

Relief

リリーフ

2013
M a y
vol.11



岩手県北上市に伝わる伝統芸能「おにげんばい鬼剣舞」による鎮魂の祈り
かみへいぐんおつちちようきりきりかいがん
岩手県上閉伊郡大槌町吉里吉里海岸にて

CONTENTS

- 特集 『いのち』と向き合う
いのちのセミナー 復元納棺師／笹原 留似子さん
社会福祉法人神戸いのちの電話／正岡 茂明さん
神戸市立須佐野中学校
- 公募助成 平成25年度公募助成先決定(テーマ別助成先紹介)
公募助成先の活動紹介
- トピックス 第3回連続講座「『いのち』を考える」
身につけよう救命処置「救急フェア」の開催について
編集後記



特集 「いのち」と向き合う



東日本大震災から2年を迎えた平成25年3月16日、神戸市内で「いのちのセミナー」を開催しました。死や悲しみと向き合う現場に生きる復元納棺師の笹原留似子さんの真摯な姿勢に触れました。そこには「心に寄り添い支え合う」「信じ合う」という、人間の大きな力を感じました。

Interview



Profile

ささはら るいこ
笹原 留似子

復元納棺師、株式会社桜代表取締役。東日本大震災では、沿岸地域で傷ついた多くのご遺体をボランティアで復元し、現在も長期的な視野に立った支援活動を続けている。

市民社会に感動を与えた人々に贈られる「2011年度シチズン・オブ・ザ・イヤー」受賞。

おもな著書に「おもかげ復元師の震災絵日記」。



いのちの原点回帰

～ 東日本大震災・復元ボランティアからみたいのち～

とにかくほっとけなかった

沿岸部の惨状を聞き、何かできることはないかと考え、まず支援物資を集めました。それを仲間と一緒に車で被災地に届けた時に、変わり果てた姿の故人とのお別れをされるご遺族を目の当たりにしました。復元納棺を続けている時は、ボランティア活動をしているという意識は、まったくありませんでした。「ほっとけなかった」、ただそれだけです。

価値観は人それぞれですが、一度しかない自分の人生なので、やりたいこと、やるべきことをしています。人の評価を気にするのではなく、自分がやったかどうか大切だと考えています。それができない自分を責めることもあります。

現場では、皆さんに支え助けられてきました。特にお年寄りはいっぱい知恵を持っ

ています。包容力や勇気もあります。今でも疲れると元気をもらいにお年寄りに会いに行っています。

私が実践している参加型納棺*でも、お年寄りの力をお借りしています。昔から、人が最期を迎えるとき、お年寄りが様々なしきたりや謂われを教えてくれ、悲しみの場面で大切な役目を担ってきました。今の日本に一番必要なものはそうした知恵であり、そうした人たちだと思っています。

各地のさまざまな昔話やならわしなど古来からの知恵を、私たち大人が子どもたちにしっかり伝えていくことが必要だと思っています。セミナーの演題「原点回帰」には、こうした古き良き日本の伝統を再認識するという意味も込めました。

*参加型納棺：ご家族の要望を聞きながら一緒に清拭や死亡粧などを行う納棺

一人ひとりに与えられた役割を果たし、支援をつないでいく

私は、私ができることで少しでも社会を変えられればと思っています。自分ができることは責任を持って、日々精一杯実践に努めています。

私の役割は、“亡くなったご本人の立場”からの問いを苦痛のないようにご遺族に問いかけていくことです。それにはご遺族との信頼関係が欠かせません。亡くなったご本人はどう思うか、実はその答えは既にご遺族の中にあります。私はゆっくりコミュニケーションをとりながら、徐々に言葉を紡ぎ出されるご遺族に寄り添います。

そしてもっと大切なことが自分の役割、立ち位置を冷静にわきまえることです。自分にできないことは助けを求めます。宗教家にしかできないこともあれば、ケアされる立場にあるご遺族本人にしかできないこともあります。同情だけで中途半端に関わ

