



# 南相馬市における被災者の 心のケアから見えてきたもの

堀 有伸  
*Hori Arinobu*

## 1 はじめに

南相馬市は、平成23年に起きた福島第一原子力発電所の事故の影響を最も強く受けた地域の1つである。東日本大震災後には市内に原子力発電所から20 km 圏内、20～30 km 圏、30 km 圏外という人為的な区分がもたらされた。20 km 圏内（ほぼ旧 小高町と一致）は警戒区域とされ、現在も住民は帰還できずに避難生活を継続している。30 km 圏内（ほぼ原町市と一致）は原発事故直後に屋内退避の指示が出されたため、外部の人々が“30 km 圏内に立ち入ることは危険”と判断し、食料品やガソリンなどの物資が入ってこない状況に苦しんだ。その後、30 km 圏内は緊急時避難準備区域に指定された。20 km 圏内、20～30 km 圏、30 km 圏外で賠償の在り方に差が生じ、住民感情に影響を及ぼしている。

南相馬市などの被災地では原発事故による放射線の低線量被ばくによる健康被害の有無に注目が集まることが多いが、地震・津波の直接的な被害、長期化する避難生活、地域にもたらされた分断、急激に進行した人口減少と高齢化、外部からもたらされた支援と干渉などの影響の全てが、あらゆる住民の上に及んでいることにも配慮される必要がある。

平成24年4月に東京都から南相馬市に移住した精神科医として、現状についての報告を行う。

## 2 南相馬市の人口動態について

南相馬市の人口は震災前には72,000人弱であったが、平成23年3月29日前後に最も減少し、9,000人程度だったと考えられている<sup>1)</sup>。その後徐々に回復し、現在では実人口で50,000人程度の方が生活している。平成26年11月13日の時点で市外避難者が12,736人、市内の仮設住宅に暮らす人が4,978人、市内の知人宅や借り上げ住宅に暮らす人が3,770人とされている<sup>2)</sup>。

特筆すべきなのは、急激に進行した南相馬市の高齢化である。これは、若年層を中心に放射線の影響への懸念から避難生活を継続していることが原因である。65歳以上が人口に占める割合で示される高齢化率は、平成23年3月11日には25.9%（18,547人/71,561人）であったが、平成26年1月23日には住民基本台帳ベースで29.4%（19,072人/64,941人）、実人口ベースで33.2%（16,485人/49,664人）とされている<sup>3)</sup>。

### 3 原発事故の影響の残る被災地で津波による PTSD を病むということ（自験例の報告<sup>4)</sup>）

平成 23 年 3 月 11 日に発生した津波について、南相馬市に最も近い観測点であった相馬市では 7.3 m の高さの波が記録され、南相馬市の津波被害は市内面積の約 10% に達する 40.8 km<sup>2</sup> に及んだ<sup>5)</sup>。この津波によって PTSD（外傷後ストレス障害：外傷的な出来事についての再体験症状、回避症状、覚醒亢進症状などを示す）を発症した人は少なくないが、そのような人々も被災地での制限の多い生活経験を継続せざるを得ない。

以下に南相馬市に暮らす人々が抱える問題が反映されている 1 つの自験例を紹介する。症例の一部は改変されており、かつ、本人には学術的な形で病歴の提示を行うことについて文書を用いて説明し、文書による同意を取得している。

【症例】61 歳女性

【生活歴】高校卒業後に服飾の会社に就職した。22 歳で結婚し、娘が 1 人生まれた。

【現病歴】平成 23 年東日本大震災発災。地震の直後に、親友から「家族が自宅でつぶされているかもしれないから、自宅まで車で送って欲しい」と頼まれ、それに応じて友人を家に送った後で、その友人は津波に巻き込まれて亡くなってしまった。震災後に職場では中国から来ていた社員の多くが放射線の影響を恐れて帰国してしまい、人手不足となった。その後、作業効率を維持するために上司が会社員を厳しく叱責することが増えていった。

平成 24 年 11 月に津波で亡くなった友人の納骨があり、その後にその友人を夢で見る事が多くなり、食事が大幅に減った。徐々に落ち着かなく歩き回ることが多くなり、「私なんて生きていてもしょうがない」などと口走るようになった。12 月下旬に家族に付き添われて当院を受診し、その翌日に入院となった。

入院して不眠や食欲不振もすぐに改善した。しかし、平成 25 年の 1 月下旬から表情を固くする様子が認められた。面接時にこちらから質問すると、病棟内で死んだはずの親友の気配を感じるのだと話した。「朝起きると、怖い感じがする」「白い人が、5~6 人通るような気配を感じる。物陰から出てくるのではないかと思う」「後ろを振り返ると、誰もいない」などの陳述が得られた。面接にてよく訴えを傾聴し、向精神薬による薬物療法の内容を調整した。その後には訴えは改善した。

