

2011年5月13日

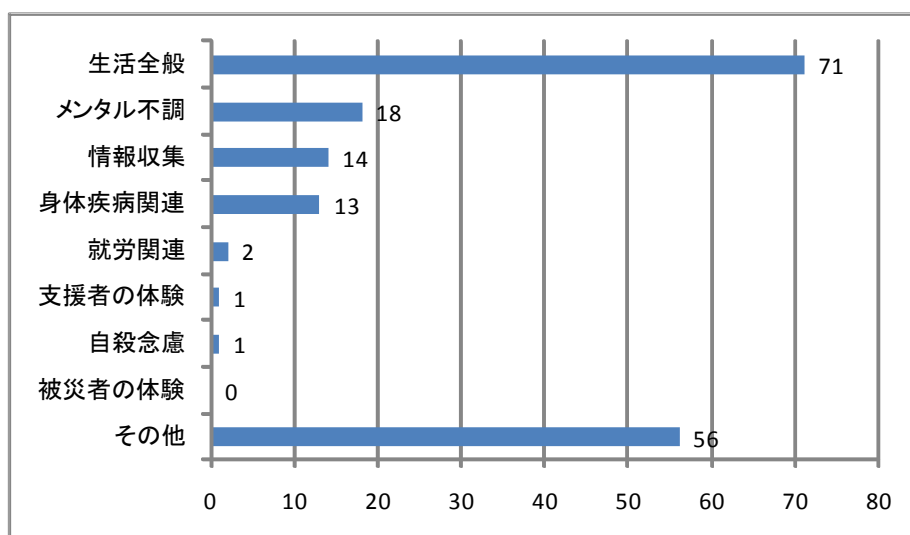
## 東日本大震災支援「こころの無料電話相談」4月の相談内容報告 「生活」に関する相談 全体の4割

社団法人日本産業カウンセラー協会

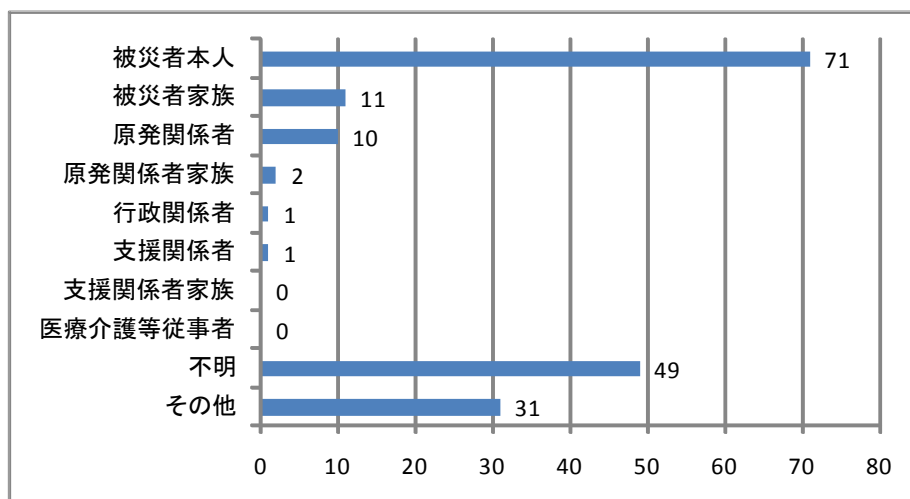
社団法人日本産業カウンセラー協会は、東日本大震災の被災者、ご家族や関係者を対象に、4月1日から、無料の電話相談窓口を開設しています。開設から4月30日までの利用状況がまとまりました。最初の1ヶ月間で、176件の相談が寄せられました。

