

# さすけねえ

一心の復興のために。さすけねえからはじめよう！

## 「さすけねえ」

本紙は福島復興心理・教育臨床センターの活動をお伝えするニュースレターです。

このタイトルは、あきらめの意味の「さすけねえ」ではなく、「そこに暮らす人々の心の復興のために立ち上がる力を。」との思いを込めて名付けました。今後も定期的に発行していく予定です。ぜひご覧ください。

2月15日・16日も記録的な大雪となり、残念ながらセンターをお休みとさせていただきます。その分、力を溜めて、震災3年の前に「堪える力から声をあげる力へ」と題して、3月1日、2日に特別プログラムを開催します。ぜひ、みなさんと、かすかに感じる春の足音を確かめながら、大事な時間をもとにできればと思っています。

さすけねえ第5号は、前回の1月のプログラム、IsraAID(イスラエイド)によるハーフデイトレーニングの様子と、菊池先生による講演に参加された方のご感想をお届けします。  
(センター臨床スタッフ 田中令子)



## IsraAID ハーフデイ トレーニング 体験レポート

1月26日(日)に、IsraAID(イスラエイド)によるハーフデイトレーニングが開かれました。NGO 団体IsraAIDは、自然災害や人災の復興支援と長期的な開発援助を目的とする国際人道支援活動団体です。日本ではこれまで、宮城県石巻市、亶理町、福島県新地市など7ヶ所以上で、各自治体と連携・協力して活動してきました。その活動は現地でも注目され始め、長期的な復興援助が評価されつつあります。

今回は参加した臨床スタッフの髭先生による体験レポートをお届けします。

1月26日、13時から17時まで、東日本大震災直後から被災地の心の傷の治癒・予防活動に尽力しているイスラエルのチーム、IsraAID(イスラエイド)によるワークショップが行われました。Ariella Friedman(アリエラ・フリードマン)博士を講師として、数名のスタッフ、通訳らとともに開かれた「傷やストレスを越える逞しく柔軟な心を取り戻すためのグループセラピー」ワークショップで、参加者は20名ほどにのぼりました。生まれて初めて外国人と相見えるという80代の地元の方から、日常的にグループセラピーを展開している専門家まで、実にさまざまな立場の参加者を得ました。

ワークショップは、参加者、スタッフ全員が大きな輪になって行われました。「こんにちは」を今日の気分を乗せたジェスチャーをしながら言ってみよう、そしてそれをみんなで繰り返そう、というテンポよいウォーミングアップから始まり、「集団」というものとの関わりを含めた自己紹介を経て、「集団」がもつ力とはいったいどのようなものなのか、講義と、楽しみながらのグループワークが行われました。集団にいるときの自分の特徴を5つの動物から選ぶというグループワークでは、同じ動物を選んだ者どうしの小グループに分かれてディスカッションを行い、それをまた全員で共有しました。最後に、今までのグループ体験の中で思い出すエピソードを数名のメンバーが話し、他のメンバーからの感想などを聞きながら、改めてそのときのその人にとってのグループの意味が検討されました。

言語や文化、性別、職業、居住地、被災体験など、じつにバリエーションに富んだグループメンバーだったが、その違いのなかで、IsraAIDというチームが醸し出してくれていた親しみやすい雰囲気によって、わたしたち参加者のグループもまた変化していきました。あまりグループというものを意識したことのなかった参加者も、グループという場独特の体験、グループの力というものを、ワークを楽しみながら実感されたのではないのでしょうか。

今後もIsraAIDによるワークショップが企画されています。グループというものに関心をもたれた方はぜひご参加をお勧めいたします。被災者のためにグループセラピーの実践を積んでいるが難しさを感じられている専門家の方、実践指導に関しては当センターまでお気軽にお問い合わせください。グループだからこそできることが、まだまだありますよ、と呼びかけ続けていこうと思います。

(センター臨床スタッフ 髭 香代子)



