

# 災害からの長期的な生活復興過程に関する一考察 —事例研究：東日本大震災—

Observing Affected Households' Life Restoration Processes after a Disaster  
- Case Study: The Great East Japan Earthquake, 2011-

河本 尋子  
Hiroko KOUMOTO

常葉大学大学院 環境防災研究科

Graduate School of Environment and Disaster Research, Tokoha University

This study, as a case study of the Great East Japan Earthquake in 2011, examined the process of restoring lives of disaster-affected households after the disaster. The study focused on some critical events as decision-making or turning points in the process. It was identified what kind of events disaster-affected people had experienced, and how they currently feel toward and consider them. After 9 years had passed since the disaster, it was clarified that the interviewees tended to feel discarded despite the conditions or completion status of their home repairs.

**Keywords** : restoring lives, disaster-affected household, decision-making, turning point, the Great East Japan Earthquake

## 1. はじめに

### (1) 研究の背景

復興庁<sup>1)</sup>によれば、東日本大震災からの復興に向けた道のりと見通しに関し、2019年3月より震災からの復興・創生期間とされている。2020年2月末時点で、民間住宅等用地地1.8万戸、災害公営住宅3万戸（いずれも99%）が完成した。2020年4月現在の避難者数は、4.4万人となり、前年より約7千人減少した。これらの数値をみると、同震災が人びとの生活に与えた影響の大きさを感ずる。

災害発生後の被災者の視点に立った時系列的展開として、阪神淡路大震災の事例研究から明らかにされた災害過程がある<sup>2)</sup>。木村他<sup>3)</sup>によって、阪神淡路大震災後の長期にわたる生活の再建と復興を捉え、同過程時間軸の5段階への更新が行われた。今後においても、さまざまな災害事例を取り上げ、それらの影響を受けた被災者らが生活を立て直していく災害過程に関して、知見の蓄積を図る必要があるだろう<sup>4)</sup>と述べ、<sup>3)</sup>、<sup>4)</sup>など。長期にわたって変化する状況を継続的・定期的に把握すること、そしてそれらの記録を積み重ねていくことは、今後の災害対策の取り組みに重要な示唆を与えられられる。

### (2) 研究の目的

災害によって生じた大きな変化に、被災した人びとが何らかの形で適応していくプロセスは、災害過程といえるだろう。さまざまな意思決定が行われ、転機となる出来事を経験しながら、自らの生活の立て直しを図っていくと考えられる。

本研究は、東日本大震災の事例研究として、災害後の長期にわたる生活再建・生活復興に向かう過程において、特に、被災世帯が経験した意思決定の行為や転機となった出来事に注目するものである。主な意思決定・転機を取り上げることとし、経験した人びとが現在それらをど

のように捉えているのかを明らかにすることを目的とした。

## 2. 研究の手続き

### (1) 調査対象

本研究の調査日程については、以下の表1に示すとおりである。世帯Cのみ調査1回であったが、他の世帯については、半年から1年の間隔で調査2回を実施した。

続いて、調査対象とした世帯A・B・C・Dの概要として、基本属性および住まいに関連する被害状況を要約する。基本属性の年齢はいずれも震災当時のものである。被害状況は調査当時の情報である。

各世帯に共通する特徴として、災害発生時にいずれも中年期<sup>5)</sup>であることが挙げられる。また、震災後の主な生活拠点が自宅であり、自宅避難（または、在宅避難・在宅被災）者<sup>6)</sup>であるという共通点もある。

#### 【世帯A】

- ・基本属性：58歳、女性、単身、団体勤務
- ・被害状況：自宅はX市内陸部に位置し、津波浸水はな

表1 調査日程

世帯	調査日程	調査場所
A	1) 2019.1.25(金) 14:00-16:00 2) 2019.7.20(土) 17:00-18:30	1)2)ともに A氏自宅
B	1) 2019.1.26(土) 14:00-16:00 2) 2019.11.7(木) 15:00-16:30	1)2)ともに B氏自宅
C	1) 2018.9.29(土) 9:00-12:00	C氏自宅
D	1) 2018.9.8(土) 13:00-16:00 2) 2019.7.19(金) 14:00-16:00	1) 地区の一時避難 場所施設 2) D氏自宅

く、半壊判定。自宅修理は2019年現在、未完。

【世帯B】

・基本属性：58歳、男性、妻・母と同居、民間企業勤務  
 ・被害状況：自宅はY市内陸部に位置し、津波浸水はなかった。住家被害の判定は一部損壊→半壊→大規模半壊を経て、全壊（解体）となった。親戚より津波浸水した住家購入し、家族で室内を修理した。外壁等の修理は未着手。

