

# 被災者の慟哭を聞け

「さみしくなっちゃって…息子のところに行きたいんです」  
五月とはいえ、寒い日が続いていた宮城県仙台市。夕暮れ時に、高橋聡美・仙台青葉学院短期大学講師の電話が鳴った。仙台グリーンフケア研究会の専用電話だ。緊張しているのか、か細い声の女性だった。  
女性は津波によって長男を喪っていた。被災後の二カ月間の出来事や思いを一



避難所を巡回する結城医師 (右上)

「さみしくなっちゃって…息子のところに行きたいんです」  
五月とはいえ、寒い日が続いていた宮城県仙台市。夕暮れ時に、高橋聡美・仙台青葉学院短期大学講師の電話が鳴った。仙台グリーンフケア研究会の専用電話だ。緊張しているのか、か細い声の女性だった。  
女性は津波によって長男を喪っていた。被災後の二カ月間の出来事や思いを一

# 巨大津波

# PTSDとの闘い

救助活動中に亡くなった長男は31歳だったし、グリーンフ(悲嘆)を抱えた遺族に「寄り添う」として、遺族が立ち直る手助けをすることだ。  
「二年間滞在したスウェーデンでは、日本人と同様、信仰心がそれほど高くない国民性ながら、教会が、グリーンフケアをカバーしています。アメリカやイギリスでは、宗教をベースに、ホスピスからグリーンフケアに繋がる。すべての国民にグリーンフケアの手当がされるように、アメリカの診療報酬にはグリーンフケアが含まれています」(高橋氏)

高橋氏は、六年間、グリーンフケアのための「わかちあいの会」を開いている。地震と津波によって、家族などの親しい人を喪った人のため、五月二十一日、会が開かれた。  
「あんなに壮絶なわからぬいは初めてでした。参加者は十四人で、そのうち津波遺族が八人。自己紹介の時から泣いている人が多く、「心の傷」の大きさを感じました」(同前)

愛する家族を喪い、家を流された被災者を苦しめる「心的外傷後ストレス障害」。救助活動中の息子を喪った母、八カ月の赤ん坊が行方不明で「頭が霞んだ状態」の父……。彼らは心の傷から立ち直るためにどんな努力をしたのか。今なお続く「心の葛藤」のドラマ。

「グリーンフケア」に取り組む高橋聡美氏



あの時君らは若かった

みの実妹・安倍麻美(26)も仕事がなく、現在はアルバイト勤務だという。  
○三年に卒業した保田主(30)はヒマすぎて、居酒屋で女友達とガールズトークに花を咲かせているのが目撃されている。  
「タバコ片手にビールをグビグビ飲んで、赤ん坊連れの友達に、「いいな、いいな」と連発していたそうです。今のメインの仕事はパチンコ店でのサイン会だとか(前出・スポーツ紙デスク) 福田明日香(28)は九九年、ゴマキと入れ替わりで卒業、わずか一年三カ月で芸能界を引退した。彼女が、その後、実家のカラオ

ケバブを手伝っていることはファンの間で有名だ。小誌記者が訪ねた際も、すっかり大人っぽくなった福田が、中年男性とカラオケをデュエット。ボイストレーナーをやっていた時期もあるというだけあって、声量はなかなかのもの。歌い終えるとカウンターでタバコを一服。バーテンの下ネタに「機能が低い」とツッコミを入れつつ楽しそうに店を切り盛りしていた。  
「今の仕事は？」  
「この店で働いているだけです」  
「モー娘。のメンバーと連絡は？」  
「ずっと取ってません」  
「復婚は？」  
「考えたこともないです」

取材はNGとのこと。かつて、メンバーによるイジメを告白しただけに、モー娘。時代のことは思い出したくない？  
○四年に結婚した市井紗耶香(27)は二児の母に、夫はもともと彼女のバックで演奏するミュージシャンだったが、  
「結婚を期に、夫婦そろって芸能界で干され、夫はずっと定職にも就かず、ヒモ状態だった。モー娘。時代の市井は年取五百万円程度。貯金は少なく、家計を支えるために、市井は千葉県内にある大型スーパーのアパレル店で、販売員の仕事までしていました。二人の子供を抱えて、相当苦しかったようです」(同前)

