

通信・織りの風・vol-007

NPO 織風会・クラフトヌプリトック

東日本大震災からもうすぐ10年になりますね。

先日の夜半の地震はその余震とのことですが、いつ、どこで、どんな規模の震災が起こるかわからない状況とわかっているにもかかわらず、平然とテレビの地震予知のテロップを見て、オヤ!? 地震?! しばらくして揺れ始め、あれ?今回はちょっと長いな~わりと揺れているな~と感じて、その後のニュースを漫然と見ていました。



このような対応をしていると、もしかしたら真っ先に自分の命を落としているかもしれないのですね。



「正常性バイアス」

様々な判断やストレスに対して過度に反応しないように心を守る心理は、心を落ち着かせる意味では必要な事でもありますが、災害に対しては、逃げ遅れる、命を落とすことになりかねないといわれています。

災害（地震、風水害）に対しては、多少パニックになっても早め早めの的確な行動、最悪を想定した行動をとらなければダメだと・・・改めて自分に言い聞かせてみました。皆さんはどう思い、感じましたか。

さて、あれから10年、今でもあの時の作業所での様子が鮮明に思い浮かびます。それほど衝撃でした。ちょうどその日は料理の日、楽しく調理をして、皆で美味しく、おなか一杯になって、片付けが終わった後に、多摩川の河川敷を散歩、二ヶ領せせらぎ館まで行って帰ってきて、まったく、作業所の畳の上（旧作業所・みちのく荘）でごろんと横になってくつろいでいた **2011 3/11 14:46** ぐらっと揺れ始めたら1分以上大きく揺れて、船酔いのような感覚に襲われました。その後しばらくしてまた大きな揺れがありました。情報を収集し、帰り支度をさせて、とりあえず全員を引率して登戸駅に行きました。既に公共交通機関はマヒ状態。作業所に引き返して、電話、携帯、メールを駆使して、保護者の方に作業所に利用者さんを迎えに来てもらうことに。ある程度近くにいる利用者さんは徒歩で帰宅。私はお二人の利用者さんをつれて生田駅まで歩いて帰宅支援してから作業所に駆け足で戻り、その後の対応・連絡をしたりして、20時過ぎくらいに作業所を後に…自宅がある柿生まで徒歩で1時間半かけて帰宅しました。

ちょうど週末の金曜日、皆一斉に家路へと向かう心理が働き、本当に東日本はパニックになっていました。その後・津波の甚大な被害状況を目の当たりにし、原発事故、計画停電…

…この時の教訓は、今・本当に生かされているのかしら? このコロナ下で疲弊した私たちの心は、次にどのように反応、対応したらよいのか、何度でも、くどいくらいに繰り返し考え、想いを馳せて、生きる知恵を身に付けていきたいですね。



♡春休みに関して
3/29, 30, 31 と年度末の
お休みをさせていただきます。

新年度は4/1（木）から
作業開始いたします。



地域活動支援センター・クラフトヌプリトック