

5月のボランティアレポート

局アナnetでは、東日本大震災の被災地でのボランティア活動への参加を呼び掛けています。これは、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**が企画する「心のケアプロジェクト」(第一回=4月)にグループで参加するものです。

第二回、第三回が実施された5月の活動について、参加した皆さんからお寄せいただいた感想を以下に掲載いたします。

2011年5月14日(土)

第二回「心のケアプロジェクト」

場所:福島県 土湯温泉
局アナnetからの参加者:5名

2回目の参加となった「心のケアプロジェクト」、
前回の宮城県女川町の避難所とは大きく違っていました。

福島県土浦温泉では多くの方が、原発の影響で避難していたこと、
また事前に活動スケジュールもあったため、
不安なくボランティア活動に臨めたように思います。

前回と同様、絵本の読み聞かせと音楽・歌によるケアを行いました。
旅館に入ってすぐ子供たちが目に入ったので、
節電中の暗いロビーで明かりが差す場所を探し、絵本の読み聞かせ、
そしてその後は宴会場へ移って、
持参したトランプを配りながら「ババ抜き」や「ページワン」などのゲームをしました。
ゲームをしながら、時折見せる子供たちの笑顔に、逆にこちらが救われる思いでした。

学校の話になると、「朝早くバスにのらなきゃいけないから大変～」との声…
そうなんです。各避難所をまわっての登校になるので、
必要以上に朝早く出発しなければならない状況のようです。

その後、歌によるケアでは皆さんに歌詞集を配り、リクエストを頂きながら行いました。
2ヶ所の旅館を訪れましたが、今回一番心に残ったのは、
「ビリーブ」を歌ったときのことでした。

2歳くらいの男の子を連れて参加して下さったお母様が、
歌の最中ずっと目頭を押さえていらっやっただのです。
あとでどうと、実は小学校の先生をなさっていらっやっやっ、
この「ビリーブ」を卒業式に歌うはずだったんです…と涙ながらに答えて下さいました。

震災の影響で、卒業式ができなくなり、
今回「子ども歌舞伎ボランティア」として参加した中尾さんのお子さんたちが歌う姿と、
自らの教え子たちがリンクしたのでしょう。
深い深い悲しみに包まれていらっやっやっのを感じました。

本当に想像以上に深く広く長く、震災の影響が人の心に身体に広がっています。
実際、私たちボランティアに出来ることは、本当に僅かなことでしょう。
でも、その活動を受け入れて下さる方がいらっやっやっの限り続けて行きたい。
そう気持ちを新たにしました。



(写真: 桐田咲智代さん提供)



桐田 咲智代
(元 札幌テレビ)



中尾 香
(元NHK仙台)

今回は読み聞かせではなく、
子供と共に「こども歌舞伎若葉会」として、
土湯温泉に避難していらっしゃる浪江町の皆様の元へ行って参りました。

若葉会は、歌舞伎が大好きな子供達の会です。
1～2ヶ月に1回、関東の老人ホームで歌舞伎の公演をしております。

今回の土湯では、幅広い年齢の皆様に楽しんでいただけるよう、
歌舞伎舞踊の「かっぱれ」と歌舞伎で使われる木のワークショップ、
そして局アナnetメンバーの桐田さんと共に
歌をうたわせていただきました。

子供が避難所で活動するという前例を見たことがないため、
若葉会が被災した皆様の心に寄り添えるのか、
不安な思いを抱えながらの活動でした。

そんな不安をよそに、子供達から

「旅館にいたおばあちゃんと仲良しになったよ」

「また避難所の皆さんの前で踊りたい」

「小さい子の話を聞いていたんだ」

という言葉聞いて、子供達と一緒に行って良かったと思いました。

人間の心には、
私たち大人が入りたくても入れないスペースがあります。
その隙間に、子供達がスルッと入ってくれたように感じます。

避難所で暮らす皆様は、
年輩の方ほど硬い表情で重い空気を纏っていらっしゃいましたが、
帰る頃には皆様の笑顔を見ることが出来て、とても嬉しかったです。

全ての避難所に、子供が行けるわけではありません。
避難所によっては、若葉会がお邪魔することが迷惑になったり、
反対に子供の心に傷を作ってしまう事もあるかもしれません。

