

Hさんの場合

息子さん知的障害を伴う自閉症（当時3歳）、娘さんがADHD（当時1歳）

居住地：仙台市泉区

インタビュー日：2024年4月4日

お話：Hさん

聞き手：橋本武美

橋 それでは今日は……自閉症でいいのかな。

H はい。

橋 自閉症の息子さんのお母さんです。このデータは……。

H はい。

橋 そんなに真面目モードじゃなくて大丈夫です（笑）。メディアテークにデータとして残してもらいたいですね。そこにご了承いただければ、なるべくお子さんの名前とかを出さないように、息子さんとか妹さんって呼ぶようにするので、たまにぼろっと言っちゃうかもしれないけど（笑）、お願いします。

H はい、よろしくお願いします。

橋 震災当時、息子さんはいくつでしたか。

H 息子は3歳で、娘は1歳でした。

橋 そうか、妹さんが1歳、結構大変でしたね。

H そうですね。よちよち歩きみたいな感じのときで、娘は。

橋 仙台市の何区ですか？

H 泉区です。

橋 息子さんは3歳だと、どこか通ってました？

H 将監のサンホーム。

橋 毎日ではないんですよね。

H あそこは週2か3ですね。

橋 通い始めたのはいつ？

H その前年の、何月だったかな、「自閉症疑い」というのが出て……。

橋 判定が？

H 判定が出て、アーチル（仙台市発達相談支援センター）の初期療育グループに2カ月ぐらい通った後、平成22年7月からサンホームに通って、3月で卒園ってところだったんですね。卒園間近のときだったんです。

橋 サンホームは「母子通園」になるのかな。

H そうですね。旧「親子通園施設」っていう種別だったみたいです。今はもう「児童発達支援センター」という名前に変わってしまってますけど。

橋 当時は「母子通園」とか「母子分離」とか言ってましたね。そのときには判定が出て、自閉症疑い？

H そうですね。最初にアーチルの心理士さんのテストで「広汎性発達障害疑い」とだけ言われて、衝撃を受けつつ（笑）その療育に通って、その年の11月にアーチルの医療相談ということで、ちゃんとドクターの時間をとってもらえて。

橋 アーチルの中？

H アーチルの中で。そのときに、先生から「自閉症だし知的遅れもあると思います」と、はっきりと診断いただいて。

橋 仙台市って人が多い割には、療育とかに関わっている先生、医療の先生が少なくて、発達障害をはっきり判定してくれる先生って少ないんですよね。

H 少ないですね。そのときも、早くドクターとの面談の時間が欲しかったのに、申し込んで何カ月も待たされて、ようやく11月に。まあ息子が直ちに医療的なケアを必要とできなかったからか、後回しにね。

橋 あの頃うちの息子は10歳だったから、年齢的に、時期的にも差があるんだけど、最初に医者にかかりたいって思っても、その判定ができるくらいの先生に診断してもらったりとか、初診までやっぱり待ちましたね。その間もだいぶ大変ですよ。

H 大変です、もう。

橋 それで判定されて、当時は母子通園って呼ばれてたところに週2、3回通ってたんですね。地震が起きたときはどこに？

H 発災時は自宅にいて、私はもう、その翌月の4月からサンホームではなくて「仙台市なかよし学園」っていう旧知的障害児通園施設（注：現在は「児童発達支援センター」という施設種別に変更）っていうところに入園が決まっていたので、入園準備のために買い物に出かけて、たまたま有給を取ってた主人に子どもたちを任せていたんです。

橋 じゃあ自宅には、お父さんと……。

H パパと子ども2人。

橋 ああ、お父さん大変（笑）。

H そうですよ（笑）。

橋 お母さんは買い物中？

H はい。

橋 ちなみに、それは自宅からどのぐらいのところ？

H 近くのイオンで。

橋 車で？

H 車で行ってたんです。

橋 イオンも被害の大きいところは天井が落ちてきたりとか……どうでした？

H 2階のダイソーに行こうとしていたところで、ダイソーの前あたりですごい揺れ出して、天井が落ちてきてすごかったですね。

橋 どのイオンですか？

H 泉大沢のイオン。

橋 避難誘導とかってありました？

H なかったです。周りの店員さんがお客さんに気を遣ってはいたけれども、もう一瞬で電気も止まりましたし……ちゃんとした誘導がなかったっていう言い方は、ちょっと言葉があれなんですけども。

橋 いや、みんなそう。それどころではね……。

H ほんと、それどころじゃなかった。

橋 想定外の揺れだったから、誘導とかじゃなく自分たちで動かなきゃならなかったっていう声が多いですね。

H あまりにも異常事態だったから、もう周りの大人が平等に助け合って、子どもとかを無事に外に出そうみたいな空気ができてて。

橋 助け合って、みんな外に出ましょうって。

H そうですね。当然エスカレーター、エレベーターは使えないから、「この階段は安全そうですね、じゃあみんなここちに行きましょう」みたいな感じで、買い物かごをみんなでこう（笑）。

橋 そう思うと皆さんすごく、何だろう、冷静とまでは言わないけど、助け合って。

H そうですね。あまりの事態に……もう天井崩落してましたし、次の地震が来る前に出ようねみたいに、みんなで。

橋 怖い怖い。外に出て、車まですぐ行きました？

H 私、屋上に停めてたんですよ。で、車は諦めて歩いて家に帰ろうと思って外に出たんですけども、でもやっぱりちょっと車が惜しくなってしまって（笑）。

橋 それこそ、車もどうなるかだもんね。

H そうなんです。ちょっと車の様子を見に行こうと思って、車しか通っちゃいけないスロープをぐるっと回って上がっていったら、みんな枠内に停めてた車がぐちゃぐちゃになってるんですけども、ほんとにありがたいことに、うちの車は出られる状態だったんですよ。だから、これなら車を持っていけるとかって、車を出して、時間はかかった

けど、どうにか信号がないルートを考えつつ、家に車を持って帰ることができました。

橋 よかったね。車じゃなかったら、それはそれですごく大変だった。

H そうですね。ちょっとその後、困るところがあったので。

橋 車で帰り、自宅にはお父さんと息子さんと妹さんがいて。

H お留守番してくれました。

橋 おうちの中はどうでした？

H うちの中も、いろんなものが倒れたりはしてたんですが、でも、そこまでではなかったかな。危険な壊れ方、例えばガラスが割れたりとか、そこまでではなくて。ただ、主人がライフライン関係の仕事なので、もう私とバトンタッチで仕事に行かなきゃということで、「よく帰ってきてくれた」みたいな感じで、もう交代で出て行って。

