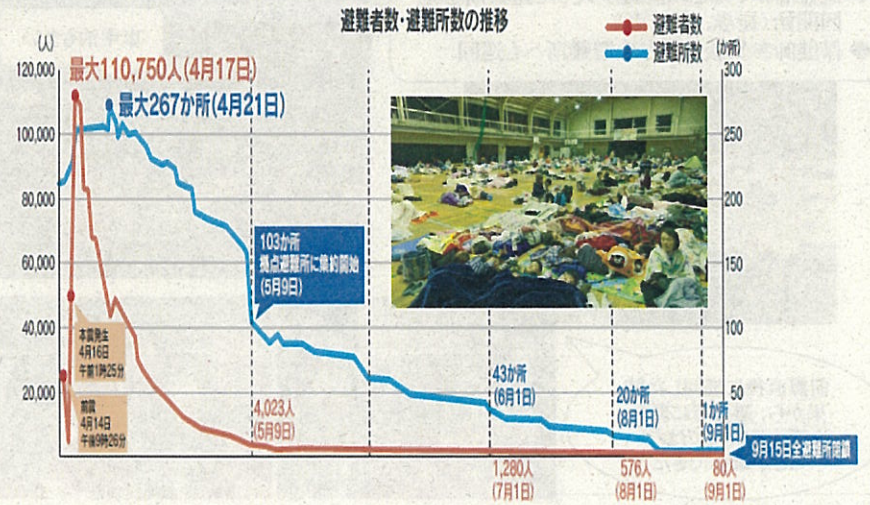


熊本市における避難者数及び避難所数の推移

避難所状況



熊本地震における保健活動

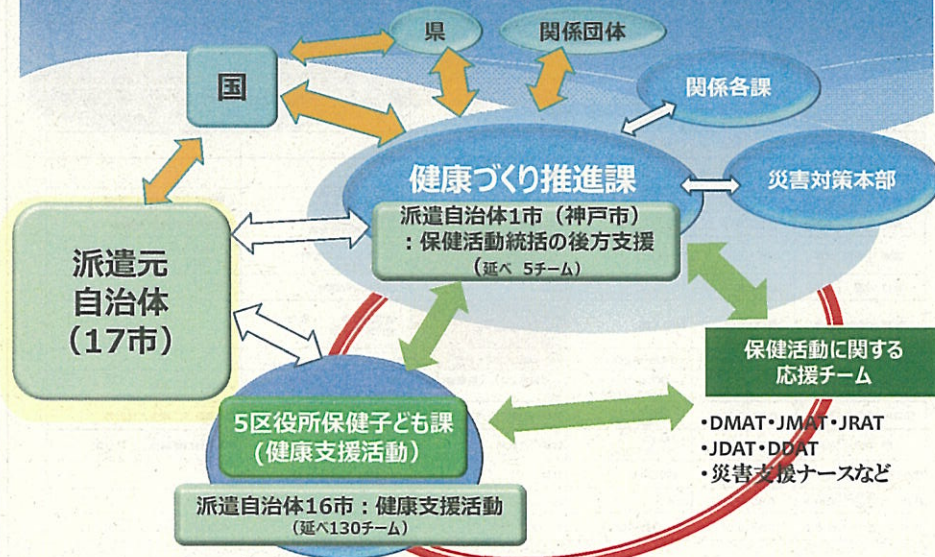
～健康づくり推進課・各区役所保健子ども課の活動～

健康づくり推進課
田中 すみ子

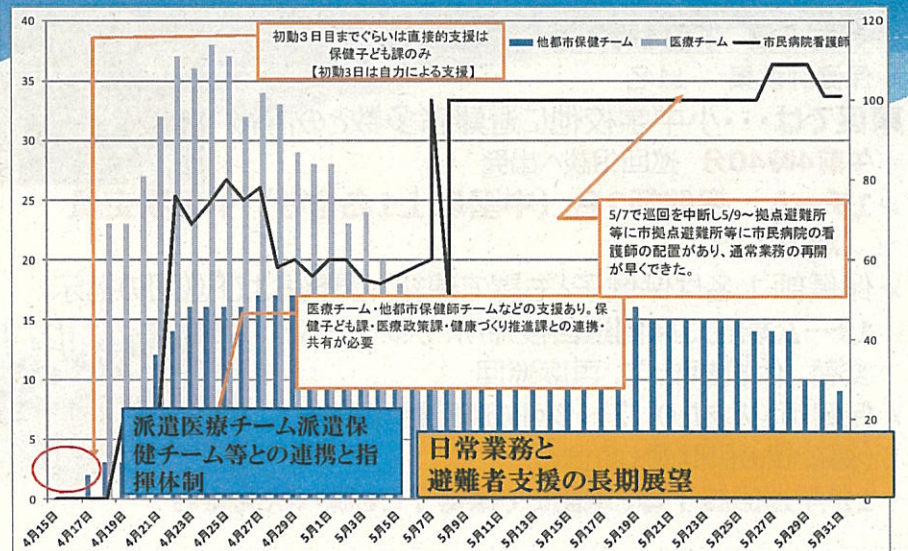


保健活動の体制 (応援体制の整備)

4/16～他都市派遣保健師チームの応援要請及び調整



保健医療従事者の派遣状況



熊本地震発生直後の保健活動

前震発生直後、避難所の状況確認（12か所）

- ◆ 避難者がいるとの情報が入った避難所を巡回開始（徒歩、自転車）
- ◆ 保健師参集後、遠方の避難所へも巡回



車中泊も多い



4/14深夜～15
早朝の様子

前震直後に巡回した結果から、避難者に緊急を要する状況ではないことが確認できた



平成28年4月16日午前1時25分本震発生

パニックの避難者を1階へ避難誘導

- ◆ 3階の避難者（約120名）を誘導
 - ・避難者の安全が確保出来ないとの判断
 - ・当直当番の職員5人で、3階の避難者を1階に誘導
 - ・避難者の中には、**視力障害者、乳児を連れた母親、杖が必要な高齢者等**、支援を必要とする避難者が多数
 - ・一旦、階下に降りた避難者が荷物を取りに上がってくるのを制止（警備員の協力あり）



- ◆ 救護
 - ・1階および駐車場は多数の避難者で溢れ、**救急車や救護の要請**が相次ぐ。
 - ⇒ **命に関わる傷病者以外は、現場対応**
 - ・余震が続く中、散乱した救護物資をかき集め、玄関脇に**臨時的救護所**を設置。怪我をした避難者が次々に臨時救護所へ。



