

平成 28 年熊本地震 ボランティア リレー稿

平成 28 年熊本地震（4 月 14～16 日）において、5 月の連休までの間に、岡崎幸治（平成 26 年卒 L、医師）、朝倉幹晴（昭和 60 年卒 L、市議）、池田智子（昭和 60 年卒 Bt、保健師）、水野直輔（昭和 60 年卒、外資系会社員）がそれぞれ連絡を取り合って熊本支援に入りました。また石田昌宏（平成 2 年卒 B、参議院議員）も独自に参加しました。

この動きは、卒部後もつながり続けた赤門鉄声会員や東京六大学応援団連盟員ならびに東京大学野球部 OB の絆に支えられました。今回、会員寄稿の一角に、5 人の報告を支援日程順に連続寄稿させていただきます。

熊本市の保健師活動（5月2日～5日）

昭和 60 年卒 池田 智子

1. はじめに

熊本・大分の地震により尊い命を失われた方々のご冥福をお祈り致します。鉄声会員および東京六大学応援団連盟の諸氏の中にも、たいへんな御苦勞をされている方々がいらっしやると耳にしております。一刻も早い復興と安寧を心よりお祈り申し上げます。

私は熊本市において、自ら被災しながらも市民のために尽くす保健師様のお役に少しでも立つことと、彼女らの献身的活動を学生等後進に伝えることを自分の使命と考え、自分にできることを模索しました。鉄声会員の皆様には多様な視点からの応援や御助言を賜りましたことを感謝し、ここに御報告申し上げます。

わが国では、乳児死亡率の激減や、農村・開拓地等の生活改善、過酷な労働者の職業病克服、感染症の終息、公害病の解決等の裏にいつも保健師の献身的努力があり、地域住民の健康と日本の発展を陰で支える役割を担ってきました。そんな保健師様達が、今回の震災ではどのような活動を行ってきたのか、私のお手伝いと合わせて報告致します。

2. 筆者の滞在概要

佐賀県在住の東京大学野球部昭和 61 年御卒部草刈伸之氏が迎えてくださり、初日の移動を車でサポート頂きました。昭和 60 年御卒部朝倉幹晴先輩の紹介で健康福祉局障がい者支援部長様を訪ね、同氏紹介により健康づくり推進課にて滞在期間中お世話になりました。



東大野球部 61 年卒 草刈伸之氏と熊本市役所にて

3. 平時の熊本市保健行政概要

熊本市は人口約 73 万人の都市で、平成 24 年から政令指定都市に移行し中央区、東区、西区、南区、北区の 5 区役所が設置されました。保健師は「地区担当制」にて 1 人当たり平均 1 万 1 千人の市民に対し、母子から高齢者まで全ての世代への訪問指導等のほか、地区組織と連携したまちづくりも展開、その地道な活動は専門誌にも紹介されています¹⁾。

1) 井本 成美, 竹内 弘子, 高本 佳代子, 清田 千種, 谷 昭子, 惠藤 朋子, 島村 富子: 小学校区別地区担当制で推進する健康なまちづくり—熊本市の取り組み—, 保健師ジャーナル 71(11) 別刷, 医学書院, 2015.

4. 滞在期間中の市内の状況

厚生労働省の一元的調整により配置された全国各都道府県からの派遣保健師が、各区役所に交代で常駐支援していました。本庁健康づくり推進課では、それら各区の状況把握、調査、課題明確化、対策考案などを行っていました。5月4日には、各区派遣保健師を含む全員が一堂に会する会議が開催されました。差支えない範囲で各区の状況を以下のようにまとめました。

	面積	人口	避難 所数	避難所 生活者数	状況・課題等
	平成 22 国勢調査確定値		← H28年5月2日現在 →		
中央区	25,46	184,353	53	1,493	熊本城、市役所、繁華街を含む中心地。震源地に近く倒壊家屋も多かった。 単身高齢者や単身若年者も多く、車中泊をする世帯も見られた。また独居高齢者等では「余震が怖い」「健康問題がある」等の理由で自宅に戻れない方もいた。
東区	50,07	188,082	48	2,052	震源地に近く壊滅的な地域もあった。 避難所生活を続ける理由は種々混在しており、それらの生活者間の葛藤も起こってきていた。 車も携帯も持たない独居高齢者等、強い不安を抱えている様子であった。
西区	88,80	93,805	21	842	被害は少なかった地域と言われるが、避難所生活者の状況は家屋全壊者もおり、他地域と変わらない。 家に戻ったが怖いので車中で寝ている方もいた。
南区	109,86	122,600	45	659	自宅に戻る方が増えてきた中、避難所生活を続ける方の焦り、不安も見られ、孤立化が心配された。 入所者が自主運営する小規模避難所もあった。
北区	115,35	145,634	20	308	自宅に戻る方が増えてきた中、避難所は看護師常駐による支援に移行中であった。 保健師は妊産婦等への在宅訪問も開始していた。

