

短 報

## 東日本大震災における女性支援活動から見えてきたこと

五十嵐ゆかり<sup>1)</sup> 加藤 千穂<sup>2)</sup> 篠原枝里子<sup>3)</sup>  
中山 大輔<sup>4)</sup> 星野 桃子<sup>5)</sup> 萩原 直子<sup>6)</sup>

### Understanding Points for Reconstruction Support through Women Support Project in the Great East Japan Earthquake

Yukari IGARASHI, CNM, RN, PhD<sup>1)</sup> Chiho KATO, CNM, PHN, RN, MN<sup>2)</sup>  
Eriko SHINOHARA, CNM, PHN, RN, MN<sup>3)</sup> Daisuke NAKAYAMA<sup>4)</sup>  
Momoko HOSHINO<sup>5)</sup> Naoko OGIWARA<sup>6)</sup>

#### [Abstract]

We offered support for women in the stricken disaster area of Rikuzentakata-shi, Iwate, where the healthcare system was destroyed by the Great East Japan Earthquake. Our efforts started April 1, 2011 and continued until February, 2012. In shelters and temporary houses, we provided women's supplies named *onna-no-nattemo-fukuro* (a bag for women), consulting, aroma message and exercise. For girls, a pamphlet named *onnanoko-no-minna-e* (for every girl) was provided which explained about the first menstrual period and how to properly manage it. This pamphlet was particularly for girls who had lost their mothers. For elderly women, a pamphlets called *nyoutoraburu-de-komatteimasenka* (Do you have any trouble with incontinent?) was provided. Through this women support project, we noted that aid workers needed an attitude of sensitivity, a sense of humility, interpersonal cooperation skills and the capacity to maintain a positive outlook in order to support people in the stricken disaster area. It was reconfirmed that aid workers need shift rotations and to have the aid agency prepare a system for working with multi-workers to provide for their continuous support. Although our project is finished, the stricken disaster area is still in the reconstruction process and the human suffering continues, hence we hope to continue to offer support.

[Key words] Great East Japan Earthquake, women support project, aid workers, reconstruction support

#### [要 旨]

東日本大震災によって市の中枢部に大被害をうけ、保健活動が停止してしまった岩手県陸前高田市において、2011年4月～2012年2月まで女性を対象とした支援活動を行った。避難所や仮設住宅で「オンナのなつても袋」の配布とともに健康相談、アロママッサージ、運動、思春期の児童へのプロテクションを含む性教育のパンフレット「おんなのこのみんなへ」や初潮を迎えるために必要な「ガールズセットの配布」、尿失禁に対するパンフレット「女性の皆さんへ—尿トラブルで困っていませんか—」の作成と運動の実施などを行う活動を展開した。また、この活動を通じて見えてきた支援者としての心構えは、繊細であること、迅速であること、謙虚であること、協働できること、自らの心が健康であること、であった。継続的な支援活動を行うためには、支援者のローテーションを維持したり、さまざまな職種の人々と一緒にチームの体制を整えていく必要があることを再確認した。現在

- 
- 1) 聖路加看護大学 ウィメンズヘルス・助産学研究室 St. Luke's College of Nursing, Women's Health and Midwifery
  - 2) 聖路加看護大学 ウィメンズヘルス助産学博士後期課程 St. Luke's College of Nursing, PhD Program Women's Health and Midwifery
  - 3) 山本助産院 Yamamoto Birth Center
  - 4) NPO 法人難民支援協会 Japan association for Refugees
  - 5) 元 NPO 法人難民支援協会 ex-Japan association for Refugees
  - 6) NPO 法人まゐむたかた Mam's Takada

は後方支援となったが、まだまだ復興過程にある被災地に今後も支援活動を継続していきたい。

〔キーワード〕 東日本大震災、女性支援活動、支援者、復興支援

## I. はじめに

東日本大震災によって市の中核部に大被害をうけ、保健活動が停止してしまった岩手県陸前高田市において、2011年4月～2012年2月まで女性を対象とした支援活動を行った。避難所延べ30カ所、仮設住宅延べ53カ所において「オンナのなつても袋」の配布とともに健康相談、アロママッサージ、運動などを行う活動を展開した。また、思春期の児童へのプロテクションを含む性教育のパンフレット「おんなのコのみんなへ」や初潮を迎えるために必要なガールズセットの配布、尿失禁に対するパンフレット「女性の皆さんへ—トラブルで困っていませんか—」の作成と運動の実施などを行う活動も行った。現地でNPO法人難民支援協会（以下JAR）とともに活動し、見えてきた支援者としての心構えについて述べる。

