

被災地での音楽療法実施報告

日本音楽療法学会東北支部

支部長 智田邦徳

2011年4月25日

4月16日（土曜日）、17日（日曜日）の二日間、東日本大震災および津波の被災地である岩手県A市とB町を訪問し、避難所で生活する方たちに対する音楽療法を実施してきましたので、その報告をいたします。

・実施に至るまでの経緯

A市在住の認定音楽療法士の方より、震災後半月ほど経過した頃に電話で「震災前から仕事で付き合いのある自治体の保健師から、避難所で音楽によるケアをしてほしいと頼まれたので何箇所かまわって見たが、都合のつかない日があるので誰か派遣してもらえないか」といった内容の相談を受けました。詳細を聞くと、週末に人手の足りない場所があったので、平日勤務で比較的週末に都合がつけやすいという理由から、私が立候補しました。

私自身も震災前から、B町では保健センターの依頼で介護予防教室や、幼児教室などの音楽療法を行っていましたし、A市では過去10年ほど毎月訪問して、在宅の知的障がい児(者)に対する音楽療法を行っていましたので、なじみ深い土地だったというのも理由のひとつです。

当日は私の職場である岩手晴和病院にて音楽療法研修中の方一名を同行させることにしました。また、現地入りしてからA市在住のもう一人の認定音楽療法士（補）である方にも連絡をとり、日曜日に同行してもらえることになりました。

・一日目

A市には車で移動しました。16時に盛岡を出発し、現地には17時半に到着。国道は既に交通規制も無く、A市の津波が到達していない区域ではビジネスホテルも営業していました。ホテルにチェックインしてから、夕闇の三陸沿岸の道を南下し、最初の訪問地であるB町のある中学校へと向かいました。沿岸の道は瓦礫が左右に積み上げられ、一部の信号は機能停止しているままなので、暗い曲がり角では右折が困難でした。外灯も全て消えていて、うっすらと浮かび上がる瓦礫のシルエットを両端に眺めながらの走行でした。

私たちが訪問した中学校のある区域は比較的高い位置にある集落なので、津波の被害はありませんでした。避難所には近隣の海辺の集落で被災した人々が数百人単位で生活していました。体育館に足を踏み入れると、内陸からボランティアで来ている保健師さんが引き継ぎ事項として音楽療法の実施を聞いていたらしく、すんなりと中へ入れてくれました。

事前に避難所へは電気が通っていると聞いていたので、今回は使い慣れているキーボードを持ち込みました（もし電気が通じていなければ、アコーディオンを持ち込むつもりでした）。歌詞を書いた模造紙は、職場で使用しているものです。他にアトラクション用のス

ケッチブックなども携帯しました。

19 時開始の約束でしたが、数十分前からキーボードをポロポロと弾きはじめていたら、それまで自分のスペース（ゴザがひいてある）で毛布をかぶって寝ていた人々が、興味深そうにこちらへ視線を向け始め、「この歌、御存知ですか？」と問いかけると「知っているけど、かなり古いねえ、それ」等の声がかえってきました。徐々に用意した椅子へと移動して、目の前にはたくさんの参加者が集まってきました。

その中には、私が今回の津波で一番心配していた B 町の方がいました。以前、その防災センターでいつも仕事をしていたのですが、震災後に別の保育園の卒園式に出席したあと三陸海岸にそって北上した際、その見慣れた一帯が辺り一面更地になっていて、見知った建物が見るも無残に破壊されていました。「もしかしたら、ここで会っていた皆さんは無事ではないかもしれない」と半ばあきらめていたので、私は感極まってその方の手を取り、再会を喜びました。聞けばこの方は別の避場所にいたのに、今回私がここを訪問すると知ってわざわざ歩いてやってきたとのこと。とても感激しました。

前述したように、なんとなく曲を弾きはじめて徐々に人が集まる、といった導入だったので、きちんと「始めます」と宣言したわけではないのですが、結局終了の約束時間である 20 時まで切れ目なく活動を行いました。

用意した椅子に座ってくださった方は 20 名に満たなかったのですが、座ったり寝ながら歌ったり、遠くから手拍子をしてくださった方を合わせると、かなりの方が音楽に耳を傾けてくださったのだと思います。同行した研修中の者を通じて、体育館にいる皆さんへ事前に「これから音楽が聞こえてくると思いますが、耳触りだったりうるさく感じたりしたら、遠慮なくおっしゃってください」とお知らせしておいたのですが、ありがたいことに苦情は一件も寄せられませんでした。

私は選曲をする際に「ご当地ソング（喜びも悲しみも幾歳月）や海に関する歌（浜千鳥や海など）を歌うのはいかがなものか」と危惧していたのですが、参加している皆さんは別に気にせず、他の楽曲と同様に楽しんで歌っていた様子です。

帰り際、荷物の搬出を手伝ってくれた B 町役場の職員の方々のうち、若い男性が小さな声で「最後、泣きそうになりました」と言っていました。どうしてですか、と質問したら「自分の家が流されたあのバアちゃんたちが、屈託のない笑顔で元気に歌っている姿を見て、感極まったんです」と答えられました。ボランティアの保健師さんからも、良い感触だったとの感想をいただき安堵して A 市へと戻りました。

