

岩手

“陸の孤島”の患者を救った
訪問看護師



宮城

避難所で寝泊まりし、ケアにあたる
ボランティアナース

被災地を歩くと、女性たちの奮闘ぶりに目を奪われる。被災者がいまも寝泊まりする避難所で、陸の孤島となった地域で、あるいは放射能汚染が深刻な地域で、過酷な環境で被災者や家族のために闘い続ける彼女たちの「命を守る現場」をレポート。

現地ルポ

震災で 立ち上がった 女たち

監修・撮影 / 伊藤隼也(医療ジャーナリスト)

約2000人の被災者がいまも生活している宮城県石巻市立渡波小学校の体育館。シングルマザーのAさんは、中学生の息子と、たった2畳ほどのスペースで暮らしている。Aさんのいまの悩みは今年受験を迎える息子のことだ。夜9時消灯の避難所では宿題も試験勉強も思うようにはできない。

「この生活がいつまで続くのでしょうか……。ほかの子供は受験のために必死になっているのに、このままでは子供の勉強も遅れてしまうし、不安だらけです」(Aさん)

一方、福島県内では放射能汚染の不安が広がっている。5月23日、東京・霞が関の

福島

「子供を被曝から守る」
とデモで訴えた母親



文部科学省側に、福島県から来た約70人を含む、約500人がデモ活動のために集結した。

参加者の多くは子を持つ母親たち。文科省が設定した「子供の年間被曝許容量20mSv」

リシーベルト」という基準がいかに危ないかを訴え、基準の撤回と国による放射能の除去作業を求めた。

「子供をモルモットにする」「未来ある福島の子供たちを」

本気で守って！
こんな必死の思いをメッセー
ーボードに託して声を上げ
る。

小雨が降るなか、建物の中
にさえ入れてもらえなかった
母親たちは、冷たいコンクリ

ートの上に直に座り、文科省
の職員を相手に窮状を訴え続
けた。

*
東日本大震災以後、現在も
10万2500人が避難生活を
続けている（5月29日現在）。

報道はされなくても、そのひ
とひとり心が心に大きな痛み
を抱えている。

そんな被災者たちの声に耳
を傾け、現状を変えようと
日々奔走している女性たちを
追った。

避難所で暮らす人たちの不安を 何とかしたい——

ボランティア
ナース
中里藤枝さん



避難所では何よりも話を聞くことを心がけているという中里さん（右）。

「アベさん、こんにちは。こ
の前、白内障のお薬、先生か
らもらえたんだって？ よか
ったね」

「今朝の散歩、坂道もどんと
ん上っていつちやっつて、ヨシ
ダさん、本当に足腰が強いん
だから、私のほうがクタクタ
ですよ」

石巻市内の避難所で、被災
者やそこで働くボランティア
の人たちに人なつこい笑顔で
声をかける中里藤枝さん（51
才）。彼女は、看護士のボラン
ティア団体（ANNUS）（キ
ャンナス、本部・神奈川県藤
沢市）の一員として、避難所
に寝泊まりしながら被災者の
ケアを行っている。

中里さんは青森県八戸市出
身。夫と子供3人の5人家族
で、日頃は同市内にある居宅
介護支援事業所でケアマネジ
ャーとして働き、地元の高齢
者らを支えている。

「自分ができる（CAN）こ
とをやる」という理念のキ

キャンナスに登録したのは3年
前のことだ。ケアマネジャー
の仕事のなかで、もっと介護
の手を必要としている人がい
るのに、介護保険制度の枠組
みでは支援できないケースが
あることを知った。

「困っている人を目の前にし
たら、何とかしてあげたい。
でも、仕事としてやると、
利用料金や利用時間など制度
の壁に阻まれてしまっ
す」（中里さん）

「来てほしい」というメール
が来たんです。八戸では看護
士のボランティアを受け付けて
いなかったもので、行こうと思
いました」（中里さん）

子供が幼かったころにキャ
ンプで使った古い寝袋と毛布
を車に詰め、地図はなかった
が「現場に行けばなんとかな
るだろう」とたっぴと取りで
出発。途中でクリムパン10
個とお茶のペットボトルを買
い、4時間かけて気仙沼には
いった。

キャンナスの八戸支部を設
立し、仕事の傍ら、ボランテ
ィアで看護活動をしてきた。
そこに起きたのが3月11日
の東日本大震災だった。八戸
も震度5弱の揺れと停電、浸
水被害に見舞われ、中里さん
も利用者の安否確認などに追
われた。