ることは、結果的に相手も自分も駄目にしてしまうこともあります。

災害や事故は予期せぬ形で突然起こります。喪に携わる私たちの業界も横のつながりという点では十分でないかもしれません。本当に必要なケアや支援は、「そのとき」「その地域」「その状況」でしか分かりません。各人がそれぞれのミッションを全うする、そして適切につないでいくことで一歩ずつ進んでいくのだと思っています。

—— JR西日本は、重大な事故を惹き起こしたことの強烈な反省とご遺族をはじめ被害に遭われた方々への心身面での支援の重要性を痛感し、この財団を設立しました。

私もよく交通事故の被害者の方と向き合うことがあります。そこに加害者の姿を

見ることもあります。事故を起こしてしまった人たちは被害者に向き合わなければなりません。それが務めであり、責任です。

私は、ケアされるべき被害者を支えていくには、事故加害者を支援し、フォローすることもまた必要ではないかと思っています。そしてそれをフォローする社会が必要です。まずは自分の住んでいる地域でつながることです。東日本大震災時の復元ボランティアでは、警察、保健師、住民など地域の皆さんが関わり合い、私はその輪の一部でした。

加害者として自身の責任を全うしながら、つながって支え合って、被害に遭われた方を支えていく、とても難しいことですが、とても大切なことだと思っています。



いのちのセミナーに参加された方からいただいたお声

忘れよう忘れようと思って生きてきたが、「無理に忘れないでいい」ということを教えていただいた。



様々な人に希望を与える話でした。笑顔で帰れます。



悲しみを忘れないでほしい。悲しみの中に思い出がある。心に残った笹原さんの言葉。



いのちは、受け継がれていくものなんだと思った。自分ひとりで終わるものではないと思うと楽になった。



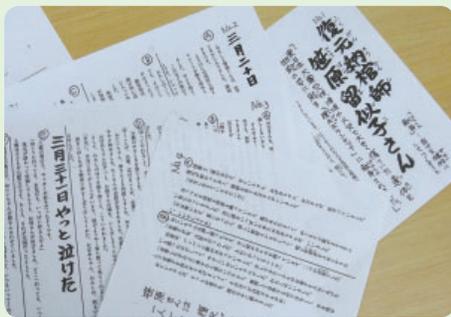
10年前に母を亡くしたが、最後は顔を見れなかった。もっと早く笹原さんにお会いしていたら、もう少し後悔せずにすんだかもしれない。



人が人と人をつなぐ

「1月17日 震災を考える日」

神戸市立
須佐野中学校



「震災の日の取り組み」

神戸市立須佐野中学校 教頭 中村 喜代久

本校では、地域の防災コミュニティを中心に、主に1年生が1年をかけて消防体験や心肺蘇生法などの防災学習に取り組んでいます。地域的に海岸沿いに位置しており、津波に対する警戒が必要なことから、防災への意

識は大変高いです。また1月17日の阪神淡路大震災の日には、追悼と今後の防災対策のために、毎年震災に関する道徳の授業を行い、全員で「希望の灯り」点灯と黙祷のセレモニーを行っています。今年(25年1月17日)は、復元納棺師の笹原留似子さんの著書を教材として取り上げ、命の重みと生きる意味について、生徒と考えを深めました。

神戸市立須佐野中学校 教諭 住田 佳奈美

1月17日に行なう道徳の教材がなかなか見つからず悩んでいた時、何かヒントにならないかと夏休み、宮城の海岸線を見に行くことにしました。仙石線に乗り被害がまだ残る海岸線を初めて見ました。ガラスのない窓に揺れるカーテンを見たとき、涙が止まりませんでした。石巻市では、折れた電柱や復興に取り組む商店街を見て、「生徒にしっかり伝えないといけない。」そう思いました。でもこれをどう伝えていいか……。あせりばかりが先立ちました。そんな時、ふと立ち寄った仙台駅の本屋さんで笹原さんの絵日記を見つけました。帰りの列車で人目をはばからず泣きました。その瞬間から教材はこれしかないと思いました。担任全員で話し合った結果、生徒たちに読んで聞かせる

