

## 熊本地震災害支援活動後の取り組み

公益社団法人 熊本県歯科衛生士会

### 第Ⅰ部:講演会

講師:九州看護福祉大学看護福祉学部社会福祉学科 茶屋道拓哉 准教授  
演題:「参事ストレスと支援者のこころのケア」「サイコロジカル・ファーストエイド」

### 第Ⅱ部:グループワーク

公益社団法人 熊本県歯科衛生士会が行った  
被災地支援活動を振り返ってのグループワーク

日時:平成 29 年 5 月 28 日(日)10:00~13:00

場所:熊本県歯科医師会館・3 階

参加者:33 名(歯科衛生士会会員、非会員、歯科医師、歯科衛生士養成学校の学生)

～はじめに～

平成 28 年 4 月 14 日、16 日に震度 7(熊本地震)を 2 度経験しました。今、思えば誰もがこのような震災に自分たちが遭遇するとは考えてもいなかったのではないのでしょうか。私たち自身、被災者であり支援者という立場になりました。もちろん、勤務先も被災していました。そのような中、社会的責任を果たすべく会員による被災地支援活動を行いました。しかし初めての経験のため十分な被災地支援が行えたでしょうか。被災地支援をしたくても勤務状況や家族の状況などで支援活動ができなかった方もいました。たくさんの思いが錯綜し私たち自身がストレスを抱えていたと思います。そこで今回、第Ⅰ部の講演会にて、茶屋道拓哉准教授より「参事ストレスと支援者の心のケア」という演題にて講演頂きました。

第Ⅱ部では、公益社団法人 熊本県歯科衛生士会で行ってきた被災地支援活動を振り返り、グループワークを行い、研修会に参加いただいた皆様からたくさんの貴重なご意見を頂きました。

### 第Ⅰ部 講演内容の要約 (研修会内容を抜粋したものです)

#### 災害時における活動の種類として

- ・被災地において業務として被災地を支援する活動
- ・被災地に赴いて支援活動する
- ・非被災地に避難してきた人を支援する活動
- ・非被災地で、被災地に赴く支援者を支える活動



ご講演頂いた  
茶屋道拓哉准教授

#### 大規模災害における救援者・支援者のストレス(惨事ストレス)

- ・惨状の体験・目撃 ・被災者・遺族への関わり ・二次災害の危険性
- ・指揮系統の混乱 ・過重労働
- ・地元の支援者の場合は、自分自身も被災者である
- ・使命感のため、自分のストレスを自覚しにくい



講演会の様子

## 災害時における心理的反応・・・ 心的トラウマ・

災害の体感 ・災害による被害 ・災害の目撃

### 惨事ストレスに対する理解

- ・惨事ストレスは「異常事態に対する正常な反応」で、誰にでも起こりうる
- ・反応が出た場合でも、多くの場合は一時的で、次第に収まり完全に回復する。  
一部の場合は、その影響が長引く場合もありえる
- ・ストレスを受けた際の心身の反応を理解する必要がある
- ・反応が長引く場合には、なるべく早く周囲に相談するのが望ましい

サイコロジカル・ファーストエイドとは・・・サイコロジカル・ファーストエイド(Psychological First Aid;PFA)は、災害やテロの直後に子ども、思春期の人、大人、家族に対して行うことのできる効果の知られた心理的支援の方法を、必要な部分だけ取り出して使えるように構成したものです。

### 支援業務における基本的な心構え ⇒ 過重労働対策が重要

- ・支援者がすべての業務をこなせる訳ではない
- ・支援者がすべての問題を解決できる訳ではない
- ・業務の目的を明確にし、優先順位をつけることが重要
- ・休憩の確保、体調の自己管理が求められる
- ・支援者が自分自身を犠牲にするとストレスに圧倒され、周囲にマイナスの影響を与えうる
- ・実際に地元で被災している場合がある
- ・悲惨な現場の目撃は心理的なトラウマとなる

### 支援者のストレス対策(セルフケア)

- ・職務の目標設定 ・生活ペースの維持 ・自分の心身の反応に気づくこと
- ・気分転換の工夫 ・一人でためこまないこと

### まとめ

- ・普段からの備え
- ・まず自分の事としてとらえ、次に家族、近隣、職場、地域、全国と考える
- ・職種や機関を超えた繋がり
- ・家族や地域、県、他県ブロック、協会、全国単位との繋がり
- ・日常業務を行う上で、お互いの所属機関を超えた繋がり
- ・離れていてもお互いを心配できる関係、身近な人たちと助け合える関係
- ・普段の心構え、平常時に出来ることをレベルアップしていくことで災害時に出来ることをレベルアップしていくことで災害時に出来ることが増えていく。

