

高齢者の「心配ごと」と地域活動についての一考察(2)

— 高齢者の災害時避難行動から —

木村 泰子

問題

被災地の高齢者

東日本大震災¹⁾から1年半が経過したこの夏、ボランティアとして被災地に赴き、仮設住宅で暮らす65歳以上の方々と話す機会をもった。震災前は、現役の漁師だった人、漁から帰った網の修理を手伝っていた人、水産加工場のパート事務をしていた人、田畑で野菜をつくっていた人等々、高齢になった現在も漁業や農業で生業を得て働いていた人が多いことに驚いた。同時に、高齢者が、一瞬にして家と仕事を失うことの痛みは、著者の想定をはるかに超えたものであることを知った。

一般に、高齢者は「災害弱者²⁾」(防災行政上は「災害時要援護者³⁾」)の筆頭としてあげられる。その理由は「災害時の避難の支援を必要としている人が多いこと、被害を受け

やすいこと、また、被災後の健康問題・生活問題を生じやすいことなど」(松岡³⁾)とされているが、まさにその通りの現状であった。

高齢者の心配ごと(災害時の避難)

昨年9月、著者は高齢者の「心配ごと」と地域での助け合い活動についての調査⁴⁾を行った。そこで、現在または将来利用をしたい福祉サービスと、担い手になって実践(提供)したい福祉サービスについて問うたものが下記の図表である(Table 1, Figure 1)。

利用したいサービスで1番多かったのは「急に具合が悪くなったときの手助け」(61.8%)、2番目に「災害時の避難の手助け」(47.9%)、3番目は「ちょっとした力仕事」(44.2%)であり、災害時の手助けは、回答者のほぼ半数の人が望んでいることがわかった。他方、支援の担い手になって実践(提供)したい福祉サービスは、1番多かったのが「安否確認

Table 1 利用したい福祉サービス、提供したい福祉サービス(複数回答) n=165

	A. 現在または将来、利用したいサービス		B. 担い手になって実践(提供)したいサービス	
	人	%	人	%
1.安否確認の声かけ	61	37.0	79	47.9
2.話し相手や相談相手	57	34.5	62	37.6
3.急に具合が悪くなったときの手助け	102	61.8	60	36.4
4.ちょっとした買い物やゴミ出し	52	31.5	64	38.8
5.災害時の避難の手助け	79	47.9	38	23.0
6.ちょっとした力仕事	73	44.2	21	12.7
7.通院の送迎や外出の手助け	62	37.6	39	23.6
8.食事の差し入れ	42	25.5	40	24.2
9.食事づくりや掃除・洗濯の手伝い	59	35.8	30	18.2
10.気軽に行ける自由な居場所の提供	68	41.2	30	18.2
11.その他	0	0.0	5	3.0

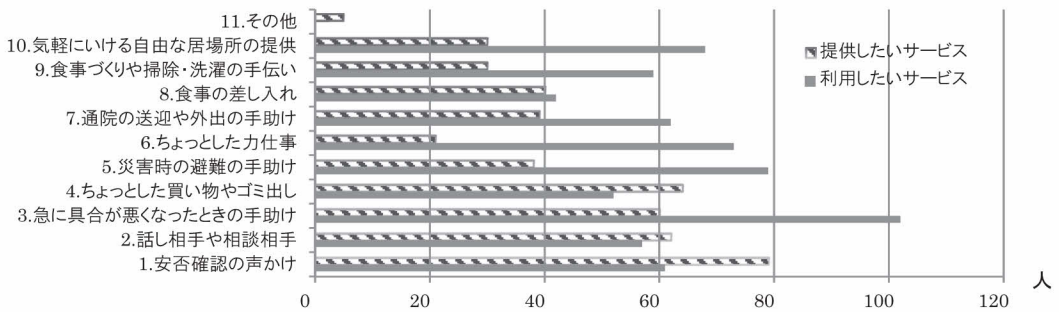


Figure 1 利用したい福祉サービス、提供したい福祉サービス (複数回答) n=165

の声かけ」(47.9%)、次に「ちょっとした買い物やゴミ出し」(38.8%)、「話し相手や相談相手」(37.6%)、「急に具合が悪くなったときの手助け」(36.4%)の順に多かった。「災害時の避難の手助け」をしたいとする人が回答者165人中38人(23.0%)であるのに対し、手助けをしてほしいと思う人は165人中79人いたことになる。自分たちの老後に向けて地域で互助活動を活発にするNPO法人の会員間においても、災害時の避難の手助けについては、このように支援を望む人と支援を提供する人との数にギャップがあることがわかった。つまり、高齢者が地域生活において必要としている手助けは、急に具合が悪くなった時や災害時の避難といったいつ起こるか予測できないもしもの事態に備えての支援であるということ、そして、そのような事態に備えて支援をしようと日頃から考えている人は高齢者のニーズを満たすほどはいないということがわかった。

このようなことから、災害時の高齢者の避難行動について高齢者の目線で把握し、地域で出来る支援について検討することにした。高齢者の災害時支援に対しての手立てを考えることは、高齢者のもしもの時の不安を少し

でも減少できるかもしれない。そのことは、障害や病気・怪我をもつ人、外国人、子どもを含む地域住民が安心して生活できるコミュニティづくりにもつながるのではないかと考えたからである。

本研究の目的

本研究では、高齢者の災害避難に対する不安やニーズについて理解するとともに、それらに対応する支援の方法について検討することを目的とする。

方法

本研究では、2011年3月11日から2012年9月にかけての、東日本大震災に関する研究論文、調査報告書、行政報告書、新聞記事(株式会社ニホン・ミック版月刊切り抜き速報福祉ニュース高齢者福祉編)等を用い、震災直後からの自宅、避難所、仮設住宅における高齢者の避難行動やその支援について整理し、その方策を検討する。

結果

災害弱者として的高齢者

地震などの災害時に避難に苦勞するのが高齢者や障害者、乳幼児などの災害弱者であり、

その避難支援についても、行政の指揮のもと、多くの自治体で講じられている⁵⁾。

しかし、この度の大地震においても、災害時要援護者への情報提供や避難、避難生活についての対応が不十分な場面があったこと、災害時要援護者名簿等の有効活用ができなかったこと、避難所等のバリアフリー化が不十分であったこと、災害時要援護者への配慮の在り方について検討の必要があること等々が指摘されている⁶⁾。また、災害時要援護者のリスト作りにあたっては、プライバシー等の問題から進んでいないことも新聞等⁷⁾⁸⁾で取り上げられている。