## 参加者の声

1月26日、第5回コミュニティ・カレッジリレー講演が開かれました。今回は「郡山の放射能汚染の現状を理解する」というタイトルで、郡山市保健所参事兼次長兼放射線健康管理課長であり、環境カウンセラーの菊池宗光氏にご講演いただきました。菊池氏は震災後「原子力災害対策プロジェクトチーム」に所属し、郡山市の放射線汚染対策の先頭に立っておられた方です。

今号では、講演に参加された山田さんよりお寄せいただいたご感想を紹介します。山田さんはセンターの町おこしスタッフとしても活躍してくださっています。

### 「郡山の放射線の現状を理解する」を聞いて思うこと

現在、東京電力福島第一原発事故のために県外で避難生活を送っている福島県民は約14万人とされている。我々県民のためにはなく、東京都民のために原発は稼働し続けてきたのである。何十年もの間原発の安全神話は深く広く人々の間で浸透し定着し、まさかこの福島県で爆発し「世界のフクシマ」として名前が広がることなど、県民のだれが予想しただろうか。

そんな折、今回の菊池宗光先生の講演は低線量被ばく生活を余儀なくされ、不安を抱えて生きている我々郡山市民にとって、非常に意義深い講演となった。それを聞いたところでの、これまでの3年を短くふりかえり、今の思いを綴りたい。

爆発直後の頃、水道水から放射性物質が検出された為、乳児のいる家庭には活性炭処理で放射性物質が検出されなかった水を提供し、その後毎日水道水を検査し、現在は検出されていない。また除染についてはH23年4月に市が小中高等学校の実施を決定し、その後公園、一般住宅、道路、農地へと進みH25年12月住宅約10万件を予定している。我が家は昨年4月～5月に約二週間で終了した。しかし、除去した表土の仮埋設場所が、特に大雨ののちなど、全体的に10センチも沈み、トラックで山砂をまいてもらうことが何度もあり、少々不安である。

福島産の食べ物は放射性物質の基準値を超えたものは出荷制限がかかり、市場に市で回ることはないというものの、不安がないわけではない。しかし、大気への新たな大量放出は起きてなく、雨にもほとんど放射性物質は含まれていない現在、必要以上に恐れたりまた大丈夫と安心することなく、できる範囲で対策を講じたいと思う。

(郡山市在住 山田千恵子)

## 福島復興心理・教育臨床センター

Free Clinical-Educational Center for Fukushima Reconstruction

### センター所在地：

〒963-0115

福島県郡山市南1丁目45番地

公益社団法人 全日本不動産協会 福島県本部内

### 相談窓口：

〒153-0041

東京都目黒区駒場2-8-9

PAS心理教育研究所 非営利事業部

担当：中村有希（臨床ディレクター）

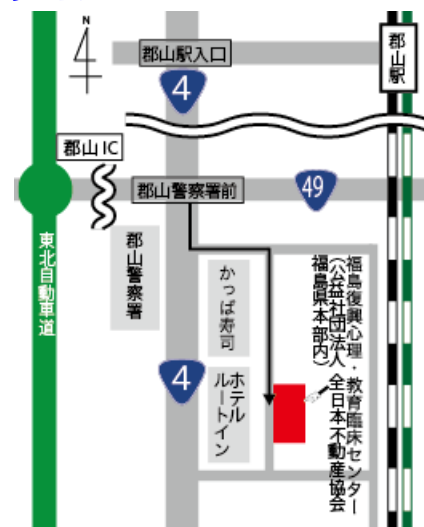
橋本和典（福島復興心理・教育臨床センター代表）

電話：03-6407-8201

携帯電話：080-3606-0640(代表 橋本)

お気軽にご連絡ください。

### アクセス



郡山駅下車。駅から約3.7km。車で約5分。

郡山ICから約7.5km。約10分。

駐車場(40台駐車可能)がございます。