

## はじめに

2011年3月の東日本大震災から3年が過ぎた2014年の3月のある日、知人の60代の女性と話をしていました。海辺にあった、彼女の牡蠣養殖業の作業場も家も民宿もすべて津波で破壊され、彼女は仮設住宅に移り住んでいました。仮設住宅から車で一時間もかけて、元の作業場に通って修復しながら、牡蠣養殖業を少しずつ再開していました。震災から数回目の訪問時にお茶を飲み、お菓子をいただいていた時に、初めて彼女の口から「希望」という言葉を聞いて、なぜか私はハッとしたことを覚えています。強く鮮やかな印象でした。「3年たって初めて希望が持てるようになった」と言っていました。

3年。これは彼女にとって長かったのか短かったのかわかりません。私にとっても、この3年という年月がどういう意味を持つかわかりません。ただ3年たって耳にした「希望」という言葉に、私は大きな驚きを覚えました。

この知人女性の一言から私は、甚大な被害を受けた石巻市に住む女性達が、何を考え何を感じて生きているのだろうと思い始めました。統計の数字やアンケート結果のグラフからは知りえない女性達一人ひとりの被災体験、その後の生活についての生の声の聞き書きを試みました。これまでやったこともなく、経験もなかったのですが、とにかく彼女たちに語っていただき記録してみようと考えました。「あの日」について聞くのは、私にとって最初は怖いことでした。とても個人的であり、触れてはいけないこともあるのではないかと、無理に思い出させてしまうのではないかと。

電話をしてお約束をいただいでご自宅や職場、喫茶店でお話を聞いたり、偶然道で会って立ち話をしたり、気がつくとも2014年3月から2017年9月の3年半で100人に達していました。年齢は20代から80代です。一対一の場合もあれば、2人から8人のグループの場合もありました。私の予想に反して、彼女たちは実に生き生きと語り、初対面でも一時間を超えることは普通でした。「あの日」をここ石巻で経験して生きてきた私自身、同じ女性として他の女性達の経験について知ることは、記憶を共有する貴重な時間となりました。

一人ひとり、かけがえのない人生を生きてきた女性達の記録をまとめてみました。記載した年齢は、震災当時のものです。

## 1. 夢と希望：新しい一歩

3.11は歴史的な大惨事でした。しかし、それは自分の人生の中で起きた一つの出来事であり、通過点として受け入れ新しい一歩を踏み出し、またはこれまでの歩みを止めることのない女性達にお会いしました。今までの暮らしの営み、人生観、価値観がそのまま、彼女たちの3.11後の生活に反映されているようです。

3. 11 がきっかけとなり、潜在的に願っていたこと、なんとなく望んでいたことが表面化され、状況を判断し決意し行動に移した結果、これまであたためてきた夢を形にした人達。突然に実現できたというより、決定的なタイミングになったのではないのでしょうか。また、3. 11 は、彼女たちの以前からの仕事や活動に対する姿勢を大きく変えたりはしませんでした。前を向いてしっかり地に足をつけて希望を持って生きているのです。被災して同じ境遇にいるのは自分だけではないことや、過酷な自然災害を自分ではどうすることもできない現実として取り込んでいます。

それは「考えて悩んでも仕方ないんです、解決しないから」、「過去のことはくよくよ深く考えません」、「なんとかなる、くやしくないの」という女性達の声に表れています。「やればできるんだという驚き。前を向いていれば乗り越えられます」、「困ったら、その時になって考えればいい」、「これからは上がるだけ、がんばりすぎないようにしたい」、「今日できないなら、次の日に悩めばいい」、「これ以上悪いことはない、これ以下もない」、「一步一步がつながって道になると思う」、「先のことは考えない、今できることをしよう」、「くじけている暇もないし、前に進むしかない」といった言葉に触れることができました。

3. 11 によっても、けっして消えなかった女性達の夢と希望。以下は、具体的に数人の女性達がどのように夢をかなえ、または希望を持ち続けたかを紹介いたします。

「ずっと夢だった喫茶店を開きました。前のオーナーから店を譲り受けて初めて自分のお店を持ったんです。命が助かり生かされていることを実感し、何かしなくちゃと思いました。震災で自分の中で何かが変わりました。亡くなった人の分も生きたいと思いました。何かしなさいといわれている気がして、地域の人が集まる場所を作りたかったのです。2014年8月にオープンしました。今は絵画やフラワーアレンジの教室、コンサート、歌声喫茶、イベントなどにも店を使っています。また、無農薬や低農薬の米と野菜を中心としたランチを提供したり、海外の小規模農家支援のコーヒーやお茶もメニューにあります。」(当時50代後半)と語る女性がいます。以前、幼稚園の給食の仕事をしていて調理師免許もあり、自然と健康に優しい暮らしを考えてきていました。東日本大震災をきっかけに、思い切って決断して夢をかなえました。彼女の自宅は一階の天井まで津波の被害を受けました。その後、自宅を修復し、近所の方々を招いてお茶を飲む場所としても開放しています。「何がないかではなく、何があるか。必要なものは必要な時に巡ってくる気がします。経験が人を豊かにするんですよ」。

50代で初めて花屋を始めた女性もいます。

「震災の前は実家の花屋を手伝っていました。でも孫が産まれるので、これらからの人生は子守りをして過ごしたいと仕事をやめようと漠然と考えていたんです。子供が小さい頃、店が忙しく十分に世話をしやれなかったのが、その分、孫の世話をしたいと思っていました。津波ですべて流された実家の店をたたむことになったのですが、やっぱり両親が始めた店を終わらせたくないとは自分は思ったのです。これを機に自分でやってみよう、やり

