

【報告】

# 浄土真宗本願寺派総合研究所における 東日本大震災復興支援活動

金沢 豊・安部 智海

目次

- はじめに
- 第一章 東日本大震災復興支援活動における宗教者の役割
- 第一項 本願寺派の活動から
- 第二項 「超宗派の活動」と「傾聴」について
- 第三項 宗教者の役割
- 第二章 本願寺派の名取市応急仮設住宅訪問活動について
- 第一項 仮設住宅訪問活動の背景
- 第二項 仮設住宅訪問活動の特徴
- 第三項 仮設住宅訪問活動の実態
- おわりに

はじめに

おわりのない自然災害——日本では一九九五年の阪神・淡路大震災から二〇〇二年までの十八年間で震度六弱以上の地震が三十九回発生している。特に甚大な被害をもたらした二〇一一年三月十一日の東日本大震災以降も

地震が決して収まったわけではない。二〇一三年は震度五以上が十回、震源地も関西から北海道まで広範囲にわたる地震が発生し、日本のどこにいても地震の危険にさらされていることが強く感じられる。

戦前の物理学者、寺田寅彦は論考「津波と人間」の中で「自然は過去に忠実である。地震や津波は新思想の流行などには委細かまわず、頑固に、保守的に執念深くやってくるのである」と記し、災害を防ぐには「人間がもう少し過去の記録を忘れないように努力するほかはないであろう」ということばを残している。<sup>1)</sup> もちろん、当時は地震の精緻な予測ができなかった。ところが科学技術の進歩をもってしても寺田の言葉は変わりなく有用である。それはいわゆる「地震の予知」が、ほぼ不可能であることは昨今、気象庁、地震予知連絡会等の関係者からコメントが発表されている事からも明白だろう。<sup>2)</sup> 阪神・淡路大震災以降、防災活動がしきりに叫ばれる中で、自然災害による被害を「防ぐこと」よりも「減らすこと」を志向し「被害を最小限にとどめること」あるいは「被災しても被害者を出さないこと」を目標とする「減災」という言葉が生み出されたことも自然と人間の関わり方を考える上で注目に値する。南海トラフ地震の被害想定も積極的になされている現代は、改めて人は自然災害に際して何ができるのかを考えなければいけない時代ともいえるだろう。<sup>3)</sup>

本稿は、二〇〇一年四月以降、宮城県、岩手県沿岸部の津波の被害地域を定期的に訪れながら、特に宗教者の役割を考え、被災された方と時間をともにしている二人の筆者で著す小論である。前半は、両者の所属する浄土真宗本願寺派の取り組みを総括的に検証し、宗教者の役割について考えた二〇〇三年十二月時点での報告とし、後半は浄土真宗本願寺派の実施する仮設住宅の居室訪問活動について、その実例を紹介し「心のケア」という言葉に関して検討を行う。終わりのない自然災害に対して人間は、とりわけ宗教者は何ができるのか。総合研究所のいち取り組みを通して多くの皆様に考えていただければ幸いである。

## 第二章 東日本大震災復興支援活動における宗教者の役割

## 第一項 本願寺派の活動から

初動について——二〇一一年三月十一日、大地震発災直後、事態を鑑み浄土真宗本願寺派（以下、本願寺派）は、緊急災害対策本部を本山に設置し、翌日、仙台別院内にある東北教区教務所に現地緊急災害対策本部を設けた<sup>①</sup>。また、三月十七日には旧あそか幼稚園に東北教区災害ボランティアセンター（以下、VOC）を開設した<sup>②</sup>。旧あそか幼稚園施設が東北教区災害ボランティアセンターとなり、ミーティングスペース、就寝スペース、事務所が確保された。それらは、インフラが復旧していない発災直後から、派遣された宗務員と自主的にVOCに入った多くのボランティアの手によって整えられることになる。当時は、仙台市内はライフラインがままならない状況で工事関係者によって仙台市内の宿泊施設は占められていたという。そんな中で一般のボランティアや宗派内外の人々を受け入れ、情報、宿泊場所が提供されたことは特筆に値する。またVOCが二年以上無料宿泊施設として機能している事は、結果として他宗派には見られない役割を果たしている。僧侶、門信徒以外の一般ボランティアはもちろん、海外の宗教者の方までVOCを利用した。ここにVOCのリピーターを生み出す地盤が出来上がり、現在も継続して震災復興支援にあたっている<sup>③</sup>。これまでに全国からのべ約二万二千人（二〇一三年十二月時点）のボランティアの受け入れ、ボランティア活動のコーディネートや、全国の寺院や門徒から届けられる支援物資の集約、保管、搬送活動によって、可能な限り被災者の声に応えてきた。三ヶ月を経過した頃から二年半までは仮設住宅入居者のコミュニティー形成支援、並びに自治体の声に応える活動を中心に支援の仕方をシフトしてきた。今後は、物資支援を継続しながら被災された方の自立支援としての「心のケア」活動に重点を置くことになるだろう。では、どのように「心のケア」活動を行うのか、実際の活動内容は第二章に譲ることとし、第一章ではそ

