

# すくも便り

No. 179



利用者(障害者)との信頼関係を築き  
よりよい奉仕(サービス)を提供し  
て地域で協力し合い、共に生きます。

雑感

## 被災地に行って考えたこと

デイケア・臨床心理士 百瀬 肇

今年の4月27日～5月1日の5日間、私は仙台市・若林区に行ってきました。今年の3月11日に起こった東日本大震災での現地支援のため、徳島県が派遣した被災地支援チームのひとつ「心のケアチーム」第15班の一員としてです。心のケアチームの構成は、当院の吉田先生と看護師の堀内さん、私、県職員の方の4人でした。

現地での実働は3日間という限られたものでした。主な業務は、いくつかの避難所を巡回して、不眠や抑うつなどのメンタルの不調を訴える方を見つけて相談にのる、というものです。これは避難されている方だけに留まらず、その世話をしている方々のお話を聞くというのにも含まれます。

活動の時間は限られており、その時間は慌しく過ぎていったわけですが、他の御三方がそれぞれの立場でがんばっておられるのを横目で見ながら、“さて、自分は何をしたらいいんだろう？”と考えているうちに時間が過ぎてしまった、というのが実感です。

そんな私でもただ歩いているだけで、現地の方から「遠くからありがとうございます」と挨拶されたりしました。背中に“徳島県”と大きく書かれたジャンパーを着て歩いていたからでしょう。これではどちらが励まされてるのかわからないわけですが。これが鬼原先生から頂いた資料に書いてあった“そこにいるだけで意味がある”という言葉を実感した瞬間でもあります。

そこにいただけの私でもやはり気疲れしたらしく、ひどく疲れてマッサージを受けに行った時のこと。マッサージ師の方に「自衛隊の方や医療チームの方々が来ていただけることは本当にありがたい。自分も一被災者として恩返しのつもりでやらせていただきます」と言われました。おかげでそのあと、私の身体はバキバキとかなり景気の良い音を立てることになりましたが…。

4月末の時点では仙台市中心部はほぼ元通りと言っていいほど復旧していましたが、車で15分も走ると津波の痕跡が生々しく残っていました。何もかも流された土地や瓦礫の山を見ていると、なにをどうしたら良いかわからなくなるのが、むしろ当たり前だと思います。

『被災地に行って感じたこと、出来なかったことをありのまま伝える』それが先ほどの“自分は何をしたら良いか？”への一つの答えではないかと、今はそう考えています。



●自治会レク 7/12(火)



メンバーの声

★サチコの歌が上手でした  
 / ★お弁当は肉が多くておいしかった  
 / ★カラオケも楽しかった。またこういう機会を作ってほしい。

●スポーツ 7/13(水)



メンバーの声

★プラザでソフトバレーをして苦しかったけど、いい汗をかいてよかった  
 / ★卓球もカローリングも、とてもたのしかった。

●ソーシャルクラブ 上板 7/14(木)



メンバーの声

★ソーシャルクラブ上板でゴーヤを使った料理を作った  
 / ★ゴーヤのハンバーグがおいしかった  
 / ★食べる物は全部おいしかった

●生活セミナー 7/19(火)



メンバーの声

★栄養士さんから教わった食生活を改善する方法を見つけないか  
 / ★生活習慣病と付き合うには食事をコントロールし、おいしく食べて運動を繰り返すよう心がけたい。

●合同自炊訓練 7/20(水)



メンバーの声

★合同自炊訓練は台風のため中止となり、お弁当を買って食べました。自分たちで作って食べたい気持ちもありました  
 / ★和洋中華のいろいろなおかずがあった。

★映画鑑賞 7/26(火)



メンバーの声

★結婚して40年。妻、子のために働き最高の人生を送りたいものだ  
 / ★人間の誰でも起こる生理現象や心理状態を巧みな口調で話してくれて、なるほどと思った。



目標

～歯みがきをしよう～

- 1日(月) 自治会
- 3日(水) スポーツ・ソーシャルクラブ 上板
- 5日(金) パソコン講習
- 8日(月) 自治会
- 9日(火) 自治会レク
- 10日(水) 障害者交流プラザ
- 12日(金) パソコン講習
- 15日(月) 自治会
- 16日(火) 生活セミナー
- 17日(水) 合同自炊訓練
- 19日(金) パソコン講習
- 22日(月) 自治会
- 23日(火) 映画鑑賞
- 24日(水) スポーツ
- 25日(木) ソーシャルクラブ 上板
- 26日(金) パソコン講習
- 29日(月) 自治会
- 31日(水) スポーツ・健康チェック



藍涼祭 7/28(木)



すくも寮・ことじはジュース 3本100円、パン1個100円で販売しました。あっという間に完売し、今年も大好評でした。

2011. 8月 地域活動支援センター予定表

	1	2 10:00～ 創作クラブ (パソコン講座)	3 10:00～ アルミ成型作業 古紙分別作業 アトリエいちょう	4	5	6 休み
7 休み	8	9 10:00～ 創作クラブ (パソコン講座)	10	11	12	13 休み
14 休み	15	16 10:00～ 創作クラブ (パソコン講座)	17 10:00～ アルミ成型作業 古紙分別作業 アトリエいちょう	18	19	20 休み
21 休み	22	23 10:00～ 創作クラブ (パソコン講座)	24 10:00～ アルミ成型作業 古紙分別作業 アトリエいちょう	25	26	27 休み
28 休み	29	30 10:00～ 創作クラブ (パソコン講座)	31 10:00～ アルミ成型作業 古紙分別作業 アトリエいちょう			

◆今月のレクリエーションはありません。

◆毎週水曜日10:00から行っているアルミ缶、古紙分別作業は時給300円です。ご参加下さい。

