

以下には要点のみ示す。

#### 1) べてるの家の活動

精神障害当事者は、マイナス思考（自分が悪いことをしたのではないか、能力が足りないのではないかといった否定的な考えをもつこと）や妄想、幻聴、その他の難しさにより、事前の準備がなければ発災時に安全を確保することは難しい。しかし、日常生活のために行っている自分の病気を積極的に「研究」し、「練習」するSST（Social Skills Training）取り組みを援用し、地震や津波について勉強し、それへの対応を練習するという実践を積み重ねてきた。

「4分以内に10メートルの高さまで避難する」という具体的な目標を決め、音声と画像、文字から同時に情報が得られるDAISY(Digital Accessible Information System)を用いたマニュアルを使い、夜間、冬期、入院中のメンバーを含む訓練など、避難訓練を繰り返している。また避難の時に持ち出す非常持ち出し品についても準備をしてきた。

これらの活動の積み重ねにより、2010年2月のチリ沖地震による津波に対しても「みんなで練習通り逃げよう」と声を掛け合って安全に避難することができた。そして、長時間避難所にいる間、どのように過ごすのか、そのために何を備えるのが新たな課題として浮上した。

精神障害など困難を抱える人もSSTを応用し、その障害に合わせた対処をしながら繰り返し練習することで安全に避難する方法を段階的に確立していくことができた。

#### 2) 浦河町内自治会の活動

浦河町東町第五自治会では、2003年から高齢者が3人1組で小学生の下校時に声を掛け合うシルバーPTAの活動に取り組んできた。この活動により地域のコミュニケーションが促進され、自治会活動への参加も促進されている。防災活動としては、高齢者による避難訓練を行っているが、シルバーPTAの活動は災害に備えて助け合う体制づくりに直結し、災害時に大きな力に

なることを確信できている。

ただ、個人情報保護法の施行以来、要援護者の情報が得られにくくなっていることで被災時に迅速に救助することが難しいのではないかと懸念している。

#### 3) 神戸市灘区の活動

阪神淡路大震災の際には大きな被害を出した地域である。震災当時には障害者施設の横のつながりがなかったため、その後、当事者団体が集まってネットワークをつくり、どのような地域作りをしたいのか、話し合いを行っている。防災活動については「きらく・共生部会」の中で取り組んでいるが、地域の人に自分たちの困難を知ってもらうことに先立ち、互いの障害を知ることの必要性を感じた。

障害による困難を理解する場として「シナリオのない避難訓練」を実施した。そこでは実際に避難をしてみた後、そこで感じた困難、得た情報について話し合う機会を設けた。この活動により、障害による困難やさらに備えていくべき事項が明らかになり、また消防団の人にも困難を伝える契機となった。

障害について地域の人に理解してもらうことは難しいが、防災を通じて一緒に活動することで、障害のあるなしではなく、「お互いの困難」を知り合うきっかけになった。

#### 4) 高知市の活動

高知県高知市土佐病院では2000年から精神障害者と防災の取り組みを始めている。精神科デイケアのメンバーの当初の反応は「どうせ助からん」であり、2年間は地域との連携はなかった。しかしメンバーと「地域と仲良くしないと防災どころか生活できない」と話し合い、朝会ったら挨拶をすることから始め、清掃活動などにも参加する、買い物やゴミ捨てなど重い物を持ってあげよう、など地域との結びつきを築いていった。その結果、地域の高齢者から「避難訓練に混ぜてもらえないか」との申し出があ

り、グループホームの避難訓練に地域の高齢者とそのお孫さんが参加して合同訓練を実施することができた。その後は参加した高齢者がグループホームのメンバーができることについて老人クラブなどで話題にしてくれるなど、地域の中に溶け込む後押しとなってくれ、自治会に参加することができた。その後は地域から「防災訓練を手伝ってくれないか」と依頼を受けたり、作業所での避難訓練で初めて地域の人が作業所の中に入るなど、地域との結びつきをつくる契機となった。

実際に災害が生じたときには全ての人々が被災し、苦勞することになるため、全ての人々が同等の当事者となる。互助関係を築くことが大切であり、防災を機会として地域と日常の交流を深めることが可能であった。

#### D. 考察

浦河べてるの家および浦河町内の自治会や関係者で進めてきた防災活動は、べてるの家のメンバーが障害ゆえの苦勞を元に自ら防災活動を進め、それを発展させながら地域の自治会の防災活動にも参加し、地域とのつながりを強める機会としてきた。高知市の土佐病院の事例でも、防災を契機として地域の互助関係を築いており、それぞれ独自に取り組みを進めてきた結果が同じ結論に至っていたといえる。

またべてるの家の取り組みは、SSTの手法を使いながら、困難を表現し伝えること、実際に練習すること、その中から「さらによくする点」を発見し、継続的にスキルアップすることを大切にしている。神戸市灘区の実践も、シナリオのない避難訓練を実際に行い、その中から発見される課題を通じて互いの障害を理解し、課題を導く手法をとっていた。これもそれぞれ独自に進めた活動が同じ特徴を持っていたと考えられる。

このことから、浦河での活動は地域の防災活動に真剣に取り組むと結果的に導かれる普遍性のある一つのモデルケースであり、今後、各地

で取り組むには同様の手法を軸としながらそれぞれの地域の実情に合わせて適宜プログラムを組み立てることが可能かつ有効であると考えられる。また、楽しんで活動をするためにも互いの地域の連帯や情報交換は有効であろう。

#### E. 結論

浦河べてるの家では、各自が防災グッズを整えるなどの準備をすること、グループホームや活動場所からの避難方法について知恵を出し合い、訓練を定期的に繰り返すこと、それらの活動を地域の住民と共に行うことを目指し、実践してきた。この活動は、阪神淡路大震災の被災地である神戸市灘区の活動、南海地震が予想される高知市での取り組み、中越大震災の被災地での教訓と共通の意図をもつことが明らかになった。よって浦河町での取り組みは各地の実践に活かすための普遍性と合理性があることが示唆され、今後、我々の知見を伝え、各地と協力していくことが日本全体の安全に役立つものと考えられた。

#### F. 健康危険情報

なし

#### G. 研究発表

##### 1. 論文発表

##### 2. 学会発表

河村宏，清水里香，米山豊，田中知恵子，伊藤英助，後藤雅博，浅野宏嗣．障害者と防災－地域のつながりを再生する機会として－．日本精神障害者リハビリテーション学会 第18回浦河大会．2010.10.22-24．北海道．

#### H. 知的財産権の出願・登録状況

なし

## 障害者と防災—地域のつながりを再生する機会として

座長：後藤 雅博<sup>1)</sup>、浅野 浩嗣<sup>2)</sup>

シンポジスト：河村 宏<sup>3)</sup>、清水 里香<sup>4)</sup>、米山 豊<sup>5)</sup>、田中 知恵子<sup>6)</sup>、伊藤 英助<sup>7)</sup>

- 1) 新潟大学医学部保健学科 教授、2) 浦河町役場 企画課長兼移住促進対策室長兼新規就農支援室参事、
- 3) NPO 法人支援技術開発機構 副理事長、DAISY コンソーシアム会長、  
国立障害者リハビリテーションセンター研究所
- 4) 浦河べてるの家 生活支援員、5) 浦河町東町第5自治会会長、
- 6) なだ障害者地域生活支援センター、7) 土佐病院 総務部

### 1 シンポジウムの背景・目的

近年障害者や高齢者の防災は、我が国における重要なテーマとなっている。障害者や高齢者は、災害時に要援護者とみられるが、災害が起こる時やその前に自分達でできる“どのような支援が必要で、どうすれば「命の安全の確保」ができるかを検討し、体制を整えること”が地域で生活する上でのリハビリテーションであると言える。また、要援護者が「命の安全の確保」をできる方法は、誰もが「命の安全の確保」をできる方法であり、ユニバーサルデザインに繋がる。

災害時は地域の問題が露呈すると言われるが、防災への取り組みを進めていくことで「地域力」が高まり、地域が元気になる。防災活動は人と人とのつながりをつくる一つの糸口となるのではないだろうか。

