

令和 8 年 8 月 7 日(金)

報道機関 各位

**【令和 8 年熊本地震】
発災から 10 日、被災地で求められる「こころのケア」とは****取材ご案内：岡山赤十字病院 緩和ケア科副部長 深松 伸明**

日本赤十字社（本社：東京都港区、社長：清家篤、以下「日赤」）は、令和 8 年 7 月 28 日（火）に発生した「令和 8 年熊本地震」を受け、発災当日から県の基幹災害拠点病院に指定されている熊本赤十字病院で災害に関連する救急外来の受け入れを開始するとともに、全国から救護班を派遣し、被災された方々への医療救護などの支援を行っています。

発災から 10 日目の今も、被災地では多くの方々が避難所やご自宅、車内などでの避難生活を余儀なくされており、また、現在も余震が相次ぎ、被災された方々は、繰り返す揺れへの不安や緊張を抱えながら避難生活を送っています。災害や長期化する避難生活は、人々の生命や暮らしだけでなく、こころにも大きな影響を及ぼします。身体にけががなくとも、強い不安や悲しみ、疲労、孤立感などを抱えることは決して珍しいことではありません。日赤では、災害時のこころのケアは「選択肢の一つではなく、必須の支援」であると考えています。



このような状況を受け、日赤は 8 月 6 日（木）より岡山赤十字病院の深松医師を現地へ派遣し、「こころのケア」の本格的な活動開始に向けたアセスメントを行っています。

今後、日赤はこころのケア班を現地に派遣し、避難生活を送る被災者だけではなく、被災地内外で救護や支援にあたる行政職員などの支援者も対象に心理社会的支援を実施していく予定です。被災地の復旧・復興を支える支援者自身もまた、過酷な状況の中で活動続ける一人の当事者であり、そのこころの健康を支えることは、被災地の継続的な復興にも欠かせません。

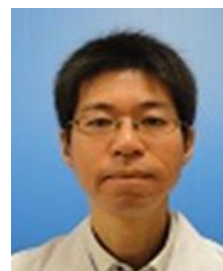
取材ご案内

今後の日赤の活動や、災害時の「こころのケア」の考え方、注意すべきポイント等について、現地における活動の立ち上げに携わった医師が取材・コメントに対応いたします。

深松 伸明（岡山赤十字病院 緩和ケア科副部長）**【取材可能日程】**

日 時：令和 8 年 8 月 7 日（金）15：30 ～ （30 分程度を予定）

方 法：オンライン



※取材をご希望の場合は広報室へお問い合わせください。上記日程以外のご取材も可能です。

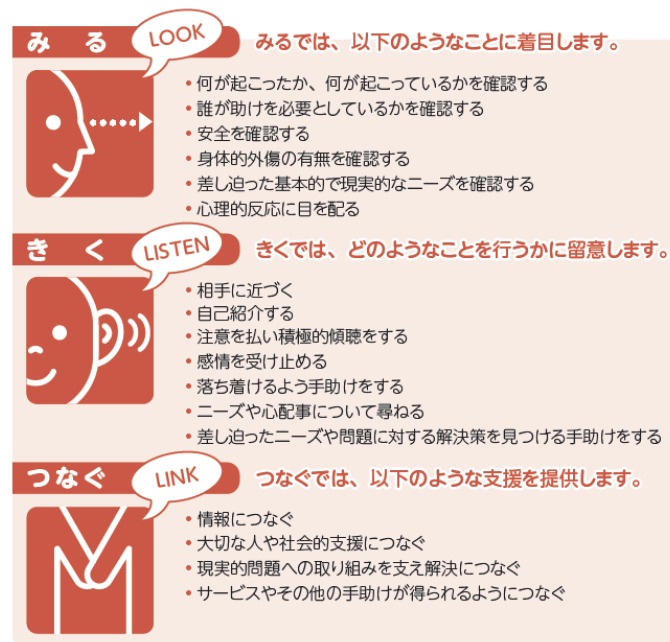
日赤が行う災害時の「こころのケア」とは

日赤が行う「こころのケア」は、被災された方や支援者の心身のストレスの軽減を図り、精神的な病気などを予防する活動です。被災された方や支援者の健康や身近な悩みに寄り添う心理的な支援に加え、ハンドケアや足浴などのリラクゼーション、子どもの遊び場の設置、ストレス対処法の広報など、一人一人の状況やニーズに応じたさまざまな支援を行います。また、必要に応じて専門的な支援へつなぐことも、重要な役割です。

■「こころのケア」のポイント

日赤が活動の基本としている「サイコロジカル・ファーストエイド (PFA)」は、「みる」「きく」「つなぐ」を活動原則としています。「こころのケア」は専門家だけが行うものではなく、困っている人に手を差し伸べたり、話に耳を傾けたり、必要な支援につないだりすることも、その一つです。

また支援を押し付けず、一人ひとりの気持ちやニーズに寄り添い、「必要があればいつでも支援する」という姿勢で、その人の「心理・社会・身体」の状況に合わせて柔軟に支援することが大切です。



(「サイコロジカル・ファーストエイド(PFA) ガイド 赤十字・赤新月社版」より)

【参考】

[サイコロジカル・ファーストエイド \(PFA\) ガイド要約版](#)

[サイコロジカル・ファーストエイド\(PFA\) ガイド 赤十字・赤新月社版](#)

■ 時間経過にともなう心理的变化と必要な支援

災害直後は、被災者同士の助け合いや支援の広がりによって前向きな気持ちが高まる「ハネムーン期」と呼ばれる時期がありますが、その後は、避難生活による疲労の蓄積や、支援の減少、生活再建の見通しの違いなどから、怒りや落胆、不安が表れやすい「幻滅期」を迎えることがあります。こうした心理的な変化には個人差があり、すべての人が同じ経過をたどるわけではありません。

一方、避難生活が長期化するにつれて、発災直後には表れなかった疲れや不安が生じることもあります。発災から10日目となり、疲労やストレスの蓄積も懸念される中、一人一人の変化に目を配り、その時々状況やニーズに応じた心理社会的支援を行うことが、より重要になります。



なお、日赤「こころのケア」の活動につきましては、被災者や支援者のプライバシーや心理的安全性に最大限配慮しながら実施しているため、現在、活動現場への帯同取材はご遠慮いただいております。

このリリースについてのお問合せ

日本赤十字社 広報室（メディアの方へ） <https://user.pr-automation.jp/jrc>