

自然災害と ストレスマネジメント



それでも僕らは歩み出す

磯野 清 Kiyoshi Isono



自然災害と
ストレスマネジメント
それでも僕らは歩み出す

Kiyoshi Isono 磯野 清

● 目 次 ●

はじめに——阪神・淡路大震災 17 年目のエール……………7

第 1 部 私の 1995 年 1 月 17 日……………11

第 2 部 避難所の教師たち
——あの日、そして 11 年後……………47

第 1 章 あの日、何が起こったのか……………48

第 2 章 教師 236 人へのアンケート……………56

まずは先行研究を調べてみた 56

アンケートの方法とその内容 58

データを考察してみると…… 61

自由記述から見えてくる阪神・淡路大震災 66

1. 震災当時、どんな援助がうれしかったですか？ 67

2. どんな援助がもっと欲しかったですか？ 71

3. どのようなことが精神的につらかったですか？ 74

4. つらかったとき、何が支えになりましたか？ 80

5. 被災体験が、
その後の人生にどうマイナスになりましたか？ 83

6. 被災体験が、
その後の人生にどうプラスになりましたか？ 86

7. 被災体験が、
その後の教育にどうマイナスになりましたか？ 91

- 8. 被災体験が、
その後の教育にどうプラスになりましたか？ 94
- 9. 震災以降、精神的につらい時期を
どう乗り越えてきましたか？ 98
- 10. その他、どんなことでも…… 103

第3章 27の声が語るもの……………108

- インタビューの方法とその内容 108
- データを考察してみると…… 111
- 地震発生からの心の動き 115
- 被災シンドロームのいろいろ 127
 - ◆ ジレンマ 128
 - ◆ 回避・麻痺 130
 - ◆ 侵入・再体験 131
 - ◆ 現実否認 131
 - ◆ 過覚醒 133
- 被災シンドロームを越えて 133
 - ◆ リーダーの出現 134
 - ◆ 愛着行動 139
 - ◆ 価値観の変容 140
 - ◆ 集団の絆 142
 - ◆ 遺棄感 143
 - ◆ 喪の作業 144
 - ◆ 自信 145
 - ◆ コミュニケーション 146
 - ◆ 克服に向けて 148
 - ◆ 新しい教育 150

◆ 児童・生徒の姿	153
◆ 学校現場で	154
自由発言から見えてくる避難所の教師たち	155
7つの事例	168
◆ Aさん(40代男性・ハイリスク群)の事例 ——教え子と家を失ったケース	169
◆ Bさん(40代男性・ハイリスク群)の事例 ——激しい被災地で激務をおこなったケース	175
◆ Cさん(40代男性・中間群)の事例 ——家族との絆を支えにしたケース	183
◆ Dさん(30代男性・ローリスク群)の事例 ——バーンアウト後に自分を取り戻したケース	188
◆ Eさん(30代男性・中間群)の事例 ——多くの対処によりストレスを軽減したケース	192
◆ Fさん(30代男性・ローリスク群)の事例 ——身体を緩める対処法を実践したケース	196
◆ Gさん(40代男性・ローリスク群)の事例 ——子どもの変化に戸惑い、 対応に苦慮したケース	200

第4章 ト라우マから癒しへ……………209

調査結果のまとめ	209
インタビューの語りを分析する	211
トラウマを抱える男性教師	214
教師のストレスの特徴は？	215
私の提言	221

第3部 震災を越えて ——防災（減災）への心構えと ストレスマネジメント——231

被災地とともに	232
地面の下の世界と「心」への興味	236
震災後の子どもたち	245
バトンを渡されて	251
花時計に誓う	257
ストレスマネジメントを知ろう	261
大地は生きている	270

おわりに——それでも僕らは歩み出す 274

【引用・参考文献】 282

はじめに——阪神・淡路大震災 17 年目のエール

阪神・淡路大震災から、早いもので 17 年目を迎えた。被災当時の瓦礫はすべて撤去され、区画整理がおこなわれ、新しい建物が建ち、神戸は一見、新しい街に生まれ変わったように見える。

しかし、震災前から神戸に住んでいる人には、わかるはずである。そこにいるべき人が、いない。あるべきところに家がない。そして、街を歩けば、傾いた電柱や歪んだブロック、アスファルトやビルの壁に残る亀裂を今も見つけることができる。とてもきれいな公園はできたが、その隅には震災の慰霊碑が建っている。

言えるのは、今も神戸は被災地であるということ。そこで暮らす人たちは、普通の暮らしをしているように見えるが、あのときから何かさまざまなことが変わってしまったように、私は思う。

