

被災地ボランティアに参加して



西条市医師会会員
横山病院 岸田義臣

私は4月から横山病院で一般内科医として勤務しています。

今回、3月21日から4月5日までと、5月1日から5日まで宮城県南三陸町でボランティアに参加することができましたので、状況を少しでもお伝えできればと思います。阪神大震災が起こったとき、私は大学受験の真っ只中でランティア活動でがんばっている人たちを見て、自分の無力さを痛感しましたが、もしいつかボランティアに参加することがあれば医師として役に立ちたいと思いながら勉強をがんばることにしました。しかし、東日本大震災が起こったとき、すぐに現地入りすることはできませんでした。

余震が続き、情報が少ない中で、危険ではないだろうか、自分は役に立つのだろうか心配でした。でも、話をするだけで安心してもらえ、一人でもいれればいい、荷物運びでも何でも役に立つことはあるかと思ひ、自家用車で現地入りすることにしました。

1回目の訪問は、被災後10日目でしたが、ライフライン（電気・ガス・水道）復旧の見通しはなく、不自由な状況が続いていました。

ガレキにあふれた町並みを初めて見たときは言葉が失いましたし、とても現実の世界とは信じられませんでした。

電気は一部で発電機がありました。主に乾電池や太陽電池に頼っていました。夜はほぼ真っ暗になるので、太陽が出ている明るい時間帯に活動するしかありませんでした。飲み水は配給してもらったので、トイレや手洗い場ではペットボトルやバケツで運んでくれた水を使っていました。

お風呂は離れた所にある自衛隊のキャンプや宿泊施設内にありましたが、ガソリン不足が深刻な中、そこまで移動するのは大変困難でした。

食べ物は支援や配給のおかげでたくさんあり、現地の方が言っていた言葉ですが「被災太り」するほどでした。

毛布も同じようにたくさんありましたが、ストーブや灯油は限られていましたし、雪が続くこともあり、寒さは厳しいものでした。

このような避難生活を体験できて、ほんの少しでも現地の方の気持ちに近づけたかなと思います。

私の活動としては、避難所にある診療所での診察、集会所や各家庭を回っての診察などでした。避難生活の疲れやストレス、ガレキによる砂ぼこりが原因かもしれないかもしれませんが、高血圧などの持病の患者さんがほとんどでした。

2回目の訪問では、一部の地域で電気が復旧していて、現地の方の表情も明るくなっ

ているように感じましたが、集団避難、一部の避難所と診療所の閉鎖、仮設住宅の不足などで不安は消えるものではありませんでした。これからまだまだ続く復興に対して、短期ではなく、長期の支援が必要だと感じました。

現地の方からは「ありがとう」や「医師がいることが安心」などありがたい言葉をもらえて、現地入りしてやっぱりよかったなと思いました。

また、現地の方たちの笑顔を見てみると、逆に元気をいっぱいもらえました。余談ですが、個人的趣味で阿波踊りやギターの弾き語りをして、現地の方と一緒に楽しんでおもしろかったです。

ここで、今回の活動で覚えておくべきかなと思うことを並べてみます。

①**実体験** 現地へ行き分かったこと、勉強になったことがやはりたくさんありました。いろいろな事情があるかもしれませんが、可能であれば被災地を訪問することをオススメします。

②**チーム行動** 時間や情報の有効利用、安全確保のため

には単独ではなく複数人のチームで動くべきです。

③**適度な情熱** 意欲に燃えすぎていると、冷静に広い視野をもって行動できず、周りに迷惑をかけるかもしれません。無理をせず自分の体も大事にしながら、程よく力を抜くべきです。

④**謙虚な気持ち** ボランティアは「やってあげる」ではなく「やらせてもらう」気持ちが大切です。上から目線な気持ちはどこかで態度に出てしまうかもしれませんし、恩の押し売りになっ

てはいけません。

⑤**災害準備** 非常食や防災グッズは当然、準備しておくべきです。現地の方の後悔している声を聞いて、さらに必要性を再認識しました。

最後に、このような報告をする機会を与えてもらったことに感謝します。被災地で活動できた者として、その体験を伝えていくことも大事な活動だと考えています。ここだけでは伝えきれないことがたくさんありますので、またどこかで伝えられる場があればと思っています。