2 月中旬に退院し、その後も外来受診を継続している。

【考察】本人が津波を身近に体験した恐怖感に加え、自分の判断の悪さから友人が死んでしまったのではないかという罪悪感に苦しんでいた。また、夫の多忙、職場の余裕のなさなど、患者の生活する地域全体が疲弊しており、患者を支える力が弱まっていたことにも注目されるべきである。

### 4 放射線の低線量被ばくが想定される地域で暮らす精神的な負担について

放射線は目に見ることができないため、その心理社会的な影響は人間の思考や想像力を介した多様で複雑なものとなる。

その全体像を把握することは困難であるが、その影響を筆者が気が付いた範囲で列挙した。

- 1) 突然に“放射線とその健康影響”という科学的な主題について学び、居住先の決定などの自分と家族の生活についての重要な決定を行わねばならない負担

そもそも“Bq”“Sv”“Cs”などの言葉を知らない人も少なくはなかった。そのような人々が、地震や津波、身近な人との死別などを体験し、避難生活を続ける中で、“どこで暮らすか”“何を食べるか”“不安になっている家族にどのように対応するか”などの生活の根本に関わる問題と関連させて、放射線のことを学習する必

要に迫られた。また、避難所に入る際などにスクリーニングを受けた人も多く、自分自身の身体が“放射線に汚染された物質”とみなされる可能性があったことに衝撃を受けた人も少なくない。

- 2) 政府や学術機関・マスコミなどに対する信頼感が低下したこと。その言動が一貫性を欠いていたと経験されていること

例えば、旧警戒区域の住民などは避難指示を受けて原発からなるべく遠くに逃げようとした。しかし、風向きの情報などが十分に伝達されなかったために、放射性Iの影響も強いと考えられる時期に、わざわざ線量の高い地域に移動してしまった住民も存在する。そのような住民の政府等への広報の在り方への不満は根強い。

マスコミの報道の在り方も地域住民からは必ずしも評価はされていない。例えば、原発から30 km 圏内に当たる旧 緊急時避難準備区域については、政府が生活することに大きな危険はないことを説明し、マスコミもそのことを報じていたが、ほとんどの国内の報道機関が自主規制で30 km 圏内に立ち入ることを行わなかった。このことは住民からは、“マスコミは本当は自分たちでは安全だと考えていないのに、そのことを検証せずに政府の発表することをそのまま報道しているのではないか”と理解された可能性がある。

このような状況が積み重なったことにより、現在、科学的な方法論によって得られた安全性を示唆するデータを示されても、そのことが十分な信頼を地域住民から得られないことの要因の1つとなっている。

- 3) ステイグマ（偏見・差別）とセルフ・ステイグマ

いわゆる風評被害の問題である。周囲から福島県の人や食品に不当な差別的な対応がなされることがある。適切な検査が行われた上で問題がないことを確認された農産物などの価格が低く設定されてしまうことは、地域全体の将来に

暗い影響を与えかねない。これには、周囲の人々の放射線についての恐怖が投影されていると考えられる。そのため、このような事態による被害を最小限にするためには、被災地だけではなく、日本国内全体において（あるいは海外に対しても）放射線についての教育が活発化され、正確な理解を持つ人々が増えていく働きかけがなされる必要がある。

ステイグマ以上に深刻なのが、周囲の人からの否定的な評価を被災地に暮らす人々が自らのものとして取り込んでしまうことである。南相馬市などに暮らすと、時々若い女性で“自分は将来普通の子供を出産できないのではないか”という不安を抱いている方の話を聞くことがある。教育が効果を発揮するためには、長年にわたる粘り強い働き掛けの継続が必要である。

- 4) 放射線の影響への意見の違いから、家庭内や地域に葛藤がもたらされること

地元で作られた農作物を食べるべきか、水道水を飲んでよいのか、子供たちが外で遊ぶことをどこまで許容するべきか、そういった生活を送る上での当たり前の内容について、家族や地域において意見の一致が得られないことも少なくなかった。そのことが人間関係に少なからぬ影響を与えることがある。

- 5) 原子力発電所を受け入れることについての潜在的な葛藤が刺激されること、外部からそのような葛藤に関連した投影が強く行われること

この影響が顕著なのは、特に原子力発電所に反対する立場からの南相馬市で生活する人々への否定的な発言である。原子力発電に反対の人々は、地域で大きな健康被害が起きていると論証したい気持ちが強いようであるが、これは現地で生活することを選んだ人々には負担が大きい。特に育児を行っている親への“子供を犠牲にしている”といった批難に対しては、心を痛める人が少なくない。

しかし、やはり現地の人の中にも地域の生活に大きな影響を与えた原子力発電所を運営して

いた政府や東京電力(株)への否定的な感情も存在し、安全を強調されることにも反発を覚えるという矛盾した心情を経験している人が多い。

そのような事情もあり、“そもそもの原子力発電所の是非について”といった葛藤を刺激されることは避けたいと感じている人が、地元での生活を継続する人の中に多いような印象である。

