

第1章 東日本大震災についての語り

いとうたけひこ

幸せを語りなさい。あなたの苦悩を除いたところで、世界は悲しみに満ちているのだから。

オリソン・スイート・マードン

1.はじめに

2011年3月11日に東日本を襲った大震災では、3つの災厄が人々を襲いました。その第一は地震です。第二は津波です。これらは天災と言っていいでしょう。地震の被害も甚大でしたが、津波の高さも防波堤を乗り越えてくるほどで、多くの被害を出しました。それに加えて、第三の福島第一原発事故によ

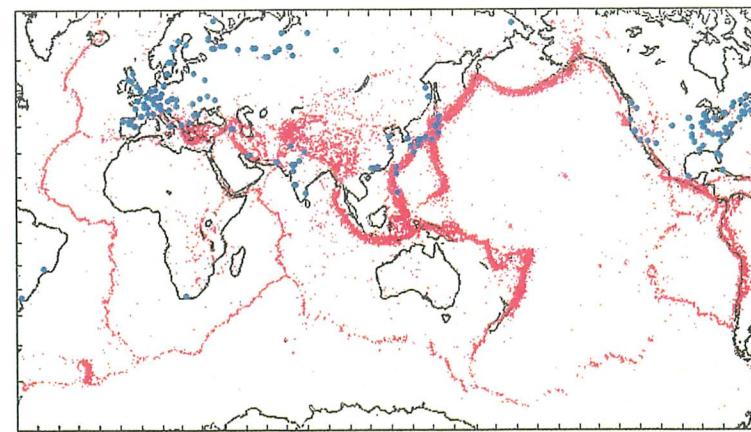


図1-1 地震帯と原発所在地の重なり（内田正夫（和光大学）作成；『理科年表』より）

赤点：世界地震分布図（M4以上, 1975～1994; 丸善『理科年表』より）・青点：原発立地点

地震マップと原発マップを重ねるこの表示法は、茂木清夫（元地震予知連絡会会长）の著書・講演による。

ポジティブ心理学再考

2012年10月10日 初版第1刷発行 (定価はカヴァーに)
(表示してあります)

編 者 尾崎真奈美

発行者 中西健夫

発行所 株式会社ナカニシヤ出版

〒606-8161 京都市左京区一乗寺木ノ本町15番地

Telephone 075-723-0111

Faxsimile 075-723-0095

Website <http://www.nakanishiya.co.jp/>

E-mail iihon-ippai@nakanishiya.co.jp

郵便振替 01030-0-13128

装幀 = 白沢 正／印刷・製本 = ファインワークス

Copyright © 2012 by M. Ozaki

Printed in Japan.

日本音楽著作権協会（出）許諾第1211030-201号

ISBN978-4-7795-0694-9

本書のコピー、スキャン、デジタル化等の無断複製は著作権法上での例外を除き禁じられています。
本書を代行業者等の第三者に依頼してスキャンやデジタル化することはたとえ個人や家庭内の利用であっても著作権法上認められておりません。

る放射能漏れは、より広範囲の人々を不安におとしいれています。図1-1のように日本の地震帯と原発所在地はみごとに地理的に重なっています。福島第一原発事故に関しては、天災が引き金となった人災と言ってよいでしょう。

これらの3つの衝撃が、いわゆる震災地での直接的被災者のみならず、メディアをとおして、日本国中、さらには世界中に影響を与えました。そうしてさまざまな人々が、この災害について多様に語っています。本章では、医療社会学におけるフランクの研究(Frank, 1995)を参考に、それらを混沌の語り、回復の語り、探求の語りの3つに分類して見ていくことにします。フランクによれば、ままならない現実に遭遇したときに人々が語りだすということは、それ自体、何かに呼びかけられることの経験であり、それは傷や苦しみが他者に対して開かれるものになるということを意味します。普段でも、何か大きな出来事があった場合、私たちはそれを他者に語りたくなるのではないかでしょうか。それは、こうした語りを通して、また語りに対するやりとりを通して、より他者とふれあい、共感や反感を通じながら、経験に対する理解を深めあうための筋道を求めているとも言えます。このような考え方からすれば、東日本大震災をめぐる、さまざまな語りを聞くことは、今日においてもなお現在進行形で私たちの生存に問い合わせ投げかけてきている事態に対して、考えを深めていくためのきっかけになると思われます。

