

復興は健康から

いわて東北M・Mの取り組み

震災から3年が経過し、身体の変化を感じる住民も多い。こうした現状をどうとらえているか。

祖父江 釜災から1年

はがれきの山だった。何の変化もないがれきの山と動かないブルドーザーを、毎日見ていた。今はがれきの山は無くなったが、同時に生活のハリもなくなってきた。この話を思い出すたびに、明日への夢・希望が生きていくのにいかに重要かを思い知らされる。

——岩手の中でもさらに地方に位置し、過疎化が叫ばれる気仙沿岸。自然環境に溢れる半面、乗

用車中心の生活による歩行機会の少なさといった問題もあります。食生活や生活習慣で、今後気にしなければいけない点は、

祖父江 衣食住の中で食べ物に関して言えば、大船渡は日本でも有数の漁場を有する漁港だし、住民の方々は魚を食べている。

いつも話すことだが、魚油（殊に青魚とサケ）は良質な油を大量に含んでいる。気仙沿岸はそういう意味で恵まれた環境と言えはすが、被災地域を対象とした食事調査によると必ずしもバランスのとれた食事を摂取

誇るべき岩手

11

常的、ありきたりのことに目を向けていただければ、一日一日の生活も変わる。

健康を崩されている方

では休養や周囲の支え、相談、ケアが何より大切である。しかし、心の問題としては、ストレスがあるとか誰かに相談するな

運動は重要で、できるだけ全身を動かす。歩くことが基本。また、頭を

後の調査の中で明らかになるかもしれない。客観的な数字として出てくれば、自治体の対策にも生かされる。

機構長は岩手医大

出身で、長らく大阪におられ、阪神淡路大震災の被災地にも出向いた。東日本大震災からの早期復興に向けた思いは。

祖父江 阪神淡路大震災は直下型でビルが倒

その後、うつ病やPTSD（心的外傷後ストレス障害）の患者さんが続出した。

一方で東日本大震災

は、岩手県だけで津波により6000人以上の方々が亡くなった。被災のあり様が全く違う。阪神淡路大震災では神戸から大阪まで電車で30分という限定された範囲。しかし、東日本大震災は東北3県にまたがっている。

被災範囲が広く、そして過疎の問題もある。仮設住宅の生活がこれだけ長引けば、被災以上に心への影響が大きい。何より、被災生活が長すぎ

溢れた自然豊かな土地であること。震災は受けたが、住みやすく、かつては栄えていた誇るべき自然や文化もあった。京都をしのぐ平泉文化があった。アテルイ、藤原清衡、この広大で豊かな土地で、当時のイノベーション（産業）を興し、その富を基に日本全体と対峙した。まさに誇るべき英雄たちである。

岩手の地を不幸な震災

が襲ったが、今を契機に立て直せば、岩手は変わると思っている。そのためには将来への方向づけをできるリーダーがいるかどうかが重要となる。

大船渡では、震災を契機に地場産業の掘り起こしと創成に傾注する若い人

明日への希望 重要に

祖父江機構長インタビュー①

常に刺激する。新聞・雑誌を読む。テレビよりラジオ。ラジオは耳から入る情報だけなので、想像力が養われる。もちろん、コミュニケーションも大事。

家族・近所の人々との会話。そして仕事・趣味などに熱中する。これらは全て、頭を刺激することにつながる。これら

環境を変えただけでは、お酒がやめられないこともあ

何らかの目標を見失ってしまふことから、お酒を飲む毎日が続くということも起こりえる。環境的要因が変われば、自ずと変わる。しかし、たと

えばアルコール依存の状態に陥ると、環境を変え

るだけでは、お酒がやめ

大阪から神戸へは交通網が全て不通で、大阪南

港から神戸ポートピアへ

船で移動。犠牲者は6000人台で、負傷者は約2万人。その中の急性期医療が、勝負だった。

れ、早期のためあちこちで火災が起きた。ほぼ全

焼した神戸市長田町近くに、大阪大学の仮設医療施設を設けた。

2年後には公営住宅ができ、表面上は神戸の街で震災があったかと疑われるほどに復興した。それに比べると、今回の震災では仮設に限らず全ての面で復興が遅れていることは残念。

しかし、岩手に帰って思うのは、広大で人情味

あること。震災は受けたが、住みやすく、かつては栄えていた誇るべき自然や文化もあった。京都をしのぐ平泉文化があった。アテルイ、藤原清衡、この広大で豊かな土地で、当時のイノベーション（産業）を興し、その富を基に日本全体と対峙した。まさに誇るべき英雄たちである。

岩手の地を不幸な震災が襲ったが、今を契機に立て直せば、岩手は変わると思っている。そのためには将来への方向づけをできるリーダーがいるかどうか

大船渡では、震災を契機に地場産業の掘り起こしと創成に傾注する若い人