

Cheer Up JAPAN !

Osteopathic Volunteer Project

## 災害地におけるオステオパシー奉仕活動報告

レポート：大迫由香



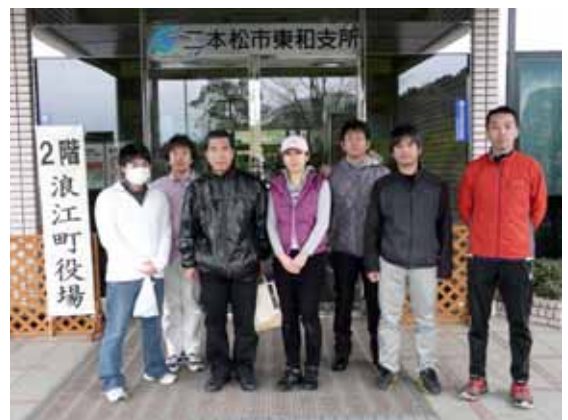
2011年3月11日の三陸沖を震源とした「東北地方太平洋沖地震」におきまして、被害にあわれた方々、犠牲になられた方のご遺族の方々に対し、深くお悔やみを申し上げます。

また、未曾有の大震災に直面し、被災地におきましては4ヶ月が経過した現在でも昼夜を問わず救助や災害対策、地域復興に全力を尽くしていらっしゃる関係者の皆様に敬意と感謝の意を表したいと思っております。

我々日本のオステオパスも、今こそ団結し、我々の知恵と技術を使って被災された方々のお役に立てることがないだろうか？ 早い時期から日本オステオパシー連合を通して話し合いが進められました。阪神大震災の際にボランティアに携わった先生方の経験やアドバイスを伺いながら、現地の状況、受け入れ先、ライフライン、交通、活動スタート時期など、さまざまな懸案を考慮する必要がありました。

この度は、福島県郡山市在住の七海仁一先生が陣頭指揮を執ってくださり、福島のボランティアセンターに登録。現地からの要望があり、毎週日曜日、正式に福島県二本松市への派遣を受けることになりました。

4月24日。先遣隊として、今回のプロジェクトの発起者であるJ.O.Aの理事（大場、七海、小嶋、大迫）と国際部（平塚、萩原）の計6名で第一回目の活動に参加。東京・西荻窪J.O.Aを早朝に出発しました。施術ベッドや小道具だけでなく、余震もまだまだ多い時期でどんなことが起こるかわからない状態でしたので、避難器具、救急セット、食料や水など、準備品にも気を配りました。さらに当時は、メルtdownの有無も発表されておらず放射能問題があいまいな時期でしたので、個人的に「マスクはあるかな？」「洋服は厚手のものがいいかな？」「将来の出産への影響は…？」など心配事もありました。どのような事が起きるのか、私なりにきちんと事前に情報をまとめ、学習してから望むようにしました。知識を



をもってきちんと対応すれば、恐れることはないかと納得できてからの参加でした。ボランティアに参加するということは、自己判断と自分への責任意識をしっかりと持たなければならないことも、改めて認識しました。ただ、想定外だったのは、片道5時間の行き帰りの車中での出来事。当時は高速道路のヒビが簡易的に修繕されただけだったので、車の後方座席でピョンピョン飛びはね続けている5時間は正直とてもつらかったです。



第1回、2回で訪れた福島県二本松市の東和支所は、浪江町の町役場職員たちの避難所兼、臨時町役場となっている場所でした。浪江町はご存知のように地震、津波、放射能問題と三重苦を強いられたエリアです。当時行方不明者が1000人以上もいる中で、第一原発から30キロ圏内に位置するこの町は計画的避難区域であるため搜索もできないという過酷な状況でした。我々が訪れたのは日曜日でしたが、行方不明者搜索本部や住民票などの窓口は開いており、職員の皆様は忙しく仕事に追われていらっしゃいました。そのような中で、お仕事の時間の合間に施術にきてくださったことに感謝したいと思います。