### ■相談の内容～「生活」に関する相談が全体の4割

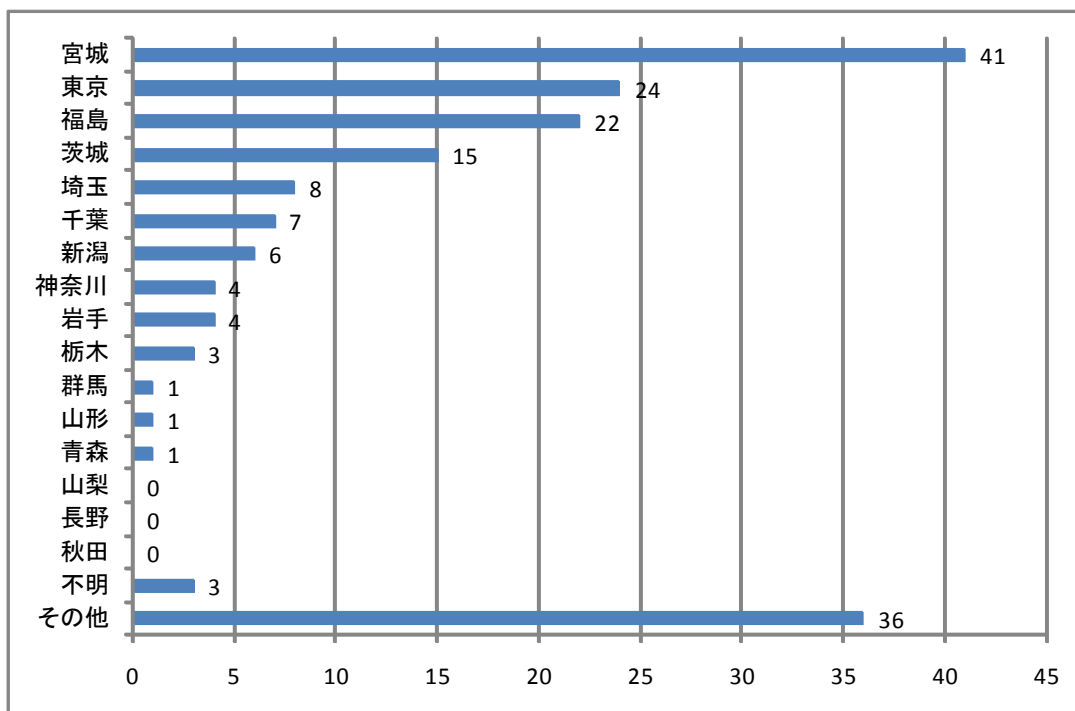
\*おもな相談内容として1項目のみ選択したものです。



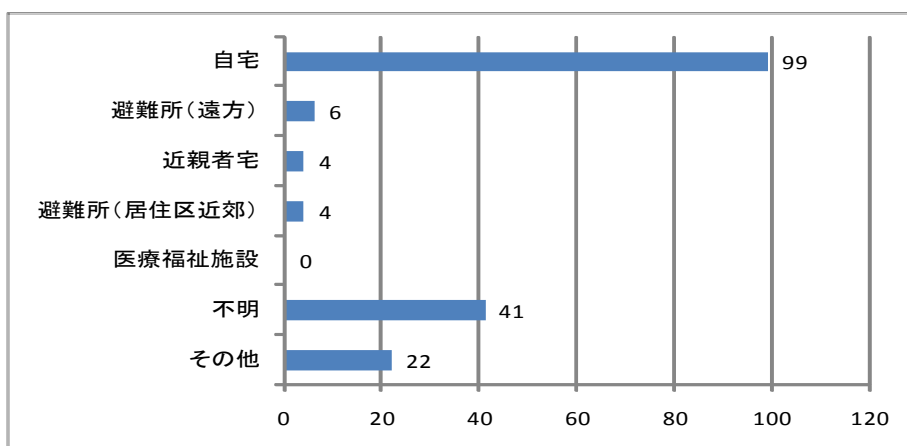
### ■相談者～被災者本人からの相談が4割



## ■相談者の現在の滞在地（都道府県）



## ■相談者の現在の滞在地（場所）



## ■相談内容より抜粋

- ・ 震災で父親が職を失った。母親も職場が休業で家にいる。家庭で母親が自分に当たり散らしたり、「世の中には働いている人もいる」と父親を責めたりしている。そういう言葉を聞いていて辛くなる。（福島県・被災者女性）
- ・ 今まで信じてきたものが全部なくなり、これからどこに向かって歩けばいいのか。心を支えるものがない。野菜、魚、牛乳など、これまでに命を育てていた人の努力が無視され、この怒りをどこに持っていけばいいのか。見通しも立てられなくて苦しい。（岩手県・被災者 50 代女性）
- ・ 夫が福島原発で仕事をしている。状況が分からず、放射線計測機や放射線完全防御の防護服などきちんと支給されているのだろうかなど心配でたまらない。娘はこの話を聞きたがらないので、誰ともこの話ができない。食欲もなく体が震える。（東京都・被災者家族 40 代女性）

