河北新報　2019年(平成31年)3月11日(月曜日)

持論時論

心の復興は途上
集う場づくり支援して

NPO法人
仙台傾聴の会代表理事
森山　英子
(70歳・名取市)

東日本大震災から11日で8年になります。名取市閖上で被災したTさんから頂いた今年の年賀状に「12月に念願の閖上に帰ることができました。避難所から、仮設住宅でも心の支えになって頂き有難う、心機一転、前向きに生きたい」との言葉がありました。仙台傾聴の会の地道な活動に対しての「賜物」であるように感じました。

当会は、震災直後から宮城県医師会の依頼を受け、避難所から仮設住宅、現在の復興住宅へ、と場所を変えながら、被災者支援として毎月、継続的に「傾聴カフェ」「傾聴茶話会」「傾聴音楽カフェ」を県内12カ所と、南相馬市、二本松市で開いてきました。

◇　◆　◇

昨年10～11月にカフェの参加者や復興住宅の住民らにアンケートを実施し、190人の方から回答を得ました。女性が83%、男性が17%の割合で、70代・80代が75%と、大半が高齢の方でした。

91%の人に各カフェ参加経験があり、皆と歌い会話をし体を動かすといった取り組み内容についても9割近くが「満足」と回答しました。各カフェが、復興住宅での暮らしに欠かせない時間と空間になっていることがうかがえます。

特に、震災前とは違った生活環境の中で、新たな人間関係を構築するため、集まる人たちと意思の疎通を図り、安心で安全な仲間をつくれる安らぎの場になっているのではないかと思われます。

一方で「1対1で聴いて欲しい」「自宅にきてじっくり聴いて欲しい」との声も10%あり、まだまだ精神的な安らぎを渇望している方々がいると推察されます。

復興住宅での変化については「イベントがあって楽しい」「友達が増えた」という良い変化が36%。「夜中に目を覚ます」「通院が増えた」「テレビに話している」「生活にゆとりがない」など負の変化が31%と、二極化が見られます。前向きな人と共に、孤独な思い・先行き不安を抱えている方々がいることは否めません。83%がカフェの継続を望んでいました。

◇　◆　◇

こうした回答結果から分かるのは、復興住宅の皆さんが近隣との関係づくり、人とのつながり・絆をいかに大切に思っているかということであり、同時に、心に負担を抱えている方々に対する支援は今後も必要だということです。

だからこそ、集う場を設けることが大切です。さまざまな団体の茶話会などがあっていいと思います。自治会だけでなく、当会のようなNPO法人、ボランティア団体はむろん、住民らが協力してこそ、地域の支え合いが生まれると思います。そのことを踏まえて行政は後押しを惜しまないでほしい。被災者の「こころの復興」は、まだまだ途中なのですから。

8年にわたる多様な形の支援から、目に見えない心と、人とのつながりの大切さが、レジリエンス(回復力)として、生まれたと感じます。冒頭の年賀状のように「心機一転、前向きに生きたい」と考えられる人が多くなることを願いながら、今後も被災者、孤立する方々の心に寄り添う傾聴活動を継続していきたいと思います。