

Ⅱ章

災害派遣時の活動



ネパール連邦民主共和国教育省での意見交換

1 災害発生後の各班の活動一覧

- ☆災害の種類、支援場所、要請の内容等に応じて臨機応変に対応する。
 ☆被災地の災害対策本部や学校の指示に従ってチームで行動する。
 ☆活動の内容は EARTH 事務局に報告する。 →P 187 へ
 ☆研究・企画班は、他の班の支援にあたる。

	学校教育班	心のケア班	避難所運営班	学校給食班
災害の発生	派遣要請・派遣の決定			
学校災害対策本部の設置	支援活動の開始			
	具体的な支援活動の内容			
避難所開設	○学校の早期再開までの流れ P 14	○災害による心身の変化と対応 P 26	○避難所開設から運営へ P 40	○非常時における食事 P 56
		○基本的な対応 P 28	○避難者の受け入れ P 41	○食料及び飲料水の確保・提供と炊き出し支援 P 57
	○発達段階に応じた心のケア P 30	○災害時要援護者への対応 P 43	○避難者数の把握と報告 P 45	○食事に配慮を要する人への対応 P 59
	○応急教育に向けた流れ P 16	○避難者数の把握と報告 P 45	○自治組織づくり P 46	
	○施設・設備の被害調査 P 18	○教師ならではの心のケア P 32	○生活秩序の管理と苦情等への対応 P 47	
	○災害情報の収集と発信 P 19	○教職員への心のケア・サポート P 34	○救援物資等の受け入れと配布 P 49	○学校給食再開に向けて P 60
	○校区の被害状況調査 P 21	○EARTH 員自身のセルフケア P 37	○ボランティアの受け入れ方 P 50	○活動内容チェック P 61
	○災害発生後の事務手続き P 22	○活動内容チェック P 38	○避難者への問い合わせや情報提供 P 52	
	○活動内容チェック P 24	○教育環境整備	○活動内容チェック P 54	
学校再開	応急教育の実施	子ども・教職員の心のケアの共通理解	避難所運営組織確立	簡易給食の開始
	支援活動の終了			

Ⅱ章

2 学校教育応急対策と 教育活動の早期再開 【学校教育班】

the point 活動する際に心がけること

- 1 現地の指揮・命令系統の確立
- 2 安全・安心感をつくるのがスタート
- 3 学校再開の手順は地域によって違う
- 4 初動は避難所運営班と連携して
- 5 1人でせず、協力者を求める
- 6 学校再開は EARTH 各班と協力して検討
- 7 情報発信はきめ細かく、迅速、公平に
- 8 活動は状況に応じて、見直しと検討を
- 9 休むときは休む
- 10 学校再開が第2段階のスタート

●(1) 学校の早期再開までの流れ

- ☆学校の早期再開に向けた流れを理解する。
- ☆災害の種類や規模に応じて柔軟に対応する。

【1日目】

【津波の発生がなく、児童生徒が在校中の場合】

【留意点】

災害の発生・安全確保



避難誘導(第1次避難場所へ)

※津波発生時はさらに第2次避難場所へ避難誘導する。(空地・高台等)



児童生徒・教職員の安全確認
病院等の医療機関との連携のもと

- 1 安否確認
- 2 健康状態確認

※在校時以外は、教職員が学校へ参集して児童生徒の安全確認を行う。



学校災害対策本部の設置

- 1 第1次被害状況の調査
 - (1) 児童生徒・教職員の被害状況調査
 - (2) 校区等の被害状況確認
- 2 児童生徒の引き渡し
保護者への引き渡し
- 3 施設等の被害状況調査
 - (1) 安全点検(施設設備)
 - (2) 危険区域の封鎖と応急処置
 - (3) 被害状況の記録(写真撮影)と一覧表の作成
 - (4) 避難所開放区域の明示
- 4 学校周辺の被害状況調査
 - (1) 通学路、校区の被害状況調査
 - (2) ライフラインの被害状況
 - (3) 校区地図へ被害状況を記入
- 5 防災担当部局や地域との連携
災害情報の収集と整理
- 6 教育委員会への災害状況の報告
報告書の作成

※大津波・津波警報が解除されるまで原則引き渡しは行わず、学校等に待機させる。

※公共交通機関を利用して通学している場合は、その状況を確認する。

【2～7日目】

教育委員会等との協議・調整



第2次被害状況の調査

- 1 児童生徒の被災状況調査
- 2 教科書・学用品不足状況調査
- 3 児童生徒や保護者への声かけ(心のケアにつながる)
- 4 被災児童生徒の避難先確認(転校手続き)



教育委員会への報告



教育委員会等との協議調整

- 1 応急教育計画の作成・カリキュラムの作成
- 2 応急教育の教材確保
- 3 間借り先関係校の選定
- 4 間借り先相手校との調整



応急教育の実施



避難所支援活動の縮小・解消

- 1 避難所の自主防災組織・防災部局との協議・連携
- 2 学校再開のお知らせ作成

【8日目～】

学校再開

教育委員会・関係校等との協議・調整
長期的な課題等について

【コラム】安否確認

1 阪神・淡路大震災時

- (1) 被害のひどい地域の学校では、児童生徒の安否確認に1週間を要したところが多かった。
- (2) 教職員の中にも被災者がいたので、地震後、全ての教職員が集まったのは、地震発生から6日後であった。
- (3) 電話・家庭訪問では連絡がとれなかったが学校再開の貼り紙を見て登校した児童生徒もいた。
登校日には、約半数の生徒が登校し、生徒4名の死亡が判明した学校もあった。

2 東日本大震災時

- (1) 安否確認の方法として、電子メールが機能した。
- (2) 電話等が使えないときは、自宅訪問、友人・地域住民からの情報提供、掲示板への貼り紙による情報確認等も重要な手段となった。

● (2) 応急教育に向けた流れ

- ☆ 応急教育の実施に向けた流れを把握する。
- ☆ 職員会議で情報を共有し、組織的に対応する。
- ☆ PTA、地域へも協力を求める。

[1日目]

児童生徒の収容、安否確認	
児童生徒の引き渡し	
職員会議	
1 避難所チェック、危険箇所明示	
2 学校の開放区域を明示	→ P 146 へ
3 避難所開設	
震災・学校支援チームの要請	
学校の被害状況の調査（写真撮影）	

[2日目]

児童生徒・家族の安否確認	
各家庭の被害状況の把握	
教材教具の被害調査	
職員会議	
1 被害児童生徒の情報共有	
2 避難状況の情報共有	
3 教職員の仕事分担	
4 教育活動のための場所の確保	
5 被害児童生徒への心のケアについて	
6 教材教具の確保	
(1) 不足分を教委へ要請	
(2) 卒業生、地域の人たちへの呼びかけ	
7 近隣校等への教職員の応援要請（ローテーションの確立）	
8 ボランティアへの連絡等	

[3～7日目]

職員会議 [3～4日]	
1 学校再開のお知らせについての打ち合わせ	
2 学校再開後の学校運営についての打ち合わせ	
3 避難所との調整	
4 児童生徒の安全確保の検討	
5 授業形態の検討（短縮、二部、分散授業等）	
6 教職員の役割分担の明確化（引率、渉外、時間割作成等）	

職員会議 [4～5日]

- 1 児童生徒の現状確認（安否確認及び家庭訪問等で得た情報の共有）
- 2 避難所運営状況の報告
- 3 校舎の状況確認（安全確認）及び施設・設備の応急補修
- 4 通学路や校区の被害状況確認

職員会議 [5～6日]

- 1 校舎の使用可否状況を判断
- 2 転出児童・生徒の状況確認
- 3 教職員の役割分担
 - (1) 学校再開に向けた連絡
 - (2) 授業再開に向けた環境整備
 - (3) 教材教具の整備
- 4 授業実施形態の検討（短縮・二部・分散等）
- 5 応急教育計画の作成

職員会議 [6～7日]

- 1 応急教育計画の策定
- 2 学校再開のお知らせの配布 →P 150へ
 - (1) 家庭訪問 (2) 防災無線 (3) 掲示板
 - (4) テレビ、ラジオ (5) メール (6) 学校ホームページ
- 3 避難所の支援活動の縮小
- 4 学校再開の準備

【8日目～】

学校再開

各家庭の被害状況の把握・教科書・学用品等の確保

授業実施形態に合わせた教員の分担

- 1 授業を行う教員
 - (1) 短縮授業（相互に応援）
 - (2) 二部授業（できる限りその学校の教員で対応）
- 2 教員のローテーションの確立

保護者・児童生徒への連絡

- 1 全校集会（校長講話等）
- 2 授業実施形態の連絡
- 3 学級活動・ホームルーム（子どもと共感的に向き合う）
※心のケア
- 4 保護者への引き渡しによる下校

● (3) 施設・設備の被害調査

- ☆学校再開まで毎日点検し、その情報は避難住民にも公表する。
- ☆重点点検箇所は専門業者に依頼する。
- ☆危険箇所を分かりやすく表示する。

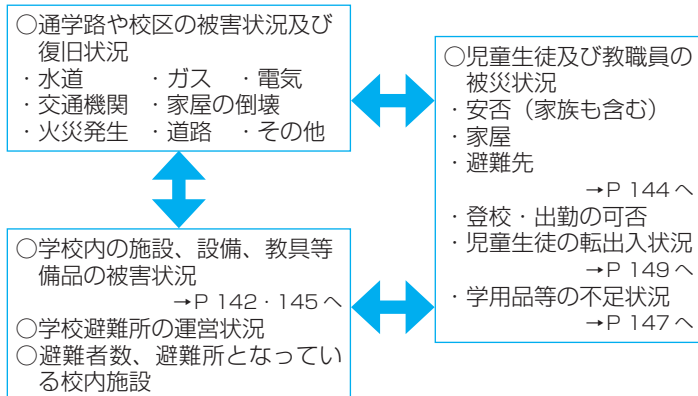
【作業手順】

- 1 点検箇所を校務分掌、防災計画等をもとに決定
 - ※できるだけ複数名で点検を実施する。
 - ※学校再開まで毎日点検を実施する。
- 2 重点点検箇所（電気、ガス、水道等に係わる場所）の確認
 - ※理科室、家庭科室、事務室、職員室、保健室、給食室、トイレ等の電気、ガス、水道に係わる場所の点検には、できるだけ多くの人員と十分な時間を充て、専門業者による点検を実施する。
- 3 点検項目の確認 →P 142へ
 - ※落下物、突起物等、学校再開の際に児童生徒に危険を及ぼす恐れのあるものについて、漏れなく点検できるよう点検項目についての事前確認をする。
- 4 点検表に点検結果を記入
 - ※使用の可・不可、応急修理の要・不要、立入禁止措置の要・不要を必ず記入する。
- 5 点検結果を模造紙等に拡大した校舎配置図に記入
 - ※点検結果は、職員室に掲示するとともに避難所にも掲示し避難住民にも情報提供する。
(2次被害を防ぐ上でも重要)
 - ※色分け等で危険箇所を分かりやすく表現する。
- 6 立入禁止区域の表示
 - ※障害者や外国人等の災害時要援護者にも配慮して表示する。
- 7 一覧表にまとめ学校災害対策本部や教育委員会に報告
- 8 応急補修の実施