橋 それはもうお母さんの的にも分かってたんですか？ 行かなきゃいけないなって。

H そうですね。それもあって、車が戻ってよかったなって。とても歩いて行けるところじゃなかったの。でもあのとき自転車で行ったのかな……車だったかな。

橋 でも、みんな怪我も何もなく無事で。

H ありがたいことに。

橋 お父さんは行かなきゃならないから行って、息子さんと妹さんと3人で。もちろん停電はしていた？

H そうですね。で、その時点ではまだ水が出てたから水断してしまって、お風呂に貯めるっていう行為をしてなかったんですよ。そのうち出なくなるっていう知識がなくて。まだ水道管に残っている水が出てたので。飲み水は幸いたくさんあったんですけども、生活用水を確保しておくっていう知識がなくて、後々とても困りました。

橋 でもね、そのときすぐに頭が回るのは難しいよね。

H そうですね。

橋 飲料水のストックはいっぱいあったんですね。でも、水道はじきに止まり……。

H じきに止まって。でも食料品はタイミングよくいっぱいあるときだったんです。ちょうどネットスーパーを受け取ったばかりだったり、ご飯炊いたばかりだったりとか。ほんとにタイミングはよく。

橋 ご飯も炊いてたの？

H そうなんです。ちょうど出かける前に炊けたご飯があった状態だったので。あとはそれなりにお菓子だったり、保存食的なものもいっぱいあったので。

橋 ご飯も炊けてるし、いろいろ食料品は大丈夫だろうと。

H そうですね。

橋 ガスは？

H うちオール電化だったので、ガスは関係なかったです。ただオール電化の弊害として、石油ストーブ的なもので暖をとることができないというちょっとつらい思いは……寒かったじゃないですか、あの後すぐ。

橋 そうそう。あのとき、灯油のストーブが倉庫にあった人たちは引っ張り出してきて付けたとかね。オール電化は、電気が通るまでは寒かったね。

H 寒かったですね。

橋 でも、家の中で？

H そう、だから家がまだ無事であるっていうだけでよかった。正直あの揺れ方だから、家は倒れてんじゃないかなと思って外に出て、周りを見たら、あっそんなに倒れてないや、よかったみたいな。イオンの崩れ方がすごかったの……。イオンの建物は残ったんですけど、お店のものは全部倒れて天井も落ちてきたから、あ、うち残ってないかもって。新築して2、3年目だったんですけど、ダメかもと思って見たらちゃんと残ってたから、よかったなって。

橋 まず家があればね。

H そうなんです。

橋 息子さんも慣れた場所で、妹ちゃんも家であれば……。当時はオムツとかも使ってた？

H はい。2人とも、まだ息子もオムツが外れてなかったんですけど、買い置きもあったので。おしりふきもあったし。

橋 食品とかオムツは、備蓄が結構あった。

H そうです。私がストック魔だったので。底値のときに買い置きしないっていうたちだったので、それが助かり

ました。

橋 水もあったし、とりあえずお布団とかがあれば暖もとれるし。子どもたち2人と一緒にいて、そのとき様子は
どうでした？

H 息子は、揺れてるときにもう完全な熟睡モードで、主人曰く、娘を抱えて昼寝してる息子のところに行ったら、
もうポヨンポヨン揺れながら寝てたって。

橋 2階？

H 2階の寝室、親のベッドに寝かせてたらしいんですけど、マットレスの上でポヨンポヨンしながら、全然起きな
いから、もうかえって焦っちゃって、怒鳴って「起きろ！」と言って抱えて下に逃げたそうです。下の子は起きてい
て、父親の周りをウロウロしてる時だったので、すぐ抱えて安全確保してみたいにできたんですけど。でも、上の
子はすごく臆病な子なので、あの揺れを経験せずに済んだのは、後々のトラウマとかのことを考えるとよかったの
かなと思います。

橋 その後は、みんなで1階にいて？

H そうですね。危ないものを避けつつ、子どもたちを確保して、私が帰るのを待ってたという。

橋 お父さんがよくやってくれていた。

H そうですね。あのとき有給取ってくれてたから、「家族全員無事ね」っていうところからスタートできたので。
普通は皆さんお仕事に行ってる時間だったりとか。

橋 もし週に2、3回の通園のときだったらまたね……。でも通園はどうやって？ 妹ちゃんを抱っこして？

H サンホームには親子で通っていたので、療育時間中はボランティアさんが下の子を見てくれて、だから一緒に
はいられたけれども、もしそこで地震に遭っていたら無事に帰れたかどうか。

橋 とにかく家族が全員無事で、大丈夫な安心できる場所で揺れたんだね。妹ちゃんは泣いたりとか、ぐずったりと
かは？ テレビも付かないし、みたいな。

H 主人曰く、揺れたときはすごいおびえた顔でしがみついていたっていうんですけども、幸い記憶には残らなかった
ので。親もすぐそばにいたから。

橋 お母さんもすぐ帰ってきたし。

H 全く覚えてないような感じですね、ありがたいことに。

橋 息子さんは当時、お薬とかはありましたか。

H いえ。お医者さんにもかかったんですけど、眠れてたのと、多少痙攣、パニックというか大泣きすることはあっ
たにしても、叫んで暴れ回るようなタイプではなかったので、お医者さんが介入してどうっていうあれではないねっ
て。自閉症、知的障害があるっていても、これはもう療育のほうで様子を見ていくタイプだねって言われたので、
薬は飲んでなかったです。

橋 服薬はなかったんですね。食べるものは、割といろいろ食べられました？

H いえ、すごく偏食でした。

橋 どういうものが好き？

H 白いご飯と、唐揚げ、フライドポテト、中華麺みたいな。

橋 中華麺……ラーメン？

H そうですね、ラーメン。唐揚げとフライドポテト。

橋 ポテト好きっていうか、ポテトしか食べないとか、あれはなんだろうね。小さい頃からポテトとラーメンしか食
べないっていうお子さんがいましたね。1日3食全部でそれで、朝からポテトを揚げてますっていうおうちがありま
した。

H うちの子の場合、たぶん感覚過敏もあって、手が汚れるのがすごく苦手、嫌悪刺激だったので、ポテトならあま
り手を汚さず食べられる。油で汚れるけれども、ソースが付くとかではないじゃないですか。たぶんそれもあって、
彼にとっては食べやすい食品だったんだろうなって。その手に付いた油とか塩を、すぐ頭で拭いているんですけど
も（笑）。

橋 髪の毛とかで拭いたりするもんね。うちもありました。うちは粘土が使えなかった。

H ああ、分かりますー。

橋 小学部に入るぐらいまでは、粘土系とか、セロテープとか、ダメでしたね。

H 苦手な子多いですね。

橋 ご飯は、白いご飯がいい？

H そうです。箸は使えないので、小さいおにぎり状態にしたものをつまんで食べるみたいな食べ方で。

橋 ラーメンとかもストックはあったんですか。

H そうですね。

橋 電気は2、3日で開通しました？

H あのエリアは3、4日経ってからだったと思います。

橋 じゃあそれまでは大変だったね。

H そうですね。でも炊いたご飯とか、ガスボンベとカセットコンロはあったので、ちょっと加熱して少し温かいものをあげるってことはできたので。

橋 いやー、カセットコンロは助かるね。

H 助かりますねー。

橋 普段は鍋のときしか使わなくて、こんなの要らないんじゃないかと思ってたけど、あのときはありがたかった。仙台はそのうち地震が来るってずっと言われてたから、うちもボンベを買い置きしていたの。ほんとにカセットコンロありがたうって感じだった。

