

東日本大震災による福島第一原子力発電所事故からの避難者への 農作業活動支援の実践とその心理社会的効果

畑山みさ子¹
遠野馨²
清水道子²
鈴木幸子²
星依子²
平井里香²
安達礼子²
秋元里美²

東日本大震災による東京電力福島第一原子力発電所の事故のため、立地の福島県の浜通り地方から中通り地方の郡山市に避難してきた人たちも多い。原発事故避難者への心理社会的支援活動はサロン活動等の集会を中心にさまざまな形で行われてきた。本稿は、一つの試みとして、その避難者を対象に、放射線量の低い会津地方の畑に定期的に通って農作業を実践してきた活動例を紹介し、その心理社会的効果について報告する。

Keywords : 東日本大震災、福島第一原子力発電所事故避難者、被災者への心理社会的支援

I. はじめに

2011年3月11日の東日本大震災では、東北地方の太平洋沿岸部に巨大津波が押し寄せ、各地に甚大な被害をもたらした。福島県沿岸部の浜通り地方に住む人々は、津波の直接的被災ばかりでなく、東京電力福島第一原子力発電所の爆発事故による放射能被害からの避難を余儀なくされ、多くの住民が福島県内陸部の中通り地方や会津地方に避難し、また県外への避難者も少なくなかった。原発事故後3年が経過しようとする現在でも、原発周辺地域は依然として放射線量が高く、居住困難地域とされている。2013年9月現在も、福島県の中通り地方にある人口約32万人の郡山市にも約9,200人の避難者が仮設住宅や借上げ住宅（みな

し仮設）での生活を続けている。その方々の多くは、故郷に戻れる見通しが立たず、将来への様々な不安を抱えながらの長引く避難生活の中で、疲労が蓄積し、心身の不調を訴える人が増えている。避難者への心理社会的支援の方策が模索される中で、仮設の集会所等でのサロン活動等が実施されてきてはいるが、その他の方策についての検討や実施は十分とは言えず、それはなお喫緊の課題であることに変わりはない。

II. 本活動の主催団体

本活動を主催し実践した団体「特定非営利活動法人しんぐるまざあず・ふおーらむ・福島」（以下、「本団体」と称する）は、1996年福島県郡山市に「いいであい」ネットワークとして発足、2006年に本名称に変更、2007年に特定非営利活動法人（NPO法人）として認可され、主にひとり親家庭の親子への支援活動を行ってきた。

1. 宮城学院女子大学名誉教授、宮城学院女子大学発達科学研究所客員研究員
2. 特定非営利活動法人しんぐるまざあず・ふおーらむ・福島

東日本大震災の直後から郡山市は福島第一原子力発電所事故からの避難者を大勢受け入れて来た。本団体は、最大時2,500人を収容して福島県最大の避難所となった郡山市のビッグパレットふくしま（福島県産業交流館）内に設置された「女性専用スペース」の運営に協力し、被災者支援活動を行った。

2011年8月に避難所が閉鎖された後は、ビッグパレットふくしまに隣接して建てられた仮設住宅（316戸、主に富岡町と川内村からの避難者が居住）の集会所等で、被災者が手仕事をしながら交流できる場を開設し、支援活動を継続してきた。2012年6月、本団体は被災者への長期的支援のために、福島県からの助成を得て、その仮設住宅近くに「ふくしま女性支援センター」を開設した。以来、ここでは、手仕事ワークショップ、弁護士による個別相談会、子育て広場の開設など、様々な企画を提供し、センターは地域コミュニティ形成の場として活用されている。

Ⅲ. 「農作業でリフレッシュ！」事業

1. 本事業開始の経緯

原発事故避難者の中には兼業農家が多く、農作業の主な担い手は女性が多かった。郡山市社会福祉協議会では主に借上げ住宅に暮らす避難者のために、サロン活動を定期的に開催してきた。そのサロンに集う避難者の中から「畑仕事がしたい、農作業をしたい」との声が聞かれるようになり、本団体に相談があった。そこで、本団体は以下に示す「農作業でリフレッシュ！」事業を企画し、猪苗代湖畔の畑の所有者の協力を得て、2013年春から実施することとなった。