こういった背景を踏まえ、「防災」「リハビリテーション」「地域再生」をテーマに、議論したい。

### 2 北海道浦河町の取り組み

べてるの家がある北海道浦河町は人口約14000人(2010年現在)の小さな町で、太平洋に面していると共に、日本国内でも有数の地震地帯である。2006年には日本海溝・千島海溝周辺海溝型地震防災対策推進地域の指定を受けて、地震に伴う津波対策の必要性も改めて確認されている。べてるでは、2004年から地震と津波対策に重点を置き、町行政及び国立身体障害者リハビリテーションセンター(現 国立障害者リハビリテーションセンター)の協力の下、「地域でメンバーが安心して生活できるよう」非常災害時に対応するための防災プロジェクトを発足させた。2007、2008年度には、厚生労働省から「平成19・20年度障害者保健福祉推進事業(障害者自立支援調査研究プロジェクト)」

の認定を受け、避難マニュアルを作成し、町役場、地域自治会などの協力を得て避難訓練を実施した。

### 3 兵庫県神戸市灘区での取り組み

神戸市の人口は現在約154万人弱、9区に分かれている。灘区は、人口約13万人、約31k㎡。北は六甲山を控えた山麓地域、南は大阪湾に面した住商複合の地域で、現在区内には、精神・知的・身体それぞれの通所事業所や幼児通園施設、養護学校、地活、相談事業所、居宅支援事業所、GH等がある。しかし“短期入所できる施設がない、重心施設が満員、一時預かり場所がない”等の課題も抱えている。灘区は組織だった横の繋がりにはなかったが、H19年12月に地域自立支援協議会が設立された。現在3つの部会に分かれ、中でも「きらく・共生部会」では肢体、視力、聴力、知的、精神等様々な障害に関わる方が参加して、防災という課題を中心に、地域といかに関わり、生活のしづらさを知ってもらえるかなど、自助・共助に向けた取り組みをしている。

### 4 高知県高知市での取り組み

高知県は人口約77万人の県で、高知市は約34万人と県民のほぼ半分が在住し、坂本龍馬やよさこい祭りで知られる。高知県のはるか沖合の水深4000m付近には南海トラフがあり、100年前後の周期でマグニチュード8以上の巨大地震を起こしている。この南海トラフ沿いの地震により大津波が発生し太平洋側の西日本沿岸部を中心として大きな被害を受けている。他にも台風・大雨・洪水・土砂崩れなど多岐にわたる災害の可能性を有している。また精神障害に関わる人達が生きる希望を持てるよう地域とのつながりを大切にしながら防災活動に力を入れている。

## 資料Ⅱ-1-2

### 障害者と防災～地域のつながりを再生する機会として

※2011年3月11日の東日本大震災により被災された方々に心よりお見舞い申し上げます。この原稿は、2010年10月23日に開催された日本精神障害者リハビリテーション学会第18回浦河大会 大会シンポジウムⅠ「障害者と防災～地域とのつながりを再生する機会として」に加筆・修正を加えたものです。

浅野／座長の、浦河町企画課の浅野です。よろしくお願いします。

後藤／同じく座長の新潟大学の後藤です。よろしくお願いします。

浅野／今日は「防災」をキーワードに5名の皆さんに報告いただき、ディスカッションしていきます。

最初は河村先生から今回の趣旨等、お願いします。

河村／支援技術開発機構の河村です。災害時には時々大きな犠牲が出ます。この辛い思いを失くしたいと、研究しています。

災害というと、私自身も「助けに行く／救護者」「助けてもらう／犠牲者」の役割分担で、どのようなシステム、救援体制にすればいいかと考えがちでした。しかし、1995年阪神淡路大震災で亡くなった方々の貴重な検死報告が、これまでの防災対策を大きく変え、命の犠牲を減らすための新しい角度からの研究が必要と思われ知らされました。

阪神淡路の犠牲者の方々は「地震後30分以内に多くの方が亡くなっていた」。つまり遠くから救援が来る時間的な余裕はない。そして思うように逃げられない高齢者や障害者の犠牲だけでなく、多くの若い方も亡くなった。家が潰れたら、頑強な方でも自力では逃げ出せないのです。一方で埋まった家においても隣近所に助けられた方たちもいて、非常に激しい地震などの極限的な状態の時は「隣同士で互いに助け合う以外命が助かる方法はない」ことがわかってきました。逆に言うと、普段から隣同士よく連携しあって、「自分はここが困ってる」ということをお互いにわかり合えば助け合うことが可能になり、生き延びる確率が高くなる。

地域連携には、みんなが助かる1つの条件として「正確な知識の共有」が必要です。津波だと、どこへ逃げれば一番速く、確実に助かるか。これが共通した知識にならずばらばらに逃げたら、助かるものも助からないのです。

8年前、私は「こうやればみんなが助かる」と実証できる場所が欲しいと、浦河に共同研究の地を求めました。浦河は地震に強い住民の意識が発達・定着していて、べてるもあった。

私どもは技術的なお手伝いなどをしてきました。住民の方やべてるの皆さんの活動が積み重なって成果をもたらし、私もたくさん勉強させてもらうことができました。

浅野／河村先生、ありがとうございます。次に浦河べてるの家の報告をお願いします。

清水／浦河べてるの家の清水です。浦河町は人口約1万4000人の小さな町で、主な産業がサラブレットの育成と水産業、特に日高昆布の特産地として有名です。浦河では地震がとても多く、10年に1度は震度5以上の地震があり、過去に津波が来た経験もあります。

べてるの家の活動は浦河で約30年前に始まり、精神障害などの苦勞を持った人たちが当事者活動を展開

して暮らしています。「商売」として、地域の特産品の日高昆布を全国に売る取り組みをずっと続けてきました。べてるの住居や就労の拠点は町内に点在し、ほとんどが海沿いで津波の心配があります。

池松／2003年の十勝沖地震、浦河は震度6弱でした。この地震の後、地域で住む一員として「災害は他人事ではない」と取り組みの必要性を感じ、べてるの家の防災活動を始めました。

清水／防災活動を始める前は、地震があってもとにかく「怖い」という思いだけで何もできませんでした。どこに逃げたらいいかわからない。頭が真っ白になって固まる人もいます。マイナス思考や妄想の強い人は、「この地震は自分が起こしてしまったのでは」と罪悪感を感じたり、幻聴さんに「逃げるな」と命令されて逃げられない人もいます。これでは大きな地震や津波が来たとき命を落としかねません。浦河では「自分を助けるプログラム」と言って、自分の病気を積極的に「研究する」「練習する」という活動をしています。防災もSSTのように、「自分を助けるスキル」として「練習」して身につければいい。地震についても積極的に知って、病気や幻聴さんと一緒に逃げる、という取り組みを始めました。

池松／まず、地震や津波について勉強しました。過去に浦河で津波は5分以内に来たらしい、最大で8mだったらしい。そこで、各住居や活動拠点から「4分以内に10メートル以上の高さ」の場所を具体的に目標設定し、避難訓練をしました。私たちの活動のポイントは「楽しく」。防災の歌をつくって歌ったりもします。SSTを活用して自分を励まし、幻聴さんのある仲間とも声をかけあっての練習です。避難訓練は必ず年2回、夏と冬に行っています。

最初は目標の10m地点まで8分かかったのが徐々に短くなり、今では4分位になりました。歩くのが困難な仲間を手伝って逃げる練習をしたり、より過酷な状況として夜間訓練や、退院予定の仲間も病棟から外泊時に練習したりしました。

清水／地震がきた時の「どうしたらいいかわからない」という認知が、練習・研究を続けていることを知って、「仲間と一緒に4分で10mのところに逃げればいい」と変わったことで、声を掛け合って安全に避難できるようになり、自分を助けることができるようになってきました。

活動の工夫として、避難方法を学ぶツールには「DAISY」を活用しました。DAISY(Digital Accessible Information System)とは、音と文字と画像を同時に表示するデジタル録音図書のことです。障害を抱えながら地域で生活する上では、たくさんの苦労があります。私自身は統合失調症で、常に人に監視されているという「サトラレ」の苦労があります。緊張して現実のことに集中するのが難しかったりします。DAISYだと、同時に目と耳、複数の感覚器官を通じて情報をキャッチできるので、私たちにも理解しやすい有効なマニュアルになっています。

