

## 4. 熊本地震の影響に配慮した健康づくりの推進

### (1) 被災者の健康保持・増進、介護予防の充実強化

熊本地震により、多くの県民が避難所等での生活を余儀なくされ、その後も住み慣れた家や地域を離れ、建設型仮設住宅や借り上げ型のみなし仮設等に転居され、慣れない生活を送っている方がおられます。生活環境の変化等による健康状態の悪化を予防するため、きめ細かな健康支援を継続していく必要があります。

また、今後、県民の生活復興が進み、復興住宅や新しい住居での生活が始まることから新たな生活環境の変化による健康問題への対応等が必要になります。

#### 【現状と課題】

○熊本地震により、生活習慣の変化による健康状態の悪化が懸念されるため、生活習慣病予防の取組みを総合的に推進していく必要があります。

- ・ 熊本地震発生による生活習慣の影響については、平成 29 年度調査によると約 1 割以上の人が「体を動かす機会が少なくなった」「家の中で過ごすことが多くなった」「食事を作る気力が減った」「外食や中食が増えた」「あまり眠れなくなった」と回答しています。県民全体の運動、食生活、睡眠、喫煙、飲酒の生活習慣も平成 23 年度調査と比較して悪くなっており、生活環境やそれに伴う生活習慣の変化による健康状態の悪化が懸念され、生活習慣病予防の取組みを総合的に推進していく必要があります。
- ・ 今後、県民の生活再建が進み、復興住宅や新しい住居での生活が進むことによって、被災者は新たなコミュニティでの生活が始まります。環境に馴染めず新たな健康問題の発生や、被災者の高齢化に伴う要介護者の増加等を予測した予防のための取組みが必要になります。

#### 【施策の方向性】

○被災者の健康づくりの推進

- ・ 市町村は地域ケア会議を定例的に開催し、被災者支援に関わっている関係機関等と情報共有し、連携して要支援者への対応を行います。
- ・ 県は、建設型仮設住宅等に入居している県民への「運動・食生活」「睡眠・飲酒」「健診や定期受診」「歯と口腔ケア」等を中心に健康づくりの情報発信を行うとともに、地域支え合いセンターの見守り活動に市町村と連携し取り組みます。
- ・ 県は、市町村が行う県民の建設型仮設住宅等から新しい住居への移動に伴う健康調査を支援し、協力して要支援者への対応を行います。

### (2) 被災者のこころの回復・健康づくり

熊本地震後のこころの問題として、地震によるトラウマ反応だけでなく、将来への不安

等のために生じる二次的なストレスによる心身の不調等が見られます。

このため、熊本県では、このような被災者のこころのケアを中長期的に行うために熊本こころのケアセンターを設置し、電話、来所、訪問等による相談、こころの健康に関する普及啓発、被災者を支援する方への支援などを行っています。

また、被災地では、ストレスのために酒量が増えるなど、アルコール依存症となるリスクが高まる傾向にあるため、アルコール依存症専門の相談支援等、被災者へのアルコール依存症対策を実施しています。

## 【現状と課題】

### ○被災者のこころの健康状態は、平常時よりもリスクが高い状況にあります。

「こころとからだの健康調査」(平成 29 年 3 月、こころのケアセンター実施)によると、被災者のメンタルヘルスリスクで高度のリスクがある者の割合は、東日本大震災後の宮城県の調査と同程度の結果でした(表 1)。

#### 【こころとからだの健康調査結果】

- ・ 調査対象：応急仮設、みなし仮設に入居する 18 歳以上の住民(希望 12 市町村で実施)
- ・ 調査期間：平成 29 年 3 月～4 月
- ・ 調査方法：うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングする K6<sup>1</sup>を使ったアンケート調査

表 1

	(%)			
リスク度	問題なし	軽度	中等度	高度
応急仮設住宅居住者	48.5	29.7	11.3	10.5
みなし仮設住宅居住者	53.4	28.0	9.6	9.0

平常時の高度リスク者の割合 熊本県 4.1%

(H17&H22 国民生活基礎調査)

## 【施策の方向性】

### ○被災者のこころの回復・健康づくりの推進

- ・ 電話、来所、訪問等の方法により、被災者からのこころの相談に対応します。
- ・ 行政機関、医療機関職員等の支援者に対して、研修やケース相談や事例検討会等により技術支援を行います。
- ・ 仮設住宅、集会施設等において講話やパンフレットの配布等により、こころの健康に関する普及啓発を行います。
- ・ さまざまな活動をとおして、地域の医療機関、教育機関、民間団体、行政機関等とのネットワークを形成し、被災者の心のケアの充実を図ります。
- ・ アルコール等の依存症対策として、依存症回復支援プログラム、依存症家族支援ミーティング等を実施します。

<sup>1</sup> K6：米国の Kessler らによって、うつ病・不安障害などの精神疾患をスクリーニングすることを目的として開発され、一般住民を対象とした調査で心理的ストレスを含む何らかの精神的な問題の程度を表す指標として広く利用されている。