若葉会の子供達の
「また避難所のみなさんの前で踊りたい」
という想いが叶うなら、
そして避難所で暮らす皆様の笑顔が見られるならば、
またどこかで公演をさせていただきたいと思います。

■ブログURL: <http://ameblo.jp/kaori-nakao/>

今回の活動場所は、
地震や津波による避難ではなく、
原発事故による避難勧告を受けて避難されている方々でした。

各県では、福島から避難してきた方を差別されているという報道などで
避難されている方が人間不信になっているかもしれないと聞き、
私達がどのように受け入れられるのか不安を覚えていました。

実際、私も福島に行く事を周囲に言った時に
「放射能を浴びに行く」といった事を言う方もいました。
「私は長崎出身で(祖父が被爆していて)被爆3世なんだし、
今更放射能を怖がる事もない」と言い返していました。

しかし、訪れた旅館にいらっしゃる方々は明るく朗らかな方々で、
私達を温かく迎えてくださり、
私の不安はただの取り越し苦労でした。
最初の旅館では、子供達だけでなく、
ご年配の方もじっくりと聞いてくださいました。

持ち時間が各1時間だったので、絵本の読み聞かせだけでなく、
体を動かすゲームも取り入れさせていただきました。

次の旅館では、大広間にネイルコーナーや工作コーナーなどがあり、
私も広間の一角で本を広げ、リクエスト順に読み聞かせを行いました。

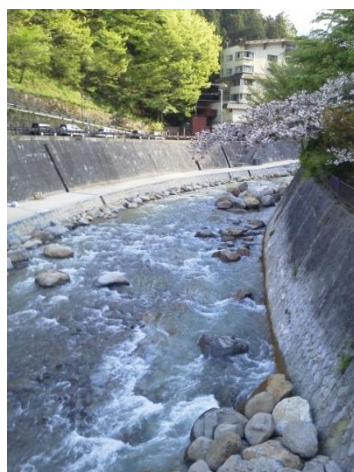
自分に何が出来るのか？と想着ていましたが、
避難されている方々のお話を聞いたり、
子供達と一緒に遊ぶ事だけという小さな事からでも
何かの役に立てるのではと思いました。

阪神大震災でも、復興に3年はかかったといいます。
小さくても息の長い支援を続けていくことが大切なのだと痛感しました。

■ブログURL: <http://ameblo.jp/naomi-oshigoto/>



中村 直美
(元長崎文化放送・
NHK長崎)



(写真: 桐田咲智代さん提供)



三浦 牧子
(元NHK福島・
NHK名古屋)

福島西ICをおりると、そこには私が知る福島市の五月の景色があった。
吾妻小富士に浮かびあがった雪うさぎ。
田植えをする人。
日差しを受ける新緑。
色鮮やかに咲いたツツジの花。
何一つ変わらぬように見えるのに、大きく変わってしまった。

私は温泉旅館の広間やロビーの一角で、
幼児～小学生の子供たち数十人と大人を相手に
私は絵本と東北ゆかりの詩を読んだ。

子ども達は驚くほど元気で、
「次はこれ読んで」「こっちが先！」という声が飛び交い、とにかく何冊も読んだ。
プレゼントしようと持っていった新幹線の本や、だじゃれ満載で絵が面白い本は
大笑いしながら聞いてくれた。

大人達は、草野心平の詩や宮澤賢治の詩に
じっと耳をかたむけて聞いてくれた。
特に草野心平は、避難している方々のふるさと・福島浜通りの方々にとって
思い入れのある人物。

絵本は、テンポ良く時間の限りたくさん読み
詩は、「(心平の)生家にいったことあるのよ」
「とても大切に保存されているんですね」
などと、おしゃべりしながらゆっくりと読んだ。

時間が経つのはあっという間で、
帰る頃には出発前に抱いていた緊張は消えた。
代わりに、子どものあり余るエネルギーに少し安堵し、
大人の気丈な態度から、避難している方の痛みを
少しだけ分けてもらえたような気がした。
地震、津波、そして、原発。
会話をしなくても静かに伝わってくる痛み、だ。

