

# 災害後の地域づくり活動がメンタルヘルスに及ぼす影響

—医療人類学的視点からの検討—

久間木 宏子  
シカゴ大学人類学部

## <要 旨>

東日本大震災後は、メンタルヘルスや福祉問題に地域全体として取り組む姿勢が重要視されてきた。本研究では、震災で大きな被害を受けた南三陸町において、被災住民が抱える様々な問題にコミュニティ支援を中心に取り組んできた被災者生活支援センターの活動を追うことで、災害後の地域づくり活動と被災者のメンタルヘルスの関係性について医療人類学的視点から検討した。

南三陸町の支援員や被災住民へのヒアリング調査や参与観察を行った結果、被災形態、とりわけ被災後の住居形態が、被災者が受けられる支援や得られる情報の内容や質に影響を与え、被災者間、および支援者と被災者間で確執を生む原因となっていることが分かった。みなし仮設と在宅の住民には支援や情報が行き届きにくく、仮設の住民や支援者から被災者として認めてもらえず、見捨てられたと感じているケースが目立った。避難生活が長引く中、町での高台移転を希望して仮設住宅での生活を続けている住民も、仮設住宅の空き家が増えて行くのを目の当たりにし、置いて行かれることに不安を感じていた。

災害後のメンタルヘルスや福祉問題について検討するにあたり、被災者の心の負担の軽減を図り、住民同士で支え合えるコミュニティを形成するためには、被災後の地域づくり活動において被災形態の違いから生まれる支援や情報の格差をなくす努力をすることが大切であることが示唆された。

## <キーワード>

東日本大震災 地域づくり活動 被災後の住居形態 支援・情報格差 メンタルヘルス

### 【はじめに】

1995年1月17日の阪神淡路大震災では、長期化する仮設住宅や災害公営住宅での生活の中で、心的外傷後ストレス障害(PTSD)、アルコール依存症や孤独死など、被災者の社会的孤立が問題となった。2011年3月11日の東日本大震災後は、阪神淡路大震災の教訓を活かし、失われたコミュニティをいかに再構築するか、地域全体としてメンタルヘルスや福祉問題にいかに取り組むかが重要視されてきた。

本研究は、その理念に沿った活動を継続して

いる南三陸町の被災者生活支援センターの活動を長期的に調査することで、被災者がどのような生活を送っているのか、どのような問題を抱え、何にストレスを感じているのか、そして、長期的にどのようなニーズや問題が生じてくるかが予測されるのか、などを当事者の視点・見解から明らかにすることを目的として行った。

筆者が以前に同支援センターの協力のもと行なった調査では、震災後の地域づくり活動において外部からの専門職だけではなく地元の

人材を活用することの有用性、地元の風習を理解した上での支援や日常的気配りの大切さ、震災以前から慣れ親しんだ活動を基にしたイベントの有効性、そして、プライバシーの問題や復興を取り巻く住民・支援員の葛藤が明らかになった。また、あくまでも「仮」のコミュニティである仮設団地でのコミュニティ再構築活動の重要性と難しさも浮き彫りとなった。さらに、全般的に、先行きが見えないこと、そして居場所がない状況が大きなストレスの原因となっていることが分かった。

震災から三年以上経過した変遷期における状況を本研究により調査することは、これまでの被災住民の取り組みの有用性を調査するだけでなく、それぞれの復興過程で生じる問題や葛藤を当事者自身の視点や見解から理解する上で重要であると考えられる。本研究はその中でも、仮設住宅での生活が長期化する中で新たに生じてくる問題を追跡調査した。

## 【方法】

震災後、各地にサポートセンターが設けられ、被災者の「見守り」活動が行われてきた。本研究では、いち早く活動を開始した宮城県本吉郡南三陸町社会福祉協議会被災者生活支援センター（以下、支援センター）の活動を対象に行なった。

本研究では南三陸町の仮設団地、みなし仮設、町内外で開催される再会サロンなどのイベントにおいて（１）住民へのヒアリング、（２）支援員へのヒアリング、（３）参与観察を行った。

## 【結果】

### （１）対象者

本研究では、南三陸町被災者生活支援センターの活動をフォローし、参与観察する中で、南三陸町出身の住民延べ103名、支援センターの支援員延べ78名にお話を伺うことができた。

