

大阪府 廣野敏明

6月3～6日にかけて、岩手県山田町の避難所へ行ってきました。

今回は、公益社団法人兵庫県鍼灸マッサージ師会からボランティアバスを出されると聞き、便乗させていただきました。兵庫県を出発した貸切バスでの移動は片道18時間、行き帰りとも車中泊、間の1泊だけは民宿という強行軍でした。

現地に近づいて、まず目に飛び込んできたのは、グシャグシャになった車の山、瓦礫の山、かすかに区画の残った町の跡。骨組みだけになったビルの上に、船や車が乗っている。テレビで見た通りの惨状。

下記サイトに画像を掲載していますので、ご覧ください。

<http://www.hirono-web.com/iwate/>

釜石市、大槌町、山田町と海岸に並んでいますが、平野部はすべて壊滅状態です。山田町だけで29カ所、少し高台にある学校の体育館などに避難所が設けられていました。

活動できたのは4日と5日の2日間。

鍼灸マッサージ師総勢20人が、5人ずつ4班に分かれ、山田町青少年の家、山田高校、山田北小学校、大沢小学校、山田南小学校、山田町武徳殿、豊間根中学校、豊間根生活改善センター、船越防災センター、大浦漁村センター、織笠小学校、織笠コミュニティセンター、山田町ボランティアセンターの13カ所を訪問。お一人に対し、約30分の施術で、合計約300人の方々に施術を行いました。

避難所の方々は、家を失い、家族を失い、何もかも不自由な生活を3ヶ月も強いられているにも拘らず、ひたすら黙って耐えておられます。

プロのマッサージやほりを受けたことがない方が大半で、その効果に驚くとともに、非常に喜んでいただきました。自分の症状を上手く伝える術もなく、控えめにおっしゃいますが、身体はガチガチです。肩や腰のコリを押さえながら、「ここですね～」とか言いますと、とても驚かれました。治療させていただき、これほど喜んでいただいたのは何年振りだろう。

人としての喜びや、なぜ治療師になったのか、を久しぶりに思い出させてくれる思いがしました。お金では買えないサービスとして、私達の仕事の素晴らしさを再認識させていただき、逆に自分の方が元気づけられた気がします。

震災は、まだまだ終わっていません。多くの方々が支援を必要としています。

避難所での生活は、震災当初とそんなに変わっていません。

鍼灸マッサージ師として、できることがそこにありました。

機会を作って、また行かせていただきたいと思います。

全鍼師会の笹川事業局長、兵庫県師会の松岡会長、このたびは、本当にありがとうございました。

神奈川県 岩田 悟

5月31日～6月2日の3日間、佐藤要先生のもと
鳴子温泉でボランティアマッサージを行いました。

数日前まで滞在されていた橋本先生とおなじく、佐藤先生があらかじめ被災者の滞在宿に
希望者を募ってくださったおかげでスムーズに活動に入ることができました。

わたしは3日間で5施設37名のマッサージを行いました。

温泉施設のため、被災者のお部屋での施術や温泉療養など
比較的マッサージをするには適した環境だと思います。

もう3ヶ月ちかく避難生活をされているため、健康のため運動を心がける方とそうでない方との差が
あるようにも感じました。

わずかな時間でもマッサージをうけることで、自身のカラダの調子を自覚されるいいキッカケになったと
確信しております。

鳴子温泉で孤軍奮闘されている佐藤先生には本当に敬服いたします。
ありがとうございました。

また先達の村川先生・橋本先生お疲れ様でした。

これから鳴子温泉に向かわれる先生方ぜひ頑張ってください。

東京都 松山宏高

本日(5/31)赤坂プリンスボランティア行って参りました。

簡単ながら、後の参加者の方がスムーズにできるよう、報告させていただきます。

・本日の参加者

3人(うち午前中のみが1人)

受付の手伝いの方1人

全員合わせて20人くらいに施術。

私自身は7人(鍼1人、あん摩マッサージ指圧6人)

・1日の流れ

玄関入ってすぐの所に集合。

ピプス(ゼッケンのようなもの、師会の名前が入ってます)がないと、ホテル内を移動できません。

玄関前で、担当の先生より説明とピプスを受け取る。

待ち合わせ時間過ぎると参加が伝わってない方(本日の私です)を待たずに、36Fの治療室に行ってしまうので、少し早めにホテルに向かうのが良いと思います。

(初めてだと、地下鉄の出口を探したりなど、現場に行くのに若干時間がかかると思います。

私だけかもしれませんが)

