

短 報

東日本大震災における女性支援活動 －「オンナのなっても袋」の配布と健康相談を通して－

加藤 千穂¹⁾ 五十嵐ゆかり²⁾ 篠原枝里子³⁾
石川 えり⁴⁾ 石井 宏明⁴⁾

Women Support Project for Great East Japan Earthquake － Relief Supply Distribution and Health Consultation －

Chiho KATO, CNM, RN, MN¹⁾ Yukari IGARASHI, CNM, RN, PhD²⁾
Eriko SHINOHARA, CNM, PHN, RN, MN³⁾
Eri ISHIKAWA⁴⁾ Hiroaki ISHII, MA⁴⁾

〔Abstract〕

The Great East Japan Earthquake of March 2011 wrought massive destruction in Iwate Prefecture, in northern Japan. The Health care system in Rikuzentakata, one of the prefecture's coastal towns, was devastated. Volunteers carried out support efforts starting in the immediate aftermath of the disaster until the transition to the recovery phase, focusing on supporting women disaster victims from the perspective of nurses and midwives. We distributed relief packs called “*onna-no-nattemo-fukuro*” (a bag for women), and conducted health consultations. The relief packs contained brochures about women's health and personal safety. In the health consultations, many women reported physical problems resulting from sleepless and stress, and there was a pressing need simply to have someone to talk to. These support efforts, because they were not limited to merely distributing relief supplies, were consisted to be particularly effective : Through the health consultations the various needs of women in the region could be identified and acted upon.

〔Key words〕 Great East Japan Earthquake, women support project, relief supply

〔要 旨〕

東日本大震災により岩手県沿岸部は甚大な被害を受けた。保健医療体制が混乱状態にあった陸前高田市を中心に、被災後の急性期から復旧復興期への移行時期にかけて、女性に必要な支援に焦点を当て支援活動を行った。「オンナのなっても（なんでも）袋」と名付けた支援物資を配布するとともに、専門職による個別健康相談を実施した。支援物資には、女性特有の健康問題に関するパンフレットやプロテクションへの注意喚起の内容も含めた。健康相談では、不眠やストレスによる体調の変化を訴える人が多く、また「話を聞いてほしい」というニーズが高かった。今回の支援活動では、物資の配布に止まらず専門職による健康相談を行ったことにより、女性の健康問題やニーズを知り、支援活動に生かすことができた。

〔キーワードズ〕 東日本大震災, 女性支援活動, 支援物資

1) 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
2) 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
3) 山本助産院 Yamamoto Birth Center
4) NPO 法人難民支援協会 Japan Association for Refugees

I. はじめに

東日本大震災により、岩手県沿岸部は大きな被害を受けた。特に陸前高田市は市の中核部が壊滅的被害を受け、保健センター、市役所としての機能を全て失い、市内の基幹病院、診療所等も壊滅的被害を受け、保健医療体制は混乱状態にあった¹⁾。

災害看護では災害時の状況変化について、災害発生直後から48時間または72時間までを超急性期、発生直後から1週間までを急性期、1週間から1ヵ月までを亜急性期、1ヵ月以降から3年までを復旧復興期と分類している²⁾。超急性期から急性期にかけては人命救助や傷病者の救出・搬送が最優先されるが、急性期を過ぎてから約3週間の期間を示す亜急性期では避難所での支援がポイントとなる。災害後の混乱がある程度収束し、医療・物資が少しずつ充足されてくる中で、避難所での生活を余儀なくされている人々は不眠や疲労などストレスも蓄積しており、健康状態の評価が重要となる。また、避難所の衛生環境の保持とともに、心のケアも重要となってくる²⁾。

私たちは、2011年3月18日（震災後7日目）より現地に入り、支援活動を開始した。NPO法人難民支援協会（以下JAR）とともに、助産師・看護師等の専門職として、特に被災された女性にとって必要な支援に焦点を当て、現地での調査や地域の保健医療従事者と連携し支援にあたった。ここでは、亜急性期～復旧復興期への移行時期に当たる震災後5ヵ月間に行った、女性を対象と

した健康維持・増進と女性保護の支援活動について報告する。

II. 活動概要

1. 支援活動開始までの過程

2011年3月18日より現地に入り、週末ごとに宮城県気仙沼市、岩手県大船渡市、陸前高田市の避難所延べ25ヵ所を訪問し、被災された方の話を聞くとともに、避難所の現状を調査した。また、岩手県の保健医療従事者との会議や、被災地で活動する保健医療チームとの会議を重ね、現地の公衆衛生状況の把握に努めた。調査結果より、被災された女性の状況と支援の方向性として表1のような課題が明らかとなった。支援の対象地区は陸前高田市全域とし、支援内容は①治安の変化への注意喚起、②清潔維持の支援、③女性特有の健康課題への情報提供、④女性が必要とする物資の提供の4点に焦点を当て、実施することとした。