率直な感想として、惨事ストレス？聞きなれない言葉でした。また、支援者のこころのケア？被災者ではなくて？講演の内容は、災害の持つ特徴的立場があるということでした。その特徴的立場から、生じる困難があるということ。それは、専門職として・家族の一員として・組織人として・私(個人)として・・・心の葛藤が生じるそうです。まさに、私たちのこと！と大変興味を持ちました。

## 第Ⅱ部:グループワーク

グループワークでは、熊本地震における震災支援に対して、参加者を①～⑤のグループに分かれ(①グループ5名～6名)グループ毎の課題に対してディスカッションを行い、グループ毎に代表者による発表を行いました。

課題1:「熊本地震で専門職として被災者へ歯科支援(歯科保健指導・口腔ケアなど)の

関わりはできたか?また、どうすべきだったか」

課題2:「被災地での支援活動をする際に困ったことは?困ったことを解決するためには、どうすべきだったか」

課題3:「これから歯科の専門職として熊本県歯科衛生士会はどのように支援すべきか」

### グループワークでの課題と意見(一部抜粋)

課題1:「熊本地震で専門職として被災者へ歯科支援(歯科保健指導・口腔ケアなど)の関わりはできたか?

また、どうすべきだったか」

#### <出来たこと>

- ・誤嚥性肺炎予防の啓発。(テレビでの広報や避難所にポスターを掲示)
- ・多職種との連携で食支援や高齢者の訪問歯科調査を実施した。
- ・各避難所での歯科相談を実施した。

#### <出来なかったこと>

- ・口腔ケア用品の備蓄が出来ていなかった。
- ・発災後の健康調査表の歯科の項目が入っていなかったので追加を希望したが、「歯科は、後で」と言われた。

#### <出来なかったこと・情報面>

- ・被災地での活動で、地図はあっても地震のため通行止めが多く目的地まで時間を要した。(支援地への順路の確保と情報把握が必要)
- ・自分自身も被災者で会との連絡が出来ず、直後の活動が出来なかった。

#### <支援者側の問題>

- ・被災者への関わりを学ぶべきであった。(すぐに口腔ケアには行けない)
- ・被災地支援のため、多職種でのミーティングに参加できるよう、お願いする勇気が必要であった。
- ・施設等に支援に行く際は、事前に何を要求されているか状況把握する必要があった。

#### <今後は>

- ・平時から行政、歯科医師会、多職種との連携を図って行くことが必要。
- ・災害時、歯科疾患で困らないように市民に対して口腔管理の必要性を発信する。
- ・災害時でも法律を知って行動することが大切。

#### <連携>

- ・歯科衛生士会の連絡のもと被災地へ支援活動のために行った。
- ・改善した方が良いと思われる洗面所の場所を避難所の関係者へ伝えた
- ・益城では、担当歯科衛生士をおき、県外派遣チーム調整を行った。
- ・口腔ケア(本震1週間後)、自宅避難者のニーズ把握が困難だったため、行政の保健師に協力をあおいだ。

#### <連携において出来なかった>

- ・県からの要請がなければ救助法適用の動きは出来ない。県歯科医師会とともに働きかけるべき。
- ・自分自身も被災者で歯科衛生士と連絡ができず、震災直後の活動が出来なかった。



## <状況把握>

- ・各地域の水の状況。(口腔ケアには必要だから)
- ・被災地の人数の確認。
- ・歯科衛生士会へ活動予定の確認。(スケジュール)



## <状況把握においてどうすべきだったか>

- ・口腔ケア歯科保健指導本震1週間後、活動状況の把握と外部への情報発信が遅れた。⇒事務職員の強化が必要。
- ・全県下の情報を把握すべきだった。
- ・被災者の方への関わり方を学んでおけば良かった。

## <歯科保健活動>

- ・避難所で声掛けを行い、話を聞いた。
- ・益城町、南阿蘇村、西原村など被害が大きかった地区で歯科医師会と連携して口腔ケアや歯科保健指導を行った。
- ・被災者に対して口腔ケア(ブラッシング指導、保健指導など)を行うことで誤嚥性肺炎の予防に繋がると思った。
- ・避難所に口腔衛生用品を配布した。
- ・被災地へ行っての活動は行えなかった、院内に来院された患者様の対応となった。