### （２）支援形態

支援センターでは、震災直後から地元の人材を活用し、南三陸町内外の六地区に生活支援員を配置し、計58か所の仮設団地で支援員による日常的な巡回、朝のラジオ体操やお茶っことはじめとする見守り支援活動を行うとともに、みなし仮設の住民への訪問支援、町内外に点在して暮らす住民が集まる場を提供する再会サロンも開催してきた。

もともと支援センターは設立当初から被災者の自立を促し、「必要とされなくなること」を目標に活動を行なってきた。震災から三年以上が経ち、支援センターは被災者支援からコミュニティ支援へと活動を移行している。その一環として、これまで支援センターが中心となって実施してきたお茶会や再会サロンなどの開催を住民同士の関係性が十分に築けてきたのを見計らい、少しずつ住民自身の手委ねるなど、自立を促し、また、住民と相談し、復興状況などに応じて柔軟性のある活動を行なっている。

また、支援センターでは仮設住宅における毎日の見守り活動において、独自の経験に基づきリスクレベルの設定を行ない、それに沿って訪問回数を決めている。とりわけ、独居の高齢者やアルコール依存症の中老年男性に関して

はリスクレベルをひき上げ、一日に1～2回訪問するなどの見守りを行なっている。さらに、アルコール依存症や精神疾患を持つ住民に関しては、医療的支援が必要だと思われた場合は心のケアセンターのスタッフ、心理療法士、または保健士につなぐ役割を果たしている。四年が経過した時点で就職、アルコール、精神疾患などの問題を抱える町民のほとんどは震災前から同様の問題を抱えている場合が多い。そういったケースの中で、家族から見捨てられてしまった住民や近隣住民とトラブルを起こしてしまう住民をいかに地域で受け入れて行くかが課題となっており、支援員が専門職のスタッフだけでなく仮設団地の自治会長や民生委員とも連絡を取り合いながら対応にあたっている。

被災住民自身によるこのコミュニティ再構築活動は現在も続いている。その地道な活動は、現存の仮設団地におけるコミュニティ再構築だけでなく、今後、高台移転などにより新たなコミュニティ形成が行われていく中で、その経験がどう活かされてくるかについて長期的に調査する上で理想的なサンプルであるといえる。

### (3)被災後の住居形態が地域づくり活動に及ぼす影響

今回のヒアリング調査では、被災形態、そのなかでも被災後の住居形態が、被災者が受けられる支援や得られる情報の内容や質に大きな影響を与え、また、被災者間、支援者と被災者間で確執を生む原因となっていることが分かった。災害後の地域づくり活動、そして、被災者の社会的孤立の問題を考える上で、これまで

この点はあまり着目されてこなかった。しかし、これは被災者の避難生活が長期化する中で、被災者や支援者が日常的に遭遇し、抱え続けている問題であり、被災者の現状、および今後の地域づくり活動を考える上で重要な課題となってくる。

### 仮設住宅

- 入居当初、集落全体で集団移転できた場合に比べ、抽選で入居者が決められた大規模な仮設団地の方が助け合う体制ができておらず、住民間のトラブルや孤立が目立った。とりわけ、騒音のトラブルが後を絶たない。
- 仮設団地内のお茶会、ラジオ体操、クラブ活動、文化祭、再会サロンなどの活動を通じて三年後には被災前の集落を超えた交流が持てるようになった。また、点在する仮設団地間の交流も行われるようになった。
- 外部からの支援は規模の大きな仮設団地に集中する傾向があり、仮設間で大きな格差がある。また、仮設団地の自治会長の中には支援の受け入れに積極的な者もいれば、そうでない者もいる。とりわけ、大きな仮設では支援やイベントでめまぐるしく、時間が経つにつれて支援慣れしてしまうことを懸念し、日常生活を取り戻す上でいつまでも支援に頼っているわけにはいかないという声が住民や支援員の間からも聞かれた。
- 四年が経っても高台移転のめどが立たない中、町内での再建を望んでいた住民の多くが、仕事、子どもの学校、高齢など様々

な理由でそれを断念せざるを得ない状況に置かれている。2014年冬の時点で、ある仮設団地の自治会長は、町内で再建できるまで少なくともあと二年はかかるであろうと予想していた。

