



TOHOKU  
UNIVERSITY

東北大学大学院教育学研究科 教育ネットワークセンター 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 子ども支援

～震災から1年を振り返って～



平成24年3月

東北大学大学院教育学研究科 教育ネットワークセンター  
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支援  
～震災から1年を振り返って～

平成24年3月

東北大学大学院教育学研究科  
教育ネットワークセンター

# 目 次

1. はじめに .....	1
2. 震災から1年を迎えて .....	3
3. 報 告 I	
教育の現場からみえる中学生の姿 .....	5
～震災直後から現在までの子どもたちの様子から～	
質疑応答 .....	10
資料 .....	11
4. 報 告 II	
福島で今、何が起きているのか	
～心のケアの今後を考える～	
質疑応答	
資料	
5. 講 演	
震災と子どものころ .....	13
質疑応答 .....	24
資料 .....	27
6. アンケート結果 .....	45

## はじめに

2011年11月に震災子ども支援室開室記念として「親を亡くした子どもに対する支援の中長期的展望」というシンポジウムを開催しました。そのシンポジウムに、私自身も話題提供者として参加させていただき、震災子ども支援室における支援の枠組みとして4つの柱を提案させていただきました。すなわち、第1に時間の流れの中での支援、第2に関係の中での支援、第3に文化を考慮した支援、第4に子どもと子どもを取り巻く人々への支援ということです。

今回のシンポジウムは、震災子ども支援室が開催する2回目のシンポジウムになります。シンポジウムの開催に当たっては、上の4つの柱を念頭に置き「東日本大震災後の子ども支援」というテーマを設定しました。第1に、東日本大震災から約1年の時間が経過した時点で、これまでの支援を見つめ直し、今後の支援のあり方を検討しようとするものです。第2に、様々な立場から震災後の支援に関わってきた方のお話を伺い、改めて支援における関係性の意味を確認しようとするものです。第3に、岩手、宮城、福島とそれぞれの地域における支援の経過をお聞きすることによって、文化を考慮した支援のあり方を考えようとするものです。第4に、子どもへの直接的な支援、保護者への支援、教師への支援など様々な人々への支援のあり方とそれが子どもの成長・発達に及ぼす影響を考察しようとするものです。

このような思いで開催されたシンポジウムをここに印刷物としてまとめることができました。実際にシンポジウムに参加された方は当日を振り返る材料にしていただければと思います。また、参加されなかった方は新たに紙上シンポジウムに参加する思いでお読みいただければと思います。そして、今後、長い時間を必要とする支援に互いに協力しながら関わっていければと思います。

今後とも震災子ども支援室へのご支援をいただければ幸いです。

2012年6月

東北大学大学院教育学研究科長・教育学部長  
本郷一夫

## 震災から1年を迎えて

東日本大震災から1年を迎えた平成24年3月、震災子ども支援室では、直後から子どもたちを間近で見守り続けてきた方々のお話をうかがう機会を得ることができました。子どもや子どもを取り巻く保護者の方々の現状を知るために、こうした機会はどうしても必要なことですが、一方で私たちには別の不安もありました。このような場であるにせよ、語ることのできない言葉を引き出す無理をお願いすることはできないという思いがあったからです。「まだ1年」と感じる方も「もう1年」と感じる方もおいででしょう。ひとりの人の中でも、「まだ1年」と感じる時と「もう1年」と感じる時があるのではないかと思います。それほど呑みくらすことのできない複雑な思いにあふれた時間でした。

