

書評

酒井明夫, 丹羽真一, 松岡洋夫 監修
大塚耕太郎, 加藤 寛, 金 吉晴, 松本和紀 編
災害時のメンタルヘルス

塩入俊樹

1995年1月17日の阪神・淡路大震災を契機として、災害時の「こころのケア」が本格的に行われたのは、2004年10月23日の新潟県中越地震である。当時、新潟大学に所属していた評者は、災害精神医学という未知の分野に飛び込み、今でも旧山古志村に定期的にお邪魔している。そういう経緯で、本書の書評という大役を命じられたものと思う。

本書を開いてまず驚いたのは、総勢73名という執筆者の多さである。災害精神医学という領域がクローズアップされてきているだけでなく、すべての執筆者が第一線の専門家であり、これほど多くの専門家が東日本大震災に関わっていることに、正直、感動を覚えた。

次に目次を見て、その内容の多さ、濃さに感心した。本書260ページには、9つの章、そしてその中に70以上の項目がある。災害時のメンタルヘルスの必要性から始まり、直後・急性期における支援について、サイコロジカル・ファーストエイド(PFA)や惨事ストレス、メディア対応や災害派遣精神医療チーム(DPAT)など、さまざまな角度から十分に記述されている。さらに、認知行動療法やサイコロジカル・リカバリー・スキル(SPR)など、実際の介入方法から、子どもや高齢者、原発災害など、特に注意すべき支援対象についても、それぞれ独立した章を作って詳細に述べられている。もちろん中・長期の支援についても、阪神・淡路大震災の経験を踏まえて書かれている。つまり本書は、災害時の「こころのケア」の総論から各論まで、最新の内容も含め

てよくまとまった良書と言えよう。

特に、最後の第9章は、最大の特徴である。それは「実践編」と称して、東日本大震災で、いったいどんなことが行われていたのか、34の専門機関、専門チームがそれぞれの実際の活動とその問題点を赤裸々に綴っている。石巻市内で急性期のこころのケア活動をさせていただいた5年前のことを、鮮明に想い出した。本書の序において、監修の一人である松岡洋夫教授(東北大学院・精神神経学)が「今回の震災の経験をまとめて、それを後世に伝える作業が必要」(p.V)と述べているように、この章が本書の目的の1つであることは間違いない。震災から5年が過ぎた今、われわれ精神医療に携わるすべての者には、第9章を精読し、これをそれぞれの心に「宮古市の大津波記念碑」、さらには「陸前高田市の奇跡の一本松・希望の一本松」として留めておくことが求められている。

2016年4月14日、熊本地震が起きた。この書評を書いている間にも被災地に入り「こころのケア」活動をされている諸先生方に敬意を表したい。本書は、災害立国である日本に住む精神医療従事者には必読の書である。最後に、「わが国の災害精神医学のバイブル」とも言える本書を、執筆・編集・監修された関係者の皆様方に御礼申し上げます。

(岐阜大学大学院教授・精神病理学)

●B5 268頁 2016年3月 定価: 本体3,200円+税 医学書院刊