● (4) 災害情報の収集と発信

- ☆確かな情報源から収集する。(伝聞に頼らない)
- ☆情報収集手段の工夫する。
- ☆簡潔な情報を連絡・発信する。

1 収集すべき情報



※デマ・流言を防止するためにも、事実確認を必ず行う。

2 発信すべき情報

- (1) 休校及び学校再開のお知らせ →P 147・150 へ
- (2) 音信不通の児童生徒
- (3) 通学路や校区の被害状況及び復旧状況等
 - ※メールやホームページ等の活用
 - ・児童生徒
 - ・保護者
 - ・避難住民
 - ・地域住民
 - ・報道機関に向けて

3 市町組合教育委員会への報告

- (1) 児童生徒の被害状況
- (2) 教職員の被害状況
- (3) 避難者受け入れ状況
- (4) 施設の被害状況
- (5) 給食施設の稼動状況及びその他特記事項

※速やかに確認できたものから報告する。

※第1次、第2次・・・と時間を追って最新のデータを報告する。

※情報収集に時間がかかるという理由で報告を遅らせない。

【コラム】避難情報の発令により各市町村が住民に求める行動内容

1 避難準備情報

立ち退き避難の準備を整えるとともに、以後の防災気象情報、水位情報等に注意を払い、自発的に避難を開始することが望ましい。

2 避難勧告

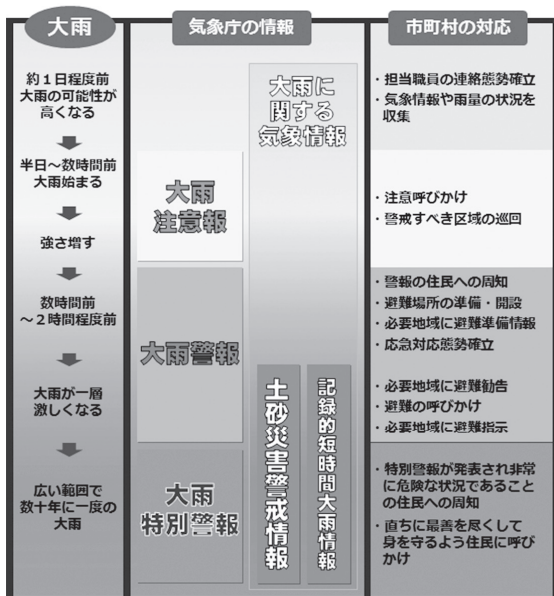
予想される災害に対応した指定緊急避難場所へ立ち退き避難する。住民に立ち退きを勧め又は促すもの。

3 避難指示

避難の準備や判断の遅れ等により、立ち退き避難を躊躇していた場合は、直ちに立ち退き避難する。被害の危険が目前に切迫している場合等に発せられ、勧告よりも拘束力が強く、居住者等を避難のため立ち退かせるもの。

「避難勧告等の判断・伝達マニュアル作成ガイドライン（内閣府）」より

【コラム】水害・土砂災害に関する情報の発表の流れ



「気象庁ホームページ」より

● (5) 校区の被害状況調査

☆校区の被害状況調査は心のケアも兼ねて行うと良い。
☆被害状況調査により住民と情報を共有し、安全な新たな通学路を設定する。

1 安全な通学路設定までの手順

- (1) 市町災害対策本部、警察署、消防署等から情報を収集し、模造紙大の1枚の校区地図に情報を記入し、一元的に把握する。
- (2) 複数でチームを組み、安全確認のため校区を調査する。
- (3) 危険箇所を校区地図に書き込み、災害状況地図を作成する。(情報伝達用) また、収集した情報は、地域住民とも共有する。
- (4) 災害状況地図をもとに新たな通学路を決定する。

2 必要物品

①児童生徒の通学路を明記した校区地図 ②筆記用具 ③カメラ

3 被害状況調査時の確認事項

- (1) 危険箇所を確認する。
- (2) 児童生徒が在宅時は、家庭訪問をして心のケアにつながる声かけを実施する。

〔危険箇所確認項目例〕

被害状況	マーク例
道路の亀裂・陥没	×
ガス漏れ	G
崖崩れ	K
路肩崩れ	R
橋の破損	×
家屋倒壊	T
火災現場	F

〔記入例〕



【コラム】通学路の惨状

東日本大震災時

ある小学校では、学校を再開した場合の児童の登下校に関する問題を把握するため、教職員の見回り確認によって不安な所や危険度の把握に努めた。また保護者からも心配な声として情報を得ることを行った。

その結果、がれきが散乱していたり、被災した店舗がそのままになっていたり、信号機が作動していない等、通学路の惨状が浮き彫りとなった。

「3.11からの復興 絆そして未来へ 東日本大震災 2年間の記録」より

● (6) 災害発生後の事務手続き

☆被災者の立場に立った丁寧な対応をする。

1 児童生徒にかかわるもの

(1) 転出・転入

→P 149へ

①児童生徒の転出・転入一覧表を作成し、職員室等に掲示し、その都度記入・確認する。

※後日、学籍事務や給食費等の諸費精算事務に役立つ。

②転出、仮転出している児童生徒の転出先の住所・学校の確認をする。

③転出の場合は、基本的には「在学証明書」「教科書給与証明書」を交付する。

④転入の場合は、「在学証明書」「住民異動届（写）」等を確認し、書類がない場合も受け入れる。

※書類は整い次第提出してもらう。

⑤相手校へ連絡する。

(2) 教科書

①災害救助法の適用を受けた市町に在籍する児童生徒が紛失した教科書は、無償で給与される。

②適用外の市町の場合は、要保護・準要保護児童生徒のみ無償で給与される。

(3) 就学援助

①保護者の安否及び被災状況（全壊・半壊・一部損壊等）を確認し、一覧表にする。

※就学奨励金の申請や助成金等の申請に必要であり、学用品等の配布に役立つ。

②被災児童生徒の学用品の不足状況を調査し、配布する。

2 教職員にかかわるもの

(1) 教職員の勤務状況の把握

災害発生後、深夜にわたって、また土・日曜日に災害業務や避難所支援業務等に携わった教職員の勤務状況を把握する。

(2) 教職員の住居等の確認

被災した教職員、被災地域に勤務する教職員に係る住居・通勤・扶養等状況を把握する。

(3) 災害見舞金等の手続き

（公立学校共済組合、学校厚生会、教職員共済等）

3 学校備品・校舎施設にかかわるもの

(1) 被害状況等の報告

①学校施設、備品の被害状況

②トイレの使用可否

③災害用仮設トイレの設置要請

※トイレについては、「避難所等におけるトイレ対策の手引き」を参照のこと。

(URL : https://web.pref.hyogo.lg.jp/kk42/documents/emergency_toilet.pdf)

(2) 備品等の移動

①仮設校舎の建設や、他校施設での間借り授業等により、学校備品の移動が必要となる。

②備品移動リストを作成する。

【コラム】災害時の備品管理

阪神・淡路大震災時

備品の被害調査とその写真撮影に3週間を費やした。パソコンから備品照合簿を印刷。これをもとに一品ずつ状況を確認し、写真撮影をした。

仮設校舎への備品移動を正確に行うために備品一品一品の現在場所と移動先と移動担当者の振り分けをする必要があった。全校分の備品であるため、手書きではとても間に合わなかった。

MEMO

● (7) 活動内容チェックリスト

1 学校の早期再開までの流れ

- ☐ 学校の早期再開に向けた流れを助言できたか
 - ☐ 児童生徒・教職員・各家庭の被害状況調査
 - ☐ 校区及び施設等の被害状況調査
 - ☐ 災害情報の収集と整理
 - ☐ 教育委員会への被害状況報告
 - ☐ 応急教育実施に向けた教育委員会との調整
 - ☐ 学校再開に向けた自主防災組織・防災部局との協議・連携

2 応急教育に向けた流れ

- ☐ 応急教育の実施に向けた流れを助言できたか
- ☐ 情報を共有し組織的に対応するよう助言できたか
 - ☐ 被害状況の把握
 - ☐ 教育活動再開のための教室の確保
 - ☐ 児童生徒への心のケアについての確認
 - ☐ 教材教具の確保
 - ☐ 授業形態（二部授業、分散授業等）の検討
 - ☐ 教職員の役割分担の検討
 - ☐ 応急教育計画の立案
 - ☐ 通学路・校舎の安全確認
 - ☐ 環境整備
 - ☐ 休校期間、学校再開日の決定
 - ☐ 保護者への周知と協力要請

3 施設の被害状況調査

- ☐ 被害状況調査の手順と留意事項を助言できたか

4 災害情報の収集と発信

- ☐ 収集・発信すべき情報について助言できたか

5 校区の被害状況調査

- ☐ 留意すべき点や手順について助言できたか

6 災害発生後の事務手続き

- ☐ 阪神・淡路大震災の経験をもとに助言できたか
 - ☐ 児童生徒にかかわるもの
 - ☐ 教職員にかかわるもの
 - ☐ 学校備品・校舎施設にかかわるもの

Ⅱ章

3 心のケア 【心のケア班】

the point 活動する際に心がけること

- 1 子どもたちや先生方に「安心感」を
- 2 人との接触は「会話」を大切に
- 3 思いやりの心を持って
- 4 時間がかかることもあるということを伝える
- 5 子どもには現地の教職員がかかわるように
- 6 ストレス反応とその対処法の体得
- 7 臨床心理士等との連携を
- 8 現地のルールから学ぶ
- 9 EARTH の他班との連携
- 10 兵庫の教職員だからできることがある
- 11 教職員の心のケア
- 12 EARTH 員自身の心のケア

●(1) 災害による心身の変化と対応

☆症状は時間経過や発達段階等によっても異なるので特徴を理解しておく。

☆災害に遭遇した時、様々なストレスがある。

☆災害時等の異常事態に当然起こりうる反応がある。

	災害時の恐怖 (トラウマ) 体験	災害による 喪失体験	継続する ストレス	対応
				学校・教職員
災害発生 ↓	マヒ (凍り付いた記憶・その 時のことが思い出せない) 逃避(思い出したくない)	無感覚		安否確認 状況把握
	再体験(フラッシュバック・悪夢・災害あそび) [安心できると再体験反応があらわれやすい]	否認(そんなはずはない) 絶望	避難所生活ストレス	狭い場所のできる体遊び・スポーツをさせる
				食事の工夫
	回避 [直後の回避に対処]	怒り(なぜ自分に)		
	過覚醒(イライラ・過敏・入眠困難)			リラックス体験
学校再開 ↓		抗うつ		日常生活(睡眠・食欲・学習・遊び)を支援
				心のケアを取り入れた避難訓練
			仮設住宅によるストレス	健康チェックとストレスマネジメント
	行動化 (けがが増える)	受け入れ		災害を連想させる教材の使用を控える
				転校生へのケアを行う
6ヶ月後 ↓	自責・無力感・不自信・孤立感(マイナス思考)			喪の作業 ^{*1} ・心とからだのストレスチェックとストレスマネジメントを行う
	回避			
1年後 ↓	アニバーサリー反応 ^{*2}			アニバーサリー反応への対処 心のサポートを取り入れた表現活動
10年後	災害時幼児だった子どものトラウマ反応			“つなみ”“地震”言葉は安全であることを伝える

