

# 災害を受けた子どもたちの 心の理解とケア

研 修 資 料



平成23年3月  
兵庫県教育委員会

## はじめに

平成7年1月17日未明の阪神・淡路大震災から、16年余りが経過しました。改めて振り返ってみると、震災で多くの人命と財産が奪われたことへの痛恨の念がこみあげてまいります。

私たちは、震災から学んだ教訓を生かすため、助け合いの精神など「共生」の心を育む「兵庫の防災教育」を推進し、兵庫の教育の創造的復興に取り組んできました。被災した子どもたちの心の健康については、日常的に接する教職員の観察と指導が重要と指摘された中、平成7年度から21年度に配置された教育復興担当教員や心のケア担当教員等が大きな役割を果たしてきました。県教育委員会では、平成8年3月に「災害を受けた子どもたちの心の理解とケア（指導資料）」を作成し、取組を支援してきたところです。

一方で、震災を直接経験した子どもたちは、今や全て中学校を卒業しており、教師として震災を経験した者も減ってきています。そこで、県教育委員会では、震災を経験した教員がまだ多く残っているこの時期に、兵庫の教育の創造的復興の中で得た経験や教訓を次代へ引き継ぐ取組を進めることとしました。

本書は、教育復興担当教員や心のケア担当教員等の経験を受け継ぎ、今後の災害時等における心のケアに役立てるため、18の事例を掲載した研修資料です。取り上げた事例の中には平成16年10月に但馬を襲った台風23号、平成21年8月に起こった佐用町の水害等、スクールカウンセラーの設置が進んだ平成13年度以降のものも含まれています。

各学校の校内研修では、掲載事例に基づき、スクールカウンセラー等も交えた意見交換を通じ、兵庫の教員が手探りで得てきた心のケアに係る経験や教訓を学んでいただきたいと考えています。

これらの経験や教訓が「兵庫の防災教育」の中で息づき、一人一人の教職員が子どもたちの心の理解とケアに一層努めていくことを願っています。

平成23年3月

兵庫県教育長 大西 孝

# 目次

本書を活用した研修について	1
○ 災害直後から1ヵ月後までの事例	
事例1 震災直後、教室にいても、怖がるようになった小学4年生	3
事例2 水害直後、自分の気持ちを素直に表現できなかった低・中学年の小学生	4
事例3 水害直後、心身の不調を訴える児童が増え始めた学級	5
(参考) 子どもの話を聴くときは	
事例4 震災直後、心身の不調を訴える児童が増え始めた学級	7
事例5 震災直後、落ち着きのない日々を過ごした学校	7
事例6 震災直後、落ち込んだり、周りから孤立する生徒がいた学校	8
事例7 震災直後、児童や保護者が情報過疎に陥っていた学校	9
事例8 教師とスクールカウンセラーが連携して心のケアに取り組んだ学校	11
災害直後から1ヵ月後に心掛けること	13
化粧を行っていたボランティアとの交流を通じて心の安定を取り戻した生徒	13
○ 1ヵ月後から1年後までの事例	
事例9 震災3ヵ月後、転入先の学校で攻撃的な言動をとるようになった小学6年生	14
事例10 震災後1ヵ月経っても、勉強に身が入らない中学3年生	15
事例11 震災後1ヵ月経っても、運動場や体育館が使えなかった学校	15
1ヵ月後から1年後に心掛けること	16
○ 1年後以降の事例	
事例12 震災から3年経ってもトイレの扉を閉めることを怖がる小学5年生	18
事例13 突然被災時のことを思い出し、幼児のような言動を始めた小学5年生	19
事例14 震災行事中に被災時のことが思いだされ、混乱した中学1年生	20
事例15 震災後、毎年、追悼式を続けてきた学校	21
事例16 震災後1年経って、地元での祭りを企画した学校	23
被災から1年以上経過してからの心のケアや、被災を語り継ぐことについて	24

○ 平時の取組の事例

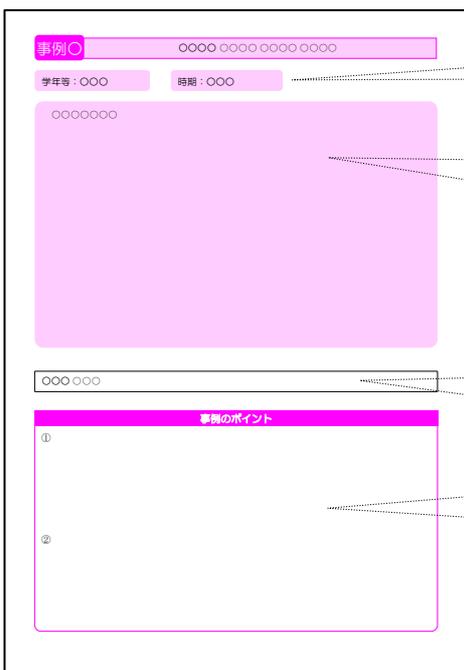
事例17 万が一の災害に備え、冷静に対応できる態度を養う防災学習 ..... 25

事例18 いのちの大切さを実感させ、共生の心を育む兵庫の防災教育 ..... 26

本冊子の事例に関わる災害 ..... 27

阪神・淡路大震災の影響により心の健康について教育的配慮を必要とする児童生徒数の推移 ..... 28

事例の構成



事例の児童生徒の学年等と時期

事例の本文  
子どもたちや、学級などの様子と、そのときに  
教職員が実際に行った取組を記述

事例の論点  
研修を進める際に、意見交換の論点としてほし  
いことを記述

事例のポイント  
事例において、専門家の指摘するポイントなど  
を記述

## 本書を活用した研修について

兵庫県では、平成23年度から平成25年度の間、毎年度2回、各学校の代表教員に対し、心のケアに係る研修を実施することとしている。各学校では、その研修を踏まえ、全ての教職員に研修を行い、小・中・高等学校及び特別支援学校の全ての教職員が心のケアに係る兵庫県の取組を引き継げるよう取り図られたい。

### <各校の研修時に取り上げる事例案>

初年度	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 直接被災し、行動に変容の現れた子どもへの取組(災害直後～1ヵ月)</li> <li>○ 学級や学年などを対象とした取組(災害直後～1ヵ月)</li> </ul>	<p><b>事例1</b> 震災直後、教室にいても、怖がるようになった小学4年生</p> <p><b>事例3</b> 水害直後、心身の不調を訴える児童が増え始めた学級</p>
第2年度	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 学級や学年などを対象とした取組(災害直後～1ヵ月)</li> <li>○ 学級や学年などを対象とした取組(災害直後～1ヵ月)</li> </ul>	<p><b>事例7</b> 震災直後、児童や保護者が情報過疎に陥っていた学校</p> <p><b>事例8</b> 教師とスクールカウンセラーが連携して心のケアに取り組んだ学校</p>
第3年度	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ 直接被災し、行動に変容の現れた子どもへの取組(1ヵ月～1年)</li> <li>○ 直接被災し、行動に変容の現れた子どもへの取組(1年以降)</li> </ul>	<p><b>事例9</b> 震災3ヵ月後、転入先の学校で攻撃的な行動をとるようになった小学6年生</p> <p><b>事例12</b> 震災から3年後になってもトイレの扉を開めることを怖がる小学5年生</p>

兵庫県の教職員は、阪神・淡路大震災の後、校医やスクールカウンセラーの専門家ではないが、子どもたちに日常の学校生活を回復する中で、丁寧な聞き取りや声掛けを続け手探りで子どもたちを支えてきた。本冊子の18の事例においては、いずれもこの教職員の本務に即した心のケアが行われてきている。また、その他には、

- 被災から1ヵ月程度は、ストレスを感じ、行動に変容が現れるのは異常なことではないと認識し、子どもたちに寛容に接し安心感を与えることが重要であること。
- 震災後しばらくしてから、場合によっては数年後でも行動に変容が現れることもあるが、必ず直ると安心感を与えることが重要であること。
- 行動の変容が深刻であったり、長引いたりする場合は、担任が一人で抱え込むのではなく、学校の教育相談体制の中で対応を検討し、スクールカウンセラーや医療機関等との連携を図ること。
- 子どもに安心感を与えるためには保護者との連携が重要であること。特に、災害の直後は、保護者も情報が不足しており、学校便り等を活用して避難所の運営期間等の身の回りの情報や教職員からの励ましを伝えることが重要であること。
- 被災の状況や肉親を失った話は、聞く側にとっても負担が大きく、子どもたちを支援する教職員への支援体制にも配慮が必要なこと。
- 震災の教訓を語り継ぎ、いのちの大切さや共生の心を育む「兵庫の防災教育」を推進することが重要であること。

といった教訓が繰り返し語られている。

個々の事例は、上に示したものとどまらず、経験した者だからこそ語ることでできる具体的な工夫や反省で満ちている。そのような細部からは、各人が各人なりの教訓を引き出せるものと期待している。また、カウンセリングマインドの向上のためには、県教育委員会の「災害を受けた子どもたちの心の理解とケア」や「こどもの心のケアのために－災害や事件・事故発生時を中心に－」がある。あわせて参照されたい。

なお、教育復興担当教員や心のケア担当教員の経験を中心に取りまとめたため、小・中学生の事例が多くなっているが、その経験は高校生に対するときにも役立つものと考えている。

(災害後の時間の経過)