の前段階に実施した活動の反省点を述べたい。

反省点の共有——まず、活動可能な人材を確保し、支援体制を整備することが平常時の備えとして最も重要であると考ええる。本願寺派宗務所伝道本部においては、災害発生直後の緊急支援を行う人材はマニュアルに基づき確保されている。しかしながら、東日本大震災のような激甚災害に対する中長期的支援は策定されていなかった。やはり、多くの支援者は刻々と変わるニーズにどのようにして対応すべきかを考えながら活動していた。一方で、情報が的確に伝わらず、現場にいる人とそれ以外の人との乖離が進んでしまう状況も生まれていた。そういった事態は双方にとつて不利益だろう。支援者同士の余計な摩擦を引き起こさないためにも今後は、地震津波、風水害、火山噴火、原子力発電災害など地域の問題に応じて、どの時期にどういった支援をなすべきかを支援者になりうる人が共通認識として持つておきたい。いまできる事として中長期視点で支援体制の輪を確保しておくことは有効と考える。具体的には日頃の地域防災を見直すことに加えて、医療や福祉のだけでなくコミュニケーションデザイン<sup>7)</sup>の専門家などから災害時の課題や支援のフローチャート作成を学ぶことも可能な取り組みだろう。(特活) シェア<sup>8)</sup> 国際保健協力市民の会は、被災地における保健医療ニーズの変遷を次のようにまとめている。

本願寺派が、居室訪問活動の方向性を定めたのは、左頁表の移行段階だった。避難所を訪れて支援物資を手渡すとともに生活の様子を伺った。一定程度の医療は行き届き、食料の供給も安定していた。ただし、ストレスはすべての部分にかかっている、どのような体調不良が起こってもおかしくない状況だったように思う。実際に完成したばかりの仮設住宅も複数地域訪問し、住宅敷地内のベンチで談笑している人たちと交流を試みた<sup>9)</sup>。

一人ひとりのお話を伺うと、決して報道では知ることのできない個別の苦しみや喜び、憤りがあることがわかり、結論として、私たちはいわゆる「心のケア」の必要性を感じた。しかし、実際はどうすれば「心のケア」に

	期 間	場 所	主要な問題点	重要度の高い活動
超急性期	～三日間	自宅、 避難場所	外傷、急性疾患	救急医療
急性期	～二週間程度	避難場所	急性感染症、 ストレス性疾患、 慢性疾患の悪化	医療、看護、 心のケア
移行期	～二ヶ月程度	避難場所、 仮設住宅、 自宅	ストレス性疾患、 感染症、慢性疾患	保健、看護、 心のケア
慢性期	～一、二年	仮設住宅	ストレス性疾患、 孤独死、慢性疾患	保健、介護、 訪問、心のケア

なるのがわからない。そんな折に目にしたのは、石巻市で寺院を避難所として開放した曹洞宗の住職小野崎秀通師が寺院の役目について残した次のようなコメントである。

心のケアなんてできない。話を聞き、共に悩み、涙を流し、供養の時を重ねることで心も落ち着き、人は前を向ける。それが寺の役目です（『河北新報』二〇一一年六月八日付け）

このような声から、これまで多くの人が規定してきた「心のケア」イメージから離れる必要性を感じた。まず、一人ひとりに個別の苦悩が存在する。その辛い気持ちと向き合い、どのようにしてここに傷を負った人との関わることができるのかということを考えることにした。そこで、助言を求めたのが、（特活）京都自死・自殺相談センターである。電話相談を中心として様々な取り組みを実施している同センターから「死にたいほどの苦悩」を抱えた人との関わりについてアドバイスを頂戴した。その取り組みを学び、方法がどこまで有効なのかあるいは無効なのかを共に考えることにした。現在運用している居室訪問活動の具体的方法については後述するが、他の専門機関に相

談可能だったことは大きい。自分たちですべてができるわけではない。専門家との連携は平常時から必要であることを知らされた。

いわゆる「心のケア」に関与する居室訪問活動も計画の段階では、人材をできる限り確保することを理想にしていた。五〜八名のチームを作り、二人一組でローテーションを組み切れ目無く支援活動を継続することを計画していた。しかし、実際は研究所所在の京都から当地へ継続して赴くものが二名、それ以外のものが二名を支える体制に落ち着いた。

支援チームを作ることの利点は二点あると考えている。一つは支援者の疲弊を未然に防ぐためであり、もう一つは情報を客観的に把握する点である。前者はすでに多くの支援者が実感している支援疲れ、共感性疲労などの心身の問題である。どのような場面においても支援する側のコンディションを整えることはボランティア活動の前提条件である。しかし、実際は、歩みだすと自分でも制御できないことが多い。体調が少々悪くても活動してしまうなど、自分にしかできない独自の強い活動になると使命感が先立ってしまう。つまり「自分にしかできない活動にしないこと」を心がけることが大切になると考える。

二点目の客観的な情報の把握は、単独での活動の場合、主観を排することは難しい。そこで、支援を必要とする人にチームで関わることで、つまり誰が関わっても同じ姿勢を保つことで、相談者が特定の支援者に依存することを避けながら継続した見守りが可能となる。やはり、個人での支援には限界がある。資金面はもちろんのこと、身体的、精神的にも支援者への負担は大きい。営利目的ではない支援活動は個人で行う場合、以上の理由で継続が難しくなると支援者と被支援者両者にとって望ましくないように思われる。したがって、チーム支援の枠組みは大きければ大きいほど良く、支援者の母数も多い方が望ましい。ただし、目的意識を共有し、それぞれの役割を明確に位置づけておく必要がある。平常時における組織作りの重要性は次の言葉に集約されるであろう。

