



仮設住宅だけでなく、借り上げ住宅で暮らす方々への支援も課題になっています。

にみると、欲しいものは手に入る」と言い、「上を見たらきりがなし、下を見てもきりがなし。今の暮らしの中で、できることは工夫をして、頑張っていかなければ」と話してくれました。

東日本大震災から一年。「あの人があのように詳しく話をすることを初めて聞いた」という言葉をよく耳にします。気持ちをもち直した人、また、一年を機に気持ちをもち直そうとしている人、被災者の皆さんが気持ちを整理するために、その時の心持ちを話しているようにも見えます。また、これからの生活や住まいについて、被災者がそれぞれ考えなくてはならない時期でもあり、その不安やストレスを和らげるためにも、レクリエーション支援の中で、被災者の気持ちや話に寄り添うことが大切になっています。

Vision of the team recrow — 震災レク支援のこれから —

# 前向きな気持ちを引き出す支援

自分なりに楽しめるようになることが  
気持ちを前向きにする

岩手県の内陸に位置する紫波町は、沿岸部で被災された方が避難し、現在も借り上げ住宅等で暮らしています。そうした被災者を支援するために、昨年5月、ボランティアのグループ「ひまわり」が活動を始めました。ひまわりは15人のグループで、普段から町の公民館などで活動する人たちのネットワークです。メンバーには公民館の職員、民生委員、料理の得意な人、野菜ソムリエの資格を持つ方などがおり、その中にはレクリエーション・コーディネーターの佐藤淳子さんもいます。

ひまわりでは、メンバーが少しずつお金を出し合って休耕している畑を借り、農園の活動を始めました。避難してきた人たちの多くが仕事等を失い「やる事がない」状態でした。「何かできることを創りたい」と考え始め、「土いじりは身体を動かすし、心も休まる」、「草取りや収穫など、目に見えて成果がわかるのがいいのでは」と思ったそうです。また、相馬市で農家をしてきた被災者が、「また自分で野菜を作って、親戚に送ってやれたら」と話してくれたことも背中を押してくれました。

昨年6月から畑を借り、毎週月曜と金曜日に被災者の皆さんが作業をしました。休耕地を耕し、実際に苗を植え始めたのは8月だったそうです。それでも枝豆、カボチャ、キュウリ、トマト、ナス、シシトウ、ジャガイモ等々、いろいろな野菜を育てました。最初は何も話さずに黙々と草取りをする方もいたそうですが、畑仕事を通していろいろな話が交わされるようになっていきました。自分で野菜や草花の苗を買ってきたり、一人でも農園に足を運んだり

するなど、自ら主体的に関わるようになっていきました。

農園での活動を通して自分の関わりや作業が喜ばれ、さらに前向きに関わっていく。震災で多くのものを失い、いろいろな支援を受けている状態から、気持ちが徐々に自立していくように見えます。しかしメンバーの一人は、「自立に向けてではなく、自分なりに楽しめる場所を提供したかった」と言います。「知らない土地に来ていたので、友だちを作り、話す人をたくさん作れば、気持ちが前に向くのではないか」農園が被災者の皆さんのやり甲斐を作り、被災の経験を共有し合える仲間との交流の場になると考えてのことでした。

## 自分から動くことで仲間に入れる …その機会作り

ひまわりでは、月2回(第1、第3金曜日)、古館公民館でサロン活動も行っています。被災当初、多くの被災者が紫波町の親戚を頼って来ました。中には家族が10人増えた世帯もあり、時々昼食をお世話するなどし、そうした世帯の負担を少しでも軽減したいということから始まりました。もちろん、農園の活動とも繋がりを持たせていますし、地域の人たちとの交流の場にもなっています。

サロンも農園と同様、被災者が主体的な役割を担える活動を取り入れていきます。例えば食事では、農園で収穫した野菜が使われますし、被災者で料理好きな人たちが作ります。すると、「今度は南相馬の料理を作らせて」となったり、活動の中でそれぞれの郷土料理を教えたりすることもあります。岩手県からの支援物資の中にたくさんのお酒(新品でない)が

あり、活用し困った時は、みんなで雑巾を縫いました。針と糸を見たとき、すぐに手にとり、おしゃべりを楽しみながら縫い始め、とてもきれいに仕上がったそうです。この活動をきっかけにいよいよとしてきた方もいました。雑巾は小学校や公民館まつり等で販売し、活動資金にしました。被災者ができることで役割を担うことで、「気兼ねなくサロンに参加してくれる」と言います。男性の参加者も、農園で使う椅子などを作っています。こうした活動を通して、公民館で行う活動が身近なものになり、健康体操やヨガなど他の活動の世話をする被災者も出てきました。

被災者の皆さんが「失ったものもあるけど、ここで得たものもある。これほどの知り合いになれたから」と言い、それがあって「もっと頑張れる」と話してくれました。大槌町で主人を亡くされ、高齢者ケアの仕事をするほど気持ちが落ち込んだ被災者の方は、「自分で動く(役割を担う)ことで(紫波町の)仲間に入った。それで心がいやされて、お世話してもらった気持ちを返そう」と思いました」と言い、被災地での仕事に少しずつ復帰しながら復興に関わろうとしています。

「ひまわり」の農園とサロンは、被災者が自ら取り組める活動・交流の機会を提供し、主体的な役割を担うことでやり甲斐を作り、被災者の前向きな気持ちを引き出しています。こうした支援の姿勢や考え方は、これからの被災地でのレクリエーション支援にも十分に活かすことができます。

(企画・広報チーム 小田原一記)



ひまわりの活動では、地元農家の作業を手伝い、形が悪い等で出荷できない野菜をもらって大槌町吉里吉里地区に届けました。また、ランドセルや中学校の制服を集め、陸前高田市や気仙沼市に送るといった活動もしました。

