

2016・04・14 熊本地震からの10年



9784911007273

ISBN978-4-911007-27-3  
C0036 ¥1000E



1920036010004

定価1100円(本体1000円+税)

# 日常

日常

2016・04・14 熊本地震からの10年

益城町

—— あの日からのわたしたちの記憶が、  
みなさんの力となりますように——

## 益城町

熊本地震からの10年、  
何を思い  
過ごしてきたのか。  
大きな被害を受けた  
益城町の人々の  
声を届けます。

私たちのふるさと「益城町」に甚大な被害をもたらした平成28年熊本地震の発生から、10年の歳月が流れようとしています。

10年の節目にあたり、地震によりかけがえのない命を失われた犠牲者の皆様に謹んで哀悼の意を表しますとともに、被災されたすべての皆様に、心よりお見舞いを申し上げます。

そして、発災直後から今日に至るまで、日本全国、世界中の皆様からいただいた温かいご支援に対し、深く感謝申し上げます。

この震災は、住家をはじめ、道路や上下水道等のライフライン、公共施設、さらには産業全般に、甚大な被害をもたらしました。

この10年間、本町は「創造的復興」を掲げ、安全で安心なまちづくりに取り組んでまいりました。令和7年3月に地域共生センター「カタル」の完成をもって町の公共施設の復旧はすべて完了し、さらに、令和8年3月には創造的復興のシンボルである県道熊本高森線の4車線の全線が開通するなど、復興事業も着実に進んでいます。

また、一時は約1500人減少した町の人口も、地震前とほぼ同水準まで回復するなど、町のにぎわいづくりも着実に進んでいます。

私たちは、発災から3年間の行政の取り組みをまとめた「平成28年熊本地震益城町震災記録誌」を令和2年に編纂いたしました。

そして10年の節目となる今回、益城を愛し、この地でくらしを再建された町民の皆様の声に焦点を当てたインタビュー集を編纂いたしました。本書は、30人・組の方々にご協力いただき、その胸の内に刻まれた記憶、葛藤、そして希望を語っていただいた貴重な記録集です。

この経験を風化させることなく、今後の防災・減災対策に活かすために、全国そして後世へ伝えていくことは、甚大な被害を受けた本町に課せられた責務です。本書が、皆様にとって災害は「いつ」「どこで」起きてもおかしくない「身近なもの」と考えていただく一助となることを期待しております。

これからも支えてくださる皆様への感謝を胸に、町民一丸となって着実に歩みを進めてまいります。

結びに、本書の出版にあたり、貴重な時間をいただくとともに、お話をお聞かせくださった町民の皆様、並びにご協力いただいたすべての皆様に、心から感謝を申し上げます。

令和8年3月

益城町長 西村 博則

# 日常

2016.04.14

熊本地震からの10年

はじめに..... 2

COLUMN ① 益城町のいま 公共施設..... 6

それぞれの10年..... 14

きついときこそ周りに優しく 心に花を持てる町に 荒木由美..... 16

誰かを笑顔にする そのことに向き合い 毎日をただ必死に 市村修一..... 20

諦めかけたけど病院の使命に気付き再建に踏み出した 犬飼邦明..... 24

大切にしたい 災害後の心のケア 江崎賀子..... 28

苦しいときでも「どぎゃんかなるばい」の気持ちで 河内正明..... 32

夫婦共に元気に「その日」まで今日を楽しく 菅克成..... 36

人が集まる場所をまたつくりたくて自宅兼店舗を再建 北川裕子..... 40

町の役に立ちたい 地震で気付いた地元愛 黒川汐莉..... 44

子どもたちの力になりたい！ 地震で芽生えた思い 後藤壮梧..... 48

座談会 「Connet」スタッフ 学生が町に期待するつながりと意外な未来の風景..... 52

「生きる力」養う教育を見つめ直した 酒井博範..... 58

師である父と野菜を作りながら益城の大地守りたい 坂野勝則..... 62

私らしさを気付かせてくれた友達のことば 田口瞳..... 66

COLUMN ② 益城町のいま 四季..... 70

2度の災害で変わったふるさとの見え方 玉春勇樹..... 78

座談会 町立第五保育所 地震に負けない町で生まれた子たちへ たくましく育て..... 82

地域と災害の歴史 人文学的に研究し後世に伝えたい 堤英介..... 88

地域の再生に生かしたい福祉の力 富嶋智香子..... 92

人とのつながりで生まれたカフェの夢 永田彩..... 96

人が集まる町へ できる人ができることを 永田恭子..... 100

伝えたいのは地震の悲惨さより心のあり方 永田忠幸..... 104

世界につながる町の未来に向けて僕もここで頑張る 中村哲..... 108

決断と葛藤の嵐の中 町を思い人を思い走り続けてきた 西村博則..... 112

つらいだけじゃない 笑えたことが前に進む力に 福永貴大..... 116

すべてが終わったと思ったあの日を越え 今を楽しく生きる 古荘佳代..... 120

益城町が気付かせてくれた踏み出す勇氣 堀口祐子..... 124

自分のことは後回し 消防団長として行動した日々 本田寛..... 128

座談会 益城町復興計画策定委員会 「もう一度立て直す」明確なビジョン示した創造的な復興計画..... 132

COLUMN ③ 益城町のいま ひと..... 139

くよくよせず気を強く 92歳からの再出発 眞土エイ子・村上恵美..... 146

目に見えて良くなっている 新生益城町への期待 光永カオリ..... 150

何もできなかった後悔が町のために働く原点に 山田倫可..... 154

おわりに―本書にこめた想い―..... 158

# 2026年3月に完成 新生益城町の象徴として

## 県道 熊本高森線

2019年1月に着工した、熊本市東区との境界から寺迫交差点までを東西に結ぶ区間の4車線化工事。2026年3月完成。



益城町のいま

## 公共施設

町有施設全58のうち48施設が被災した益城町。この10年で復旧・復興が大きく進みました。建て替えられた施設のほか、これからの発展に向けたにぎわいづくりや防災力強化を見越した新たな施設も誕生しました。

