

カッキー、Sの立ち上げにも尽力

## 被災地の保健師から大学教員へ



### 直面した津波の脅威

岩手県立大学の看護学部を卒業後、山田町の健康こども課に保健師として入庁しました。東日本大震災が起きたのは、社会人になってもわずか1年という頃。母子保健教室の後片付けをしていた時でした。その3日前にも大きめの地震があり、今回もその程度かなと最初は思ったのですが、揺れは大きくなり町中が停電し、避難なのか慌ただしく車が走っていました。

私は地元の消防団にも所属していたので、津波に備えて水門を閉めに向かいました。その後ポンプ車を移動するために保育園に隣接した屯所へ向かうとしていたところ、ラジオから「予想される津波の高さ10m」という情報が流れ、保育園の子どもたちを小高い場所に避難させ



尾無 徹 助教

岩手県立大学看護学部を卒業後、2010年から9年間にわたり岩手県山田町健康こども課に保健師として勤務。2017年、岩手県立大学看護学研究科博士前期課程を修了。2019年より岩手県立大学看護部に教員として勤務。現在助教。専門は公衆衛生看護学。

ることになりました。そうこうしているうちに近隣の住民たちも避難のために続々と集まってきました。

高齢者の避難を手伝うため坂道を往復していると、先が上がったおじいちゃん、おばあちゃんたちから「ああ、こんなの見たことがない」という声が聞こえてきました。振り返ると、海の水がありえないほど遠くまで引いていました。

その後津波が町を襲い、私たちが避難していた丘にも迫ってきました。たいへんなことが起きているのに、不思議なほどに現実感がありませんでした。思わず「明日のサッカードの試合ないですよ」なんて口にして、「ないに決まってるだろう」と言われたり。本当にそれくらい現実味のない眺めでした。

津波になぎ倒され丘に押し寄せてきた家にはまだ人が取り残されていた

が先に移送先に向かい、私は課長とこちらに残ることになりました。

介護が必要な方50人を介護施設に送り、残りの1450人をどういう順番で移送するか。課長から「保健師であるお前に任せる」と言われましたが、1年目ですし看護師経験もなく、本当にこれでいいのだろうかかと悩みながら、それでも必死になって対応しました。朝方までかかって全員を送り出し、火事も空からの放水で鎮火し、嵐のような一夜がやっと明けました。

震災直後の活動では、正直、逃げ出したい気持ちにもなることもありました。しかし住民の皆さんにとつては保健師である自分が頼り。1年目だろうが10年目だろうが関係

なく専門職だと痛感しました。やるしかないという度にも自分を奮い立たせたことを今も思い出します。

また、震災から1週間経つか経たないかという頃、上司が普段は入れない役場の屋上に連れていって一緒に津波を眺めたことがありました。津波とその後の火事でひどい状況の町の姿がそこにありました。「これ、ちゃんと見とけよ」。上司が言ったこの一言が、震災を思い出すとき必ず頭に蘇ります。

震災後は、避難所や仮設住宅での健康管理に加え、心のケアと成人保健が私の担当になりました。1年目の自分に心のケアは難しいと担当する精神科のドクターにも伝えたのですが、まずは一緒に回るとこ

### 専門職である自分がやらねば という思い

役場周辺の施設には1500人もの人たちが避難してきていました。私も津波に流されたと思われていたらしく、先輩方に「生きてたー!」と出迎えられました。避難所では

て、助けを求める声があちこちから聞こえました。私とそこにいた若い男性の2人が誰かが見つけてきたロープを体にくくりつけ、何度も押し寄せる波を避けながら、3階くらいの高さのコンクリートの法面を何度も往復して救助を続けました。靴を履いていない人も多く、流れてきた家から布団や座布団を持ってきて道に敷き詰め歩ける場所を作りました。周囲が暗くなるまでそこで救助を行い、助けを求める声がなくなつたのを確認して、保健センターや役場のある町の中心部へと戻りました。