H そうですよ。

橋 唐揚げ、ポテトとかは揚げた？

H そのときはもうないので……。

橋 こういうときだからしょうがないよっていう。

H そうですね。何をあげて過ごしたのかな。玄米フレーク的なものは食べたので、そういうのは買い置きもありましたし。

橋 カリポリ系が好きなんですか。

H そうなんです。やっぱり汚れが手に付かない食べ物。食品は何をあげたのかな、チキンラーメンみたいなものをあげたのかな。何を食べてたんだろう。冷凍してたパンを自然解凍してあげたのかな。

橋 冷蔵庫もね。

H 冷蔵庫もじきに使えなくなるから、食べられるものからとりあえず順次加熱して食べていって。

橋 冷凍ものは自然解凍だったね。そっか、苦労してやりくりして。妹ちゃんは離乳食？ ミルク？

H まだ、ほぼおっぱいでした。多少は最初のおやつ的な、タマゴボーロ的なものは食べてたのかもしれないけれども。

橋 妹ちゃんのほうも、まあ困るってことではなかった？

H そうなんです、タイミング的にはよかったです。

橋 そうか。じゃあ割と衣食住っていうか、そのへんは何とかなって。

Hほんとに何とかなったんです。

橋 でも、その2、3日の間とか、息子さんの様子で何か気になることとかありました？

H そのとき、ちょうど息子の障害の診断も出て、主人も仕事であんまりうまくいってなくて、心療内科に通い始めて何カ月か。でも、下の娘がいて、療育とか通ったりしていたから構ってあげられないっていう負い目もあって、夫婦ともかなり精神的にギリギリのところだったんですね。毎月1回、埼玉の主人の母親が様子を見に来てくれてはいたんですけども、なんかもうギリギリ家を回してるっていうか、そんな状態だったので、地震がトドメみたいな感じで……親（自分たち）の精神のほうもたなくて。

橋 障害受容もなかなか……比べるものではないけど、ダウン症だったり手指欠損だったりとか、そういう生まれてすぐ分かるような障害と、徐々に分かってくる発達障害って、障害受容が違うんですね。うちとかだと、だんだん怪獣になっていくような、宇宙人になっていくような息子に、判定が下ってそれを受け止めて……そういう障害の受容もやっぱり時間がかかるし、なかなかすんなりいくものではないし。ちょうど幼児期ぐらいって、発達障害のお子さんにはほんとに大変で、次から次へといろんな特性が出てきて、それをうまく育てていく、導いていくよりもまず、受け止めること自体で十分大変な時期なので。

H そうですね。息子は最初から、分かった瞬間から重いほうだったので、サンホームでも同じくらい重い子がほぼいなくて。そうなるとう子通園でもうまくいかないんですよね。まず息子も全然なじめない、楽しめない。私も、同じくらいのママ友っていうか仲間を作ることができず、情報共有とか、お互い励まし合ったりっていうことができなくて、そこに通っても親子で孤立気味だったんですよね。だから結構精神的につらい状況で。それに夫婦ともに自分の出身地から遠いところに住んでるので。

橋 そうですね。お母さんがどこだっけ？

H 長崎なんです。

橋 お母さんが長崎で、お父さんは？

H 埼玉。

橋 比較的、まだお父さんの埼玉のほうが。

H まだ陸路で行ける距離なので。

橋 お母さんが来てくれたりとかができる距離だったんだ。

H そういう意味では、発災当時は物質的にはそこまで困ったことはなかったんですけども、親の私たちの心がもたなくて。

橋 これからどうなるかっていうときに、ドカンと。

H ドカンと来てしまって、食べられなくなってしまって、なんか風邪をひいてもないのに熱が出たり、もうストレスで熱が出てしまったり。

橋 親御さんのほうが？

H 親のほうがですね。

橋 お母さん？

H はい、私のほうですね。

橋 でも熱出ちゃうと、本人もあれだけど、妹ちゃんのほうが大変だよな。

H そうですね。

橋 まだまだいっぱいお世話が要る時期だから。

H お友達とかもいないから、ほんとに家にこもりっきりで、静かな家で、一応オムツとか必要なものはあるから、ただひたすら家の中で……。

橋 ただひたすらお母さんが頑張っていた。

H 外に出ていいか分からない状況だったじゃないですか、あのとき。

橋 また次に大きいのも来たらって思うと。

H というのもあるし、原発も……。

橋 ちびちゃん2人連れて行動もなかなかできないし。お父さんは、例えば1日おきぐらいに帰ってこれたりとか？

H そうですね。幸い職場が近かったんで、自転車1日おきぐらいに様子を見に帰ってきて、あとは缶詰みたいな感じで。

橋 そのぐらいには顔が見れたんだ。

H そうですね。

橋 お父さんも大変だったんだね。

H そうですね。

橋 たぶん職場もみんなが大変だったんだね。逆に、なんていうんだろう……普通の仕事ではないから、それどころじゃなくて、何か紛れてじゃないけど、そういう部分もあったかもしれないけど。

H 職場がライフライン関係だから、もうみんな缶詰状態なので、会社が期限切れのお弁当みたいなのを、缶詰して社員のために配ってくれるんですね。その余ったのをもらってきてくれて、家の様子見て「よし無事ね、じゃあまた行くね」みたいな感じだった。でも、主人のほうもその生活にもう限界が来てて、「あなたたちの世話をしながら仕事するのはもうしんどいから、ちょっと実家に帰ってくれ」って言われて、子どもたちと一緒に実家に。

橋 長崎だけど……。

H そうなんです。だからもう必死でチケットを探して、月末の、3月28日頃だったと思うんですけども、山形経

由でどうにか取ることができて。山形－伊丹－長崎っていう乗り換えで。

橋 何時間？

H もう丸一日かかる感じで。

橋 そうか。えーっ、2人連れて？

H でも、行くまでは主人と一緒に長崎まで来て、よろしくお願ひしますって言って、自分は帰って……みたいな。

橋 そこまでは行ってくれたのね。それでお父さんは少し楽になったのかな、精神的に。

H そうですね。あとは自分のことだけだっ。

橋 自分の実家だから、お母さんのにも楽になった？

H そうですね。まあ遠いので、あのとき言われてた放射線的な心配とかはなくて、買い物に行けば何でもあるし、そういう意味では楽だったんですけども、すごく個人的な話をすると、実家は私が住んでた家ではないというか。