熊本地震本震発生直後の保健活動

全避難所への巡回相談・状況把握

4月16日 午前1時25分 本震発生

* 保健師参集 11名

東区では・・・小中学校他に避難者多数との情報

* 午前4時40分 巡回相談へ出発

➢ 1チーム：保健師2名（中堅以上1名含む）+事務吏員（運転）

➢ 保健師1名は保健子ども課で連絡、調整および巡回の指示

* 1チームあたり3時間巡回後帰所、次のチームと交替。休憩を取って、再度巡回

➢ 保健師1人あたり、2～3回の巡回相談実施（福祉課の保健師1名含む）

* 1か所巡回終了毎、電話にて保健子ども課へ状況報告



熊本地震発生直後の保健活動（4月16日）

避難所からの状況報告の一部（約15000人が避難）

避難所巡回		（4月16日 4:40～18:30）					
場所	校区	到着時刻	誰がいつたか	避難者数	被害者数	要求	備考
健康 小学校	健康	5:08	山本・東	・200人	1人	なし	・左大扉骨、両目打撲1名・妊婦3人 ・運動場のみ開放、車内で待機
託麻北 小学校	託麻北	5:10	森高	・車100～120台 ・約500人	なし	水不足	・AEDあり ・電気あり
マリスト 学園	健康	5:20	山本・東	・車30台・寮生17人	なし	なし	
スボーン ツセン ター	託麻北	5:25	山本・東	300人弱	なし	なし	
健康 小学校	健康東	5:26	田中	・車500 ・約1,000名	5名対応	・簡易トイレ設置 ・携帯充電の充電器	・東区中学校と合同で管理
東区 中学校	健康東	5:26	田中	・車500 ・約1,000名	5名対応	・簡易トイレ設置 ・携帯充電の充電器	・健康東小と合同で管理
湖東 中学校	健康	5:41	山本	約1000人	・首の骨折1人 車にて搬送済み	・毛布・水、食料、 ・薬（市民HP患者用） ・トイレ詰まり	・市民HPから59名連れて避難あり ・自主防災クラブが運営
庄口 公園	健康	5:49	山本・東	15人	なし	・コミセンの開放	・グラウンド凍結化
茗葉 小学校	茗葉	6:00	山本	500人超	1人（血圧）1人（赤ちゃん対応） 1人肩関節の外傷 1人（トリアージ）	・幼児オムツ ・幼児用食糧	なし
東区 中学校	託麻北	6:03	森高	・64名・車200台	1名（顔にコブ・打撲）	なし	
桜本 小学校	桜本	6:37	小川	・400人（うち車150台） ・100人（うち車40台）	・対応者20人（避難者はなし）	・水 ・毛布 ・病院の受け入れリスト	・簡易トイレあり
託麻東 小学校	託麻東	6:51	森高	・100人（うち車10台）	軽症の人数名（5名）	なし	避難者数は二階中と合計数
二階 中学校	託麻東	6:51	森高	・100人（うち車10台）	軽症の人数名	なし	避難者数は託麻東小と合計数
紫ケ丘 小学校	紫ケ丘	7:00	山本	・約500人	なし	・医薬品 ・お湯	なし
託麻 総合出張所	託麻南	7:35	森高	250人	なし	・水分	・周辺が荒廃
桜本 中学校	桜本東	7:57	田中	車100台・400人	10 なし	・水 ・食料	・物資移送が一切ないとのこと。

生活不活発病の予防活動 (4月17日)

避難所での体操の実施

- 東区役所に避難している方へ、1日1回「健康くまもと21体操」を実施 (H28.4/17～開始)
- ▶ 体操前後に、生活不活発病やエコノミー症候群予防の啓発も行った
- ▶ 毎日続けているうちに、体操に積極的に参加される方が増えた
- 避難所巡回時に、簡単にできる体操を指導
- * リーダーシップをとっていた若い世代の住民を巻き込み、保健師と一緒にモデルになってもらい実施
- * 保健師が巡回に来れない間は、住民のリーダーに「体操を取り入れてもらう」よう依頼
- エコノミークラス症候群予防のため、小中学校の一斉放送を利用し、ラジオ体操を実施していただくよう教育委員会へ依頼 (4/21)



H28.4.20-佐賀の朝日新聞記事より

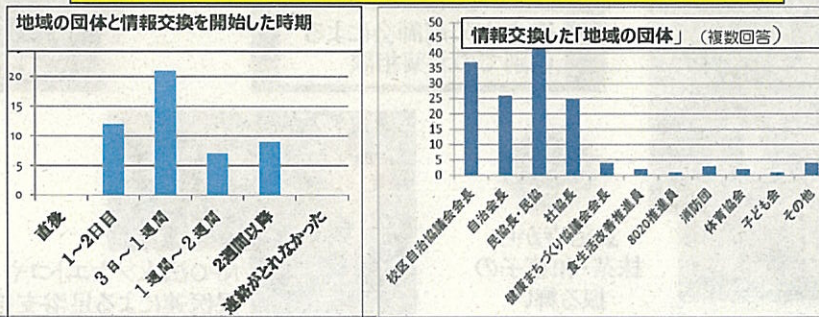
熊本地震発生直後の保健活動

校区全体の状況把握から保健活動へ

4月19日 ~ 5月初旬

- 校区の主要な団体に電話連絡し、被害状況や住民の状況、校区の避難所の状況について情報収集⇒指定外の避難所の支援にも繋がった
 - 複数の役員への連絡に努め、全体の把握へ
- (役員宅が被災したり、震災対応で外出されており連絡が取れない、状況が部分的にしか分からない等、把握が難しい状況があった。)

災害における校区保健活動 ~ 校区担当保健師のアンケート (H28年6月実施) ~



二次的健康被害の予防

【避難所の環境】

- ・避難所での飲酒や飲酒によるトラブル有
- ・長くなってきた避難所生活からのストレスや血圧上昇
- ・土足等による不衛生面での感染症

対策

啓発ポスターの作成・配布

物資の調達・配布

避難所三原則

- ❌ 土足禁止
- ❌ 禁煙
- ❌ 禁酒 (もちこみ禁止)