たい、やらなくちゃと、沿岸部からまったく知らない所に土地をもとめ2011年7月にオープンしました。自分のお店を持つなど信じられませんが、下を向いてられません。今は物事をいい方にとらえ、前向きに生きていれば誰かが助けてくれるとわかりました。自分でできることを見つけるのです。導きでしょうかねえ、流れにまかせて。今は、夫や息子も手伝ってくれて、協力ありがたい」(当時50代前半)。

彼女の実家の花屋は、3.11の前は病院の近くにありました。見舞客がよく花を買ってくれていて顔見知りが多かったそうです。震災後、その場所からずっと遠い所に新しく自分の店を開いた時、当時のお客様の多くが住む住宅地であることがわかりました。偶然、花をもとめて立ち寄ってくれた人達が、以前の常連のお客様で、その方々が店の宣伝を手伝って後押ししてくれたと言っていました。

震災の前年に、東京での仕事を退職して実家のある石巻に戻って来たばかりの女性も、カフェを開きました。退職後は読書をしてのんびり故郷で過ごそうと思っていました。新居の引っ越しの荷物もほどいていない中、自宅の二階まで津波に襲われました。その自宅を修復したお店の2階へと続く柱に残った、津波の猛威の後を示しながら、彼女はお客様に震災について説明をすることがあります。

「すべて流された荒涼とした自分の地域を見て、人の気配を感じる場所を作りたかったの。人が集まり、人がいるんだって外に知らせたいのです。枯草から、春に新緑が芽吹くイメージ。私は家族のご飯しか作った経験がないのですが、知り合いに声をかけたら手伝ってくれるとの返事があって、カフェをやってみようと思いました。震災は、長い人生こういうこともあるんだなあと受け入れるしかありません。3.11には車を運転していて津波が背後から迫っていて、必死で知人の家に逃げ込みました。足の不自由な住人の女性を抱えて2階にあげて、その夜、2階で過ごしました。あの日、ひたすら朝を待っていたように、明けない夜はないんです。ずっと同じはありません」(当時60代)。彼女は店の裏にある土地を畑として数人に貸し出し、地域での野菜作りにも協力しています。ボランティアの休憩所やヨガや絵手紙の教室としてもカフェを開放しています。幼いころ遊んだ遠浅の海辺の思い出を語ってくれました。自宅から裸足で海に歩いて行き、砂浜がどんなに熱かったか笑っていました。「こんなに海が近いなんて、知らなかった。すべて失なってわかるのね」。

昼ご飯の焼き魚や刺身定食で賑わう海辺の食堂を訪れました。店主は忙しい時間が過ぎたころに、私にお話しをしてくださいました(50代前半)。「震災の前から魚や海藻など海産物で加工品をつくる夢がありました。私は夫と牡蠣を中心に養殖をしていますが、この豊かな海の資源で何かやりたいと思っていました。生で海産物を出荷するだけでなく、加工して瓶詰めや乾物などにして販売もしたかったのです。震災後、たくさんのボランティアが来て、全壊した自宅の家屋の解体や修理をしてくださいました。海岸のがれき処理や清掃など、手伝ってくれて本当に助かりました。支援団体がコンテナの作業所も提供してくれ牡蠣の作業所もできました。前から料理が好きだったので、お返しの気持ちで牡蠣

の料理をふるまったらとても喜んでくれ、いろいろ料理のアイデアが浮かび食堂を始めました。仲間の一人がやったらいいと言ってくれた一言が背中をおしてくれました。普段から浜の親しい女性達とガールズトークとっておしゃべりをしていたので、応援してもらえました。一人ではできないので仲間と楽しくやっています。初めて牡蠣グラタンにも挑戦しました。そうしているうちに、ある会社から弁当を頼まれて、ちょっと付けた魚の佃煮を気に入ってもらえ、その後たくさん注文をもらえました。今は加工品販売も実現しました。全国から被災地ツアーがやってきて、この食堂で食事したり弁当を購入していただいています。私はじっくり考えずやってしまう性格です。母ちゃんが元気だと浜も元気。何があってもいい方向へいくと信じています。すべて心がけしだいです。先のことは考えず目の前のことを一生懸命やるだけです」。復興工事の作業員や関係者、あるいは遠方からのお客様など、新鮮でおいしい海の幸がふんだんに使われた大盛りの食事を楽しみにしています。地元の人達も足を運び、顔見知りとおしゃべりの花を咲かせています。

「この老舗の割烹ののれんをおろしてはダメだといつも義母から言われていました。だから津波で海から打ち上げられた船が店の壁を突き破って入っているのを見ても、店をやめようとはまったく思わなかったんです。店の一階の天井まで水がきました。」と話す女性は60代後半で、お店に出るときは必ず着物姿の背筋を伸ばして接客にあたっています。

「この店が立ち上がることで被災した人たちが希望を見出してほしいと思いました。店の看板メニューの釜飯をつくる特注の機械が水をかぶり壊れましたが、電話が通じると同時に東京の工場に電話して機械を発注しました。お客様にも続けてくださいと言われました。ここの釜飯はお客様から愛されていて親から子、子から孫へと何世代にもわたって釜飯を食べにきてくださった思い出いっぱいのお店。すべてを流され、思い出の写真すら残っていない地域の人たちにとって大切な思い出の食事を思い出す場所です。店の再建が町の復興のシンボルになるような、そして地域のシンボルになるようなそんな存在になりたかった。助けてくれるのを待つのではなく、まず自分で立ち上がらなければいけません。そうすれば誰かが手をかしてくれます。小さな復興が小さな希望になり、大きな復興と大きな希望になるのではないのでしょうか」この女将は娘さん達と店を守っています。