しかし宮城・岩手に比べれ
ば被害は小さく、10日ほどた
つと、他の被災地の様子が気
がかりになった。

「気仙沼市（宮城県）にはい
っていたキャンナスのメンバ
ーから「手が足りない」（高
齢者は）もうおむつ交換もさ
れていないし、誰でもいいか

看護士のボランティアとい
うと、被災した人のけがを応
急処置したり、医師とともに
被災者の健康をチェックした
りするイメージがあるが、中
里さんが避難所で真っ先にし
たのは、トイレの掃除だった。
「汚物が溜まっていて流れな
かったんです。それでビ
ニールを手にかぶせて、え
いって（笑い）。私たちは
普段、家にいるがたの介護や
看護をしているので、そうい
う環境面や衛生面に目がいっ
てしまっんですよ」（中里
さん）

健康面の管理、感染症対策、

道路のすぐ横は崖という危険な場所も、そんな意
路もおかまいなしに、ガルシアさんの車は進む。



思いっく限りのことをした。
キャンナスが避難所で寝泊ま
りするのはこんな理由による
のだという。

「いろんな大学のドクターや
看護師さんがはいつています
が、24時間避難所にいるわけ
ではないんです。すると、
体育館に1800人ぐらいい
災者だけが残る。で、みなさ
んやっぱり不安だとおっしゃ
られるんですね。それで泊ま
ったほうが良いということに
なつたんです」（中里さん）

それでも6日間の活動を終
えて八戸に戻った中里さんは、
その後「もっと何かできたの
では」という思いにさいなま
れたという。

「看護師って病気の予防や治
療という目的がある仕事だか
ら、成果がどうだったかを考
えるんですね」

それで振り返ってみると、
例を見ないような大災害のな
かでもとにかく目の前にあるこ
とを手当たり次第にやっていた
だけで……あれで本当に役
に立ったのだろうか？

（中里さん）

その思いが次のボランティ
ィアにつながった。石巻市には
5月15日からはいり、6日間
市内の公民館で被災者と共に
寝泊まりをしながら、公民館
や近くにある漢中学校、渡波
小学校などで活動した。

石巻市内にいるキャンナス
のメンバーは20人ほど。炊き
出しを手伝い、掃除をし、被
災者と会話をしながら寝泊
まりする——いまの避難所で
は、それがとても重要な役割
なのだという。

「東北の人たちって、本当に
がまん強く、なかなか本当

の気持ちを言葉にしないう
すよね。そういうときに私た
ちが、ホステス、なんていい
ながら夜の宴会で被災者の輪
に入れていただいて、様子を
うかがったりします。夜にな
るとようやく、ボツボツと本
当の悩みを話されるかたもい
るんです。

医師の指示を受けて処置を
すると、日々血圧を測ると
か、もちろんそれらも大切で
すが、それと同じくらい被災
者に寄り添うことが必要だと
思うんです」（中里さん）

日々の生活のなかで、少し
の心の変化も見逃さないよう
に、中里さんは日常の声かけ
や会話を大事にしている。だ
からこそ見えるものがある。

ある高齢の男性が、お酒の
飲みすぎで避難所から病院に
救急搬送された。キャンナス

のメンバーで話を聞きに行く
と、当初本人は「いつもと違
う種類のお酒を飲んだから、
加減がわからなかったんだ」
といった。しかし、その後何
度もその男性のもとを訪れて
話をしていると、不意にこん
な本音をこぼした。

「実は酒を飲み続けていたと
き、気分が悪くなっておれは
死ぬかもしれないと思って思
ったんだよね。でも、いまこ
んな状況だし、まあ、それで
もいいかなって思っただけ
けちゃったんだ」

悩みを抱える被災者たちに
キャンナスは、「あなたのこ
とを心配しているよ」「忘れ
ていないよ」と語りかけて寄
り添う。

「いま、避難所の人たちが気
にしているのが、震災が、そ
してここにいてる人たちのこ

が忘れ去られてしまうこと
だから被災者の心が癒えるま
で、私たちはこれからもすつ
とかがわっていきます」（中
里さん）



（上）避難所の一角に設けられたキャンナスの「ナースセンター」。（右）寝袋を持参し、避難所となっている体育館の倉庫や公民館の事務所で寝泊まりする。

在宅医療の中断は命にかかわる。 だから走る——

ガルシア小織さん



在宅医療を担う。

支援が必要なのは、避難所
で暮らす被災者だけではない。
病院ではけがや重い病気の受
け入れを優先させているため
これまで在宅看護を受けてい
た高齢者や障がいをもった人
たちは後回しになる。