※()は具体例等、[]は留意点を表す。

- ※1 喪の作業とは心の中に亡くなった方を生かす作業のこと。
(追悼文集、献花、送る会等)
- ※2 アニバーサリー反応とは、慰霊式等が刺激となり症状が再発すること。

【コラム】被災体験を作文や絵に表現させることについて

- 1 学校再開から1～2年間は、クラス単位・学校単位での被災体験の表現活動は行わない方がよい。(慎重であるべき)

※ただし、壁新聞、せんせいあのね等の文章表現、等日常の表現活動で、自発的に子どもが表現したものは大切に扱い、本人の了解を得られたら、クラスの子どもに紹介する等分かち合いを行う。(急性期に被災体験の表現を強いることは、強いフラッシュバックを誘発させ、回避を強める危険性がある。)

- 2 1以降にストレスとトラウマの心理教育、ストレスマネジメントとセットで、子どものペースを尊重し、表現活動と分かち合いを行う。

【留意点】

- ① 1ヶ月前には保護者や子どもに活動内容を通知し、意見を求める。
- ② 3授業時間(作文テーマのメモ、分かち合い、作文・絵の活動)は確保する。午前中に行う。落ち着くためのリラック方法を前後で行う。スクールカウンセラーと共同で行う。
- ③ テーマは広く。「ありがたかったこと。がんばったこと。つらかったこと。将来やりたいこと。」
- ④ 誰が読むのか事前に子どもと相談すること。
- ⑤ 語り継ぐための資料として、残すときは、子どもと保護者の許諾をとる。他にも10年後・20年後の語り継ぐ防災教育のために、破壊された校舎の一部を保存しておく。(時計、児童生徒の机等)

兵庫教育大学大学院 富永良喜教授提供

● (2) 基本的な対応

☆まず身体のケアをしてから心のケアを行う。

☆親近感が大切、自然な形で話せるよう雰囲気作りをする。

☆発達段階に応じた優しさと思いやりで安心感・安全感を与える。

☆ストレス反応が激しい時は専門家へつなぐ。(相談をすすめる)

☆子ども達のセルフケアをサポートするというスタンスで行う。

☆傾聴を心がける。

1 ストレス症状の程度

ストレス症状の程度は以下の要因により個々に異なる。

- (1) 災害の種類と程度
- (2) 本来の性格傾向や体質
- (3) 発生前の生活環境
- (4) 親子関係や家族関係等
- (5) 発生後の生活環境の変化
- (6) 時間の経過

2 関係づくりと雰囲気づくり

ストレス症状を示す子どもに対しては、自然な形で話せるようにまずは関係づくりと雰囲気づくりを心がける。

- (1) 子どもと一緒に遊んだり言葉かけをしながらの関係づくり
- (2) 具体的に手伝いをしながら、作業に関わりながらの雰囲気づくり

3 基本的な対応

(1) 聴くときは以下の点を心がける。

- ①聴くための十分な時間を作る。
- ②相づちを忘れない。
- ③話を妨げない。
- ④目のサインを見落とさない。
- ⑤目の高さを合わせて聴く。
- ⑥相手の立場に立ち、共感を持って対応する。

(不安な気持ちになったり、イライラしたり、悲しくなることは自然なことであり、自分もその状況では同じ気持ちになることをイメージし、伝える)。

⑦問題の原因を決めつけない。

(2) 発達段階に応じた対応を心がける。

(3) 気になる症状が続いたり、だんだんひどくなる場合は専門家へつなぐ。

● (3) 防災教育と心のケアの融合的取組

☆被災地での心のケアの観点がない避難訓練や防災学習は、子どもに二次被害を与える。

☆被災地での心のケアを取り入れた避難訓練や防災学習は、ストレス障害のリスクを減じ、成長を促す。

1 学校再開から1年後までの防災教育のあり方

- (1) 避難訓練を行う前に訓練の目的を子どもの発達段階に応じた言葉で説明する。(津波警報のサイレンは、命を守ってくれる大切な合図)
- (2) 事前に避難経路を散策する。(ゆとりと見通しをもたせる)
- (3) 辛いことを思い出すのはとても自然なことと理解させる。(心理教育)
- (4) 心身反応への対処法を練習する。(落ち着くための呼吸法や肩の動作法等のストレスマネジメント体験)
- (5) 家族を亡くした子どもや家屋が倒壊した子どもには事前に個別に説明する。(参加の有無の確認、少しずつのチャレンジの大切さの心理教育)

2 学校再開より1年後から10年後までの防災教育のあり方

- (1) 災害時幼児だった子どもが小学生になった2年後から始める。
(例) ドラえもんを活用した担任とカウンセラーによる心の授業(着ぐるみを着た担任が眠れない・怖がるドラえもんを演じる。ドラえもんは“ネズミ”がトラウマ。「“ネズミ”という言葉がドラえもんの耳をかじりますか?」⇒“津波・地震”という言葉に落ち着いて使えるようになると防災教育に安心して取り組める。)
- (2) 2年後以降の防災教育(避難訓練、防災講演会、防災学習等)の前後に、「つらい度チェック」を活用する。

あなたはつぎのことについてどれくらい 怖い(いや、こわい、つらい)ですか?あてはまる数字に○をつけてください。	0=全く 怖しくない										10=すごく怖い									
1 避難訓練をする	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									
2 “つなみ”ということばを聞いたり見たりする	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									
3 “つなみ”の絵や写真を見る	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									
4 つなみの仕組みについて学ぶ	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									
5 心とからだの健康かんさつアンケートをする	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									
6 つなみのあとに経験したことを作文に書く	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									
7 つなみのあとに経験したことを話す	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									
8 津波注意報・津波警報のサイレンを聞く	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									
9 強い地震や長い停電のゆれがあったとき	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10									

「ストレスマネジメント理論による心とからだの健康観察と教育相談ツール集
(あいり出版)より(富永 良喜著)

※事前に保護者に案内をし、1～2年後以降に行う。

※心のサポート授業として実施し、「つらい度チェック」だけを行わない。

※「つらい度チェック」を見て、したくなければなくてよいと伝える。

● (4) 発達段階に応じた心のケア

☆自然に話ができる雰囲気作りを心がける。

☆発達段階によってストレスへの反応が異なり、対応方法も変化する。

1 幼児・少年

(1) 親近感を持たせ、安心感を与えることが必要である。

・一緒に遊んだり、スキンシップをとる。

(2) 自然に話ができる雰囲気づくりをする。

・恐怖心や不安感は当然のこととして、肯定的に受け止める。

・津波ごっこ等の災害遊びを始めた時は、むやみに叱らず見守る。ただし、場所や周囲の人たちへの配慮が必要である。

2 青年

(1) 話をよく聞き、不安や恐怖を自然なかたちで表出させる。

(2) 現在必要な医学的治療を受けるよう勧める。

(3) 家族の中心としての役割を自覚させる。また同時に、それをサポートする。

3 壮年

(1) 話をよく聞き、不安や恐怖を自然なかたちで表出させる。

(2) 自分自身の心的ストレスへ意識を向けさせ、その解消を支援する。

・入浴、食事等日常生活行動のなかでの解消を図る。

(3) 可能な限り、家族とのつながりを図る。

4 高齢者

(1) 話をよく聞き、不安や恐怖を自然なかたちで表出させる。

(2) 心と体の疲れをとる具体的方法を勧め、支援する。

・入浴、温かいお茶、肩もみ等で体の緊張をほぐし、心のガードを解く。

(3) 家族とのパイプ役となり、家族とのつながりを支援する。

(4) 高齢者同士のつながりを支援する。

・茶話会等の機会を設ける。

【コラム】 EARTH 員が伝えたこと

1 新潟県中越地震時

派遣された EARTH 員は、被災した子どもたちや保護者に自然な声かけをしていった。そして、うなずきながら話を聴いていった。

「新潟県の検証訪問」での聞き取りより

2 東日本大震災時

派遣された EARTH 員は、心のケア研修会で、以下のような内容を伝えた。

- (1) 学校再開時には、子どもたちに再会の喜びを伝えて欲しい。
人間関係ができた上での言葉なら自然な会話で問題ない。健康を気遣う「昨日眠れた？」等の言葉は誰にでも快いものである。
- (2) 心の安定に向かっている子に対しては、共感してやるのがよい。

「平成 23 年度東日本大震災派遣記録」より



東日本大震災被災地支援活動での学習支援

● (5) 教師ならではの心のケア

☆子どものストレス反応は、異常事態時には当然起こりうる。

☆声かけ、スキンシップや遊びで心のケアを行う。

☆子どもの状態は時間の経過とともに変化するので、長期的な経過観察と保護者や専門家との連携が大切である。

1 子どもとの接触・会話を大切に

- (1) 声かけ等日常的な接し方のノウハウを生かす。
- (2) 個々の子どもに応じたコミュニケーションをとる。

2 子どもの状態を的確に把握

- (1) 災害に遭遇した時、様々なストレス反応があることを踏まえ対応。
- (2) 一見元気に見える子どもでも重い心的ストレスを抱えている場合も多数あることを踏まえ対応。
- (3) 災害時等の異常事態に当然起こりうる反応があることを踏まえ対応。
- (4) 時間の経過とともに変化することを踏まえ対応。
- (5) 子どもの状態を把握するひとつの手段としての「心と体の健康観察」の実施。 →P 155へ
- (6) 次の3つの言葉で安心感を与えるように対応。(「もう危険な目に遭うことはないよ」「あなたのそばには、いつも私がいますよ」「誰にでも起こる正常な反応ですよ」)

3 「あそび」を通じて心のケアを

共に遊ぶことで、心の緊張をほぐすことが可能である。

(例) 折り紙、お絵かき、絵本の読み聞かせや紙芝居等

4 スキンシップの大切さ

スキンシップ(おんぶやだっこ、添い寝等)により子どもたちの不安感の軽減と安心感をもたらすことができる。

5 長期的な経過の観察

- (1) 子どもたちの心的ストレスの状態は時間の経過とともに変化する。
- (2) 毎日子どもたちと長い時間を過ごす教師は長期的に経過を観察できる。
- (3) それぞれの時期・症状に応じた対応を考える。

6 保護者、スクールカウンセラー、専門家との連携

- (1) ストレス症状の程度の調査等、専門的な事柄はスクールカウンセラーや地域のメンタルヘルス専門家と連携して行う。
- (2) 被災状況や保護者を失った話は、聞く側にとっても負担が大きく、教職員への支援体制にも配慮が必要である。

