

## 一九九六年一月・神戸

一九九五年一月一七日の阪神淡路大震災から一年がたつ。親しい人の一周忌を迎える方が何万とおられることだろう<sup>1</sup>。仮設住宅にはなお数万の人が暮らしておられる。やっと自宅が工事にかかりましたという方もおられるが、神戸に戻るのはあきらめたという方も少なくない<sup>4</sup>。事態はなお進行中である。一周年は当時の記憶と痛みとを新たにする機会である<sup>5</sup>。冬の海が鏡のように光っているのを見る時、私にも震災は昨日のごとくである<sup>7</sup>。

それにしても、見ると聞くとは大ちがごとくということばかりであった。

まず、何と物事が見えないものかとわれながら呆れた。何のことかわからないまま亡くなられた人も少なくないはずであるが、生き残った者も当初は何のことかわからなかった。停電があり、携帯ラジオもすぐには探り当てられない<sup>9</sup>。東京の友人に電話をかけて、初めて事態を知った。被災地は「情報<sup>10</sup>の窪地」である。

最初は窪地どころか井戸の底であった。まず、自分が生きていることを<sup>11</sup>、次に家族の安全を確かめ、<sup>12</sup>

家の中の状況をつかむ<sup>13</sup>。それから、職場、親類、友人の安否を知ろうとする<sup>14</sup>。そのような「同心円的な視野の拡大」が起こる。この順序を踏むと精神的に混乱がいちばん少ない。もし、週日の昼間に地震が起こっていたら、家族の安否が大問題になったろう<sup>15</sup>。連休明けの早朝であつて、職務に従事中に被災した者は少数だったが、いちばん精神的打撃が大きい層であつたと思われる<sup>16</sup>。

「同心円的な欲求の拡大」もある。最初には渴きと排せつである<sup>17</sup>。当日から始まる。次に飢えと寒さ<sup>18</sup>から逃れたい。三日目ぐらいから特に強まった。その次には清潔欲求が来る。洗濯と入浴<sup>19</sup>が自由にできる世界が天国に思える。一週間目には主な願いとなつた。ゆっくり休みたいという休養への願いは二月下旬、四〇―五〇日目には切実となつた<sup>20</sup>。

情報欲求<sup>21</sup>と人間仲間への欲求<sup>22</sup>とは最初から強く、その強さはやはり四〇―五〇日目まで続いた。知らない同士が情報を交換し、体験を語り合つた。人々が声を掛け合わなくなつたのは二月の終わりごろである。

「ハサミ状に拡大する較差<sup>23</sup>」が次第に眼につきはじめた。ふだんより元気になる人と、出勤できずに家に閉じこもる人とがあつた<sup>24</sup>。考えられないほど石頭になる人と、たいへん柔軟に新しい発想を出すようになる人とがあつた<sup>25</sup>。酒を飲まなくなつた人とアルコールにのめり込む人とがあつた<sup>26</sup>。仲がよくなる夫婦と、ヒビがはいってしまふ夫婦とがあつた<sup>27</sup>。最初の差は小さくても、どちらかのコースに入ると、どんどん差が開いていった。アルコールと夫婦仲とは後遺症となつて長く残る場合が少なくなさそうである。

何よりも、貧富の差がハサミ状に拡大するのが眼にみえるように思われた。

貧富の差は単に貯金や財産の問題だけでなく、社会的なパワーを持ち人脈の広い人と、そうでない人との差が大きかった。故郷に地縁を残す人、友人の多い人も有利であった。<sup>28</sup> 大企業は初期から社員だけでなく、その縁者にまで手をさしのべた。これは日本だけの現象だそうである。別に、個人的な才覚と小集団の団結との力が見える場面もあった。わかりやすい例は華僑の人たちであろうか。<sup>29</sup>

ふっと事態のヤマがみえたという感触は、事態の圧力の増大が鈍ったという手ごたえで、それは一月三〇日であった。だいたいヤマは越したなという瞬間があった。新しい事件が起こらなくなり、全体に引き潮感があつて、「われわれは局面を支配しつつある」という自信が生まれた。二月半ばであつたらうか。避難所での活動が一段落した<sup>30</sup>ので、夜間往診隊が組織された<sup>31</sup>時期である。二月下旬には、新しくやることがほなくなったという感じが生じて、それまで日に二時間しか眠れない日もあつた。私は、その夜、睡眠薬なしでこんこんと眠つた。私は九月初めまで眠気につきまとわれるようになった。<sup>32</sup>

\*

私は、食糧を積んだ三重大学の救援トラックが神戸大学病院の裏門に「堂々」という感じで入ってきた時のことをありありと眼に浮かべることができる。あれはまだ二月にはいっていなかった。

二月から三月にかけて、ボランテニアの自転車、全国の都道府県の名を記したパトカーや市町村の名をつけた各種車両、自衛隊のジープ、救援物資を積んだトラックが神戸の道路を埋めつくした。<sup>33</sup>

被災という事態においてもっとも精神に打撃を与えるのは孤立感であると米国の研究者はいうが、われわれの場合には、全国、あるいは海外からも、援助者、救援物資が到来していること、義援金がぞくぞく寄せられ、自粛さえ行われていること、要するに「全国が神戸にやってきた」ことよって孤立感は大いに軽減されたと思ふ。

援助にやってきた人の多くは「被災者でないから」といつて謙虚であった。<sup>34</sup>逆に、被災地の中から「いや全国民が多かれ少なかれ被災者だ」という声が聞かれた。これは真実であると私は思ふ。

実際、神戸あるいは阪神間に縁者のある人は予想外に多かった。ここが青春の地であったという人、ここに長く住んだという人も多かった。そういう人が、燃える街の映像を見て身を切られる思いをした。<sup>35</sup>過去に災害を経験した人たちは他人事でないという思いをした。たとえば、伊勢湾台風の被害をなお忘れていない名古屋、三重北部の人たちである。<sup>36</sup>この地域からの援助がもっとも早く、義援金の額が飛び抜けて多かったのは、きつとそのためではない。さらに戦時中を体験している者は当時を思い出すことが多かった。あたかも戦後五〇年という年であった。被害をこうむった側への痛みの表明が表面化したのもどこかで震災と関係があるかもしれない。

救援者側の精神的なダメージに、はっと気づいたのは、二月上旬に救援に來られた作家で精神科医のK先生が六月に私をたずねて來られた時のことである。先生は避難所めぐりにあたって、特に校長

先生という「被災救援者」の慰問に当たって下さった。先生の万歩計は一日三万歩を記録した。以後三ヶ月、先生は昼間は緊張感が抜けず、夜は妙な夢を見つづけられたという。余りのことに、先生は、かつてのコースをもう一度たどり直して、復興の進みにやや安堵され、しめくりに私のところへおいでになったのであった。

その眼で見直せば、多くの救援者側の記録に、被災地から帰った直後はしばらく現実感がなかったとか、仕事が手につかなかったとあった。

一〇月になって、兵庫県と「こころのケアセンター」から派遣されて、ロサンゼルス地震対策を調査研究に行った人たちの報告は私を驚かせた。ここでは救援者は「デブリーフィング」つまり体験を語り合い、「デフュージング」つまり感情の高ぶりをおさめ、「デモビライゼーション」つまり緊張の武装解除を行ってから家庭に戻るように配慮されている。米国でも校長先生は特にもっとも注意しておかなければならない人とされていた。

私たちは、多少、被災救援者への援助を行ってはいしたが、それでも、自身が被災救援者であるための盲点があった。自分にも同じものがあるために、相手の症状を軽く見てしまったのである。<sup>37</sup>

地震という事態は、一瞬の出来事であるから、初期の援助ほど大きい意味がある。初期の救援の遅れたいきさつを後で知って、まず、これは「想像力」の貧困という問題だと私は思った。<sup>38</sup>

しかし、やがて、「過剰対応」を恐れていたのではないかと考えてみた。行政関係者に対して「非常事態に対する過剰対応は免責される」というルールが必要だと思う。<sup>39</sup> 私たちは、とにかく神戸を精

神科医で飽和状態にするほかはないと考えた。この予防精神医学的方法は、中途から救援精神科医たちが手持ち無沙汰になる程度には成功したと私は思う。

\*

一九九五年も三月になると、ひざしが暖かになった。交通が急速に回復した。実際、伝統的な交通手段である鉄道と海上交通の復旧は早かった。一年後の今も高速道路の開通はまだまだである。

