NPO 法人ウェルビーイング

講演会「歯科保健チームによる復興支援　災害時にできること」報告書

東日本大震災から４年が経ちました。被災地の現状はどのようになっているのでしょうか。2011 年から継続されている「宮城県女川町での地域歯科保健活動」と「九州での取り組み」をお話しいただき、自分たちにできること、準備する事などを考えました。[2015 年 12 月 23 日]

〒810-0041
福岡県福岡市中央区大名 1 丁目 15-24
電話: 092-771-5712
FAX: 092-741-8037
電子メール: jimukyoku@well-being.or.jp
Web: http://www.well-being.or.jp

目次

１．　宮城県女川町におけ４年目の活動紹介　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　２

２．　現地に行かなくてもできる復興支援　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　３

３．　災害前に歯科医療者ができること―宮崎市での活動紹介　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　６

４．　グループディスカッション　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・　９

５．　参加者の声　・・・１０

６．　クインテッセンス出版株式会社ホームページの紹介　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・１２

1．宮城県女川町における４年目の活動紹介

中久木康一（女川歯科保健チーム）

東日本大震災後に女川町に通っていますが、もともとは、ウェルビーイングさんとのご縁ともなりました、野宿者支援から始まっています。新潟県中越地震が発生したときに、野宿者支援の仲間と長岡市に行き、避難所に寝泊まりしながら 24 時間の保健室をたちあげて運営したことから、災害時の歯科保健医療体制に関する厚生労働科研を担当させていただきました。その後、災害の関係のご縁が続いており、コーディネートに関わることが多いですが、実は、東日本大震災後に女川町にたどりついたのもまた、野宿者支援をされている大阪の渡邉先生からの情報発信からでした。

女川町では、当初は、木村裕先生のされていた歯科救護所のお手伝いとして関わりました。人的、物的、資金的な支援を全国からもいただき段々と充実してきましたが、6 月には避難所における救護所は閉鎖となり、病院横の建物内における歯科救護所（事実上の仮設診療所）のみとなりました。7 月までは、厚生労働省や日本歯科医師会の連携のもとで 1 週間単位で歯科チームが派遣されてきて、散在する避難所を巡回してくれていました。8 月、9 月と、我々が変則的な形で避難所巡回を継続し、10 月からは、木村裕先生を代表に歯科衛生士を中心とした「女川歯科保健チーム」にて、震災復興基金事業「歯科口腔保健支援事業」として保健センターの保健師や看護師とともに仮設住宅の巡回をしました。11 月には、仮設歯科診療所が正式に立ち上がりました。

2011 年度後半から、介護スタッフへの口腔ケアの研修会などを行い、高齢者施設に定期的に訪問して口腔のチェックやケアのアドバイスなどを行っています。また、町民の健康イベントでは歯科コーナーを設けていただいています。2012 年度からは、町内の保健医療職で合同の摂食嚥下に関する研修会を開催するとともに、特定健診の結果説明会での歯科相談、事業所へ出張しての歯科相談、子育て支援センターでの歯みがき相談などを行ってきました。2014 年度には、保育所での歯みがき指導に関わらせていただき、2015 年度には小学校での歯みがき指導にも関わらせていただいています。

違う角度からのアプローチとして、2012 年度にはイーガー歯ブラシ、そしてイーガークリアファイルを作成しました。2014 年度にはイーガーまんが歯みがき編を作成し、多くの方に歯科への意識をもっていただけたらと考えています。

女川町は復興 8 年計画であり、ようやく半ばが過ぎたところです。まだまだ生活環境は整わず、人口動態は変化しつづけています。しかし、まさに今日、女川駅前商業エリアが開業し、着実に新しい女川町ができてきています。この先どうなるかははっきり見えてはいませんが、女川町が復興したと宣言するまで、歯科という側面をサポートしつつ、共にありたいと考えています。

２．現地に行かなくてもできる復興支援

太田秀人（福岡県太宰府市開業）

3・11 の後、私は日本歯科医師会を通じて、発災 2 ヵ月後の 5 月 15 日から 1 週間、宮城県南三陸町に歯科医療支援に入りました。当時は電源一部回復、断水下という状況で、さらに行政、警察、消防などの中枢機関が物的、人的にも壊滅的被害を受けていたため、様々な情報が錯綜し、我々が支援活動を行う際に頼りになるはずの行政・保健・福祉などの職員は、その多くが他県からの支援チームによる「日替わり運営」に近い状態でした。

