

## 「東日本大震災における鳥取県の保健師チームの派遣について

### ～被災地における地域保健活動をふり返る～

鳥取県福祉保健部健康医療局医療政策課 主幹 山崎 幸代

私は保健師チームの調整役として、厚生労働省との連絡調整や派遣チームの編成、また派遣者に連絡をしたり、派遣者からの報告を受けたりというような業務をしていました。今回はその派遣の経過や保健師の活動の状況をお伝えしようと思います。

#### ○ 東日本大震災の概要

3月11日14時46分頃、三陸沖でマグニチュード9.0の大きな地震がありました。その後、津波も発生し、8.6メートル、ところによっては15メートルの津波がありました。内陸部では5キロに至るところまで津波が到達したという報告があります。鳥取県の保健師チームが支援に入った宮城県では、宮城県災害対策本部の9月の資料によると、死者9,415人、行方不明者2,141人、住宅全壊75,376棟、半壊91,393棟という状況です。

#### ○ 東日本大震災の被災地に対する保健師派遣のしくみ

被災地の県知事が厚生労働省に職員派遣の斡旋調整の要請をされ、厚生労働省が各都道府県に派遣が可能かどうかという調整をされました。鳥取県が厚生労働省から連絡を受けたのは地震翌日の3月12日、土曜日です。震災をテレビで見た瞬間から、これは支援に行かなければいけないだろうということで、県庁の中では準備が進められていました。3月14日月曜日には厚生労働省に派遣できますという回答をしています。ただ、鳥取県は関西広域連合で宮城県を支援することが決まっていたので、厚生労働省には宮城県に支援に入りたいと伝え、宮城県に行くことが決まりました。第1班が3月15日にこちらを出発し宮城県庁に向かいました。宮城県で何をするのかもまだ分かっていなく、宮城県がどのような状況なのか、テレビで見る程度の情報しかありませんでした。とりあえず厚生労働省からは「宮城県庁に行って欲しい」ということでしたので、第1班が宮城県庁に行き、その時に「石巻市をお願いします」と伝えられています。

## 東日本大震災被災地に対する保健師派遣のしくみ



### ○ 保健師派遣の状況

派遣期間は、結果的には3月15日から10月29日という7か月半でしたが、この間に2か月おきに厚生労働省から派遣の可否について照会があり、その都度「派遣できます」と返しています。県の保健師は60名しかいないのですが、それでも鳥取県が保健師を派遣できる体制になったのは、市町村の保健師さんが「協力します」と言ってくださったおかげです。県と市町村の保健師が1つのチームを組んでいくことになりました。班構成は保健師2名と運転業務をしていただく現業職員です。現業職員の方は現地の交通事情により2名から1名、0名と変化していきました。当初は県の公用車で被災地に向かいましたので2名で交代しながら運転業務をしていただきました。第1班は、道路が瓦礫だらけで動きにくく、道もどこが寸断されているのか分からない状態で、また現地にガソリンがない状態でしたので、相当苦勞されたようでした。4月29日には東北新幹線が復旧しましたので、その頃から移動方法を飛行機とJRに変え、仙台市でレンタカーを借りて運転業務をしていただく形で現業職員は1名になりました。そのあと、活動内容が仮設住宅に移ってからは、市内での移動もそれほどないということで保健師2名だけの派遣という形になりました。派遣した班数は43班です。班としては44班あるのですが、宮城県からお盆は休止したいとの申し出があり、盆の1週間は派遣を休止していますので、43班の派遣になりました。精神科医として、精神保健福祉センターの原田所長にも加わっていただきました。ひとつの班の派遣は6泊7日で、主に石巻市の河北地区を活動拠点として活動しています。

## ○ 石巻市の状況

石巻市は人口16万人、三陸沖の漁業の盛んなところで有数の水産都市です。平成16年4月に市町村合併し、旧石巻市と6町が合併しています。鳥取県は、この中の河北地区に入りました。津波被害の大きかった地域は、石巻港あたりの旧石巻地区、雄勝地区、北上地区、牡鹿地区などで、河北地区自体、それ程津波被害は大きくなかったのですが、被害の大きかった雄勝地区や旧石巻地区から河北地区の避難所に来ている人もたくさんありました。

