



宮城県女川町ボランティアリポート

2011年4月23日(土)

[局アナnet](#)は、メンバーの中尾香さん(元NHK仙台)からの情報をもとに、[公益社団法人危機管理協会](#)が企画した「心のケアプロジェクト」第一陣へのボランティア参加を呼びかけました。局アナnetから参加したのは8名。宮城県女川町で最大の避難所となっている「女川町総合体育館避難所」を慰問しました。被災者の心のケアにどう取り組むかをメンバーひとりひとりが考え、子供たちに絵本の読み聞かせ、お年寄りには歌や朗読、話し相手など、さまざまな活動を行いました。以下、参加メンバーの感想の寄せ書きです。この情報共有で、新たな支援の輪が生まれることを願っています。

皆さんが一生懸命足を踏ん張って、支え合って立っている姿を見て、日本人の我慢強さや協調性の素晴らしさにあらためて気が付きました。港町のみなさんだからこそなのかもしれませんが、私含め今の日本人には欠けている部分です。今回の活動は、たくさんの方を考え、学ばせていただくきっかけとなりました。



[中尾香ブログ記事](#)

学ばせていただいたことで充実感がありますが、充実感を得て終わりではただの自己満足であり、ボランティアではありません。被災者の皆様から学ばせていただいたことを活かし、今後の活動に繋げていきたいと思っております。

また、3月11日に東京は東北より小さい震度5強の地震で交通網がマヒし、多くの帰宅難民を出しました。今回栗原で起きた震度7の地震が、直下型で東京を襲ったら、いったい東京はどうなるのでしょうか。

今の日本の危機管理について、あらためて考え直すきっかけとなりました。

[中尾 香](#)(元NHK仙台)

ボランティア
リポート
2011.4.23

女川町の現状を目の当たりにして
心が痛くてたまらなかった。
今まで2箇所行った被災地とは違う
ものすごいやるせない想いでした。
「行ってよかった」という思いは実は無く、
あの空気、湿気、匂い、雰囲気は
絶対忘れてはならない。
という決意を持ちました。



[中谷奈津子ブログ記事](#)

むごい女川町の現状。
でもその中で遅く、前を向いている
女川町の皆様がとても輝いて見えました。

そんな皆様と、笑顔・元気を共有する機会を
下さった局アナnetさま、
そして、一緒に参加できたメンバーの皆様
に改めて心から感謝申し上げます。
私はこれからも、体力・経済力の続く限り、
紙芝居でボランティア活動が続けていきます。
それが私ができる事だと確信しました。

その決意を改めて固めさせてくださった
局アナnetというネットワーク、
意識の高い皆様と共に出来ましたこと
心より感謝申し上げます。

[中谷 奈津子](#) (元 NHK金沢)



[渡部郁子ブログ記事](#)

被災地、女川町を訪ねる途中の福島、宮城は
ちょうど桜の季節。
バスの中から眺める満開の桜に
じんわりと心が温まりました。

一方で女川町は桜の木1本も残っていない壊滅状態。
今回の使命は心をケアするというもの。

実際に現場に行ってみて、被災地の状況を見て
各自、臨機応変に対応できるかどうか
が問われることを強く感じました。

心のケアという点で絵本、歌、
ただ寄り添って話を聞くこと・・・、
邪魔でなかったなら有効であったと信じます

[渡部 郁子](#) (元 FM-FUJI)



[中村朋絵ブログ記事](#)

帰宅してから丸一日経っても、
ボランティアに参加し感じた事を消化しきれない思いです。

現地は、震災から1ヶ月以上経っているとは思えない程過酷な状況。

私が避難所でできた事は、詩の朗読をきっかけに
年配の方に語りかけるということでした。

事前に「質問はしない事」と注意を頂いていましたが、
詩の中の言葉に呼応して、ご自身のことをぼつりぼつりと、
或いは堰を切ったようにお話しされるので

結果として、多くの時間を聞き役として過ごすことになりました。

味わった恐怖や、不安不満を吐き出すことで、

少しでも気持ちを軽くしていただく事が出来たら、という思いで聴いていましたが、
聴くしかない自分の中には、やりきれない思いが溜まってゆく。

その中で、仲間の周りで子供達が楽しそうにしている姿を見ると、

次の方にお声をかける意欲が湧いてきましたし、

活動後にお互いの経験を話し合うことで、

自分がしたことの意味を見出す事が出来て、救われました。

共通の思いを持った仲間と緩やかなチームで参加し、個人としても動けたことで、
充実した活動ができたと感じています。また必ず参加します。

[中村 朋絵](#) (元 NHK金沢)



