

被災者の方に寄り添う。 それが今の私のできること。

今回、伊藤也は東日本大震災の被災地、宮城県石巻市へ。避難所に寝泊まりしながら被災者のケアにあたる全国訪問ボランティアナースの会、キャンパスの中里藤枝さんに話を伺いました。



vol.23
全国訪問ボランティア
ナースの会

中央公民館で被災者の女性に声をかける中里さん。

寝食を共にする ボランティアナースの活動

伊藤 震災以降、何度か被災地を訪ねていますが、どの避難所でも医師や看護師が献身的に働いているのを目にしました。キャンパスは登録している看護師をボランティアで被災地に派遣している団体ということで、テレビや雑誌などでも取り上げられていますよね。僕もテレビで取材してもらいました。が、キャンパスがすごいと思うのは、ボランティアの看護師が避難所に寝泊まりしながら、被災者のケアにあたっているところなんです。

中里 昼間は医師や看護師をはじめ、いろいろな職種の方が避難所にいますが、夜になると皆さん帰られて、避難所には被災者の方だけが残ります。そうすると、なかにはそれが不安だとおっしゃる方がいて……。また、インフルエンザやO・157の心配もあったため、何かあったときにすぐに対応するには、泊まったほうがいいだろうという話になりました。

伊藤 いま（5月19日取材、石巻には、キャンパスのメンバーは何人ぐらい入っていますか？）

中里 石巻全体では分かりませんが、

トイレ掃除や料理の手伝い、朝の散歩、夜のおしゃべり……。キャンパスメンバーの活動に看護の原点を見た気がした。



男性が持ってきた菓子を1日ずつ分ける作業を手伝う。

中央公民館に5人、漢中学校に十数人、渡波小学校に4人います。

伊藤 被災地のキャンパスの活動について、具体的に教えてください。

中里 一口で言えば、「日常生活の支援」ということなのかもしれません。でも、支援というほどのことはしていない気もします。被災者の方に寄り添っているだけです。お薬を飲み忘れているようなら飲んでねとか、具合悪いところはない？とか健康相談のようなのもやりますが、たいていは単なるおしゃべりだったり、一緒に散歩したり、お料理を手伝ったり……。伊藤 寄り添うことが、被災者の方にとっては精神的に大きな支えになっているのではないのでしょうか。それに、やっぱり一緒に生活をしていくことで見えてくるものがある。衛生的な問題とか、心の問題とか、そういう多様な問題を身近で捉え、看護師の視点で対応を取られている、そもそも、避難所に泊まることになったのも、そういう理由だったわけですね。

中里 夜は……そうですね。「東北の人はがまん強い」といろいろな方が言っていますが、それはまさに本気で、仲間が力強く生活されていて、笑顔を見せてくれるんですね。その一方で、昼間は「大丈夫、大丈夫」って笑っておられた方が、夜になると「実はね

……」って痛みや不安を訴えてこられる。「どうしましたか？」って聞くと、「家が流れてきたときにぶつかったところが、まだ痛いんだよね」と。

伊藤 まさに、そこなんだと思う。本当に医療者として何をしなければいけないのか、キャンパスの活動を見ると、そこが実感を持って、とてもよく理解できる。必要な支援ですよ。

中里 ありがとうございます。

伊藤 ところで中里さんは、いつ、どのような理由でキャンパスのメンバーになったのでしょうか。

中里 以前は総合病院に勤めていました。病気がきっかけで退職し、それから在宅看護に関わるようになりました。介護保険が施行された後は、ケアマネジャーとして在宅介護支援事業所に勤務していました。4年前に独立し、在宅介護支援事業所を開設しました。

伊藤 いまのところ原則として看護師の一人開業は認められていませんよね。中里さんもケアマネだから独立できたわけですが、開業するきっかけはなんだったんですか？

中里 きっかけというよりは、自分の

やりたい看護を求め独立 考え方に共感しキャンパスへ

したいケアを制限なくやっていきたいって思ったからです。介護保険の枠組みだけではどうしても限界があったので、やりたいことができない。

伊藤 それって、まさにキャンパスの考え方ですよね。

中里 そうですね。実際は、独立してみたものの、一人でやっていると、どうしても活動範囲が狭まってしまっている。そんなことを悩んでいた矢先、キャンパスの一人から声をかけていただいた。キャンパスには私と同じ考えの人たちがいて、制度からもれて困っている人たちに何かしらの支援をしている。そ

