

原 著

避難所生活における支援活動 —リハビリテーションチームとしての関わり—

長岡中央総合病院 リハビリテーション科；理学療法士¹⁾

いの つめ かず を¹⁾
猪爪 一也¹⁾

背景：2004年の中越大地震により多くの方が避難所生活を強いられた。当院近くにも避難所があり、その避難所からの入院患者を契機にリハビリチームを組み支援活動を行なった。

経過：開始当初は非常に煩雑で落ち着きのない問題の多い生活環境であったが、支援活動を通して生活リズムの確立、活動性の維持・向上、問題点・要望の抽出など効果をあげることが出来た。

結論：混乱した状況の中で支援活動を行なう際には、スタッフのコーディネート、情報の共有・一元化、継続的・定期的な活動体制などが重要であった。

キーワード：大規模災害、支援活動、リハビリテーションチーム

緒 言

2004年の新潟県中越大地震で山古志村村民は全員が避難した。その中で要介護状態に近い方及びその家族の方々は、当院近くの「高齢者センターけさじろ」が避難場所となった。

避難所からの入院を契機に当院リハビリテーションスタッフを中心としたリハビリテーションチームで、避難当初から仮設住宅移転までの期間、継続した支援活動を行った。その活動について若干の考察を加え報告する。

経 過

2004年10月23日地震発生。10月24日山古志村村民避難開始。地震発生直後から多くの方が当院を受診した。10月28日避難所より誤嚥性肺炎の方が入院された。そのため避難所の状況に不安を抱き、11月3日理学療法士（以下PT）言語聴覚士（以下ST）が実地調査目的で避難所を訪問した。

そこで保健師より協力を依頼され、また避難所内の状況も支援が必要であると思われる、PT・ST・作業療法士（以下OT）各職種の県士会にボランティアを募った。11月6日より本格的支援を開始した。

(1) 活動開始時の状況

高齢者センターけさじろは1階に事務室、トイレ、車椅子用トイレ1個、2階は高齢者の入浴施設、

3・4階は研修室になっておりここが約150人の避難所となった。

開所当初の避難所内は、物が溢れ、ボランティアの人など多くの方々が出入りしており、避難所生活者が落ち着く場所がないのではと感じられるほど、非常に雑多な印象であった。

余震が続く中、今後の生活の不安と何も出来ない焦燥感に呆然とされている方が多いように感じられた。また、統括する責任者がはっきりしないため、どこで？誰に？情報を確認すればいいのか分からない状態であった。そのため情報の共有ができず、避難所生活者は同じことを何度も聞かれうんざりされている様子も伺えた。

施設面では、車椅子対応トイレは1階に一つのみで、3・4階で洋式トイレは各階1個ずつで不足し、そこまで行かれない方々のために部屋の入口にダンボールで囲いをしてポータブルトイレを設置してあった。四つ這いで移動し介助で立ち上がる方が多かった。

各部屋の入口には靴が溢れ廊下を狭く歩きにくくしていた。部屋の中は、布団が敷き詰められ壁際に荷物と毛布が積まれており、人々は布団の上で横になったり、二つ折りした布団の空きスペースに座ったりしていた。部屋割りでは、地域性が考慮されなかったため知らない人との同室となり、会話が弾まない様子であった。

このような環境の中で避難所生活者は、強い不安もしくは感情鈍磨が見受けられた。身体面では活動性が低く、下肢の筋力低下が見られた。床上生活のため、立ち上がり動作が困難な方が多く見られた。また、トイレ不足のため排尿回数を減らそうと水分摂取量を控える様子が見られた。

避難所生活者の中で身体機能に低下が見られる方のうち、介護保険を申請されている方は1割弱であった。家で看るのが基本、介護保険を使うのは恥と思う文化があり、今までよく生活されていたと驚かされる家族もみられた。

(2) 活動内容

上記の環境の中でリハビリテーションチームとして何が出来るか？どのようにしたらいいのか？全く手探りの状態からの活動であった。具体的活動として避難所生活者に対しては、

- ① 要介護者を中心とした個々の身体・精神・心理状態の把握とチェック
- ② 活動性の向上を目的として集団体操・レクリ

- ーション・合唱などの集団リハビリテーション
- ③ 集団活動に参加されない方に対する個別指導（移動方法、床上動作等の基本動作・ADL指導など）・環境調整（移動用具の貸し出し、ポータブルトイレ周辺環境調整など）・心理的サポート 現場スタッフへの支援として
 - ④ 保健師・社会福祉協議会（以下社協）・他のボランティアの方に対して介助方法の指導
 - ⑤ 個々の問題について保健師へ文書・口頭での報告（調査家族数：56家族）
 - ⑥ 仮設住宅で予想される個々の問題について、旧山古志村のケアマネージャーへ報告（報告数：90名）などの活動を行なった（図1、2）。

(3) 活動の流れ

活動は11月6日以降の毎週土・日曜日の午後に行なった。活動は計13回であった（表1）。

スタッフ集合後自己紹介を行い、前回までの状況を説明し担当を決める。各自担当の情報を確認し、リハビリ〇〇とガムテープに名前を記入し、腕に張り身元をはっきりさせる。避難所へ移動し保健師・社協の方とミーティングにて情報収集を行い、集団活動へ参加者を誘導し活動を行なう。その後個別指導を行い、現場スタッフに活動内容・情報を報告し帰院。活動内容をまとめ記録し終了となる。