本当に神戸は復活したのだろうか。そこに暮らす人々の生活を一変させたあの震災から、人々は本当に立ち直ったのだろうか。

1995 年 1 月 17 日、午前 5 時 46 分。私は、神戸市東灘区の自宅で震度 7 の激震に遭遇した。

その日以降、勤務先の公立中学校は近隣の住民の避難所となった。シフトを組んで交替で泊まり込み、避難所で避難された方々に食事や衣料などの生活に必要な物資を配給したり、避難所の部屋を代表する代表者会議で行政からの連絡事項を伝えたり、希望を聞いたりする仕事をはじめた。

先の見えない不安の中、毎朝、地震の情報を知るためにつけられていた職員室で流れるテレビのニュースや朝の番組の音楽を聞くと、涙が自然に流れていることに気がついた。

世の中は普通の生活が続いているのに、今、ここには、体験したことがない現実があった。目を開ければ、壊れた校舎や空襲にでもあったかのような街のようす。そして、当たり前だった家族との日常生活が、何もかもできなくなっていた。

過去の被災者の心に関する調査から、自然災害の体験は精神面に永続的な影響をもたらすものは少ないという報告があったようである。だが、私には、そうは思えなかった。

社会の変化、目の前の生徒の変化。そして、私自身、日常の教育活動についていけないほどの心身の消耗を感じはじめた。今までできていたことが、できない。今まで、これだけの時間や労力でできていたものが、とても時間がかかり、とにかく、疲れていた。

震災から10年近くになるころ、私は考え始めた。

あの混乱していた時期に起こったさまざまな出来事は、果たして震災の影響だったのだろうか。

その疑問を解く鍵を見つけたいと思い、私は2005年の春、兵庫教育大学大学院の門をたたいた。阪神・淡路大震災が、人々の心に——とりわけ、勤務地が避難所になった学校教職員たちの心に——どのような影響を及ぼしたのか、知りたいと考えたのである。

情報も物資も不足した厳しい状況の中、学校を守り、児童・生徒を守り、地域のために一所懸命に働いてきた教師たちのことは、震災10年を過ぎればほとんど語られることがなかった。「被災者でありながら救援者」という立場におか

れたまま、いつしか忘れられ、その心のケアは置き去りにされてしまったように思う。

2006年、私は被災地に働く教師たちに、質問紙調査（以下アンケート）および面接調査（以下インタビュー）という形で震災当時の状況や心理状態、そして、震災からの11年に経験したことを聞いてみることにした。彼らの11年の経験を検証することで、震災の実態とその及ぼす影響を知ることができ、それが子どもの心のケアだけではなく、もっと包括的な学校の職員や児童・生徒、地域社会の心のケアにつながるのではないかと、それにより、被災地の災害ストレスに対する本当の心のケアを行うための最初の一步になるのではないかと考えたのだ。

結論から言うと、11年経っても、教師の間では震災はまだ終わっていないかった。

この調査研究の経緯と結果は、大学院修了時に、「教師のストレスに及ぼす阪神・淡路大震災の影響—震災後11年を経過して—」というタイトルの論文になった。それを読みやすくまとめたものが、本書の第2部になる。インタビューで得られた生の声を、紙幅の許す限り載せた。

それに先立ち、第1部では私自身の震災体験を綴ってみた。第3部では、第1部・第2部の内容を踏まえたうえで、防災や災害ストレスなどについて私の考えるところを述べていきたい。自分自身の歩みをご紹介しつつ、迫り来る自然災害にどう対処すべきか、有用な提案ができればいいと思っている。

避難所の仕事をしていたとき、わからないことや、知りたいことが山ほどあった。これから次に何が起こるのか、どういう支援が求められるのか、そうした内容が予備知識として

あったのなら、どれだけ救われたかと思う。

災害とは、一度あったらもう二度と遭遇しないというものでは決してない。一生のうちに、二度、三度と経験することになるかもしれない。だからこそ、阪神・淡路大震災での教訓は、これからもどこかで最大限に生かされなければならないと思う。

私の、そして、多くの教師たちの経験を含めて、使えるリソースはどんどん使っていく必要がある。

願わくは、東日本大震災で被災された皆さんにとり、本書が少しでも役立つものであって欲しい。震災から17年目の神戸から、被災地の方々へ、心よりのエールを送りたいと思う。そして、ともに復興に向けて歩いていきたいと思う。

受け取っていただけたら、著者としてこれほどの幸せはない。



第 1 部

私の 1995 年 1 月 17 日

「よし……これでよし。やっと終わった」

私は、翌日使う資料をプリントアウトすると、ワープロのスイッチを切った。とうに日付は変わり、時計を見てもうすぐ3時であった。3連休最終日の今日も——「今日」じゃない、もう「昨日」になったか——結局、仕事に追われて終わってしまった。