DAISY／標高はおよそ3mです。大きな地震が来たらすぐに逃げる必要があります。

きれい荘の避難場所は浦河高校です。いつでも落ち着いて避難できるように練習しましょう。

(ただ字で見るだけでなく、写真を見るだけでなく、色がつくところにポイントがある。)

清水／病気の薬と水を欠かさずに避難リュックの中に入れるようにしています。

2010年2月27日、チリ沖地震の津波が日本にもきました。津波到達時刻まで時間があつたので、津波の予定時刻より1時間程度早く、みんなで「練習どおり逃げよう」と声を掛け合って避難しました。実際の避難を練習通りにでき、自信になりました。苦労は、長時間避難先にいなければいけないという現実的なことでした。更に良くする点として、逃げたあとの工夫も今後考えなければと振り返りました。今後の活動にも活かそうです。

池松／防災の活動は地域の自治会でもやっています。米山さんの東町第五自治会で「1泊避難訓練」をした時、メンバーも地域住民として一緒に参加しました。

清水／べてるで大切な理念のひとつ、「弱さの情報公開」。自分たちの持っている苦勞を紹介して、自分の助け方を学び、実践する。これが防災の中でも活かされています。

「障害を持つ私たちが安全に逃げられる」ということは、「町民全員が逃げられる」ということです。実際に町民の皆さんと一緒に活動をして、それを確認できることが嬉しいです。

池松／自分を助けるため、仲間を助けるために、町や人のことを知るのも大切と考えています。以上で終わります。

浅野／ありがとうございました。次は浦河の地域から、東町第5自治会の米山さん報告をお願いします。

米山／浦河町東町地区の「東町第5自治会」で自治会長をしております。

東町地区には道立浦河高校や浦河赤十字病院、老人福祉施設などがあり、900世帯で人口約2400人が暮らし、8つの自治会が連合自治会を組織しています。東町第5自治会は約400世帯、人口500人強の方が暮らしている自治会です。

総務省の統計資料によると、2015年には65歳以上の方が4人に1人になると言われています。

当自治会でも高齢者が多く、自治会活動で高齢者による「シルバーPTA」という事業を行っています。

2003年頃、全国的に小学生が連れ去られたり殺害されるという事案が発生しました。これを受け、2004年の夏から、自治会で子どもたちを守るため「シルバーPTA」の活動を始めました。高齢者がローテーションを組み、毎日3人1組でたすきを肩にかけて街頭に立ち、子どもが学校から帰ってくる時間帯の2時半から1時間、子どもに挨拶したり交通事故防止を呼び掛けるなどの「目に見える活動」を行ってきました。毎回メンバーを交代しながら組むよう工夫しています。世間話をしながら活動しているうちに、なかなか話す機会のない者同士が、コミュニケーションをとれるようになっていきました。

この事業を通じて、互いに誘い合って自治会活動に参加することにもつながっています。

防災活動ですが、浦河町は地震多発地帯のため、今自治会活動で求められているのは災害に強い地域づくりと、子どもや高齢者や障害者など、いわゆる災害時要援護者にも配慮した活動です。

2006年に浦河町の災害弱者の避難誘導體制の確立をはかるため、国立障害者リハビリテーションセンター協力の下で避難訓練を行う自治会として、当自治会が推薦を受けました。そして、関係機関の指導の下、自治会独自で「高齢者による避難訓練」を始めました。車いすを使つての避難訓練や、簡易担架の作り方と搬送訓練も行いました。浦河町で行われた全道規模の北海道防災訓練にも参加しました。

地図情報システムを活用して「机上訓練」を行い、大雨災害や津波襲来時におけるそれぞれの避難場所を選定するなどの学習会も行ってきました。

このような訓練や学習会を通じて、地域住民の方に災害に対する関心を高めてもらおうというわけです。

大規模地震が発生した場合、「隣近所の助け合いが大切」と言います。自治会が普段から、「向こう三軒両隣」のお互いに助け合う環境作りが求められ、これが災害に強い地域づくりを築きあげていくものと思っています。日中に災害が起こった時、自治会に残っているのは大半が高齢者や子どもだけです。「シ

ルバーPTA」の活動は、助け合う体制づくりにも繋がると感じ、災害時に大きな力になってくれるものと感じております。

「命を守る」「財産を守る」「安心・安全な地域づくり」は、町の発展にもつながるものと思い、今後も活動を続けていきます。

最後に、課題も提起しておきます。

1993年の個人情報保護法の施行により、高齢者の状態や、災害時要援護者の個人情報が得られにくくなっています。災害時には一刻も早く救助に当たらなければならないことは、阪神淡路大震災の教訓として取り上げられたにもかかわらず、これは浦河町だけでなく全国各地でも問題提起されているところです。個人情報保護法の弾力的な運用を行政側に強く望むところです。以上で終わります。

浅野／ありがとうございます。今度は神戸市灘区の田中さん、お願いします。

田中／神戸市灘区の田中です。神戸は1995年1月に阪神淡路大震災で被害を受けました。

神戸の防災計画では、区で「防災福祉コミュニティ」を立ち上げ、各自治会や民生員の活動が進んでいます。障害者の防災は自立支援協議会の活動で取り上げ、今3年が経過したところです。

神戸市は人口約154万人弱、北側が山に囲まれ、南側は海。真ん中に建物が多く並んでいます。9区に分かれ、区によって人口・面積ともにばらつきがあります。

灘区はエリアが狭く、面積約31平方キロ、人口約13万人。東西は自転車でも走れる距離、南北は山の方まで住宅が立ち並ぶ地域です。

阪神淡路大震災は、朝方5時頃に発生したマグニチュード7.3の都市型直下地震でした。私たちのセンターのある灘区六甲町は震度7、人的・物的被害が多かった。家屋が倒壊し、窒息・圧死で亡くなった方が全体の7割。神戸市の作業所は小さな木造が多く、倒壊したところもあります。鉄筋コンクリートの建物は残っている所もありますが、木造の建物は倒壊し、その後災害復興住宅ができ、経済復興があり、現在街並みは変わっています。

神戸市は障害者自立支援法が始まった時「身近に相談できる場所を」と、障害者地域支援生活センターを設置。現在では各区に1~2カ所あり、各所4~5名の職員が基本的な相談業務の他、地域自立支援協議会の運営をしています。障害者のネットワークは、地域自立支援協議会で取り組んでいます。

灘区は震災当時、精神の作業所1カ所、幼児の知的施設、複合センターが1カ所しかなく、社会資源が少なかった。現在15カ所位に増えましたが、もともと横のつながりがありませんでした。

地域自立支援協議会の活動では、まず始めにそれぞれの作業所と5つの当事者団体に集まっていただき、自分たちがどんなネットワークをつくり、どんな地域作りをしたいかという話し合いをしました。

現在は3つの部会で活動していて、当事者の方に名前をつけていただいた「きらく・共生部会」で防災活動をしています。療育手帳や身体手帳が入るような大きさの「なだびとサポート手帳」を作ったりもしました。

この部会には、聴力障害も肢体不自由も、精神も知的の方もいらっしゃいます。話をして、お互いの障害を知らないと気づきました。障害のある私たちでさえ互いの障害を知らないのに、地域の方に自分た

ちの困難を伝えることができない。災害時などの緊急時の対応を考えようということで、障害当事者の方、民生委員、知的障害者のお母さんなどで、避難訓練をしました。

最初は普通の一般的な避難訓練をしていました。しかしこれでは障害による困難がわからないので、「シナリオのない避難訓練」を始めました。

「シナリオのない避難訓練」では、前半1時間ほどグループに分かれ災害をテーマに話し合います。例えば、「停電で真っ暗で見えないとき何が要るか」。話し合いの最中に、「火災発生、避難してください」という放送を流しました。この時、「誰がどんな障害を持っているか」を伝えず、「誰が誰を助けるか」も設定せず、「避難する」ということをしました。

避難訓練後、もう一度部屋に戻ってきて、避難している時「何に困ったか」「どういう情報を得たか」という話し合いをしました。目に見えて「杖をもった人」や「車いすの人」は助けやすいけど、聴力障害の方などにはどんな支援が必要か気づかなかった、ということが出されました。消防団の方にも「外から見える障害と実際の困難が違う」ことに気づいていただくきっかけになりました。また、「災害時は、その時にいろんな情報を聞き、判断し、行動しなければならない」「避難生活が長引くと避難所で共同生活を送らなければならぬので、単に逃げれば解決ではない」ということがわかります。

