TOHOKU
UNIVERSITY

東北大学大学院教育学研究科 震災子ども支援室 “S-チル”

シンポジウム報告書

東日本大震災後の子どもたちへの支援

～心理士からみた震災～

震災子ども支援室は、ある個人の年1200万円10年間の寄附を原資とし、
その他多くの方々の寄附をいただいて活動しています。

令和2年2月

東北大学大学院教育学研究科
震災子ども支援室 “S-チル”

震災子ども支援室“S-チル”
シンポジウム報告書

東日本大震災後の子どもたちへの支援

～心理士からみた震災～

令和２年２月

東北大学大学院教育学研究科
震災子ども支援室“S-チル”

目　　次

1. 開会の辞 …… 1
東北大学大学院教育学研究科長・教育学部長　八鍬 友広

2. 心理士が心に留めてきたこと …… 3
東北大学大学院教育学研究科震災子ども支援室長　加藤 道代

3. 報告Ⅰ …… 5
活動を通して子どもの変化から感じること
社会福祉法人大洋会　児童家庭支援センター大洋　支援相談員兼心理療法士
（臨床発達心理士）　大和田 綾子 氏

4. 報告Ⅱ ……15
震災後の乳幼児健診における心理支援活動
仙台市児童相談所保護支援課　親子こころの相談室他
（公認心理師・臨床心理士）　二井 奏子 氏

5. 報告Ⅲ ……27
東日本大震災発生後から現在までの、子どもたちへの支援を通して
得られた気づき ～現地のスクールカウンセラーの立場から～
宮城県スクールカウンセラー他
（公認心理師・臨床心理士・家族相談士）　鈴木 正貴 氏

6. 質疑応答 ……38

7. アンケート結果 ……47

開会の辞

東北大学大学院教育学研究科長の八鍬と申します。

本日は、三連休中にもかかわらず足をお運びいただきまして、誠にありがとうございます。東北大学はこの連休明けの25日から入学試験ということで、黄色い線などがいろいろ張っておりまして物々しい雰囲気で大変申し訳ない次第でございますけれども、ようこそ東北大学へおいでいただきました。感謝申し上げます。

既にご承知のことではありますけれども、震災子ども支援室“S-チル”は2011年の震災以来足掛けいよいよ10年目ということになりました。この間、“S-チル”のSは何かということをよく聞かれましたが、それは、「子どもたちの健やかな成長と幸せを支える」ために、Sをいっぱい使っているということです。

継続的にこのような事業が続けてこられましたのは、本日ご出席いただきました皆様の支え、それから、ご寄附をいただいた方の篤志によるものでございます。

本日は3名の先生方に講師をお願いいたしまして、充実したシンポジウムとなると確信をしております。ぜひ皆様には今回、または今後とも継続的にご参加及びご協力をお願いする次第でございます。本日はどうもありがとうございました。

東北大学大学院教育学研究科長・教育学部長
八鍬 友広

心理士が心に留めてきたこと

令和になって初めての年にも、大災害はやってきました。9月の台風15号、10月の台風19号、そして21号と、日本列島は豪雨被害にみまわれました。記録的豪雨と河川の浸水被害が繰り返された地域もありました。大水害が町を襲い、人々の生活の全てを飲み尽くしてしまう様に、またしても心の中で脆くも崩されていくものを感じずにはいられませんでした。被害に遭われた方々に、心よりお見舞い申し上げます。一日も早く心穏やかな日々がやってくることを願うばかりです。

事件や事故、災害など、こころに大きなストレスのかかる局面に、心理士がかかわることが多くなっています。東日本大震災の後にも、多くの心理士が支援に携わってきました。

所属や立場の違いはあるとしても、またそれぞれのアプローチには違いがあるとしても、心理士が目を向けるもの、心に留めるものには共通のものがあるように思います。それぞれの場で心理士は何を感じながら、どのように被災地で活動してきたのでしょうか。

今回のシンポジウムでは、震災後から現在まで、被災地の子どもとその保護者、あるいは支援者に対応してこられた3名の心理士の方々をお迎えしました。児童家庭支援センターの心理士である大和田さんは、震災後、様々な外部からの刺激に揺さぶられながらも、人のつながりに力を借り、力を尽くしてこられました。そして今、「“人事異動があっても天災があっても機能する地域資源”との関係は、通常からの連携体制の中にある」と私たちに教えてくれます。被災自治体の乳幼児健診の心理士を務めてこられた二井さんは、その地で働く（働いてきた）人たちの中に、自分をどのように組み込んでいくのかということを繰り返し考えてこられました。そしてそれは、自分の中にある“構え”を見つめ直すことと伝えてくれました。被災地のスクールカウンセラーとして勤務されてきた鈴木さんは、出来ないことに気づき、出来ることを探しながら、少しでも生徒のための支援となる方法を模索し、その場に馴染むまでに「3、4年」とお答えになります。3名の心理士の方々の土台には、時間をかけて、石をひとつひとつ積み上げるように作られた“実感”があることを感じました。それは、“見て、聞いて、考えて、行動して、振り返って、実感する”ことを繰り返しながら、出来ることを見つけていく粘り強い支援の姿だと思います。

今からでも、どのような場に身をおいていても、そしてわずかずつであっても、自分の活動の中に活かしていきたいと思ったシンポジウムとなりました。現在、日本のみならず、全世界が、新型コロナウイルス感染の脅威に直面しています。なおさら日常を大事にして、出来ることを続けていきたいと思います。

令和2年6月

震災子ども支援室“S-チル”室長
加藤 道代

報告Ⅰ

活動を通して子どもの変化から感じること

大和田（おおわだ） 綾子（あやこ） 氏

講師プロフィール

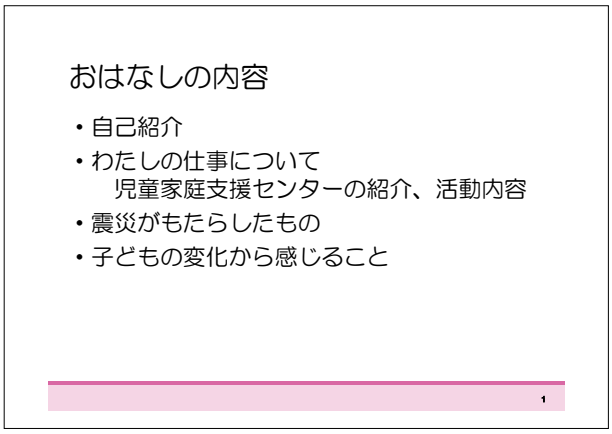
〈資格〉臨床発達心理士
〈所属〉社会福祉法人大洋会 児童家庭支援センター大洋
支援相談員兼心理療法士

本日の内容

皆さん、こんにちは。社会福祉法人大洋会 児童家庭支援センター大洋（以下、児家セン大洋）で、支援相談員兼心理療法士として働いております、大和田綾子と申します。

本日のご報告は、「活動を通して子どもの変化から感じること」と題しましたが、私たちの児童家庭支援センター（以下、児家セン）の活動は震災に特化して活動している場所ではありません。震災前から地元にもともとあった資源のひとつで、岩手県大船渡市を拠点にしながら、お隣の陸前高田市と住田町を活動拠点にしている小さな施設です。私はそこで働きながら、震災後も、様々なお子さんや親御さんとお会いしました。主観的な内容になってしまうかもしれませんが、お話しをさせていただきます。

本日の流れをご説明します。まず、自己紹介をします。次に、私の仕事、また、児家センをご存じない方もいらっしゃるかと思いますので、そのご紹介をします。それから私たちのセンターの活動内容についてお伝えし、震災前後の様子、またこれまでの子どもたちとの関わりの中で感じたことについての順にお話ししていきたいと思います。

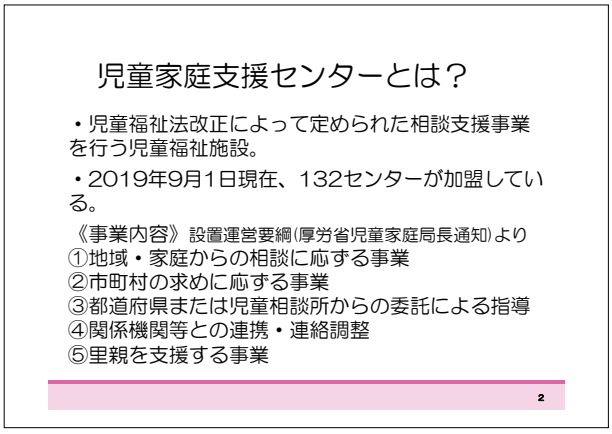


では、最初に、自己紹介をします。青森県出身です。大学入学を機に岩手県に来ましたので、青森県と岩手県で過ごした年月が今、だいたい人生の半々くらいになったところです。

大学卒業後、現在所属している法人の児童養護施設に配属になり、心理療法士として7年間働きました。平成22年4月に今、働いている児家センに異動になり、陸前高田市の担当になりました。それから1年が経とうとしていた平成23年3月11日に東日本大震災に遭いました。

Ⅰ．児童家庭支援センターの概要

児家センをあまりご存じない方も多いかと思いますので、簡単にご説明しますと、児童福祉法改正によって定められた相談支援事業を行う児童福祉施設です。



全国児童家庭支援センター協議会には現在、私たちのセンターを含め計132のセンターが加入しています。青森県内に1ヶ所、

岩手県内には大船渡の１ヶ所、宮城県には気仙沼市に１ヶ所、山形県内に２ヶ所、今年度、福島県内に２ヶ所できましたので、東北には合計７つのセンターがあります。

事業内容は、①地域・家庭からの相談に応じる事業、②市町村の求めに応じる事業、③都道府県または児童相談所からの委託による指導、④関係機関との連携・連絡調整、⑤里親を支援する事業の５つです。どのセンターも地域のニーズに合った活動をされていますので、各センターによっていろいろな形態があるかと思います。

Ⅱ．児童家庭支援センター大洋について

１．概要

児家セン大洋は、平成13年８月に開所しました。最初は、所長と相談員と心理療法士の男性３名でスタートしました。私は平成14年４月に所属の法人に入職しましたが、当時は、本当に出来たてほやほやの状態でした。

現在の体制は、所長は１名で本体の児童養護施設の園長が兼任しています。その他に、心理療法士と相談員が各１名ずつ、支援相談員兼心理療法士が２名おりますので、所長を含めて計５名、実働４名の状況です。

児童家庭支援センター大洋

- H.13.8月開所
  所長、相談員、心理療法士の３名でスタート
  ↓
  所長（児童養護施設園長が兼務）、
  心理療法士１名、相談員１名、
  支援相談員兼心理療法士２名　　計５名
- **対象地域**：大船渡市、陸前高田市、住田町
  心理職が地域担当となり、相談窓口に

3

対象地域は、大船渡市と陸前高田市、住田町です。「気仙地域」と呼ぶこともありますが、岩手県の沿岸南部という括りになるかと思います。その中でも、２市１町という狭い地域になります。気仙地域で事業をされているところは、だいたいこの２市１町を対象にして活動されている施設が多いです。

児家セン大洋では、心理療法士という肩書ではありますが、相談の対応もしますので、心理職３名が２市１町のそれぞれの相談担当窓口となって活動しています。

２．相談方法及び相談内容、活動内容

相談方法は、電話、来所、訪問ですが、地域柄、相談の大半は訪問対応です。

相談の内容や活動については、先ほどの事業内容のご紹介でもご説明しました通り、１番は、ご家族からの相談です。ご本人からの相談もありますが、内容は、子どもの発達や養育、大人が子どもへの対応で困っていることへの対処方法のご相談などです。不登校に関するご相談もあります。

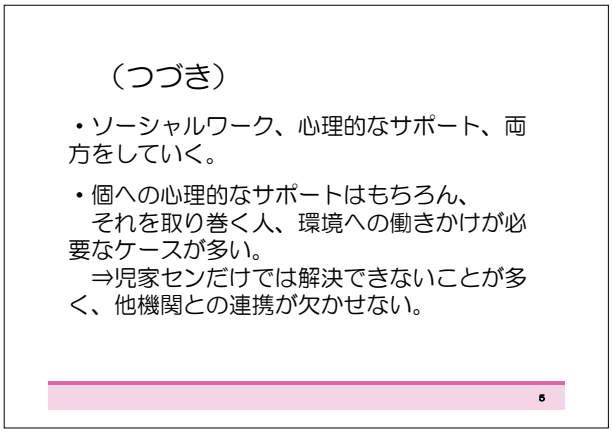
児童家庭支援センター大洋

- **相談方法**：電話、来所、訪問
  →地域柄、訪問に力を入れている
- **相談内容、活動内容**：
  ご家族からの相談
  …発達、養育（対応、対処）、不登校など
  市町からの求め
  …健診時の相談対応、児童発達支援事業の補助
  検査依頼、保育所訪問の同行など
  他機関連携
  …各種会議・連絡会や、要対協への参加など

4

市や町からの求めとしては、例えば健診時の相談対応のお手伝いや児童発達支援事業、療育教室に関することが挙げられます。心

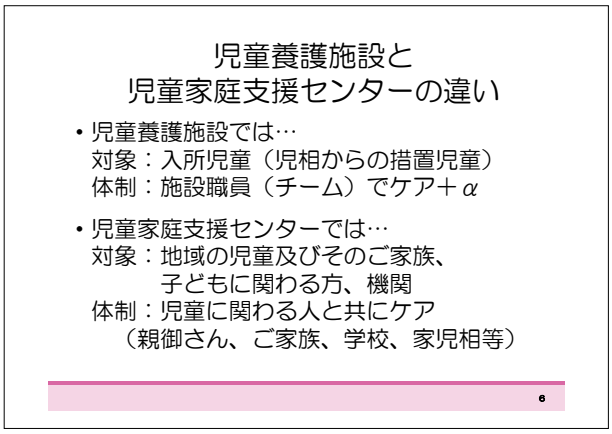
理士を派遣して子どもさんの見立てを行ったり、コンサルテーションをしたりしています。その他には、検査の依頼もあります。各自治体に、就学指導委員会、教育支援委員会といった名称のものがあるかと思いますが、そうしたところから検査の依頼や、調査員としての依頼をいただいています。保育所への訪問に同行することもあります。他機関との連携に関しては、各種会議や連絡会、要保護児童対策地域協議会への参加も行っています。ですので、ソーシャルワークと心理的なサポートの両方を行っている施設となっています。



子どもたちへの心理的なサポートはもちろん、子どもたちを取り巻く人や環境への働きかけが必要なケースがとても多くあります。例えば、不登校のお子さんへの支援ですと、お子さんから直接お話を聞いても、それだけで改善するということは非常に難しいので、周りの方々の力をお借りしながらケースを進めています。ですので、児童家庭センターだけでは解決できないことが多く、他機関との連携は欠かせません。

Ⅲ．児童養護施設と児童家庭支援センターの違い

児童養護施設と児家センの違いについて、お話しします。先ほど少しお話ししましたが、児童養護施設の対象は入所児童ですので、児童相談所から措置をされてきた児童に対して施設の職員がチームでケアをしています。



スライドに記した「＋α」について、ご説明します。おそらく他の施設でもあることかと思いますが、我々の本体施設である大洋学園は、地域の行事に参加させていただいており、地域の大人の方々も、子どもたちに対して親しい関係で接して下さっています。お聞きになられたことはあまりないかと思いますが、大船渡市内には「五年祭」という４年に１回の地域のお祭り行事があり、学園の子どもたちも踊り手として参加したり、職員も踊りや笛など、何らかの役割で参加したりしています。他にも、年に１回、町民運動会があります。地域全体の子どもは少なくなってきていますが、大洋学園には子どもがいつもたくさんいますので、他の地域から、「ちょっと力を貸してくれない？」と言われて派遣することもあります。ですので、大洋学園は、子どもたちが職員のサポートだけではなく、プラス地域の方からもサポートされながら生活している施設となっています。

一方、児家センの対象は、地域の児童とそのご家族です。その他に、そうした子どもたちに関わる方々、例えば民生委員や主任児童委員、スクールガードの方もいらっしゃいます。

家庭児童相談員さんからのご相談もあります。ですので、体制としては、児童に関わる方々と一緒にケアをさせていただいています。当然ながら、親御さんのご協力も必要になりますので、そこに関しては、こちらでも丁寧に対応しています。

Ⅳ．震災の前後

1．震災前

震災前…

・異動後の業務に慣れることに必死
実務
場所／どこに何がある？、所要時間は？
機関、地元資源／
何をする場所か、どんな役割なのか
人／市福祉相談員、市教委指導主事、
関係機関の窓口となる人
★どの機関（人）が何をする場所（役割）か
⇒地域の方に助けられ、育てられた。

7

震災が発生したのは、児家センに異動になって１年も経たない頃でした。それまで、私は新しい業務に慣れるために必死でした。実務的なことはもちろん、そもそも児童養護施設の中でしか働いたことがありませんでしたし、他県出身の私が、誰も私のことを知らない地域に出向いて何ができるのかも考えながら、仕事に慣れるのに本当に必死でした。どこに何があるのか、時間がどのくらいかかるのか、といった地理的なことに関しても、出歩いてみないと分かりませんでした。

その他、機関、地元資源に関しても、どこに何があるかはもちろん、そこが何をする場所なのか、どのような役割の人がいるかといったことを把握する必要もありました。さらに、そこで働いている人や窓口の人を紹介していただいて繋いでもらい、「必要な時にはこの人に言えばいいんだ」ということを覚えながら回って歩いた１年目でした。このような感じでしたので、地域の方に大変助けられ、育てられた１年目でした。これに関しては、現在でも、地域の方に支えられて今があると感じています。

2．震災後

震災後…

・基本的な活動の内容は変わらない
・発災当初は、市内の他施設（避難所、障がい者施設）や陸前高田（避難所内各所）へ
・陸前高田では、他県から多職種の方が応援で出入りしていた（医療、保健師、福祉など）
→心のケアチーム（複数都県からの精神科、児童精神科で構成）に入れてもらう
各チームの入れ替えごとにつなぎの役割
ケアが必要な子どもの把握

8

震災後も、基本的な活動内容は変わりませんでした。地域のお子さん、あるいはご家族、地域の方からのご相談に乗るという活動は同じでした。ただ、発災当初には、市内の避難所や障害者施設に行きました。大人の方への心のケアというと大げさですが、少しでも気持ちを楽にしていただけるように、傾聴をしたり、必要な場所に繋いだりといったことをしました。震災から１週間ほど経ってから、陸前高田市に行けるようになりましたので、それからは毎日、児家センや児童養護施設だけではなく、法人内の他施設からも必要に応じて複数の職員が行って活動し、帰って来るという毎日を送っていました。

