



## ■新潟での被災体験を語る (2007年7月6日 取材)

# いざという時 助け合うために 身近な人とのつながりを!

・鹿島恵理さん 新潟県新発田市出身 静岡英和学院大学・地域福祉学科在学中  
 ・土田正代さん 新潟県長岡市出身 静岡英和学院大学・地域福祉学科在学中

Q●地震が起きた時あなたはどこに?

T●バスに乗っていました。「ガーッ」と揺れだしたバスを、運転手がハンドルを強く握って押さえつけていました。外を見ると、建物から人があわてて出てきたり、火災報知器が鳴り出したので、地震だとわかりました。家の中は物が散乱し、とても生活できる状態ではありませんでした。

K●わたしは家にいました。「ドーン」と音がして、外で何が起きたのかと思いました。幸いにも住む地域は震度4で、大きな被害はなかったのですが、揺れが恐ろしく、怖くて一歩も動けませんでした。

それからテレビで新潟県内の被災状況を知り、外出中の家族と連絡を取りたくても携帯電話が繋がらないし、余震が続いていたので、次に大きな地震が来るのは、自分の地域ではないかという不安と恐怖でいっぱいでした。

### まさか また新潟に来るとは

Q●地震対策はしていましたか?

K●40年前に「新潟地震」が起こったので、まさかまた新潟に大きな地震が来るとは思いませんでした。非常食は用意してありましたが、地震がきたら机の下に隠れる程度の知識でした。枕元の懐中電灯は、電池が切れていました。

Q●避難場所はどうでしたか?

T●近くの体育館に一時避難しましたが、数時間後、「ここは○○地区の住民の避難場所につき、それ以外の住民は出て行ってください」と放送が入り、半強制的に出されてしまいました。

地域ごと避難場所は決められていましたが、多くの人はそれを知りませんでした。よく考えてみると、知る手段すら知らなかったのです。

### 生活用品は通常価格の2倍

Q●救援物資はいかがでしたか?

T●しばらくの間、我が家のライフラインが復旧できなかったのも、山のほうにある祖母の家に移りました。救援物資は、最初近くの公民館に届けられましたが、数日経つと、市街地まで受け取りに行かなくてはならなくなりました。車もバスもストップしているため、祖母は自転車でも何時間もかけて、何回も往復しました。

Q●食事はどうしていましたか?

T●コンビニやスーパーの営業は、1週間後から、店の前に一部の商品だけ並べて再開されました。水・パン・ガスボンベなどが通常価格の2倍近くで売られていました。でも購入するしかありませんでした。

Q●どんなものが必要でしたか?

K●じつは防寒具です。震災の日はいくらか肌寒い日でした。ストーブもエアコンもこたつも破損し、身近に防寒具がなかったのです。もし震災日が真冬で雪が降っていたら、被害はこんなものではなかったと思います。雪の重みで家はつぶれ、移動も救助もできず、ライフラインも食料も行き届かずで、助からなかったかもしれません。家族も寒くて眠れないので、危険なのは分かっていたのですが、全員でヒーターをかけながら車の中で寝ました。雪が降ってなくてほんとうによかったです。

Q●女性として、発災後の生活で困ったことがありましたか?

A●トイレです。流す水がなくて、何人かで使用したあと一回流すという繰り返しでした。仮設トイレが送られてきたのが、震災から3、4日後だったので、その間とても辛かったです。

K●避難所は大勢の人の熱気と体臭で、その臭気が辛かったです。お風呂に入れないことも、特に女性にとって辛かったと思います。

T●震災から10日後に学校が再開しましたが、汚れたままなので登校しない生徒もいました。

K●銭湯も人でごった返し、気分がよくなかったと聞きました。大きな鍋に湯を沸かして、それで身体を洗う人もいました。生理中だった人や、妊婦さんは、もっと辛かったと思います。小さな子どものいる母親は、子どもが泣き出した時、避難場所の人から、出て行ってほしいと言われたそうです。

T●救援物資の中にある食料は、健康な成人向きが多く、粉ミルク・哺乳瓶・離乳食などは見あたりませんでした。

### 日常的なつながりを

Q●この体験から気付いたことやアドバイスがありますか?