直後～1ヵ月

1ヵ月～1年

1年以降

直接被災し、行動に変容の現れた子どもへの取組

**事例1 (小学校4年生)**  
震災直後、教室にいても、怖がるようになった小学4年生

**事例9 (小学校6年生)**  
震災3ヵ月後、転入先の学校で攻撃的な行動をとるようになった小学6年生

**事例12 (小学校5年生)**  
震災から3年経ってもトイレの扉を閉めることを怖がる小学5年生

**事例2 (小学校1、3年生)**  
水害直後、自分の気持ちを素直に表現できなかった低・中学年の小学生

**事例10 (中学校3年生)**  
震災後1ヵ月経っても、勉強に身が入らない中学3年生

**事例13 (小学校5年生)**  
突然被災時のことを思い出し、幼児のような言動を始めた小学5年生

**事例14 (中学校1年生)**  
震災行事中に被災時のことが思いだされ混乱した中学1年生

**事例3 (小学校低学年生)**  
水害直後、心身の不調を訴える児童が増え始めた学級

**事例11 (小学生)**  
震災後1ヵ月経っても、運動場や体育館が使えなかった学校

**事例15 (小学生)**  
震災後、毎年、追悼式を続けてきた学校

**事例4 (小学生)**  
震災直後、心身の不調を訴える児童が増え始めた学級

**事例16 (小学生)**  
震災後1年が経って、地元での祭りを企画した学校

**事例5 (小学校高学年生)**  
震災直後、落ち着きのない日々を過ごした学校

**事例6 (中学生)**  
震災直後、落ち込んだり、周りから孤立する生徒がいた学校

**事例7 (小学生)**  
震災直後、児童や保護者が情報過疎に陥っていた学校

**事例8 (中学生)**  
教師とスクールカウンセラーが連携して心のケアに取り組んだ学校

学級や学年などを対象とした取組

万が一に備える取組

**事例17 (小学4年生)**  
万が一の災害に備え、冷静に対応できる態度を養う防災学習

**事例18 (高校生)**  
いのちの大切さを実感させ、共生の心を育む兵庫の防災教育

## 事例1

震災直後、教室にいても、怖がるようになった小学4年生

学年等：小学校4年生男子

時期：直後～1ヵ月

平成7年の阪神・淡路大震災の際、本児童の住んでいた家は全壊し、児童は家具の下敷きになった。児童は震災直後から近くの親戚の家で暮らしていた。担任が訪問した際、母親から「壊れていない親戚の家に居ても、恐怖心はぬぐえていない。余震のたびに部屋の隅にうずくまり、最近では現実には見えないものが現れると言うようになった」と聞いた。しかし、震災直後、安否確認に奔走しているときは、心のケアにまで気も手も回らなかった。

学校は数日後に再開された。しかし、学校は未だ避難所として使われており、崩壊のため使用できない場所もあった。このため、近くの幼稚園などのいくつかの施設を借りて授業を行っていた。

児童は、もともと不登校傾向にあり、担任が迎えに行くことで何とか登校することができていた。しかし、教室にいて余震があると、突然、悲鳴をあげたり、壁や天井にひびが入っていると叫び出したりして、授業が中断されることも度々あった。また、相談室や理科室など、少し狭い部屋や暗い部屋ではとても怖がる様子もあった。恐怖心が強いときは肩を抱きかかえるようにして根気強く話を聞くと、落ち着く様子が見られた。また、担任が児童に何が怖いのかじっくり話を聞き、学校は安全で柱も壊れることはないことを伝える等、安心感を与える努力をした。

母親は周りの人とコミュニケーションもとらず、孤立しているようであった。また、児童がパニックを起こしていても、自ら学校に連絡してくることはなかったが、パニックが起きているときには児童に目を向けていた。医療機関やカウンセラー等と関わることを受け入れない保護者であったが、専門機関につなげればよかったと考えている。中学校へ進学した際は本人の行動と家庭の状況を説明し、注意深く見てもらうよう連絡した。

被災直後に行動の変容が現れた子どもの心の傷を癒すため、教職員としてどのような支援が考えられるか。

### 事例のポイント

- ① 行動に変容が現れた子どもについては、日常の学校生活で安心感を与えるよう努める。  
災害等に遭遇し、強い恐怖や衝撃を受けた場合、行動に変容が現れることが多い。こうした反応は誰にでも起こり得ることであり、時間の経過とともに心の傷が薄らいでいく。したがって、災害後の早期には安全な場所を確保し、十分に話を聴くなどして安心感を与えることが重要である。また、事例2にあるように自らの気持ちを上手に表現できない低学年の小学生等に対しては、遊びを通して話しやすい雰囲気をつくること等も考えられる。  
本事例をはじめ、兵庫県においては、被災した子どもたちの心の健康について、日常的に接する教職員が観察と指導を通じて役割を果たしてきた。
- ② 行動の変容が深刻であったり、長引いたりする場合は、担任が抱え込まない。  
状態が深刻であったり、行動の変容が1ヵ月以上続いている場合は、養護教諭を含めた校内の教育相談体制の中で今後の対応について検討する。本事例の当時はスクールカウンセラーの配置も進んでいなかったが、現在ならスクールカウンセラーと相談し、スクールカウンセラーと教師での対応とするのか、医療機関を含めた対応とするのか検討することが考えられる。  
行動に変容が現れた子どもが所属する学級では授業に支障が出ることも考えられる。担任が対応をしている間、その学級をサポートできる体制を整えるとともに、普段から自然なかかわりのできる大人を増やしておくことも重要である。

## 事例2

水害直後、自分の気持ちを素直に表現できなかった低・中学年の小学生

学年等：小学校1、3年生女子

時期：直後～1カ月

但馬地方は、平成16年10月の台風23号に伴い床上200cmに及ぶ浸水被害を受けた。子どもたちは、各家庭で3日間孤立した生活を送った後、隣接校区の小学校へ避難した。避難中はパンとカップ麺が中心で食事環境は悪く、衣服も不足していた。家の片付けと眠れない避難所生活とで、疲労が重なり体調を崩す大人もいた。被災後7日目に避難所となっていた小学校が再開することになり、子どもたちは、追い出されるのではないかと不安を募らせていた。

そのような状況の中で、子どもたちと一緒に対話や遊びを行い、心を落ち着かせるよう努めた。対話では、無理に話をさせるのではなく、話し易い雰囲気をつくっていった。

例えば、小学校1年生の児童は、鬼ごっこ中、突然毛布にくるまり始めた。何度も「毛布くるまりごっこ」を繰り返していると「こうやって助かった」と話し始めた。家の1階が天井まで浸水して、毛布でくるまれた状態で屋根の上から救助されていた。

また、小学校3年生の別の児童は、大切にしていた物が全部水没してしまった。当時、健康調査の一環で「欲しいもの」を子どもたちに自由に答えさせることとしていた。折紙と一緒にしながら話を聴いていると、「ゲームとテレビが欲しい」「お兄ちゃんに優しくしてほしい」「きれいな家が欲しい」などと話し始めた。また、それに引き続き「泥で体が浮いて天井に手が着いた」と被災したときの様子を話し始めた。その後も声掛けを続け、安心感を与えるよう努めた。

このころから、避難生活を送る体育館から出ようとしなかった子どもたちが「教室へ行きたい」などと話し始めた。いつもの生活に戻りたい、学校へ行きたい、という願いが強く伝わってきた。

### 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の変容

#### 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
- ・ 手伝いなど、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りする
- ・ いらいらしやすく、攻撃的になる
- ・ 友達や仲間を避け、付き合いを嫌がる
- ・ 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(親や先生など)に抵抗する

『災害を受けた子どもたちの心の理解とケア指導資料』(兵庫県教育委員会平成8年3月発行)

## 事例3

### 水害直後、心身の不調を訴える児童が増え始めた学級

学年等：小学校低学年生

時期：直後～1ヵ月

平成16年10月の台風23号で被害を受けた小学校で、台風後8日目に学校が再開した。平常通りの授業ができるようになったのは学校再開から3日後であったが、授業中に、机をたたいて大きな音を出す、姿勢が悪くなる、気持ちがうわの空で話を聞いていない等の様子が見られる児童がいた。また、休憩時間などにおいても、教室や廊下を走り回ったり、友達とたたき合いをしたり、突然大声で歌ったり踊ったりする児童も目立ってきた。

保護者からも「夜叫ぶ」「トイレに一人で行けなくなった」「親から離れられない」などの連絡が増えてきた。また、家庭訪問をしている教職員の間に、「子どもたちがハイテンションで、元気はいいが、心が落ち着かず、今までと違う様子がある。子どもの実態をもっと知っておかなければならない」という声が出た。そこで、日常の学校生活を取り戻す中で、教師ができる範囲で心のケアを進めることになった。

まず、全児童を対象に、休み時間などを利用して担任が話を聞いた。その際、うなずいたり、児童の言うことを復唱したりしながら聞くよう心掛けた。話を聞く中で、夜眠れない、ご飯が食べられない、夜に叫ぶと言う児童がいた。そのような児童についてはスクールカウンセラーにつないだ。無理強いはしなかったが、拒否する児童はなかった。

スクールカウンセラーによるカウンセリングの結果は、一覧表の形で養護教諭にメモがとどいた。養護教諭が窓口となり、そのメモを基に必要なに応じて担任とカウンセラーとで直接情報を交換し、共有するようにした。

また、協働で絵を描いたり、作品を作らせた。「今の気持ち」というような作文も書かせた。

さらに、生活科・総合的な学習・学級活動などの時間の一部を「こころの時間」と位置づけ呼吸法などにより心身の安定を図る練習を行った。1ヵ月後くらいからは道徳の時間に今回の災害で困ったこと、助けてもらってうれしかったこと、阪神・淡路大震災の学習などを整理する活動を行った。その際も、スクールカウンセラーと相談しながら、映像や写真等、見て不安になるようなものは避けるように配慮した。

被災直後、学級を対象にした心のケアは、どのように行うか。

### 事例のポイント

#### ① 教職員の本務として日常の学校生活の回復を図る。

日常の学校生活の回復を図ることは、子どもに安心感や安全感を与え、心の安定のために最も重要である。本事例では、教育課程の中に心のケアの時間を位置づけ、日常の学校生活を回復しながら心のケアを進めている。また、事例5や事例6においても、教員は学校生活の回復という本務を果たすことを基本としながら、子どもの心の安定を図っている。その中で、教職員と保護者が連携し、心のケアを行うことが重要である。

#### ② 心のケアの必要な子どもを見付けていく際、できるだけ個別の聞き取り等を行う。

専門家と連携して行うアンケート調査等は有用であるが、心の理解とケアを進めるためには子どもから聞き取りを行うことが重要である。事例4のように健康調査等を活用する場合も、気になる自由記述については、直接、本人や保護者から聞き取りをすることが重要である。本事例においては、子どもたちの多くは話を聞いてもらうことで安心し、安定に向かっていったとのことである。

## (参考) 子どもの話を聴くときは

### 1. 聴くための時間をつくり、十分に話を聴く

十分に話を聴くためには、時間が必要。中途半端に聴くだけでは、むしろ、子どもがいらして、逆効果になることがある。

また、つらいことを話そうとしないときは、「いつでも聴くからね」「無理して話さなくてもいいんだよ」と、話しやすい環境づくりを心掛ける。

### 2. 子どもの話を妨げない

話をさえぎったり、批判したりしないで、相手の話を最後まで聴く姿勢が重要。そうすることによって、ことばに表しきれない苦しみやつらさが理解できる。

### 3. 相手の立場に立ち、同調的に対応する

うなずいたり、返事をしたり、時には相手の言っていることを繰り返す。

例えば、「心配で、不安だけどどうしたらいいのですか？」と聞かれると、「心配で、不安なの？」と繰り返し(リピート)し、それからどう答えるか考えるのが良い。「なぜ?」「どうして?」ということばを多く使ったりして、相手が追い詰められたと感じたり、叱責されているように受け取られると話が進みにくくなる。怒りや悲しみの感情を認めることが大切。

