

# 災害支援ナース活動報告書

報告者：三富智子

所属施設：新潟大学医歯学総合病院

報告月日：令和 6年 2月 15日

活動日	2月 8日（木）～ 2月 11日（日）
活動場所	施設名 いしかわ総合スポーツセンター
活動内容	<p>金沢市の1.5次避難所であるいしかわ総合スポーツセンターでの災害支援ナースとして派遣された。前泊ホテルから12班支援ナースの集合場所に行く途中で、同じく新潟県から派遣となった新保さんと初対面、4日間バディとして活動をともにする挨拶をし、緊張しながら集合場所へ向かった。派遣先へのマイクロバス2台にて、県庁へ向かい、点呼後に再度バス移動。</p> <p>11時頃、スポーツセンターに到着。会議室でミーティングとなった。今回の12班36名の災害支援ナースの顔合わせと自己紹介、注意事項などの確認が行われた。その中で強調されたことが、避難所は利用者さんの生活の場であること、勝手にテントに入らない。自宅であって病院ではないので、要請があった場合に訪問看護としての立場で行く。自立した生活へ戻る過程の場所なので、支援ナースが何か力になりたいという満足のために、過剰に手を出さない。被災された方の生活の場であることを改めて意識させられる注意、配慮について伝えられた。167名の利用者さんは、生活上支援が必要な方とその家族とのことで、今後2次避難所や施設への入所を待つ方々が主であった。メインアリーナ以外にもサブアリーナやマルチというエリアがあって、そこはもっと介護度の高い方々が避難生活をされているということだった。</p> <p>シフトが発表され、私達新潟県バディは初日夜勤、2日目明け、3・4日目日勤と決まった。そして、初日夜勤者10名の中から、私が夜勤リーダーに指名され、バディの新保さんがサブリーダーとして夜間の責任者となった。前11班の統括リーダーからスポーツセンター内の設備を案内された。活動場所となるメインアリーナは、250基の仮設テントが連なる巨大な村の様だった。電気や水などのライフラインは整っており、新しく清潔感のある施設で、トイレも空調も通常の生活と変わりはない。入り口側の一辺が様々な職種の団体のブースとなっており、この避難所の環境や支援の行き届いたことに、これまでの自身の経験である被災地の避難所の訪問とは異なる感覚を持った。県庁、保険師、介護士、福祉士、精神、栄養士、リハビリ、YMCA、薬剤師、医師、2次避難所の対応窓口、ボランティア、DMAT、4日間で把握できていない職種の方もいたかもしれない位の支援の輪がそこにあった。今回の災害の大きさと、避難所におられる方々の生活を整えていくには、まだまだたくさんの援助の力が必要な災害後の時期であることを感じた。案内されながら夜勤までの仮眠室を予約、まずは昼食と休憩を取ることとなった。その時に初めて「夜勤（フロアリーダー）のマニュアル用紙」を渡されたので、目を通しながら緊張のまま、しっかり休むことはできなかったが、テント内の段ボールにマットレスを敷いたベッドが仮眠室にあり感触を経験することができた。</p> <p>16:30夜勤開始。前11班の支援ナースは15時で既に帰還しており、引継ぎは本日一緒に来</p>