私たちは防災の専門家ではないので、「防災を通じて灘区をいかに守るか」を考えるのは難しいと思っています。また、「障害者とは何か」ということ、例えば統合失調症はこういう障害があると話をしても、地域の方にはなかなか聞いていただけません。しかし防災を通じて一緒に活動することで、障害のあるなしでなく、「お互いの困難」を知り合うきっかけになると思います。

防災活動後、地域の喫茶店から声をかけていただき音楽活動をしたり、その喫茶店で障害者の方がウエイトレスとして働く、ということにもつながってきています。

最後に課題。灘区でも自治体で要援護者名簿を作っています。ただ、本人の同意は得ておらず、金庫の中に眠っています。災害時に区役所が確保できる緊急の電話回線は6回線で、休みなく電話で安否確認をしても62時間かかると言われていますので、いざというとき役立ちません。また、支援者をどう育てていくかも大きな課題です。

浅野／ありがとうございました。最後の報告、高知の伊藤さん、お願いします。

伊藤／高知県高知市の土佐病院で事務をしている伊藤です。高知県も地震確率が高く、東南海地震、南海地震が50年以内に90%以上の確率で発生すると言われています。台風、大雨、土砂崩れなどの災害にも遭いやすい地域です。高知市では震度5強以上と言われています。土地が低く大きな川でできた湿地帯で、ほとんどの面積が海拔ゼロメートル。埋立て地で地質がもろく液状化が起りやすい。津波も予測されます。最近の震災地図では、津波による浸水は高知市の奥の方まで2~3m、入り口の付近で8mと言われています。

土佐病院では2000年から精神障害者と防災の取り組みを始めました。私は防災管理者で、単発で精神科デイケアの「災害の備え講座」をやってほしいとの依頼でやりました。メンバーの反応は、「どうせ助からん」。デイケアは地域で生活する人のプログラムのはずなのにと、私は危機感を覚えました。「協力者



がいなくても何かしたい」と、翌年グループホームでの防災訓練を実施しました。

始めてから2年、地域との連携はなく、利用者と「地域と仲良くしないと防災どころか生活できない」と話し合い、向こう三軒両隣、朝会ったらあいさつから始めました。世話人さんが行っていた地域の清掃活動にも、メンバーが参加するようになりました。また、「みんな体力はあるから、買い物やゴミ捨てのとき重そうなら持ってあげよう。」と話していました。

そのうち、地域の高齢者から「避難訓練に混ぜてもらえないか」と言われました。グループホームだけで始まった避難訓練に、地域の高齢者の方がお孫さんを連れて3~4名参加。初めて合同訓練が成立しました。

それまでグループホームの存在はみんな知っていても、町内会長さんと民生員さんしかどんな人が住んでいるか知りませんでした。老人クラブなどで高齢者が「この人たちこんな力を持ってる」と話し、参加していた方が家に帰って話す。そこから後押しをもらい、グループホームは町内会の一員になりました。その後地域から「防災訓練を手伝ってくれないか」と話がきて、メンバーも一緒に行きました。約60名で避難訓練をしました。この頃から「防災は地域と障害者をつなげられるかもしれない」と感じるようになりました。作業所でやったときは、初めて作業所に地域の人が入ってくれました。「おいしい防災」というテーマでやったときは、賞味期限切れが近い防災非常食を食べながらの訓練でした。

その他、10年間の実践で考えたことをいくつかお話しします。

「災害の持つ当事者性」。「災害弱者」に対をなす「災害強者」はなく、みんな「災害弱者」です。家を失って困るのは年寄りも若者も一緒。誰もが災害にあい、みんな被災者です。発生する課題に年齢や性別の差がなく、根本的回避方法がない。みんなで助け合うことが最善の生存戦略です。

「日常生活と被災時の関係性の投射モデル」。災害発生時は自分で身を守らなければならないが、日常生活が豊かでたくさんの人と関わりを持つと、災害後の生活をより豊かで安定したものにできる。つまり、日常生活という基盤を持たない防災は成立しない。逆に、防災を機会として地域と日常の交流を深めることが可能です。

これらを考えたとき、障害者も含め「防災が社会のつなぎ目になる可能性がある」。

「伝達より対話」。大事なものは基本知識と活用できる柔軟性であって、ただ情報を詰め込むことではありません。そのために話をする必要があります。ただ情報を与えるのではなく、どうして、ということ地域の人や当事者の方と話し合います。

「笑い」や「弱さの共有」も大事。真剣であることと深刻であることは違います。

どうしたらいろんな人と関係が持てるか。当事者だけではなく、高齢者や他の人との「互助関係」の構築を模索しています。その中で現在イメージしている目指すべき社会のモデルは、都市開発の考え方。「互助」の考え方をもう一回見直して「共助」に働きかけたり、自助への補助や、公助への働きかけができないか、まじめに考えています。

最後に、高知市での将来に向けた取組みについて。

現在防災の取り組みは「知的・身体災害時支援検討会」に所属しています。市内の各職にも、コーディ

ネーターの育成マニュアルを作ることや、モデル地区での講演会や事業所を結びつける支援を考えています。

「このゆびとまれ」という活動も開始しています。事業所などが中心になり、民生委員・訪問介護さんと協力し、地域の事業所の訓練に地域で独立して孤立している人に参加してもらうことで、地域社会ともう一度結びつけなおす活動です。

「向こう三軒隣防災講習」では、重身の方を対象に、近くの方に「何かあったら助けてください」というのを目に見える形でやっています。

結び付きを広げる活動として、防災活動も指導者主導から当事者主体にシフトしています。グループホームや作業所の防災訓練の推進で、今年の9月、3団体合同の防災訓練も行いました。

以上です。

浅野／伊藤さん、ありがとうございました。

河村／パネルディスカッションに移ります。米山さんから一つ問題提起がありました。

困っていることがわからないと助けられない、しかし個人情報を開示してはいけないという大原則。個人情報の取り扱いについて、べてるの家ではどのように取り組みを進めてきたか、清水さん、教えてください。

清水／私たちは「弱さの情報公開」をしています。弱さを出した方が安心して暮らせるというのを、身をもって日々感じています。普段私たちは、自分の障害や弱さを隠すことよりも、みんなに知ってもらう努力をしています。先日も町から要援護者名簿の登録用紙が来たので、「これで私たち災害のときも安全に逃げられるね」と、みんなで喜んで提出しました。

河村／ありがとうございました。会場に、高知の市役所から関田さんにいらしていただいています。いかがですか。

関田／高知市役所の元気いきがい課の関田です。個人情報は基本的には公開できません。しかし災害直後は地域での支援が重要で、要援護者の情報取り扱いについて私たちも苦慮しています。

市内に2ヶ所モデル地区を設けて、町内会長さんや民生さんに地区の防災活動での要援護者情報の把握を行って頂いています。個人宅への訪問なども地域にお願いして、普段のつながりの関係を使って聞き取っていただいて、防災活動に利用する同意をいただいて、要援護者支援について検討して、避難訓練などを行っています。

市内でも普段からつながりがあるところではできましたが、「都市部でも同じことができないか」と、都市部のモデル事業を考えていますが、なかなかうまくいくかというところです。

要援護者の方からいえば、情報を公開するには支援してもらいたい、というのがあると思います。その支援体制が地域にあるかどうかに関わりますので、難しいところかと考えています。

河村／ありがとうございました。今日は神戸から聴覚障害の当事者団体の方がいらっしゃっています。情報開示について一言いただけたらと思います。

多田／兵庫県芦屋市から来ました多田です。阪神淡路大震災を経験しました。神戸市で聴覚障害者が一番困ったことは、障害者が広い範囲のどこにいるかが分からなかった。そのとき、行政に「情報がほしい」とお願いしましたが、「個人情報の問題があるのでダメ」と言われました。

芦屋市では、障害者の情報として提供してくれました。芦屋市の中でも聴覚障害者の家に訪問して、状

態を把握できました。

私は聴覚障害者の立場として、個人情報について、普段はプライバシーを守って情報公開がなくても、災害が起こったときは、してほしい。障害者の情報を提供して、命を守る。逃げるためにも、障害者として情報を公開してほしい、それが大切だと思っています。

