



深浦町地域おこし協力隊 浪岡 敏勇 (なみおか としお)

< 能登半島地震災害ボランティア①・うどん炊き出し編 >

3月18日、月曜日の朝6時、昨日仕込んだうどん団子を伸ばし麺打している。念願叶い、災害炊き出しボランティアとして石川県金沢市に向かうためだ。ボランティア活動は数年前、台風による集中豪雨で被災した岩手県宮古市で2日間の経験があった。実際に現場に足を運ぶ事で、テレビには映らない目に見えないものを知り、心が揺さぶられた。それがこの度、金沢に向かうきっかけだった。自分の住む、いわゆる遠地からは実感が湧きづらいが、確かなのは、能登半島地震が夢ではなく現実に起きており、元旦の地震発生から3か月が過ぎようとしている今も、未だ思うように復興が進まず、大変な思いをされている方が大勢いることだ。

前日の17日、炊き出しに必要な準備を終え、荷積みをするも積み切れず、助手席を外してようやく荷物が収まる。金沢市でも宮古市と同様に個人での活動だ。打ちたてのうどんを積み、7時過ぎ自宅を出発。秋田、山形、新潟とひたすら南下した。翌日使用分の食材を買い込み、石川県内に入ったのは深夜1時過ぎだった。炊き出し予定の避難所まで30分圏内の道の駅で車中泊。予定時間を大幅に過ぎたが想定内である。遠い過去に居眠り事故を起こした苦い経験から、眠い時には眠るのがモットーだ。

翌日、避難所へ予定通り9時前に到着。19日の炊き出しは約40食。職員さんへの挨拶も早々に終え、早速準備に取り掛かる。仕込み中、「たった1杯のうどんの為に、わざわざ遠路はるばる青森から来てくれてありがとう」との言葉に元気をもらいつつ、好天の中での初日の炊き出しは無事終了。食堂が奥まわっており、召し上がられる風景は拝見できなかったが、いくつもの「ありがとう」とのお声に励まされた。「いえいえ、こちらこそ貴重な体験をさせて頂き、ありがとうございます」と、心を込めてお返事した。翌日分のうどんを打ち終え、片付けも早々に避難所を後にする。今日はキャンプでテント泊。足を伸ばしてゆっくり寝られる予定だったが・・・明け方降りしきる雨の中、強風により張っていた屋根が吹き飛び、テント内に雨が侵入したことによる寒さで目が覚めた。「寒い、今日は何かありそうな気がする」でも、まずは乾いた靴を買いに行かなければ。

2日目の20日は50食、同市内の別の避難所での炊き出しとなる。今日は水場が遠く、生憎の雨と強風、さらに12時に突風が吹くとの予報もあり、仕込みは早め早めを心がけた。準備も整った11時半、一斉に50食の提供に一瞬バタバタするも、常駐スタッフさんが気を利かし、盛り付けと配膳を手伝ってくれたおかげで、今日もトラブル無く終える事が出来た。提供したうどんはあっという間に無くなり嬉しくなる。そして、2日目にして、初めて召し上がる方々の楽しそうな表情を窓越しから拝見することができ「来てよかった」と実感が込み上げてきた。

この日、被災者の方とお話できる機会に恵まれた。一人の方は、青森県から石川県に嫁いで来た方で「わざわざ同郷から来てくれてありがとう」と、丁寧に言葉を述べられた。炊き出しが青森から来る事を知っていたのだろうか。お礼のお言葉と一緒に準備されていたお土産をいただき、恐縮するばかり。少しでも力になればとの思いで来ただけの自分が、逆に励まされてしまっていた。

もう一人の方は、特に被害の大きかった輪島市から避難されてきた方。避難所で毎日食事が提供されることを、いつもありがたいと思いつつも、同じような食事ばかりでは飽きてしまうとも。そんな中での炊き出しは、楽しみのひとつと語ってくださった。今日のうどんも、おいしくいただいた事へのお礼をお伝えしたかったのだと、わざわざ雨の中、外の作業場まで尋ねてこられたのだ。出汁も麺も一から手作りということを知ると、満面の笑顔で納得されていた。おかげで私自身、本場香川で学び、10年間携わってきたうどんに誇りを感じたと同時に、もう既にうどんは、自分の中で大切な一部なのだと思えた。それと自分には、人様に誇れるものなど無いと思っていたが「そうではなかったんだ」と気づき、少し自信がついたかもしれない。