【コラム】心の健康について教育的配慮を必要とする児童生徒に現れる行動

1 退行現象

- ・ 注意力が散漫になっている
- ・ 親の気を引こうとする
- ・ 手伝い等、被災前はできていたことができない
- ・ 些細なことでめそめそしたり、泣いたりする
- ・ やめていた癖が再び出てくる
- ・ 怖い夢をみたり、睡眠中に突然叫び声をあげたりする

2 生理的反応

- ・ 頭痛や腹痛を訴える
- ・ 寝付きが悪い、反対に寝てばかりいる
- ・ 便秘や下痢を生じやすい
- ・ 食欲不振や吐き気を訴える
- ・ 視覚障害や聴覚障害を訴える
- ・ 皮膚や目がかゆくなる

3 情緒的・行動的反応

- ・ 落ち着きがなくなる
- ・ 学校に行くのを嫌がる
- ・ トイレに一人で行けない
- ・ 注意集中が困難になる
- ・ 趣味やレクリエーションに興味を失う
- ・ 引きこもる
- ・ 反社会的行動（嘘、盗み、薬物乱用等）をとる
- ・ 被災した内容について繰り返し話したり、関連した遊びをしたる
- ・ いらいらしやすく、攻撃的になる
- ・ 友達や仲間を避け、つきあいを嫌がる
- ・ 狭い部屋に居られない
- ・ 物を壊したり、投げたりする
- ・ 感情が鬱的になり、涙もろくなる
- ・ 権威（親や先生等）に抵抗する

「災害を受けた子どもたちの心の理解とケア（研修資料）」より

● (6) 教職員への心のケア・サポート

☆教職員は「燃えつき症候群」に陥りやすいので、定期的に休息をとる。

☆セルフケアは「がんばりすぎないこと」を合言葉に行う。

1 教職員を襲うストレス

- (1) 被災者の支援に当たる教職員も大きなストレスを受ける。
- (2) 自らも被災者である教職員は二重のストレスを抱える。
- (3) 人間関係や個人の性格、周囲の環境、被災状況の差によって、ストレスによる反応は大きく左右される。

2 ストレス反応

[ストレス症状の自己診断]

- | | |
|--|---|
| ☐ 周囲から冷遇されていると感じる | ☐ 向こう見ずな態度をとる |
| ☐ 自分が偉大のように思えてしまう | ☐ 休息や睡眠をとれない |
| ☐ 同僚や上司を信頼できない | ☐ ケガや病気になりやすい |
| ☐ ものごとに集中できない | ☐ 何をしてもおもしろくない |
| ☐ すぐ腹が立ち、人を責めたくなる | ☐ 不安がある |
| ☐ 状況判断や意思決定をよく誤る | ☐ 頭痛がする |
| ☐ よく眠れない | ☐ 酒やたばこが増える |
| ☐ じっとしていられない | ☐ 気分が落ち込む |
| ☐ 人と付き合いたくない | ☐ 問題があると分かりながら考えない |
| ☐ いらいらする | ☐ もの忘れがひどい |
| ☐ 発疹が出る | |

日本赤十字社「災害時のこころのケア」より

※上の症状が6～7項目以上当てはまる場合には注意が必要

3 ストレスの処理法

[派遣中のストレス処理]

- ・自分の感情を自然でさけられないものだと思える
- ・恐怖や自分でもおかしいと思う感情も人に話す
- ・緊張に備えて、リラックスを心がける
- ・呼吸を遅くして、筋肉の力を抜く
- ・食事をよく取り、酒やタバコを控える
- ・運動をする
- ・自分なりのストレス処理を行う
- ・要求される任務に応えられないときは日常業務をこなす
- ・日々の身の回りに起こる出来事に関与する
- ・新しい任務や自由や独立性を楽しむ
- ・自分の成長を自分でほめる
- ・同僚や家族の気持ちを理解する
- ・思い込みによって判断しないようにする
- ・焦点を絞って考える
- ・複雑な問題は要素ごとに分けて考える
- ・ストレスの症状に対して構えをする
- ・ストレスに対する反応は、人それぞれ異なることを知る
- ・周囲の制約を認識し、自分に無理をさせない
- ・自分の好ましい姿を自分自身に言い聞かせる

日本赤十字社「災害時のこころのケア」より

【コラム】教職員が燃え尽き症候群にならないために

1 自分自身の限界を知り、自分を尊重すること

生徒への援助は、先生方自身の喪失体験を更に強いものにする。生徒の話を聞いたり、葬儀に参加したりすることは想像以上に大きな絶望感や無力感に襲われ、深い悲しみの感情に曝される。無理をしていることを自覚して、積極的に自分自身のケアを優先する。

2 心と身体に健康に気を使うこと

食事を十分に取るように心がける。時には、空腹でなくても、食事をすることも必要である。被災地での食事は、ビタミンが不足しがちなので、緑黄色野菜を多めに摂る等意識して補う。

3 誰かにサポートを求めること

生徒への援助の仕事が忙しい時は、家族に援助を頼み、家事に関わること等の負担を軽減してもらい、サポートしてもらえる体制を整えることが大切である。

4 教職員同士でサポートすること

大変な時期であるからこそ周囲の助けが必要である。また、自分が経験したことを伝えたり、困難な状況を共に乗り越えたりすることで、連帯感が強まる。他者に対しても自分に対しても受容的な雰囲気を持ち、否定的な感情が生じることも認めることが大切である。

5 笑いを忘れないこと

深刻なときでも、冗談を言ったり、楽しい会話を楽しんだりすると心に余裕が生まれる。笑顔は自分のためではなく、周囲の人まで気持ちを和らげる効果がある。

6 楽しみを持つこと

毎日時間との戦いであり、時間に追われていると思うが、たとえ少しの間でも何か楽しみや趣味の時間を持つことも大切である。他に被害に遭われた方がいるとか、こんな時に不謹慎だと思いがちだが、職場の同僚と話をしたり、友達に会ったり、趣味やスポーツを楽しむことで、緊張が和らぐ。

7 一人で抱え込まないこと

生徒への援助や災害地への訪問を行った後は、他の先生方と気持ちや情報を共有するようにする。どうしても、一人で悩みを抱え込みやすくなるので、先生方同士コミュニケーションを積極的に取るようにする。災害のトラウマ援助では、一日の活動の終わりに、卓球等の軽い運動を取り入れたりしている。

「災害を受けた子どもたちの心の理解とケア（研修資料）」より

【コラム】心のケア研修での現地教職員の声

東日本大震災時

- 1 3.11の日、自分自身は津波は大丈夫だろうと思っていたことが悔しくて震災後被災地を訪問した。その時に家の土台の上にぬいぐるみとお花が飾られているのを見て、改めて人が亡くなっていることを実感した。
- 2 当時は体育倉庫の鍵を預かっていた関係で遺体安置所の担当となり、遺族との確認作業を手伝った。自分の家族は無事だったが、家は流されてしまった。心にぽっかりと穴が空いているように思う。震災のことでまだ泣いたことがない。泣くことができない。喪の作業についてどうすればよいか悩んでいる。
- 3 転勤により学区が変わると何も話すことができないと感じている。教員も半数以上が家がない状況で、心のケア・喪の作業について気になるが難しい。

「平成 27 年度東日本大震災被災地支援活動報告」より

【コラム】教職員も被災者だった

阪神・淡路大震災時

- 1 同じ学校で被災した教職員が多く、お互いを励まし合っていくことができたケースも少なくない。しかし、被災し精神的なショックを受けた教職員とそうでない教職員が併存した場合、この意識のずれには十分配慮する必要がある。

また、被害のほとんどない学校の教職員と被害がひどかった教職員との負担の違いは時間が経てば経つほど多面にわたり明確に生じてくる。教職員間とともに学校間の協力体制の確立も必要である。

- 2 被災教職員の勤務を考えると、出勤可能な教職員の数に限りがあり、出勤してくる教職員にはそれだけ大きく負担がかかる。

同時にその教職員も被災している。日帰り、宿直、日直勤務等の形態で勤務する教職員の役割分担を明確にするとともに、服務条件も考慮する必要がある。さらに児童生徒への影響が大きいことを考え、被災者としての教職員へのケアの在り方については、個人のプライバシーが守られ、安心してケアを受けることができるシステムを関係機関とともに新しく構築していくことが求められる。

「震災を生きて」より

● (7) EARTH 員自身のセルフケア

☆2人組で行動し、チーム内のミーティングを大切にする。

☆「無理は禁物」と心得る。

☆ストレスチェックと自分にあったストレスマネジメントを行う。

1 支援活動でのポイント

(1) 派遣前

派遣先についての説明や現地の情報提供を受ける。

(2) 現地

①2人組で行動し、お互いに助け合い、観察しあうことで、自分自身のストレス症状を早期に発見できるようにする。

②決まった時間で交代する。

③疲れた時は活動を一時休止する。

④必ず時間を決めて休息する。

⑤一日の終わりに EARTH 員全員で、その日に体験したことを話し合う。その際、特定の個人の批判や非難はしない。

(3) 任務完了時

・解散前に体験したことや感想を話し合う(分かち合い)。

【分かち合いの3条件】

- ・内容についての秘密を保持する。
- ・発言に対する批判をしない。
- ・ストレス反応は正常な反応であることを再認識し、ストレスへの対処方法を考え、将来について考える。

2 ストレス症状の自己診断

→ P34 へ

3 ストレスマネジメントの手法によるセルフケア

→ P164 へ

～自分にあった方法で～

(1) 動作によるリラックス法

(2) ペアリラクセーション

(3) 呼吸法

(4) 簡易自律訓練法

(5) 瞑想

● (8) 活動内容チェックリスト

1 災害による心身の変化

☐ 時と共に変化する心の状態について理解して活動したか

2 基本的な対応

☐ 話を聴くときの留意点について助言ができたか

3 発達段階に応じた心のケア

☐ 発達段階による心のケアの違いと共通点を示せたか

☐ 親近感・安心感の大切さを示せたか

☐ 受容的な態度の大切さについて助言ができたか

4 教師の持ち味を生かした心のケア

☐ 声かけの大切さを示せたか

☐ 災害時の子どもの状態を的確に把握することの大切さを示せたか

☐ スキンシップや遊びによってコミュニケーションがとれたか

☐ 長期的な観察と判断・専門家、関係機関等との連携の大切さを助言ができたか

☐ 子どもに共感し、寄り添うことができたか

5 教職員への心のケア・サポート

☐ 現地教職員とのコミュニケーションはとれているか

☐ (求められて) 災害後のストレス反応や心のケアの必要性、そのノウハウ等を伝えたか

☐ ストレス反応の状況を把握するノウハウを提示したか(心と体のアンケート、チェックリスト等の活用)