当初は「オステオパシー」という聞いたことのない治療法に対して半信半疑の様子でしたが、最初に受けられた方の評判がとてもよく、口コミでうわさが広がり、後半からは予約制のかたちをとるようになりました。

## 東日本地震におけるボランティア施術活動報告

職員の皆様(20-50代)の主訴は、肩こり、背中痛み、不眠、頭痛、栄養不足、高血圧、倦怠感や下痢、便秘などが多かったように感じます。不眠不休で事務作業をしていらっしゃる疲労に加え、毛布を重ねて敷布団にしていることもあり、身体の固さは顕著でした。役場職員の皆様はそれぞれの任務に追われ、さらにどうしても一般避難者が優先的にサービスを受けることもあり、疲労度はそうとうなものでした。それでも、今となって振り返ってみると、まだ仕事がある、誰かのために働いているという状況は、最悪な心理ストレスをうまく回避できている状況なのではないかと思いました。



3回目からは、浪江町の町民の皆様のケアのため、岳温泉に場所を移動しての活動になりました。この温泉街エリアには約1000名ほどの老若男女の町民が避難していらっしゃる、多角的な症状のケアが求められるようになりました。特に気になったのは、仕事が無くなり、時間をもてあましてしまっている方々です。心的外傷後ストレス障害(PTSD)はこういう状態の方々から始まることが多いようです。施術中もたびたび余震がありました。目に見えない放射線の恐怖もあります。そして、その恐怖や不安がいつ終わるのか。検討もつかないのが一番のストレスなのかもしれません。お話をすれば「親戚がまだ見つかっていない」「お葬式ばかり…」と辛い現状に浸ってしまう。身体は動かさず、感情だけが大きくなってしまおうと、状況はますます悪化してしまうと思い、簡単な体操法なども指導しながらの施術を心がけました。



話をきいてほしい方、ただ温かい手で触ってもらい安心感を求めている方、痛みからのストレスから解放されたい方、短い時間でクライアントのニーズを把握して提供することはとても難しいですが、それぞれの先生方の的確な施術で、皆さんの帰っていく顔がとても晴れやかになっていたことはまぎれもない事実として報告したいと思います。

ひとつ印象に残っていることは、主訴を聞いても肩こりや腰痛などの筋骨格系の症状しかお話しできなかった方がいらっしゃいました。傾聴してみると胃の引きつりを確認。尋ねてみたら「急性胃炎で3日前に救急車で運ばれたのだが、病院では異常なしだった」とのこと。精神的ストレスだからと特に処置はなかったそうです。



施術を終えて「久しぶりにお腹がすいてきた」と言ってくださったのはよかったです。『整体やマッサージみたいなものだと思っていたので、内臓の調整までして下さるなんて思っていなかった』と。…オステオパシーの普及と知名度向上をより一層頑張らなければならないと固く心に誓いました。

今回、ボランティア活動を通して感じたことは、小さな力かもしれませんがやってよかったと心から思います。がちがちだった身体の力が抜けて顔をほころばしてくださると、こんなに嬉しいことはありません。自己満足にならないように。押し付けにならないように。言葉のひとつひとつにも気を使います。他人のサポートを遠慮したり抵抗を感じたりする「受援力」の低い方もいらっしゃる。ボランティアをさせていただくにあたっては、気をつけなければならないことは非常に多いです。危険も体力も時間も、自己責任ではありますが、精神的にも哲学的にも得るものはとても多かったです。

また、普段は見られない先輩方の施術風景も観察できるいい機会にもなりました。施術の進め方、話すしぐさや言葉の選び方など、多くの先生方の施術の様子を拝見し、技術向上の面でも役立ちました。

なおこのプロジェクトは、日本オステオパシー連合として活動しているため、学会の枠を越えての画期的な活動になりました。皆様のご理解とご協力のおかげで、日本におけるオステオパシーの普及活動を多くの仲間と団結して行えていることにとってもうれしく感じています。