陸前高田市では、他県から様々な職種の方が応援にいらっしゃっていました。医療チーム

「DMAT」の方々の他、保健師さんがチームを組んで１週間とか3、4日での交替で活動されていました。福祉分野のチームの派遣もありました。

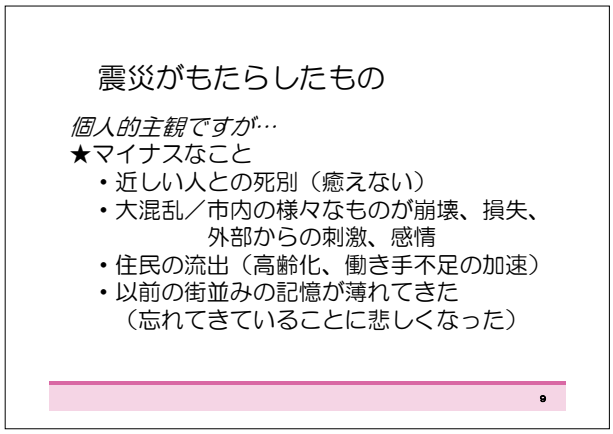
私たちは、心理職の強みを生かせるように、「心のケアチーム」に入れていただきました。そのチームは、東京都など複数の県外から派遣された、精神科や児童精神科の医師やコメディカルスタッフ（医師以外の医療関係者）で結成されていました。はじめはどのように接していくか戸惑いましたが、周りのサポートもあり私たちのような地元の施設職員ができることも、だんだんと分かってきました。例えば、チームの入れ替えがある度に前チームの動き等を次のチームに伝える役割を果たす、土地勘があるので、「ここからは何分くらいで行けます」とお伝えする、そういったお手伝いをしていました。

最初は精神科の先生方が多かったです。何チーム目か後に、児童精神科のチームが継続的に派遣されてきました。保健師さんから繋がるケースが多いので、子どものケースの場合は、「一緒に行きたいです」とこちらからはっきりとお伝えし、一緒に連れて行ってもらい、ケアが必要なお子さんの把握をできるように同行させてもらっていました。

Ⅴ．震災がもたらしたもの

１．マイナス面

様々なことを経て、現在、震災から９年、10年目になろうとしています。非常に個人的、また主観的ではありますが、震災がもたらしたものはいろいろあると思っております。近しい人との死別もありました。一緒に働いていた方でしたので、悲しみは今でも癒えておりません。ですが、その方の支えがあったから出来るようになったこともありましたし、その方だったらどのように考えるかを浮かべることを時々しながら、私は今も働き続けています。



あとは、大混乱でした。市内の様々なものが崩壊し、損失しました。良い意味でも悪い意味でも、外部からの刺激がありました。ですので、その度に感情が揺さぶられました。震災から５年ほど経ってある研修に参加したのですが、その時、講師の先生が、「5年だと、まだ混乱している状況なんじゃないかな」と話されました。私自身は５年も経っていて、日常業務にも戻っておりましたので、「そろそろ被災者と思われたくない」という気持ちでしたが、その言葉を聞いて肩の荷が少し下りたというか、すーっと自分の中に入って来たのを覚えています。ですので、今、振り返ると、あの時は私自身もやはりまだ混乱していたのだと思います。

気仙地域だけではないと思いますが、住民の流出で、高齢化や働き手不足の加速が進んでいます。それは、はっきりと目に見えます。

気仙地域にはもともと高校までしかなく、専門学校に進学するためには内陸の方まで行く必要がある地域です。

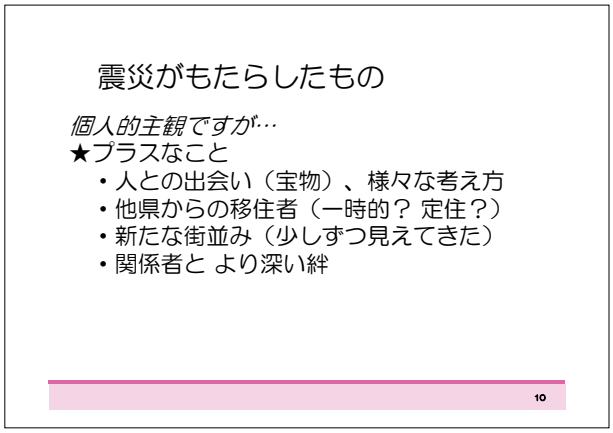
ですので、高校生は卒業したら、働くか、進学して外に出るかのどちらかで、帰って来る保証はないという状況です。

新聞などを見ていると、「外で学んだら、地元に帰ってきてそれを活かしたい」といったことを言ってくれる子どももたくさんいるようです。全くの主観的、個人的な考えですが、そういった考え方に縛られることなく、それぞれがやりたいことや目指したいものに向かい、伸び伸びとやってもらえればいいではないかと思っています。そして、その先の人生で地元のために何かを活かすというのもアリなのではないかと考えています。実際に、何年か経ってから、例えば子どもを持ってからとか、ある程度手に職を付けてから、または30代になってから地元に戻って来られる方もいらっしゃいますので、外に出たから地元愛がないわけではないと思います。

同僚とも話したのですが、以前の街並みの記憶が薄れてきたと感じることがあります。「『○○』っていうお店、この辺にあったよね？あのお店の隣、何だったっけ?」という感じです。記憶が薄れてきて、忘れてしまうことを悲しんでいる自分がいます。

2. プラス面

悪いこともあれば、良いことも絶対にあります。1番良かったことは、人との出会いでした。派遣などいろいろな形で様々な方が来られ、刺激になりました。多様な考え方に触れ、「地元にもう少しこういうのがあるといい」と感じたり、実際にそれができるかどうかは別として、「そういうやり方もあるんだな」と思ったり、いろいろな刺激を受けました。



一時的なのか定住なのかは分かりませんが、他県から移住された方々もいらっしゃいます。陸前高田市には比較的多くいらっしゃいます。大きい団体からの支援の派遣は5年で終わりでしたので、「この地域はこの後、どうなるんだろう」とか、「支援者がいなくなって、どうなるんだろう」という不安が以前、確かにありました。ですが、その後も残って下さる方がいらっしゃいましたし、またそれまでに土台をしっかりと作ってもらったからこそ、その後もやっていけているという場所もあり、そこは1番の強みになったと思っています。

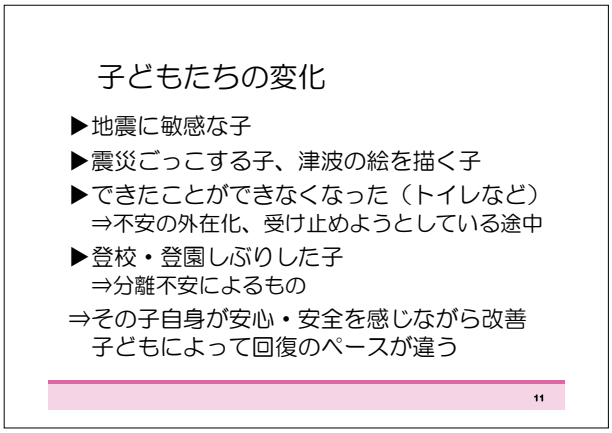
新たな街並みもできてきています。ごく最近になって、駅舎らしい駅舎が完成しました。以前はバス停に屋根が付いただけのものでした。また、中心地が少しずつできてきたり、区画整理が進んだり、新しい道路が整備されたりもしています。1か月ごとに道が変わっていたのですが、それもだんだんと安定してきています。

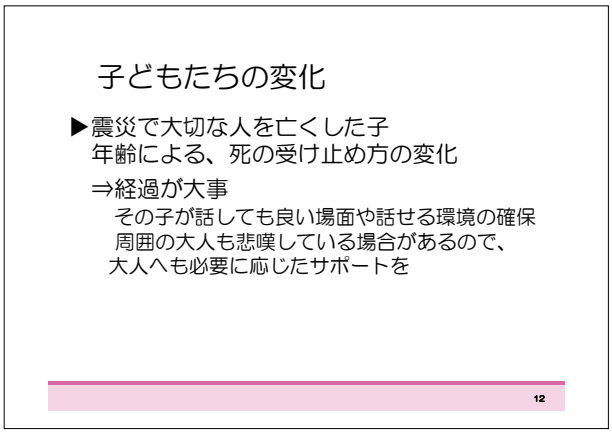
関係者ともより深い絆を結ぶことができたと思います。現在、児童虐待の問題ではいろいろ取り沙汰され、「市は何をやっているんだ」とか、「児童相談所は何をやっているんだ」とか、言われています。今、虐待通告は一義的に市町村が窓口になっていますが、子どもの見守りは市だけでやるのではなく、様々な機関が役割を受け持ち、見守りもできるチームを市

内で作る「要対協」、正しくは要保護児童対策地域協議会があります。その「要対協」の形がだんだんと出来てきて機能してきたこともプラスになっています。ただ、当然ながら課題もありますので、まだまだ途上であるとは思います。

Ⅵ. 子どもたちの変化

子どもたちも変化しました。震災直後ですと、皆さんもお聞きになられたことがあると思いますが、地震に敏感だとか、「震災ごっこ」をする、津波の絵を描く、といったお子さんに関する相談がありました。「できたことができなくなった。どうしよう」とか、トイレに行くのが怖いとか、夜、寝るのが怖いけれど、目が開いたまま、なかなか眠れないとか、そういったこともありました。それらに関しては、「子どもの不安の外在化である」、「子どもなりに状況を受け止めようとしている」ということを様々な研修でも取り上げ、お話もしていただいたりして、ずいぶん軽減されたところがあるのではないかと思っています。





登校、登園を渋る子どももいました。今でも不登校のお子さんはもちろんいますが、分離不安がやはり大きい要素になり、離れている時に怖いことが起こった、お母さんやお父さん、ご家族と離れている間に何か環境が変わってしまったことで、漠然とした不安に駆られてしまうという現象が起こりやすかったと思います。ですが、その子ども自身の安心、安全を考えていくと改善していったりしました。いろいろな研修で、子どもによってそのペースが違うとも伝えられましたので、地元の人たちもそれでずいぶん救われたところがあります。

震災で大切な人を亡くした子どももいます。親御さんを亡くしたお子さんもいますし、一緒に住んでいたおじいちゃんやおばあちゃん、あるいはお友達、同級生を亡くした子どももいます。また、津波で大事にしていたものやペットを失ったなど、いろいろな状況がありました。年齢によって死の受け止め方が違うので、例えば発災当初に乳児だったお子さんが現在、小学生や中学生になり、そういった状況をこれからどう受け止めていくのかということもあります。私たちはその経過が大事だと思っていますので、その子が話してもいい環境や話せる場面の確保をできるように働きかけることもあります。周囲の大人も悲嘆している場合もありますので、そこにも注意しながら大人にも必要に応じてサポートをしています。

先ほど登園、登校渋りについて触れましたが、これは多かったです。子どもにとっては、親御さんが１番の安心、安全の材料・存在になりますので、親御さんへは「最初は離れがた

いけれど、距離を置いても少しずつだんだん大丈夫になってくるから」と変化の見通しをお伝えしたり、「今日は頑張って来たね」と声をかける、お子さんが帰ってきたら、ギューッと抱きしめる時間を確保する、といった具体的な方法を伝え、実践してもらい、親御さんと一緒に子どもの変化を見ていくことで大人の方をサポートし、また子どもにも「頑張ったね」といった声掛けをすることで、子どもたちは徐々に回復していきました。

震災後、地域で見守ってきたお子さんが、何年か経って繋がってきたケースもありました。それまでに、別のケースや様々な機会につながった方もおり、そのつながりの中で紹介されたお子さんでした。行政、学校等関係機関、地域の方々と連携し、少し先の見通しをつけながら、その子のペースを大事にしながら関わりました。しかし、児家セン大洋だけではそのお子さんの最終目標、目指すものまでのサポートが難しく、機関連携、地域の方々の協力があったからこそ、子どもに寄り添い、子どものペースに合わせたサポートができたと感じています。

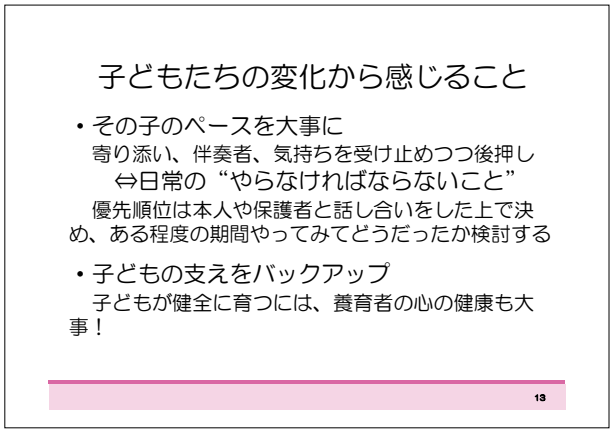
子どもの成長によって、課題やニーズが変化してきます。それに伴って、必要な資源もまた変化します。児家セン大洋では、子どもや保護者に寄り添い、その時々の課題に対して一緒に考え、一緒に取り組んでいます。それは、その子の回復や成長のペースを大事にすることが肝心なことだと考えるからです。ニーズによっては、児家セン大洋で出来ないこともちろんありますが、その時は、どこへつなぐか、どこと協働・連携するかを考えます。地域に資源全てが整うことは難しいので、どの機関や場所が、その課題やニーズに対して一緒に取り組んでいけるか、当事者の力になれるかを第一に考え動きます。

心のケアもまた、経過が大事であると考えています。年齢の目安にとらわれ過ぎず、必要になった時に扉を叩いてもらえるように、「いつでもここにあるよ」という安心材料のようなものになることが大事なことなのではないかと思っています。

（緊急対応をする機関は、また別の機能があるので、この限りではないと思います。）

Ⅶ. 子どもたちの変化から感じること

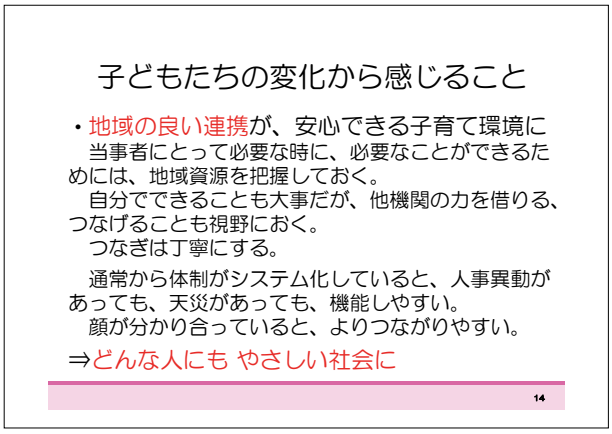
子どもの変化から感じるのは、やはりその子自身のペースを大事にする、ということを大前提として、ケースに関わっていかなければならないということです。寄り添い、伴走者となります。もちろん気持ちは受け止めるのですが、何もしないと何も始まらないので、まずはやってみてどう思ったか、良くも悪くも教えてほしい、ということをしています。現実的には年齢を重ねていきます。例えば学校に通っているお子さんですと、宿題のように、必ずやらなければいけないことがありますので、その優先順位に関しては本人や保護者と話し合いをした上で決めたり、ある程度の期間やってみてどうだったかを検討しながら進めていければベストなのではと考えています。



子どもが健全に育つためには、養育者の心の健康も大事だと常々感じています。直接会っ

たのは親御さんだけというケースも中にはありますが、結果として、子どもの状況が実際に好転していれば、それでもOKと考えています。

「地域の良い連携」について、地域、地域と私は連発しますが、やはり私は地域の良い連携が、安心できる子育て環境になると思っています。私たちとしては、当事者のために必要な時に必要なことをできるように、地域資源を把握することが大事ですが、地域にあったらいいな、と思っているものがないときには、それを誰が、どのように補うかを把握するのも重要だと考えています。私たちも自分たちでできることはもちろんしますが、できないこともたくさんあります。できることには限界がありますから、他機関の力を借りる、繋げるといったことを支援の一環に入れることも大事だと思っています。



特に、機関にあることですが、震災の有無に関わらず、体制が通常からシステム化していると、人事異動は必ずあります。ですが、天災があっても、人事異動があっても、繋ぎさえ丁寧に行っていれば必ず機能するシステム作りができます。さらに、お互いの顔が分かっていると、より繋がりやすい、相談しやすいシステムになると思っています。そうすれば、子どもだけではなく、どんな人にも優しい社会になると考えています。

ご清聴、ありがとうございました。

報告Ⅱ

震災後の乳幼児健診における心理支援活動

二井（ふたい） 奏子（あつこ） 氏

講師プロフィール

〈資格〉公認心理師･臨床心理士

〈所属〉仙台市児童相談所保護支援課 親子こころの相談室他

本日の内容

こんにちは。二井奏子と申します。本日、こちらで皆様の前でお話しさせていただく機会をいただき、ありがとうございます。

本日の内容については、このような形で考えております。私は東日本大震災の翌年から、県内の沿岸地域の乳幼児健診に、心理士として関わらせていただいており、拙い内容ではありますが、そこで感じたことをお伝えしたいと思います。

震災からもうすぐ９年が経ちますので、実際のところ、沿岸地域の町の健診でお母さん方や保健師さんと話しても、震災の話が出ることはほとんどなくなっています。

先ほど大和田さんのお話を伺いましたが、大和田さんは当時、大混乱の真っ只中におられ、大事な方も亡くされたということでした。私の場合は少し距離を置いたところにおりましたので、それは本日の私の報告の内容にも反映されているのではないかと思います。

震災から９年が経ち、私自身もだんだんと心構えのようなものも薄れてきているのではないかと思いながら、本日の報告の内容を考えました。ですので、今回は、震災の影響がどのように親子に今も潜んでいるか、どれだけその影響が大きいものだったか、といったことを私なりに認識させていただく機会となりました。

本日の内容

1. 乳幼児健診における心理相談の概要
2. 相談内容とその傾向
3. 被災沿岸地域の相談の特色
4. 心理相談で留意していること
5. 健診スタッフとして留意していること
6. まとめ

本日、３つほど例を挙げてお話しする部分がありますが、プライバシーを守るために個人が特定できないように修正を加えております。また、詳細は省き、ごく大まかな話をしたいと思います。

Ⅰ．乳幼児健診における心理相談

１．概要

私が担当しております心理相談の内容について、ご紹介したいと思います。

私は２ヶ所の派遣元から乳幼児健診に派遣していただいています。１つは、このシンポジウムを主催して下さっている東北大学大学院教育学研究科震災子ども支援室“S-チル”さんの心理士派遣事業です。もう１つは、宮城県の「子どもの心の健康サポート事業」で、そちらからも乳幼児健診に派遣していただいています。

１つ目の“S-チル”さんからの派遣に関しては、南三陸町の１歳６か月児健診を担当しています。健診と育児相談で合わせて年に５回から７回ほど南三陸町に行っています。その他、

山元町の発達相談にも行っておりますが、ここに書いている育児相談や発達相談というのは乳幼児健診とは別で、予約制の個別相談ですとか、個別相談がないときは保育所や幼稚園に巡回相談で行っています。