個人的には、今回の震災におけるボランティアは
時間が経った今、「何かしてあげたい」ではなく
「させてくれてありがとう」という姿勢であるべきだと思う。
避難している方々の生活は、被災しなかった私たちとはまるで違う。
現地で行えることなんて、ほとんどない。
現地に行かずともできることは、ある。
それでも、わずかでも現地で何かしたい、
その気持ちに応えてくれた受け入れ先の方々と
パイプ(CMA,局アナnet)があることに
感謝すべきなのではないか、と。

わずか一日の参加でも、大勢の方々と出会い、
多くのことを感じ、考えた。
読み聞かせボランティアは、本を通して
いかに心に響くことばを伝えられるかではないかと思った。

ひとりの人間としてどう向き合うかー
次回、参加させていただくことがあれば、
そのことを自問自答しながらのぞみたい。

被災地訪問は私はこれで5回目。
過去5回の中では一番受け入れていただけた気がしています。

子どもたちが徐々に“元気”から“乱暴”に変わっていている危機感は相変わらずありましたが、温泉効果なのでしょう。

私が別個で尋ねた宮城県名取市の避難所での子供たちや親御さんのような「心の傷の闇が表立って出ている」という雰囲気はありませんでした。しかし、皆さんと話していくと、やはり相当な傷を負っているのがすぐに判りました。

紙芝居を見てくれた、太陽の様な笑顔のおかあさん(60～70代の女性)が、私の一言を機に、我慢していたものを吐き出すかのように大粒の涙をポロポロ流しました。私は何も言わず、おかあさんの背中をさすってハグし続けることが精いっぱいでした。こんなあったかい、優しいおかあさんが何でこんな辛い目に遭わなくてはならないのかと歯がゆさど悔しさで私も胸がいっぱいになりました。



中谷 奈津子
(元 NHK金沢)

子どもたちは、私に「爆弾」のイラストを描いて渡してきます。私はそれにあわせて「や～ら～れ～たあ～」とリアクション。それを観てはキャッキャキャッキャとテンションをあげていく子供たち。持っていたエンピツを剣にして私をぶった斬ります。私はそれにあわせて「や～ら～れ～たあ～」とこれまたリアクション。更にテンションがあがる子供たち。パンチやキック、脇やわき腹くすぐり、などなど…温泉地であっても、子どもたちはストレスが相当溜まっているんだなあと感じました。

これからも被災地を回って紙芝居をする活動は続けていきますが、子どもたちのストレスが発散できるような、子どもたちの体を動かせる紙芝居も作っていかねばなあと思いました。

臨床心理のワークショップに行くなどの、こころのケアの勉強も始めたので、その内容を今後の「こころのケア」ボランティアに盛り込んで活かしていきたいです。

今回は、言葉ではない、肌に触れる事で癒しを提供するセラピストの皆さんと一緒にでした。

私自身、おかあさんとのハグや、皆さんとの握手、子どもたちとのハイタッチやパンチ・キックなど「言葉」ではない心のコミュニケーションを多く持った実感がありました。今後の紙芝居ボランティア活動の大きな指針にもなれた気がします。

■ ブログURL: <http://ameblo.jp/naka725>



2011年5月21日(土)

第三回「心のケアプロジェクト」

場所:宮城県亶理町 亶理高校
局アナnetからの参加者:3名



私は今回、宮城県のすぐお隣・山形からボランティア活動に参加させていただきました。

忘れもしない、あの3月11日の日のこと。
山形県でも震度5以上の揺れと広い範囲での停電に見舞われました。
でもまさか……。山形市から2時間もかからない宮城県亶理町をはじめ、
東北の沿岸部付近であそこまで甚大な被害が出ているだなんて、
悪い夢のようで、震災直後は本当に信じられませんでした。

「同じ東北人として、被災地のために何かしたい。」
そう思っていた矢先、私が出会ったのがこの局アナネットの「心のケアプロジェクト」でした。

避難所には震災から2ヶ月以上経った今でも多くの被災者の方が生活されています。
「自分にはあまり大したことはできないな……。」そんなことをも思いつつも、
被災者の方々の話を聞いてまわったり、マッサージをしたり、
子供たちには絵本の朗読などをしてまわる中で、
「本当にありがとうね！」といて、被災者の方々がまぶしい笑顔を見せてくれた瞬間は、
私もうれしくて仕方がありませんでした。

