

震災：中医学にできること 熊本鍼灸マッサージ ボランティア報告 温灸と個室の効果

藤井 正道

結（ゆい）鍼灸院

要旨

熊本鍼灸マッサージボランティア「チームオレンジ」は2016年5月1日～4日、242名を治療しました。延べ22名（実質7名）の治療家と、延べ3名（実質1名）の補助者が参加しました。

☆どんな患者さんをみたのか

避難所は手狭で被災者で溢れかえっています。また、余震が続いているという状態のため、避難所の外にテントと車（ハイエース）で臨時治療所を設置することにしました。

◆熊本市立若葉小学校 1日13時～20時、4日9時～13時

体育館内はぎっしりの避難者で溢れていました。高齢者の多い地域で、被災者も高齢者が目立ちます。

◆御船町スポーツセンター 2日9時～20時、3日9時～19時

2日・3日と治療した御船町スポーツセンターは町の中心部にあり町役場もすぐ近く。自衛隊がお風呂を設置しています。スポーツセンターだけでなく物資の配給、入浴等で集まってくる町民のみなさんに治療をしてくださいと要請されました。御船町は益城町に隣接する被害の大きかった地域です。

避難所に避難されている方ばかりでなく、物資の配給を受けにきた方、入浴にきた方なども治療しました。年齢層も多岐にわたっています。たとえば2日に私が診た患者さんは10代12%、30代25%、40代25%、50代25%、70代12%という具合でした。

若葉小学校の患者さんはみんな不眠でした。一方、御船町スポーツセンターの患者さんは避難所暮らしではない方もいて、その場合は不眠のない方もいました。やはり環境の差は大きいようです。

肩とか腰の痛み重さを訴える患者さんが多いのですが、「全身」という患者さんもけっこういらっしゃいます。「全部つらい」という方、「今が現実とは思えない」と

いう方もおられました。

患者さんの希望で鍼が使えない場合、肩や腰や足が痛いという患者さんはそこをマッサージ・指圧します。疏経活絡です。患者さんは気虚兼気滞です。その場合通絡の指圧だけでは気が消耗してしまうと考え、棒灸・箱灸・台座灸を使いました。鍼をこわがる患者さんでも棒灸・箱灸の温和な刺激は大丈夫です。やってみると喜ばれました。

温陽・化湿・健脾・利水の効果のある神闕の箱灸を多用しました。勇泉の棒灸もよく使いました。降気・補腎・補陰の作用があるので、不眠の患者さんには効きます。

身体のだるさ、疲労感を訴える場合で頭に清陽を上げることが必要と判断したときは、百会に棒灸を使いました。

個室・半個室の治療室に入ると患者さんはせきをきったようにしゃべり始めます。隣近所がそのまま越してきたような避難所の中ではしゃべれないことばかりなのでしょう。心配事や嘆き、これからの不安など、しゃべり続けて少しだけすっきりした顔に変わります。避難所が狭いからと外に設置した臨時治療室は有効なケア空間でした。

キーワード：熊本地震、震災ボランティア、お灸、温灸、避難所

よろしくお願ひします。熊本地震の5月1日から4日に鍼灸マッサージボラン



図1

ティアで活動したので、その報告をさせていただきます(図1)。

■ チームオレンジの活動

■ 1. チームオレンジとは

まず、私が世話人の関西中医鍼灸研究会で結成したチームは「チームオレンジ」といいます。なぜオレンジか？ 1つは、被災地って色が無いのですよね。瓦礫が多くて白黒に近いような世界ですから、「元気の出るオレンジがいいな」という思いもあったのですが、一番の理由は、私は吹田というところで開業しているのですけれども、吹田の鍼灸師会とマッサージ師会が合同で「鍼灸マッサージ協会」というのをつくってござりまして、それが万博公園の周りを回る「万博マラ

ソン」のボランティアを合同でやっていて、そのときに使っていたジャンパーがこれ(図1左の右上の写真)ですので、「これを借りていこう」と思いまして(笑)。これがオレンジですので「じゃあ、チームオレンジだ」というふうになりました。