ことになりました。

当日の授業は、あまり多くは語れませんでした。どのクラスの生徒も真面目に聞き、涙する生徒もいたと聞きました。笹原さんの絵本で生徒たちと良い時間を共有することができました。その御礼を笹原さんにぜひお伝えしたい。感想文を送らせてもらおうと思っていた矢先、財団から今回の講演の参加のお誘いがあり、みんな飛び上がって喜んだというのが正直なところです。

笹原さんにお会いし、生徒の書いた作文を直接お渡しできたことに感謝しています。



◇「いのちのセミナー」では神戸いのちの電話に活動報告をしていただきました



正岡 茂明
社会福祉法人神戸いのちの電話
事務局長

今回、松方ホールで発表の機会を与えて頂いたことは、著名な納棺師の笹原さんの講演ということもあり、本当に有難く素晴らしいことでした。私たちの活動は、守秘義務のため、PRしにくく、発表の機会もなかなかありません。それだけに多くの方々を前にして直接発表でき、JR西日本あんしん社会財団の皆様には感謝申し上げます。

当日のスピーチでもお話しましたが、昨年7月、宮城県で行われた全国の「いのちの電話」の事務局長会議での出来事を今一度お伝えします。震災後の状況を見て頂く見学会があり、石巻で語り部ボランティアの方が、

「石巻は震災後すぐに神戸のボランティアの方々が入って指導してくれたので、復旧・復興に関して他の地域に比べてスムーズに進めることができた」と話されました。最後にお土産として渡されたのが、私が持って行った風呂堂のゴルフでした。全国会議へのお土産として私の持参したものが、たまたまボランティアの方に渡されたということなのですが、私にとってはとてもうれしい、奇跡のような出来事に感じられました。神戸と石巻の絆を、神戸の人たちに話す機会があればずっと思っていました。その点でも、幸運でした。念願がかないました。

事務局員の声

認定後の相談員が、電話を聴くことと「傾聴」の研修を受講することは、この活動を続ける上での両輪としてどちらも欠かせません。そのような相談員になろうと、養成講座を受講する方々が真摯に学ぶ姿を見て、自ら襟を正さなければと心打たれる思いです。(A.N)

電話相談員は社会の黒子として、厳しい守秘義務が当然なボランティア活動だと思えます。事務局員として「丁寧に聴いて、その人の支えになろうとする」活動の信条をどう受容するかが、私の課題です。相談員さんが帰る前に、電話対応での気疲れを、事務局で落としてもらえれば何よりと思っている日々です。(S.M)

相談員は厳しい養成講座を受講し、認定された者のみが電話をかけてくる方の気持ちに耳を傾け、寄り添う日々を送っています。守秘義務等、多くの制約がある中で、認定後も研修を積み重ね、



電話に向かいます。事務局として、この研修の場の設定と、よりよい環境を整え、心落ち着いて相談に向かえるお手伝いができればと思っています。(Y.K)

被災された方々の笑顔を取り戻すことも「復興」



須佐野中学校 3年4組
伊吹 楓

傷ついた遺体を見た家族の反応のお話をしてくださった時、私はとても驚きまし

笹原さんに会ってたくさん話をきかせていただきました。私は「復興」というと、建物が元のように建ち並ぶことだと思っていました。しかし、笹原さんのお話を聞いていると、被災された方々が笑顔を取り戻すことも「復興」になるのだと

考え方が変わりました。



た。傷ついているといっても家族が受け入れられない程だとは思っていませんでした。津波の怖さも改めて思い知りました。

私は宮城県の石巻市に行って被災地を見て来ました。海の近くでは壊れた庁舎や病院がそのまま残っていました。テレビで何度も津波が起こった時の映像を見ましたが、それよりも恐ろしかったです。実

際に家の近くにこんな大きな津波がきたら死んでしまうのだろうなと感じました。この、私が感じた恐ろしさをできるだけたくさんの人に伝えることで復興へ近づければいいと思います。