※ みなさんで、安心して過ごせる避難所にしましょう！ご協力をお願いします。

熱中症予防

のど
喉がかわく前に
水分補給を！

涼しい服装

※ 屋内でも熱中症を引き起こす可能性があります。

熊本市



中央区では……

5月17日スタート Café型健康サロン

スロー筋トレを中心とした運動教室
+ 茶話会 (水分補給をしながら、コミュニケーション)



13:30 血圧測定
(健康手帳へ記入)
14:00 運動指導
14:30 茶話会
~15時頃終了

万歩計プロジェクト

今後の展開 被災者支援 Café型健康サロン実施

- ① サロンOB会
- ② みなし仮設へ入居された方の集いの場
- ③ 出水、砂取校区の健康づくりの場

様々な団体からの支援(一部)



8020推進員による
健口講話



(有)ゆうしんから
コーヒーの提供



熊本市薬剤師会による
個別でのお薬相談



玄宅寺から
抹茶・和菓子の
振る舞い



NPO法人ソナエトコや
民医連による足浴支援

復興南区2016 南区では……

健康セミナー

日時 平成28年8月10日(水)
時間 午後 1時 ~ 2時30分
場所 雁回館研修室

これからの生活に向けて、自分でできる健康づくりを身につけておきましょう！みなさんのご参加をお待ちしています。

スケジュール		参加費 無料
13:00	受付～健康チェック(先着25名) 簡易血糖検査・体脂肪測定等	
13:30	運動とストレス解消法 講師:熊本地域リハビリテーション広域支援センター 食べる・みがく！で健康長寿に？	
14:30	お知らせ(歩数計の使い方等)	
主催 南区役所保健子ども課		

健康セミナーの開催

- 拠点避難所「雁回館」
8月10日開催
これからの生活に向けた支援(内容)
・健康チェック
「体組成計、簡易血糖検査等」
講話「運動とストレス解消法」
保健・栄養・歯科講話

- フォロー①
退所後の生活支援と健康づくり
万歩計の貸し出し
- フォロー②
10月12日 南区役所
フォローアップセミナー(同窓会)を開催
・健康チェック
・運動の講話と実践
・個別相談(保健・栄養・歯科)

多職種連携による健康づくり



健康チェック



運動の講話と実践



栄養講話

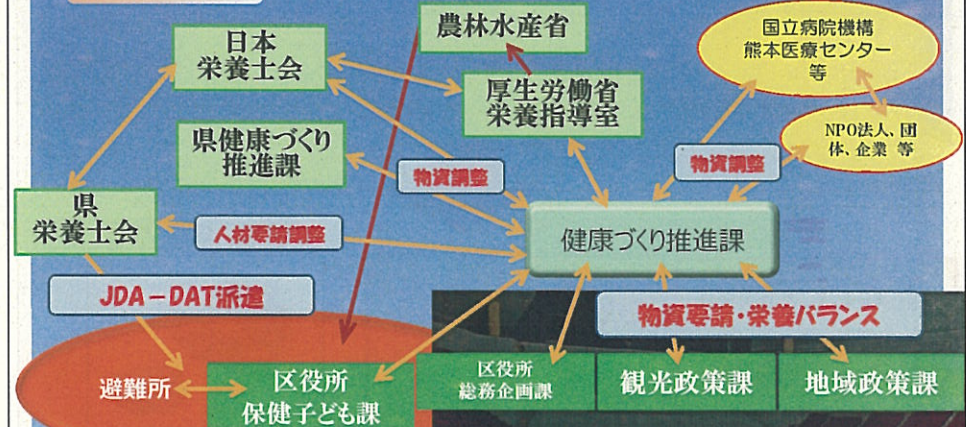


歯科講話



保健師講話

栄養改善活動



うまかなよかなスタジアム
アクアドーム



避難所における栄養改善のための連携・調査等

- 地域政策課への働きかけ
 - 管理栄養士による弁当内容の栄養バランス助言
 - 野菜・タンパク質・カルシウム不足の解消のため
 - 乾燥野菜・海藻類等の購入活用の勧め
 - 野菜ジュース・牛乳を避難所にプッシュ型で配送依頼
- 「避難所における食事提供状況アセスメント調査」および「避難所における提供食の栄養評価」の実施・まとめ等
- 「避難所における野菜補充を目的とした炊き出し」の企画・調整
 - 熊本市食生活改善推進員協議会との連携