また、いらいらしたりすると自然に声が大きくなり、トーンが高くなるので、注意をして相手に不安感を与えないようにする。

### 4. 目の高さを合わせて相手の目を見る

相手の目を見ながら、しかも、相手にできる限り気楽に話をさせる雰囲気をつくる。

また、立って話をするときなど、背丈の違いから大人が目線が上から下向きになると圧迫感を感じてしまう。膝を少し曲げたり、しゃがんだりして、目の高さを合わせると子どもは話がしやすくなる。

### 5. 問題の原因を決めつけない。問題を解決するのは子ども自身

問題の原因を、「〇〇のせいだ」「〇〇が悪い」などと単純に決めつけない。的確な援助があれば、問題は、子ども自身が解決できる。常に、元の状態に必ず戻るという話をして安心させる。

『災害を受けた子どもたちの心の理解とケア指導資料』(兵庫県教育委員会平成8年3月発行)

## 事例4

### 震災直後、心身の不調を訴える児童が増え始めた学級

学年等：小学生

時期：直後～1ヵ月

平成7年の阪神・淡路大震災後には、災害時に経験した自然の音や揺れ、雨音、水流などに過敏になり、おびえたり、感情が高ぶったりする様子が多くの被災児童に見られた。また、気分不良や急性の貧血など心身の不調を訴えたり、持病やアレルギーの症状が被災前より悪化したりすることがあった。

そこで、震災後、改めて健康調査票の記入を保護者に依頼した。「よくしんどくなる」「よく腹痛を起こす」などの心身の不調が記入されているときは、聞き取りを行った。その結果、例えば、「よくしんどくなる」子どもたちの中には、震災で同居人数が増えたり、親類や他人の荷物を預ったりして、寝室の確保が困難となり、寝つきが悪くなった子などがいた。

調査票に記述された内容、不調の原因などは全ての教職員へ周知した。また、授業の途中で不調を訴えた子どもは保健室でゆっくり眠らせるなど対応を取り決めた。担任は学級で、眠れないときの工夫や食事と身体の関係、被災後の不調は当たり前でありゆっくりと休むことが必要なことや、早期発見し対応すれば早く元気になること等を話した。担任以外も、日常の健康生活や学習面の様子の変化について情報の共有に努めた。

家庭によっては、時間的、経済的都合で医療機関へ受診できず、不調を放置したままの場合もあった。このため、校医の協力を得て、学期に一度の相談日を設定した。健康相談は、児童、保護者に加え、養護教諭、担任、場合によっては管理職も同席し、対応を話し合った。また、医療的立場から、学校、家庭で留意することなどのアドバイスを受ける機会とした。

## 事例5

### 震災直後、落ち着きのない日々を過ごした学校

学年等：小学校高学年生

時期：直後～

本小学校は、阪神・淡路大震災の激震地に位置し、職員1名・児童1名が亡くなった。校区の中心地の9割以上が全半壊の状態、住む家を失った子どもが数多くいた。学校が避難所になり、当初は体育館だけでなく、教室も避難所として使われていた。子どもたちの心は傷つき、落ち着かない日々が続いていた。

そのような状況の中で、「私たちの本分は、授業であり、授業で子どもたちを元気づけよう」という思いから誉め言葉を多く使った授業をスタートした。教師であれば「誰もが努力すればできる授業」として、普段の授業で「ほめる」ことを心掛けた。

実践に当たっては「本当に意味があるのか」等、反対する教職員もあった。このため、子どもたちの良い変化が見えてくるまで誉め続けることに苦勞した。反対意見を払拭した最も大きな変化は、授業での発表の数が増えたことである。子どもたちは間違いを怖がらず、発表できるようになり、他の活動でも積極的にになり、震災前の学校生活を取り戻していった。

本実践を続ける中で「よろこびますよ」「授業が変わった気がします」「子どもたちの動きが違います」というようなことが研修や職員室での日常の中でよく聞かれた。実際に、授業が活性化した。子どもたちの変化が実感できてうれしかった。

## 事例 6

### 震災直後、落ち込んだり、周りから孤立する生徒がいた学校

学年等：中学生

時期：直後～ 1 ヶ月

平成7年の阪神・淡路大震災の際、本中学校の生徒は全員無事だったが、家が全半壊した生徒は多く、家族を失った生徒もいた。

数日後、教職員が生徒の登校について協議する中で、生徒の服装が話題となった。全半壊が多い状況だから、制服でなくても良いのではないかという意見や、大変な状況だからこそ、仲間意識を持たせ、みんなでがんばろうという気持ちを持たせるためにも制服が良いのではないかという意見などが出た。議論の結果、できる限り制服で登校するよう、家や避難所に連絡した。

学校再開当日、登校した全員が制服を着用していた。中には、倒壊した家の中から制服を探し出してきた生徒もいた。これまで服装に乱れのあった生徒も、きちんと制服を着ていた。全校生を集める場所もなく、各教室での久しぶりの授業再開となったが、生徒たちは生きていること、また一緒に学校生活を送られることを喜び合っていた。

授業再開後は、多くの生徒が積極的にボランティアに参加した。近隣の高齢者のお世話などに懸命に取り組む生徒もいた。避難所で救援物資を配る生徒もいた。災害後、落ち込んだり、周りから孤立したりする生徒もいたが、ボランティアを通じ、同じ被災者と関わって人とのつながりを広め、精力的に活動を行った。普段頼りない生徒も、しっかりした生活態度になり、問題行動も全く見られなくなっていた。

## 事例7

### 震災直後、児童や保護者が情報過疎に陥っていた学校

学年等：小学生

時期：直後～1ヵ月

本小学校の校区は、平成7年1月17日の阪神・淡路大震災で甚大な被害を受け、学校は避難所となった。家が大きな被害を受けて、避難所に避難している児童や、親戚等の家へ避難している児童、なんとか自宅で過ごしている児童と、様々であった。

当時、電話は断線しており、児童や保護者は学校の情報がほとんど入手できていなかった。また、伝聞の情報が多かったので、当初は避難所となっている体育館の入り口や校舎の玄関に貼り紙をして、当面の「休校のお知らせ」や、「学校再開に向けての取組」を伝えていた。しかし、張り紙では、それを見た一部の人にしか伝わらず、それが伝聞され、また不確かな情報になってしまっていた。「避難所として学校が使われている間は子どもは登校しない」「学校は近々再開されるので、避難所から出て行かないといけない」などの根拠のない情報が広まり、皆の不安をかき立てていた。

震災から10日後に何とか電気が復旧したので、それを機に学校便りを緊急臨時号として発行することにした。発行に当たっては、情報の正確さを確保する必要があった。このため、情報を一元化するとともに、数人の教員でチームを作り、曖昧な内容や主観的な内容にならないように気をつけながら作成した。学校便りを全員の手元に届けることは大変なことであった。避難所にいる場合には手渡し、自宅へは家庭訪問をして届け、校区内にいない場合で電話連絡ができる場合は、内容を電話で伝えるなど、いろいろな方法で全員に伝えようと努力した。

また、発行に当たっては、家族、親戚、地域の方々の他に、児童たちが顔を思い浮かべることのできる大人は教職員であるとの意識で学校便りを作成した。そのため、後に多くの方から、顔の思い浮かぶ人からのメッセージは、何より勇気付けられたとの意見をいただいた。

#### 【本校で発行した学校便り】

- 1月27日緊急臨時号第1号
  - ・亡くなった児童名を発表。
  - ・学校再開への見通しを1月27日現在の状況で連絡。
  - ・学年・専科・管理員・調理士ごとに、教職員からのメッセージを載せて児童を励ます。
- 1月31日臨時号2号
  - ・教職員からのメッセージ。
  - ・デマ、流言への注意。
  - ・いろんなデマが飛び交っていたので、「学校からの情報を第一に行動してください」との一文を入れる。
- 2月9日臨時号第3号「2月13日に学校を再開します」
  - ・2月14日以降の当面の教室配置。
  - ・登下校についてのお願い。
  - ・安全に登校すること、学用品等を無くされた家庭への連絡。
- 2月13日臨時号第4号「お待たせしました、学校再開」
  - ・ここまでの経過、学校再開への条件、再開に向けての避難住民の方々の協力と教職員のがんばり。
  - ・校長、教頭が紙面を埋める。
- 2月16日臨時号第5号
  - ・13日に学校再開（1137名中824名が登校）したことについての感想。
  - ・18日から始まる一斉授業開始についての連絡。
  - ・新たな教室配置図。
- 2月24日臨時号第6号「日々好転する学校生活」
  - ・校長の言葉。
  - ・2月27日から始まる給食再開の連絡と時程の連絡。

震災直後や10日後など児童や保護者にどのような情報を伝える必要があるか。また、正確に伝えるためにはどのような配慮が必要か。

### 事例のポイント

- ① **学校便り等を活用し、保護者に避難所の運営期間等の身の回りの情報を伝える。**  
災害の直後は、保護者も情報過疎に陥っている。そのことで、保護者の心身が安定しないと、児童の心の健康に悪影響が及ぶことも考えられる。学校は避難所としての運営状況等、テレビ等では扱われない身の回りの情報を正しく伝える必要がある。本事例では、避難所にいる児童や保護者から聞き取りを行い、どのような情報を発信していけば安心感につながるのかを吟味している。「避難している学校がこれからどうなるのか」など、学校の現状や予定を知らせることは、不安の軽減に大きく役立つ。
- ② **教職員のメッセージは児童や保護者を励ますことができる。**  
災害の直後は、教職員からの励ましメッセージは児童や保護者を元気付けることができる。本事例では臨時第1号と第2号は、正しい情報を伝えると共に、教職員からのメッセージを多く掲載し、児童を元気付けることにも力を入れ、第3号以降は、連絡事項が中心となる内容とし、通常の生活にできるだけ近づけるように配慮している。このように、情報を伝えるだけでなく、被災後の時間の経過と共に内容を工夫することも有効である。