正月、しかも元旦、お祝いムードさなかでの16時台に起きたマグニチュード7.6の能登半島地震。「まさか自身の住む町が壊滅的な被害を受け、被災者になるとは思わなかった」と話されていた言葉は今も忘れられない。明日は我が身なのだ。私はこの方とお話するまでは、被災地にはいかないつもりでいた「冷やかしくとられたら」という思いがあったからだ。でも「ありがとう」と共に「輪島まで是非足を運んでください」という言葉を、直接被災者の方から伝えられた事に背中を押され、翌21日、能登半島へ向かう決心がついた。

何かありそうと目覚めた朝、やはり予感は当たった。明日の行動予定が大きく変わってしまった。次回、②につづく。



提供したうどん



避難所にて



健康万歩計は、西北五医師会が、皆さんが健康で元気に過ごすための必要な情報を提供し、ドクターからのアドバイスを紹介するコーナーです。

今月のドクター

須藤 正人 先生
すとうmriクリニック 院長



長く続く咳と痰

肺の生活習慣病に慢性閉塞性肺疾患(COPD)という疾患があります。初期症状は、歩行時や階段を上るだけで息切れする、咳や痰の出る回数が増えてきた、などです。

主に喫煙者・受動喫煙者が発症する病気です。たばこを長い間吸い続けていると、しだいに肺や気管支によごれ、炎症がおき、咳や痰が出るようになります。炎症が進んでいくと酸素を取り込む肺胞の壁が破壊され、酸素と二酸化炭素の交換ができなくなります。その結果、息を一気に吐けなくなり酸素を取り込めなくなるので、直ぐに息切れしてしまいます。一度壊れた肺胞の壁は元には戻りません。

患者数は40歳代から徐々に増加し60歳代以降が多くなっています。世界では死亡原因の第3位となっています。

症状は気づかぬうちに進行することも多く、重症化した場合は少し動いただけですぐに息苦しくなったり、酸素吸入が必要になることもあります。

また、ほかの生活習慣病と一緒に発症することも多く、高血圧症・糖尿病・脂質異常症で通院されている方で息切れや咳、痰の症状が気になる方は、かかりつけ医に相談することをお勧めします。特に高血圧症と合併している場合、心不全が増悪し死亡リスクが高くなるという報告もあります。

COPDは早期診断、治療により進行を防止することが可能な病気です。長く続く咳と痰が気になる方は早めに受診することをお勧めします。

五所川原塗装工業会会員「心・技・色」
one-painted soul fujiuchi.bisou

入魂塗 藤一美装 一級建築塗装技能士
一級鋼橋塗装技能士
(代表) 藤田 一哉 単一等級調色技能士

登録建設塗装基幹技能者 職業訓練指導員

地域密着型塗装店! お気軽にご連絡下さい。
※1.2カ月先の予約・来年の塗装予約もOK!

つがる市森田町床舞猿沢2-5 アーバンハイツ森田102
TEL 0173-26-4341 携帯 080-6001-1760

Good Signal
グットイグナル

不動産売買・賃貸
空き家の管理・相談
高齢者ご用聞き訪問

グットイグナル 宅地建物取引業
青森県知事(1)第3641号

代表 山崎 麻美
〒038-2504
深浦町大字北金ヶ沢字塩見形272-14
TEL/FAX 0173-82-0813

月1回 お悔やみ時のマナーや知識が配信されます!

LINE 公式アカウント

↓ スマホのカメラかLINEで読み取り「友だち追加」をすると

・葬家へのご無礼を避ける
・粛々とした場面で恥じをかかない為に
・お役立ち知識や仏事などの疑問への回答
などが配信されます(登録無料)

* 誰が登録したのか当社からは分からないので安心して下さい

霊安室完備(24H付添可能)

家族葬空間
ファミリーホールふかうら

株式会社 深浦葬祭
Fukaura Funeral Service

電話 (74)4536 FAX:74-4546