

# 東日本大震災支援報告



## 東日本大震災支援者ホットライン担当

理事 福島真澄

東日本大震災被災者支援の一環として、下記期間、支援者の為のホットラインを設置、終了しております。

ご担当にご協力いただきました方々に改めて感謝するとともに、会員の皆様にご報告いたします。

相談体制は、緊急電話の後を受け、2011年7月30日～12月24日の土曜日（14時～20時）、計22日。17名の協力相談員（広く学会員に呼び掛けるようにし、理事&MCRTならびにその推薦者・共催団体日本生産性本部電話相談員）で担当。相談件数は、各日0～6件（名乗ると切れたものも含む）。地元新聞のイベント欄に毎月1回掲載・周知（7月～12月）されていたこともあり、最終日を除いて毎回利用者がありました。

開設中の10月には「災害支援者ストレスほっとライン」（小林和代表からの連携依頼があり協賛団体になっております。随時、会員よりの資料提供（リファア先、広報に関すること）を受けながら、被災者向けには「東日本大震災心の相談電話」（東日本大震災心理支援センター）を伝え、12月25日以降は上記「ストレスほっとライン」を留守電により案内しております。

あの悲劇の日から、ほぼ1年になろうとしています。会員の皆様におかれましても、この1年はあっという間に過ぎたことと思いますが、東日本大震災支援は、まだこれからの活動領域をたくさん控えています。引き続き各種の活動がなされることとされます。ぜひまたお力添えを賜りますよう、よろしく願いいたします。

ご多忙の中、ご担当いただきました方々から、一言お寄せいただいております。ご一読ください。

## 支援者ホットラインを担当して

日本保健医療大学教授（精神保健学） 作田 勉

私は、平成二十三年九月十日（土）の担当で丁度東北地方太平洋沖大地震が生じて半年後に当たった。午後二時から八時まで受け付けた。この日は丁度他のホットラインが休止日だったと言うことで、東北地方太平洋側の地元の一人の看護師さんから数回にわたって相談を受けた。直接的に震災によって生じた問題ではないが、間接的に家庭内にきしみが生じており、夫婦間の対応をどうすればよいかの相談であった。夫にとっても職場に問題が生じており、それらの問題が妻や家庭内に波及しているようであった。私が状況を知る為に質問したり、アドバイスすると、その都度看護師さんが困っている女性に連絡し、更に返事が帰ってくるという形で、最終的には皆が納得する形で一件落着した。

私の大学では、当大学の精神科医を中心に、4名で専門家チームを組み、7月下旬に陸前高田市に滞在し、「こころのケアチーム」として活動してきた。現地では、仮設病院、仮設薬局も作られて、医療体制の基盤は整いつつあった。しかし、被災者が多く、まだまだ深い悲しみと混乱の中にあり、精神医学的にはまだ時間が必要と思われ、との報告を受けていた。その頃よりも更に一ヶ月あまり後の相談であったが、多少なりとも貢献できた事をうれしく思っている。阪神大震災では、慶應大学精神神経科から私が最初に出向いて、1週ごとの医師派遣の準備態勢を作ったことがあった。

今後は、このような事態はあまり起きない事を望む者である。同時に、政治を担当する者も、けんかを吹かけける事をやめて、協力し合って日本の難関に対応してもらいたいものである。

## ホットラインを担当して思うこと

朝日カウンセリング研究会 大西 千恵

「半年も過ぎると、幻滅期から再建期に入ると聞いてますが、そのことを信じていいのでしょうか？」震災の日から7カ月を過ぎようとしていた10月の担当日、そんな問い合わせがありました。「??・・・」おおいに戸惑いつつ、やりとりしているうちに、その方の働く現場での迷いと混乱のさまが伝わってきました。「マニュアルなんて、いま実際には役に立ちません！」と、言外に言われる感じです。被災地の大手製造会社の企業カウンセラーとして、家や家族を失った従業員のケアに営業所を回る日々ただただ夢中で過ごしてきたけれど、もう一杯いっぱいという状況を話されました。目を覆いたくなるような現場の様子を目の当たりにしながら、仕事を続けなければならぬその心身の疲労はいかばかりかと。「もう、疲れましたよ・・・体は疲れているけれど眠れません。」被災者で仕事を失い、避難所から瓦礫除去の作業に従事している若い男性の声も耳に残っています。

ボランティアとして数回、被災地に行く機会がありましたが、その地に立つと言葉も無く、復興・復旧とい

言葉のなんと遠く虚しいことかと実感しました。でもそこで「よ〜く見て行ってください」とご自分の避難体験を話しながら案内されるタクシーの運転手さん、「まあ、遠くからよく来てくれたねえ・・・」と笑顔で迎えてくださる方々と会い、様々な人の生きる力を感じ励まされる思いでした。受話器を置きながら、自分の非力を虚しく抱えたことですが、現地のことなども改めて想像し、支援するということはそんなに簡単なことではないと痛切に感じながらも、自分を責めるのはやめて現地のことを忘れず、今私にできることを続けていきたいと思っている次第です。



## 支援者への支援が復興への源

メンタルヘルスビューロー 土肥 康子

思い興せば17年前阪神・淡路大震災が起きたその時も、同様にこの日本精神衛生学会主催の震災緊急電話相談にかかわっていた。当時、電話から伝わってくる破壊された日常生活の様子に、返す言葉もなく耳を傾けた記憶がある。今回の3月11日から間もなく始まった緊急電話にも臨床心理士仲間とともに携わった。相当な時間数が電話相談に費やされたにもかかわらず消化しきれない相談の数、受話器を置く暇もないほどひっきりなしにコールする電話に追われた。

続いて、被災地で支援している側への援助として支援者ホットラインが始まった。支援者を対象とした電話相談は、利用率も決して高くはなく、その様相も被災者へのそれとは異なっていた。時たま入る相談は、大変遠慮がちであることが特徴的であった。「支援している立場で言っているのかが迷っている」「自分の置かれている立場を言えない」「相談内容を公にしないで欲しい」等々、支援者として内的葛藤を抱えながら現地で支援せざるを得ない状況であることが察しられた。詳細は控えるが、被災地が地元である支援者は、彼ら自身が被災者である人が多い。そのことを表には出さずひたすら被災者に寄り添う毎日である。ある支援者は「8ヶ月経った今も、一日も休暇が取れない」と言う。「避難所で苦勞している被災者がいる限り、私的な時間を持ちたいと考えてはならない」と自身を戒めてしまうとのことであった。

彼らの誰もが、大小の差はあれ、自身被災者である。苦悩を抱えつつ支援の業務に追われていることをわれわれは忘れてはならない。将来の東日本の姿を考えた時、ボランティアの力はさることながら支援者を支えることが、復興につながる道筋のように思えた。

**今後の活動2012年3月10日(土)～12日(月)の3日間10～22時。被災者&支援者電話相談を設置・開設**

電話番号 0120-111-916 です。これから現地に入られる方々におかれましては、各団体等にご周知ください。