## 事例 8

### 教師とスクールカウンセラーが連携して心のケアに取り組んだ学校

学年等：中学生

時期：直後～1カ月

平成21年8月9日に起こった水害により、佐用町内の多数の家屋が浸水した。多くの方が亡くなり、住居被害もあった。町は、一夜にして泥に覆われ深い悲しみに包まれることになった。多数のボランティアの協力により、日増しに復興は進んで行った反面、町民の心は不安と疲労、ストレスで覆われていた。

町内のある中学校では、約半数の生徒が被害にあった。一時親戚宅に身を寄せる生徒が多数いた。仮設住宅へ入居した生徒、災害の関係で保護者の勤務先が変更になった生徒、やむなく転居した生徒もいた。生徒、保護者とも生活環境が激変し、強いストレスを多く抱えることとなった。職員も大きなショックを受けた。

そこで、当該中学校では、水害の発生直後よりスクールカウンセラーと連携して生徒の心のケアに取り組んだ。

まず、災害翌日から電話により生徒の安否を確認した。電話がつかない地区の家庭には直接訪問した。学校へ来られる職員が少なく、職員会議を開くことができなかった。このため、学校にいる者で相談し、その結果を他の職員に伝えて職員が動くことが多々あった。

また、スクールカウンセラーによる生徒の心のケアに関する最初の職員研修を実施した。教職員自身も疲れ果てていたが、スクールカウンセラーが「教員が燃えつき症候群にならないために」（資料1）を作成し、自己診断を促してくれた。

災害10日後に、全職員で全校生の家庭を訪問し、スクールカウンセラーが作成したストレスの程度を調べるアンケートを配布した。

翌日の登校日には、黙とう後、養護教諭より心身をリラックスさせることの重要性について、スクールカウンセラーより気持ちを素直に表すことの重要性について話をした。その後、担任が面談を行いながらアンケートを回収した。アンケートの結果は職員会議で共通理解を図るとともに、アンケート結果に基づいてスクールカウンセラーによる個別の家庭訪問も実施した。事前に想定していたよりも、ストレスの程度の高い生徒の数が多かったので、優先的にスクールカウンセラーと面談する基準（資料2）を新たに設けた。なお、登校に当たっては、通学の安全確保が難しいことが予想されたので、校区内の最寄りの小学校に登校すること等を家庭訪問の際等に伝えておいた。2学期になり、学校生活が始まった後も、学級活動にスクールカウンセラーが参加し、心身をリラックスさせる方法の授業を再度行った。

12月に再度ストレスの程度を調べ、心のケアの必要な生徒をスクールカウンセラーにつないだ。また、長期にわたる心のケアの必要性についてスクールカウンセラーから研修を受けた。担任が保護者にスクールカウンセラーとの面談を勧め、実現したこともあった。

1年後には全校集会を実施し、黙とう後、過去に水害を経験した教師を講師に招き、災害時の心構えや心のケアについての防災学習を行った。

一連の取組の中でスクールカウンセラーと養護教諭・担任の連携は欠かせなかった。被害生徒が学校で見せる顔、家庭で見せる顔、その時々教師が感じた細かな事柄も連絡を取り合い、職員会議にスクールカウンセラーも入り一緒に考えた。また、「眠れない」「食欲がない」等の生徒のサインを見逃さないようにし、スクールカウンセラーに相談していった。

#### 資料1 教員が燃えつ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

生徒の危機援助は、先生方自身の喪失体験を更に強いものにします。生徒の話の聞いたり、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ます。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して下さい。

##### 2 心と身体の健康に気を使うこと

食事を十分に取るよう心掛けて下さい。時には、空腹でなくても、食事をする必要もあります。被災地での食事は、ビタミンが不足しがちですので、緑黄色野菜を多めに摂るなど意識して補うようにして下さい。

### 3 誰かにサポートを求めること

危機援助の仕事が忙しい時に、家族の援助を頼み、家事に関わる事などで負担を軽減してもらい、サポートしてくれる体勢を整えることが大切です。

### 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す。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、連帯感が強まります。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事が大切です。

### 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ます。笑顔は自分だけのためではなく、周囲の人まで気持ちを和らげる効果が有ります。

### 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ことと思いますが、例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す。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ですが、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、緊張が和らぎます。

### 7 一人で抱え込まないこと

生徒への危機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して下さい。どうしても、一人で悩みを抱え込み易くなりますので、先生方同士コミュニケーションを積極的に取るようにしましょう。災害のトラウマ援助では、一日の活動の終わりに、卓球などの軽い運動を取り入れたりしています。

## 資料2 本事例においてカウンセリングの対象とした生徒の基準

- ① 家族が被害（死亡、行方不明）にあった生徒
- ② 床上浸水等家屋被害が大きかった生徒の中で、日常生活においても不安定さを見せたり身体症状を訴えたりするなどの症状がある生徒
- ③ 仮設住宅へ転居したなど、家庭環境の大きな変化があった生徒
- ④ ストレスチェックの値が大きい生徒
- ⑤ その他担任、養護教諭から見て気になる生徒（自由記述の内容に重点を置いて実施）

スクールカウンセラーとともに心のケアを進める上で、教師との間でどのような役割分担があるか。

## 事例のポイント

### ① ストレスの程度の調査等、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の専門家（精神科医や保健所等）と連携して行う。

災害からの復興過程にあって、教職員の本務は日常の学校生活を行うことである。教育復興担当教員等は、そのような姿勢で丁寧な聞き取りや日常の声掛けを行ってきた。これは、子どもたちと日常的に接する教職員だからこそできる心のケアである。一方で、スクールカウンセラーをはじめとする臨床心理の専門家は、アンケート調査、行動の変容が深刻であったり長引いたりする場合の教育相談、また、本事例のような教職員の心身への配慮等を行ってきた。また、事例3にあるように、災害を想起させ、子どもの心身を不安定にさせる恐れのある学習を行うかどうか等もスクールカウンセラーやメンタルヘルスの専門家と情報を共有し、連携しながら進めることが必要である。また、教職員とスクールカウンセラーが適切に連携していくためには、必要に応じスクールカウンセラーが職員会議にも参加できるよう取りはからう等、本事例のような取組も有効と考えられる。

### ② 被災状況や肉親を失った話は、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。

本事例においては、スクールカウンセラーが「教員が燃えつき症候群にならないために」を作成し、教職員の自己診断を促している。この他、事例1にあったように、授業が中断されるような場合に、その学級をサポートする役割を定めておくこと等も考えられる。

## 災害直後から1ヵ月後までに心掛けること

1995年1月17日のあの地震から、私の子どもに向かう心構えは大きく変わっていった。当初は、「学校防災教育の充実」と「心のケアの」二つの柱についても十分な認識がなかった。特に「心のケア」については、被災した子どもは時間が経てば少しずつ回復していくものと思っており、「PTSD※」という言葉も知らなかった。私は教育復興担当教員として、授業の合間に教室を回ったり、休憩時間の運動場を見たりしていた。特に気になることを記録しておき、担任に知らせたり、気になる子どもを見かけたら声掛けをしたりしていたが、これで良いのか悩みはあった。当時はどの学校でも手探りの状態の中で、目の前の子どもたちを何とか救いたいという気持ちで、事例のような取組を進めていたのではないかと。

災害直後は、多くの事例にも共通するように、まず、子どもたちに安心感を与えることが大切である。学校には自分のことを気にしてくれる大人がいるという安心感が子どもの安定につながっていく。また、担任以外でも、校長、教頭、養護教諭だけでなく全ての教職員が、大きな役割を果たしてきた。「声掛け」は「朝ごはん、食べたか？」でいいのである。私は高学年で祖父の家から登校せざるを得なかった細身の子どもにそれを実行した。叔母に当たる母親の妹さんには「体重が軽いので食事をしっかり摂らせましょう」とお願いをしておいた。継続して行った結果、やがて子どもの方から「体重が増えたよ」と話しかけてくるようになったことを経験している。

(元教育復興担当教員 神田 英幸)

### ※PTSD (心的外傷後ストレス障害)

災害や事件・事故後に、P4にあるような行動の変容が4週間以上持続した場合は「PTSD (外傷後ストレス障害 Posttraumatic Stress Disorder)」と呼ぶ。

## 化粧を行っていたボランティアとの交流を通じて心の安定を取り戻した生徒

高校3年生の本女子生徒は、明るく活発な子で成績もよく、大学進学を希望していた。震災で自宅は全壊しており、母親の手伝いや妹の面倒を見るだけではなく、友人と共に避難所支援にも積極的に参加していた。

1月17日の震災から1週間が経ち、避難者数も一般ボランティアの数もピークに達していた。衛生状態が良くならない避難所生活の中、不潔な自分に対する嫌悪感から、次第に家族や友人とも接触を避けるようになっていった。また彼女は、卒業後の進路のことを誰にも相談できずに悩んでいた。友人たちが避難所から転居し始め「自分だけ取り残された」という思いと、将来への不安感・絶望感などから笑顔が消えていった。食欲も落ち、便秘、皮膚の乾燥など身体への影響も出始めていた。

ある日、福祉施設などで化粧を行っていたボランティアが避難所を訪れた。高齢者の方々の顔をタオルで拭いたり、一人一人に話しかけながら手をマッサージをしたりしている姿を彼女も見ている。ボランティアの一人が、彼女に気づいて声をかけた。「自分にはいない」と最初は嫌がっていたが、白い清潔なタオルを渡すと自ら顔を拭き始めた。唇が荒れて肌が乾燥していても、避難所では何もスキンケアができない。そう思ったボランティアが彼女の顔にクリームを塗った。少し潤いを取り戻した自分の顔を鏡で見ていたのでリップも見せた。彼女が興味を示したピンク色のリップを赤みが消えた唇に少し乗せた。彼女は鏡で自分の顔を見た時、色づいた口元に笑みを浮かべた。

彼女の母親も疲れ切った顔をしていた。ボランティアの勧めで、1週間ぶりに薄く化粧をした母親を見て小学校6年生の妹もうれしそうだった。疲労から言葉も態度も厳しくなっていた母と娘が、化粧をした互いの姿を見て笑顔になり、その場は暖かい雰囲気包まれた。

## 事例9

震災3ヵ月後、転入先の学校で攻撃的な言動をとるようになった小学6年生

学年等：小学校6年生男子

時期：3ヵ月後

本児童は平成7年の阪神・淡路大震災のとき、神戸市内の被害の大きな地域に居住していた。自宅が全壊したため、同じ神戸市内でも被害の少なかった親戚の家に入居し、その地域の学校に通学することとなった。震災では、本人、両親及び弟は無事であったが、妹が亡くなった。仮設住宅への入居を待っている中、親戚に気を遣いながら生活していた。