☐ 現地教職員の心のケアに気を配っているか

6 EARTH 員自身のセルフケア

☐ チーム内のミーティングを行ったか

☐ セルフケア(休息)を心がけているか

☐ ストレスチェックを実施したか

☐ 自分にあったストレスマネジメントを実施したか

☐ 活動上知り得た個人情報の取り扱いには充分留意したか

☐ 交代時の引き継ぎが行えたか

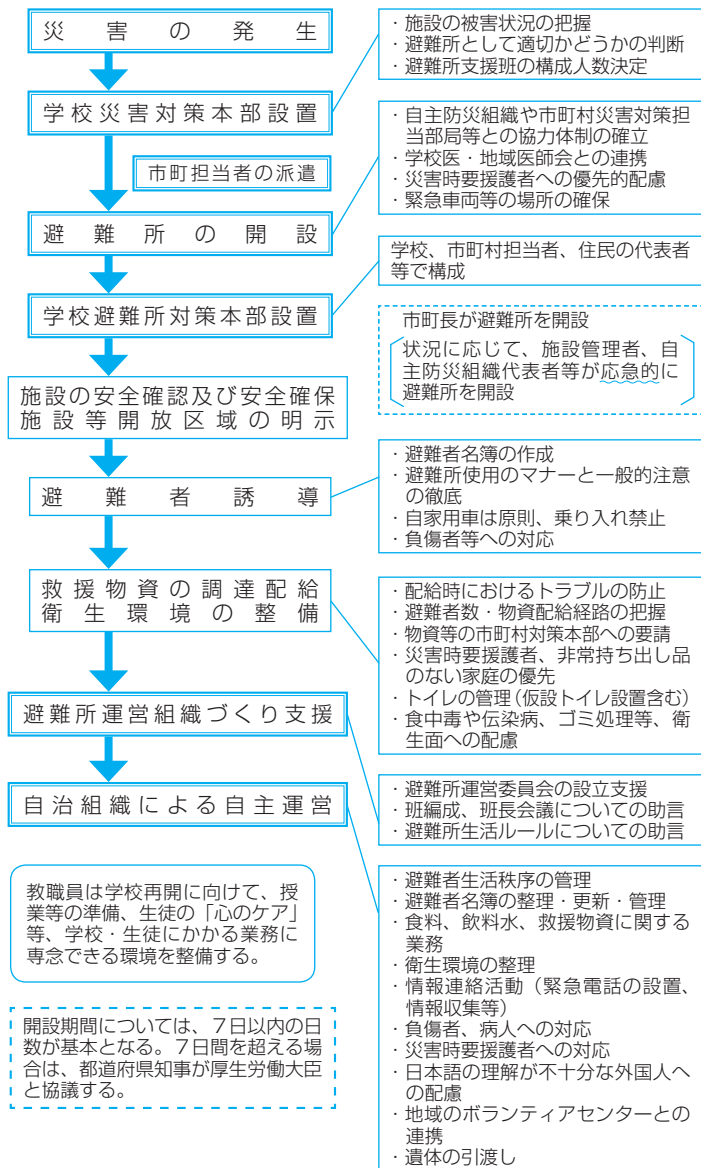
Ⅱ章

4 学校における 避難所運営の支援 【避難所運営班】

the point 活動する際に心がけること

- 1 初動が大切、いつでも出動できる態勢を
- 2 避難者に安心感を与える
- 3 現地の教職員の支援を中心に
- 4 現地のルールに従う
- 5 現地市町村との連携
- 6 避難所における食事面での学校給食班との連携
- 7 避難者による自主運営は、学校再開への近道
- 8 学校再開に向け学校教育班との連携
- 9 心のケアに向け、心のケア班との連携
- 10 避難所解消に向けたアドバイス

●(1) 避難所開設から運営へ



● (2) 避難者の受け入れ

☆施設の安全確認をした後、開放区域を明示する。

☆災害時要援護者に配慮する。

1 人命を第一に考え、原則として以下の避難者を受け入れる

- (1) 住居を失った一般被災者
- (2) 住居を失った高齢者、障害者等の災害時要援護者
- (3) 被災家屋に残る在宅被災者
- (4) 通勤者等帰宅困難者
- (5) 外国人を含む観光客等

2 避難場所

- (1) 安全確認の判定結果で、使用不可の建物の部屋には避難者を避難させない。既に避難者がいる場合は移動させる。
- (2) 避難者 1 人あたりの避難スペースは以下の最低面積を参考に適切に公平に対処する。



1 m²…被災直後の一時避難段階で座った状態程度の占有が可能な面積。
(1 教室 50 ～ 60 名)



2 m²…緊急対応期段階での就寝可能な面積。
世帯ごとに間仕切りを用意する。
(1 教室 30 名)



3 m²…避難所生活が長期化し、荷物置き場を含めた占有が可能な面積。更衣室(授乳所)等を確保し、避難者のプライバシーを確保する。
(1 教室 20 名)

- (3) 災害時要援護者の避難場所はできるだけ 1 階に設置し、利便性に配慮する。
- (4) ペット同伴の避難者に配慮する。 → P48・175 へ
- (5) トイレの必要数確保に努める。 → P48 へ

【コラム】避難所の開設

1 阪神・淡路大震災時

阪神・淡路大震災では、学校施設が多くの人々の避難場所として大きな役割を果たした。1月23日には1,150カ所の避難所に約32万人が避難したが、このうち公立学校への避難者数は約18万人で、避難者全体の約6割を占めた。

地震発生が夜明け前であったため、県や市の災害対策本部の設置には時間を要した。寒さと引き続き起こる余震の恐怖から、人々のほとんどは避難所として指定されているか否かにかかわらず、広くて安全そうな場所に避難し、結果的に学校施設、特に小中学校に集中することとなった。

「震災を越えて」より

2 東日本大震災時

ある小学校では、仙台駅を閉め出された会社員や近くの会社の従業員が学校に押し寄せ、収容想定人数の4倍を超える避難者への対応となった。

解放した体育館で提供できたのは、1人が膝を抱えて座ることができる程度のスペースであった。さらに解放した昇降口や特別教室にも避難者があふれかえる状況であった。

「3.11からの復興 絆そして未来へ 東日本大震災2年間の記録」より



阪神・淡路大震災時の避難所



東日本大震災時の避難所（宮城県山元町立山下中学校提供）

※東日本大震災時には、段ボール等で間仕切りを作る等、プライバシーへの配慮がされるようになった。

● (3) 災害時要援護者への対応

→P 170へ

- ☆災害時要援護者の専用スペースを確保する。(利便性に配慮する)
- ☆身体状況を把握し、順位付けして対応する。
- ☆付き添う家族の場所も考慮する。

【基本的な考え方（優先順位）】

対 象 者	3 日 以 内	引き続き速やかに
A 介護を要する障害者 高齢者 傷病者	・基本的に専門施設等へ移送 ・一時的に避難所への受け入れを要する時は、専用スペースを割当て、市町災害対策本部に対応物資、介護支援物資を要請	
B A以外の障害者、乳児・産婦等	・専用スペースを割当て ・地域住民等に協力要請 ・市町災害対策本部に対応物資等を要請	・専門施設・福祉避難所へ移送
C 上記以外の高齢者、幼児、外国人等	・地域住民等に協力要請 ・市町本部に対応物資等を要請	・専用スペースを割当て ・必要により福祉避難所へ移送 ・ボランティア等へ支援依頼

※避難所において対応できない場合、福祉施設に直接要請又は県に斡旋を依頼して、災害時要援護者の緊急一時入所を行う。

【コラム】災害時要援護者の特徴的なニーズ

1 視覚障害

(1) 災害時に困ること

- ①災害の状況やお知らせ等がテレビで伝えられても、映像や文字だけでは確認ができないため、災害情報を受け取ることが遅れるか受け取ることが全くできない。
- ②周囲の災害状況が判断できず対応が遅くなる。
- ③移動が困難になり、単独では避難できなくなる。
歩き慣れた場所でも状況が変わると移動ができなくなる。

(2) 周囲の支援

- ①避難所内の連絡事項や生活情報を紙に書いて貼りだしても見ることができないため、読み上げる等音声で情報が確実に伝わるよう配慮する。
- ②体育館等広いところは位置の確認が難しいので、小さな部屋を割り当てたり、間仕切りの利用や移動しやすい場所、トイレに行きやすい場所等を優先的に確保する。

2 聴覚障害

(1) 災害時に困ること

- ①テレビやラジオでの情報や、案内放送による耳から入るさまざまな情報を得ることができないため、適切な行動をとることができない。
- ②避難所で放送が聞こえないため、救援物資、食料の配付等が受けられないことがある。

(2) 周囲の支援

- ①身振り手振り、筆談、パソコンや携帯電話の文字表示等、あらゆる手段を駆使して情報を伝える。
- ②避難所で避難者へ連絡事項等を伝える場合は、文字化して伝言板等に貼りだしておく。
- ③聴覚障害者の存在が分からない場合は、「耳の聞こえない人はいますか」「手話通訳・要約筆記が必要な人はいますか」等の紙を貼りだしておく。

「障害者放送協議会、災害時情報保障委員会、日本障害者リハビリテーション協会ホームページ」より

● (4) 避難者数の把握と報告

☆避難者数の正確な把握はすべての支援の基礎となる。

☆時点データを随時更新し報告する。

1 避難者数の把握

- (1) 避難所の運営と支援は、避難者数が基本となる。
名簿への登録について、避難者に協力を周知する。
- (2) 避難者に避難者家族票を手渡し記入を依頼する。→P168へ
個人のプライバシーに配慮する。
- (3) 避難者家族票を集約し、避難者一覧表を作成する。→P173へ
- (4) 避難者家族票を提出した避難者から室内へ誘導、座れる
場所だけを確保する。(状況により先に誘導もありうる)
- (5) 避難者一覧表及び避難者家族票を基に現在の避難者数と
男女、小学生、中学生、高校生、さらに外国人、乳児、幼児、
65 歳以上の高齢者、要介護者、身体障害者等災害時要
援護者の人数も把握する。

2 避難者の報告

→P171へ

- (1) 避難所開設状況報告書（速報）にそって、避難者の人数
を記入する。
- (2) 救護場所へ避難した避難者の健康状態と人数を把握し、
状況を報告する。
- (3) FAX やメールが使用できない場合は徒歩や自転車等で
報告する。

3 その他の報告

- (1) 避難者の必要な食料や毛布等の支援物資を、人数分市町
災害対策本部へ報告し、送付を依頼する。
- (2) 避難所の施設等の状況も報告する。
 - ①避難所の使用不可の区域と被害状況
 - ②水道、電気、ガス、トイレ、電話、FAX、校内放送
設備の使用不可状況と被害状況をそれぞれ記入
 - ③記録（日誌・写真）

● (5) 自治組織づくり

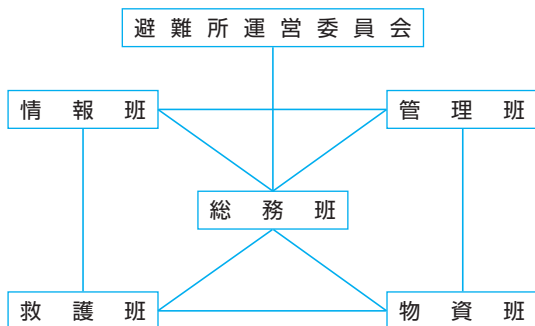
- ☆自治組織の早期立ち上げは学校の早期再開につながる。
- ☆コミュニティ意識が希薄な地域は、市町派遣職員や施設管理者が自治組織の立ち上げをリードする。
- ☆避難所運営を自治組織が主体的に実施する。