本事業は、郡山市社会福祉協議会の協力、並びにアメリカの支援団体「アメリカーズ (Americares)」から資金提供を受けて実施の運びとなった。なお、その際にアメリカーズから提示された条件は、本事業の心理社会的支援の効果について評価と報告を適正に行うことであり、その要員として畑山が参加することになった。

2. 事業の目的

東日本大震災による原発事故からの避難者の心理社会的の一環として、放射線量が低い福島県内陸部の大自然の中で安全な土に触れ、作物の成長と収穫を実体験する活動を行い、避難者の心身のストレスの解消の一助にしようとするものである。

このような活動は、仮設住宅に住む一人暮らしの人や借上げ住宅（みなし仮設）に住む被災者の方々に連帯感形成の機会を提供することにもなり、被災者の地域での孤立を防止し、参加者の心身の健康の回復と向上につながる事が期待された。

3. 実施方法

畑地：郡山市の中心街から車で約1時間の距離にある福島県耶麻郡猪苗代町の私有地の畑（約10アール）を借用して畑作業の場とし、畑の所有者には農作業の指導と管理を委託した。

作業期間：2013年5月から11月までの間に、月2回程度、計14回実施。

参加者：マイクロバスの乗車定員の関係で、毎回の参加定員は20名とし、3歳以上の子どもの同伴も可とした。予約制とし、主に郡山市社会福祉協議会およびふくしま女性支援センターで広報宣伝した。予約の受付は、ふくしま女性支援センターが行った。

活動内容：集合場所は、ビッグパレットふくしま（8:50集合）および郡山市総合福祉センター（9:10集合）とし、月1回は郡山社会福祉協議会の福祉バスを利用し、それ以外の実施日には民間のマイクロバスを借りて実施した。また、夏休み期間に2回、子どもと保護者を対象にした同種の企画を設け、この農作業企画と合同実施した。その際には民間の大型貸切バスを使用して一緒に出掛けた。毎回、本団体のスタッフ5~6人が同行、また郡山市社会福祉協議会の担当者も随時同行した。本団体のスタッフは各自、活動終了後に報告書を書くようにし、次の活動の参考にした。

活動実施日および活動内容を表1に示す。これ

らの実施日の他に、スタッフは準備作業のために8回ほど現地に出かけ、そこに常連の参加者も同行して手伝ってくれたこともあった。

現地にはバスで出発から途中トイレ休憩を入れて1時間半ほどかかり、畑作業を開始するのは10時30分過ぎであった。約1時間の農作業をし、昼食は猪苗代町の生涯学習センターの会議室等の

施設を利用した。

農作業は、表1に示したように、季節に従って、野菜の種まき、苗の植え付け、除草、実った野菜の収穫などであった(写真1~3)。いずれも指導員の指示に従って作業を進めた。