ところで、上に述べた3つの語りとは、どのようなものなのでしょうか。さしあたりその意味について、簡単にふれておきましょう。まず、混沌の語りとは、語り手がその場で身をもって経験したことを、そのまま語ることです。それは苦しみの中にとりこまれてしまうかのような、文字どおりの「混沌」です。そして重要なことは、語られている以上の、言葉にならないことが、「語り」を通して示されていることです。次に回復の語りとは、たとえば「病気から再び健康になる」というふうに、もとよりの正常な状態になることを志向する語りです。病気や損失というのは、私たちの社会では何か異常なものと見なされていて、そこからの病気以前の健康を取り戻したり、もとの正常な状態に立ち返ることが健康と正常性の取り戻しとみなされる傾向にあります。そうした意味では、回復の語りとは、もっとも一般的なものだとも考えられます。最後に探求の語りですが、これは喪失や混乱を通じた苦しみに真っ向から立ち向かい、

それらを何か新しい探求へつながる旅の機会になるという姿勢が示される語りのことです。

ただ、注意しておいてほしいことは、これらの語りの分類は、あくまで便利的なものであり、実際には、それらは交互に語られたり、また分かちがたく結びついているということです。ひとつの語りの中から、どのような声を聞き取るかということも、私たちの耳にかかっているでしょうし、語りを通して、万華鏡のように移り変わる光景が示されているということも、留意してよいことです。それでは、東日本大震災をめぐる具体的な語りを聞いてみましょう。



2. 混沌の語り

ここではまず、臨床心理学者の上山真知子さんの語りを聞いてみます。上山さんは震災後の仙台の惨状について以下のように語っています。

宮城の海岸沿いに住んでいましたが、我が家は全員生きています。奇跡的に家も被害をこうむらずに済みました。当日は、山形で泊まりだったため地震のときは多賀城にはいませんでした。翌日もどり、言葉もありませんでした。子どもたちが通った小学校のそば、我が家から500メートルほどのところまで、死体が流れ着いたとのことです。我が家は、海から数キロほど離れている場所なのですが、津波の威力は本当にすさまじいものでした。

幼稚園は、浜の方に近い場所にありました。地震発生の時間帯は、体操教室をやっていたそうです。この園は、バスの送迎をしているのですが、地震発生と同時に運転手がラジオをつけ、すぐに園に引き返して、全員を2階に上げたそうです。近隣の独居老人や糖尿病患者などが合流し、1階まで水がきたため、2階に避難したまま2日間が経過したそうです。2階の冷蔵庫に入っていた飲料水などを分け合って過ごしたとか。この園でも、子どもたちは少しも騒ぐことなく先生の指示に従っていたそうです。先生たちは、避難してきた近隣の人々も支えていたとか。この園では、地震発生前後に保護者が迎えに来たケースで、3組の親子が津波で命を落とした

とのことでした。地震が来たので、浜に近い祖父母の家に走ったケースが多くかったとのこと。津波に向かって車を走らせてしまい、そのまま、飲み込まれたようです。翌日、フェンスには、遺体がひっかかっていたとか。今日も、園の近隣を、トルコからの支援チームが遺体の搜索をしていました。この園の保護者にも話を聞くことができました。家に帰ってからは、不安が大きく、余震や音に過敏になっているそうです。親の傍からはなれず、眠りも浅く、腹痛を訴えるそうです。どれだけのストレスだったのか、想像を絶します。子どもを抱きしめています、というおかあさんの言葉でした。