今年の震災学習で復元納棺師の笹原留似子さんを知り、その著書や講演を通して、生と死、そして死に向き合う仕事の尊さや厳しさを学びました。特に災害等による不慮の死が、想像を絶する悲しみをご遺族にもたらすお話に圧倒されました。笹原さんとの出会いがなければ、この春休みに石巻へボランティアに行く決心などつかなかったかもしれません。

石巻で見たものは、あの日のまま時間が止まったかのような光景と、そこで僕達を迎えてくれた人々の温かな笑顔でした。大したお手伝いもできない僕達に、復興には程遠い被災地の方々が高最のもてなしをし

た。傷ついているといっても家族が受け入れられない程だとは思っていませんでした。津波の怖さも改めて思い知りました。

「何よりも嬉しい。これからも被災地のことを忘れないでいてほしい。」という切実な言葉に、胸の話まる思いでした。笹原さんのお話や被災地の生の声を、僕は決して忘れません。今できることは何かを考え続けることが、かつての被災地神戸に住む僕達に与えられた課題なのだと思えます。

今できることは何かを考え続ける

てくれました。「来てくれたこと



須佐野中学校 3年3組
高田 良風

平成25年度 公募助成先(活動・研究)テーマ一覧

「平成25年度公募助成」の助成先が決定いたしました。

応募総数は164件と過去最高で、審査を重ねた結果、活動助成35件(2,679万円)、研究助成7件(1,375万円)が採択され、採択件数・助成額ともに過去最高となりました。今年度の特徴としては、南海トラフなど次なる災害の危険が叫ばれているなか、「防災」や「減災」に関する応募が多くニーズの高さを示しました。機会を捉え、今後は助成先の活動内容等も紹介していきます。



平成25年3月26日「平成25年度公募助成贈呈式」in ホテルグランヴィア大阪

事故や災害による、心身のケア等に関する活動及び研究

	テーマ	団体 / 研究者名
活動	緊急医療支援手帳兼膠原病手帳の配布 25年度透析患者緊急時一斉メール配信事業 遺族の悲嘆を分かちあい、支えあおう!!	全国膠原病友の会 兵庫県腎友会 遺族支え愛ネット
研究	遺児大学生への短期グリーフケアグループ実施の意義 - 悲嘆と人格変化への効果検討	京都文教大学 倉西 宏
特別枠	平成23年台風12号被災者応援事業 被災者に対するセラピードッグ慰問事業 被災地の学校図書館へ本を「贈ろう」プロジェクト みちのくだんわ室(東日本大地震による県外避難者さんの癒しの場) 福島県浜通りの避難者の西日本における交流活動 西宮市および周辺地域における県外避難者支援 笑顔を咲かせよう Rits × MIYAKO プロジェクト	つれもて和歌山 日本レスキュー協会 あくせす・ぼいんと 東日本大震災・暮らしサポート隊 関西浜通り交流会 関西学院大学災害復興制度研究所 R7～笑顔を咲かせよう Rits × MIYAKO プロジェクトチーム～

防災・減災に関する活動および研究

	テーマ	団体 / 研究者名
活動	市民全世帯に「バナナ防災ラジオ」の普及をめざして!! 病院ボランティアの災害時マニュアル作成 すずかけ台はみんなで助け合う安全・安心な街、地域ぐるみで取り組む自主防災訓練 東川崎防災ジュニアチーム「育てよう未来の防災力」 ①災害時要援護者及び全世帯避難訓練 ②子どもサバイバルキャンプ(防災訓練) 防災・防犯まちづくり『命を守るための防災活動発表会&防災「地産地消」展』 東日本大震災に学び地域の子どもたち保護者を守ろう 聖和防災ふえすた レッドベアサバイバルキャンプ 高齢者の災害記憶の収集と活用 - 復旧時の地域コミュニティ活動について - アレルギーをもつ子どもと家庭の為の防災キャンプ	エフエム和歌山 日本病院ボランティア協会 三田市すずかけ台自治会 東川崎ふれあいのまちづくり協議会 防災部会 桜ヶ丘2丁目自治会 震災から命を守る会 和歌山県本部 ぱすてる ひまわり保育園 聖和寄り合いまちづくり プラス・アーツ 公害地域再生センター のびのびの木
研究	公共交通機関乗車時における津波避難に関する研究 ~高校生・観光客を率先避難者に位置づけて~ 台風12号災害における住民の避難行動と災害経験の伝承	和歌山大学 西川 一弘 京都大学 落合 知帆