同じような状況にある原発事故からの避難者が少しでも前向きな気持ちになるようにするために、

表1 「農作業でリフレッシュ！」2013年度事業実施一覧

回	月日	曜日	天候	定例活動 参加人数		特別企画 参加人数		参加者 総数	午前の作業内容	午後の活動内容	備考
				大人	子ども	大人	子ども				
第1回	5月16日	木	曇り	12	1			13	サツマイモの苗植え、 キャベツの種蒔き	磐梯熱海ケヤキの森 足湯	
第2回	6月13日	木	晴れ	8	0			8	キャベツの苗、ナスの苗、 カボチャの苗の定植。 草むしり	磐梯熱海ケヤキの森 足湯	
第3回	6月20日	木	曇り	14	0			14	アスパラガスの収穫と調 理	キャベツの苗に防虫カ パー掛け、ナスの苗に 支柱立て	調査I
第4回	7月5日	金	曇り後 雨	12	0			12	ヒマワリの苗の定植、ニ ンジン種の蒔き	磐梯熱海ケヤキの森 足湯	
第5回	7月24日	水	雨	13	0	6	13	32	子どもはキュウリの収 穫。大人は白菜の種蒔 き	ブルーベリー収穫、ピ ザ焼き	夏休み 事業1
第6回	8月6日	火	曇り 時々雨	15	2			17	キャベツ、ナス、ジャガ イモの収穫。白菜の株 の移植	シソジュース作り	
第7回	8月17日	土	晴れ	10	0	10	13	33	ジャガイモ掘り。看板作 り	ジャガイモの調理	夏休み 事業2
第8回	9月5日	木	雨	12	3			15	道の駅しもごう見学、西 会津郡大内宿見学	西会津郡大内宿見学	調査II
第9回	9月19日	木	晴れ	15	3			18	白菜、ニンジン、大根の 疎抜き。カボチャの収 穫	磐梯熱海ケヤキの森 足湯	
第10回	10月2日	水	雨時々 曇り	12	3			15	栗拾い。畑の見学	磐梯熱海ケヤキの森 足湯	
第11回	10月19日	土	曇り 時々雨	12	0	9	14	35	サツマイモ掘り。大根、 小松菜の疎抜き。ニン ジンの収穫	収穫祭 「ふらいパンダ」と合 同活動	収穫祭 調査III
第12回	10月24日	木	雨	10	0			10	そば打体験	猪苗代町散策 磐梯熱海ケヤキの森 足湯	
第13回	10月30日	水	晴れ後 雨	11	0			11	白菜、ニンジン、大根、 ブロッコリーの収穫	休暇村裏磐梯周辺の 散策 同温泉施設での入浴	
第14回	11月19日	火	晴れ	11	0			11	白菜、大根、かぶの収 穫	磐梯熱海ケヤキの森 足湯	
参加延人数				167	12	25	40	244			
参加者実数				28	7	20	29	84			

仲間と共に収穫した野菜を使って調理をしたり、昼食休憩時に参加者同士の親睦を深めることを目的として散策の時間を設けたり、帰路途中の温泉での足湯体験を取り入れたりするなどの時間構成にした。さらに収穫した野菜は、その日の活動が終了するまでの間にスタッフが袋詰めするなどし、参加者のお土産にした。バスは午後4時までに各出発地点に戻り、解散とした。



写真1 7月. ニンジンの種まき



写真2 9月. 白菜の疎抜き



写真3 11月. 白菜の収穫

毎回、畑作業等の活動内容や参加者の様子などの写真を中心に構成して、カラーコピー印刷した「ニュースレター」を作成し、次回までの間に参加者に郵送するようにした。

4. 活動結果およびその効果に関する調査

参加者および調査対象：毎回の参加人数は表1に示すとおりであり、定例活動14回の参加実数は28人、延167人、特別企画3回の参加者も含めた参加実数は84人、延244人であった。夏休み事業や収穫祭のように、親子を対象とした特別企画の合同活動にはほぼ予定通りの参加者数があったが、それ以外の定例活動時は、参加者数が予定人数に満たない回が多かった。それは、例年にならぬ猛暑の影響等により体調を崩す人もおり、自宅への一時帰宅や除染の説明会と重なったなどの理由によるものであった。

活動効果についての調査は、定例活動参加者の大人を対象に行った。定例活動参加者の半数以上は60歳以上の方であり、80代の高齢者も7人いた。募集は性別を問わずに行ったが、参加男性は3人だけで、女性が大多数であった。被災前の居住地は、双葉町、大熊町、富岡町、浪江町等であった。参加者は原発事故避難者に限った訳ではなかったため、少数ではあるが、以前からの郡山市住民が参加した回もあった。

調査方法：今回の被災者支援に際して、私どもが当初から気をつけていたことは、被災者の心に配慮し、安易なデブリーフィング^{注)}は行わないこと、そしてさらに心の傷を拓けるようなことのないように極力配慮して対応することであった。また、この事業への参加者の多くが普段文字の読み書きをする機会の少ない高齢者であったため、調査による心理的負担を最小限にすることも必要であった。そのため質問紙調査は最小限の内容と項目にし、調査回数も少なくするなどの配慮をしながら実施した。筆記が困難な参加者にはスタッフが聞き取り、代筆した。調査は、心身の健康状態の確