3月下旬にチームが入ったときは、瓦礫が道路の横に寄せてはあるものの、まだ悲惨な状態です。道幅も狭く、苦勞されていたようです。石巻港は、魚市場や水産加工団地がたくさんあるところですが、このあたりに勤めに出ておられる人がたくさんおられ、職場で被害に遭った人も結構多かったように思います。北上川では、津波が押し寄せてきて、新北上大橋は3分の1が崩壊しました。この近くにある大川小学校は、児童、教職員が多く亡くなりました。

## ○ 派遣保健師の状況

保健師は、阪神淡路大震災の時から被災地に入って活動するというスタイルができ、派遣された保健師の活動の原則は、被災地の住民の生命と安全の確保を守り、被災による被害を最小限にすること、そして二次的な健康障害の予防を図ること、派遣された折には指示命令系統は被災地の自治体であるということです。被災地の自治体から役割と分担の説明を受けたあとは、保健師自らが考え現地の了解を得た上で主体的に活動する。このような活動の仕方をしましょうということを派遣保健師に連絡しました。

派遣保健師の携行用品として、地図、血圧計、聴診器、体温計、手指消毒液、うがい薬、アルコール綿、ディスポの手袋の他、現地での薬の調達ができるかどうかも分かりませんでしたので常備薬も持って行っていただきました。防護用品としては、県の防災服、あるいは各市町村の防災服を着て厚手の靴を履き、懐中電灯や、長靴、ヘルメットも持って行っていただきました。携帯電話も不通でしたので衛星携帯も使っていただきました。あとは寝袋あるいは毛布、テント、カセットコンロ、レトルト食品など、自分の衣食住は自分で賄えるような形で行っていただいています。

班活動は、1つの班が6泊7日の活動をしました。到着日は前の班から引継ぎを受け、その後5日間の活動をして、最終日に次の班に引継ぎをして帰るということで、なるべく現地のスタッフの負担にならないような形で、鳥取県ができることをしていただきました。震災直後は時間どおりには動けなかったのですが、5月頃からは宿泊地を朝7時頃に出発し、市役所あるいは河北総合支所に9時頃に到着して、現地の方と打ち合わせをします。それから避難所あるいは自宅、仮設住宅への訪問活動を行い、被災者の健康チェックや健康相談を行い、午後3時頃にはまた市役所あるいは河北総合支所に戻って記録をします。その後、現地の石巻市、河北地区の保健師に状況を報告して記録物を提出し、鳥取県への

活動報告を行います。モバイルパソコンを持って行っていましたので、鳥取県庁の庁内LANに直接入り、データベースに活動内容を貼り付ける形で報告していただきました。ですから、基本的には県職員の誰もが保健師の活動報告を見ることができました。また全市町村に、この報告の内容を2週間に1回程度、メールで送らせていただきました。

○鳥取県の保健師チームの活動内容

### 鳥取県チームの活動状況

期 日	活動項目	活動内容等
1班～3班 (3月中～下旬)	現地状況の把握及び避難所巡回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・現地状況の把握(ライフライン、不足物品等)</li> <li>・避難所の衛生対策(部屋の換気、手洗い、トイレ消毒)</li> <li>・高血圧、糖尿病等の慢性疾患患者の医療の確保や治療の継続支援</li> </ul>
4班～9班 (3月下旬～4月下旬)	避難所巡回	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鳥取県は河北地区(人口約12,000人)担当と決定。</li> <li>・被災者の健康相談(家族を失った人多数)</li> <li>・避難所の衛生対策(食中毒・感染症・粉塵)</li> <li>・エコミー症候群と生活不活化病予防</li> <li>・精神的ストレス・不安等への対応</li> <li>・被災者マップの作成(どのフロアーにどの家族が住み、一人ひとり健康状態はどうか把握しマップに落とす)</li> <li>※医療チームやボランティアチームと活動が重なり、避難所支援は避難所担当看護師に引き継ぎ、中止する。</li> </ul>
10班～30班 (4月下旬～8月中旬) ※1班盆のため活動休止	家庭訪問	<ul style="list-style-type: none"> <li>・河北地区内の全戸家庭訪問をめざし、被害の大きかった集落から訪問。</li> <li>・心身の健康状態と、生活上の困りごとについて把握し、継続支援の必要な者をリストアップ。</li> <li>※職場で津波被害にあっている人、職を失った人多数あり。</li> </ul>
31班～44班 (8月中旬～10月下旬)	仮設住宅訪問	<ul style="list-style-type: none"> <li>・河北地区内の仮設住宅入居者の訪問(健康調査、うつ病・PTSDのスクリーニングを兼ねる)</li> <li>・新たな環境での不安、生活上の困りごとの有無について把握し、新たなコミュニティ形成を意識した支援を実施。</li> </ul>