そんな人たちを支えている
のが、岩手県宮古市在住のガ
ルシア小織さん（41才）が運
営する訪問看護ステーション

「メデイケア」だ。
病院の看護師として働いて
いたガルシアさんが、訪問看
護の仕事を開始したのはいまか
ら10年ほど前だった。病院で
は医師から指示された仕事を
こなすばかりで、ガルシアさ
んが思い描いていた看護はで
きなかった。

「病院では、処置」に迫われ
るばかりでした。私が看護師

になったのは、看護をし
たかったから。患者さんが退
院したあとの生活にもかわわ
っていたかったし、もし終末
期のかたであれば、そのかた
の望んでいることを叶えてあ
げる、そういう心の通った看
護をしたかったんです」

そんな思いで立ち上げた同
ステーションは、4人のスタ
ッフが働き、市内約30軒の在

市内といつても車で1時間
近くかかる場所もある。往
復にかかるガソリン代などを
考えると赤字になってしまっ
た。集落もあつたが、ガルシア
さんは快く受け付けていた。

そんな折、震災があつた。
ガルシアさんは無事だったも

の、スタッフのうちふたりが被災。道路はあちこち崩れ、当初は移動に不可欠なガソリンも手にはいらなかった。それでも「在宅医療が遅れてしまふと命にかかわる人だっている」と被災をまぬがれたスタッフで訪問看護を再開した。「ガソリンがなくて市の担当者にかけあつたんですが、物資の輸送などが優先。在宅（医療）は後、といわれてしまい、自転車と徒歩で利用者さんのお宅を回りました。とにかくできることはやろうと思ったんです」（ガルシアさん）

しかし、中には通信不通の利用者もいた。

宮古市の南東、重茂地区。ここは津波の影響で平島と宮古市中心部を結ぶルートが寸断。集落に医療施設はなく、唯一の商店も壊れ、陸の孤島と化した地域だ。道路は



利用者の中村さん（中央）と散歩するガルシアさん（右）。

がけきの山でふさがり、約3週間通行止めとなっていた。この地区には、中村親子さん（75才）という利用者がいた。ガルシアさんは中村さんのことをずっと気にかけて、通行止めが解除されるとすぐに車を走らせた。

道路は復旧したとはいえ、アスファルトはどこどころも崩れたまま。ガードレールが津波の引き波でひしゃげ、道路のすぐ横は崖という危険な場所もある。

そんな悪路もおかまいなしに、ガルシアさんの車は進む。車を走らせて約40分、重茂地区の中腹にある色とりどりの花で囲まれた庭がある家で車を止めた。ここにいるのが、中村さんだった。

玄関を開けると、居間の奥で電動式の椅子に座っている女性が振り向いた。中村さんだ。脳梗塞の後遺症で、右手と右足が思うように動かせない。リハビリのため、数年前からガルシアさんたちの訪問看護を利用してきた。駆けつけたガルシアさんは、中村さんの様子を心を痛めた。「中村さんは脳梗塞をわずら

子供の20ミリシーベルト、基準を撤回させるために——佐藤幸子さん

5月23日に文科省前で行われた子供の被曝問題を訴える大規模デモ。その輪の中心にいたのが、「子どもたちを放射能から守る福島ネットワーク」世話人の佐藤幸子さん（53才）だ。

20ミリシーベルト問題。これは4月19日に文科省が出した通知に端を発する。学

校が校庭などで児童を活動させる際の判断基準となる放射線量の暫定的な目安を「年間20ミリシーベルト1時間あたり3・8マイクロシーベルト」と決めたのだ。

福島の学校の多くは、それまで校庭の使用を控えていた。ところが20ミリシーベルトという基準値が設定されたこと

被害を防ぐために設けられた厳しい基準値をも大きく超えるという。

さらに一般的に子供は大人より細胞分裂が速いため、その分、放射能によって傷ついたり細胞が増えやすい。その影響は大人の3倍以上ともいわれ、実際に旧ソ連で起きたチェルノブイリの事故では、小児の甲状腺がんが増加した。文科省が設定した基準値には海外からも批判の声があがり、ドイツなどで抗議のデモが起こった。

国内でも佐藤さんをはじめ多くの人たちがこの数字に疑問を持ち、撤回を求めた。しかし、菅直人総理大臣や文科省は、この数字を取り消すことはおろか、危険な場から子供を避難させる措置さえとっていない。校庭の表土の入れ替えについても、当初は「必要ない」といつていた。