た12班のメンバーからの引継ぎで、17時前に日勤者はバスで宿泊所に帰る必要があったので、15分ほどの時間しかなく、アリーナのテントのフロアマップや、医療が必要な場合の対応、看護師が対応しているカルテなど、そこでの看護の役割や仕組みの理解が十分でないままで、10人の夜勤が取り残されるように始まり、不安な開始となった。私は、リーダーとして朝までの利用者の方と夜勤メンバーを安全に守っていくことを念頭に全体を把握できるように努めた。メインアリーナがABCD4つのブロックに分担されていたので、それぞれの担当メンバーと、フロアマップの見方、転倒歴やコロナ陽性者、ノロウィルス罹患、徘徊、褥瘡のある方など目印による把握の仕方や情報共有をした。保健師や介護士から利用者さんの対応依頼や体調不良の相談が続き、Bブロックばかりが要請を受けたので、他のメンバーに応援を依頼し、一部のスタッフが疲弊しないように配慮しながら分担や声かけをおこなった。また、慣れない他職種への相談など、躊躇っているメンバーには一緒に付き添い、看護師の窓口としての役割を担えるようスタッフの動きや表情に目を配るように気をつけながら取り組んだ。食事、排泄、保清、歩行介助など生活のケアは介護士が主に担っていたので、看護師は内服薬の管理や介助、体調不良者や転倒時の対応などを主に担いながら施設内での役割や連携を確認しながら活動した。19:30以降は保健師が不在となり、介護士と看護師のみの対応となった。夕方からの就寝にかけて、体調の不安や相談事や多くあり、対応に追われることとなった。22時に消灯、2時間ごとに看護師が巡回するのは別に介護士も頻回に巡回しており、夜間のケアにあたっていた。夜勤メンバーの食事休憩や仮眠の調整などをサブリーダーと一緒に相談し、過度な疲労のないよう留意した。怒涛の夜勤の始まりからの数時間で、引継ぎのフリーシートがブロックごとに一致していない、多重記載の項目があること、どのテントが稼働しているかわからない、カルテの流れの不明瞭さなど問題点や看護師の荷物の不安全性、保健師との情報共有が少ないなど改善を望みたい点がいくつもメンバーから上がってきたため、相談の場を設け、今後の混乱を改善するためにフリーシートの書式を夜間のうちに変更したり、テントの使用、不使用や各ブロックの利用者の人数を巡回時に改めて確認したり、私達が戸惑うことは、きっと今後の支援ナースも困ることになるだろうと、数日毎に繋がっていく災害支援ナース全体の活動のしやすさのために取り組んだ。また、一生懸命になるがゆえに、何度か声が大きくなってしまふこと、ナースルームのような感覚でいるメンバーには、避難所であることを伝え、光や音量など私達が環境因子となっていることを思い出してもらった。一緒に初日夜勤の困難を乗り越え、話し合いや意見交換もたくさんしたため、12班の中でも夜勤での10人のスタッフは特に仲間意識が芽生え、お互いの気づきや行動力を認め合える言葉が出た。チームとしてうまく噛み合って夜を守り、普段の夜勤明け以上の達成感の夜勤明けとなった。利用者さんとの対応では、心不全の妻を抱え死んでしまうのではないかと心配を夫からの相談を受け、カルテと現在のご様子が変わらないことを確認しつつ、看護師がこまめに体調確認に訪問することで安心してくださった方、血圧が高く、食欲もない、体調が悪くなっているかもしれないので心配と看護師へ依頼があり話を聞いてみると、家や家族を失い、罹災証明書などこれからの手続きや書類関連の心的負担が重く、避難所の環境では、好きな趣味もできないなどのストレスを傾聴した後に少し笑顔が戻られた方など、夜間対応依頼のあった方ひとりひとり丁寧に看護師が訪問し心を寄せることで、安心や悲しみを吐き出すお手伝いできたかもしれないと思った。今回、震源地付近まで行っていないので、被害を目の当たりにしてはいないが、災害が、心と身体に大きく押し掛かっているのを感じた。

3日目、4日目は、メインアリーナの窓口相談業務を担うこととなった。リーダーと各ブロックの担当メンバーを繋いだり、他職種との連絡調整をおこなったり、各ブロックスタッフのフォロー、診察室への受診手続きの手伝いや他医療機関への搬送の調整や確認、ボード記載、仮眠室の予約代行など、円滑に12班のチーム全体が回るように取り組んだ。また、初めて一緒に働くスタッフの中で、考えの相違や言葉に傷ついたり、看護師としてどこまでやるかの考えが皆少しずつ異なるため、その判断のズレがあったり、行なおうとしたことを否定されたり、カルテ書類の不備や診察までの流れの不具合など円滑にはいかない場面もあり、役割上スタッフの涙や相談ごとを受けることもあった。そのスタッフの気持ちや考えをしっかりと聴き、思いを受けとめ、皆が最後まで気持ちよく活動をやり遂げることができるようアリーナ内を回りながらスタッフのSOSに対応できるように頑張った。避難所であり、病院ではない災害支援の場、スタッフもめまぐるしく変わる中なので、「普段通りにいなくて当たり前、困ったことがあったり、足りないことなどは、気づいたところから対応しよう。臨機応変ってこういうことだよね。」と言葉にも出しながら、自分も周りもトラブル対応に苛立たないように現場の空気感を大切にしようと配慮した。初日に感じた保健師さんとの情報共有不足、ブロック分けなども異なりそれぞれ別に対応している問題などの意見が、私たちの統括リーダーを通して会議にて議題となりそれが反映され、看護師と保健師の担当ブロック分けを一致してもらうことができ、看護師の引継ぎを保健師も一緒に聞いて情報共有したり、テントへの訪問を一緒に行ったりすることができるようになり、利用者さんへの対応改善に繋げることができた。会議では、ここに介護士も加えて多職種で相談しながら対応していく方向性が話され、離れた場所の保健師、看護師ブースが近くに移転し、利用者さんの相談やケア、診察やカルテの行き来が、今後安全に円滑に行なっていけそうな改善の道を4日間の短い間に感じる事ができた。