東北地方は高齢化率が高く、犠牲者に占める高齢者の割合は高い。世帯の多くは高齢者夫婦世帯、独居高齢者世帯である。実際、東日本大震災の死者15,270名、行方不明者8,499名中、60歳以上が65%であった⁹⁾。3月11日の東北地方は、冷え込みが厳しく、いったんは避難した高齢者も低体温症で亡くなったケースも多く¹⁰⁾、震災後に震災による負傷の悪化等で亡くなった震災関連死¹¹⁾の死者数は2012年3月31日時点で1,632人、そのうち66歳以上は1,460人（89.5%）である。

災害当夜の高齢者

災害直後から当夜の高齢者の避難行動については、「東日本大震災時における単身高齢者の行動調査」¹²⁾に詳しい。調査結果は山形新聞記事¹³⁾から知り、調査責任者の鈴木氏から直接頂いたものである。単身高齢者が、地震直後にどのような行動をとったか、また、地震が落ち着いたその夜とった行動はどのようなものであったか、その経験をとおして今後どのような支援を望むかについて記されて

いる。地震を経験した単身高齢者の声に耳を傾けることは、今後の災害弱者の支援を考える上で重要と考えた。以下は、調査結果を引用したものであるが、著者がタイトルをつけて分類し、並び変えたものである。

（1）調査の経緯と調査対象者の属性

2011年3月11日の東日本大震災での山形市は震度5、ライフラインは電気が地震発生と同時に停電し、第6地区では翌朝8時半頃から夕方6時にかけて順次回復した。その後も食料品や日用品等の不足が続きガソリンスタンドには石油やガソリンを求めて長蛇の列ができるなど市民生活は混乱した。

震災半年後である9月6日に第6地区の民生児童委員協議会の高齢者部会で、「災害時ひとり暮らし高齢者をどう支援していくか、アンケート調査で、その実態を明らかにし、民生委員としてだけでなく、市民の一人としてその手立てを考える」という主旨のもと、「東日本大震災時における単身高齢者の行動調査」が行われることとなった。また、「その時の状況をお聞きし、今後の活動に生かすとともに、内容によっては、町内会・行政にも働き掛けて、この町で安心して生活出来るように、この調査を計画いたしました」とある。

調査は、第6地区の70歳以上の単身高齢者260人を対象に実施され、男性43人、女性147人の合計190人から回答を得た（回答率73%）。その年代内訳は、80歳代が一番多かった。（Table 2）

年代	人	%
1. 70歳代	82	43
2. 80歳代	96	51
3. 90歳以上	12	6

「東日本大震災時における単身高齢者の行動調査」のデータを用い、著者が作成

調査対象者のひとり暮らしの年数は10年未満とそれ以上がほぼ同数である。(Table 3) また、健康状態については、「健康である」(70%)、「何らかの病弱又は障害」(30%)となっている。(Table 4)

日常生活が独力できるかどうかの間については、「自分で大概のことはできる」(76%)、「困難はあるが介助が必要なほどではない」(19%)となっている。(Table 5)

(2) 震災直後の避難行動

「地震発生時はどこにいましたか」(問18)では、自宅に居た人が最も多く(82%)、その他の人は、知人友人宅、商店等の施設、路上・畑等の屋外、介護施設・病院となっている。

また、「発生後の最初の安否連絡は誰にしましたか」(問19)では、親族・親戚(63%)がもっとも多く、だれにもしなかった人(18%)が2番目に多かった。(Table 6)

「発生当日 安否確認に誰が来ましたか」(問20)では、親族・親戚(40%)、民生委員・福祉協力員等(35%)、知人友人(15%)、誰も来なかった人(10%)の順となっている。(Table 7)

「停電等の状況下で夜間どう過ごしましたか」(問21)では、自宅に独りでいた人(55%)が過半数を占め、親族・親戚と共いた人(30%)、その他、知人友人、近所の人過ごした人、避難所に行った人(15%)である。(Table 8)

「その時どのような問題が起きましたか」(問22)に対しては、暖房がない(38%)、電池・ろうそく等の不足(22%)、その他(17%)、炊事ができない(15%)、水道が使えなくなった(8%)となっている。(Table 9)

Table 3 一人暮らしの年数 n=171

年数	人	%
1. 10年未満	79	46
2. 20年未満	65	38
3. 20年以上	27	16

「東日本大震災における単身高齢者の行動調査」のデータを用い、著者が作成

Table 4 健康状態 n=190

	人	%
1. 健康	133	70
2. 病弱または身体的障がいがある	57	30

「東日本大震災における単身高齢者の行動調査」のデータを用い、著者が作成

Table 5 日常生活は独力でできるか n=190

日常生活自立度	人	%
1. 自分で大概のことはできる	145	76
2. 困難はあるが介助が必要なほどではない	35	19
3. 介助が必要	10	5

「東日本大震災における単身高齢者の行動調査」のデータを用い、著者が作成

Table 6 発生後の最初の安否連絡をした人 n=209

連絡した人	人	%
1. 親族・親戚	131	63
2. 知人友人	27	13
3. 民生委員・福祉協力員等	13	6
4. だれにもしない	38	18

「東日本大震災における単身高齢者の行動調査」のデータを用い、著者が作成

Table 7 発生当日、安否確認に来た人 n=240

安否確認に来た人	人	%
1. 親族・親戚	97	40
2. 知人友人	36	15
3. 民生委員・福祉協力員等	83	35
4. 誰も来ない	24	10

「東日本大震災における単身高齢者の行動調査」のデータを用い、著者が作成

Table 8 停電等の状況下、夜間どう過ごした n=184

夜間の過ごし方	人	%
1. 親族・親戚と共に	55	30
2. 知人・友人と共に	15	8
3. 近所の人と共に	9	5
4. 自宅に独りでいた	101	55
5. 避難施設へ行った	4	2