今回の東日本大震災における支援活動を通じて、支援の状況やその分析などは多数報告されているが、ここでは筆者が経験した支援活動を根拠として「支援者であること」に焦点をあて、支援活動に重要と思われるポイントについて再確認したい。そしてまだまだ復興過程にある被災地の今後の支援活動につなげて頂ければと思う。

## II. 支援者の心構え

今回の女性支援活動は、被災者の皆さんとより個別のかかわった活動である。多くの人を対象としたシステムづくりのような視点というよりも、一人ひとりへの支援を考えるとときの心構えとして参考にして頂きたい。

### 1. 繊細であること

支援者は、被災者の気持ちを吐き出せる場を提供できる人材であることが求められる。時期によって支援の優先順位は異なるかもしれないが、しかし、気持ちを吐露できるような場をつくる支援は重要である。震災直後は多くの方が、どのようにして逃げてきたか、自分の家がどうなったのか、という話を下さった。2011年5月頃からは健康相談という名称で相談活動を行ったが、相談内容は健康状態についてだけでなく、遠方にいる孫の進学の話だったり、息子夫婦の生活についてだったり、自分の一番の気がかりを語る方が多かった。そして、いつも最後に「避難所の人ではない人に話ができよかったです。」と言って頂いた。筆者が1人で健康相談を担当していたとき、待つて下さっている人がたくさんいた

こともあった。それは筆者のような医療者に話したいのではなく、とにかく「話す場」がほしかったのだ、ということ強く感じた。

心のケアの専門家はもちろん必要である。しかし、専門家でなくても話ができる場をつくることと、話を聞くことが大切であることが関わりの中からわかった。その方が気になっていることを話すことで気分が変わったり、誰かと共有することで安心したりできるのであれば、何かを解決するために話をするのではなく、まずはどんなことでも話して頂き、そして聞くことが重要なのである。必要な時期に必要な場を提供でき、そして語られた内容を傾聴できる繊細さが必要なのだとわかった。

また、ニーズへの繊細さも必要である。支援者が必要と考える物資と被災者が「いま欲しい。」と思っているものが異なるときがある。発災からの時間経過にもよるが、支援者にとっては一見、優先度が低いと思われるものも、被災者へ楽しみやほっとする気持ちをもたらす役割を果たしてくれる物資もある。たとえば、「オンナのなつても袋」の中に入っていた手鏡は、発災後ずっと見ることのなかった自分の顔を見て、「またがんばろう。」という気持ちになった、と話してくれた方がいた。また化粧水は「ほしかった。でも言っではいけないと思っていた。化粧水をつけると気持ちがよくて、女だから…。本当にうれしい」と言って頂いたこともあった。すべてのニーズをかなえることが最良の支援であるとはいえないが、ときに現場のアセスメントにおける、あるいはマニュアルに書いてある優先順位だけでなく、その現場で被災者が「必要」と強く欲している物資を最優先に渡すことがあってもいいのではないかと感じた。

さらに、身体症状のアセスメントにも繊細さが重要になる。月経や尿失禁、外陰部の症状などの特に生殖器の状況は自分からは言い出しにくい。そのため羞恥心があり症状があってもそのままにしておく悪化する場合もあるので、支援者が配慮して積極的に確認していくことが必要であるし、尿もれパットなどは受け取る側の気持ちを考えた配布方法を考える繊細さが求められる。

### 2. 迅速であること

ニーズに繊細に 대응していくことも必要であるが、それと同時に素早く対応していくことも重要である。ある避難所では、生理用ナプキンや大人用オムツはたくさんあったが、尿失禁用のパットは全くなかったり、生理用ショーツがなく思春期の子どもたちが困っていたり、と