帰福後に私は「日頃の備えと連携が大切」と考え、福岡での支援活動は「人と人を繋げること」「誰かと繋がること」をテーマにしようと決めました。

まずは 11 月に、九州から被災地入りしたチーム（歯科医師会、歯科衛生士会、大学、保険医協会、薬剤師会など）が集まり、南三陸町からは歯科医の小野寺先生をお招きして談話会を行いました。お互いの経験や思いを共有するだけでなく、現地の方が自らの被災体験を我々へ教訓として伝え残す機会となったことで、復興支援という意味でも有意義でした。
次に、当医院の患者さんが「絆創幸」という復興支援ボランティア団体を立ち上げたので、一緒にチャリティーイベントを開催することになりました。
私はそこで集まった義援金を渡すため、震災一周忌の時に、元避難所代表の佐々木光之さんが再開した書道教室を訪れたのですが、その後に届いた一通の手紙が次の新たな出会いを繋げてくれました。
その差出人は、教室の生徒さんでした。彼女はまだ中学一年生だというのに、感謝の気持ちを毛筆で便箋いっぱいに綴り、「誇里（ふるさと）」「実夢（じつげん）」「海心（おもいやり）」という作品も同封してくれていたのです。その文字に込められた思いに感動した私達は、早速、彼女を福岡へ招待することにしました。その企画は夏休みを利用して、宿泊は太宰府でのホームステイ、歓迎会の料理はみんなで持ち寄り、交流会は地元の書道教室の生徒達との競書大会と夏祭りへの参加など、全てが地域を挙げて歓迎するものでした。

また翌日に開催した談話会では会場設営を絆創幸さんが行い、講演では被災地入りしたチーム（行政、DMAT、歯科衛生士会、薬剤師会など）も参加して、彼女の自宅での被災体験などを聞いて「地域」や「多職種連携」の重要性を学ぶだけでなく、彼女にとっても「福岡の人に伝えたい」思いを実現する場となりました。またこの日の昼食は「誰かに食べさせる」ではなく「自分で食べる技を身につける」ように、参加者自らが九州の食材で作った手料理を持ち寄って「九州料理 VS 東北料理対決」となる「弁当の日」を開催し、歯科から発信する「食を通じた支援活動」となりました。
これらの経験から他のボランティア団体とも繋がる機会が増えはじめ、次は福島の子ども達の保養企画へと発展し、2012 年の冬にはプレイベントとして、太宰府市の団体が中心となって「ふくふくあったまるシェ」を開催しました。当日は被災地支援団体による炊き出し、フリーマーケットの出店やコンサートなどのほか、九州北部豪雨で被災した八女市の山村塾さんも出店してくれました。
さらに 2013 年、2014 年には福岡市の団体も加わって「ふくふくあそびマルシェ」を開催し、糸島の海水浴場でスイカ割りをして親子で遊ぶ姿を見て、スタッフとして参加している我々までもが、その何気ない日常の有り難さに気づく機会となりました。2015 年にはこの企画をエフコープさんが引き継いで主催してくださることとなり、さらに協賛の輪が広がっていきました。

こうして「現地に行かなくてもできる復興支援」活動の開催、運営を通じて集まった医療・行政関係・民間ボランティアのメンバー達の情熱は、さらに新たな繋がりを生み、平時からの「顔の見える関係作り」となって、きっと次の災害時の初動においても、歯科医師会と関係諸機関、民間ボランティア団体などが迅速かつ機動的に動ける支援体制に繋がっていくと思います。