【世帯C】

・基本属性：54歳、女性、夫・子と同居、民間企業工場勤務  
 ・被害状況：自宅はY市に位置し、津波浸水を受け、住家被害は全壊の判定だった。震災から2年後に自宅1階を修理。その後も雨漏りが止まらず、室内（壁）に白いカビが発生。2018年に修理依頼し、雨漏りが止まった。2階の修理は未着手。

【世帯D】

・基本属性：62歳、男性、妻・子と同居、民間企業退職  
 ・被害状況：自宅はZ市沿岸部に位置し、津波浸水を受け、住家被害は全壊の判定だったが、親戚の手伝い等により自宅被害を修理。震災から半年後に自宅リフォームを完了。

3. 結果

(1) 転機・意思決定

震災後からこれまでに各対象世帯が経験した主な転機・意思決定を整理した結果が、図1から図4である。図中の時間軸（Time）の値は、各対象世帯によって異なっている。以下では、各対象世帯がそれらの転機を振り返り、どのように捉えているのかを述べ、考察する。

【世帯A】（図1）

震災以前より、職場でのいじめに遭い、うつ傾向がみられ、抗不安薬の頓服があった。地震後2日目から出勤命令があり、何かなんか分からない状態の中、自宅の片づけの心配等をしながら、出勤した。こうした状況により、震災をきっかけにうつ病が悪化する中、肉体的・精神的ストレスの蓄積につながった。

10ヶ月後に労働局に相談し、その対応からの精神的ダメージが影響して薬を大量摂取することとなり、自殺未遂につながった。その後、職場から退職するように言われ続けたが、本人は自身の年齢、単身であること、また娘世帯が母子・生活保護であることなどから、仕事を辞めることはできないとした。しかし、服薬により意識朦朧とするなかで自筆の退職届を書かせられ、退職となった。

2016年にかなり精神的に落ち着いてきた状態だったため、労災認定の相談だけでもしてみようと考えられるようになり、労働局を訪問して相談した。結果は、自筆退職届を理由に認定とならないというものだった。その他、弁護士への相談もおこなっていた。

災害復興住宅融資（高齢者向け返済特例）を検討するが、娘世帯の状況を心配して家を手放すことはできないと考えるに至り、断念した。被災者支援に関連し、「結局切り捨てかよ」という憤りを感じている。それと同時に、もう自分はなにもしてもらえないんだというあきらめの意味の「諦念」という言葉で、自身の感情を表現されていた。世の中理不尽という思いも強い。

全くゆとりのない生活の中で、常に自分の中に不安が存在しており、人や場所に対して怖さを感じている。頓服を続けなければ、物事を悪い方向に考える傾向があると自身が認識していた。2019年現在では、娘の助けも借りながら、ポスティング等の内職を始めた。

【世帯B】（図2）

災害発生後に、避難所に物資をもらいに行けなくなった。地域のまとめ役として、自ら自宅に避難する住民に対する物資を搬送を担った。また、山間部に位置する自宅に、知人等が助けを求めて訪れており、それらの受け入れもおこなった。

震災から4ヶ月後に職場解雇となり、日々生活に対する不安が始まった。いったんは自死等も考えたが、当時は振り返っていらした。そうした精神的ストレスが蓄積した結果からか、震災から1年半後に大腸がん、2年後に多臓器不全を患い、現在も別の持病をかかえており、健康面の不安が大きい。

親戚から家購入の話があり、決断に1年を要したが、購入して自力修理することとなった。当初は地域がひらけておらず店等がなく、住みたくないと感じていたが、一部の店が開いたことをきっかけに購入・移転を決意した。息子等の助けを借りながら、可能な範囲で室内の修理をおこなった。

現在は、震災当時の自宅があった地域の人々との交流はあるものの、転居後数年経過していることを理由に自治会・町内会のかかわりはあえておこなっていない。買い物等の悪さ、金融機関やコンビニエンスストア等がないこと、通院の便の悪さがある。支援者による送迎支援の話もあったが、近隣住民の多くと同様に「悪いから」