1班から3班は、ライフラインの状況などを把握していただきました。また、避難所の換気や手洗い、トイレなどの消毒について、現地の方と相談しながら行っています。この時には、石巻市内のいろいろな避難所を訪問する形をとっています。基本的には、食事、睡眠、排泄の状態、水分がしっかり摂取できているかというようなことに注意しながら、お一人ひとりに声をかけて、血圧を測りながらお話を聞かせていただいたというような状況です。この時は自らいろいろお話をされる人はまだ少なく、何となく我慢されていたり、「大丈夫ですよ」というような返事をされる人も多かったようです。ただ、あまり眠れていない状況や、不安やストレスから、ほとんどの人の血圧が上がっていて、普段の血圧プラス30～50ぐらいの数字が出ていました。皆さんの血圧が高いので、保健師もびっくりして血圧計が壊れているのではないかと、自分の血圧を測ってみたら自分も高かった

というお話を後から聞きしました。大きな余震もあったため、保健師自身も緊張していたのだらうと思います。

3月下旬から鳥取県は石巻市の河北地区を担当することが決まり、河北地区といいながら鳥取地区のような形で活動をしました。避難所ですので、家族を失った人や家を失った人が多数おられました。時期的に気候が変わりやすく、感染症やインフルエンザの対策、また、食中毒等の発生の心配もあったので、そのあたりのチェックをしています。それから、エコノミー症候群というのは有名ですが、今回の震災で生活不活発化病という新しいものが出てきました。これは、被災者が、家や家族、友人など大切なものをなくして活動意欲を失われ、避難所の中で長時間横になって過ごされるために全身の機能が低下していくというものです。そういう人が多くいて、それを予防しなければいけないということで、みなさんに集まっていただいて健康体操などを呼びかけました。精神的ストレスや不安への対応については、この頃は、家族が亡くなっている人でも『自分はまだましだ。だから大丈夫です』というようなことを言われたと派遣保健師からよく聞きました。また、この時期から避難者マップを作っています。これは、保健師は避難所におられる方に声をかけ、血圧を測ってまわるのですが、避難所のどの部屋にどのような家族が住み、その人たちの健康状態はどうかということをおこのマップにおとすことで、さまざまな支援者が入ってもその人たちの状況が分かるようにしました。避難者マップには一世帯ごとに名前を記入し、血圧値や内服薬が切れているとか、近々病院にかかる予定があるとか、ストーマをつけているとか書き込まれています。その後、避難者マップをパソコンにおとし、世帯毎に名前、年齢を記入し、その人をクリックすると健康状態がわかるようにデータを入れています。この作業は、一緒に行って運転業務をしてくださった現業職員さんに手伝っていただきました。

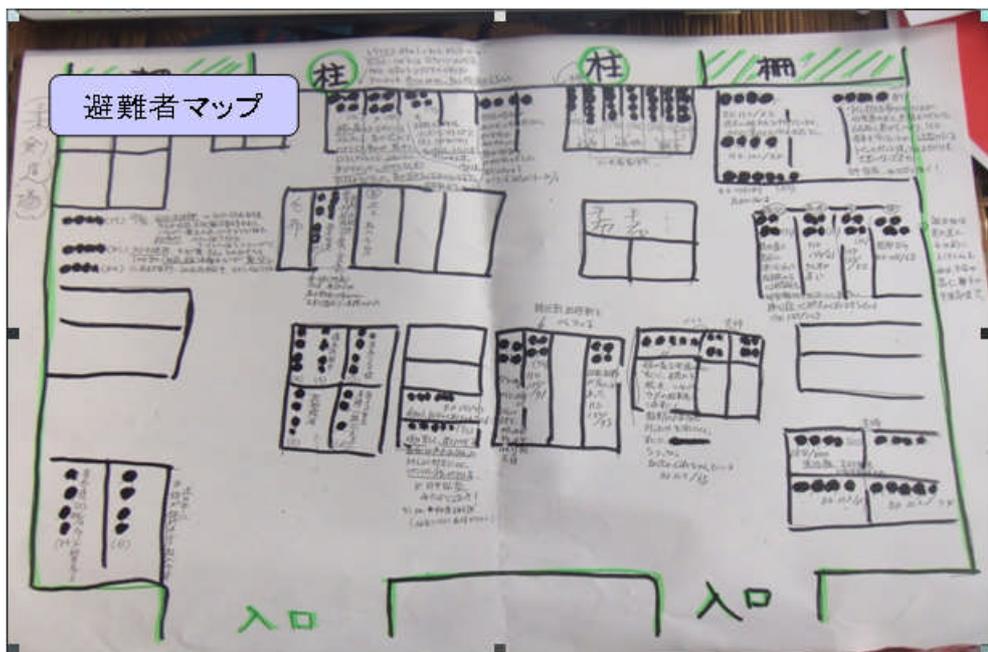
また、どこに誰が避難しているのか、行政も分かっていませんでしたので、保健師が健康相談をしながら、どこから来られて、お名前は、お歳は、家族構成は、というようなことを聞いてこのマップにおとしていっています。