災害による惨状を体験することは、人々に急性ストレス障害を引き起こさせるようなストレス源となります。そこで語られるのは混沌の語りすなわち混乱した内容の語りそのものです。そして、災害時の直接的体験に加えて、たとえば、災害によってもたらされる生活の展望の不透明さ、原発報道による不安・絶望感なども混乱の背景となっています。

災害の渦中においては、正確な情報が伝わらないために、たとえ身近な知人・友人から与えられたものであっても、ただちにそれが信頼するに値するものか否かということは、疑いたくなります。遠く離れている地に暮らしていたとしても、まずは親族・家族・知人・友人の安否は気遣われますし、見聞きしたそのことのあまりの凄惨さに、強いショックを感じこともあります。また、当事者は、体験していることのあまりの大きさに、一時的に思考停止に陥ることもあります。そこで語りだされるものは、当事者も含んだ現場のすさまじさなのです。

3. 災害時の心理とメディア・リテラシー

混沌の語りそのものではないのですが、それと関連して、災害時の心理と情報の受け取り方との関連について、知っておいたほうがよいことがあります。図1-2は緊急時迅速放射能影響予測ネットワークシステム（SPEEDI）の発表した1歳児が屋外で被曝する放射線量（ヨウ素）の推定値です。あまりにも



図1-2 被曝放射線量（1歳児：屋外 SPEEDI 2011年3月23日発表）

本試算は、福島第一原子力発電所の事故発生後、連続して一日中屋外で過ごすという保守的な条件を仮定して、甲状腺の被曝線量を試算した。

ショッキングな被曝量のためか、その後しばらく政府は SPEEDI から得られた知識を国民には知らせませんでした。

被災地に対して支援したいという気持ちは多くの方がもっています。しかしながら、放射線量に関する情報は前述のように十分ではありません。

ある大学の食堂が東日本の応援のために積極的に野菜を買って援助しようとした。そのときに放射線の影響を考えてその野菜を食べるかどうか悩む学生がいます。その後ろには「安全神話」を振りまく政府・官僚・電力会社・（御用）学者しかマスメディアに出てこない問題があります。社会心理学によれば、データや事実を隠して、「安全神話」を振りまくこと自体が重要な問題に対して曖昧さを増加させ、風評を拡大させていることになると言えます（Allport & Postman, 1948）。災害時の心理について、くわしくは第4章で触れますが、ここで注目しておきたいのは、パニック神話（広瀬, 2004）です。災害時には、とりわけ行政やメディアにおいては、「本当のことを知らせると人々にパニックが起るのではないか」という偏見が働きます。そのために、なおさら情報を伝えないでおこうという傾向が生ずるのです。また、東日本大震災に際しては、震災後1週間にデマが集中し、その多くは「信じたいものをつい信じてし

内部被曝臓器等価線量	
日時	= 2011/03/12 06:00 - 2011/03/24 00:00 の積算値
領域	: 92km × 92km
核種名	= ヨウ素合計
対象年齢	= 1歳児
臓器名	= 甲状腺
【凡例】	
線量等価線 (mSv)	
1= 10000	——
2= 5000
3= 1000	- - - -
4= 500	- - - - -
5= 100	- - - - - -

まう」ことに起因していたことが分析されています（松永, 2011）。

このようなことの古典的な例としては、関東大震災において死者まで出た朝鮮人の略奪・暴徒化の流言があります。この時代は庶民が最新情報を入手しにくい環境にあり、震災以前からの朝鮮半島出身の人々に対する偏見もありました。しかしながら、社会的な不安を背景としたデマという意味では、今日においても学ばれてよい教訓です。

関東大震災時と異なり、身近に情報があふれている私たちが学んでおいてよいことは、メディア・リテラシーです。メディア・リテラシーとは、主に新聞・テレビなどのマスメディアから出てくる情報やメッセージを批判的に読み解くことです。まず、メディアからの情報に接したときには、デマや誤情報にまどわされないことや、その情報で伝えられていないことは何かといったことに注意を向けておくことに加えて、前述した「人は信じたいものを信じる」ということを頭のすみにおいておくことは、風評やデマに惑わされないための大切な姿勢になります。また、それに加えて、大事なこと（東日本大震災についていえば原発の現状や放射能の危険性）がなぜ報道されないかという、情報操作の可能性について考えてみることも、メディア・リテラシーをもつことにつながります。