まちづくり施設と  
公園も加わり  
町民にとって  
より身近な場に



### 益城町役場

2023年5月に供用開始した、鉄筋コンクリート造4階建ての新庁舎。高い耐震性を備え、自家発電システムや緊急時の給排水システムを持つ。

### 益城町 復興まちづくりセンター 「にじいろ」

益城町役場の南側に建てられた地域の交流拠点。館内には地震の被災状況や復興の歩みを学べる「記憶のプロムナード」も。2022年4月完成。



### 旧益城町庁舎

1980年に建てられた旧庁舎は、2度の地震により大きな被害を受けた。



### 仮設庁舎

2017年5月、木山地区に建てられた。6年間、役場機能を担った。

### 交通広場

「にじいろ」に隣接する広場。町の交通拠点として活用される。2025年4月供用開始。





被災した総合体育館は  
2020年新たに完成  
部活動の大会やBリーグなど  
幅広く活用されている

甚大な被害を出した総合体育館は、解体後、建て替え工事が進められ、2020年4月に完成した。



### 旧体育館

被災前の総合体育館。1999年に開催された国民体育大会では、バスケットボールの会場として使用された。

2022年12月、地震発生以来6年ぶりにBリーグのヴォルターズの公式戦が開催。試合前には選手たちが横断幕を手にあいさつした。





## 災害公営住宅

町内に全19団地・671戸を整備。写真は広崎地区に建てられた5階建て住宅。敷地内には集会所も。



## 益城町地域共生センターカタル

仮設庁舎の跡地に建てられた住民交流や憩いの場となる施設。2025年3月完成。奥の4棟は木山下辻地区の災害公営住宅。

## 仮設住宅

町内に18カ所1562戸の仮設団地を整備。最後に残った木山仮設団地は2023年3月に閉鎖された。



# 暮らしやすい町へと進化 防災・減災を強化し

## 防災公園

かまどベンチや防災倉庫などの防災設備が公園や広場に設置された。熊本地震後、町内に22カ所整備。



あのとき、  
私たちに  
手を差し伸べて  
くださった方へ

前半

町の復旧・復興が進む陰には、国内外から応援していただいた方々の支えがありました。インタビューページでご紹介しきれなかった町民から寄せられたお礼のことはをご紹介します。

p.145へつづく

グラブとバックパックに車中泊を家族3人とヘルプの袋と避難生活していました。火災を出して温かいものをいただいた時は、ホッとしたのを覚えています。ありがとうございました。

桑原たくじ

北海道のボランティア(温かい隊)の方達から手編みの靴下やマフラー、アムカー、等、仮設住宅の生活でも温かいものが出来た。優しい心遣いに感謝致し、有り難いございました。森永映子

当時赤心方だった子も10歳になりました。

頂いた厚巻を胸に益城町と共に成長し続けたい。萬謝。

江口垂矢子

被災直後、友人たちが3時間もかけて駆けつけ、ガスコンロや食料を運んでくれて。あのときのありがたさは決して忘れません

森田美智子

命がけでの救助活動。片付け、傷ついたり窓の壊れや数度お風呂を頂いて下の料理、語り聞かされたお話を忘れません。おかげさまで。坂田英夫

私達の地域に長年暮らした身、有名人、アーティストの方から、卓上コンロや水の交換も頂いた。本当に、心から感謝の気持ちを込めてお伝えしたい。滝川朋子

水の電気も少ない時、友達が水筒を配ってくれたり、水、食糧を配ってくれたことは忘れません。おかげさまで。吉住英子



きつごときいそ

周りに優しく

心に花を持てる町に



シングルマザーとして、  
家族を守ることと精いっぱいだった荒木由美さん。  
避難先から益城町に戻って自らの心の奈落を体験したものの、  
町の子どもたちが今も心に傷を抱えている姿を見て、  
彼らのケアへと立ち上がりました。



母であり父親代わりとして  
家族を守らねばと覚悟

私は印章の世界に惚れ込み、現代の名工と名高い先生に師事し学んでいました。印章の世界で最高峰の国家資格「一級印章彫刻技能士」に合格できたのは、2016年。生まれ育った益城町にアトリエを構え、独立して頑張ろうと一歩踏み出した、そんなタイミングで起こったのが熊本地震でした。

当時、私は16歳、10歳、9歳の息子3人を育てるシングルマザーで、犬2匹を飼い始めたばかり。隣家に祖母も住んでいました。地震が起こったときは、もう吹っ飛びました。「ドーン、バーン」ってなって、勝手に机の下に転がっていった感じで。子どもたちはばあちゃんや寝ていて、タンスが倒れたりして危な

かったので、ばあちゃんを連れて飛び出してきて。古い家だったので、とにかく外に出ようと。印章彫刻師の命である印刀だけは必死に持ち出したことを覚えています。怖いなんて言ってもらえない。家族を守らないとって思いましたね。私は女だけじゃ父親代わりです。とにかく連れ出さねば、っていう責任感でした。

前震ではなんとか避難所の小学校に行けましたが、一度戻った後に起こった本震で家は全壊。避難所へ行く道路もぐちゃぐちゃで「これはもう、行かれんな」と。犬もいたので2週間弱、庭暮らしが続きました。そんなとき、不動産業を営む知り合いが「熊本市に今借りられるアパートがある」と知らせてくれて、

祖母が体調を崩しそうだったこともあり、部屋を「みなし仮設住宅」として確保してもらいました。

**熊本市から毎日送迎  
必死に踏ん張った日々**

そこでの4年間の生活は、気が張ったです。子どもたちは「友達がいる益城の学校がいい」と言うから、熊本市から毎日車で送迎しました。祖母も「益城におりたか(いたい)」と言うもんだから、全壊した家の敷地内にコンテナを建てて、いつときはそこにも送迎していました。当初は渋滞がひどくて、片道4時間かかるときもあったほどです。

