

# 希望を握りしめて

## -阪神・淡路大震災25年間の活動から-

元NPO法人 阪神・淡路大震災  
よろず相談室 代表

牧 秀一 氏



震災から30年が経ち、今では「長いことボランティアをしてきたな」と、よくいわれます。大学卒業後は、テニスしかやってこなかったこともあり、得意科目は数学でしたが、テニスの強い神戸の高校で勤務することになりました。ところが、その高校は定時制高校で、当時の私は定時制高校も知らず、校長先生に「定時制って何ですか」と聞き、えらい怒られたことを今でも記憶しています。

定時制高校には、不登校、高齢者、バイクを乗り回して暴走族というような人、また、ブラジルから帰国した人もいました。本当にいろんな人生を背負った人たちが集まる学校でした。そこの中に何も知らない私がポツンと数学の教師として入りました。それから彼らと彼らの親から、本当にたくさんの人生を教えられました。そして、教師生活20年の1995年に阪神・淡路大震災が起こりました。当時私は東灘区の御影というところで40年前の木造2階建てに住んでいました。地震のときは揺れが大きく、家の中はぐちゃぐちゃでしたが、命は助かりました。その後、私はすぐに生徒の安否確認のため、自宅の御影から三宮を越えて、歩いて約2時間かかる学校まで行きました。毎日学校まで通うことが出来ないので、校長先生に許可をいただき、近くの避難所でボランティア活動として始めたのが「よろず相談室」です。

今日は、その時に出会った人たちのいろんな経験を皆さんにお伝えし、その後で皆さんにいろんな意見をいただけたらありがたいなと思っています。

### 自然災害

- ・毎年、日本のどこかで起こる「災害」
- ・地震、津波、台風、大雨、山崩れなど。
- ・他人ごとではないと思っておかねばならない。
- ・そこで、どの様な事が起こるのか、一緒に考えよう！

図1

当たり前の事ですが、自然災害は毎年どこかで起こります。地震、津波、台風、大雨、山崩れ、これはもう他人事ではありません。このことを小学校に行って、子どもたちにはいつも「他人事と違うで、明日は我が身やで」と話しています。そして実際にはどうすることがいいのかを子どもたちに話します。また、本日は皆さんともこのことを共有したいなと思っています。（図1）

### よろず相談室の活動

#### 26年間の活動

- I : 訪問活動  
「話し相手」⇒「信頼関係を築く」  
⇒「一人ではないと伝える」
- II : 震災障害者と家族の集い  
震災後12年目から
- III : 講字教室「大空」
- IV : 手紙支援 毎月200通届く
- V : 東北支援 2011年4月から毎月75回 石巻・気仙沼・福島



図2

#### 【I. 訪問活動】

一人暮らしの高齢者、病弱な人、避難所には本当にたくさんの方がおられました。仮設住宅へも訪問に行きました。常にその人たちが求めている



のは話し相手なんです。傾聴ボランティアといいますけれども、そうではなく、話を聞いて欲しいだけなんです。被災時にはそれが一番大事だと思います。話し相手になることで信頼関係が築かれ、あなたは一人ではないと安心させる。感じさせる。それが話し相手の役目です。その活動を軸によろず相談室は活動していました。

## 【II. 震災障害者と家族の集い】

「震災障害者」をご存知ですか？これはあまり知られていません。「震災障害者」とは震災で障害者となった人です。建物の下敷きになり足を切断したとか、そういう人たちのことです。東日本大震災の時にもおられますし、阪神・淡路大震災のときにもおられます。実は私も知りませんでした。震災後11年目のある時、商店街の人とエレベーターホールで会いました。その人は、震災後、重たい荷物を背負ってる。それを少しでも軽くしていきたいと話されました。その時に初めて、生き残ったけれど、という人たちのことを忘れていたと反省しました。そして、その次の年の12年目から、震災障害者の集いを持ちました。

## 【III. 識字教室】

識字教室、読み書きそろばんができない、だから市場に行けない、電車に乗れないという人は全国で170万人、兵庫県だけで5万人おられます。

これは中学校に行けなかった方が、夜間中学校を出られた方の話です。

ある時「私、どうやって買物してるか知ってる？」と聞いてこられました。毎日毎日買い物しないといけないのですが、計算はできません。なので一万円札で支払いします。絶対にお釣りがあります。ですが、そのお釣りも計算できません。お釣りが間違っていてもわかりません。電車に乗る時も全て教えられた通りにしないと乗れず、降りる駅ちゃんと駅数を数えておかないと、駅名が読めませんので降りることが出来ません。常に緊張状態でいないといけない。また病院にいくと必ず問診票があります。漢字があふれています。