36Fにて、施術部屋(和室5ベッド)。

受付テーブルの上に、前任者が書かれたと思われる、ボランティア手順が書かれた紙があります。

掃除機で掃除。

9時半より受付にて問診表の記載(患者さん自身が記入)、血圧の測定(受付の手伝いの方が行ってくれました、血圧計が1つあります)

施術の開始といった所です。

受付の方が、待っている患者さんとお話しをされていて、とても良い感じでした。

独り30分で、問診・施術・カルテ書き(カルテはあります)。

今日は患者さんが少なかったので少し多めに時間が取れました。

慣れないと、なかなか時間配分が大変でした。

12～13時の昼食をはさみ(今日は少し押ししました)、午後も同じく施術。

終了後、掃除とベッドメイク、ゴミ捨て(地下1Fに持っていく)、報告書の記入(受付の方が行ってくれました)、電気・空調を消して、鍵をかけて、1Fの東京都の職員に鍵とピプスの入った荷物を渡し、終了と言う感じです。

主訴・疾患は私の見た方を列挙すると、

不眠、肩のこり、五十肩、頸肩腕症候群、全身倦怠感、ぎっくり腰、東京での仕事の疲れなどでした。

今日は観劇を見るということで、高齢の方が多く外出しており、40～60代の比較的若い方が多かったことが特徴でした。患者さんは割と次回の予約を取ってる方が多かったので、概ね反応は良かったと思います。

あと気付いた事は、鍼をやられる方は、シャーレがなかったということです。

鍼は寸3の1～3番、寸6の1～3番があったような気がします。

ちなみにマッサージの手ぬぐい代替りのものは、使い捨ての枕カバーです。

東京と福島では仕事においても時間の流れが違う。

同じ仕事をしていても、東京の方が作業が細かくて、速い。

それについていくのが大変。

というような話しが印象に残り、いろいろ考えさせられました。

以上、思いつくままに書かせていただきましたが、

後で入られる先生方の参考に少しでもなれば幸いです。

私もまた入りますので、お会いした際はよろしく願います。

徳島県 橋本浩一

5月23～28日にかけて佐藤要先生の調整の下、鳴子温泉で活動しました。

ただ往復で各1日かかったので、活動できたのは実質4日間でした。

こちらは沿岸部で被災された方が、避難所として鳴子温泉街にある数十のホテル・旅館に(おそらく地区ごとに)分散して滞在されています。仮設住宅に移っていかれる方もおられますが、新たに避難して来られる方もおられ、常に1000人強の被災者が滞在していました。

活動は佐藤先生があらかじめ調査されていたボランティアマッサージ希望の被災者がおられる旅館に赴き、1日数ヶ所20人弱、4日間で64名の方のマッサージを行いました。

日中、若い被災者の方は被災地まで瓦礫撤去に行かれていますので、マッサージしたのはほとんどがお年寄りの方でした。

活動場所の状況は温泉街ということもあり、宿泊と食料に関しては問題なく、私は素泊まりで1泊3千円の旅館に滞在しました。

この避難所は6月一杯くらいまでと聞いています。それまではマッサージを必要とされる被災者がまだまだ多くいらっしゃると思います。また佐藤先生には大変お世話になりました。一人ではとてもこの地域での活動は出来ませんでした。

神奈川県 馬場 寛

5/26(木)赤坂プリンスホテル

参加者(施術者数) 6人

私は午前中のみでの参加だったので、4人の患者さんを施術しました。

鍼のニーズが高かったのが、少し驚きでした。初めての方もいらっしゃるのですが、他の避難所で同じような施術ボランティアを受けていたり、地元で施術を受けていたり、様々でした。

施術した患者さんの多くが、不眠(眠りが浅い、寝付けない)を訴えていました。やはり震災のショックやストレス、環境の違いによる身体への影響が出ているようです。

初めて参加させていただいたのですが、板橋区の先生が施術スペースの写真をアップしてくれましたので、非常に参考になりました。

初めて参加される方に、参考になると思いますので、勝手ながらリンク貼らせていただきますね。

<http://www.8917.com/~kaijou/syasin.html>

・事務、受付をする方がいなかったなので、受付での業務(問診票の記入、血圧の測定、次回の予約受付)に、混乱が生まれました。ボランティアの数が少ないので仕方ありませんが、施術する人以外の人員(最低二人)の確保も必要と感じました。

