

野田村避難所ボランティア報告

玉澤 誠

県北支部

3月11日、午後2時46分、大きな揺れと共に停電・断水…。情報源はラジオだけと限定的なものになりました。当然、休診を余儀なくされました。翌日の深夜、電気の復旧と同時に在京時代の友人、知人から次々に無事確認の電話がかかって来ました。

家族の無事を知らせると皆「良かったー」と喜んでくれました。ありがたいものです。久しぶりにテレビをつけるといきなり、沿岸南部の町が大津波にのまれる画像がいくつも入ってきました。家族全員テレビの前で釘付けになり、信じられない光景に驚き、落胆の声を上げながら見ていました。

「こんなことが起きていたんだ・・・」
こんな恐ろしい画像を見ていて心配して電話してくれたんだ。あらためて、知人等が心配してくれたことに納得しました。

やがて水道も復旧し、14日から院を再開しましたが患者さんは殆ど来ません。隣の野田村も壊滅的な被害だという情報が入り、我家を建ててくれた同村の大工〇〇さんに恐る恐る連絡をとってみました。家も車も道具もワゴンも・・・みんな流されたけど家族皆無事です・・・という返事。思わず「良かった」と声が出ました。

その大工の〇〇さんに、野田村へ行き何か手伝いたいと相談したところ、避難所でのマッサージはどうですか？と勧められました。

即決し、エコノミー症候群対策として、下肢のマッサージと予防体操をやることにしました。担当者と話し合い、4ヶ所の避難所を回る事にしました。これからも多々、情報交換が必要と、名前を聞いたところ村長の〇〇で

すと答えられ、それまでの気軽なやり取りに大いに恐縮しました。

海蔵院というお寺、久慈工業高校の合宿施設、野田小学校、野田村立えぼし荘と4ヶ所を回るようになりました。

始めに「久慈市から来ました玉沢接骨院です。今回は大変なことになりましたが、布団の中ばかりにしていると血の塊ができやすく危険です。今日はそうならないように下肢中心のマッサージと体操指導にやって来ました。宜しくお願いします。」と挨拶をしました。被災の人たちは、ポカンとして見えています。こちらから、一人ずつ声をかけ、「お母さん、やりましょう」と、うつ伏せになってもらい足底からマッサージ開始です。

周りの人は「どんな事をやるんだろう？」と離れたところから様子をうかがっています。

「気温が低いなか、動かないでいると下半身中心に冷えが進み、血行が悪くなり血栓ができやすくなりますからね。」と説明し、マッサージを施していきます。大体の人は目を閉じ、じっとしています。脚温浴器、バイターマッサージ器も利用しました。

マッサージが終わると「あー気持よかった」「ありがとう」と言ってくれます。この言葉がこちらにとって何よりの報酬です。心の中で、「来て良かった」「間違いではなかった」とつぶやきます。その様子を見て「私もやらしてもらおうかな」と、女の人が続きます。男の人の方がシャイで自分からは来ません。そんな人にはこちらから「お父さんやりましょう」と声をかけます。すると初めて、「どら、

そしたら俺もやってもらってみっか」と横になります。

そんな中、こちらに背を向け、布団をかぶり殆ど動かない人がいます。まるで「うるさい連中がきた」「静かにしてくれ」と、背中では言っているようです。”話しかけるなオーラ”が出ているようです。もしかしたら家が全壊し、身近な人を失った人かも知れません。

とても体調が悪い人かもしれません。こんな感じの人はどの避難所にも少数いて、とても声をかける事は出来ませんでした。

心の傷が大きな被災者にとっては、私達は無力だし、むしろうるさく迷惑かもしれないと思いました。それからは「お母さん、やりましょう」の声が小さくなったような気がしました。そんな中逆に、リクエストも出てきました。

「ガレキの片づけやって腕が痛いんだけど・・・」「慣れないことをやったら膝、腰が痛い」等々、このパターンは想定内だったので、迷わず「大丈夫ですよ」と応じました。避難所巡りをする前に、出来るだけ何にでも応えようという気持ちでいました。勿論、外傷の処置の用意もしてきましたが残念ながら、出番はありませんでした。

一通り、マッサージが済んだら血栓予防体操です。「私達は毎日来てマッサージすることができません。人からやってもらおうマッサージより、自分から動き体温を上げ血流を良くする体操の方が大切です。それでは皆さん一緒にやってみましょう」と用意してきた血栓予防体操のプリントを配布し体操の始まりです。こちらが照れていては良く伝わらないので、体操の先生になりきりやりました。仰臥位での足関節背屈から始まり下半身・脊柱・上半身の順で動かして行きます。終わると拍手してくれた避難所もありました。単純に「来て良かった」「少しは役に立ったようだ」と思え、逆に「ありがとうございました」と心の中で呟きました。

再度体操の重要性を伝え、一連のボランティア終了です。

野田小学校にはわざわざ二戸から堀野先生がポリ容器に灯油を入れて駆けつけてくれました。えぼし荘には名倉堂の晴山先生と一緒に来てくれ、頼もしく思いました。

4月になり、土曜の午後に再び同じ四か所の避難所をまわりました。3月とは違いどの避難所も人が出払っていて、3～5人位しかいません。

皆、次の段階の手続きとか、ガレキの片づけ、漁師の人は仕事道具の片づけ・手入れ、或いは子供さんの所へ行ってしまった人・・・色々なようです。結局、同じ避難所を2周し、ボランティア活動は終了となりました。終えてみると被災者の方にどの位血栓予防体操が浸透し役に立ったかは知るよしもありません。しかし、一過性ではあれ「気持良かった」「楽になった」等、体感してもらった事は良かったと感じています。反面、心の傷が大きい人、落ち込みが大きい人には何もできず無力であることを実感することになりました。