1 手順

- (1) 避難スペースごとの避難者で構成する「組」を組織し、組の代表者を選出する。
- (2) 必要に応じて適宜、組の代表者の交代を実施する。

2 組織図 (例)

→ P178 へ



避難所運営委員会

各組の代表・施設管理者・市町派遣職員・各班班長・災害ボランティア代表から編成

総務班

避難所の管理、秩序維持、ボランティアの要請、避難所の生活ルールに関すること、避難所日誌の記入等避難所運営全般の取りまとめ

情報班

避難所名簿の更新及び管理
避難者への情報提供及び避難者情報等の管理

物資班

食料等の配給及び不足物資の請求
生活物資の配給
物資不足分の請求及び余剰物資の管理

救護班

負傷者の対応（医療施設への搬送等）及び災害時要援護者への支援、医療機関との連携

管理班

避難所における衛生管理・環境管理

● (6) 生活秩序の管理と苦情等への対応

☆避難所開設当初にルールを示す。

☆適宜、避難所運営委員会で協議し補足周知する。

☆できること、できないことを明確にして丁寧に対応する。

1 基本的な生活ルールの項目例

→ P177 へ

- (1) 避難所運営委員会について
- (2) 避難所の利用方法やマナーについて
※避難者は家族単位で登録する。
- (3) 食料、物資の配給について
- (4) 点灯や消灯時刻について
- (5) 呼び出しや連絡の方法について
- (6) 清掃やごみ処理等の衛生確保について
- (7) 飲酒、喫煙、火気使用に関することについて
- (8) ペットについて
- (9) 避難所の閉鎖について
- (10) トイレの使用・清掃方法について
- (11) その他

2 避難者からの苦情、悩み事への対応

→ P174 へ

※避難者の代表が運営委員会に連絡し、その解決を図る。

- (1) よく話を聞き、できることとできないことを明確にする。
- (2) 相手が納得するまで説明する。
- (3) 災害時要援護者の要望は、個別に話を聞いて把握する。
- (4) 避難所内で対応できない場合は市町災害対策本部に連絡する。

避難住民の
・ 不安感
・ 焦燥感
・ ストレス感

取り除くために

・ 語らいの場の設置
・ 健康体操
・ レクリエーション
等の実施

【コラム】避難所での様子

阪神・淡路大震災時

約 900 人が震災関連死として認定されており、その原因の 1 つにトイレ問題があげられる。ストレスの蓄積もあるが、狭い、暗い、和式、段差がある仮設トイレは高齢者や障害者にとって使用しにくいものであったため、トイレを無理に我慢し、水を飲まなかったり食事を摂らなかったために、健康悪化を引き起こしたと言われている。

「避難所等におけるトイレ対策の手引き」より

東日本大震災時

- 1 マスコミが無許可で学校内に入って取材等を行うため、マスコミへの窓口を決めて節度ある対応をするよう要請した。
- 2 避難所での指示を出す役割が校長に集中している。

「平成 23 年度東日本大震災被災地支援活動報告」より

【コラム】避難所でのペットへの対応

東日本大震災時

避難所でのペットのトラブル（主なもの）

- 1 犬の鳴き声やにおいによるもの
- 2 飼い主による適正な飼育が行われていないことによるもの
- 3 健康への影響によるもの
- 4 飼育マナーに関するもの

※災害時には何よりも人命が優先されるが、近年ペットは家族の一員であるという意識が一般的になりつつあることから、ペットと同行避難することは動物愛護の観点のみならず飼い主である被災者の心のケアの観点からも重要である。

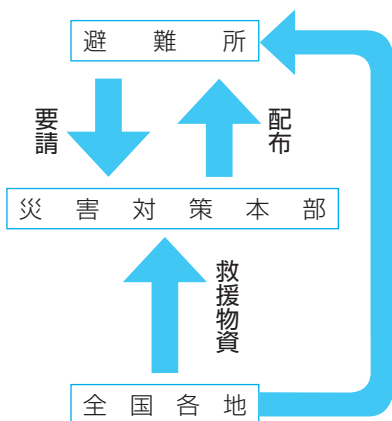
対応事例（主なもの）

- 1 避難所内の一角を飼育用スペースとした。
- 2 避難所敷地内にプレハブ等を設置し、飼育用スペースとした。
- 3 近隣のスポーツ施設をペット用避難施設として利用した。
- 4 スペースの確保できる避難所（学校の教室）では、飼育者と非飼育者の生活スペースを教室ごとに分ける等の区分を行った。
- 5 避難所内に仕切り板を設置し、飼育者と非飼育者の住み分けを行った。
- 6 自家用車の中で人とペットが一緒に生活した。

「災害時におけるペットの救護対策ガイドライン（環境省）」より

●(7) 救援物資等の受け入れと配布

- ☆避難者数と要給食者数の把握をする。
- ☆迅速かつ公平に分配するため、組ごとに配給する。
- ☆災害時要援護者に対応した物資の提供をする。
- ☆食料は保管場所・賞味期限等衛生上の配慮をする。



【食料等の配給】（物資班）

→P 172 へ

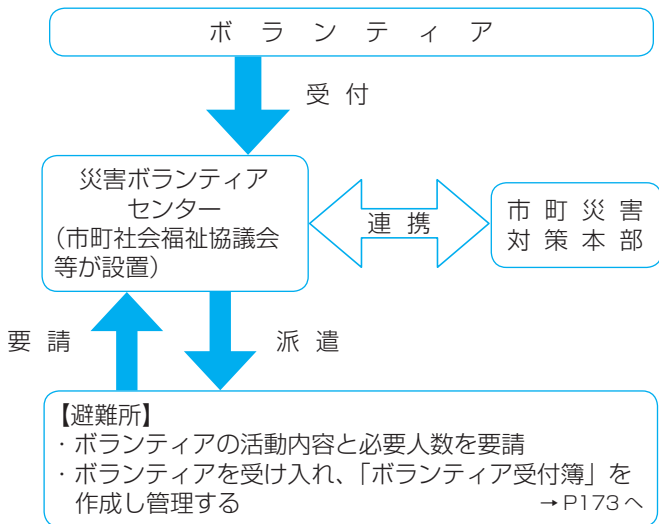
- 1 迅速かつ公平に行うため、避難者の組ごとに配給する。
- 2 公平性が確保できない時は、原則として全員に配給できるようになるまでは行わない。ただし、どうしても配給する場合は、避難所運営委員会の理解と協力を得てから行う。
- 3 避難者以外の近隣の在宅被災者にも等しく食料・物資を配給する。
- 4 特別なニーズがある物資等、特別な要望については個別に対処する。

●(8) ボランティアの受け入れ方

☆派遣要請は災害ボランティアセンターを通す。

☆医療・介護・教育等専門ボランティアや中・高校生等も積極的に受け入れる。

1 ボランティアの要請及び派遣の流れ



2 ボランティアに依頼する内容（例）

- (1) 学校の早期再開にかかる支援
- (2) 災害・安否・生活情報の収集、伝達への協力
- (3) 高齢者介護・看護活動の補助
- (4) 傷病者の搬送の補助
- (5) 清掃及び防疫活動への応援
- (6) 物資・資材の輸送及び配分活動への協力
- (7) 手話・筆談・外国語等の情報伝達への支援協力
- (8) 幼児保育への協力 等

【コラム】兵庫県災害救援専門ボランティア

専門的な知識・技能を要するボランティアを分野別に登録し、県内外で大きな災害や事故等が発生した場合に被災地に派遣（平成8年～）

[分野] 救急・救助、医療・介護、建物判定、手話通訳、ボランティアコーディネーター、輸送、情報・通信

【コラム】 ボランティアの心構え

※ボランティア参加者には以下のような心構えで参加協力してもらうようにする。

- 1 災害救援ボランティア活動は、ボランティア本人の自発的な意思と責任により被災地での活動に参加・行動することが基本です。
- 2 まずは、自分自身で被災地の情報を収集し、現地に行くか、行かないかを判断することです。家族の理解も大切です。その際には、必ず現地に設置されている災害救援ボランティアセンターに事前に連絡し、ボランティア活動への参加方法や注意点について確認してください。災害救援ボランティアセンターの連絡先は、本会のホームページでもお知らせしています。
- 3 被災地での活動は、危険がともなうことや重労働となる場合があります。安全や健康についてボランティアが自分自身で管理することであることを理解したうえで参加してください。体調が悪ければ、参加を中止することが肝心です。
- 4 被災地で活動する際の宿所は、ボランティア自身が事前に被災地の状況を確認し手配してください。飲料水、食料、その他身の回りのものについてもボランティア自身が事前に用意し、携行のうえ被災地でのボランティア活動を開始してください。
- 5 被災地に到着した後は、必ず災害救援ボランティアセンターを訪れボランティア活動の登録を行ってください。
- 6 被災地における緊急連絡先・連絡網を必ず確認するとともに、地理や気候等周辺環境を把握したうえで活動してください。
- 7 被災地では、被災した方々の気持ちやプライバシーに十分配慮し、マナーある行動と言葉づかいでボランティア活動に参加してください。
- 8 被災地では、必ず災害救援ボランティアセンターやボランティアコーディネーター等、現地受け入れ機関の指示、指導に従って活動してください。単独行動はできるだけ避けてください。組織的に活動することで、より大きな力となることができます。
- 9 自分にできる範囲の活動を行ってください。休憩を心がけましょう。無理な活動は、思わぬ事故につながり、かえって被災地の人々の負担となってしまいます。
- 10 備えとして、ボランティア活動保険に加入しましょう。

「社会福祉法人 全国社会福祉協議会ホームページ」より

● (9) 避難者への問い合わせや情報提供

☆マスコミには窓口を一本化して対応する。

☆避難者のプライバシー保護に配慮する。

☆問い合わせや情報提供は災害時要援護者にも配慮して、確実に伝達する。

1 問い合わせ等への対応

- (1) マスコミ対応は、避難所運営委員会に窓口を一本化する。
また公表にあたっては、プライバシー保護に充分留意する。
- (2) 外部からの避難者への電話等による問い合わせに対しては、放送による呼び出しを実施する（時間帯を決めて）。
また時間外は原則として掲示板を通して実施する。ただし災害時要援護者への配慮も怠らない。
- (3) 来訪者には避難者のプライバシーと安全を守るため、窓口を一本化し、避難所内にむやみに立ち入ることを規制する。

【対応例】

- ・「誰をお探しですか。捜されている方のご住所とお名前をお教えてください」
- ・「あなた様のご連絡先とお名前をお教えてください」
「呼び出しても連絡のない場合があります。それ以上の対応はできませんのでご了承ください」