・再診の患者さんも多かったので、以前の間診票或いはカルテを見たかったです。

・今回は自分で持ってきたのですが、胸マットや足枕、患者さんが楽な姿勢でできるものがあれば、もっと患者さんも満足していただけたと思います。

・自分は午前だけの参加だったので、きっちりしたカルテの記入、申し送りごとの記入ができませんでした。こういう場合どうすればよろしいでしょうか？

滋賀県 寺倉巧治

5/22(日)～ 23(月)に、大船渡市で活動いたしました。

2名で、大船渡市のグループホームでの施術でした。

まず、全鍼師会から現地社協を通じての活動でしたので、一般ボランティアの様に登録することは一切必要ありませんでした。現地受入社協から活動場所へ氏名・身分も連絡がいきっており、全鍼師会のビブスが身分保障をしている感じでした。前回の釜石市での活動も同様です。

グループホームは名前のおり認知症の方の介護施設でしたが、震災直後は他の施設の方も受入れ、一般の被災者も受入れ、そんな状況を伺いました。現在は、震災前の人数に近づきつつあるとのことでした。

グループホーム入居者だけでなく近隣の住民にも施術があることをお声掛けいただいていたようで、入居者・地域住民・グループホーム職員、の方々に利用いただきました。一時期は通常の倍の要介護入居者を受け入れ、一般の被災者もいる中での業務は、グループホーム職員にとって文字通り「不眠不休」の業務だったそうです。

震災から2か月以上が経ち、被災された方はもちろんですが、支える側のスタッフも疲弊が顕著に表れる時期に見受けられました。

鍼灸・マッサージは、施術を通じて身体のケアを行う。

そして、わずかではありますが、心のケアにも携われたのかな…と思います。

多くの先生方がご報告されていらっしゃるように、施術時に様々なお話を伺いながら行うわけで、その中には悲惨な状況をお話いただく、今後の不安をお話しされたり、たわいもない日常会話まで。

TV報道の情報しかありませんので、正しいのか誤っているのか不安なところですが…

被災者が話しをする・聞いてもらう、聞き手が共感・同感する、など…

このようなことが微力ながら、心のケア(までもいかないですが)につながるのかな?と思ったところでした。

今回の震災ボランティア活動には、現地の鍼灸師・マッサージ師の復興支援も目的として掲げられています。

青森県師会・岩手県師会・宮城県師会をはじめ、現地の多くの先生方も活動されていらっしゃるかと思います。

しかし地元の先生方からの活動報告が一向届かないのは、非常に残念に思います。

日々変わる現地の状況などタイムリーにお届けいただけたら、

初めて訪れる場合には勇気づけられますし、安心して現地に入ることもできます。

京都府 猪飼祥夫

19日から22日まで陸前高田市に災害支援に行きました。

市内各地の公民館・小学校・個人宅・お寺など多くの避難所を回ってきました。

とくに今回は広田地区という前回と異なる地区にも出かけました。

当方の隊員は5名でしたが、その他に一日参加の静岡の平石くん、三日間受付助手をしていただいたボランティアの東京から来てくださった鈴木さんに参加いただきました。平石くんはいい経験になったようです。鈴木さんには大変お世話になりました。またお世話いただいた大根コンプロジェクトさんにはまたまたお世話になり、安心して施術ができました。

丁度、仮設住宅に引越し時期と重なり避難所がざわついていました。

人々も追いつかないらしく施術に差が出ましたが、127人ほどできました。

今回行ってボランティア制度で大きく変わったことは、ボランティアセンターで登録する必要があるということです。

僕達の手続きは大根コンプロジェクトで代行していただきましたが、岩手県の災害支援ボランティアの腕章を持っていなければならないということのようです。

また耐エタノール微生物(芽胞形成菌など)が陸前高田で広がりだしているようです。(エタノール消毒無効の菌 断水避難所で確認 強毒の懸念、対策急務 2011年5月9日 提供:共同通信社)の記事を読んで逆性石ケンで手洗いをしておりました。患部は仕方ないのでエタノールで消毒しておりました。

長部地区ではやっと電気が通じたようです。でも水・固定電話は不通です。

現地の事情を理解しないボランティアもあるようでこれからは対応が難しくなりそうです。

避難所がどんどん閉鎖縮小されていますので、被災者に一同に集まっていただいて施術することは困難になるかも知れません。

神奈川県 沢田昌子

5月21日(土)赤坂プリンスへ行ってきました。

主に福島県からの方たち900人くらいが居られるとのこと。

施術は36階の和室で、5つのブースに仕切られています。

鍼、アルコール、パレット、マッサージの手拭に代わる不織布、等を用意されています。

9時半集合。施術は10時から。予約表に従って①問診票を書いていただき施術者は②施術し③処置状況を記入する。という流れを①～③まで、30分の中で行います。

初心者は時間の制限の中で大変かと思いますが、このような状況の中で、背中をそつとなでながら、お話を聞くことが大事なのかな、と思いました。

昨日22日届け物があり再度プリンスへ行きましたら、前日全身がコチコチで「エレベーターに乗ると閉じ込められているようで怖い」言っていた方が「大丈夫です」と言って帰って行かれました。