避難所における野菜補充を目的とした炊き出し実施 (食生活改善推進員の協力)



手際よく調理する食改さんたち。
避難の皆さんと和やかに・・・

手作りの野菜料理は大変喜ばれた。
レシピを一緒に配布



歯科保健活動



■ 避難所

1. 歯科医院開設状況の情報提供・・・市HP掲載
 - * 市歯科医師会
 - * 医療政策課
 - * 各区役所
2. 口腔衛生物資の配給
 - * 県、市歯科医師会
 - * 各区役所
3. 歯科ニーズ調査と必要な歯科支援
 - * 市歯科医師会
 - * 各区役所
4. 誤嚥性肺炎予防と口腔衛生の啓発(管理者と避難者へ)
 - * 市歯科医師会
 - * 各区役所
5. 歯科医師と歯科相談等の実施
 - * 県、市歯科医師会
 - * 各区役所

■ 福祉避難所(介護老人保健施設や障がい者施設等)

1. 歯科健診・口腔ケアと口腔衛生物資の配給
 - * 各福祉施設 * 市歯科医師会
 - * 各福祉施設 * 市歯科医師会
 - * 歯科衛生士会 * 各区役所
 - * 高齢介護福祉課 * 障がい保健福祉課
2. 歯科ニーズ調査と必要な歯科支援
 - * 市歯科医師会 * 高齢介護福祉課

■ 在宅高齢者

1. 在宅高齢者へ歯科ニーズ調査
 - * 市歯科医師会 * 高齢介護福祉課

■ その他

1. 災害協定に基づく関係機関との連携
 - * 県、市歯科医師会 * 県健康づくり推進課
2. 他都市からの支援
 - * 神戸市歯科医師会派遣の大学教授、神戸市
3. 日本災害歯科コーディネーターとの連携
 - * 日本歯科医師会からの派遣歯科医師
4. 災害歯科支援に関する研修会の開催
 - * 市歯科医師会 * 各区役所
5. 災害歯科ボランティア活動への対応
 - * 他県の歯科医師、NGO法人、日本予防医学協会等

復興に向けて

■ 顔の見える関係づくり

■ 仮称「復興南区医療・福祉・保健連携会議」

参加メンバー

- ・地域リハビリテーション広域支援センター（にしくまもと病院）
- ・地域包括支援センター（ささえりあ）
- ・熊本市社会福祉協議会
- ・行政

復興部 住宅再建支援課
 高齢介護福祉課
 南区福祉課
 保健子ども課

関係機関と情報を共有し、今後の支援活動について意見交換を行う

■ 応急仮設住宅等への健康支援 応急仮設住宅自治会との会議



仮称「復興南区医療・福祉・保健連携会議」



塚原応急仮設住宅自治会との会議

復興には、まず健康 心筋梗塞、脳卒中にならないために

がまだせ!
 熊本

禁煙

タバコは心臓病、脳卒中、糖尿病の主な原因。
 健康のため、受動喫煙防止のためにも今こそ禁煙を。

減塩

食事のとりすぎで血圧が上がります。
 カップ麺の汁は飲むのを減らす、醤油はかけすぎない等の工夫を。

適度な水分補給

脱水は禁物です。のどが渇く前に水を飲みましょう。

適度な運動

みんなで声をかけ合って、適度に体を動かしましょう。

障害のある方々への支援

住み慣れない環境では、周りの方の支援が必要です。正しい情報提供と移動の援助をお願いします。

薬の継続

高血圧・糖尿病・脂質異常症の治療薬や抗凝固薬、抗血小板薬などの薬はしっかり服用しましょう。

体調管理に気をつけましょう

日本循環器学会 日本脳卒中学会 日本脳卒中学会

ご清聴ありがとう
 ございました。