当然、何が書いてあるかわかりません。震災前なら隣近所の人が付き添ってくれていましたが、震災後は隣近所は誰かわかりません。なので右手に包帯を巻いて、けがをしているふりをして、病院の方に代筆してもらう訳です。識字教室、読み書き教室を三つ作りました。30年経った今も、長田区の「ひまわり」はまだやっています。あと「大空」、三ノ宮の近くの二宮でやっていました。

仮設住宅に移ると、抽選になり皆がバラバラになります。すると誰にも、何も聞くことが出来ず、その結果、一人でじっとしていることになる。そういう人のために識字教室を作りました。

## 【IV. 手紙支援 毎月200通届く】

全国の人たちが被災地の人たちに手紙を書く、これはその人に会いに行くのと同じ力を持っていると思います。

香川県に琴平高校があります。その高校では1月17日を活動日にして、阪神・淡路大震災の被災者、東日本大震災の被災者のところへ手紙を届けています。他でも手紙支援をしているところもあります。私も福島、石巻、気仙沼で手紙支援の活動をしました。

被災者が被災者を差別する？

阪神大震災の時  
東日本大震災の時  
熊本地震大震災の時  
それぞれ違った「差別」があった。

なぜこんなことが…、どうすればいい  
か考えよう！

図3

「被災者が被災者を差別する。」という嘘みたいな話があるんです。（図3）

阪神・淡路大震災のとき、私のいた学校も避難所になりました。ある時車いすの生徒がお母さんと一緒に避難所に行きました。すると避難所に真っ先に来ていた被災者に「出て行け」と言われました。それはなぜか、場所をとるからです。だ



からこの親子は車で生活しました。震災のあった日は1月17日で寒いです。だから毛布を借りて車で寝ます。その時も、自分も被災者、相手も被災者なのに、その被災者に頭を下げて毛布を借りるわけです。またお弁当やおにぎりも届きますが、それも朝晩と頭を下げてもらうわけです。業者ではなく、同じ被災者に頭を下げてもらうわけです。その繰り返しでこのお母さんは1ヶ月後に入院されました。

#### 【V. 東北支援】

東日本大震災のときは、沿岸部分は全部津波でやられました。ですが少し内陸に入ると温泉街が沢山あります。だから温泉街の人たちは、津波の被害にあった人たちは寒いと思い、バスをチャーターして浸かりにきてくださいと。でも被災者の中からは「乗って温泉にいくのなら、もう帰ってくるな。」と言われるんです。結局20台用意したバスは2台だけになりました。順番に行ったらいいだけの話なのですが。これは実際に東日本大震災であった話です。

熊本地震のときは、これは映像で残ってると思うんですけども、車で避難生活をする家庭が多くかったです。これはなぜかと現地の放送局が聞くと「うちの子どもはうるさいから、みんなの邪魔になるから、だから車で避難する」と理由が多かったです。ですが、車の中で避難する方が危険なんです。だけどそういう選択をしてしまっている。同じく障害者だから、知的障害だからとそんないろんな差別があります。本当に人間は危機的な状況になったらどうなるかわからないと思います。

ある時、実際の有名進学校でこの話をして、「皆さんならどうするか?」と質問しました。すると1名を除いて全員が「しかたがない」といいました。自分たちが快適に過ごすにはしかたがないということです。

メディアには出てきませんが、こういうような差別が当たり前のようにあります。

震災で障害者になった人は「生きているだけ良かった」といわれます。でもその人の本当の苦しみとか悲しみとかはわかりません。でもそういうわれたら、言い返すことができません。

こういうことは京都でも災害が起こったら必ず出てくると思います。

#### 被災した人がたどった道

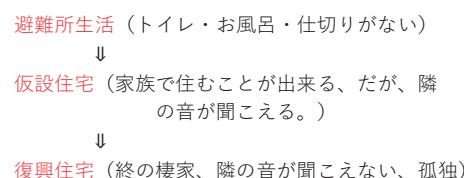


図4

これは(図4)被災者がたどった人生です。

避難所から仮設住宅へ移り、家族と住むことができる。隣りとはベニヤ板1枚です。隣りの声、けんかする声、テレビの音が聞こえる。またなにか作ってる匂いもする。

その後、復興住宅が出来ました。これが終の棲家です。東日本大震災ではマンションです。マンションは隣の声が聞こえない、料理の匂いもしない、だからひとりで入ると孤独なんです。独房みたいな感じです。かといって隣りの方も抽選で入っていて、知らない人ばかりで交流がありません。また入居も高齢者が優先されます。だから高齢者ばかりの復興住宅、高齢者ばかりの仮設住宅になっていました。だから余計に悲劇が多かったです。

今も皆さんのが住んでおられるHAT神戸、そこは人と防災未来センターの町で、80棟の復興住宅があります。当時7,500名が住んでましたが、今はその内の7割位の方が亡くなりました。震災後30年ですから亡くなられていてもしかたがありません。中には誰にも知らされずに亡くなられた方、自殺された方、悲劇的な死に方をした人もたくさんおられました。