しかし、我々が複雑な思いに惑いながらお願いした3名の先生方は、どなたも快く引き受けて下さいました。宮城県石巻市万石浦中学校教諭の鹿野弘美先生、福島からは須藤弘美先生、そして岩手県宮古児童相談所で継続的に子どもたちの相談を行っている盛岡少年刑務所医師の八木淳子先生です。鹿野先生は、沿岸被災地にあつて避難所となった勤務校の様子、家族と地域の非常事態に際して、生徒たちが何を思いどう行動したかを伝えてくださいました。生徒たちの地域や将来に対する思いからは、静かな頼もしさが感じられました。須藤先生が伝えてくださったのは、福島の“日常”です。震災に向き合う原点は、他者の日常は自分を取り巻く日常と同じではないかもしれないという当たり前のことを認識し続けることでした。八木先生は、医師の立場から、子ども理解と大人に必要な注意点について、非常に具体的にお話くださいました。長期にわたるころのケアですが、今後どの時期に読み返しても指針を与えてもらえるように思います。おそらくは、会場にお集まり下さった方々もまた、それぞれの1年間を過ごしていらしたはずです。惜しむらくは、これら内容の濃いご講話の後、討議の時間が十分に確保できなかったことです。当日、参加して下さった方々のご感想やご意見は、本報告書の最後にまとめました。あらためて感謝申し上げます。

シンポジウムの後、震災子ども支援室は、あらたなスタッフを迎え、活動内容も拡大しています。無料電話相談は、広く被災3県からご利用いただいています。宮城県里親連合会と共催の里親サロンは、定期的開催できることになりました。被災地で活動する支援者の後方支援、沿岸部市町村との連携も始まっています。研修、シンポジウム、座談会等は、テーマを吟味しながら今後も継続してゆくつもりです。小規模で緩やかな活動ではありますが、どの時期に何が必要なのかを繰り返し考えながら、相談のひとつひとつに丁寧な対応を心がけていきたいと思っています。今後とも、皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

平成24年7月

震災子ども支援室室長 加藤道代

# 報 告 I

## 教育の現場からみえる中学生の姿 ～震災直後から現在までの子ども達の様子から～

石巻市立万石浦中学校教諭

鹿野 宏美 氏

### 講師プロフィール

石巻市出身

宮城学院女子大学学芸学部日本文学科卒

国語の教師として

女川町立女川第四中学校を皮きりに

女川町立女川第一中学校、石巻市立山下中学校

石巻市立門脇中学校に勤務。

平成 21 年度より石巻市立万石浦中学校に勤務。

こんにちは。初めまして。万石浦中学校の鹿野宏美と申します。どうぞよろしくお願ひします。もうすぐ震災から一年がたとうとする今日、皆さんの前で話す機会を与えていただきましたことに感謝申し上げます。このような機会を与えていただいたことで、一年間を改めて振り返ることができました。本日は、万石浦中学校の生徒の様子を中心にお話いたします。そこから見えてくる課題を今後どのように解決していけば良いのかという点につきまして、私も一緒に考えさせていただきたいので、よろしくお願ひします。

私は女川、門脇中学校に勤務しておりました。いずれも被害が甚大で、子どもたちも保護者もだいぶ亡くなりました。そして、あったはずの家もなくなってしまいまして、本当に震災直後は心が傷みました。

一方、現在勤務しています万石浦中学校ですけれども、一年生は77名、二年生は89名、三年生78名、計244名の学校です。海岸からはほど近いところに位置しているにもかかわらず、津波の被害を一切受けませんでした。本校は石巻市と女川町を結びます国道45号線沿いにあります。車で5分ほど行きますと、石巻市立女子商業高校、その隣には渡波中学校、それから渡波小学校、宮城県水産高校のように、大変たくさんの学校がごぞいます。いずれも大変な被害を受けまして、校舎は一切使えなくなりました。その中で、万石浦中学校には津波が到達しなかったということは、本当に奇跡に近いことだと思います。また、生徒及び保護者にも亡くなった方がいなかったということは本当に幸いなことでした。

当日は、地震の直後、たくさんの人が学校に避難してきたために、その対応に追われていました。結局、1,000の方が避難してきました。学校は卒業式でしたので、隣のショッピングセンターにいた子どもたちが真っ先に悲鳴を上げて逃げてきました。その1,000の方を誘導している間に津波は来たと思われます。日が落ちて外に目をやった時、道路が川のようになっていて、初めて津波が来たのだと知りました。校庭にも水が上がりなかつた本校は、その日から様々なことを受け入れ、地域の生活の中心の場となっていきました。