また、70代で3.11を経験した女性は、「悲しんでいてもしょうがないんです。千年に一度の出来事に遭遇しただけなのだ。私は6歳で終戦を迎えました。戦後の生活はもっと辛かった。私は茶道を教えています。津波が引いたあと、茶道の道具や茶器が入った茶箱が水に浮かぶか浮かんでいるのを発見して、自分にしかできない茶会を開こう、3.11を経験したからこそできることがあるはずだと直感しました。自分をどう生かしていくかです。着物は2階で助かりました。自分が変わることによって何かができます。人に必要とされる自分らしさを大切にしたいです。尽くすことが喜びでもあり、所有するアパートの再建も4日目に決意し、人が住めば街の復興が進むと思いました。自分をしっかりもって生きがいをもっていれば立ち直りが早いのではないのでしょうか」。彼女は地域の大学の茶道部の学生にも、無料で自宅の茶室で茶道を指導しており、茶会に必要な着物や袴、着付け

等もすべて提供していました。震災後は現役の学生や卒業生の教え子達が駆けつけて家屋の処理を手伝いに来て汗を流していました。「他人をねたまない、人と比べてもしかたない。」とも話していました。震災後まもなく、彼女は泥の中から、まな板と包丁を拾い出しタケノコご飯を作ってご馳走していました。何がほしいか支援団体に聞かれて、新しいまな板と包丁をリクエストしていました。弁当の支援はありがたいけれども、自分で料理がしたいから、できれば食材を提供してほしいと言っていました。津波の跡が生々しく残って、床がぬけている部屋で簡易式でありながらもお茶のお点前をして、ふるまい続けて地域に力を与えていました。

「くよくよしていてもしょうがない。家も壊れて物も失ったけど自分の華道の技術は誰にも奪われませんでした。泥の中で流されずに残った華道の道具や花器で早く教室を再開しようとすぐに決めました。2011年6月から教室を再開しました。生き残った命なので恩返しをしたいです。夫がもうやめるのかと言ったけど、まったくあきらめる気持ちがおきなかったの。なんとかなるものです。被災者の仮設住宅の集会所で教えたり被災した女性達向けの特別のイベントを開催したり、個人のお宅へ行って教えたりしました。お花を活けるとみんな気持ちがよくなったみたいです。仮設住宅から外にでて、お花にふれると少し元気になったようです。狭いお部屋でも自分で活けたお花があると、ずいぶん雰囲気違いますものね」(60代)。この女性は3.11後、精力的に華道教室を続け、お弟子さん達も手伝っていました。

その他、障害者のアートギャラリーを開いて、作品を定期的に展示し街の人との交流の場所にしたり作品を販売して障害者の自立支援を始めた女性(50代)や、エステの資格をとりエステサロンで数年働いた後に独立して自宅でエステサロンを始めた女性(30代)もいます。彼女は被災した女性のために顔のマッサージやお化粧の仕方を講習したりしています。また、学習塾を開いた女性(50代)は、「学校でもなく家庭でもなく子供達が安心して過ごせるような居場所を作りたかった。しておけばよかったと後悔したくない、やらない後悔は大きいですからね。やってあきらめよう。まずやってみる」と言っていました。「10歳で東京大空襲を経験して疎開しました。あの戦争を思えば何とかあります。お客様が立ち寄ってくれて店を早く再開したいと思いました。」と、釜でピザを焼いて一人で店を切り盛りする80代の女性や、「髪をきれいにしておきたいというお客様、ヘアローションやスキンケアにも喜んでくださいました。女性はどんな時もきれいにしていきたいのですね。お客様と話をすることで私も支えられました。津波の泥の中からハサミを拾いあげ店を再開しました」という美容室経営の女性(30代)や、「お客様が早く再開してほしい、やめられたら困るといので震災の一か月後には、店を再開しました。ずっと生きがいった仕事に生かされました。やめようと思わなかった」というもう一人の70代の現役の美容室経営の女性。他人から必要とされることで前に進むことができました。ある女性は「被災後しばらくして絵手紙がポストに届いた時、驚きました。外とつながっているんだなあって。私は絵手紙を教えているので、全国に絵手紙の仲間がいます。その仲

間が絵手紙を送ってくださって、避難所で被災した方々に配っていたら教室を開いてと言われて始めました。生と死を身近に感じ一日を大切にしたいと思います」（60代）と言っています。「被災したのは自分だけじゃありません。この沿岸に暮らしていた多くの人たちが家屋や家財に被害を受けたのですから、みんな同じだと思えばなんともないです。何とかかなる」とも（60代）。

今しかできないことを精一杯、その日その日の出会いや時間を大切にしたいと、それぞれの人生を、自分の夢や希望を抱いて生きている女性達です。

## 2. 家族

「家族が無事でよかった」。女性達は口々に言います。娘や息子、妻、夫、母や父、そして孫など、まず家族の安否確認が最優先されました。自宅が津波で流失したり全壊し仕事を失いながらも、家族が無事だったため、「家族がいてくれたから、被災後の生活をのりこえることができました。家族ってすばらしいですね」というのです。3. 11後の生活は誰にとっても不安な未知の世界でした。自分一人では生き抜くことが困難な時に、精神的にも物理的にも家族の支えが大きかったようです。食料や水、生活必需品の確保には同じ屋根の下で暮らす人達の協力が不可欠です。「守らなければいけない家族がいたから女性達は強い」ともある女性が言っています。朝、昼、晩と家族の食事の心配をし健康であることを考えていました。多くの女性にとって、生きるということを、家族を守らなければいけないという固い気持ちが後押ししていました。