当時、私は神戸市立中学校の3年生の担任で、進路指導担当だった。公立高校の入学試験日を2カ月後に控え、やることはいくらでもある。というわけで、この3連休も大忙しだったのだ。おとといの第2土曜日と昨日の日曜日は普通に学校へ出勤したし、成人の日の振り替え休日だった今日は、在宅していたとはいえ、朝から晩まで2階の自室で書類作りをしていた。

夜になり、家が揺れるのを感じた。昨年末から小さな地震があった。カタカタカタと小さな揺れが来たあと、家がユサユサとわずかに揺れる。また、それかと思ったら、今の揺れはかなり大きい。だが、テレビをつけてみても、地震速報のテロップは「神戸・震度1」となっているだけ。そんなはずはないのに……。速報と現実の揺れの間にかかなりのギャップがあるように感じ、私は軽いいらだちを覚えた。

テレビの画面がノイズで乱れる。年末くらいから、なぜかノイズが入るようになったのだ。そのときは、周囲にビルが建ったせいかと思っていた。冬だというのにアリの行列が台所にあがってきたり、猫が発情した声を出したり、この3日間も変なことがあったな。

この自然の変化を誰かに伝えなければ……と思いながらも、そのときの私は目の前の仕事をこなすのに精いっぱいだった。生徒たちに配布する学級通信、理科通信、部活動通

信、進路だより、授業のプリント、そして、進路会議のための資料。それらを全部ワープロで打ち、誤字脱字をチェックしてからプリントアウトし、クリップでまとめる。それを忘れないように鞆に入れ、階段を降りて玄関まで持っていくと、自室に戻った。崩れるようにベッドへ倒れ込む。そして、夢の世界へ……。

次に気がついたときには、私はそのベッドの上で寝た姿勢のまま、上下に弾んでいた。

「地震だ！」

私は思わず左手の指を折りながら、初期微動継続時間——大地をカタカタ揺らす初期微動「P波」が来てから、大地をユサユサ揺らす主要動「S波」が来るまでの時間——を計った。この時間が短いと震源からの距離が近く、長いと遠い。初期微動継続時間が短いと震源が近いため、被害が大きくなるので気をつけなければならない。

左手のカウントが10を超えた。長い！ しかも、これまでに体験したことのない大きな揺れ。これが初期微動なのか？ ダンダンダンダンとすごい音をたてて家全体が下からつきあげられたように弾んでいる。もしかしたら、これは地震ではなくて、爆弾でも落ちたんじゃないか？

暗闇であるはずの窓の外を見れば、赤紫色の光の中に何か黒いものが落下しているのが見える。そして、ガシャンガシャンと音がしている。天井からつり下げられた照明が、音をたてて激しく振り回されているのも見えた。

机や棚の上にあるものが音をたてて落ちてくる。階下から母の悲鳴が聞こえてきたが、動くことができない。何もできない。家が壊れていく怖さを全身で感じながら、寝たままの姿勢で揺れる部屋のようにすを、しばらく呆然とただ眺めてい

た。

左手が32をカウントし終わったとき、ドスンという衝撃があり、私はベッドからほうり出されて1メートルぐらい北の方角に飛ばされた。畳の上で背中を強打すると思ったのだが、なぜかそうはならなかった。あたり一面に本が散らばっていたために、その上に“軟着陸”したようだ。

どれぐらいの時間が経過したのだろうか。ひどい揺れはおさまり、部屋にはもとの静けさと暗闇が戻ってきた。非常ベルが鳴っている。今のはなんだったのか。地震？ 爆弾？ それとも……。とにかく、とんでもないことが起こったのではないかと思うと同時に、すごい恐怖感が襲ってきた。揺れはおさまったものの、もどに戻ったものは実は何ひとつなかったのだ。この日を境にして、神戸の街と私の人生は、大きく変貌する。

1995年1月17日、午前5時46分。

日本の災害史に刻まれる兵庫県南部地震——いわゆる「阪神・淡路大震災」が発生した瞬間だった。戦後わが国で、大都市の直下を震源として発生した地震であり、戦後最大規模の被害を生み出す未曾有の惨事となった。

階下にいる両親が心配になり、暗闇の中、いろいろなものが散らかった床の上を手探りで歩きながら、部屋の入り口まで移動した。

「お父さん、お母さん、大丈夫なん？」

「おお、大丈夫や。お前は大丈夫か？ 早く降りてこい！」と、父が叫んでいる。

部屋の引き戸を開けようとするが、開かない。隙間から懐中電灯の明かりが見える。

「階段がなくなってるよ……降りられるの？」と母の声が聞こえたが、その声は震えていた。「清……もう、この家はダメや……」

その言葉に、いったい部屋の外では何が起きているのか不安になった。

渾身の力を振り絞って戸の隙間に手をかけたが、引き戸に何かが挟まっているのか、開かない。このまま部屋から出られなくなり、火事が起これば……と考えると、怖くなった。そこで再び手探りでもとのベッドまで戻り、ベッドの横の窓を開け、外に出ることを考えた。指先に力を込めて引くが、開かない。心臓が高鳴り、喉が渇く。