(4) ボランティア参加数

今回の活動に参加したボランティア数は延べ人数でPT46名、OT23名、ST36名、合計105名であった（表2）。当院のスタッフの参加は延べPT26名、OT10名、ST8名で各回に必ず当院のスタッフが加わった。

結 果

主たる活動は集団リハビリテーションの導入であった。この活動を通して避難所生活者の表情に変化が見られるようになった、コミュニケーションの深まりも感じられるようになった。また、土日以外は現場スタッフに活動を継続してもらい、午後のこの体制が生活リズムの確立に役立った。

集団リハビリに参加されない方には個別指導・環境調整などを行い、スタッフに介助方法の指導を行なったことにより、避難所内での活動性の向上が図られた。

避難所全体の運営については社協が中心となり、避難所生活者の健康状態などは看護師・保健師が把握していた。現場スタッフとの情報交換をしっかりと行なったことにより避難所生活者・スタッフの方々との理解が深まり、それぞれの抱える問題点・要望などを引き出すことが出来た。また、その内容を整理し情報提供を行なったことにより介護保険申請者も増え、仮設住宅での生活支援に役立てることが出来た。

考 察

今回、中越大地震という大規模災害を経験し、リハビリテーションスタッフとしてどのような支援が行な

えるか模索しながらの活動であった。

始めに必要なことは、現地に出向き避難所生活者・現場スタッフと話し合い、現状を把握することであった。自分の目で肌で体で現状を感じることで必要なものが見えてくると思われた。

多くのリハビリスタッフが参加したが、実際に支援活動を開始するにはそれらを取りまとめるコーディネーターを立てることが大切である。コーディネーターが具体的な活動内容・役割分担を指示することでスタッフの活動がスムーズに行なわれたと思われる。また、現場スタッフとの窓口になり、情報窓口を一元化したことで情報の伝達もスムーズになったと思われる。

2点目として各避難所生活者に対する活動の情報をファイリングし、参加者が現状・経過が分かるようにした。避難所生活者は様々な人から同じ質問をされ、口を閉ざす様子が伺われた。前述したファイリングにより同じ質問をされることもなく、避難所生活者のストレスを軽減できたのではないかとと思われる。

3点目としてはリハビリの活動日は土日の予定であったが、現場スタッフの協力により、継続的かつ定期的に行なえることができた。それが生活リズムの確立に役立ったが、ボランティアの方でも行なえるよう簡単に内容を大きく変えないで行うことも重要であると思われる。

4点目としては避難所生活者は身体的、心理的、また環境的にも様々な問題を抱え、時間の経過とともに問題の変化も見受けられた。それらに対し、リハビリスタッフがそれぞれの専門性を生かしチームとして関わったことで支援内容が広がったと考える。

結 語

要介護状態に近い方やその家族が、大規模災害によって避難所生活となり、仮設住宅に移行するまでの期間、リハビリチームとして定期的な支援活動を行なった。現場スタッフとコミュニケーションをとりながら、一定の効果があげることが出来た。

混乱した状況の中で支援活動を行なう際には、①スタッフをうまくコーディネートすること②情報の共有化と一元化を図ること③継続的・定期的な活動とし、活動内容を大きく変えないこと④問題の変化に留意することが重要であった。

英 文 抄 録

Original article
Supporting activity for peoples in refuge life -Support as a rehabilitation team-

Nagaoka Central General Hospital, Department of rehabilitation, Physical therapist
Kazuya Inozume

Background: At the Mid Niigata Prefecture Earthquake in 2004 many peoples were forced to bring refuge lives. We organized a rehabilitation team to support refugees around our hospital because of their

high frequency of hospitalization.

Process : In spite of many difficulties at start, we could reveal their hardships in the life of refuge and the usual life cycle was established through our supporting activity.

Conclusion : When working on support in the confused situation as large-scale disaster, it is very important

to establish the coordination of staffs, the sharing and unification of information, and the continuous and periodic supporting activities.

Key words : large-scale disaster, supporting activity, rehabilitation team

表1 活動の流れ

13:30	リハスタッフ集合・ミーティング
14:00	情報収集・参加者誘導
14:30	集団体操・レクレーション・合唱
15:00	個別指導
15:30	現地スタッフとのミーティング
16:00	リハスタッフミーティング・記録

表2 ボランティア参加数

月日	PT	OT	ST	合計
2004.11.6	5	1	1	7
2004.11.7	3	2	1	6
2004.11.13	3	0	3	6
2004.11.14	2	2	2	6
2004.11.20	3	1	4	8
2004.11.21	1	1	4	6
2004.11.27	3	1	3	7
2004.11.28	5	3	4	12
2004.12.4	7	2	2	11
2004.12.5	4	4	4	12
2004.12.11	2	3	3	8
2004.12.12	5	2	4	11
2004.12.18	3	1	1	5
合計	46	23	36	105



図1 レクリエーション場面



図2 集団体操場面