そのような中で、子どもたちはどのように過ごしていたのでしょうか。2月に取りましたアンケート結果を交えながらお話いたします。なお、インフルエンザの出席停止によりまして、二年生の数が少なくなっております。また、答えたくない、答えられない生徒には無理に回答を求めませんでした。アンケートは一年生71名、二年生65名、三年生74名、計210名が回答しています。

まず、万石浦地区の震災後の状況をお話いたします。地域の被害の状況ですが、津波による家屋への影響が多数ありました。流出、全壊、半壊はもちろんですが、床上、床下浸水の家屋が多数ありました。アンケートによりますと、126名に何らかの被害があったと答えています。また、牡蠣、海苔等の漁業への影響が大きく、それにより保護者の収入が減少しました。在籍生徒数は244名ほどですが、準要保護の家庭が40件あったんですけれども、その他に災害による準要保護の認定が80件ほどありました。経済的には大変厳しく、三年生

におきましては、返済しなくて良い奨学金の申し込みが多数ありました。さらに、冠水による被害がひどく、各テレビ局が朝の番組で取材に来たほどなんですけれど、避難所から自宅に戻れない生徒がたくさんいました。学校も冠水の状況に合わせて、登下校の時間を決めていました。満潮の時間は家から出られない状況が続きまして、トラックに乗ってくる生徒もいたほどです。私たちも勤務時間までに学校に行くということで、大変苦勞いたしました、私も車を一台駄目にいたしました。

家屋への被害のアンケートの結果となっています。「はい」と答えた生徒が多くなっており、次に、震災後の環境の変化です。家屋への被害により、避難所生活、仮設住宅、アパート等への引越しをする家庭が多くありました。被災した親戚と同居したり、祖父母が親戚の家に移り別居したりする等、家庭の中では私たちには見えないストレスがあったと思います。本校へ転校してくる生徒も増えました。特に二年生は4月当初20名ほどの生徒がお隣の渡波中学校から転入してきました。さらに、公共交通機関の変化、店舗の減少なども生活に大きな影響を与えました。アンケートでは、155名の生徒が環境に変化があったととらえています。

次に、学校の震災後の状況ですが、学校は震災の日から避難所となりました。最初は1,000人の避難された方々のお世話をする毎日でした。さらに、早朝から支援物資や水を受け取りに来る人が列を作りました。4月に入り、1学期がスタートするまで教室が避難所となっていました。体育館に移っていただき、4月21日に始業式を迎えることができました。同時に渡波中学校の生徒が3階に引っ越してきました。本校の生徒は1、2階で、特別教室も普通教室として使いながら生活することになりました。また、保健室が診療所となり、6月いっぱいには常に校舎の中に一般の方々が出入りするという状況が続きました。校舎前の駐車場には自衛隊による入浴施設ができ、学校が地域の方々の生活の中心となっていったわけです。

このような環境が子どもたちにどのような影響を及ぼしたのでしょうか。震災直後は家族と会えない不安で寄り添う姿が多く見られました。また、避難所にいる間は、プールからの水くみや清掃などを積極的に手伝い、避難所の方から感謝してもらうこともありました。4月の始業式の頃には、とてもテンションの高い子どもたちもいましたけれども、全体的には落ち着いた様子で新学期をスタートすることができました。ただ、学校が始まると同時に冠水がひどくなりまして、先ほども申しましたが、家から出られない子どもが多くいました。また、津波によるPTSDではないかと不安を訴える子どももいました。両親は亡くさなかったけれども祖父母や親戚、友人を目の前で亡くした子どもたちもいて、学校で体調不良を訴える子どもも何人かいました。様々な変化を受け入れなければならないストレスも大きかったようです。さらに、学校では、先に述べましたように、一気に転入生が増えました。最初は互いに馴染まず落ち着かない様子も見られました。給食も不完全だったことも子どもたち

には大きなストレスで、ちょうど中総体前の時期で、部活動を一生懸命やっている時期だったんですけれども、一日をパン一つで過ごすというような状況がかなり辛そうでした。

次に、10月に避難所が閉鎖するまでの様子ですが、環境が改善されると共に一層生活が落ち着いてきたように感じます。不自由だったのは体育館が使えないままということで、体育の授業ですとか部活動が行われないうことがずっと続きました。また、体育館が使えないことで、文化祭、合唱コンクール等の行事が行なえるかどうかということも不安な要素の一つでした。