^{注)} 災害に遭うなど辛い経験をした後でそれについて詳しく話し、辛さを克服する手法

認と同時に、次回以降の活動計画を立てる際の参考にもした。

調査結果：

(1) 質問紙による調査

調査は、期間中に3回（第3回、第8回、第11回）、その日の活動終了後の帰路の休憩時にバスの車中で行った。いずれも無記名回収とした。

調査Ⅰ

調査日：第3回活動日（2013年6月20日）

調査対象：参加者14人中、10人が回答

調査内容：前述事項に配慮し、簡単に答えることのできるような内容項目に限定して質問した。調査は、本活動の「感想」（満足度）について、および「体の具合などで気になること」を尋ねた。後者については、一般的なストレス症状の調査項目の中から6項目について質問し、当てはまる項目に○印をつけてもらうようにした。

調査結果：設問1。「本日の活動に参加しての感想をお聞かせ下さい」については、表2に示すように、参加者のほとんどが活動に満足していたこ

とが分かる。

設問2。「以前（今年の4月頃まで）体の具合などで気になるところがありましたか。そして今はいかがですか」については、集計結果を表3に示す。当年4月頃までに比べて、うつ気分は減少し、この活動への参加を楽しみにし、活動意欲の高まりがうかがえた。

調査Ⅱ

調査日：第8回活動日（2013年9月5日）

調査対象：参加者12人中、10人が回答

調査内容：無記名での調査であること、および調査対象者が前回の調査Ⅰの回答者とは必ずしも一致していないことなどから、前回の質問とかなり重複する部分を含みながら、一般的なストレス症状について再調査することにした。さらに、本事業活動に参加する中で楽しみにしていることについても質問し、婉曲な形で本活動の具体的評価を求めた。

調査結果：設問1。「以前（今年の4月頃まで）体の具合などで気になるところがありましたか。そして今はいかがですか」については、集計結果

表2 満足度（調査Ⅰの設問1）

	満足	普通	不満足
午前中の農作業について	10	0	0
午後の時間の使い方について	9	1	0

(n=10)

表3 体の具合などで気になることについて（調査Ⅰの設問2）

以前、気になっていたこと	回答数	最近、あてはまること	回答数
a 眠れないことがしばしばあった	6	a' 眠れないことがしばしばある	5
b 何もする気にならなかった	4	b' 何もする気にならない	1
c 人に会いたくなかった	1	c' 人に会いたくない	0
d 体のあちこちが痛かった	0	d' 体のあちこちが痛む	0
e 外に出るのがおっくうだった	3	g この活動に参加するのが楽しみ	7
f たいくつだった	6	h いろいろなことをしてみたい	5

(複数回答可) (n=10)

を表4に示す。

本活動開始以前の2013年本年4月頃までは心身の不調の自覚症状を訴える人が多かったが、9月の時点ではそれらの自覚症状が全体的に減少した。項目b「何もする気にならなかった」については、以前はあったのが最近はなくなるなど、生活意欲の高まりも推察された。

設問2.「この活動の中で、あなたが楽しみにしていることは何ですか。あてはまる項目にいくつでも○印をつけて下さい」については、8項目を提示し、複数回答可とした。それらの回答項目を「自然に関する項目」と「仲間との活動に関する項目」に分類し、回答数が多い順に並べ直して、表5に示した。

全員が「土に触れたり、畑仕事をするのが楽し

み」に当てはまると回答した。その他の項目についても当てはまるとの回答が多く、この活動を楽しんでいることが確認できた。

調査Ⅲ

調査日：第11回活動日（2013年10月19日）午前中の活動後の休憩時に調査

調査対象：定例活動参加者12人中、9人が回答

調査内容：本活動の効果について意識調査。活動に参加したことによる心身の変化などの効果について、選択肢を用意し、回答を求めた。設問に答えやすく、しかも不快な感情を掘り起こすような質問を避けて、質問紙が及ぼす影響を極力少なくする方向で配慮し、14項目に限定して回答を