## <歯科保健活動、どうすべきだったか>

- ・フェーズの勉強の必要があると感じた。
- ・支援活動時の様式等を統一すべき、書きづらいところを修正すべき。
- ・御船町、嘉島町等、歯科支援の必要な地域はあったが、支援体制を組むことが出来なかった。
- ・口腔ケア歯科保健指導(本震1週間)車中泊への対応が遅れた。  
⇒行政や他の職種との連携を強化すべきだった。
- ・口腔歯科保健指導、大津町(ホンダ技研)への避難者への対応が遅れた。  
⇒次のチームへの伝達が不十分だったので何らかの方法が必要。
- ・啓発活動に回る発想が必要。(行政との協力)

## 課題 2:「被災地での支援活動をする際に困ったことは？」

困ったことを解決するためには、どうすべきだったか」

### <困ったこと>

- ・郡部に住んでいるため、支援に出向するのが難しかった。
- ・支援に行きたくても自分の家族が目を離せない状況で、参加できずに罪悪感に襲われた。

### <日頃から準備しておくべきもの>

- ・災害支援の準備が出来ていなかった。
- ・活動人材の確保、連絡。
- ・支援時の所持品、服装について。
- ・支援の責任者と、その所在について。
- ・歯科衛生士としての支援の具体的な内容
- ・支援の業務内容と手順の明解さ。

### <発災時>

- ・支援地への順路の確保、状況の把握について。
- ・支援活動者間の連絡調整。
- ・被災地の状況把握。

### <他との連携>

- ・地域の行政の方々と連携が取れなかった。



- ・連携する機関と情報も混乱していて、活動中間に情報の提供が確実にできず、不安であった。
- ・被災地での活動をするにあたってのルール。
- ・各ボランティア団体との調整、被災者との調整
- ・避難所を訪問時にどの方に声をかければいいのか不安。
- ・活動しているときの事故。
- ・災害時の肺炎発症のことをもっと知っていただく必要がある。

#### <解決策>

- ・歯科衛生士会の動きの発信。(ホームページ)
- ・マニュアル作成と訓練。(例:防災の日)
- ・情報収集と提供。
- ・平時から行政との連携(保健師、歯科衛生士等)有事の対応を学ぶ場を設ける、継続、呼びかけを続ける。

### 課題 3:「これから歯科の専門職として熊本県歯科衛生士会はどのように支援すべきか」

- ・施設スタッフさんへ災害時での口腔ケアの研修会。
- ・理事会のあった時に情報交換。

#### <今後の対応・長期的支援活動>

- ・仮設住宅での口腔機能指導
- ・支援の長期化に対する支援を考える
- ・災害時にかかわった施設への再ニーズ調査の必要性がある。



- ・避難所での聞き取り、チェックシートの歯科関連が漠然としていて問題点が上がってきにくい。(食事について、歯科として・・・そのような内容を含める)

#### <今後の対応・システムの構築>

- ・県の全体的な状況を把握し、上からの指令を出してそれぞれの支部が動く。
- ・歯科衛生士会内でのマニュアル作成。
- ・すぐに診療、できる歯科医院の情報提供
- ・歯科衛生士会のボランティア名簿の年ごとの作り直し。
- ・支援活動のマニュアル見直し。



#### <多職種との連携>

- ・食支援研修会。栄養士会との連携)
- ・全国的な災害時ネットワークに入り、組織で動く。
- ・歯科衛生士会と歯科医師会、多職種との連携強化。
- ・活動をしていく上での気を付けること、被災者のケアについてのスキルアップ。

#### <歯科衛生士の研修>

- ・歯科衛生士としてやれる事を、今回ボランティアに参加されていない歯科衛生士に伝える。
- ・災害活動についての研修会
- ・歯科衛生士として災害活動のアンケートを行い、今後の災害活動に備える。
- ・支援者のストレス対策(話し合える場作り)
- ・災害時の連絡体制づくり(歯科衛生士会)

### <人材確保>

- ・在宅歯科衛生士の発掘。
- ・ボランティア登録を増やす啓発。
- ・地域ごとに歯科衛生士を置く。
- ・非会員でも受け入れて動いてもらう。非会員の所在地歯科医師に聞いて把握する。