その頃、家庭ではアパートや仮設ができましたので、仮設に引越しをする生徒が増えました。ただ、仮設は、学校の近くは違う地区の方々の仮設になっておりまして、8キロほど離れた仮設から、毎日保護者の方に送迎してもらわないと通学できません。それで、保護者の都合で、遅刻、早退、欠席する場合があります。先日の雪の日にはですね、学校に来られないということもありました。仮設に移ってから、その狭さによりですね、家族と衝突することが多くなったということもあります。狭いことで自分の部屋がなく、勉強に集中できないという生徒もいました。隣の声が聞こえてなかなか眠れないという生徒もいます。

そして、避難所閉鎖から現在の様子ですが、避難所が閉鎖した10月あたりから、ストレスが現象として現れるようになったと思います。具体的には、無気力で授業に集中しない生徒、暴力的になる生徒などが少しずつ出てきました。大変不安定な生徒は、暴力的な部分と大変ベタベタ甘えてくる赤ちゃん返りをしたような状態を繰り返すということがありまして、今でもそれが続いています。様々な問題行動に出る生徒もいます。いずれも家をなくしたり被害が大きかったりという生徒にそのような傾向が見られます。しかし、全体的には日常を取り戻し、落ち着いた生活ぶりでした。また、今まで非日常的な生活が続いていましたので、それに対応することで精一杯だったのですが、落ち着いてくることによって、日常生活に対する不安が増えてきたように思います。現在も心のケアが必要な生徒が数名います。

これはですね、震災後辛いと感じたことはありますかという質問に答えたものですが、はいと答えた生徒は思ったよりも少ないように思います。人数的には35人ほどで多くありませんけれども、現在子どもたちが不安に感じていることです。また、地震や津波が来たらどうしようという不安、津波を見た生徒はですね、フラッシュバックが起きたり、夢に出てきたりするということです。親の収入が減ったことで、今後の学費が払えるのかという心配もあります。また、高校に入学しても、交通機関が不便で高校に通えるのかと思っている生徒もいます。また、通学路が大変デコボコしていますので、登下校が大変で、自転車通学の生徒は特にひどいと訴えています。それから、なぜか分らないが不安で仕方がない、原発の今後が心配であるといった声もありました。3年生の方が入試が近いこともありますけれども、様々なことを考えて不安を多く訴えております。しかし、このグラフを見ていただいで分かるように、誰かに相談したいとか何かをしてもらいたいと思っている生徒は8名に

留まっております。まあ、中学生ということもあって、自分で解決できるところは解決していますけれども、小学生などは、眠れなかったり、養護教諭に不安を訴えたりする子どもが多いようです。

子どもたちですね、不安なことばかりではなくて、一方では、未来に向けて前向きに考えている部分もございます。意外に強い心をもっていまして、私たちもそれに支えられる部分も多くありました。震災後、自分を見つめ直す機会となったと前向きにとらえている生徒もいます。それから、人の役に立ちたい、石巻を復興させたい、ボランティアの方々に恩返しをしたいというふうなことを思っている子どもたちもたくさんいます。実際に子どもたちの書いた文を紹介いたします。これはですね、乙武さんが審査員をしていますエッセイ大賞で全国で大賞を取った生徒なんですけれども、将来の夢についてこれまでまったく考えていなかったとうことなんです、後半を読みます。

私はこの3月11日の震災で全壊した父の居酒屋を継ぎたいと思うようになったのです。父の店はとても厳しい状態の中で無事再開しました。今では社員も皆、来てくれるお客さんに対して明るく笑顔で接客しています。ということで、夢をもったということなんです、途中飛ばします。震災によって大切なものを失ったりすごく辛い経験をしました。しかし、この震災を通じて夢をつかむことができました。父のような人の喜びを自分の喜びにできる人、そして、人を笑顔にする仕事に就きたいと思います。