Profile



全国訪問ボランティアナースの会
キャンパス
キャンパス八戸代表
なかさと 中里 藤枝さん

総合病院の脳外科や消化器外科病棟などを経て、25歳で結婚。在宅看護に携わるようになる。介護保険施行後はケアマネジャーとして勤務。平成19年に独立し、在宅介護支援事業所を開設。翌年、キャンパス八戸支部を設立。

避難所での生活が長引くことで
新たな問題も出てきている
ここに看護師がどう関わるか
その活動に僕は期待したい



漢中学校の講堂でキャンパスのメンバーと情報交換。

伊藤 その当時といまの被災者の方々の様子は違いますか？
中里 違います。最初はなにを語るでもなく、呆然としていました。いまはそういうことはなく、生活を淡々と話しているという感じですが。ただ、避難所生活はプライバシーが守られにくいですし、思い通りにならないこともたくさんあります。ですから、被災者の方は相当、ストレスを溜めていると思います。「みんながいないとさみしいけれど、いると疲れる」。そんな気持ちのせめぎ合いのなかで、だんだん限界を超えてきているのを感じ取れます。
伊藤 そういう中で支援は、在宅の

の視点、衛生面でのことを第一に考えたわけですね。
中里 はい。ふだん在宅看護をやっているのですが、生活のなかの問題、ここを不潔にすると感染しやすいとか、そういうことが気になりますね。
伊藤 ふつう看護師として被災地に入れば、体調管理や薬が切れていないかなど、そういう看護活動としての活動をしたと思うのですが。
中里 もちろん、血圧の状態や薬の飲み忘れなどの心配も大切です。ただ、そういうことは私たちが入るより前から医師や保健師がすでに行っていたので、私たちは、そこは彼らにお任せしようかと。
伊藤 その当時といまの被災者の方々の様子は違いますか？
中里 違います。最初はなにを語るでもなく、呆然としていました。いまはそういうことはなく、生活を淡々と話しているという感じですが。ただ、避難所生活はプライバシーが守られにくい

伊藤 すこい行動力ですね。現地について、まず何をされたのですか？
中里 正直なところ、避難所に着いたものの、何をしていたか分かりませんでした。でも、とにかく何かをしようって考えたときに、目に付いたのが汚れたトイレでした。あ、トイレが流れない、汚れているって。感染のきっかけになるのはこういうトイレなので、掃除をしなければいけないと思い、それで手にビニール袋をかぶせて、溜まっていた汚物をすべて取り出しました。「えいっ」って。
伊藤 そういう行動には頭が下がります。トイレ掃除っていつてしまえばそれで済みですが、要はまさに看護経験が豊富な看護士さんでも、たいへんですよね。
中里 たいへんです。
伊藤 それでも、キャンパスに登録すればボランティアができるということに登録した看護士さんがたくさんいると聞いています。
中里 かなり増えましたね。ただ、志が強いのはとてもありがたいのですが、がんばりすぎてかえって疲れてしまったり、病院で日ごろやっている看護をしようとして行き詰まってしまうりするケースも少なくありません。
伊藤 病院だと、医師などの指示待ちも多く、本当に一人で考えて動くというような機会はあまりないのかもしれない。でも、それはここでは通用しないです。自分で何をすればいいのかが考え、動かなければならないから。
中里 私も気仙沼から帰ってきたときに、「何ができたのだろうか」という思いにさいなまれました。いま何が必要なのか、そして自分のできることは何か。それを見つけて行動するのは、意外に難しいです。
伊藤 ボランティアで活動されている看護士さんに話を聞くと、「被災地の看護は看護の原点」と皆さん口を揃えておっしゃいます。今後も、こういった活動は続けるのでしょうか。
中里 被災者の方がいま一番、つらい