お話を聞くと、本当に筆舌に尽くせないような経験をされていて言葉がありません。

その方たちがエレベーターで一緒になると、「こんなことしていただけたらと思ってもいなかった。本当に足が楽になった。肩が楽になった」と声をかけられ、隣の人に「やってもらったほうがいいよ」と勧めています。

ウィークデイ、土曜日の施術者が少ないと聞いていますが、皆様のお話を聞いて、また私たちの活力にさせて頂くことが出来たらと思います。

最後にもう一つ情報:お昼は中の方と同じものを500円で食堂で頂けます。(魚、シューマイ、ハンバーグ、カレー)の中の一点とサラダ・ご飯(炊き込みご飯、白飯)、味噌汁です。

秋田県 高橋和彦

5月18日から20日までの3日間、岩手県山田町「山田町災害ボランティアセンター」にて、支援スタッフ対象のボランティア活動を行ってきました。

まず特記すべき点を報告します。

ボランティアスタッフにノロウイルス感染者がでました。

被災地で活動の方々は十分ご注意下さい。

20日11時50分頃、30代女性が私に相談しにきました。

静岡県からのボランティアの方です。

- 1.こめかみが締め付けられるようにいたい
- 2.朝から気分はよくなかった
- 3.軽い吐き気がする

これらの症状を訴えていました。

血圧 110/78、体温 35.8 度、脈拍 70/分

脈証はやや浮いた感じ

顔色は血色に乏しく土色っぽい感じ

最初脱水症状を疑いましたが、問診中にまた軽く吐き気がすると訴えだしたので即転医を勧めたところ、社協の担当者がすぐに地元内科医に連れて行って下さり、13時半頃ノロウイルス感染が判明しました。

初見時に明確な発熱、吐き気、下痢等の症状が無かったのですが、転医を躊躇しなかった事がよかったと思います。

それからボランティアセンターは大混乱。

建物は一時閉鎖、自衛官まで登場しての消毒作業でした。

わたしもなぜか消毒液噴霧をする事になり、施設内やらボランティア搬送に使った車まで噴霧器ぶら下げ塩素まみれになりながら18時半までかかって消毒作業をしました。21、22日はボランティアセンターは閉鎖だそうです。

事務方の皆さんは頭を抱えていらっしやいましたね…。

さて今回は、対被災者ではなく、支援者に対する施術でしたが、現場では鍼灸マッサージが必要である事を強く確信してきました！

現地で活動して初めて気がつく事もたくさんあります。

津波の想像を絶する被害を目の当たりにすると、「仕事がある平日に現地入りなんて無理」などと言えなくなりますよ。

現地の方々との会話やボランティアスタッフの献身的行動に接し、まさに人生観が変わったと思っています。

1000年に一度の激甚災害と闘っている人々に、鍼灸マッサージは体と心の両方に力を与える事が出来るはずですよ。

闘いは終わりが見えない状態です。

みなさんでお手伝いをしようではありませんか。

千葉県 高橋正憲

各避難場所にて各先生のボランティア活動お疲れ様です

岩手県大槌高校避難者へのボランティア報告致します

活動場所	岩手県大槌高校
期 間	5月14日火曜日夜千葉県発～5月19日木曜日夜千葉県着
支 援 者	高橋正憲(高橋治療院)、宮野正志(宮野治療院) 2人
患者状況	肩こり、腰痛、膝痛、頭痛、首痛、吐き気、便秘、ストレス等々
治 療	指圧・マッサージ、運動、筋トレ、生活指導
交 通	千葉東金道路、京葉道路、湾岸道路、外環道路、東北自動車道、 釜石自動車道、283号、片道(700Km、11時間)
問 題 点	特にないが、弱めの施術が大事 指圧マッサージ希望者多いです

滋賀県 村川満喜子

5/11～13 まで、宮城県、名取市(名取第一中学校)