「 NPO法人ウェルビーイング 講演会」
2015・12・23

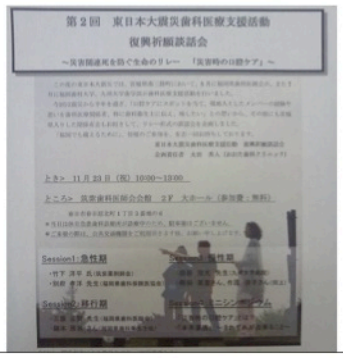
現地に行かなくても出来る復興支援

おおた歯科クリニック
院長　太田秀人
（福岡県太宰府市開業）

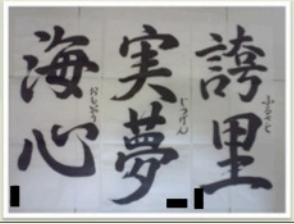
「つなげる」

「つながる」

2011　第2回　復興祈願談話会



2011　絆創幸、2012　絆創幸2



2012　夏休み

2012　第11回 復興祈願談話会
絆創幸3　～「医療支援・栄養支援」～

タラワタ

2012
ふくふくあったまるシェ
12.23 10:00 Open!
EVENT
産直野菜販売

2013〜14
ふくふくあそびマルシェ♪

2015 桜キャンプ
おいでよ！元気っ子 2015桜キャンプ
ようこそ！福岡へ
福島県いわき市のみなさま

３.災害前に医療従事者ができること−宮崎市での活動紹介

後藤　大（宮崎「食べる」を支援する会）

歯科衛生士による「口腔ケア」の認知度を高めよう！ということを最初の目標として、宮崎「食べる」を支援する会の活動をしていく中で、

- 米山武義先生が Lancet に投稿された、口腔ケアを行うことにより肺炎発症のリスクを４０％減らすことができたという論文・近年日本人の死因第３位が脳血管疾患に代わる程、肺炎で亡くなる方が増加していること
- 大規模災害時の口腔ケアに関する報告集によると、避難所において口腔内清掃不良、義歯の紛失、免疫低下による誤嚥性の肺炎が増加するとの報告
- 東日本大震災後において気仙沼では肺炎のアウトブレイクが起こったこと

等を踏まえ、今後南海トラフ巨大地震が発生し多大な被害が予測される宮崎市において開業歯科医師として何ができるかということを考えました。

まずは自分たちの地域の施設を訪問し災害が起こった際、避難所等において口腔ケアを行うことでせっかく生き延びた命を肺炎で失ってしまうということがなくなるよう施設利用者や施設職員に説明を行い、「災害時の口腔ケアグッズ」を寄贈し非常避難袋に入れる。もしくはそれに近いところに保管してもらう。

以上のことを広く地域の方々に災害時の肺炎の予防法について知っていただくことを会の活動の中心として行っております。

また、「２０２５年問題」とも言われている高齢化率の増加に対し、宮崎市がより良い地域包括ケアのあり方を模索する中で、歯科としてどうあるべきか、どう関わっていくべきかということを考えた際、今後増加するであろう在宅患者における栄養摂取困難者に向 NST(Nutrition Support Team：栄養サポートチーム）の視点を持つことで地域を見守る仕組みづくりの一員として歯科が認められればと考えています。

地域包括版 NST では、患者家族、ケアマネ、歯科衛生士、栄養士、デイサービス、訪問介護、訪問看護、言語聴覚士、医師、歯科医師等の医療介護関連職種が中心となり栄養摂取状況を多方面からの視点で見守ることで、在宅高齢者にありがちな、低栄養状態による虚弱、老年症候群、その状況下においての誤嚥性肺炎のリスクを早期に抽出し介入につなげることができればより安心して地域で過ごしていただけるのではないか考えます。

災害時においては、地域包括版 NST の仕組みの中で、見守る目を患者さん中心から避難所に来られている災害弱者向けに視点を変えることで、平時より他職種間の連携がスムーズに行われ続け、その結果平時より行われていることが災害対策につながれば、震災関連死の中での肺炎の割合をいくらか減らせるのではないかと考えます。

今後、不幸にして災害が起こってしまった時にも肺炎で亡くなる方が少しでも減少するように、２０２５年に向け地域包括、多職種協同で本当に必要とされる歯科になるために活動を続けていきたいと考えております。