後藤の引退についても、「応援しているというのも変ですし、何と云っていいものか……」  
逆に、かつての間際に熱いエールを送るのは、二〇〇〇年にモー娘。を脱退した石黒彩(33)。  
「(後藤とは)離れてるけど、ずっと心の中では応援しています。立ち止まって考える時間はすくなく大事」石黒は卒業後、LUNA SEAのドラマー真矢と結婚。キッキンググズなどのプロデュースを手がける。カリスマ主婦。だが、女性誌に別居生活を書かれるなど、離婚危機説は根強い。現在も半別居生活を送る本人を直撃すると――  
「(別居は)私が「仕事は家に持ち込まないでほしい」と言ったのがきっかけ。お互いに仕事があるので、家でイライラして子供たちによくない影響が出るのも困ります。父の日の翌日にも、一緒にご飯を食べましたよ。口を利かない家庭よりは、よっぽどラブラブなんですけどね」  
最年長の中澤裕子(38)

は、DHCのCMで、七キロのダイエットに成功したナイスボディを披露した。だがプライベートでは昨年本、長年交際していたV6の坂本昌行と破局。最近では、俳優の川崎麻世が飲み仲間だという。  
矢口真里(28)は五月二十二日に俳優の中村昌也と結婚。身長百四十五センチの矢口に比べ、中村は百九十二センチ。四十七センチ差の、凸凹婚。として話題になった。  
「中村が「身長差も収入差も愛の深さで埋めちゃいます」と格差婚をネタにしているように、今は矢口の方が収入は上。しかし、矢口は、まだ無名だった小栗旬と交際し、矢口の恋人、として彼の知名度を上げた『アゲマン』です。中村も「矢口の婚約者」としてさっそくバラエティ番組から引く手数多です」(ワイドショーデスク)  
必ずしもセンターの娘が生き延びているわけではない、というのが、興味深いところ。それにしても、花の命は短い。

## 離婚についてはノーコメント

そしてついに先日、離婚が発覚。小誌記者が自宅にて本人を直撃したが、  
「離婚については、ノーコメント」  
現在は、女優として活動中で、来年には日中友好四十周年記念で製作された主

## 現地密着

演映画「明日に架ける愛飯」の公開が控えている。「財産と思える映画に出会えました。今後は女優として活動していく気持ちが一層強くなりました」(市井)元メンバーとは、ずっと連絡が取れないようで、

今も心のケアを必要とする人は埋もれている



避難所には「悩み相談」のポスターが貼られているが...  
政府からのお知らせ

きかっただ地域の「つた。家  
は全壊した。  
空手で鍛えたが、ちりりと  
した体格だけではなく、母  
の相談に乗って、くれるほ  
ど、いつの間にか頼もしく  
成長していた。「結婚する  
んだ」と、彼女と同棲を始  
めた矢先のことだった。  
「息子の消防団には、三十  
代後半の部長さんと、若い  
人ばかり二十数名が所属し  
ていましたが、あの日集合  
したのは部長さんと息子と  
もう一人の三人だけでした  
」(同前)

「消防署で憤りが爆発した  
よー! 昨日(十三日)だっ  
てここに来たときも、「分  
からない」と言っていたけ  
ど、もしかしたら生きてい  
たかもしれない。あなた  
方、捜しもしなかったじゃ  
ないですか!」と怒鳴って  
しまいました」(同前)  
署長が制止に入ったが、  
もう止まらなかった。  
不条理。地域の消防署、  
消防団で亡くなったのは浩  
次さんだけだったという。  
四月七日、浩次さんは遺

### 消防署で憤りが爆発した

当初、消防署は浩次さん  
の捜索に手が回らなかつ  
た。すがるような気持ちで  
何度も訪れた消防署で、佐  
藤さんの憤りは爆発した。  
「署員の方が「私だって家  
族の安否が分からないで、  
ここで仕事をしているん  
だ」と言うので、「あなた  
は仕事でしょ。私の息子は  
仕事じゃない。あなた方は  
津波で行けなかったと言  
うけれど、息子はボランティア  
で救助していたんです

ました」(同前)  
津波が小学校に押し寄せ  
たとき、ポンプ車に浩次さ  
んと同乗していた部長は、  
四階まで駆け上がった。難  
を逃れた。しかし、浩次さん  
を乗せたままのポンプ車は  
濁流に消えた。  
「許せませんでした。ジャ  
ンパーの裾でも何でも、ほ  
んの少しでも引っ張って  
くれたら助かったかもしれ  
ない。あなたのせいで息子は  
死んだと思います。でも  
も、決して言えませんでした  
」(同前)