河村／ありがとうございました。それでは、私の意見をひと言。

私は浦河に来るたび学ぶことがあります、まだしばらく続くと思っています。素晴らしいのは、障害を持っている方や高齢の方が困難の視点を提供し、それがみんなのものになって「何とかしよう」と一緒に考えて、解決方法を見つけていることです。それがいろいろな穴をふさいで、行政だけでできないことも知恵が出されて、一緒に動く人が出てきて、形を成していく。時間はかかりますが、「こうやればできる」という形が見えるのは、ほかの地域やグループへ励ましの効果があると思います。

災害はいたるところであります。アジア太平洋障害者の十年もこれから第3次に入るところですが、国際的な防災戦略でも「隣土の連携」、国際的にも連携しないと対策できないことがたくさんあります。浦河で学んだことを次の展望につなげるには、「今、これに困っている」という、当事者の皆さんの発言を基礎にして組み立てていくしかないと思います。

これでパネルディスカッションを終わり、座長に戻します。

浅野／河村先生、ありがとうございました。最後に後藤先生からまとめをお願いします。

後藤／防災活動で「セルフヘルプ」と「地域づくり」をつなげる。「障害者だから苦勞させない」でなく、「生活している以上苦勞はあるから、自分の苦勞を取り戻す」というべてるの理念「苦勞を取り戻す」を思い出しました。また、河村先生が高知や灘とつながり、それをいろんな所につなげていると感じました。

新潟県は2004年に中越地震で震度7、2007年に中越沖地震で震度6強を経験し、精神科医の私は「災害時の心のケア」に参画しています。新潟大学の保健学科では、山古志村の、特に高齢者の健康問題のフォローアップをしています。

まず、清水さんの言った「薬を用意」は重要なことです。

大災害が起こると、医療の継続がしばらく困難になる。新潟の場合、遠隔地の病院が多く、道路が寸断され、震災翌日に県立病院からソーシャルワーカーが薬を自転車に積んで避難所に運びました。でも、その薬が必要な人がどこにいるかわからず届くまでしばらくかかりました。その間、特に精神疾患の場合「自助」しかない。

また、災害は個人に対してのストレスだけでなく、それまでの家族構造や地域を変えてしまいます。新潟でも、高齢者や障害を持った方は避難所や仮設住宅では耐えられず、遠隔の親戚や収容してくれる施設、精神障害者も地元の病院が使えないので遠隔病院に移った。その後、地域再生のプロセスに参加できず自宅ができた頃に戻る。それまで家長の役割や町内で責任を持った活動をしていた高齢者の居場所がなくなり、本来であれば緩やかに都市化して代替わりされたものが、一挙に変わってしまう。災害前から高齢者や障害者が防災に参加していれば、ダイレクトな変化は避けられるかもしれないと思いました。個人情報の話ですが、災害弱者の登録が始まったのは中越の後からです。中越の時全国から支援者が来ました。小千谷の保健師さんたちは書類もないのに「あの地域はこういう人がいて大変」と外の支援者

に指導できた。普段から地域を回りその人たちをよく知っていたからです。保健師さんたちは「普段から連携がないと、救急のときに連携できるわけない」と言っていた。非常事態には普段の付き合いが一番力を発揮します。

中越震災以後注目されている援助者の健康問題も非常に大事です。神戸のときはダイレクトな震災死がほとんどでしたが、中越の場合は関連死、震災後の長期的なストレスによる心臓マヒなどもかなり多かったです。山古志村役場職員の方は、1週間不眠不休で働いた後家に帰るとき交通事故で亡くなり、日本で最初に関連死として認定されました。皆さんからの報告にあった「住民自体が援助者になりお互いが援助する」、一方的な援助・被援助でない「相互援助」、これがこういった悲劇を避けるためにも役立つと感じます。

浅野／これを機に、こういう活動が全国各地で広がることを祈りながら、シンポジウムを終わります。ありがとうございました。

厚生労働科学研究費補助金（健康安全・危機管理対策総合研究事業）  
分担研究報告書

実証フィールドにおける防災啓発活動の効果に関する調査報告  
—2010年2月チリ沖地震に伴う津波に対する避難意識と避難行動—

研究分担者：間宮郁子 特定非営利活動法人 支援技術開発機構 研究員  
宇田川真之 財団法人ひょうご震災記念 21世紀研究機構 主任研究員  
清水里香 社会福祉法人浦河べてるの家 生活指導員  
河村宏 特定非営利活動法人 支援技術開発機構 副理事長  
八巻知香子 国立がんセンターがん対策情報センター 研究員

研究協力者：砂原肇 北海道浦河郡浦河町 東町第一自治会 会長  
米山豊 北海道浦河郡浦河町 東町第五自治会 会長  
早坂潔 回復者クラブどんぐりの会代表  
池松麻穂 社会福祉法人浦河べてるの家

本研究では平成 21 年度の研究において当該地震の発生から間もない時期に質的な調査を行った結果、多くの一般住民は避難していなかったこと、日頃何らかの防災訓練を実施している知的、精神障害者の福祉施設では多くの利用者が避難したことが明らかになった。本年度は、地域住民および福祉施設利用者に質問紙調査を実施し、実際の避難行動に関わる要因と課題について明らかにすることを目的とする。回答者の偏りに注意する必要があるが、本調査の結果より、これまで繰り返し勉強会や避難訓練を繰り返してきた精神障害当事者のグループメンバーは多くの人が避難の必要性を感じ、実際に避難行動をとっていた。また、避難時に感じた苦勞を解決するための方策を当事者と共に検討することは、全ての地域住民にとって効果的な方法の提案につながるものと考えられた。

#### A. 研究目的

本研究の実証フィールドである北海道浦河郡浦河町では、2010年2月27日に発生したチリ沖地震に伴い津波警報が発令された。

本研究は、同フィールドにおける先行研究において、避難方法を確立し、避難のための啓発活動を繰り返し実施してきた成果の上に、災害発生後の一時避難後、長期避難に移行するまでの3日から1週間程度の期間を、災害時要援護者を含む全ての住民が健康を維持して乗り切るために必要な備えについて明らかにすることを主たる目的

としている。避難後の生活への備えは安全な避難が完了した後に初めて有効となるものであるため、避難意識や行動はその前提となる極めて重要な要素である。

本研究では平成 21 年度の研究において当該地震の発生から間もない時期に質的な調査を行った結果、多くの一般住民は避難していなかったこと、日頃何らかの防災訓練を実施している知的、精神障害者の福祉施設では多くの利用者が避難したことが明らかになった。また、実際に避難した人々は、避難先で長時間過ごすことに苦痛を感

じていたことも明らかとなった。本年度は、地域住民および福祉施設利用者に質問紙調査を実施し、実際の避難行動に関わる要因と避難後の課題についてより多くの人々の経験から明らかにすることを目的とする。

## B. 研究方法

研究グループが先行研究以降、協力関係を結び、防災活動を行ってきた浦河町「東町第一自治会」および「東町第五自治会」、精神障害者の当事者グループである「どんぐりの会」の会員を対象として質問紙調査を行った。自治会会員に対しては、1世帯につき1票、どんぐりの会会員に対しては1人1票を配布することとし、質問紙の配布・回収は各自治会およびどんぐりの会を通じて行った。それぞれの配布数は、東町第一自治会143票、東町第五自治会206票、どんぐりの会89票、回収数はそれぞれ99票、71票、51票、回収率はそれぞれ69.2%、48.1%、57.3%であった。調査時期は2011年2月である。

東町第一自治会は最も海沿いの地区で、標高は低く、町が各戸に配布しているハザードマップにおいても津波での浸水が予測される世帯を含む地域である。東町第五自治会は第一自治会より川の上流に位置する地区で、標高は10メートルを超える。どんぐりの会の会員は浦河町および近隣町に住む人で、海からの距離、標高は様々な地域に住んでいる。