この間、どこかひがんだ感情も

持ってしまいました。うちは本震で潰れて、中におったら死んどったかもしれないくらいひどかった。でも隣の家はピシヤリと建つとるんですよ。電気や水さえ復旧すれば普通に暮らせる。家は建て直さなくて、金もかからん。庭での避難生活のときも、私たち家族は避難所に行けてないから物資も炊き出しももらえない。でも家が無事でも物資をもらいに行ける人もおる。不公平に感じて、妬みじゃないけど、人間の汚い思いが出てしまうんですよ。

**益城町に戻った後が  
きつかった**

自宅敷地内に家を建てるか、この

## PROFILE

1980年、益城町生まれ。2016年に全国的にも珍しい書道家出身で一級印章彫刻技能士合格を果たす。3人の息子の母。26年春に向けNPO法人「心の花」を設立準備中。



まま熊本市に住むかで悩みました。戻ってくるのは嫌だったんです。怖いし、断層があると分かつとるし、大きな地震がまた来たらここはもうダメだろうって。

でも、あるとき、仲のいいお医者さんが言ってくれたんです。「小さいときから一緒に育った木のある所に戻った方がいいよ」。私の迷いを見抜いてくれたんでしょうね。それで「戻ろう」と思った。私は植物が大好きで、馴染みのある花や木のあつ場所がいいなつて。そうして益城町に戻ることを決めました。

ただ、戻つてきてからの方が心にダメージが来ましたね。学校に講演に来ていたカウンセラーの先生も言つとんなはつた（おっしやつた）。「地震から7、8年経つて、生活が落ち着いたと感じたときに、親の方が心がぐちゃつと来

くりのボランティアを始めました。自分の名前をはんに彫ると、自分の名前を大事にするんですよ。お父さん、お母さん、じいちゃん、ばあちゃんが考え尽くした名前を大事にしてもらいたいっていうのが、本人に伝わるんですよ。2018年には児童と一緒に「復興のぼり旗」を制作。19年には益城中学校の生徒と幅12メートルの「心の花モニュメント」を作り、町の玄関口に設置しました。

どちらの活動も、全校生徒でやらないと気が済まない。参加できる人でできない人で均等にいかないよと嫌。全員均等に、そして儲けごとにしたくないから非営利でやる。それがこだわりです。

自分もきつかつたけど、人を元気にすると自分も元気になる。この活動を通して自分の心のケアをしているんだと思います。そして、子ども

るから気を付けなさい」と。本当にその通りで。衣食住つていうけど、心が砕け散つたら何にもできない。

それは子どもたちも一緒でした。息子たちの中学校は、保健室がいつも満室だったそうです。益城に帰つてから三男は3年間、不登校になりました。学校や地震を思い出す場所に行こうとするとおなか痛くなり、涙が出て。ご飯が食べられず下痢してしまうので、学校に通うのをやめさせました。「まずはご飯を食べて生きることを考えなさい。命がなかつたら何もできん」。なぜ不登校になつたのか本人にも分かりません。専門の先生にも「お母さんのせいでも何でもない。原因が分からないというのが答えだから、本人に聞かないでください」と言われました。今は18歳になりましたが、今でも原因は聞きません。益城町を離れて熊本市に住み始めたら調子も良く

を助けると親も元気になることも実感しました。

この10年の経験を生かし、そのサポートをもつと充実させたくて、26年春に向けて「NPO法人 心の花」を立ち上げ準備中です。医療機関と連携して、子どもたちの心のケアにつながる芸術活動を展開します。

作品づくりを通して、自分を大事にする心を育てたい。不登校児と親を個別に支えられる居場所もつくりたい。みんなのお母さんみたいな気持ちです。やつぱり、みんなきついつい。しんどいのはみんな一緒。きついついときこそ思いやり。「あの人は家があつて、うちはなくなつた」とか思つてしまう心の低い人間になつてほしくない。パンがあつたら隣に「一口どうぞ」と言える思いやりを持ってほしい。そんな思いで取り組んでいます。被災地で育つた子どもたちは強くなる。夢に向かつていけ

なつたので、やはり地震のダメージがあるのかもしれないです。

長男、次男の受験などもあり、家族を守ることに精いっぱい日々でした。息子たちは今は就職してそれぞれの道をしっかりと歩んでいます。

### 誰かを元気にすることで自分も元気になれる

益城町に戻る前から、ずっと抱え続けていた思いがありました。それは支援を受けられた人と受けられなかつた人がいるということ。避難所まで行ける人は恩恵を受けられるでも、そうじゃない人もたくさんいた。その不公平感が嫌でした。被災した子どもたちが、何年経つても心にダメージを抱えていることも知つて、全員を平等に元気付ける活動をしたしたいと思います。

そこで、印章彫刻の技術を生かして、広安小学校で消しゴムはんこづくりの人、誰かを励ませる人になつてほしいと思います。そういうのを学校教育に取り入れたいんですよ。そして24年に起きた能登地震の被災者も、きつと10年後くらいに心のダメージが来る。そのときは現地に行つて、経験を生かして心のケアの活動をしたいですね。

まだ道路工事も続いとる。復興は終わつていません。子どもたちが安全に登下校できるようになること、復興はそこからでしょう。益城町から「被災地」というラベルがはがれて、花と芸術でいっぱいになつて、子どもたちが一緒に楽しく過ごせる町に。人を引き寄せる町になることを望みます。



誰かを笑顔にする

そのことに向き合い

毎日をただ必死に

カフェオープンの前日に被災した市村修一さん。  
周りの人を助けたい、一人でも多くの人を笑顔にしたい。  
多くの人を巻き込みながら、その一念で動き続けることで、  
市村さんの周りには、大きな人のつながりの輪が生まれていました。