指示を待った者は何ごともなしえなかった。統制調整、一元化を要求した者は現場の足をしばしば引つ張った。

阪神大震災で救援活動に当たり、「こころのケアセンター」設立に尽力した精神科医中井久夫の言葉である。阪神・淡路大震災が東日本大震災を語る際の引き合いに出される事は少なくない。もともと「比べようがない」という意見は各所で耳にした。<sup>①</sup>しかし、緊急事態を目の前に比較するものをなんとか見出して解決の糸口にしたものである。安易な比較は危険だが、支援の前例に学ぶ姿勢は保持しておきたい。

ここまで教団の組織的な支援に関して反省点を述べてきた。提案できる改善案は、事前に支援体制を整え、支援の初期段階に目的を策定し、それを活動運営グループで共有することとまとめることができるだろう。続いて、活動者が組織化されたのちに他教団との協力することに関して私見を述べたい。

## 第二項 「超宗派の活動」と「傾聴」について

超宗派の活動——本願寺派は東北六県の寺院数が他の伝統仏教教団に比して少ない。従って、発災当初より被災地で独自の活動をするよりも各種団体との連携活動を図ることが効果的だという判断を行った。東日本大震災以降、宗教者の役割を考える際、宗派を超えた協力が大切であることは再三いわれてきた。また宗派を超えた個人の協力はなされていたように感じる。<sup>②</sup>しかし、教団同士となると、どうしても協力することが目的になるきらいがあるように感じていたのは事実であり、実績は乏しいように思う。本来、被災者支援活動においてなすべき

事の目的意識が明確になれば、他団体、他宗派と繋がりやすく利点も多い。一つに、超宗派の宗教者による取り組みは、それぞれがコンテンツを持ち寄ることで活動の幅が広がる。単純に多くの支援方策を持っている者が集まれば、支援の範囲が拡大し、支援対象者も増えるという効果がある。二つ目は、行政との交渉が円滑になるということが挙げられる。特に、居室訪問をする際に特定の宗派の活動でないことは、布教目的でないことが明白である。被災された方々の不安定な気持ちをどう和らげるかという、いわゆる「心のケア」を目的とする場合、宗派を超えて理解者を募ることは大変有用だと考える。このような目的を同一にする宗教者の関わる団体に次のグループがあげられる。

【心の相談室】 <http://www.sal.tohoku.ac.jp/kokoro/diary.cgi>

仙台在住の医療者が宗教者による「心のケア」の必要性を提唱し、地元①の宗教者や学識者で形成された団体。臨床宗教師研修を実施する東北大学実践宗教学寄付講座の母体でもある。

【KTSK (傾聴に取り組む宗教者の会)】 <http://ktsktsk.jugem.jp/>

超宗派の宗教者や葬祭業者、一般有志が中心となって宮城県女川町、石巻市の仮設住宅を訪問し仏具の配布や傾聴活動を行う会。

以上で尽きるわけではないが、被害の状況から見ても支援を実施する側の数は圧倒的に少ない。訪問すべき仮設人居者数に比して、支援者が圧倒的に足りない問題の解決が今後の課題となるだろう。この問題に対して、本願寺派の訪問活動は前述の京都自死・自殺相談センターに人材育成プラン協力を仰ぎ、相談員の人数を増やすた



めにボランティア養成講座を開催している。そこで宗教者のみならず地元の相談員を養成することによって、活動の安定した運営を見込み、養成講座から生まれる市民活動を支援する形にシフトさせる計画を実行中である。今後、地元相談員へ任意団体結成への助言を行い、著者兩名は相談役としてボランティア団体運営に参画することを企図している。すでに過去一〇回（仙台七回、岩手県気仙地区三回）の養成講座を実施し、約一〇〇人が受講した。訪問ボランティア（＝相談員）は四十七名在籍し、全員がメーリングリスト上で情報共有をしている。相談員からの申し出によって週二、三日程度の活動日が定まり、現在月二回程度活動する相談員は約十名いる。相談員は活動の後、報告と所感をメーリングリストに書き込み、情報を共有している。安定した運営のためには、相談員のうち運営意識のある方を八人程度確保する必要があると見込んでおり、活動の輪を拡げている。相談員には他教団所属の宗教者も含まれており、活動に際して、他教団の寺院の理解と協力を常に仰ぐことも多くある。

「傾聴」について——ここでいわゆる「傾聴」について本稿の立場を表しておきたい。「傾聴」とは「真剣に聴くこと（大辞林）」や「耳を傾けて一心にきくこと（日本国語大辞典）」など名詞として辞書の項目にあげられている。近代から熟語の使用例もあり決して現代用語というわけではないが、近年顕著に対人援助の現場を中心に「傾聴」が幅広い場面で用いられているように感じられる。主に心理学的側面からはカール・ロジャースの「共感的傾聴（empathic listening）」として認識されている事が多く、カウンセリングやコーチングにおける技術の一つとして確立されている。このような専門家による定義は学ぶべき点も多く含まれるが、「傾聴」は高齢者介護の現場からビジネスを円滑に進めるための技術として扱われるため、本願寺派の被災地仮設住宅訪問活動に応用するには無理が生じた。むしろ、活動当初の姿勢としては鷲田清一のいう次の言葉に追従した。