「家族がいてよかった」、というのは、自分にとって家族とは何なのかをあらためて振り返るきっかけにもなりました。「震災の影響で会社から解雇されました。新しく得た仕事は、前より短い時間の勤務で収入が減りましたが、その分小学生の息子と過ごす時間が多くなり、それでよかったと思っています。子供を守るのは母である自分ですから」（20代後半）という女性。「念願の保育士になって10年以上働いていましたが、震災と同時に辞めました。当時、自宅から車で40分以上も離れていた保育所で仕事していましたので、一歳の息子がどうしているか心配でした。4日目にもどってみると、祖母と逃げて無事だったので安心しました。その時、自分は子育てとしっかり向き合いたいと思ったのです」。

家族のへ愛情、家族からの愛情を感じ、家庭の大切さにあらためて気がついた女性達。自らも被災しながら、地域に貢献する側にいち早く立ち上がった彼女達の中には、温かい家庭の存在が大きな原動力になっていました。

## 3. 生かされている

多くの女性達が“生かされた”と証言していました。

「見えない何かに助けられた気がする。祖先かもしれない」、「何かが守ってくれたようだ。神様かなあ」、「神様に生きなさいと言われたようだ」等の言葉を聞きました。

「あの日、津波がくるというアナウンスをきいて私も途中まで逃げたんです。でもなぜが、やっぱりさっきまでいた所が安全な気がしてとっさに引き返したんです。それで助かりました。そのまま同じ方向に逃げた人たちは津波に巻き込まれて犠牲になりました。運命の分かれ道なのか、自分はその時、生かされたと感じたの」（70代）という人や、「あの日は、お花のお稽古で先生の家に行きました。稽古が終わっていつものように自宅へ帰ろうと海岸へ向かって車を走らせていたんですが、先生の家で忘れ物をしたことに気がついたんです。もどったおかげで助かりました」（30代）、「経験したことのない大きな揺れでした。とっさに夫が、この大きさでは必ず津波がくる、逃げるぞというので何ももたずに車に乗って逃げました。近所の人にも声をかけましたが大丈夫だと言って逃げない人もいました。なんだか私は何か見えない力に導かれていた気がするのです」（70代）という人。

自分一人の力で命が助かったのではなく、自分の意志をはるかに越えた大きな力によって“生かされている”のだと実感しています。

「生かされた命だから、いつ死んでもこわくない。後悔しないように思いっきり生きたい。家族を幸せにするために生かされた気もする。若い時から休みもなく働き詰めで、夫婦で旅行したこともない。夫に休みをとるように言って、仕事以外にも人生を楽しんほしい」（70代）、「自分しかできないことを見つけたい。せつかく生かされたのだから」（70代）、「助かったので、何かしなさいと神様から言われている気がする。亡くなった人の分も」（60代）、「まだわからないけれど、何かすることを大きな力が与えてくれるような気がする」（40代）とも言っていました。

震災があったあの日、どこに誰といたか、何をしていたか、どう判断したかで生死が分かれました。たまたまその日に限っていつもと違う場所にいたり、なぜか右ではなく左に曲がったり、あるいは逆に、いつもと同じ場所にいたおかげであったり、病院の予約が突然にキャンセルになって自宅にいたおかげで、無事だったという人がいます。自分だけ助かってよかったというのではなく、生かされた自分の命に感謝し、命の尊さをかみしめながら、犠牲になられた方々の分も生きていきたいと思っています。それゆえに、残された人生を自分だけのためではなく隣近所の人達や地域のために何ができるかを模索し行動に移している女性達があります。助かった命の意味をみつめています。命さえあれば、なんとかすると後ろを振り向かず前を向いています。

「生き残った女性は強いね。私は、いつ死んでも怖くないよ」と精一杯生きると決めた女性達に会うことができました。

#### 4. 感謝

“感謝”という言葉はとても多く耳にしました。

国や自治体からの救援はもちろんですが、家族、親戚、友人、知人、ボランティア、援助組織、近所の人、町内会、実家など、人々のつながりに感謝なのです。普段は意識していなかった人達の存在にふれ、初めて目を向けありがたい気持ちが湧きました。「震災から

4日目に届けられ始めた支援物資を通じて、まず外からやってきた人達に感謝しています。「まさかあんなにいただけるとは予想もしていませんでした。遠方からやってきた若い人たちは、津波で濡れた重い畳を持ち上げてもくもくと片づけてくれたのです。こういう気持ちって、お金に変えられませんね」（30代、70代）、「世界中からボランティアがやってきて泥だしや清掃、側溝の掃除を手伝ってくれました。3.11の前は、ボランティアについてあまり知りませんでしたが、こうしていろんな国の人に接すると、ああ世界はつながっているのだと初めて実感しました」（60代）、「ご縁ができたとういのか、不思議な出会いですね。特に外からやってくる人達とは、まさかここで会えるとは考えもしなかったし、失ったものも多いけれど得たものも多いです。」（50代）と。支援を受けてありがたく、震災前は想像もしていなかった出会いや出来事を経験して3.11がなかったら出会わなかった人々、新しく生まれた交流を強調しています。生かされた命ゆえに、その後起こった展開は想像を超えていました。