ようやくこのころ、寸断された鉄道を徒歩でつないで、東部被災地の診療所を訪問した。<sup>40</sup>灘区、東灘区、芦屋市、西宮市の惨憺たる被害を眼にしたのはこの時である。特に東部被災地の東の縁に当たる西宮市は、西部被災地とはかなり様相が違っていた。全体に陰鬱なのである。その地の精神科医から話を聞いてなるほどと思った。

一般に辺縁被災地は中心部と異なった状況に置かれる。そこは「まだら被災」であって、中心部のような連帯感が生まれにくい。「絵」にならない被災は報道されにくいということもある。全国的な注目も浴びにくく、援助も中心部ほど厚くはない。さらに外部から入り込む悪い諸君も、まず辺縁地域を通り、ここで「仕事」を見つける。江戸時代のように小判を倉にしまっておいた時ならともかく、被災中心地にはめばしいものはない。

西宮市では、クーラーの屋外機だけが軒並み盗まれたという。盗品は海外に運ばれたのかもしれない。酒を飲んだ人たちが避難所で乱闘をして機動隊が出勤させたといい。

住民が自警団を組織して、外部の人間に対して警戒の眼をもって対するのは、こういう状況が長引いた時であろう。実際、田山花袋の関東大震災の記録などを読めば、大破した鎌倉では今回と同じ共同体感情がみなぎっていたのに、さほど被害のない目黒に来ると自警団に尋問されている。悪名高い朝鮮人虐殺もそういう雰囲気で起こったにちがいないと実感した。おそらく、今後は周辺部への救援をも手厚くする必要があるだろう。<sup>41</sup>

被災地周辺にはもう一つ問題がある。被災隣接地が被災地の負担を肩代わりせざるを得ないという事態である。

東部被災地の隣には大阪という大都市があって機能の代替には事欠かなかった。これに対して西部被災地には大都市が隣接していなかった。その結果、たとえば人口七万の加古川市の中規模の市立病院は、神戸市内の大規模病院の麻痺した機能を代替して不眠不休の活動をしていた。外科医たちは土日返上、たった一人の精神科医は深夜帰宅を続け、しかも九月にその実情が気づかれるまで外部のだけれもその事実を知らなかった。今後は被災隣接地が重荷を背負っていないかどうかにも光を当てる必要があると私は思う。

三月下旬、四月、五月は全国の注意がオウムに集中した時であった。被災地を定期異動で去った人も多く、被災地の工場閉鎖で転動してゆくブルーカラーも少なくなかった。仮設住宅の建設が軌道に乗り、人々は避難所から潮が引くように去っていった。平屋根の仮設住宅群は、運動場に、道路予定地に、バブル期に整地された空き地に低くわだかまって、この時期多かつた雨にぬれそぼっていた。

日増しに濃い緑に包まれて被災地は静かに眠ることくであった。新学期に入ってボランティアは次々と去り、ついには行政は四月二八日をもって一種の正常化宣言をした。その代わりに半官半民の「このケアセンター」が設立された。五年間継続する組織で、六月から発足し、七月から次第に活動に入った。

このセンターの実態は、医師、看護婦、臨床心理士、ケースワーカー、保健婦それに若干の事務員の集団で、全員で八〇人に満たず、ほとんどが日々雇用である。所長はおらず、私は「兵庫県精神保健協会・こころのケアセンター担当理事」で建前上は名誉職である。いかにもひ弱なこの集団の存在理由は、行政とボランティアとの隙間を埋めることにあるだろうと考えた。そのためにはフットワークが軽くなくてはならない。通称「こけセン・サミット」で提案を即決することができるようになって、この前例のない組織はようやく動き出した。K市への救援も、米国での研修もそうやって決まった。

しかし、この組織は、千葉県のある都市で作られた「すぐやる課」に似て、一見ささいな隙間埋めが日々の主な活動である。目下は特に仮設住宅に住む人たちへの援助である。これについてはまた報告する機会もあるだろう。

(この文章は「共同通信」が配信して主に九六年一月一五―一七日に連載されたものが元になっています)



1 震災死者は五五〇〇（警察）とも六三〇〇（自治体）ともいわれるが、その家族、親戚、知人、友人は数万、十数万であろう。

2 仮設住宅は四八三〇〇戸建設された。基礎工事をしないという共通性は法規上のものである。日本製の他、アメリカ製、イギリス製、カナダ製があり、イギリス製はテラス付きが特徴で、カナダ政府からの寄贈のものはログハウスである。災害救助法にいう「建設戸数は被災住宅の三割以内」「所得による入居制限」は、兵庫県知事が中央に迫って超法規的に無視されるまで建設の足を引っぱり、入居順位の決定に影響を与えた。

3 西部阪神の高級住宅地は高級プレハブ住宅が更地と残った家屋との間に所々立ち並ぶ景観に代わった。赤屋根白壁のしゃれた家は目下ほとんど再建されず、申し合わせたように濃く沈んだ色と重厚な形態の建築で、二階の窓にはテラスがあり、地面ががしりと据えられている。この色彩と形態の選択には「プレハブ」というものの軽さを打ち消すためもあるが、喪の色であり、震動をかたくなに拒む形にみえてしまう。

建築の遅れは、資金の調達だけでなく、工事する人の不足にもよる。ふだんから出入りの大工がいるという特別なお邸を除き、順番待ちということが多かった。神戸大学の学長さんのお宅も年末ようやく新築工事が始まっている。一方、傾いた家をジャッキ・アップする技術は震災後一カ月以内にボランティアのグループによって開発された。全壊とみなされた家も含めて当初絶望視された多くの家屋を救い、一般民家からマンション、中小ビルに及んで、工夫の才という古くからの伝統を新しく示した。しかし、九六年一月三十一日に会った県立尼崎病院副院長は「先日やっとジャッキ・アップし

ました」と語っていたから、順番を待ちつつそれまで傾いた家に住んでおられたのであろう。

4 生け垣、低い石塀、傾いた門柱のみを残す多くの更地は何も語らないが、一人住いの老人が震災死を遂げられて遺族が管理しているのかもしれない、住人がどこかに仮住いして再建資金を工面しているのかもしれない、あるいは移住して土地を残しているのかもしれない——地価の低下は売却を困難にしている——が、まったく放置された瓦礫の山は住宅地にはほとんどない。この整理が一二月末まで公費で行われたためもあるが、少なくとも申請者がいたわけである。三宮のビル街などは、瓦礫のままのところが多い。権利関係の錯綜したところか、申請者がいなかった場合でなからうか（\* 三月末までさらに延長された）。

5 記念日現象 anniversary phenomenon といひ、日付けも、風の冷たさ、陽のかけり、ちらばる霰など當時を思わせる外景も、往く人の服装さえも、いわば「索引」となって当時の記憶をよみがえらせる。むろん、この現象は震災に限らず、個人的幸不幸のすべてに関連して現れる。

6 「その時、神戸の冬は晴れて海は鏡のように光っていた。……」（『1995年1月・神戸』）。これは数日後の印象で、一月一七日当日は曇天で低く垂れた雲から雨脚さえみられた。脊梁山脈が途切れていて瀬戸内海から日本海まで準平原が続く本州唯一の県である兵庫県の南部の冬は、日本海側の気候と太平洋側の気候がせめぎ合う。「ここは雲が美しいところで、それを写真にとるのが楽しみです」と西区仮設住宅の七〇歳の女性が語ることばはほんとうである。寺田寅彦は関東平野の空をみて、そこに関東平野の地形が裏返しになっているのを楽しんだ（たとえば鋸山、丹沢山等々が雲を生み出すわけである）が、ここ山のない神戸市西部の、播磨平野に属する部分の空は天気図をかなり正確に反映

する。春秋など、一つの直線を境に一方は青空、他方は羊雲である。前線の通過も気象学の教科書そのままである。ただ六甲の急峻な南面を背にする神戸東部、西部阪神のみが地形にもとづく局所的な気象を前面に出す。東部阪神となると、これは偏西風によって丹波高原の気象が南に移動したものであることが少なくなかろう。夏の丹波高原がつくった雷雲は南々東に向かい、伊丹、尼崎、さらには大阪北部をおそうのである。このため神戸西部は日本でもっとも雷の少ない地域となっていて、垂水区に住む私は年に二、三回、前線通過に伴う「界雷」を聞くだけで、「熱雷」を知らずに終わる夏も少なくない。

