震災がつなぐ全国ネットワーク
移動寺子屋　応急対応 in 東京
集まれ ROAD 足湯隊！～2 か月の足湯から見えたもの
≪日本財団助成事業≫

日時：2011 年 5 月 22 日（日）14:00～17:00
場所：日本財団　東京都港区赤坂 1-2-2　2Ｆ会議室
主催：震災がつなぐ全国ネットワーク
協力：ROAD プロジェクト
参加者：ROAD 足湯隊 OB・OG、震つな関係者など　50 名

■開会のあいさつ
松田曜子（ROAD プロジェクト事務局・レスキューストックヤード）
　これまでの震つなの活動の中でも未だかつてない広範囲にわたる大災害である。ボランティア活動がもたらすものは何か、皆さんと一緒に今後の支援活動を考えたい。

■ROAD 足湯隊活動の概要
松山文紀（ROAD プロジェクト事務局・静岡県ボランティア協会）
　思い起こせば3月28日に最初の足湯バスを石巻に送ったところからスタートした。
　ROAD プロジェクトは日本財団が行う東日本大震災の支援活動全体を指し、足湯隊の派遣はその中のひとつである。

■メッセージ
「そもそもなぜ足湯だったのか」
村井雅清氏　（震災がつなぐ全国ネットワーク顧問・被災地 NGO 協働センター）
　16 年前の阪神淡路大震災をきっかけに被災地支援を始めた。当団体では、スタッフが災害発生後すぐに宮城に入って、今は米沢にひとり常駐している。もうひとつは遠野に拠点を置いている。
　阪神淡路大震災は 1 月 17 日の寒い時期で、東洋医学を学んでいた学生たちが神戸に入り、避難所でどうにかして身体が暖まる方法を考え足湯を始めた。本来足湯はひとりでやるものだが、対面でやるのは災害救援の現場で生まれたものである。
　高野山足湯隊として活動しているお坊さんは、能登半島地震の時にアロマテラピーとあわせて足湯の活動をしている。そこで血圧を測ってみると血圧のバランスもとれていることがわかった。看護学の中では足浴という言い方をしていることからも様々な分野でもその効果が認められている。その中でも陰と陽の東洋医学の考え方から取り組んでいるのが我々が行う足湯だ。どうも足湯は奥が深そうだ。不思議なもので確かに効果がある。
　私は阪神淡路大震災の前には靴職人を目指していた。足は人を支えているので、リラックスしているときの方が本音で話せて多彩な関係が築ける。
　そもそも人間は二足直立歩行で、長時間立つことができるのが特徴である。土踏まずの構造が重たい体重を支えている。水害の後の片づけ作業は足が膨張していて長靴を脱いだり履いたりが大変なので「長靴を履いたまま寝たい」という声がある。だからその後の足湯は本当に気持ちいい。足の構造から考えても納得だ。佐用町でもおじさんたちが足湯をやり始めた。車座でバケツの中に足をつけて、最近は足湯をやりながらお酒を飲んだりもしているそうだ。
　しかし足湯で気分が悪くなることもあるから注意が必要だ。骨盤が緩むので寝る前がおすすめだ。

最後につぶやきのことを取り上げたい。今後の被災地の復興復旧のためにも内容をしっかり分析して、提言をしていきたい。しっかりつぶやきを分析すると色々なことが見えてくる。

遠野でGW前に報告があったが、未だに「おにぎりが1日2回だけ」ということがわかり、すぐに炊き出しをしてもらった。このようにすぐに対応できることもあれば、中長期的でないと解決しないこともある。その上で政策や制度に結びつけなければならない。能登半島の地震では仮設に入っていた人が「仮設をでてもうすぐ離れに住める」とつぶやいた。仮設住宅なら雨がしのげるが、離れは完璧に修復していないから仮設よりももしかして不便かもしれない。それでも離れで自分の家が直っていくことを見届けたいと思っている。ひょっとしたら修復して自分の家に住みたいのではないかということがわかった。当時、間接的に中央防災会議にその声が届き、修繕費に150万円のお金が支払われることになった。つぶやきを分析し提言すると、このように政策が変わる可能性がある。たかがつぶやきだが、生の声には大きなヒントがあり、そこにこだわる必要がある。

