



# 多職種チームで取り組む被災地の 健康支援

---

金沢大学医薬保健研究域保健学系看護科学領域

表志津子、田中浩二

## 2次避難所での活動

- 令和6年1月1日発生した能登半島地震後の被災地では、自宅の復旧や仮設住宅への入居が完了するまでの間、被災者の生活環境を確保するために、金沢市以南や県外のホテル・旅館・民泊への一時的な避難が行われた。
- これらの施設は2次避難所として1月8日から受入れが開始された。
- 石川県内には245箇所、最大5,275人が2次避難し、主な2次避難先は加賀市34施設1,853人、金沢市124施設1,766人、小松市22施設779人であった。(令和6年2月16日、内閣府、石川県)

# 保健学系内での体制づくり

- 1月17日石川県健康福祉部からの2次避難所への派遣依頼
- 1月18日派遣先の加賀市と活動場所・内容を調整
- 保健学系の教員に応援の要請
- 活動希望に賛同した、医師、看護職(看護師、保健師、助産師)、診療放射線技師、理学療法士、作業療法士資格を有する教員を対象に説明会を開催
- Teamsで活動内容、活動方法、加賀市の状況など情報共有し、引き継ぎの効率化、受け入れ先の負担軽減
- 1月22日～2人1組で計49日延べ98人が活動

# 2次避難所での主な活動

- 2次トリアージ

1次又は1.5次避難所から受け入れた避難者が、継続支援が必要かどうか確認

- 継続支援対象者への巡回訪問

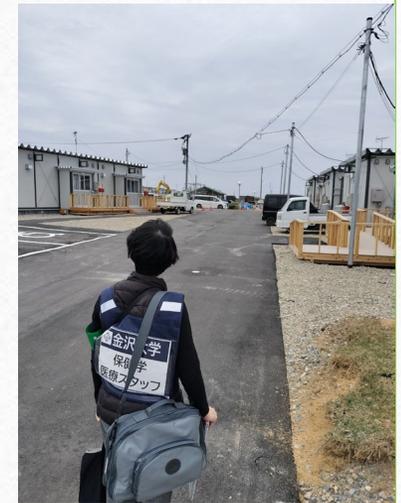
服薬、受診状況の確認、相談を受ける

- 2次避難所での健康相談

知らない土地、知人のいない環境での閉じこもり、フレイルのリスク

# 応急仮設住宅での活動

- 経緯: 4月能登北部保健福祉センター、輪島市と協議  
輪島市から保健学系へ中長期的な継続支援の依頼
- 活動期間: 4月～8月まで
- 主な活動内容:
  - 輪島市内の仮設住宅に入居した方の入居時調査
  - 継続支援対象者の巡回訪問
  - 避難所での健康相談



# 応急仮設住宅での活動

- 入居時調査：健康状況や生活状況などについて  
訪問件数419件、面談108件
- 継続支援対象者の巡回訪問：訪問件数4件、面談4件
- 避難所での健康相談：14件
- 入居者の思いを傾聴、健康状態の確認（血圧測定や今後の生活への不安等）、フレイル予防に関するリーフレットの配布、運動指導
- 高齢者単身、高齢者夫婦、高齢者と息子の世帯
- 県外の子供宅に身を寄せたが戻って仮設入居した方など背景は様々

# 健康づくりのひろば

- 輪島市仮設住宅集会所で居場所づくり、こころのケアを目的とした「健康づくりの広場」を8月以降毎月開催
  - ①フレイル予防
  - ②足湯、フットケア
  - ③健康相談
  - ④リラクゼーション
  - ⑤くつろぎ、憩いの場

参加者数:92名(確認出来た方)  
性別:男性15名、女性77名  
平均年齢:71.6歳  
(8月70.5歳、10月73.0歳、11月75.5歳、  
12月76.1歳)  
2回以上参加:20名(平均年齢78.2歳)

