

仙台市の食を中心とした在宅被災生活

Disaster Ethnography of Dietary Life in Sendai City

○守真弓¹, 佐藤美嶺², 守茂昭³
Mayumi MORI¹, Mine SATO² and Shigeaki MORI³

¹ 特定非営利活動法人高度情報通信都市・計画シンクタンク会議

Telecom-Society Planners and Corporations

² 女性防災リーダーネットワーク

Bosai Leaders Network of Women

³ 一般財団法人都市防災研究所

Urban Disaster Research Institute

Purpose: To utilize the result of disaster ethnography of actual conditions in Miyagino-ku and Aoba-ku in Sendai city in Miyagi prefecture stricken with the Great East Japan Earthquake on March 11, 2011. **Method:** Interviews were conducted with mothers who lived in districts escaped from extensive damage and mainly spent at home at that time. **Documentation** was performed from the recorded contents. The text was analyzed by editing into common sections, attaching category flags and sorting speeches (paragraphs). **Results:** Due to the drastic change of the city immediately after the disaster, the damage to the infrastructure, traffic and distribution system caused difficulties in commodities purchasing. The effects of the disaster appear especially in economical and mental aspects of the lives of the residents. Since the mothers had young children, practical stockpiling and purchasing activities for nursing before the earthquake were efficiently advantageous to support their life. As mutual assistance, they helped their relatives, friends, neighbors each other.

Keywords : Disaster Food, Dietary Life, Ethnography, Great East Japan Earthquake, stockpiling, running stock

1. はじめに

仙台市で行った災害在宅被災者の調査を行ったので食を中心とする被災生活について報告する。

2011年3月11日に発生した東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）では最大被災者数約470万人とされる¹⁾。これは避難者の数であり、親族、知人宅や仮設住宅等への入居者もふくんでいる。うち、被災はしたが自宅にいた人の数は不明である。東日本大震災では被災地が広大な範囲に及んだが、特に沿岸部の津波による被害が甚大であった。被災地の状況は場所により大きく異なり、家屋の流出や損壊を免れた人や、避難所へ行かなかった人も多くいたと考えられる。以下、宮城県仙台市を例にあげる。

東日本大震災当時の仙台市の人口は推計で約105万人（仙台市ホームページ、推計人口 平成24年3月1日現在推計人口）、人的被害は死者約1000人である（仙台市ホームページ、東日本大震災における本市の被害状況等、2被害状況、1.1. 人的被害（平成27年2月28日時点））。市内全住宅約47万戸のうち10万戸以上が全半壊している（仙台市ホームページ、東日本大震災における本市の被害状況等、2被害状況、2. 建物被害（平成25年9月22日時点））。数字上は半数近い住宅が無事か半壊を免れていることになり、これらの住宅に住む人は避難所で過ごさなくても済んだと考えられる。また、避難者の数も日を追うごとに減って行く¹⁾。とりあえず一時的に避難した、帰宅困難の状況が解消した等の理由で帰宅した人も含まれると考えられる。

本稿では、このような、被災はしたが自宅で生活していた人、一時的に避難したが数日で帰宅し、基本的

に自宅で生活していた人を在宅被災者と定義する。

在宅被災者の生活について調査することは防災に役立てる上でも有意義であると考えた。上述したように、被災地において被害の程度にばらつきがあり、多数の在宅被災者が存在した場合、これらの人々の被災生活は、住む地域のインフラ等への被害の影響を大きく受けることになる。被災直後から始まる生活について、インフラ等の被害の影響や、生活の中で経験した困難等を調査し、今後の防災に活かしたいと考え、本調査を計画した。