2つ目の、県の「子どもの心の健康サポート事業」に関しては、平成24年度から山元町の3歳児健診に行っています。年6回、行っています。それが中心の活動ですが、平成24年度と25年度には他の市にも行かせていただいたことがありました。「子どもの心の健康サポート事業」は震災から半年後の平成23年9月に、県内7つの市町で始まりました。だんだんとそれぞれの自治体で心理士が調達できるようになったり、他の機関から心理士が派遣されるようになったりして、現在は南三陸町、東松島市、山元町の合計3つの市と町のみに派遣されているそうです。

1. 乳幼児健診における心理相談の概要

活動の紹介

① 震災子ども支援室“S-チル”「心理士派遣事業」
- 南三陸町　1歳6か月児健診（H30年度より、育児相談と併せて年5～7回）
- 南三陸町　育児相談
- 山元町　発達相談（H30年度、7回）

② 宮城県子ども・家庭支援課「子どもの心の健康サポート事業」
- 山元町　3歳児健診（H24年度より、年6回）
- 石巻市　1歳6か月児・3歳児健診（H24年度　5回）
- 東松島市　3歳児健診（H25年度　2回）

2. 地域の特色

私の主観も入っておりますが、それぞれの地域の特色について少しお話ししたいと思います。山元町と南三陸町は人口規模がだいたい同じぐらいの町です。こぢんまりとした、とてもすてきな町です。ともに震災後、大幅な人口減がありました。それから、農業や漁業への大きな被害もありました。皆様、報道でもよくご存じかと思います。

母子保健の特色としては、地区の保健師さんがおひとりで乳幼児から高齢者まで担っていることが多い地域です。保健センターの保健師さんや栄養士さんが町出身あるいは町民という方が多く、町内にお知り合いが多かったり、お母さん方と同級生だったりということも多い印象を受けています。ですので、どの家がどのようなことで困っているか、どういう家族構成であるか、ということをよくご存じです。なじみやすいところはありますが、他方で、町民の方としてはなかなか支援を求めづらい、また同級生だから支援しづらい、お話を聞きづらいといったこともよく聞きます。

それから、多世代同居をされている方も多く、家族の結び付きがとても深いと感じます。皆さん、地元への愛着をとても強く持っておられる地域であるという印象も持っています。しかし、一面では、他の町から嫁いで来られた方に関し、嫁に来たからには一生、ここで暮らすことを期待されているという雰囲気も感じます。その他、保育所や幼稚園の数が少ない

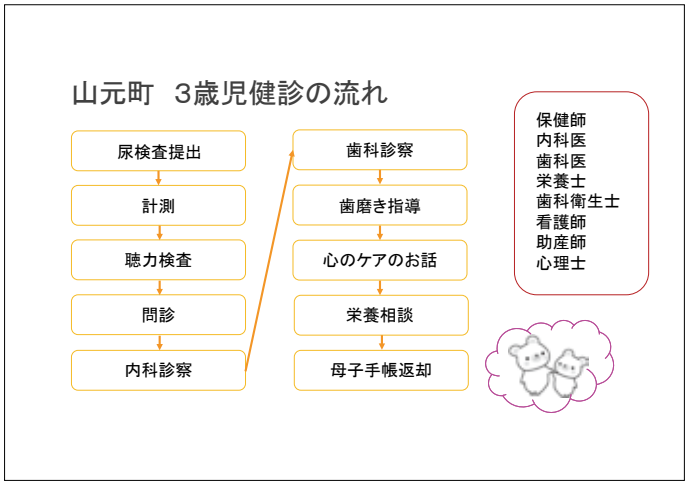
地域の特色

	山元町	南三陸町
震災の影響	・死者637人、行方不明者0人。 ・震災後に大幅な人口減。 （16,609人→11,893人、28.4%減） ・農業・漁業への大きな被害。 （イチゴ、リンゴ、ホッキ貝等） ・福島への通勤圏であり、福島からの転入。	・死者620人、行方不明者211人。 ・震災後に大幅な人口減。 （17,378人→11,189人、35.6%減） ・漁業への大きな被害。 （ワカメ、カキ、ホヤの養殖等）
母子保健の特色	・地区保健師が乳幼児から高齢者までをサポートしている。 ・保健センタースタッフが、町民をよく知っている。 ・多世代同居が多い。 ・保育所・幼稚園の数が少ない。 ・保育所・幼稚園での犠牲者があった。	・地区保健師が乳幼児から高齢者までをサポートしている。 ・保健センタースタッフが、町民をよく知っている。 ・多世代同居が多い。 ・保育所・幼稚園の数が少ない。

ということもあります。それから、震災時、山元町では、幼稚園、保育所から帰るときに犠牲がありました。

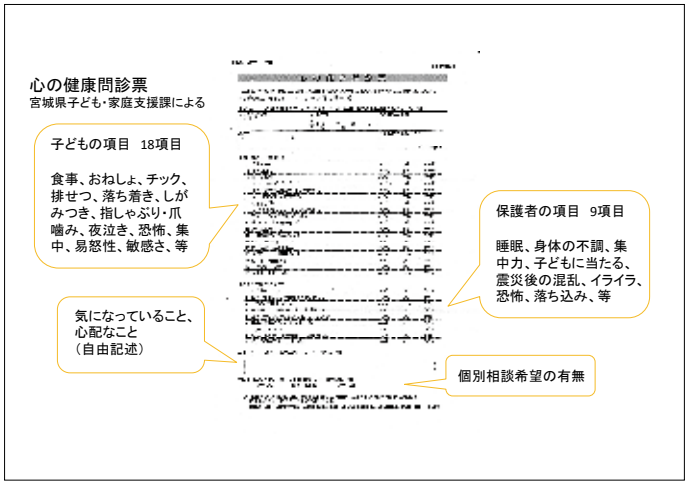
3. 山元町の３歳児健診の流れ

３歳児健診の流れは、このようになっています。赤で囲んだところが、保健センタースタッフの職種です。このようなメンバーで健診をしています。だいたい１回に 10 組から 12 組ぐらいの母子が参加されます。私自身の心理士の動きをご説明すると、「心のケアのお話」という時間が設けられていて、５名ほどの小さなグループにちょっとしたお話を短くした後、宮城県のパンフレットを配布して医療や相談機関の紹介をしています。それから、心理相談を希望される方や保健師さんから紹介された方と、合間の時間を見つけて個別相談をしています。



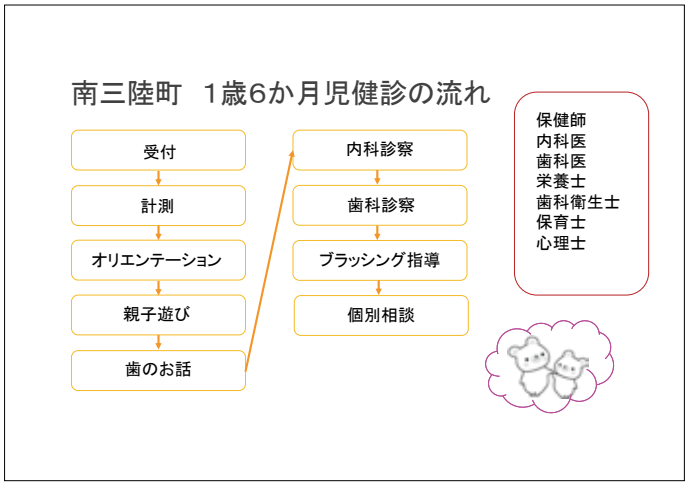
4. 心の健康問診票

宮城県の「心の健康問診票」はこのようなものになっています。子どもと保護者の項目がそれぞれあり、自由記述欄もあります。個別相談に関しては、「希望する」、「機会があれば」、「希望しない」と○を付けるところが３つあり、「機会があれば」に○を付けた方には、保健師さんが「心理士さんが来られているので、相談しませんか」と声を掛けてくれます。保健師さんはお忙しいのですが、心理相談を希望する方については、「こういう方なんだけれども」といった感じで短い情報を下さいます。



5. 南三陸町の１歳６か月児健診の流れ

南三陸町の１歳６か月児健診の流れはこのようになっています。健診のメンバーは、赤で囲んだところに記して



います。南三陸町の１歳６か月児健診は、１回に 15 組くらいの親子が参加されます。「オリエンテーション」から「歯のお話」のところまで、全員がちょっと集まる時間があります。そのときに、保育士さんが手遊びなどをして下さるのですが、私はその様子を後ろから見られますので、親子の様子とか子どもの様子を観察することができます。そして、私は、最後の「個別相談」のところで、発達の心配に関して〇を付けた方と、主に面談をさせていただいています。

Ⅱ．相談の内容と傾向

１．大別した場合

私がこれまでに受けた心理相談の内容は、大きくこのように分けられます。当然、「夜泣き」、「爪かみ」なども震災との関連が多分にありますので、全ての項目が「1. 震災・避難」に入ると言えば入るのですが、大きくこのように分けてみました。

「2. 情動・行動」の「性格について」に関しては、内向的だとか、挨拶をしない、よく泣くといった内容が多かったです。「暴言・暴力」に関しては、お子さんが赤ちゃんなど下の子に手を上げるとか、家の人に対して言葉遣いが悪いといったお母さんの悩みが多かったです。

２．相談内容とその傾向

1. 震災・避難
- 家族を亡くした
- 地震や音を怖がる
- 避難生活

2. 情動・行動
- 爪かみ・指しゃぶり
- チック
- 夜泣き
- 性格について
- 退行
- 暴言・暴力

3. 発達
- 言葉の遅れ
- 多動
- こだわり・かんしゃく
- 身体発達・病気

4. しつけ・親自身・家族
- しつけの仕方
- トイレトレーニング
- 親の疲労・ストレス
- 父母関係
- 祖父母との関係
- きょうだいのこと

３番目の「発達」は、いくつかの項目に分けています。ただ、お話をよく伺ってみると、ご両親が忙しいので、お子さんはいつも祖父母の家にいて、公園などにもなかなか行けないために他の子と触れ合えず、それであまり言葉が出てないのではないかといった気付きがあることもあります。環境因が大きいケースも、中には多く含まれています。

２．相談内容別の件数

私が受けた相談を内容別にざっくりと分けたものです。山元町の場合は１回の健診でだいたい 2、3 件の心理相談を受けますので、心理相談に回していただける割合は比較的多いと思います。

全体として最も多かった相談内容は、「言葉の遅れ」、次に「暴言・暴力」、「爪かみ・指しゃぶり」、「親御さんの疲労やストレス」といった相談が多かったです。

		H25山元町	H26山元町	H27山元町	H28山元町	H29山元町	H30山元町	R1山元町	H30R1南三陸町	H24石巻市	H25東松島市
震災・避難	亡くした	2	1	0	0	0	0	0	0	3	1
	地震や音を怖がる	3	0	0	1	0	0	0	0	0	0
	避難生活	0	1	3	0	0	0	0	0	1	0
	小計	5	2	3	1	0	0	0	0	4	1
情動・行動	爪かみ・指しゃぶり	3	0	0	1	2	4	1	0	2	0
	チック	1	1	1	0	0	2	0	0	0	0
	夜泣き	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0
	性格	1	0	0	1	2	1	1	0	0	0
	退行	0	1	1	1	0	2	0	0	0	0
	暴言・暴力	2	0	1	1	5	2	2	1	1	1
	小計	8	2	4	4	9	11	4	1	3	1
発達	言葉の遅れ	4	2	5	6	1	4	1	5	4	1
	多動	0	0	1	0	1	1	2	0	1	0
	こだわり・癇癪	0	0	2	2	1	1	1	1	0	0
	身体発達・病気	1	0	0	1	0	0	1	0	1	0
	小計	5	2	8	9	3	6	5	6	6	1
しつけ・親自身・家族	しつけの仕方	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0
	トイレトレーニング	1	0	0	2	1	1	0	0	0	0
	親の疲労・ストレス	1	0	3	1	3	1	2	0	2	0
	父母関係	0	0	0	2	0	2	0	0	1	0
	祖父母との関係	0	2	1	1	1	0	1	0	0	0
	きょうだいのこと	2	2	1	1	2	0	0	0	0	0
	小計	4	5	5	8	7	5	3	0	3	0
	相談件数	18	10	19	21	13	18	12	7	16	3
								※5回のうち	※6回のうち	※5回のうち	※2回のうち

3．相談内容別の件数（山元町の３歳児健診）

山元町の３歳児健診について、まとめたものです。平成27年度までは、震災や避難の相談がありました。その後は、表面化はしなくなっています。年を経ての傾向は特に大きく何かあるわけではありませんが、性格に関することや夜泣き、暴言、暴力といったことを相談して下さる方が増えたのは、保健師さんが心理相談の活用に慣れてきて、相談に回して下さるようになったからかもしれないと思っています。

相談内容の傾向（山元町3歳児健診）

	H25山元町	H26山元町	H27山元町	H28山元町	H29山元町	H30山元町	R1山元町
震災・避難	5	2	3	1	0	0	0
情動・行動	8	2	4	4	9	11	4
発達	5	2	8	9	3	6	5
しつけ・親・家族	4	5	5	8	7	5	3
相談件数	18	10	19	21	13	18	12
							※5回のうち

4．相談内容の傾向（山元町の３歳児健診）

山元町の３歳児健診の相談内容の傾向を、こちらに書きました。

相談内容の傾向

・市町村ごとの、心理相談へのつなぎ方による違いはあるが、「言葉の発達」についての相談が一番多い。

・次いで、“下の子に手が出る”“乱暴な言葉遣い”といった、「暴言・暴力」、また「爪かみ・指しゃぶり」、「親の疲労・ストレス」、についての相談が多い傾向。

・H27年度までは、被災に直結する相談内容があったが、その後はほぼなくなった。

Ⅲ．被災沿岸地域の相談の特色

被災沿岸地域の相談の特色を、少しまとめてみました。人口が少なく、地域の相談資源も医療機関も少ないため、保健センターの保健師さんや栄養士さん、歯科衛生士さんたちとの繋がりが深いと思います。知り合いが多いために、心理相談をすることや特別支援教育を受けることへのためらいがあるという印象も受けています。実際、健診の会場でも、保育所の「ママ友」同士がカーペットに丸くなって一緒に座っていることが多く、こちらの方からちょっと声を掛けに行くような際もためらいます。ですので、声掛けの仕方を工夫するようにしています。

3．被災沿岸地域の相談の特色

〇人口が少ないことから⇒

・地域の相談資源が少なく、母子は保健センタースタッフとのつながりが深い。

・知り合い同士が多いため、心理相談をすることや、特別支援教育を受けることへのためらいがある。

・多世代同居が多く、母親の負担が大きくなるケースもある。

〇被災した人が多いことから⇒

・震災以降、保護者のストレスが蓄積していることで、子どもへの影響が出ている。

・生活が不安定な中で、家庭でじゅうぶん子どもに気持ちを向ける余裕がなかったことでの影響は、大きいと思われる。

八木（2018）によると、震災から数年を経て、発達障害・情緒障害の受診が増えている。「もともと脆弱性を持つ子どもたちの、不適応の顕在化という現象がある」

それから、親御さんと保健センターのスタッフが同級生や知り合いだったり、また学校の先生や保育士さんととても近い距離であることが多かったりすることから、保育士さんとしては気になるお子さんがいても、親御さんをよくご存知のためになかなか声を掛けづらいという話を聞きます。

他には、先ほどもお話ししましたが、多世代同居が多く、お母さんの負担が重いということもあります。おじいちゃん、おばあちゃんが日常的に助けてくれてとても助かる一方で、「お嫁さん」として気遣いをしたり、介護の心配が必要だったりということがあります。「お嫁さん」の立場は、都市部よりもかなり難しいところがあるのではないかと感じています。噂などで、「どこどこの嫁は、こういうふうなんだ」といったことをいろいろなところで言われてしまうこともあるようです。

被災した方が多いことから、震災以降、保護者のストレスが蓄積して子どもへの影響が出ていると感じられます。親御さんのイライラとかうつ的な気分が少しずつ蓄積されて溜まっているのではないかと思います。そのため、保護者が子どもを叱ったり、肯定的に見られなかったり、あるいは叩いてしまったりということが起こってきますし、子どもも不安定になると考えております。それから、生活が不安定な中で、家庭で子どもに十分に気持ちを向ける余裕がなかったことでの影響も大きいと思います。親がゆったりと子どもの気持ちを受け取り、豊かな交流をするという余裕がない状態が長く続いているのではないかと考えています。

『遊戯療法』という本の中で、佐藤葉子先生は、「震災によって失われた家族の日常も、子どもたちにとっては十分に喪失体験となりうる」と述べておられます。

健診の中で、実際にそのような状況にある子どもがいると実感したこともありました。

（具体例は省略）

被災地からは、「地震を怖がったり、親から離れないといった様子は減ったけれど、多動や学級崩壊はなぜか増えている」という話や、「発達に関する問題が増えているのではないか」という心配もお聞きしました。

多動、癇癪、コミュニケーションの問題といったものは一見、発達障害に似た状態像です。実際にはそれもあるかもしれないけれども、保護者に大きなストレスがかかっていて余裕がないために、目立って出ているのではないかと感じられることもよくあります。

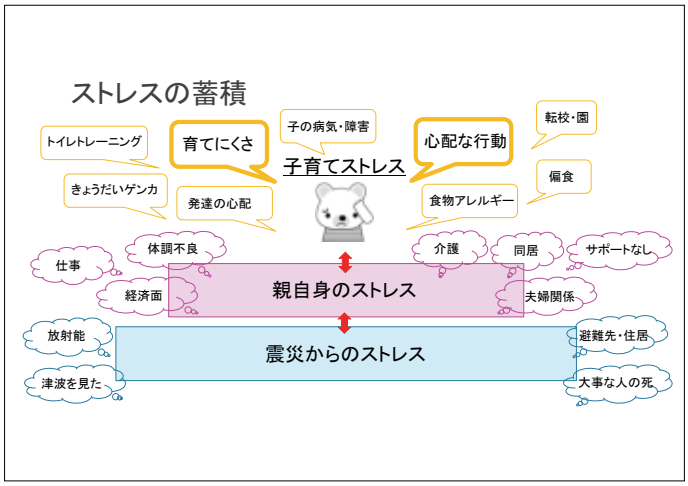
八木淳子先生は、『被災地の子どものこころケア』で、「震災から数年を経て、発達障害や情緒障害の受診が増えている。もともと脆弱性を持つ子どもたちの、不適応の顕在化という現象がある」と述べておられます。

Ⅳ．ストレスの蓄積

ストレスについて、イメージ図を作ってみました。私たちは誰しも、ちょっとした負担でも、いつもと違うことが１つでもあると、生活がぐっと大変になることを経験したことがあると思います。「今日はちょっと頭痛がするな」というときはイライラしてしまうし、「もしかしたら、この頭痛はなくならないかもしれない」という絶望的な気持ちになることもあるかと思います。