なお、実施にあたっては、特定非営利活動法人支援技術開発機構に設置されている倫理委員会にて承認を得た。

## C. 研究結果

### 1. 浦河町における被害及び避難の概況（平成21年度報告書より再掲）

津波到達時刻は下記のとおりであった。

- 第1波 14時 50cm
- 第2波 17時 90cm
- 第3波 19時 70cm

浦河町内での被害については、新聞等のマスメディアや町役場に報告された情報はない。

避難所は、8m以上の津波浸水予測地区（荻伏、堺町、大通り、東町、西幌別）に11箇所の避難所が設置された。そのほか、長時間の警報に対し不安を抱えた住民が自主避難したことにより、生活館を開放した地区が複数あった。避難所の設置に関わる時刻は下記のとおりである。

設置時間（12時頃）

解散時間（20時半）

利用者人数 30名（町役場記録）

避難指示発令 9:33

避難指示伝達方法 町内のスピーカー、公報車、NHKなど

### 2. 津波警報および避難勧告の認知と避難意識・行動

津波警報を知った時期(図1)は、いずれも5～6割の人が28日午前中に知ったと答え、大きな傾向の差は見られなかった。一方、避難勧告については、第一自治会の回答者は約4割が28日午前、1割が午後以降、どんぐりの会の回答者の4人に1人が28日午前、3割が28日午後以降と答えた。一方東町第五自治会では8割が覚えていないと回答した。

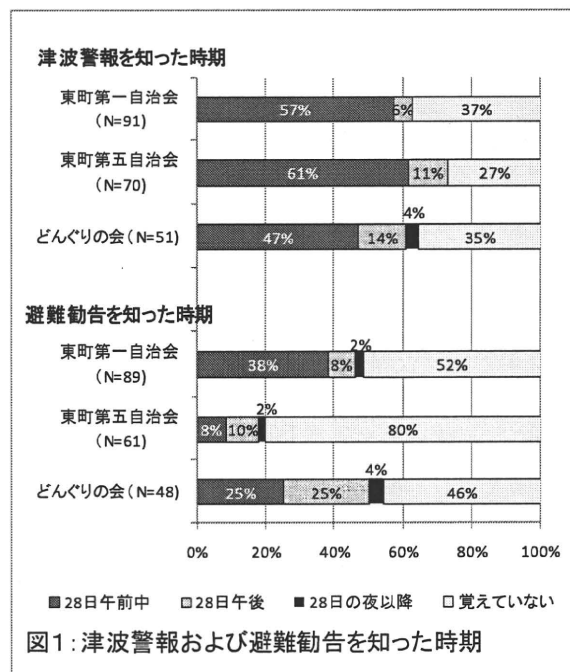
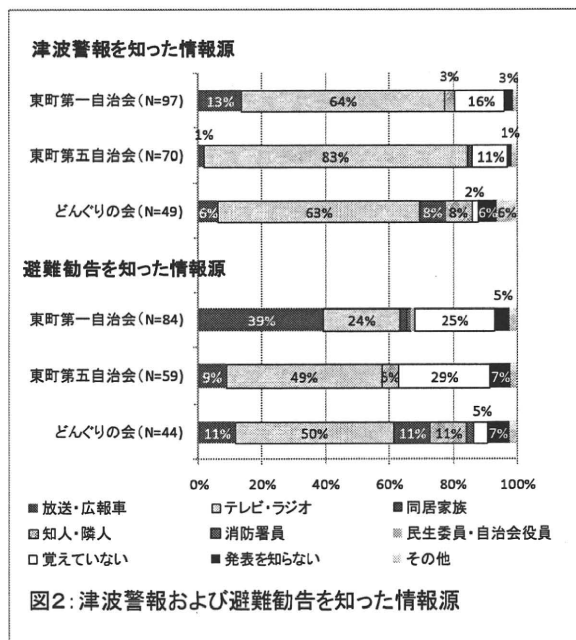


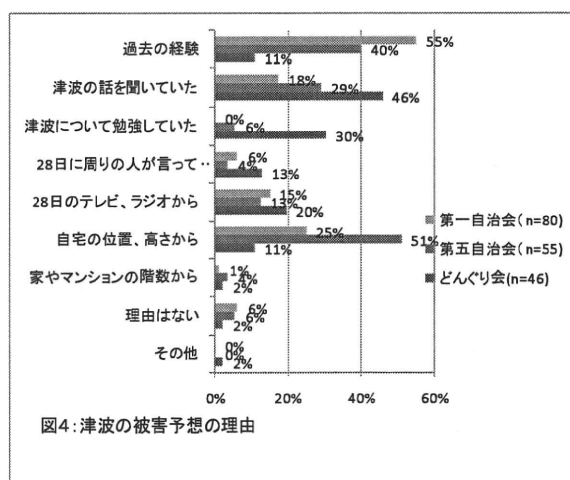
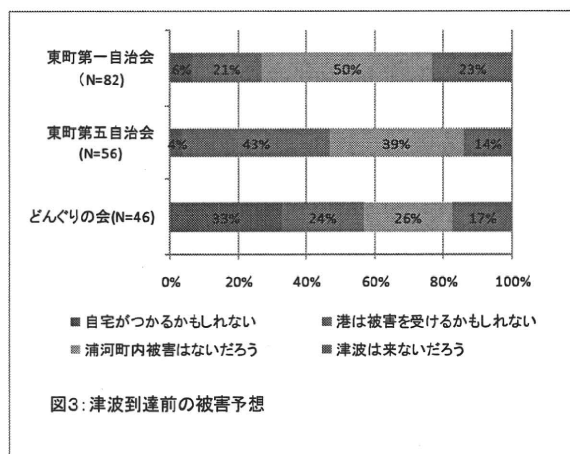
図1: 津波警報および避難勧告を知った時期

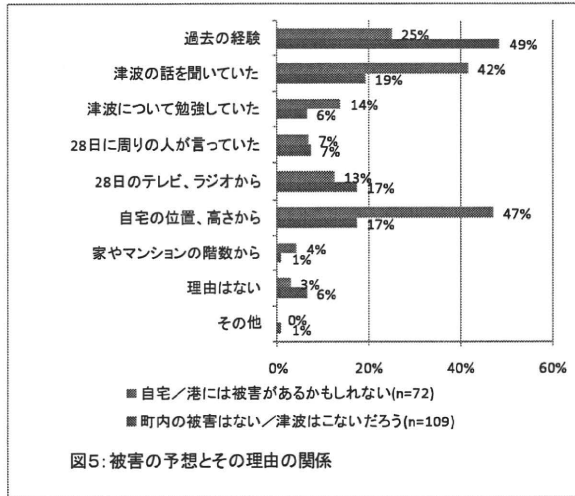


津波警報および避難勧告の発令を知った情報源については、図2に示した。津波警報についてはいずれの自治会、どんぐりの会ともにテレビ・ラジオを挙げる人が最も多かった。避難勧告については地区によって差が見られ、海沿いの第一自治会では放送・広報車を挙げる人が4割であったが、第五自治会、どんぐりの会ではテレビ・ラジオと答えた人が過半数であった。少数ではあるものの津波警報や避難勧告を知らないと答えた人もいた。

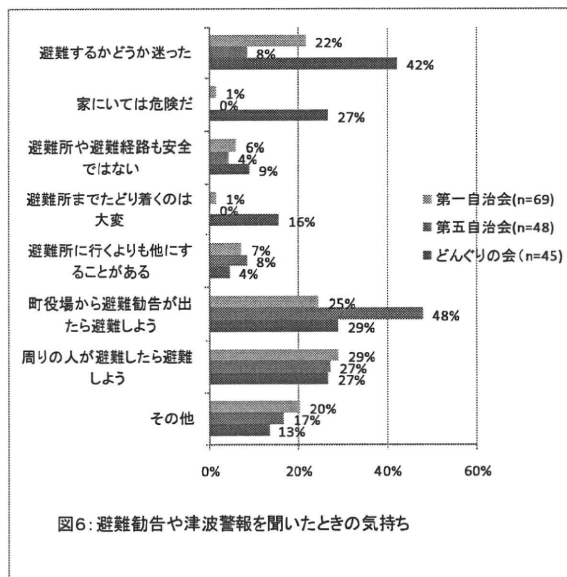
避難勧告や津波がくると聞いて津波が到達する前までの間、津波の被害をどの程度予測したのかについて尋ねた結果を図3に、その根拠を尋ねた結果を図4に示した。「どんぐりの会のメンバーでは3分の1の人が「自宅がかかるような大きな津波が来るかもしれない」と感じた」と答えたが、自治会の回答者では海沿いの第一自治会でも6%（5人）に留まった。海沿いの第一自治会でも多かった回答は「津波は来るだろうが、浦河町内に被害がでることはないだろうと思った」、川上にある第五自治会で最も多かったのは「近くの港は津波で被害を受けるかもしれないが、自宅は大