5/14 鳴子温泉郷での活動報告です。

9 日の夜、京都から仙台行きの夜行バスに乗り移動しました。

このバスは、福島駅経由でしたが、仙台に着くまでも別段道路状況については問題なく

予定時間より若干早く着きました。

災害支援ボランティアと思われる方が多数乗っておられました。

当初、多賀城市や塩釜での活動と聞いておりましたが名取市の名取第一中学校での活動となりました。

仙台駅から名取駅までは東北本線で4駅沿線では、屋根にブルーシートをかけた家や仮設住宅を見ましたがそれらを見なければ大きな災害があったとは分からない印象を受けました。

事前に確認はしていましたが仙台駅近辺では、物の不足等は感じず現地で飲み物等は買いました。

初日の午前、時間を取っていただいた名取市の松川先生と活動を開始。

午後から 13 日まで、一人での活動となりました。

20 分くらいを施術の目安にしておりましたが、マッサージをしていると、ずっと黙って受けていた方も、後半から終わり頃になると話し始めたり、開始直後から話が弾む方もいたり、お一人当たり約 30 分近く向き合う形になりました。

一人でも多くの方にお受けいただきたいという思いと話を途中で切れない、中には、短時間の施術では・・・と仰った方も居られその、ジレンマで辛かったです。

どこのマッサージを希望されるかをお伺いすると腰、肩、足、全部など 2～3 箇所の希望があるのがほとんどで

したので順位をつけていただきできる限り希望の箇所は、すべて触れるようにし時間制限のある中で、満足度を高めるように努めました。

もちろん、それでどこまでご満足いただけたかは不明ですが。

こちらの避難所は、5月いっぱい閉鎖と市役所の方が説明に来ておられました。

仮設住宅へも希望に沿って学区を考慮しすべての皆さんが移っていただけるように進めているとのこと。

14日朝に、高速バスで鳴子温泉郷へ移動。

こちらでは、多数の温泉宿が避難所となっており個室部屋での生活をされていました。

体育館の避難所に比べると、プライベート空間を持てる分環境はましかなとは思いますが。

とは言え、お話の中で「新築1年半で家を流された」「何にもなくなった」など、やはりお辛い状況は同じ。

マッサージの時間を気にしながらもお話に耳を傾けることにも努めました。

終わるころに、お話が弾んできたりするので切り上げるのが心苦しかったです。

ボランティアは自己完結が基本ということでできる限り準備をしていきましたが結果的には、たくさんの方が助けてくださったおかげで活動をさせていただき、無事に終えることができました。

自分の中で反省点が多いのできちんと整理し、次につなげていけるようにします。

宮城県 佐藤 要

大崎市鳴子温泉在住です。

4月末に大阪の実家からこちらに戻ってきました。

沿岸、私も確認してきましたが、現地の避難所は本当に大変だと思います。

ボランティアとしてご協力いただいた方々には宮城県人としてほんとうに感謝を申し上げます。

鳴子温泉は幸い内陸部ですので被害はありませんでしたので、地の利を生かして現在、気仙沼、南三陸、

女川、東松島、地元大崎市から 1000 人が 40 施設(旅館・ホテル)に世帯ごとに分かれて過ごされています。
避難されている方は高齢者・乳幼児のいる世帯が主なようです。

3食・温泉付きですので、現地の方と比べれば環境はとても良いと思います。

物資も豊富に揃っています。車で避難してきている方もいるし、洗車ブラシ・鼻毛抜きがほしいと言えばすぐに
役場の人がそろえて調達してくれます。

とはいえ、精神面でのダメージは相当なものと思われます。部屋に閉じこもりになられている方もおられますし、
認知症が悪化した方、ヘルパーを頼まれている高齢世帯もいます。

緊急性はありませんが、私ができる範囲で、細々とボランティアマッサージを行っている状況です。

もしご協力いただける方ございましたら、素泊まりの温泉旅館でよろしければ私が負担しますので、いらしてく
ださい。どうぞ宜しくお願い致します。

神奈川県 小川眞吾

神奈川県鍼灸マッサージ師会では、5月7日に4名にて宮城県栗原市の避難所4か所にマッサージボランティ
アに行ってきました。被災者全員が南三陸町から来た方で、自宅も職場も失くしていました。