中には、「来てくれるだけでうれしいから」と言って、
私に自分のジュースやお菓子を分け与えようとしてくる被災者の方もいらっしゃいました。
たわいもない会話をして、一緒に笑って、触れ合って。
ただ、それだけで、それは被災者の方々の笑顔、元気につながるのだ、ということも
私は今回ボランティアに参加して実感しました。

「被災地に行っても、私には大したことはできない。」
そんな風には決して思わないでください。

大型連休が明けて、ボランティアの参加者が激減している中で
やはり東北を復興させるためには、
一人でも多くの方の手助け、息の長い支援が必要だと思います。

被災者の方に一日でも早く日常が戻りますように。
東北が復興しますように。願いをこめて。

今回、この心のケアプロジェクトのボランティアに参加させていただき、
私にとって決して忘れられない時間となりました。
被災地には、津波の恐ろしさが残る惨状だけでなく、人のやさしさ、温かさ、
そして人と人とが支えあう姿がありました。

貴重な経験をさせていただき、本当にどうもありがとうございました。



大屋 香里
(元 エフエム徳島)



大村 絵美
(元 南日本放送)

今回は「読み聞かせ」という形で参加させて頂きましたが、子供達と絵本を読む、というよりは話をしたり一緒に遊んだりして時間を過ごしました。

パッと見た感じでは元気そうでしたが、話をしている中でふと見せる悲しい表情や、「これ好きだったのに流された」というような言葉に心の傷の深さを改めて感じました。

手をぎゅっと握り「次いつ来るの？また来てね」と言ってくれた5歳の男の子。少しでも喜んでもらえるのであれば、これからもこのような活動を続けていこうと思います。

今回は「心のケアプロジェクト」に参加させて頂きありがとうございました。
関係者の皆様に心から感謝致します。

被災地ボランティアに初めて参加しました。

3月11日の津波の映像を思い浮かべ、その後の避難所生活のTVや新聞の情報をイメージし・・・
「私に出来る事は？」と考えていました。

休憩も含めて6時間弱のバス移動。

活動場所は、ミニ・バスケットコートを横に2面とると、もういっぱいになってしまうくらいの大きさの体育館で、そこに約400名もの皆さんが生活しているそうです。(危機管理センター池田氏、談)
ボランティアで伺ったときには、自宅の片付けなどの為体育館には約100名のご高齢の男女や、小学生から中学生・高校生の子供たちがいらっしやいました。

一番緊張したのは、一番初めのかかわり方でした。
どのように話しかけたらいいのか、どこまで立ち入っていいのか、などです。
挨拶や訪問の目的、名前を伝える、目線を合わせると、皆さん心良く反応してくださいました。
嬉しそうな笑顔で近寄ってくる人や、できるプライベートスペースに招いてくださる皆さん。
どんなのがあるのか興味を示すものの、要らないという反応を見せる皆さん。
約4時間弱の活動時間のかなで、どんな関わり方ができるのかも知りました。
そこで感じたことは、話し相手が欲しい、一緒に楽しみたい、というようなふれあいを求めている方が多いということでした。
絵本を片手に伺ったところ70代くらいの女性の家族には、かたもみやマッサージをしながらお話を聴いたり、話をして差し上げたり、また、別のグループでは、今本当に欲しいのは畑仕事という話で盛り上がりました。
私に語りかける皆さんが、次第に様々な表情で伝えてくださる様子が今でも忘れられません。
一日でも早く、彼らの日常を取り戻せるよう、私のできる事を私なりやっつけていこう！と改めてパワーをいただきました！
参加して・・・参加できて・・・亘理町の皆さんに出会えて、本当によかったです！

これからも、長い時間をかけて「私ができる事」でじっくりと関わっていきたくと考えています。
このような機会をいただきまして、本当にありがとうございました。



高野 僚子
(元 ラジオかなざわ)