窓を割るか、このままこじ開けるか？ 力を込めて、少しずつ少しずつ、窓をこじ開け、できたわずかな隙間に右手の指をねじ込み、右腕をすべり込ませようとする。だが、なかなかできない。頭が通る隙間さえできれば、体は通れる——大学時代に洞窟探検で先輩に教えてもらった言葉を思い出し、何度もやってみる。

降りてくるように階下から呼ぶ声と、思うように開かない窓。そして、高鳴る鼓動。とにかく喉が渇く。全体重をかけてガタガタと窓を動かしているうちに、わずかな隙間ができた。そこに指を入れ、右腕をくさびのようにしてその隙間に押し込んでいった。

なんとか、頭が通る隙間を作って体を押し込み、ようやく1階の屋根の上に出た。瓦がずれている。先に屋外へ出た父が懐中電灯で照らす明かりの中に、泥が舞っているのが見えた。独特のにおいがした。足の裏が痛い。瓦が割れているようだ。

手探りで1階の屋根の端を探し、ぶら下がって庭に着地

した。1メートルくらいは落下するものと身構えたが、屋根から手を離すと、すぐに地に足がつくではないか。驚いた。足もとには、懐中電灯の明かりにぼんやりと映し出された山のようなものが見えた。明るくなってから確かめたところ、屋根瓦と崩れた土壁が庭にうずたかく山を作っていたのである。

「これは、あかんな」父親の照らす先には、南側に大きく傾いたわが家と、それを止めている庭木が見えた。普段、弱音を吐くことなど絶対にない父がそう言うのを聞いて、鳥肌が立った。これから、どうすればいいのか？

「大丈夫ですか？」と、近所の人に声をかけた。しばらくして、ガラガラと何か物を動かす音がし、

「あ、ありがとう。大丈夫。なんやったん？ 今の、地震？」との声に、今目の前で起こっていることが現実であることを受け入れざるを得なくなった。幸い、隣の人たちは無事だった。

「ガスが漏れているようだから、気をつけてくださいね！」私は、誰に言うでもなく言っていた。ガスのにおいがしている。煙草を吸うために火を使うと火が発生すると思い、怖かった。

「兄が心配や。行こう！」と、父。伯父の家へ行くと言う。心配なのでついていくことにした。気がつけば、寝間着に裸足であった。足もとに何かあって歩きにくい。父の明かりを頼りについていくだけだ。

行く道すがら、駐車場で、大阪の郵便局にバイクで出勤する準備をしていた方と話す。アスファルトの道路と駐車場のブロック塀が、波のように動いたのを見たそうだ。私の自動車も北側に移動しており、行く手を遮っていた。

やっと、道路に出た。「ついてこい！」という父の言葉に従い歩いていくと、街の空気が違う。ガスのにおいや、あとでわかったことだが、土壁の土が空気中に漂っている独特のにおいがここでもしていた。

母は裸足で震えている。さっきまで朝食の準備をしていた台所に、隣家が倒れ込んできたのだ。それがわが家を押し倒し、庭木がかろうじて支えていた。この庭木は、台風で傾いてしまっていたのだが、かわいそうだからと、母が切り倒さずにいた。その木のおかげで奇跡的に家が崩れずに助かったのだ。そして、母は寝室に一度戻ったおかげで助かった。まさに紙一重で命が助かったのだと、そのとき知った。

「早く乗り！」私が背中を出すと、母が乗ってきた。あまりに軽いのに驚く。

母を背負い、父のあとを追った。道がない。道路だったはずなのに、歩きにくい。足もとから若い女の人の声が聞こえた。

「おばあちゃん、おばあちゃん！ 大丈夫？」

いったい何が起こったんや？ どこを歩いているんやろ？ そう思いながら父のあとに続く。今見ているものは夢なのか、それともこれが現実なのか？

伯父宅に着くと、門扉が閉まっている。外から何回か声をかけても、返事がない。門扉を越えて中に入ろうとしたときに、伯父が出てきた。

「えらいことになったなあ。大丈夫やったか？ さあ、中に入り」

親戚どうしの安否を確認したが、家屋は損壊していたものの、怪我をしたのは、私が手の指や腕と足の裏を切った程度だ。ほかの親戚の安否も確認したいと思い、履き物と上着と

父の懐中電灯を借りて親戚宅に向かった。無事を確認して、伯父宅に戻る。

その台所から、勤務校に電話をしてみた。電話のことは詳しくないが、呼び出し音が鳴れば大丈夫、鳴らなければ電話線が切れていることになり、学校は大惨事になっている……と、勝手に思い込む。かけてみると、呼び出し音が鳴った。