体で見つかった。目立った  
外傷もなく、安らかな顔だ  
った。しかし、佐藤さんと家  
族の苦しみは終わらなかつ  
た。浩次さんが真っ先に連  
れ出して、避難できた祖母  
は精神に支障をきたした。  
「息子の小さい頃を思い出  
して、夕食に呼びに外を排  
徊してしまふんです。八十  
五歳にもなって、孫が死  
んだのに、自分が生き残った  
ので、私に合わせる顔がな  
いって...。息子が命を懸  
けて救ったのに、私が恨む  
わけがないのに...」(同前)

んは、怒りや悲しみ、職場  
に付いて行けずに辞めてし  
まったことの辛さで、頭が  
おかしくなりそうだったと  
いう。「どうして自分だけ  
がこんな目に遭うんだろ  
う」という思いでいっぱい  
だった、と振り返る。  
地震と、あの津波が襲っ  
て来た夕方はいつも辛い時  
間だった。  
「もう息子はいいないんだ  
な...」と思うと、どうし  
ても切なく、言葉にできな  
い悲しい気持ちになるん  
です」(同前)

「浩次さんは、普段から特  
別熱心に訓練に参加してい  
たわけではなかった。「な  
んであんな日に駆け付けた  
のか...」と首を傾げる母  
に、友人はこう話した。  
「浩次らしいよ。あいつは  
こういう時にこそ頑張るや  
つだから」  
浩次さん  
は、逃げ遅れ  
た人を救助す  
るため、避難  
所となった小  
学校と現場を  
何度も往復し

市原貴和さん(43 仮名)  
は、佐藤さんの話をよく覚  
えている。「すごい話だ  
な」と感じた。しかし、自  
分は「泣けなかった」。  
市原さんと妻の彩子さん  
(35 仮名)には、八カ月に  
なる大樹ちゃん(仮名)と  
いう一人息子がいる。夫は  
アスファルト補修の営業マ  
ン、妻は矯正下着販売の店  
舗責任者。共働きで二人  
は、住まいから車で十分の  
間に住んでいた妻の両親  
に、幼い息子を託してい  
た。  
「保育所に預けていなかっ  
たからか、僕や妻、お義父  
さんやお義母さん、誰かが  
笑わしていたので、一日  
中、笑っている子でした」  
(市原さん)  
大樹ちゃんは、妻の両親  
とともに津波にのまれ、行  
方不明のまま。二人は必  
死で捜索を続けた。避難所  
や病院を訪ね歩いた。水が  
引いていない閣上に、ウェ  
ーダー(釣り用の胴長靴)と  
ブーツを着て、瓦礫を乗り  
越えながら進んだ。一キロ  
の距離に一時半かかっ  
た。妻の実家があった場所

れる「疑似体験」をした学  
生もいます」(同前)  
急性のASDは、衝撃的  
な出来事に直面した人間の  
正常な反応で、出来事から  
四週間以内に起き、最大四  
週間持続するとされる。  
「つまり、津波があつて一  
カ月間は、症状があればA  
SDといい、PTSDとは  
言わない。PTSDは後か  
らずと続く症状に関して  
診断します。難しいのは、  
例えば四週間後に症状が現  
れた場合、それがASDな  
のか、PTSDなのか判断  
がつかない。今回のように  
余震が続く、避難所生活が  
長期化する、ストレスフ  
ルの状態が続いているた  
め、PTSDへと移行する  
恐れがあります」(同前)

### みんな死ねばいいと思った

今回の地震の長期化が、  
医学的な説明を困難にして  
いるというわけだ。よっ  
て、明確な治療法が存在す  
るわけではない。  
いかにして心に傷を負っ  
た人が自ら立ち上がるかが  
重要なのであり、きっかけ  
として「わかちあいの会」  
のようなグループケアの場  
が必要だ、と高橋氏は言う。  
会では、養成講座などで訓  
練を受けたファシリテータ  
ーという進行役のもと、  
個人が自分の思いを順番に  
話していく。周りの人はそ  
の話を耳を傾ける。ファシ  
リテーターは無理に発言を  
求めたりしない。「話した