- ・ 遠方の避難所生活。現金、その他いろいろさらわれた。何もかも失くし、原発問題で帰るに帰れない。(三重県避難所・被災者 60 代男性)
- ・ 岩手県出身で今は東京暮らし、震災後に現地に向かったが向こうで見た故郷の変わり果てた様子が頭から離れない。目を閉じると蘇ってきてすぐに寝付けない。(東京都・被災者家族 30 代男性)
- ・ 福島県から高齢の母と避難所を転々と逃げてきた。TV を見ていると未だに地元の避難所にいる仲間に申し訳ない思いでいっぱい。(東京都・被災者 50 代男性)
- ・ 震災で実家を流失した。食欲がなく、とめどなく涙が流れ何もやる気がおこらず夜は眠れない。所持金は 2～3 万円しかないが両親に何も言えない。(宮城県・被災者家族 20 代男性)
- ・ 隣町は壊滅状態。一週間外部の情報が入ってこず、津波の映像を見て驚いた。今まで妻にも誰にも苦しい胸のうちを話したことがないので有料でもカウンセリングを受けたい。(宮城県・被災者男性)
- ・ 小学生のふたりの子どもが「死」や「余震」を怖がるようになり、「心がなくなっちゃえばいいのに」とか「どうせ死んじゃうんだから」という言葉を口にするようになった。(茨城県・被災者 30 代男性)
- ・ 震災後から疲れがたまっている。4 月に入って少し落ち着いたと思ったところへ大きな余震があり、それ以降緊張感が増し、ますます不安が大きくなった。余震が辛い。怖い。4 月になるまでは生活することで精一杯だったが、最近は心の落ち着かなさに気づいてきてしんどい。(宮城県・被災者 30 代女性)
- ・ 息子夫婦が公務員。小さい子どもがいるが休みなしで朝早くから夜遅くまで、家で食事をできないほど働いている。息子も津波の中を助かったので、家に帰ってくるまで心配になる。(宮城県・被災者女性)
- ・ 夫の両親が避難生活。自分は仕事をしているが、震災後、前向きな気持ちになれず落ち込みがちで先行きが不安。夫にも夫の家族にも気を使う。疲れてしまった。仕事を辞めようかどうしようか…。誰かに話を聞いてもらえたらなあと思って電話した。(宮城県・被災者家族 30 代女性)
- ・ 養護施設にいたこともある息子がおり避難所に居づらくなった。アパートをようやく探して落ち着いたが、個人的に借りたということで仮設住宅に入居できず、家賃の援助も貰えない。(茨城県・被災者 50 代女性)
- ・ 精神的な病気があって病院に通っていたが、地震の後外出ができなくなってしまった。一人暮らしなので、一緒に行ってくれる人もいない。(茨城県・被災者 40 代女性)
- ・ 被災し、今は千葉の知人宅にいる。家族とは離ればなれの状態。「可哀そう」「復興ガンバレ」という言葉を聞くと腹が立つ。同情はいらない。被災者の気持ちなんてわかりっこない。地元は 9 割崩壊した。政治家も被災者の気持ちなんて何もわかっていない。私も津波に飲み込まれればよかった。(千葉県避難先・被災者女性)

## ■当協会の大震災支援状況

当協会では、「こころの無料電話相談」開設のほかに、被災地である東北支部を中心に、大震災支援の取り組みを進めています。

また、全国各地で、大震災救援活動に携わる自衛隊員に対するカウンセリング、被災地調査に携わった自治体職員に対するカウンセリング、企業の人事労務担当者向けの震災後の従業員ストレスケアや震災対応についての講座開催等の活動を実施しています。

### 【東北支部の主な活動と今後の予定】

#### ○「被災地支援ボランティア」

実施日：4月29日(金)～5月1日(日)

参加者：120名

支援被災地：宮城県山元町(町の半分が津波被害)

支援内容：複数のいちご農家のドロ・ヘドロの除去、  
遺体捜索の終わった地区の個人宅の泥の除去、  
家具の片づけ



#### ○「心の健康づくり相談会」

日時：5月14日(土) 10:00～16:00

場所：秋田県南部男女共同参画センター（要予約）

#### ○無料公開講座「3ヶ月目からの支援とストレスケア これからの震災ボランティアを考える」

日時：5月21日(土) 13:30～16:30

場所：ハーネル仙台（仙台市青葉区本町2-12-7）

内容：第一部「震災時のメンタルケアの留意点」(社)日本精神保健福祉連盟 常務理事 大西守氏

第二部「生きる意味を探すグリーンケア」麗澤大学名誉教授 水野治太郎氏

「息の長い震災ボランティアを考える」3.11震災ボランティア経験者複数名による報告

定員：150名

参加申し込み先：(社)日本産業カウンセラー協会東北支部 TEL 022-715-8114

## ■今後の予定

「こころの無料電話相談」(0120-216633、毎日 13:00～20:00)は、5月以降も継続して相談を受け付けています。当面半年程度の開設を予定しており、被災者にとどまらず、今回の震災で不安を感じられているすべての方々に対し、広くご利用をよびかけていきます。

また、全国各支部で、被災者や被災者支援に関わられた方へのメンタルケアを進めるいっぽう、企業・団体の従業員・職員といった一般の方々のメンタル不全予防への呼びかけ・取り組みも強化します。

5月28日(土)、29日(日)に、新潟市で開催される当協会の全国大会では、全国の震災支援活動報告を行い、災害時に求められる産業カウンセラーの役割について考える分科会を設け、今後の支援の継続・強化を目指します。また、被災者震災発生時からの企業やカウンセリングルームにおけるメンタル状況や、今後の心のケアに関するアンケート調査の実施を予定しています。

### ■ 本件に関する報道関係の方からのお問い合わせ先

社団法人日本産業カウンセラー協会 事業推進部 服部 TEL:03-3438-1298

(株)P&I：大原／富樫 TEL:03-5689-0445 FAX:03-5689-0455

E-mail: [press@counselor.or.jp](mailto:press@counselor.or.jp)