東京都は、首都直下地震などの大災害における在宅被災者の数を1000万人と予測しており²⁾、家庭や企業での自助による備蓄の促進を図っている。

本稿で示す仙台市の状況からは、在宅被災者は公助の支援を受けることが難しく、自助、共助で乗り切る努力が必要なことが明らかとなっている。

2. 調査の説明

対象者

東日本大震災の被災地である宮城県仙台市で、前述の在宅被災者に該当する人で、当時比較的幼い子供がいた人、専業主婦または家庭を中心に生活していた女性を対象者に選定した。対象者をこのように絞った理由は、このような女性は家事の中心的役割を担っている場合が多く、育児の手間もかかる時期でもあるので、被災生活を支える上で様々な経験をしている、また、震災当時の街の様子をよく見ていると考えられたからである。調整の結果、青葉区および宮城野区に住む6人の女性の協力を得ることが出来た。

調査の実施

調査は2014年3月5日および6日の2日間に仙台市内で行なった。ご自宅に伺うか、市民センターに来ていただいて、震災当日から1か月ぐらいの生活を思い出しながら話してもらったものを録音した。

<トランスクリプション>

録音データは、逐語ベースでテキストに起こした。

<共通段落への編集>

ある程度読みやすくするため、テキストのうち、言いよみや、感動詞の削除、意味が不明瞭な表現の補完を行なった。

次に、以下の大きな共通の段落に編集した。

1. 被災当日
2. 自宅と家族
3. 物資の状況
4. 食事
5. 生活の状況

<分類>

次に、個々の発言を分類した。内容ごとに区切り、以下のようにフラグを付けて分類した。

表1に一部を示す。

分類1 キーワード

分類2 インフラ・通信・安否・物資・調理・食事・配給・避難・被災状況・治安

分類3 備蓄・防災・経済・健康・精神

分類4 自助・共助・公助

表1 発言の分類

発言	分類1	分類2	分類3	分類4
物流回復するまでストックだけでも何とか耐えました。うちは。	物流 ストック	物資	備蓄	自助
会社で結構、カセットボンベももらったりとか。ちょっと食べ物ももらったりとか。	高速道路、 カセットボンベ	物資		共助
そうですね。あと、お水とかも出なかったんですけど。給水車も全然あてになんなくて、行ったときにはもう水がないって。情報が流れたときにはなくなってる	水、給水車	インフラ、 物資		公助

分類1は発言の主要な内容や特徴を表す言葉を抽出したもの（キーワード）である。分類2は並列的な区分であり、主な被災生活の調査項目に該当する。今回の調査では在宅の女性へのインタビューを行っているの、家庭の生活が中心となった。

分類3は分類2よりも上位のカテゴリとして設定した。分類2および分類3では、それぞれ複数のカテゴリに該当する場合もあり、また、分類2または分類3のどちらかにしか該当するカテゴリが無い場合もある。

さらに、分類4として、自助・共助・公助のカテゴリを設けた。このうち、「自助」は、対象者の女性自身、女性の家族で行なった活動をその範囲と考え、実家や兄弟姉妹など親戚による活動は「共助」の範囲に入れた。なお「共助」は、上記のほか、隣近所、町内会など市民を中心にした活動とした。「公助」は、避難所や配給といった公的な支援とした。

3. 考察

対象者は、女性A、CからFが専業主婦であり、女性Bは自営業者である。全員、家庭での生活が中心であり、保育園から幼稚園までの幼児が少なくとも1人いた。

以下に共通の段落ごとに要約した対象者の女性AからFの各家庭の様子を示す。

表2 被災当日の各家庭の状況

	A30代主婦 (宮城野区)	B40代自営業 (宮城野区)	C40代主婦 (青葉区)	D30代主婦 (青葉区)	E30代主婦 (青葉区)	F30代主婦 (青葉区)
1. 被災当日	自宅で被災、	自宅で被災、	沖縄座間味に滞在中	子供と駐車場で被災、車内待機後、帰宅	自宅で被災、	自宅で被災、他家と避難所へ
	3日間夜だけ避難所	子供を迎えに			マンションの友人と外へ	
		行き、車内待機				
2. 自宅と家族	夫、自転車で帰宅	夫、市内から帰宅	夫、先に帰宅	直後に夫と携帯連絡、夫両親とメール、父がバイクで見舞い	夫両親と電話、夫帰宅、社用車泊	夫大船渡、留守番電話センターに着信、一般道で帰宅