7 私の周囲には「この一年は短かったようにもやたらに長かったようにも感じられる」と自ら訝る人が多い。「震災前は前世です」と書いてよこすのは被災隣接地で働きに働いた女性医師のことばである。

8 一月一七日午前中に検死された死者は一瞬にして死を迎えた圧死者であって、苦悶のまったくない、安らかな死に顔であった。午後になって運ばれてくる遺体は壁土などによる窒息死で苦悶の跡がみられた(東灘区の一病院で検死に当たった一医師の、ある報告会でのまとめ)。

9 その日の日の出は七時少し過ぎであった。雲がめまぐるしく往来する天候のせいもあって、地震当時はほとんど暗黒であった。電灯のことごとく消えた街がようやく白みはじめたのは、地形にもよるが、六時を何十分かまわっていた。「満月の月明かりの下で惨状を初めて目にした」という人もいるから、晴れ間から残月が照るといふところもあったのであろう。

10 停電のため、私たちの多くは初期の情報を今日まで知らないままである。

11 一瞬「あの世か」と思ったとは倒壊した家屋の中で自分を取り戻した人の言である。震源地の海を

前にしても、動いた断層が私の家の傍から二つほど東の断層であるために「あーあ、とうとう来た。これが地震というものなんだな、しかし、東京にいて遭わずにこっちでとはなあ」と頭の隅で考えるゆとりがあった。ただ、二〇秒が途方もない長さであった（三〇秒ともいわれる）。

12 暗がりです声をかけ合う場合が多かった。二階から脱出したところが地面であることに驚いて、一階の住人——それは父母のことも階下の別家族のこともある——の危機をはじめて知ったという話もふつうである。倒壊した家屋の外へ脱出すると、とたんに気が抜け、全身の筋肉が弛んで、しばらく茫然としていることが多かった。いったん脱出した人たちが家族や隣人を点呼して人数が足りないのに気づき、そして救出を考えるのはまず「気をとり直す」のに大変な気力が要り、少なくとも主観的に非常に長い時間がかかった。神戸大学精神科出身（法医学教室にも属していた）の唯一の犠牲者は子ども一人とともにいったん脱出し、妻ともう一人の子を連れ出そうとして、さきの子どもを外に待たせて家屋に再び入ろうとしたところに梁の直撃を受けた人である。彼は三田さんだ保健所長であった。一人残された遺児は大阪府の祖父母のもとに引き取られた。遺児育英金が募られたのは何週間かのちであった。

13 家屋が倒壊していない場合も本に埋もれた人が多かった。また、どの本がどの本の隣にあるかというところがいかに重要であるかを改めて多くの学者、愛書家は知った。再建した本棚はまるで図書館のようによそよそしく、近づく気を起こさせにくいものであった。定期的に自分の本棚を撮影している人は例外である（私も何回かはそうしていたが）。「突如本は凶器と化した」とうたった詩人もいる。なお震災直後、陶器、時計が「震災価格」（安くする）でよく売れた。

14 神戸大学、関西学院大学、甲南大学などでは、下宿の友人を気づかって駆けつけた場合が多い。頑丈でない普請の下宿の圧壊は、その一年前のアメリカ・ロサンゼルス郡の大学都市ノースリッジ市の地震における死因の主なものでもある。梁に挟まれ、何とかして引き出そうとする級友たちに火が迫る。「ありがたい、もういい、逃げてくれ」といって死んでいった学生の話が語り継がれている。やはり迫る火から妻のなきがらを救おうとしてついに首を切り落とそうとまでした夫の哀話はこれ以上述べるに忍びない。

15 一家の働き手がほとんど全員在宅したため、家族の安否を即座に知りえた場合が多い。このおかげで、閉じこめられた推定三〇万人の大部分が自力で脱出、あるいは家族や隣人によって救出された。九割以上がいわゆる「市民救出」である。英雄伝説と化しつつあるのは、神戸商船大学の寮生百数十人で、海員をめざす遅くも機敏な彼らがチームを組んで次々にめざましい救出を行った（真っ先に表彰されたのは彼らである）。私の周囲にも「掘り出した」人数を競う会話が合った。バールや手動鋸が有効であった反面、電動工具は当然役に立たなかった。

もし昼間に起これば、多くが職務執行中であって、職場での迅速な対応は可能であったかもしれないが、人々は家族の安否を知ろうとする本能的な心の動きのためにたえず苦しめられたにちがいない。それは実際に宿直していた医師、ナース、電話交換手などを苦しめた力であった。しかし、職場を放棄した者の話はいずれも耳にしたことがない。

ノースリッジ地震の記録的な死者の少なさ（五七人）は、神戸市でいえば北区、西区のような、ひろやかな住宅地域であるということもあるが、一九九四年一月一七日当日がキング牧師を記念する国

民的祭日であったことが大きい。一九九五年一月一七日は火曜日であるが、一四日が土曜日、一五日（成人の日）が日曜日、一六日（月）が代替休日であって、三連休の明けの朝である。このため、家族を離れて一人だけレジャーなどに出かけて被災をまぬがれた人や帰省していた学生がある一方、帰宅途中の高速道路で災厄に遭った人もある。

16 他方、レジャーに行く人に代わって宿直を頼まれた人もいたわけである。一般に病院は最低の人数しかいなかった。その一人の女性医師は、宿直室からようやく脱出するや否や、二人のナース、一人の補助婦とともに四七人の主に老人の患者を掌握して迫る火から脱出して全員ことなきを得た。脱出を拒んだ老人が五人いたそうである。反面、ふだん目が見えないと主張していた一人がターツと走って出たそうである。彼女は老人施設や精神病院に患者を託してゆき、二夜を患者とともにあるいは避難所で明かし、その間、医師を求める声に応じては救急車に、あるいは自家用車に（実に多くの自家用車が救急車となった）同乗しては神戸大学救急部に患者をピストン輸送していた。医局長の報告では当日行方不明の三人の一人であって、われわれは安否を案じて搜索していたが、あにはからんや救急の窓口は何度も顔を出していたとは。後になって、「そういうえば彼女を見かけていた」という者が出てくる一方、どうして彼女自身が私たちに連絡してくれぬかと訝ったが、修羅場とはそうなってしまうのである。彼女の頭の中には「女医の名誉にかけて」という気持ちが渦巻いていたようである。実際あちこちで女性医師の活躍が目だったが、その底に「女性医師の意地」もあったことはまずまちがいない。実際、彼女らの真価を知らしめる機会であったが、PTSDに悩まされた人が当然少なくない（一般にPTSDがなぜか女性に多いことは神戸大学医学部全学生四〇〇人の一斉調査——回収率九二パー

セント——からもみてとれるところである。他方、自殺は圧倒的に男性であり、しかも断乎とした方法を選んでおられる。

17 湧き水の多い神戸ではペットボトルやポリタンクによる水の採集ができた。水道管の破れたところから地上の湧き水となって流れる水道水を飲む人もいた。急坂が多く、雨に洗われて、神戸の舗装道路は比較的清潔な印象がある。

神戸市の水道局は大部分の水を淀川に仰いでいる。阪神間の諸都市もそうである。戦前の主流で「神戸の水のおいしさ」がたたえられるものになった貯水池のうち、最大の千刈貯水池は北区鈴蘭台以北に配水し、小さく古い布引ぬのびき、烏原からすはらの二貯水池はおそらく近隣に配水しているか、象徴的な程度に淀川の水に混ぜていると想像される。

私が多摩川畔の団地に住んでいた時、近くの多摩川浄水場の閉鎖があった。当時、神戸市は、布引、烏原の二貯水池を、たとえ小さくかつ非効率であっても災害の際には飲み水としてなら全市に給水できるからとして断然廃止しなかったことを聞き、東京都の短慮を惜しんだものである。京大工学部土木工学科卒の原口市長時代の決定であつたらう。ちなみにこの人は、他にも、ダンブカーを道路でなく河川敷を通るようにし、次いでダンブカーに代わって長大なベルトコンベアーを用いるなど発明工夫の人であった。また、山を一つ崩すにも、きちんと科学的アセメントを行い、その結論に従った。地震についてもその時代にアセメントが始められていた。しかし、今回の大震災において布引、烏原の両貯水池がそのような目的に活用されたかどうかは私にはつまびらかでない。