NPO法人ウェルビーイング講演会

災害前に歯科医療者ができること

～宮崎市での活動の紹介～

日本のひなた宮崎県

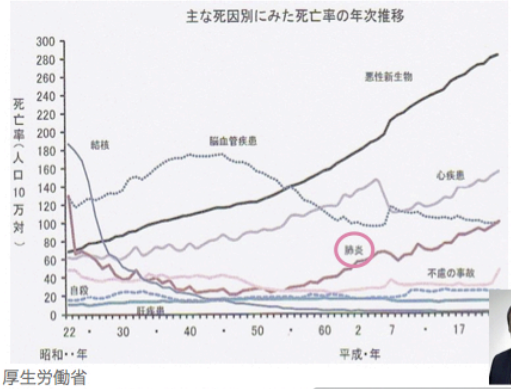
宮崎「食べる」を支援する会　後藤　大

口腔ケアは肺炎・誤嚥性肺炎をどの程度防げるのか？
この点については、
米山歯科クリニック院長の米山武義氏、
東北大学老年・呼吸器内科名誉教授の佐々木英忠氏らによる、
全国 11ヵ所の特別養護老人ホーム入所者 366 人
(平均年齢 82 歳)を対象としたランダム化比較試験がある。
〔Lancet 1999; 354(9177): 515〕

Lancetとは、世界で最もよく知られ、最も評価の高い世界五大医学雑誌の一つ

対象を積極的な口腔ケアを受けた口腔ケア群と従来ケアの対照群にランダムに割り付け2年間追跡したところ,
肺炎発症率は口腔ケア群の11%に対して対照群では19%と有意に高い(相対リスク 1.67,95%CI 1.01~2.75,P=0.04)

口腔ケアによって
肺炎発症のリスクを約40%防げる
可能性が明らかになった。

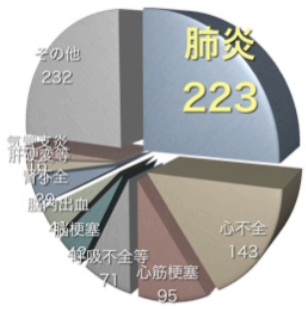


厚生労働省
平成23年人口動態統計月報年計によると**日本人の死因第３位は肺炎。**
死亡数全体の9,9%→**約１０人に１人は肺炎で亡くなってる。**

災害時の肺炎発症機序

平成21年12月 厚生労働科学研究費補助金(健康安全・危機管理対策総合研究推進事業)
「大規模災害時における歯科保健医療の健康危機管理体制の構築に関する研究」研究班
大規模災害時の口腔ケアに関する報告集より

阪神淡路大震災 震災関連死死因別割合



避難所の肺炎予防―神戸の経験を生かすために―
神戸市保健福祉局健康部 渡辺雅子、田中義弘
神戸常盤大学短期大学部口腔保健科 足立了平

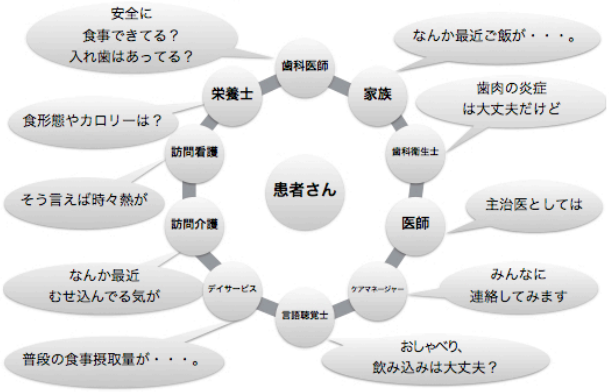
東日本大震災後に気仙沼市内で発生した 肺炎アウトブレイクの実態調査

気仙沼市立病院 埼玉医科大学国際医療センター 助教 大東 久佳
(共同研究者) 長崎大学熱帯医学研究所 助教 鈴木 基

東日本大震災後、気仙沼市では入院肺炎症例数が急増した。
低温、人口密集、生活環境の 悪化が、その原因として考えられる。
避難所からの入院肺炎症例は多かったが、死亡率は低い傾向にあった。
介護施設からの入院症例の多くは高齢者であり、死亡率が高かった。
介護施設入居者の多くは疾病を抱えた高齢者であるが、介護施設は避難所と比較して医療支援チームの援助は手薄になりがちである。