いち むら しゅう いち  
市村 修一

「CAFE&BAR MONKEY」オーナー



家族よりも周りの人を  
守ることに奔走

僕は結婚を機に、妻の方の家に地縁があった益城町に住み始めました。当時は会社員で、営業職。人と話すのが好きで、もっといろいろな人たちと知り合いたいと思い、退職して夢だった飲食店を開くことを決意しました。生活基盤があった益城町でお店をやるうとしてはいましたが、当時は仕事が終わって家に帰ってくるだけの生活。町内の人脈は、まったくない状態でした。

県道沿いのテナントで、「CAFE & BAR MONKEY」の開店準備を進めました。オープン日は、2016年4月15日。長男が小学校に入学したばかりというタイミングでした。14日の夜、家族は自宅にいましたが、僕はスタッフと店舗で作

業をしていました。前震が起こったのは、そんなときです。

気付いたら店の外に出て、目に留まる周りの人を助けていました。家族のことは頭から飛んで、他人の心配ばかりしていました。「家族は大丈夫だろうか？」と思ったのは、揺れから何時間も経った後でしたね。

2日後になって、ようやく「店や生活はどうしよう」と考えられるようになったのですが、すぐに本震。そのときも、やっぱり周りの人を助けていました。カセットコンロで調理した弁当を無料で配ったり、炊き出しをしたりと、とにかく人のために動いていました。

家族が大事じゃないわけではありませんが、僕は長年にわたり

サッカーをしていたからか、「人には手を差し伸べなさい。自分よりも人のことを考えなさい」という精神が根つこの部分にあって、そういう行動につながったのかなと思います。家族に対しては信頼しているというか、妻は呆れながらも理解してくれているんじゃないかな。本当にありがたいと感じています。

「震災の師匠」との  
出会いが契機に

テナントには赤紙（行政による応急危険度判定で建築物が「危険」と判定されたことを示す紙）が貼られ、営業もままならない状態でした。家族は避難所暮らしなのに、僕は人のためにばかり動いている。店のことも

何も考えられなかったのですが、地震から1週間ほど経ったころ、長男に「いつお店やるの？」と聞かれたんです。入学したばかりの小学校で、「あの子の家、お店だよ」と話題になっていたので。それで、ようやく店のことに意識が向きました。

子どもたちに救われたことは、ほかにもあります。避難所や仮設住宅が、行く先々で閉鎖になっていくなか、子どもたちは「お父さん、次はどこに住めるの？」と笑いながら言うんです。ワクワクしているような。なるほど、こういう前向きな考え方もあるんだな、変に下を向く必要はないんだと救われました。笑っていれば、いいことがあるんだなと。

地震から2カ月後、被災店舗が入る「益城復興市場・屋台村」が立ち上がり、商工会の募集に応じて出店しました。約1年4カ月間、弁当店

## PROFILE

1983年、熊本市生まれ。「アルエット熊本」(Jリーグクラブ「ロアッソ熊本」の前身)で5年弱プレー。会社員を経て2016年、益城町にて開業直前に被災。妻と長男、次男、三男の5人家族。



や夜のBARを営みながら、ステイジイベントも行いました。シンガーソングライターの樋口了一さんを呼んだり、ときには自分で歌ったり。人を笑顔にしたかったんです。みんな屋台村には来てくれるんですけど、「行った」という記憶しか残らない。それなら逆に、こっちから記憶を残したいと思って仕掛けました。

このころ、ターニングポイントになる人との出会いがありました。岩手県釜石市の方です。東日本大震災の被災経験を生かして、「キッチンカー全国災害支援ネットワーク」をつくられた方で、益城町にも支援で、ひと月に2回も釜石市からキッチンカーで来てくれました。

被災地の飲食店の5年後まで見据えた説明会を開いてくださり、個別で話す機会もいたっていて、僕はすっかりハマってしまっただけで、言葉で教えられたというより、体感です。

「イエーイ」とできる時間をつくりたいから。まだ大変なこともあるけど、この時間だけは忘れて楽しもう。一人でも多くの人に、笑顔になってもらいたいです。その一念です。

### 1日1日を必死に 積み重ねた10年間

屋台村の閉鎖後、元のテナントで営業を再開。2020年には益城町惣領に自宅兼店舗をオープンしました。お酒を飲んで会話しながら笑顔になってもらう、というのが店のスタンス。現在は予約制で夜にお酒と食事を提供するほか、平日昼の弁当事業、学食運営、イベントでのキッチンカー営業などを行っています。

毎年4月14日、16日には、お客さんが自然と店に集まってくれます。でも、地震の話はしません。しゃべって笑い合ったり、ただ一緒に過ごしたりしています。僕自身も、こ

ね。その方のことをもつと知りたくて、2017年夏には釜石市まで1900キロの道のりを車で行ったほど。キッチンカーを持つきっかけにもなりましたし、「震災の先輩」とも言える、心の師匠のような存在です。

### 笑顔になる人々の姿に よかったなあ実感

仲良くなった町内の店主と「リバイバルマシキ」というボランティア団体をつくり、「町を盛り上げよう」と小さなイベントを開きました。僕もキッチンカーデビューで、釜石から師匠にも来てもらって。すると、お客さんがめっちゃ来てくれたんです。喜んでもらえたり、泣く人もいたり。その姿を見て「ああ、よかったなあ」と思えました。

震災以降は夏祭りも途絶えていたので、「次は祭りもやっちゃおう」の日を嫌な日だとか、特別な日だとは思っていなくて、毎年巡ってくる1日。でも、みんなが集まってくれることに感謝しています。

地震で失ったものも多いですが、それ以上に人との出会いがありました。周りからも言われるんです。「お前は地震があつたから、人との関わりが増えたな」って。確かに、益城町に友達も人脈もない状態で店を始めようとしていました。地震以降に出会った人たちは、本当に宝です。地震を経たからこそ、今日までの時間があると思っています。