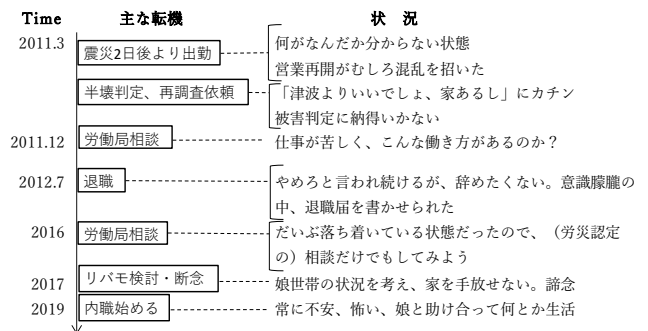


図1 世帯Aにおける主な転機

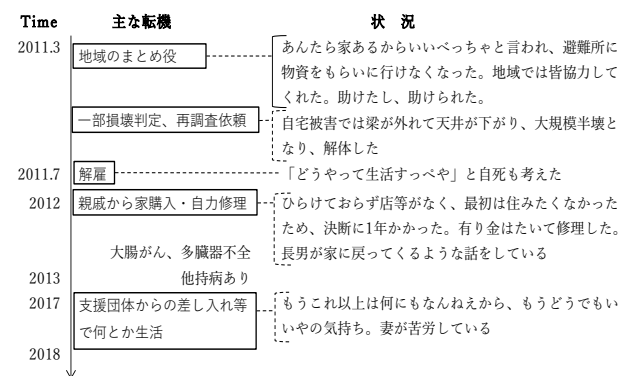


図2 世帯Bにおける主な転機

という気持ちから、活用に至っていなかった。

支援団体からのフードバンク等の食料提供や、実家からの野菜差し入れ等により、何とか食べられている状況だという。現在は、これ以上は何を言っても何もならないから、もうどうでもいいやという気持ち強い。

### 【世帯 C】 (図 3)

地震発生時には職場におり、上司の指示で裏山に避難して一晩を外で過ごし、翌朝職場近くの公的避難所に移動した。避難所では「せっかく助かった命だから、なんとか皆で協力していきましょう」と声がけし、避難者の班編成やルール決めをおこなった。地震発生から 5 日後に、徒歩で約 10km 離れた自宅へ一時帰宅し、家族を探した。その後、息子・娘を連れて、自宅にあった衛生用品等の物資を持って避難所に戻り、約 1 ヶ月間避難所で生活した。

自宅付近の地域では、津波浸水被害があったものの家屋流出せずに、自宅で避難生活を送っていた被災者が多かった。1 ヶ月後に自宅に戻ったところ、支援団体による声がけを受けて、自宅が弁当や物資等配布の拠点（一時保管場所）となった。最終的に、周辺地域の住民 280 人のニーズとりまとめ等も担った。

震災から 1~2 ヶ月後より、自宅の片づけをおこないながら、炊き出し支援・ボランティア支援等に参加しており、家族の理解によるところは大きい。東京の支援団体の支援物資の活動手伝いをおこなったが、団体との関係悪化から最終的には活動を辞めることとなった。同活動を手伝っていた家族員からも、注意されることとなり、つらい思いをした。

震災から 2 年後に、現在の職を得て、職場における人間関係は良好であった。本人は自身をネガティブ思考と感じているが、仕事は楽しく、生き甲斐だと感じている。「楽しくやるのがモットーだ」とポジティブな思考をしていた。

自宅被害の修理は、依頼から 1 年半後に着手となり、いったんは完了したものの、雨漏りが発生するようになった。自分達で対処策を試行したが、風向きの影響なのか、雨漏りが止まらず、室内に白いカビが大量発生するようになった。業者に依頼して外壁の全面的修理が必要という判断を受けた。2018 年住宅ローン完済を機に、銀行から借り入れて修理を行い、雨が漏らなくなった。

これまでに、炊き出し支援の手伝いや、地域で活動するボランティアへの支援、物資支援の手伝い、心のケア活動、語り部など、さまざまな活動に積極的に携わってきた。本人はじっとしてられない性格であると認識しており、自身が経験したさまざまな意思決定・転機に関し、自分にとって他の選択肢は考えられなかったと振り返った。特に、若年層に対して、自身の震災経験を教訓として伝えたい気持ちを強く持っている。

### 【世帯 D】 (図 4)

津波浸水後に、世帯主本人は犬と自宅 2 階で生活し、近隣同士が食料を持ち寄って 2 週間程過ごした。まもなく自宅が一時避難所指定され、地域のとりまとめ役として食料・物資等拠点の役割を担った。定期的に地区集会を行い、ルール決めや住民の意見・ニーズがとりまとめられた。役所との連絡役も担い、地域への情報周知がおこなわれた。地域一丸となって困難な状況乗り越えており、地域住民が非常に協力的だったと当時を振り返った。