「もしもし、磯野です。学校のほうは……」と言いかけたところ、

「大丈夫です。磯野先生のほうがひどいから、自宅のことをしてください」との返事。

電話に出た先生は、私よりも勤務先から遠いところに住んでいるのに、もう出勤していたので驚いた。彼の話によれば、地震発生後にバイクで学校に駆けつけたとのことだった。

そのあとは手当たりしだいに生徒の家に電話を入れるが、呼び出し音はしても、つながらなかった。

そこに、妹がやってきた。わが家から少し離れた魚崎というところに住んでいたのだが、泣きながらこう言う。

「魚崎のおばちゃんの家が、つぶれてしもてん。お母さん！おばちゃん、亡くなったよ……」

夜が明けた。一度、家に戻ることにする。

戻る際に見た光景は忘れない。家屋が雪崩のように倒れ込んだ道路。さっきの「おばあちゃん、おばあちゃん！ 大丈夫？」という声は、2階建てアパートが道路に崩れ落ち、その2階部分が道路の中央にあったのだとわかった。屋根に穴が開いていることから、救出されたようだ。

学校に行かなければと思うが、自動車が駐車場でかなり

移動している。車の鍵は、家の中。わが家は倒れ込んできた文化住宅の下敷きになっていて、すぐには出ない。鍵があっても、今自動車を動かすのは無理だ。道路に雪崩のように倒れ込んだ住宅の山を見れば、自動車の通る道などないことがわかる。すごいガスのおいがする。エンジンをかければ、爆発するかもしれない！

明るくなった街を見ると、まともな道がない。それなのに、中学生が、自転車で走り回っている。街のようすを見に来たのだろう。自宅近くの南北を通る幹線道路まで歩いていくと、公衆電話に長蛇の列ができていた。みんな寝間着姿、よくて毛布を羽織る程度である。分別盛りの男性が、大声を出して泣きながら訴えていた。

「ほんまやねん、嘘やないねん。家が壊れて……」あとは、崩れ落ちるように泣いている。

これは夢ではない。まぎれもない現実なのだ。何か狐につままれたようだったが、もう、気持ちを切り替えるしかなかった。

「とにかく、救出活動や！」

従兄弟とともに、近くの倒壊したアパートの住人を助けようとした。だが、どうしていいかわからない。1階部分がつぶれている。2階の屋根の瓦をどけ、その家族の人に協力して動いた。

脱出できたことを確認したあと、つぶれた2階から見ると隣の家の庭に、おばあさんが寝間着姿のまま冷たい地面に仰向けになっている。その庭まで降りていって、「誰か！」と大声で叫ぶと、若い男の人が出てきた。相談し、倒壊したその家の畳におばあさんを乗せて、避難所になっている近くの小学校まで運んだ。

従兄弟は精力的に動き、近隣の人たちの救助に行った。倒壊した家屋の惨状を聞くと、圧死した魚崎のおばちゃん（私の祖母の妹）の最期と同じであった。

助けるにも道具がない。運悪く、水も大工道具も、倒壊してなだれ込んだ隣家の下敷きになっている。水は？ 助け出す道具は？ 周辺を探して歩く。

近くの商店では、電気が止まってどうせ融けてしまうからと、アイスクリームを配っていた。近くのコンビニは、ドアや窓ガラスが割れてガムテープを貼り、入れないようになっている。中には何も品物がなかった。

行き交う人どうし、少しでも知っていると言を交わして、お互いの安全を喜ぶ一方で被災情報を交換していた。同じ経験を話したことで、急に心の垣根が下がり、同志の感覚が芽生えるのを感じる。

自動車のスペアキーがあることを思い出した。ガスのにおいがしないのを確認して、カーラジオをつける。どうも、震源は神戸ではないらしい。四国か淡路島で死者が出たとのこと。しかし、目の前はとんでもない状態なのに……。地震の震源は、どこなのだろう？ それにしても、上空にヘリコプターが飛んで来てうるさい！ いったい何が起きているのだろう。