元来落ち着いた態度で、誰とでも仲良く遊んだり学習したりできる子どもであったことと、転校先の学校が手厚く配慮したこともあり、転校当初は学級にうまくとけ込み、級友との関係も良好であった。しかし、転入後3ヵ月が経ったころから、いらいらし易く反抗的になり、他人に攻撃的になる言動が目立ってきた。身勝手な言動をする本児童に我慢していた周囲の児童も、身に覚えのないことで文句を言われたり、勝手に持ち物を使われたりするなどの言動に耐えられなくなり、本児童は次第に孤立し休み時間に友人と遊ぶ姿が見られなくなった。また、グループ学習でもやる気が見られず、非協力的な態度をとるようになった。

そのころ、クラスの中では震災当時のことがよく話題にのぼるようになっていた。また、攻撃的言動が目立つ児童と話をしていくうちに、震災でストレスを感じ、他人に攻撃的になっている様子だった。そこで、職員会等の中では、震災に向き合い、みんなの体験を出し合うような話し合いをすればどうかという意見が出た。「そっとしておいた方がいいのでは」との意見もあった。最終的には、「放置は根本的な改善にならない。今、手だてを講じる方が良い方向に行くのではないか」という結論に到った。保護者とも相談し、多少の不安やためらいはあったが、理解と協力を得ることができた。

学級での話し合いでは、震災の時どんなことが起こったか、学級のそれぞれの子どもは震災時どのように行動したか、その後、どのような気持ちになったか、今はどのような気持ちになったかについて話し合った。話し合いに当たっては、他人の発言を妨げず、批判しないこと、自分のことを言いたくないときは、友達が話しているのを聞くだけでもいいこと、聞いたことを学級以外の人には言わないこと等を定めた。

児童は、震災時の様子については、ややこわばった表情で簡単に発言するにとどまったが、言葉の端々にクラスみんなの思いやりに対する感謝の気持ちが感じとれた。みんなの思いを聞き、自分の思いもみんなに伝えることができ、ほっとした表情に変わっていった。

被災後1～3ヵ月経過した子どもたちの心のケアとしてはどのようなことが考えられるか。

### 事例のポイント

- ① 被災後しばらくしてから、級友と体験を振り返ることが心のケアにつながることもある。  
本事例では、恐れを感じたのは自分だけではないことに気付かせるための学級の話し合いが、子どもの心のケアやクラスのまとまりにつながった。このような取組を行う際は、子どもの心身をより不安定にしてしまうことがないように、スクールカウンセラー等と相談しつつ、保護者の理解を得て、話し合いのルール等にも配慮しながら進める必要がある。  
また、事例11では、自校の校庭で遊べなくなった子どもたちのため、他校の施設を借り、ストレスを発散させている。このように、失われた日常の学校生活の回復を工夫して図ることも重要である。
- ② 通常の学校生活がなかなか回復できないことが子どもたちのストレスにつながっていることもあり、配慮が必要である。  
被災から一定期間が経過すると、災害の直接的な影響と考えられる情緒的反応等は減ってくる一方、通常の学校生活がなかなか回復できないことでストレスを抱える子どもも出てくる。事例10では、生徒が必要以上に経済的な心配をし、受験準備に身が入らなくなっていた。この事例では最初に子どもの相談を受けた養護教諭が、担任や保護者と協力し、悩みの解消に努めている。

## 事例10

震災後1ヵ月経っても、勉強に身が入らない中学3年生

学年等：中学校3年生男子

時期：1ヵ月後

平成7年の阪神・淡路大震災で体育館が避難所になり、卒業式を控えた学校の教職員は、多忙な日々を送っていた。

本生徒は、震災では家族は無事だったが、自宅が全壊していた。震災直後は、命が無事であったことを喜びとしていたが、時間が経過するとともに、将来への不安や経済的な問題から、進路への不安が起こってきた。

生徒は、保健室に頻繁に来室し、苦手な勉強の愚痴を言うことがよくあった。ある日、保健室で養護教諭と2人になった時、進路についての不安を話し出した。日々忙しそうにしている家族や担任に自分の悩みを相談できず、不安な気持ちに押しつぶされそうになっていた。また、自宅の再建のため一生懸命頑張っている両親を見て、経済的に負担をかけられないという思いを強く持っていた。

養護教諭が本人の了解を得て、担任に生徒の気持ちを伝え、担任が保護者へ連絡した。保護者は、自宅の再建のため忙しく余裕がない生活を送っていたために、子どもの気持ちに気付かず、進路の話もできていなかった。しかし、担任の連絡で、子どもの気持ちを知り、経済的なことはどうにかなることを子どもに伝えてくれた。このことで、気持ちが安定し、受験勉強に取り組めるようになっていった。

他にも、受験の悩みを抱えていた生徒はたくさんいた。被災生徒の受験については、様々な配慮がなされたが、それでも、私学受験を取りやめたり、確実に公立に入るために志望校を変更したりする生徒もいた。それらの生徒についても、担任と密に連絡をとりながら相談にのっていった。

## 事例11

震災後1ヵ月経っても、運動場や体育館が使えなかった学校

学年等：小学生

時期：1ヵ月後

被害の大きかった本校では、震災から1ヵ月経っても運動場や体育館が児童が使える状況ではなかった。そこで、近隣の被害の小さかった学校の運動場を開放してもらい、そこで遊ばせて被災児童のストレスを軽減しようとした。

交流は教員同士のつながりから始まった。各校に持ち帰り職員会で共通理解を図った。困難な時期だったので動ける人間ができる範囲で進めていった。

休校中は、児童や保護者に連絡をすること自体が難しかった。電話の連絡網で回したが、つながらないところには、手紙を投函して連絡していった。手紙には「こんなときだからこそ、友達と誘い合って体を動かしてがんばろう」というメッセージを入れて伝えた。

交流の日は、神戸電鉄を利用し、遠足として訪問した。各自で電車賃や弁当を持っての参加とした。体育倉庫にあるものやボールなど、好きなもので好きなだけ遊ぶということで、ストレスを発散させようとした。昼食後は、お互いの学校の児童と交流をした。被災児童は話せる範囲で、自分たちの体験を話した。

参加できなかった児童には、友達からのメッセージを集めて教師が個別に訪問したり、教師が遊び相手となったりして心のケアにあたった。

交流から帰ってきた児童に笑顔が戻り、またやりたいと言う希望が多く出た。交流に参加した児童たちは、帰校後にお礼の手紙を書いた。中には手紙のやり取りを続け、それが気持ちの大きな支えとなった児童や、数年後に同じ高校に入学し、交友を深めた児童もいた。

## 1ヵ月後から1年後までに心掛けること

平成7年1月17日の震災当時、私は小学校5年生の担任でした。震災で沢山の子が疎開し、2月2日の学校再開までは、避難所の運営のため学校に泊まり込み、その後は年度末の仕事に追われながら、震災以前とは少し違った動きをする子どもたちの様子を見ても「何か変だなあ」と感じるだけでした。

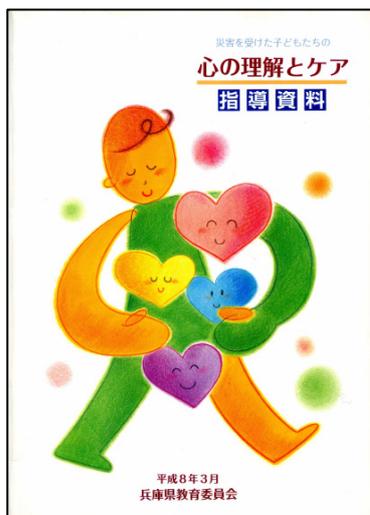
そのような中、私は4月、教育復興担当教員になりましたが、事例にもあるように多くの子どもたちがストレスを抱え、いろいろな情報が入ってくるのですが、何がどうなっているのか、よく分からない状況でした。これらの事例のように教員が連携しながら子どもたちを支えていったのは大変な苦勞があったと思います。そもそも日本で復興担が配置されたのは、震災後の兵庫県が初めてでした。何か頼れるものがないか探しながら、手探りで、少しずつ進めていくことしかなかったのです。この事例のように、子どもたちが元気になり喜んでいる姿を想像すると当時の前向きな取組が生きていく力を与えたと思います。

私は研修会で臨床心理士の先生の講話を聞いても、現実の目の前の子どもとは少し違う。そんなことを感じることもありました。そして事例のように一人ひとりの子どもをよく見て声掛けすることで目の前の子どもの笑う顔が少しでも増えてくると、その子にあった支援の方法があるのだと、この方法でも間違っていないんだ、と自分に納得させていました。

当時は実践が先行し、理論が付いてくる状況でしたが、ただ、復興担の仕事は、子どもに寄り添い、安心感・安全感を与えることが一番だと、今も信じています。

(元教育復興担当教員 伊藤 進二)

## 本冊子と関連し、参照されたい冊子



(この冊子は、各校に配布されています。)

災害を受けた子どもたちの心の理解とケア指導資料  
兵庫県教育委員会（平成8年3月）

### 目次

- 第1部 心的ショックの状況
  - 1 時間の経過からみた症状
  - 2 年齢別にみた症状の特徴とその対処方法
  - 3 PTSD発生に関与する要因
  - 4 基本的な対応の原則
- 第2部 具体的な事例と対応のポイント
  - 1 幼児・小学生の事例と対応のポイント
  - 2 中学生の事例と対応のポイント
  - 3 高校生の事例と対応のポイント
  - 4 障害がある子どもたちの事例と対応のポイント
  - 5 一時転出した子どもたちの事例と対応のポイント
- 第3部 教職員の心の問題の事例と対応策
  - 1 避難所で働いた教職員
  - 2 喪失を経験した教職員
  - 3 被害のない職場で働く教職員
- 第4部 心の問題の原因と対応策
  - 1 今回の震災の体験を踏まえて
  - 2 子どもの話を聴くときは
  - 3 平常時に注意しておくことは
- 第5部 被災の状況と県教育委員会の対応