神戸市の水道が寸断されたことは事実であるが、無知によって、温存されていた水が浪費されたこ

ともあった。私の住む地区は阪神上水道が淀川から始まって神戸市西区に終わるその末端に近く、このような水道の末端には消費量が昼間から夜間に向かって激減する際に水圧が急に上昇してウォーターハンマーとなる、その衝撃を緩衝するための貯水タンクが地下に埋設されている（もと水道局長の個人出版物による）。おそらくこの貯水タンクのためであろう、私たちの地区には当初ふつうに水が出たのであり、人々は皆、水道は破壊をこうむっていないと錯覚した。もし広報車か、私たちが分別収集の時にするようにハンドマイクで自家用車から、今出ている水は限られた貯水タンクからのものであるから飲用水に限るよう呼びかけたならば、その後の長い断水の苦しみはかなり緩和されたであろう。このような目的の貯水タンクの存在は住民に知らせておくべきである。私はその存在を知っている少数、ひよっとすると唯一の人間であったが、目の前で水道栓から出ている水をそのことと結びつけられなかった。

同じことは神戸大学病院にもあったようである。多くの病院では貯水タンクは屋上にあった。ポンプで屋上に揚水しておけば、重力が水圧を生んでくれるからである。これらのタンクは多く破壊された。神戸大学病院はせっかく地上に水タンクを持っていたのに、同じような無駄使いをしたようである。もつとも、病院は住宅地よりも規制が難しいと思われる。患者に「使うな」と言いくいのである。

結局、神戸大学病院は自衛隊の給水車に依存し、私の家のある地区は最初は給水車に頼ったが、やがて、隣接する西区小公園の水道が無事だったので、その撒水栓からポリバケツ、ポリタンクに取水して、自家用車で運搬した。もつともよく使われたのはごみ用の大型ポリバケツ（ペイル）の中に



ごみ用のビニール袋を入れたものであった。末端の水道管が一カ所も破壊されなかったのは、管自体の新しさもあるが、直接岩盤の上に立った住宅地だからであろう。埋め立て部分に建った家屋だけが被災したのはその傍証である。そのうち、飲み水のために各地の飲み水が送られてきた。

人々は停電した高層住宅への水上げの苦勞を今に語る。初めての子をさずかったばかりの妹のために水運びを続けた兄が心筋梗塞で若い死を遂げた哀話もある。

最初の段階では排泄は多くビニール袋に行われ、これはのちに廃棄物に混って捨てられた。一、三日中に多数の組立て式仮設便所が公園などに林立するようになった。倒壊をまぬかれた多くの家庭では、「小」のほうは流さず、「大」の場合にはポリバケツなどに溜めた廃水を一気に叩き込むという方法で流していたはずである。

私はけっこう歩きまわったほうであるが、放置されたままの野糞を一度もみたことがなかった。神戸はふだんは犬糞の放置が、それほど多くはないが、やはりみられたところである。もつとも、被災地には、ここは死者がまだ埋れているから、あるいは死者が亡くなったところであるからと排泄をいましめる立て札に花束が添えてあるのが多くみられた。

18 神戸大学精神科の当直医は最初の三日間オニギリ一つでがんばったという。一月三十一日までは主にカップラーメン、「どん兵衛」、乾パンのたぐいであった。かつての形式そのままの八つ孔の海軍乾パンと二つ孔の陸軍乾パンがあつて砂糖が入っている前者のほうに人気があった。三十一日に食料配給が打ち切られた。生協の食堂が開いたという理由であったが、それは三時間だけで、多忙な医師には利用しがたかった。結局、買い出し部隊に貴重な人手を割くことになったが、やがて明石の県立看護大

学の方々が明石の新鮮な肉、魚、野菜を車で大廻りをしながら運んで下さるようになった。これを知った東京の友人やその夫人から多額の義援金をたまわり、それが買い出しの資金となった。救援精神科医たちはモツ鍋、フグちり鍋、オデンの種一式などを持参され、上手につくって下さった。これは現地精神科医の士気維持に大いに貢献した。痩せつづけていた第一線の精神科研修医たちが肥りはじめたのはこの後である。当時「ヘイタイには食わさじや」とシニアの医師たちは言い合っていた。実際、食わずに働けるのは三日、非常食でがんばれるのは高々二週間と云つてよい。

なお、冬季であったために、肺炎がとくに老人に対して猛威をふるった（神戸大学病院の入院患者は毛布と鉄粉の酸化熱による懐炉で零度前後の寒さに三週間耐えねばならなかった。それでも病院で治療手段があつたためであろう、肺炎死者の平均年齢は八八歳という高齢で他の死因の六〇歳代とは対照的であつた）。

もし夏季であれば、食中毒が問題となつたと思われる。家庭用の塩素系漂白剤をうすめれば手指などの消毒に有効である。他方、現在作製されつつあるマニュアルの多くには保冷車を使用するべきで、その他清潔な調理された食事以外は配給するべきでないとする。これは行政の責任を軽くするだろうが、現実には可能であるかどうかからしない。セロファン袋に一人分の米とそれを炊くための水とを入れ、この袋多数を釜に入れて炊けば、無菌的な米飯の袋入りができる。これは旧陸軍が本土決戦に備えて開発した方法である。また、少し古い食物でも食べる者がよく咀嚼して嚥下すれば、とくに若い人の場合、胃酸が殺菌を行ってくれるであろう。この際、食後三〇分は水分をとらないようにすることが必要である。食後に水分を摂ることは日本人の習性であるが、せつかくの胃酸を薄めて殺菌の役

に立たないようにしているはずである。これらの注意は熱帯旅行の際にも有効である。またインディカ米のスティームド・ライスは無数の小孔を米粒に開けるため、熱帯の食事として非常に合理的である。

19 この列島に住む人の清潔さへの優先順位は高く、入浴が熱烈に求められた。私の家では十日目にガスが出ると公園の給水栓からの水を少しずつ溜めて入浴を行い、そのあとの水を排泄物を流すために使った。研修医の多くは泊り込みを重ねた。父母に「一カ月は帰ってこずに働け」と厳命されてそのとおりにした者もいた。西区に住む病棟医長は早く風呂が沸かせたため、帰宅のたびに研修医を伴って温かい食事と入浴をさせた。私の地区が回復すると私もそのひそみに倣った。そのうちに病棟に通水されて、二つの宿直室のシャワーが使えるようになった。

中央区でボランティアを糾合して二四時間電話相談を早朝から実施していた精神科医小林和さん<sup>中</sup>たちはかなり長く海上自衛隊輸送艦「みうら」の設営した風呂に頼っていた。

私の地区にたまたま温泉が湧いて三月四日に開業した。入湯料を通常の入浴料金(二八〇円)としたために、開業当初より被災地区などからの入浴者が殺到し、自家用車が住宅地に溢れ、温泉側は急拠駐車場を次々に増設した。私も職場全体にこの情報を流した。

20 兵庫県の被災外地域にある多紀郡篠山町、赤穂市はチャーターしたバスによって被災民を次々に招待しては入浴と食事のサービスを行った。この事業は被災地近接自治体の貢献として特筆できる。他にも行った自治体があるであろう。観光地は一時まったく客が途絶えたから、自治体には地元振興という一石二鳥でもあったか。私も、温泉宿に半額で入浴宿泊できるよう交渉をして病院全体にそのこ

とを知らせたが、なかなか休まない人が多くて、行った時にはもとの値段に戻っていたということもあった。しかし、被災者だけでなく被災救援者、救援者にこのような交代休養を三週間に一回を目安として行うことが「燃え尽き」を予防する上で有効であると私は強く推奨したい。アメリカ軍がベトナムにおいてヘリコプターを用い、ドイツ軍が東部（ロシア）戦線において実に敗北の直前まで鉄道を用いて、きちょうめんに定期的休養を与えていたのは四〇―五〇日目に起こる「戦闘消耗」（急性の燃え尽き現象）といってよいであろう）を予防するためである。

21 NTTは電話十回に一回ぐらいは通じるようにし、また公衆電話のほうがかけやすいようにしたらしい。しばしば、公衆電話ボックスには小銭の不足するであろう未知の後の人のためにと十円玉が誰かの手で積まれていた。そのうちに区役所前、避難所などにNTTが机を置いてその上に電話機を多数並べるところをつくった。

戦争末期、市外電話は申し込んでから通じるまでに数日を要し、電報は電文が乱れてしばしば日本語の状態をなさず推量さえできなかったのとは大きな違いである。

戦時中も郵便は比較的頑丈であった。使用済のハガキに黒く墨を塗ってその上に朱筆で書くことが広く行われた。今回も郵便は当日から機能し、避難所から避難所へと転送されて、私が患者に出した普通郵便の手紙はことごとく一週間以内に到着しており、速達は平時の普通郵便と同じぐらいの早さで到着した。そのうちに郵政省および民間会社の宅配便が個人から個人への援助物資を運んできた。