父の姉の安否がわからない。一度は、もうあきらめたという父の言葉に、出勤するか、この場でできることをするか考えた。何度か救助に行き帰ってきたときに、父が言った。

「頼む」

そのひと言で、私は妹を道案内にして伯母宅に向かった。街は壊れていた。ぐしゃぐしゃになった家、崩れて落ちた

看板、根元から倒れたブロック塀。見渡す限り瓦礫の山だ。自動販売機も倒れ、壊されて中身が盗まれている。

43号線を渡るときに、今考えるとおかしなことなのだが、車が来るかもしれないからと、いつものように歩道橋を渡っていた。そのとき見た光景が忘れられない。私は放心状態でつぶやいた。

「なんなんだ、これは……」

43号線の上にあるはずの阪神高速道路がない。そこにあるのは、昨日までと一変した景色だった。

盤石であるはずの高速道路の支柱が折れて北側に倒れ、東西に延びる壁のようになっている。その壁の南側に何台かの車が横転していた。さらに東のほうには、ちぎれた高速道路が見える。

「早く行こう！」と、妹に声をかけられて気がつくまで、まったく音のない世界に、倒壊した高速道路と私しかないように感じた。こんなことが起こっているのに、誰にも知らせなくていいのか？

伯母宅付近も倒壊した家屋が重なり、まともに見ることができない状況だった。ガスのにおいがする。「今、火をつけたらどんなことになるのかわからんのか？」と、怒鳴る声があった。煙草を吸おうとした人が叱られているのだ。

妹は、倒壊した伯母宅を見つけて泣いている。「伯母ちゃん……」

「おばあちゃん！ 大丈夫か？」

近所の方々が呼んでくださっていた。どうやら伯母は、倒壊した2階建て家屋のつぶれた1階部分にいるらしい。

2階の屋根に登り、瓦をはがす。伯母を知る近所の方々が次々と集まって来て、2階の屋根に穴を開けるのを手伝って

くださった。2階の畳をはがし、1階の天井を破ると、伯母がいた。とても1人ではできなかった。地域の方々に助けをいただいたという気持ちでいっぱいだった。

伯母の安否を父に報告し、その場でできることをしに、再び救助活動に出た。しかし、気になるのは、学校のことだ。電話では大丈夫とのことだったが、本当なのだろうか？ 近くでは火事も起きている。目の前のことをするか、学校か。今は、目の前の困っている人を助けることが大切だけど……ジレンマだった。

必死で動こうとするが、時間が経つにつれ、しだいに疲れてきて動けなくなる。倒れた建物のどこをどうすればいいのか。道具がないうえに、とにかく寒い。わが家は普段、災害に備えて、食糧や水、携帯用コンロなどを台所に備蓄していた。だが、その台所に隣家が倒れ込んできて全壊したために、取り出すことができなくなっていた。

夜になり、近くの避難所になっている小学校に従兄弟と行ってみた。

校舎の中に入ると、線香のにおいがした。廊下の両脇にはすでに、多くの方が寝ておられる。誰の話し声も聞こえない。聞こえるのは、すすり泣く声だけだ。

従兄弟の照らす懐中電灯の明かりから、寝ておられる方の姿が見えた。

「そうだったのか……」

その照らし出された口元のようす、すすり泣く声、線香のにおいから、状況を察することができた。避難所とはいっても、小学校の校舎全体が遺体安置所になっていたのだ。申し訳ない気持ちで、校舎の外に出る。その後、夢に何度も何度もその光景が出てきた。

避難所に、すべての住民が避難しきれだけのスペースはない。漆黒の闇の中、大勢の人たちが、たき火をしている。遠くで怒鳴り合う声が聞こえた。寒いので、生きるために壊れた残骸を燃やして暖をとっている人。勝手に自分の家を燃やさないでくれと言う、壊れた家の持ち主。この両者がもめているとのことだった。従兄弟が言った。

「あかん。帰ろう。この寒い中、死んでしまうで」

そのあとは、どこで何をしたか覚えていない。鳴り響く救急車の音に気がつくと、朝だった。従兄弟宅のカウチの上で、靴をはいたまま眠っていたのだ。

叔母が、部屋にお盆を持って入ってきた。思わず体を起こし、自分の身なりを見て、夢ではないことを確認する。従兄弟宅は、私を含めて5世帯の私設避難所になっていた。

「さあさあ、食べて元気を出してな」

叔母は、携帯のガスコンロを使って朝食の準備をしたようだ。おにぎりや湯気の立った味噌汁がテーブルの上に出てきた。遠慮なく、と促されて、おにぎりを手にする。自然に涙があふれて止まらなくなった。叔母が言う。

「大丈夫やで。食べるものはあるから、安心し！」

震災後、初めて口にした食べ物だった。

すべてが夢であってほしいと思った。だが、外に出てみると冷たい空気の中、救急車や消防車のサイレンの音がすさまじく鳴り響いている。壊れた町並みはそのまま残り、平素は静かなはずの住宅地の道路が、車と人であふれている。