主催: 金沢大学 医薬保健研究域保健学系  金沢大学 KANAZAWA

## 健康づくりのひろば

### 開催のお知らせ

市民の皆様 どなたでもどうぞ

参加費 **無料** 2024年11月30日(土) 申込み **不要**

午前 10:00 ~ 12:00  
午後 1:30 ~ 3:30

会場 マリナタウン競技場内仮設団地集会所 (キリコ会館向かい入る)

**健康相談** (午前/午後) **交流カフェ** (午前/午後)

**足湯** (午前/午後) **交流カフェ** (午前/午後)

からだ・こころ・生活のことなど、なんでもお気軽にご相談ください  おいしいお茶でほっと一息、学生達がお待ちしています 

**からだ測定** (午前/午後) **肌も心もいきいき美容教室** (午後)

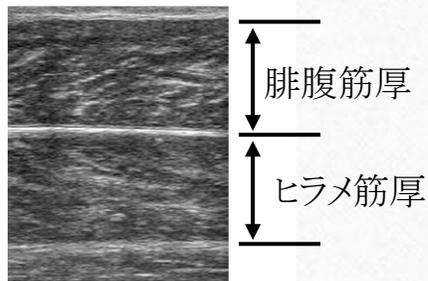
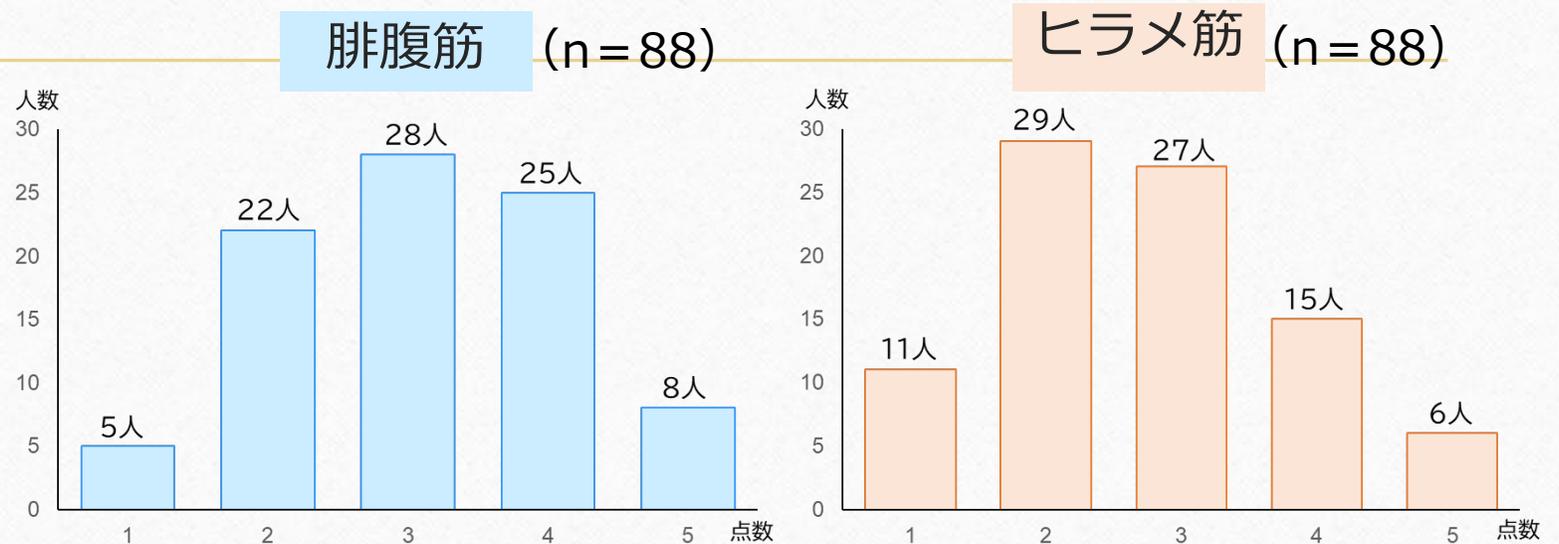
今の筋肉の健康について調べ、今後、健康のために気をつけることを考えましょう  14:00~15:30 資生堂さんによる美容教室 先着40名様

