

希望を握りしめて

阪神淡路大震災 25 年間の活動から

元NPO法人阪神淡路大震災よろず相談室
理事長 牧秀一



1. はじめに 私の事

大学生の頃、テニスばかりしていた思い出がある。その私が 1975 年、テニスの強い神戸市の教師になった。新任教師が集められた会場で「君、こっちゃ」と御影工業高校の校長が私を含む 5 人を着任校へ連れて行った。その時まで、私は夜間高校（定時制）の存在すら知らない大学生だった。

「お前らに負けへんぞ！」全校生徒が集まる着任式で、金髪にピアス、斜に構え迎えてくれた生徒たちに、とっさに出た言葉だった。これが教師生活の始まりだった。何度も全日制高校に異動するように校長から言われたが、退職するまでの 37 年間、夜間高校の教師で居続けたのには、重い理由があった。

家庭訪問や会社訪問を続けていると、生徒の姿は学校と職場・家ではそれぞれ違うことを知り、その背景にある色々なものが見えてきた。たとえば、経済的貧しさがあり、被差別の中で抜き差しならぬ状況に置かれた親と子の姿もあった。荒れることで辛うじて立っている生徒と、生き抜こうと懸命な親の姿を前に「学校、卒業せなあかんで」としか言えなかったことを覚えている。

教師となった当初は、働きながら学校に来る生徒がほとんどだった。沖縄から集団就職で神戸にやって来た青年や、幼い頃にブラジルに移住し 50 歳で家族と帰国、ポルトガル語しか話せず、学校でいじめられ不登校になった息子に「お父さんも頑張るからお前も頑張れ」と夜間高校に入学した年配生徒がいた。一家を支えようと懸命に働いていた生徒たちとの出会いは、私には衝撃だった。

夜間高校は「社会の縮図」そのものだ。難病を抱えながら卒業しようと頑張る生徒、かつて不登校だった

生徒、学ぶ機会を失くしていた高齢者、普通高校に入学出来なかった障害者など、多様な生徒たちが「混在」して学んでいる。

37 年間の教師生活で、私は想像以上の重い荷物を背負った多くの生徒たちに出会った。私は教壇で数学を教えたが、生徒たちが私に人生を教えてくれた。

夜間高校で様々な境遇にある生徒たちとの出会い、そして震災前年の心臓移植の募金活動。これら私の置かれた環境が阪神淡路大震災で生まれたボランティア「よろず相談室」の下地となり、25 年間の活動を支えてきたのだと思う。



写真 1 教員生活最後の授業

2. 阪神淡路大震災

(1) 話を聞き続けた 25 年間

1995 年 1 月 17 日の阪神淡路大震災から四半世紀が経過した今、被災地の町並みは元に戻ったかのように見える。だが、震災で家を失い家族を失った人々は、震災前の生活を取り戻すことが出来ているのだろうか。とりわけ復興住宅に住む一人暮らしの高齢者や震

災害被害者の長年の苦渋は、想像するに余りある。

震災当時、神戸市東灘区の自宅は音を立てて激しく揺れ歪んでいった。このまま自宅が崩壊し「死」を覚悟したその直後に、揺れは収まった。あの時の恐怖を忘れることはない。

私は、学校が避難所となったこと、自宅と学校間の交通網を含む町並みが壊滅状態となり夜の勤務が困難となったことで、約 2 週間、自宅近くの避難所でボランティア活動に専念したいと校長に申し出、勤務に支障のない範囲でボランティア活動を許された。そして、気がつけばボランティア活動を 25 年間続けた。

震災翌年から孤独死・自殺を防ごうと仮設住宅を回り始め、復興住宅が出来てからは 130 世帯（140 名）を月に 1 回、訪問した。訪ねていくのは、家や家族、仕事を失って、住み慣れた場所から引き離された、と



写真 2 仮設住宅訪問（1996 年、六甲アイランド）

りわけ一人暮らしの高齢者。「どないしてる？」と声をかけ、ひとときでも話し相手になることは、「置き去りにされていない」と実感できる時間になる。少しでも気持ちが晴れば、少しずつ前を向けるようになる。そう信じてやってきた。