地震から10年。でも、何かの節目というよりも、1日1日、必死に生きてきた積み重ねの10年に過ぎなくて、これからもそうだと思います。だから、「日常」が分からないです。「日常」って何ですか。「平凡な毎日」というけど、何が「平凡」なのかも分からない。毎日ハッピーになるよ

となり、2018年、役場仮設庁舎の駐車場を借りて「まあっごスマイル!益城」を開催しました。プロジェクションマッピングで花火を復活させたり、益城の盆踊りを地元のおばちゃんたちにノリノリで教えてもらったり、規模はどんどん大きくなりました。当日は1万人ほどが来場。正直、怖くなりましたね(笑)。

たくさん周りの人を巻き込んで、助けてもらったから、実現することができました。この祭りも、僕にとつて大きな経験でした。この時間だけは、みんなが笑ってくれた。それがとても印象に残っています。

今も、いろいろなイベントの企画や、地震の経験をいろいろな人たちに伝える活動をしています。こうした活動に力を入れるのは、きれいに聞こえるかもしれないけど、子どもたちもおじいちゃんおばあちゃんも含めて、みんなが仲良く生きていくだけ。

ずっと気を張って生きてきて、一人になると暗く沈みがちです。下向きたいもん、だつて上向くのはきついですか。強がって笑っています。僕が気を抜いたら、益城町の半分は暗くなるんじゃないかな、くらいの気持ちです(笑)。

25年4月には、益城町商工会の青年部長に就任しました。町外出身者がなるのは初めてのようで、この10年やってきたことが報われてきた。よかったですと思っています。

一人一人が笑顔になれる時間を増やしていくのが、僕の役割。これからもずっと続けていきたいですね。



諦めかけたけど

# 病院の使命に気が 再建に踏み出した

精神科・心療内科を持つ益城病院は、熊本地震で被災し、病院機能が停止しました。建物の大半が使用不能となる中、単なる復旧ではなく、さらなる復興を模索。令和元年、新病院を再建しました。

いぬ かい くに あき  
**犬飼 邦明**

社会医療法人ましき会会長

転院先探して  
片っ端から電話

4月14日は21時ごろまで益城病院で仕事をしていて、隣接する自宅に帰りました。実はその日、長男が婚約者を紹介したいって言うんで、一緒に鍋を囲もうと準備していた。その矢先に大きな揺れが始まったんです。永遠に続くんじゃないかと思うような横揺れで、食器や家具は全て床に落下、そして停電。コンロに火を点けてなくてよかったですよ、点けてたら火事だったから。

まずはもう、母（当時91歳）が心配で、母屋に行つて真つ暗な中で声をかけて無事を確認しました。家中の物・食器類が全部割れていたの履き物を履かせて、家の中じゃ危ないかもしれないということで、病院のひさしの下に移動させながら、僕は



病院内に入りました。

院内は非常電源は点いていたものの薄暗い状態。入院患者の皆さんは、事前の訓練通りに1階の機能訓練室に集まってもらい、身体的な無事を確認。このまま停電、断水が続くと入院機能は維持できないな、と夜中の2時3時頃にはもう思っていました。

15日早朝、入院患者199人を全員退去させると職員に伝えました。でも、どこに……。退院して自宅に戻れる人はそうしてもらいたいけど、帰れる人は限られます。そこで、転院の受け入れ先を探して片っ端から電話しました。すると、10時に阿蘇やまなみ病院の高森薫生院長が自らマイクロバスを運転して迎えに来て

くれたんです。阿蘇やまなみ病院は20人ほど受け入れてくださって。こうした「顔の見える」支援のおかげで、夜8時には全員の退去が完了しました。

本震後約3週間で  
通常外来を再開

その夜は当直医だけを残して、職員は全員帰宅。母と姉は熊本市内の親戚の家に身を移し、僕は西原村の古い別宅に泊まることにしました。風呂に入ってひと息付き、深夜0時過ぎに寝た途端、本震が起きました。西原村も被害が大きく、車で病院に戻ろうと思っても途中の道が地割れしていたり、通行止めだったり。迂回しながら何時間も掛けて、

ようやく病院に辿り着きました。

病院は、地盤沈下で建物が傾き、非常に危険な状態。前日に入院患者が避難済みだったことは不幸中の幸いでした。電気も水も使えず、トイレも使えませんので、本部機能を当グループの特別養護老人ホーム「花へんろ」に移すことにしました。

自宅に戻られた入院患者や通院患者のために、花へんろの事務所でも4月18日に外来診療を再開。電子カルテのバックアップデータが残っていたのは助かりました。ただ、職員の6割は被災し、避難生活をしながら出勤してくれていました。職員は、支援者であり被災者でもあるのです。その中でどうやって業務を続けるか。入院機能以外にも多くの生活支援機能があり、再開できないと患者さんのご家族や施設職員の生活に影響が出る。だから各施設もできる

## PROFILE

1951年、熊本市生まれ。精神保健指定医。91年医療法人広安会益城病院院長、96年同理事長。現・社会医療法人ましき会会長、社会福祉法人ましき苑理事長。



ところから順次再開しました。そして28日、益城病院に災害対策本部復帰を決め、5月9日から通常外来を再開しました。

### 地域の中に病院がある やめるわけにいかない

5月中旬、建設会社や設計士と、被害状況、補修案について協議しました。鉄筋コンクリート造で大して崩れてないように見えたが、実際は地下の基礎杭が折れたりずれたりしている。敷地内の病棟4棟全てが全壊という状況でした。

基礎の修理費や仮設病棟の建設費に加え、1年は休院しないといけない。補修には1年以上病棟を閉鎖し仮設病棟に患者を移すしかない。これはもう無理だな、と。職員に退職金を払って廃業しようかという考えが頭をよぎりました。しかし「仕事や生きがいを奪わないで」「ぜひ益