らずと続く症状に関して  
診断します。難しいのは、  
例えば四週間後に症状が現  
れた場合、それがASDな  
のか、PTSDなのか判断  
がつかない。今回のように  
余震が続く、避難所生活が  
長期化する、ストレスフ  
ルの状態が続いているた  
め、PTSDへと移行する  
恐れがあります」(同前)  
「みんな死ねばいいと思っ  
たんです」  
と娘を亡くした参加者も  
同じことを話していた。  
「みんなもそう思ってい  
て、同じ気持ちだったんで  
す。でも私が何に怒ってい  
て、納得がいかなかったの  
か、いまの辛い気持ちを、  
自分で喋って初めて整理が  
つきました」(佐藤さん)  
夕暮れ時、会から帰宅す  
るバスの中、涙がこぼれて  
止まらなかった。しかし、  
「行って良かった」  
との思いを確かにした。  
佐藤さんと同じ班だった

ASDやPTSDは、衝  
撃的な出来事がきっかけで  
現れる症状だ。  
「不眠や動悸、めまい、過  
呼吸、血圧の上昇、フラッ  
シユバックなどが現れま  
す。テレビで見ただけで、  
直接津波を見ていないの  
に、津波の夢に毎晩うな

泣きながら話しているの  
を

水害に備えよう(水)発表 - 特別企画 WATER

は、見渡す限り何もなかった。どうしたらいいだろう…と思考回路が停まっているような状態でした。妻はずっと泣き止みませんでした。遺体安置所が設置されて、まさかないだろうとは思いましたが、あの（家の）光景を見てしまったから、もしいてるんなら、早く引き取ってあげたいと通いました」（同前）

程なくして、義父の遺体が発見された。茶屋に付されるまでの僅かな間、彩子さんと義弟は毎日顔を見に行っていたが、市原さんには苦痛だった。

「僕は見られなかった。お義父さんの遺体に向かって、怒りそう。どこにいるんや、私の息子って、ど



生存を願って友人から贈られた「おむつのアコレーション」

こにいてるんや、教えて…て……。一カ月ぐらいいは、お義父さんを恨みました。妻には言えないですけど。なんで、なんで、息子と一緒に逃げてくれなかったという思いでした」（同前）

仕事はずっと休んでいない。行きたくないわけではない。「次に何かあったら……という怖さ」が彼の足を鈍らせている。

結婚して七年。これほどまで夫婦一緒に過ごしたこ

### 大変さを分かって欲しいのに

体に変調もあった。僕はあまり泣かない方だったので、妻が泣くので、鳴咽が出たり、もらい泣きしたり、内向的になっ

て取れなかったです。寝酒しているの、寝るのは早いです。明け方の四時頃から起きて取れない状態が続きました」（同前）

苦しみをとにかく和らげたかった。専門家のケアを求め、「こころの相談」に三度電話したが、話を聞いてくれた臨床心理士からは、具体的なアドバイスは

とはなかったと語る。彩子さんは「離れるのが怖い」と片時も傍を離れない。「何をしてもすべてファイルターがかかって、ずっと霞んでいるような状態なんです。息子の体さえ見つければ、そこで大泣きして、悲しみのどん底に陥れば、あとは立ち直りに向かっていくと思っていたのですが、それができないままです。早く、早く見つかって欲しい」（同前）

なかった。ネットの「Yahoo!知恵袋」などで、メンタルケアをしてくれるところはないか調べた。そしてようやく高橋氏の「グリーンケア」に行き着いた。

市原さんが専門的なケアを懸命に探したのは、自らの思いを聞いてくれる人がいなかったからだ。

四月末、三泊四日出身地である大阪に帰った。実父や仲間と話聞いて欲しかった。しかし……

「大変だったな。しんど

かったやろ。こっち地域ないから、おる間はゆっくりしてきや」とは言うけれど、誰もどういことが起こったかを聞いて来ない。聞いて大変さを分かって欲しかったのに、触れたらあかんと思ってしまうんでしょね。腫れものに触るような感じで」（同前）

「わかちあいの会」では、順番が最後で、他の参加者の壮絶体験を聞いたあとだったので、「淡々と話すことができた」という。むしろ、市原さんの話で周囲の人が泣いてしまった。市原さん自身が泣けなかった。

「グリーンケアでは安心感がありました。名前どおり『わかちあい』という感覚です。具体的なアドバイスがあるわけではないし、この会に出たことによって何が解決したわけでもないのですが、自分だけではないことが分かったことで、気持ちはずっと楽になりました」（同前）