2. 支援物資「オンナのなつても袋」の作成

女性が必要とする物資を検討し、親しみやすいよう岩手県花巻市の方言を用いて「オンナのなつても（なんでも）袋」（以下なつても袋）と名付けた配布物資を作成した。3種類のセットを作成し、世代ごとに女性の健康問題についてのパンフレットを入れることで、意識を高めてもらえるようにした。それぞれのバッグの名前は、物資を作成した5月と、衛生に関する花言葉にちなんだ

表1 現地調査からの課題

	生活状況（避難所）	課題	課題に伴う女性の状況
生活環境	間仕切りがない	プライバシーがない	着替え 授乳が困難
衛生環境	屋外トイレ	・電球がない ・多くが和式トイレ ・未整備（汚物入れ、水不足）	・膀胱炎などの健康障害
	不定期な簡易風呂の入浴	入浴スケジュールと合わなければ入浴できない 一月经時 一日中の片づけ	・外陰部の症状
生活用品	・生理用ショーツ、尿失禁用パットの不足 ・基礎化粧品品の不足	・物資の供給状況	・ニーズの変化
安全	・電気の復旧していない ・トイレが屋外 ・瓦礫などの死角が多い ・支援者以外の多くの人々が被災地に入ってくる	・（性）犯罪発生の可能性	・被害者になる可能性
ジェンダー	・多くが男性リーダー ・ジェンダーによる役割分担 ・文化的気質	・意思決定のプロセスが未整備	・女性のニーズが反映されにくい



図1 すずらんのパンフレット



図3 プロテクションの注意喚起

花の名前を使用した。主に30歳代くらいまでは「すずらん(月経について)」(図1), 40～50歳代は「つばき(更年期障害について)」(図2), 50歳代くらい以降は「しゃくやく(尿もれについて)」としている。また、パンフレットには、健康問題以外にもプロテクションへの注意喚起を促す内容を含めたほか(図3)、ホットラインカードを入れ、防犯に限らずいつでも相談できる場所があることを伝えた(図4)。さらに、なつても袋には緊急時のホイッスルが入っており、屋外に出るときには身に付けてもらうよう説明を加えた。

なつても袋の内容は、世代別、季節に応じて変化させた(図5. 6)。活動当初は入浴が思うようにできず、清



図2 つばきのパンフレット

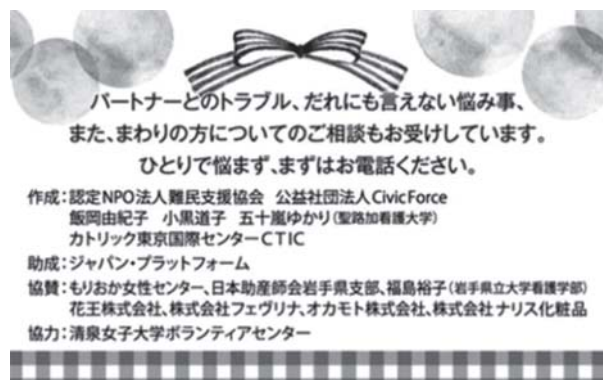


図4 ホットラインカード

潔保持が困難な状況であったため、外陰部の保清のためのビデがとても喜ばれた。ビデについてほとんどの方は馴染みがなかったため、使用方法を書いた用紙と一緒に配布し、清潔保持を促した(図7)。また、女性の美容へのニーズも考慮し、5月ごろは化粧水、7月ごろからは日焼け止めなどを使用したほか、様々な柄のポーチを入れ自由に選んでもらうなど、気分を変えてもらえるようにも配慮した。また、夏季の熱中症対策として首に巻く保冷スカーフも取り入れた。冬には防寒対策としてレッグウォーマーやカイロを加えたほか、屋外の暗くなる時間が早く、現地では街灯がなく真っ暗になってしまうため、LEDの懐中電灯を入れた。また、この頃には少しずつ商業施設が始動していたため、現地の物流も調査し商業の妨げとならないよう工夫をした。

3. 活動の実際

2011年3月18日から2012年2月29日まで活動を行った。JARとともに、看護師、助産師等の専門職により避難所を訪問し、支援物資の配布だけでなく、専門職による個別の健康相談を実施した。避難所の規模は20～400人、1ヵ所約2時間程度の訪問であった。また、活動の拠点は、2011年11月までは岩手県花巻市とし、それ以



図5 オンナのなつても袋（夏用）



図6 オンナのなつても袋（冬用）

降は気仙沼市、2012年2月より陸前高田市に拠点を移して活動を実施した。活動場所は、陸前高田市を中心に、避難所12カ所、仮設住宅32カ所、公民館17カ所、サロン4カ所を訪問し、健康相談活動は延べ76カ所で実施した。「オンナのなつても袋」の延べ配布数は6,669個であった。

