

復興へ向けて

②

農業を続けてよかった



被災者（柏原）
水流克男さん

「農地やハウスも大きな被害を受けられましたが、今でも農業をされているのですか」

「災害の後、農業を続けていくか夫婦で意見も分かれましたが、農業で生きてきた以上ここで辞めるわけにもいかな」と決心し、農地の整備や流失したイチゴハウスを作り直し、今でも農業を続けています。

「豪雨災害では、どれほどの被害を受けましたか」
「家は床上浸水し、家財道具や衣類などが全てダメになりました。」
「また、イチゴハウス（1200㎡）が流失しました。」

「被災当時、どのような心境でしたか」

「家具や衣類、家族の思い出の品や写真までもが全てダメになり、絶望感でいっぱいでした。」

「農業施設も流失して、今後どうなるのか不安な日々が続きましたが、ボランティアの方々に勇気をいただきました。」

「最後に復興へ向けて望むことをお聞かせください」

「地域で生活する人々が安心して暮らせる河川改修と地域づくりを望みます。」

今後も心のケアが大切です



健康増進課
健康増進係長（保健師）
川原芳子

「それらの症状に対してどのように支援されましたか」

「不眠、イライラなどのストレス症状は、時間と共に自然に良くなることが多いですが、長期にわたったり、うつ病などを合併しやすくなったりします。そこで、川薩保健所や薩摩郡医師会、県内の保健師などの協力を得ながら、避難所巡回訪問や被災地区を中心に巡回訪問健康調査、巡回診療、こころの問診調査を行いました。また、こころのケアのために、災害2か月後と災害6か月後にアンケート調査を実施し、災害後のストレス度が高い方や希望者への家庭訪問、電話相談や健康講話、健康相談を行いました。その他、お知らせ版で、こころの健康に関する調査結果やPTSD（心的外傷後ストレス障害）のサイン、相談窓口の紹介なども行いました。」

「避難所生活などで多くの被災者の心のケアにあたられましたが、どのような症状が多かったですか」

「避難直後は、無事でよかったという安堵感と被災した不安感などの入り交じった複雑な思いがあり、高血圧や心臓病の服薬中断への不安などが多かったです。その後は、片づけ作業の際の傷やケガ、腰痛・筋肉痛、目の充血、あせもなど身体的な訴えがほとんどでした。1週間前後から、食欲不振、便秘傾向、微熱、イライラ、不眠などの訴えが出ていました。」

「今もなお不安や恐怖、不眠など精神的な心のケアが必要とする方が留意することは何ですか」

「自分で心がけることとしては、自分のストレス状態を知り、ストレスとうまくつきあうことです。日常のペースを大切にし、全力でがんばりすぎないで、定期的に休みをとることも大切です。また、体験を一緒に乗り越えられる家族や友人との時間を大切に、気持ちを言葉にしてみることも大切かと思えます。」

「ぜひ、町の基本健診や結果報告会で保健師などの会話の場を活用していただきたいと思えます。」

「被災した子どもたちの心のケアについて、私たちにできることは何ですか」

「災害直後には「わけもなく泣く」「物音にヒクッとする」などの症状がみられたお子さんもいましたが、健康講話や個別指導などにより、症状は改善されてきています。」

「私たちは、子どもたちの行動・言動・態度など日常生活をよく観察し、家庭でも学校でもこころの変化に注意すること、よく聴いてあげること（傾聴）が必要かと思えます。」