もう一点はですね、これもエッセイコンテストで入賞したものなんです、ボランティアの方々の活動を見て、何もできない自分がとても情けなかった、ひどく後悔したということなんですけれども、今、中学生の私たちができることはあまり多くはないけれど、これから私たちが成長していくにつれて、できることがだんだん増えてくると思います。ですから、今できることを少しずつ進めて、大人になったとき私たちの住む石巻や大震災で被害にあったところを支援できるようになりたいのです。今もなお被災地に足を運ぶボランティアの人たちにも精一杯感謝し、将来私たちも恩返しをし、震災当時のあの悔いを晴らせるように、自分が最大限にできることを考え、それを自らの力で有言実行させたいと思います。さらにですね、震災後、自衛官になりたいですとか、看護師、大工になりたいと、将来を具体的に考える生徒が増えたように思います。このようにですね、不安定な部分と未来に向かって歩んでいこうという両面をもった子どもたちがいます。

このような子どもたちをより健やかに育てていくために、私たちは何をしたら良いのでしょうか。課題はたくさんありますけれども、一つは、見えない心のケアをどうしたら良いかということです。特に、中学校は3年間しか生徒とかかわることができません。今大丈夫でも、いつどのようにストレスが現れてくるか分かりません。やはり、長期にわたる観察やケアが必要になってくると思います。また、保護者のケアも大きな課題です。保護者の中には、親族が亡くなったり、仕事をなくしたりしたことで、精神的に不安定になっている方も

います。親が不安定ですと子どもも不安定になります。本校は父子・母子家庭が多いんですけれども、その上に震災の影響もありまして、保護者のケアの必要性を感じております。現在も、市民センターや民生委員さんの力をお借りしてしまいますけれども、やはり、諸機関との連携が重要だと思っております。さらに、私たち教師自身もですね、カウンセリングの仕方ですとか、専門の勉強をする研修の機会があれば良いと思います。

最後に、一年間、例年とは違う状況の中で、夢中に過ごしてきたように思います。震災後一年という節目を迎えまして、おおよその生徒が前向きに生きていこうとしています。その子どもたちをどのように支えていくのか、私たち大人も力を合わせていかないといけないと思っております。本日は、スクールカウンセラーの先生、児童精神科の先生と、教師とは違った角度から子どもの姿を見ていらっしゃる先生方のお話をうかがって、私自身も勉強させていただきたいと思っております。将来を担う子どもたちのために、安心して暮らせる環境、落ち着いて学習できる場の保証ができればと思っております。

以上、これで私の報告を終了いたします。ご静聴ありがとうございました。

## 質問1

子供たちの様子というところでもう少し詳しく教えてほしい。

## 回答

問題行動にいつている生徒ですね。それから不登校で、学校に来られなくなっている、なってしまう生徒、それは、精神的に不安定になってしまって、それからやはり頭痛、腹痛を感じる生徒が多いので、こういうことで病院に行って休むとか、そういう生徒がいるんですが、やはり、病院に行っても主だった原因はない、と言われてたりしています。それからやはり家庭での、DVとかですね、そういうこともあります。実際にはその子が学校に来て、暴れたりとか、そういうのはあります。あんまり公には言えないので言いませんでしたけれど、そういう子のケアということで、私たちは話を聞いてやるということを中心にやってきました。ひどい子どもですと授業をつぶして、一日かけて話を聞いたりしまして、他の子供たちのこともあるんですけど、なんとか交代で話を聞いたりということが、一週間続いたりとかしました。スクールカウンセラーの先生も週に2回来ていただいています。その先生と相談したりということもあるんだと思いますが、やはり毎日来ていただいているわけではないですし、話を聞けるのは私たちですし、やはりその私たちにも葛藤はありまして、その子のこともやらなきゃいけないし、周りの子供の授業もやらなきゃいけないしっていうことで、そういったときに、他の機関との連携ってというのがすごく大事だになっていうので、いろいろなところに学校の方から、相談いたしました。それからですね。まだ数値として公表できませんので、今日はお話しいたしませんでしたが、石巻でいろいろな精神的なストレス障害になっているのかというのを数値として具体的に出しております。それによってピックアップした生徒をより見ていきたいと思いますというようなこともやっております。