被災当日・家族

[女性A] 自宅で子供と一緒に被災した。水道、ガス、電気のインフラストラクチャーが全て止まったため、夜だけ子供を連れて3日間避難所で過ごした。夫は自転車で帰宅し、会社は休みになった。また、この女性は臨月であり、震災直後に転院して、里帰り出産した後、仙台市の自宅に戻った。

[女性B] 自宅で1人で被災した後、自動車で小学校と保育園に子供を迎えに行った。市内で仕事があった夫が帰宅するまで車内で子供を待たせ、自分は家の中を片付けていた。

[女性C] 当日は自宅ではなく、家族で沖縄県座間味島に滞在中であった。夫は先に18日に戻り、自分は父親の捜索をするために、子供を連れて帰宅した。最初は船が欠航し島から出られず、空港や新幹線が被害を受けていたため手配するのに苦労している。帰宅は23日になった。

[女性D] 子供を習い事に連れて行った先の駐車場で被災した。そのまま車内で待機後に帰宅したが、この間に携帯電話で夫と連絡を取ることができた。夫の両親や実家ともメール連絡ができて、父親がバイクで見舞いに来てくれた。夫は電力関係の仕事のため直後から復旧に追われ、ほとんど家にいられなかった。

[女性E] 自宅で被災した。練習のつもりで子供と一緒にテーブルの下に潜ったら激震になった。食器が全て出て割れてしまった。マンションの友人と、子供と一緒に、マンションの外へ出た。夫や夫の両親と電話で連絡して無事を確認できた。ワンボックスカーを持っている人がいて、その中で待機した。インフラが全て止まったため、その夜は自分を含め、各家庭の父親が帰宅した後はそれぞれ車内で過ごしている。

[女性F] 自宅で1人で被災した後、徒歩で幼稚園に子供を迎えに行った。夫は大船渡に出張していた。電話が繋がらなかったが、留守番電話センターからの着信を知らせるメールで無事を確認できた。他の家族と一緒に、小学校に避難した。

以上が被災から数日の様子である。被災直後は家の中に物が散乱したり壊れていたこともあり、仙台市外にいた女性Cを除き、ひとまず外に出た。その後避難

所へ行くか自動車の中で待機している。

生活状況

<通信>

固定電話は直後からすぐに繋がらなくなったため、夫と一緒にいなかった全員が携帯電話や携帯電話のメールで夫や親戚と安否確認をしている。この携帯電話のメールで、町内会から商店の開店情報が回って来たり、友人間で物資調達のための情報交換を行なった（女性 B）。また安否確認にはラジオの他、グーグルパーソン（女性 F）、mixi や Twitter（女性 B）などの SNS も利用している。

<インフラストラクチャー>

多くの家庭のガスは都市ガスであり、復旧には1月以上かかっていた。賃貸住宅の設備がプロパンガスであったり（女性 B）、「宮城県沖地震を経験しているお友だちは、高くてもプロパンじゃないと、地震は宮城は多いから、大きい地震来られたときに生活できないから困るって、プロパンをやっぱり引いてる友だちが。」（女性 C）という発言に見られるように、地震を考慮してプロパンガスにしていた家庭では、加熱調理をしたり風呂を沸かすことが出来た。

上下水道に関しては、被害程度に大きくばらつきがある。

「私の3丁目だけが水だけは出たんですが」（女性 A）、「水道はマンションのタンクに入ってた分が、二日間、二日ぐらい持ったのかな。もって、その間に断水をして復旧もしたので、特に断水で困ったことはないですね、お水は。」（女性 F）「（復旧までの日数は）1週間ぐらいでしたね。」（女性）「本当にやっぱり給水に並んで。給水車が来るのでベビーカーを持って行って、ベビーカーに浄水のアクアクララみたいなのやつを二つぐらいあったのもらってきてきてという感じで。水道が復旧したのが26日でした」（女性 D）