橋 あー、その後に住んでいたおうちのね。

H そうなんです。親はその当時あまり自閉症に対する理解がなくて、ただのわがままな子どもという認識だったので、夕方、コリックあるじゃないですか。「黄昏泣き」って言って、自閉症の子でその強いのが出る子がいると思うんですけども、うちの子も昼寝から覚めたときに一番パニックが出やすい子だったんですね。もう状況が分かんず大泣きして30分以上暴れるみたいなのがあったんですけども、それを見て……。

橋 うーん、理解も難しいだろうけど……。ご自分のお母さんとお父さんも元気で？

H 元気で。それまでは距離があって、あまり会わせてなかったこともあるからだとは思うんですけども。

橋 一緒にいなかったこともあるだろうけど。

H 残念ながら。

橋 じゃあ結構「こうすればいいんだ」みたいな、なんか……。

H そうですね。

橋 今までの育て方がどうみたいな。

H そうですね。

橋 でも、本人は地震のことはそんなに分かってなかったとしても、今までの自分の「お城」から遠く離れたところに連れてこられて、慣れてないおじいちゃんおばあちゃんと。本人的にも外国に来たようなもんだよね。もちろん今までの療育グループとも離れたから、最初は相談先がなかったでしょう。

H そうですね。その避難期間は、療育的なアプローチっていうかケアが完全に止まってる状態で、その間に虫歯を作ってしまったんです。それまでは頑張って虫歯を作らないようにやってきたのに、自宅での口腔ケアが不十分だったり、あと子どもたちを慰めるためにおやつをだらだらと与えてしまったりという。

橋 何か、じじばばの……そういうのはなかった？ 今はダメって分かっているけど、大人が口つけた箸で子どもに食べさせるみたいなとか、うちの頃は全然普通にあったから。私の場合はもう親が早くに亡くなったのでそういうのはなかったんだけど、もし一緒にいる時間があったら、もう口移しぐらいの、硬いのはちょっと噛んで与えるぐらいの親だったから。そういうのではなかった？

H そうですね。私のほうの親は、孫に対してそんなするタイプじゃなかった。

橋 ああそう。

H はい。自分の子にはしましたよ。でも孫に対してはちょっとドライっていうか、そんな感じだったので。そして自閉症とかに対する理解も、もう当然ながら知識もなかったの。

橋 何でこんなに泣くんだとか、何で泣きやまないんだって。

H 息子が泣いてるときに私がおう……あのときって何を声かけても仕方ないじゃないですか。だからもう、落ち着くのを安全確保して待つしかないっていうことをしてるのを見て、「あなたの対応が理解できない、そんなのパシッと一発言うことを聞かせなさい」という、ね。

橋 そうじゃないんだよっていうのも、あんまり理解はしてもらえない感じ。

H そうですね。そのとき言われたのが、「自分も自閉症の文献を数冊読んだ。だから知識がないわけじゃない。その上で」って言われたから、「あーそうですか」という感じ。

橋 その判定が出たことは知ってたから、一応知ろうとしてくれてはいたんだね。

H いたんですけれども。

橋 でも、当時いろんな情報があって、間違っただけの情報もいっぱいあった。特に古い情報が多くて、新しい情報はあんまりなかったよね。本とかも「えっこれ……」っていうものがいっぱい、その当時はそれが主流だったぐらい。パニックになったときは、途中であれこれしたり抱いたりするよりも、目が届くところで収まるまである程度待ってからでないと、みたいなことも、たぶん一般的には新しい情報だったんだね。お母さんの的にはほんとに悩みながら、そういうことに日々対応してた時期だったと思うんだけど。自分の親だからこそ、余計分かり合えない感じが、何ともね……きついなー。

H 正直、自分の実家の避難生活がとてつづらかった。早く子どもを連れて帰りたいなど。

橋 3歳ぐらいだと……5歳ぐらいまでが特に、うちも一番大変な時期だったな。あれが起きて、次の日はこれが起きてみたい、とても対応できるようなものでもなかったし。父親（夫）もなかなか理解できない……母親ですら理解が難しいのに、父親では無理だなんて今では思うけれども。そのときって一番頼りになるとしたら、やっぱり相談の人とか、ちゃんと新しい知識のある人たち。アーチルとかももうちょっとね……週に1回療育グループに連れていったらちょっと相談乗ってもらえるとかそんなじゃなくて、もっと、家に月に1回ぐらい来てもらえたりとか、相談自体はもうちょっと頻繁にできるぐらいの支援が本当はあればいい。今はどのぐらいか私も分かんないけど、その頃って、なかったよね。

H なかったですね。

橋 そんなケアがなくて。仙台市の判定会に行ってくださいね、そこで判定されますから、みたいな。そしてレールに乗り……。6歳のときに就学前の判定会があって、「支援学級相当ですね」とか、カーンって言われたりするんだけれども、それまでの期間のケアがすごく足りなくて、たぶんそれは今もそんなに……。でもその頃よりはあるね、知識が新しくなってるから。Hさんぐらいの時期は、専門家と言われるスタッフさんたちも、まだまだ知識は足りてなかったような気がします。後から思えば、あの人たちも情報をどんどんバージョンアップしなきゃならなくて、いっぱいいっぱいだったろうし。うちが通ってた母子通園とかも、同じ年度の中でどんどん利用者が増えていって、うちが入ったのは10月ぐらいなんだけど、もううじゃうじゃで。

H 毎日通えました？

橋 いやいや、週2回でした。うちは鶴ヶ谷のあおぞらホームだったんだけど。

H じゃあ娘の先輩だ。

橋 ちょうど3組ぐらいが10月に一緒に入ったんだけど、4月の時点では5組ぐらいだったんですって。そこからどんどん増えていって、10月にまた3組来たから「えっ、まだ入るの？」っていう顔で最初から見られたし、また来るの？ うじゃうじゃよ、もういっぱいよ、みたいな。

H そのときは週2だったんですね。

橋 週2でした。

H うちの子がいたときは、週5だったんですよ。

橋 ああそう。

H まあ人数とかも、もしかしたらちょっと制限してたのかな。そのときが多かったのかもしれないですね。そのとき、運営は民間になってました？

橋 なってないです。

H あ、うち民間になってからだからか。

橋 私がいた頃は、みんなが先生って呼んでたスタッフさんが、3人だったかな。うちよりも先輩だけれども中に入れないお子さんとか、1人で職員室みたいな部屋にいて、それでもやっとそこまで入れるようになったっていうようなお子さんもいたし、もう入って堂々と寝てたり、パニックを起こすこともなくリラックスしてるようなお子さんも、でも決して軽いわけじゃなくて、すぐ食べたくなくて何か口に入れなきゃならないようなこととかも指導が入ってたとか、やっぱりほんとにバラバラで。うちが入った頃、ちゃんと朝の会で座れてる子たちがいて、えっ、うちはこのレベルじゃないから、ちゃんとうちのレベルの人たちのクラスに入れてほしい、とかは思ったな。途中からっていうのもあったかもしれないけど。やっぱりできる子たちは、楽しそうなお母さんたちに見えて、同じクラスの中ですごく落差を感じて、何でうちの子はこうなんだろうとか、もうなんか自分が惨めだみたいな感覚に陥るから、そう