2011 年 6 月に、既に市に提出されていた「地区全体の一体的な」高台移転の要望書の存在を知り、「野蒜・東名・大塚地区住民の会（現・野蒜元地の未来を考える会に改称）」を立ち上げ、元地に継続して住むことを希望する被災者らの署名を集めて市に要望書を提出した。その後、JR 仙石線の高台移転計画に対し、元地の住民の生活を考慮し、原型復旧の要望書を市・JR に提出したが、地区の 2 駅は高台移転することとなり、それ以降、元地が置き去りにされた感覚を持ち続けている。また、震災後 2 ヶ月という現地での混乱が続く中で住民合意なしの要望書提出に関し、この時点から地域におけるボタンのかけ違いが始まっていたらと考えられている。

2015 年の住民の意向調査結果では、高台と元地の自治会を分ける意見が多数となった。しかし、自治会統合を進めようとする流れがあり、意向調査結果を反映した自治会づくりを行うべきとの意見を、まちづくり協議会に対して提出した。3 年後に、高台と元地にそれぞれの自治会が成立した。

旧野蒜駅のファミリーマート契約満了となるため、2018 年に営業継続の直訴をしたが店舗は後に閉店し、元地に生活用品購入の場がなくなった。自宅周辺の道路も依然砂利道や通行止めが多く、元地の復旧が進まずに見捨てられたと感じている。自宅が残ったことがいけないのか、元地なりの苦勞の理解が得られにくい。震災当初は一致団結していた住民達の気持ちがバラバラになって

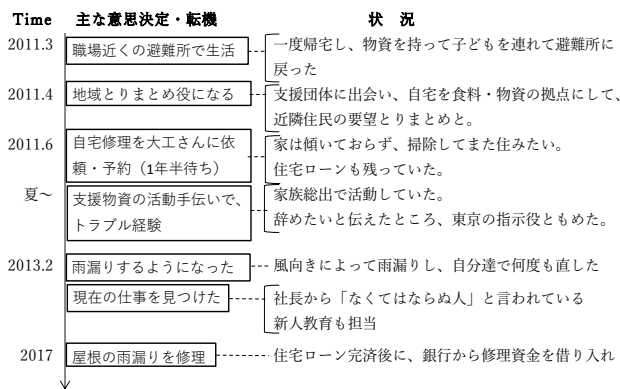


図 3 世帯 C における主な意思決定・転機

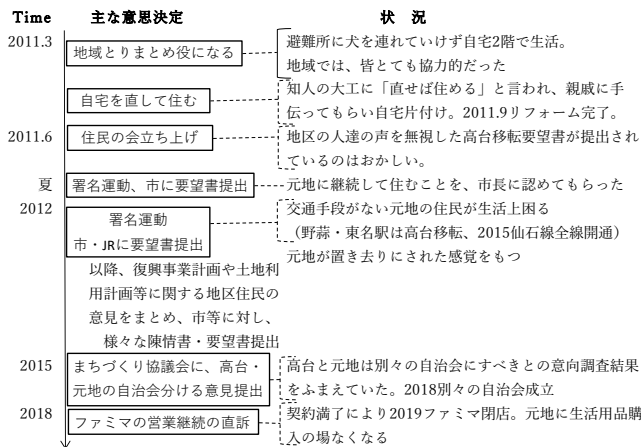


図 4 世帯 D における主な意思決定

いると感じている。世代交代を見据えて壮年世代が発言できる環境を整えながらも、復興事業計画や土地利用計画、観光推進のビジョン等、まちの将来像に対して不安を抱いている。

## (2) 考察

以下では、各世帯の状況について、順に考察する。まず世帯 A のケースは、労働問題の性質が強く、震災前よりあった職場の問題が、震災を機に表面化していた。また、罹病、単身、年齢、退職等に加え、娘世帯との共倒れへの不安視もあった。これらの身体的・経済的要素が、世帯 A の災害過程全体に与えた影響は大きい。家屋被害程度のみでなく、世帯別の詳細な状況把握が不可欠なケースといえる。

世帯 B のケースでは、震災当初は、地域のとりまとめ役として共助に支えられていた。しかし解雇による経済的不安が一因となったのか、2~3 年のうちに多疾患の罹患となった。長年住み慣れた地域を離れて、新しく居住地域における人間関係を築いていたが、年齢を考慮するとき現在の生活苦改善の見通しは立たない。こうしたことが要因となり、あきらめ・不満につながっていたと考えられる。