表4 体の具合などで気になることについて（調査Ⅱの設問1）

以前、気になっていたこと	回答数	最近、あてはまること	回答数
a 眠れないことがしばしばあった	4	a' 眠れないことがしばしばある	2
b 何もする気にならなかった	4	b' 何もする気にならない	0
c 人に会いたくなかった	1	c' 人に会いたくない	0
d 体のあちこちが痛かった	3	d' 体のあちこちが痛む	1
e 外に出るのがおっくうだった	2	e' 外に出るのがおっくう	1
f たいくつだった	1	f' 毎日がたいくつ	2
g 楽しみがなかった	3	g' この活動に参加するのが楽しみ	6

(複数回答可) (n=10)

表5 この活動の中で、楽しみにしていること（調査Ⅱの設問2）

分類項目	回答項目	回答数
a 自然に関する項目	土に触れたり、畑仕事をするのが楽しみ	10
	植えた苗が成長するのを見るのが楽しみ。収穫が楽しみ	9
	外の空気を吸い、体を動かすのが楽しみ	9
	猪苗代湖畔の風景を眺めるのが楽しみ	8
b 仲間との活動に関する項目	皆で活動したり、食事をしたりするのが楽しみ	9
	農作業のほかに、毎回いろいろな企画があるのが楽しみ	9
	いろいろな人と知り合いになるのが楽しみ	8
	収穫物で調理するのが楽しみ	4

(複数回答可) (n=10)

求めた。複数回答可とした。

調査結果：設問1. 『農作業』に参加した日の帰宅後に、あなたがよく感じたことについておたずねします。当てはまる項目にいくつでも○印をつけて下さい」について、回答を整理分類して、項目毎の回答数およびを分類毎の平均回答率を表6に記した。

これらの結果から、安全な環境下で自然環境に触れることによって快適な気分になり（平均回答率92%）、同時に仲間と共に活動することの楽しさを感じ（73%）、さらにそれらが相まって生活面でも活動意欲につながっていった（70%）ことが明らかとなった。また、体調にも変化が生じ、食事がおいしいと感じ、夜よく眠れたなど、正の好ましい方向への気付きが多く現われていた（67%）。それに比して、負の方向での体調の変化は明らかに少なかった（25%）。

調査対象数は少ないながらも、これらの調査結果から、この活動が参加者にもたらす心理社会的効果は明らかであると言え、被災者の心身の回復に大いに役立っていると評価できる。

(2) 事例検討

定例活動参加者のうち、2名の協力を得て、聞き取り調査を行なった。いずれも10月の活動後に畑山が個別面接をし、趣旨を理解してもらい、公表の了解を得た。それらの事例について報告する。

事例1 Yさん（59歳、女性）

住居の状況：富岡町（福島第一原発の隣接町）から原発事故により郡山市に避難転居。

被災時の状況：福島第一原発事故の前まで、富岡町に家族4人（姑、夫、本人、息子）で生活していた。寝たきりの姑の介護の傍ら、農作業をして暮らしていた。

原発事故当日、姑はデイ・サービスに行っており、そのままショート・ステイに移され、そこから特別養護老人ホームに入所した。姑は入所1ヵ月後にそこで亡くなった。

彼女ら家族3人は川内小学校に一時避難し、4日後に郡山市のビッグパレットの体育館に避難移動した。その後ビッグパレット脇の仮設住宅に移り、現在もそこで夫と高校生の息子と3人で暮ら

表6 この活動に参加した日の帰宅後に、よく感じたこと（調査Ⅲの設問1）

分類	質問項目	回答数	平均回答率 (%)
a 自然に触れることの効果	きれいな空気を吸って気持ちがよかった	9	92
	土に触れるのは楽しい	9	
	野菜の成長が楽しみ	8	
	四季の移り変わりが実感できてよかった	7	
b 仲間関係形成の効果	次回も仲間と会えるのが楽しみ	8	73
	皆と一緒に活動するのは楽しい	7	
	次回の活動が楽しみ	7	
c (aとbの相乗効果による) 活動意欲の高まり	もっと畑仕事をしたいと思う	7	70
	もっといろいろなことをしてみたい	7	
d 体調変化への気付き (正の方向)	食事がおいしいと感じた	7	67
	その夜はよく眠れた	7	
	心地よい疲労感があった	6	
e 体調変化への気付き (負の方向)	筋肉痛を感じるがあった	4	25
	体がなまってしまったと思った	1	