### 地域の方々と共に 楽しめるようになりたい

元の病院の建物4棟は解体、2棟は補修して「ひろやすクリニックス」「犬飼記念美術館」として心のミュージアムに。ただ再建費用は、国の補助金を活用しても約20億円の借金を背負うことになりました。

県や町の皆さんも復旧復興計画の実行に寝食を忘れて専念され、大変だったと思います。同時進行だった県道熊本高森線の4車線化工事も重なり、住宅や店舗の移転などで町中の照明が消えた中、せめて益城町の希望のともしびになれないかと新病院の壁面にイルミネーションを灯しました。移転1年後の創立70周年記念式典では、近くの学童園児を集めて風船リリースを行いました。「うつむいてばかりではいけない。空を見上げ希望につなげるんだ」と。

城病院に残ってほしい」「なくなったら困ります」という職員、患者さんとそのご家族、地域の人たちの声を聞き、皆さんの生活の中に病院があるんだということに初めて気付きました。医療機関としての使命以外に、社会的役割としての使命をね。これはやめるわけにはいかないと決意しました。

### 地震から3年、 ついに新病院完成

病院再建案については、現地での補修や建て替えにするか、別敷地へ移転新築するかなどを約1年かけて検討。結果、新たな土地を探して、現在の場所に全面移転することにしました。

病院の復興計画に当たっては、日常性も将来も見失い、打ちひしがれた職員みんなが自分たちの使命・役割を再認識してもらうために、みん

先ほど申しました初動時に頂いた物心両面からのご支援は「顔の見える関係」に根ざしたものでしたが、2020年からのコロナ禍によりマスクで「表情の見えない関係」になってしまいました。これではいけないと思ひ、旧敷地内の犬飼記念美術館に喫茶ジャスミンを復活させ、展示室には地元の皆さまの作品展示を優先することにより近接性を高めようとしています。

移転から7年経つと、なんとか元の経営状況にまで戻すことができま

した。100歳を超えた母はお花をずっと続けており、今でも教えに出かけたりします。お酒も嗜む。僕は73歳ですが、これまで自分の余生はあんまり考えていませんでした。それで、旧益城病院の建物の1室に「男たちの部屋」を造ろうとしています。今のところ職員対象なのですが、同世

まで一緒に「益城病院復興計画」作成に着手しました。「単なる復旧ではない、これまでやりたくてもできなかったことを実現するのだ」PLANNING「ドリックムミーティング」と名付けました。ただ、家庭の事情などがあって辞める職員も多く、地震後は職員の約半分が入れ替わりました。

馬水地区に新しい益城病院が完成したのが2019年3月。建物は鉄骨造6階建てで、病床数は被災前と同じ210床。5月1日、令和の幕開けとともに新天地で診療を開始しました。これだけの規模の病院が被災後約3年で移転・新築できたのは土地を提供していただいた地域住民の方々、建設会社、そして行政や政治を巻き込んだ「オール熊本」のご支援のおかげです。

代の男たちが集まって音楽や映画、囲碁・将棋、麻雀など趣味やお酒を楽しんだり、若かりし頃の自慢話や趣味特技をひけらかしたりできるような空間の創造。意外とシニア男性の居場所って少ないんですよね。「どうしたらその人らしく生きられるかな」って、医者としてというより、僕が場所の提供という形でお手伝いできたらと思っています。やっぱり人って方向性や目標が見えると、生き甲斐が生まれると思うんですよね。



# 大切にしたい

## 災害後の

## 心のケア

広安西小学校に養護教諭として異動してきた矢先に起きた地震。初めて勤める大規模校で児童に寄り添う日々を送りました。その中で得たさまざまな気づきとは。

え ざき のり こ  
江崎 賀子  
養護教諭



### 訓練の経験なく 小学校が避難所に

4月14日の前震の夜は熊本市東区の自宅にいましたが、幸い家族にけがはなく、住宅にも大きな被害はありませんでした。ニュース速報を見て、益城町に住む親戚に連絡したら、「命は無事です」との返事。「命は」という文字に、大変なことが起きていると感じました。

翌15日の朝、広安西小に出勤したら休校になって。学校の中は昇降口の靴箱が倒れ、靴が散乱した状態。もし児童のいる時間帯に起きていたらと思うとぞっとしました。その日は学校の片付けをして帰宅。その夜、本震が再び益城、そして熊本を襲いました。

学校は避難所となり、校長先生は積極的に運営に携わりました。それ

### 災害直後に大事な 児童の心のケア

まで勤務した学校では地震の避難所運営を想定した訓練はなかった。で、まさにぶつつけ本番。もう学校どころじゃなくなると思いましたね。

### ありがたかった 多くの支援

広安西小の職員室は「避難所運営本部」、保健室は「救護室」になり、4月25日まで教職員は3交代制勤務に。避難者は800人に上ったと、後で聞きました。常備していた消毒液や薬、トイレトペーパーはすぐに底をつきました。

私の役割はさまざまな相談に対応すること。トイレのトラブル、けがや持病などで医療が必要な人、認知

症などでケアが必要な人。ほかにも発熱した人の隔離や嘔吐物の処理など、とにかくやることが多く、避難者への対応で手いっぱいでした。

そんなとき、旧知の養護教諭の先生が手伝いに来てくださった。校内の職員にも助けてもらい、ボランティアで支援に来てくださった人たちもいて、とてもありがたかった。宮崎県の薬剤師さんには学校に常駐してもらい、薬が調達できるようになって。その他の県からは保健師やスクールカウンセラー（SC）、くまもと森都総合病院の医療チームや災害派遣医療チーム（DMAT）、災害派遣精神医療チーム（DPAT）にも支えてもらいました。

DPATは、東日本大震災の被災地・宮城県のチームでした。2012年九州北部豪雨の際に阿蘇で水害を経験した教職員の講話を以前聞いたことがあって、災害後は「児童の心のケアが大事」という言葉が頭に残っていました。それで、今の広安西小の実態を知っておこうと、児童へのアンケート調査の準備をしていました。すると、それを知ったDPATの方から「震災から間もない児童にアンケートはダメ。心身の障がいにつながる可能性があります。健康観察をしっかりとる方が大事」との助言。災害時対応の難しさを感じました。