「東日本大震災における単身高齢者の行動調査」のデータを用い、著者が作成

Table 9 その時どのような問題が起きたか n=195

起きた問題	人	%
1. 炊事ができない	30	15
2. 電池・ろうそく等の不足	43	22
3. 暖房がない	74	38
4. 水道が使えなくなった	15	8
5. その他	33	17

「東日本大震災における単身高齢者の行動調査」のデータを用い、著者が作成

「幾日で普通の生活に戻れましたか」(問23) に対しては、3日以内(75%)、4~7日(20%)で、ほとんどの人が、1週間以内に普通の生活に戻ったとしている。

また、「避難所の設置や炊き出しの必要を感じましたか」(問24)に対して、このたびは必要ない(82%)、あれば利用した(14%)、必要があった(5%)となっている。

「災害時の避難所がどこかを知っていますか」(問25)に対して、知っている(70%)、知らない(30%)であった。

「災害対策をしていますか」(問26)に対しては、食料を備蓄している(43%)、防災用具を用意している(27%)、その他(25%)、家の耐震補強をした(6%)であった。

「今回の震災後生活に変化がありましたか」(問27)に対しては、その他(81%)、体調が悪くなった(16%)、同居するようになった(2%)であった。

最後の3問は自由記述であるが、実際に震災を体験した高齢者のニーズが表われている。

「これがあったらよかったと思う物がありますか」(問28)に対しては、「電気を使わない石油ストーブが欲しかった」(22人)、「乾電池のニーズ」(7人)、「インスタントやレトルトなどの食品、湯たんぽ、人からの声掛け」(各5人)となっている。また、80代女性の「歩行が困難な障がい者です。家から出ることも出来ません。平常時は子どもが来てくれるが、災害時はどうにもなりません。非常用の電話など連絡方法を考えて貰いたい」という切実な訴えや、「炊き出しが有ればよかった」「物ではなく話し相手が欲しかった」「災害についての情報を早急に知りたい」等の

記述がある。

「災害時どのような支援が必要になると思えますか」(問29)に対しては、安否確認の声掛け(20人)、避難所の設置や炊き出し(12人)、災害情報(4人)の回答があった。また、障がい者からの切実な声として、「私は歩けない。歩いて100Mだ。それ以上は無理、その場に止まって誰かが助けてくれるのを待つだけだ」「車椅子や介護者の手を是非お借りしたい」「移動手段が必要だ」「障がい者なので早めに安否確認をお願いします」等がでている。避難所の設置場所についての要望としては、「できれば町内の集会所を解放してほしい」(3人)、「年寄り寂しいから、避難所では単身者同士で一緒にすごしたらよいと思う」、「避難所になる〇〇は老人には遠すぎる。△△△に一時避難所を設けて欲しい」(80代女性)、「防災用品を準備しているが重すぎて、体力的に持ち出せない。近いところに避難所を」等となっている。

(3) 震災当夜の避難行動

「3.11災害時、あなたの採った具体的な行動の概要を記入ください」(問30)については、発生当時82%の人が自宅にいたが、その人たちの災害発生直後の行動には、外に出た人と室内で待機した人の2つの行動パターンが見られる。前者は、「外に出て玄関の手すりに捕まっていた」「玄関の戸を開け、家の前の道路に出て、揺れの収まるのを長時間まった」「電気、ガスを消しラジオを持って外へ出た」等の行動であり、後者は、「ベッドでじっと寝ていた」「テーブルの下に隠れた」「仏壇が倒れないように支えていた」等の行動である。

その後、「近所の人と互いの無事を確認」し、「地震の情報をひとしきり話し合い」、或いは「揺れが収まったのですぐ家に入り倒れている物がないか点検。再び外に出て隣人と10数分お話をする」等似たような行動記録が多くみられ、「揺れが収まるまでじっとしていた。家の電話がつかないの隣人の携帯を借りた」「福祉協力員に会ってホッとした」「正しい情報につかめなくて不安と困難でした」等の体験談もあった。

一方、外出中の人は、「スーパーにいたので、外に出て4人でかたまっていた」「地震はいつ起きるかわかりません。電話も携帯電話もつながらず、とても不安だった。外出中だったので店の人に助けられた。交通機関もなくとても不安だった」「〇〇の店にいた。店員が自宅まで送ってくれて帰れた」等の行動をしている。

このように、自宅に居た多くの単身高齢者の震災発生直後の行動は、家の外に出るか、室内で待機するかであったが、その後の震災当夜の行動は、そのまま家の中に独りでいた人(55%)、その後親族・親戚と一緒に過ごした人(30%)、その後近所の人や友人と夜を過ごした人(15%)の3つの行動パターンに分かれる。

まず、自宅に独りでいた人は、「何もせず自宅に一人でいた」「身支度をし、いつでも避難できるように準備をして、近隣所の動きを見ながら町内からの伝達を待っていた」「電気もなく朝のポットに幸い湯があったので乾パンを食べた」「夜はローソクと懐中電灯をつけ、旧式のストーブをつけ、朝まで茶の間で仮眠した。寒かったのでホッカイロを

使用した」等であった。

ところが同じ独りで家に居た人の中には、「お隣さんが持ってきてくれた湯たんぽで暖をとって一晩中ラジオを聞いて過ごした」「娘も顔を出してくれたが、近所の人も心配して駆けつけてくれた。とても安心することができた。近所の人とのつながりが本当に大切だと思いました」「夜が明けて町内の〇〇さんから温かなおにぎりを頂きうれしかった」等、隣人との日頃からのつき合いがみえてくる言葉である。

また、近所の人や友人と夜を過ごした人の場合、「近所の人と家に集まり旧式のストーブをつけ、こたつに豆炭アンカを入れ、ラジオを聞いていた」「隣に行き面倒を見て貰った。その後知人宅へ行って休んだ」等とここでも隣人・友人との深い交際ぶりが描かれている。

その他の意見・要望の自由記述欄には、代表事例が集約して列記されているが、中でも、単身高齢者の本音が表われていると思われる記述を挙げたい。「私は戦中戦後の物資のない時代を過ごしたので、旧式のストーブも捨てずに持っていて良かった。こんなことがあるかと思っていた」(80代女性)、「家さえ壊れなければ、食料を保存しているので一週間ぐらいなら生活できる」(数人)、「家さえ壊れなければ避難所に行きたくない」、「平成16年6月の山形市避難地図をそれは〇〇高校となっていた。今回の地震で行ってみたが誰もいなかった」(80代男性)、「市からの情報が全く無かった。市の対応策があまりに無策だった」に加え、「災害時要援護者制度があって良かった。支援者が安否確認に来てく