2 避難者への情報提供

- (1) 情報提供をする項目
安否、医療・救護、飲料水・食料、救援物資、教育、長期受け入れ施設、生活再建、余震や天候、風呂の開設等
- (2) 情報提供をする時の留意点
 - ①緊急かつ全員に連絡を要するもの以外は、掲示板を使用する等、原則として文字情報によるものとする。
 - ②掲示板には被災者相互が情報交換できる「伝言板コーナー」を設置する。
 - ③メモは7センチ角の付箋等を利用し、受信日時、避難者の氏名と住所、問い合わせ先の氏名・連絡先を記載し、掲示板に添付する。

【コラム】避難者への情報伝達

阪神・淡路大震災時

ある高校では、震災当日夕方近くになって避難者の人たちを運動場から体育館に誘導した。停電で緊急放送設備が機能しないため、ハンドマイクにより誘導を行ったが、音量不足のため全員には伝わらなかった。電気の復旧後は緊急放送設備が使用可能となり、校内の避難者への連絡用として活用できるようになった。とはいえ、運動場に避難している避難者には連絡が伝わりにくかった。

ある中学校では救援物資の配布案内も自転車に乗りハンドマイクで呼びかけて回ったが、音量不足で伝達可能範囲が極めて狭く苦情の種となった。

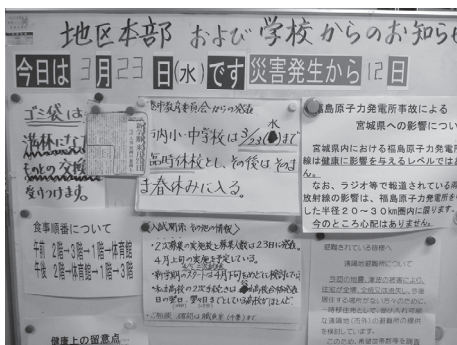
「震災を生きて」より

【コラム】安否確認の情報収集

東日本大震災時

ある小学校では、児童生徒の安否確認のために、教職員が家庭訪問をしたり、学校からの連絡を学区内の掲示板や電柱に貼る等を行った。その際、学校の状況を知らせることによって児童が気持ちを強く持った様子がうかがえたこと、また家の手伝い等を頑張っていることがわかり安心したこと、さらに、教職員の仕事を気遣う言葉が保護者や児童からたくさん聞かれ、力強く感じたこと等の報告があった。

「3.11 からの復興 絆そして未来へ 東日本大震災 2 年間の記録」より



避難所での情報提供

● (10) 活動内容チェックリスト

1 初期活動

- ☐ 避難所に入り、避難所の視察・避難所日誌・関係者からの説明等で状況を把握したか
 - ☐ 施設関係者及び避難所運営スタッフとの情報共有
 - ☐ 避難者の受け入れと人数の把握
 - ☐ 災害時要援護者への対応
 - ☐ 自治運営組織づくり
 - ☐ 生活秩序の管理と苦情等への対応
 - ☐ 救援物資の受け入れと配布
 - ☐ ボランティアの受け入れ
 - ☐ 避難者への問い合わせや情報提供

2 運営上の活動

- ☐ 運営上の活動が2人組を原則に行えたか
- ☐ 組織内の連携が図れたか
- ☐ 学校が避難所となった場合の「留意事項」をふまえた活動ができたか
 - ☐ 避難所運営についての支援について、阪神・淡路大震災や東日本大震災の教訓を生かせたか
 - ☐ 2日目以降、避難者による自立運営の原則に基づき、支援できたか
- ☐ 活動に際しての問題点を記録できたか

3 役割交替

- ☐ 活動記録を記入できたか
- ☐ 交替者に状況説明等引継ぎが行えたか

4 役割終了

- ☐ 県教委事務局等所属機関に連絡したか
- ☐ 避難所で使用した備品等を返却したか
- ☐ セルフケアができたか

Ⅱ章

5 学校における 食の支援 【学校給食班】

the point 活動する際に心がけること

- 1 いつでも出動できる態勢を
- 2 避難所の様子と食事の状況を把握
- 3 備蓄等の状況を把握し避難所運営班と連携を
- 4 食料の確保の検討と地域住民・ボランティアとの連携
- 5 「避難所の食事について」アドバイス
- 6 学校給食再開に向け学校教育班と連携
- 7 食事に配慮を要する人の把握とケア
- 8 食物によるストレス等心のケア班との連携
- 9 長期的な食料確保の検討と確認
- 10 食事と健康面についてのアドバイス

●(1) 非常時における食事

☆食事は生命・健康・体力の維持に欠かせない。

☆あたたかい食事は心のケアにつながる。

☆学校給食の早期再開は精神的・肉体的に大きな役割を果たす。

1 非常時における食事とは

- (1) 生命の維持を保障されることが必要となる。
- (2) 食事が継続して提供されることが肉体面、精神面の健康にとって不可欠となる。
- (3) あたたかい食事を提供することは、被災者に対してホッとさせるメッセージが伝わり、心のケアにもつながっていく。
- (4) 避難生活が長引くと栄養の偏りや、心の健康への影響が心配される。
- (5) 学校給食の早期再開を果たすことは、子どもたちにとって精神的・肉体的にも大きな役割を果たすことを考慮する。
- (6) 災害発生からの時間経過によって支援の内容が変わるので臨機応変に対応する。

2 災害発生時からの食支援(例)

備蓄庫等からの非常食・飲料水を提供する。



市町等から救援物資が届く。パンや弁当等を配給する。



県や他都道府県からの救援物資が届き配給する。
ボランティア等の炊き出しが始まる。

【コラム】食料の持参

東日本大震災時

避難所生活者のうち約8割の方は自宅から食料を持参していなかった。

「東日本大震災における食料へのアクセス実態調査（農林水産省）」より

● (2) 食料及び飲料水の確保・提供と炊き出し支援

- ☆食料と飲料水に関する情報や避難者に関する情報を把握する。
- ☆食事に関する留意事項を周知する。
- ☆災害対策本部、ボランティア等と連携する。

1 避難所運営班との連携による食料及び飲料水の確保・提供

(1) 食料と飲料水の情報収集

- ①現時点の食事状況把握と非常食の使用方法を検討する。
(食事回数、内容の聞き取りと記録)
- ②学校現場と行政との連携による食の支援のためのネットワークづくりを行い被害状況(ライフライン・施設・設備)の把握と食料確保に向けた情報収集を図る。

(2) 食料と飲料水の確認と管理

→P 181 へ

食料と飲料水の品質・消費期限・保存方法等に留意する。

(3) 食料と飲料水の提供

- ①食料(備蓄物資を含む)と飲料水の有効利用方法を検討する。
- ②避難者に「避難所での食事で気をつけること」を周知する。
→P 185 へ
 - ・衛生面の注意点
 - ・栄養のバランスの注意点
 - ・心のケア(ストレス防止)
- ③避難所の栄養管理及び被災者の栄養相談等に生かすため、食料配布記録において、食生活状況を把握する。

→P 182 へ

(4) 学校給食再開に向けての長期的な食料確保

学校給食再開(簡易給食も含む)に向け長期的な食料確保について確認する。

2 炊き出し支援

(1) 炊き出し方法と内容の検討

- ①被害状況により「炊き出し」が必要か検討し、市町災害対策本部の指示に従う。

②「炊き出し」を行う組織と共に、何人分必要か把握し、食料と飲料水確保、調理方法、場所等について衛生管理を含め検討する。

(2) ボランティアとの協力体制

「炊き出し」実施に向けボランティアを確保する。

(3) 食の支援における衛生管理

①「炊き出し」を行う場所から遠方に食事を運ぶ場合は、配送時間の短縮と衛生管理に注意する。

②夏場は特に衛生管理に注意し、常温での放置は、厳禁とする。

【コラム】災害後の食料供給状況

阪神・淡路大震災時

(灘区・東灘区・北淡町の例)

1月17日

食料・飲料水なし。連絡取れず、避難所にも入れず。

1月18日

企業等から救援物資が届く。子どもとお年寄りを優先したが、行き渡らない人が多かった。飲料水なし。

一部地域で米屋が炊き出し。

1月19日

43号線以南はこの日まで何もなし。ごく少量の救援物資（乾パン、クッキー、パン等雑多）を配布。救援物資は多量に届いたが、集積場所がない。コープが物資を放出。一部スーパーが営業。弁当屋、食品企業等がおにぎり援助。

※1月20日以降、ビタミン類が欠乏したために多くの人が体調を崩す原因となった。

※炊き出しは、避難者の食に対する期待を後援する一般的意義だけでなく、精神面の安定と栄養面の両面において有効だった。

● (3) 食事に配慮を要する人への対応

☆災害時要援護者について状況を把握する。

☆栄養士・保健師・心理カウンセラーと連携する。

1 妊産婦・乳幼児・高齢者への対応

- (1) 体調が良好な人には、それぞれ状態にあった食事を提供する。
- (2) 体調が悪い人には、医師の受診や保健師の受診を勧める。
- (3) 介護食等、食事形態に配慮する。

2 持病のある人への対応

- (1) 持病のある人には、かかりつけの医師の指導を受けるよう勧める。
- (2) アレルギー反応の恐れがある食品を把握する。
- (3) 生活習慣病の病名を把握する。
※個人情報の扱いには注意
- (4) かかりつけ医と連絡が取れない場合の対応及びエピペン所持者の把握、生活習慣病患者への食事の配慮について確認する。

3 摂食障害等心のケアが必要な人への対応

- (1) カウンセリングを受けるように勧める。
- (2) 栄養が偏ることによって体調不良につながることを伝える。

4 その他

- (1) 炊き出し等の調理作業で簡単な栄養指導教室のようなものを計画、ストレス解消を図る。
- (2) 災害時要援護者等や宗教上配慮が必要な人を把握し、どのような配慮ができるか検討する。

【コラム】支援物資

東日本大震災時

避難所のハード面の問題等から災害時要援護者が自宅での生活を余儀なくされることも少なくなかった。そのため災害時要援護者には支援物資の到着や分配に係る情報が知らされず、支援物資が行き渡らないことがあった。

「東日本大震災における食料へのアクセス実態調査（農林水産省）」より

● (4) 学校給食再開に向けて

☆学校給食再開への検討を行う。

- ・給食施設・調理師の状況
- ・ライフラインの状況
- ・食材確保の見通し
- ・献立

☆学校・行政との連携がポイントとなる。

1 学校教育班、教職員、行政との連携

- (1) 災害発生後、数日を経て避難所運営が軌道に乗り始めると、学校再開と平行して学校給食再開への計画を立案する。
- (2) 学校教育班との連絡調整を密にし、教職員と行政との連携を図り、給食施設・ライフラインの復興状況を把握し、再開の目途をつける。
 - ①給食施設（本来の施設・他の施設・近隣学校との合同）の稼働を検討する。
 - ②食材の確保（炊き出しと平行して、長期的な食料確保の確認）を検討する。
 - ③献立（完全給食・簡易給食・弁当給食）を検討する。

2 学校給食再開への手順

- (1) 学校給食再開において、給食時間の調整と児童生徒への給食指導を検討する。
- (2) 学校給食再開時、完全給食が困難な場合、短期長期の簡易給食を検討する。

