

笑顔と心をつなぐネットワーク 明社通信

2018年 **秋** 号

HEARTFUL

はーとふる

特集 明日への備え

連載

Meishaアーカイブ～50年の歩み～

被災地レポート 「わすれない、いつまでも」

「やるときゃ、やるけん！」～おおいたおやじネットワークの活動～

世界の現場から日本が見える



瞑想で心を平和にする

イエズス会司祭 柳田敏洋

私は今年の4月中旬にバングラデシュに行き、そこで知的障がい者の手助けをしているバングラデシュ人グループにヴィパッサナー瞑想を手ほどきしてきました。この人たちはカナダ人のジャン・バニエが始めた健常者と知的障がい者が生活を共にすることで、互いが人間的に成長することを目指す共同体「ラルシュ（箱舟）・コミュニティ」のアシスタントです。もともとキリスト教の精神で創設されたのですが、今や世界各国に約150のラルシュ・コミュニティが広がっています。

バングラデシュにあるラルシュ・コミュニティのユニークさは、世界で唯一、キリスト教とイスラム教とヒンズー教の人たちがアシスタントをしていることです。イスラム教が大多数のバングラデシュはまだまだ貧しく、障がい者は社会の中で様々な差別を受け、家族の中でも厄介者扱いされている人が多く、ラルシュ・コミュニティの約20人の知的障がい者もほとんどが帰る家がない人たちでした。その人たちのために懸命に働いているアシスタントたちの悩みは「怒り」です。知的ハンディを抱えた人たちだと分かっているにもかかわらず、24時間生活を共にしているとイライラが募り、時に怒りを爆発させてしまうのです。ひとりのアシスタントは怒りを自分の中の我慢袋に入れても、やがてその袋が満杯になると怒りが出てしまうと打ち明けてくれました。そのような悩みに対して、第三の道としてヴィパッサナー瞑想を紹介しました。怒りを爆発させるのではなく、怒りを我慢するのもなく、怒りに気づき静かに見つめる方法です。これは上座部仏教に由来する瞑想法で、その瞑想の中心「今ここにあるがままに価値判断を入れずに気づく」という意識の持ち方が、イエス・キリストの教えた無償無条件の愛「アガペ」とびつたり重なるので、私はこれをキリスト教の立場から手ほどきしています。異なる信仰を持つバングラデシュ人のアシスタントたちでしたが、心の距離を取って自分にあるがままに気づく練習をしました。呼吸に気づく瞑想から始め、体の感覚や気づいたり、足の裏の感覚に気づいて歩く歩行瞑想や、食べる時に口の中の食べ物に丁寧に気づきながら食べる瞑想、音を不快に左右されずにあるがままに聞く瞑想などを行い、自分の感情や考えに気づく瞑想に取り組んでもらいました。そうすることで怒りが生じて怒りと自分を一つにせずに、怒りを静かに見つめ、怒りを過ぎ去らせることができるのだと理解したアシスタントたちは、とても喜んでくれました。私たちは自分が真剣に関わっていることであればあるほど、感情や考えに巻き込まれやすくなるので、このような瞑想方法は助けとなります。社会を明るくするために人種や宗教を越え、内面に気づくことの大切さに改めて気づかされた体験でした。

かがやき 耀メッセージ

- 1…… 特集 明日への備え
- 8…… Meisha アーカイブ～50年の歩み
- 10…… 被災地レポート「わすれない、いつまでも」
- 12…… われら明社人
- 14…… 掲示板
- 16…… 世界の現場から日本が見える
全国清掃キャンペーン「明社人 みんなでゴミ拾い2018」
耀！連隊 明社レンジャー

Contents

はーとふる 2018年秋号

目次

【特集】

明日への備え

自然災害が多発しています。これまでの「想定」を超える災害にどう向き合い、自分たちの住む地域、自分のいのちをどのように守っていくか……。今号では、地域防災に取り組む人びとを紹介するとともに、災害への危機管理と防災教育にお力を注がれている片田敏孝さん（東京大学特任教授）のインタビュー、インクルーシブ防災について立木茂雄さん（同志社大学教授）にお話をうかがいました。



防災とは、いのちを思い合うこと

片田敏孝さん（東京大学特任教授）

家族みんなのいのちを守るのは
「信頼」と「絆」なのです。

——日本の防災の現状についてお聞かせください。

日本の防災の歴史を振り返ると、1959年の伊勢湾台風で5千人以上の方が亡くなりました。もはや先進国の体をなしていない状況でした。それで「これではいかん」と、伊勢湾台風を契機にできた「災害対策基本法」が日本の防災の骨格をなしています。では、そこになんと書かれているかというと、3条が「国」、4条が「都道府県」、5条は「市町村」に対して、「それぞれ国民のいのちを守る責務を有する」と書かれています。ですから、その基本法ができてからは、日本の防災は行政主体で進められるようになり、自然災害死は激減しています。

ところが、行政主導の防災を進めてきたことで、国民の意識の中に当事者意識が薄れてしまったというマイナス面が見えてきたのです。避難勧告が出ても逃げることもせず、ハザードマップを配っても見ない人たちが増えてしまいました。いまになって、国民に「主体性をもちなさい」「防災意識を高くもってください」とお話しても、長年、