れた」「町内の役員が見回りに来てくれて心強かった」等役員、民生委員、福祉協力員への謝辞の記述も数枚あった。

避難所での高齢者

（1）避難所での高齢者

災害看護支援の立場から松岡¹⁴⁾は、「被災高齢者は、周囲に迷惑をかけたくないの思いつから黙っている、心身の不調があっても我慢するといった傾向がみられ、支援者が積極的に高齢者のニーズを掘り起こすかわり（アウトリーチ）が必要であった」と、被災高齢者の心理的特徴を述べている。

また、千田¹⁵⁾は、避難所生活で高齢者におこる健康問題として、転倒や骨折、日常生活動作の低下、感染症の発症、認知症高齢者の行動障害をあげ、被災高齢者の身体的特徴をあげるとともに、「高齢者は災害弱者といわれるが、もてる知恵と力を存分に発揮し、避難所生活で中心的な役割を担っていたのもまた高齢者であった。高齢化が進む地域における、高齢者が高齢者を支えるシステムが自発的につくられ、避難所でもそのような日頃の取り組みやシステムが生かされていた」と、避難所での高齢者の生活について、ポジティブな面についてもあげている。

（2）避難所での認知症高齢者

認知症高齢者の避難所での生活について、加藤ら¹⁶⁾は、つぎのような報告をしている。

震災前自宅で生活していた高齢者は、避難所がバリアフリーになっていない点や、トイレが不便で、使用することに気を遣う人もいて、水分摂取を自主的に制限したりして脱水に陥る人もでてきた。このような不自由さからいったん避難所に避難したあとに自宅に

戻る高齢者、避難している人に迷惑がかかるからと避難所を去った高齢者や障がい者も多くみられたが、避難所から離れたため食料等の物資を受け取ることができないケース¹⁷⁾も多かった。また、認知症の人は、避難所生活になじめないだけでなく、BPSDが悪化したり、周囲の無理解のなかで本人も家族もいたたまれなくなり、避難所から自宅に戻っているケースもある。また、避難所生活が長引くと、最初は高齢者に優しくした避難所の人たちも、認知症の人を疎んじ始めたり、なぜ施設に入所しないのかという発言がみられるようになったりしている。

一方、認知症の人が、避難所である学校に施設単位で避難し、専用の教室を提供してもらったようなところでは、混乱した状況でも比較的落ち着いてすごすことができたケースもみられた。さらに、小規模多機能施設を避難所指定にしてもらったところでは、地域の住民と介護スタッフ、利用者が同じ小さな空間で生活することで、地域の住民の理解へもつながったというケースもみられた。大規模な避難場所では、認知症の人が一般の人のなかで生活を続けることには限界があり、早期の段階で福祉避難所や施設などへの二次避難、三次避難に移行できる体制を考えていくことが今後の大きな課題といえる。

また、中板¹⁸⁾は、被災という環境の変化が、高齢者やその家族に及ぼす影響について事例をとおして述べている。

基礎疾患はなく、被災以降にうつ状態になった70歳代後半の男性の例。防寒着も財布も入れ歯も持たずに避難した男性は、避難所で支給されるおにぎりが冷たく固いために食すこ

とができなかった。何度も「だめだなあ」とつぶやいている。このように、固いおにぎりなど、ほんのささいなことで、生きる気力を失ってしまうきっかけにつながるケースはまれであるが、さきの見通しが立たない有事には、入れ歯のない不自由さが、生死につながる不安、不自由となると、うつ状態に陥ってしまうことも不思議ではない。

80歳代後半の母親とその息子たちの事例。「ほぼ寝たきりの母親のようだが、夜中には大声をだしながら周辺を這い回る。そのつど、息子がやや親を連れ戻し、厳しく当たっている」と情報が入る。つねっていたのか、母親のひざ下に複数の赤黒いあざを発見。震災前までは、介護保険制度を利用して自宅で生活していた模様であるが、震災によってケアマネジャーとの連絡がとだえたことで、息子たちは予想以上に同様していた。息子たちに軽度の知的障害があり、対人関係がぜい弱であることから閉鎖的な介護生活を送ってきたことが事例化し、高齢者虐待が早期に発見できた事例である。

いままでは何とかできた家族も、自らが被災者になり、介護を優先させた結果、介護者自身が深刻なストレス状態に陥り、介護保険利用をかたくなに拒否した密室・閉塞的な家族の事例。災害時という通常の心理状態を保ちにくい環境下では、支援する立場の者は、医療の確保、介護サービスの中断の短期化、介護保険等を活用し、家族にふれ、家族を理解する努力を惜しまないことが重要であるとされている。

(3) 福祉避難所での高齢者

一般住民の避難場所として、学校や公民館

が指定されているが、介護、介助等何らかの配慮が必要な高齢者の福祉避難所¹⁹⁾として、高齢者施設が役に立ち、期待されていることが今回の震災でわかった。

狩野²⁰⁾は、高齢者施設は、津波による被害が目立ったが、実質的に福祉避難所として機能したこと、地域の拠点にもなったことから、高齢者施設の地域的役割が重要であることがわかった。また、特養や老健施設など同じ施設同士であると、職員は戸惑いなく適切に対応できるため、複数の連携ができるネットワークがあることが、被災時に役立つことがわかったとしている。

災害時における高齢者施設の機能については、加藤ら²¹⁾も、「施設や事業所は、住民に助けられるだけではなく、住民を助ける役割も担うということも忘れてはならない」とし、施設の地域に果たす役割について述べている。

仮設住宅での高齢者

2011年10月末をもって避難所から仮設住宅²²⁾への移行が終了した。しかし、早坂²³⁾は、「被災による心的ストレスや長期間の避難所生活、コミュニティの喪失や仮設住宅へのリロケーションエフェクト等の影響は大きく、家を失った在宅要援護高齢者は資産と希望のないまま仮設住宅に移り住んでいる。換言すれば、震災によってホームレス状態となった人々の多くはホープレスであり、ヘルストレスになりつつある」としている。