聴くということ、待つということ。ひとには、話しを聴いてくれる人がいるということ、じっと待つてくれるひとがいるということによって、もう消えてしまいたいという希（ねが）いから解き放たれることがある。あるいは、少なくとも抱え込んだ荷を軽くすることができる。

鷲田清一「ケアという関係」『看護展望』第二七巻、四号、二〇〇二年

仮設住宅訪問活動で話を聴く際は、事実を聞き取るのではなく、紡がれる言葉を待つこと、そして言葉に込められた気持ちを受け取ることに専念する。そして受け取ることによって生じる自身の気持ちを言葉として表出するところまでが「傾聴」だということを体験的に学び実践を繰り返している。つまり、受動的ではなく能動的な行為として「傾聴」を捉えている。実はこのことに関しては、鷲田が別著で言及する「 $\wedge$ 聴く $\vee$ という行為」と若干理解が異なっている。

聴くという行為は、他者にはたらきかける行為ではなく、他者を前にして自己表出する行為でもなく、他者のことを受け取る行為、受け止める行為のもつ意味である。

鷲田清一『聴く』ことの力』TBSブリタニカ、一九九九年

本願寺派の訪問活動の現場では、初対面の相談者の気持ちを受け止めたことによって生じる自身の感情は、閉じ込める必要はないと考えている。なぜならば、相談者の気持ちを受け止めたことを相手に示す必要を重くみているからである。相手の気持ちを受け止めたことは単なる相づちによって全てを表現することはできない。深刻な相談内容であればあるほど、相談者と同じ気持ちにはなることは難しい。しかし、わかりたい姿勢で関わりを

持つのであれば、どのように理解できないのかという疑問を表現することで、相談者の気持ちに近づく可能性が開けてくる。機械的な頷きや相づちといったサインで「わかるふり」をするのではなく、「わからないけれども、わかりたい」気持ちを素直に言動に表すことで、関わり方が大きく変化することを訪問活動の中で実感している。したがって、傾けるのは耳だけではなく全身で表現する姿勢そのものであると考えられる。ボランティア養成講座ではこのような理解を経験的に学ぶことで実践者を増やすことを目標にしている。今後の災害復興支援においては「超宗派の活動は必要」と言うだけではなく、いわゆる「傾聴」の理解と目的意識の共有によって人がつながることで「超宗派」は実現されると考えている。さらに宗教者の連携は、支援の必要が長期にわたる事態ほど有効になる可能性を次節で指摘したい。

### 第三項 宗教者の役割

震災から二年半、千日間を経ているが、ほとんどの被災地の風景は被災後一年以降、大きく変わらない。多くの人によって支援活動が展開、推進されているが、被災地の人々の不安な声は収まる様子がない<sup>16</sup>。むしろ「復興」のイメージすらつかめない状況に、不満や絶望といった気持ち<sup>16</sup>が各所から漏れている印象を受ける。被災地における宗教者の役割とは「被災者の悲嘆の傍らに立つこと」ではないかと考えている。先に述べたように、被災された方が安心して悲しめる場や時間を提供できる支援者は少なく、悲嘆を抱える人に対して、支援を実施する人の割合はあまりにも少ない。したがって、被災地の報道が減ってくるこれからこそ、地道な活動がますます必要だろう。改めて、被災された方の目線に立つ、自らを横に置いて話を聞くことを意識し、寄り添うことが本当に出来ているのかという反省も必須だと考える。繰り返すことになるが「傾聴」は問題を解決しに行くものではない。従って、遠隔地の支援者が主役になるのではなく、現地の方がたの手で盛り上げる支援を支えることが重要にな

る。宗教者は、いつまでも外部からの来援ボランティア役を担う必要はない。むしろ地元のボランティア養成に  
関与し継続した下支えをすることが期待される。<sup>17)</sup>

本願寺派は、「すべての被災された方の悲しみに寄り添い、思いをわかち合う」をスローガンとして支援に取り  
組んできた。東北教区災害ボランティアセンターを基軸に、現地の情報を収集し、行政への聞き取り、他団体  
との連携も行ってきた。今後、来るべき自然災害に備える貴重な情報を蓄積している。これまでの支援活動の総  
括をすると、何を支援活動として実行するにしても、被災された方の悲嘆の傍らに立ち、支援の継続性を担保す  
ること、支援の行き届かないところにこそ関わっていく姿勢や態度が宗教者のなし得る最大の役割と「言うこと  
ができるのではないだろうか」。

本稿で中心的に取り上げた仮設住宅訪問活動は、訪問先の目の前の方との関わりを大切にすることによって「す  
べての被災された方の悲しみ」に少しでも近づくことが実現できると考えている。特に「心のケア」の部分は、  
被災された方のなかでもより深刻な苦しみを抱えている方の気持ち、苦悩を和らげるために実施されてきた。本  
願寺派は引き続き、宮城県名取市、岩手県沿岸南部気仙地区にて仮設住宅の居室訪問活動を運営し、地元ボラン  
ティアの活動コーディネート、フォローアップを行う。京都自死・自殺相談センターに協力を仰ぎつつ、死にた  
いほどの気持ちを抱えた方への支援の方策を練る。そして地元ボランティアの養成と活動の定着を目標に据えて  
いる。