ちなみにこれ(図1右の写真)は、そのときに購入したオレンジのテントです。「はり・きゅう」「マッサージ」とか派手に書いてあるのは、万博マラソンのときに使っているのぼり旗ですね。ポスターは、3.11の東日本大震災のときに使ったポスターをつくり直したものです。この辺りの文句は一緒ですね。「被災者、行政関係者、ボランティアの皆様、瓦礫処理や片づけ等のお仕事、ご苦労さまです。疲れをいやしませんか。はりきゅうマッサージを受けてみませんか」ということで。

オレンジを象徴としていましたので、オレンジの治療用テントとオレンジのスタッフジャンパーが目印です。被災地にはいろいろな人が出入りしているのので、訳がわからないと不信がられるので、自分たちは何者であるかというのをまず示します。みなさんもよく、ジャンパーやベストを着用されていますが、自分たちは何者であるかをまず示した方がわかりやすく信頼を得やすいので、そういうふうになりました。

■ 2. 活動の概要

症状ですけれども、「腰痛、肩こり、頭痛、便秘、高血圧、関節痛、地震酔い、不眠、身体が重くて仕方がない、だるい、疲れがとれない、花粉症、鼻炎、風邪、しくい咳、なんでもご相談ください。きっと楽になります」ということで、こう書いて、私の携帯の番号も書いています。ちなみに、これ(図1右の写真の左端)はマスクといって、建築用の養生のときに使うものなのですが、このように半透明で、目隠しになって、すぐ役に立ちます。非常に安いもので、安いわりに光を通しながら風と視線を遮ることができるので、被災地で治療をするときには役に立ちます。3.11から使い始めています。

どんなことをやったのかというと、熊本市立若葉小学校と御船町スポーツセンター、熊本市立一新小学校で、延べ240名を治療。延べ22名の治療家、補助者3名が参加しました。5月1日ですから、本震からざっと2週間です。

みなさんいろいろな考え方があっていいと思うのですが、私の場合は、基本的には「早期投入、早期撤収」です。早期投入というのは、ケガを治す時期を過ぎたら、鍼灸マッサージのボランティアはできるだけ早く入って治療ボランティアにあたって、地元の同業者が回復するのを見計らって撤収するのがいいのではないかと考えております。ということで、2週間で入りました。

呼びかけをしたのが4月22日です。大阪・東京・茨城・大分の仲間が合流しました。どういうふう呼びかけたかということ、『中医臨床』のホームページとか、『あはきワールド』のホームページとかで呼びかけてもらいました。22日に呼びかけたのですが、24日に日本鍼灸師会・全日本鍼灸マッサージ師会合同の災害対策本部と連携し、その一環として活動しました。

合同の災害対策本部ができて、「その下に入らないか」と言われたので「入ります」ということで。「連携して」ということですが、実際はあまり連携していないです(笑)。指揮系統は、そんな統一したものはないですから。ただ、「連携して」というふうにしておくと、行政やNPOなどのウケがいいのと、地元の吹田で物を借りるときにも借りやすかったというのがあります。あまり細かいこと

にはこだわらず、連携できるところは連携しようというのが私の考えです。

■ どんな患者さんをみたのか

余震が続いていました。東日本大震災のときでも宿泊場所がすごく苦労したのですが、被災した後は、被災地のホテルや旅館は満員なのです。復旧の関係者がわっと詰めかけますから。ホテルや旅館は、壊れて営業できないところもあるので、営業しているところはけっこう満員になっていて、予約を取りにくい。さらに今回は余震が続いていましたから、建物の中は怖い。私も怖いしみんなも怖いだろうと思って、怖いときにはやはりテントだろうということで、今回はテントと車で行こうと。テントとワゴン車があれば、それを臨時治療所にもできるし、被災者のすぐ近くで宿泊できると時間を有効に使えと思いました。