佐藤さんや市原さんのように、気持ちと和らぐグリーンケアの効果。高橋氏が解説する。

「死別体験をした人が自分の思いを語り、泣くことのできる場所があるということ。それは、その後の立ち直りに大きく影響します。泣けなかったり、悲しめなかったりすると、その状態から抜け出せなくなり、負担が慢性化して、抑うつ状態になる。もちろん、悲しみが消えることはないのですが、ある程度悲しみを抱えながらも、遺族は生きて行かねばならないのです」

六月二十四日現在、岩手・宮城・福島三県には、各自治体から、二十一チーム、合計七十八人の「心のケアチーム」が派遣されている。各避難所の保健師や自治体担当者の報告を元にチームが相談に応じ、「結果、全体の二割ほどが精神科医療の診察に繋がりを、抗不安薬や睡眠薬を処方するなどの処置がとられています」（厚労省精神・障害保健課）と担当者は胸を張る。

各避難所には、「心の傷」について「ご相談に来てください」と書かれたポスターが張られているが、果たしていかほどの相談が

あるかは疑問である。佐藤さんや市原さんのように、「心のケアチーム」と接触のなかった事例は数多い。

仙台市若林区の結城豊彦医師は避難所を毎日巡回している。診察に同行した我々は、「心の傷」が発見された瞬間に直画した。

避難所内の片隅、一つの長テーブルが、診察所だ。「先生がいらっしゃいましたよ」

呼びかけがされるや、すぐに行列が出来た。

我々に、結城医師の巡回が「ほっとする」、「安心する」と、避難している人たちは口々に語った。

そんななか、飯田吉蔵さん（67歳）という初老

の男性を診察したときのことだ。ふと思いついたかのように、地元の言葉で、屈託なく話し出した。それは二度も津波に巻き込まれ、海の上でいたという、衝撃的な体験だった。

「気付いたときは、夜の七時くらいだったけど、真っ暗で、最初は材木とか周りにたくさんあるから、田んぼだと思っただけだと思わなかったんだ。そしたら海だもん。体はガチガチで、寒くて寒くて、俺、前掛けしてたから、それを丸太さ結びつけて、十八時間漂流していた。周り見たら、死体がゴロゴロ浮いている。まなこが開いているから、生きてるって思っ

て、「こっちへ来い」って引き寄せたら、死んでるんだもや。波に乗って海に人が立っただけ。あ、生きてるんだ。って声掛ければ、やっぱり死んでるんだもの。たまげた……」

一緒にいた母と息子は離ればなれになった。息子の遺体は見つかったが、母はまだ見つからなかった。

「最近、夢に見てうなされる。涙ばかり出る。家は全壊で、物を探しに行ったりするんだけど、片付けは手に付かない。病院からも（ケアを）受けなさいと言われたんだけど……言ったってしょうがねえと思うもんだから」（同前）

この避難所には「心のケ

アチーム」が巡回しているのだが、毎日訪れる結城医師ですら、この飯田さんの話は初耳だったという。発見できない被災者の「心の傷」は確実に存在する。

南三陸町を中心に「Care for Mom」（お母さんの喫茶店）という移動式カフェで避難所を巡回している金田謙広・通大寺住職は語る。

「私たちのところは、ケーキとお茶を出して、被災者の方のお話をひたすら聞くだけです。ここにきてケーキを食べながら、「家族が死んだから焼香して」と言うので、お宅にお邪魔したら、途端、ポロポロと泣きたす方は多いです」

心に傷を負った被災者の

立ち直りをいかにサポートするか。被災者の声に耳を傾けて、見えない「心の傷」に気付かねばならない。そのためには、ケアを必要とする人々を見つけ出す、より実効性のある抜本的な対策が急務だ。

「巨大津波、広範囲で深刻な被害、避難所生活などの長期化、ボランティア体験や現場の光景等から受ける深刻なストレス……今回の地震に即したアセスメントシート（調査票）が必要で、スクリーニングを行って、心の傷を負った人を洗い出さなければなりません」（高橋氏）

取り組みはまだ始まったばかりだ。

### あかふく伊勢だより

竹中野水文・画

### 夜釣人下ろす舢舨先を岩に当て

廣 波青



伊勢物 赤福

伊勢市宇治中之切町・電話(0596)22-2154(H)