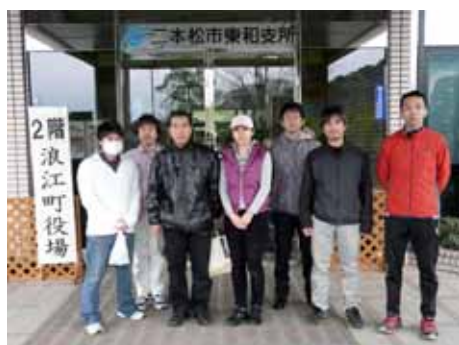
## 東日本地震におけるボランティア施術活動報告

4月から行ってきました第一期ボランティア活動は、7月をもちまして一旦終了いたします。これまでご協力いただきました先生方には厚くお礼申し上げます。ありがとうございました。第2期は、9月より3ヶ月間を予定しております。被災者の方は今後も長期間の避難生活が予想されますので、我々もできるだけ長期的なサポートをしていきたいと考えております。交代で無理なくこなしていきたいと考えておりますので、多くの先生方のご参加をお待ちしております。遠方で参加が難しい先生も多くいらっしゃると思いますが、ボランティア活動は現地に赴くことだけではないかと存じます。実際、身近でも震災後に心身ともにバランスを崩されたクライアントが増えたのではないのでしょうか。まずは、ご自身の周りのクライアントをしっかりサポートしていただき、余力がありましたらぜひ一緒に活動していただければと存じます。また、あわせて支援金のお願いも引き続き行っております。何卒ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

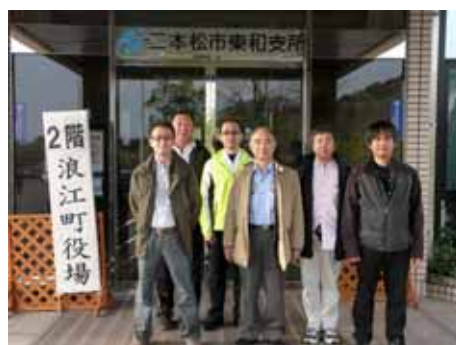
オステオパシーは、そもそも、19世紀初頭に起きたスペイン風邪の世界大流行の際に、オステオパシー施術を通して死亡率を下げたことから大きく発展しました。また、第一次世界大戦で心身ともに傷ついた兵士や未亡人のBODY、MIND、SPIRITという三位一体のケアをしたことで、認知度や信頼性が高まったといわれています。

今こそオステオパシーの真髄を駆使して、多くの日本人を元気付け、復興に協力していきましょう！

### ■参加された先生方■



第1回（4月24日）



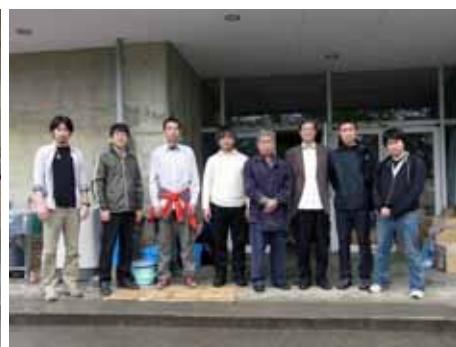
第2回（5月1日）



第3回（5月8日）



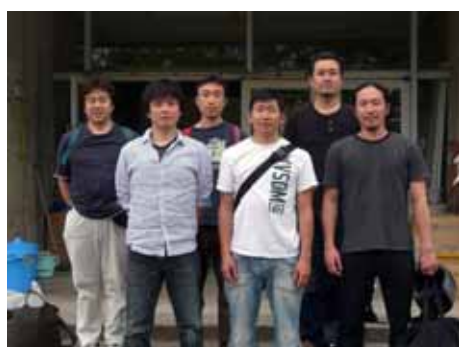
第4回（5月15日）



第5回（5月29日）



第6回（6月5日）



第7回（6月12日）



第8回（6月19日）



第9回（6月26日）

ご協力いただき本当にありがとうございました！