あとで聞けばテレビ等で全国的に被災地への電話使用の自粛を訴えていたそうであるが、同時に、見舞には郵便の使用を訴えてよかったと思われる（あるいは訴えていたかもしれないが現地ではわからない

かった。

一般に、海上交通、鉄道、郵便など、「明治からあったものは丈夫だ」という印象が、陸上交通とくに高速道路、に比べて、ある。

流言飛語がひろがらなかったのは、どこかで「バカなことを言うな」という止め役がいたためもある。そういう場面に遭遇したし、私も及ばずながら、その役に当たったこともある。しかし、コピー機による情報の複写一つをとっても、その果たした役割は実に大きい。いたるところに貼り紙があり、その中に流言飛語的なもの、差別的なものは私の見た限り一つもない。話しことばよりも書きことばのほうが流言飛語性を帯びにくいのである。

大阪府こころの健康センターに当時おられた納屋<sup>なや</sup>医師は兵庫県精神保健センター麻生医師チームが電話送達する情報をまとめて「精神科救護所情報」を編集・印刷し、高速ポर्टで送ってこられた。これを最初は徒歩で、次いでバイクで各救護所などに配布したのである。

京都市の精神科ボランティアYOYOU社は被災地救援の際に多くの貼り紙を写し、チラシを持ち帰り、これを編集したニュースを発行した。これを満一年間継続している。

ファックスと電子メールとのいずれがまさるかについては二派に分かれるが、いずれも活躍した。

もし、このように文書の形での情報を多くの人々が発信し、また受信するということがなくて、行政の発信する情報だけでは流言飛語の跳梁もありえたかと思われる。人々は行政の発する情報にはしばしば両義的である。つまり眉に唾をつけるか、「それっ」となだれを打つ。

外国語使用者はとくに当初、情報の点で日本語使用者より不利であった。朝鮮語放送「ヨボセヨ」

(もしもし)が早く活動を開始した。平時から外国語ボランティアがバッジをつけて歩いている街であるから、この点に関しては多くの他都市よりまだしも有利であった。実際多くの外国語ボランティアがみられた。また、ベトナム人の鷹取教会をはじめ、韓国、朝鮮、中華民族学校と教会、イスラム圏の人たちのモスク、ユダヤ人のシナゴーク、外国倶楽部、インド・クラブを初めとするクラブが活動を続けていた。孤立した外国人はあっても一時的、あるいは少数であったと思われる。中国人およびセイロン人の留学生に下宿の圧壊による死者が目立ったことはいたましいが、留学生への援助を日本人学生への援助に優先して行おうとした跡もみられる。神戸大学精神科の留学生(女性医師)は一家とともに伊丹市で被災し、避難所生活を三ヵ月以上続けているが、その間、鍼を被災者に行うなど救済活動をつづけていたことは本書への寄稿まで知られていなかった。

22 知らない同士がことばを交わし合い、体験を語り合い、涙を流し合った。このことは精神保健上きわめて大きな力があった。アンダーウッド教授は会う人ごとに「もう泣きましたか。泣きなさい」と少々たどしだしの残る日本語で語りかけていた。避難所は一面ではそのようなふれ合いの場となり、誰かと話すためにだけ避難所を訪れる人もいた。一方、人々はこれが一時的なことであり、いずれはさめるのが自然当然であることがわかっていて、そのことを口にしていた。

もともと避難所にある、スピーカーでの呼び出し、班編成、などの規律への耐性は区々であり、断乎、自動車、いや倒壊家屋の中で生活する人もみられた。遅れて避難所に入ろうとして場所がなかったり、すでにでき上がっている人間関係の中に割り込むことができなかった人もいた。六日目に倒壊家屋の中で一家心中を企てた例もその一つである。倒壊家屋に一人住いして大阪まで通勤していた女

性会社員の抑鬱の場合もその類に入るかと思われる。一家心中の企てがいち早く発見されたように隣人の気づかいがあり、少したつてからは精神保健関係者を含むボランティアが倒壊家屋生活者に声をかけはじめた。しかし、その女性会社員のように夜間だけ倒壊家屋生活をしている人がいることにはわれわれは思い及ばなかった。

実際には、阪神間はもちろん、重工業が衰退した後の神戸市も、その西部に至るまで、大阪のベツドタウンという性格を年々濃くしてきた。真珠加工、はきもの、ファッション、観光では一五〇万都市を支えるには足りないのである。そこで寸断された鉄道を乗り継いで大阪へ通勤する人たちの大群がみられた。私は黄昏時にJ R神戸駅へと急ぐ彼女らの大群が元町通を東からやってくるのに出会ったことがある。ダウン・ジャケツト、ズボン、リュックサック、登山靴という「震災ルック」に身を固めた無表情な人たちが肩を怒らせて「どしどしどし」という感じで、皆が同じ速さで向こうからやってくるのであった。葉を届ける途中であった私はひとりでこの群に逆らって歩む羽目になり、初めは恐怖さえ感じた。しかし、近くでみると、しばしば男女が腕を組み、手を取り合って談笑している。ただ皆、表情筋がこわばって動きに乏しかった。

この大群は一つの列車が運んできた人たちであると思われる。しかし、すでに四キロを歩いているはずであつて、ふつうはもっと散らばっているであろう。歩調を合わせていないのに同じ速度で移動する人間の集団である。似た現象は自動車でもみられた。私たちの車が暗やみの中に突入すると（私たちは地理をよく調べてあつた）、追尾する何台もの車があつた。その車たちは実際上の理由もあつたろうが「人恋しさ」もひしひしと感じられた。

大阪に通勤するということは、当時、徒歩区間をいくつか交えて片道四時間をついやすことであつた。大阪は平時の名古屋より遠くにあつた。しかも、このきびしい商工業の町は、神戸の人たちにし  
ばしば「いつまでも被災者面をするな」と面罵するのであつた。さきの女性の場合も暗い方向への誘  
ないの一つはこれであつた（彼女は結局たすかるのであるが）。そうでなくとも、平時に変わらぬ大阪の  
かがやきと神戸の暗さとを往復することは、神戸の沈鬱の中に日々を送るよりもいっそつらいものが  
あつたであろう。私が二月中旬、震災後始めて九州の地を踏み、博多天神の岩田屋百貨店に入つた  
時、もの皆オーラを帯びてみえ、思わず帽子を三つ濫買したことを思い合わせる。

23 「鍊状較差」は元來經濟學用語であるが、震災直後からこのことばをよく思い出す機会があつた。

24 「ふだんより元氣になる人」はいつてしまえば輕躁の高揚・過活動状態であり、情緒の不安定を伴い、  
しばしば精神的視野狹窄を起こし怒りっぽくなり、もちろん涙もろくも、些細なことで痙攣的に笑い  
ころげたりもする。

これは、最初の茫然自失、現実感喪失に続く状態であり、震災の年の二月に亡くなつたフランスの  
外科医・「侵襲學」の提唱者ラボリによれば「反撃の構え」である。おそらく、災害時のこのような高  
揚と過活動とは理になつた面がある。感情高揚がなくて白けてしまえば「とてもやつてられない」  
のが修羅場である。「火事場の力」ということばがあるように眠らなくても疲れを知らない過剰活動が  
切り抜けるために必要でさえある。単に精神的高揚だけでなく、心搏出量増大、脈搏増加または血圧  
上昇、肝臓グリコーゲンのブドウ糖への分解優位、視聽力をはじめとする感覚の鋭敏さ増大、血液の  
神経系と横紋筋への優先配分と皮膚、内臓の血液量減少、免疫力の活性低下などがみられるはずであ



。「反撃の構え」は自律神経系においては「交感神経系優位」であり、内分泌系においては副腎皮質ホルモン優位であって、ハンス・セリエのストレス学説では第二相に、心身医学では「エルゴトロピズム」に相当し、中医学では「陽、実、熱、表」「火旺<sup>かおう</sup>」と表現される。これは敵を索め<sup>もと</sup>、捕捉し、格闘し、打倒するのに適した構えであり、実際に狩猟や戦闘にあつては有効に機能したであろう。災害への対応も急性期には有効性があつたと思いたい。