25 年の間に多くの方が亡くなり、現在訪問している家は 12 世帯。途中、何度もやめようと思った。友や家族を亡くし、愛着の染み込んだ家財やアルバムのすべてを失った人たちの思いを聞くことは、心がボロボロになるほどに疲れることだった。

1 日に 3 軒 7 時間以上、話を聞いて回ったことがある。その帰りには、行く道に乗った自転車に乗ることが出来ないほどに心身が疲れ、ふらつきながら自転車を押して帰った。それでも、楽しみに待っていてくれる人がいると思うと、また行った。

しかし、私自身の高齢化は同時に私を精神的に追い詰めていった。高齢者と関わるといことは「死」と直面するということだからである。

（2）仮設住宅での生活

被災者の多くは遠く離れた仮設住宅への転居を余儀なくされ、避難所で顔馴染みになった人々とも離れ離れになり、コミュニティは分断された。入居者の 3 分の 1 は高齢者。入居優先順位（①60 歳以上の高齢者または障害者のいる世帯、②障害者・乳幼児・妊婦などのいる世帯など）の弊害によるものであった。

N さん夫婦が長年住み慣れた自宅は全壊。傾いた隣の家が自宅の壁を突き破った。室内はガラスの破片で足の踏み場もなく、トイレの戸は曲がり、天井の隙間からは空が見えていた。

地震の後遺症は今も残る。トイレに入りドアを閉めた途端、胸がドンドンと鳴り、目の前が真っ白になる。地震の揺れが止まった直後のあの恐怖感に襲われるのである。95 年 4 月、4 度目の抽選で仮設住宅に入居することが出来た。三ノ宮の自宅近くでの避難生活 3 ヶ月後の事だった。そこは六甲山を超え有馬温泉から北にしばらく行かねばならない。三ノ宮から車で 1 時間。通勤ラッシュ時には 2 時間はゆうにかかる。

それでも落ち着いて 2 人が生活できると思うと有り難かった。プライバシーのない避難所生活にくらべ、仮設住宅での生活は手足を伸ばして寝るゆとりがあった。それだけでも少しの安心を得たと思えた。しかし、現実には厳しく辛いことも多い仮設住宅生活となったのである。

N さんの住む仮設住宅から肉や野菜を売っている店は、電車で 10 分のところにしかない。病院はもっと遠くに行かねばならない。特に高齢者や病弱者は、不安と不自由を抱えねばならなかった。住民の強い要望で近くにミニコープができ、バスが通うようになったのは、入居 8 ヶ月後(95 年 12 月末)のことだった。また、仮設の夏は薄いトタン屋根一枚が焼き付き、蒸し風呂のように熱い。冬は隙間から冷気が入り冷蔵庫の中のように寒い。台所に立つと寒くて身体の震えが止まらない。仮設ではストーブを使わない申し合わせがあった。万一、火災が起きれば、瞬く間に仮設全域を燃やし尽くすからであった。多くの住民たちはこたつ、ホットカーペットなどの電気製品を使って、暖をとった。だが、収入のない人は毛布や布団に包まり暖を取るしかなかった。トイレとバスはユニットになっていた。身体を洗う場所がないため、多くの人は、トイレの蓋に座り身体を洗っていたのだ。

仮設には、高齢者や一人暮らしの人が多く(約 60%) 始終、救急車やパトカーが出入りしていた。入居後半年以内に、近くにある公園で仮設に住む 45 歳の企業主が首をつり自殺した。

その前にも震災で妻を亡くして一人暮らしになった若い男性が、酒浸りになり肝硬変で亡くなった。また、N さんの隣に住む 57 才の女性は脳卒中で、2 軒隣の男性も肝硬変で亡くなった。男性が発見されたのは、死後 5 日目だった。200 世帯が住む仮設では入居以来、1 年間で 7 人が亡くなった。全員孤独死だった。

1996 年 8 月 6 日、神戸新聞は東加古川にある仮設住宅ですでに 6 人もの死者が出たと報道した。これは仮設住宅入居後 12 日間に 1 人が亡くなったことになる。N さんは「明日は我が身かと思うと、夜寝つい