- 時間の経過とともに町内外で自立再建をしたり、町外に移転するなどして仮設住宅を出る住民が増え、仮設に残された被災者は取り残されて行くことに大きな不安を感じている。
- 仮設住宅を出て行く被災者も、仮設で築いた交流の場や仮設住宅で受けられた支援や情報が途絶えてしまうことを心配している。町内の自立再建は高台の隔離された土地にされることが多く、お年寄りが気軽に外に出かけることが困難であり、声をかけあってお茶っこのができる環境ではなくなった。

### みなし仮設

- みなし仮設に避難した住民はその所在地の把握が難しく、また全国各地に点在している為、当初から支援や町からの情報が行き届きにくく、同じ被災者なのに町内の被災者との差を感じ、見捨てられたと感じる人が多かった。
- 支援センターでは、みなし仮設に移った町民の所在地を把握することから始まり、近隣の市町村のみなし仮設の住民を訪問し、町の広報や支援物資を始め、町の様子を映したビデオレターを届けるなどしてきた。しかし、仮設住宅の巡回が2011年7月に始まったのに比べ、みなし仮設への訪問が始まったのは震災から9か月経って

からで、また、広範囲を車で訪問する為、一日に回れる件数も3-4件と限られていて、訪問しても留守だったりする場合が多い為、一世帯あたりの訪問頻度が数か月に一回となってしまった。

- みなし仮設に移った住民は避難先に知人がおらず、慣れない土地と言葉になかなか馴染めない様子であった。また、近くに同じ集落出身の人が住んでいてもお互いに把握できないことが多く、支援員が近くに住む町民をつないだり、再会サロンなどのイベントを開催して再会と交流の場を作ってきた。
- 避難先によっては車がないと出かけられず、お年寄りが家に閉じこもりがちになったり、日中一人でいることが多くなった。
- また、みなし仮設に避難した際に介護や学校などの手続き上の理由で住民票を移したために義援金や町からの支援が受けられなくなったケースも見受けられた。
- 支援員は自立の判断と訪問・支援の打ち切りのタイミングに葛藤している。

### 在宅

- 家が残っているという理由で震災直後から食料や物資などの必要な支援を受けられなかった。また、情報も仮設住宅に集中しているため、復興や支援に関する情報がほとんど得られない。このことが原因で、仮設住民や支援団体、自治体と在宅住民との間に確執が生まれている。
- 被災者間でも在宅住民は仮設住宅の住民に「家を失った人の気持ちは分からない」と言われてしまう。支援員の中でも在宅の

支援員は仮設住宅の住民から当初受け入れてもらえずに苦労した。

- 在宅の住民は支援センターも支援の対象としておらず、行政の支援対象からも外れることが多い。
- 家族や友人、仕事、財産をなくし、その地区で一軒だけ残った家を修繕して暮らすなど、支援もなく孤立するケースが見られた。また地盤沈下した土地でも、高台移転の対象にならないケースがあり、次の災害を懸念する声も聞かれた。
- 町外からの様々な支援（学習支援や旅行への招待など）も対象外になることが多く、同じ学校に通う児童間で扱いが異なり、子どもたちもそれを感じ取っていることを懸念する保護者も多い。

### 災害公営住宅

- 仮設住宅は長屋であり、表玄関と裏からも住民同士で声がけをしやすいかったが、公営住宅は各戸の独立性が高く孤立するのではないかと不安を感じている。
- また、公営住宅に移った時点で自立とみなされ、仮設住宅にいた頃のような支援がなくなってしまう。
- 支援センターの支援員も、公営住宅は訪問対象外となり、支援を打ち切らないといけない。しかし、これまでの見守り活動を引き継ぐ機関がないため、リスクレベルの高い住民に対する必要なサポート体制がなくなることを懸念している。
- また、仮設団地で築いたコミュニティから別のコミュニティに移る不安がある。

- 在宅住民と仮設住民間の確執が深い地域では、コミュニティ形成に時間がかかることが予想される。

### 【考察】

東日本大震災後のコミュニティ再構築活動において、被災形態の違いから生じる支援と情報の格差が被災者間の確執を生み、それが住民の生活において物理的にも、心理的にも大きな負担となっていることが分かった。みなし仮設と在宅の住民へは支援や情報が行き届かず、見捨てられたと感じており、仮設住民は在宅住民を同じ被災者として認めないというケースが目立った。自立再建や災害公営住宅への移転後に新しいコミュニティが形成されて行く過程においてこの確執が問題となってくる可能性がある。

