

# 備えることの大切さ

## 被災地支援から学ぶ

健康推進課

曾羽 久恵

市は、熊本地震災害支援として、5月15日から20日までの6日間、保健師を現地へ派遣しました。東日本大震災の支援活動の経験を生かし、派遣先の南阿蘇村でも避難所に身を寄せる皆さんの健康管理や発病予防を中心とした活動を行いました。活動を終え、被災地の様子は中嶋市長へ報告した内容を中心にレポートにまとめましたので、紙面で紹介いたします。保健師から見た備えや、被災した際に気をつけなければならぬことなど、今後の市の防災対策に反映していきます。

### 健康に不安を抱えた避難生活

被災後1カ月が経過した1次避難所となっている体育館では、個人の生活スペースがカーテンで区切られていました。プライバシーは配慮されていますが、カーテンの内側の様子がわからない環境になります。避難所にいる方からも「顔が見えないので、挨拶する機会が減った。なかにいるお年寄りの方の様子も心配なので、自分から声をかけるようにしている」と高齢者を気遣っておられました。

1人で避難所にいる高齢者には、孤立しないよう交流する機会づくりが必要です。人と顔を合わせることで、健康状態の変化や、病気の早期発見にもつながります。

現地は、被災後1カ月を経過していましたが、直後の混乱はありませんでした。避難者の生活は、昼間は被災した自宅の後片づけや仕事をし、夜に避難所に帰宅する方が大半です。子どもたちも学校



▲全国から集まった支援員の打ち合わせ

が始まっています。また、避難所の間は、高齢者の方が多くを占めています。そのため、特に高齢者が閉じこもりや運動不足にならないために声をかけ、一緒にリハビリ体操をするなど、避難生活でのストレスを和らげる手助けをしました。南阿蘇村には、約80人の医療・保健関係者が支援に入りました。震災時には、病院も被災することから、かかりつけの医師に診てもらえるとは限りません。高齢者が、支援に来た医師に自分の病気を正確に説明することは難しく、「お薬手帳」など、見せて分かるものがあれば、医師が対応しやすくなります。

また、避難時には、体の病気に気をつけても、お口のケアは後回しになりがちです。断水になってお口のケアができない時期もあったようです。歯科医師などが、避難者に日常の指導や相談をしている中で、忙しい時や歯磨きをすることができない時に手軽に代用ができる歯磨きガムを利用する方が多いと聞きました。

また、高齢者からは「入れ歯を最低何時間消毒すれば大丈夫か」という質問が出ました。それは、今回の地震が真夜中に発生したので、その恐怖からすぐに逃げられるよう、入れ歯を外さずに寝ていたため出てきた言葉でした。

南阿蘇村では、山の麓の被害が大きく、麓で暮らしていた方は崩落による土砂で家が倒壊しました。自宅の片づけをしていた方からは、「雨が降れば、水を含んで地盤が緩み、再び土砂災害が起こるかもしれない」という不安の声を聞きました。そして今、雨の季節を迎えています。被災された方には、新たな心配が次々と起こっています。

### 2つの被災地支援を体験して

私は、東日本大震災にも支援活動に参加しました。福島や岩手では津波で家をなくし、昼間も避難所にいるという方が多くいるのに比べ、南阿蘇村でも倒壊した家屋はありましたが、被害地域が

限られており、昼間は農作業や自宅の後片づけなど生活の中に行うべきことがあることで、心の支えになっていたと思います。

また、岩手での避難所や仮設住宅では、顔見知りでない方が多く入居していたため、新たにコミュニティをつくる必要があると感じました。そのため、住民が交流できるフリースペースが避難所に設けられていました。一方、南阿蘇村のある避難所では、赤ちゃん連れの親子が避難されています。配慮を受けられる福祉避難所を勧めましたが、「顔見知りの人がいる避難所に居る方が安心する」と言われ避難所に留まることを希望されました。災害時には、自宅から避難所に移るだけでストレスになります。心のケアという面でも、人とのつながりが気持ちや落ち着かせてくれることがわかります。

支援時はまだ被災後1カ月目で、気持ちも強くもつておられる方が多いようですが、東日本大震災時と同様に避難所から仮設住宅へと暮らしは変化します。被災による喪失感、将来への不安は、まだまだ長引く可能性があります。長い目で心のケア・相談が今後必要になってくると感じました。

被災された高齢者の方に話を聞くと「阿蘇山の噴火は想定していたけれど、地震は想定していなかった」と言われていました。

震災は、今までの暮らしを大きく変えてしまいました。私たちの甲賀市でもいつ同じことが起こるかわかりません。そう思うと、行政も対策強化をすべきことも多くありますし、市民の皆様にも日頃から備えを意識していただくことが必要だと思います。



▲中嶋市長へ活動報告をする曾羽保健師

# 7月31日は 甲賀市 青少年活動 安全誓いの日

市内で開催されるすべての事業を安全に実施するとともに、事業の安全安心を再確認する場として、青少年活動安全誓いのついでを開催します。第9回となる今年度は子どもたちの安全をテーマに講演いただきます。どなたでもご参加いただけますので、皆さんのご来場をお待ちしています。

## 「甲賀市青少年活動 安全誓いのついで」を開催

●市の安全管理の取り組みについて

●講演「いのちを守り育てる」

～育み育まれる現場を通して～

【講師】 日本キャンパ協会専務理事 公益財団法人京都YMCA総主事 神崎清一氏

【日時】 7月31日(日)14時～(受付13時～)

【会場】 あいこう市民ホール

【申込】 社会教育課 青少年育成係 ☎06-80222 / ☎06-80380

## 市の安全管理の取り組み

### ●職場や事業などの安全管理体制の推進

市では、日々の業務や市民サービスの中での事故やけがを未然に防ぐ取り組みとして、審査会等により各事業の安全管理体制のチェックを行っています。また、7月を「安全管理推進運動強調月間」と定め、各職場研修や、個々の危機管理マニュアルの点検を行うなど、安全管理意識の共有と向上に努めています。

### ●AEDの設置

市では、心肺停止に際し、適切な救命措置を率先して行えるよう、市内公共施設にAED(自動体外式除動器)を159台配備しています。

### ●青少年活動施設一斉安全点検を実施

子どもたちの活動・遊びの場となる施設や野外公園271カ所について、夏休み前に一斉点検を実施し、危険箇所の点検や修理を行います。

### ●セーフティコミュニティの推進



▲交通安全マップ作り

より安心安全なまちをめざして、市ではセーフティコミュニティのしくみにより、市民、地域、関係機関等、多くの方にご参画いただきながら事故やけがの予防に取り組んでいます。特に「子どもの安全対策委員会」では、子どもの事故やけがの特性を個別に分析し、乳幼児の家庭内での事故防止に向けたチェックリストの作成・配布、小学生の自転車事故防止に向けた自転車通学体験や交通安全教室、交通安全マップ作り、いじめにつながるネットトラブルに関する研修、自然体験活動に関する研修等、課題に沿った取り組みを実施しています。

危機管理課 セーフティコミュニティ推進室 ☎211805 / ☎344619