また、「大災害後の子どもたちには日常生活を実感させることが大

## PROFILE

1972年、東京都生まれ。養護教諭として球磨郡、上益城郡の小学校を経て2016年4月、益城町の広安西小学校に勤務。23年から益城中学校。



事」「学校の早い再開が子どもたちのためになる」という話も聞きました。ただその時の学校は、電気は使えたもののまだ断水状態で、自衛隊の給水活動に頼っていました。余震が続く中、約750人の児童が学校に来て大丈夫だろうかと内心、私は不安を感じていました。

学校は、避難者を体育館に集約して5月9日に再開。養護教諭は学校再開後の2人態勢から、のちに徳島県からの教育支援チームが加わった3人で対応できるようにまりました。

再開日の全校集会は中庭で。自宅が被災して体育館から登校する子どもいました。入学式やクラス替えをして間もなくの災害だったので、児童たちは互いに「初めまして」に近い感覚だったでしょう。子どもたちの声が響く状態に戻って私は、やっぱり子どもたちがいてこそその学校だ

く分からないけど、子どもたちにとって、やっぱり小1の4月は大事ななあって本当に思いました。

### なんでもない日常 一番ありがたい

毎年4月14日は「かみましき命と防災の日」になりました。最初の年度だけは児童を不安な気持ちにさせないよう避難経路の確認のみ。翌年から実際の避難訓練が行われました。その際には必ずリラクセーションとSCの話をセットにしています。なんでこんなこと(地震)が起きたのか、どう備えればいいのかという勉強と、不安になったらこんなふうに呼吸すると落ち着くよっていうリラクセス法の両輪でやっていくんです。地震後の心のケアって、私はカウンセリングくらいしか思い付かなかったんです。でも、「怖くないよ」と伝えるだけじゃダメで、元の

なって感じました。

### 児童の状態確認に 健康観察表を活用

学校では毎週1回、朝の授業前に、児童同士が交流するエクササイズ「心のケアタイム」を設け、安心や絆を感じられるように取り組んでいました。私たち養護教諭は、徳島県の先生に健康観察表の作成を依頼。担任を通じて保護者に「お子さんの様子で気になることがあれば書いてください」って出して、毎週その情報を保健室でまとめました。

すると「トイレや2階に行けない」「イライラや強い不安」「夜中に泣く」といった記述が多くて。学校には元氣にきているけど、見えない形で傷を負っているかもしれない、計り知れないなと思いました。「うちは大丈夫」とおっしゃるおうちも、ちゃんと見ていかなんよねとい

原因をちゃんと理解してないと、その不安がなかなか小っちゃくならない。だから、防災教育と一緒にやってこそなんだなど。

2020年に新型コロナウイルス感染症が流行しましたが、未知に対する不安という意味では地震と同じ。そのときも大変ではあったのですが、病気になる仕組みや予防法と一緒にリラクセス法を教えることが児童の心のケアにつながると考え、地震の「コロナバージョン」で対応しました。災害に限らずいろんな場面に応用できるんだなと思いましたね。

これまでの10年で避難生活を経験し、住む場所が変わったりした児童も多くいました。コロナ禍のときは休校になり、対面や会話が制限され、我慢を強いられました。当時の子どもたちは大変だっただろうなと思います、それを乗り越えてきた

うことで、教職員たちと共有しました。

これまで勤務してきた小規模校からSCに全児童と話してもらうんですが、広安西小のように750人規模になるとそれは無理。教職員の役割分担の中でケアが必要な児童をSCにみてもらうことになりました。当時、熊本県立教育センター所属だった大塚芳生先生が支援に来てくださったので相談すると、兵庫県立大の富永良喜先生ともつながることができて。SCと一緒にリラクセス法や思いの共有を体験する「心のサポート授業」が取り入れられるようになりました。

ただ、児童によっては落ち着くまでに時間がかかることもあって。特に当時、小学1年生だった子たちにとっては、さあ学校に行こうっていうスタートが地震によってなくなってしまう。原因とか影響とかはよ

だけでも、すごい大人になれるよって伝えたいですね。地震の経験がどこかで誰かの力になったらいなと願っています。

私自身の一番大きな気付きは「毎日のなんでもない日常が一番ありがたい」ということ。保健室は子どもたちにとって「評価のない場所」でもあります。ここで子どもたちの命をお預かりしているので、大事な命をおうちにお返しする、そんな毎日をおうちからも続けていきたいと思えます。



苦しいときでも

# 「どぎやんかなるばい」の気持ちで

河内正明さんは益城町幹部職員として震災直後から復旧・復興事業に携わりました。自身も被災者でありながら、生活再建を目指す町民のために奔走。それは想像を絶する過酷な日々でした。



着の身着のまま  
役場に駆け付けた

2016年4月14日の前震は、縦揺れがものすごかったですね。下から突き上げるようにドーンときたんですよ。リビングの窓ガラスが全部割れて吹っ飛んで。近所に爆弾でも落ちたかのような衝撃でした。妻と私の母と3人暮らしたんですが、前震のときは長女が生後3カ月と2歳の孫を連れてうちに来ていました。前震は私が風呂に入ろうと脱衣所で服を脱いだ、まさにそのときでした。

手近にある服を着て家族と連れ立って外に出ると、通りには近所の人たちが不安そうな面持ちで佇んでいました。とにもかくにも私は役場に行かないかと、スリッパのまま駆け付けました。役場までは約



階も16日の本震で完全に潰れてしまいました。

「水道いつ直る？」  
電話が鳴りやまない毎日

町では至る所で断水が起きていました。当時の私は水道課長。日本水道協会から「至急、応援をよこします。どのくらいの人員が必要ですか」と、すぐに連絡があったのを覚えています。