丈夫だろうと思った」であった。また、そのように予想した理由として、第一自治会、第五自治会の住民で最も多かったのは「過去の津波の経験から」であったが、他方、どんぐりの会の回答者では、「津波について勉強していたから」と答えた人が最も多かった。これらの理由を被害を予想したかどうかの別にみると（図5）、被害がないと予想した人の方が「津波の過去の経験」を挙げた人が多く、被害があると予想した人の方が「津波について聞いていたから」「津波について勉強していたから」「自宅の位置、高さ」を挙げる割合が高かった。





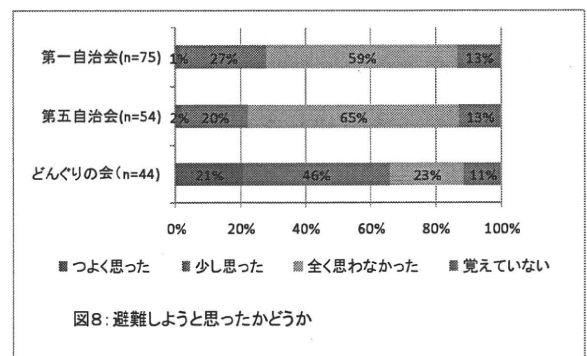
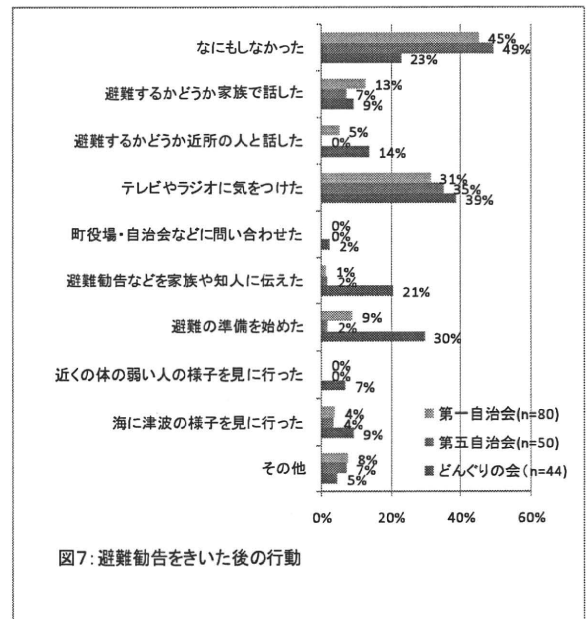
避難勧告や避難警報を聞いたときの気持ちを尋ねた(図6)。海沿いの第一自治会では、「避難するかどうか迷った」「町役場から避難勧告が出たら避難しようと思った」「周りの人が避難したら避難しようと思った」がほぼ同数、第五自治会では半数が「町役場から避難勧告が出たら避難しようと思った」と答えた。どんぐりの会の回答者は「避難するかどうか迷った」と答えた人が4割で最も多く、「家には危険だ」と思った人も3割だった。



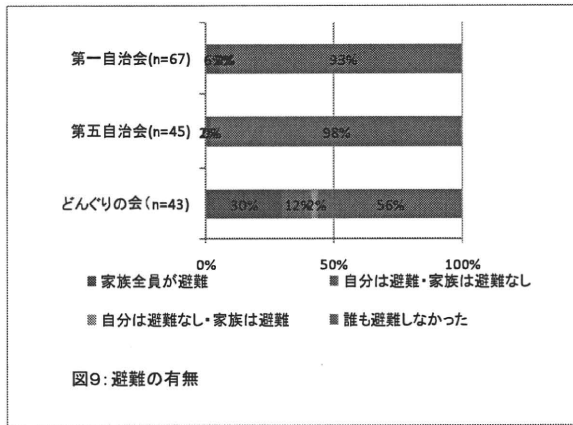
避難勧告や津波警報を受けて実際にとった行動としては(図7)、第一、第五自治会ともに「なにもしなかった」と答えた人が最も多く半数に達し、次いで「テレビやラジオに気がつけた」と答

えた人が3割強であった。一方、どんぐりの会では「テレビやラジオに気がつけた」が最も多く4割、「避難所準備を始めた」が3割、「避難勧告などを家族や友人知人に伝えた」と答えた人も2割いた。

避難については、第一自治会、第五自治会の回答者では、避難しようとして強く/少し思った人は3割に満たなかったが、どんぐり会の回答者では7割近くに達した。また、実際に避難した人の割合は、海沿いの第一自治会でも1割に満たなかったが、どんぐり会の回答者の4割が避難した。

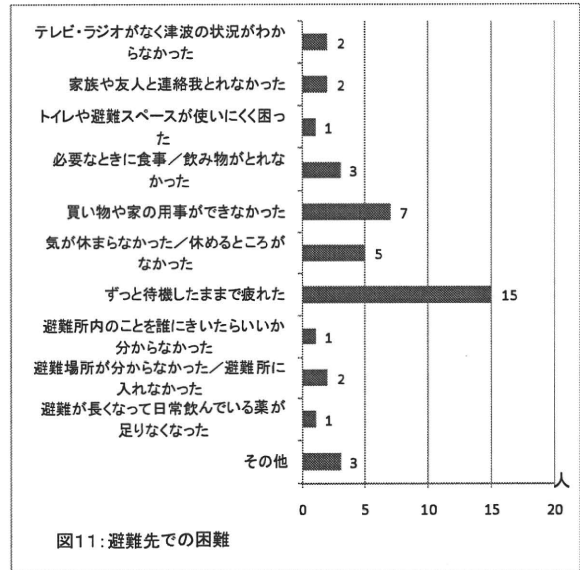
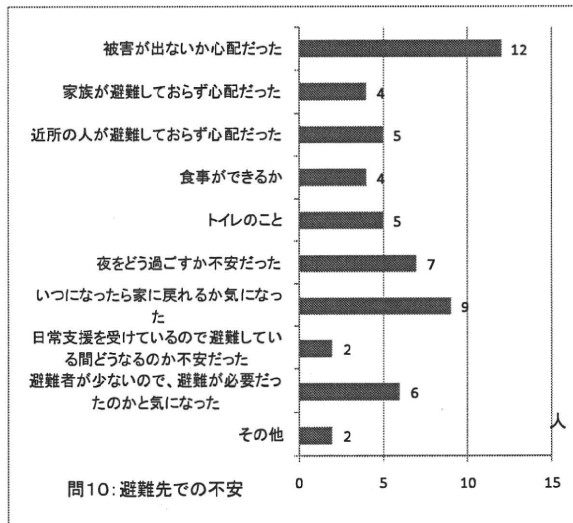






### 3. 実際に避難した場合の困難

実際に避難した 24 人が、避難所で不安に思った事柄について尋ねた (図 10)。「被害が出ないか心配だった」に次いで多かったのが「いつになったら家に戻れるか気になった」であった。避難先での苦労としては (図 11)、「ずっと待機したままで疲れた」との回答が多く、次いで「買い物や家の用事ができなかった」であった。



### D. 考察

#### 1. 避難意識と避難行動

今回の回答者は量的な傾向を把握するには多数とはいえ、また、いずれも関心の高い層であるため、結果の解釈には慎重である必要はあるが、どんぐりの会の回答者が避難に対する意識も高くまた実際に多くの回答者が実際に避難行動をとったことが明らかとなった。