震災津波のPTSDに悩まされ不眠・不安を訴えるかたが多く、心身のサポートが大切だと実感しました。

車で行ったので、南三陸町も見てきましたが、悲惨な状況で被災者の心情がわかりました。

神奈川では今後県内の会員を募り、毎月行く予定です。

手配いただいた笹川先生、宮城県の山田先生、佐藤先生、高橋先生にはお世話になりありがとうございました。

地元神奈川でも川崎アリーナに107名の福島県の原因関連の方が避難してきています。

こちらは、毎週日曜日に鍼灸マッサージに行っています。子供は小児鍼も喜ばれています。

地元のケアマネジャーとも連携して傾聴を同じフロアーで行ってます。ここで、デイサービスに繋いだケースもあ
ります。様々な職種とのコラボレーションも大切だと感じています。

今後、岩手県にも行きたいと思います。

滋賀県 寺倉 功治

5月1日午後～5日午後まで、釜石市に入りました。

釜石市内での移動は単独でのご指示をいただきましたので、20～30名がお集まりの避難所で施術をさせていただきます。

今回の釜石市での活動にあたり何点かご報告いたします。

①飲食物について

不測の事態を想定して飲料水・カップめん等、持てる物は持てるだけ車に積み込みましたが…

釜石市内のスーパー・コンビニでの品数も豊富で、殆どのものが現地で調達可能でした。

(先ほどの笹川先生からのご連絡とおりです)

また、東北道の「北上江釣子」インターを降りてすぐに、24時間大型スーパーもございます。

②ガソリン給油について

釜石市内のガソリンスタンドも数件ございますが、復興支援の車両への給油を優先すべきだと思いますので、「北上江釣子」インター降りてからか、遠野市内のセルフ給油所がおすすめかと思います。

③交通事情

「北上江釣子」インターから釜石市まで約2時間の所要時間です。

途中の遠野市がほぼ中間点です(どちらからもほぼ1時間)

遠野市に、自衛隊・報道・各種行政の起点あるようなので、朝には一斉に釜石市に向かって車が流れ込みますので、相当な渋滞が予想されています。

知人から「スペアタイヤを持っていくように」と言われたものの、パンクすることもなく主要国道・幹線道路は問題なく走行できました。

岩手以南から大槌町へは、釜石市から入られることになるかと思われます。

釜石市からの大槌町への国道45号線は所々簡易信号で交互通行規制がありますが、

おおむね順調に流れている状態でした。

朝夕のラッシュを外せば、釜石駅から20分前後で入ることができました。

④持参物に加えると良かったと思えるもの

私が訪れました避難所はご高齢の方が多く、膝痛を訴えられる方も少なくありませんでした。
バスタオルなどでロール状にしたものを事前に準備しておけば良かったと感じました。(膝マクラとして)

⑤その他

私が感じたことですが、さりげなく、積極的にお声掛けをするようにしておりました。
今まで一度も鍼灸マッサージを受けられたことがない、とおっしゃる方が多い地域もございました。
初対面の者に未知の体験を勧められて、躊躇されていらっしゃるのも当然のことだと思います。
例えば「手」のマッサージをさせていただきながら、症状などを伺ったりすることもございました。

今回の釜石市での施術で感じたのは、全国に同じ思いの先生が大勢いらっしゃるんだな、です。
鍼灸マッサージ師の絆も実感しました。

釜石市で一緒させていただきました先生、ありがとうございました。

東京都 黒澤淳

5月1日～3日の3日間 岩手県釜石市にて 活動して参りました。

5名を3人と2人の二手に分けて8か所の避難所を回り合計133人の方に施術いたしました。

東京から釜石まで車で移動しましたが、現地までの道路状況はほぼ平常と変わりません。

現地の様子は、津波が到達した所とそれ以外の地域ではまったく異なります。

津波被害の無い地区は、ほぼ平常の様ですが、上下水道などはまだ充分では無い所が多いです。
コンビニ、スーパー、食堂などが営業しており、ある程度は現地での調達が可能だと思います。

それに比べて、津波被害地区は、壊滅状態です。瓦礫の撤去は進んでいません。

宿泊施設は足りないようです。GW中という事もあり、遠野・花巻・北上など近隣の地域の宿泊も困難でした。
これから後の時期では状況は変わるのではないかと思います。

防災本部の担当者の方から、事前に各避難所に通達して頂いていたおかげで、施術希望者がすでに待っていてくれ、現場での準備も速やかに進みすぐに施術に入れました。

避難所の様子はメディアで紹介されている通りで、衣類、日用品、飲食物は足りてきているようですが、まったくプライバシーは無い状況です。仮設住宅の建設はやっと始まったという感じです。

