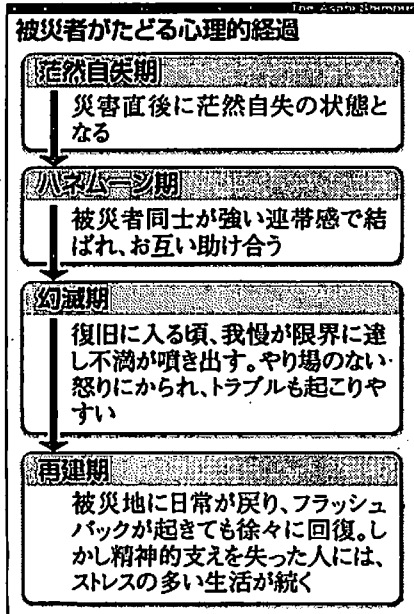


# 被災から3カ月「心の幻滅期」

被災地で活動してきた「心のケアチーム」の多くが6月末で引き揚げる。生活再建が本格化してくると被災者の間で、うつ病やアルコール依存症の問題も出てくる。傷ついた心の回復には年単位の時間が必要で地域連携の維持など中・長期的な支援が求められる。



岩手県内のある避難所で5月、50代男性が飲酒後に暴れる騒ぎがあった。この男性はペットボトルに酒を入れて飲み、周囲の被災者に怒鳴り散らしていた。被災者は地震発生直後は気分が高揚しているが、仮設住宅に入るなど、復旧が始まるころから現実と直面する。専門家は震災から3カ月を迎え「幻滅期」と呼ばれる時期に入り、うつ病やアルコール依存症などの



避難所を訪れた精神科医(右)に不眠やストレスを訴える被災者の男性=9日、宮城県気仙沼市

問題が増えたと警戒する。神戸大の上野易弘教授(法医学)が1995〜99年に兵庫県内の仮設住宅で

## 長期のケア必要

孤独死した253人を調べたところ、男性が約7割を占めた。このうち飲酒が原因とみられる肝疾患で死亡した人が多かったという。3月と5月に訪れた国立国際医療研究センター国府台病院(千葉県)の佐竹直子医師は「震災直後は地元医療機関も被災したため通院していた人への投薬など『医療活動』が中心だった。現在は地元の医療機関への橋渡しや予防啓発といった『精神保健活動』が中心となっている」と話す。

被災3県に入った延べ約2000の「心のケアチーム」の多くが6月末をめぐりに引き揚げるという。

**仮設サロン設置**  
約3000戸の仮設住宅が並ぶ岩手県野田村の中学校に10日、プレハブの集会所が完成した。心の病を予防するための「サロン」として使われる予定だ。「心のケアは10年、20年と続く問題。医療者だけでなく住民同士で支え合える『場』が必要なんです」と岩手医大精神科の大塚耕太郎講師は話す。現在は運営にあたる村民を対象に被災者心理を学ぶ研修が進む。サロンには前例がある。岩手医大は10年前から、厚生労働省の研究の一環で野田村を含む久慈地域で自殺予防に取り組んできた。5年前に久慈市に誕生したサロンには、悩みや愚痴を言い合える場として年間約1500人が集う。医療機関につなぐ役割も果たす。大塚さんは「野田村の取り組みは一つのモデル。各被災地に独自の取り組みが広がって欲しい」と話す。

東北大精神科の松本和紀医師は仮設住宅で孤立化することで心的外傷後ストレス障害(PTSD)が出る率も高まると予想する。「全国の医療者の力を借り精神保健活動を続けると同時に孤立化を防ぐ仕組みを考えなければならぬ」と話す。(岡崎明子)