どんぐり会の回答者の多くは、本研究の協力施設である浦河べてるの家のメンバーでもあり、これまでに繰り返し地域の津波被害予測についての勉強会や避難訓練に参加してきた。当研究班が関わる講演会、勉強会や避難訓練では、「避難して被害がなかった場合には、損をしたのではなく、いい練習ができてよかったと考えよう」と呼びかけている。2011年3月11日の東日本大震災での大きな被害は、個人の経験では想像し得ないような大きな被害も生じうることを、そのような被害の可能性もあり得るという想定と準備を持って対応することの必要性を示していると言える。その点で、結果的に軽微な被害で収まったとしても、それを「オオカミ少年」として捉えるのではなく、「よい練習の機会」として捉える風土を根付かせること、そして余裕をもった避難に向けて練習を重ねることは極めて重要であるといえるだろう。

## 2. 避難後の困難

困難として一番多く挙げられたのは「ずっと待機したままで疲れた」であった。長時間の避難は誰にとっても疲労をもたらすものである。今回避難したと答えた人の多くが、どんぐりの会のメンバーであり、精神障害などの困難を抱えた人である特性を持つ人が多く、そのニーズが切実に感じられた結果を示しているものと考えられる。よって、実際に避難を経験し、困難を感じたメンバーの知恵を出し合って避難時の苦痛を緩和するための方策を検討することは他の多くの人にとっても今後の助けになるものと考えられる。

### E. 結論

回答者の偏りに注意する必要があるが、これまで繰り返し勉強会や避難訓練を繰り返してきた精神障害当事者のグループメンバーは多くの人々が避難の必要性を感じ、実際に避難行動をとっていた。また、避難時に感じた苦労を解決するための方策を当事者と共に検討することは、全ての地域住民にとって効果的な方法の提案につながるものと考えられた。

F. 健康危険情報  
なし

### G. 研究発表

#### 1. 論文発表

#### 2. 学会発表

河村宏, 清水里香, 米山豊, 田中知恵子, 伊藤英助, 後藤雅博, 浅野宏嗣. 障害者と防災—地域のつながりを再生する機会として—. 日本精神障害者リハビリテーション学会 第18回 浦河大会. 2010.10.22-24. 北海道浦河郡浦河町.

浦河べてるの家. べてるの防災の取り組みについて. 浦河町地域防災フォーラム～浦河における今後の総合的な防災～. 2011.2.28. 北海道浦河郡浦河町.

H. 知的財産権の出願・登録状況  
なし

実証フィールドにおける防災啓発活動の効果と今後に向けた提案  
—浦河べてるの家のメンバーによる 2011 年 3 月 11 日東日本大震災発生時対応の検証—

研究分担者 清水里香 社会福祉法人浦河べてるの家 精神保健福祉士  
八巻知香子 国立がん研究センターがん対策情報センター 研究員  
河村宏 特定非営利活動法人支援技術開発機構 副理事長  
研究協力者 秋山里子、池松麻穂、伊藤知之、今堀彩、川端俊、坂井晃、辻ひとみ  
本田幹夫、本間恵子、向谷地悦子、吉田めぐみ、和田真  
(以上、浦河べてるの家メンバーおよびスタッフ)

3月11日の東日本大震災では浦河町にも大津波警報が発令され、実際に2.7メートルの津波が被害をもたらした。この津波の襲来に対して、べてるの家のメンバーがどのような避難行動をとったのか、また、さらに改善するにはどのような知恵があるのかについて振り返る「当事者研究」ミーティングを行った。

全員がこれまでの繰り返し行った避難訓練の成果を活かして、津波の第一波襲来前に適切な避難行動をとることができた。避難後、体調を崩し入院した人、緊張の中では普段以上に活動できた人がいたが、避難先で適切な行動をとることができた人であっても、感じた不安やストレスは大きく、それを緩和するための方策が検討された。

この「当事者研究」の参加者からは、練習の成果を活かして適切に避難ができたことを高く評価すること、苦労を分かち合うなど日頃からべてるの家のメンバーが大切にしていることが災害時にも有用であること、またそのスキルが有用であるからこそ避難先でも語り合う場を設定することが同意された。

A. 研究目的

2011年3月11日に発生した東日本大震災は、従来の想定をはるかに超える巨大な津波とそれに伴う甚大な被害をもたらした。本研究をともに進めている北海道浦河郡浦河町でも2.7メートルの津波が観測され、人的被害は免れたものの、港付近では大きな経済的被害を出した。精神障害者の当事者グループであるべてるの家のメンバーは、繰り返し津波を想定した避難訓練を実施してきたが、この津波襲来時にはその訓練がどのように活かされたのだろうか。また、さらに残された

課題はどのようなもので、どうすれば解決・軽減が可能なのだろうか。本報告では、べてるの家のメンバーが経験した発災時の対応と課題について整理することを目的とする。

B. 研究方法

べてるの家のメンバーおよびスタッフ計13人による「当事者研究」ミーティングを行った。当事者研究とは、べてるの家で長年培われてきた当事者による支援方法で、自分たちの経験を皆で語り合い、課題を明らかにし、また解決に向けた方

法を編み出すための議論を行うプロセスである。

(倫理面への配慮)

分担研究者の所属施設でもある浦河べてるの家のメンバーの参加については、障害当事者の同意のもと、研究協力者として研究を実施する主体として参加している。参加者は、被調査対象者ではなく、互いに事業の主体者として行う共同研究として実施している。

## C. 結果

### 1. 避難行動

この振り返りに参加したメンバーは、地震発生時に6カ所で地震を体験した。すなわち、べてるの家の日中活動場所である「ニューべてる」「セミナーハウス」「カフェぶらぶら」、共同住居である「しおさい荘」、「レインボー・ひだまり」、地域の医療機関である日赤病院の「デイケア」であったが、その全ての場所からすべてのメンバーが短時間で津波の第一波襲来前に高台への避難を完了していた。地震発生時に上記の場所にスタッフが居合わせない場合もあったが、避難は問題なく完了し、それぞれの避難先でスタッフと連絡を取り合うことができていた。

いずれの場所でも繰り返し避難訓練をしており、どこに避難するか、どの経路で避難するかについて迷った人はおらず、声をかけた人の呼びかけに応じて全員が避難行動に移っていた。

一時避難先が屋外であった場所では、長時間の避難は困難であろうというスタッフの判断で、携帯電話でテレビを見ながら、第一波到来までに10分以上あるという情報を元に車で屋内の別の避難場所に移動した。この移動は海拔の低い場所にある国道を通って移動する必要がある、その判断に立ち会ったスタッフは「迷いもあったが、まだ少なくとも10分あるということで移動を決めた」と話した。

### 2. 避難後に体調を崩し入院が必要となった人

べてるの家のメンバーの中で3人が今回の震災を契機に体調を崩し、入院が必要となった。

薬を持たずに避難し眠れない状況が続き、翌朝12日に薬を処方してもらった後も「固まる」状態が続いたメンバーは、入院が必要な状態となり、スタッフと主治医との連絡により緊急入院することになった。今後「自分をより上手に助ける」ための方法として、同様の状況が生じた際には、薬がないことを早めに伝え処方してもらい、辛い場合にはもっと早い段階で入院したいと伝えることで、より深刻な事態を避けることができるのではないだろうかという知恵が出された。

地震発生前から体調が悪い状態となっていたメンバーは、地震の揺れと妄想の感覚が一体となり、避難所から自宅に戻った後も「余震で建物が壊れたらどうしよう」という不安で自宅に留まることができず、深夜から共同住居と外を行ったり来たりしながら、スタッフが訪れ、入院するまでの数時間を過ごした。今回の当事者研究の中で、妄想や不安について避難先でも伝えることができていればつらさはかなり軽減されたのではないかと話し合われた。

避難先から帰宅した後に具合が悪くなった一人暮らしのメンバーのケースについても話し合われた。本人はこの当事者研究の時点でも入院中であつたため参加しなかったが、当日の様子から、避難所で解散となり、一人きりになった時の不安が極めて大きかったこと、迷惑をかけないように、しっかりしなければ、という意識が状態の悪化を招いたのではないかと推察された。他のメンバーからも、避難先より、一人になったときの方が余計に不安だったとの意見が多数出され、不安が強いときには共同住居で一泊させてもらうなど、孤立しない方法を考えることが重要だろうと話し合われた。

### 3. いつも以上に適切な行動がとれた人

不安などから体調が悪化した人も多い一方で、適切な行動がとれたと語った人もいる。いつもは自分の意見を口に出すことに困難を感じているという二人のメンバーは、「普段、人としゃべる