てから胸が苦しくなる時があります。」と語った。

しばらく後、N さん夫妻はローンを組み、元居た場所に自宅を再建して仮設を離れた。ある時 N さんは 1 年以上暮らした仮設住宅を訪ねてみた。もう撤去されているかと思ったが、そこに N さん夫妻が暮らした部屋があった。孤独の中で死んでいった隣人の玄関には、見慣れたサンダルがなおも放置されたままだった。生きる希望を失い、アルコールに浸り死んでいった人の部屋には、飲み干した酒瓶が 1 本、転がったままになっていた。

みんなで仮設住宅の一角に作った花壇もあった。水をやり、語りかける人たちが誰もいないにもかかわらず、その草木は枯れることなく力強く咲いていた。ピンク色の花を咲かせたツメキリ草を摘んでいるとき、仮設生活時代の事が走馬灯のように思い出され、とめどなく涙があふれた。N さんは人目をはばかりことなく泣いたのだ。

(3) 仮設住宅から復興住宅へ

震災後の 3 年間で、コミュニティの分断は繰り返された。避難所から仮設住宅、仮設住宅から復興住宅への転居。その度に入居優先順位と抽選による入居が、コミュニティの分断を被災者に課し、孤独は深まっていったのである。

「ウジ虫がいたので、部屋の中で死んでるのが見づかったんや。こんな死に方ないで…。鉄の扉の復興住宅では、中でどうなってるのか全くわからへん。明日は我が身かと思うとたまらんほど不安なんや。」同じ棟で孤独死があったという住民の叫びは悲痛だった。

神戸市の中心地三ノ宮近くにある「HAT 神戸」(東西 2 キロ)には、33 棟、約 3500 戸、約 7 千人が暮らす大規模復興住宅群が建設された。

E さんは、この復興住宅群の東端に住んでいた。メイゲートまで 1 キロの所にある。80 歳で一人暮らし、年金生活だった。1 DK の部屋には、テレビ、布団、小さな衣装棚…。ちゃぶ台の上には仮設住宅でのクリスマス会のビンゴゲームで当たった飾り物と電話があるだけである。部屋はがらんとしていた。日課



写真3 復興住宅訪問

は自転車で1日4回、HAT神戸の周りぐるりと巡ること。残りの時間はジッとテレビを見ていた。この繰り返しの日々である。寂しいから、仮設時代に仲の良かった人に電話をかける。「どうや。元気かいな。わしか？ まあまあや…」。声を聞きたくてついつい長話になってしまう。電話代はかさむが、心が落ち着くのだった。仮設住宅にいた頃、Eさんは笑顔が絶えることがなかった。大きな声、面白い話で人を笑わせる仮設一の人気者だった。復興住宅に当選した時は、新生活に希望を膨らませた。だが、訪ねると「わしらが入れる店あらへん。せめてうどん屋や立ち飲み屋なんかあったら、そこで友達が出来るんやけどなあ。」と寂しそうに語った。

うどん屋、立ち飲み屋、喫茶店など、気軽に入れ、人とゆっくり話すことのできる場がない。

「仮設の時はよかったなあ。話す人もおったし、楽しかったわ」「ここは寂しいところやなあ。何もすることあらへん」。明るく笑顔が絶えなかったEさんの顔に孤独の皺が刻み込まれていった。会う度に皺が増え深くなる。部屋であぐらをかき、俯きながら手をも

む姿は悲しかった。

話し相手がいない復興住宅での生活は、Eさんを打ちのめしていく。「しんどいけど生きていかなあかんもんなあ」。復興住宅で聞いた最後の言葉である。数か月後、Eさんは病院に運ばれた。お見舞いに行った時、酸素マスクをつけたEさんは、顔き涙を浮かべていた。1週間後、仮設では明るい人気者だったEさんは、寂しさの中で亡くなっていった。