ターで買集めた生活物資、そのほかに自分の食料とお茶を持って、自分で車を運転して、現地に入りました。
伊藤 運転されたのですか？ 当然、当時は道が崩壊していますよね。移動に時間がかかったのではないですか？
中里 4時間半くらいです。道路標識もなく、何号線を走っているのかも分からなくなっていて、何度も住民の人に道を聞きながら、たどり着きました。
伊藤 すこい行動力ですね。現地について、まず何をされたのですか？
中里 正直なところ、避難所に着いたものの、何をしていたか分かりませんでした。でも、とにかく何かをしようって考えたときに、目に付いたのが汚れたトイレでした。あ、トイレが流れない、汚れているって。感染のきっかけになるのはこういうトイレなので、掃除をしなければいけないと思い、それで手にビニール袋をかぶせて、溜まっていた汚物をすべて取り出しました。「えいっ」って。
伊藤 そういう行動には頭が下がります。トイレ掃除っていつてしまえばそれで済みですが、要はまさに看護経験が豊富な看護士さんでも、たいへんですよね。
中里 たいへんです。
伊藤 それでも、キャンパスに登録すればボランティアができるということに登録した看護士さんがたくさんいると聞いています。
中里 かなり増えましたね。ただ、志が強いのはとてもありがたいのですが、がんばりすぎてかえって疲れてしまったり、病院で日ごろやっている看護をしようとして行き詰まってしまうりするケースも少なくありません。
伊藤 病院だと、医師などの指示待ちも多く、本当に一人で考えて動くというような機会はあまりないのかもしれない。でも、それはここでは通用しないです。自分で何をすればいいのかが考え、動かなければならないから。
中里 私も気仙沼から帰ってきたときに、「何ができたのだろうか」という思いにさいなまれました。いま何が必要なのか、そして自分のできることは何か。それを見つけて行動するのは、意外に難しいです。
伊藤 ボランティアで活動されている看護士さんに話を聞くと、「被災地の看護は看護の原点」と皆さん口を揃えておっしゃいます。今後も、こういった活動は続けるのでしょうか。
中里 被災者の方がいま一番、つらい

キャンパスとは

【全国訪問ボランティアの会】として1998年設立(代表は菅原由美氏)。名称の由来でもある「できることをできる範囲で行う看護師 (Can Nurse)」を理念に、既存の介護保険制度では対応しきれない在宅訪問介護や子育て支援、家族の手代わりの医療行為などを実践する。震災被災地での支援活動は今回が初めてだが、同団体は共働き、ボランティアを志願する看護師が急増。メンバーリストの登録数が250人から800人に。現場では現在もメンバーの看護師が日々、被災者に寄り添うケアを続けている。
ホームページは <http://www.nurse.jp/>

のは「忘れ去られること」です。世の中は震災とは関係なく動いています。もちろん被災地以外に住む方たちの経済活動がなければ、被災地への救済活動もできない。そう分かっていても、自分たちだけ取り残されてしまっていると強く感じている方がたくさんいます。だから私たちは忘れられない、支えるというメッセージを込めて、この活動を続けていこうと思っています。

取材：撮影：伊藤 幸也 文：山内 リカ デザイン：医療情報研究所



伊藤 幸也 (いとう しゅんや)
写真家・医療ジャーナリスト
医療情報研究所代表
患者中心の医療を実現するための医療ジャーナリストとしてテレビや雑誌などのメディアで活動中
ホームページ shunya-ito.tv

ここに共感し、八戸支部を立ち上げることになりました。
伊藤 一人ひとりの力は小さくて活動が限られてしまうけれど、全国組織になると、社会的にも認知されやすい。その意味合いは大きいですね。
伊藤 石巻にはどれくらいいますか？



中里 6日間です。
伊藤 こういう経験は初めて？
中里 今回の震災が初めてですが、ここに入る前に一度、3月22日から6日間、気仙沼に入っていました。
伊藤 そんな早く！ ただ、中里さんは八戸市に住まいます。仕事先もありますよね。ご自身も地震の被害を受けたのではありますか？
中里 停電がありました。被害は小さくて済みましたが、また、さいわいなことに利用者さんも皆さん、無事でした。その後のことは一緒に仕事をしていたスタッフに任せられたので、気仙沼の避難所に行くことを決めました。
伊藤 震災の後、被災地に駆けつけたけれど、どうしていか分らないという看護師も多かったと思います。中里さんの場合、キャンパスの本部から被災地へ行って欲しいという依頼というか、連絡があったのですか？
中里 気仙沼に先に入ったメンバーから、「人手が足りない」「おむつ交換もされていない。誰でもいいから来て」というメールが来ました。
伊藤 被災地に入るにはそれなりに準備が必要ですね。
中里 どこでも寝泊まりができるように、子どもが昔キャンプで使った寝袋を引っ張り出してきました。それと毛布、家族と一緒にシヨップインゲン