なると通うこともつらい部分があったり。だけど「いやいや、最初はみんなそうだよ」とかって気遣って話をしてくれるような優しい先輩お母さんもいて。「うちも最初はああでこうで」とか「だってお昼食べたじゃない、十分よ」とか、だんだん話せるお母さんたちができて、みんな最初からそうじゃなかったんだって。最初みんなにすごく嫌な顔をされてたような気がしたけど、そりゃそうだよなど。10人ぐらいだったところにどんどん入ってきて、うじゃうじゃになって行って、「ええっ、また入るの？」って思うのは、自分でもそう思っただろうし。だんだんお母さんたちと話すようになったら、「うちはこういうことで困ってて」とか「うちは誰々先生にかかってて」とか、「音楽療法はこういうところがあるんだよ」って。「でもここはいっぱいだからもう入れないからね、こっちはほうは入れるかもしれない」とか、そこで情報をもらったりして。あおぞらホームってそのときは仙台市の施設だったから、職員さんたちは、どこの先生がいいとかこの音楽療法がいいとか言っちゃいけない立場だったから、お母さんたちの情報がすごくありがたかった。うちは睡眠障害が途中から始まったとき、そこで有名な先生を覚えてもらって、3カ月待ちで大学病院のほうかかったりしてた。その頃大学病院に音楽療法の有名な先生がいらしたんだけど満員で、病院の中で別の先生の音楽療法が始まるから、そのメンバーに入れといてあげるって言われて、スタートから入れた。有名な先生のほうがいっぱいだからそこに入れて、うちはそれがすごく良かった。マンツーマンの音楽療法で、病院の中の防音室でやってくれて。もし人気のほうに行っていたら、グループだし、自分で遠くまで連れていかなきゃならなかったんだけど、大学病院なら近いし。そこに2年以上かな。

H 費用的には変わらない感じだったんですか？ 民間のところに行くのと。

橋 保険とかじゃなく通ってたから、1回3,500円だったのかな、当時。結構するなと思ってたけど、マンツーマンだと思えばね。多くても月2回で、先生の都合とかうちの都合とかで月1回のときもあったけれども、後々考えたら安かった。すごく良かったから。その頃はお母さんたちはみんなそういう情報を必死に求めてて、でもネットにも知りたい情報がほとんどなくて、やっぱり一番助かったのは、親たち同士の口コミでした。

H 私るときもそうでした。ネットだと極端な発信ばかりが上位に上がるし。身近な人、このエリアに住んでる人で同じぐらいの人がどこに行ってるかを知りたい。

橋 そうだよ。全国的な、こういう療法がいいですよとかそういうことじゃなくてね。あとは、どこの病院でこんなひどい扱いを受けたとか、いろいろそういう情報も入ってくるもんね。

H そうですね。私はなかよし学園に行って、やっと仲間っていうか、同じぐらい重くて大変な思いをしてるお母さんたちとも出会って仲良くなったので。サンホームでは、障害の程度の差がありすぎて難しかった。

橋 範囲がね。なかよし学園には毎日？

H 毎日通えるし、保護者会がしっかりあって、その保護者会ですごく仲良くなったんです。

橋 よかった。話は戻るけど、そのつらい時期、長崎では何カ月ぐらいいたの？

H 長崎は1カ月半ぐらい。そのあと埼玉に数週間いて、少し遅いスタート、5月最初の1、2週でなかよし学園の1年目に戻ったので。

橋 1カ月半ぐらい長崎にいて、その後埼玉のお父さんの実家に？

H そうですね。そこにたぶん2週間ぐらいしかいなかった。

橋 その後仙台に戻ってきて。

H はい、主人が迎えに来て。

橋 ちなみになかよし学園は、普通に4月にスタートはできたの？

H はい、4月スタートだったんですけど、私が避難してたので、実際に通い始められたのは5月中旬以降だったような気がします。

橋 5月ぐらいから通えて、そこでお母さんたち同士でちょっと相談とか、愚痴も言えたりとか、だいぶ気持ち的には楽になったかな。

H はい。なかよし学園に来て、やっと重い子のための療育が……。

橋 合ってる療育に出会えた感じなんです。

H そうですね。そこでもうちの子は重いほうだったので大変ではあったんですけども。でもサンホームよりは、まだうちの子が理解できるっていうか、周りをこう見ながら……。

橋 なかよしは3年？

H 3年間ですね。

橋 就学まで3年間ね。地震の後、特に長崎に行った頃は、パニックが多くなるとかありました？ 地震のこととか、遠くに帰省したりとか、そういうことの影響とかって見えました？

H 長崎で、あるとき嘔吐・下痢っぽい症状が出て、普通に流行ってる胃腸風邪みたいなのが感染したのかなとは思ってたんですけど、でももしかしたら避難生活がストレスだったんじゃないかなと思えるところもありましたので。

橋 長崎では、何か園に入れてもらったりはしたの？

H 短い期間だったので、もうひたすら家の中にいて。

橋 パニックが増えたり、泣き方がひどくなったり、逆に良くなったりとか、変化ってありましたか。

H やっぱ父親がいない生活っていうことでずっと不安げだったので、ポータブル DVD プレーヤーを持ち歩いて、トトロの DVD を1本買って、それをエンドレスで流して。トトロを何千回見たのかっていうレベルで、精神安定剤的な感じで。うちの息子はたぶん聴覚優位っていうか、自分の好きな音が流れてるってということにもものすごくこだわるタイプなので、彼が落ち着くためにそれをずっとかけてた。

橋 同じので安定するよね。

H そうなんです。トトロって爆発音がしないじゃないですか（笑）。爆発音がしないっておかしいけど、ほかのジブリ作品はドカーンポカーンみたいなのがちょっとあったり。

橋 ちょっと戦いとかも、ものによってはね。

H そうそう。ちょっと不穏なのがあったりするけど。

橋 そういう感じじゃないもんね、ゆったり。

H そうです、ひたすらゆったり。息子はほんとにトトロだけの人だったので。まあ「おかあさんといっしょ」も好きではあったんですけども。

橋 じゃあその頃はもう、音の過敏みたいなこととかを気づいて？

H そうですね。耳ふさはなかったけれども、この子は何か流れてないとダメなんだなと。とにかく流してくれっていうか。

橋 これがあると落ち着くんだなって。

H 画面は見てなくても、自分の好きな音が流れてるっていうことにこだわりを示したので。

橋 落ち着いてもらわないと、家事もできないもんね。

H 避難生活が異常事態だったので、子どものご機嫌をとるためのものをいろいろとセットして、そういう意味で、ダラダラとおやつをあげてしまった。スナック菓子が好きだったんですけども、たぶんそれも虫歯によくなかったかなと思います。

