お茶の水女子大学児童学科・発達臨床学講座・発達臨床心理学講座同窓会　ジネット会報　　2014年2月10日発行

ジネットだより　第67号

新年度を迎えて

ジネット会長　山崖 俊子(S.41)

ジネットの活動も 20 周年記念として立ち上げられたホームページがますます充実し、会員の皆様に大いに活用していただけているようで喜びに堪えません。会員名簿も新しく作りかえられました。さらには、2010 年度に創設されたジネット賞を贈る活動も継続できる見通しです。加えて、新企画として今年 5 月 31 日(土)に予定されている大学のホームカミングデイにジネットとして参加し、講演会を企画しております。講師には津守眞先生をお招きする予定ですのでふるってご参加ください。

そして何よりも東日本大震災から 3 年近くがたとうとしている今なお、被災地の復旧・復興が遅々として進まない中、東北三県の不登校児の増加の報道には心が痛みます。ジネットとして何ができるかを役員会でも検討を重ねておりますが、これまで取り組んできた「震災被害の子ども達に絵本を贈るための募金活動」を、会員である攪上久子さん(S. 52)の「野馬追文庫」を支援することで、今後も継続していくことを確認し合いました。その一環として昨年 8 月 3 日には「野馬追文庫」の活動拠点である南相馬市から、保健師である大石万里子さん（南相馬市健康福祉部健康づくり課健康企画係係長）を第 9 回おしゃべりサロンにお招きし、お話をうかがいましたのでご紹介いたします。

南相馬市からのレポート

大石万里子さん

東日本大震災の際、南相馬市は震度 6 弱の揺れに見舞われました。その時、原町保健センターでは10カ月の赤ちゃん健診をしていました。地面が割れるのではないかと思う程の揺れの中で来所者の安全確保に懸命でした。そして30分から 1 時間後、沿岸部には15mを超える津波が押し寄せました。私達は保健センターを避難所にするための準備をしていましたが、そんな津波が来ていることはまったく知りませんでした。

原町区の老健施設では 30 数名が亡くなられていますが、避難にあたった職員の方は、その後人前に出られなくなるほどのショックを受けていました。南相馬市の人的被害は、25 年 4 月現在で死亡者 1045 人（うち関連死 409 人）です。

3 月 12 日に福島第一原発で爆発があり、放射性物質が拡散したかもしれないということは、新聞も届かなかったため 13 日になっても知りませんでした。100 人近くの方が原町保健センターに避難されていたので、ひたすらそこでの仕事に追われていました。15 日頃から各小中学校の校庭に大型バスが何十台も来て多くの人が市外に避難していきました。19 日に保健センター避難者のバスを見送った後は放心状態でした。通りには人影もなくなりましたが、実際には在宅で動けなかった人や、県外に避難したくないと避難所に残った人など、1 万人弱の方が市内にいらっしゃいました。保健師の中でも小さいお子さんがいる人達には避難を優先してもらい、3 月末にようやく保健師が 7、8 人集まって、残っている人達のケアについて話し合いました。まずは避難している人達の健康状態の確認のため市内避難所の巡回、そして在宅巡回訪問が課題でした。

私達が保健師活動で一番に行ったのは「連携と調整」です。4月に入り、ようやく長崎から支援チームが来てくれることになりました。在宅巡回診療の目途がたち、そのための名簿を夜中までかかって準備しました。毎朝ミーティングをして、自衛隊の車で 4 チームに分かれて巡回しました。いろいろな支援の方々が来てくれましたが、長崎大学チームは、人が入れ替わる時は自分達で引き継ぎをしてきてくれたのでとても助かりました。また、副院長先生に何度も「いいんだよ、それで」と言っていただいたのが大変ありがたかったです。長崎大学は口腔外科にも大変強いので、当市の歯科衛生士達と被災者の口腔ケアをしていただき、肺炎になる人がほとんど出ませんでした。4月半ばから精神保健福祉士の方達が、6月には心のケアの人達が来てくれました。災害対策本部の人達は不眠不休で壊れそうだったので、職員のメンタルヘルスケアもお願いしました。

仮設住宅への入居は当初の予定では 2 年といわれていましたが、復興住宅がまだ全然足りず、4年に延長されました。今も 4000 人以上の方が仮設住宅に入っており、さらに新たに建設しています。津波で家を流されたり、警戒区域に指定されて市外へ避難していた人達が戻ってきて仮設に入居するケースも増えています。

南相馬市は原発から 20 km圏内の警戒区域、30 km圏内の緊急時避難準備区域および計画的避難区域、さらに圏外（大丈夫といわれている区域）と線引きがされ、当初は 30 km圏内までしか賠償金などの補償がなかったので、圏外の住民からは「同じ市内で、自分達も大変な思いをしたのに」との声が上がるなど、確執が生まれたりもしました。

保健師活動で困ったり、悩んだりしたのは、まず対策本部の考えが伝わってこないこと、放射能についての知識がないこと、震災・津波・原発など被災状況が異なる避難者への対応、そして何より先が見えないことでした。それでも頑張れたのは、3 区の保健師を一元化し、役割を明確化して活動できたこと、コーディネートする人の存在、そして多くの支援者の応援があったからでした。