千田²⁴⁾も、仮設住宅での生活は、「プライバシーの確保が保障されるとともに、狭い避難所での不自由な生活から行動範囲が拡大し、地域で暮らす高齢者に活力と笑顔が戻ってきた。しかし、各世帯がそれぞれのドアのなか

に入ったことで起こった問題もある」として、アルコール依存、孤立化、抑うつ、引きこもり・閉じこもりの事例をあげながら、仮設住宅での生活の問題を述べている。以下はその引用である。

「避難所での生活では飲酒できないところが多かったため起こらなかったが、仮設住宅に入居し地域に商店が戻ってくると自由に飲酒できるようになり、仕事もない高齢者は時間をもてあましアルコールの摂取量が増えていくケースも多い。家族を亡くした寂しさや隙間をアルコールで埋める人もあり、今後注意しなければならない問題となるだろう」としている。また、「震災前は持ち家で暮らす高齢者が多く、庭先や家で集うなど近所の人との交流スペースはたくさんあったが、仮設住宅では最低限の住居空間しかなく、・・・サロンやサポートセンターがつくられているが、十分に活用できない住民も多い」とし、また、家族を亡くした人たちが「初盆を迎えた後に張りつめた気持ちとがとぎれ、葬儀も十分にあげられなかったという後悔の念や、残されたものの喪失感に襲われ、うつ傾向になる人もいた」としている。

そして、「震災直後の居宅サービス提供が滞っていた時期にADLや意欲の低下に陥った高齢者が、他者との交流が減ったことも重なって、引きこもり、閉じこもりになってしまったケースも多い」としている。

このような仮設住宅の高齢者の支援について松岡²⁵⁾は、「個別訪問や健康相談会などの健康チェックをとおして、健康の維持と機能低下を防ぐことができるだろう」としながらも、「高齢者の抱えている悩みや問題は、身

体的な健康問題に限ったことではなく、PTSDや将来を悲観してのうつ、今後の生活場所の確保や経済的な問題など心理社会的な部分も大きい。これらの問題に対しては、看護支援だけで対応しきれないため、行政や社会福祉協議会との協力しながら仮設住宅住民のニーズに応じた支援を行っていくことが必要である」としている。

復興住宅での高齢者

阪神淡路大震災では、大量の災害復興住宅が建設され、自立が困難な高齢者や障がい者等が優先的に入居した。結果、近年では、高齢者の閉じこもりや孤独死が大きな問題となっている。津村²⁶⁾は、「神戸市は、仮設住宅や復興住宅群、地域包括センター等に公費負担による見守り推進員を配置して民生委員や自治会と連携を図りながら、高齢者の『安否確認』『閉じこもり防止』『緊急対応』『コミュニティづくり』に努めている」とし、「災害復興住宅の世帯数は減りつつあるが、そこでの独居高齢者の変死者数は現在も多い」と、独居高齢者の住む割合の大きさからくる孤独死の危険について述べている。

災害時の高齢者の人権

震災時と復興過程での高齢者の人権擁護、虐待防止に求められる視点として、津村²⁷⁾は次の3つを述べている。

第1に、災害発生時は、避難情報の錯綜を避け情報一元化させた発令と、日頃から、高齢者に自身の判断で逃げ、家族の集合場所と決めた避難場所に辿り着く教育・訓練をしておく。また、災害発生時住民の協力的体制で救助すべき独居高齢者や高齢核家族世帯の安否確認、安全な避難所への具体的な運搬方法を

決めておくことが、高齢者死亡の減少につながる。

第2に、仮設住宅生活時は、孤立・孤独な高齢者達の発生防止に集会所を設置し、自治会組織の育成、住民間の交流活発化を図り孤立・孤独な高齢者を減らす。一方、仮設住宅群に公費負担による見守り役を配置して民生委員や自治会と連携を図りながら、高齢者の「安否確認」「閉じこもり防止」「緊急対策」「コミュニティづくり」活動が孤立・孤独な高齢者の発生防止につながる。

第3に、放射能汚染地区では、孤立高齢者の発生防止、安否確認のため家庭訪問等では簡易放射線測定機を携帯して自身の健康管理にも注意を払う。

また、震災を通じて経済的に困窮している独居高齢者や要介護者に対しては、公的な緊急一時金の支給と合わせ、安心・安全な住まい提供と生活費の不足分を支援、働きたい高齢者には仕事を提供、社会参加し、役割をもち、高齢者の生きがいにつながられるように働きかけること、としている。

まとめと考察

災害当夜の高齢者

「東日本大震災時における単身高齢者の行動調査」で注目したいのは、民生委員自らが、災害弱者への避難支援の方法を探ろうとしている点、そして、その内容によっては行政へも働きかけようとする覚悟である。地域で福祉活動をする人たちが自分たちの手で、いざというときの手立てを探ろうとして調査に至ったことは、これからの高齢社会の中での地域福祉を考える上で、貴重な事例と考えるから

である。

地震直後に単身高齢者がとった行動は、発生当時は多くの人が家にいたが、地震が収まった直後も外には出ずそのまま家の中にいた人と、地震が収まった直後は外に出て近所の人と互いの無事を確認した人の2つの行動にわかれる。

その後、6割強の人は親族・親戚等に自ら安否の連絡をしている。また、9割の人は、親族・親戚や知人・友人、民生委員や福祉協力員から安否確認のための訪問をうけている。

やがて震災当夜には、そのまま家の中に一人でいた人が半数強、親族・親戚、近所の人、友人といった誰かと一緒に過ごした人が半数弱と2つの行動にわかれた。

地震が収まったものの、停電は、翌朝から夕方6時まで続き、地震当夜を家で一人過ごした人は、「お隣さんが持ってきてくれた湯たんぽで暖をとり一晩中ラジオを聞いて過ごした」「娘も顔を出してくれたが、近所の人にも心配して駆けつけてくれた。とても安心することができた」「夜が明けて町内の〇〇さんから温かなおにぎりを頂きうれしかった」等々、震災当夜を隣人とのつながりに支えられて過ごしたことがうかがえる。

