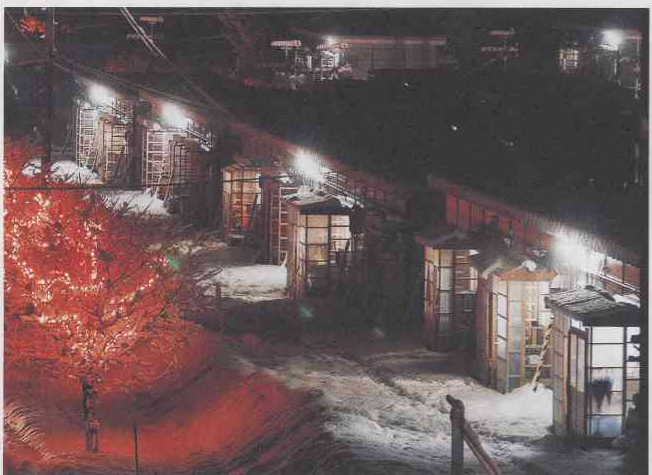




基礎看護学 中川 泉

上越大地震発生後三カ月が過ぎました。一時は十万人以上が避難所生活をしましたが、十二月二十二日に県内のすべての避難所が閉鎖されました。しかし、現在も、約三千世帯（うち一人暮らしのお年寄りが約百六十人）が十三市町村に建設された仮設住宅に住んでおられます。

阪神淡路大震災では、仮設住宅の入居は、高齢者や身体障害



▲山古志村の被災者が暮らす長岡市内の仮設住宅

は、地区単位で入居者を割り振る「コミュニティ入り方式」を取り入れ、同じ地区の人々が近所で生活できるようにしています。長岡では仮設住宅の敷地内に皆が集える和室の集会場や在宅サービス施設が設けられ、敷地内の

のある方々が優先されました。当時は地域性を考慮していなかったため、新しい人間関係をつくりにくかった高齢者の孤独死が相次ぎ、人が元気で暮らすには、住み慣れた土地で長年培ってきた地域の人々との関係がいかに大切かということがわかりました。こうした教訓を生かし、中越大地震後の仮設住宅で

仮設住宅での健康管理

たつても二十年たつても忘れないわ」といった経験をすると、長い間にわたって、不眠や突然思い出される恐怖で精神的に苦しむ方ができます。こうした時期は、ささいな心身の不調を無視せずに、大病予防のSOSだと思い、早めに保健医療、心のケアの専門家に相談することが健康管理のポイントです。生活再建は、心通う人々の中でまずは健康回復から。

商店が営業できるようになりました。土地は失っても気心の知れた集落の人々が集まって作り出される「ふるさと」の安心感がある環境。こうした環境は、仮設暮らしを余儀なくされた人々の健康回復への大きな力となると思います。被災後、本格的な生活再建が始まると、きびしい現実への直面と、蓄積された心身の疲れによって、病気で倒れたり、亡くなる方ができます。また、「怖か

※このコーナーでは読者の皆様からの看護、介護に関する疑問・質問に、看護大学の教員がお答えします。ご質問事項がございましたら、上越ニックサービスまで、はがきかファクスでお寄せください。