活動内容は、各避難所、仮設住宅等で参加者を募り、はじめに「オンナのなつても袋」の内容を説明し、その後血圧測定や体重測定を行いながら個別に健康相談を実施した。震災直後の相談内容では、避難所での生活など環境の変化による要因が大きく、不眠や生理不順、また不眠やストレスによる血圧の上昇が著明であった。常備薬も流されてしまったが、医療機関も十分に復旧していないため薬をもらうこともできないという声も聞かれていた。

また、女性特有の問題としては、帯下の増加や尿失禁に関する相談も多かった。精神面では、支援開始直後から、誰か話を聞いてほしいというニーズが多く、「同じように被災している人には話せないこともある、話を聞いてもらえてよかった」という声も多く聞かれた。しかし、なかには被災時のことや家族を失った現状を言葉に



図7 ビデの使用法

することができない方もおり、臨床心理士がスタッフとして参加している場合には、ケアにあたるよう連携を図った。

4. 支援を受けられた方・現地の保健医療チームの声

物資の配布に関して、「ビデが役に立った、もっと早くほしかった」「基礎化粧品がとてもうれしい」「笛（ホイッスル）は大切、必ず身に付けようと思う」という被災された方々の声が聞かれた。また、個別の健康相談に関しては、「おりものの話など、話にくいことを聞いてくれて安心した」「同じように被災している人たちには言えない話を聞いてもらい、少し楽になった」とも話されていた。

現地保健医療チームの方からは、全国の自治体からの支援者（保健師）が訪問をするために不審に思う被災者の方もおり、そのような時には「オンナのなつても袋」が話のきっかけを作るツールとなった、という声が聞かれた。また、保健医療チームの支援者にもなつても袋を使用してもらうようにしたところ、支援者自身のリラックスにもつながっていた。

Ⅲ. 考察

1. 支援物資の配布

現地では女性が必要とする支援物資が不足している現状があったため、その点に注目し支援物資を作成したところ、とても好評であった。対象となる方によって必要

となるものは異なるため、支援物資を年代別に作成したことは有効であった。また、急性期には衣食住が確保されることが最優先されるが、少しずつ状況が落ち着いてくる中で、女性にとって美容に関心を向けることが、気分転換にもつながっていたようであった。さらに、支援物資の中でビデの配布がとても有効であった。避難所での生活では衛生環境の悪化や、入浴が困難であることなど、女性にとって外陰部の清潔保持が困難となる。しかし、人に相談しにくい問題でもあり、このような物品が災害時の物品として準備されることが必要である。

2. 避難所生活での健康相談（亜急性期～復旧復興初期にかけて）

避難所の生活では、集団生活がもたらす生活上の問題から、不眠や疲労、食欲不振等の健康問題が発生し、精神面ではプライバシーの欠如による精神的不安定、ストレスの増加が問題となるといわれている³⁾。専門職による個別の健康相談を実施した中でも、上記のような症状を訴える方々が多かった。また、医療機関の復旧が十分でないことから、慢性疾患の管理が不十分になりやすく、近くで受診できる医療機関の情報提供や、継続して関わることができる地域の保健医療従事者との連携も重要である。精神面への支援としては、気持ちを吐露する場が必要であると話す女性が多く、被災地以外の外部の支援者が関わる意義も感じられた。さらに、話ができる場の提供と話を聞くことができる人材の準備が重要である。

Ⅳ. まとめ

女性に焦点を当てた今回の支援活動において、物資の配布に止まらず専門職による健康相談を実施したことにより、女性の抱える健康問題や支援のニーズを知ることができ、それらのニーズを支援活動に反映することができた。女性は避難所という環境の中でも役割を担い活動しており、そのような女性も支援の対象であるという再認識と、相談できる人材と場所の提供が重要となる。今回の支援活動は女性の健康管理と気持ちを変化させる一助となった。

引用文献

- 1) 佐々木亮平 (2011). 東日本大震災陸前高田市での支援活動～復興へ向かう陸前高田市の今～月刊地域保健連載. http://www.koshu-eisei.net/upfile_free/rikuzentakatachiikihoken.pdf [2013.08.27]
- 2) 黒田裕子, 酒井明子. (2013). 災害看護の基礎知識. 木村哲也, 木村卓郎, 永井幸寿. ナーシンググラフィカ 看護の統合と実践③災害看護 (第2版). メディカ出版. 12-54.
- 3) 小原真理子, 酒井明子 (2007). 災害が人々の健康や生活に与える影響. 酒井明子, 災害看護: 心得ておきたい基本的な知識. 南山堂.