もつとも、この構えは格闘と同じく長続きしない。その限界は今回の災害の体験では四、五〇日であつて、軍事精神医学にいう「戦闘消耗」が起こる時期に一致する。逆に「戦闘消耗」とはこの構えの限界そのもので急性の「燃え尽き」であると私は思う。精神科医たちのスタミナ配分はこの知識を参考にして行われた。

家屋が倒壊したり、家の中が散乱した場合に家にかかずらわつて抜けられなくなる場合があつたが、そういう場合は、周囲からみればそれほどでもない場合でも、本人にとつてはやはりいみじいことであつて、いったんそちらに気が行つてしまうと職場どころか家の周囲が非常に遠くみえてしまう。眼前の片づけに熱中すると、心の視野に限定されてしまう。私も本を読むとか翻訳をするとそこにはまり込んでしまいそうになった。最初から過剰睡眠になつた人もある。これらも適応行動であつて、圧倒的な侵襲に対する適応行動としては「反撃」の構えに勝る。これはラボリのいう「屈伏」*submission*の構えである。頭を低くして風が過ぎ去るのを待つ構えである。

適応行動としてはこのほうが「正常」であつて予後がよい。「反撃の構え」は、巨大な侵襲の場合には、全体のために個人を犠牲とする構えで、社会のためになるが生命的見地からすれば「病理的」で

あるかもしれない。

「屈伏の構え」に入っている人に出勤を促すことを私はとめた。第一、出勤しても仕事にならないはずであり、はなはだしい後遺症を残すだろう。組織にもかえって後遺症を残すだろう。スケープゴートになりやすいからである。逆にまた、屈伏を生理学的に選択した側から怨恨が立ちのぼって尾を引かないとも限らない。

自分や家庭を差し置いて社会に挺身することは「大文字の倫理」からすれば当為であるが、一步誤れば、それは「マツチヨの倫理」になってしまう。「小文字の倫理」からすれば、いずれも個人の選択、再選択に委ねられよう。しかも、選択は生理学的水準においてもすでになされているのである。

ふだんから、多忙な医師は、基本的には、いわば「趣味」で、「好き」で、いいかえれば自己の選択として、たとえば夕方まで患者を診ることを選んでいるのであって、決して、他者に「おのれのごとくあること」を求めないというわれわれの考え方は、どこでも聞く「デューティ」（たとえば「これはユア・デューティだ」という言葉を私が赴任した時から絶えて聞かないから、非常に前から存在した考え方である）が、これがうまく働いた。

しかし、そうではなくて、交通路の遮断のために出勤が数日遅れた場合に、すでに活動している仲間の中から参加することを後ろめたく感じ、しばらく入りにくかったり、何か非難されているような感じが尾を引いた場合が少なくなかった。敷地内の寮住まいであったり、近くに住んでいること多いナースは一般に初期の出勤率が高かったし、ナース社会の規律は医師社会よりも一般にきびしい。遠方から通勤していたナースで初出勤が遅れた場合に、このつらさを味わうひとがあったかもしれ

れないと思う。

こういうことが尾を引かないようにしようという決定がシニア層にあった。それはしかあるべきことであると私は思う。

25 圧倒的な危機においては、従来の習慣にしがみつくと、新しい発想に打って出ようとする構えとの基盤は一見ほどは大きく相違するものではない。沈没しようとする艦船の船腹に最後までしがみつつか、フネを見捨てて敢えて海に飛び込むかという選択のいずれが正しいかはいうことができない。生存のチャンスは全くの賭けなのである。フネが沈没した後、今脇に抱えている板切れにしがみつくとおすか、それを棄てて近づいてくるようにみえる救助船に向かって泳ぎだすかも、全くの賭けである。救助船は私を認めていなくて旋回して去ってゆくかもしれないし、すでに満員であって、ふなべりにかけた私の手は非情にもナイフで切り落とされるかもしれない。

半分は、ふだんの構えによって決まるが、半分は、いったん一つの構えを取ると、それを取りつづける傾向が強い。

もっと一般的に、池で溺れている少年、あるいはいじめられようとしている少女を目撃した場合に、見て見ぬふりをして立ち去るか、敢えて救助に向かうかの決定が紙一重となる瞬間がある。この瞬間にどちらかを選択した場合に、その後の行動は、別の選択の際にありえた場合と、それこそハサミ状に拡大してゆく。卑怯と勇氣とはしばしば紙一重に接近する。私は孟子の「惻隠の情」と自己保存の計算との絞め木にかけられる。一般に私は、救助に向かうのは最後までやりとおす決意とその現実的な裏付けとが私にある場合であるとしてきた。中途放棄こそ許されないからである。「医師を求む」

と車中で、航空機中で放送される度に、外科医でも内科医でもない私は一瞬迷う。私が立つことが多いことかどうか、と。しかし、思いは同じらしく、一人が立つと、わらわらと数人が立つことが多い。後に続く者があることを信じて最初の一人になる勇氣は続く者のそれよりも大きい。しかし、続く者があるとは限らない。日露戦争の時に、軍刀を振りかざして突進してくるロシア軍将校の後ろに誰も続かなかつた場合が記録されている。将校は仕方なく一人で日本軍の塹壕に突入し、日本軍は悲痛な思いで彼を倒した（日本将校にとつても明日はわが身かもしれない）。

26 必ずといってよいほど一人で飲む酒である。初期に、「ワンカップ大関」をぐいぐい飲みながら一人道をぐんぐん歩いてゆく人を目撃した。ワイキキの東、ダイヤモンド・ヘッドに近い無人の海浜に仁王立ちに立って、水平線を見つめながら、一人の黒人が、アイスボックスから缶ビールを出してはぐいっと一気に飲み下し、海めがけてまっすぐに空き缶を放るのを、ほとんど感動を以て眺めたことを思い合わせた。しかし、やがて、避難所では酒飲みの騒がしさが問題になった。仮設住宅では、鍵を掛けて酒を飲み込んで、吐瀉物にノドをつまらせて「孤独死」を遂げる場合が出てきた。

飲む気になれない場合に飲むか飲まないかにも紙一重の瞬間があるはずである。飲む気になれない場合に飲めばひたすら酩酊と麻痺と昏睡とに向かう他の道はあまりないかもしれない。

27 夫婦は、ベッドの上に座って抱き合っている、とか、いっしょに転がっていたという場合をよく耳にする。「とっさに自分の上におおいかぶさってくれた、思いがけなかった」という場合も聞く。しかし、「私を捨てて一人だけ逃げた」という場合もあった。もつとも、「あれは様子を見に行ってくれたのだ」という解釈も耳にしたので、結局ふだんの行いが決め手になるのであろう。曙の時刻

とて家族はたいい一緒におり、協力の機会が多く、生死が問題となる被災地では家族の仲がよくなるが多かったのは、戦時中の家族と似ている。

伝聞によれば、三宮の「ラヴ・ホテル」街は多く倒壊したが、その時自分だけ逃げだすか、守ってくれたかの差がカップルのその後の運命を変え、一般にカッコよいやさ男の価値が下がったそうである。

最近、おめでたの話を方々で聞く。なかなか子どもに恵まれなかった夫妻にさずかる場合には震災が何らかの係数を変えたのであろう。

28 新しい街である神戸は、全国各地に地縁を残していた。出身地ごとの団結も、とくに島嶼部の人、外国の人にみられたところである。宗教団体ごとの団結もみられた。他方、震災直後に東京に行っても名古屋に行っても、夫人の実家が神戸だとか、一族の誰が住んでいるとか、神戸の学校を出たという話を聞いた。

29 通称南京街は一月中にいっせいに店頭でソバやワントン汁を発泡スチロール容器を使って売り出したが、二月二日に初めて北野坂界隈に紛れ込んだ時、日本人経営の店で開店しているところは一軒もなかった。店ごとにあかあかと灯がともっていたのは、休日にも点灯する自動点灯装置によるものであった。半壊した無人の店が内部からこうこうと照らされていた。

