

# 東日本大震災から5年 大災害への支援を考える



菅原由美

ナースケアグループを率い、全国訪問ボランティアナースの会キャンナス、開業看護師を育てる会の代表を務める。2016年3月、公益社団法人日本看護協会とジョンソン・エンド・ジョンソンの共催によるヘルシー・ソサエティ賞ボランティア部門（国内）を受賞。

追記 熊本地震直後に  
本誌校了直前に熊本地震が発生しました。本稿筆者からの追加メッセージを掲載します。

本日（4月16日）、現地に出発予定でしたが、飛行機が飛ばず断念しました。明日、行く予定です。今まさに、今まで私達が経験したことのない、大規模地震が熊本を中心に続いています。どうか、現地の皆様、ご自分の安全を守つ

て下さい。困ったことは発信して下さい。そして支援される方、是非キャンナスHPからキャンナスパワーというML（メーリングリスト）にお入り下さい。3・11の時と同じように、皆で力を合わせ支援し、

## 避難所という生活の場で 大災害での看護師の 役割が見えた

### 被災者と同じペースで

私は東日本大震災が発生した直後の2011年3月19日、仲間とともに現地に入りました。

20年前の阪神淡路大震災の時は、一ボランティアとして被災地に入りました。その時は夫が当時仕事で使っていたシヨルダーホンを持たせてくれました。携帯電話のはしりの、大きくて重い電話です。しかし現地で繋がったのはこの電話だけで、大いに助かりました。東日本大震災では、通信環境が格段に進んだことをつくづく感じました。

「看護師さんが泊まってくれるんですか」と喜んでくださいます。公民館では、守衛さんが「僕たちの場所を空けましょう、ストロブもあるし」と言ってくれます。お断りしましたがどうしても言われ、ありがたく使わせていただきました。そばにいてナースに泊まってほしい!! という思いが、ひしひしと伝わりました。

### 「超急性期」を乗り越える

私の活動には、大勢の人が参加してくれました。「無責任だ」という批判も受けましたが、あの時



震災直後、段ボール箱を使って避難所で簡易トイレを作るキャンナスのスタッフ。2011年4月、宮城県石巻市で（筆者提供）

の私たちの役割は、平時の看護師のそれとは異なっていたのです。医療職として看護するというより、生活を支えたり、話を聞いたり、寄り添ったりする。そして具合の悪い人を見つけたら病院に繋ぐ。このことに徹しました。

そして、多くの人にできることをやってみていました。車の運転しかできない人にはドライバーとか。その辺のガレキでいろいろなものを作る大工さんは、一番活躍してくださいました。

ボランティアに行きたくても行けなかった人から「菅原さんはどうして行けたんだ」と聞かれたことがあります。実は、当時ボランティアに行く場合、高速道路を走れる通行証を警察署でもらえることがあったのです。高速道路のスタンドで給油できることも知り、キャンナスのナースたちに「ライセンスを持って地元の警察に行け!」と発信しました。正しい情

私たちは最初に宮城県の気仙沼に入りました。お金がないので、寝袋と、自分たちの食料や水も3日分くらい持って、避難所にお邪魔し、泊まらせていただきました。避難所に入ってトイレを見た瞬間、その惨状に絶句しました。掃除しなければ感染症が蔓延すると思い、トイレ掃除から始めました。こうして生活を共にして、いろいろなことが見えてきました。

学校が避難所になると、被災者は教室や体育館に寝泊まりし、そこから離れたロビーや音楽室などに救護室が作られます。そこには救護班として医者もナースもいますが、救護班の役割は具合が悪くなるとして訪れた人を手当てすることです。だから生活の中に入っていくかといえずきました。私たちは皆さんが寝泊まりしている場所すなわち生活の場にいたから、細かな困り事をキヤッチできました。元気な方も寒さに震えて

報を得ることはとても大切だと、改めて痛感しました。

4月の頭までは「超急性期」だと思っていました。現地の仲間には、3月いっぱい一杯力を出し、人が多くなったらしつかり休むように言いました。5月の連休明けにボランティアが一斉にいなくなるのが予想され、そうすると被災した人は寂しく、心細くなる。その時もう一度心のケアが必要になり、ナースの出番となるからです。実際、その通りになりました。

その後は、避難所から仮設住宅、復興住宅というふうに移動されるお手伝いをしました。

### 若い人が新しい風を起す

そして現在は、牡鹿半島に家を1軒借り、地域の皆さんが自由に出入りできるようにしています。「デザイナービズもどき」と言っています。人口が減り、介護事業所

眠れず、若いお母さんはお乳が出なくなつて途方に暮れていました。高熱があったり、出血していたりすれば救護室に行くでしょう。でも、そうならない人は行きません。行かないけれど問題はたくさんあります。それをどうにかしなければならぬのです。夫を亡くしたのに、子どものために昼間は涙を見せず気丈にがんばっているお母さんも、夜になると辛くて寝られない。そういう人々と話をするのも私たちの役割でした。次に大災害が起こった時には、この教訓が生かされると思います。

気仙沼入りから約2週間後、並行して石巻を訪れました。リュックを背負って行って名刺を見せながら「私たち看護師の団体なんですから、私たちが看護師の団体なんですから、私たちが看護師の団体なんですから」と言くと、非常に歓迎されました。それで、「厚かましいんですけども、私たちは泊まる場所がないので、どこか泊めていただけませんか」と聞くと、

も撤退してしまつた地域で、高齢者が来て過ごせる場所です。

年末には毎年、年越しお泊まりを企画し、一人で正月を迎えるのが寂しい高齢者に過ごしてもらつたりしています。県からリハビリを委託されているので、訪問リハビリも実施しています。

あの日から5年たち、若い仲間の中から石巻に根付いたカップルも誕生しました。キャンナスのボランティアで出会って結ばれた2人は、今年4月に石巻で結婚式を挙げます。牡鹿半島の家を譲っていただけなので、そこに住むことになりました。

ほかにも、若い人たちが動き出しています。この町に残つて何とかしようという「よそ者」の若者が石巻出身でUターンしてきた若者が新しいビジネスを始めようと模索しています。こうして若者たちが戻ってくることで、さらに新しい風が吹くことを期待します。

# かいご の論点

て行きましよう。現地に行かれる方は、二次的な災害を起さないよう自己判断・自己決定・自己責任の気持ちで行ってください。現地に行くだけが支援ではありません。情報発信も寄付することも支援です。

この雑誌が出る5月：まだまだ復興はできていないでしょう。ボランティアも必要としているでしょう。忘れていないという気持ちで現地に届けることも重要です。地震大国・日本にいる限り、いつ何時、我が身に起こるかわから

ない災害です。自分の地域に起きたら、貴方はどうしますか？自分のこととしてコミュニケーションして、災害にあった時に乗り切れるように、備えて頂きたいと思えます。