一方で深刻なつぶやきに出会うこともある。「生き残ったのは自分だけ」。これは相手に解決して欲しいと思っているのではなく「吐露する」ことでしんどさが軽減されるのである。

湯の力+つぶやき+身体接触で多彩な関係性をつくることができる足湯だ。不思議なもので普通なら抵抗があるが、30ｃｍの距離で手をさすったりすると、こんなこと聞いていいのか？と思うようなことをつぶやかれる。災害時だけではなく身近なものとしても広がる可能性を感じる。科学的には証明できないが、何か不思議な力がある。ちょっと今までと違った視点から足を眺めてみてください。

■質疑応答

1）夏場の足湯はどのように行うのか？

2007年の中越沖地震は7月だった。暑いときにもよろこばれた。2009年の佐用では、温泉から出た後に足湯にくる人がいた。理由はわからないけど夏も大丈夫。

2）失敗談などは？

聴く側にまわるのが足湯だが、あるお坊さんで、普段はしゃべるのがプロという方はどうも話を聴くことができず「学生を参考にして！」とアドバイスしたが、坊さんはずっと話してしまった。失敗ではないがそんなこともある。

3）高齢者の方はよく足湯にくるが、父母世代の人に来てもらうのに効果的な方法は？

大槌では時間をずらしてやってみた。また、一番効果があるのは子どもに足湯と書いたダンボールもたせて連れてきてもらうことだ。

4）無口な人に対してはどうしたらいいか？

これは大変難しい。まさにボランティアの真骨頂。ぽつりと出る一言をじっとまつ。本当にしゃべる気力がないこともあるので無理に聞き出す必要はない。

北海道の函館で講演をした時、奥尻の被災者が「なんにもなくなった。家族もなくなって。釣竿と弁当箱しかのこってない。」と言い、ずっと遠くを眺めている。無理にこちらから話しを引き出さなくても、ただじっと寄り添う、実はそれが一番難しいかもしれない。

5）被災した体験言ったせいで更に落ち込んで、重たい空気になったがこれはどうすればいいのか？

仕方ないことだと思う。我々は専門家じゃない。多くの人は楽になってからまた落ち込む、それでリズムをつくっていく。

6）お水が貴重な被災地で「お水がもったいない」というつぶやきを聴いた。どう返していいかわか

らなかったが？

今までの被災地でお水がもったいないと言われたことなかった。でもそういうつぶやきがあったなら、使い道を考えないといけない。阪神の時は、最後はトイレに使った。そこにいるみんなで考えないといけない。

（石巻に足湯隊として入った方より）石巻でも避難所で仮設トイレと自衛隊の長靴洗いに水をまわした。

■車座ミニトーク

〇宮城県石巻市・山田裕司さん

石巻には 3 月 28 日時点で 25,000 人が避難していた。足湯ボランティアは、まずは泥かきからスタートしたが、その後は整体師と一緒に回ることもあった。

石巻はボランティアの数が多いのがおどろきだった。自分も初めてのボランティア活動への参加だった。ボランティアの受け入れ態勢も早くでていた。支援者として 200 団体がはいっている。行政単位も大きく、避難所も多い、すなわち多様な立場に置かれた人が多いといえる。

〇福島県郡山市・和泉聡子さん

郡山と他の避難所との違いは、ほぼ全員が原発避難者であることだ。富岡町（避難指示地区）と川内村（避難準備地区）がほとんどだ。足湯隊として石巻にもいったので、地震・津波被害との違いを感じた。郡山のビッグパレットは大きな避難所で 1,500 人以上が避難している。もうすぐ帰れる人、もう何十年も帰れない人が混在している。東電の社員が家族にいる人もいて、複雑な気持ちでいる。感情が複雑にからみあっている。