## 第二章 本願寺派の名取市応急仮設住宅訪問活動について

### 第一項 仮設住宅訪問活動の背景

背景——東日本大震災によって、公営、借上、仮設などの住宅施設に避難する被災者は、現在も岩手、宮城、福島<sup>18)</sup>の被災三県で二十一万八千六百七十七名にも及ぶ。

本願寺派の東北教区災害ボランティアセンターでは、震災から二年半が経ち、支援活動の現場が、流入物（ガレキ）の撤去や農地復興などの作業活動から、こうした住宅施設への支援に重心が移行しつつある<sup>19)</sup>。住宅施設への支援としては、集会所での炊き出し、お茶会、イベントなどの催しなどが挙げられる。また、本願寺派では、宮城県名取市内の応急仮設住宅において、その居室を一軒一軒直接訪問して、仮設住宅にお住まいの方のお話を伺う対人支援「仮設住宅居室訪問活動」（以下、居室訪問活動）が二〇一一年十月より展開されており、本論は、当該活動をとおして、被災者の心情（苦悩）に対する支援について考察するものである。

「心のケア」について——いわゆる「心のケア」への関心が高まったのは、「ボランティア元年」と呼ばれる阪神・淡路大震災（一九九五）以来である。

これまで、災害復興といえば「物」の復興を中心に考えてきた日本社会において、災害が人々の心理に与える影響を考える機会を用意した点で評価されるべきであろう<sup>20)</sup>。

今後は、災害が起こるたびに、被災者の「心」がケアされているかどうか、一つの関心事となるだろう<sup>21)</sup>。

以上、複数の指摘から、阪神・淡路大震災が、災害支援を考える上で、ひとつの転換点であったこと、当時より「心のケア」に対して大きな関心が払われていたことが窺える。

しかし、そうした大きな関心が「心のケア」に寄せられる一方で、

じつのところ阪神大震災で、△心のケア▽と呼ばれていたものは、はなはだとりとめのないものだった。さまざまな人たちが被災地を訪れ、さまざまな救護活動を行ない、それは一種のブームとまで言えるものとなった。巡回面接、子どもへの働きかけ（一緒に遊んだり、絵を描いたり）、電話相談、啓蒙パンフレットの制作と配布……。精神科医が行った投薬などの治療も芸能人の慰問も、△心のケア▽と呼ばれていた。<sup>①</sup>

今や、単なる精神的相談から専門カウンセリング、あるいは災害被災者に対する慰安や生活支援に対しても意味の混乱したままに使用されている。<sup>②</sup>

など、阪神・淡路大震災当初より、「心のケア」という言葉に対する定義が曖昧なまま使用され、現在に至っていると見える。今回の東日本大震災でも、こうしたケア（支援）に対して、被災者の心情の経時の変化、回復スピードの個人差、長期的な支援の必要性などが改めて指摘されており、被災者の「心のケア」に対する関心の高さが窺える。

## 第二項 仮設住宅居室訪問活動の姿勢

こうした被災者の心情（苦悩）への支援として、本願寺派では、応急仮設住宅において、その居室を一軒一軒直接訪問して、仮設住宅の住民からお話を伺う、居室訪問活動を展開している。居室訪問活動は、NPO法人京都自死・自殺相談センター（以下、相談センター）からの協力を受け、活動を展開しており、ここでは相談セン

ターの活動について見てみたい。本願寺派の居室訪問活動は、相談センターの活動理念、活動方法など、その多くを継承している活動だからである。

そもそも相談センターは、本願寺派に附設された教学伝道研究センター（現・浄土真宗本願寺派総合研究所）によって企画された研究部会を契機として生まれたNPO法人である。深夜の電話相談窓口の開設、遺族によるわかちあいの会、広報活動やメール相談窓口など、希死念慮者や自死遺族への支援を行っている団体である。ただし、本願寺派は、活動施設の無償貸与、活動運営資金の援助は行うものの、活動内容について基本的に関与することはない。<sup>(25)</sup> 相談センター副代表（野呂靖氏）は、

相談センターの電話対応の姿勢は、「ひとりぼっちにしない」「そっとそばにいる」である。相談者の絞り出すような声に耳を傾け、最も辛い人に能動的に寄り添おうとする姿勢が求められる。（中略）ネガティブな言葉は、普段でもしつかりと受け止められることは多くない。ましてや、「死にたい」という気持ちは、周囲の人々には理解されにくい。「せつかくの命を大切にしてほしい」と言いがちであるが、その言葉の前では、自死を訴える声は、簡単にかき消されてしまう。相談センターでは、まさにそうした「誰にもわかってもらえない気持ち」こそ大切にすべきだと考えている。したがって、「死にたい」という気持ちであっても、否定することは決してない。<sup>(26)</sup>

と、相談センターの活動姿勢を端的に説明している。誰にも分かってもらえない気持ち、誰にも受け取ってもらえない「ひとりぼっち」の気持ちを受け取るう、少しでも分かるうとする活動のあり方、姿勢を継承して、居室訪問活動は展開されている。