やはりニーズがあるのは夜なのです。昼間はみなさん復旧作業をやっていますから、終わった後、夜にニーズがある。ところが、夜に被災地を宿泊場所まで移動するのは、道路が破損していたりしてけっこう危険なのです。ですから、テントがあれば、移動することなくその場で宿泊できますから、そういうことでテントを設置しようというふうに考えました。

結果として、自分たちで治療の場所をつくったので、お灸や温灸が使いやすくなりました。個室・半個室の状態で行治療ができるようになりました。一般的には治療する場所は避難所の一角を借りるという形が多いのですが、今回は避難所がすごく超過密状態だと聞いていましたので、吹田からポータブルベッドを4台持ち込んでいます(図2)。空輸しました。これ(図3)は私がおもに使っていたワゴン車の車内で、マットを敷いて、ここで治療しています。後ろに貼ってあるのがマスキングテープで、壁はマスキングテープで塞いでいます。特に私は温灸を多用して、温灸を焚いて煙を出す治療が多いので、テントの中でも他の治療家のみなさんから「ちょっと煙が多いな」と言われるもので、離れ小島で1人でやっておりました(笑)。



図2

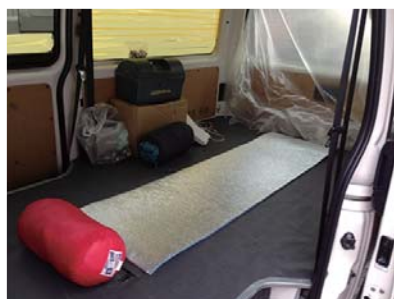


図3

■ 1. 熊本市立若葉小学校

こちら(図4)が若葉小学校です。体育館内はぎっしりの避難者で溢れています。高齢者の多い地域で、避難者も高齢者が目立ちますけれども、高齢者ばか



図 4

りでもない。1日の患者さんは70代以上が36%、50代～60代が23%です。車が並んでいるのは、被災者の車ですね。それから、ひときわ大きなバスが見えますけれども、これは神戸からのボランティアグループがバスで来ていたのです。連休に入って、このボランティアグループが来てくれたおかげで、ずいぶん助かったというふうに聞きました。ですから、ここではこのボランティアグループが来ている間だけ食事が充実していました（笑）。

熊本市の南に位置するところで、周りが一戸建てで、体育館があってというところですね。人口でいうと、熊本市が73万人。益城町が3万2千人、これが一番揺れてテレビでも取り上げられたところです。私は熊本市と御船町に行ったのですけれども、御船町は1万7千人。益城町に隣接して揺れがひどかったところです。地震は狭いところに被害が集中していて、狭くて被災者も比較的少ない。ただ、1カ月後でも1万人が避難生活を続けるような状況でした。

体育館はやはりつらいです。若葉小学校でみた患者さんは、みんな不眠です。いちいち問診する必要がないぐらい不眠です。御船町スポーツセンターは避難所暮らしでない人もいるのですが、やはり、その人は不眠はないですね。不眠でない人が多かったです。

患者さんは、肩とか腰の痛みを訴えるケースが多いのですけれども、「全身」という患者さんがけっこういらっしゃいました。鍼を希望されない患者さんで、肩や腰や足つらいという患者さんには、マッサージして指圧をするのですけれども、やはり通絡だけでは気が消耗する面があると考えて、私は棒灸・箱灸・台座灸をたくさん使いました。これは非常に喜ばれました。

■ 2. 御船町スポーツセンター

じつは御船町スポーツセンターは熊本 YMCA というところが管理しておりまして、一番マスコミの注目があつた益城町も熊本 YMCA が管理していました。これは、行政ではなくて、行政の委託を受けて、その前から管理していました。ですから、YMCA は以前の震災での独自のボランティア経験をもっていますから、YMCA 独自のルートで震災ボランティアを組織して送り込んでいました。一番被害のひどかった地域で、たまたま YMCA がやっていたというのは幸運だっ