子育て世代の方のストレスに関しては、例えば３歳ぐらいのお子さんのお母さんですと、

「今日もトイレトレーニング、失敗しちゃった」ということがあったとして、まずはそれがストレスになります。その上に、お母さんが体調不良だったり、経済面の不安があって、その月の支払いに関して不安だったりするというようなことが加わると、とても大きなストレスになってしまうことが想像できると思います。さらに、被災地の方々は、震災のストレスというとても大きな重いものをベースのところに持っていらっしゃいますので、もし震災がなかったら、なかったかもしれないストレスがとてもたくさんあると思います。



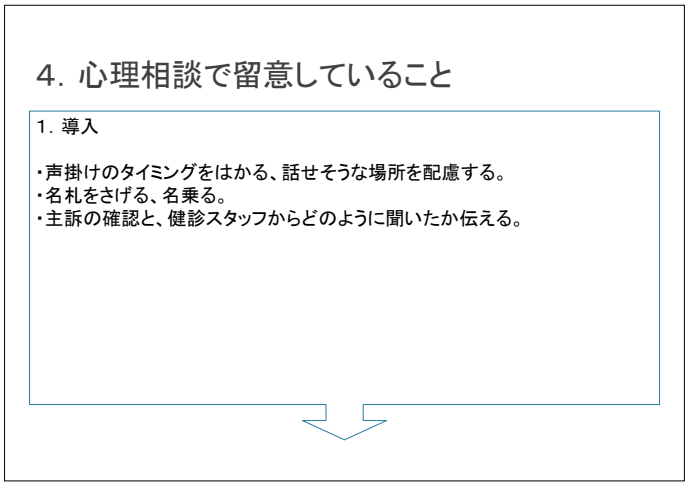
（具体例は省略）

このような震災のストレス、親のストレス、子育てストレスというものは、相互に影響し合う複数のストレスによって、その１つずつが大きく増幅しているのではないかと思います。ですので、私は心理相談では、子育てのストレスがひとつでも、少しでも軽くなることを目指し、そういう視点でお話を聞くように心掛けております。

Ⅴ．心理相談で留意していること

１．導入

心理相談で留意しているのは、声掛けをして話せそうな場所や向きを工夫することです。名札を提げて名乗るようにもしています。私は町内の人ではありませんので、お母さんや子どもから見たら、知らない人から声を掛けられるような感じがすると思います。実際に、私が「宮城県臨床心理士会」などと書かれた名札を提げているときに、「どこから来られたんですか」と、お母さん方に聞かれることが何度かありました。そういうときには、「私が町内の人ではないことを、どのように感じたのかな」と、とても気になりましたし、「この人に話しても、理解してもらえない」と思ったのではないかと考えつつ、お話を聞きました。何度かそういうことがありました。その他には、健診のスタッフや保健師さんから聞いたこともお伝えしながら、主訴を確認しています。



2. 相談

乳幼児健診は対象者のほぼ全員が、ほぼ強制的に来る場所ですので、相談される方が実際に相談したいかどうかはあまり分かりませんし、またどういう場所なのか、どうして心理士が来ているのかというようにも感じられると思います。ですので、相談のときは、抵抗感などをどのくらいお持ちかも確認しながら、お話をしています。それから、お子さんがそばにいるときには、なるべく「プラス」の言葉を使うように気を付けます。できるだけ具体的な助言をひとつでもできるようにとも思っています。

2. 相談

・相談することへの抵抗や警戒心はどの程度かを、注意深くみる。
・子どもがそばにいたら、保護者がどのように話したいかに合わせつつ、子どもにとってプラスの言葉を使う。
・できるだけ具体的な対応の助言が一つでもできるように。
（例：指しゃぶりを無理にやめさせずタオルなどに移行する、絵本の読み聞かせをして言葉の話しかけを増やす、など）
・時間が限られているので、配分に気を付ける。
・震災時について、こちらからは聞かないが、常にその影響があるかも知れないことを念頭に置くようにする。

カーペットに座っているお母さんのそばに行ってお話しする時間は5分程度、最大でも10分もないくらいですので、安心して話せるような関係づくりの前に、お話は終わってしまいます。ですので、なるべく具体的な話ができるように心掛けています。

震災のことについては、こちらからは聞きませんが、常にその影響があるかもしれないということは、念頭に置くように心掛けています。

3. しめくくり

相談を終えるときは、「他に気になることがありますか」といった感じのことを聞くことで、締めくくりのタイミングを計るようにしています。

1番重視しているのは、相談した経験を「良かった」と思っていただけるようにすることです。そのためにできるだけの配慮をしています。1回限りの相談がほとんどですが、初めて心のうちを話して下さる方もいらっしゃると思います。ですので、心理相談をしたことが嫌な体験にならないように、そういった部分を最も優先するようにしています。「相談して良かった」と思っていただければ、次は保健師さんに相談できるかもしれないし、先生に相談できるかもしれないと思いながら相談を受けています。

3. しめくくり

・保護者の様子をみながら、相談したかったことに答えられていたか、メモを見て振り返る。
・「他に、気になることはありますか？」と聞くことで、しめくくりのタイミングを量る。
・相談をした経験が「良かった」と思ってもらえるように配慮する。
田丸（2010）「健診における相談は親子との出会いの場と考え、保健師が育児に関与する関係を親に受け入れてもらうことを目標とする」

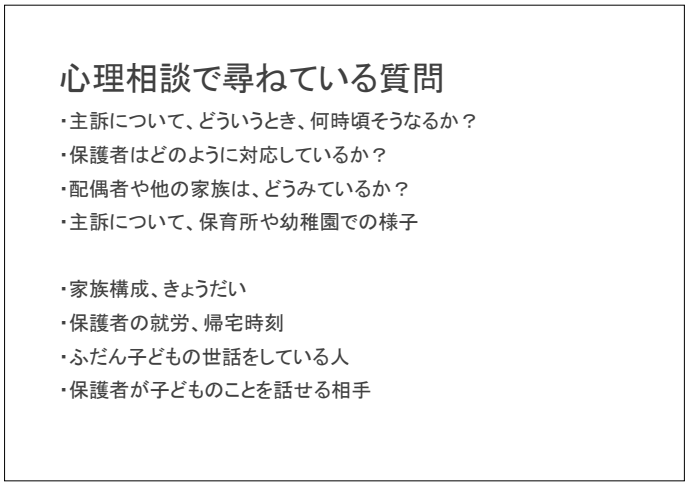
フォローアップ

フォローアップに関しては、カンファレンスで保健師さんと情報を共有することで、下のお子さんの健診のときにまたお母さんに声を掛けていただいたり、「こういうことを心配しています」と保育所の先生に伝えていただいたりして、繋いでいます。

4．心理相談で尋ねている質問

心理相談では、このような質問を尋ねています。短い時間で困っていることの全体像がなるべく見えるように、またはそれが起きている背景の見立てが少しでもできるようにしています。

まず、困っていることについて聞きますが、その際には具体的な対応のヒントを保護者と考えるために聞きます。「他の家族がそれをどのように見ているか」というのもよく聞く質問です。そうすることでお母さんが抱えているストレスが見えてくることがあります。よく聞くのは、「主人は気にしていないんです。『男の子はそのくらい元気な方がいい』って言っています」といったお話で、その他には、「おじいちゃんが、『この子はわがままだ。うるさい』って言ってます」というようなお話も聞きます。そういうときには、お母さんの表情を見ながらお話を聞いています。



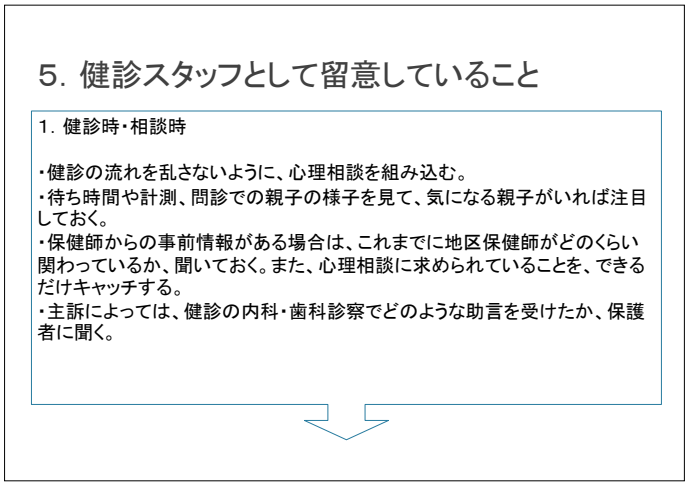
家庭やサポートの状況もお聞きするのですが、そのときには、お仕事の状況などなるべく答えやすい事実から聞くことがあります。それで、私の方で保護者の大変さを想像するようにしています。重視しているのは、お母さんが気軽に相談できる人がいるかどうかです。普段、お子さんのことを話せる相手がいるかどうか聞いています。親御さんのストレスと今、受けられるサポートをだいたい知った上でフォローアップに繋いでいきたいと思っています。

Ⅵ．健診スタッフとして留意していること

1．健診時・相談時

健診にはいろいろなメンバーが関わっていることを先ほど紹介しました。ここでは、カンファレンスで情報を共有するときなどに気を付けていることをお話しします。

乳幼児健診に関わり始めて１番難しいと思ったのが、「健診の中で、心理士はどのような動きをすればいいのか」ということです。学校に入っていらっしゃるスクールカウンセラーの先生の思いと共通するところがあるかと思います。町側としても、震災後に心理士が来ることになったけれども、「どう組み込めばいいんだろう」と迷われたり、「忙しいのに、煩雑だな」と感じられたりしたと思います。ですので、健診が終わると、私はいつも、「今日はこれで良かったのかな」、「あれは伝えるべきじゃなかったかな」、「これは言っておくべきだった」など、いろいろなことが頭に浮か



び、悩みながら車を運転して帰っています。

健診の流れはできるだけ乱さないように、心理相談を組み込むようにしています。お話をしている間に、「〇番さーん」といった感じで、歯の診察などで呼ばれることもありますので、そういった健診の流れを乱さないように気を付けています。その他、待ち時間などに様子を見て、気になる親子がいるときは、注目しておくようにしています。

保健師さんからの事前情報がある場合は、これまでに地区でその件に関してどのくらい関わってきたか、できるだけ聞くようにしています。また、心理相談に求められていることは何かをできるだけキャッチするようにしています。健診の内科、歯科診察で、どのような助言を受けたかについても保護者に聞くようにしています。

2. 相談後・カンファレンス

相談後には、カンファレンスが開かれます。いろいろな職種の職員が集まりますので、分かりやすく記録するように気を付けています。カンファレンスでは、他のスタッフのこれまでの関わりや見立てを尊重してお話を聞くように心掛けています。私は外から入ってきている者ですので、相談しきれなかった部分のほとんどは保健師さん任せになってしまいます。保健師さん頼みと言えます。ですので、他のスタッフの意見を尊重する気持ちを忘れないように心掛けています。

2. 相談後・カンファレンス

・相談後の空き時間に、記録を書く。「助言したこと」と「担当所見」は、わかりやすく簡潔にまとめて書く。
・カンファレンスでは、他スタッフのこれまでの関わりや見立てを尊重して聞く。（外から入っている者としての立場を意識したい。）
・同時に、心理相談で集めた情報から見立てたことを伝え、他スタッフからの意見とすり合わせる。
・現地の健診スタッフ達も被災者であることを念頭に置いておく。（よそ者にはわからない、と思われるであろうことを意識したい。）

それから、心理相談で集めた情報から見立てたことを伝え、他のスタッフの意見とすり合わせるようにしています。その際には、現地の健診スタッフも被災者であるということを念頭に置いておくようにしています。

山元町に初年度、平成24年度に行ったときに、保健師さんや助産師さん、栄養士さんからこんなお話を聞きました。健診に使っている保健センターの会場は、小さな保育所のホールぐらいの狭い場所なのですが、震災後は避難所だったそうです。スタッフは泊まり込みで避難者の健康確認をされたそうです。狭いフロアには人がいっぱいで、乳幼児も妊婦もいたということでした。そのお話を聞いたとき、保健センターの会場を見たらちょうど夕暮れで暗くなってきていて、私はその風景をよく覚えているのですが、「ここで皆、すごく苦労してきたんだ」と思いました。保健師さんたちは入浴もしなかったとのことで、「髪の毛がテカテカになって、固まっちゃってたよね」と冗談交じりにおっしゃっていました。仙台市から行った私が、そんなふうに苦労をともにしたチームに入っていくことに大変気後れがしましたし、「私はそのことを知らないんだ」という罪悪感のようなものが非常に湧いたという思い出があります。

心理相談で保護者の方から震災時の心境について聞くことがあるような場合、保健師さんたちがご存じない情報だったということはほとんどありませんでしたが、稀にあった場合は、

「私が聞いてよかったのかな」と思いました。そういうときのカンファレンスでは、「私が外から来た第三者だったから話せたかもしれない」と前置きしてから、お話ししました。

3. 他スタッフの意見からみえる、震災の影響

他のスタッフの意見からみえる震災の影響は、このようなものがあります。いろいろな職種のスタッフがいることで、震災による母子への影響が多面的に見えてきて、見立てがより立体的になると感じています。

他スタッフの意見からみえる、震災の影響

〇保健師から⇒

・「予防接種の未接種」: 保護者が忙しい、余裕がない。ネグレクトの可能性。

〇栄養士から⇒

・「菓子や甘い飲み物が多い、偏食」: 生活状況が変化し、祖父母が与える食べ物を親が断れない。

〇歯科衛生士から⇒

・「虫歯が多い」: 保護者が忙しい。甘い物を与えられている。仮設住宅で泣かせられず、仕上げ磨きができない。

川村(2016)「カンファレンスで保健師の見立てと心理の見立てが補完的に働き、保健師の実践がエンパワーされる」

Ⅶ. 心配談

私が「失敗してしまったな」と感じた例を、2つお話ししたいと思います。

1つ目は、私が勝手に他機関を紹介したケースです。健診の中で、健診対象ではなかったお子さんのことで他機関を紹介しました。しかし、その後のカンファレンスで、そのお母さんに関しては、地区の保健師さんが手厚く継続的に相談を受けてきたことが分かりました。私としては、「これまでの保健師さんの支援を否定してしまったのではないか」という気持ちになり、他機関へ繋ぐことの効果についてその場では説明できませんでした。このことについて、あのとき、どうすれば良かったか考えているのですが、心理相談に何が求められているかを事前にもっときちんと確認しておけば良かったと思いました。また、専門相談を受けることで、お子さんやお母さんにどのような変化が期待できるかということも、もっときちんとした言葉で伝えられたら良かったのだろうと思いました。

2つ目は、私が発達の心配を全面に出し過ぎたケースです。お子さんの発達の心配に焦点を当てすぎ、これまでお母さんと関わってきたスタッフの思いを十分汲み取れなかったと、後になって反省しました。心理相談に何が求められているかも明確にできないまま、相談に入ってしまったという思いがありました。発達に関する課題があったので、「子育てがすごく大変だろうなあ」と思ったのですが、「どのようにお母さんが辛いか、もう少し具体的に例を挙げて健診のスタッフたちにお話しできたら良かった」ということも後で思いました。

Ⅷ. まとめ

被災した大人のストレスが蓄積しているため、9年経った今でも、また震災当時そのようなことが言われていなかった頃よりも、震災の影響が出ていると思われます。ちょっとした思うようにいかないことやひとつひとつを取り上げれば本当に些細なことかもしれないストレスが蓄積し、その歪みのようなものがどんどん積もり、重なり合って、生活全体に蓄積しているのではないかと感じています。

心理相談に当たっては、支援者のニーズと保護者の気持ちをそれぞれ理解し、両者を繋ぐことを心掛けたいと思います。健診スタッフと協働して相談に当たることもとても大事にし

たいと思います。

それから、被災地に行くことに対する私自身の構えや「何かしなくてはいけない」という思いの心理支援への影響についても自覚したいと思っています。「チームに入れてもらえるのだろうか」といった不安や「何か役に立たなくてはいけない」という思いが私自身にあったり、また「震災のことを分からない私は、失望されるのではないか」という恐れが出てきたりすると、それらは自分にできないことまでしようとすることにも繋がりますので、気を付けたいと思っています。

これで私の発表を終わらせていただきます。どうもありがとうございました。

6. まとめ

・被災した大人のストレスが蓄積していることで、9年経った今でも、震災当時生まれていなかった子にも、震災の影響が出ていると思われる。

・心理相談にあたり、支援者（健診スタッフや保育者）のニーズと、保護者の気持ちをそれぞれ理解し、両者をつなぐことを心がける。

・健診スタッフと協働して相談にあたる。これからも支えてくれる現地スタッフと母子が、これまでに築いてきた関わりを大切にする。

・心理相談およびカンファレンスでは、「震災」の言葉は聞かれなくなっているが、震災の影響が被災地では今も大きいことを、常に意識したい。

・被災地に行くことでの、私自身の構えや、“何かしなくては”という思いによる、心理支援への影響を自覚しておきたい。

Ⅸ. 参考文献

参考文献

川村素子（2016）「被災地での乳幼児健診を拠点とした新たな子育ち／子育て支援」 安藤清志・松井豊編『震災後の親子を支える一家族の心を守るために』 誠信書房 65-80

佐藤葉子（2017）「被災地における遊戯療法」伊藤良子編著『遊戯療法－様々な領域の事例から学ぶ－』ミネルヴァ書房 196-212

田丸尚美（2010）『乳幼児健診と心理相談』 大月書店

八木淳子（2018）「医療の場面から」 松浦直己編著『被災地の子どものこころケア　東日本大震災のケースからみる支援の実際』 中央法規 2-64

報告Ⅲ

東日本大震災発生後から現在までの、子どもたちへの支援を通して得られた気づき

～現地のスクールカウンセラーの立場から～

鈴木（すずき） 正貴（まさたか） 氏

講師プロフィール

〈資格〉公認心理師･臨床心理士･家族相談士
〈所属〉宮城県スクールカウンセラー他

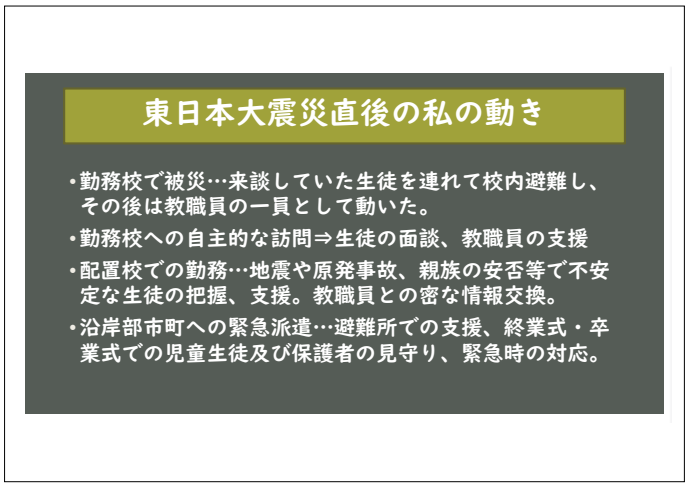
はじめに

皆さん、こんにちは。ただいまご紹介いただきました、鈴木正貴と申します。

先ほどご紹介いただきましたように、私はスクールカウンセラーとして15年ほど仕事をしており、震災当時もスクールカウンセラーとして学校に勤めていました。本日はこのようなご報告の機会をいただいてありがたく思います。本日は、これまで勤務してきた学校での子どもたちへの支援を振り返り、そこで得られた気づきをまとめたいと考えています。なお、話の途中で具体的な事例を入れる予定ですが、プライバシー保護のため、内容は一部修正を加えましたので、ご了承下さい。