橋 でも心の安定がね、そのときはね。妹ちゃんはその頃は？

H まだちっちゃかったから。妹はまだまだ赤ちゃんだったので。

橋 まあお母さんがいれば。

H そうなんです。

橋 そっか、でもおじいちゃんおばあちゃんも、妹ちゃんは扱いやすかったかな。

H そうですね。

橋 逆に比べてしまうっていうか……妹はこんなにかわいくて、懐いて、とか？

H うーん、うちの親は変わってるんですけど、すごくドライで、あんまり関心がなかった。

橋 よしよしタイプじゃないんだ。

H なかったんですよ。私が「お風呂入りたいから娘見てて」って言ったら「嫌」って言われて、「風呂場に連れていけ」って言われたんですよ。結構ショックで……。

橋 へえー、それはなかなか……。

H 意味が分からない。「泣いたときに世話できないから連れていきなさい。嫌よ」って言われて。

橋 へえー、でも言われたらしょうがないっていうか。

H そうなんです。仕方がないから脱衣場に置いて、ママいるからねって感じで、風呂のドアを半開きにして。

橋 Hさんはごきょうだいがいて、甥っ子姪っ子とかはいなかったの？

H 私はきょうだいが一番上で、下のきょうだいに既に子どもが生まれてたんですけど、みんな遠方に住んでるから、孫の世話をするというのがあまりなくて。子どもを見るという感覚から遠かったのかもしれないですね。

橋 慣れてないのもあったんだろうけど。

H 主人の親だったら、はいはいって感じで、二つ返事で引き受けてくれる。「ちょっと子ども見てください」って。

橋 普通はね……というちょっと言い方に語弊があるかもしれないけど。

H パニックを起こしてる子どもを預けるんだったら「ちょっと……」って言われるのは分かるけど。

橋 息子さんが大変な時期なら「どうしていいか分かんない」って言われるかもしれないけど、妹ちゃんとかはね。

H まだ何も泣いてない、穏やかにしてる子どもを「見ててね」が「え、嫌よ」って言われて、「あっ、嫌なんですか」っていう……。

橋 なかなか……。でも、うちもそんなようなこと言われたな。夫の親は、だんだん発達障害の独特の扱いにくさが出てきたら「どうやって扱ったらいいか分かんないからもう連れてこないで」みたいなのはあった。そういうのも「えっ……そんなこと言うんだ」ってびっくりしたけど。やっぱり多少本とかは読んでいたのね。でもそういうふうにするんだ、っていう親でした。確かにいるんだね、そういう人が。妹ちゃんのほうは実家でも問題なく？

H そうですね、大きく崩れることはなく。彼女も ADHD の不注意型っていうことですけど。

橋 当時は？

H 当時はまだ分からなかった。上の子にそういうのが出たので可能性は考えてはいたけれども、まだ判定できないぐらいの月齢だったので。

橋 お母さんもそんなに困ったところはなかった？

H そういう症状もなかったの。ひどく後追いするとか、むしろ関心がなさすぎるみたいな、そういうところもなかったの。ただ構ってあげられなかった。とにかく上の子のことがあったの。

橋 それで仙台に戻ってきて、なかよし学園に5月から通えて、情報も入るようになり。

H はい。やっと見通しっていうか、就学までこういうふうに通って、療育を受けて、支援学校的なところになるんだろうなという道筋が見えて、同じように重いお子さんを抱えて頑張ってる仲間がいるんだなっていう存在と触れ合えて、やっと、心の平穏って言ったらおかしいですけど、孤独感が和らいだところがありますね。

橋 それだけでもね、ああうちだけじゃないんだっていうことだけでも、救われますね。

H そうですね。

橋 そうか。食べ物とかそういうことでは、震災当時もその後もそんなに困ることはなかったけれども、その後の家族の形っていうか……実家のほうに行って、発達障害のいろいろ大変な幼児期に、特にお母さんが、本人というよりはお母さんが、大変な思いがいっぱいあったんですね。その後、自分の両親とはお付き合い的には、大丈夫？ そんなに変化はなく？

H そうですね。その後やっぱり反省したみたいで。私、「あなたがきちんとしつけないから」と言われたときに、うわって泣いてしまったんですよ。それを見て、ほかの家族がドン引きしたんですよ。

橋 親戚？

H 私の下のきょうだいとかがいて、その発言をした親に対してドン引きしてて。でも親は発言の強い人なので、面と向かってそれを非難することは誰もできなかったけれども、後々、やっぱり言いすぎたっていうのはずっと心に引っかかってたみたいで。

橋 下のごきょうだいからとか、何かあったのかな。

H きょうだいからは、「あのとき、ほんとにあれはひどいと思ったんだよ」っていうのを言われて。

橋 自分でも言いすぎたっていうのはたぶんあった、出てしまったっていうのがあったんだろうけど、そっか、ちょっと反省があって。

H 謝れない人だったから、謝らないだろうなと思ってたんですけど、実は去年ぐらいに仙台に遊びに来たときに、謝ってくれて（笑）、よっぽど引っかかっていたんだろうな。面と向かって言いたかったんだなって思って、12年……。

橋 特に、母親と娘ってね……。

H いや、父親のほうなんです。

橋 父親なの？ そうなんだ。

H しかも、その人と私は血がつながってないので、なおさら複雑な、ちょっと距離感があったんですけども。

橋 謝れない人だった。うちの親も、年代とかもあるだろうけど、なかなか謝らないよね。だけど、そうか、結構自分もやってしまった感はずっと持ってて（笑）、ごめんなさいね、笑っちゃいけない。去年謝ってくれたのね。

H はい（笑）、そうなんです。

橋 でも、それはうれしかった？

H そうですね。

橋 そっか、引っかかってたんだっていうね。だったらすぐ……（笑）っていうのもあるけど、それはできない人で、不器用ですから。

H ずっと何となく引っかかってたんでしょうね。

橋 でも、それは本当に言ってくれてよかった。お互いのために。言えなかったけど思ってたんだっていうのも分かったし、そういう人なんだっていうのも……その長い期間を経て謝るのってなかなか大変なことだっただろうね。その年代の人がね。ちょっとそれは深い話（笑）。お母さんのにはちょっとは救われるね。

H そうですね。やっぱり息子を全否定された的な感じだったので。

橋 全部だよ。自分の子育ても、息子さん自身のことも否定された感が。しかもその時期だったしね。

H そうなんです。今ここにいないのに、こんなこと言われてみたいなのは思ったので、たぶんそれも含めてすごい反省したんだろうな。あのタイミングでこういう言い方をすべきじゃなかったっていうのも含めて、たぶん「ああ……」って思ってたんでしょうね。だから十何年経っても謝らなきゃ、やっとなんと向かって言う機会あるから謝りたいって思ったんだろうな。LINEとか電話じゃなく。