Cさんは復興住宅の3階に住んでいた。当時84歳。84歳から88歳の人たちが住むこの階の「最年少者」である。震災前に一人息子を亡くし、その後、震災で全てを失った。孤独な人生を送るおばあさんである。「互いに助け合うことができぬ人たちが、ジッと孤独の日々を送っていると思うと、毎日が不安で不安で仕方ない」と話した。だから、些細なことでもゆっくり話すひとときが、何より心の「安心薬」になると我々の訪問をいつも楽しみにしてくれた。

ここは三ノ宮から車で5分、徒歩で1時間の所にある。人と話すことはほとんどない。小さな体のCさんは寂しそうに「ここは都会の墓場です」とポツンとつぶやいた。仮設で暮らしていた時に拾った猫が、唯一、心を慰めてくれた。「あんたも私も一人やなあ。寂しいから仲良くしような」と話しかけていた。

3. 手紙支援 —手紙の持つ力—

2002年末のことだった。私が書いたブックレット『被災地・神戸に生きる人びと —相談室から見た7年間—』¹⁾を読んだという茨城県の歯科医Mさんからこんな手紙が届いた。

「遠くにいても出来ることはありませんか」

私は「一人暮らしの人に、手紙を書いて欲しい」と頼んだ。

以後、彼女はよろず相談室が関わっているおよそ200人に宛てて「クリスマスカード」や「年賀状」と、心ばかりのプレゼント(靴下やお箸、年越しそばなど)を毎年届け続けてくれた。カードにはいつも「穏やかな生活が続きますように」「来年がカレンダーに楽し

い予定をたくさん書き込める一年でありますように」など優しい言葉がしたためられていた。Mさんは、知り合いの子どもたちや近所の幼稚園児に手紙支援の輪を広げた。

2005年、香川県K高校の当時3年生が社会問題を学ぶ授業で、Mさんが始めた手紙支援のを知り、生徒たちは「手紙を書こう」と「書く会」を結成。高校生と被災地のお年寄り200人との文通が始まった。

年2回、高校生たちは神戸のおじいちゃん、おばあちゃんに会いに来る。文通相手の高校生に会った時の被災者たちの笑顔は喜びに満ちていた。高校3年生のAさんは文通を続けるにつれ、福祉の仕事をしたいという漠然とした思いが、専門学校へ進学し介護福祉士になるという志望へと深まったという。進学を決心するまでの迷いを手紙に綴ると「君なら大丈夫」と、文通相手のお年寄りに励まされ背中を押された。

激励の手紙を綴ったのは、復興住宅で一人暮らし75歳のTさん。交流会で2人は出会い、卒業を前にしたAさんに、Tさんが「貴女はこれから出発ですよ。嫁に出す寂しさです」とチラシの裏にはなむけの言葉を毛筆で躍らせた。Tさんは、震災で自宅や営んでいた会社を失った。住宅の1人暮らしは寂しく、Aさんの手紙に込められた思いやりが身に染みるという。交流会が終わり、帰路につくAさんが乗ったバスが見えなくなるまで、両手を振っていた。

手紙支援は、徐々に全国に広がり「よろず相談室」には毎月100~200通の手紙が送られてくるようになった。

クリスマスや正月は、とりわけ一人暮らしで高齢の被災者には寂しい。世の中の賑やかさが寂しさを増幅させるのだった。このような時、手書きの「手紙」は被災者の心を温めた。届けた時の笑顔は言葉では言い表せない。私たち「よろず相談室」のメンバーにとって、届けることで笑顔を共有できる貴重な一時だった。

4. 震災障害者 —死者のかげに隠れ、忘れられてきた人々—

震災から11年が経過したころ、かつて私が勤めていた学校近くの喫茶店のマスターOさんに偶然エレベーターホールで再会した。Oさんは震災で18時間がれきの下敷きになり、身体障害4級のクラッシュ症候群と診断された。今も右足の痺れが取れず、テープをぐるぐる巻きにしないと歩けない。「11年間、私は重い荷物を背負ってきました。薄紙を剥ぐように軽くしていきたい。同じ悩みを持つ人たちが気楽に集まる場あれば…」と私に話してくれた。この言葉が「震災障害者と家族の集い」を持つきっかけとなった。