・二日目

宿泊したホテルから徒歩で移動可能な場所にある小学校で、二回目の音楽療法を行いました。前述した地元の音楽療法士も同行。午前 10 時開始とうかがっていたのですが、いざ現地に到着してみると事務局（地区の役所職員）から「実施の許可が出ているか確認するまでは待って」と言われて中に入れず、少々時間をロスしました。やっと事情を知ってい

る保健師さんに取り次いでもらい、体育館の中に入って見たのですが、前日の避難所とは全く異なった雰囲気、むしろ子供や若者、30代40代の方の姿が多く目にうつりました。

前方にある壇上の手前に案内され、長テーブルにキーボードを配置していると、それまで大型テレビでアニメを見ていた小学生数名がこちらに寄ってきて「何するの」と聞いてきました。これから音楽を使って活動するよ、と言うと「私、そういうの嫌だからやめてほしい」と一人の娘が言いました。仕事だから、と説明しようとする、有無を言わずにキーボードの電源を抜いて「うるさいからだめ！」と叫びました。同行した二人が何とか子供たちの気持ちをやわらげるような対応をしていましたが、娘はその後ふっとどこかへ行ってしまいました。他の娘二人もつかつか寄ってきて、今度は備品のアートバルーンに興味を示したので、ブードルやねずみを作ってあげたら「ちょうだい」と言って、風船をもったまま外へ出て行ってしまいました。

保健師さんが場内アナウンスで「これから音楽療法が始まります」と告げてくれましたが、15分遅れの音楽療法を開始したあとも、誰一人近くによつてきません。皆、パーティションで仕切られた自分のスペースから離れようとせず、用意した椅子はガラ空きです。そこへ、前回まで担当していた地元で音楽療法を実施してきた方がやってきて、ひと組の親子（80代の女性と50代の女性）を連れてきてくれました。その後、一人、二人と集まってきましたが、数曲聞くとすぐにまた居場所へと戻っていきます。約束していた体操やアクションをする雰囲気にはならず、ずっと私一人が歌を歌い続けて時間が過ぎていきました。私自身も不安があったせいか、強迫的に次々歌い続けたため、かなりの数になってしまいました。

約束の一時間が経過し、終了を告げて数名の参加者に挨拶をし、会場を去ろうとした時、パーティションの向こうから沢山の拍手が聞こえてきました。何人かの方が居場所から駆け寄ってきて「ずっと聴いていた、とても良かった」とか「いつも膏薬を貼る時に苦しい思いをするけど、今日は歌いながらだったから楽に出来た」と感想を言ってくださいました。時間中は会場内にいる皆さんの表情が全くわからず、とても心細かったのですが、これらの言葉と拍手で不安な気持ちがいきなり氷解しました。振り返ってみると、私自身にもかつてない程の緊張感があったのだと思います。

・感じたこと

今回わかったことは、避難所ではもう一日の流れや時間割がある程度確立しており、この段階から我々音楽療法士が参入するとすれば、時間割のどこか空いたすき間に入れてもらうしかない、ということです。二日目の小学校では10時までは掃除の時間だから会場には入るな、11時15分からは自衛隊による炊き出しの準備作業が開始されるのでそれまでに退出してくれ、という感じです。現場を取り仕切っているのは市役所、役場の職員とボランティアの保健師ですので、彼らの同意や許可が無いところでは我々の訪問はありえません。

今回はたまたま、過去に音楽療法を経験した方が仲介してくださったので、比較的スムーズに実現しましたが、縁故の無い音楽療法士が被災地へ飛び込みで入ろうとすると、かなりの困難が予想されます。現地の自治体や組織からの依頼が無い場所では実現しようとするなら、かなりしっかりとしたネットワークによる助けと、強固な根回しが必要でしょう。

ただ、避難所にいる皆さん自体は音楽療法に対する抵抗感はあまり見られず、大半の方は許容してくださっています。音楽療法経験のある方がそのムードを牽引しているのかもしれない、実際に体験してみるとハードルが一気に下がるようです。

・今後の課題

私は今回の訪問を契機に、これから毎週この二か所の避難所で継続的に音楽療法を行っていく予定です。無償ボランティアの上に、交通費と宿泊費は自費です。しかし、私の場合は職場（岩手晴和病院）の方針で、被災地ボランティアに対する支援を受けることができる上に、常勤職員としての給料と社会保障があるので、特に経済的な不利にはつながりません。

しかし、現地の音楽療法士は私のような常勤の職場を持たず、いくつかの高校で音楽教師の仕事を掛け持ちしたり、音楽教室での講師などをしたりして生活している方です。被災地では音楽教室に通う余裕のある生徒は激減していて、これによる収入も見込めない状態です。彼女はそれでも、地元のためにと少しでも空いた時間をボランティア活動に費やし、ガソリン代を払って方々を訪問してまわっています。被災地での音楽療法をずっと無償のまま継続するには、彼女が置かれている立場としては大変厳しいものであります。

盛岡在住の他の音楽療法士に、この方の代替としてローテーションに加われないかと打診しても、やはり継続的に片道 100～150km 以上の距離を毎週通うには抵抗があるようです。金銭的な援助を含む対策が急がれます。

支部会員から寄せられた声の中に「私も積極的にボランティアを行いたい」という方と、自分の生活再建を考えるだけで他者へ何かする余裕が全く無い、という声がありました。被災地で音楽療法を行う地元の音楽療法士への支援と、本人が被災者である音楽療法士への支援は全く質が異なり、別のものとして取り組まなければいけない、と感じたものです。どうか、ご理解をいただきたいと思います。