しかし、寒くて暗い夜を、何の情報もなく一人寂しく過ごした高齢者や障がい者からは、「電気を使わない石油ストーブが欲しかった」「歩行が困難な障がい者です。家から出ることも出来ません。平常時は子どもが来てくれるが、災害時はどうにもなりません。非常用の電話など連絡方法を考えて貰いたい」「物ではなく話し相手が欲しかった」「年寄りには寂しいから、避難所では単身者同士と一緒に

すごしたらよいと思う」、「災害についての情報を早急に知りたい」といった切実な訴えが聞こえてくる。

一方、一夜を親族・親戚や知人・友人、近所の人と一緒に過ごした人たちは、「近所の人と家に集まり旧式のストーブをつけ、こたつに豆炭アンカを入れ、ラジオを聞いていた」「隣に行って面倒を見て貰った。その後知人宅へ行って休んだ」等と、近隣のつながりを述べている。

震災直後から当夜の一連の単身高齢者の動きを元に、孤立について検討するため著者が図を作成した。(Figure 2)

Figure 2 震災時から震災当夜までの居場所

時間	震災時	震災直後	震災収まった時	震災当夜
場所	家の 中に 独り	誰とも連絡とら ず	誰とも会って いない	家の中に 独り
	外出先	誰かに安否知 らせた	親戚、近所の人、 民生委員等が安 否確認に来た	親族・親 戚と 近所・友 人と

「東日本大震災時における単身高齢者の行動調査」の内容を元に著者が作成した図

この図の一番上の矢印の行動をとった高齢者について考えてみたい。一番上の黒塗りの矢印を見てみると、地震が収まった直後、外に出て近隣の人と無事を確認しなかった人が、誰にも安否の連絡をせず、誰からも安否確認の訪問を受けていなかったとしたら、3つの黒塗りの矢印が並んだ場合である。そして、その人たちが地震当夜を一人で過ごしていたとしたら、最大で1割の人がその状況に該当することになる。あくまでも想定であり、実際の素データではそうはなっていないかもしれない。もし、その1割の人たちが、すべて寂しく不自由な夜を過ごしていたとは決められないが、少なくとも、前述の高齢者や障がい者の悲痛な訴えはそこに該当すると考えら

れる。そして、高齢者の避難行動について考えるとき、このような人たちを想定することが必要だろう。

避難所の設置や炊き出しについては、ほとんどの人が「この度は必要ない」と答えているが、今後は安否確認の声掛けや、避難所の設置や炊き出し、災害情報等の支援が必要と考えている人も少なくない。

また、避難場所を知らない人が3割もいたが、障がい者の「私は歩けない。歩いても100Mだ。それ以上は無理、その場に止まって誰かが助けてくれるのを待たただけだ」といった声から、場所を知っていても行けない人が少なからずいることがわかった。また、避難所の位置についても、町内の集会所のような近くに設置を望む声が多く聞かれ、高齢者や障がい者が自力で逃げ出すことに不安を抱えていることがわかる。

このようなことから、震災当夜一人で家に居た単身高齢者は、食料の備蓄や防災用具の用意、親親族や近隣、知人、民生委員等の支援を得て、それぞれのもてる力でたくましく乗り切ったように見えるが、寒くて暗い地震当夜を不安で過ごした人も少なくないことがわかった。そのためには、Figure 2 でみたような安否確認の支援が望ましいと考える。

また、一人で避難することが難しく、不安をもつ人にとって、緊急時の一次避難所は、まずは自力で行くことができる場所が家の近くにあることが重要であると考え。災害の中身や程度により二次避難所、三次避難所を想定しておけばよいだろう。一次から二次へは、地域の人が日頃より担当を決めておいた要災害援護者の移動を支援できるであろう。

二次から三次避難所は自治体等公共の機関が支援するだろう。

避難所での高齢者

避難所での高齢者は、転倒や骨折、日常生活動作の低下、感染症の発症、認知症高齢者の行動障害といったリスクを負っており、いったん避難所に避難しても自宅に戻った高齢者や障がい者も多くみられた。今後は、避難所のバリアフリー化に加え、自宅にいる人々への食糧等の配分等についての検討も必要だろう。

一方、認知症の人が、学校に施設単位で避難し安定したケース、小規模多機能施設を避難所指定にして地域住民の理解につながったケース等、早期の段階で福祉避難所や施設などへの二次避難、三次避難に移行できる体制を考えていくことが今後の大きな課題といえる。また、今回の震災で、高齢者施設の地域に果たす役割が重要であることもわかったことから、地域と施設の日頃からの交流がより重要と考える。

また、災害時という通常の心理状態を保ちにくい環境下での支援は、医療の確保、介護サービスの中断の短期化等々、家族にふれ、家族を理解する努力を惜しまないことが重要である。とくに、積極的なニーズを掘り起こす働きかけとともに、高齢者がもてる知恵と力を存分に発揮し、高齢者が高齢者を支えるシステム作りを支援することも重要であることがわかった。

仮設住宅での高齢者

仮設住宅は、避難所に比べプライバシーの確保も保障されているが、同時に、アルコール依存、孤立化、抑うつ、引きこもり・閉じ

こもり等の問題も起こりうることから、仮設住宅の高齢者支援は、個別訪問や健康相談会などの健康チェックに加え、行政や社会福祉協議会等がニーズに応じた支援を行っていくことが必要である。例えば、高齢者への経済的支援、仕事や社会参加の場の提供をとおして高齢者の生きがいにつながられる働きかけが必要である。また、災害復興住宅等に移ってから後も、見守り等の支援が途絶えることなく続けられることが重要であるといえる。

災害時の高齢者の人権

災害時の高齢者の人権については、災害発生時は、高齢者自らが自身の判断で逃げ、避難所へ辿り着くことができるよう支援することである。そのためには、確かな情報を得られる、安否確認や避難支援等が確実に受けられるという安心と日頃の訓練が必要である。また、仮設住宅では、高齢者を孤立させないコミュニティづくりに加え、仕事や役割をとおして社会参加を支援し高齢者の生きがいにつながる働きかけが必要である。

高齢者の「心配ごと」と地域活動について災害避難行動についての高齢者の心配ごとや不安は、高齢者が自分で自身をもって避難できる場所にあること、そして、いざというとき助けてくれる人がいるという安心感があるということがわかった。緊急時の一次避難所は、自力で行くことができる家の近くにあること、そして、災害の中身や程度により二次避難所、三次避難所を想定しておくことが重要だ。一次から二次へは、地域の人が日頃より担当を決めておいた要災害援護者の移動を支援できるであろう。二次から三次避難所は自治体等公共の機関が支援するだろう。