日中片づけに家に帰ることもできずやることがないのも特徴だ。不公平感、不条理感を感じている人が多い。原発によってさらに深刻な状況になるかもしれない。

つぶやきはその場で行政に伝えた。第 1 クールで聴いたつぶやきから「やることがない」という農業従事者が多いということがわかった。そこでビッグパレットのまわりの草木が気になるという話になり、有志で雑草とりのボランティアを募集した。200 名集まり、たくさんの人が土いじりをした。1 時間も経たないうちに作業は終わってしまった。もっと雑草はえればいいのに！と思わず思ってしまった。

〇宮城県七ヶ浜町・清水怜奈さん

＜この日のために地元・七ヶ浜から東京にお越しくださいました。＞

私の住んでいる七ヶ浜では津波が来たことで友人の家も流された。3 月の下旬からレスキューストックヤードが支援に入っており、私は足湯の活動に参加している。「眠れないから薬を飲んでいる」「自衛隊のお風呂には手すりもなく、湯船が深くてこわい」という声が印象に残っている。「津波で流されても七ヶ浜に残りたい」という人が多い。「浜にゴミが多いから海が怒ったんだよ」と言った漁師もいた。

感想として、当初ボランティア活動とは力仕事だと思っていたので、足湯で会話ができるのか、癒してあげられるのか不安だった。

県外から多くの人が応援にきてくれて嬉しい。プレハブ・ボランティアきずな館ではボランティアが入れ替わりで寝泊りしている。毎回 20 名も来て「何もできなくてごめんね」と言ってくれるけど、ここに来てくれるだけで私たちは嬉しい。

足湯をやる新しいボランティアが来ると何度も同じ津波の話をする人がたくさんいる。それだけ津波がこわかったのだと思う。「元気じゃないとやっていけないんだ」という声をたくさん聴く。足湯だけで出会いの場がつくれるので、顔見知りのおじいちゃんおばあちゃんの中で、ひとりでも来てくれる人がいる限り、私は足湯を続けたい。

〇宮城県気仙沼市

避難所の方はボランティアに対してとても明るく接してくれた。「東北の人は強いでしょ？」とよく言われた。被災の度合い（全壊・半壊など）によっての感情の違いもある。「みんなでいる時は笑っているけど、本当は辛い」という声もあった。「避難訓練もずっとやってきたのに」「夜はひとりで運転できない」などの声を聴いた。

ニーズは刻々と変わり、過去の経験は大切だけれど、その時々の判断が大切だと思う。また何度も通うことでより現地とのつながりも深くなる。

■グループワーク

4 つのテーマに分かれてそれぞれの班でそのテーマに沿ったつぶやきを拾って分析してもらう。

〇ユーモアについて

避難所生活では大変な想いをされているが、そんな中でも楽しい話も聴くことがあった。しかし耐えられないものに耐えているんだ、というつぶやきもあるので、もっ分析すると何かみえてくるかもしれない。

・生まれ変わったら足湯隊になりたい。
・ボランティアさんまたくるって？（ウインク）
・足を拭いてもらうなんて女王様になったみたい

〇健康について

運動不足や栄養不足が多いと感じた。

・散歩したいけど余震でできない。
・バランスよく食べられないのでやせた。

〇仕事について

水産関係の従事者が多いので、「どうしたらいいんだ」というネガティブな声が多かった。

・もうだめだ。
・ハローワークも人がいっぱいだ。

やっぱり漁師さんは頑固だ。なかなか足湯にきてくれないので、なんとかいい方法をみつけたい。

〇生活環境について

お風呂・住居・仮設にはいりたい・寝られないという声が多かった。キーワードは、交通・食事・洗濯・人間関係じゃないかと思う。

■コメント

菅磨志保さん（震つな会員・関西大学教員）

私は能登半島地震のとき初めて足湯をして、印象的だったのは 80 代の方の大きくて分厚い手が仕事をされてきたことを語っていたことだ。足湯は本当に不思議で。応援にきたはずの自分が勇気づけられた。

ただそばにいて一緒にいるよ、ということはボランティア活動にしかできない。継続して交流する、同じ場所に通うなど、たくさんの人が来るだけじゃなく、交流できる動きが次は必要だと感じる。息の長い活動になると思うので具体的な問題を共有して次につなげるようネットワークをつかって活動してほしいと思う。

（記録／震つな事務局・加藤祐子）