積み重ねられてきた意識を変えていくことは、非常に難しい課題だと感じています。

実は、新潟豪雨のときにこのようなことがありました。平屋建ての家で独りで暮らしていた高齢者の女性が、床上浸水になり逃げ遅れてしまったのです。後日、調査に行った私は、「おばあちゃん、なんで逃げなかったの？」と聞きました。すると、「逃げないといかんと思ったので、隣家の自主防災会の会長さんのところに『避難勧告でた？』って聞きに行ったら『まだだ』と言われて、『避難勧告でたら教えてね。そしたら逃げるから』と言って家に戻ったのよ」と言うのです。しかし、避難勧告より先に川が氾濫したという話が伝わってきて、また隣家に行つて『避難勧告でた？』と聞いたたら『まだ』と言うので家に戻ったら逃げ遅れたというのです。避難勧告がなかったから「逃げなかった」というのは残念です。しかし、これが日本の防災意識の現状なのです。

——どのようにして意識を変えていくことができるのでしょうか。

東北地方には、「津波でんでんこ」という言葉があり、東日本大震災後からよく使われるようになりました。津波のときは、高齢者も子どもも、

誰もが他人に構わずでんばらばらに逃げなさいということです。しかし、私は、この「津波でんでんこ」が求めていることについて、このように理解しています。

それは、高齢者も子どもも、みんな一人ひとりが自分のいのちに責任をもつこと。そして、一人一人が自分のいのちに責任をもつことを家族で確認し、お互いが信頼し合い、「うちの子は必ず逃げていける」という信頼があれば、とにかく自分も逃げて、必ずあとで迎えに行こうと気持ちになります。ですから、家族みんなのいのちを守るのは、「信頼」と「絆」なのです。そうした信頼し合える関係を事前に家族やご近所の方とつくっておくことが大切だと思います。これがあつてこそ「津波でんでんこ」が実行可能になるのです。

そして、防災でもう一つ大切なことは、「みんなで助かる」ということです。自分のいのちが危うい状況になったとき、人は大切な人のことを考えます。その大切な人のことを考えたとき、不思議と行動がとれるのです。

昨年の九州北部豪雨のあと、私は政府の調査団として現場に入り、住民の方々に聞き取りをさせていただきました。朝は晴れていて、天気予報でも報らせていなかったのにもかかわらず、突然、雨が降り出したというのです。自分の集落の山のほうを見ると、黒雲がかかって下は真っ白になっている。「これはまずい」と思った青年はすぐに村に引き返し、足腰もおぼつかない隣家の独り暮らしのおばあちゃんを避難所に連れていったという話を聞きました。なぜ、戻ったのか……。それは、青年はおばあちゃんに子どものころかわいがってもらっていたからです。だから、「おばあちゃんを助けるのは誰？」「それは僕だ」という

気持ちわがき起こったのでしょう。大事な人のことを思うと自分の行動をも速め、対応に繋がっていくということなのです。

「防災」は、災害からいのちを守ることが基本で、人の心に寄り添うところがないと実効性がないことをさまざまな調査をしてきたなかで実感しているところです。

自分のいのちを守ることで、
他人の命も救える――。

――いま、私たちが「備える」ことは？

「防災」とは、単に防災意識を高めて「逃げる！逃げる！」という話でも災害に対する処方箋として技術を普及することでもないのです。自分のい

のちを大切にすると同時に、みんなで一緒に助かるという気持ちをふだんから育んでいくことです。そして、自分たちの地域で、みんな助け合って難局を乗り越えていくというコミュニケーションを築いていくことなのです。

300年ぐらい前は、富士山が噴火したり、地震が起きたり、津波が来たり、災害が幾度となく起こりました。そのなかでみんなが力を出し合って乗り越えてきました。

そのためには、もちろん避難路をつくることも重要だし、情報も大事なことだと思いますが、今の「想定外」といわれる荒ぶる自然から目をそらすことなく、家族や地域の方たちとともに向き合い、いざというときは出来るかぎりの最善を尽くして、精いっぱいみんなに逃げるといふ気持ちが大事です。

地域から犠牲者ができることは、その地域の人び

とにとってはとても辛いことです。から、「ぜったいに犠牲者をださない」という強い思いをもつことです。

そうした気持ちの訓練を家族や地域、学校、職場でしていくことが、何よりの備えではないかと思ひます。

誰も自分が死ぬとは思わない。みんなが逃げないなら僕も逃げない――そんな気持ちはダメです。誰かが口火を切って「逃げよう」と言えば、周りのみんなも逃げるんですね。

最初に逃げることは勇気が必要です。でも、率先者になったなら、まわりのみんなをも助けることができることを忘れないでください。つまり、自分のいのちを守ることで、他人のいのちも救えるのです。