たと思います。行政だとちょっとそういう対応はとれなかったと思います。

私が行ったところは自衛隊が来ていまして、お風呂をつくっていました。ただ、自衛隊は食料の方はノータッチで、お風呂だけやるという形でした。物資の配給拠点でもあるので、そこに周りの町民の方も来るという形でした。広報にも掲載されて、災害FM放送でも「来る」ということが流されていました。ですから、けっこう忙しかったです。

これ（図5）が御船町スポーツセンターです。ここ（図5の上）がスポーツセンター。広い大きな施設で、役場はこの（図5の一番下の建物の下方）辺りにあります。これ（図5の下）がカルチャーセンターで、お風呂はこの（図5の下右）辺りにセットされていました。1日め、晴れた日には私たちはこの（図5の中央の右）辺りにテントを設営して治療をしました。2日めは土砂降りだったので、この（図5の上の建物の下側）軒下に移動して、ここにテントを設営しました。

御船町の中心部というのは、田んぼの中の新興住宅地ですね。

これ（図6）が、私たちがつくったテントです。これ（図6のオレンジのテント）が持ち込んだテント。こちら（図6の奥のテント）は御船町の観光協会のテントを借りています。テントがあるというのが事前の調査でわかったので、頼み込んでテントを貸してもらいました。今、設営しているところです。これ（図6の手前の黄緑のテント）は私たちが持ち込んだテントで、ここでは看板と荷物置きに使っています。後ろ（図6の左奥）は自衛隊です。お風呂を担当している自衛隊の車両です。

これ（図7）は私がおもに使ったワゴン車で、後ろは自衛隊の車両です。

これ（図8）は、軒下で治療所をセットしたときのボランティアの先生で、大



図 5



図 6



図 7



図 8



図 9



図 10



図 11

勇泉の棒灸

☑勇泉の棒灸もよく使いました。棒灸器を足裏に置いたり、棒灸を手に持って雀啄したりしました。降気補腎補陰の作用があるので、不眠の患者さんには効きますし、そういう方は「気持ちがいい」という反応です。

図 12

分の河内先生です。土砂降りの雨だったので、こういうところにセットしました。

これ（図9）は、先ほどの御船町スポーツセンターの中です。中の皆さんが身体が固まるのを防ぐために体操をしているところなのですけれども。じつは、どれぐらい人でいっぱいかという、ここ（図9の右奥）が玄関なのですけれども、ここ（図9の中央左）にベッドがあるのですよね。ここで寝ている。ここ（図9の右下）でも寝ている。このときは本当に場所がありませんでした。私たちは軒下で、この（図9の左奥）辺りで治療しているところす。

避難所によっては毎回炊き出しが行われているところもあるのですが、差がすごく大きいです。パンとカップラーメンというところもなくて、新鮮な野菜・果物はまったく不足しています。そのため、みなさん便秘です。

これ（図10）は福岡の消防団の方が、この日は炊き出しにみえられていて、朝・昼・晩と炊き出しをしてくださるときです。被災者の方はこういう日は「当たりの日」と呼んでいました。炊き出しがない日は「ハズレの日」ということです。

肩こりとか腰痛は、湿邪が阻滞した状態と考えて、通絡と同時に祛湿が大事です。温陽すると陽気が補われるので、身体の気の総量が増えて、通絡の過程で失われる気を補うことができます。そのため温陽・化湿・健脾・利水の効果のある神闕の箱灸を多用しました。気秘にも有効です。こんな（図11）形でやりました。これは暑い日だったので、木の下で、木陰で治療しているところす。

湧泉の棒灸もよく使いました（図12）。これは降気・補腎・補陰の作用があります。不眠の患者さんに効きます。こんな（図13）形で。実際はこの上に紙をかけて、煙を中にもらせるようにして、湧泉に棒灸をかけています。

百会の棒灸（図14）です。私は督脈通陽法というのをよく使うのですが、



図 13

百会に棒灸

☑ 身体のだるさ、疲労感を訴える場合で頭に清陽を上げることが必要と判断した時は、百会に棒灸を使いました。通常は棒灸器をセットするのですが臨時治療所では棒灸を手持って雀啄して得氣しました。セットしにくいと、みなさん初診の患者さんですから加減を反応をみながら、やりたかったからです。