橋 そんなこんなで、今は某親の会の会長もされていて、情報もいっぱい入るし、その中から自分の息子さんに合った情報を取り入れたり、逆にこれは違うなって思うこととか、選択したりできるぐらい情報がありますよね。

H そうですね。

橋 その頃はなかったけども。

H 自分が子どもを育ててきて、情報が多すぎることも人を混乱させるっていうか、押しつぶしてしまうなど。よかれと思って、視野を広げすぎるっていう言い方はおかしいですけども、手を出しすぎてもダメだし、自分がいいと思ってやってることを安易に友達に薦めるべきでもない。善意でやってしまったけども、あっ余計なことをしたなっていうこともある。

橋 でもそれは、やっぱり選択肢がないと。それこそ就学のときって一番顕著だけど、地元の小学校、地元の小学校の中の支援学級、ちょっと遠くの支援学校とか、そういう選択肢があって、こっちもあっちも体験して、こっちは実際に通わせてるお母さんから口コミでいろいろ教えてもらったとかもありつつ、本人の様子とかを見ながら選ぶ。悩んで悩んで選ぶじゃないですか。だから、そこまで大きなことじゃなくても、日頃のことややっぱりいろんな選択肢の中から、うちはどうだろうな、これはすごくいいだろうけど遠くに通わなきゃいけないとか、じゃあ私には無理だとか……。運転免許を持ってる人もいればそうじゃない人もいるし、支援学校も、えーそんな遠く？ ってその頃は思った。車で40分50分の……。

H 最初の学校のほう？

橋 うん、最初の。支援学校は本人がすごく合ってた、結局本人が体験のときに選んだような形だったけど、でもここにしようって思えたのは、その頃私が運転免許を取っていて、何とかその場所までは行けるようになってたから。それでなければ、何かあったときのことを思うと、たぶん支援学校は考えてなかったと思うのね。そういうのも結局、選択肢を増やしたっていうことにはなる。病院に通うのも車でなきゃ行けなかったし、パニックっている息子を引きずってバスに乗せるのは難しいから、結局は自分の車に乗せて。中でギャーギャー泣いてたりしても、自分の車の中なら何とかっていう部分があったから、選択肢はやっぱりあったほうがよくて、選択肢を増やすための努力はちょっとお母さんたちがしたほうがいいんじゃないかなと思う。だから、ほんとにいろいろ情報があるだろうけど、ちょっと一歩踏み出して、そういう親の会とかに足を運んで話を聞くとか、生の情報を得ることはしたほうが、たぶん将来的に選択肢が増えていくからいいだろうなと思ってる。そこはすごく頑張ってるって聞いてますもんね。

H うーん、私自身がすごく成長の遅い子どもだったと聞いてたので。

橋 自分が？

H 母親から聞いたのは、私自身がとにかくしゃべるのも歩くのも何するのも平均からとても遅かったと聞いてたから、私、息子が遅いことに何の疑問も持ってなかったんですよ。私の子よねーぐらいで。だから、アーチルの心理士さんから「広汎性発達障害」って言われたときに、ほんとにびっくりしたんですよ。

橋 そうなんだ。じゃあ自分で「この子は何かある」と思って検査したわけではない？

H ではなくて、多少の育てにくさはあったんですけど、でも1歳半、2歳ぐらいまでは、むしろうちは臆病タイプだったから、どっかに走っていくとかいうことなしに、寝てたし、ただただ発達の遅い子っていう認識。

橋 そうか。小さい頃にすごく顕著なのって多動な人だもんね。それで困るといのがね。そうか、そうなんだ。

H 執着はあったんですけども、ウェットティッシュのケースをくるくる回すとか、そういう回転するものが好きとか。偏食もあったけれども、でもまあ個性の範囲かと。今思えば危機感がなさすぎると思うんですけども、自分がそうだと聞いてたから……。診断が出て、そういうところに行ってみて初めて、うちの子ってこんなに遅れてるんだ、違うんだっていう現実と直面して。

橋 そうか、サンホームはかなり重要っていうか、そこもショックな場所に……。

H そうでしたね。そっか、そういう疑いがあるっていう子の中でも、うちはダントツでできない子なのね、っていうか。

橋 自分はそんなに疑ってなかったけども（笑）。

H なかったのに。そうなんです。

橋 ポンっとその中に入ったという感じ。

H 周囲と比べるっていう目線がそれまではなかった。地元じゃないから、引っ越したばかりでママ友も近所にいないし。

橋 そうだったんだ。じゃあそこからすごい怒涛の……。

H そうですね。ちょうどそれで1年経って、地震があって……。

橋 はあー。よくぞ頑張りました。じゃあその頃、困ったこと大変だったことがいっぱいあったらうけど、そういう中でも助けになったこととか、これはよかったかなっていうことってあります？

H やっぱりお医者さんで「こんな子診れない」みたいなそういう経験もなくはないんですけども、でもふと入った長崎での耳鼻科で、「障害があるのでちょっと耳診てもらうのが大変かもしれません」みたいな感じで入ったところのドクターがすごく親身になってくれて。東北から避難して、一時的に来てっていうのも考えつつ、「障害があるんだね、大変なんだね。でも僕勉強してるからちゃんとこういう子も診られるからね。お母さん遠慮しなくて大丈夫だよ」という感じで対応してくれて。たぶんそこで初めて医療関係の方からそういう扱いを受けて、なんかすごく慰められて、拒絶されるだけじゃないんだっていう経験をしました。

橋 そんな遠いところで。

H そうなんです。正直歯医者もうたらいい回しで。虫歯ができてしまってから、その後に何軒も歯医者に行ったんですけど、障害があるって分かった時点で「あ、うちでは治療は……」っていう感じだったんですが。

橋 そうか、その頃はそんなに情報がないし、どこの歯医者さんがいいよとか、そういうこともなかったんだね。

H 分からなかったですね。でも最終的に息子の治療を引き受けてくれたのは、泉の自宅の近所の歯医者さんだったんですよ。先生が「でもこれは誰かがしないといけないから」って。正直暴れる子を治療したって暴れない子を治療したって、病的には同じじゃないですか、入ってくるお金は。かかる手間は2倍、3倍なのに。でもその歯医者さんが引き受けてくれて、捨てる神あれば拾う神ありじゃないけれども。

橋 医療のときのそういう対応、助けてもらう対応ってほんとに……。だって医療の場所って困ってるから行くわけじゃない。そこで乱暴な扱いとか、吐き捨てるようにとか、そういうことって、ほんとにお母さんたちが傷つけられているのよね。