主訴は肩凝り、腰痛などが多いですが災害時の心的外傷、将来への不安、今の生活の不自由さなど精神的なストレスを背景にした、不眠、高血圧、便秘などが下地にあります。

対策本部の方から、なるだけ多くの住民のみなさんに施術を受けて頂けるようにとの事でしたので施術時間は1人当たり15分～20分程度でした。この短時間で、どこまで身体の不調が改善されたか自信がありません。

まして心のなかの事までは無理です…

それでも「からだがかあ～るくなったヨォ ありがとうございます」

と、喜んで頂けました…

また、ボランティアの私達に対して対策本部の方はじめ、市の職員の方から、逆にお気遣いと、活動の手助けをして頂きました。

今回、多少の前後はありますが同時期に、単独参加で、チーム参加で、各地から来た複数の施術者が釜石に入っていましたが、地元の方のご厚意のもと、施術者同志が交流する事ができ、思いがけず横の繋がりができました。

被災した方々の為に、という想いで、その土地に向かいながら、大変な御苦勞をされている現地の被災者の方々から、かえって御恩を頂く事になりました。

ほんとに貴重な体験が出来たと思います。

1人じゃないよ、と伝えに行って、私も1人じゃないんだ、と教えてもらった

そんな気がしています。

ありがとうございます

愛知県 加藤仁

私たちは3名で5/2～5/4の3日間の日程で岩手県の釜石市に行かせていただきました。

この間に6ヶ所の避難所を回りましたが、連休でしたので親戚のうちへ行って見える方や被災を受けた自宅の片付けに行ってる方が多く、人数的には多くありませんでしたが、喜んでいただき行って良かったと思えました。

今回のこの活動は何といても、鍼灸マッサージ師が組織として震災地に入れという事です。

笹川先生や事務局鈴木様、そして各県の会長の皆様のご尽力のおかげで、釜石市の災害対策本部通して、本当にボランティアを必要としている所に入る事は出来ました。

こういう連携が発展していくと、その地区で日々変わりゆくニーズに対応していけるのではないかと感じました。

また、私達には熱い心を持った仲間がいる事を、この釜石に来て知り、本当に一人じゃないと感じました。

お世話になった皆様、ありがとうございました。

東京都 渡辺俊雄

合計2名、4月30日～5月3日の日程で釜石市に入りました。

釜石市内にて、5月1日、2日の2日間、短かい期間でしたが釜石市内避難所4カ所を回り鍼灸マッサージ活動をさせていただき、本日早朝東京に戻りました。

詳しい報告は後ほど文書でお送りしますが、避難所での鍼灸マッサージのニーズは充分あると感じました。

被災された方々は避難所生活が2ヶ月近くとなり、ストレス等から特に頭頸部、肩背部の凝りを訴える方が多く見受けられました。

もちろん、疲労、冷えからの腰痛、膝痛を訴えている方も多数いらっしゃいます。

家を失った被災者のみなさんに、仮設住宅が全て手当されるのはしばらく時間がかかるようなので、私たちの活動もニーズがある限り継続していくことが重要だと感じました。

また仕事をやりくりして再び行きたいと思っています。

今回私自身がどこまで役に立ったのかは分かりませんが、実は地元の方々に感謝する出来事ばかりが続き、逆に大きな感動と勇気をもって帰ってきました。

こういう機会をいただいた笹川先生始め師会の皆様に感謝申し上げます。

また、一緒に活動させていただいた先生方、ありがとうございました。

埼玉県 長嶺芳文

4月17日(日)に活動してきました。

場所:新潟県三条市勤労青少年ホーム(ソレイユ三条)

受入窓口:社協に現地の先生が交渉

参加人数(ボラ):3人

施術数:13

保険:ボランティア保険、三条市のみで1年間使えるもの(300円)

