

## 東日本大震災支援者ホットライン 支援者への支援が復興を促す源

土肥 康子

(メンタルヘルスビューロー)

思い興せば17年前阪神・淡路大震災が起きたその時も、私は同様にこの精神衛生学会主催の「心の相談緊急電話」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2011年3月11日から間もなく始まった緊急電話相談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鳴る電話に追われた。

続いて被災地で支援している側への援助としての電話相談が始まった。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、大変慮感がちであることが特徴的であったと記憶する。

同じくこの電話を担当していた大西千恵さんが、震災の日から7カ月を過ぎようとしていた担当日に、「半年も過ぎると、幻滅期から再建期に入ると聞いているが、それを信じていいのでしょうか?」といった問い合わせがあり戸惑いつつやりとりしているうちに、「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だったこと、働く現場での迷いと混乱のさまが手に取るように伝わってきたことをニュースレター上で言及している。また、被災地の大手の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のために営業所を廻る日々をただただ夢中で過ごしてきた人は、もう一杯いっぱいという状況のこと、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も仕事を続けなければならぬその心身の疲労から「もう、疲れました。体は疲れているけれど眠れません」と、被災者で仕事を失ってしまい、今は避難所から瓦礫撤去の作業に従事しているという若い男性の声も耳に残っている、とも記している。

精神保健学が専門の作田勉さんが担当された日は、丁度他のホットラインが休止日だったということもあり、地元の一人の看護師さんからの数回にわたっての相談を受けた。家庭内のきしみを抱える人に対する対応を尋ねられ、状況を知るための質問やアドバイスをしては、その都度、看護師さんが困っている女性に連絡し、さらに返事が帰ってくるという形の相談もあったという。

私の中に強く印象に残っているのは、「支援している立場で言っているのか迷っている」「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せられたことである。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カ月経った今も、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も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、自分自身が被災者である。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。