いうこともあった。避難所や避難している場所ごとに対象やニーズも異なるため、迅速にニーズを把握、対応ということが必要である。

また、時間が経つにつれて状況は変化して生活状況もどんどん変わっていき、それに伴ってニーズも変化していく。現地の自治体や災害対策本部に、大量に送られてくる物資には、時の流れと共に必要なくなってしまったものもあった。今回の女性支援活動の強みのひとつは、私たち自身が小規模の団体であったためにニーズを支援活動へすぐに反映できたことにある。「オンナのなつても袋」の内容に対して、一人ひとりとお話することで感想をもらうこともでき、物資の変更に役立った。夏の時期に配布した日焼け止めは、外での作業が多いという女性の声を反映したものであった。ニーズの反映は物資の変更だけでなく活動内容も変化させていった。特に仮設住宅に移ってからは「人とつながり」を強化できるように、みんなで時間を共有しながら一緒に取り組めるようなアロマクリームの作成や運動なども取り入れていった。支援活動を継続していても、ニーズを反映しない支援は意味がない。現場の声を正しく聞き、素早く反応できることが求められる。

### 3. 謙虚であること

支援を迅速にそして積極的に行うことは必要な姿勢であるが、それと同時に謙虚であることも重要である。「支援に入った人は、過去の経験から気づくことがあり、様々なことが見えてくる。しかし、それが現場で直ちに使えるのか、実情に合っているのかという謙虚さを持って発言してほしい。」(佐々木, 2011a) と、述べられている。後から入った人ほど状況は冷静に見えるもので、不足している点、うまくいっていない部分だけが目に付いてしまうことがある。しかし、現場はその状況をわかっているにもかかわらずすべてに手が回らないことが多いのである(佐々木, 2011a)。当初2週間に1回、保健医療福祉介護関係者が集まって行っていた「包括ケア会議」(のちの陸前高田市保健医療福祉未来図会議)で、そのような場面を何度か目にする機会があった。陸前高田市の市の職員をはじめとする保健医療の立て直しを担っていた方々は、疲労困憊していることが手に取るようにわかる状態であった。それでも市と市民のために、まさに踏ん張っている状態であった。そんな状況の方々に意見を提案するときには、どのように伝えたらいいだろうか? 現場の力になりたいという気持ちと、自分ができることをどのように伝えていくかということをよく考え、大きなチームの一員になるときの協働という意識をもつべきである。そして場を配慮し、謙虚さを持って支援活動に参加することが必要である。

### 4. 協働できること

支援の場では、いろいろな職種、立場の人々とチームで働くことになる。支援を行うときは、単なる人の集まりではなく、協力し合うという意味を持ったチームになることが重要であり、お互いの役割を認めて一緒に仕事ができる人材であることが求められる。チームの大きさもさまざまであるが、今回の女性支援活動においては、現場統括者、ロジスティック担当者、資金獲得者、後方支援者など役割を分担し、それぞれが自分の専門性に集中できる環境をもったことでチームの協働が円滑で、支援活動が継続できたといえる。もちろん、混乱した現場では、医療者であっても医療だけに集中した活動ができない場合も多く柔軟性を求められるが、チームの中での役割を明確にしておくことで、活動はスムーズになる。いろいろな職種や立場などにとらわれず協働できる人が支援の場で求められる人材である。

### 5. 自らの心が健康であること

支援活動の当初、支援本部を岩手県花巻市の旅館にしていた。被災地までの距離は、車で約1時間半、往復すると約3時間であり、身体的な負担があったが精神的には気持ちをリセットする時間をもつことができた。被災地に入るだけで、心が押しつぶされてしまうことがたくさんあったのは事実である。私たちが泣いている場合ではなかったが、涙を流さずにいられないことが数えきれないほどあった。そんなとき、支援を終わったあとの花巻までの約1時間半の道のりで心を整理し、花巻に戻ったら風呂に入って食事をし、仲間とたわいのない話をし、また翌日の支援活動に行く、といった体制をとっていた。旅館への宿泊は、被災者の皆さんには申し訳ない気持ちもあった。しかし、自らの心を健康に保つためには、あのとき花巻の本部は非常に重要であったと言える。