上記の活動姿勢を継承しつつ、東日本大震災によって被災された方々への支援を行なうとき、その活動理念を明確にしておく必要がある。すなわち仮設住宅への訪問活動の

目的は、「死にたいほどの苦悩を抱えた方の苦悩を和らげる」こと。

方法は、「個別面談によって、苦悩にまつわる気持ちをていねいに受け取る」こと。

対象は、「仮設住宅にお住まいの方の中でも、死にたいほどの苦悩を抱えた方」<sup>27)</sup>

とする。「個別面談によって、苦悩にまつわる気持ちを和らげる」とは、前出の「相談者の絞り出すような声に耳を傾け、最も辛い人に能動的に寄り添おうとする」ことであり、被災された方に直接対面して、その気持ちを受け止めよう、分かろうとする営みである。具体的には、相談者の話を聴くということになる。それは、

「わからない」に留まりつつ、「わかる」に近づく努力、「わかる」と次に出てくる「わからない」、これを繰り返し行き来すること。<sup>28)</sup>

と言えるだろうか。支援者が被災者の気持ちを尊重したうえで、相手の気持ちを感じとって湧いてきた自身の気持ちを表現するという一連の流れの中で、相手の気持ちを否定することなく受け止めることで苦悩が和らぐことを目指している。「死にたいほどの苦悩」を抱え、それを誰にも分かってもらえない孤独や傷つき、そうした心情を「ひとりぼっちにしたいくない」「そっとそばにいる」という姿勢で、仮設住宅の住民に関わろうとしていることを、ここでは押さえておきたい。

### 第三項 活動の実態



居室訪問活動は基本的に活動者が二人一組で名取市内の仮設住宅の居室を一軒一軒訪問し、「個別面談によって」、上記の姿勢で「苦悩にまつわる気持ちをしていねいに受け取」ろうとしている。

活動日数は、二〇一一年十月～二〇一三年十月までの二年間で百八十六日に及ぶ。

現地での居室訪問活動を担当するボランティアはこれまで十九名である。

活動ふりかえり件数は、四百三十七件である。

「ふりかえり」とは、仮設住宅の居室を訪問して、住民より聞いた話の内容とその心情（苦悩）、相手への関わり方について、面談した活動者同士で活動を反省、見直した件数のことである。目安としては十分以上、長い場合は二時間に及ぶ会話が続き、かつ心情についての吐露があった件数のことである。挨拶や世間話のみに終了した場合は、これに含まれない。「心のケア」活動を考えるとき、

△心のケア▽が独立して活動するよりも、一般的な救援活動の中に心の△ケア▽を盛り込んでいくことがよい。<sup>(28)</sup>

「こころのケア」を行う専門家は、避難所へ赴いたなら、自らが心理臨床家であることを戦略的に忘れ、ま<sup>(29)</sup>ずもって一般の救援活動に従事しながら、避難者との集合性の構築を図るべきである。

という見解もあるが、本願寺派の居室訪問活動では、支援物資を配布するわけでも、医療行為を行うわけでもない。一般的な救援活動をしながらでもなく、話を聴くことに特化して活動している点に、その特色が表れている。また、「集合性の構築を図る」あるいは、信頼関係がなければ自分の苦悩を話せないのではないかという意見があるが、初めての訪問（初対面）でありながら、ご自身のお気持ちを話してくださった例が、百四件あった。

一般の救護活動に従事しながらでなくとも、初対面であったとしても、こうした気持ちの吐露 受取りが起ころ。むしろ、初対面のボランティアだからこそ話せるという面もあるのではなからうか。なお、居室訪問活動を行った日で、この「ふりかえり」のなかった日が一日もなかったことも補足して述べておきたい。加えて全四百三十七件のふりかえり件数のうち、「次に津波が来たら逃げないつもり」「このまま終わってもいいかな」「どこか遠くへ行きたい」など、「死にたいほどの苦悩」を抱えていると思われる方の件数は、九十一件であった。そのほか、「死んだ方がマシ」「(仮設住宅の)部屋にいと死にたくない」「生きていたくない」など、明らかに言葉で「死にたいほどの苦悩」を直接表現された例が十一件あり、ふりかえり件数のうち四件に一件の割合で、居室訪問活動を行うボランティアが、苦悩を抱えた住民と接する機会があったことが窺える。

以下、「死にたいほどの苦悩」を直接表現された十一件のうち、三件の事例の経過を紹介したい。

事例① 八十代 女性

震災前は、社交的だったが、仮設住宅の中に知り合いもいないため、引きこもりがち。主訴は、行政上の手続きから、自分一人だけが、まったく知らない地域住民の入る仮設住宅に入れられてしまったこと。散歩のときに線路を見ると自死を考える。

事例② 六十代 男性

仮設に移ってから脳梗塞を患い、半身不随になる。震災直後、脳梗塞を患う前まではボランティア活動も精力的に行っていた。しかし、体が不自由になると、自分を訪ねる者もない。死んだほうがマシだ。

事例③ 八十代 男性

一人暮らし。妻を震災前に亡くす。話し相手もおらず、孤独。同じ仮設内で自死した人がいる。自分も自死を考えることがある。

事例①では、最初の訪問（二〇〇一年十一月）で、「死にたいほどの苦悩」の吐露があった。話を伺うと、行政に対する強い怒りや、震災で受けた悲しみについての訴えであった。しかし、ひとつひとつの苦悩にまつわる気持ちを聴いていくなかで、次第に自身の気持ちが鮮明になったのか、「寂しかった」のたということに気づく。その心情を表現して以降は、自死に対する言及も、苦悩にまつわる気持ちの表現もなくなり、世間話に移行した。その後、二週間おきに訪問するが、強い怒りや苦悩にまつわる表現は見られなかった。翌年の一月には、友人を連れて積極的に集会所のお茶会に参加するなど、社会的に仮設住民とも交流している姿が見られた。