(複数回答可) (n=9)

している。夫は原発事故により失業し、現在は農家の手伝い等をしている。

避難生活を始めてから、熟睡できず、1時間おきに目が覚めるなどの体の不調が続き、無気力感と倦怠感があった。長年介護してきた姑が亡くなったことも、喪失感を大きくし、何もする気になれず、狭い仮設住宅に閉じこもりきりになっていた。

本活動に参加して：2013年5月に、近くの仮設住宅に住む人に誘われて、ふくしま女性支援センターに来て手仕事をするようになり、同じ頃に始まった農作業にも参加するようになった。

「猪苗代湖畔の畑の光景は、富岡町の自宅から見る光景とよく似ていた。その畑で体を動かし、とても気持ち良かった」と笑顔で話してくれた。この活動に参加した日の夜は、途中で目を覚ますこともなく、朝までぐっすり眠れるようになったという。

回を重ねるうちに周りの人にも自分から声をかけることができるようになった。毎回の作業を楽しむにすると同時に、仲間と一緒に活動し、食事をし、足湯に入るのも楽しみにするなど、社交的な面が見られるようになり、積極的に農作業後の活動についての提案もするようになった。笑顔で積極的に振る舞うようになり、この活動に参加する中で、うつの症状はすっかり改善されたと思われる。「来年も継続されるのであれば、必ず参加します」と笑顔で活動への期待の言葉を述べていた。

事例2 Zさん (80歳、女性)

住居の状況：双葉町（福島第一原発の立地町）から原発事故により郡山市に避難転居

被災時の状況：双葉町では農業を営み、稲作やささまざまな野菜を作り、牛を飼い、酪農も営んでいた。毎日自然の中で体を動かしながら忙しく生活していた。夫（82歳）は大工の傍ら、農作業もしていた。

福島第一原発事故のために夫婦で避難。原発事故により農業中心の平穏な生活は全て失われてしまった。現在は、郡山市内の借上げ住宅のア

パートに住まい、下の娘も一緒に3人で生活している。

「原発事故により夫は仕事を失い、することがなくなった。テレビに牛の映像や故郷の荒れ果てた自然の様子が映るたびに涙を流し、とてもつらそうであった。夫は元々人との付き合いも少なく、郡山に来てからも社交的な場には出て行かない。狭い借上げ住宅にこもりきりになって太り、血圧も上がり、糖尿病になった」と語った。

彼女はそのような夫の姿を見るのはつらく、二人で泣くことが多かった。不眠や無気力、そしてうつの気分が続く毎日であった。彼女も体を動かすことが少なくなり、太ってしまったという。

本活動に参加して：今年の5月にこの農作業活動を知り、夫婦で参加するようになった。「土に触れながら体を動かすのは気持ちが良い。双葉町に住んでいた頃は、夫は仕事に忙しく、夫婦で出掛けることもなかったが、この活動では夫と一緒に参加できて楽しい。毎回楽しみにし、カレンダーにも印を付けて、欠かさず参加している」と、とても穏やかな笑顔で語ってくれた。

夫はこの農作業に参加するようになってから、食事にも気をつけるようになり、健康も改善してきているという。

「澄んだ空気の中で土に触れ、植えた苗の成長を確かめ、収穫するのは楽しい。また仲間と一緒に畑作業をし、食事を共にし、足湯に入るなどの活動も楽しい」と感じている。農作業に参加した日は、心地よい疲労感と共に、食事もおいしく感じ、その夜はぐっすり眠れるという。最近では二人とも体調も良くなって来、うつの気分はすっかり改善された。

