

## 改訂の目的

2011年の東日本大震災以降、災害時の心のケアの必要性が広く認識されるようになり、佐賀県でも「災害時心のケアマニュアル」の初版が2013年3月に発行されました。

その後、熊本地震や西日本豪雨災害などの大規模災害が発災し、かつ県内でも令和元年・令和3年の豪雨災害等の大規模災害から事件・事故までを含め、様々な健康危機事象が発生し、我々はそれぞれの立場で対応する中で災害に対する知見を集積してきました。

また、発災時の佐賀県の指揮命令系統も更改され、様々な災害支援チームの連携が進み、情報共有の様式や手段も改変・整備されています。

以上のことを鑑み、この度マニュアルの改訂を行う事としました。

## 1 マニュアルの趣旨

### 1. 災害時における「心のケア」の必要性

災害をはじめとしたさまざまな健康危機事象の際に感じる不安や苦しみは、人間として自然な感情であり、ほとんどの人は専門的なケアを受けなくても、数週間から数ヶ月かけて自力で回復する力(レジリエンス)を持っています。このレジリエンスは、自宅や地域での暮らし、友人、家族などの存在、思い出などと紐づいて存在し、我々の精神的安定や回復を支えています。しかし、災害時はこの安心・安全に紐づいた環境や人や思い出までもが大きく奪われてしまい、自然な回復が困難になっています。

「心のケア」により人に備わる自然な回復力を高めることで、災害関連死や長期的な精神疾患の増加を抑制し、地域社会の回復力を支えることにつながります。したがって、災害時の心のケアは、被災者の生活再建とコミュニティの復興に不可欠な要素といえます。

### 2. 本マニュアルの目的

大規模災害時のみならず、比較的小規模の自然災害や人為的な事件・事故等でも心のケアは重要です。本マニュアルでは、そのような様々な危機事象に臨んで現地で支援にあたる全ての支援者に使って頂くことを想定しています。

また本マニュアルは、支援にあたる際に必要と思われる基礎知識をまとめたもので、支援者が災害時の心身の反応や心のケア活動について正しい知識を得ることを目的とします。