Ⅰ．東日本大震災発生

1．直後の動き



私は、当時勤務していた学校で被災しました。その学校は、海から4kmほど離れている場所にあり、津波の被害はありませんでした。面談中に地震が来たために相談者と机の下に隠れ、揺れが少し弱まってから２人で一緒に外に逃げ、外に避難した他の生徒たちと合流しました。その後ですが、この学校ではスクールカウンセラーは緊急時の役割を与えられておらず、管理職から「先生は帰っていいですよ」という指示がありました。このような緊急時に自分だけがこの場を離れていいのか、とかなり迷いましたが、動き方を知らない自分がいてもかえってご迷惑かもしれないと思い、また家族の安否も気になりましたので、指示通りに退勤して家に帰りました。

私の自宅は津波の被害を受けた多賀城市にあり、自宅から数百メートルくらい近くまで津波が来ていたことを後で知りましたが、自宅は大丈夫でした。私はその時は、津波ではなく地震による被害に関して心配していました。家に帰ってみると、家族は全員無事で、家や家財の被害は思っていたほどではありませんでした。停電していたために電灯もつけられず、テレビも見られずラジオしか聞けなかったので、被害の状況はよくわかりませんでした。真っ暗な家の中で過ごすうちに、徐々に「大変な状況になったな」と実感してきました。

一方で、気になっていることもありました。それは、「自分の勤務校は大丈夫だろうか」ということです。「自分は家に帰ってきてしまったけれど、勤務校は今頃大変なことになっているのではないか」と思いました。実際に、その学校の生徒について、「数十人の生徒が

まだ学校に待機しています」といったこともラジオで聞きましたので、気がかりな思いはいっそう募りました。

2. 勤務校での生徒への支援

私は震災から2日後の3月13日に、当日に勤務していた学校に行ってみました。学校には、親が迎えに来ない、連絡が取れない、といった生徒がまだ80名ほど残っていましたので、先生方と打ち合わせをして、ピックアップされた「気になる生徒」と面談しました。生徒たちはそれぞれ、先行きの見えない不安を抱えていましたが、私はその場では、生徒の話を聞いて受けとめることくらいしかできませんでした。私が生徒の不安や心配に対して具体的に何かしてあげられるわけでもなく、「それくらいしかできなかったな」という思いがあります。先生方に対しても、この間の緊急対応に関する話を伺って、労うことぐらいしかできませんでした。

勤務校での児童生徒への支援

- 震災直後、親と連絡が取れない、親の迎えがない等で学校に残っている生徒との面談を実施。

⇒生徒の話を聴き、気持ちをしっかり受けとめることぐらいしかできなかった。

- 上記以外の勤務校では、基本的にはいつもかかわっている児童生徒との面談と教職員との情報交換が主だった。地震や津波、原発事故等の先行きの見えない不安は全般に強かった。

⇒対応については下線部と同様。

それから一週間ぐらい経った頃に、別の公立校で勤務しました。その学校は沿岸部から少し離れた内陸部にあり、3月中に再開していました。勤務校と連絡が取れるようになるまで震災から数日かかっており、ガソリンもしばらくは入れられませんでしたので、実際に勤務できたのは3月下旬に2回ほどでした。震災後の学校や生徒の状況について先生方と情報交換を行い、「気になる生徒」と面談を行って状況を把握する、という2点に主に取り組みました。震災前から面談をしていた生徒の多くは、震災に関する不安だけでなくそれぞれに様々な不安を抱えており、面談ではそれらをしっかりと聴き、受けとめました。その時私にできることはやはり限られていました。

3. 沿岸部の小中学校への緊急派遣

沿岸部の小中学校への緊急派遣にも携わりました。市町教育委員会から県教育委員会に依頼があり、2人1組で主に小中学校内に開設された避難所に行きました。事前に思っていたとおり、避難所ではスクールカウンセラーである私たちに対してのニーズは感じられず、私たちが声をかけることも場違いな雰囲気で、迷惑だろうと始めは思いました。その場に留まりながらニーズを探り、後述するような「子どもの遊

沿岸部小中学校への緊急派遣

- 避難所となっている校舎や体育館を回ったが、被災された方々に話しかけることも場違いな雰囲気。教職員も今やるべきことに集中し、外部の支援を受け入れる余裕はなかった。

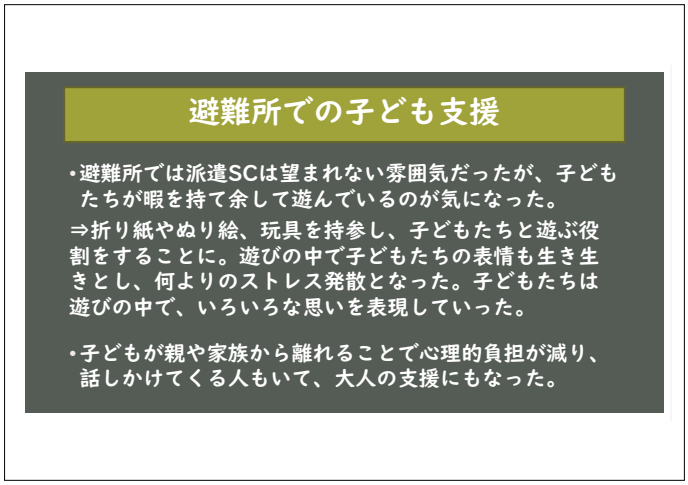
⇒現場の雰囲気をアセスメントし、今自分に何が求められているかを判断して動く(動かない）ことが重要となる。派遣SCの良し悪しを自覚し、児童生徒や保護者、教職員に余計な負担をかけないような在り方が望ましいか。

び相手となる」役割を担うことになりました。

休校している沿岸部の小中学校では、3月下旬の時点で修了式も卒業式もできていない学校がかなりありました。一部の市町教育委員会からは「修了式をするので、スクールカウンセラーを派遣してほしい」という依頼もあったようで、私たちも修了式に参加して必要な場合に心理支援を行うことになりました。現場の先生方は震災後初めて登校してくる子どもたちを迎えて状況を確認し、修了式を無事に行うことに気持ちを傾けていらっしゃいました。私はその時の先生方のお気持ちを考えると、話しかけることも邪魔になるのでは、という気持ちになり、結局先生方とお話しすることはせず、修了式を見守ることに専念しました。何かあれば支援しますが、何もなければ余計なことはせず、現場の方々を尊重して見守り続けるのがいいのだと、強く思いました。その場で自分に何ができるかをアセスメントし、動くか動かないか、あるいはその場でどういうことをするか、といった判断を的確に行うことも非常に大事だろうと思いました。現場に合わない働きかけは支援でも何でもなく、邪魔でしかないので、上記のような在り方が良いのではないかと、その時は感じました。

4. 避難所での子ども支援

避難所に行った時に、私と一緒に行った女性のスクールカウンセラーが折り紙などを持ってきており、子どもたちがそれを見て寄って来て、私たちと一緒に折り紙をし始めました。私は何も持っていっておらず、こういった時に玩具というのは大事だと思いました。これを契機として、私は子どもたちといろいろな遊びをしました。子どもは「暇を持て余している」というと間違っているかもしれませんが、気を遣って親から離れ、活発に遊ぶこともできずにうろうろしている子どもたちがかなりいました。その子どもたちと遊ぶのが自分の役割だと思い、集まってくる十数人の子どもたちと一緒に遊びました。遊びの中で子どもたちの表情も生き生きとし、何よりのストレス発散になったように思いました。その学校は自宅から比較的近くの小学校でしたので、緊急派遣後も避難所が閉鎖される4月上旬まで、玩具や絵本を持参して通い、子どもたちと遊び続けました。



今振り返ると、子どもたちは「地震ごっこ」などもしていました。子どもたちは遊びながら、様々な思いや感情を表現していたと思います。子どもたちとの遊びを通じて私と話をするようになった保護者の方もおり、今現在の辛さや今後への不安などを語られました。私は何もできないけれど、お話を伺って気持ちに寄り添うことで、心理的な負担を少しでも軽減できれば、と思っていました。実際に避難所で動きながらニーズを見つけていったように思います。

Ⅱ．2011 年度の状況

1．宮城県スクールカウンセラー（SC）活用事業

震災があったため、2011 年度は例年より始業式が遅れ、それに伴いスクールカウンセラーの配置も遅れました。宮城県内の中学校と高等学校全校に配置されていたスクールカウンセラーが、その年から小学校にも配置されるようになりました。スクールカウンセラーを務める人材が足りないために配置が遅れ、全てをカバーしきれなかったため、全国の臨床心理士会から派遣を受け、県外からスクールカウンセラーが派遣されることになりました。5 月から 7 月にかけ、人が 1 週間ごとに入れ替わるようなリレー方式で、引き継ぎを行いながら活動しました。

2011年度の宮城県SC活用事業

- 震災前のSC配置予定を、震災後の各校の要望に応じられるよう一部見直し、調整がなされた。
- 宮城県では中学校・高校（全校配置）に加え、各市町村教委にSCを配置し、小学校も配置することに（方式：拠点校/巡回）
- それでもSCが足りず、全国の臨床心理士会の協力を得て、県外SCが派遣されることになった。

（5～7月に計11週間、9月以降も断続的に継続。多くはリレー方式で、勤務後宮城臨士会、所属臨士会に引継ぎを実施）

2．学校の状況

私が配置校に勤務した時の印象として、やはり例年とは雰囲気が全く異なり、先生方も生徒たちもどこか落ち着かないと感じました。津波が子どもたちの心理面に与えた影響はとても大きいのですが、では津波の被害がないから大丈夫かというと、そうではありませんでした。繰り返される大きな地震や土砂崩れ、被災した親族への心配など様々な不安の要素が、沿岸部に限らず､県内全域でありました。場所によっては、原発事故、放射性物質のことを心配される方もおられました。実際に津波で被災した後に沿岸部から内陸部の学校に転校して来た子どもや、県外、例えば福島県から避難して来た子どもなど、様々な形で被災した子どもたちが沿岸部だけでなく県内全域で生活していました。

2011年度の学校の状況

- 各地の被災の状況に応じて始業式の時期が異なり、例年とは雰囲気も異なり、どこか落ち着かない中での新学期となった。
- 地域の被災状況によって、児童生徒、保護者の状況も様々。津波だけでなく、地震、土砂災害、親族の安否等、不安の要因もまた様々だった。
- 津波で被災した児童生徒は、沿岸部の学校だけでなく、内陸部の学校にも避難、在籍していた。(教職員も同様)

Ⅲ．勤務校での生徒支援

1．全生徒へのスクリーニング実施

多くの学校でもそうだったと思いますが、私の勤務校でもスクールカウンセラーが全生徒にスクリーニング検査をし、ハイリスクの生徒の存在について確認しようとしました。宮城県に関しては、スクリーニング検査で用いるチェックリストが市町村ごとに違いました。岩手県は全校に対し、県教育委員会が指定した同じチェックリストを用いてスクリーニング検

査を行ったようです。沿岸部の被災した学校の詳細については分かりませんが、私の勤務校で言えば、「大丈夫かな」と気になる生徒の多くはハイリスクには該当せず、震災前から気になっていた、不安定な生徒の多くはハイリスクに該当しました。緊急事態の時には、普段の学校生活において不安定な生徒は精神的にかなり動揺するところがあります。一方で、津波で被災した生徒は、スクリーニング検査時に自分の内面の状況のとおりには項目をあえて選ばなかった可能性もあったのではないかと思っています。ハイリスクになりやすい生徒についてスライドに載せましたが、決して地震や津波の被害を受けた生徒だけではないということをお伝えしたいと思います。

全生徒へのスクリーニング実施

- 生徒個々の状況を把握するため、チェックリストによるスクリーニングを実施し、ハイリスクの生徒をピックアップした。

⇒沿岸部で被災した生徒の多くはハイリスクに該当せず、震災前から気になる不安定な生徒が多く該当した。

- ハイリスクになりやすい生徒は、具体的には、不登校・不適応、家族問題有、喪失を経験、人間関係のトラブル、発達障害（疑い含む）、孤立傾向等。

2. 気になる生徒へのアプローチ

スクリーニング検査を実施後、勤務校としても、気になる生徒にアプローチをしていかなければいけないと考えておりましたので、後日スクールカウンセラーが面談をすることになりました。ただ、チェックリストのスコアだけで判断することはできませんので、沿岸部から転校して来た生徒も面談することになりました。生徒が「何を聞かれるのか」と警戒し、緊張することも考慮して、あえて相談という感じではなく、日常会話に近いソフトな感じの面談を行いました。

気になる生徒へのアプローチ

- リストアップした生徒に対し、配置SCによる面談を継続。被災した生徒のほとんどは「大丈夫です」という感じで、心配な様子は見せなかった。震災前から気になる生徒からは自分の思いや不安を聴けることが多かった。

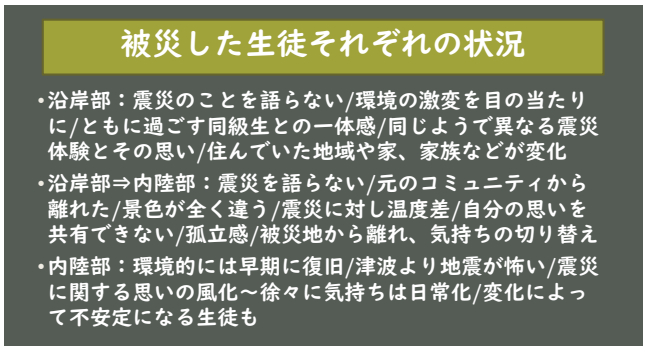
⇒各自の様子に限らず、定期的に面談を設定した。どんな内容でも、生徒に負担の少ない日常の会話に近い形で話を聴き、生徒に少しでも安心・安全を感じてもらえるような働きかけを心がけ、継続した。（担任が話を聴くことも）

～後で教職員と共有し、日頃の対応について確認した。

津波で被災した生徒の多くは事前に思っていたように、「大丈夫です」、「特に問題ありません」、「慣れました」といった感じで、問題はないように話すことが多く、心配な様子は見せませんでした。普段から面談をしている生徒の方が、不安や自分の思いについて話していたという記憶があります。話の内容も、特に地震、津波の被害といった震災に関することに限らず、どんな内容でもいいと伝えていました。生徒に少しでも安心、安全を感じてもらえるような働きかけを心掛けて継続していきました。こういった形で定期的に面談を設定して、継続的に経過観察をしていくことが大切だと考えていましたので、面談時の状態の良し悪しで次回の面談を設定するのではなく、「また来月も会いましょう」と私から伝えるようにしていました。状況に応じて担任の先生に面談をお願いしたこともあり、そういった情報を全て教職員と情報共有し、今後の対応について確認、検討しました。

Ⅳ．被災した子どもそれぞれの状況

私がこれまで見聞きしてきた中で、一般的ではないかもしれませんが、被災した生徒それぞれの状況について思っていることがあります。



沿岸部に関しては、特に津波によってかなり大きな被害を受けましたが、その地域の子どもたちは、震災のことはほとんど語りません。環境の激変を目の当たりにしてきていることや、一緒に過ごした同級生との一体感があったことなども関係しているように思います。それぞれが異なる震災体験を抱えており、東日本大震災を全員が経験していても、その思いはそれぞれ同じようで、同じではないということも感じています。住んでいた地域や家、家族などが変化し、中には喪失したことも関係があると思います。

沿岸部から内陸部に転校してきた子どももまた、震災についてあまり語りません。今、住んでいる目の前の景色は以前と全く違い、元々住んでいた景色や雰囲気からは離れたところにいると震災というものが感じられず、周囲との温度差を感じたと思います。そういった状況で、沿岸部から転校してきた子どもは、自分だけが辛く、周りは自分のつらさを全然わからないと感じることも多かったと思います。自分の思いを周囲の人と共有できず、孤立感が深まることもあります。一方で被災地から離れたことを契機に、「もう震災のことは考えないようにしよう、思い出さないようにしよう」と、良い意味かどうかは別として、切り替えてしまった生徒もいたかと思います。

内陸部は、家の倒壊や道路の破損、土砂災害などはあったものの、環境的には沿岸部より比較的早く応急復旧がなされたように思います。それから、津波よりは地震や放射性物質への恐怖や不安が強い傾向がありました。1年目はそうでもありませんでしたが、発災2年目以降徐々に震災に対する思いは風化していき、気持ちが日常に戻っていくのは早かったように思います。一方で、震災による様々な変化によって不安定になる子どももいました。

Ⅴ．生徒支援に携わって思うこと

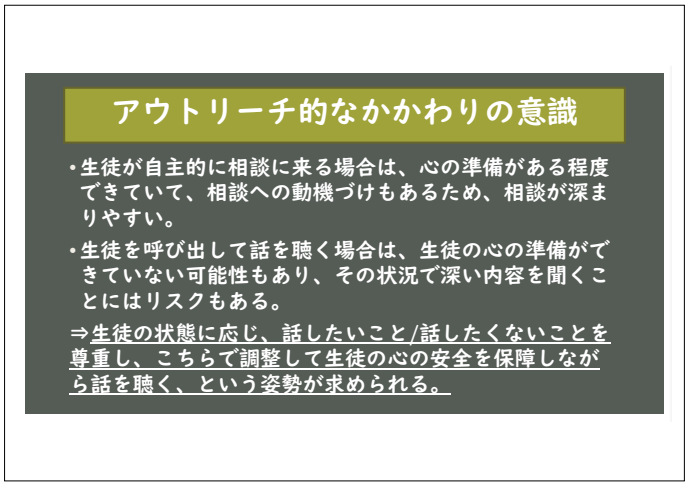
1．アウトリーチ的なかかわりの意識

震災時の学校における生徒支援の際には、アウトリーチ的な関わりの必要性をよく感じています。

私のこれまでの経験では、生徒が自主的に相談に来る場合は、心の準備がある程度できており、相談への動機付けもありますので、カウンセリング関係が成立しやすく、内面や行動の変容につながりやすいように思います。