歯科の立場から、非常避難袋にあったら安心だなと思う口腔ケアグッズ

地域栄養サポートチーム



災害発生時の歯科医療救護

日頃からの栄養サポートの観点を持つことで肺炎による震災関連死を減らせる！？

来るべき災害に向け

次の震災時には肺炎で亡くなる方が減少するように！

１０年後の２０２５年に向け

地域包括、他職種協働に本当に必要とされる歯科になるために！

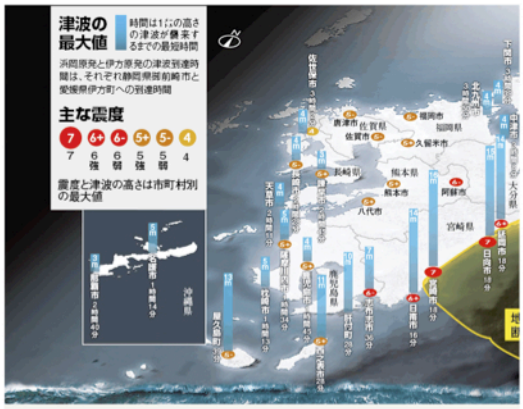
4．グループディスカッション

NPO法人ウェルビーイング
歯科保健チームによる復興支援
災害時にできること

後半
グループディスカッション

2015年12月23日（祝）11:00～12:00
福岡県歯科医師会館4階第4会議室

南海トラフが起きました！



あなた（個人）は、、、

- 1）被災地において、どういう支援に関わりたいですか？
- 2）非被災地において、避難している人、避難してきた人たちに対し、何ができることがありますか？
- 3）いま、大災害に向けてできること、やっていること、やろうとしていることは？

それぞれについて、具体的に計画をたててください

- どういう形で人材を確保しますか
- どういう形で財源を確保しますか
- どういう形で運営しますか
- まず、どこに、何を、どうしますか

５.参加者の声

星野行孝（福岡歯科大学四年）

3.11 の大震災から気がついたらもう五年が経っていました。私はあの時は東京(吉祥寺)の大学生でしたが春休みのため実家に帰っており、直接本震を経験してはいないのですが、その後の余震や世間の自粛ムード、原発事故をめぐる計画停電などは、３月になるとよく思い出します。

その後、歯科大学に入学後(国家試験の出題基準となっているためか)災害時の歯科対応の講義があっても主に制度的な話だけで「想定外」という言葉が流行したあの災害の様な事態にお役所的な知識だけでは役に立たないだろうと不満に思っていました。

今回の講演会で中久木先生や太田先生、後藤先生の東北での活動や経験を通じての話や色々な職種の方々とのグループディスカッションを通じ特に考えさせられたことは普段の治療に災害対策がある事と災害時の高齢者の口腔ケアについてでした。卒業後私の世代が診る患者さんは主に高齢者の方々になると色々な先生方から言われています。将来私が地域や介護施設などで診療して行く時に、もしこの場で災害があったら？その前に出来る事は？という発想を忘れずにいたいと思います。

大変勉強になり面白い講演会でした。

久保山　裕子（歯科衛生士）

後藤先生の宮崎での取り組みをお聞きして、災害に備えることやネットワーク作りを積み重ね、広げておられることをすごいと思いましたし、日頃からの取り組みが災害だけではなく地域で必要とすることにも対応していけるのだと感じました。見倣っていきたいと思います。また太田先生の被災地のために福岡で行っておられる、子どもたちの受け入れやイベントなどについて聞き、自分にも何かできることはないだろうかと考えるようになりました。グループワークは短い時間の中でしたが参加者の意見を聞くことができました。中久木先生がコーデュネートする研修会は何回か受講経験があるのですが、考える・話を聞く・意見を聞く・意見を言う等、短い時間を有効に使ってくださり充実した内容でした。今回もわかりやすく、考えさせられる、それでいてさわやかさが残る研修会でした。また機会があれば参加したいと思います。ありがとうございました。

新川　美砂子（歯科衛生士）

2005 年福岡西方沖地震から 10 年が経ち、身に降りかかる「災害」の感覚が薄らいできていると思います。そんな中で今回の講演会はとても学びの多いものとなりました。

私は口腔保健指導をする立場から公民館で肺炎予防の話しをする際、災害時の口腔ケアの方法を最後に付け加えるようにしています。日常から心構えを忘れないで欲しいという気持ちからです。平常時と災害時は相反する位置にあると私の頭の中でいつも思っていました。それを覆す内容が後藤先生の講演でした。NST(栄養サポートチーム)は各病院に積極的に設立されている昨今。患者さんが退院したら「地域包括版 NST」があると安心して暮らせるのでは？患者と関わる家族・医師・歯科医師・DH・ケアマネ・栄養士・訪問看護・訪問介護・デイサービスなどが連携をとります。これを災害時の歯科医療救護にも応用してはいかがか、というのが後藤先生の案で、災害弱者の周りに専門職種を囲み、そのまた周りをボランティア・行政・自治体・保健師・地域住民が見守りやお手伝いをします。災害時に何をすれば？ではなく、日頃からやっている NST の観点の角度を少し変えるだけで肺炎による震災関連死を減らせるのではないでしょうか…