5. 滞在期間中の保健師活動

以上各区状況に応じて保健師の活動は異なるものの、共通したものをまとめると以下のようになりました。

1) 避難所から自宅へ戻るための支援

(1) 個別支援

① 次のステップへ進むための自己決定への支援

自宅へ戻る決定への精神的支援と同時に、それを困難にしている要因を明らかにするための調査を避難所生活者に実施し、必要な具体策を検討していました。

② 自宅へ戻った後の生活支援

自宅に戻った後も無事に生活できているかを確認するために在宅訪問を実施していました。

③ 住処支援

市営住宅入居が必要な市民を把握するための調査を行っていました。

(2) 集団支援

自立してコミュニティを運営していけるよう、民生委員等地域住民と連携して、実態把握と必要な援助の検討を行っていました。

2) 避難所生活者への支援

(1) 予測される困難への対策

- ① 熱中症、廃用化、アルコール依存症、低栄養などを予防するために、食生活、衛生環境、運動、メンタルヘルス、飲酒・喫煙、等に対する具体的対策を考案していました。
- ② 自宅へ戻る方が増えて行く中で、避難所生活者の不安、焦り、孤立感を予防するためのメンタルヘルスカケアを検討していました。
- ③ 行動が著しく変化し避難所での対応が困難になった方等への、福祉避難所への繋ぎ方を検討していました。
- ④ 地域へ帰っていくことを考慮した視点での社会的支援を検討していました。

3) 特別の支援を要する方への支援

高齢者、精神障がい者、妊産婦などに対する専門的ケアと同時に、地域生活への社会的支援を検討していました。

4) 重大な被害を受けた地域への支援

避難所には行かず半壊した家屋で暮らす方の危険防止策を構築するために、現地調査を実施していました。

6. 被災地保健師を支援するために何ができたのか ―サラダ記念日―

被災者でありながら連日早朝から深夜まで、刻々と変化する課題に取り組んでいた彼女は、市民個々を見る「虫の目」と地域全体を俯瞰する「鳥の目」を持ちながら、地域を「見て」「つなぎ」「動かす」働きを根気強く行っておられました。日頃からの地区活動で築いてきた住民との信頼関係が無ければできないことであり、外部からお手伝いに入る者は、有資格者であっても、このような場面では何の役にも立てないのかもしれない。

しかし、派遣保健師様と共に乗せて頂き地域を回った車中では、東の間の睡眠をとって頂きたいと願う私達に反して保健師様は話し続けてくださり、ふと「私は今、元気になったんだなあと思ったわ。以前はこんなにおしゃべりできなかったもの。」などと漏らしておられました。「全国からの応援保健師さん達が、私から“笑うことを引っ張り出してくれました”とも仰いました。ふと職場を見渡すと、倒れた本棚がそのまま食糧置き場と化しており、そこに積まれたカップラーメンやお菓子を食べながら深夜まで働いていらっしゃる姿が目につかびました。そこで私は、なるべく多くの野菜・果実・ナッツ・鶏肉にチアシードも入れたサラダを作り差し入れさせて頂きました。すると「生野菜を見たのは、震災後はじめて・・・。」とのお言葉。昨夜は私がたまたまホームページ (tomocop) に掲載していたピアノ演奏を見つけ、聴きながら仕事したと仰る方もおられ、気づかぬところでお役に立てていたのかと戸惑いました。ほっと弛んだ表情の中に、どんなにこれまで涙を堪

えがんばっていらっしやったのかが痛々しく垣間見えた瞬間でもありました。皆さんはサラダを持って記念撮影。その後私が帰京後に、前述の草刈氏の会社（九州ブランド株式会社）の「阿蘇ジャーキーヨーグルト」（美味です。工場が無事で良かったです。）を御礼にお贈りすると、またそれを持って撮影された皆様の笑顔が届き、胸が熱くなりました。市民の皆様は保健師様達のこの笑顔に、どんなに勇気づけられたことでしょうか。



被災地で立ち尽くす保健師様



お贈りしたヨーグルトの空き容器に保健師様が生けたお花

些細なことが嬉しいという心境は私自身も同じでした。余震や豪雨が怖くなかったわけではありません。自分の非力さに情けない心境にもなりました。そのような時に「今熊本で震度5とのニュース。大丈夫!?!」「モコちゃん、元気?たいしたもんだ!」などの鉄声会員や野球部諸氏から届いたメールにはとても励まされました。

たいぎや おおごつになつとるばってん

うちらは負けんけんね!

がまだすばい!

みんな応援してはいよ!

との元気な熊本市民様の御声にも。本当に、これではどちらが励まされているのかわかりませんね。「人の心は、人の心でしか癒せない」と感じました。

ナイチンゲールは「すべてが一体となった健康がコミュニティの健康につながる。一体感のないところに、コミュニティの健康はあり得ない。」との言葉も残しています。それは「保健師魂」でもあり、同じ職業人としてとても大事なことを学ばせて頂きました。学生等にもしっかり語り継いで行きたいと思っています。

甚だ僭越ながら鉄声会員の皆様へ報告させて頂く機会を賜り、心より感謝申し上げます。

5月5日

御紹介頂いた熊本市健康福祉局障がい者支援部長様に御報告と御礼をお伝えし、昭和60年御卒部の水野直輔先輩にバトンタッチ、熊本を後にしました。