じつは、10年以上、私は震災障害者の苦渋の日々を想像することが出来なかった。それは、「孤独死」「自殺」といった悲惨な出来事に目を奪われ、障害を負ったとはいえ「生きているだけましなのでは…」との思いがあったからだと思う。

震災(災害)障害者とは「震災(災害)起因で障害者(身体・知的・精神)となった人」のことである。家や仕事、身体を同時に奪われ、長引く療養生活で生活再建も遅々として進まず、生活情報も殆ど得ることは出来なかった。震災障害者の実態を自治体も把握しなかったため、社会から取り残されてきた。

よろず相談室が出会った阪神淡路大震災の震災障害者が、抱え苦しんだ点は次の点であった。

- ① 自然災害ゆえ訴えていく相手がいない「天災の不条理」
- ② 同じ家にいた家族全員が等しく震災に遭ったにも関わらず、死亡、重傷、障害、無事など様々な運命を一家が背負う「家族間の格差」
- ③ 多数の死者に比べ「生きているだけまし」と言われ、震災で障害を負った苦しさや辛さを打ち明けることが出来ない「孤立感」
- ④ 被災地以外の病院で長期間の入院・リハビリ生活の間に街は復興し、自分だけが後遺症と闘っているという「取り残され感」

(1) 思いを分かち合える場所

「震災障害者と家族の集い」を月1回開くようになったのは、震災から12年目の3月の事だった。参

加者は多い時には21人。それぞれが生きていくうえで抱える問題は違っていた。だが、行政からの支援はほとんどなく「孤立無援」であったことは共通していた。当初、皆の表情は硬かったが回を重ねるごとに表情は柔らかくなった。毎月1回開かれた「集い」は、お茶を飲んでワイワイ話すだけだったが、心が軽くなっていくと参加者は語った。同じ悩みを持つ人同士だからか、不思議な力だと参加者は一様に話した。

Bさんは「集い」に参加した時、何時も涙を流していた。「ここは泣いていい場所だと思うのです」と語った。Cさんは子供を亡くし自ら片足を切断。「笑ってはいけない。美味しいものを食べてはいけない」と思い続けていた。震災から15年後に「集い」に参加。その「集い」の雰囲気は彼女の気持ちを変えた。「笑っていいんや。美味しいものを食べたら子どもが喜んでくれる」と思えるようになった。

「集い」で出会った当事者や家族の問題は複雑で多様であったが、癒しの場となり互いの悩みを打ち明けられることのできる貴重な居場所になっていた。

（2）実態調査と厚生労働省への要望書提出

兵庫県・神戸市は震災から15年目に初めて震災障害者の実態調査を実施した。これは、マスコミが大きく取り上げたこと、「集い」に参加する人たちの声が行政を動かしたのだと思う。

調査の結果、震災障害者数は報告書の328人（うち死亡121人）と、あとから追加された知的・精神障害者21人の計349人とされた。

2017年2月28日、阪神淡路大震災の当事者・家族6世帯9人とよろず相談室のメンバー4人で、国（厚生労働省）を訪れた。この時、すでに震災から22年が経過していた。身体の状態も悪化し、東京まで行けるか不安だった人や、震災後、初めて新幹線に乗る人もいた。だがなにより、彼らは「同じ苦しみを二度と味わって欲しくない」との思いを抱いていた。面会した副大臣は私たち一人ひとりの話を聞いた。震災障害者らはこの日、要望書を提出。障害者手帳の申請時の提出書類に災害が原因であると明記する仕組みや、当

事者が相談できる窓口の確保などを求めた。同年3月31日、国は障害者手帳の交付業務を担う都道府県など全国の自治体に、医師の診断書の原因欄に「自然災害」を加えるよう通知した。

しかし、全国的な「震災障害者」への実態把握は未だに進んでいないのが現状だ。厚生労働省の通知に、自治体が応じないケースもある。東北三県では、震災障害者数を殆ど把握していない。

（3）将来起こりうる大惨害の被災者のために

震災障害者は「生きているだけまし」と言われ、傷つき25年間を歩んできた。社会から忘れられた存在として、孤立無援の人生を送ってきた。私の知る人で両足を切断した人がいる。彼は、震災前まで健常者だったが、震災は彼の人生をすっかり変えてしまった。何度も自殺を考え、その度に思い止まらせ助けてくれたのは、家族や友であったという。