そして、昨日までは考えられなかった近所の方々との避難所生活が、従兄弟宅で始まった。新築だった家の中を土足で歩くことになり、食事を取らせてもらい、申し訳ない気持ち

でいっぱいだった。

従兄弟は地域の救助にも、私設避難所となった自宅のためにも、献身的に働いている。一方、私のほうは、今ここでできることと、学校に行かなければならないことのジレンマに悩んでいた。

倒壊した家屋で通れない道路、そこに乗り入れたすごい数の車と人波。昨日はそれを交通整理しようと、地域にある大手建設会社の寮生が活躍していたが、次々とやってくる車と人の流れをさばききれものではなかった。その中を、どうやって学校まで行けばいいのか。ラジオによると、震源は淡路島らしい。ということは、勤務校のほうが震源に近く、被害も大きいのではないか。

しかし、昨日の同僚の電話では、学校は大丈夫とのこと。私は交通手段を探した。自宅に行ってみたが、自転車や自動車は使えない。従兄弟宅に戻り、バイクを見つけた。

従兄弟宅の用事を引き受けるのを条件に、バイクを借りた。勤務校も同じように食べるものがないだろうからと、厚かましくも米袋と水をもらい、バイクに積んで走る。

昨日は道にはみ出した家の上を人が歩いていた。夜通し人が歩いて、道ができている。道といえばそんな道しか見あたらない。その道を走り出し、なんとか国道2号線に出た。

アスファルトが地割れして波打ち、ただでさえ走りにくい。うえ、家が幹線道路になだれ込み、道幅を狭くしている。乗り捨てられた車が渋滞に拍車をかけている。信号の消えた交差点では、衝突した車が見えた。ハンドルを切って避けるが、その視界に入ってくるのは、ぶつかって倒れたバイクと人間だ。横には、自動車のドライバーが寄り添っている。

昨日、自動車で勤務校に向かわなくてよかった、と思った。

もし車で移動していたら、この瓦礫をどう乗り越えたのか。結局は乗り捨てることになり、救急車や消防車などの緊急自動車の邪魔をしてしまっただろう。

涙が止まらない。見慣れた街が壊れていくさまが怖い。病院が大きく倒壊している。思わず、目を伏せてしまう。信じていた安全な世界がなくなった感じがした。思わず、叫んでいた。

「ちくしょう！ ちくしょう！」

ドミノ倒しのごとく、建物が軒並み倒れている場所がある。燃えてしまった集落がある。焦げ臭いにおいがした。戦争中の景色を見ているようだ。神戸はどうなってしまったのか？

道を求めて走っているうちに、住友ゴムのあたりに出た。そこから阪急電車の高架を通り、王子動物園付近にたどり着いた。

電気がついている。まるで別世界のような。もし、動物の檻が壊れていて中央分離帯の茂みの中から出てきたら……と思うと、一瞬、怖くなる。だが、そのときはそのとき。気持ちを奮い立たせ、アクセルを振り絞ってバイクを走らせた。

急いで用事をすませ、校区内をバイクで走っていると、なんと家が倒壊せずに建っているではないか。校区内でも被災状況が違うことに驚いた。だが、よく見ると、担任する生徒の家が被災している。おそろおそろ声をかけてみるが、返事はない。避難所に行ったのだろうか。

近くの避難所を訪れてみた。ご遺体と線香のにおいがする。ここの避難所にも、たくさんの亡くなられた方々と、そのご遺族がおられるのがわかった。そのとき、男性の大きな声がした。

「ここは〇〇区の避難所や！ ここにあるのは、〇〇区の避難所のために来たものや！ ××区の間人は来るな！」

避難所にそんな決まり事があったのか？ それでも、災害に境界はないし、おかしなことが通るものだ。

私はその声を聞きながら生徒を捜したが、らちがあかないので学校に行ってみた。校舎に入ると、温かい人のぬくもりを感じた。ご飯の香りや食事を煮炊きしているにおいがする。人が生きている感じが校舎全体から伝わり、安心した。

何かと日ごろからお世話になっている管理員さんの部屋に行く。すでに出勤されていたので、昨日からの話をうかがった。救援物資が届いていて、毛布や食糧もあるとのこと。昨日、自宅近くで見た小学校の光景との違いに、愕然とする。

管理員さんは私の無事を喜んでくださった。まだ安否がわからない職員もいるらしい。生徒はみな無事だと聞き、ホッとすする。昨日出勤した職員が手分けをして確認してくれたのだ。申し訳ない気持ちになった。