対象者:福島県南相馬から避難して来た方。

活動状況:参入までのコーディネートは現地の先生に行っていたが、施術場所(和室)、布団(三枚)、避難者への事前案内も済んでおり、身体ひとつで伺える状態でした。

交通に関しては問題なし、近隣のコンビニ、宿泊施設(ビジネスホテル)なども問題なしです。

施術はマッサージのみでしたが、鍼の希望もありました。

今回の施設は約100名受け入れておりましたが、近隣には他に70名~200名の施設が3施設あるそうで、今後もマッサージボランティアは希望されるそうです。

宮城県 亀谷陽一

遅くなりましたが、当会のボランティア活動の報告をいたします。

活動内容は下記の通りです。

活動主体 宮城県師会

活動日/活動時間 4月10日 午前10時30分～午後3時30分

活動場所 宮城県名取市役所内

受付窓口/担当者 名取市災害対策本部特命係 太田

参加者 8名

施術者数 40名

ボラ保険 無し

活動場所の状況 担当者からの要請は、市職員又は支援関係者へのボランティアマッサージを希望。連日における対策作業で疲労が過度に達しているためとのこと。

活動主体 宮城県師会

活動日/活動時間 4月10日 午後1時30分～午後4時

活動場所 岩沼市農村環境改善センター

受付窓口/担当者 岩沼市災害対策本部 岩沼市健康福祉部長 佐藤

参加者 5名

施術者 15名

ボラ保険 無し

活動場所の状況 同センターは岩沼市指定の避難所の一つ。避難者は岩沼市の沿岸地区の住民で、津波の影響で家が流され、全壊等の壊滅的な被害を受けられた被災者の方々です。83名の方が避難されていますが、当日は若い人達が家の片付け、就職活動、家族の捜索等の20名数名しか避難所にはいませんでした。

活動主体 宮城県師会 亀谷(個人)

活動日/活動時間 3月29日・3月30日 午後1時30分～午後2時30分

活動場所 亶理町立逢隈小学校内

受付窓口/担当者 亶理町災害対策本部 亶理町町議会副議長(安細)

参加者 1名

施術者 29日3名 30日5名

ボラ保険 無し

活動場所の状況 亶理町が避難所指定の一つ。この小学校には亶理町荒浜
荒浜地域の住民で、津波の影響で壊滅的被害を受けた方々が避難しています。
各教室に各地区の住民に分かれて生活していました。

青森県 笹川隆人

4月3日、被災した大船渡市へボランティアに行ってきました。

地元の岩手県鍼灸按摩マッサージ指圧師会の活動に便乗させていただき、
大船渡中学校で被災した方々へ鍼灸マッサージ治療をしてきました。

交通手段が限られているため、当日の朝、家を6時前に出発し始発の新幹線で
盛岡へ移動、そこからバスで2時間半の移動。

三陸沿岸部は元々交通が不便ですが、こんな時はなおさら感じます。

大船渡へは11時半頃到着し、津波で壊れた街の中を通り、活動場所である大船渡中学校へ向かう。
つい数日前までは交通規制で入れなかったという区域を地元の社協の方の案内でいってみた。
まだ瓦礫を撤去しているといくらでも遺体が発見されると言っていた。

普通に生活していれば、そんなことはまず経験することは無いだろう。
今回の大津波で被災された地域の状況は、現場でしか分からない。

被災した現場を後に大船渡中学校へ。

ちょうどお昼時だったので、青森県(三沢や六ヶ所、六戸)の青年部有志と釜石市のボランティアによる炊き出しが行われていました。

「あれ？ 釜石も被災地だったはず…」

と思いながらも、足は被災者のいる方へ…。

会場は中学校の体育館。

中は家族ごとに仕切られた雑魚寝のスペースと家族ごとにテントを張ったスペースが半々の割合で設営されていました。

雑魚寝の方は毛布を2～3枚敷いただけの固い床で、寒さが堪える感じ。

照明も暗いのでなおさら寒く感じます。

マッサージは椅子に座って行ったり、マットにうつ伏せになってもらって行ったりしましたが、衆人環視の中での治療はリラックスには程遠い内容。

できるだけ個々の生活スペースへ出向いて、1対1で会話できる環境での治療を心がけました。

被災した多くの方々は、体調が悪いにもかかわらずマッサージを受けることを遠慮しがちで、活動拠点を設置しても最初は治療をためらう人が多いことが多く見受けられます。

東北人の気質ともいえますが、治療を希望していても申し訳ないという気持ちが先に立ってくるようです。

遠慮している患者さんには「誰が倒れても迷惑がかかりますよ」と言って、長期にわたる避難所生活では全ての人に治療が必要だということをごちから言ってあげることが必要です。

限られた時間ですから、できるだけ多くの人を治療したい気持ちになります。

被災者だけでなく、支援者も疲れ切っていました。

長期化する現実と共に支援者へのケアも必要だと感じますね。

そんなこんなで、およそ3時間弱のボランティアは終了。

岩手県師会では毎週日曜日、いくつかの避難所を回って活動すること。

まだまだ避難所は数多くあるので、ひとりでも多くの支援者が必要です。

それも単発ではなく、定期的な活動が望まれます。

後ろ髪をひかれる思いで帰路に就くのですが、津波当時の話をきくと、やはり涙をこらえるのが大変です。

支援している人たちも根気よく活動しなければならない大災害。

これからも少しでも協力できることはやっていきたいと思います。