### <住民への啓発>

- ・ボランティアの健口講話。
- ・仮設への歯科保健活動。
- ・保健指導の中に災害時の口腔ケアを加える。

### <状況の把握>

- ・仮設の状況が分からない。
- ・物資の把握
- ・避難所に口腔ケアに行っても水不足があり、うがいをするのが困難。もっと、ディスポの補助器具が必要だったようだが、役場にそのまま残っていたようだった。



### <他職種連携>

- ・仮設住宅やその他の地区を回って、今の状況を知る。(例:サロンとか、一緒に参加して話を聞く、時間があればアセスメントのようなものをとる。)
- ・市町村との繋がり。
- ・他職種に歯科の重要性の理解を広める。

### グループワークのまとめ

今回のグループワークを行い、各グループの意見をまとめると、いくつかのキーワードが出てきました。

それは、**研修・連携・継続・発信** です。

熊本地震を経験し、熊本県歯科衛生会として被災地に入り支援をしてきましたが、多くの問題点や今後の活動に活かすべきことが会員から上がってきました。今後の活動を継続するためには、どうすべきか。

震災という状況の中で、職能団体、専門家としてどのように活動することが良いのか？正しいのか？と活動しながら、考え悩む状況でした。これは、災害時の活動、ボランティア活動とは？の知識、活動の仕方を理解していなかったことが原因の一つと考えられます。いつ、どこで、災害は起こるかわかりません。そのような場合に備えて、私たちは口腔の専門家として、支援者としての災害支援についての知識、技術、行政や他職種との連携をどのようにとるべきか。今後、熊本県歯科衛生士会として研修会を開催することの必要性が重要であることがわかりました。実際に研修会で歯科衛生士同士がまず、顔を合わせてコミュニケーションをとっておくことも重要なことだと感じました。今回の研修会に参加された皆さんから、多くの意見を頂きました。たくさん問題点や課題が上がっていますが、すべてが歯科衛生士として「支援をもっともっとやりたい。今回は、出来ないこともあったけど今後に繋げたい。」という思いが詰まっていると感じました。この思いを無駄にしてはいけないと、今回の研修会担当したものとしての責任を感じました。

発災～現在に至るまで、また復興するまで継続した支援が必要ですが、どうすべきかを検討しないとイケません。そして、職能団体として、国民や行政へ情報の発信をし、歯科衛生士とは、どのような専門職で何ができるのかを発信する必要があります。と今回の研修会を開催したことで強く感じています。

## ～支援活動における課題および今後の対策～

本会は、災害支援体制が不十分であったため、十分な支援が出来たとは言えなかった。

熊本地震における支援活動の課題は、平時における地域保健活動の課題でもあり、更に検討していく必要がある。

仮設住宅における活動は、口腔の健康をとおして入居された方の健やかな生活を支援できるように、口腔保健の向上に取り組んでいる。

### (1) 災害時の支援体制の整備

発災直後の会員の安否確認、会員への情報共有、支援活動時の情報の共有・伝達等のための災害時の本部体制の整備と、本会災害支援コーディネーターと県下 11 支部に配置している災害担当者の役割を明確にし、地域の状況に合わせた支援活動できる体制整備が必要である。

### (2) 災害時の支援活動に従事する歯科衛生士の人材確保と育成

支援活動に従事する歯科衛生士の確保のため、活動可能者の把握およびリスト作成が必要である。

また、災害時に対応できるような人材を育成していくため、災害対応に関する研修会を開催し知識・認識を持つことと共に活動した支援者のストレスケア対策も必要である。

### (3) 支援活動時物資の準備、活動者の安全確保の環境整備

支援活動時に必要な口腔衛生用品、啓発資料、報告書、アセスメント等は常備しておく。また、活動時使用する車には「災害活動支援車」と表示することや、保険加入等も検討し、活動者の安全確保を十分配慮する。

### (4) 関係機関・多職種との連携

歯科関係者機関だけでなく、平時から多職種・関係機関との災害時の歯科保健対策の必要性について認識の共有化を図る必要がある。また、市町村との連携は不可欠で、早期から支援活動の展開を図るためにも行政歯科職種および嘱託歯科衛生士との情報共有を図る事が必要である。

### (5) 平時から住民への啓発

避難生活では、口腔衛生が十分に出来ていないため口腔内トラブルが起きやすい。地域住民に対し口腔衛生や誤嚥性肺炎に関する啓発を行う。また災害時の準備物に口腔衛生用品の備えの必要性も啓発していく。

診療所部門 理事 中村昌代