緊急時避難準備区域には、危険だからと 5 月頃まで公の支援が入ってきませんでした。私達はずっとそこで生活していたのに、まるで感染区域かのように「物資をそこまで配送できないから隣町まで取りに来い」と言われて市の職員が取りに行くなど情けない思いもしました。ただ、全国から有志の保健師の方達が来てくれて、一緒に巡回などをやってくれました。

警戒区域の学校は圏外の学校の体育館を借り、パーテーションで区切って授業を再開しました。4月下旬のことです。子ども達はバスに乗って通いました。この頃の子ども達の市内居住率は 2 割弱でした。

原町保健センターでも半年後にようやく「なかよし広場」という小さいお子さん達の遊び場を開放し、攪上さんから送っていただいた布絵本などで遊びました。また、戻ってきた中年の女性達はパワフルで、「何かやれることはない？」と言う方もおられました。母子健康推進員の研修会を公募したところ 20 人も集まってくれました。この方達と一緒にファシリテーション等を学び、今年の 5 月には南相馬市母子愛育会として立ち上がりました。さらに「今だからこそ笑える健康教室を」ということで笑いのヨガなども広げていっています。

震災を乗り超えることは難しいですが、震災・原発不安と向き合い、折り合いをつけながら、一緒に笑い合えるような保健師活動を仲間達としていきたいと思います。そしてみんなが安心して暮らしていけたらいいと願っています。

≪質問≫

Q. 震災当初、一番大変だったことは？

A. 直後は何が何だか分からず、原発が爆発したことも知らずに、避難してきた人達が少しでも安心できるようにと現場にいました。その後、在宅で困っている人達のことが分かってきたのですが、

人手がありませんでした。総合病院の看護師の方達と協力して…と計画を立てたら看護師の方達は多くの人が避難した新潟へ行くことになり、東京などから支援が来るからと言われて巡回の計画を立てていたら爆発でだめになり…と、計画するたびに頓挫してしまうことが続いたのがつらかったです。病気の実父も足の悪い母と在宅で頑張っていましたが、そのうち食べ物も十分に入ってこなくなり、3月下旬にようやく宇都宮のホームに入居できました。

5月の連休までは何を考えていたのか思い出せないくらい怒濤のような日々でした。連休には最低でも2連休は取れという指示で、ようやく休んだという実感でした。テレビを見ていたらようやく自分を取り戻したのか、涙が出てきました。6月に看護協会の集会で東京に行った時も、人々が普通に生活しているのを見て泣けてきました。

▼ **避難の状況(H.25.10.24現在)** 南相馬市HPより

市内居住者	自宅居住	35,218人
	市内の知人宅や借上げ住宅等	6,052人
	市内の仮設住宅	5,474人
	計	46,744人
市外避難者	市外の知人宅や借上げ住宅等	15,012人
	(うち福島県外)	(9,020人)
	計	15,012人
その他	死亡(震災以外の死亡含む)	2,687人
	転出	7,011人
	所在不明	107人
	計	9,805人

Q. 子どもを持つお母さん達の悩みや子ども達の様子は?

A. 家に戻れるかどうかの基準は放射線量ですが、校庭や公園は除染のおかげで確かに下がってはきています。ただ、戻るかどうかの判断は一人ひとり違います。戻ってきたお母さん達も、「放射能は気になるが、お父さんと離れて暮らしたくないから」「気にしてもしょうがないと自分を納得させて」「あきらめて」といろいろな考えの人がいます。また、「将来どんな影響があるか分からないから、後悔したくないので避難する」と避難する方を選ぶ人もいます。

30km圏内の公立の保育所はまだ閉じています。30km圏外の地区の保育所は開いているので80人くらいのキャパシティのところに120人くらい入っています。外遊びができない園では子ども達が落ち着かず、保育者の心身の疲れもたまっています。

仮設住宅では隣に泣き声やドタバタする音が聞こえないように気を遣い、子連れで散歩をしていると「こんな所にいていんだべか?」と言われることでつらくなってしまうお母さんもいます。お母さんが落ち着かないと子どもも落ち着きません。放射能の害も心配だが、家族がバラバラに暮らすことが子ども達に及ぼす影響を考えて、避難せずに地元で働くお父さんと一緒に暮らすことを選ぶお母さん達もいます。 (文責 浅井)

≪感想≫

○東京に避難している人達のボランティアをしている。家族がバラバラに暮らす様子を見ていると、本当に安全なら帰った方がどれだけ幸せかと思うが、国の出すデータが信用できないでいる。「もう限界だ」という家族も多い。

○テレビで映像を見ているだけで、自分は普通にご飯を食べていることを申し訳なく感じていた。若い人達がインターネットなどを使い、軽いフットワークでいろいろやっているのを見て感心しながら、自分にできることが分からないでいた。そんな時にジネットだよりで絵本発送の手伝いの募集を見て早速応募した。受け取る人達に喜んでもらえているとわかり、うれしかった。

○南相馬市には一時期自衛隊も入らず、「自分達は見捨てられた」と思っている人達もいた。また、この震災の地震・津波・原発すべての被害を受けた地域でもある。ずっと続けられる支援をしたいと思っていても、ともすると自分の生活から離れていってしまう。こうやって話を聞き、それを伝え、何かつながればと思う。どうやって忘れないで見つめ続けていけるかが私達の課題だと思う。