他方、中国人自身の話によれば、戦後、特に最近、香港から来ていた人はただちに逃げて帰ったがまた戻ってきたというが、具体的には知らない。

30 精神医学においては疾病の発生を予防する「一次予防」は自由社会ではありえない、してはよくな

いものとされていた。せいぜい、重症化、慢性化予防が精神医学的予防であるというのが精神医学界のほぼ一致した見解であった。それは伝染病予防をモデルとした予防医学を頭に思い描いていたからである。住民の集団健康診断やリスクの高いとされる人への予防内服は倫理的に問題である。しかし、はからずも、今回の震災において、精神医学的の一次予防が実現したとは、神戸大学医学部衛生学教授の佐藤茂秋先生の言である。すなわち、緊急時精神医学における一次予防とは「そばにいること」であった。避難所において、泣き叫ぶ人、抑鬱的になる人、酒を飲む人などがあっても、それが集まって大焚き火のような混乱となることはなかった。精神科医の避難所巡回、ついで一部の避難所における常駐がそれを防ぐのに一役を買ったということは許されよう。その結果、めざましいことが起こらなくて、落胆し、自分は何をしにきたのかと思う来援精神科医もなくはなかった。しかし、もし、二月中旬以降に来援した精神科医に目ざましい働きが待っていたら、それはそれまでのわれわれがうかうかしていたことである。

それは、外来治療において淡々と過ぎる外来こそ目指すべきものであって、騒がしく派手な外来は見学者にはよくても、治療者の不成功を意味しているのと同じである。

家族が混乱している時に往診を行えば、精神科医がそばにいることによって一時的であるにせよ、ある秩序がもたらされることを、往診の習慣を持つわれわれはすでに平時に経験していた。避難所はその延長であった。

31 精神医学における二四時間往診サービスは、私の知る限り、一九七〇年代の福祉国家華やかかなりしスエーデンにおいて企画されたことがあるのみである。スエーデンの文化精神医学者で、文化大革命

における裸足の医者（赤脚医生）研究を行ったオーグレン氏の直話によれば、ストックホルム市において、医師一名、ナース二名、ケースワーカー一名、計四名がジープに乗っていつでも往診するという計画が立てられた。実現を阻んだものは医師が要求した給与の高さであると彼は言った。

今回、地元の精神科医一名、来援精神科医一ないし二名、精神保健福祉相談員あるいはそれに相当するボランティア合計三ないし四名が兵庫県が借り上げた車を使用し、最初は神戸大病院精神科棟（清明寮）と精神保健センター、ついで県立精神病院・光風病院を基地とし、そこに寝泊まりして、家族あるいは各方面からの電話通報によって出動した。来援精神科医は東京都職員である精神科医と東北大学などの大学精神科医であった。

「夜間往診隊」は、二月中旬に始まり、四月二八日に解散するまで約七五日間続けられた。もつとも、特に四月に入ると、往診を一度もしないまま来援期間を終える精神科医が多くなって、その使命を終えた。その伝統は、兵庫県における夜間常時救急システムの建設に引き継がれつつあるが、目下のところ、はなばなしの形にはなっていない。実際、県の休日精神科救急は輪番制であり、神戸大病院精神科もわずか四六床を以て数百床を持つ精神病院と同等の義務を負っている。大病院はまた精神保健法にいう応急入院と全県の合併症救急患者を引き受ける任務とを進んで負っている。もつとも患者の来院はあまり頻繁ではない。実際は、神戸大病院の場合、神戸中央市民病院と並んで全科の三次救急を担当しており、このルートで来院する精神科緊急患者が大部分である。むろん、これまでに少しでもつながりがあった患者は、大病院精神科でも県立精神病院でも私立精神病院でも、来院されればすげなくはないはずである（いつも病床が空いているとは限らないにしても）。公私立精神病

院・総合病院精神科の常勤医師の充足率は次第に高くなり、しかし、まだまだほしいと、供給が慢性的に不足しているのが目下の悩みである（\*その後、平日休日を問わず二四時間対応体制が急速に作られてきた）

32 私は、交感神経緊張優位性あるいは心身医学にいう「エルゴトロピズム（仕事指向性）」から、副交感神経優位性あるいは「トロフォトロピズム（栄養指向性）」に急激に移行したということが出来る。

33 「地図でしか知らない土地の消防車通り過ぎ熱い涙で見送る」（朝日歌壇）二月二十六日、南川直子）

彼女は実は神戸大学の精神科医であって、「これは一九九五年一月二四日の作であり、板宿駅で、早朝、神戸駅行き代替バスの長い行列の最後尾についてしばらく経ってから、町田市の消防車が通り過ぎました。その時に出来たものです。普段は、熱い涙」という表現などは恥ずかしくて使えないのですが、この時はこれでは表せない気がしました」という（九六年一月のメモ）。

34 よく「被災者でないからほんとうの気持ちばかりではありませんが」という前置きで話されることがあった。私は「そんなに違うだろうか」とよく思った。私は震源地に近かったものの、断層の関係で被害は僅少であり、自己規定は「帰るところが他になく責任もあって被災地の中にいつづけた、あまり被災していない救援者」であろう。

35 実際、燃える神戸をテレビの画面に見て、眼がみえにくくなり、耳がきこえにくくなったひとがあった。西宮で育ち、最近まで神戸に住んで、転勤によって他地方に移ったひとであった。耳鼻科医ではこれ以上治らぬといわれ、精神科医を紹介され、さらに復興途中の神戸を見て、一週間で格段に改善して耳鼻科医を驚かせたそうであるが、一年後もどこか聞こえにくさが残るといふ。



36 一九五九年秋の伊勢湾台風は、全国に被害をもたらしたが、特に名古屋、三重北部の、夜間の高潮による被害は大きかった。

すなわち、名古屋港は全国一の木材輸入港であったが、巨大な筏で運んで港に集積してある大量のシベリア材などが高潮に乗って突然上陸し、台風が吹きすさぶ暗い街を存分に荒れ狂い、人と家とを押しつぶしていった。死体は無残であって、収容に当たった市職員の中で、その最中に錯乱し、私が名古屋市大に赴任した一九七五年当時なお病む人があった。別に、やはり台風の最中に急性の精神障害を発し、ハワイに行く時だけ平静になる婦人もあった。

三重北部の濃尾平野は、豊かな農村であった。私は、家庭教師をしてくれた上級生の実家に招かれたことを思い出す。かがやく一面の稲田の彼方の遠くに見える小さな村にみえたが、家に入ると、分家で二〇間、本家は実に一〇〇の間を有する豪農で洋間も備えていた。四日市市北方の海水浴場などそのあたりの海岸は白砂青松の浜であって、晩春には、伊勢湾はたゆげに眠るごとくであり、香り高い青海苔が岩にまつわりついていた。これらはみな失われ、帰らなかつた。すべてを高潮がおおい、数日にわたって、家屋は水没し、溺死者多数であった。災害は必ずしも死者の数によって計るべきではないが、阪神淡路大震災に僅かに少なく、しかし、死体は比較にならないほど無惨であった。

近畿日本鉄道・名古屋線は数ヶ月にわたって全線不通となった（代替鉄道として国鉄関西本線があった）。友人が四日市にいたので、見舞いに行った時のことであろう、錆びた鉄路が私の記憶にある。人工島にあった彼の社宅も床上浸水した。島全体が一時水面下となったという。近鉄は、この機会を利用して名古屋線を狭軌から標準軌に変えた。それまでは大阪方面からの客は参宮線から中川駅で乗り

換えて名古屋に向かっていたのである。

一九七五年にその地の市立大学に赴任した私は名古屋の大木が少ないのに驚き、それが伊勢湾台風の傷跡であることを知った。桜の名所である山崎川に枝垂れかかる桜のおおむねは若木であって、ところどころに幹を中途から折られた老桜があった。当時、日本人は一九四五年を起点として時を数える習慣であったが、名古屋の人々は一九五九年をもう一つの起点としていた。

37 ロサンゼルス郡のEOC（エマジエンシー・オペレーション・センター 緊急作戦本部）が、救援者へのメンタル・ケアを一般被災者へのケアの上位に知っているのを知って驚いた。阪神大震災当時の被災救援者へのメンタル・ケアは、あるいはこれが最初の試みであったかもしれないが、ナース、校長先生の一部にはそれほど行われただけで、一般救援者へのケアは視野になかった（もっとも現地の人間ができることはない）。

被災救援者へのケアを私が思いついたのは、児童精神科医・小倉清氏が米国より帰った当時、米国では精神科の部長は患者なんか診なくていいんだ、スタッフの精神衛生を考えておればいいんだという話を聞いて、その重要さを教えられ、そのことをおぼろげながら覚えていたからである。

K先生、すなわち加賀乙彦氏は、校長先生に面会を求めたが、何しにきたという人、よく来てくれたという人、さまざまであつたけれども、後で丁重な礼状を二人の校長先生からいただいたとは一九九六年一月一日に神戸に来られた時の直話である。