支援者も気持ちを吐き出す場が必要なのである。被災地から離れる時間を持つこと、一緒に活動している仲間に気持ちを話せる環境があることが、今回の支援活動を行った私たちの心の健康に保つためには非常に重要であった。振り返ってみると、この本部と支援活動のローテーションがなければ、精神的に支援活動の継続は困難であったと思う。

## Ⅲ. 活動を継続するための体制づくり

陸前高田市の保健医療福祉チームの調整役を担っていた佐々木(2011b)は、生活基盤は秋田県にあったが、陸前高田市へ週2日間訪れて役割をとっていた。このような体制を「現地に常にいないが毎週訪れる支援者」と説明していた(佐々木, 2011b)。筆者は、大きな組織運営を担っていたわけではないが、東京での仕事を行い



写真1 小規模な避難所での支援活動の様子



写真2 大規模な避難所での支援活動の様子

ながら女性支援活動のリーダーシップをとり、毎週末に現地に入って支援活動を行っていた時期もあり、体制という点では類似の状況であった。女性支援活動の立ち上げから軌道にのるまでは、チームの中で唯一の医療者であったためにこのような体制であった。佐々木（2011a）も述べていたように、「現地に常にはいないが毎週訪れる支援者」というこの考え方は、災害支援モデルにならないかもしれない。しかし、災害の規模や種類は一様ではないため、さまざまな支援活動が必要であるし、柔軟に体制を変えられるような組織作りが必要であるため、このような体制も必要であったと思う。

2011年6月頃から看護師、助産師、臨床心理士、アロマセラピストなどが支援活動に賛同して下さり、ローテーションの体制が整っていった。支援者のローテーションをもつことは、活動を継続させるためには必須の体制であると言える。それは、支援活動に参加する人の日常を維持し、仕事も行いながら活動に参加できることにつながるからである。支援者の生活が非日常になればなるほど継続的な活動は困難になるため、ローテーションのある体制づくりが必要である。また、毎週異なるスタッフが現地入りすることの調整をしてくれたJARの現地スタッフのような役割をとる人がいなければ、この活動は継続しなかった。現場で実際にケアを提供する支援者だけが必要な人材としてクローズアップされることも多いが、現地での調整、ローテーションスタッフの事務的な手続きなどを引き受けながらも、現地の状況を詳細に把握してくれていた現地スタッフがいなければ、支援活動は成り立たなかったといっても過言ではない。つまり、実際にケアを提供する支援者だけを募っても活動は継続できないため、さまざまな役割をとる人と体制を整えていくことで、支援活動は継続するのだと再確認した（写真1、2）。

#### IV. 後方支援となった現在の役割

これまでいろいろな場所で機会をいただき、支援活動の経験を伝え、防災、減災への準備を促す話をさせてもらってきた。そんなとき自分の役割について、いつも考えさせられる。筆者が皆さんに向けて話す内容は、すべて被災者の皆さんの声を代弁していると思っている。「私たちはこんなに大変なことがあった。だからこんな大変なことにならないように準備して下さい」という意味深いメッセージだ。身をもって教えて下さっている被災者の皆さんのメッセージを正しく伝えることが自分の役割であると感じている。

本稿では支援者の心構えについて述べた。この内容はすべて被災者の皆さんに教えていただいた貴重な経験がもとになっている。その皆さんの支援をしていくためにも、これからも陸前高田市の被災状況を伝え、復興支援にかかわっていききたい。

#### V. これからの復興支援

これまでの女性支援活動を引き継ぎ、さらに子どもと女性のために活動する団体として、2013年3月にNPO法人まあむたかたが立ち上がった（[maamtakata.blogspot.jp](http://maamtakata.blogspot.jp)）。この団体の代表は陸前高田市の被災女性である。陸前高田市の復興を願い、自らが団体を牽引していくと決めた勇敢な女性である。まあむたかたの活動を後方支援していくことで、被災地の復興支援を継続していきたい。また活動にご興味のある方はぜひご協力いただきたい。

#### 引用文献

- 1) 佐々木亮平. (2011a). 東日本大震災レポート 陸前高田市の今. 地域保健, 2011年6月号. 63-69.
- 2) 佐々木亮平 (2011b). 東日本大震災レポート「復旧」ではなく「復興」へ. 地域保健, 2011年9月号. 54-61