しかし、先述したような震災に関する面談などは、私は自主来談を待つというよりは、担任から「気になる生徒」に声を掛けて来談を勧めていただくことが多く、生徒が自分から相談したいと希望して来談するケースは基本的に少ないです。生徒本人が相談したいと言わな

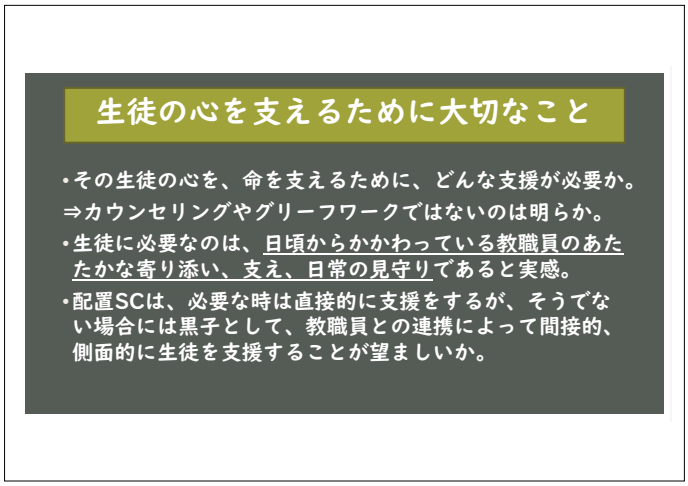
くても教員やスクールカウンセラーの側で相談ニーズがあると考えて来談を勧めるので、こういう形はアウトリーチに近いと思っています。具体的には、日常会話に近い感じで、侵襲的にならないよう生徒の状態に応じて話したいこと、話したくないことを尊重するようにし、最近の学校生活や好きなことについての話などをしながら、その合間に心配なことや気になることが一つでも出てくればいいか、というねらいを持って面談をしています。



内容的には相談とは思えない感じになることもありますが、こちらで生徒の状況に応じて調整しつつ、生徒の心の安全を保障しながら話を聴くという姿勢が大事かと思います。特に、先ほどのようなチェックリストを基にしたスクリーニング面談の場合は、このような形の面談がいいのではないかと思っています。

2. 子どもの心を支えるために大切なこと

子どもの心を支えるために大切なことについて、ある生徒との関わりに関してお話ししたいと思います。



突然に家族を亡くした生徒に対し、どのように対応していけばいいか、先生方もかなり悩んでおられました。まずは家庭訪問をしてその生徒本人や身内の人と会い、話をするということを、ずいぶんやっておられました。その生徒が登校した時に、スクールカウンセラーに会ってもらうのはどうかという話も出ました。私としては、「その生徒はカウンセラーには話したくないだろうな」と思いました。いくらカウンセラーだとしても、初めて会う人に辛い思いや亡くなった家族の話はしないだろうと思い、私からは、生徒が望むのであればもちろん会うのはかまわないけれど、できれば普段関わっていらっしゃる先生方（担任や養護教諭など）がその生徒の話を聴く機会を作っていただけないか、とお願いしました。

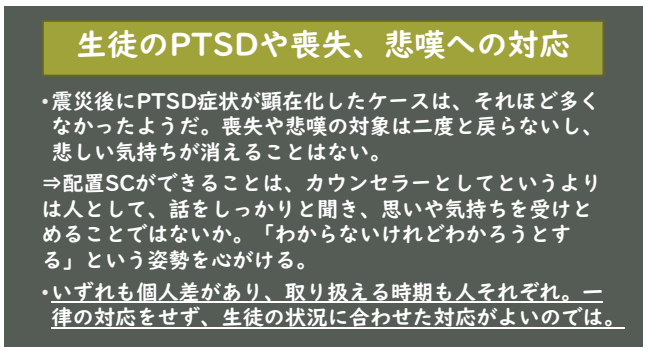
私が思ったとおり、その生徒は普段から関わりがある先生方とのお話を選びました。そこで、生徒が先生方と定期的に話をするという場を設定し、私が後でその時の話を聞いてコンサルテーションをする、という形をとりました。先生方が生徒の話や感情を受けとめ、見守るということを続けるうち、その生徒は少しずつ学校生活に溶け込んでいきました。

人が大切な存在を亡くして辛いときに必要なものは、カウンセリングやグリーフワークで

はないと私は思っています。必ずしもカウンセラーが対応しなければならないわけではありません。大事なのは、日頃からその子どもに関わっている、その子どもが信頼できる先生方の温かな寄り添い、支え、日常の見守りだと思います。スクールカウンセラーとしては、もちろん必要なときには話を聞きますし、スクールカウンセラーが対応して良かったケースもありましたが、それだけではなく、適した人が役割を担って話を聴き、受けとめることが大切で、そうした先生方をスクールカウンセラーが側面的に支援することが重要だと感じています。

3. 心的外傷後ストレス障害（以下、PTSD）や喪失、悲嘆への対応

PTSD、悲嘆といった課題は、被災地ではどうしても出てくることで、私は当時スクールカウンセラーとして、PTSDの症状に対してどんなことができるのかと悩みました。PTSDの治療が必要になった場合は専門機関にリファーするとして、実際に勤務校でPTSD症状を呈する児童生徒が出たらどう対応すべきかと、随分と考えました。



私が勤務していた学校に関しては、フラッシュバックの症状を呈する生徒が一部いたものの、思っていたほどPTSD症状を訴える生徒は多くありませんでした。他の学校の多くも同様の傾向があったと聞いています。ただ、地域や家、家族や友達を失ったことによる喪失や悲嘆はなくなりませんし、失ったものが戻ってくることもありません。そのことについて、スクールカウンセラーができることは少ないという実感はありました。

これは震災直後の支援とも共通していて、カウンセラーとしてというより、人として対応するしかないと感じています。確かにカウンセリングをしたからといって失った家や地域、家族が戻ってくるわけではありません。大きい喪失を経験した子どもに対しては、しっかりと話を聴いて気持ちを受けとめる、ということくらいしかできないと思います。

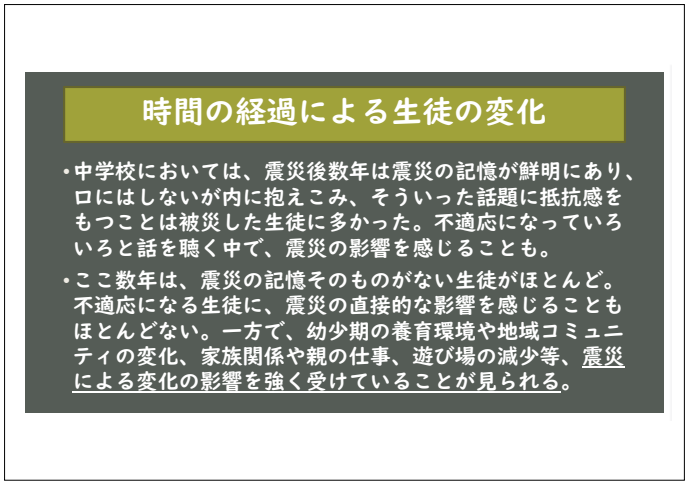
私自身も沿岸部に住んでおり、被災はしましたが、大変な被災をされた方に比べれば被害はごく僅かと言っていいくらいです。そういった状況ですので、「私には大変な被災をされた方々の思いは絶対に分からない。分からないけれど、少しでも分かろうと努め、思いや気持ちを受けとめよう」と、いつも思っています。自分にできることはほんの些細なことでしかないけれど、そういう形で何とか寄り添い、少しでもサポートできないか、と思っています。

また、被災体験やその際の思いと感情、喪失や悲嘆といったものには個人差があり、同じ地域に住んでいても、同じクラスの子どもでも、隣の家の人でも、個人差はあると思います。悲嘆みたいなものを扱える時期も、人それぞれ違うと思います。一律の対応で良い場合もあるかもしれませんが、それでは不適切な場合もあると思いますので、子どもの状況に合わせて柔軟に対応することが望ましいと考えています。

Ⅵ．時間の経過による変化

1．生徒の変化

時間の経過とともに、勤務校の生徒の様子も変化しました。スライドをご覧いただければと思いますが、震災後数年は、震災について知っている、体験していて記憶がはっきりしている生徒が多かったです。「口にはしないけれど、何かを抱えている」、「とても頑張っている」、「震災の話題には抵抗が強い」、「心のケアに関するアンケートは嫌」という印象があり、やはり震災の影響があるということは感じていました。不適応になった生徒からいろいろと話を聴く中で、表にはなかなか出ませんが、震災の影響を受けていると感じることもありました。



ただ、ここ数年に関して申し上げると、例えば中学生は当時は小学校低学年か未就学児で、震災の記憶そのものがないのか、震災の直接的な影響があまりないように見えることが多くなってきました。よって、震災に関する悩みもほとんど訴えませんが、環境の変化による影響を感じることはむしろ多いです。幼少期の養育環境や地域コミュニティの変化、家族関係や親の仕事の変化などが背景にあり、不適応を起こしている生徒がいると感じています。

2．積み残してきたことをやり直す

学校生活でのつまずきをきっかけに、震災後の経過の中で積み残してきたことをやり直す、ということがあります。例えば、震災後の大変な状況の中で、親や周囲を慮って甘えたりわがままを言ったりせずに「いい子」でやってきた子どもが、身体症状の顕在化や不登校を契機に、親との関係性の中でそれまで積み残してきたことをやり直していく、ということです。そういった取り組みを通して子どもは徐々に自分の意志を表現し、それに基づいて動けるようになっていきます。

しかし、こういった時は親も戸惑い、どう対応すればいいかわからなくなります。スクールカウンセラーとしては、親との面談を行って子どもの言動や行動について理解できるように支援するとともに、子どもが積み残してきたことを十分にやり直せるような親の関わり方をともに考え、それが継続できるよう支援しました。他にも必要に応じて外部の相談機関につなぐなど、いろいろと調整しながら、親が子どもを見守り続けることができるように支援していきました。

震災後の厳しい環境の中で生きてきた被災地の子どもたちにとって、このようなことは珍しくないと思われます。ようやくそれまで積み残してきたことをやり直せる時期が来たというときに、適切な支援ができることは大切なことだと感じています。

Ⅶ. 保護者 / 教職員へのサポートの視点

子どもを支援する上では、保護者や教職員も協働して一緒に支援者となることが大事だと思います。しかし、保護者も被災し、必死に頑張っている状況でも、わが子のために何とかしないといけないと思い、保護者自身が大変な状態にあることを無視しているといった状況が見られます。教職員も同じように、子どもたちのために、たとえ自分が被災していても学校に気持ちを向けて頑張ってこられました。震災から９年近く経ち、だんだんと無理がたたり、心身に不調が出てきている方もいらっしゃるかと思います。

保護者/教職員へのサポートの視点

- 保護者も被災して厳しい状況にありながら、生きるため、子どもを育てるために、様々な思いや不調を抱え込んでやってきた。その反動が出てくる可能性もある。
- 教職員は震災後、児童生徒のために懸命にやってこられた。特に被災した教職員は、大きな負担を抱えてやってきたことによる心身の疲れが慢性化していることも。

⇒SCはそういった視点を常に持ち、必要時にサポートする。外部性をもった存在としてかかわることに意味もあるか。

二井さんのお話にもあったように、外から来ている人間には「現地のことが分からない」、「よそ者」といった側面があります。ただ、分からないからこそできることもあると感じています。分からないが故に現地の人が不安定になるような状況にあっても同じようにはならず、落ち着いてやるべきことをやりやすいところがあり、そういった点では外部性をもった存在には意味があると感じます。よって、外部性を持ったスクールカウンセラーとして、常に上記のような点を意識しながら、必要時に適切に保護者や教職員を支えていくことも大切だと思っています。

Ⅷ. 他職種連携による子ども支援

学校は多職種連携の場です。元々、様々な職種の人が集まっていますが、特に東日本大震災のような大規模災害時には、それが重要な意味を持つと思います。必要に応じて、医療機関や相談機関、役所や警察等の外部機関と連携を図って子どもを支援することが必要だと思います。

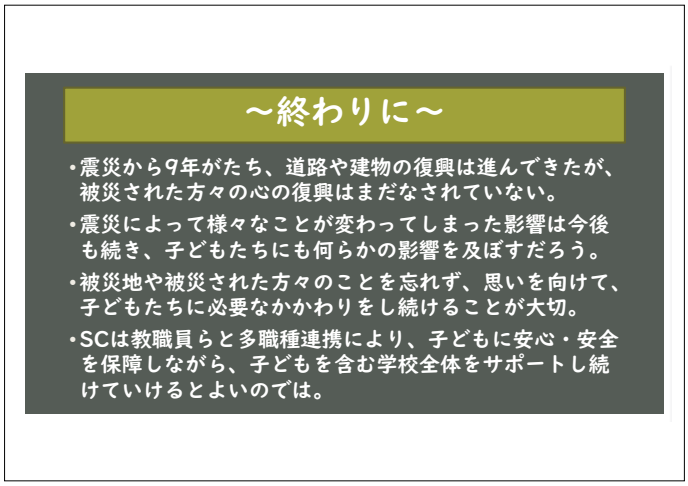
多職種連携による生徒支援

- 学校自体がもともとは教員、事務職員、用務員、SC、支援員等の多職種が配置されている場であり、日頃から校内で連携を図って生徒に対応している。
- 必要に応じて、医療機関や相談機関、役所や警察等の外部機関との連携により生徒を支援することが有用である。
- たとえばPTSD症状が見られても、県内でその専門治療を受けることは難しいように、希望が100%叶わないことが多い。それを前提として、少しでも生徒のための支援となるようにコーディネートできればいい。

先に述べたようなPTSD症状に関しては、治療を望む声は多いと思われますが、現状では県内にPTSD専門の医療機関がほとんどなく、簡単ではない状況です。それを前提として、スクールカウンセラーは教職員や外部機関と連携を図り、子どものための支援が少しでもできるようなコーディネートをやっていくと良いのではないかと思っています。

Ⅸ．終わりに

震災からもうすぐ９年になろうとしています。道路や建物の復旧は進んできていますが、被災された方々の心の復興はまだなされていません。震災によって様々なことが変わってしまった影響は今後も続くでしょうし、子どもたちの心にも何らかの影響を及ぼしていくだろうと思います。



私たちも被災地や被災された方々のことを忘れず、思いを向け、子どもたちに必要な関わりを持ち続けることが大切だと思います。震災から９年が経ちますが、被災された方々にとって震災は未だ過去のことではありませんし、今も震災の影響で苦しい思いをしている方、つらい状況にある方も少なくありません。私たちがそういったことを忘れずに、被災地に思いを向け続けることは大切だろうと思います。このあたりで私の話を終えたいと思います。ご清聴ありがとうございました。

質疑応答

加藤：講師の方に、会場の皆様からのご質問にお答えをいただく形で進めていきたいと思います。それでは、鈴木さんから、お願いします。

鈴木：スクリーニングテストの調査に関して、**「子どもが本当のことを書かないと考えると、なぜ沿岸部の子どもたちはハイリスクに該当しなかったのか」**というご質問がありました。

これに関しては、本当のことを書かないのは、「そういうこと（震災に関することやそれに伴う自分の気持ち）は話したくない」などといった意思の表れではないかと、単純に思っています。その状態でチェックリストに記入すると、スコアとしては気になるほど高いものにはなりにくく、それで多くはハイリスクに該当しなかったのでは、と考えています。その子どもはそこに触れられたくないのであろうと思うと、私たちからは触れなくてよいのではないかと思っています。また、たとえ症状が出ていたとしても、その時にそこに触れるのは難しいのではないかと考えています。

震災の影響ということは学校現場でもよく言われています。例えばリストカット、過食嘔吐、不登校など様々な症状がある中で、それらが震災の影響によるものかどうかにどう焦点を当てるかという話になるわけですけれども、私は震災の影響の有無を特定したいとはあまり思っておらず、震災の影響も含めたストレス反応ではないかと考えます。震災の影響もあるでしょうが、それだけではないだろうと考え、他のことも含めてアセスメントしていきます。よって、その子どもが震災について話をしたいと思えばそこに触れますが、そうでなければ触れないこともあると思います。

医療機関において心的外傷後ストレス障害（以下、PTSD）の治療をする場合は、違います。医療的な枠組みの中で、患者の同意を得た上でPTSDの治療を進めていきます。学校という枠組みの中でスクールカウンセラーが治療のようなことをするのは危険です。PTSDの治療をする場合にはしっかりとした医療機関でやっていただくことが大事で、スクールカウンセラーの立場としては、それは難しいと思っています。

私が外部支援者として考えているのは、「東日本大震災や被災された方々及び地域のことをまだ忘れていない」ということです。しかし、私はそう思っていても、被災された方々全てがそう思っているわけでなく、そのことに嫌悪感を持つ方もいらっしゃると思っています。被災された方々の思いはそれぞれで、一つの正解があるわけではありません。私もそれなりに震災体験はありますが、やはり例えば津波で被害を受けた方々とはその体験や思いの水準が全然違います。外から被災地に入ることになった場合には、そのことを念頭に置き、「自分の体験や思いはこの地域の方々とは全然違うんだ」ということを忘れないようにすることが大切です。

この場にいらっしゃるみなさんの中でも、例えばご自身も被災された方は、私の話を聞いて苛立ったり、疑問に思ったり、悲しくなったりすることもあるかもしれません。そのことについては申し訳なく思いますが、人それぞれに様々な思いや考えがあり、それらはそれぞれにとって正しい、という思いが私の中で強くなっています。

「PTSD の症状に関して、どういう対応をしているか」というご質問もありました。これについては、学校現場でスクールカウンセラーとしては、受けとめるしかないと思っています。宮城県に関しては、PTSD の治療を受けたいと希望しても、エクスポージャーやEMDR のような心理療法的アプローチを行う医療機関や相談機関は県内には少なく、薬物療法になることが多いのではないでしょうか。学校現場でスクールカウンセラーとしてリファー先を聞かれても、今の私にはそれに対する答えがなく、そうなると学校で受けとめるしかありません。精神科に繋ぐことで不眠やフラッシュバックが改善するということもありましたが、全てが治癒するというわけでもありません。非常に難しいのですが、そのような中でも諦めずに「何かできることはないか」という視点で、子どもを支援し続けることが重要です。自分たちにできる範囲で、「何ができるか」を考え、実践するということを基本として対応するようにしています。