本研究では、震災直後から当夜、避難所、仮設住宅での高齢者の避難時の心理的・身体的特徴とその支援の方法について、これまでに出版された文献や調査をとおして整理し検討した。災害弱者である高齢者が、災害発生時によりスムーズな避難をするためには、高齢者自身の備えはもとより、支援する側が、独居高齢者や高齢核家族世帯の安否確認、安全な避難所への具体的な運搬方法を決めることが、高齢者死亡の減少につながる。今後は、災害時要援護者リスト等を住民が納得する形でどのように作成し活用するかが大きな課題であろう。

おわりに

この夏、実際目の当たりにした被災地は、にぎやかであっただろう元市街地の不自然に整地された広大な空き地と瓦礫の山々、狭い山間地の傾斜に建つ仮設住宅群、産業の場と住みかたが完全に分離された復興とは名ばかりの現状であった。「研究のためではなく、被災者のための専門家としての活動を期待する」²⁸⁾という言葉が、脳裏から離れず、「出来れば被災地東北の現状を関西の、自分の周りの人たちにだけでも伝えたい」、そんな思いは心の隅に追いやられてしまった。

そのような時に出会ったのが、山形新聞に記載されていた「東日本大震災における単身高齢者の行動調査」である。他界されてしまった高齢者の方々の思いは聴くことができないが、この調査で、あの日ひとり家でいられた独居高齢者の方々の地震やその避難に対する思いを聴くことができた。しかし、あくまでも調査結果のみからの分析であるため、想

定の域にとどまるところも少なくない。地域での高齢者の災害避難支援に結びつけるためには、実際の聴き取り調査等を自身で行い、更なる分析と検討を行うことが今度の課題である。

謝 辞

この度の大震災並びにそれに起因する事由により亡くなられた方々のご冥福を心よりお祈り申し上げますとともに、被害に遭われた方々、避難を余議なくされている方々に心よりお見舞い申し上げます。

また、山形市第6地区の単身高齢者の方々、民生児童委員協議会の方々、そして参考にさせていただいたすべての研究とその研究者のみなさまに心より感謝いたします。

注)

- 2011年3月11日14時46分頃に発生した日本の三陸沖を震源とするモーメントマグニチュード9.0の大地震とそれに伴う津波による大地震のことで、4月1日の閣議で正式名称が「東日本大震災」と決まった。
- 内閣府（1987）は、「昭和62年度版防災白書」災害弱者の現状の項で「地震、風水害、火山災害、火災等の災害が発生した場合には、人的な被害を最小限に抑えるために、必要な情報を迅速かつ的確に把握し、災害から自らを守るために安全な場所に避難するなどの行動をとる必要がある。こうした災害時の一連の行動に対してハンディを負う人々、すなわち、①自分の身に危険が差し迫った場合、それを察知する能力が無い、または困難、②自分の身に危険が差し迫った場合、それを察知しても救助者に伝えることができない、または困難、③危険を知らせる情報を受けることができない、または困難、④危険を知らせる情報が送られても、それに対して行動することができない、または困難といった問題を抱えている人々が『災害弱者』と考えられる」としている。その後、内閣府（2006）は、「災害時要援護者の避難支援ガイド

- ライン：災害時要援護者の避難対策に関する検討会」において、『災害時要援護者』とは、必要な情報を迅速かつ確に把握し、災害から自らを守るために安全な場所に避難するなどの災害時の一連の行動をとるのに支援を要する人々をいい、一般的に高齢者、障害者、外国人、乳幼児、妊婦等があげられている。要援護者は新しい環境への適応能力が不十分であるため、災害による住環境の変化への対応や、避難行動、避難所での生活に困難を来すが、必要なときに必要な支援が適切に受けられれば自立した生活を送ることが可能である」としている。
- 3) 松岡千代 (2012)：被災高齢者の健康・生活ニーズと看護支援：東日本大震災と高齢者 老年社会科学, 33 (4)：606-612.
 - 4) 木村泰子 (2012)：高齢者の「心配ごと」と地域活動についての一考察 帝塚山大学心理学部紀要 第1号25-45. 平成23年9月10日から9月24日にかけて、NPO法人「高槻の高齢社会をよくする会」の会員253名を対象に、郵送法により調査票を配布、自計式回答を返送。有効回収数は165名（女性146名、男性19名）で、回収率は66.0%。基本属性、健康状態・日常生活に関する基本事項、近所づきあいや地域のつながりに関する事項、地域での手助けや福祉サービス、地域福祉活動等に関する事項で構成した。1番目に多かったのは「急に具合が悪くなったときの手助け」（61.8%）、3番目は「ちょっとした力仕事」（44.2%）であった。
 - 5) 内閣府（防災担当）(2009)：災害時要援護者の避難支援に関する調査結果報告書, 5
 - 6) 内閣府 (2012)：平成24年版防災白書「防災に関してとった措置の概況 平成24年度の防災に関する計画」（第180回国会提出），35-43
 - 7) 山陰中央新報2011年10月25日朝刊「個人情報管理が課題、共有レベルに苦悩、流出懸念の住民意識も壁」月刊切り抜き速報福祉ニュース高齢者福祉編2012年1月130号23.
 - 8) 北日本新聞2011年12月4日朝刊「要援護者把握手探り、災害時の台帳整備、県内市町村実態反映急ぐ」月刊切り抜き速報福祉ニュース高齢者福祉編2012年3月132号92.
 - 9) 内閣府 (2011)：平成23年版防災白書（「防災に關してとった措置の概況」及び「平成23年度の防災に関する計画」）概要
 - 10) 加藤伸司、矢吹知之、阿部哲也、吉川悠貴、合川央志、田村みどり、菊池令（2012）：東日本大震災と被災者の行動：東日本大震災と高齢者 老年社会科学, 33 (4)：598-605.
 - 11) 東日本大震災における震災関連死に関する報告 (2012)：震災関連死に関する検討会（復興庁），1-25.ここでは、「震災関連死の死者」とは、「東日本大震災による負傷の悪化により亡くなられた方で、災害弔慰金の支給等に関する法律に基づき、当該災害弔慰金の支給対象となった方」と定義。（実際には支給されていない方も含む。）とされている。この数字は平成24年3月31日までに把握できた数であり、各都道府県を通じて市区町村に照会し、回答を得たものである。年齢別では、20歳以下が4人、21歳以上65歳以下が168人、66歳以上が1460人である。
 - 12) 山形市第6地区民生児童委員協議会 (2012)：東日本大震災時における単身高齢者の行動調査：本調査報告書は、2012年3月28日、29日に山形新聞朝刊に連載されたものを著者が発見し、第6地区民生児童委員協議会鈴木和子会長に電話にて依頼し送付していただいた。2012年1月6日に第6地区民生児童委員協議会例会で説明され、その後、委員26名が各10件（総数260件）を訪問し、面接方式の調査をし、190件の回答を得た。男女構成比は女性77%、男性23%、年齢構成比は80歳代51%、70歳代43%であった。ひとり暮らしの年数は、10年未満（46%）、20年未満（38%）、20年以上（16%）の順で、健康状態は、健康（70%）、病弱又は身体的障がいがある（30%）であった。また、日常生活については、自分で大概のことはできる（76.3%）、困難はあるが介助が必要なほどではない（18.4%）、介助が必要（5.3%）であった。居住形態は、一戸建て（81%）が多く、居住年数も30年以上（59%）、10～30年未満（25%）、10年未満（16%）の順であった。また、高齢者世帯が多い地域に住む人は80%、小学以下の子供が多い地域に住む人は18%であった。
 - 13) 山形新聞2012年3月28日、29日朝刊「山形市第6地区アンケートから：単身高齢者3.11あの時」