金沢大学保健学類の医師・保健師・看護師・理学療法士・学生がひろばを開催します

お問合せ  
金沢大学医薬保健研究域保健学系 田中浩二  
☎ 076-265-2500 (代表) ✉ ktanaka@staff.kanazawa-u.ac.jp

# ①フレイル予防

- ふくらはぎの筋肉の厚みを測定し、性別、年齢別に5段階で筋肉の状態を確認しています



## 【8月～12月の結果】 (n=88)

- 腓腹筋は3、ヒラメ筋は2と判定された人が最も多かった
- 2回以上来られた方は19名で、今のところ筋肉の厚みに大きな変化はない
- 参加者の点数への関心は高い
- 健康が維持できているか、確認できるとのご意見があった

## ②足湯、フットケア

- フレイル予防のための足の観察・アセスメント
- 爪切り困難な方、皮膚の乾燥している方への対応
- 治療が必要と思われる方を受診につなげる
- 日常のおもいをゆっくり聞かせていただく



## ③健康相談

- 専門職(医師、保健師、看護師、理学療法士)が来ていることへの期待
- 受診まではしていないが、気になる症状があって相談
- 血圧、服薬、持病の受診についての相談



## ④リラクゼーション

- 身体と心の癒しの時間
- 資生堂、ナリス化粧品との共催  
    ハンドマッサージ、リラクゼーション
- 音楽(二胡)



## ⑤くつろぎ、憩いの場

- 茶飲み仲間を増やす
- 仮設住宅は友達を呼びにくい、話が出来ないことを話していく
- 友達との待ち合わせ場所に利用
- 滞在時間が長くなり、笑顔が見られる、集会所内がにぎやかになる



# 活動に参加した学生の感想

- 活動は手探りなことも多かったが、多くの方に来ていただき、笑顔で帰って行かれたのが印象的だった。
- 仮設住宅で暮らす人々がどのような心境にあるのかがわからなかったため、訪れた人それぞれの様子を見ながら関わった。問題を抱えている人は今回のようなイベントに参加しない人が多いと思われるため、そういった人々を見つけるためには、参加者の知り合いで困ってそうな人がいないかといったことを尋ねられるように、仮設住宅に暮らす人々のつながりが大切に感じた。
- 実習でも先生方が患者さんと関わるころはあまりみる機会はないので、先生方の被災された方との関わり方から学ぶことも多くあった。貴重な経験をさせて頂きありがとうございました。

# 活動に参加した教員の感想

- 降圧薬を使用しているにもかかわらず、血圧が非常に高かった。適度な運動・活動ができるような支援が必要である。人と関わらず、また一緒に住んでいる配偶者との会話が少ない様子がある。笑顔をつくれる環境の提供が必要ではないか。
- 震災直後に比べると体力が落ちた、家に籠ることが多くなったと話していらっしゃる方が気になった。
- 血圧や筋肉量測定といったものは、健康ニーズに関わる話を引き出すための良いきっかけになった。
- 前回参加いただいた男性の方がリピーターになってくれた。看護の先生、学生さんとの懇談で小一時間ほどいてくれた方が目立ち、この活動のメインは”繋がりがり”なのだと思った。

# 今後の活動予定

- 健康づくりの広場を通して居場所づくり、相談、こころのケアを継続する
- 被災前・被災後から現在までの生活と健康状態の経過、避難所や仮設住宅での生活への思い等についてインタビューを行い、健康に対する人々のニーズに沿った活動を継続する

自治体の皆様、活動に参加いただいた皆様、教員・学生、事務の皆様  
に感謝申し上げます。今後とともに、復興にむけた活動を続けます。