子どもの心のケアのために  
—災害や事件・事故発生時を中心に—  
文部科学省（平成22年7月）

### 目次

- 第1章 災害や事件・事故発生時における子どもの心のケア
  - 1 心のケアの意義
  - 2 災害や事件・事故発生時における心のケアの基本的理解
  - 3 災害や事件・事故発生時における心のケアの留意点
- 第2章 子どもの心のケアの体制づくり
  - 1 心のケアの体制づくり
  - 2 心のケアに関する危機管理
  - 3 関係機関等との連携
- 第3章 危機発生時における健康観察の進め方
- 第4章 子どもの心のケアに関する対応事例
- 第5章 自然災害時における心のケアの進め方
  - 1 自然災害時の心のケアに関する教職員の役割
  - 2 管理職、養護教諭、学級担任等の心のケアに関する役割
  - 3 自然災害時における心のケアのチェックリスト
  - 4 障害のある子どもの心のケア
  - 5 教職員及び保護者の心のケア
  - 6 自然災害時における心のケアの進め方
- 第6章 新潟県中越沖地震に関する調査結果と考察

(この冊子は、各校に配布されています。  
また、文部科学省のHPの下記アドレスからダウンロードすることができます。  
[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/kenko/hoken/1297484.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/1297484.htm))

## 事例12

震災から3年経ってもトイレの扉を閉めることを怖がる小学5年生

学年等：小学校5年生男子

時期：3年後

平成10年ごろ、小学校5年生の自然学校の事前健康調査で、夜ひとりでトイレに行くことを怖がり、トイレのドアを開放したままでないと用便できない、夜尿がたまにあるという記述があった。この健康調査を元に、保護者に思春期の児童が上手く自立するよう校医への健康相談を勧めた。本人と母親のプライバシーが守られ、安心して相談できるように、放課後に行うよう設定した。また、自然学校を安心して過ごす方法を一緒に考えるために、健康相談の場に、担任、養護教諭が同席した。

児童は2年生の時に震災を経験していた。聞き取りの中で、震災後は児童が暗い中でのトイレを不安がった。このため、母親は本児の夜中のトイレに付き添うこととしていたことが分かった。母親は甥を地震で亡くしており、わが子を保護し続けたいという気持ちが大変強かった。このような親自身の震災経験からの不安が、子どもへ過保護な接し方となり、思春期初期の子どもの発達の妨げになっていた事例は、震災直後から5年間ほど毎年みられた。

健康相談の結果、自然学校では「おねしょパンツ」を使用することになった。おねしょパンツについては、装着しても外見は全く他人に気づかれず、たとえ失敗しても寝具や肌着が濡れなくて安心であることを確認した。また、本人、母親が安心でき、他の子へ気づかれないう、装着のタイミングと場所、引率する教師などを話し合っで決めた。

自然学校期間中は、おねしょパンツを使用したか、夜尿等は一度もなかった。自然学校終了後、夜尿や、夜、トイレに行く不安などは全くなくなったとのことを報告受けた。

また、母親については校医の勧めでカウンセリングを受けるように勧められ、スクールカウンセラーに繋いだ。1年後、母親からカウンセリングにより大変気持ちが楽になったことや、子育てのアドバイスを得る機会を得ることができてよかったと、報告を受けた。母親は過保護にならないよう接し方を改めたようだった。

当該校では、平時より、毎週の教職員研修で児童理解のための時間が確保されており、学級の児童の様子、専科授業の様子、保健室での様子を全ての教職員に報告し、情報を共有していたため、他の教員の協力を得ることもできた。

災害から数年経って、なお心に不安を抱える子どものケアのためにどのようなことが考えられるか。

### 事例のポイント

- ① 大きな災害を経験した後は、数年が経過しても見えにくいかたちで影響が残っている場合がある。このような場合は、養護教諭や校医、スクールカウンセラー等の専門家と連携して支援することが考えられる。

本事例は、夜一人でトイレに行けないというものであり、震災を経験した保護者の我が子を護りたいという強い気持ちが原因と考えられるものであった。本事例では健康調査でケアの必要性が判明したが、事例13や事例14のように、行事の最中等に急に行動や心理に変容が現れることもある。このようなとき、教師ができることとしては、いつかきっとよくなることを告げ、安心感を与えるよう努めることが考えられる。また、専門家と相談しつつ、保護者も含めて、子どもの支援の在り方を決めていくことが重要である。

- ② 心のケアを行うためには、教職員の協働体制が日ごろから確立されていることが重要である。

本事例では、毎週の教職員研修で児童理解のための時間が確保されていた。事例10や13、14においても、養護教諭やスクールカウンセラーが学級担任と連携して対応を行っているが、教職員の協働体制の確立には校長のリーダーシップの下、日ごろから取り組む必要がある。

## 事例13

突然被災時のことを思い出し、幼児のような言動を始めた小学5年生

学年等：小学校5年生女子

時期：5年後

本児童は就学前に震災の被害を受け、自宅が全壊し、他の地域に家を借りていた。自宅再建のため、避難先の校区にある小学校に入学して1学期間そこに通学した。1年生の2学期、再建した自宅に戻り地域の本校に転入してきた。

5年生になった9月に自然学校が行われた。それは多くの児童にとっては、初めて親元を離れて宿泊する行事であった。自然学校から帰ってきて数日後、保護者から「家庭でトルコ地震の映像を見ていたら様子が急変した」と連絡があった。

その後、同じような状態がたびたびおこるようになった。サ行を「ちゃ、ち、ちゅ」と発音する幼児語になり、歩き方もよちよち歩きのような歩き方になる。本人に年齢を尋ねると「3歳」と答える。言動も行動も、周りが見ても本人が言う3歳児のようであった。

はじめは3歳の状態になったり11歳の状態に戻ったりしていたが、症状は進行し、いつも3歳状態で生活するようになり、母親に付き添われて登校していた。学校でも、発音が不明瞭であったり、授業中等に周りの状況に関係なくはしゃいだり歌を歌ったりし、表情も3歳児くらいの幼さを見せていた。

このように行動に変容が現れるまでは、本児童は、とても責任感が強く、係の仕事など、嫌がることなく引き受ける子であったため、クラスの友達や教師からも信頼を得ていた。また、人に責任を振ったり、責めることをせず、何かあると「自分の行動、考え方が悪いから」と考えがちな面もあった。異変が現れた後、クラスの他の児童には詳しい状況は伝えず、精神的にしんどくなっていることを話し、今までどおりの関わり方で過ごすように伝えた。また、本人にはあまり負担をかけないように、全体の前に出なくてもできる手紙係等、係を配慮した。児童の実態を詳しく職員間に周知し、教師が見ていないような場面で退行現象が現れたら、周りの子が本児に付き添い、すぐ担任や周囲の教師に知らせ、家庭連絡するなど、体制を整えていった。

行動に変容が現れた際、受診した精神科では、状況は極めて深刻で3歳児として扱いつつ、カウンセリングを受けながらじっくり取り組むよう勧められた。母親は療養休暇をとって児童に付き添い、民間のカウンセリングに相談に行った。民間のカウンセラーからは母親の育て方が悪いと批判され、親子とも精神的に打撃を受けた。母親は子どもだけでもカウンセリングを受けさせようとしたが、児童がさらにカウンセリングを受けようとはしなかった。しかし、退行現象を改善するには、専門家に見てもらうことが有効ではないかと、話し合いを進めていった。そのようなとき、母親の友人からスクールカウンセラーを紹介されたこともあって、不安を抱えながらカウンセリングを受けることとなった。児童がカウンセラーと接することを積極的に受け入れることができたことが、症状改善の大きな効果として表れた。

カウンセリングを半年続け、徐々に日常でも5歳児まで戻ることが増えてきた。その回復ぶりに何か大きなきっかけがあれば、一気に退行現象が改善するのではないかという判断があった。4月には母親が職場復帰することが決まっていること、6年生になること2点をそのポイントにしようとしてカウンセラーと母親が相談し、タイミングを見て児童に伝え、4月を一つのターニングポイントとした。

母親は、4月仕事復帰を大きな不安を持って迎えたが、カウンセラーからの「4月から6年生になる」「お母さんは仕事に戻る」というきっかけが、児童の中で大きな切り替えとなったようである。周囲を驚かせるほど症状が改善し、退行現象がほとんど見られなくなった。中学入学をきっかけにカウンセリングを終了した。

## 事例14

震災行事中に被災時のことが思いだされ、混乱した中学1年生

学年等：中学校1年生女子

時期：3年後

平成10年ごろ、被害の比較的小さかった学校の震災行事で、阪神・淡路大震災の様子を知らせるため、ビルや高速道路の倒壊場面や、街の火災の映像を体育館で見せた。その際、本女子生徒は火災の場面でパニックを起こし、体を振るわせ泣き始めた。周りの子もなぜ急に泣き始めたのかわからず、戸惑っている様子だった。

この女子生徒は、小学校4年生の時に阪神・淡路大震災で家を全焼した。その後、被害が少なかった地域の小学校に転校し、中学校へ進学した。本人は、普段は明るく活発な生徒で、クラスではリーダー的な存在で、担任からも信頼されていた。中学校では、この生徒の家が全焼した経緯があることを把握できていなかった。

パニックを起こしたとき、すぐに体育館から相談室に移動させ、本人が落ち着くのを待ち、担任と養護教諭の2人で話を聞いた。「震災の時、自分の家が燃えていくのを見た怖さやつらかったことを、もう忘れていたと思っていたが、思い出してしまった」と語り始めた。学校では震災の話をする場面があまりなく、忘れていたが、映像を見たことで怖い思いをしたことを思い出したようだった。「怖かったね」「つらかったね」「不安だったね」と当時の気持ちを共感する言葉を掛けた。

その後、担任が家庭に連絡して、被災状況について詳しく話を聞き、以後連絡を密にしていった。その子が被災体験を話すことはなかったが、養護教諭は、いつでも保健室に来てもよいという姿勢を見せながら声掛けや気配りを続けていった。

翌年の震災行事は内容に配慮し、単に災害の映像を見せるものではなく、人と人との絆など、心に訴える内容を中心にしていった。そして、事前に内容を本人に知らせ、参加するかどうかを本人に決めさせることにした。震災行事への抵抗感がないかと不安もあったが、本人が「行事に参加したい」と述べたので、保護者へ伝え、行事への参加を決めた。本人は行事に参加したが、途中で精神的に不安定になることもなかった。その後も、学校生活で不安定になることもなく、リーダーシップを発揮して生き生きと活動していた。

学年等：小学生

時期：1年後～毎年

阪神・淡路大震災による芦屋市の被害状況は死者440名、全壊家屋4,722軒という甚大なものであった。そのうち、幼稚園から高等学校までの園児、児童、生徒の死者は22名、家族を亡くした児童生徒は21名であった。また、家が全壊したり、友人や知人を亡くしたりした子どもたちは相当数に上った。震災後、仮設住宅に移り、校区外から通学する児童も多数いた。市内全小中学校の校舎が被害を受け、市立の中学、高校と2小学校には、運動場の一部や学習園に仮設住宅が設置された。被害の大小にかかわらず、多くの子どもたちが震災により何らかの精神的肉体的に苦痛を受けていた。