K●もし震災にあったらどうしようという危機感や、防災知識をふだんからもっていることの大切さを痛感しました。

T●いざという時、助け合えるご近所とのつながりが、大事だと思いました。命がかかっていることなので、身近な人とのつながりを、日常的に心がけていかなければと思います。

新潟の被災地へも支援活動に出かけた災害ボランティアコーディネーターは語る

# ボランティア活動も 地域の人間関係に支えられて

■ 鵜飼愛子さん（浜松市可美地区社会福祉協議会常任理事・災害ボランティアコーディネーター）



鵜飼愛子さん（うがい あいこ）  
家庭介護、子育て支援等を中心に地域のボランティア活動に幅広く携わり、減災活動への取り組みにも力を入れている。

## 人間関係のないところでの ボランティアは・・・

25年ほど前から高齢者問題を中心に活動してきたわたしには、地域の高齢者や障害のある方々など、災害時に要援護者となってしまう人たちのことをどうしたらいいのかという漠然とした思いがありました。

そんな折、阪神・淡路大震災のテレビ中継で、多くのボランティアが右往左往している報道を見て、災害時のボランティアコーディネーターの必要性を知りました。そこで翌平成8年、静岡県ボランティア協会が実施する「災害ボ

ランティアコーディネーター養成講座」を受けたのです。

その後、災害ボランティアとして、東海豪雨・去予地震・新潟県中越地震で活動しました。小千谷市では山間の集落を2人1組で二軒二軒回ってニーズ拾いをさせていただきましたが、「よそから来た人に手伝ってもらわなくてもいい」と警戒されました。

現地では、ボランティアを装った泥棒の被害もあったので、お気持ちはわかりました。こういう場合、男性や若いボランティアよりも、わたしのようなおばさんのほうが多少は話をしてくれました。方ばかりではありませんでした。

災害ボランティアコーディネーターは、自分の地域が被災した時、ボランティアセンターで活動するのですが、他の被災地をサポートすることも少なくありません。しかし、地域の人の顔のつながりができていないのでなかなかスムーズにはいきません。そこに地元の方が一人でもおられると、ボランティアも受

け入れてもらいやすくなります。知っている人が「手伝ってもらおうよ」と言えば、安心して受け入れてもらえるのですね。

## いっしょに できることを用意して

わたしが小千谷市へ行ったのは、被災から3週間目でしたが、それくらい経つと避難所では、気落ちしているうえに、「支援されること」に慣れてしまうのか、気力までなくしてしまわれているように見受けられました。

地域の連帯は保たれていて、助け合ったり、励まし合ったりはしているらしやうたようですが、若い方が仕事や片付けに出かけた後残された高齢者の方々が、なにもすることがなく横になっておられる姿が、痛々しかったです。被災されて体調が悪化し、震災前には毎日畑仕事をしておられた方が、おぶつてもらわないとトイレにも行けなくなつたケースもありました。

少しでも体力のある方はいっしょに食事を作るとか、その地ならではの何かを作る機会を用意し、ボランティアに教えていただけたら、みなさんの気力が戻ってくるように思いました。避難所を、そうした復興への活力を見い出せる場にするのも必要だと感じました。

## 鏡の前で笑顔を取り戻したお母さん

小千谷での最終日には、避難所にできた特設の床屋さんを手伝いました。そこに小さい2人のお子さんを連れられたご家族がいらつしやいました。若いお母さんでしたが、汚れたジャージ姿で見るとお疲れでした。

ずっとイライラしておられ、お子さんがまとわりつくときすぐ怒るんです。お父さんもお子さんもきれいに整髪しましたが、お母さんは「いいです」と言っていて帰りがけました。「前髪だけでも切ってもらったら」と椅子に座っていただきました。

すると、少しずつ整えられていくお母さんの顔が、鏡の真ん中にこやかに変わっていききました。ご自分がきれいになっていくのを見て、すっかり気持ちもちがやかになりました。お子さんにも優しくなり、わたしともお話をしてくださるようになりました。

また、即席の楽団をつくって演奏するボランティアもおり、みんな集まって楽しんで聴いていました。まさに癒やしの効果ですね。労力のボランティアだけ



(200年7月2日取材)

でなく、心を癒やすボランティアという  
のも、ほんとうに大事だと感じました。

## 物を送るより お金のほうが役立つ

被災地では、ばらばらに送られてくる  
支援物資は、かえって重荷になりま  
す。ボランティアが、その仕分けに多大  
な努力を費やすことになるからです。  
特に食料品は腐ってしまうものもあり、  
後処理が大変になります。ですから、  
物よりもお金を送るほうがいいと思  
いました。お金で現地のお店の商品を買  
えば、地域経済の活性化にもなるから  
です。

ある時、「おりもの用シート」がほし  
いという情報が入ったと、友人から私の  
ところに連絡がありました。何日も下  
着を洗えなくて困っていたのだと思  
います。でもその方は、自治会の人には  
言えなかったでしょう。災害が起こっ  
てしばらくたつと、地域に残るのは女  
性が高齢者がほとんどになってしまう  
のに、自治会など避難所運営の方々は、  
ほとんどが男性でしたからね。もつと  
もつと地域の会合等に、女性の視点が  
入らないといけないと思いました。

