心の復興 なお遠く

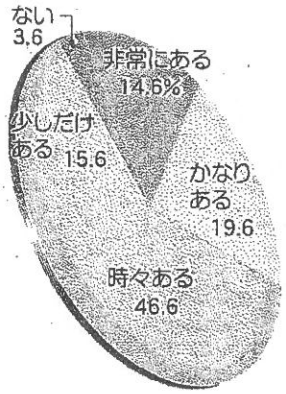
遺族500人 本紙アンケート

強い悲嘆抱える34％
仕事や生活に影響18％

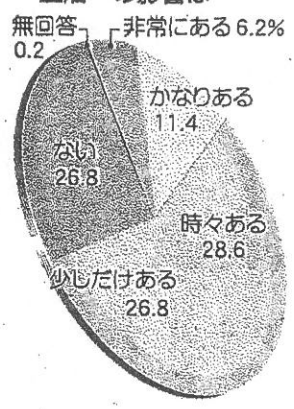
東日本大震災から丸3年を前に岩手日報社が行った遺族アンケートで、亡くなった家族を思い出し、感情が強く込み上げたりするなど、強い悲嘆を抱えている人が34・2％に上ることが分かった。家族を亡くした時の気持ちがぶり返すなどの強いストレスを抱えている割合は、2013年調査とほぼ同じ。被災地で生活の再建が遅れる中、心の復興も進まない実態が浮き彫りになった。

【調査結果・特集8、9面、関連記事29面】

亡くなった家族のことを思い出し心身の変化はあるか



心身の変化の仕事や生活への影響は



忘れない

東日本大震災から3年

犠牲者の生きた証しを残す本紙企画「忘れない」に協力していただいた遺族500人を対象に、1月6日から2月26日までアンケートを実施した。

「震災で亡くなった家族を思い出し、感情が強く込み上げてきたり、その時の気持ちがぶり返してきたり、心身の変化はあるか」という問いに対し、「非常にある」との回答は14・6％、「かなりある」が19・6％で、強い悲しみを抱えている人は計34・2％だった。「時々ある」も46・6％に上った。

「眠れないなどの心身の変化は」との質問では、「非常にある」6・6％、「かなりある」11・6％などの回答だった。「心身の変化は、仕事や生活に影響するか」では、「非常にある」6・2％、「かなりある」11・4％となった。家族を亡くした強い悲嘆が心身や生活に影響している。

回答者のうち46・6％が仮設住宅に住んでいる。生活の不安は依然として「住宅確保」が34・0％とトップで、「体調面」を不安視する人も多かった。「心の支え」は「家族」が73％と最多で、「知人・友人」「仕事仲間」「趣味」を挙げる人もいた。

550人を対象とした13年の調査では、震災で家族を亡くしたことによる心身の変化を問う質問に対し、「非常にある」15・5％、「かなりある」18・9％と今回の調査結果とほぼ同様の傾向だった。

今回のアンケートでは「震災はいつまでたっても昨日のよう」や「両親がいないことがつらく、さみしい気持ちが深くなっている」という回答のほか「毎日のように行方不明の家族のことを考えている」など震災から3年を経ようとしても、いまだ癒やされぬ思いが聞かれた。

悲しみからの回復 周囲の理解が大切

兵庫県こころのケアセンター・加藤寛センター長の話　家族や親族を災害などで突然に亡くした悲しみは、長く続くものだ。気持ちの回復の基盤は生活の安定と健康でいることだが、震災被災地のまちの整備はほとんど進んでいない。まだ3年であり、1年前の調査と比べ結果に大きな変化がないのは当然といえる。悲しみからの回復の歩みは人それぞれであることを、周囲が理解することが大切だ。