さらに私は、体の不自由な方や高齢者の方に「助けられるように努力することが大事だよ」とお話しするのです。

それは、東日本大震災のときに、釜石や大槌町の消防団の方は責任感が強くて、「わしは逃げるん」というお年寄りを最後の最後まで説得するなかで、共にいのちを落とされた方がいました。また、「自分が助けにいかかったばかりに亡くなってしまう」という思いに、いまださいなまれている消防団の方があります。ですから、高齢者や歩行困難な方は、這ってでも玄関まで行って「私はここにいます」という努力をしていただきたいのです。自分ができるところまで精いっぱいやってみることです。

自然に向き合うべき姿というのは、あらゆる災害に共通します。みんなが手を携えて取り組んでいくことで、かならずよりよい防災を成就できると私は信じています。



片田敏孝（かただ としたか）

1960年、岐阜県生まれ。東京大学特任教授。群馬大学名誉教授。災害への危機管理対応、防災教育等の研究と共に防災活動を全国各地で展開。特に2004年から釜石市の児童・生徒を中心に津波防災教育に取り組み、災害に立ち向かう主体的姿勢の定着を図ってきた。著書に『人が死なない防災』（集英社新書）『子どもたちに「生き抜く力」を一釜石の事例に学ぶ津波防災教育』（フレーベル館）ほか多数。



明るい社会づくり運動「第1回全国推進大会」。来賓として、初めて内閣総理大臣、参議院議長、日本赤十字社社長らが出席。また、厚生省、文部省、総理府（いずれも当時の名称）のほか、日本商工会議所、全国知事会・市長会、日本赤十字社、全国社会福祉協議会、日本ユニセフ協会、日本宗教連盟、日本ボーイスカウト連盟など27団体が後援・協賛し、全国規模の運動に指向するステップとなった。

明るい社会づくり運動 提唱50周年記念大会のお知らせ



メルパルク東京

【開催日】2019年4月27日（土）

13:30～17:00

【会場】メルパルク東京（港区芝公園 2-5-20）

【定員】1500人

【プログラム】

- ・協力団体挨拶
立正佼成会会長 庭野日鏡 師
- ・基調講演「地球温暖化と明社の役割」
東京大学名誉教授 小池敏雄 氏
- ・各種アトラクション

【その他】

会場の受け入れの都合により、年内に各都道府県・地区明社に「参加申込み書」をお送りします。



それから福井県大会、愛知県大会を取材させていただきました。どの会場も満員の2千人、3千人と「善意に満ちた人たち」で埋め尽くされ、カメラマンの私には、最高の舞台だったことを昨日のこのように覚えております。

昭和52年（1977）9月27日、普門館に全国から参加した5千人が結集した大会も取材させていただいた記憶が残っております。どの会場もそうでしたが、「明るい社会づくり運動」の提唱者・庭野日鏡師が講演され、「物の時代から心の時代」をテーマに、地域から社会、国家、世界の平和を願われた内容が印象に残っております。

その後は、草の根のように全国的に運動が広まっていき、今日を迎えられているのではないのでしょうか。来年、提唱50周年を迎える「明るい社会づくり運動」の善意の輪が、さらに広がっていくことを祈念しております。

当初、都内の出版社の写真課に所属していた私は、まだ新米カメラマンでした。でも、直感的に「何か、全国的に大きなことが始まったな」と感じていました。その後、間もなく、新米カメラマンの私にも大会取材の仕事がまわってきて、先輩記者、カメラマンに連れられていくつかの会場に行かせていただきました。

最初は、北海道札幌市内の中の島体育館に5千人が会場を埋め尽くし、その人の多さと熱気に圧倒され、どんな写真も撮ったかまう記憶に残っておりません。ただただ「全国には、こんなに多くの善意に満ちた方々がいらっしやるんだ」ということだけが、私の心に刻まれ、いまでも生き続けております。



福島一嘉さん
（東京都八王子市在住）

昭和44年（1969）に「明るい社会づくり運動」が提唱され、全国で初めての大会が四国の高松市で開催されました。

Meisha アーカイブ ～50年の歩み～

第3回

国民運動へ

昭和44年（1969）に提唱されてから、各地区で組織づくりが進められ、環境美化活動、奉仕活動、教育活動など日常活動の取組みが開始されました。しかし、推進するなかで、活動のあり方や運動資金の確保、思想、心情を超えて幅広い人びとを集結するにはどうすればよいかなど、疑問点や問題点も生じてきたのです。「地域の特性を尊重し、その主体に委ねるとはいっても、提唱の趣旨からすると国民運動を指向すべきではないか」という声が、各地の有識者から挙がり、問題意識をもった人びとが集まり、共通課題や問題点についての検討が行われるようになりました。それが、昭和49年（1974）に設けられた「明るい社会づくり運動推進中央連絡会議」です。さらに、昭和51年には、全国から1千名の府県役員が参集し、全国総会を開催。そして、昭和52年（1977）9月25日、「合意の道」をテーマに全国の5千6百人のリーダーが参加して、明るい社会づくり運動「第1回全国推進大会」（東京・普門館）が行われました。大会後、全国の組織化と活動は順調に進んでいきました。今回は、当時、カメラマンとして各地に赴き、大会の様子を撮影にあたっていた福島一嘉さんからお話をお聞きました。