## 母親のための、手づくり 防災ワークブック

浜松にあるNPO「はままつ子育て  
ネットワークびび」の依頼で、お母さん  
のための防災講座を開いた後、テキスト  
を作りましょうという動きになって、「子

どもを守る防災ワークブック」を作り  
ました。これは、自閉症などの障害の  
あるお子さんや、アレルギーのお子さん  
をもつ会の方々といっしょに作りまし  
た。災害からのちを守るためのワークブ  
ックに、こういう視点を入れて作られ  
たものは、いまままでなかったと思  
います。これを使って昨年は15回ほど講座を開  
きました。

## 講座はあまり 深刻にならないように

ゴミ袋でフード付きのカップを作りな  
がら、「なんでカップが必要でしょうか。  
なんでフードが必要でしょうか」と、お  
母さん方に問いかけます。「雨だけじゃ  
ない、災害時には埃が飛ばいになりま  
す。でもこれがあれば埃除けにもなる  
し、冬には防寒にもなるんですよ」と  
話しかけながら、いっしょに作ります。  
そして、実際に作ったものをお子さん  
にさせてあげると、みなさんとても喜  
んでくださいます。その他にも、チラシ  
告などでコップを折ってラップを掛け  
れば水も飲めるし、器に掛ければ何回  
も使えるとか、傷口を洗ってラップを  
巻けば雑菌が入らず、包帯の代わりにな  
るなど、日常生活で使っているものを上  
手に応用するアイデアなどを、ワーク  
本を混ぜて楽しくお話するようにして  
います。

若いお母さんの中には、避難所へ行  
けば食事が保障されると思っ  
ている方がたくさんおられます。でも、住民全  
員が避難所へ入れるわけではありませ

ん。ですから、避難所へ行かなくてすむ  
工夫もしてほしいのです。家で生活で  
きれば、常備食料などで家族に合った  
食事を自分で用意できます。ジャーも  
計量カップもない状態で、コンロや電  
気がなくても火を起こし、ご飯が炊け  
ますか。こういったことを目の前で実演  
して、いっしょにやりましょうと語りか  
けます。

## 頼りになる 親しい知人を地域に!

若いお母さんに特別にお願いしている  
のは、「地域に仲良しをたくさん作り  
ましょう」ということです。ご近所に親  
しい友だちを3、4人くらいほしいです  
ね。地震の時、お子さんを抱えながら  
重い荷物を持って避難するのは、たいへ  
んなことです。つまり子ども連れの方  
は、要援護者になってしまうというこ  
です。もし、隣のおばちゃんに頼むこ  
とができたなら、助かります。きっと喜ん  
で手伝ってくれますよ。

## 生活者のプロである 女性の経験を活かして

このほかに、高齢者向けの防災講座  
もやっています。70歳以上の方は昭和  
19年の地震を体験し覚えていらっし  
やいますが、その後の戦災のほうがか  
つたので、地震の記憶が薄らいでい  
る方が多いのです。でもその方たちは、  
その災害を乗り越えたノウハウをも  
っています。それを若い人に伝えてほ  
しいと

呼びかけています。自分の経験が役に  
立つということは、高齢者にも活力に  
なります。

自然災害を防ぐことはできなくても、  
備えをしておいたり、自分たちの心  
がけで被災を少しでも減らすことが  
できます。そうしたことを伝えるのが、  
今のわたしたちの役割だと思っています。  
そのために、防災講座をあちこち  
でやっています。

女性のみなさんが日常になさって  
いる地域活動で災害時に役立つことは、  
たくさんあります。料理教室をや  
っている方は炊き出し、子育て支援の方は  
託児ができます。高齢者支援の方は介  
護が、また、音楽など癒やしの場を提  
供できる方々もいらっしやいます。

日々の生活の中でやれていることが、  
災害時にそのまま活かせるでしょう。  
生活者のプロである女性の経験と視  
点は、すべて役立つのです。ですから災害  
対策、特に支援は男性の視点だけでな  
く、女性もともに考えていきたいもの  
です。このことを、自治会や地域活動  
の中でずっと訴えてきて、ようやく分  
かっていただけようになってきました。

昔あった隣近所の交流、助け合いな  
どを、もう一度つくっていきたく  
いですね。災害だけでなくどんな時  
にも対応できるように、自分たちがも  
っているノウハウを、若い人たちと分  
かち合い、それをつなげていきたく  
い。災害が起きていない今だからこ  
そやらなければいけないことを、こ  
れからも続けていきたいと思っ  
ています。