「1. 17」を記憶し、語り継ぐことで子どもたちの心のケアの一助とするため、またその後は、子どもたちの状況を見極めながら、「知る」「伝える」ことを中心として、本校で追悼式を継続して取り行ってきた。

震災後1年目から数年後までの追悼式では「被災から復興に向けて」をテーマとして、亡くなった方たちへの喪失感を受け止めながら語り合うことを目的に追悼式を構成した。失ったものに対する思いと、これから復興していく前向きな思いを双方尊重しながら地域の人たちと協同で企画していった。また、追悼式を学校全体で作り上げるという意識を持ち、6年生が1年生と一緒に折鶴、献花作りをして亡くなった方たちへのメッセージを書いたり、追悼式の司会を児童会役員が進めたりするなど子どもたちが自分たちで企画する場面をつくっていった。

震災後数年経過したころから「語り継ぐ、伝える」をテーマとして、震災を知らない児童生徒にも、過去の事実を知り、自分たちの生活、生き方を見つめなおす機会とした。そのために、被害の差による震災への意識の変化を把握できるよう、学校全体の意識調査（アンケート等）をし、追悼式のあり方を実態に合わせていった。具体的な内容としては、講演会や震災から得た教訓を生かすために地域、学校がどんな工夫をしているか調べ、伝えあう防災学習発表会等を行った。また、地域と連携した総合防災訓練として、バケツリレー、応急処置法、防災倉庫見学、防災貯水槽見学、煙ハウス体験、消火器体験等を消防署指導によって行った。

その追悼式も10年目を迎えるころには、転入生も多く、記憶にとどめている子どもも少なくなってきた。そこで、従来は教師が中心になって企画し実施してきた追悼式を子どもたちの手で実施する活動を通して、より命についての学習を深めたいという願いから、総合的な学習の時間の中で子どもたちが取り組むこととなった。その中で、6年生の児童は当時の様子を振り返ったり、被災した人の手記を読んだりしながら地震について学習し、低学年の児童に追悼式の意味や地震の恐ろしさについて伝えていった。

また、震災の経験や教訓をいつまでも伝えていけるように、学校便りやWeb等で地域に呼びかけて震災に関する資料を集めるとともに記録集や文集を作成し、学校内の教室を利用して保存、展示し、防災教育学習室として活用している。

## 資料 芦屋市の小学校の震災13周年追悼式（平成20年1月17日）

### 6年生代表のこぼ「震災のことを学んで」

私の友だちのなかには、おじいちゃんやおばあちゃん、兄弟を亡くしてしまった人がたくさんいます。私が知らない人でも親せきなどをなくしている人がたくさんいると思います。

でも、この大震災で失うことだけではなく、この大震災があったからこそ、今に生きる私たちは、生きる上で本当に大切なものを得たと思います。それは、生きる力です。たとえば、今何気なく学校に通い、友だちと遊び、授業を受けていますが、阪神大震災ではその何気ない瞬間に、あっという間にたくさんの命をうばい、街を壊してしまったのです。今生きることが決して当たり前のことではないのです。

多くの人たちが壊されてしまった街を修復し、私たちの生活を取り戻してくれました。そして、今の大切さを教えてくれる人たちのおかげで、今の私は生きているのだと思います。

私は、この感謝する心を忘れず、一日一日を精一杯生きていくことを目標に生活していきたいと思っています。



震災のことを学んで（6年生代表）

毎年地域の人も招いて追悼式を行います。6年生が5年生に自分たちの小学校、地域で起こったことを語り、伝え続けています。



祈りの碑

亡くなった児童、入学するはずだった園児の遺影に児童が作った千羽鶴・献花等を捧げ、碑の前で追悼式を行いました。

この追悼式を前に私たち6年生は、5年生に伝える「語りつぐ会」を行いました。そのために、ゲストティーチャーのお話を聞いたり、自分たちで調べたりし、今まで以上に震災について知ることができました。その中で私が一番強く感じたことは、人は温かいということでした。小学校に届いたたくさんの手紙を読んでいると、被災者の方を心配し、応援する言葉が多く書かれており、大きな心の支えになったと思いました。

また、その年の卒業式を校庭にテントを張っていたと聞いたときも、たった1日のためにたくさんの時間と労力をかけて、少しでも寒くないところで卒業式をさせてあげたい、と思った人たちの気持ちが伝わってきました。

私たちは悲しみを乗り越えて復興のためにがんばってこられたたくさんの人たちのおかげで、今、安心して生活できています。私はそのことを忘れずに、今自分の目の前にあることをしっかりやっていきたいです。そして、周りにいる人を大切にして、一緒にいて楽しいと思ってもらえるような温かい人になりたいと思っています。

## 事例16

### 震災後1年が経って、地元での祭りを企画した学校

学年等：小学校高学年生

時期：1年後～

本校では、校区の中心地が平成7年の阪神・淡路大震災によって壊滅した。震災後1年経ったが、復興はなかなか進まなかった。子どもたちを元気にするためにゴールデンウィークの1日を使って、学校を会場に地区の祭りを開催した。多くの人が集まり、子どもたちは本当に楽しい一日を過ごした。それは自分たちだけの成長ではなく他校へも影響を与え、まさしく元気が出るイベントであった。

このイベントがよほど楽しかったらしく、しばらくは児童の話題によくなっていた。そんな中、児童会役員から「お客様ではなく、自分たちの手で大人たちと同じようにやってみたい」という声が上がった。学校としても、計画・運営の全てを児童会の手に乗せることとした。

児童は「みんな元気になる児童会の祭りにする」「模擬店を中心にしたイベントにする」ことを決めた。児童会主催ということで、子どもたちをどう支援するかが大変だった。計画の大枠と店の計画案までは示す必要があった。考えさせることによって、子どもたちの動きが活性化し始めた。全校生が夢中になって取り組んだ。本当に楽しそうだった。子どもたちには「児童会主催なのだから、自分たちの手で運営しなさい」といつも言っていた。教職員の間では「見守る姿勢を貫こう」と共通理解をして進めた。

開会式から始まり、各班の模擬店回りへと進むころ、祭りは最高潮になった。見事に成功し、学校の雰囲気明るくなった。保護者にも大好評であった。子どもたちに元気を出させ、十数年続く名物イベントになり、町内の各校にもこのイベントが広がり、各校独自の児童会の祭りとして今も息づいている。

## 被災から1年以上経過してからの心のケアや、被災を語り継ぐことについて

震災の影響も時間の経過とともに、目に見えない形に変わっていく。水面下に影響を残しながら平穏に生活していても、何かのきっかけで個人に残されている影響が顕在化することもある。震災後数年は、そのような場面がいつでも起るうることを念頭におき、子どもたちに接する必要がある。そして、そのようなことが起こった場合、事例12に示されているようなポイントを念頭に、子どもたちへの支援をしていくことが求められる。震災後10年以上を経過すると、子どもたちの心配される状態が震災の影響によるものかどうか判断するのが難しくなる。しかし、子どもの状況をよく見ていくと、住宅、経済状況の激変が改善できないまま、子育てをしてきたため、子どもに向き合う時間を十分にとることができず、それが情緒不安、学力不振を招いている場合などがある。このような場合、心を安定させるカウンセリングや学習支援が求められる。

震災の教訓を語り継ぐ行事については、事例15に示されている内容とともに「幸せ運べるように」の合唱など、1つの曲を毎年歌い継ぐ取組、「豚汁の炊き出し」なども取り入れてはどうか。合唱が震災学習のシンボル、炊き出しは当時の状況を体感することになり、記憶に残る行事内容となる。

また、震災学習をすすめていくと「命の大切さ」に向き合うことになる。事例18のボランティア活動はその面からの取組であるが、自分が生まれたころの様子を家族と語り合う取組もよいのではないか。特に、震災時に乳児期を過ごした子どもたちは、家族が育児のために大変苦労している場合が多い。自分が大切に育てられてきたことを知ることは、自他の「命」について考えるよい機会になると考える。

(元心のケア担当教員 柚木 晃)

### しあわせ運べるように

作詞 白井 真  
作曲

①地震にも負けない強い心をもって  
亡くなった方々の分も  
毎日を大切に生きてゆこう  
傷ついた神戸を元の姿にもどそう  
支え合う心と明日への希望を胸に  
響きわたればくたちの歌  
生まれ変わる神戸の街に  
届けたいわたしたちの歌  
しあわせ運べるように

②地震にも負けない強い絆をつくり  
亡くなった方々の分も  
毎日を大切に生きてゆこう  
傷ついた神戸を元の姿にもどそう  
やさしい春の光のような未来を夢み  
響きわたればくたちの歌  
生まれ変わる神戸の街に  
届けたいわたしたちの歌  
しあわせ運べるように  
響きわたればくたちの歌  
生まれ変わる神戸の街に  
届けたいわたしたちの歌  
しあわせ運べるように  
届けたいわたしたちの歌  
しあわせ運べるように

## 事例17

### 万が一の災害に備え、冷静に対応できる態度を養う防災学習

学年等：小学校4年生

災害は突然起こり、命が危険にさらされ、家や学校を壊して生活を変えてしまう。そのようなときに抱く恐怖や不安、緊張などの気持ちを和らげるための術を平素から身に付けることをねらいとした防災学習を「1. 17を忘れない」と題して実施した。

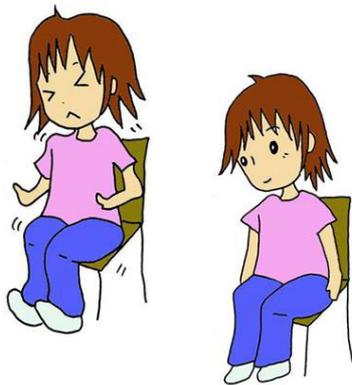
授業では、被災地の映像を見せた後、突然の災害にあえばどのような気持ちになるのかを話し合った。予想もできない場面に遭遇すれば、人は判断に困り、動揺してしまうことを理解させた。慌ててしまうことは当たり前だが、そのようなときに落ち着いた判断が命を守ることを気付かせていった。また、生活の中で緊張や不安を強く感じてしまう場面においても、有効な心を落ち着ける方法を考えてみた。その例として、ゆっくり呼吸することや、音楽を聴くこと等が考えられることを演習を通して学ばせた。