私は、日頃の延長上に災害救援法があるのかもと思うだけでとても気が軽く、明るい気分になりました。他業種にとって必要とされる歯科…その一員になれるように微力ながら日々頑張ろうと思いました。

藤田孝一（歯科医師）

震災からもうすぐ５年経とうとしています。私が中久木先生らの女川ツアーに参加したのは 2012 年５月でした。特にプロジェクトもなく、ある程度落ち着いたんで、定期的な訪問という感じで、いろいろ見学させていただきました。当時は何も考えずに参加することに意義があるくらいにしか思ってなかったのですが、改めて今回の講演会に参加してよくよく振り返ると、なんの役にも立ってない自分が恥ずかしく感じました。

当時の自分は自ら現場に行くという発想が全くできませんでした。現場に行かないという時点で非常に心苦しく思いました。しかし今回の講演会に参加して、現場に行くことはもちろん良いことだけれども、現場に行かなくてもできる支援があるということを再確認し、少し心のつかえが取れました。なかでも後藤大先生の取り組みは、地元の歯科医師会で行っている活動を、震災が起きたらそのまま移行しましょうというものでした。普段は対象者が患者さんとか地域の方々であるのが、もし震災が起きたら対象者を被災者と置き換えるだけで、すぐに活動できるようにシステム作りをされていました。このシステムならば震災が起きなくてもずっと稼働していけますし、私のようにすぐに現場に行く勇気がなくても参加しやすいのではないかと感じました。これからの広がりにも期待したいと思います。

6.クインテッセンス出版株式会社ホームページの紹介

講演会の様子が、クインッテセンス出版株式会社のホームページと新聞 QUINT2 月号に掲載されました。

掲載 URL：http://www.quint-j.co.jp/web/topic/topi.php?id=1834

NPO法人ウェルビーイング講演会開催

「歯科保健チームによる復興支援―災害時にできること」をテーマに

ログインされますと、関連書籍が表示されます。
会員でない方はこちら
（※関連書籍がないトピックスは表示されません）

さる12月23日（水）、福岡県歯科医師会館（福岡県）において、NPO法人ウェルビーイング講演会「歯科保健チームによる復興支援　災害時にできること」が開催された。

開会後、2011年の東日本大震災の発生以降、現在もなお継続して宮城県女川町において地域歯科保健活動を行っている中久木康一氏（医歯大大学院顎顔面外科学助教）による講演「宮城県女川町における4年目の活動紹介」が行われた。中久木氏は、現在に至るまでの歯科保健活動の変遷や復興状況ついて、多数のスライドを示しながらわかりやすく説明した。また、支援活動を継続していくうえにおいて、地元住民の目線で支援を行う大切さについても述べた。

引き続き、太田秀人氏（福岡県開業）による事例紹介「現地に行かなくてもできる復興支援」が行われ、東日本大震災時の宮城県南三陸町における歯科医療支援活動で出会った人と人とのつながりによる「支縁」を強調するとともに、そのつながりから実現した食を通じた支援活動や被災地の親子を招いた自然体験など、被災地外からできる支援活動について、さまざまな取り組みを紹介した。後藤　大氏（宮崎県開業）による事例紹介「災害前に歯科医療者ができること―宮崎市での活動紹介」では、介護施設への定期的な訪問活動や歯科医師会活動などを通して、誤嚥性肺炎予防のための口腔ケアの重要性や、食べることを支えるための歯科の役割を地域住民に発信していることを披露。また、地域住民を中心に多職種が協働して健康を支える地域包括ケアシステムの構築が、災害時における災害弱者への支援にも活用できるとしたうえで、地域づくりに歯科として積極的に参画する必要性を挙げた。

その後、歯科医療従事者のみならず歯科学生、地域の支援団体関係者も参加したグループディスカッションが行われ、被災地と被災地外からできる支援活動について、熱心な意見交換が行われた。