パニック神話が機能したその結果として、正確な知識を得られないことが、風評・デマから影響を受けた、混沌の語りを引き出している元凶となっています。とくに内部被曝の危険性を政府は認め、その正確な知識の伝達と教育に務めるべきでしょう。また、マスメディアも、対立的なセカンドオピニオンを入手可能にするべきであり、公正な報道を行うべきでしょう。

4. 回復の語り

語りの分類に話を戻しましょう。回復の語りとは災害の異常な状態からどう回復してもとの平和で健康な状態に戻りたいかという語りです。復旧作業、支援、ボランティア、「がんばろう日本」などの語りが典型的です。前述した臨床心理学者の上山真知子さんは、避難所で本を読んだり絵を描けるような子どもコーナーを立ち上げました。

昨日から、避難所をまわっています。子どもたちの様子が気がかりな状態です。幼児、低学年の子たちは、夜驚、おねしょ、指しゃぶりなどが出ており、ほんやりとした様子でした。小学校中学年以降は、とりあえず元気にはしていますが、家を失ったり、津波から人がのみこまれるのを目撃したりしているようです。他人事のように話しているのが気になります。今日、一番大きな避難所で、明日から、本を読んだり絵を描けるような子どもコーナーを立ち上げる算段をつけてきました。本読みおばさんをするつもりです。PTSDの発症も気になるところです。

彼女は、NPOと協力して小中学校教師を対象に行われた「子どもたちのトラウマ・ケア」のトレーニングを施すなかで震災後的小中学校的卒業式をどう進め、被災した子どもたちにどのように接するべきかのアドバイスをしました。

また被災者の励ましになるような語りを集めたサイト “Pray for Japan” (<http://prayforjapan.jp/message/>) やその出版物 (prayforjapan.jp, 2011) では、「ホームで待ちくたびれていたら、ホームレスの人達が寒いから敷けって段ボールをくれた。いつも私達は横目で流してたのに。あたたかいです」や、「『夜の暗闇が深ければ深いほど、夜明けは間近だ』この言葉を皆さんに送ります。信念と希望をもって困難な状況を前に足を踏ん張って立ち上がる力を、世界に示してくれています。皆さんなら絶対にこの闘いに勝利することができる。そしてそのときにはもっと強くなっているはずです」という、海外からの応援メッセージなどの助け合いと愛他主義の語りが見られました。

5. 探求の語り

このような混沌の語りを越えて、探求の語りがあります。それは未来に関する語りです。たとえば、原発の必要性への再考、政治システムの見直し、「原子力村」君臨の批判、エネルギー消費の哲学的反省などが含まれるでしょう。かつて原子力推進派であった武田邦彦氏は、いまや、政府と電力会社による原発建設基準のご都合主義を暴露し、大事な情報を報道しないNHKを「子どもの健康の破壊者」とまで批判しています（武田, 2011）。また宗教学者の中沢新一

氏は、「日本文明の根本的な転換」という文明論的視野に立ったうえで、再生可能エネルギーへの転換はこれまでのように経済的効率やエネルギー計量論のような狭い視点から行われてはならず、世界を商品化するだけでなく、生態系からの贈与という側面も考慮した新しい経済システムへの移行を説いています（中沢, 2011）。本当に原発が必要なのかどうかという、探求の語りが、このように元原発推進派や知識人層だけでなく、一般市民からも広がってきています。