なお、授業の中で、災害のことを想起させるために被災時の映像を使用するため、事前に被災体験の有無や程度などについて調査をした。

#### (参考) 心身をリラックスさせる方法の例

##### 1 腹式呼吸によるリラックス法

- ① いすに座り、へそ下10センチに軽く手のひらを当てる。
- ② できるだけゆっくりと肺の中の空気を出し切る。  
(イライラや疲れが身体の外に出ていくイメージで息を吐く)
- ③ 腹に貯めるようにゆっくり息を吸う。
- ④ ②～③を5～6回繰り返す。



##### 2 動作によるリラックス法

- ① いすに座って楽な姿勢をとる。
- ② 両手首に力を入れて曲げ、力を抜く。足首も同様にする。
- ③ 上体、背や肩、腰と尻に力を入れ、その後力を抜く。
- ④ 眼を固く閉じ、歯を噛み締め、その後力を抜く。
- ⑤ 手首・足首・上体・腰と尻・眼と歯の順に身体全部に力を入れる。
- ⑥ 最後に力を入れた方から、力を入れたのと逆の順序で力を抜く。

##### 3 同性同士で二人一組になって行うリラックス法

- ① 前に座る者の肩に、後ろの者が優しく手を置き、軽く肩を揉む。
- ② 後ろの者は、ゆっくりと手を離す。
- ③ 感想を言って、交替をする。



## 事例18

### いのちの大切さを実感させ、共生の心を育む兵庫の防災教育

学年等：高校生

震災によって多くの生徒が自宅の倒壊等により住む家を失ってしまった。

そのような中で、学校の教育活動で人と人とのつながりの大切さ、「いのち」を尊重する活動が大切だということを職員全体で共通認識し、様々な見直しを行った。

選択授業では福祉を設け、高齢者との交流を通して人のいのち、自分のいのちについて学んだ。生徒会活動では全国で初めて高校生による盲導犬普及支援活動（活動を始めた生徒は社会人になっても続けている）や、部活動においても、箏曲部が老人福祉施設で演奏活動を続けたり、ボランティア同好会が国際的なインターアクトクラブに加入するなど、学校全体でいろいろな場面で「いのち」の学習に取り組んだ。また、様々な活動を通して得た体験を、高校生が小学生に「いのち」の大切さを伝えていく取組を進めた。

ボランティア活動を行うにあたり事前学習を行った。また、ボランティアの受け入れに向けての事前調整を市社会福祉協議会等と緊密に行った。実習では、生徒がうまくできないこともあるが、そこから生徒にどうすべきだったかを考えさせたいことについて、訪問先の理解を得るようにした。

生徒たちは、これらの活動に関わっていく中で、生き物の命についても、決して自分の力だけでは支えられないものであることを学んでいった。その後、学校全体として近くの作業所との交流活動、特別支援学校との交流が盛んになり、文化祭や普段の授業においても「いのち」を尊重する様々な教育活動が展開されていった。

いのちの大切さを実感させ、共生の心を育む「兵庫の防災教育」としてはどのような内容が考えられるか。

### 事例のポイント

#### ① 人間としての在り方生き方を考えさせる「兵庫の防災教育」の推進を図る。

学校においてもボランティアの理念等についての学習機会の充実に努めるとともに「共に生きる」社会づくりに向け、ボランティア活動等に主体的に参加できるような場や機会の充実に努め、児童生徒のボランティア精神の涵養に努めることが重要である。その中で、すべての人が助け合い、支え合って生きることのすばらしさや思いやりの心の大切さなどだけでなく、人間としての在り方生き方や市民社会の基本的ルールなどについても考える機会とすることが大切である。

また、事例17にあるように、万が一に備えて平素から不安や心配が大きなストレスを生み心身に影響を及ぼすことを理解させ、ストレスの解消方法等を正しく身に付けさせることも考えられる。

さらに、事例15にあるように、追悼行事等を通して、改めて犠牲者の方々を偲び、哀悼の意を捧げるとともに震災後の街の復興をたどり、震災で得た貴重な教訓を忘れることなく次の世代に引き継ぎいでいくことは大切である。その際、被災直後と数年後では追悼式の目的が変化していくことにも留意して内容を企画することも考えられる。

## 本冊子の事例に関わる災害

### 阪神・淡路大震災

平成7年1月17日5時46分、淡路島北部の北緯34度36分、東経135度02分、深さ16kmを震源とするマグニチュード7.3の地震が発生した。この地震により、神戸と洲本で震度6を観測したほか、豊岡、彦根、京都で震度5、大阪、姫路、和歌山などで震度4を観測するなど、東北から九州にかけて広い範囲で有感となった。また、この地震の発生直後に行った気象庁地震機動観測班による被害状況調査の結果、神戸市の一部の地域等において震度7であったことがわかった。

(兵庫県内の被害状況：平成18年5月19日確定)

死者数	6,402人
行方不明者数	3人
負傷者数	40,092人
住宅被害	538,767棟
焼損棟数	7,534棟
避難者数(ピーク時)	316,678人

阪神・淡路大震災の被害確定について(平成18年5月19日消防庁確定)

### 台風第23号災害

平成16年10月20日13時ごろ高知県土佐清水市に上陸した台風第23号は、淡路島の南を通り、紀伊水道を経て18時前に大阪府泉佐野市付近に再上陸した。上陸後、日本列島をほぼ東西に縦断し、房総半島から太平洋に出て、21日9時に温帯低気圧に変わった。

兵庫県では、淡路地域で20日午前9時ごろから20mm/h程度の強い雨が降りはじめ、14:00～17:00の3時間に、70mm/hをこえる非常に激しい雨が南から北へ移動した。一方、但馬地域では、13時ごろから20mm/h程度の強い雨が一部の地域で降りはじめ、15:00～19:00の4時間にわたり30～50mm/hの激しい雨が広範囲に降った。

(兵庫県内の被害状況：平成17年10月1日現在)

死者数	26人
負傷者数	135人
住宅被害(損壊)	9,431棟
住宅被害(浸水)	10,803棟
避難者数(ピーク時)	8,439人

台風23号災害検証報告書(兵庫県台風第23号災害検証委員会 平成17年12月)

### 台風第9号災害

平成21年8月8日9時に日本の南海上で発生した熱帯低気圧は、発達しながら北西に進み、8月9日15時に同海域で台風9号となった。台風第9号は四国沖をゆっくり北に進み、台風周辺の湿った空気と太平洋高気圧の縁辺からの湿った空気が重なり西日本に流れ込んだ。このため、兵庫県では大気の状態が不安定となり、9日の夜には佐用郡佐用町、宍粟市、朝来市などでは猛烈な雨が降り、佐用郡佐用町では総雨量が300mmを越える大雨となった。

(兵庫県内の被害状況：平成22年3月5日現在)

死者数	20人
行方不明者数	2人
負傷者数	7人
住宅被害(損壊)	1,111棟
住宅被害(浸水)	1,829棟
避難者数(ピーク時)	5,086人

平成21年台風第9号災害検証報告書(兵庫県台風第9号災害検証委員会 平成22年8月)

阪神・淡路大震災の影響により心の健康について教育的配慮を必要とする児童生徒数の推移

小・中学校に在籍する要配慮児童生徒の数は、平成10年度の4,106名をピークに、全学年において着実に減少していき、平成21年度には74名となった。



[各年度7月1日現在 単位:人]

年度区分	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
小学生	1830	2154	2426	2394	2060	1903	1429	976	556	275	89			
中学生	1982	1935	1680	1711	1332	1239	1120	932	781	533	403	341	169	74
合計	3812	4089	4106	4105	3392	3142	2549	1908	1337	808	492	341	169	74
増減		277	17	-1	-713	-250	-593	-641	-571	-529	-316	-151	-172	-95

震災直後から続く「震災の恐怖によるストレス」に、恒久住宅である復興住宅への転居などの「住宅環境の変化」や「通学状況の変化」が加わってピークとなったが、14年が経過し、調査対象生徒数の0.15%にあたる74名にまで減少した。（ピークは平成11年の0.82%）

大きな災害であったため、児童生徒への影響が大きく、阪神・淡路大震災に係る心のケア担当教員（平成16年度までは教育復興担当教員。以下「心のケア担当教員等」とする。）を中心とする教員が、さまざまな教育活動を通じて児童生徒の内面を把握し個別に関わっていったが、全学年において概ね減少し、小・中学校に在籍する要配慮児童生徒数がはっきり減少に転じるまでには5年の歳月が必要であった。

【災害時等の「児童生徒の心のケアに係る研修プログラム」検討委員会】

(検討委員)

伊藤 進二 芦屋市立浜風小学校校長  
大谷 誠 県立芦屋国際中等教育学校教諭  
加藤 寛 兵庫県こころのケアセンター副センター長兼研究部長  
神田 英幸 兵庫教育文化研究所副所長  
杉村 省吾 武庫川女子大学教授  
田原 和裕 神戸市教育委員会指導主事  
馬殿 禮子 関西国際大学教授  
柚木 晃 神戸市立井吹台中学校主幹教諭 ※名簿は五十音順

(作成委員)

早田 景子 神戸市立南五葉小学校養護教諭  
東田 和也 神戸市立西須磨小学校教諭  
伊藤 玲子 神戸市立大池小学校主幹教諭  
垣内あゆみ 芦屋市立潮見小学校教諭  
三村 理加 姫路市立飾磨小学校養護教諭  
坂本 和宏 香美町立兔塚小学校教諭  
岸本 伸明 淡路市立北淡小学校主幹教諭  
立野 亮 神戸市立太山寺中学校教諭  
皆木 紀子 神戸市立桜が丘中学校養護教諭  
谷 哲一 佐用町立佐用中学校教諭  
井上 勇 県立明石西高等学校教諭  
山野 郁子 県立高等特別支援学校養護教諭  
三村 誠 播磨西教育事務所防災教育専門推進員  
長井 博史 丹波教育事務所防災教育専門推進員  
武岡 和彦 淡路教育事務所防災教育専門推進員

(事務局)

中安 史明 県教育委員会教育企画課長  
小山 智久 県教育委員会教育企画課副課長  
西村 直己 県教育委員会教育企画課防災・情報教育係主任指導主事兼係長  
野口 博史 県教育委員会教育企画課防災・情報教育係主任指導主事

災害を受けた子どもたちの心の理解とケア 研修資料

平成23年3月31日 発行

発 行 兵庫県教育委員会

この冊子は、阪神・淡路大震災復興基金を活用して、兵庫県教育委員会等  
が作成したものです。