水道が停止した家庭では飲料水、炊事、洗濯、風呂に大きく影響し、断水の間は給水車の列に並び、スーパー等の列に並んで飲料水を調達した。「とにかく水が欲しかったんですよ、うちは。子どもが小さかったの。」（女性 C）

電気の復旧が1日から3日と早かったため、「電気が復旧したというんで、避難所から戻ってきて。」、「電気さえ通れば、お湯は沸くし」（女性 F）「冷蔵庫も OK になった」（女性 E）。

電気は大体3日で回復しているが、水道が直後から止まったりあるいは途中で断水になったため、特に幼い子供を持つ家庭では水不足の影響が大きかった。飲料水だけでなく、洗濯が出来なかった。トイレも流せず苦労した。女性 E の子供は、不衛生のためか、突然激しい下痢症状を起こした。

ガスが止まった家では風呂に入れなくなった。水の出る家や、プロパンガスの家の世話になったり、温泉まで出かけたりにしてのいだ。平均1週間は風呂に入らない生活で、子供たちも着の身着同然で通学したが、多くの家庭で似たような状況であり、誰も気にしなかった（女性 A、B）。女性 B の家はプロパンガスのため、近所の人たちに風呂を提供した。女性 E は、電子レンジで蒸しタオルを作った。「水が貴重でしたね。水が欲しかった、何よりも。」（女性 E）

<避難所>

電気が回復するまでの間、昼間は片づけをして夜は避難所へ行った人もいる（女性 F）。

一方、インフラが機能していなくても避難所へ行かなかった人もいた。配給される食べ物が非常に乏しいと聞いて、「子供を連れて無理」（女性 E）と思ったり、「子供がいるので迷惑をかけると思った」（女性 B）。また、知人から、被害の大きかった地域から逃げて来た人が沢山いる避難所では、在宅の人が「とても居られる空気ではなかった」と聞いた（女性 C）という理由があげられる。女性 C は「本当は町内会分で何かあったらいいんですけど、足は運べなかったですね。『行けばもらえるんじゃないの?』って近所のママお友だちに言ったら、「行けないんだよ、あそこは」って言われて。もうそういう空気ではないって。行くと『何であんたたち来たの?』みたいなの。」とも述べている。女性 B も「仙台もすごくひどいところと、そうでもないことって、本当にもう真つ二つだったので。なんか『うちらは被災者って言うていいの?』って感じになってたもんね。なんか被災者って言っちゃいけないみたいな感じ。」と述べている。このように、在宅被災者は甚大被害地域からの被災者に負い目を感じていた。

物資・経済

「次の日からもうお店やっているとところがあるっていうので。1時間ぐらい並んで、リンゴとか、牛乳とか、玉子とか。値段はそんな高いことなかったです。みんな結構良心的だったような気がします。良心的な価格で、そんなにぼったくられた感じもなく。」（女性 E）という発言からは、地元のために再開の努力をした店舗の様子がかがえる。一方、生鮮、特に肉や玉子、葉物野菜の値段が数倍になった店舗もあった。驚くような値段で販売をしたため「『もう、本当に二度と買に行かない』って、その友だちもみんなに言って、二度と買に行かない店になりましたね。」（女性 B）という店舗も出現した。

なお女性 E を除くと全員が食品を中心とした物資の不足と価格の高騰について述べている。

物流が回復して来るまでに1か月以上かかり、市民は物資の調達のために長時間に渡り長蛇の列を作った。沖繩から戻った女性 C が、「知ってる街なんですけど知らない街になって。」と述べているが、盗難を恐れた商店が板などで目隠しをして、店内には客を入れずに店頭で販売したり、入店を1人ずつに制限していた。女性 D はカセットコンロを調達するために覚悟して子連れでホームセンターへ行き5時間並んでいる。

