

東日本大震災被災地における支援活動

2011年(平成23年)3月11日、宮城県牡鹿半島沖を震源地として発生した東北地方太平洋沖地震は、日本における観測史上最大の規模、マグニチュード9.0を記録し、非常に大きな被害をもたらしました。当センターから被災地へ赴き、支援活動を行った職員の感想をご報告いたします。

宮城県南三陸町被災地保健活動をととして

震災発生から100日が経過した南三陸町に向かう車窓から目にしたのは、津波で破壊された道も田も家の境もない土地や瓦礫の山々であった。そして、防災無線で町民に避難を呼び掛け続け、津波の犠牲になった町職員のニュースとしてメディアで繰り返し放映された南三陸町防災対策庁舎の鉄骨の赤い枠組みだけが、灰色の瓦礫の中にポツリと残されていた。

延べ1,006名の香川県・市町合同保健チームとして避難所の巡回相談や要援護者訪問、仮設住宅状況調査等の活動の中、今もお心に残ることとして、仮設住宅全戸調査で訪問した高齢女性との関わりがある。過酷な避難所生活でプライバシーもなく、身体も心もゆとりがない状態から、待ちに待った仮設住宅への入居。しかし、喜びも束の間、家族を失った一人暮らしの女性にとっては、自分を取り戻す時間であると共に、悲しみや寂しさを痛感させられる時間となった。外では人当たりのよい笑顔で、お茶と漬物を囲んでの仲良し三人組のご近所さんがある女性だが、部屋の中で一対一で話を聴いていると、位牌を見つめながら、ぼつりぼつりと語りだした。津波直後のこと、遺体の確認、避難所での生活のいろいろ、、、。「支えを失って、一人ぼっちになったことが身にしみたのは、隣との薄い壁越しに聞こえてくる家族の語らいの音なんです」と。『人をうらやましがってはいけない』『もっとつらい人もいる』と自分に言い聞かせ、みんなの前では泣くことができない、弱音を吐けない毎日。「震災後初めて泣くことができました。話をきいてくれてありがとうございます。」と涙を流した女性を前に、改めて“心のケアを念頭に、1人だけのために費やした時間は、特別のもの”と実感させられた。

時間の経過とともに精神的に落ち着いてくる被災者も多い一方で、被災後の慌ただしい時期を終えて一段落したところで抑うつ、疲れ、悲しみ、不安などを自覚してくる被災者も増えてきている。集団の中では「自分ひとり弱音を吐けない」「もっと悲しい境遇の人がいるんだ」と心にふたをし、語るができない人への“こころの支援”が、時間が経過した今こそ求められていると感じた。

復興に途方もない時間を要する被害を受けた地であるが、その回復力の凄さ、人々の力の大きさ、そして互いを支えあう“地域の絆”を感じた派遣であった。そして、別れ際に差し出された女性の無骨な手の感触を忘れることなく、今後も心のサポートを必要とする人々に寄り添っていきたいと、痛感している。(大平 記)

心のケアチームに参加して

心のケアチームの一員として仙台に到着したのは、6月22日。3ヶ月の時間が経ったとはいえ、駅周辺には活発な人の流れと大きな建物群。あの震災の爪痕を感じさせるものは、見つけれなかった。

今回の私達の役割は、希望のあった県庁職員の方との面接というもの。担当者の方からは、「同じ県庁職員同士では、悩みを話し辛いこともあるのだと思う。」とのこと。一般にPTSDなどの対応の必要性が、かまびすしく言われるが、個人的にも劇的体験を経た人に対する面接が、今回主となるに違いないと思っていた。

Aさんは、3月11日の震災では人的にも資産上でも直接的に被害を受けなかったという。しかし、震災直後の大きな余震から「何か起きはしないだろうか。」と思うようになり、突然、動悸が生じるようになったという。

震災後に何日間も閉じ込められた職場で、現在も勤務するBさん。「今度地震が起きれば、確実に死ぬね。」と職員同士で話し合いながら、業務を続ける日々不調を訴える。

一休みしてからでなければ登庁できず、「多くの方が自分より過酷な現実の中で仕事しているのに、申し訳ない。」と悩むCさん。

通常なら一年間にこなす程の業務量を、ほんの数ヶ月で処理しなければならなくなったDさん。その大変さが回りに全く理解されていないと感じ、追い詰められるという。

転居後、夜鳴きがひどくなった赤ちゃん。震災の影響ではないかと心配するEさん。等々。正直、これほど、多様な形で、相談が生まれているとは、想像も出来なかった。

結局、私は、何も分かっていなかったという現実を目の当たりにした。はじめに私たちを迎えてくれた大都市仙台市が見せてくれた姿は、多くの困難を抱えて日々頑張っている人の姿を現したものであったのだとようやく気が付いた。

今、私たちが出来ることは何なのか？もう一度真摯に向き合う必要があると痛感している。

(関元 記)