ひとつ例を挙げます。1年8ヶ月家賃を払われ



ず、強制代執行があったときに亡くなられているのがわかった。復興住宅というのは、壁があるので、音もしない、臭いもしないので、本当に発見しにくい。これはもう近い将来日本が抱える問題だと思います。

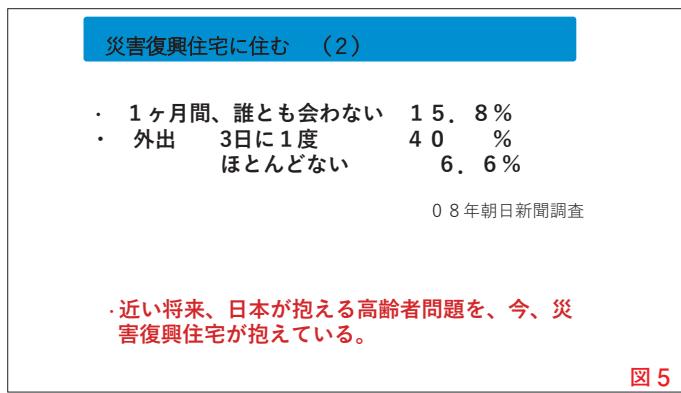


図5

1ヶ月間誰とも会わない。2008年の朝日新聞の実態調査です。人口が減ると誰とも会わない、外出については「3日に一度」が「ほとんどない」と合わせて46%でおよそ半分の人たちが外出しない。震災をくぐり抜けて生きた人たちが復興住宅に住み、その人たちには2008年には、既にこんな状況になっているということです。 (図5)

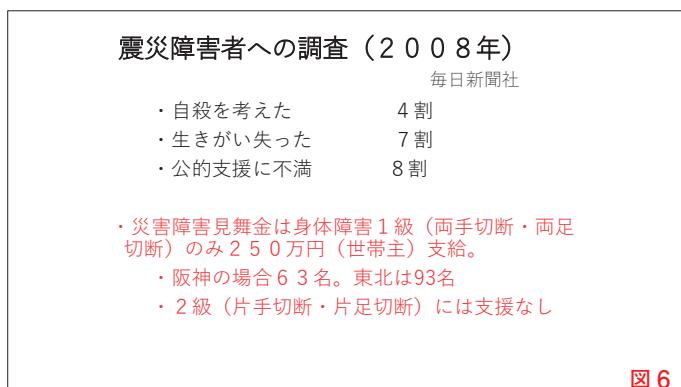


図6

障害者となった人々はその後どうなった。どんな思いなのか。ということを2008年に毎日新聞が聞き取り調査をしました。 (図6)

自殺を考えた4割、生きがいを失った7割、公的支援に不満2割とあります。皆さんどうでしょうか? 例えば片腕失った、両目失明した、片足切断とかいろいろあります。いろんな障害を持って生きているわけですが、自殺を考えようかなと思つても不思議ではないなと思います。がんばって生

きるぞという風に最初からなかなか思われないよう思います。生きがいを失った、これは本当にそうやと思います。

これは熊本の青年の話です。公的支援はこれしかないんです。国からの災害障害見舞金ですが、身体障害者1級、両腕切断、両足切断のみ250万円が1回きり。これが今の支援です。これは世帯主のみで、子供が同じ障害を負った場合は半分の125万円が1回きりです。無いよりは有るほうがましやけれども、このような支援、見舞金しかないということです。阪神・淡路大震災では63人、東日本大震災ではもっと増えて93人、2級、片腕、片足切断は支給なし、だから1級の障害の重たい人だけ1回きりだけというのが国の今の支援です。



ハイチの震災障害者ガエルさんと 図7

この方は2010年のハイチ大地震の震災障害者です。 (図7) ハイチから日本に来て我々と交流をしていました。帰国後は結婚し、子どもも生まれて、その後また地震を経験されていますが、それでも生きていると聞いています。こういう方とも交流がありました。

この写真はですね。福島の原発事故で被害にあった人たちです。バラバラになった人たちがUSJに集まる会があり、その時に三つ話をしました。 (図8・9・10)

一つ目は、楽しい思い出をいっぱい作ってくださいね。という話です。

死にたいといつも言ってた女の子、大学いって結婚して子供ができる 働いてるんです。あんた



け死にたいといっていたのになんでと聞いたら、楽しい思い出をいっぱいもらったから。どんな楽しい思い出?と聞いたらキャンプファイヤーだそうです。それを聞いて私は救われました。