自動車は物資の調達でも重要な役割を果たすが、ガソリンがなかなか買えず、1台に知人数名で乗り合わせて調達に行った。多くの人は自転車を使って販売の情報やロコミで伝え合い、あちらこちらへ移動して並んでいた。

不足した物資は、食品の他にはオムツ、生理用品、乾電池が挙げられている。品不足は1月以上回復しなかった。「5月の時点で雑誌がなかったもんね。コンビニとか、あいうのお店に、普通に娯楽で読むような漫画本がなくて。」（女性 C）

<配給>

避難所へ行くとアルファ米が多く出された。「本当にアルファ米しかないんだという感じでしたよ。」(女性 A)

また、「揚げパン、結局はカロリーが高い、カレーパンとか、サンドイッチとかそういうものではなく、いわゆる菓子パンっていわゆるもの」(女性 C)も多く出された。女性 C によると、避難所以外でも菓子パンが多く配給された。「町内会で把握してくれるところだと、避難所と一緒に結局菓子パンばかり。それが3食分で来るんですって。で、これがお宅の分ですって。来て来たらいいんですけど。それにカップラーメンとか、炭水化物に炭水化物みたいな組み合わせで来るらしくて」(女性 C)と述べている。アルファ米の食事、菓子パンは連続で食べると苦痛になり、子供は嫌がって食べなかった。

食事

この6人の女性は普段から食べ物を沢山買いだめしていたため、食事ではあまり困らずに済んでいる。冷凍庫の食品から使い、調理にはカセットコンロ、反射板ストーブを使っている。水が貴重であった間は、食器にラップをする工夫をしている。

また、電気の回復が早かったこともあり、IHや電子レンジを利用している。マンションの電気が止まった女性 D は、カセットコンロを入手する前は、隣家の太陽光パネルの電気で支援してもらい湯を沸かしている。

女性 E は、マンションの友人たちと共同で、エントランスで調理をした。各自が、水、米、鍋、コンロを持ち寄り炊飯し、また食材を持ち寄り豚汁を作っている。さらに、この中の1人がホームベーカリーを持っており、材料を出し合い、パンを焼いている。

女性 F もホームベーカリーを持っており、小麦粉やドライイーストも持っていたのでパンを焼いている。この家には、夫の会社の独身男性が、食糧の備蓄が無くて分けて欲しいと訪ねてきたため、りんごやおにぎりを持たせた。

食事については、全員がメインの食事のほかに「プラスアルファ」が必要だと考えている。「取りあえず食べられるだけいいじゃんって、食事があるだけいいじゃないという人もいるかもしれないけど、それだけではやっぱりあの状態では絶対ないというか、プラスアルファがないと生きていくと体が相当しんどかったと思いますね。」(女性 C)

物流が止まったため雑誌や漫画など娯楽が限られてしまったことも食事のプラスアルファへの需要が高まったと考えられる。子供がいたこともあるが、「お菓子(ケーキを含む)」、「お茶」「コーヒー」、また救助活動や精神的な支えとして「酒」が具体的にあげられている。

備蓄および防災

本調査の対象者では、震災当日、偶然買い物をして来たばかりであったり(女性 A)、生協の配達当日の金曜日だった(女性 F)といった幸運もあり、食事で非常な苦労をした人はいなかった。

また、幼い子供がいるため、オムツの買い置きをしていたり(女性 C)、日頃から必需品を沢山買っている人が多かった。そのために長時間並んで買わずに済んだ。女性 B は「ちょっと買い過ぎた感があって、生協

やってるんですけど、生協で冷凍庫が閉まりきらないぐらい食べもの買っていて、ちょっと買い過ぎちゃってまずかったなって、震災が起きる前は思ってたんですけど、それに助けられたっていうか。」という感想を述べている。