加賀先生は、その後もちよくちよく神戸に来て現地をまわっておられるが、なお、完全にはなおっていないとおっしゃられる。

救援者が二日とか四日とか滞在しただけで、どうしてそういう打撃を受けるかという疑問があるだろうが、私の感覚ではこうである。すなわち、私たちは、映画を最初からみているようなもので緩急がある。光る海を眺めていたり、雑談に過ごす一刻もある。ストーリーを知っているだけでなく、舞台は馴染みの土地である。これに対して、救援者は「映画館に入ったらいきなりクライマックスの場面であってそれだけをみて映画館を出る人」である。話の枠組みも展開もわからない。舞台に馴染みもない。ということで、現地被災者よりも大変な面もあるかと思う。帰るところがあるということ、現地の人間が救援者をどこか羨望の眼でみるという点もあり、現地側からの感謝と認知も不十分であるかもしれない。

加賀先生のような「現地再訪」は治療的な意味をいくぶん持っているようである。それかあらぬか神戸での学会にはかつての救援者の参加が少なくない。

38 何度も書いたかと思うが、人口一五〇万の都市を午前五時四六分に（当時の評価基準で）震度六の地震が襲ったらどうという性質の損害がどういう規模で起こるかは想像力の問題である。

現在も、想像力は十分働いているとはいえない。阪神淡路大震災は死者六三〇〇人の災害として理解されるべきではない。「三連休明けの午前六時前に死者六三〇〇人の災害」とされるべきである。同じ震度の地震が午前十時に襲ったら、午後五時半に来たら被害の形態はどうなるかを予想するコミュニケーションは現在のコンピュータ技術なら十分可能であって、必要なのは現実には直面する勇氣だけである。一つの倒壊したビルのどこに何人どこに何人と合計三〇〇人の人が入っていたらどうか、ほぼ定員だけの乗客を乗せた新幹線がこんど落ちた橋のところをさしかかっていたらどうか、など。わか

らないところはサイコロを振って決めればよい。

新幹線の沿線に、新幹線列車救援のマニユアルは周知されているか。新神戸駅を挟んで神戸市全域から芦屋・西宮に及ぶ長大なトンネルがあるが、あの中で列車が地震に遇ったならばどう救援するのか。

かつて月面に立てばざらつく太陽の背後は無数の星がまたたかずに光っていると想像されていた。現実の月面では星はみえなかった。太陽の輝きに合わせて瞳孔が小さくなるからである。また、日本のある商事会社がスマトラの密林を切り開いてトウモロコシを植えたが、短日植物である（日照時間が短くなりはじめると花実をつける）トウモロコシは徒長して実をつけなかった。赤道直下にはほぼ昼夜半分の日が続くからであるという。人間の想像力は予想以上に貧しいと考えてかかる必要性がある。

39 兵力の逐次投入ほど愚策はない。このことは太平洋戦争において余すところなく証明されたはずである。一九四二年八月、ガダルカナル島に上陸した米軍に向かって一木支隊が差し向けられた。一連隊約二千人であって、これが全滅した後に川口支隊が派遣された。一旅団規模であったか。これが全滅した時になって、ようやく百武中將の軍団規模の兵士が上陸したが、すべて後手であった。しかも日本軍は兵力の逐次投入を繰り返した。過剰対応を恐れる余りのことであろう。米軍は「獅子は鼠を叩くにも全力を以てする」傾向があった。

わが国の貧しさを以て「逐次投入」の正当化はできない。敗戦直後、東大経済学部・有沢広巳教授の指揮下に産業復興の「傾斜再生産方式」が立案され、明確な目的意識を以て遂行された。それは唯

一の国産エネルギー資源である石炭の限られた量をすべて製鉄に投入するものであった（このわずか十年後「エネルギー転換政策」によって石炭産業に対し「二階に上ったら梯子は要らない」として非情な切り捨てを行うが、それはまた別の話である）。

なお、実証精神の必要性について一言。ヘリコプター消火の是非について防衛庁と消防庁との間で論争がつづいているようだが、なぜ数戸の家屋を燃やして実験をしてみないのだろうか。

40 たとえば、私の家から西宮北口に行くルートであるが、一九九五年三月ならば、バスでJR垂水駅に出て、そこからJRで神戸駅まで行き、徒歩で阪急三宮駅に行き、そこから阪急電鉄で御影駅まで行き、御影駅から海側へ一キロ、徒歩で阪神御影駅まで行き、そこから阪神電車で阪神今津駅まで行き、すぐそばの阪急今津駅から今津線で二駅目が西宮北口となる。私のように阪神間に育った者は平行的な三本の鉄道をふだんから下駄のように乗り廻していたから、こういう路線を思い描くことはさほど困難でなかった。徒歩が大変ならば連絡部分にタクシーを使った。

大阪北郊外と神戸の間を自家用車で繋ぐことは夏になってもおおごとだった。厳重な規制によって深夜にならなければ自家用車は国道二号線というメイン・ロードを通行できなかったから、迷路を歩くように細い道から道を、行きたい方向からそれで直角に山側に上がっては少し進み、また直角に曲がって海側に行き、ということを繰り返して、三時間から五時間かかった。しかし、それでもよいから物資や人を運ぶ必要が生じることがあった。

大阪駅からならば、環状線、地下鉄を乗り継いで大阪・天保山港に行き、そこからジェットフォイル艇で三〇分、神戸・ポートアイランド・KICAT港に着き、さらに連絡艇でハーバーランドの臨

時岸壁に行けば、後は徒歩でJR神戸駅に向かうことができた。なお、ジェットフォイル艇とはジェット・エンジンを装着した水中翼船で、時速八〇キロを出し、しかも急旋回が可能だった。乗客はシートベルトをして、急激な停止や旋回に備えた。ボーイング社が開発し、川崎重工が生産している。

鉄道の復興は早かったが、その陰にはさまざまの努力と工夫があった。多くの仮駅が瓦解した駅のそばに作られた。いくつかの駅は通過せざるを得なかった。JR西日本は、被災地の西側、西明石停車場に集結していた電車の列を東に回送した。兵庫県中部、北部を迂回し、非電化区間をディーゼル機関車に引かせて、いったん京都・梅小路操車場に運んだはずである。阪急電車は孤立した三宮―御影間の運転のために列車をトレーラーで西宮北口車庫から運送してクレーンで吊り入れた。阪神電鉄の復興は車庫の被災のために、阪急電鉄の復興は西宮北口西方で夙川堤防に登る盛土部分と岡本西方で住吉川堤防に登る盛土部分とが土崩瓦解したために遅れた。

今後のためには、西欧の鉄道でみるように一編成の列車を中間駅の側線に夜間留置して分散するの  
も一法であろう。

なお、鉄道復興の陰に過労死が囁かれている。

41 アウエハント教授の「鯰絵」研究にみられるように、地震は江戸時代から「金持ちが貧乏に、貧乏人が金持ちに」なる機会であった。鯰絵において「鯰大明神」は小判を降らせている。打ち壊し、略奪ということであった。「地震！」というと「チャンス！」と考える諸君がけっこういて、当日さっそく東京から新幹線で行ってきて三宮「そごう」で貴金属を何億円分か盗んだ一味が二日に東京で逮捕されている。しかし、逮捕されない小物はたくさんいたと思われる。

バイクを連ねて東からやってきて、生き埋めの掘り出しを見物している少年たちが住吉川付近で目立ったと聞いた。

自警団は初めはこういう諸君のために組織される。あるいは、被災者が周辺部の家の上がり込んだり、金品を強要したりするのに備えるということもある。一九四五年の空襲においては戦災者を住まわせる義務が非戦災家庭に負わされた。ここに流言飛語が加わり、行政も動かされて曖昧な支持をすれば、危ういかなである。

今回でも、自警団的な動きが全然なかったわけではない。長田区のある公園に避難した日本人は後からやってきたベトナム人に警戒心を持ち、境界線を引いて、そこに木刀を持って見張りを立てた。

この緊張が破れたのは、ベトナム人が歌を歌い、日本人が応じて大合唱になった時で、以後、両者の隔てはなくなり、「よおあんなことをしたよ」と日本人が恥じる結果に終わった。

もとより、多くの人々は身を挺してでも関東大震災後の乱行の再来を防ごうと考えていた。もし万一再現していたら、日本は今国際的に孤立していたであろう。なお盧泰愚・前大統領はお忍びで神戸に来て満足の意を表されたという。