ターで買集めた生活物資、そのほかに自分の食料とお茶を持って、自分で車を運転して、現地に入りました。
伊藤 運転されたのですか？ 当然、当時は道が崩壊していますよね。移動に時間がかかったのではないですか？
中里 4時間半くらいです。道路標識もなく、何号線を走っているのかも分からなくなっていて、何度も住民の人に道を聞きながら、たどり着きました。
伊藤 すこい行動力ですね。現地について、まず何をされたのですか？
中里 正直なところ、避難所に着いたものの、何をしていたか分かりませんでした。でも、とにかく何かをしようって考えたときに、目に付いたのが汚れたトイレでした。あ、トイレが流れない、汚れているって。感染のきっかけになるのはこういうトイレなので、掃除をしなければいけないと思い、それで手にビニール袋をかぶせて、溜まっていた汚物をすべて取り出しました。「えいっ」って。
伊藤 そういう行動には頭が下がります。トイレ掃除っていつてしまえばそれで済みですが、要はまさに看護経験が豊富な看護士さんでも、たいへんですよね。
中里 たいへんです。
伊藤 それでも、キャンパスに登録すればボランティアができるということに登録した看護士さんがたくさんいると聞いています。
中里 かなり増えましたね。ただ、志が強いのはとてもありがたいのですが、がんばりすぎてかえって疲れてしまったり、病院で日ごろやっている看護をしようとして行き詰まってしまうりするケースも少なくありません。
伊藤 病院だと、医師などの指示待ちも多く、本当に一人で考えて動くというような機会はあまりないのかもしれない。でも、それはここでは通用しないです。自分で何をすればいいのかが考え、動かなければならないから。
中里 私も気仙沼から帰ってきたときに、「何ができたのだろうか」という思いにさいなまれました。いま何が必要なのか、そして自分のできることは何か。それを見つけて行動するのは、意外に難しいです。
伊藤 ボランティアで活動されている看護士さんに話を聞くと、「被災地の看護は看護の原点」と皆さん口を揃えておっしゃいます。今後も、こういった活動は続けるのでしょうか。
中里 被災者の方がいま一番、つらい

在宅看護の気付きが被災地のケアに結びつく
伊藤 そういう行動には頭が下がります。トイレ掃除っていつてしまえばそれで済みですが、要はまさに看護経験が豊富な看護士さんでも、たいへんですよね。
中里 たいへんです。
伊藤 それでも、キャンパスに登録すればボランティアができるということに登録した看護士さんがたくさんいると聞いています。
中里 かなり増えましたね。ただ、志が強いのはとてもありがたいのですが、がんばりすぎてかえって疲れてしまったり、病院で日ごろやっている看護をしようとして行き詰まってしまうりするケースも少なくありません。
伊藤 病院だと、医師などの指示待ちも多く、本当に一人で考えて動くというような機会はあまりないのかもしれない。でも、それはここでは通用しないです。自分で何をすればいいのかが考え、動かなければならないから。
中里 私も気仙沼から帰ってきたときに、「何ができたのだろうか」という思いにさいなまれました。いま何が必要なのか、そして自分のできることは何か。それを見つけて行動するのは、意外に難しいです。
伊藤 ボランティアで活動されている看護士さんに話を聞くと、「被災地の看護は看護の原点」と皆さん口を揃えておっしゃいます。今後も、こういった活動は続けるのでしょうか。
中里 被災者の方がいま一番、つらい

在宅看護の気付きが被災地のケアに結びつく
伊藤 そういう行動には頭が下がります。トイレ掃除っていつてしまえばそれで済みですが、要はまさに看護経験が豊富な看護士さんでも、たいへんですよね。
中里 たいへんです。
伊藤 それでも、キャンパスに登録すればボランティアができるということに登録した看護士さんがたくさんいると聞いています。
中里 かなり増えましたね。ただ、志が強いのはとてもありがたいのですが、がんばりすぎてかえって疲れてしまったり、病院で日ごろやっている看護をしようとして行き詰まってしまうりするケースも少なくありません。
伊藤 病院だと、医師などの指示待ちも多く、本当に一人で考えて動くというような機会はあまりないのかもしれない。でも、それはここでは通用しないです。自分で何をすればいいのかが考え、動かなければならないから。
中里 私も気仙沼から帰ってきたときに、「何ができたのだろうか」という思いにさいなまれました。いま何が必要なのか、そして自分のできることは何か。それを見つけて行動するのは、意外に難しいです。
伊藤 ボランティアで活動されている看護士さんに話を聞くと、「被災地の看護は看護の原点」と皆さん口を揃えておっしゃいます。今後も、こういった活動は続けるのでしょうか。
中里 被災者の方がいま一番、つらい