## 質問2

学習面はどうなっていますか。

## 回答

学習内容は最初、4月遅れた分につきましては、夏休みと冬休みで調整いたしまして、休みを少なくいたしまして授業日数の確保に努めましたので、そちらの方は大丈夫です。ただ精神的に勉強に集中できないですとか、避難所生活を送っていて、8時に電気を消されたりしますので、そういう子どもたちには校舎を開放いたしまして、9時くらいまで開けてあげる。それからボランティアの方々が来てくださりまして、勉強を見てくださる。そういう形で対応させていただきました。枚数が多くて全部答えられませんが以上で終わります。

東北大学大学院教育学研究科 教育ネットワークセンター  
“東日本大震災後の子ども支援”

報告1 教育の現場からみえる中学生の姿  
震災直後から現在までの子ども達の様子から  
石巻市立万石浦中学校 教諭 鹿野 宏美

1 はじめに

2 万石浦地区の震災後の状況

(1) 被害の状況

(2) 震災後の環境の変化

3 本校の生徒の様子

(1) 震災直後の様子

(2) 避難所が閉鎖するまでの様子

(3) 避難所閉鎖から現在の様子

4 子どもたちの思い

(1) 現在不安に感じていること

(2) 未来への前向きな思い

5 今後の課題

(1) 長期にわたるケアの必要性

(2) 保護者のケアの必要性

(2) 諸機関との連携

(3) 教職員の研修の機会

6 終わりに

# 報 告 Ⅱ

## 福島で今、何が起きているのか ～心のケアの今後を考える～

講演者の都合により、掲載致しません。

福島県  
須藤 弘美 氏

# 講演

## 震災と子どものこころ

盛岡少年刑務所医務課医師

児童精神科医

八木 淳子 氏

### 講師プロフィール

山形県山形市生まれ

平成5年福島県立医科大学医学部卒

山形県立中央病院、宮城県子ども総合センター等をへて

平成17年より現職

盛岡少年刑務所医務課（盛岡少年院併任）

もりおかこども病院児童精神科非常勤

宮古子どものこころのケアセンター（法務省支援）

みなさんこんにちは。八木と申します。前のお二方の現場からの声を聞いて、私がお話することはないと聞いていたのですが、私の方からは医療的な立場からの視点を中心に私がこの約1年間見てきたと、あるいは医療で一般的にいわれていることを含めながらみなさんと考えていきたいと思えます。

今日お話をさせていただくことですが、最初に私が1年間ほぼ毎週に近い形で通ってきた宮古子どもの心のケアセンターというものを簡単にご紹介したいと思います。次に子どものトラウマ体験とストレス、子どもと不安、災害が親子関係に与える影響などを考えて、そして親を支える人々の役割、支援者の役割を考えていきたいと思えます。そしてもうひとつは、これは私とても大事だと思っているのですが、「子どもと死の概念の理解」というものもとりあげたいと思えます。最後の方で4名ほど症例をご紹介して、今回の震災が子どもたちに多大な影響を与えたことを、実際の現場のことを考えながらみていきたいと思えます。

始めに災害と子どもの心のケアです。心のケアと盛んにいわれますけど、皆さんもご存知のように被災児イコール患者ということではありません。一時的な情緒反応は誰にでも起こるのだということが繰り返しこの一年言われてきたと思えます。一方で特別なケアを必要とする子どもは確実にいます。そういう子ども達はどういう子なのかというと、ここにあげたように様々な外傷体験の影響が深刻だった子、あるいは親、家族を失った子、被災遺児、孤児と呼ばれる子どもたちです。岩手県の場合、孤児は93名、遺児は487名となっています。ハイリスク家庭の子、環境変化が非常に大きかった子、もともと個人の要素として発達の脆弱性を持っていた子ども、こういった「心理的な負担が大きい子ども」は特別な心のケアを必要とするだろうと考えています。