「防災教育、また被災地の教職員としての部分、例えば、被災地の教職員が抱える困難、防災教育の中でフラッシュバックを起こしてしまう生徒への対応」などに関するご質問もいただきました。東日本大震災から９年近くが経過し、今目の前にいる子どもたちがどれほど震災の被害を受けているのかどうか、分かりにくくなってきています。学校においては、全てが漏れなく記載されているとは限りませんが、引き継ぎの段階で関わる生徒の被災状況や気になる点についてしっかり確認し、防災教育や避難訓練などフラッシュバックのトリガーになりそうな事柄に関しては、事前にその生徒や保護者に確認し、対応についても考えておいて必要時に適切に対処できるよう準備しておくことが大切だと思います。関係する教職員で共有しておくことも必要ではないでしょうか。そういった対応は保護者も望んでいることかと思います。防災教育についても、学校では試行錯誤しながらも懸命に取り組まれていらっしゃると思いますが、震災から時間がだいぶ経過し、子どもたちに実際の災害をイメージさせながら具体的な避難行動をとれるようにすることの難しさを感じることも多いようです。

震災時に地震や津波で大きな被害を受けた被災地の学校に勤務していた教職員は、被災された方々の辛さを十分に分かる部分が多く、子どもや保護者について理解した上で適切に対応されると感じています。一方でその教職員自身も被災されている場合、ご自身も辛さを抱えながらの勤務となっており、心身に不調をきたしていることも少なくありません。震災後に被災地外から異動して来た教職員はそれが体験的に分からないことが多いですし、分からないことを問題と思わない教職員も少なからずいるかもしれません。そういった状況だと、子どもや保護者への対応も分からない、ということになります。教職員間の温度差はどうしても出てきますので、校長先生が中心となって学校全体でどのように共通理解を図るかが重要だと思っています。もし学校単位では難しければ、市町村教育委員会が主体となって、異動してくる教職員と被災地の実情や子どもへの対応について、目線合わせのようなことができればいいのでは、とも思います。細かい点を考えると難しいところも多いのですが、地域の実情に合わせてやりやすい方法で、教職員が被災地の状況や子ども及び保護者への対応に

ついて共通理解を図れるような取り組みができるとよりよいと思います。

「震災体験に関して」のご質問もいただきましたが、そこはやはり皆人それぞれ、違うように思います。同じ地域の人でも、お互いの体験や気持ちについて分からないところがあるのではないかと思います。隣の人との間でも、家族の中でも、本当に一人一人が違うのです。よって、「それぞれの震災体験について分からない」ということについては、被災地の外から来た人はもちろん、おそらく同じ被災地の中に住んでいる人も同様であり、その違いに戸惑い、傷つく人は、かなりいらっしゃるのだと思います。そういった状況をしっかりと把握しておくことは、被災された方々とかかわる上でとても大切なことであると強く感じており、「分からないけれど少しでも分かろうとする」姿勢が大切であると私が思っている理由でもあります。

加藤：ありがとうございました。二井さん、お願いします。

二井：いろいろなご意見やご質問をいただき、ありがとうございます。

最初に、**「愛着の問題とPTSDは重なる領域が広いですが、親もしくは子どもの問題行動が正しいかはさておき、そのアセスメントをする際に留意していることをお聞きしたい」**というご質問についてお答えします。

愛着、震災のPTSD、あるいは元々持っている特性などが重なっているところが大きいと思いますので、私もとても難しいところだと感じています。例えば、保育所などへの巡回相談で、「このお子さん、どうですか」と言われて、見させていただくことがあります。本当に短い時間ですし、かつ私自身も勉強不足で見るポイントがまだ分かっていないところがあり、その上、お子さんの背景の情報もそれほど多く得られないと、非常に難しいと感じます。ですから、「このお子さんは、こうですね」とすぐに言えるものではないという悩みはいつもあります。

アセスメントをする際は、できるだけ日ごろそのお子さんを見ていらっしゃる保育士さん、それから可能な場合は、親御さんにもお話を聞き、普段の様子、家と保育所での様子の違い、「どういう時に、どのような行動が出るのか」といった情報をできるだけ多く集めます。そして話し合いをした上で、全て仮定にはなりますが、「発達の課題がある可能性があるかもしれないけれど、一方で、震災の影響で幼少時に十分このようなことができなかったという可能性もあるかもしれない」といったことを、お伝えします。その後については、保育士さんや保健師さんにそのお子さんを見ていただく形になりますけれど、そのお子さんのことを一緒に考えるきっかけという部分で、関われたらいいと思っています。

私自身、これからも勉強しながらやっていけたらと思っています。ですので、私自身がそのお子さんの背景となる情報をできるだけ集めるだけではなく、支援者の方にもこれからも

背景となる情報を集めてもらったり、親御さんとの関係を深めていただいたりして、皆でお子さんを一緒に見ていこうという雰囲気を作っていただけるようにしています。

次に、臨床心理士をしていらっしゃる方からの**「今なお遠方に出向き支援活動を継続するに当たり、ご苦労された点、継続されてきて良かった点などありましたら、教えていただけますでしょうか」**というご質問にお答えします。

私は年に数回でしたが、“S-チル”さんや県からの力強いバックアップを受け、仕事として行かせていただいていたことは、これまで続けてこられた原動力になったと思います。

苦労した点はやはり、外からチームの中に入っていくことです。私はそこが１番気になりました。「受け入れてもらっている」と感じられるまで、数年かかりました。最初の数年間は、「迷惑に思われているのではないか」と思い、被害的な感じがしていました。でも、一緒にひとつひとつの相談に取り組んでいくうち、町の方々に少しずつ心理相談の位置付けのようなものを認識していただけるようになっていきました。

良い点は、派遣されている町は、とても豊かな土地で、景色も良く、空気もきれいで、晴れている時などは非常に気持ちがいいということです。県内に豊かな土地があると知る良い機会になりましたし、道の駅などに寄るのもとても良い体験になりました。そこに行くことが嬉しいですし、町の方々が温かく、良い出会いをたくさんいただいていると感じます。それも、大きな、そして良い動機になっていると思っています。その他、他の職種の方々から学ぶことが非常に多いので、これからも学ばせていただきたいと考えています。

それから、次のような大変貴重なご意見もいただきました。**「失敗談のところでお話しされていたことですが、現地のスタッフの思いやそれまでの関わりはあるにしても、よそから来た人だからこそ相談できることもあって相談したのではないかな、と感じました。その場合、保護者や本人がどう望んでいて、どうその方が持っている力を高めるかという点で話し合いができたほうが良いと思うので、必ずしも現地のスタッフの思いを最重要視しなくてもよいのではと思いましたが、そのあたりの匙加減が必要ということなのでしょうか。いずれにしても、よそからピンポイントで派遣依頼されてお仕事をするというのは大変だと思いました」**

ご報告の中で一例として挙げましたが、「これは本当に大変だ」と私は感じたケースに関しては、後で振り返って、「今、どうしているんだろう」、「あの時、こうしていれば…」というのは、やはり思います。

その相談を受けた時は、「私はチームにまだ受け入れられていない」という気持ちがとても強い時期で、その個人的な気持ちが働いてしまったところが大きく、「まずいことを言ってしまった」などと考え、相談者をベストの方向に導くための配慮が十分ではなかったと思っています。使える相談資源はお伝えしたので、「覚えてくれるといいな」と願いつつ、保健師さんたちとの関係も少しずつ強めていただければとも思っています。ですので、私自身の思いも絡んでおりましたが、そのあたりの匙加減に関しては、現地のスタッフとの協力の仕方、それから私自身に少々足りない、自分の思いをきちんと伝えていくというところをもう少し頑張っていきたいと思っています。

大和田：いろいろなご質問やご意見をいただき、ありがとうございます。とても多くのご意見、あたたかいお言葉・コメントをいただき、非常にありがたいと思っています。たくさんのご質問をいただきましたので、どれだけ答えられるかは分かりませんが、見てみて、大きく分けると５つくらいかと思いました。

１つ目です。**「子どもの話を聞く時に注意すること」**について、ご質問がありました。基本的な姿勢に関しては、おふたりの先生方がスライドでお話しされたことと同じようなこともあります。大前提としては、私たちは相談機関ですので、相手の考えを否定することはありません。こちらの意見を押し付けることもしないようにしています。お子さんの感情を大事にし、「この子はどんなことを言おうとして、どういうふうに表現しているのか」ということを大事にしてお話を聞くようにしています。

中学生、高校生くらいですと比較的、言葉で表現できますが、小さいお子さんですと、こちらが本質的なことを聞きたいと思っても、うまくかわされたり、「こっちがやりたい」と言って遊びの方に逃げたりするので、その時は、遊びの方に行ってもいいけれど、一人で遊ぶのではなく、一緒に考えることも含め、「あなたと一緒に過ごす大人だよ」、「あなたの味方だよ」ということをできるだけ伝えるようにしています。

幼いお子さんほど、気持ちを表現する単語や言葉と、気持ちがマッチしないことが多いです。そういう時にはやはり、周りの大人、例えば保育所に通っている場合は保育士の先生方、それから親御さんも、そのお子さんができるだけ自分の気持ちを表現できるように、「こういうことかな？」と思うことを、代弁して下さるようにお願いしています。すぐにはマッチしなかったとしても、「こういうことかな」と考えて大人が代弁し続けると、お子さんが気持ちにマッチした言葉を覚えていくと、自然にお話をしてくれるようになりますので、そのタイミングを大事にして下さるようにお伝えしています。良い表現だけではなく、「嫌だ」、「痛かった」、「寂しかった」といったマイナスの表現も含め、気持ちを表現する言葉を大切にしてほしいと思っていますし、こちらとしても、そこを大事にしています。

２つ目のご質問は、**「セルフケア」**に関してです。**「自分のことをどうしていましたか」、「そんなに大変だったのに、どのように処理してましたか」**というご質問をいただきました。

セルフケアについては、私たちのところはスタッフが少ないながらも、私を含めて３人の心理職がいるという大変大きな強みがありますので、いろいろなことが起こっても、皆、必ず事務所に戻ってそれを吐き出すことができました。グチ、不満など、全てその日のうちに吐き出すようにしました。周りのスタッフは皆、優しいので、それを聞いてくれました。否定せず、「そうか、そうか」となだめてもくれました。ただ、そうはいっても進めなければいけないことは進めなければいけませんので、感情は感情として処理し、１回気持ちをストンと落とした後に、「では、このケースは、どのようにしたらよいのか」と考え、周りの方々

と建設的なお話ができるように作戦会議などもしました。

3つ目のご質問は、**「支援者支援」**に関してです。大人へのサポートもしておりますので、**「支援者側への支援というのは、どういうことをしていたのか」**というご質問がありました。

地域連携にも、システムというところにも繋がってきますが、私はずっと陸前高田市に入っておりますので、陸前高田市のいろいろな方々と顔が繋がりました。学校の先生も市の職員の方々も当然、異動などはあるのですが、異動先で、他の方々に「口コミ」のような形で児家センの機能を伝えてくれたり、「こういう時には、児家セン大洋を使った方がいいのでは、繋いだ方がいいのでは」と提案して下さったりと、非常に頼りにしていただいていました。

その内容として、例えば、つながりにくい保護者への対応について、保護者の様子をうかがい、どのような伝え方をして、紹介先をつなぐかを一緒に検討したり、地域の気になる家庭の様子をうかがい、どの機関にどのようにつながるか、あるいは家庭をつなげるかなどを一緒に考える作業等をしたりしています。震災に関連することや、発達に関することでは、アセスメントのお手伝いをすることもあります。

顔と顔が繋がることはとても大事で、「自分は、どういう立場にいて、何ができるか」を伝えておくことが重要です。何をしてくれるかが他機関の支援者に分かってもらえると頼ってくれますし、お互いを分かり合っている支援者同士になると、その人の「人となり」もだんだんと分かってきますので、「この人には少し愚痴を言ってもいいかな」といった雰囲気が生まれ、お互いに感情の部分が出てきます。それで、「そうだよね、そうだよね」と言いながら、でも一方で、「じゃあ、このケースをどんなふうにやっていこうか」、「あなただったら、どういうことができるか」といった感じで考えながら進め、「やってみて、どうだったかも教えてね」ということもしていきます。それから、これは地域で繋がっているからこそのメリットではないかとは思っていますが、「言って、終わり」ではなく、「言った後、どうだったか」ということも見ていきます。こんな感じで、「繋がる体制」みたいなものが出来てきたことは、強みだと感じています。

4つ目のご質問は、**「保育者さんや親御さんといった大人のアセスメント」**に関してです。**「児童家庭センターに繋がるまでに、大人が既に悲嘆している。それに対してどのようなサポートがあるのでしょうか」**というご質問をいただきました。

私たちのセンターに繋がる時は、子どもが主体で子どもを介して繋がりますので、まずは子どものアセスメントをします。二井先生もおっしゃっておられましたが、その時に、背景的なところも含め、「お子さんは、それをどのような場面で出すか」も親御さんから聞きます。その面談の中で、親御さんがどう感じ、どう考えていらっしゃるか聞きながら、親御さんのアセスメントも含め、言葉の端々から察したり、1回でなく何回かお話を伺っていく中で深く聞いていったり、「親御さんはこのように捉えていらっしゃるのだ」と把握しながら進めることもあります。

先ほどの地域連携の話でも触れましたが、地域にご存知の方がいらっしゃる場合は、そこから情報をもらうこともあります。ただ、私たちは守秘義務がありますので、周りの方から情報をもらいたい時には、親御さんないしは子どもさんに、こういう理由で聞いてもいいか、と必ず聞きます。そうしないと、「誰がそんなことを言っていたのか」となり、相談者とこちらとの関係が崩れることもありますし、相談者と地域の方との関係も崩れることも考えら

れますので、その点には非常に配慮しながら相談を進めています。

最近は、地域連携について考える機会が多くあります。言葉では簡単に言えますが、実際にはどういうふうにしたら、上手にあるいは丁寧に繋げるか、また当事者が過ごしやすい環境を作れるかなどを十分に考えながら進めています。医療も教育も福祉も全ての分野で、誰でもいいから、窓口になる人と必ず繋がっておき、自分が潤滑剤になりながらやり取りできれば、と思っております。また、人が変わっても問題がないように、同じ分野内で情報を共有してもらった上で次の人に引き継いでもらえれば、「人は知らないけれど、名前は知っている」という感じになって何となく覚えていてくれます。そして、見学に来て下さったり、私も訪問したりして、「ぜひ、お会いしましょう」ということになるので、泥臭い感じがしますが、そういうことが実は大事なのではないかと思いながらやっています。

５つ目ですが、**「発災後にどのような支援をされたか、もう少し詳しく聞きたい」**というご質問をいただきました。時間の関係で、詳しく、また多くのことをお話しすることはできませんが、陸前高田市は報道にありましたように、支援に入った時は、市役所の機能が停止している状態でしたので、「誰に何を言って良いか、誰も分からない」という「スーパーカオス」な状態でした。ですが、「医療に関しては、この人」、「保健師さんの主軸になる人は、この人」など、県は必ず主となる人を置いていたように思います。その主となる人が分かるまでは、避難所、１番大きい避難所は高田一中さんだったんですが、そこの代表者の方や自治会長さんのような音頭取りをしてくれている人は必ずいらっしゃいましたので、そういう方々に、自分たちがどこでどのように活動したら良いか聞くこともありました。自分たちが出来ることを伝えたり、それがニーズに無い場合は手伝えること等聞き、活動に参加した状況でした。

少し時間が経ってからボランティアセンターが立ち上がりましたので、そこに行ってボランティア登録をしてから支援に入りました。自分が何者かは必ず明らかにするようにしていました。狭い地域だからこそ知らない人が来ると、「お前、誰？」と言われることはよくあります。良くも悪くも変な人には入ってきてほしくないのは、皆、同じだと思いますし、そういう警戒心は当然だと思いますが、今、振り返ると、震災があったからこそ敏感になっていたのではないかと感じます。「どういうところにどういうふうに入ったら、嫌がられないか」を考えながらその時に求められることをしていたように思います。

その他には、**「『気になる子どもがいる』と言ってから、行くのか？」**というご質問もいただきました。これについては、所属していた「心のケアチーム」では、保健師さんが必ず各家庭を訪問し、避難所も回っていらっしゃいました。それが掘り起こしのようなものになりました。そして、保健師さんから「心のケアチーム」に、「訪問で少し気になるケースがあったので、繋ぎたい」といった感じの依頼が入り、それから私たちが動くという形でした。介入の仕方はつないでくださった保健師さんと協議し、ニーズに応じて動くようにしていたと思います。

加藤：大和田さんは地域の中で支援に入った時であっても、連携というところの難しさを感じながら工夫をなさっていたようです。また、鈴木さんと二井さんは、「外から入る」という自分の立ち位置をとても敏感に感じながら、被災地でどのように受け止めてもらうかを常

に考えておいででした。ひとつ、私の方から聞かせて下さい。鈴木さんと二井さんは、**「嫌がられていないか」、「迷惑になっていないかな」という心配が、少しずつ、「馴染んでいるかもしれない」、「一緒にやっていけるかもしれない」と変わっていったところには、どんなことがあったのか」**について教えていただけますか。何かご自分がなさった工夫でもいいので、教えていただけるとありがたいです。

二井：私は、2、3年はなかなか中に入れないと感じていました。もう少し長かったかもしれません。自分が非常に被害的になっている感じもおそらくあったのだと思います。「自分には分からない」という変な感じがあったと思います。

3、4年経って、例えばカンファレンスで他のスタッフが言ったことに対して、「私もそう思います」というように共感したり、「同じ見立てを持っている」と思っていただくことが何度かあったりしたこと、その他、ちょっとした挨拶やお話の積み重ねで顔が繋がってきたっていうことも関係があると思います。「同じ人がいつも来てるな」と何となく思っていただける感じも、だんだんと増えてきました。

でも、今でも、「先生」と呼んでいただいています。「先生」ではなく、「さん」にしてもらおうかと思ってはいるのですが、そういう機会を逃してしまっています。外から来ているという意識は持ちつつ、チームでやることも大事にしていきたいと思っています。

鈴木：私はスクールカウンセラーですので、どの学校でも、「どの時点で受け入れてもらえるかな」と意識することはあります。沿岸部の学校に関しては、受け入れてもらえるまでに3年ほどかかったように思います。地域性も少し関係があるかとは思いますが、やはり「3年くらいはかかるかな」という感じがしています。

これといったきっかけは、特に思い浮かびません。仲間外れにされているわけではありませんが、どういう人かと様子を見られているような感じが続き、先生同士の会話に入れてもどこか距離を感じ、「よその人だと思われているんだな」と感じる日々が続きました。それが3年目の終わり頃になると、ようやく「内の人」みたいになってきたと感じました。毎週勤務しながら、「まだ受け入れてもらえていない」という状況に耐え、周囲に合わせながらも焦らずにその場所に居続けることを大切にするよう心がけました。学校だけでなく地域にもなじんでいくのが大事だと考えておりますので、よその人間ではありますが、地域の話題を常にチェックし、話題についていくといったことを心がけ、教職員の関係性の中に入ろうとすることが必要だと思いました。私自身のことを理解してもらい、受け入れてもらうまでにはある程度の時間が必要で、そのためにはこちらからの働きかけを切らさず続けていく必