### **(3)災害時の保健活動体制の整備**

災害発生時の被災者の健康管理のために、被災地で支援を必要とする者への個別支援、避難所等における感染症予防、慢性疾患患者の医療中断防止、栄養状態の改善、高齢者の生活不活発病や誤嚥性肺炎の予防、エコノミークラス症候群予防など多様な健康課題への適切な対策が求められます。

そのため、平常時からの災害時保健活動に対する備えや、災害時に関係機関・団体と連携した対応ができるよう日頃からの連携体制の構築が求められます。

#### **【現状と課題】**

##### **○災害発生時に被災者の健康を守るためには、平時の備えが重要です。**

- ・ 平成 28 年熊本地震時は、県外から多くの保健師等チームが派遣され活動しましたが、被災地の情報集約や支援・受援体制の整備が進んでいなかったため、被災地ニーズに対応した支援が十分できませんでした。
- ・ 熊本地震時の避難所の食事は、自衛隊等による炊き出しや業者納入のお弁当であり、平成 28 年 5 月に実施した避難所の食事提供状況アセスメント等の結果から、野菜不足や偏った調理法により、エネルギー以外の栄養素が不足していました。また、被災者自身が自分に合った食事の量、食品を選択するために必要な知識や技術の不足がうかがえました。
- ・ 発災直後から県歯科医師会が県歯科衛生士会、九州地区連合歯科医師会とともに、歯科治療が必要な被災者への応急歯科処置、肺炎、歯科疾患予防のための口腔衛生管理、支援物資の配布など、歯科保健医療にかかる救護活動を行いました。こうした活動により、誤嚥性肺炎などの発生予防に大きな成果を上げました。一方で避難所等における被災者の状況把握や共有が十分できないなど課題もありました。
- ・ 熊本地震の際には、難病の患者は外見で病気がわかりにくい場合があり、避難時や避難所等で配慮を得られにくいなどの課題がありました。そうした教訓を踏まえ、難病の患者が災害発生時にも安心して療養生活を送ることができるよう、平時からの対策が求められています。
- ・ がん相談支援センターには、発災直後から、がん患者や家族などから医療機関の被災に伴う治療中断や病院・主治医が変わることへの不安、震災の影響による体調や生活の変化など様々な相談が寄せられました。一方、がん相談支援センター等の存在を知らずに相談できなかったというがん患者等もいたことから、がん相談支援センターを始めとする相談窓口等の更なる周知啓発が必要です。

#### **【施策の方向性】**

##### **○被災者に対する健康管理体制の整備**

- ・ 平時から災害時保健活動に備えるため、災害時保健活動マニュアルを活用し、関係職員を対象とした研修会等を開催します。
- ・ 保健活動に関するコーディネート機能を強化し、県内外から派遣された保健師等の受

入や、被災地のニーズに応じた支援を実施するため、情報集約体制や支援・受援体制を整備します。

- ・ 熊本県災害時栄養管理ガイドライン（平成 30 年 3 月改訂）を活用することにより、避難所等で食に関する配慮が必要な方（食物アレルギーを持つ方や乳幼児等）が適切な食事を摂取でき、栄養・食生活の相談ができる体制を構築します。
- ・ 県と歯科医師会等の関係機関とで協議の場を設け、災害時の歯科保健医療提供体制の整備を進めます。また、県民や医療関係者に、災害時における口腔ケアの必要性について広く啓発します。
- ・ 難病の患者の災害対策の推進を図るため、関係機関等との患者情報の共有、避難行動要支援者名簿への登録推進、「難病患者・家族のための災害対策ハンドブック」（平成 29 年 12 月策定）の普及などに取り組みます。
- ・ 県及び熊本県がん診療連携協議会は、災害時の活用も想定して、がん相談支援センターを始めとする相談窓口等の一層の周知に努めます。

また、がん診療連携拠点病院等は、災害が起こったときに確認すべき事項を記載できる「がん相談支援センター紹介カード」を活用し、災害時の情報窓口としてのがん相談支援センターの周知を図ることと併せ、災害に備えて常にカードを携帯するよう、患者や家族の方に対して周知を図ります。

<がん相談支援センター紹介カード>

**がん相談支援センター**  
～患者様・ご家族を支えます～

治療のこと 病院のこと  
生活のこと 心のこと  
セカンドオピニオンのこと  
がんサロンのこと  
相談無料 治療費のこと  
仕事のこと 秘密厳守

〒□□□□□□□□ □□□□□□□□□□  
がん相談支援センター  
TEL 000-000-0000  
〈受付時間〉 平日 0:00～00:00

熊本県の「がん相談支援センター」ホームページ：  
<http://www2.kuh.kumamoto-u.ac.jp/Canconsultation/>  
熊本県 がん相談支援センター で検索

治療中はこのカードをお持ち下さい

(表)

災害が起こったとき MEMO

病気のことや治療状況を医療者に伝えられますか？

薬が手に入らない時はどうしたらいいか知っていますか？

かかりつけの病院と連絡がつかない時はどこに尋ねればいいのか知っていますか？

災害時、困った時はココだもん！  
**がん相談支援センターへ**

【緊急時に連絡する医療機関】

①	病院名		
	担当医		
	☎	-	-
②	病院名		
	担当医		
	☎	-	-

MEMO (お薬やアレルギーのことなど)

(裏)