ここで岩手県のことをご紹介します。岩手県の子どもの心のケアをとりまく課題ですが、まず岩手県はもともと社会資源、特に医療資源が非常に不足した県でした。岩手県は一番面積が広い県で、四国から愛媛県の一部を除いたのと同じくらいの面積があります。北海道の次に面積の広い県なんですけれど、人口の7割が、盛岡や一関を中心とした内陸部に住んでいて、沿岸部は3割弱くらいしか人が住んでいないという、過疎化が非常に深刻な地域を今回の地震が襲ったということになります。岩手県の広域性、沿岸部から盛岡への距離がすごいという側面（宮古は近い方でそれでも2時間くらいでいきますが、例えば陸前高田は3時間かけないといけない）がありまして、それも支援の障壁になっていました。地域性と風土、それに「耐える精神性」ということも言われましたが、そういったことはマイナス面だけではなくて、大切にしてきたローカルイズムというものがときによく作用し、また一方でときには障壁になることが懸念されもしました。

そういった状況の中で、必要なケアが受けられない子どもが存在するのではないかということが心配されました。

被災地である沿岸地域に子どものこころのケアの拠点作りが必要だろうということで、岩

手県が取り組んだこととしてはもともと医療資源が少ない県だったので、既存の資源をいかに生かすことで、ケアシステムの構築をしていこうと考え、そこで展開したのが「子どものこころのケアセンター」という取り組みで、宮古児童相談所とその支所として釜石保健所、一関児童相談所とその支所として児童家庭支援センター大洋、そこをの一室を使って、そこに診療室のようなものを作ることで、子どものこころのケアに対応しようということになりました。そして宮古での診療が、パイロット的に6月から先行的に始まったわけです。そこに私は行っています。この取り組みは当面の間（数年間）続けられる見込みとなっています。「宮古子どものこころのケアセンター」は6月2日から診療を開始して、児童精神科医（県外からも時々お手伝いに来てくださります）が交代で診察しています。当初は1年間の予定でしたが、来年度以降も継続することが決まりました。

「宮古子どものこころのケアセンター」の6月からの活動状況です。相談件数は37組のお子さんを中心としたケースで、のべ138名。見てお分かりのように、継続ケースが非常に多いということです。37名が138回来ているわけですから、継続しているケースが多いということです。その他に保育所、児童館をまわり、現地に行き子どもをみるということもしています（アウトリーチ）。コンサルテーションも15回ほど行っています。これらを支えているものの一つは、宮古児童相談所の巡回相談なんですね、半年で200件以上行われておりまして、そこから必要なケースを医師につなぐ、という流れがあります。あるいはもともと児童精神科医がまったくいない地域でしたので、地元の小児科医の先生が非常に頑張ってらして、その小児科医の先生との定期的なミーティングのなかからケースを紹介していただくということがあります。

さて、ここから今日のお話の本題なのですが、まず今回の震災で子どもたちに何が起こったのだろうかということを考えると、さかんにいろいろなことがいわれているので皆さんも頭の中に入っていると思いますけれど、一緒に振りかえってみたいと思います。まず非常に大きな地震、大津波を体感、目撃したということで、極度の緊張、そして圧倒的な外的な力による切迫感、恐怖感というものを子どもたちは体験したということです。そして多くの人の死、それから頑丈で安全だと信じていた建造物の破壊を目撃しながら、自分は生還したということで、罪悪感だったり喪失感だったり無力感だったりいろんなことを、程度の差はあれ、どの子も感じているだろうと思います。生活基盤の倒壊、変化ということもありましたので、ここにあげたような様々な感情がころころにあると思います。総じてとにかく子ども達は不安を抱えているだろう、これは大人もそうだと思いますけれど、それは非常に大きなものだと考えることができると思います。

一般に脅威に対する人間の反応として、こんなふうにいわれています。脅威に直面したとき人はまず「戦うか、逃げるか」の反応をする。これは安全確保のための原初的な身体反応、本能的な生体反応なわけです。例えば私たちが暗闇の中を歩くとき、後ろから大きな足音が

