

震災の経験を今後に生かすために — 被災地側から振り返る当時とこれから

仙台市北部発達相談支援センター 主任（心理判定員）
平泉武志（ひらいずみ たけし）



Profile—平泉武志

1997年、東北大学大学院医学系研究科博士前期課程修了。同年に仙台市役所入庁。2013年より現職。発達障害や知的障害に関する心理評価業務および相談支援業務に従事。2008年より東北文化学園大学非常勤講師兼任。

震災当時の私は、行政の専門機関である精神保健福祉センターの職員だった。全ての通常業務を停止し、センター利用者の安否確認、現地の保健福祉センターと連携した巡回支援、電話相談対応、福祉施設の状態把握や医療機関の稼働状況の情報収集などを行った。

また、外部から派遣された心のケアチームのコーディネーターも行ってた。ありがたかったのは、様々な形で全国の仲間から心配の声を頂き、支援要請に快く応じて頂けたことだった。震災事例から学び災害時支援のあり方を心得た関係者が多く、「もしできることがあったら、いつでもいいのでお声をかけてください」という押しつけがましさを無い気遣いがありがたかった。仲間と「つながっている」という感覚は、被災者と支援者の両方の立場を背負った現地の者にとって大切である。事情を察しガソリン缶を置き土産にされた仲間のさりげない気遣いは今も感謝している。

一方で「支援のゴリ押し」も少なからずあったらしい。ケアチームの派遣調整を巡ってもめたとか、無断で来訪し独自の支援活動や実態調査を行うチームの存在など、様々な噂が聞こえた。私の個人ルートにも半ば強引な申し出があり、上の許可が必要との言い訳で何とかお断りしたが、その方との人間関係ゆえの心苦しさも手伝い非常にストレスだった。

かつて他所へ支援に出向いた際

には「現地の方々に負担をかけない支援のあり方」を仲間との勉強会で議論したが、自分が現地側に立つと、この重要性がよくわかった。多くの支援関係者は当然の心得としておられたが、私たちは常に確認し合う必要があろう。

ところで、自身が支援者かつ被災者である立場は、複雑な感情をもたらした。自分より大変な思いをした被災者のために頑張らねばという気負いも生じた。一方で、ライフラインも流通も途絶え、ガソリンや電池などが入手不可となり、新一年生になる我が子の学習机を買ってやれなかった。叔父が津波の犠牲になり、弟の死に泣く父に何もしてやれなかった。津波で家を流された方に比べれば、私は格段に恵まれ、贅沢な悩みと言われそうだったが、当たり前だった生活が崩れたことは、非常にきつく辛かった。同僚や上司に対しても、一緒にやる中で反発心や人間不信など様々な感情が生じた。「『恵まれた』立場なのに不満を感じる私は、弱く贅沢な人間では？」と悩んだ。被災経験のある外部の支援者に思い切って打ち明けたところ「当然の悩み」と受け止めて頂いたが、この悩みは実は現在も抜けていない。私の震災トラウマとも言えるこの実感は、サバイバーズ・ギルドでもあろう。

一連の支援活動で気になったのは、一見しっかりと頑張っている様々な「支援者」だった。休まず動く自治体職員、避難所の人々の

暮らしを調整して動き回る町内会長、避難所で自然発生的にまとめ役の立場になった方など様々な「支援者」がいた。中にはいわゆる「ひきこもり」だった方が避難所で精力的に動いていた例もあった。いずれも自身を犠牲にして困っている方のために動いており、肉体的・精神的にストレスが無自覚に蓄積していく。しかも立場上「弱音」を言いつらく更にストレスが加速する。如何に「支援者」を支援するか、頭を悩ませた。状況により「被災者」か「支援者」か、立場は相対的に変化する。「支援者」への支援の方法論はまだまだ少ないと感じたし、もっと議論されるべきと思う。

震災から約2ヵ月後に人事異動があり、心残りを抱いたままの私は病院の相談室へ異動したが、ここでは被災後の生活環境の激変により、認知症や身体機能が悪化した高齢者に多く出会った。津波で家を追われ他所に身を寄せたものの、慣れない場での様々な不便や制約、周囲の人間関係の変化や悪化などが要因と思われた。

現在の私は子どもの相談業務が主だが、記念行事等により震災を思い起こされ、二次的なトラウマとして般化した方々が、子どもにも保護者にも散見された。特に発達上のある種の特性を有する方にとっては、特定の刺激がより極端な形で入りこみやすいことがある。記念行事は、被災者のモーニングワークにおいて重要な役割も多いが、それによる二次的影響は考慮されるべきだろう。

震災直後の支援活動はもちろん重要だが、改めて振り返ると、中長期的視点における高齢者、若年者、障害者等に関する災害の二次的・三次的な影響について、早期に予測し方針を立てていくことも大切だと痛感している。