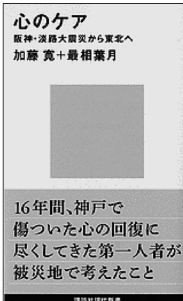


■ 書 評



心のケア 阪神・淡路大震災から東北へ

加藤 寛・最相葉月 著
講談社 2011年9月
229頁, 定価 798円

本書は、阪神淡路大震災以来、被災者のいわゆる心のケアに関して献身的な活動を行ってきた兵庫県心のケアセンターの畏友、加藤寛先生が、長年の経験に基づいた見識を余すところなく開陳した好著である。本書の構成はジャーナリストの最相氏が加藤先生に質問をし、その内容を書き留めるという形を取っているが、一見すると初歩的な質問から始めて、心のケアの真相に話が導かれていく様子は読者を飽きさせない。こうした構成のために本書は一般読者にとっても非常にわかりやすく、本学会の会員諸氏が自分の周辺の人々に安心して勧めることができると思われるだけでなく、精神医学の専門家であってもつい見逃してきた視点に改めて気づかされ、啓発されるところが多い。

思えば阪神淡路の頃は36時間以内に心理的デブリーフィングをすればPTSDが予防できるといふ、その後の研究、ガイドラインで徹底して否定された見解が輸入され、その技法を行うことを何よりも優先すべきであるかのような主張がなされ、現場の混乱は相当であったと想像される。加えて、そうした外部の自称支援者たちが引き揚げた後、被災地の復興支援、人々の精神的なサポートを何年間も続けてきた加藤先生、また当時の同僚であられた岩井先生をはじめとする現地の方々のご苦勞は、到底ここに書き尽くすことは出来ない。

その後兵庫県に心のケアセンターが設置され、同センターの部長となられた加藤先生は、JR尼

崎事故をはじめとする兵庫県の事例のみならず、国内、時には国外の災害に際しても率先して現地の支援をされてきた。とりわけ今回の東日本大震災の後には、日本トラウマティックストレス学会の災害対策委員長という役職も加わり、毎週のように被災地入りし、現地の指導を続けている。本書ではそのような著者の経験が、インタビューという形式に助けられて、非常に具体的な形で述べられており、長年ご交誼を頂いてきた書評者も初めて知ったエピソードも多い。

震災が浮き彫りにするのは被災者だけではなく、支援者の人間ドラマでもある。人はなぜ被災地に行こうと思うのだろうか。地元の事故、虐待、DV、犯罪などの被害者への関心と比べて、被災者への関心が大きくなりがちなのはなぜだろうか。遠方に心のケアチームを派遣している自治体が、その同じ時期に被災地から流入してきた被災者の心のケアには何ら関心を示していなかったという事例もある。心のケアチーム活動のほとんどは、災害時地域精神医療ガイドラインや、各種の研修などを通じて、以前に比べるとはるかに良く組織化されてきてはいるが、災害という集団的トラウマの持つ圧倒的な訴求力の前に、精神医療の専門家といえども冷静な気持ちでいることは難しい。被災者の不安、初期のトラウマ反応の多くが、状況に対する正常反応であるのと同様、支援をする側に生じる高揚感、使命感、罪責感などもまた、災害という状況の一部を構成する必然的な要素である。

被災者、支援者の双方に生じる心理を理解し、また行政の仕組み、現地の医療、福祉資源を活用しつつ、継続的な地域の支援を行うことは、一朝一夕の経験や、教科書的な知識によって出来ることではない。震災後半年を過ぎ、被災地には心のケアセンターの設置が決まっている。この時点で本書が出版されたことは、今後の被災地の活動の指針になるばかりではなく、災害と心のケアという大きな課題について改めて考えを深める貴重な機会を与えて頂いたものと思う。

(金 吉晴)