世帯 C のケースでは、調査対象の活動的な性質から、さまざまな人びととの交流が行われてきたことが分かる。一部の支援活動をめぐっては問題を経験して精神的影響もあったが、地域や職場・家族との人間関係の豊かさが、災害過程に影響を及ぼしていると考えられる。

世帯 D では、思いがけず高台移転要望書の存在を知り、住民の会を発足させ、行政へのさまざまな要望・陳情をおこなったが、自宅が位置する元地の状況は改善されず、高台への社会基盤整備の集中を目の当たりにしてきた。これは、生活上の問題に直結しており、元地という地元地域のありようと将来像から、震災による負の影響をいまなお強く感じることであった。

## 4. おわりに

震災による影響が甚大であるほど、それに比例して生活の立て直しに要する期間は長くなるだろう。本研究の目的は、東日本大震災後に生活を立て直す過程において被災世帯が経験した意思決定や転機となった出来事を抽出し、それらに関連して彼らがいま感じていることを明らかにすることであった。

本研究では、自宅流出を経験せず、在宅避難を経験した被災世帯を対象に調査を実施したが、自宅再建あるいは自宅修理完了の状況にかかわらず、何らかの見捨てられた感覚を持っているのが 4 世帯中 3 世帯であり、本調査対象の傾向といえるだろう。震災後に、自力による生活の立て直しに奔走しながら、数年間にわたってそれを維持することは困難を伴うといえる。本調査対象では、この時期に経験・蓄積された身体的・精神的負荷が影響し、その後に何らかの不調の引き金となった可能性がある。

また、震災当初は地域における助け合いによって困難な状況を乗り越えられてきたが、9 年が経過した現在、環境変化にともなって地域のつながりが変化していた。このつながりの変化に、世帯の経済的困窮や健康上の問題、行政との関係に関連する不満・不安等がそれぞれに重なっており、周囲からの見捨てられた感覚となってい

たことが考えられる。他方、肯定的に物事を捉えようとしている調査対象もあった。

本研究の課題としては、調査対象とした世帯数が限定的であったことが指摘できる。加えて、複数回の調査を実施できなかった世帯も含まれたため、結果にその後の状況変化等を十分に反映できていないことが考えられる。長期にわたる生活復興において、今後も各調査対象世帯への継続的な訪問を実施することにより、長期にわたる災害からの生活復興に向けたプロセスに関する情報収集をおこなっていききたい。

## 謝辞

本研究は、平成 30 年度科学研究費助成事業（学術研究助成基金助成金・若手研究(B)）「災害からの生活復興に向けた被災者の意思決定メカニズムの解明（研究代表者：河本尋子 常葉大学）」によるものです。本研究にあたってご協力いただいた皆様に深く御礼申し上げます。

## 参考文献

- 1) 復興庁, 東日本大震災からの復興に向けた道のりと見通し (2020 年 5 月資料), 2020.5.22 最終アクセス, URL <https://www.reconstruction.go.jp/topics/main-cat1/sub-cat1-1/material/latest/michinori.pdf>
- 2) 田中聡・林春男・重川希志依 (1999) 被災者の対応行動にもとづく災害過程の時系列展開に関する考察 (特集記事 災害の人文社会科学との連携を求めて), 自然災害科学 18(1), 日本自然災害学会, pp.21-29.
- 3) 木村玲欧・田村圭子・井ノ口宗成・林春男・立木茂雄 (2015) 10 年を超える生活再建過程における被災者の現状と課題—阪神・淡路大震災から 16 年を振り返る復興調査結果—, 地域安全学会論文集, No.27, pp.35-45.
- 4) 黒宮亜希子・立木茂雄・林春男・野田隆・田村圭子・木村玲欧 (2006) 阪神淡路大震災被災者の生活復興過程にみる 4 つのパターン—2001 年・2003 年・2005 年兵庫県生活復興パネル調査結果報告—, 地域安全学会論文集 No.8, pp.405-414.
- 5) 厚生労働省, 健康日本 21 (総論), 2020.5.22 最終アクセス, URL [https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21\\_11/s0.html](https://www.mhlw.go.jp/www1/topics/kenko21_11/s0.html)
- 6) 岡田広行 (2015) 『被災弱者』(岩波新書 1530), 岩波文庫, p.48.