一方、仙台駅の東口や街なかでは、帰宅困難者が発生し、「東口、東側の小学校、すぐ近くだった小学校なので、そこに避難者が殺到して、その周辺の小学校は収容人数オーバーで大変だったって。」(女性 B)。さらに女性 B によると、この辺りの地域は通勤族が多く、備蓄もしておらず、避難所に行くしかなかった。そこへ帰宅困難者がいて、地域の人たちだけではなく、「もう入れません」「よそ行ってください」という事になった。しかし地元住民ではない人たちは他所といわれても何処へ行けばよいかわからなかった。

本調査対象の女性たちはこのような経験をしたり知人の話を聞いて、非常時に備えた備蓄をするようになっていく。飲料水や生活で使用する水の不足で苦労したため、水を常に切らさないように備蓄しており(女性 E)、非常用トイレも購入している。「トイレの備えをしとくやよかったなと思いますね。簡易トイレ。だから、そのあと簡易トイレのセット買いましたね。30回分のやつを買って、もう次の震災のときには絶対それ使ってやろうと思って。」(女性 E)。

女性 B は、近所の八百屋や生協などが家に回ってくる「行商スタイル」の方がストックしやすいとも述べている。また、地域の運動会と小学校の運動会が一緒なので、皆が集まるこの機会に非常食を食べたり、防災訓練も行えばよいと述べている。

健康・精神

本調査のテキスト分析には精神状態に関わる内容を別にフラグで抽出しまとめた。全員に共通していたのは、被災直後からしばらくは「異常な興奮または緊張状態にあった」という点であり、精神的に不安定であった。夜はテレビやラジオをつけっぱなしにしていて、警報が鳴り、不安であり、また、親戚の安否など心配事もあったりよく眠れなかった。自衛隊のヘリコプターの音が嫌だったという事も共通している。テレビによる給水情報などが欲しいのでテレビをつけざるを得ないが、原発のニュースに不安をおおられたり、被災地の外の地域での買占めに怒りを覚えた。「本当に欲しい人たちのところに届けたいのに、安全な地域の人たちが買い占めたがためにうちは買って帰れなかったんですよ。」(女性 C)

また、繰り返し流された津波の映像、ACの乳がん検診のコマーシャルに不快感を覚えている。母親たちは「リアルタイムのニュースは見ている気持ち悪いので」(女性 E)、子どもには録画したものを見せるようにしていた。

女性 E はマンション内に閉じ込められる恐怖から、「家の中を靴で歩きたくて」、「パジャマ着て寝なくて、常に外に出れる格好で、コートもベッドの上にかけて置いてくって感じで」不安があったと述べている。

子供たちにも震災の影響があり、警報が鳴ると怖かった。「揺れそのものよりも、震災警報ってラジオで流れるじゃないですか。(中略)あの音で怖がって、結構、『お母さん、お母さん』みたいな感じで、『地震来ちゃう』とか言って、怖がってはいましたね。」

(女性 E)

女性 A, 女性 C, 女性 D は子供の「津波ごっこ」「地震ごっこ」について述べている。「建物に穴をあけちゃったり、車を何台も逆さにして、3 台、4 台、5 台ぐらい重ねて、テレビの上に置いてたりとか」(女性 C) また、女性 C の娘は 1 年と少しの間、真っ黒い絵しか描かなくなった。

さらに、不安定な精神状態は被災直後の食生活にも影響した。女性 B はなぜか料理をする気力がなくなって作れなくなったり、ストレスのためか母乳の出が悪くなった。また、こうした不安定な精神状態は購買にも影響した。女性 A の夫はパニックになっているため必要以上に飲食料を買ってしまった。また、女性 C によると、人々が必要以上に並ぶため、ガソリンなど移動のために本当に欲しい時に買えなくなったという状況も起きた。