ところで、何故、私たちは震災障害者の存在を知らないのだろうか。原因は二点あると思う。一点は、総務省消防庁の災害報告が、災害被害の全てであると考えていることに起因するのだと思う。消防庁のフォーマットの人的被害の項目に「災害障害者」や「後遺症を負った人」などがいないため、災害障害者の存在を知る由もないのだと思う。もう1点は、我々の想像力の欠如ではないだろうか。少し考えれば、建物の下敷きとなったり、津波で流されてきた車にぶつかったり、山崩れで生き埋めになったりして重傷を負い後遺症を抱えている人がいる事は容易に想像できるだろう。だが、多くの人は、震災障害者が語った次の様にしか思えないのだと思う。「重傷者・軽症者は傷が完治するのだと思われがちだけど、後遺症が残り、一生苦しむ人がいる事を想像出来ないのではないのでしょうか」。

これらの事があいまって、震災障害者が社会から忘れられた存在となったのだと、私は思う。

生と死の狭間で辛い体験を重ねて生きる、多くの震災障害者たちに、私たちはどのような支援策を講じるべきか。それは、置き去りにされてきた阪神淡路大震災の震災障害者のためだけではなく、東日本大震災で、

西日本水害で、広島土砂災害で、熊本大震災で、全国で孤立している災害障害者、そして、近い将来起こりうる大災害の災害障害者のためでもある。

(4) 今、残された課題

災害障害者の存在は、消防庁「災害概況即報」等の「人的被害」の中に「後遺症を負った人」の欄を追加することで、社会全体がその存在を知ることになるだろう。

「実態把握と公表」「支援の充実」が今後の課題として残されている。「支援の充実」は平成 23 年兵庫県・神戸市が実態調査をした結果、8 項目の課題を列挙している。だが、まず消防庁の人的把握のフォーマットに「後遺症を負った人」を追加することが最重要課題なのだ。

第 1 号様式 災害確定報告

都道府県				
災害名 ・ 確定年月日		月 日 時確定		
報告者名				
区 分		被 害		
人 的 被 害	死 者	人		
	うち 災害関連死者	人		
	行方不明者	人		
	負傷者	重 傷	人	
軽 傷		人		

図 1 災害確定報告第 1 号様式 (平成 31 年消防庁通知)

5. 東日本大震災支援

(1) 東日本は今も非常事態

東日本の被災地へは、発災 1 ヶ月後から支援を始めた。その条件は「神戸の被災者を見捨てないこと」

「細く長く支援を続けること」とした。

私たちはこの 10 年間で 70 回以上東日本の被災地を訪問した。気仙沼・石巻・福島いわき市・福島葛尾村を幾度も訪問し、信頼関係を築く活動を心掛けた。

実は、初めて南三陸の惨状を見た時、「私たちに何もできない」と仙台まで帰ってしまった。

翌日、石巻市の郊外の避難所を訪問し、これから先どうすればいいのか悩んでいる人々の話にひたすら耳を傾けた。ある 70 代の老夫妻は「娘と孫が津波に流された。夜、目が覚めるとそのことが思い出されて眠れない。辛い」と何度も話した。

それから月に一度、「また来たよ」と石巻と気仙沼の避難所・仮設住宅を訪問した。人と出会い、共に悩み、一人ではないと伝え続けた。

また、被災地の子ども支援や、神戸の教訓を生かしてもらいたいと被災地の「支援者への支援」も行った。活動を共にする大学生のチンドン屋は、賑やかな楽器と衣装で被災地を元気づけた。「また来てー」の声を全身に浴びて、チンドン屋は、そこに住む人々との再会を約束した。