6. 語りがトラウマ後成長 (PTG) に結びついていくために

人々の災害についての語りは、先にも述べたように、以上の3つの種類にきれいに分類されない場合も多くあります。3つの語りを行きつ戻りつする場合もあります。

たとえば、森（2012）では、東日本大震災による津波に直面した子どもたちが、地震の瞬間や、津波を目の当たりにした時を思い出し、家族や親友を失った悲しみや避難所の生活や現在の状況や希望についての子どもたちの生々しい語りです。その一方で、これまで危険な状況を承知しながら原発システムの危険を隠して人々をマスメディアを通して説得してきた当局者たちは、（残念ながら）原発システム復帰のための回復の語りと、危険性の真実を隠す混沌の語りを繰り返しています。

ガンディは7つの社会的罪として、1. 理念なき政治、2. 労働なき富、3. 良心なき快樂、4. 人格なき学識、5. 道徳なき商業、6. 人間性なき科学、7. 献身なき崇拜、を挙げています（Gandhi, 1926）。責任ある人々が、これまでの罪をどう悔い改めるのか、世界の人々が注目しています。いわゆる「原子力村」と言われあるいは「原発マフィア」と呼ばれてきた、政治家・官僚・科学者・経営者・電力会社社員・メディア関係者などに、深刻な価値観と行動基準の変化を迫るものです。

また、私たち名もない普通の人々にとっては、天災（地震）+天災（津波）+人災（原発事故）という今回の三重の厄災をのりこえ、自分の今後の生き方にどういうプラスの意味をもたせるかということにもつながっていきます。それはトラウマ後の成長 (Posttraumatic Growth: 以下 PTG) と呼ばれるもので

す。PTG とは大変な人生の状況のなかでの苦闘の結果として経験されたポジティブな心理的変化です。それは、3つの領域すなわち、(1) 自己概念：自分についての考え方、自信、自分の弱さなど、(2) 人間関係：家族・親しい人との関係の大切さ、愛他主義、(3) 人生哲学：生への感謝、生きることの意味、知恵、において生じる、トラウマ前にはなかった、人生に肯定的な意味を与えるような変化です（詳細は第3章参照）。

ところで、3つの語りについて分類したランクは、探求の語りについて、何が探求されているのかは必ずしも自明ではないけれども、経験を通じて何かが獲得されるはずだという信念に裏づけられていると述べています（Frank, 1995）。私たちの PTG の実現にとっては、混沌の語りと回復の語りの両者を大切にしつつも、新しい価値観を求めていく探求の語りという形で、これから私たちの生活と、子どもたちに何を残していくのかということと、人生の意味と、新しい日本の再生とを語り合うことが必要です。

文 献

- Allport, G. W., & Postman, L. (1948). *Psychology of rumor*. New York: Henry Holt. (南博（訳）(2008). デマの心理学 岩波書店)
- Frank, A. W. (1995). *The wounded storyteller: Body, illness and ethics*. The University of Chicago Press. (鈴木智之（訳）(2002). 傷ついた物語の語り手：身体・病・倫理 ゆみる出版)
- Gandhi, M. K. (1926). When crime not immortal. In *Collected works of Mahatma Gandhi*. Vol.33. p.135. <<http://www.gandhiserve.org/cwmg/VOL033.PDF>>
- 広瀬弘忠 (2004). 人はなぜ逃げおくれるのか：災害の心理学 集英社
- 松永英明 (2011.4.8). 震災後のデマ 80 件を分類整理して見えてきたパニック期の社会心理 <http://news.livedoor.com/article/detail/5477882/>
- 森 健（編）(2012). つなみ：被災地の子どもたちの作文集 完全版 文藝春秋
- 中沢新一 (2011). 日本の大転換 集英社
- 武田邦彦 (2011.6.1). 本当はテレビは危険を知らせるのだが 科学者の日記 <http://takedanet.com/2011/06/110601_6877.html> 2011年6月11日取得
- "Pray for Japan" (2011). <<http://prayforjapan.jp/message/>> 2011年8月11日取得
- prayforjapan.jp (2011). PRAY FOR JAPAN: 3.11 世界中が祈りはじめた日 講談社