最終日の前にスタッフ間で、命を災害の場から助ける時期は終わり、今は生き延びた人の健康を守っていく時期、避難所での生活から災害関連死を出さないために看護師が何ができるかという話題となった。やはり、要介護や要支援の方々の避難所での生活は、不活発な傾向になってしまっていた。いくら1日2回ラジオ体操があっても365歩のマーチが流れてもそれ以外をテントの狭い中やアリーナのフリースペースの椅子で過ごしては、深部静脈血栓症(DVT)の予防は難しい。実際にこの避難所から病院へ搬送された利用者さんは、DVTの方が多かった。看護師として、フットケアをしていこうとの気運が高まり、4日目は各ブロックのスタッフがそれぞれ足浴やフットケアをして回り、看護師による足の観察、浮腫み予防、保清、爪切り、保湿、靴下での保護、が実践された。私は、ケアが多く利用者さんへ行き届くように、台車でのお湯汲みや交換、靴下や衣服の調達などの裏方として参加した。ケアで関わっていく中で、今まで1回も更衣をしたことがない利用者さんが見つかったり、皆の笑顔を引き出せたり、看護の力強さとスタッフの嬉しそうな表情を感じながらチームの一員として取り組んだ。午後から来た13班の新しい支援ナース達が戸惑わないように、午後は各役割のスタッフがそれぞれ説明や引継ぎ、フットケアも一緒に行ったりして、利用者さんに切れ目のない看護が提供されるように最後まで皆一丸となって活動した。4日目、最終日は15時で終了。皆バスに乗りながら、後1、2日くらい続けたかったね、やっと全体が掴めたし、DVT予防とフットケアという看護師の方向性も見えてきたところで、全員の足洗いたかったね、など話しながら活動を終えた。12班の36名の災害支援ナースとしてのたった4日間の出会い、自発的に動く看護の力と、みんなが役割を全うすることができたチーム力を口々に言い、良い仲間にも恵まれ良い刺激を受

けたと感じながら金沢駅で解散。それぞれ支援ナースの表情は、不安で強張っていた4日目と違い達成感のある笑顔だった。災害はおきてほしくないことではあるが、全国に同じように災害時に誰かの力になりたいと思って準備している看護師たちと一緒に働くことができたこの派遣の機会に感謝の思いをもった。

## 所 感

・1.5次避難所という場が初めてだったので、震源地近くではなく施設の整っていること、テントという周りの眼からプライバシーを守れる場、そして支援するための組織や多職種が一堂に揃っていることなど、被災者の方々にとってとても恵まれた環境かもしれないと最初は感じたが、いくら支援の輪や物資が満ち足りていても、常に周りにガヤガヤと様々な人がいること、テント内の狭さ、支援のために来た人々の視線に常にさらされてしまっている状況であることなど、親しんだ土地や落ち着ける家で過ごせない、支援の受け身にならざるを得ない被災された方々の悲しさ、避難所という場の限界を感じた。

・「帰りたくても家は流されて帰れない。私は外に連れ出されて助かったけど、家にいた周りの友達はみんな流されちゃった。」ラジオ体操を一緒にしながら話された方。「どこから来たの？遠くからみんなありがとうね。感謝しかないわ。生かされたから頑張るわね。」と笑顔で接してくださった。私たちにむけてくれる感謝の言葉や笑顔がとても切なく苦しい気持ちになった。私は手を握りながら「新潟です。中越地震の時には、私たちも全国の方々から力をもらいました。お互い様です。みんな一緒です。」なんとか心を軽くしたいと思って話しても災害や被害、生活への影響を考えると、無力さを感じ笑顔の奥の辛い気持ちで落ち込んでしまいそうだったが、看護師という仕事を通して、被災された方々の役に立つことができる支援ナースの役割の意義も同時に感じた。

・今回、支援に行った私たちの環境もとても整っていた。ライフライン問題なく、宿泊所つき、入浴もでき、夜勤中には仮眠室もある、防寒グッズも必要ない、災害支援でありながら通常の生活の延長上で活動できたことは恵まれたことだったと感じている。また、一方で一緒に行った支援ナース達と話していたのが、被災地近くの病院施設などの支援はまだまだ必要なのではないかと、被災しながら働いている看護師を休ませてあげたい、そうした気持ちを共有した。単独では行けない派遣されることが前提の私達の活動だが、いつ誰がどこで被災することとなるかわからない。その時に、被災された看護師達の力や支えになっていきたいという思いが強く浮かんできた。今回様々な地から集まった看護師が「お互い様だよ」「現地の看護師のことが心配だよ」と話した。

・4日間、非常に気を張りながら頭もフル回転しながら災害支援ナースの経験をさせていただいた。色々なことを感じ、考えることとなったので、報告書もまとまらないものとなってしまったが、災害時の看護師の在り方や心の動き、被災者の方々への思いや対応、同じく派遣されてきた短い期間の支援ナースの仲間、この経験から得るものはとても大きく今後のために貴重な機会となったと思う。今回出会った情熱を持った支援ナースの仲間が、どこかで頑張っていると思うと、自分も頑張っていこうと思え勇気をもらったように感じている。今回の支援ナースの活動に快く後押ししてくれた職場の仲間や家族、そして準備から物品、様々な連絡調整など多岐にわたって支えてくださった看護協会の皆様のおかげで、円滑に活動に取り組むことができたことに感謝の気持ちでいっぱいです。