救助にあたっていたのですが、救急車が1回だけ来られることになって、1500人いる中から3人だけ宮古病院に搬送できると。その人選を先輩方と相談して行ったりもしました。

看護活動では看護学部での学びが役立ちました。お湯の入ったペットボトルを脇や足の付け根にあてて低体温の方を温めたり、酸素投与が必要な方には酸素を探してきて管をつないで吸入できるようにしたり、胃ろうの方には緊急的な処置として温めたスポーツドリンクを投与したりもしました。病院搬送のために優先度を見極める際には、大学で学んだアセスメントが助けになりました。

その後発生した火事が役場にも近づいてきたため、避難者を宮古市寄りの豊間根という地区にピストン移動させることになりました。当時山田町には保健師が8人いましたが、そのとき現場にいたのは6人。5人



サロン前の血圧測定の様子



康講座などを開いてくれました。ほかにもさまざまなサロンや交流会があったのですが、カッキー・Sの開催するイベントへの参加者がとりわけ多いんです。なぜだろうと思いついて、参加した方々に聞いてみたところ、いわゆる専門職や大人の支援者に対しては、「震災でのつらい経験を話さなければいけないんじゃないかと



アロママッサージの様子

思ってしまう」「重い話をしたり、相手に感謝しなければいけないと感じてしまう」などという声が聞かれました。学生には正直準備不足な部分もありますし、足りないものを住民の方が持つてきてくれたり、住民の皆さんに学生が教わったりする場面も多々あります。その関係性がないだか自然で健全なんです。まるで孫や親戚の子と過ごすような時間が、被災者の皆さんの希望や張り合いになっているようにも感じました。まさにこれこそ、大学生が携わる意味だったのではないかと思います。

また学生たちにとつても、「病だけを見ずに人を見る」という看護の基本を実感する経験となつたようですし、山田町をはじめとする被災地のことを深く知るきっかけにもなつたと話してくれています。震災から10年を過ぎ、復興期と呼ばれる時期を経て、カッキー・Sの活動も変化していく時を迎えています。これからどうしていくか、学生たちに今考えてもらっているところではあります。

保健師育成のために  
大学教員に  
9年間務めた山田町役場を退職し、2019年から岩手県立大学の看護学部で教員をしています。震災のあるなしに関わらず、10年を一区切りとして、これから自分が何をすべきなのかを考えた結果の決断でした。

し、後押しをしていただいた山田町にとっても感謝しています。

ろから始めましようと言っていた。ドクターにはお話の聞き方からアセスメントの仕方、状態に合わせた支援の方法や支援先とのつなぎ方などを、手取り足取り教えていただきました。

## ボランティアサークル 「カッキー・S」の立ち上げ

震災翌年の秋、岩手県立大学で学生の皆さんに震災の体験をお話する機会をいただきました。その際に看護学部の先生方が自分たちに何かできることはないかと熱心におつしやつてくださって。そんなとき思い浮かんだのが、共に活動していた精神科のドクターとの会話でした。心のケアのために住民の皆さんを訪問すると、年配のドクターに対して気を使ったり、「支援されている」ことを重荷に感じる方もいらつしやいました。一方で若い私が行くと、「よくがんばってるね」とか「あなたも頑張ってるから私も頑張らなきゃね」と言われることもあつて。「尾無君は若いから心のケアはできないと言っていたけど、若いからこそ相手の自尊心を傷つけないってこともあるよね」とドクターが話し



地域診断の様子

ていたのです。もしそうならば大学生にもできることがあるかもしれないと思いました。仮設住宅を訪問し一緒に催し物を楽しむとか、そういう形で被災者の皆さんを支援するのであれば自分もコーディネートできますと看護学部の先生に伝えたとこ、8人の学生が手を挙げてくれました。それが、現在も続く看護学部のボランティアサークル「カッキー・S」のスタートでした。カッキー・Sは毎月山田町を訪問し、季節の催し物や交流サロン、健



カッキー・S主催キャリアセミナー(宮古短期大学部)