H 心をえぐられるんですよ。

橋 そうそう。

H それでもう病院に行きづらくなるんですよ。

橋 だから、たまにそういう「僕勉強してるから大丈夫だよ」とか「誰かが診なきゃなんないんだから」とかってほんとにありがたい。

H 一生ついていこうと思って。

橋 そっか、じゃあよかったことは、医療機関で……。

H そういうドクターというか、病院にいくつか出会えたことがほんとに……。

橋 絶対忘れないよね。

H 忘れないですね。地震と直接関係なくてすいません（笑）。

橋 いえいえ、なんか私もどンドン離れていくなと思っていただけ（笑）。

H ほんと申し訳ない。

橋 とんでもないです。最後に、当時避難所行くことは考えましたか？

H 自宅がほとんど傷がなかったのです。

橋 大丈夫だったから。

H もう避難所に行くことは考えずに。

橋 それはまあね、家が丈夫で、食べ物も飲み水もあったからね。

H そうですね。もし食料的なことの不安があったら、どこかに行くことを考えなければいけなかったんですけども、幸い水と食料があったので、自宅で。

橋 あと、妹ちゃんのこと大きいよね。

H そうですね。

橋 ちっちゃい子を連れて……。

H オムツとかおしりふきとか大量に必要とするわけだから。でもその後、車を買って換えるときに、前はちっちゃい車に乗ってたんですけども、どうせこの子たちを連れて避難所には行けないから、交代でも寝れるタイプにしようと思って、コンパクトミニバンみたいなのに乗り換えたりしました。車をテント代わりに使えるように。

橋 何かあっても大丈夫っていうふうにしたら、ないのよね（笑）。

H そうなんです。ありがたく。

橋 だけど、またもしかしたら役に立つときがあるかもしれない。

H 役に立ってほしくないですけど。

橋 そうね。どっちもどっちだけど、備えてあることってやっぱり安心感だね。ちなみにもし今、息子さんも家にいてっていう状態で、例えば車が何かの理由で使えなかったとか、家もちょっとやばいとなって、避難所に行かなきゃならなかったと想定したら、避難所に何があれば助かるかな。

H 避難所に？

橋 発達障害の人が避難所で何日間か過ごさなきゃならないっていうことを想定すると、何があればいいんだろう。

H うちの子の場合は、クールダウンできるというか、やっぱり隔離された空間。広くなくていいから、どこか隔離された空間がないと、落ち着かなくなったときにもう逃げ場がなくなると思うので。

橋 「カームダウン」とかって言葉もあったりするけど、大きな体育館の中だとしても、ちょっと囲われた……何となくダンボールハウスとかをイメージするんだけど、全部遮音することとかは難しくても、囲われた空間みたいなのが小さくあったらって、そういう感じかな。

H そうですね。

橋 逆にないと、うちとかはいられない。

H もう無理ですね。

橋 たぶん何とかしてそういうスペースを作ろうとする……。

H と思います。

橋 遮音もないとダメな感じ？

H そうですね。うちの子が声を発してしまうので。

橋 うちもそう。お互いのためになんだよね。遮音性。今は食べ物はそんなに？

H 割と何でも食べられるようにはなったんですけども、ただ食物アレルギーがあるので、避難食もそれを考えて……。

橋 ちなみに、アレルギーはどういう？

H うちは魚とピーナッツがダメなんですね。だから、非常食とかでうっかり鮭のおにぎりとかをもらってしまうとまずいので。

橋 ちなみにそれは何で分かったの？ お魚とピーナッツ。

H うちはアトピーがひどくて、血液検査をしたら魚関係の値が高かったんで、こども病院でちょっと魚関係に絞ってもう一回しましょうって検査したら、やたらと魚がダメだった。少しずつならやってみてくださいってことで食べさせてみると、案の定発疹が出るっていう感じだったので、この子ほとんどの魚ダメだなんていう感じで。

橋 そうなんだ。検査をしたのね。

H 血液検査から分かりましたね。実際食べてみても、やっぱりアレルギーが出たので。

橋 そうか。そういう部分もあって、避難所の食事はちょっと、もし行くことになったとしてもだいぶ気をつける。

H そうですね。白身の魚はアレルギー対応の食事でも普通に入ってくることが多いですよ。豚とか鶏肉アレルギーのほうがメジャーっていったらおかしいですけども、ダメな方が多いので、代替食としてタラとかキスとかは普通にばんばん出てくる。でも、息子はむしろそれがダメな人なので。

橋 お肉の代わりに白身の魚とかの代替は聞くよね。

H だから息子のヘルプカードには、本人の名前、生年月日、所属、今は学校に所属しているので学校名を書いて、そしてアレルギーを書いていて、万が一支援者と離れ離れになってしまったときも、誰かそれを見た人が、好意で魚をあげることがないように……。

橋 でも確かにそういうときって、避難所で何かおにぎりを作って、鮭ってありがちだもんね。

H 梅干しならまだいいけども、鮭をもしもらってしまったら……。

橋 ちなみに、今は服薬とかはありますか？

H 今は、去年すぐく痲癩を起こして母親に暴力を振るうようになってしまったからは、リスペリドンを飲んでるので。

橋 現在は服薬をしている。でも、震災の頃は服薬はなかったんですね。

H なかったけども、今は薬は大切ですね、落ち着きのためにも。

橋 これまでお話を聞いた方で、当時服薬があった方って、割と薬はいっぱいあったのっていう方が多くて。

H たまたまそのタイミングでストックがあった？

橋 そう。割と病院に行ってもすぐのタイミングだったのっていう方のほうが多くて。でもね、そうじゃない方ももちろんいるだろうから。あの時期って病院も大変だったじゃない？

H いつ行けるかというか。

橋 そこまで行くのも大変だし、例えば大きい病院だったら、そのときって震災関係の方たちを受け入れる場所になってたから、普通の患者が行くのがとても心苦しいとか、普通に入っているのだろうかとか諸々あったから……うちは大学病院に行ってたからもちろんそういう拠点だったけれども、通常診療の人たちはこっちから、とかってすぐルールみたいなのを作ってくれていて、こういうふうにしてくれたらこっちも心おきなく行けるなって思った。

でも、私は備蓄とか、しばらくはローリングストックで結構気をつけていたけど、最近ちょっと緩くなってきて、期限切れがいっぱいなので、またちょっと気を引き締めなければいけないなと思っています。

H そうですよ。忙しさにまかして、そして時間も経ってるから、油断しちゃいますよね。

橋 3月頃ってそういう報道とか新聞とかでもいろいろ出てくるから、ちょっと「あっ」って思って期限切れに気がついて、また買い替えるっていう方がいればそれが一番なので、やっぱり忘れずにつないでいかなきゃいけないことだなと思っています。ご協力ありがとうございます。

H いいえ、なんかあまり参考になるエピソードがなくて。

橋 とんでもないです。これはメディアテークのほうで、大切なデータとしてお預かりすることになりますが、いいでしょうか。

H はい、大丈夫です。

橋 ありがとうございます。

H よろしくお願ひします。