一方「うち食材はあったので、あまり行列が長いと、今日はいいかなと思って。もっと必要な人もたくさんいますから、うちはまだ間に合ってたので。納豆はなくても大丈夫なものですから。うちは間に合ってるから、じゃあ、今日はいいいねって言って。」(女性 F) という発言や「ちょっとお酒も好きなので、アルコールはあった分で、友だちとか近所の人とか来られる人が来て、じゃあ皆さんのお肉いただきましょって。焼き肉をしたりしてましたね。」(女性 B) という発言からわかるように、普段から備蓄が多く、特に食糧の備蓄が豊富にあるため食事に困らなかった女性の家では、精神的にもゆとりが生まれ、無理をして列に並ぼうとせずに買い物を済ませたり、近所の人たちに酒を提供して夕食を共にすることができた。「目の前に食べものがあるっていうだけでも、結構安心感なのかなって感じはします。そんなに食べものを調達するために走り回らなくてすんだっていうことが、結構精神的な助けになった。」(女性 E)

自助・共助・公助

最後に最上位の区分として分類した自助・共助・公助の観点からまとめてみたい。

自助としては、インフラの被害による影響が大きく、とくに飲料水、生活用水の不足と上下水道の停止による不自由を乗り切るために努力している。水の他にも生活に必要な物資の調達のために家族が分担して並ぶなどした。

上述のように、避難所は場所により定員を超過したり、配給の食料も不足した。被害の甚大な地域からの避難者がいる避難所へは、とても配給の食料をもらいに行けなかった。女性 B が「備蓄もない、何もない。宮城県沖地震、経験してたはずなのに」と述べているが、宮城県では備蓄が不十分な地域があった。「一人 1 日ビスケット 3 枚と言われて、子どもも大人も、一人 1 日ビスケット 3 枚。朝・昼・晩、1 枚ずつと言われて。」(女性 B)

本調査の分析で特徴的に見えるのは、共助の部分である。人々は被災地の外の親戚や友人からの支援、そして隣近所で助け合って被災生活をしのいだ。

被災地の外からの物資は郵便局のエクスパック(郵便物扱い)に詰めて郵送された(女性 B, F)。納豆や、子供向けのお菓子や折り紙がエクスパックに詰めて届けられ、大変感謝された。女性 C も沖縄から帰宅する前に、親戚や友人に服や食べ物、懐中電灯や乾電池な

ど足りないと言ったものを買って夫に持たせた。

町内会では店舗の情報を走り回って伝えたり(女性 D)、会社の上司のプロパンガスの家でお風呂を貸してもらった(女性 E)という共助があった。

女性 D の場合は、上述のように、マンションの隣家が太陽光パネルの電力を使って豚汁を分けてくれたり、湯沸しや携帯電話の充電をさせてくれた。また、カセットコンロを買うために子供を連れて 5 時間並んだ時に、後ろに並んでいた夫婦が子供の相手をしてくれたり、お菓子を買って来てくれて大いに助かった。

団地内には荒浜地区の被災者への下着提供の呼びかけも回った。「こんな近くで被災している方々がたくさんいるのに、自分たちはこうして家もあって、あったかくして、ご飯も食べられてる」。女性 B によると、余裕のある市内の人々は、被害の甚大な地域へ炊き出しなどの支援に出かけた。

精神的な共助と呼べるものも多く見受けられる。

「子どもたちの後ろから一緒に避難してって、知ってるお母さんに「ああ、怖かったねー」って、そこでなんかちょっと安心したんですね、お互い。もうダークで涙、泣きながら、手つないで。」(女性 B)

女性 E は、日頃からマンションで仲良くしている友人たちがいた。被災直後から集まり、一緒にマンションの外へ出て、路上の車の中に待機している。「ワンボックスカーで何人か入れるから取りあえず車の中で待機してって言って、待機してって。その間に、みんな家からちょっとずつおやつとか持ってきてたので、ちょっとずつみんなでおやつ食べて待ってた状況ですね。」翌日以降も、女性 E のマンションではエントランスに各自が食材を持ち寄り共同で料理をしている。

「子どもがいるから、やっぱり隣近所とお友だちがお付き合い、そうです、そうですね。一人だとたぶんここまで近所の人と知り合いになろうとは思わないと思うので。孤立して困ったってことはなくて、『よかったな、近所付き合いしてって』って、思いましたね」