部屋ではテレビが映っていた。そのニュースによると、私の住んでいるあたりもかなりの被害が出ていたが、さらにひどい光景が映し出されている。黙ったまま、言葉が出てこない。

すでに夕方になっていた。一度戻り、次の指示が出るまで待つことにする。

帰宅することに申し訳なさを感じつつ、バイクを返しに従兄弟宅に向かった。

日が暮れたというのに、国道2号線はすごい渋滞だ。さらに、その2号線を歩いて大阪方面に向かう人波と、神戸方面に向かう人波が交錯している。

バイクのヘッドライトだけでは、暗くて路面のようすもつ

かめない。よろけて、渋滞の車の列や人波にぶつかりそうになる。いつもの通勤時間の何倍もかけて従兄弟宅にたどり着いたときは、バイクのハンドルから手を離すことができないぐらい疲れていた。

昨日の惨状を見た従兄弟は、知り合いを通じて、体育会などで使用されるテントと、水を汲み置くポリタンクやバケツなどを取り寄せる手配をしたという。届いたテントを、一緒に近くの小学校に持っていった。

ところが、対応に出た人の話では、余震が来てテントの支柱にお年寄りがつまらずいたら危ないと、受け入れてもらえなかった。余震への恐怖で、平素なら考えられることが考えられなくなっていたのではないか。そこで、少し離れた小学校まで運ぶと、若い女性の先生が「ご苦労さまです。こちらにお願いします」と言ってくれたので、置いて帰った。

従兄弟のカーラジオで被害のようすを聞く。次々と安否を確認するメッセージが流れていた。その日は、車の中でそのまま眠ってしまった。あとのことは覚えていない。

翌日の朝、私設避難所のために食糧を求めて西宮の卸売市場に向かう従兄弟に同行した。すごい人出と車の渋滞であったが、なんとか野菜を買うことができた。帰ると、昼を過ぎていたと思う。

どこに行けば生きていくための情報や物があるのか、知りたかった。特に、どこに行けば水が手に入るのか。食事だけでなく、薬をのむためにも水が必要だ。

情報を求めて街に出る。歩き出してしばらくすると、急に後ろから、何かがつぶかってきた。体が浮いて、5メートルほど前に飛ばされた。

「大丈夫ですか？」という声のするほうを振り返ると、1人の男が車から降りて近づいてくる。私は、その男の車にはね飛ばされたのだ。

助け起こされて見たら、「〇〇電鉄災害復興車」という貼り紙が、車のフロントガラスについている。大阪ナンバーだ。中には、あと3人乗っている。

神戸を救うために、わざわざ〇〇電鉄関係の人が来てくれたんだ……と思い、自分の体のことなどどうでもいい、と考えた。その反面、「これは交通事故やろ。なに脇見運転しとんねん！」という気持ちもわいてくる。しかし、疲れていて、その怒りをうまく言葉にできなかった。

とにかく、このままでは体が動かない。なんとかしなくては。

「どうしたらいいですか？」そう相手が聞くので、「病院に行ってほしい」と、それだけ言った。

こうして私は「災害復興車」に乗り込み、整形外科まで行ってもらうことにした。

ところが、車内で話を聞くと、「災害復興車」というのは真っ赤な嘘だった。実際は、震災を見物に来た物見遊山の若者たちだったのである。街の惨状に気をとられ、脇見運転をしてしまい、後ろから私をはねたというわけだ。よく見ると「災害復興車」のプレートも、シワシワの紙に手書きされたものだった。

私は、激怒した。もちろん、はねられたことに対してもだが、この悲惨な災害にあえぐ神戸に、暇つぶしの種にやってきたことが許せなかった。

表沙汰にしてやろうかといきり立つ。交番が視界に入った。

途中省略

続きは製品版にてお読みください。

著者プロフィール

磯野 清 (いその きよし)

兵庫県神戸市東灘区生まれ

岡山大学理学部卒業

兵庫県公立中学校教員、理学士、学校教育学修士、臨床心理士

阪神・淡路大震災にて被災後、本作を執筆

自然災害とストレスマネジメント それでも僕らは歩み出す

2015年 3月15日 電子版発行

著者 磯野 清

発行者 瓜谷 綱延

発行所 株式会社 文芸社

〒160-0022 東京都新宿区新宿1-10-1

電話 03-5369-3060 (編集)

03-5369-2299 (販売)

<http://www.boon-gate.com>

© Kiyoshi Isono 2015 Coded in Japan

ISBN978-4-286-11091-2

●本作品の全部または一部を複製、編集、修正、変更、頒布、貸与、公衆送信、翻案、配布する等の著作権及び著作者人格権侵害となる行為、および有償・無償に関わらず、本データを第三者に譲渡することは禁止いたします。