図 14



図 15



図 16



図 17

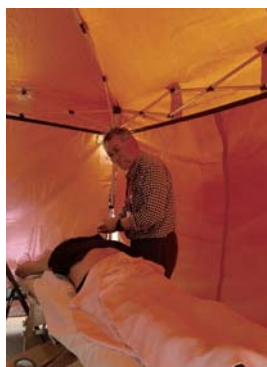


図 18

そのうちの1つで、手に棒灸を持って百会にかけることを、たくさんしました。

これ(図 15)は、頭に四神聡の鍼を打って、風池を打って、大椎で灸頭鍼をしているところです。陽関か命門にも棒灸をかけていたと思います。

これ(図 16)は、抑うつ状態の患者さんを督脈通陽法などで治療しているところです。これは、治療院とほぼ同じ形でやっています。灸頭鍼が見えると思います。

やはり個室に入ると、患者さんはしゃべるのですよね。こちらが問診をしても、ほとんど問診を遮るようにしゃべる人もいます。びっくりするほどよくしゃべります。治療していると、督脈通陽法は、わりに、ウトウトする治療法なので、「ワアワアしゃべっているな」と思ったら、おしゃべりが止んで、ウトウトとしているという形が多かったですね。避難所が狭かったので、今回は、外に治療所を設



図 19

チームオレンジ会計報告

- ◆支出
- ◆ レンタカー ハイエース 48951円
- ◆ レンタカー 軽自動車 18954円
- ◆ ガソリン 軽油 2771円
- ◆ マスター車 1000円
- ◆ 電気 4757円
- ◆ 風呂券 12733円
- ◆ 駅交際(行き) 29144円
- ◆ 宅急便(帰り) 11952円
- ◆ ほか交通費 3840円
- ◆ 車 ステッカー 2196円
- ◆ オレンジジーンズ(クリーニング) 3990円
- ◆ コピー代(チラシ、ポスター等)1400円
- ◆ 紙テープ 2911円
- ◆ 水、食料 1207円
- ◆ 消費用品 2000円
- ◆ 実費額は4973円分購入したが、余ったため藤井がひきとりました。そのため2000円を計上
- ◆ 支出 計 143411円
- ◆ 交通費 補助 3名に21589円
- ◆ 参加者は匿名でしたが、随筆欄を考慮して著者3名に交通費補助を出すことにしました。
- ◆ 支出 総計165000円

図 20

- ◆ 収入
- ◆ 藤井の友人や結鍼灸院の患者さんからのカンパや関西中医鍼灸研究会へ熊本地震カンパとして寄せられたものの総額です。
- ◆ 現金25000円
- ◆ 郵便振替分 140000円
- ◆ 収入総計165000円 収入 支出とも165000円となりチームオレンジ会計は清算されました。
- ◆ 別会計 オレンジテント購入 22152円
- ◆ 今回のチームオレンジの象徴ともなったオレンジテントは藤井が個人的に購入したものです。そのため支出には入れていません。若菜小学校避難所にボランティア終了後、寄贈しました。

図 21

置してみたら、非常に有効なケア空間になったと思います。

これ(図 17)は、参加された先生です。中は暗いので、ライトを使っています。これ(図 18)は大阪府鍼灸師会の学術部長の三木先生です。これ(図 19)は、手伝ってくれた登山家の吉田智美さんという人です。じつは、当初は「南阿蘇の方にも行こうかな」と思っていたのです。「非常に困難なところにこそ限られた力を投入しよう」と思ったのですが、道が寸断されて、とても行きつかないということがわかったので、市内と周辺にしました。しかし、この登山家の方の協力が、やはり設営とか食料とかいろいろなことですごく役立ちました。

これ(図 20・21)は会計です。ざっと16万円。実際の、交通費を除くと14万円。交通費補助をして、ざっと16万5,000円を使っています。収入はほとんどカンパでやって、16万5,000円という形になりました。

以上が私たちの報告になります。ありがとうございました。