地域社会における安全構築等に関する活動及び研究

	テーマ	団体 / 研究者名
活動	子どものための陸上・水面安全レスキューサポーター育成&リーダー養成 救急災害時支援活動 ラダーレスキューシステム講習会(梯子を使った救助方法) 在住外国人向け「家庭・地域でできるファーストエイド」ハンドブックの作成・講習会 SIDS(乳幼児突然死症候群)研究セミナー JR福知山線列車事故被災者支援募金イベント〜フレンズかわにし 4・25あの日を忘れない！ 第5回灯りでつながる夜 交流イベントを通じて生み出す住民主体意識と久崎の活性化	オーシャンゲート ジャパン 晴美台校区福祉委員会 ジャパン・タスクフォース 多文化共生センターひょうご LSFA 乳幼児応急手当普及会 フレンズ川西フェスティバル実行委員会 「空色の会」〜JR福知山線事故・負傷者と家族等の会〜 灯人 関西学院ヒューマンサービスセンター
研究	海外制度研究を梃子とする救急医療の法システム案の構築 模型車両による衝突・脱線被害の解析と防災・減災構想の策定 災害ボランティア活動時のヒヤリハット体験と危険回避に関する研究 被災者雇用による被災者支援活動に関する研究	京都大学 小西 敦 大阪産業大学 大津山 澄明 大阪大学 太刀掛 俊之 関西大学 永松 伸吾
特別枠	岩手県大槌町の風景写真を活用したコミュニティの形成とみらいの写真展による復興まちづくり 東日本大震災被災市町村の復興事業担当者に対する支援活動 南三陸町復興支援餅つき大会 被災地で活動する音訳ボランティア支援事業 東北被災地の障害者作業所物品の尼崎での販売による支援活動	From KOBE大槌町復興支援ネットワーク 神戸防災技術者の会 東日本大震災復興支援 京都生協職員ボランティア 視覚障害者文化振興協会 尼崎障害者センター

助成先の活動紹介

平成24年度公募助成先の活動を2件ご紹介します。



NPO法人 ぴーす



施設・支援者に向けての防災ワークショップ

ぴーすでは平成17年に障がい児のいる家族の防災意識調査を行いました。その際、障がい児がいると「人の迷惑になるかも」「障がいを理解してもらえない」と不安を抱える人が多く、しかし「だからといって何をすればいいかわからない」「だから、あきらめるしかない」と思っている人が大半であることがわかりました。そこで「あきらめる前にすることがたくさんある！」と、障がい児者家族の自助力アップのための取り組みを行っています。

防災とは(障がいの有無は関係なく)互いに助け合うこと。そのためには、災害時要援護者自身が「助けられ上手になる」ことをベースにさまざまな学び合っています。

平成24年度はJR西日本あんしん社会財団の助成を受け、たくさん学び合いあいができました。今後もさらに進化しつつ継続していきたいと思っています。



ファシリテーションによる問題点の抽出

NPO法人 大阪ライフサポート協会



3月31日(日)に大阪国際会議場で「応急手当」市民セミナー2013が開催され、111名の方が参加されました。

「自ら考えて行動する」ことに主眼を置いた防災教育を実践してこられた小学校の校長先生の講演に始まり、救急車の適正利用に関する座談会、実践的な応急手当を座学と実技で学ぶ講習会、胸骨圧迫とAEDの使い方について簡易式トレーニングキットを使って実践する「PUSHコース」と、実技も盛り込まれた実践的なセミナーで参加者も非常に満足しておられました。