避難生活が長引く中、被災者間の復興進度の差も大きくなってきている。様々な事情で町に戻りたくても戻れない住民や、復興の遅延によって戻ることを断念した住民も多い。また、被災前の町で暮らそうと仮設住宅での生活を継続している住民も、仮設団地の空き家が増えて行くのを目の当たりにし、置いて行かれたと不安を感じているケースが目立った。

また、高台への自立再建、そして災害公営住宅への移転ができた場合でも、移転先で、支援が途絶えてしまうこと、馴染んだ仮設のコミュニティを離れてしまうこと、建物の構造上お互いに声を掛け合いにくくなること、地理的状況からなかなか外出しにくいことなどが懸念要素としてあげられた。

## 【まとめ】

今回の研究で、地域づくり活動において、被災形態の違いから生まれる支援や情報格差、そして復興進度の違いが被災住民にとって大きな不安要素となっていることが明らかとなった。災害後、地域全体としてメンタルヘルスや福祉問題にいかに関与するかという姿勢が重要視される中で、被災後の地域づくり活動では、被災形態や住居形態に着目し、その支援および情報格差から生まれる確執をなくす努力をしながら活動することで被災者の心の負担の軽減を図り、お互いにサポートし合えるコミュニティを形成して行くことが大切であると考えられた。

## 【参考文献】

- Anderson, Benedict R. O'G  
1991 *Imagined communities: reflections on the origin and spread of nationalism*. London; New York: Verso.
- Bass JK et al.□  
2007 Do not forget culture when studying mental health. *The Lancet* 370(9591): 918- 919.
- Breslau, Joshua  
2000 Globalizing disaster trauma: psychiatry, science, and culture after the Kobe earthquake. *Ethos* 28(2):174-197.
- Fassin, Didier, and Richard Rechtman  
2009 *The empire of trauma : an inquiry into the condition of victimhood*. Princeton: Princeton University Press.
- Hoffman, Susanna, and Anthony Oliver-Smith  
2002 *Catastrophe & culture : the anthropology of disaster*. Santa Fe, NM Oxford: School of American Research Press ; J. Currey.
- Hyogo Institute for Traumatic Stress (HITS)  
2015 About Hyogo Institute for Traumatic Stress. Electronic document, <http://www.j-hits.org/>
- Kitanaka, Junko  
2012 *Depression in Japan : psychiatric cures for a society in distress*. Princeton, N.J.: Princeton University Press.
- Klinenberg, Eric  
2002 *Heat wave : a social autopsy of disaster in Chicago*. Chicago: University of Chicago Press.
- Krieger N.□  
1994 *Epidemiology and the Web of Causation: Has Anyone Seen the Spider?* *Social Science & Medicine* 39(7): 887-903.
- Miller, K. E., and A. Rasmussen□  
2010 War exposure, daily stressors, and mental health in conflict and post-conflict settings: Bridging the divide between trauma-focused and psychosocial frameworks. *Social Science & Medicine* 70(1):7-16.
- Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology - Japan (MECSST)  
2012 Kokoro no madoguchi. Electronic document, [http://www.mext.go.jp/a\\_menu/sai\\_gaijohou/syousai/1303886.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/sai_gaijohou/syousai/1303886.htm).
- Ministry of Health, Labour and Welfare (MHLW)  
2012 Kokoro no mimi. Electronic document, <http://kokoro.mhlw.go.jp/east-japan-earthquake/>,
- Ministry of Health, Labour and Welfare (MHLW)  
2012 Minna no mentaru herusu. Electronic document, <http://www.mhlw.go.jp/kokoro/>
- Oliver-Smith, Anthony, and Susannah M. Hoffman  
1999 *The angry earth : disaster in anthropological perspective*. New York: Routledge.
- 精神保健福祉白書編集委員会  
2011 精神保健福祉白書〈2012年版〉東日本大震災と新しい地域づくり. 中央法規出版.  
2013 精神保健福祉白書〈2014年版〉歩み始めた地域総合支援. 中央法規出版.
- Young, Allan  
1995 *The harmony of illusions : inventing post-traumatic stress disorder*. Princeton, N.J.: Princeton University Press.