事例②は、二回目の訪問（二〇一二年十月）で、「死んだ方がマシ」という表現がみられた。それ以降、十一月に二度、翌（二〇一三年）年一月に二度、二月に一度訪問している。次第に世間話の割合が増えてくるが、一貫して相手の心情（苦悩）を「ひとりぼっちにしたくない」という姿勢で関わり続けていると、三月の訪問で、「本願寺のボランティアが話を聴いてくれるから、自分はまだいい方だ」という発言があった。以降、二〇一三年十月現在に至るまで、定期に訪問をしているが、「死にたい」気持ちに関する発言はみられていない。

事例③では、最初の訪問時（二〇一三年九月）では、誰も訪問してこないこと、居室のある仮設住宅で自死が起きたことなど、居住環境や、周辺事項が多く聞かれた。同じ仮設住宅のなかで自死が起きたことに関して、二回目の訪問で、自身も自死を考えるか踏み込んで尋ねたところ、「自殺したいのは俺のほうだ」と応えた。しかし、その発言があつてからは、「仮設を出たら、孫が同居してもいいと言ってくれるので、頑張って生きなければ」

という気持ちの変化がみられた。以降、複数回訪問をするが、話の内容は世間話が多くを占めるようになった。

以上、三つの事例をみてきたが、もちろん、こうした被災者の心情の変化は、本願寺派の居室訪問活動のみによる変化ではないだろう。被災者を取り巻く状況は刻々と変化しているし、仮設住宅の住民は、さまざまな支援も受けている。居室訪問活動の関わりが、必ずしも被災者の心情の変化を約束するものでもない。しかし、こうした被災者個別の心情の変化を追うことができるほどに長期的な支援活動が継続している点は、冒頭にも述べた被災者の心情の経時的変化、回復スピードの個人差、長期的な支援の必要性の問題に、それぞれ対応した結果と言える。

### おわりに

心のケアとは——これまでさまざまな場面で使われてきたことで、曖昧なまま用いられてきた「心のケア」という言葉を、今後もそのまま用いるかどうかは別としても「心のケア」という言葉が目指すべきは、やはり被災者の苦悩の和らぎにあるべきだろう。いかなる活動が「心のケア」であるかというよりも、被災者の苦悩の和らぎが目指されている活動のことを「心のケア」と呼ぶべきではないだろうか。

つまり、流入物（ガレキ）の撤去も、芸能人の慰問も、精神科の投薬も、それをおして被災者の苦悩に和らぎが起るのなら、それは「心のケア」と呼ばれるべきであり、逆にお茶会や、居室訪問活動、傾聴活動であっても、被災者の苦悩に和らぎが起らなければ、それを「心のケア」活動と呼ぶことはできないだろう。被災者の心情（苦悩）への支援を考えるならば、まず、その心情（苦悩）の和らぎが目指される活動を模索するべきだろう。

【註】

- (1) 寺田真彦『天災と国防』講談社学術文庫 二〇一一年 頁四一—四二頁
- (2) 気象庁HP「地震の予知に「じぶ」」<http://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/faq/faq24.html>
- (3) 平成二四年三月から内閣府によって「南海トラフ巨大地震対策検討ワーキンググループ」が結成され会合が重ねられている。  
[http://www.bousai.go.jp/jishin/nankai/raisaku\\_wg/](http://www.bousai.go.jp/jishin/nankai/raisaku_wg/)
- (4) 浄土真宗本願寺派の行政区分である東北教区は青森県、岩手県、秋田県、宮城県、山形県、福島県の寺院を包括し、教務所を仙台市青葉区の仙台別院に設置している。
- (5) 仙台別院敷地内には、宗教法人本願寺仙台別院あそか幼稚園が併設されており、二〇一一年三月末で閉園が決まっていた。同月十六日に卒園式を挙行するのみであった園舎が震災後ボランティアの宿泊施設として機能した。
- (6) 東北教区災害ボランティアセンターが宿泊所として果たした役割については次の論考に詳しい。大原千心／竹内武昭／中尾睦宏／山内和枝「お寺の利便性とその活用のある方」・東日本大震災後のお寺の宿泊提供活動を通じての事例」『宗教と社会貢献』第二巻第二号 八十七—九十七頁、二〇一二年
- (7) 緊急支援時における混乱は、シミュレーションの再構築を意味する。認定資格ではあるが防災士の育成や、ボランティアコーディネーターの養成が急務で、今すぐにも実践可能である。
- (8) 仏教ZOOネットワーク(BZN)『寺院備災ガイドブック』二十二頁 二〇一三年
- (9) 仮設住宅に入居しはじめた人々は、避難所の生活を懐かしみながら、現在の利点と欠点を話してくれた。例えば、プライバシーが確保されて安心している。隣人は「どんな人が住んでいるか」良く分からない状態。いつまで仮設に住めるのかわからない不安。さみしい、などであった。仮設住宅入居者との交流について詳細は、藤丸智雄『ボランティア僧侶』同文館、二〇一三年に記録が残っている。
- (10) 中井久夫「災害がほんとうに襲った時」『1995年1月・神戸「阪神大震災」下の精神科医たち』みすず書房、一九九五年。テキストデータが無償で公開されている。<http://homepage2.nifty.com/jyuseiran/shin/>
- (11) 被書総額は東日本大震災が19.6兆円(内閣府)、阪神淡路大震災の被書額は9.6兆円(国土庁)という。日本学術会議 提言「学術からの提言—今、復興の力強い歩みを—」一頁、二〇一三年 <http://www.ssj.go.jp/ja/info/kohyo/pdf/kohyo-22-t-shien1.pdf>
- (12) 「東日本大震災をうけていま私たち何ができるのかを考えるシンポジウム開催報告」『曹洞宗総合研究センター学術大会紀要

