
【巻頭言】

東日本大震災に思う

中村 好男¹⁾

1) 早稲田大学スポーツ科学学術院

2011年3月11日(金)。11時05分羽田着のソウル便で出張から戻ってきた私は、そのまま文京区の自宅に戻った。昼食後にパソコンを開けて前日朝以降のメール対応に没頭しているところに、大きな揺れを感じた。

幸いにも家族や家財に被害はなく、研究室学生の無事も確認された。週末から翌週にかけては、全学での緊急対策会議、キャンパス内施設の安全確認、翌週の各種行事のキャンセル等対応、在学生の安否確認、被災地在住の合格者への対応等々に追われた。14日(月)からは、東京電力の計画停電の影響で西武線が区間運休したこともあって、研究室での業務にも支障を来したが、翌週以降は従前の日常業務に復帰した。

ところで、地震直後の余震が続く中で、ふと東北でのコホート研究のことが気になった。そこでの対象者は、生命や家財の被災もさることながら、難を逃れたとしても大きな震災ストレスを被るに違いない。そのような影響はコホート全体の攪乱バイアスとなるのだろうか、結果の解釈においてどのような影響が及ぶのだろうか？ それとも、今後は、震災という一種の「疫」の影響が検証されることになるのだろうか。

どうしてそのようなことが思い浮かんだのかはよくわからない。そんなことよりも行方不明者の捜索や被災者の救出・救助が最重要の関心事項であり、避難所生活を余儀なくされる方々の苦労のほうを痛める重大な問題であるはずなのに、そのような不謹慎な思いが私の心を一瞬よぎったのである。

「MRIC by 医療ガバナンス学会」というメールマガジン(<http://medg.jp>)では、一般にはあまり報道されないさまざまな医療情報の提供や問題提起がなされているが、震災直後の3月14日からはほとんどが震災関係の記事となり、被災地での緊急医療の状況や医療ニーズが次々と配信された。そんな折り(4月4日)に、東北大学の永富先生から「被災地の健康運動支援」と題する記事が配信された。「被災地健康運動支援情報ネットワーク仙台みやぎ」を立ち上げたことに伴う協力依頼であるが、「昨日は県南に行きましたが、こちらでも高齢者の健康運動サークル員が多く仲間を失い、また自分の家を失いながらも、生き残った仲間を応援してくれています。」という文字からは私の想像を超えた壮絶な現場を実感させられた。

その直後(同日)、本会会長の種田先生から、「運動疫学研究会ができるあるいは行うべき支援活動の検討を始めることを提案します」というメールが届いた。その日のうちに数名の方が反応し、その最後が永富先生からのメールであった。永富先生ご自身も避難所生活をなさり、「疎開生活」を続けながらの被災者支援をなさっている由。まさに、「自分の家を失いながらも、生き残った仲間を応援」という現場のど真ん中にいて同じ立場で活動なさっていたのだということを知り、ただただ感服し、私も「自分にできること」を探した。

自分に何ができるのか。このことは、おそらくは震災報道に接した(もしかしたら世界中の)多くの人々が考えたことではなかろうか。種田先生からのメールへの返信を見ると、各々の方がそれぞれに「支援の方策」を思案している姿がみえ、具体的な行動に言及した意見もあった。本当にすべての皆様が真摯であり、私はすべての意見にただただ敬服した次第であった。

ところで、震災に関連していろいろな方とお話ししている中で、次のような意見を耳にした。

- ・(3月14日に)電車が動かないので通勤のために自転車で荒川沿いを走っていたら、河川敷でゴルフをやっている人を見かけて、「こんなときにゴルフする人なんて川に流されてしまえば良いのに」と思った。
- ・震災休業明けのフィットネスクラブでトレッドミルを走っている人を見て、「(この電力不足の時期に)わざわざ電気を使って走らないで、戸外を走れば良いのに」と思った。

被災地ではない、東京での出来事(心象)である。テレビが震災報道で埋め尽くされる中、計画停電の影響で通勤もままならない状況の下、私たちの心の中に、「運動・スポーツを行う人」に対して冷めたまなざしを発する要素が含まれていたということである。

我々、健康運動支援にかかわる専門家は、人々の身体活動や運動を促進するための環境整備に努めるとともに、行動科学的観点から人々の認知に働きかけることで身体活動意欲を高めるためにさまざまなアプローチを実践してきた。しかしながら、今回の震災によって、一見被災者とは言えない(感じていない)首都圏在住の大多数の人々の中にも、運動やスポーツ・フィットネスに関する、いわば“自粛”の念を抱き、身体活動量の抑制をもたらすことによって、長期的にみて健康を損なう結果をもたらすことがあるとしたら不幸であろう。

私たちの心の中に、震災の影響が現れていないのかどうか、特に身体活動や運動を抑圧する心持ちは芽生えていないかどうか。震災直後には(被災地から遠く離れた九州でも)中止となったウォーキングイベントがあったが、私たちの心の中に運動やスポーツを自粛する気持ちが起こったとしたら、それを払拭するにはどうしたらよいのか。そのようなことを調査し研究することが、きっと私にできることなのではないだろうか。そのように思い至ったとき、私は、自分のやるべき仕事を確信し、コホート・データのことを考えてしまった自分の心持ちは整理することができた。

それから半年経った今、放射能汚染の範囲は拡大して学校の運動場の安全性にも不安を与えるようになった。また、この夏の電力不足がさまざまな運動環境に影響を与えていることも確かであろう。私たちにできること、私たちが取り組むべき課題はますます多様になっているのではなかろうか。