図8 ①楽しい思い出をいっぱい作る



② 頑張りすぎない 図9



③ 同じ悩みを持つ人同士の「集い」の場 図10

また別の男の子。今は消防団員で活躍していますけど、仮設住宅に居たときは学校には行きませんでした。その後転校はしましたけれど、学校に行くようになりました。なぜ行くようになったのか。それは仮設住宅で一緒にドッヂボールして遊んでくれる高校生、大学生のお兄ちゃんお姉ちゃんに助けられたからです。

普通の人がこういう子供たちを楽しくさせた。そのことで子どもたちは生き返った。そしてもう

一度自分の人生をやり直すことができたんです。だからいつも専門家だけが必要ではないよ、という話をします。専門家の人も必要ですが、普通の人でもできると思います。楽しい思い出をいっぱい作ってあげることがケアにつながるんですね。

二つ目は、頑張りすぎないということです。

兵庫県が言いました。自助努力で生活再建、自分の力で頑張ってくださいと。それで頑張ろうと思ったのが若い世代でした。その若い世代が家庭を壊しました。頑張ろうと思い、家を建て替えた。しかし借金が残った。だから今まで働かなかつたお母さんも働くようになった。お父さんは今まで以上に働くようになった。1週間ぐらい帰ってこなくなつた。その結果、長男はタバコを吸うようになりました。それも見つかるように吸っています。お母さんは当然叱るわけです。でもその子は、その時は嬉しかったんです。お母さんがこっちを向いてくれた。長女もそうです。雨の中制服を着て死んだふりをするんです。また家出もします、そして心配してくれることが嬉しい。そういう子もいました。だから私はいつもお母さん、お父さんに言います。頑張りすぎたらこうなります。頑張りすぎは程々にしないとダメになりますよといいました。

最後に同じ悩みを持つ人同士の集いについてお話をします。

これは本当にいいことです。震災障害者の集いも、別に取り立てて何かしようということではなく、1ヶ月に1度、集会所を借りて、2時間ほどいて近況報告をして別れる。でもこの時間がまた1ヶ月頑張る力を与えてくれるのです。そしてまた1ヶ月後にその会がある。

ある時、石巻の社協の青年にこの話をしたんです。そしたらその青年は認知症の親を持つ子どもの会を作りました。一人で親の面倒をみるのは大変なことです。親殺しもある。自分はどうすればいいかわからない、わからないからしんどい、だからその時に子ども同士の集いを持ちました。そ



の集いでは、同じ悩みを共有してくれる人がいる。これで1ヶ月間また頑張れる。認知症の親を持つ子とか震災障害者だけではなく、悩みは違つても同じくらいの世代の人が集う会はとても大事だと思います。

次に手紙支援です。「一枚の葉書が何日も何日も気持ちを楽にしてくれる。」これは手紙をもらった被災した人の言葉です。そして、よろず相談室にも返信をもらいました。本当に嬉しかったです。これが全国から来た手書きの手紙です。

(図11)



図11

最後に(図12)、この訪問活動の在り方ですが、肩肘張って必ずこうしなければならないと思い、気負うことで義務感が生じ苦痛になります。赤字で書いてるのは、

「何をするのでもなく、なんとなく、  
ずっとそばにいる。」

これがいいのではないですかって話です。実はこれは私の言葉じゃなくて、タバコの宣伝なんです。何をするのでもなく、なんとなく、ずっとそばにいる。それがタバコ。これが神戸空港の喫煙所にテロップで流れてきて、それは訪問活動の在り方と同じであり、私はそれを目指しました。

二番目の心のケアについては先ほどお話ししました。

「悲しみを乗り越え生きていく力は、  
われわれのような普通の人から得られる。」

楽しい思いを一杯させることで立ち直ります。専

門家は必要だが最後の砦。これは25年、30年とやってきましたけども、結果として、「人は人によってのみ救うことができる。」のかなと思います。

### 最後に(実感したこと)

#### ① 訪問活動の在り方

肩肘張ってこうしなければならないと思いすぎ、気負うことで義務感が生じ苦痛になる

「何をするのでもなく、なんとなく、ずっとそばにいる」

この事が支援者・当事者の距離を近づけ本音の会話が生まれる

#### ② 心のケアについて

両親を失い姉妹は離れ離れになった少女。弟二人を失い不登校になった少年、は楽しい思い出(キャンプファイヤーなど)を一杯残してもらい、救われていった。

「悲しみを乗り越え生きていく力は、われわれのような普通の人から得られる。専門家は必要だが最後の砦。」

図12

私の話は以上です。ご清聴ありがとうございました。

牧講師には多くの写真を用いて、ご自身の経験から得られたことをお話しいただきました。紙面に限りがあり誠に残念ではありますが、講師の許しをいただき、講演の一部を省略させていただいていますことをご了承ください。またYouTubeでは講演のすべてをご覧いただくことができます。