かけつけたボランティアの人たちへのお返しにと、まだ修復もままならない不便な台所で料理をして食事を提供したり、ボランティアが寝泊まりするように自宅を開放した女性達もいます。「なんだか嬉しいの、石巻に来てくれただけで。ありがたいねえ。」（60代、70代）。震災後の、これからどうなるのか明日さえまったくわからない混沌とした最中にも、女性達は感謝の気持ちを胸に抱いて生きていました。国内外からの経済的支援のみならず、新たな人的交流は明るい光でした。支援の輪に驚き、そして、これまでの自分の生活圏以外の支援者と会うことで自分の生き方や考え方の枠をぐんと広げることができた人もいます。

一方、自分や身内が無事で、自宅や会社にそれほど被害がなかったことに後ろめたさを感じる女性達もいます。「自分の家族が無事だったけど、隣の家族に犠牲になった人がいるから、大きな声では喜べない」（70代）。被害が少ないとはいえ、市内であるからには、ライフラインが切断された不自由な生活は不可避でしたが、「自分は何の被害もないから、ちょっと後ろめたい」（50代）と声をひそめる女性達があります。家を流失したにもかかわらず、「家族を亡くした人に比べれば自分はかすり傷だ」、「肉親を亡くした人の方が悲しい」、「家も家族も無事だから、亡くなった人に比べれば自分はまし」と3.11の経験をほとんど誰にも話さず口にしてこなかった人もいます。

## 5. 生き方の振り返り

震災の経験は女性達にとって、暮らしの見直しのきっかけになったケースが多くみられます。これまであたりまえだと思って意識していなかった物事に目を向け始めました。ささやかな出来事にも感謝して、幸せな生活とは何かと問い始めました。

### 1) 物は要らない

家屋や建物、車が被害にあい貴重な品々も破壊され、あるいは流失しました。ただ多く



の女性達が、命さえ無事だったら物は惜しくないと言います。3. 1 1の前には、あふれていた物が、冷静に考えると必要なかったものだったと気がついた女性達。本当に必要な物は何なのか、何を大切にするかを問うきっかけになりました。

「家は修復すればいいし、物やお金はなんとかなる」(30代)、「物は人を幸せにできない。物はいつかなくなる。」といます。3. 1 1の前は宝石や高価な衣類を好んで購入していた70代の女性は「もう何にも要らない。宝石なんていっさいほしくない」と。「物に執着せず、物を追わない生活がいいのではないか、なぜ日本は3. 1 1から学ばないのか。」(60代)、「足るを知るってことですね。もっともっとも思っていたら、いつまでも幸せになれませんよ。上をみてもしょうがないです。きりがありません」(70代)。

「津波で流れていく自分の家を、避難した高台から見えていました。ゆっくり沖へ流れていく我が家です。悲しくないといったらウソですが、なんだか“解放”された気分を味わったのです。古い家でしたから愛着もあり何十年も大切にしまっていた宝物もあります。でも狭い小さい集落で生きてきて、家が流されていくのが、なんだか自分の生きてきた小さい束縛が消えていくような気もしたのです」(60代)、「津波が全部持って行ってくれた」(70代)、「全壊の我が家が、ブルドーザーで壊されていくのに立ち会いました。もちろん悲しかった。でも集めていた物が多すぎて、なんであんなに必要なものを必死で集めていたのだろうとも客観的に考えていました。島での生活でしたから、古い閉鎖的なしきたりにも縛られていました。3. 1 1がきっかけで、気持ちの切り替えができました」(50代)。

また各家庭において、防災への備えとして食料や水、トイレトペーパー、生活必需品の備蓄はそれほど必要ないのではないかとの意見もありました。「支援物資は3日間待てばやってくるので最低限の備えでいい」との意見は多くの女性に共通していました。

## 2) シンプルな生活を自然と共に

電気や水道、ガスなどライフラインが断ち切られた時に、人々は様々な工夫をして臨機応変に対応しました。これまで経験したことのない生活を強いられた中でも、生き延びなければなりません。「あたりまえだと思っていたことが本当はあたりまえでなく、“普通”がいかに貴重でありがたいことなのかに気がきました。“普通”とういものに感謝です」(20代)。

電気がこない間、ロウソクをともして、家族や近所の人々が集まったり、帰宅の道を閉ざされた見知らぬ被災者を自宅に招き入れて暗い夜を共に過ごしました。「一本のロウソクの灯のもとに、一つの部屋で家族と過ごし、なんだか温かい気持ちになりました」(60代)、「電気がないと不便だけれど、ロウソクの光にみんなが集まって幸せを感じました」、「明るい電気ではなく、ほの暗いロウソクの光で、家族や初めて会う人達とみんなで食事を取りました。宴会のようなにぎやかな日もありました。そういう苦しい時って、人は笑うんですね。なるべく楽しかった思い出を語り合ったり、非常時のせい、なぜか心を開

いろいろなことを話し合ったりできました」(60代)。また、「太陽と共に起きて、太陽が沈んで遅くとも8時には寝る生活がいいと思う。そういう生活ができるんですね」(50代)、「便利すぎて知恵がない。昔の人の方が強い」(70代)という意見もありました。