4月の下旬頃になると医療チームやボランティアチームが避難所に入ってくる頻度が高くなり、被災者の方は医療チームから聞かれたことを保健師チームからも聞かれるというような状況になりました。避難所に医療チームやボランティアチームが入るのであれば保健師は別の活動形態をとりましょうということで、4月下旬から保健師は家庭訪問に入っています。避難者マップは避難所担当の看護師さんに引き継ぎましたが、看護師さんや石巻市の保健師さんにとっても有り難がられました。

家庭訪問は、被害の大きかった地域を優先に全戸訪問を目指して始めました。こころとからだの健康状態や生活上の困りごとについていろいろお話を聞かせていただきました。ゼンリンの地図を持って訪問し、訪問が終わったところは色塗りをしながら簡単な記載をして、次のチームに引き継いでいます。

河北地区は 3,539 世帯あるのですが、そのうち 2,153 世帯の訪問をしました。総合支所

に近い、それほど被害の少なかった地域が未訪問として残りましたが、仮設住宅の訪問に移っています。



8月中旬から10月中旬になると、仮設住宅への入居が徐々にはじまり、河北地区内の仮設住宅の入居者の訪問を始めています。この時に、健康調査票にも記入しながら、うつ病、PTSDのスクリーニングを兼ねた聞き取りを実施しています。

新たな環境での不安や生活上の困りごとなどについても聞き取り、みなさんが早く生活に慣れられるようにと新たなコミュニティの形成を意識した支援活動をしています。河北地区には4か所の仮設住宅があり、そこと雄勝地区の2か所の仮設住宅を訪問しています。

家庭訪問や仮設住宅の訪問になると被災者は避難所では話せなかったことも、お家の中ではいろいろ話されるようになりました。避難所では大勢の方がいらっしゃるので話づらかったのかもしれない。

家庭や仮設住宅には、「こんにちは、河北総合支所から依頼を受け鳥取県から来た保健師です。震災後の健康状態を確認させていただくために訪問しています」という形で、夏は鳥取県の文字の下に大きく保健師と書いたベストを着て、訪問させていただきました。2回訪問しても不在の家には、「今日はお会いできませんでしたが、何かあればご相談ください」と不在メモを置かせていただきます。支援が必要な人については、鳥取県の保健師チームが継続支援した方がいいのか、石巻市の保健師に引き継いだ方がいいのか、あるいは、医療チーム、こころのケアチームに引き継いだ方がいいのかということを判断しながら訪問しました。介護保険のサービスが必要な人は、石巻市の介護保険担当の保健師に引き継いでいます。鳥取県の保健師がもう少し継続訪問して人間関係ができれば次の支援、例えば、こころのケアチームの相談に行かれそうだという人は、その段階まで訪問して、ここ