要があると、今は感じています。

加藤：自分が何者か、どういう立場で何ができるかを、何回でも伝えていかないと、なかなか連携はできないということですね。大和田さんも、何か少し言葉を足していただけますか？

大和田：震災前１年くらいしかいなかった場所でしたので、当時、私は2、３人くらいの限られた方々としか繋がっていませんでした。言ってみれば、私も外部の人間に近い感じでしたが、それこそ足繁く通い、また御用聞きまではいかなくてもそれに近い感じで、窓口になっている人に、「必ず、ここにいる人だ」、「こういうことをしてくれる人だ」と分かっていただくようにしました。そうすると、あちらから、「こういうことで相談してもいいんですか」というふうに言ってもらえるようになりましたので、そこが大事なポイントだと思いました。

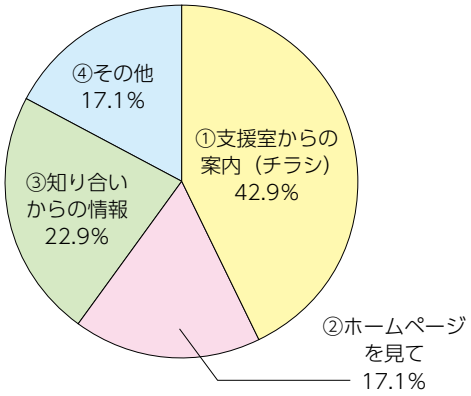
ただ、市役所も役場も２年くらいで人事異動があり、おそらくこれは全国的な傾向かと思いますが、家庭児童相談員に至っては、臨時職員やパート勤務の職員のため１年で変わるところもあります。そうなると、実は私自身もそれほど人間関係を作るのが得意でないところがあり、慣れるまでは結構ドキドキするのですが、仕事上、そういうことも言っていられませんので、そこは割り切り、「こういう仕事をしている所なので、ぜひ使ってください」とお伝えし、どんどんアピールしています。

加藤：ありがとうございました。その地に入るまでにも、馴染むまでにも、何年も時間を使って、そして、「必ずここにいるよ」というメッセージを伝えていきながらようやく繋がっていける、馴染んでいけるというそういう仕事なんだなということを、今日はとても強く感じさせていただきました。

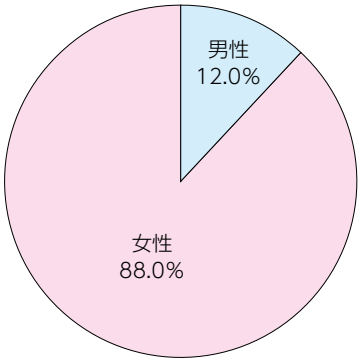
皆さんからもたくさん質問をいただき、ありがとうございました。そして長時間にわたりご参加いただき、大変ありがとうございました。

アンケート結果（有効回答35名）

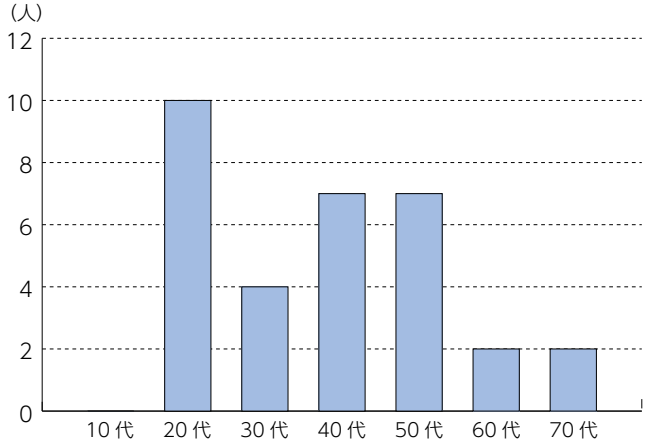
【質問１】このたびのシンポジウムをお知りになったきっかけを教えてください



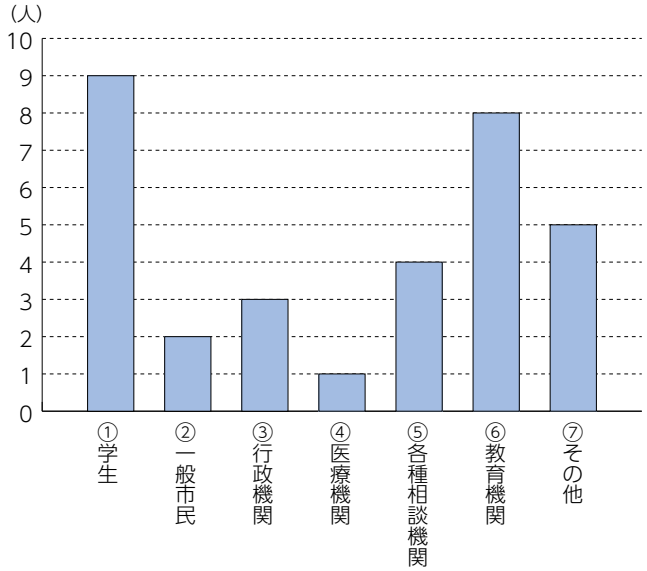
【質問２】あなたの性別を教えてください



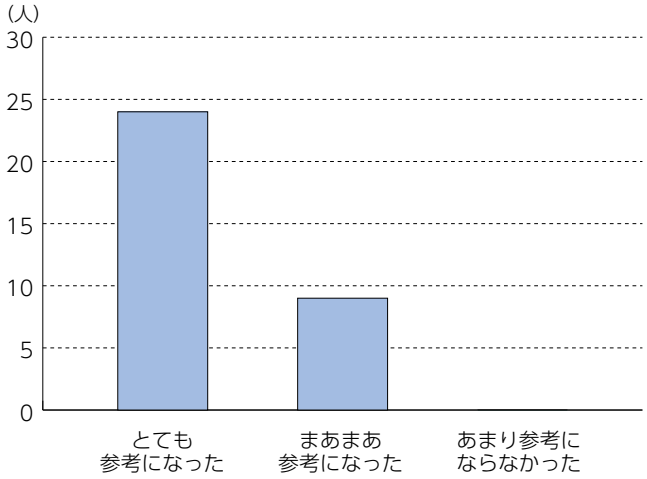
【質問３】あなたの年齢を教えてください



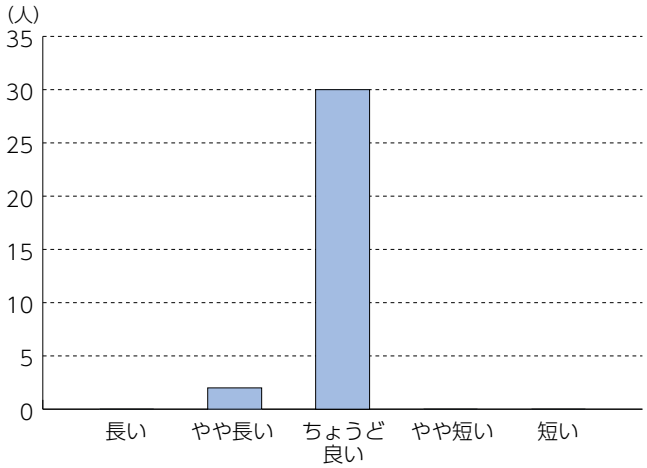
【質問４】あなたのご所属（勤務先）を教えてください



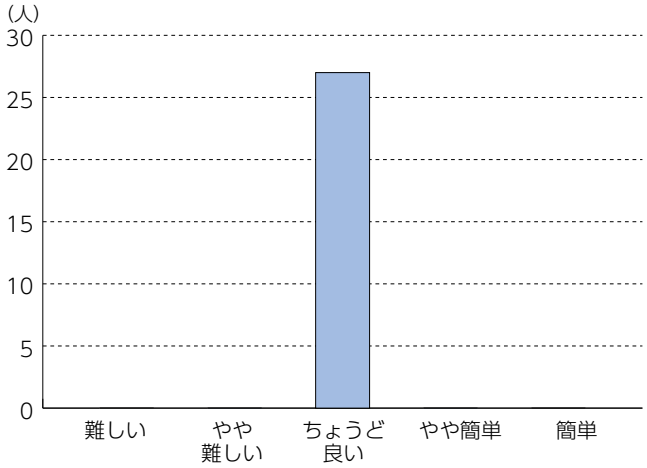
【質問５】本日のシンポジウムはいかがでしたか



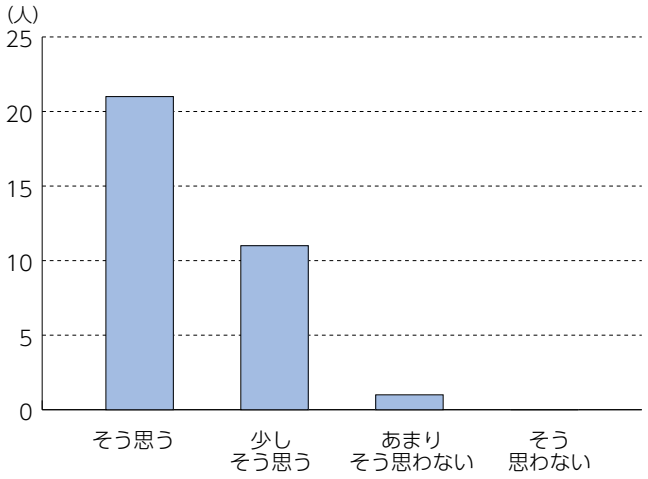
【質問６】シンポジウムの所要時間はいかがでしたか



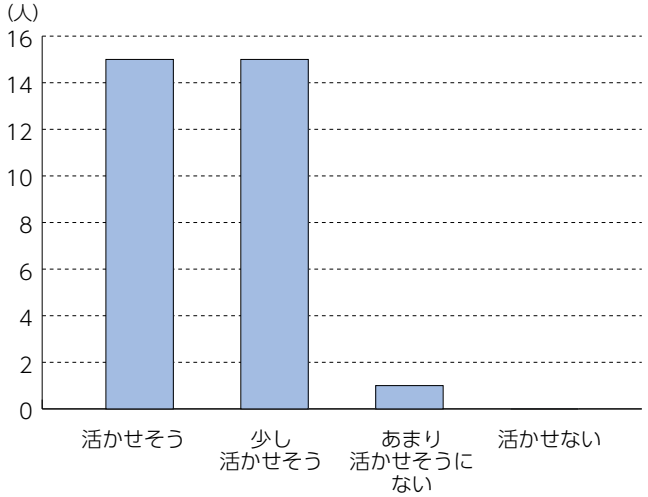
【質問７】シンポジウムの内容はいかがでしたか



【質問８】今回のシンポジウムを受けて、震災に関わる心理士の現状について理解は深まりましたか



【質問 9】今回のシンポジウムを受けて、今後の活動に活かせそうですか



質問 10　今回のシンポジウムで印象に残ったこと、学んだことは何ですか
「外部の人間だからこそできることがある」という点と、一方でそのコミュニティーにもともとあるネットワークの力を活かすことのバランスが重要だと感じました。
外部から入る方々の心理的負担？や心がまえについていろいろ伺えてとても有意義でした。
外部性としての存在、その意味について自分を振り返る機会になりました。
被災地に外部から入る心理士の振る舞い方。
外部性のもつ意義について
内部性の役割と外部性の役割があり、それぞれの支援が被災者にとって支えになること
現地で震災当時から活動されている方、外部からの支援に携わっている方、両方のお話を聞くことができたことが印象的でした。
シンポジストの皆さんが真摯に謙虚に仕事をしていらしたことにうれしく思いました。
それぞれの立場で被災地で活動されてきたことを知ることができた。
支援者の心理について考える機会になりました。
質疑の時間がとても勇気づけられます。
震災から９年経った現在の様子を学んだ。
心の安心、安全の保障をすること、関わり続けていくことが本当の支援だと感じた。関心をもちつづけること。
支援する環境や対象に人々の変化に伴い、支援する側が柔軟に変化していたこと。
震災から時間が経ったからこその変化が様々な立場の話から分かった。
子どもたちや親の震災の影響や９年経つ今までの経過、変化、それに対するケアや支援を学ぶことができた。子どもの話の聞き方が印象的だった。
“人とのつながりは災害にも勝つ”というのがとても印象的でした。職種、立場に関わらず、日頃から人とのつながりを大切に生きていくのが大事だと感じた。
一般論と個別対応の関係（難しいが関わりたい）
子どもの状況と震災の影響を関連づけて説明することは分かりやすいデーターがあるわけではなく難しいかもしれませんが、災害などを問わず不安定な子どもに対して各機関や地域のつながりが効果的なのだと思いました。
現状について具体例、数値、引用文献も交えて話して下さり、とても分かりやすかったです。自分の立場への細やかな心配りの大切さを実感しました。
直接震災を経験していない子どもの親のイライラやうつを通じて心に影響を受けていることが分かりました。
震災の時、大人たちも大変だったこと。

震災後、母子避難をしました。ご講演頂いた皆さま、チームを組んで支援されていたことをお聞きし、いろいろ助けて頂いていたのだと改めて思いました。まだまだ自分自身が震災の全部を受け止めきれずに小、中学生の子供たちを子育てしてきましたが、このような取りくみ、ご支援のおかげで心理士に興味を持ち、その道を進もうと娘がしています。カウンセラーさんの話をその当時していましたが、どのように見守って頂けていたのか知ることができて良かったです。
心理士としての専門性を持ちながら、その場のニーズに合わせて柔軟に応じられる、または必要性を見立て、言葉で説明できる力が求められていると強く感じました。改めて難しい仕事だと思います。各職場での心理士の専門性とはという部分も、もう少し伺えれば良かったです。
鈴木先生のお話は現場の教員として、すとんと落ちる感じがありました。教員の立場で、今やっていることは意味があるのだなと思いました。
二井先生が地域性や多職種との連携をとても大切にし、親がおかれている環境をよく考えながら支援していることに感銘を受けました。鈴木先生も日常的に生徒と関わっている教員を支えることを大切にされており、外部の心理ができることできないことをしっかりと考えておられるところに感銘を受けました。
今日報告された大和田綾子氏の内容が私も現在 SC をしている中で同じような体験をすることが多く、共感してお聴きしました。

質問 11　今後、どのような形で活かしていきたいと思われますか
我々の団体でも学生との定期面談を行っています。【質問 10】に記載したことや、「相談における関わり方」についてお話しいただいた点を活かしていきたいです。
現場で、ケースの場面で、参考にしたいと思う。
協働が大切だと考えるので、子どもの支援を共に実施する仲間として今後も支援にあたりたいと思います。
本当のことをアンケートで答えないのではなく、言いたくないんだな、という視点を持つことができました。
現場で心に持ちながら。
今後益々震災体験は風化していくと思うので、話したいときはいつでも語れる存在でありたいと思いました。
保護者との接し方や面談の時に配慮したい
震災報道、取材では、子どもに対してはいつも十分に気をつかうようにしているが、今回学んだことを踏まえ、より深い取材につなげられたらと思う。
外部から入る立場、経験していない立場としてお話を聞く際には、自身の構えを自覚し、「分からないけど分かろうとする」姿勢を保ちたいと思う。
将来、自分の働く場を考える際に、その仕事に対する役割イメージにとらわれず、それをその時自分にできることを考えて実行してみる姿勢が大切だと思いました。
震災後の子どもの変化や遺児の取材をしたいと思っています。
震災、地域の影響等周りからの影響を常に意識する視点、自分の発言、ふるまいの影響を見直していきたい。
地域の社会資源との連携を積極的に取っていきたいです。
現場で（一期一会の積み重ね）
子ども支援には必ず親支援が求められるので、親支援を行っている活動に生かしていきたい。
日頃の業務でその人がおかれた環境（地域制、校風等）と自分自身の立場、相談で望まれていることを再点検したいと思った。内の人であっても他者性、個別性を大切にすることが必要なのでないかと思った。
自分の研究に活かしていきたい。また、震災を受けた子たちとの接し方に活かしていきたい。
子どもの PLAY を通しての関わり方は参考になった。
卒論
鈴木先生がお話ししていました積み残してきた事のやり直しがこれから私たち親子に必要だと思いました。その時が来た時の心づもりをこれからしておきたいと思います。受け止められるようにだけはしたいと思います。
震災支援に携わることはもちろん、直接ではなくてもその影響をうけた方に対する支援をするにあたっていかしていきたいです。

質問 12　その他、ご意見・ご感想・ご要望などございましたら、お願いいたします
具体的な事例を入れてお話しいただいたので、振り返って考えることができました。ありがとうございました。
毎回有意義な研修の機会をいただき、本当にありがとうございます。
自分自身被災し被災校におり、今やっと少し外から見られる（感じる）場所におりますが、やっと、冷静にきいていることができた、と感じます。冷静に感じるということは震災のことを素で感じるということでもあり、とてもソワソワします。
3 名の現場で働く心理士の方から貴重な話を伺うことができ、非常に勉強になりました。今後も是非シンポジウムがあれば積極的に参加させて頂きたいです。
毎回確認できるところ、新たな気づきがあり、参加して良かったです。次回も参加したいと思います。
シンポジウムなので、3 人の先生方がそれぞれへの質問にお答えになるだけでなく、1 つのテーマについて、それぞれの意見をやりとりしながら展開していくのも拝見したかったと思いました。ありがとうございました。
心理の仕事が震災のような時にどうかかわることができるのか、難しさを感じた。
大変勉強になりました。ありがとうございました。

＊シンポジウムの運営についての具体的なご意見もいただきました。ご意見は震災子ども支援室内で共有し、今後の活動に活かしていきたいと思います。誠にありがとうございました。

編集者

加藤 道代　　東北大学大学院教育学研究科教授
　　震災子ども支援室室長

一條 玲香　　震災子ども支援室学術研究員

平井 美弥　　震災子ども支援室主任相談員

押野 晶子　　震災子ども支援室相談員

嶺岸 真琴　　震災子ども支援室事務員

写真撮影

鴨志田 俊太　　東北大学大学院工学研究科修士１年

震災子ども支援室“S-チル”
シンポジウム報告書

東日本大震災後の子どもたちへの支援

～心理士からみた震災～

2020 年 6 月 1 日

発 行 者　東北大学大学院教育学研究科　震災子ども支援室
代 表 者　加藤 道代
住　　所　仙台市青葉区川内 27-1
Tel/Fax　022-795-3263
E-mail　s.children@sed.tohoku.ac.jp

シンポジウム報告書

東日本大震災後の子どもたちへの支援

～心理士からみた震災～

東北大学大学院教育学研究科

震災子ども支援室 “S–チル”

〒980-8576 仙台市青葉区川内27-1

TEL&FAX：022-795-3263

E-MAIL：s.children@sed.tohoku.ac.jp

この冊子は環境に配慮した「水なし印刷」により印刷しております。

環境にやさしい植物油インキ「VEGETABLE OIL INK」で印刷しております。