

日本ソーシャルスキル協会 東北支援サークル活動報告



vol.5

2012年4月31日発行

「悲哀にはそれぞれ段階があり、その段階の進み具合には、個人差があります。大事なのは、今、自分がどの段階なのかを理解し、まずは『語ること』です」と呼びかけてから、徐々に相談者が増えてきました。

1年後の3月11日をむかえるには、この1年を振り返ることが避けられません。皆さん予期せぬ心身の症状に驚き、「あの日とは違うことがわかっていても、落ち着かなかった」そうです。生活リズムが落ち着いてきた今だからこそ、様々なことに気づきはじめています。

しかし、同じようなつらい体験を皆がしてるため、自分のことをなかなか話にくい環境があり、今まで抑えてたエネルギーが積もり積もって、爆発する寸前で話しに來られてる方もいらっしゃいました（4月23日カウンセリングの様子）。

「全く違う土地の方に思いを話すこと



で、気持ちがとても楽になった」「様々な生活の変化を震災と結び付けてしまい、余裕はできてきたけどどうしていいかわからない」「子どもが急に暴れたり、くっついて離れなかったり、外にも出たがらない」「援助格差。子どものケアがない」「地域の子供の将来が心配」「家族がみんな疲れている。この対処法でいいんだろうか?」「たばこが手放せない」「すぐ不安定になって体調が悪くなる」など…。

*短時間でしたが計10名のカウンセリングを実施いたしました。4月は宮田恵美子、赤羽恵子、猪俣久美子の3名が担当いた

しました。お話を聞いたとしてもまだまだ不十分な点があり、今後も継続ケアの重要性をひしひしと感じました。

仮設から家を直し移動する方々は、今になり、どんぶり、皿などが必要です（2012年4月31日現在）。



仮設の外壁に壁画アーティスト / チチフリークさんが入り町を元気に！

一人の女性が、子どもを抱えながら仕事を再スタートしました。

この街の通りを少しでも明るくしたいと考えた彼女は、サビついたシャッターに絵を描いてもらうことを計画。偶然にも石巻復興支援に訪れていたチチフリークさんの出会いがあり、制作を依頼したそうです。

「この街に根っこを下し、芽が出ますように」と願いを込めて描いてくださいました。この方も何もかも震災で無くなってしまい、現在も仮設暮らしをされてますが、これからの人生どう進んでいったらいいのか現状と向き合いながら、今、自分にできることをしようと努力されています（BS1・TOMORROW 5月15日放送）。