佐藤さんは憤る。「放射能は目に見えません。本がどどんとん枯れていくとか、鳥がばたばた死んでいるとか、それがわかれば誰だって危険を感じられるけれど、放射線の線量が高いというだけではわからない。だから国が動かさなければならぬんです」

福島県川俣町で生まれ育ち、福祉事業所を営む傍ら、自然農法という方法で農作物を育てる佐藤さんは、5人の子供の母親でもある。放射能、そして原発を強く意識したのは、2人目を妊娠しているときに起こったチェルノブイリの事故だった。

「そのとき、微量の放射能が日本にも届いたんですね。それで、たとえ微量でも被曝をしてしまったことで、おなかの子に申し訳ないなという意識が出てきたんです」（佐藤さん）

それから、放射能について本で勉強し、原発に関する講演会にも積極的に出かけた。自身の住む川俣町の近くに福島第一原発があるということ、よりそれを意識していた。そして、佐藤さんがもっとも恐れていたことが、現実になってしまった。佐藤さんが原発の事故を知ったのは、最初の水素爆発のあった日の翌朝だった。

「もうダメだと思いましたね。スタッフや知り合いにはいま



福島市内の公園で放射線量を測ってもらうと、8マイクロシーベルト以上の高い数値を示した。

すぐ逃げて、といいました。でも私が運営する介護の事業所の利用者は町から出られないかたばかり。私は出るわけにはいきません」（佐藤さん）

事業所を手伝っていた17才の息子と、中学校に通っていた末娘は山形の知人宅に避難させた。

そんな佐藤さんの事業所に放射線の線量を測定する装置「ガイガーカウンター」が届けられたのは、3月28日。以前から原発について一層に考えてきた知人から送られてきたもので、「これで福島から情報を発信してほしい」との依頼があった。

それです。福島市内の近くの駐車場まで測ってみると、毎時5マイクロシーベルトという高い数値を示した。国が発表している毎時1〜2マイクロシーベルトという数値の2倍以上だった。

「仲間のひとり、降り積もった放射性物質が風とか雨水によって流れて、溜まっている場所があるんじゃないか、といったんです。だとしたら、子供をそこに立ち入らせないようにしようという話になりました」（佐藤さん）

3月29日と30日の両日、佐藤さんらは周囲の小中学校へ、側溝など放射性物質が溜まっているような地点の地表面から5〜10cmにガイガーカウンターをセット、線量をチェックして回った。

「びっくりしました。給食を運び込むところにあるU字溝では毎時67マイクロシーベルトと信じられないほど高い数字だったんです」（佐藤さん）

すぐに知人を通じて県の教育委員会へ。測った線量を表にして示したところ、総務課長と学校教育健康課の職員の色が変ったという。

「検討する」——福島県はそう約束し、4月5日から2日間にわたって県内1400校の線量を調べ、その数値を公表した。佐藤さんたちの活動が県を動かしたのだ。

「ただ、そのやり方が問題で、放射性物質が溜まりやすい側溝などは測っていません。グラウンドを数か所測るだけで、安全でした」というんです。

それから、佐藤さんらは保育園や幼稚園などから依頼があれば、ガイガーカウンターをもって測りに行き、施設内の放射線量マップを作成。土を取り除くなど除染作業も行った。

同時に、県や国に数値の撤回や除染対策を求め、他の市民団体と何度となく文科省などへ出向いて、こう訴えた。

「何がいはん日本にとつて大事なんですか？ 経済なんですか？ 違いますよね、子



供でしよう！」

そして5月27日、佐藤さんらの活動がようやく結果した。文科省が次のように発表したのだ。

「学校で子供たちが受ける放射線量は当面、年間1ミリシーベルト以下を目指す」

「一定の放射線量を越えた学校は、校庭の表面の土を取り除く費用のほぼ全額を国が負担する」

佐藤さんはいう。「一歩前進ですが、国は20ミリシーベルトという基準を撤回したわけではありません。また学校だけでなく、生活の場でもこの基準を見直す必要があります。まだまだ解決していないところが多い。だから活動を続けたい」

1ミリシーベルト以下という基準になれば、「東京など関東の一部でも引つかかる」という声もある。

未曾有の被害をもたらした3月11日の震災からまもなく3か月が経とうとしている。日に日に震災報道が減り、被災地には少しずつ日常が戻っているが、依然として、そこで奮闘し続けている人たちのことを忘れてはならない。