- 上・下、月刊切り抜き速報福祉ニュース高齢者福祉編2012年6月135号34-35.
- 14) 前掲3：松岡は、高齢者に対する避難所での支援課題として、急性期から続く医療ニーズに加えて、避難所生活において生じてくるさまざまな健康・生活ニーズへの対応をあげている。
- 15) 千田陸美（2012）：避難所・仮設住宅での高齢者たち：東日本大震災と高齢者の人権擁護 高齢者虐待防止研究, 8（1）20-22.
- 16) 前掲10
- 17) 災害救助法：昭和22年に公布され、災害に際して、国が地方公共団体、日本赤十字社その他の団体及び国民の協力の下に、応急的に、必要な救助を行い、災害にかかった者の保護と社会の秩序の保全を図ることを目的とする。支援の対象は指定避難場所に決められているため、在宅で生活している人は救援の対象から外されている。しかし、今回の大震災を契機にその見直しが検討されている。最終改正は平成22年12月3日。
- 18) 中板育美（2012）：避難所支援を通して得た高齢者およびその家族支援について：東日本大震災と高齢者の人権擁護 高齢者虐待防止研究, 8（1）：29-34
- 19) 厚生労働省（2008）：福祉避難所設置・運営に関するガイドライン：「災害のため現に被害を受け、又は受けるおそれのある者については、応急的に避難所において保護する必要があるが、特に、高齢者、障害者、妊産婦、乳幼児、病弱者等については、一般的な避難所では生活に支障をきたすため、福祉避難所において何らかの特別な配慮をする必要がある」として、災害発生後における福祉避難所の設置・運営にあたってのガイドラインを作成している。
- 20) 狩野徹（2012）：高齢者施設の震災時の対応と仮設住宅の高齢者対応について一岩手県内の状況から一：東日本大震災と高齢者 老年社会科学, 33（4）：592-597.
- 21) 加藤伸司、吉川悠貴、矢吹知之、阿部哲也（2012）：東日本大震災が認知症高齢者に与えた影響：東日本大震災と高齢者の人権擁護 高齢者虐待防止研究, 8（1）：23-28.
- 22) 災害救助法（2008）：応急仮設住宅の設置に関するガイドライン：災害救助法第23条に規定されている救助の種類の一つとして、「災害のため住家が滅失した被災者のうち、自らの資力では住宅を確保することができない者に対し、簡単な住宅を仮設し一時的な居住の安定を図ることを目的とするものである」としている。
- 23) 早坂聡久（2012）：災害地における高齢者福祉サービスの課題—被災時の対応と復旧・復興に向けた課題—：震災で問われる社会福祉学の役割：原理と実践の探求 社会福祉学, 53（1）135-139.ここで早坂は、「被災による心的ストレスや長期間の避難所生活、コミュニティの喪失や仮設住宅へのリロケーションエフェクト等の影響は大きく、家を失った在宅用援護高齢者は資産と希望のないまま仮設住宅に移り住んでいる。換言すれば、震災によってホームレス状態となった人々の多くはホープレスであり、ヘルストレスになりつつある」（137）としている。
- 24) 前掲15
- 25) 前掲3
- 26) 津村智恵子（2012）：大震災と高齢者の人権—阪神淡路大震災と東日本大震災から—：東日本大震災と高齢者の人権擁護（総論） 高齢者虐待防止研究, 8（1）：8-13.
- 27) 同上
- 28) 前掲20

Consideration of “Worries” of Elderly People, and Community Activities (2)

: Based on the evacuation behavior of elderly people during disasters

Yasuko Kimura

Abstract

Elderly people are one of the most vulnerable groups during disasters. Aids that the elderly people need in community life are scarce when there are sudden diseases, during evacuation from disasters and so on, but surveys conducted by the author on the worries of elderly people found that few people actually requested such aids.

For these reasons, this study arranged and examined the mental and physical characteristics of elderly people from immediately after an earthquake until living in shelters and makeshift houses as well as methods for supporting them based on the literature and previous survey results. It was confirmed that formal and informal community networks involving welfare workers, welfare committees, relatives, acquaintances, and neighbors supported elderly people living alone the first night after a disaster, so besides the daily preparations by elderly people themselves, it is important for supporters to confirm the safety of elderly people living alone and elderly nuclear households and to determine practical methods for guiding them to safe shelters. For elderly people to evacuate smoothly during a disaster, preparing and utilizing a list of those who require aid during a disaster in a form agreed upon by residents should be considered in addition to installing primary shelters that elderly people can reach on their own power.

Key words : elderly people, worries, evacuation behavior