ろのケアチームに引き継いでいます。

私が、7月13日から19日の期間に行かせていただいた地区は、家庭訪問の最後のほうで比較的被害の少ない地域でした。家屋の壁に亀裂が入ったり、ブロック塀が壊れたり、建具の不具合があったり、建具が倒れてきたというような被害はありましたが、津波の被害はない地区でした。電気は1週間程度で復旧したそうですが、3週間断水が続いたということで青森から給水車が来てくれてとても助かったと皆さんが喜んでおられました。ある高齢者は1人暮らしで、一番高い高台に住んでおられたのですが、水を汲みに行くのがとても苦になっていたところを給水車の人が『毎日家まで運びます』と言ってくださってありがたかった」と話しておられました。大森という集落を全部訪問したのですが、若い人は石巻港の水産加工所や魚市場に勤めておられ、お会いした若い人のほとんどが勤務中に津波にあっておられました。津波から一生懸命逃げて、2～3日避難所で生活されたそうですが、家族と連絡が取れないので、水がまだ胸まであるような時に電柱を頼りに5～6時間かけて歩いて帰ったという話も聞きました。また、見知らぬ人に2階からロープを下ろしてもらい助けていただいたとか、知り合いが流されて行くがどうしようもなかったという体験をたくさんの人から聞きました。そして、これは直接災害とは関係ありませんが、この集落は交通の便の悪いところで、市が通院バスを運行していた地域なのですが、そのバスの運行ができなくなり、1日1万円払って通院しないといけない状況らしく、1か月2回の通院が1か月に1回になり、ゆくゆくは中断になってしまうのではないかという思いがしました。弱い部分はこういう災害にあうとますます弱くなるということを感じました。

## ○ 派遣の修了

被災地へ入った全国の保健師チームの数は、4月18日がピークで136チームが入っています。また、宮城県に入ったチームのピークは4月27日で、62チームが入っています。3月から保健師チームの数はだんだん増えていくのですが、4月下旬を境に派遣数も減ってきて、9月2日には11チームになっています。この中の1チームが鳥取県の保健師チームです。鳥取県の保健師チームは、大阪、兵庫の保健師チームに次いで早く被災地に入り、一番最後まで残って支援を続けました。10月下旬に保健師チームの派遣を終了したわけですが、終了の見極めとして、支援の必要な人のリストアップができ、次の支援に繋がったこと、在宅者や仮設住宅の一部に未訪問を残しましたが、他職種による見守り体制ができたこと、平常の保健業務の再開の見通しがついたこと、そして宮城県からの派遣要請が10月末でなくなったということがあります。

被災地の支援を終えて考えることは、壮絶な体験をされた人たちに寄り添い話を聞かせていただきましたが、うなずくだけで何も言葉かけができない時もありました。また、励まし合いながら少しずつ前を向かれる姿に、どうしてそんな気持ちになれるのかなと思うことも多々ありました。経済的な収入を失った方に、こころの中で「それでもまだ頑張れ

ますか」ということを聞いていた自分がいました。本当に聞くだけで、聞くことしかできないというところもあるのですが、聞くだけで「ありがとう」という言葉が返ってきました。コミュニティがしっかりしているところは助け合いが自然とできていて、独居の人とか高齢者、あるいは障がいのある人も安心してそれなりに生活ができていると思いました。コミュニティがまとまっていくと、その中で自然とリーダーもでき、秩序やルールのある生活もできていると思いました。また、石巻市は住民と保健師の日頃からの信頼関係がとでもできていると感じました。そのおかげで、外部から来た鳥取県保健師に対しても皆さんがすんなり受け入れてくださり、支援もしやすかったと思います。

これは石巻市の保健師の話です。

「震災当日、地震直後に避難所を開設し保健師も駆け付けた。その1時間後に津波が発生し、通信が途絶え、各避難所に連絡が取れなくなった。それぞれのところで職員が判断し活動した。4月中旬までほとんどの職員が泊り込みの状態だった。5月になり交代で週1日、7月からは交代で週2日の休みがとれるようになった。」

また、宮城県の県庁の保健師は、震災対応の課題としてこう話しています。

「電話の不通、ガソリン不足、公用車流出等により情報収集が困難な状況だった。保健師を含め市町村職員、保健所職員が被災している状態でその状態で避難所での対応をせざるを得なかった。役場機能が喪失、保健関係の基礎データが流出したため、基礎資料を整備することから始めざるを得なかった。避難所等の情報集約、関係者間の情報交換が難しい市町村もあった。様々な団体、ボランティア等の調整に保健師のリーダーが疲弊してしまった。様々な団体や調査や支援が入ったがコントロールできずに住民にとって負担が大きかった。」

河北地区の保健師さんからは「自分は目先のことで目一杯だったけれども、助けてもらってありがたかった」との言葉もいただきました。

最後に、市町村と一緒に鳥取県保健師チームが被災された方々のお役に立てたことを嬉しく思っています。また派遣を見守っていただいた県民のみなさま、そして協力していただいた市町村、現地で保健師を支えていただいた現業職員、職場で派遣中の業務を補っていただいた職場のみなさまに感謝申し上げます。