井戸水や湧き水、澤水、川や堀の水を使って多くの人が助かりました。飲み水や調理、洗い物、トイレなど、普段は頼っていなかった自然の恵みに気がつきました。これまで使っていなかった自宅の庭の井戸の蓋を開け、しばらく水をくみ上げてみるときれいな水が出てきて近所の人達に分けたり、山に湧き水があることを思い出して汲みに行ったりしました。「人間は自然の一部なんですね。震災の後、直ぐに樹木が若い芽を出し、花が咲いて回復したように、人間も本当は自然に生きれば強いと思う」、「自然は自分で修復していました。自分で修復できない原子力発電って必要なのでしょうか？」(50代、60代)と、安全な澤水や湧き水を守るために、自然を大切にしたいとの強い気持ちも生まれました。

農家や畑のありがたみも実感しました。「避難所となった小学校にいた時、隣の農家からイチゴが届けられ、みんなで分けて食べました」(30代)、「畑をやっていたから野菜には困らず、食事はしばらく大丈夫でした」(60代)、「津波で家に帰れない女性を10日間、家に泊めました。その人の実家が農家で、新鮮な白菜を後でたくさん持ってきてくれました。当時はスーパーが閉っていて、食材を買えなかったのも、特に野菜はありがたかったです」(60代)。被災後しばらくは現金があっても店が開いていないために何も買えません。店が開いていても、長時間並んでやっと卵パックや納豆1個だけの時もありました。

火のある生活についても、よく話題になりました。多くの家が、エアコンやファンヒーターは電気がなくて使えませんでした。ガソリンスタンドが閉っていたため石油も底をつくと石油ストーブが役にたちませんでした。そのような状況下で薪ストーブやドラム缶で火を使って暖を取り、調理していた女性達。「あの寒い3.11直後からずっと、薪ストーブがある家にお世話だったので助かりました。雪も降っていたし、とにかく寒くてつらかったけれど、私を受け入れてくれた家では一日中薪ストーブを燃やしてくれたので暖かかった」(70代)、「避難した運送会社ではドラム缶でバンバン火を焚いてくれました。そこで暖をとれたし、また料理もできたの。私は前に下宿屋をやっていたのでたくさんの人の料理を作るのは得意だったんです。それでドラム缶の火で、流れてきた野菜や魚を拾って料理したり、果物でジャムを作ったりしてみんなで食べました」(60代)、「釜で焼くピザのお店をやっていました。あんな大きな地震でも釜が無事だったので、冷蔵庫にあったものやご飯を、その釜で料理して店に急いで避難してきた人達にさっそく提供できました。そして夜も、その釜のおかげで寒さをしのげました」(70代)。

便利すぎる生活に慣れていた自分達の生活を見直すきっかけになったようです。また、ガソリンがないため車が使えず、自転車や徒歩といった自分の体力にたよって暮らしたため、常日頃から自分の健康や体力に注意をはらっておく必要もあります。

## 6. つながり

家族や親戚、実家の存在に支えられたのはもちろんのこと、普段は意識していなかった町内会や隣近所との付き合いの大切さにあらためて女性達は気がつきました。一人では生きていけないと実感しています。物やお金だけではなく、人との関係が大切だと語っています。コミュニティの人々との常日頃の付き合い、いざという時の人との協力です。

大きな揺れの後、家で棚から落ちた物を片づけていた時に「津波が来る、逃げよう」と隣近所の人が出てくれたから自分も一緒に逃げて助かったという話はよく聞きます。足腰の弱い高齢者を、自分の車と一緒に乗せて避難した近所の人もあります。そして隣近所で物を分けあいました。「津波が一階まで襲ったので、自宅の2階でしばらく生活していました。隣の家の二階へパンや納豆、牛乳を渡すために、ベランダから物干し竿を使いました。隣の家からもお返しに物干し竿を使って、お菓子などが届きました。ありがたかったです」(60代)。

「自宅で避難生活をしていて、避難所となった小学校へ行けば何かもらえらると思って入ったら、”ここにある弁当は、避難所にいる人たちだけのものです。新聞もここにいる人達だけが読めます”と言われがっかりしていたら、町内会長さんたちが、支援物資を持って一軒一軒あるいて配ってくれたので涙がでた」(60代)、「近所に井戸があり、その家の人水が水を分けてくれました」(30代、50代)とう話を聞きました。非常時には、まずは自分の地域の人々が支えとなります。「町内会の運動会などで、誰がどこに住んでいるかわかっていると、人数も数えやすくていい」(70代)というように、町内会単位で支援物資の配給がされる地域が多かったため、日ごろから顔みしりになっているとスムーズに行動できます。声かけの大切さ、弱い時こそつながって寄り添って共に生きること、一人では誰も生きていけず一人では何もできず、相手があつてこそ支えられ人との関係が大切だと気がつきました。「食料を分けて食べると心が満たされました」(70代)、「一つのミカンをみんなで分けて食べるとおいしかった」(60代)という話がありました。

震災前は親しくなかった近所の人達と、震災後はお互いの家に招いてお茶を飲むようになったり、自分の地域をもっと良くしようと協議会を発足し定期的に集まったりする、新しい関係も生まれました。また自宅を地域の方々に開放してお喋りを楽しむコミュニティカフェも生まれました。

支援に駆けつけた日本中・世界中の人々とのつながりにいかに勇気づけられたかはいまでもありません。

## 7. 奉仕や貢献の気持ち

“何か人のためにしたい”、“誰かの役に立ちたい”、“自分も何かができるのではないか”、“何かしなくては”、“誰かを助けたい”、“自分にもできることを見つけたい”、“地域のために、生かされた人生を惜しまず生きたい”と、被災した女性達自身が、支援を受ける側だけではなく、支援する側に立ちました。他人から必要とされる存在でありたいと願って行動しました。それは“恩返しをしたい”とも表現されます。一人ひとりができることを

