

# 災害支援者ストレスほっとライン

自衛隊 消防隊 足湯隊 運送業 NPOボランティア団体  
 ソーシャルワーカー 空港職員 電話会社 医師  
 介護福祉士 写真洗浄隊 社会保険労務士 社会福祉協議会 子ども会  
 介護ヘルパー 鉄道職員 獣医 泥かき隊 音楽療法士  
 保育士 避難所世話人 造園業 税理士 民生委員 宗教者  
 指圧・マッサージ師 芸能関連 炊き出し隊 道路整備  
 仮設住宅世話人 保険会社 弁護士 警察 電気関連 農協  
 薬剤師 PSW 宅配業 測量士 ダイバー 歯科医 教員  
 遊び隊 ケアマネージャー スポーツ選手 鑑定士 役所職員 解体業  
 瓦礫撤去 作業療法士 司法書士 アーティスト 水道関連 葬祭業 建設業  
 漁協 美容師 看護師 ガス関連 学生ボランティア  
 理容師 傾聴ボランティア 農援隊 保健師 メディア関係者  
 臨床心理士 運転手 縫製隊 ボランティアコーディネーター ハローワーク相談員

NHK (2011.9) によると、東日本大震災では被災地3県以外20歳以上の87.3%が募金や寄付をし、7.5%が支援活動に参加しているそうです。職場から派遣されて、あるいは自ら率先して、まったく個人で、やむにやまれず等々、多くの支援者が関わり続けています。未曾有の災害による被災地の復興には、想像を絶する時間が必要でしょう。国民がどれだけ長期にわたって関心を向け続けるか、それがまた、復興の底力になります。その間、支援者にもストレスが生じて来ます。

支援者がストレスをそのままにしていると、被災者への支援が滞ります。

われわれ心の専門家は、支援者を支援し、被災者支援の輪を広げて人々のメンタルヘルスの向上に関わりたく願っています。支援者のみな様、燃え尽きないために！ご利用下さい。

どんなことがストレスか、どんなことが必要か、お教え下さい。



**0120-596-373** (フリーダイヤル/ご苦勞・皆さん)

2012年12月末まで (☎ 078-333-1985もご利用いただけます)

相談 (平日; 月曜日～金曜日・昼12:00～午後8:00)

相談  
(無料)

E-mail: saigaishien7@gmail.com (メールでのご相談もご利用いただけます)

主催：(社)日本精神神経科診療所協会 (担当理事/谷本健士 (神戸市 谷本神経クリニック))

<http://www.japc.or.jp/>

事務局 責任代表/小林 和 (神戸市 精療クリニック小林)

〒650-0022 神戸市中央区元町通2-8-14 オルタンシアビル 9階

後援：みやぎ心のケアセンター、日本精神衛生学会、東日本大震災心理支援センター