簡易給食の献立（例）

アップルパン 牛乳・ソーセージ たまごプリン	たきこみごはん 牛乳 豚汁	コロッकेパン 牛乳・果物（缶詰） わかめスープ
ごはん 牛乳・ふりかけ けんちん汁	焼きそばパン 牛乳 たまごスープ	カレーライス 牛乳・サラダ ゼリー
まぜごはん 牛乳 かす汁	ハンバーガー 牛乳・チーズ りんご	おにぎり 牛乳 みそ汁

（上記全て調理済み食品を活用）

● (5) 活動内容チェックリスト

1 非常時における食事

☐ 食事の意義について理解して活動したか

2 食料・飲料水の確保・提供と炊き出し支援

☐ 避難所運営班と連携できたか

☐ 避難所の食料に関する現状把握ができたか

☐ 食料の品質について確認したか

☐ 消費期限について確認したか

☐ 保存方法について確認したか

☐ 避難者についての現状把握ができたか

☐ 避難者に「避難所の食事で気をつけること」を周知できたか

☐ 炊き出しが必要か検討し、災害対策本部の指示を仰げたか

☐ ボランティアと協力体制が取れたか

☐ 食支援における衛生管理ができたか

3 食事に配慮を要する人への対応

☐ 災害時要援護者についての状況を把握できたか

☐ 栄養士・保健師・心理カウンセラー等と連携が取れたか

4 学校給食再開に向けて

☐ 学校教育班と連携が取れたか

☐ 教職員と連携が取れたか

☐ 市町の行政と連携が取れたか

☐ 給食施設の状況をつかんだか

☐ 調理師の状況をつかんだか

☐ 食材確保の見通しが立ったか

MEMO

Ⅱ章

6 中長期における支援



平成 24 年度東日本大震災被災地支援活動で
講師を務める EARTH 員

●(1) 応急教育の実施について

☆学校の早期再開は児童生徒の心のケアに有効である。

☆学習形態の工夫、指導形態の工夫、交流の場の設定が必要である。

1 応急教育の形態（廊下やテント等を使つての教育）

- (1) 短縮・・・自校のみで授業再開し、短縮授業を実施
- (2) 二部・・・自校で午前・午後の二部授業を実施
- (3) 間借り・・・自校以外の施設を借りて授業を実施

2 学校を再開するための5原則

- (1) ライフラインの復旧
- (2) 教職員等スタッフの確保
- (3) 学習の場の安全確保
- (4) 通学路の安全確保
- (5) 保護者への周知と理解

3 応急教育実施上の留意点

- (1) 初期の段階は学校行事等を積極的に取り入れ、子どもと共感的に向き合う等心のケアに留意する。
- (2) 引き渡し訓練を取り入れる等、保護者の協力を得たり、市町教育委員会に要請して、バスを借り上げる等登下校の安全確保に留意する。
- (3) 他校において間借り授業等を実施する場合は、子どもたちだけでなく教職員も交流の機会を設け相互の理解を深めるよう配慮する。
- (4) 避難所が設営されている場合は子どもたちと被災者との交流の機会も設け、相互の理解を深めるよう配慮する。
- (5) 学級の枠を取り除き、交流授業やティーム・ティーチング等工夫した学習形態をとり、子どもたち一人ひとりの良さを多方面から発掘し、広める等、きめ細かな支援を工夫する。
- (6) 教育課程の精選に努め、重点指導項目を決めたり、単元の統合、見直し、合科等の工夫をしたりする。
- (7) 受検を控えた児童生徒の学習環境への配慮と、保護者や児童生徒への受検情報の提供を適切に行う。



廊下を使った授業（阪神・淡路大震災時）「神戸新聞社」提供



体育館を間仕切りしての授業（東日本大震災時：宮城県仙台市）
「東北地方整備局」提供

【コラム】 応急教育

阪神・淡路大震災で避難所となった学校や施設が大きな被害を受けた学校では、教室の確保、通学路等の安全確保、教職員の避難所運営の負担軽減等様々な制約条件を克服しながら学校再開にこぎつけた。当初は、短縮授業や午前・午後の2部授業、他校の校舎を使用している間借り授業であった。そうした不自由な学習環境ではあったが、被災した児童生徒にとって学校が再開され日常生活を取り戻すことは、同時に安定した心を取り戻すきっかけとなった。学校再開は、児童生徒の心のケアの上からも重要な意味を持っていた。

「学校防災マニュアル（平成24年度改訂版）」より

●(2) 教師ができる心のケアプログラム

☆身近な教職員の関わりが心のケアの第一歩である。

☆継続的で注意深い観察と専門家や専門機関と連携する。

☆一体感の感じられる行事、遊びや運動を取り入れて組織的な対応をする。

1 心のケアプログラム

(1) 一体感が感じられる行事・・・つながりの感覚を回復
校外学習・合唱・クラス討論等

(2) 健康チェックとストレスマネジメント

①チーム（担任、養護教諭、教育相談担当、スクールカウンセラー等）での継続的関わり

②心と体の健康観察

→P 155 へ

※実施方法を確認して行う。

③専門家、専門機関との連携

④保護者面談

2 発達段階別の具体的対応方法の例

(1) 幼稚園児

①優しい言葉かけを増やして安心させる。

②抱きしめる等、身体的な接触で安心感を与える。

③暖かい飲み物を与え、安心して眠れるように配慮する。

④一緒に寝る等、不安感を少しでも取り除く。

(2) 小学生

①子どもの言うことによく耳を傾ける。

②今までの状態がずっと続くことはないことを話して、安心させる。

③遊びや身体活動の機会を与える。

④できれば手伝いをさせ、褒めて自信を持たせる。

⑤子どもが嫌がることは無理にはさせない。例えば震災を放映しているテレビを無理に見せないようにする。

(3) 中学生

①今のままの状態がずっと続くことはないことを話す。

②勉強や手伝いができなくてもしばらくの間は大目に見る。

③家庭や地域の復興作業を手伝うように勧める。

④友人と遊んだり話し合ったりすることを勧める。

(4) 高校生

①勉強や手伝いができなくてもしばらくの間は大目にみる。

②災害時の体験を、家族や仲間と語り合い励ましあうようにすすめる。

③家や地域の復旧・復興等の作業に参加させたり、趣味やスポーツ、社会活動に積極的に取り組ませたりする。

④薬物依存傾向が疑われたり、抑うつ的になって自分の存在を否定したりするような言動が表れたら専門家に相談する。

3 心的外傷後ストレス障害（PTSD）への対応 →P 151へ

心の回復へのプロセスやペースは、災害の程度や子どもの発達段階によって違ってくる。また、被災後1ヶ月以降においては、心的外傷後ストレス障害（PTSD）への対応も視野に入れなければならない。

災害後1ヶ月以上経過して、心的外傷後ストレス障害（PTSD）が疑われる症状が持続して認められる場合は、専門家である医師の診断を受けるように勧める。

- (1) 専門家や専門機関と連携する。
- (2) 長期間の継続的な観察とケアを行う。
- (3) 信頼関係をベースにする。
- (4) 傾聴的、共感的、受容的な対応を心がける。
- (5) 自己達成感の向上、現実適応能力の回復への支援を中心に行う。
- (6) 学校全体で組織的に対応する。

【具体的対応】

- ①子どもが自ら心配して訴える時には、時間を確保して話を十分に聞く。
- ②気になる行動や情緒的反応が認められても、子ども自身が心配していなければ、ことさら取り上げない。
- ③遊びや運動の機会を増やし、クラス内、家庭内、地域内の人間関係を良好にする。

【コラム】研修会で話し合われた内容

東日本大震災時

- 1 被災した子どもたちに防災学習や避難訓練をする際には、事前に「こういった学習や訓練をするよ。気分が悪くなったり参加しなかったら遠慮なく言ってくれていいよ。」と声かけをする。
- 2 焦る必要はなく、まずは聞く姿勢を絶やさないこと。
- 3 心のケアは教職員が全て行うことはできないが、いつも子どものそばにいる教職員だからこそできることもある。
- 4 家庭の状況をきちんと把握し、その上で保護者の話を聞く等、保護者に対する心のケアを行う。
- 5 学校行事を通じてストレスの発散につなげていく。

「平成27年度東日本大震災被災地支援活動報告」より

● (3) 避難所解消の手順

☆避難所運営委員会で解消に向けて協議を行う。
☆概ね 7 日以内に学校避難所の解消を目指す。

1 避難スペースの統廃合における注意事項

- (1) 避難所開設後、退所者の状況を踏まえながら避難所運営委員会（自治組織）の了解を得て、教室等避難スペースの統廃合の内容とスケジュールを決定する。
- (2) 市町災害対策本部の責任者が避難者に説明をし、協力を依頼する。
- (3) 移動に際しては従来の避難スペースごとのまとまりをできるだけ崩さないように配慮する。

2 学校避難所の解消手順

- (1) 学校再開と連動させ、避難所の解消に向けて避難者との話し合いを設定する（市町災害対策本部の責任者が対応）。
- (2) 公民館等の他の避難所への移転準備をする。また、避難所運営委員会やボランティア等が荷物運び等を支援する。
- (3) 撤収した避難スペースは、清掃および整理・整頓の後、施設管理者に引き渡す。
- (4) 救援物資等を整理・配布する。

【コラム】待機所の解消

阪神・淡路大震災時

県立学校を含む全県立施設から待機所※が解消されたのは震災から 1 年以上経った平成 8 年 2 月 14 日だった。

「震災を越えて」より

※神戸市立学校から避難生活者がゼロになったのは、平成 9 年 4 月 7 日であった。

※避難所が解消されても居住先が決まらない人が、仮設住宅等に入居するまでの間暫定的に生活する場を「待機所」という。

● (4) 学校給食再開後の食の支援

☆一日も早い完全給食への移行を目指す。

1 簡易給食から完全給食へ

簡易給食として再開した場合は、児童生徒の栄養管理上、一日も早い完全給食への移行が必要となる。

2 児童生徒への給食指導

- (1) 学校において恒例の行事も始まり、普通の生活に戻りつつある中で、「食」が心に与える影響から児童生徒の体や心に危険信号が現われていないか注意が必要となる。
- (2) 児童生徒への給食指導内容を再度検討し、綿密な給食指導（衛生指導、配膳、後かたづけ）を実施する。

【コラム】学校給食の確保

東日本大震災時

ある小学校では、学校給食センターが稼働不能となり、児童生徒の給食の確保が学校教育の大きな課題となっていた。1学期のスタート（4/22）は、短縮午前5時間授業・給食なしでの実施であった。その後、民間弁当業者や近隣他市町の学校給食センターの支援により、給食を提供できるようになったが、支援数の限度から3年生以上での給食支給となり、1・2年生は短縮5時間授業・給食なしでの継続であった。7月になり、公益財団法人からの簡易給食無償提供により、全校生の給食の実施が可能となった。1年生にとっては、入学以来はじめて学校で食べる給食であり、子どもたちは満面の笑顔を浮かべていたそうである。

「3.11からの復興 絆そして未来へ 東日本大震災 2年間の記録」より

MEMO