〔第十三回〕 六十一―六十四頁、二〇一二年 に詳しい報告がなされている。浄土真宗本願寺派総合研究所は、震災以前から情報交換を行っていた曹洞宗総合研究センターと支援活動協力を現在も継続している。

(13) 臨床宗教師とは医療機関や福祉施設などの場所での公共的な役割を果たす宗教師のこと。日本版 (chaplain) を意味する言葉として提案された。臨床宗教師研修目的は次の四つ。

- ① 「傾聴」「スピリチュアルケア」の能力向上
- ② 「宗教間対話」「宗教協力」の能力向上
- ③ 宗教者以外の諸機関との連携方法を学ぶ
- ④ 適切な「宗教的ケア」の方法を学ぶ

(14) 「宗教者災害支援連絡会」は東京大学宗教学研究室出身者が中心となり、被災地における様々な宗教者の活動について情報交換を行っている。

(15) 二〇一二年は、阿川佐和子『聞く力』文春新書 がベストセラーとなり、以降「傾聴力」なることばをタイトルとする書籍も多数出版されている。心理学以外の立場からは、共感と傾聴の定義や問題点について、佐藤英「ケアに関する倫理的考察―共感と共感疲労の観点から―」『岩手大学大学院人文社会科学部研究紀要』第二十一号、二〇一二年 に詳しく論じられている。ここでは、決して傾聴はコミュニケーションの技術のみを指すのではないことが明らかにされている。

(16) 陸前高田地域再生支援研究プロジェクトチーム(代表・宮城孝 法政大学) が毎年実施している『仮設住宅の住まいと暮らしに関する意向調査』参照

(17) 中井久夫は来援ボランティアの問題を阪神淡路大震災における体験を元に次のように回顧している。「来援ボランティアには別個の苦悩があることを忘れてはならない。大方の人には未知の土地であり、さらに内部の者がストーリーを把握しているのに対して、来援者は平和な中からいきなりクライマックスに投入され、その内容を十分に把握しないままにまた平和な中に戻る。この突発性が外傷的である。また活動は何かの一部分に過ぎず、およそアンチヒーロー的で、断片的であり、不全感が残る。しばしば、その後には無為、抑鬱、離人、シニシズムが生じて不思議でなく、実際に起こった。」『兵庫県ヒューマンケア研究機構年報』第七巻、二〇〇一年

(18) 二〇一三年十一月二十七日時点、復興庁調べ。  
[http://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat2/sub-cat2-1/20131127\\_hinansha.pdf](http://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat2/sub-cat2-1/20131127_hinansha.pdf)

(19) 住宅施設への支援活動は二〇一二年三月から仮設住宅のみならず、借り上げ住宅在住の方を対象としたサロン活動も平行して

実施している。

- (20) 渥美公秀 「これからの災害支援」『心理学者がみた阪神大震災』第七章、一九八頁、ナカニシヤ出版、一九九六年
- (21) 杉万俊夫 「震災に思う心理学者の陥穽」『心理学者がみた阪神大震災』第八章、一九八頁、一九九六年
- (22) 安克昌 『心の傷を癒すということ』二二〇頁、作品社二〇一一年（初版は一九六六年）
- (23) 荒木憲一 「被災者に対する心理的支援の基本的態度」『長崎ウエスレヤン大学現代社会学部紀要』第四卷一号二九頁、二〇〇六年
- (24) 服部希恵 「日本赤十字社こころのケア班の一員としての被災地支援―災害時のこころのケアについて思うこと―」『日本赤十字豊田看護大学紀要』第七卷一号 二〇一二年
- 石井京子 「災害時のこころのケア」『大阪市立大学看護学雑誌』第九卷 二〇一三年
- 岩井圭司 「復興と支援の災害心理学」第一章 「心の復興と心のケア」二〇一二年 など
- (25) つまり、宗教活動や布教を目的としない。居室訪問活動も同様。
- (26) 宇野全智・野呂靖 『叢書 宗教とソーシャル・キャピタル』 ケアとしての宗教』第三章 「自死対策における宗教者の役割」一一四―一一六頁、明石書店、二〇一三年
- (27) 京都自死・自殺相談センター会報『Soto』vol.11 二〇一二年二月号  
[http://www.kyoto-jsc.jp/bookshelf/kahno\\_s/pdf/11.pdf](http://www.kyoto-jsc.jp/bookshelf/kahno_s/pdf/11.pdf)
- (28) 山崎理央 「心理臨床における「聴くこと」について」『福山大学こころの健康相談室紀要』第一号、八一頁、二〇〇七年
- (29) 安克昌 前掲書 一三三―一三二頁
- (30) 渥美公秀 前掲書 二〇二頁