あの3・11の大地震、人生で経験したことのない揺れを東京の地で感じた。あれから1ヶ月・・・今回ボランティアで訪問した宮城県女川町では、それとは比にならないくらいの衝撃をからだ全身に受けた。目に映る光景ひとつ一つが、私の中の声を消していく・・・「言葉が出ない」とは、こういうことだと心底実感した。骨組みさえない景色、がれきの山、ふと目をやると車が真っ直ぐに立っているではないか。想像を絶する世界が目の前に広がっている。「間もなく女川町の体育館に着きます」・・・との事務局長の声に、はっと我に返った。どんな顔で表情で、向かえば良いのだろう・・・このような心境に立たされたことはなかった。しかし、考えている余裕も時間もない。避難所での滞在時間は限られていた。

一步、体育館に入るとそこには感じたことのない空気があたりを漂っていた。そこには生活はあるが、実態のない不安渦巻く共同体とでもいうのだろうか、それぞれがそれぞれに、見えない“何か”を背負っていた。

今回は、絵本の読み聞かせも予定していたが、時間的な関係もあり「音楽での癒し」に力を注いだ。出発前日の夜、急きよ“ウクレレ”での伴奏を引き受けて下さった局アナnet小田恵子さんがいてくれなかったら、あんなに場を癒しの空間に導くことはできなかっただろう。用意した歌詞集を配り、半ば強引かと思われる2F廊下での1回目の歌のボランティア。「故郷」から始まり「野に咲く花のように」「上を向いて歩こう」など7曲に及んだ。途中「涙そうそう」は歌詞のなかに“古いアルバム”が出てくることから取りやめを考えていたが、避難所の方から前向きな「いいですよ。やりましょう。」のお言葉に後押しされ、歌うこととなった。メロディを口ずさみながら目頭を押さえる方、時に遠い目で何かを見つめている方、目をずっと下に向け肩をおとしている方・・・場所を変えて行われた2回目が終わった後は「・・・涙がでましたよ。」と、悲しみに直面しながらも、歌によって何かを感じとって下さった方、また最後まで私の方を見ながら歌いきって下さった方、こちらが恐縮する拍手まで送って下さった方、それぞれがそれぞれの受け止め方をしてくださったように感じた。

今日一日、限られた時間で、私たちにも「何か」を届けることが出来たのだろうか。避難所で地震以降、日々苦悩している皆さんのお力に少しでもなれたのだろうか。

いや、まだ足りない。続けなければ、続けなければ・・・意味がない。本当の意味での「心のケア」を考えるならば、支えに終わりはないと思う。

今回のボランティアで最も深く印象に残ったのは、こんなに現実が厳しくても、その最中を1日1日強く生きている「人」の強さ、ともに支えあおうとする「温かみ」だった。

心のケアプロジェクト・ボランティアに参加させて頂いて、私個人としても一人生において学ぶことの多い一日となった。本当にこのような機会を与えて下さった局アナnet中尾香さんをはじめ、関係する皆さんに、心からの感謝を述べたいと思います。ありがとうございました。

桐田 咲智代 (元 札幌テレビ)



[小谷あゆみブログ記事](#)

4月23日の時点で、女川総合体育館の避難所にいた被災者は750人。被災から40日以上たったいまだに食事は1日2回だと、現地へ向かうバスの中で聞いた。どうしてなんだろう。物資・食材が届いても、それを裁いて調理する体制が整わないため、という話であったが、それだけではよくわからない。

「心のケアプロジェクト」主催「危機管理協会」イケダさんから、行く前に「避難所の皆さんは取材疲れしている。むやみに質問しないように。」と、レクチャーを受けていた。

被災した方々の気持ちを尊重するのは当然だが、インタビューを生業とするアナウンサーとして、知りたいことが聞けないのは、とても、もどかしい。ただ、後に結果的にわかったことは、多くの情報が把握・整理されないまま、多くの指示系統が円滑と言えないまま、つまり、誰も答えを知らないまま、そこに750人が(つい数日前まで2300人いた)身を置くことを余儀なくされているという現実であった。

「読み聞かせ」の経験が、私にはない。自分が行って果たして役に立つのか自信がなかった。子ども向けの読み聞かせは他の人達にお任せして、高齢者を対象に「傾聴」と「群読」ができないかと考えた。