小林 正直 NPO法人大阪ライフサポート協会理事

一般に「応急手当」というと、包帯法や止血法を連想されると思いますが、当協会では視点を少し変えて、心停止の予防を核とした応急手当を提案しています。応急手当の内容は複雑多岐にわたりますが、このたび、これを本当に必要なものに絞り、覚えやすい内容と量に限定したコースガイド(教科書)も作成し、大幅に実習を強化して「応急手当講習」をバージョンアップしました。

3月31日の「応急手当」市民セミナーで初お披露目でしたが、大反響をいただきました。私たちは少しずつでも大切なことを広めていきたいと思っています。是非、皆さんもこの応急手当講習をご受講ください。

トピックス

第3回連続講座 「いのち」を考える ～生きることの苦悩と喜び～



昨年度から開催しているこの講座も3回目となり、5月8日から7月10日まで毎週水曜日に連続10週で開催しています。

受講者からは、毎回、様々な分野の先生から多様な観点で「いのち」をテーマとした話を聴くことができると大変好評を得ています。秋に開催予定の第4回連続講座については、8月頃に募集を行う予定です。

① 5月8日(水)

「いのちのバトンタッチ」
—映画「おくりびと」に寄せて



青木 新門

作家、詩人

② 5月15日(水)

子どものいのちの傍で



細谷 亮太

聖路加国際病院小児総合医療センター長

③ 5月22日(水)

「いのち」を聴く「アート」と「アート」
—スピリチュアルケア教育の現場から



伊藤 高章

桃山学院大学教授

④ 5月29日(水)

「いのち」に向き合う
—生と死の境界を越えて—



田村 恵子

淀川キリスト教病院看護部主任課長、
がん看護専門看護師

⑤ 6月5日(水)

悲しみは愛しさと共に



田中 幸子

「全国自死遺族連絡会」世話人

⑥ 6月12日(水)

「お迎え現象」と
つながりの心理



大井 玄

東京大学名誉教授

⑦ 6月19日(水)

日本人の死生観と無常観



島菌 進

上智大学教授、
上智大学グリーフケア研究所 所長

⑧ 6月26日(水)

愛する命を送るとき
～「河辺家のホスピス絵日記」より～



河辺 貴子

聖心女子大学教授

⑨ 7月3日(水)

いのちに寄りそうケア



柏木 哲夫

金城学院学院長、
淀川キリスト教病院名誉ホスピス長

⑩ 7月10日(水)

夜回り先生、いのちの授業



水谷 修

花園大学客員教授、
関西大学客員教授

「救急フェア」 ～身につけよう救命処置～



各消防署や地域のNPO法人などと協力し、心肺蘇生法やAEDの使用方法を体験していただける「救急フェア」をJR西日本と共催しています。応急手当普及員の資格を取得したJRの社員が、ていねいに指導します。ぜひ、この機会に体験してみてください。



■平成25年度予定

日程	開催場所
5月18日(土)	三田駅
5月25日(土)	広島駅
6月15日(土)	和歌山駅
7月6日(土)	姫路駅
9月7日(土)	天王寺駅
9月7日(土)	宝塚駅
9月14日(土)	奈良駅
10月5日(土)	高槻駅
11月2日(土)	尼崎駅

※予定は追加・変更する場合があります。

編集後記

表紙の写真は、笹原さんから何枚か頂いた写真の中でも輝いて見えた印象的な1枚です。カメラの周りには、笹原さんをはじめ多くの方が集まりいっしょに黙祷をされたそうです。今回のセミナーを開催するにあたり、多くの人と出会い、ご協力をいただきました。本当にありがとうございました。これからも、人と人との出会い(ご縁)を大切にしていきたいと思えます。(梅津)

〒530-8341
大阪市北区芝田二丁目4番24号
TEL: 06-6375-3202 FAX: 06-6375-3229
E-mail: info@jrw-relief-f.or.jp
URL: http://www.jrw-relief-f.or.jp/