今、仮設住宅が解消され復興住宅への入居がほぼ完了した。私は、すぐに阪神の復興住宅の現状 (25 年間で仮設住宅・復興住宅での孤独死・自殺者は 1500 人に達し、復興住宅に住み始めた人の約 6 割以上が死去した) に追いつき、阪神と同じ問題が突きつけられると思っている。なぜなら、東北の被災地は地場産業が壊滅、働く場所が少なくなり、とりわけ若い世代は働くために、故郷から離れた生活を余儀なくされたからである。復興住宅は高齢者ばかりが住むところになっている。震災で生き延びた命が「希望」すら持たず、阪神以上の悲劇を生むのではないかと危惧している。

東日本は今も非常事態なのだ。

(2) 東日本大震災被災地への手紙支援

東日本大震災後の 2011 年 6 月、私は神戸市の商店街の有志に頼まれ、気仙沼へ向かうボランティアバスに同行した。そこで、雑貨店の店員だった I さん



写真4 障害者手帳申請時の医師の診断書に「自然災害を明記する仕組み等」を求め、厚生労働省副大臣に要望書を提出

と、大学生のHさんに出会った。瓦礫だけになった街の様子や、体育館に避難した被災者の疲れ切った表情を見て、彼女たちは何度も涙を流した。帰路につくバスの中で、私は2人から「できることはないか」と相談を受けた。そこで、「手紙支援」のことを話し、孤立しがちな被災者にとって「自筆の手紙は、書いた人が会いに行くのと同じくらいの力を持っている」と伝えた。1ヶ月後、二人は「ツタエテガミプロジェクト」を発足。クリスマスカードや、支援者からの手紙を被災地に送り、被災者と支援者をつなぐ活動を続けている。

被災地に行くことだけが、支援のすべてではない。遠くにいたり、身体が不自由で行けなくとも、被災地の人たちに絵や文字を通して「ずっと貴方のそばにいる」と伝えることは出来るのだと思う。会話（言葉）ではうまく伝えることが出来なくとも、手紙（文字）ならゆっくり時間をかけて気持ちを伝えることが出来る。手紙は「あなたは一人ではない」と伝え、前向きに生きる力を生む。「手紙も人」なのだと、私は思う。

6. おわりに 人は人によってのみ救うことが出来る

25年の活動を通し「心のケア」「訪問活動」について実感した出来事を2点伝えたい。

私は、「心のケア」に専門家は必要だが、それは最後の砦なのだと考えている。第2人を失い、母が震災障害者となった少年は「僕は不登校になりました。でも仮設で一緒に遊んでくれた大学生のお兄ちゃん、お姉ちゃんのおかげで自然と学校に行くことで出来ました」と話した。また、両親を亡くし、離れ離れの生活を余儀なくされた姉妹は「私は楽しい思い出（キャンプファイヤーなど）をいっぱい大学生たちに残してもらい救われました」と振り返り語った。悲しみを乗り越え生きていく力は、われわれのような普通の人から得られるのだろうと気づかされた。

「訪問活動」は、肩ひじ張ってこうしなければならないと思いついてはならない。気負うことで支援者は頑張りすぎ、そこから義務感が生まれ苦痛になるからである。「何をやるのでもなく、なんとなく、ずっとそばにいる」。このことが支援者・当事者の距離を近づけるのだと思う。本音の会話が生まれ、心身が癒されるからである。

阪神淡路大震災は、6434人のそれぞれの人生を奪った。また、震災で生きてくぐり抜けた人たちの約1500人が孤独死・自殺で亡くなった。その原因は高齢化だけでなく、生き続ける希望を失った結果だと私は思う。この頃、25年という年月は、被災者に何を与え何を奪っていったのだろうと考え込んでしまう事が多い。

被災して一度絶望した人たちが、残りの人生をどう生きていくのだろうか。絶望する日々の中に、『楽しかった』と思える時間や、『いい日だった』と思える日がある。その様な日々が時々あるなら、その人は前向きに生きていけるのではないかな。

時の経過は、様々な問題を被災地に背負わせていく。阪神・東日本の復興住宅に住む人々への、温かみのある支援の在り方を、行政が今すぐ考えねば、先の見えぬ被災者の自殺・孤独死はこれからも続くだろう。

参考文献

- 1) 牧秀一（2001），被災地・神戸に生きる人びと 一相談室から見た7年間一，岩波ブックレット。