始めました。

「車を失った知人たちの、スーパーの買い物の送り迎えをしています」(70代)、「理容室のお客様の話を聞くだけしかできないけれど、それでよければ」(60代)、「泥まみれのアクセサリーを業者に頼んで洗浄する仕事を無償で申し出ました。新しい未来へのドアは自分で開くのよね」(70代)、「街にすこしでも明かりが灯ればいいなあと、中華料理の店を始めました。みんなに美味しいものを食べてもらって笑顔になってほしいから」(30代)、「英語を教える資格を取ったので地域の子供たちが英語を好きになって世界へ羽ばたくお手伝いをしたい」(50代)、「震災後自宅を再建した時、今度何か災害があった時、自宅を開放して被災者を受け入れられるような設計にしたの。たとえば縁側を広くして外からすぐに入れるようにしたり、そこから入って広い部屋で負傷した人達の手当てをするようにとか」(70代)、「人を自宅に招いてお茶を飲みながら、これからの生き方について話しあう場を作ったんです。お料理を作って食べてもらうのも楽しいですよ。台所から世界を考えるの」(60代)という女性達。

家族、地域の人達から必要とされる存在であることが生きがいになっています。

## 8. 自然の驚異：人生の1ページ

想像をはるかに超えた自然の猛威を経験した女性達。彼女たちは自然に対してどう思っているのでしょうか。自然を憎み、恨み、怒りを感じているのでしょうか。「東日本大震災は、自分の長い一生の一ページです」という女性の言葉を聞きました。

「自分の生きている人生の中で、組み込まれた歴史の一コマ。もし神様がいたら神様が敷いたレールの延長線の出来事かなあ」(60代)、「長い人類の歴史の中で、3.11はたまたまこの時代に生きていた自分に降りかかったただけだと思います。征服しようなんて考えないこと」(50代)、「長く生きてきた人生だけど、こういうこともあるんだなあと思っただけです。生きているといろんなことが起きますからね。3.11もその一つです。千年に一度の震災に遭遇して、ありがたいという気持ちもあります」(70代)、「人間は自然の一部にしかすぎません、人間の存在は小さいものです。その流れの中で、この3.11が起きたのです。自然の中でどう自分達が生きていくかですよ」(50代)、「地震や津波があったけれど、自然は太陽や水、土の恵みを与えてくれるのだから、その贈り物に感謝したい」(50代)、「地球は長い歴史があって人間は小さい存在。私は石や貝を拾うのが好きなんだけど、自然って人間が考えるより大きいんですよ、どんな環境も受け入れたい」(70代)、「地球は大きなエネルギーをもっています。それが今回は破壊の力になってしまった。人間は大きな地球の上をちょっと借りて乗っかっているだけ。じたばたしても自然と付き合っていくしかないんです。海がある石巻。海なしでは石巻ではない。防潮堤が建設されて海が見えなくなったんだけど、それでいいの？海の方ってもっと大きんじゃないの？」(60代)、「荒れる日もあるし静かな日もあるのが海。」(60代)、「家族や親戚の問題などは、原因があったり自分に関わることで解決したり、どうしたらいいか悩ん

だりするけど、地震や津波は自分ではどうすることもできない天災だからあきらめがつく。考えたってどうしようもないんだから。起きてしまったんだから」(70代)、「人間の物差しでは自然を測れない。人間の物差しなんて、偉大な自然に比べたら小さすぎて、測れるはずがない。だから、自然の一部で生かされているちっぽけな自分を生きるのみ」(50代)、「不変のものはない。普通の生活が続くと思っていたけど」(40代)。

海岸から近く、いつ起きるかわからない災害に備えて常日頃から真剣に避難訓練をしていた学校では児童や生徒の命が助かりました。石巻市のある小学校では、訓練通りに児童達は慌てることなく裏山の階段を上って小高い丘に避難し、当時学校にいた児童約230人の一人も犠牲になりませんでした。校長、教職員の信頼と協力のもと、命を最優先したすばやい判断の結果、地震の発生と同時に児童が校庭に集められ、とにかく必死で階段を駆け上りました。児童の列に続いて、住民も階段を上ったのです。「日ごろの防災教育の結果です。こなす教育より、子供中心の作る教育が大切です」と当時、校長だった女性は振り返っています(50代)。地震直後の対応が遅れ、避難場所へのルートを誤り、児童の安全を確保できなかった、ある小学校の児童の遺族にもお会いすることができました。すぐ裏山へ逃げれば助かった74人の子とも達と10人の教職員。「当時、現場にいた教職員の判断がどうだったのかを、知りたいだけです。学校現場で子供達の命を守れなかったのは、なぜなのか」と当時小学3年生の男の子を亡くした母親(50代)。海から約4キロにある小学校を津波が襲い、児童を一瞬にして飲み込みました。彼女は猛威を振った自然についてはまったく語りません。学校現場はどうだったのか、避難訓練はしていたのか、防災マニュアルはあったのか、発災直後の教職員はどのような判断をし行動したのか、彼女が知りたいのはそれだけです。「キノコ栽培で上り慣れていた裏山に逃げればよかったのに、なぜそうしないで、津波がくる川へ、しかも不慣れな道を通って、地震発生後45分以上たってから避難を始めたのか」。自然を恨むのではなく、なぜ児童が避難できなかったのかを問い続けています。