6) “あいまいな喪失 Ambiguous loss<sup>6)</sup>” という状況が出現しやすいこと

心理学の分野では、重要な人や仕事・財産などを失う“喪失体験”は1つの大きなテーマになっている。“喪失”に直面することは大変な苦痛を伴う心理的な体験であるが、それと向かい合うことによってある種の気持ちの整理が得られることも事実である。しかし、目に見えない“放射線”が関わる災害においては、自分が重要な対象を喪失したのか否かはっきりとしない“あいまいな喪失”という状況が出現しやすい。例えば、地震などの直接的な被害のなかった家屋で、計測される線量が高いとされる場合がある。その場合には居住が困難となっても、そこに何十年と暮らした人にとっては愛着のある家が目の前にあって、見た目ではほとんど違いがないままとなる。そのまま痛んでいく家屋を見つめつつ、断念する決断がなかなかできない人々もいる。

比較的線量が高い地域で、近所の家の線量がどこも高くして居住不可と判断されているのに、自宅だけ線量が低くて“居住可能”と判断されたという人と出会ったことがある。しかし、“それではとても暮らせません”と話していた。旧警戒区域に暮らしていた人々で、本当に帰還を目指すべきかどうかを悩んでいる人が多い。その場合には、“自分の家だけ帰っても近隣の人々も一緒に戻らなければ生活が成り立たないのではないか”という不安を抱えていることが多い。帰還を望む人々のほとんどが高齢者であり、高齢者ばかりでコミュニティーの再建が可能なのか、といった不安も存在する。

7) 放射性物質に汚染されたがれきなどの廃棄物の中間貯蔵施設などがなかなか決まらず、地域の復興が遅れること

現地では放射性物質に汚染されたがれきなどの廃棄物が大量に発生した。これを片付ける“中間貯蔵施設”をどこが受け入れるかについての調整が困難である。現地で暮らす人々には、受け入れてしまえば“中間貯蔵施設”がそのまま永続的な“貯蔵施設”にされてしまうのではないかという不安がある。

これはつまり地域の生活再建が、なかなか進まないという結果につながっている。

8) 福島第一原子力発電所の廃炉の作業の安全性への不安

2)で指摘したような、既存の権威への信頼感の低下と関連している。

9) 金銭をめぐる問題

事故以前の原子力発電所の受け入れに關した補助金の問題、事故後の賠償金の問題、莫大な震災復興関連予算など、たくさんの金銭と人が原発事故と関連して動くこととなった。当然、そのことの影響も現地に暮らす人々は受けることとなる。

## 5 おわりに

南相馬市における放射線被ばくへの不安を中心とした若年層を中心とした人口の減少、避難生活の長期化による生活環境の悪化と、その心理的影響について報告した。震災関連死として公表された数は、平成26年3月末までで福島県全体で1,704人、南相馬市で452人となっている<sup>7)</sup>。現状においても南相馬市のコミュニティーは回復しておらず、地域の住民にかかる負担は単に心理的なものを超えて、実際に身体的な健康を損なうほどに大きい。

何らかの大規模な介入が必要であるとしても、南相馬市の人材不足は深刻である。地域の勤労世代に属する多くの人が、自らも被災者でありながら、震災後に日常業務以上の内容につ

いて約3年間従事してきた状況がある。

地域のコミュニティーが回復するためには、若年層を中心とした人口の増加が不可欠である。そのために、放射線被ばくへの不安を払拭することを目的とした除染の必要性が強調されている。しかし除染だけではなく、地域住民に対してリスクをどのように考えるかについての一貫した方針が提示され、リスクコミュニケーションのための更なる努力が継続されることが望ましい。

今後の地域の再建のためには、放射線の専門家の方々からの、継続した関与と支援が必要とされている。

#### 参考文献

- 1) 及川友好, 福島第一原子力発電所事故による地域社会と医療への影響, 保健医療科学, **62**(2), 172-181 (2013)
  - 2) 福島県南相馬市, 避難の状況と市内居住の状況, URL: <https://www.city.minamisoma.lg.jp/index.cfm/10,853,58,html>
  - 3) 福島県南相馬市, 改訂版 南相馬市高齢者総合計画 (2012)
  - 4) 堀有伸, 相双地区住民(特に南相馬市)の現状と課題, ト라우マティック・ストレス, **12**(1), 13-21 (2014)
  - 5) 福島県南相馬市, 南相馬市 災害記録誌, URL: <http://www.city.minamisoma.lg.jp/index.cfm/10,0,144,html>
  - 6) Boss, P., *Ambiguous Loss-Learning to live with unresolved grief*, Harvard University Press (1999)
  - 7) 復興庁: 東日本大震災における震災関連死の死者数等について, URL: <http://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat2/sub-cat2-6/20140526131634.html>
- (NPO 法人みんなのとなり組, 雲雀ヶ丘病院, 福島県立医科大学災害医療支援講座)