。

犯罪被害に遭うと、感情のコントロールができにくくなる。怒りと落ち込みが同時にくる。いらいらして何かしないとられない。どうしてほしいかも分からないパニック状態になり、当たり前ことができなない。遺族には「横にいて一緒に泣いてくれるだけでよい」といわれる。情報提供やケースワークは欠かせない。

村上典子（神戸赤十字病院心療内科部長）

平成 17 年 4 月の列車事故では、日本で初めてトリアージ（災害発生などで、治療の緊急度や程度に応じて適切な搬送や治療を行うこと）が行われ、災害医療や緊急医療の混乱を防いだと評価された。ただ、事故後、黒タグをつけられて病院に運ばれなかった被害者の遺族が、心に残った無念を遠慮がちに語られた。トリアージについて説明して、ある程度の納得は得られたが、災害医療では、そうした遺族の気持ちを考えることも重要だ。

アメリカでは、災害時の遺族・遺体対応の DMORT（ディモート）と呼ばれる専門チームが存在する。日本では DMORT の研究会を発足させたところだが、情報を求める遺族のための、こうしたシステムを構築する必要がある。いままで抜け落ちていた点だ。

加藤 寛（兵庫県こころのケアセンター副センター長）

災害や事故で身内を亡くした場合、PTSD もそうだが、悲嘆という大きな問題が起きている可能性がある。悲嘆から回復するためには、悲しみを見つめ、悲しみを受け止めなければならない。もう一方で、人生を再建していくという取り組みをしていかなければならない。この両方を行っていくことで、回復は促進される。悲しみはなくなりますが、悲しいけれど生きていくという状況をつくらなければならない。