「あの日、保育所に勤務していて、なんとしても子供達の命を救わなければと思いました。すぐに子供たちにオーバーを着せ靴を履かせました。そして、指定避難所ではなく、山を目指して逃げたんです。同僚に地元の人が出て、裏道をよく知っていたので、その近道を通って山への階段を上りました。振り向くと、保育所も指定避難所も、跡形もなく津波に飲まれていました。子供達がいたから大人である私達も逃げましたが、大人だけだったらどうしていたかわかりません。子供達に助けられたのは、むしろ私達大人です」(30代)という女性に会いました。

命を守るために、まず逃げることと、女性達は口をそろえて言います。命があればなんとかなります。まずは自分の命を守るにはどうすればいいのかを考えることが最優先されるべきではないでしょうか。

## 9. 伝える

生きのびて、または生かされて今を生きている女性達。その経験を伝え続けたいと願っています。震災を語り将来の人達が災害に備え、二度と同じような思いをしてほしくないからと。

「忘れないようにしたい」、「伝えていくのは使命だと思う」、「亡くなった人の分も語りたい」と震災当時のことや、その後の生活について思い出しています。時の流れと共に当時の記憶が薄れ、3. 11が過去の出来事になっています。「なんとなく3. 11を忘れていくような気もする。時間が過ぎて、だんだん過去になっていく」（50代）、「時間と共に記憶が薄れます」（70代）と言います。

近所同士で集まってお茶を飲む時間に行った時のことです。

「こうして集まって3. 11について喋るのは大切ですねえ。普段、あの日のことは話さないから」（60代～70代）。あれから6年たって、「初めてしゃべった。近所同士でも、3. 11について話さないから、お互いのあの日について初めて聞きます」（60代～70代）。実際に激しい揺れと巨大津波を経験して壊滅的な被害を受けた街で暮らしている女性達が、あの惨事を記憶にとどめ未来の方々に伝え続けるのは大切です。ああすればよかった、こうすればよかった、反対にああしなければよかった、こうしなげればよかったなど、教訓と反省があります。

しかし同時に、忘れないという気持ちを抱えている人もいます。忘れてもいいのではないかとの意見もあるのです。「忘れない方がいいかもしれないけれど、忘れた方がいいような気もする。人は忘れるから生きられるのではないか」（70代）、「忘れなくては生きていけない、時の流れと共に風化を避けられない」（60代）という女性がいるのも事実です。

## あとがき

あの日、私は石巻の職場で被災し10日後やっと自宅に戻る途中、津波が襲った変わり果てた故郷の街を歩きながら「もう終わりだ」と思いました。「これが終わりなのだ」と。3. 11の朝、出勤の時に通り過ぎた街が、まったく別世界になっていました。これから街が再びもとに戻り、そして生まれ変わるなど想像もつきませんでした。ずっと破壊されたままなのだと思いませんでした。ところが、日本中、世界中からの温かい支えで、少しずつ街が息をふきかえしてくる過程は信じられませんでした。

東日本大震災から7年、聞き書きを始めてから4年が過ぎました。なんの資格も経験もありませんが、個人的に始めてしまいました。まったく初めての行動です。直接、女性達の経験をお聞きするにあたり、同意していただけるかどうかをおそろおそろ尋ね、それからおずおずと問いかけをしたり自由に語っていただいたりしました。始めは友人や知人、顔見知りから始めましたが、だんだんと偶然に出会った初対面の方々にもお願いしました。ほとんどの方々が、快く大切な時間と体験を提供してくださいました。私にとっても、震

災と向き合い始めるのに3年が必要だったかもしれません。ある出来事が「あの日」の前だったか後だったかと、記憶をたどることがあり、自分の一生のある地点にくっきりと刻み込まれて存在して消えない一日。

女性達は3.11のことだけでなく、幼少期の思い出から始まり、どのように生きてきたか、かなりプライベートなことも分かち合ってくださいました。戦争と終戦後の生活、引き上げ、病気、若くして夫との死別、親や義理の両親そして配偶者の看護と介護、離婚、借金、子供達との対立、両親の離婚、子育ての反省、子供達のいじめ体験、親族間での課題など、それぞれの人生で大きな影響を及ぼした出来事を交えながら被災体験を話してくださいました。その過去からの連続する流れを話さないでは、どうしても3.11を語れないようでした。これまでの人生すべてが3.11へとつながるからです。

“被災者”としてではなく、一人の女性の生涯の聞き書きになったように思います。一人ひとりがまったく違う過去を生きて「あの日」を迎え、それぞれの違う「あの日」、そして「あの日」から一人ひとりがまったく違う現在を生きて、未来に向かっていきます。一言では表現できない“被災者”の姿が浮かび上がりました。彼女たちの語りを聞き走り書きしながら、うなずき、驚き、怒り、喜び、笑い、そして涙する、そんな繰り返しをする中で、彼女たちがなんて精一杯豊かな人生を送っているのだろうと感じました。

聞き書きの後、女性達の中には病気になる人、店を閉める人、家を新築する人、復興住宅に引っ越しする人、家族や親しい人を見送った人、そしてご自身がこの世から旅立った人、結婚した人などがいます。確かに東日本大震災の“被災者”ではあるけれども、彼女たちの「あの日」は、時の流れと共にさまざまに形を変えて毎日の生活に組み込まれ、一人の女性としての暮らしの営みが続いています。

3.11直後、「もう終わりだ」と思った私は、7年後の今は、「ああ、生きることはこうして続くのだ」と実感しています。

今、生かされている私達へのたくさんのメッセージが込められた女性達の聞き書き。一人ひとりの女性達との出会いに、心から感謝申し上げます。

犠牲になった方々へのご冥福を祈りながら

千葉直美

2018年5月7日