毎回欠かさず夫婦で参加している。「この活動には本当に感謝している。来年もまた参加したい」と感極まった様子で涙を浮かべながらも、笑顔で話してくれた。

5. 考察

参加者たちは、放射線量の低い安心できる自然の中で、仲間と共に季節に適した作物を育て、

農薬を使用せずに一貫した手入れを行い、収穫できるまで農作業を継続し、その作業過程で楽しさを共有し満足感を持ったことが、笑顔が増えてきたことから確認できた。

質問紙による調査では、参加者の多くに以前は「眠れないことがしばしばあった」「何もする気にならなかった」「たいくつだった」とのうつめ気分および症状の記載があった。活動の経過に伴ってそれらの自覚症状が減ったり緩和したりした人が多く、継続参加している人の中には、それらの症状がすっかり消えた人もいた。参加者は皆、本活動を楽しみにしており、活動参加をきっかけに日常の食事内容にも気を配るようになり、健康管理や改善に関心を持つなど、心理的状態の改善に役立っていることが分かった。

自然の中で体を動かして農作業を行うことはもとより、同じ境遇にある被災仲間が集い、一緒に食事をするのも楽しみになったようで、この活動は孤立を防ぐ社会的役割も果していることが分かった。

前述の事例に示す2名とも、この活動に毎回欠かさず参加しており、畑では積極的に農作業に取り組み、楽しんでいる様子が良く伝わってきた。いずれもこの活動を通して心身ともに健康を回復した事例である。

また、毎回の活動の様子を記したニューズレターの発行は好評であり、連帯感を強める役割も果たして来たと思われる。参加者もそれを楽しみにしている様子が伺えた。

地域の中で孤立しがちだった避難者を中心に、自然の中で定期的に農作業を行う中で、被災者の心身の状態に改善がみられ、参加者同士の連帯感も高めることが出来たように思われる。結論として、本事業は原発事故避難者への心理社会的支援として役立っていると評価できる。

一方、本活動の継続的運営には相応の労力と経費を要するのも事実である。農作物の生育は気象条件の影響を直ちに受け、さらに台風の襲来による被害なども加わって、計画通りに作業を進めることができないことがあった。また、直前の日程

変更が難しいこともあって、雨天であっても活動内容を工夫しながら実施せざるをえなかった。仲間と共に過ごす機会の提供も大事な目的であることから、参加者の安全を考慮しながら晴雨どちらにも対応できるように計画を立てた。スタッフはそのための準備にも多くの時間を割くことになった。

本事業はまた、郡山市社会福祉協議会と協力して進めたことにより、被災者支援のための活動における組織間の連携が強まり、活動の幅も広がった。さらに活動を通して参加者とスタッフ間の信頼関係も強まり、他の地域活動への広がりも期待できるようになった。

積雪量の多い猪苗代湖畔では冬期間の農作業はできないため、この事業は3月までの間は休まざるを得ない。その間、本事業の参加者が郡山市社会福祉協議会のサロン活動やふくしま女性支援センターの活動に継続的に参加できるように、本団体「しんぐるまざあず・ふおーらむ・福島」が支援を行っている。

なお、この事業の効果については周囲からの関心も高く、2014年度は福島県からの助成を得て、継続実施できることになった。

(付記)

本事業は、アメリカアズの「東日本大震災 精神衛生・心理社会的支援プロジェクト」の助成を受けました。さらに郡山市社会福祉協議会の協力、ならびに畑地を提供し畑作業の指導を担当下さった笠間嘉孝さん薫さん夫妻の協力を得て実施しました。これらの方々の厚意に、記して感謝いたします。

参考資料

- 1) アメリカ国立子どもトラウマティックストレス・ネットワーク、アメリカ国立PTSDセンター（兵庫県こころのケアセンター 訳）2011 災害時のこころのケア サイコロジカル・ファーストエイド実施の手引き 原書第2版 医学書院
- 2) 復興庁男女共同参画班 2013 男女共同参画の視点からの復興～参考事例集～（第4版）

- 3) Inter-Agency Standing Committee (IASC) 2007 災害・紛争等緊急時における精神保健・心理社会的支援に関するIASCガイドライン
- 4) IASC 2010 Mental Health and Psychological Support in Humanitarian Emergencies : What Should Humanitarian Health Actors Know?
- 5) ケア宮城、プラン・ジャパン 2012 被災者の心を支えるために ―地域で支援活動をする人の心得―
- 6) WHO (国立精神・神経医療研究センター監訳) 2012 心理的応急処置 (サイコロジカル・ファーストエイド:PFA) フィールドガイド