仕事場である水道センターに行つて状況を確認した後、いったん自宅に戻りました。家具が倒れ散乱する室内から、仕事に必要な作業着などを取り出しました。2階建ての自宅は柱が折れてはいたものの、1階はどうにか無事でした。でも、その1

そ汁の朝食を食べたとき、ちょっとだけ安らいだなあ。

一方、職場では、電話が鳴りっぱなしという厳しい状況が繰り広げられました。町民の皆さんはそれぞれ被害の程度に差があります。水道、電気、ガスなどライフラインの復旧にも時差が生じました。「断水はいつ解消されるんだ!」。受話器越しに叱られる毎日でした。

地震発生から約1カ月半後、水道の応急的な復旧が一段落した段階で、環境衛生課に異動になりました。廃棄物処理や建物の公費解体業務を担当する部署です。水道の本復旧を自分の手でやり遂げたかったのに…。辞令は正直言ってショックでした。

まずは水道の応急的な復旧。路上に水道管を露出させてつないでいく方法で対処しました。毎日が業務一辺倒で、食事もカップ麺ばかり。2週間ほどお風呂に入れなかったですね。菊陽町に住む次女夫婦の自宅でも、ようやくお風呂に入ることができて、翌朝、炊き立てご飯と納豆、み



### 「もう駄目だ」と思った瞬間 気持ちが楽になった

環境衛生課長としての仕事は、「きつい」という一言では片付けられないほど過酷でした。住宅が壊れてしまった方は当然ながら、相当な精神的ダメージを受けておられます。そのこともさることながら、これからの生活にも大きな不安を募らせておられたことでしょう。

「いつ解体が始まるのか」。問い詰める語気が荒くなるのも仕方なかったのかも知れません。また、いざ周囲で解体が始まると「地鳴りがしてうるさい」「工事の振動のせいでふすまの開け閉めができなくなった。どうしてくれる」と、お叱りの電話も毎日入りました。やってもやっても苦情しか出なかった。どこを見てももう四面楚歌以上の状態でした。

た。救われた気持ちになりました。わが家はお話しした通り、本震で全壊しました。家族は当初、避難所において、私はずっと仕事していて、菊陽の娘の所に1、2週間おって、知り合いの不動産屋さんにもどこでもいいから空いている物件があれば世話を焼いてほしいって頼んだら、たまたま菊陽の1LDKが空いていたんです。みなし仮設として妻と母の3人で入りました。そのまま借家住まいでもよかったのですが、母が「ここ（益城の自宅）に帰ってきたい」と願っていたので、自宅の再建を決意しました。その後、家は出来上がったんですが、母はずっと入院していてそのまま他界。とうとうこの家で一緒に暮らすことはできなかつた。すぐく残念でした。

感情を一方的にぶつけられる耐え難い毎日は、私の心を少しずつ蝕んでいきました。精神的にどんどん追い込まれていき、「この仕事をやり終えたら辞める」と家族にも伝えました。そういう気持ちでいないと続けられなかつたんです。妻も内心「いま主人を一人にしちゃいかん」と強く思っていたようで、常に寄り添ってくれました。

机の引き出しに退職願を入れて仕事すること数カ月、とうとう糸が切れましました。「もう…駄目だ。俺は完全に駄目になった」。ところが不思議なことに、そう思った瞬間、その口に出した瞬間、すーっと気持ちが楽になつたんです。開き直つたんですね。「どんな苦難が来てもこれからの俺には効かん」と思えましたね。ただつらかつたのは、支えてくれていた妻がその後、がんを発症したことです。どうにか大事には至らな

### 地震を忘れたい気持ちも… 心豊かな生活ができる町に

2020年から総務課長を1年務めて定年退職し、再任用で4年間勤めた後、役場を去りました。退職後は地域の方々と交流の機会を増やしています。これからは孫たちの成長を楽しみにしながら、好きなゴルフを頑張つて腕を上げたいですね。地震以降、町の人の目が気になって練習場に行けなかつた時期もあつたものですから。

町の風景を見てもきれいなやつたし、形あるものが直つてきたので復興はかなり進んだと言つてもいいのでしょう。ただ、人の心は計り知れない部分があつて、復興した人もいれば引きずっている人もたくさんいらっしゃるはず。震災の記憶や経験値を引き継いでいく必要はあるんでしょうけど、私自身は忘れ去り

かつたものの、仕事で職場を抜けられず、つらかつたであろう告知の際にも付き添うことができませんでした。

### 「益城に帰ってきたい」 母のため自宅を再建

2018年、災害公営住宅に関わる公営住宅課に異動になりました。被災されたたくさんの方々の家を解体したんですね、辞令をもらったときはこの方々の住まいを作らにやあ自分の仕事は終わらないのかなと思ひましたね。

入居される方の中に90歳過ぎのおばあちゃんがいらっしゃいました。当時の担当職員によれば、その方は入居時「こんな年老いて、こんなすてきなプレゼントをいただけるなんて、こんなにうれしいことはない」と声をかけてくださったそうです。その言葉を聞いて本当にうれし

たいという気持ちも大きくあつて。複雑な心境というのが正直なところ

です。町がこれから発展していく中で、心豊かな生活が送れる環境になつてほしいというのが私の願い。復興に携わる後輩職員にも言葉を贈るとすれば、「どぎやんかなるばい（どうにかなるよ）」と思つて仕事をしてもらいたいですね。「どぎやんかせにやいかん（どうにかしなきゃいけない）」と思うと、自分で自分に過剰なプレッシャーをかけてしまう。苦しいときは周りの人を頼ればいい。自分だけでなんとかしようと思わん方がよかでしょうね。私も多くの仲間



#### PROFILE

1961年、益城町生まれ。元益城町職員。地震発生時は水道課長。環境衛生課、公営住宅課、総務課の各課長を歴任し退職。