「福祉ネットワーク 介護百人一首」(NHK教育)の司会をして8年になる。介護する人・される人が、人に言えずに一人で抱え込んでいる胸の内を短歌に詠んで吐き出そう、それが少しでも自身の心の癒しになるのでは、という考えから、介護にまつわる短歌を募集し、その詠み手(介護家族)を取材・紹介している。介護の短歌とはいえ、前向きな歌や明るい歌、時には笑える歌もある。

前の晩、そんな歌を30首選んでレジユメを作り、「介護百人一首」の冊子(NHKが毎年作成し無料配布している)を30冊持参した。今回私たちがお邪魔することを、避難所が承諾してくれたとはいえ、わざわざステージを用意したり、人を集めたりしてくれるものではない。自ら、人の輪の中に入っていかなければいけない。(私は子ども以外を対象にした時点で単独行動になった。)

「今、夫が見つかった、水の中で。」と泣きくれる女性数人の輪や、「42日ぶりに水浸しのセカンドバッグが見つかった。(妻はまだ見つかっていない)」というような人の輪の中に、入っていく。

与えられたのは2時間。コミュニケーションスキル、というより、人間力が問われていると思った。自分自身が今、この状態の人達に受けいれてもらえるかどうか、その前に、入っていく意味があるのかどうか。

結果的に2組10人の方とお話しができ、一緒に「介護百人一首」を声に出して読んでもらった。受け入れてくれた人たちに心から御礼を言いたい。よそから突然やってきた他者の話を聞いてやろうと耳を傾け、話を合わせ、のってくれたのは、明らかに避難所にいる方達のほうであった。

ありがとうございました。皆さまのあらゆる探しものが早く見つかることをお祈りしています。危機管理協会さんと局アナnetをはじめ、同行した32人の仲間へ、ありがとう。「心のケアプロジェクト」の継続と成功と、皆さまの笑顔を祈ります。

[小谷 あゆみ](#) (元 石川テレビ)



田添菜穂子ブログ記事

仙台の東北放送で7年間勤めていたこともあって、震災直後から『宮城のために何かできることはないか』と思っていたのですが、2歳の子を持ちながら、仕事もしながらできることは限られていて、もどかしい思いをもっていました。そこに、局アナnetの号外で『心のケアプロジェクト』を知り、参加しました。

実際の女川の被災地は、自分の日常と別世界でした。道がかりうじてあるだけで、まだがれきも片付いておらず、震災直後の報道で見る写真や映像とあまり変わってないように感じました。また、実際自分が見ていた映像以上に迫ってくるものがあり、その違いに愕然としました。

避難所には、750人ほどの方が生活しているとききました。子供は幼児が20人ぐらい、小中学生が70人ぐらいとのこと。バスがつくと、早速、同行した大道芸の皆さん達のバルーンアートやマジック、紙芝居などが、一階のロビーで始まり、子供たちは喜んで、そちらに多く集まってました。私は、避難所のダンボールの壁で仕切られた居住スペースに入らせてもらって、子供のいるところで『絵本もってきたんだ。読んでもいい？』と読み聞かせをして、その絵本をあげる活動をしました。あるママに「ぐりとぐら」をあげたら、『この本、うちにも同じのがあったんですけど、(津波で)流されちゃったんですね。わあ～、もらっていいんですか？ありがとうございます！』と喜んでいただけて、本当にうれしかったです。

また、参加できるのなら、ぜひ行きたい。息の長い支援を私も微力ながらしていきたいと思っています。

田添 菜穂子 (元 東北放送)

ボランティア
レポート
2011.4.23

今から16年前、阪神大震災が起こった当時、私は新人アナウンサーでした。ふるさとの兵庫が苦しんでいるときに隣の岡山にいてほとんど何もできなかったことが、ずっと心のしこりとして残っていたような気がします。

そして今回の東北大震災。今度こそ被災地のために何か行動したい、と考えていたところ局アナnetメンバーの中尾さんから情報が寄せられ、今回の参加となりました。絵本も用意していましたが、桐田さんが歌を歌うというので急きょウクレレを持参、伴奏を務め、被災者の皆さんと一緒に歌いました。

子供たちへの絵本の読み聞かせもそうですが、一緒に歌を歌うのも「一方通行」の発信ではなく、「双方向」のコミュニケーションになります。普段声を出しにくい場所で、思いっきり声を出して歌ってもらうことで、被災者の皆さんの気が少しでも晴れば、と思って取り組ませていただきました。

この活動が、本当に被災者の「心のケア」になったのか。真剣に考え次の活動につなげることが、私たちの務めだと思っています。

小田 恵子 (元 山陽放送)



小田恵子ブログ記事