女性 F も、被災当日は娘を連れて、同じマンション内の他の家族と一緒に小学校へ避難した。「このうちがあったおかげで、お互いに行き来して気晴らししてということではできます。」

4. まとめ

今回の在宅被災生活の記録からは、「地域のつながりってこんなに大切なんだなって。すごく、何かいろいろ助けていただいた場面があったので。まったく見ず知らずの方にも助けていただいたりだったので。」と女性 D が述べているように、日頃からの隣近所との付き合い、地域のつながりの大切さが見えてくる。

本調査対象の女性たちは隣近所と声を掛け合う関係があり、幼稚園や小学校やグループ活動を通じての友人がいた。激震の直後、自分たちの夫が自宅から離れていた時も、こうした友人たちと一緒に避難したり、共同で料理をしたりすることで支え合うことができた。

もう 1 つ、日常的に生活物資を多めにためておくこと、すなわち水・食料を中心とした備蓄が非常に大切であるという事がわかる。備蓄食糧を多く確保していると精神的にも不安やストレスが緩和され、隣近所や知人を気遣うゆとりが出て来る。

そして、ガス設備がプロパンガスであった女性 B の

家が「もちろんガス代はすごい金額になったし、お水代もすごい金額になったんですけど、『でもここで恩返ししないと、あと返せるとき、ないよ、たぶん』と言って」近所の人に風呂を提供したように、共助の気持ちが生まれるのである。

さらに、食事について女性たちが「プラスアルファ」が必要だと考えていることも注目に値する。現状では災害時のための備蓄食料は米・小麦の主食系の製品に大きく偏り栄養面でも問題があるが、主食以外の惣菜などの食品の多様性や嗜好性については、あまり必要と認識されていないことも問題である。

東京都は首都直下地震などの大災害における、在宅被災者の数を 1000 万人と予測している²⁾。また、各々のライフラインの機能を 95%回復させるのに要する目標日数として、電力に 7 日、通信に 14 日、上下水道に 30 日、都市ガスに 60 日という数字をあげている²⁾。

大規模な災害対策としての備蓄において防災備蓄の改善を進めるべきであることも重要であるが、仙台市の状況からもわかるように、人口の多い都市では公的備蓄だけでは被災地の食を支えきれないことは明らかである。そのため、家庭や企業での自助による備蓄の必要性を訴えているのである。

当面の間インフラが復旧せず、物流が回復しない中で生活を想定すると、飲料食料をはじめとする必要な生活物資の備蓄内容がいかに重要であるかがわかる。

一般家庭など、小規模な備蓄においては、食糧備蓄の内容が比較的工夫しやすい。日常的に消費しながらの備蓄を心がけると同時に、家族構成や健康面など、各家庭の事情に加え、普段からの好みや嗜好品も考慮するなどの工夫が重要であると考えられる。

謝辞

本調査研究は地域安全学会「被災地生活支援のための循環型非常食の考案と事例紹介に関する小委員会」による東日本大震災の被災地における実態調査の一部として行われたものである。

本調査研究を計画するに際して、常葉大学の重川希志依先生に貴重なご助言をいただいた。ここにお名前を記して感謝を申し上げます。

参考文献

- 1) 復興庁ホームページ.東日本大震災からの復興の状況に関する報告.復興の概況,復興の現状. P1. 2014. 11.
http://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat1/sub-cat1-1/20141128_kokkaihoukoku.pdf
- 2) 東京都 防災ホームページ.「都民の備蓄推進プロジェクト」PDF.
http://www.bousai.metro.tokyo.jp/_res/projects/default_project/_project/_a.pdf (平成 25 年 9 月 22 日時点) Accessed 08.25.2015.
- 3) 高篠仁奈:震災後の食糧供給と小規模商店の役割.地域安全学会論文集 No.17. 2012.7.
- 4) 林春男, 田中聡, 重川希志依 ほか: 防災の決め手「災害エスノグラフィー」—阪神・淡路大震災秘められた証言.