聞こえてきたりしたら、やっぱり自然に逃げたくなる。考える前に自分の足も早まったりとか、あるいは突然身体が大きい人が近づいてきたら考える前にぐっと身を翻すとか、そういうことは必ず考える前にとる動きです。そういった原初的な身体反応をするのが人間、動物ということです。ですけど、その脅威があまりにも圧倒的だった場合、そういった原初的な生体反応だけでは対処しきれなくなって、感情の暴走がおこり、適応的な行動が選択できない。こころと身体のバランスが失われた状態になって、制御不能な状態になるわけです。そういうときに人は無力感を感じるといわれています。トラウマ研究で有名なバン・デア・コークはこういうふうに言っています。「脅威に直面して有効な対処行動がとれなかったとき、脅威・トラウマ（体験）がトラウマ（外傷）になる」と。事件とか災害がどのくらい大きかったかというのが一番の問題なのではなくて、起こったことに対して自分が対処行動がとれなかったこと、なす術がなかったということがトラウマを作るといえるわけです。

そういった人のトラウマ反応を脳の作りから考えてみたいとおもいます。脳は簡単にはこんな構造になっていまして、脳幹の部分は生まれたときからできている脳なわけです。それが自律神経、生命維持のための中枢なわけです。ここまでは出来上がって人間は生まれてくるわけです。次に大脳辺縁系が発達してきますが、ここは感情、情動を司るところだといわれています。その上に発達するのが大脳皮質といわれるところです。この部分が非常に大きいのが人間が人間たるゆえんといわれていますけど、それは認知や言語、抽象思考など、高度なものを司っているからです。ここにごくごく模式的にかいていきますけど、この大脳辺縁系というのは0歳から6歳くらいまでにさかんに成長発達するといわれています。ですから大脳が完全に発達しきるまでには、もっとずっと時間がかかるということです。今のことをふまえて子どもの脳とトラウマを考えてみると、子どもの脳は発達途上だということです。特に0歳から6歳までは、先ほどみたように感じる脳がさかんに発達しているときで、考える脳、いわゆる大脳皮質はまだまだ未発達ということです。経験も少ないし、どうしたらいいかということ「理論的に考える」ということが非常に難しいので対処行動の手持ちがもともと少ないということですね。そうすると子どものこころと身体はトラウマ性のストレスに非常に弱くて傷つきやすいということがおわかりになると思います。

同じようにトラウマ研究者のブルース・ペリーは「脳は使われたように発達する」といっています。つまり下にも書きましたけど、常に脅威に「反応」しなければならないような状況では、脅威に反応するような領域、先ほど紹介した脳幹の部分がいつもいつも使われてしまうので、そこが相対的に有意な発達をしてしまう。本当は感情を豊かに情緒反応を司る部分だとか、よく考えるための脳が、相対的に発達するのが遅れてしまう。その状況（環境）にあわせたように脳は発達するんだということをいっているわけです。ですから子どもたちが常に脅威にさらされたり感情的に圧倒されることが起こっていると結局のところ大脳皮質の発達も相対的に遅れてしまうといえるわけです。

子どものトラウマ体験にどのようなものがあるか、大人もそうなんですけど、大きく分けて考えると、今回の地震のように急性のできごとによるもの、あるいはテロや戦争のように人的災害、あるいはオウム心理教のような大事件、あるいは交通事故、飛行機事故のような急性のものと持続的慢性的状態によるもの、たとえばいじめ虐待家庭内暴力などによるものに分けられるといえますが、後者の持続的慢性的なストレスがずっと続くほうが心の成長に大きく影響があるんだということを、多くの研究者が指摘しています。それは無力感、罪悪感、不信感といったものが長く蓄積して肥大してしまうからだといわれています。すると今回の震災でも持続的慢性的な、例えば虐待、家庭内暴力、潜在的にあったいじめなどが、震災の影響が長引くほど大きくなってでてくることが容易に考えられるわけで、災害の影響を長引かせないことが非常に重要なことであると思います。

次に、子どもと災害時のストレスということを考えますと、ひとつには災害そのものの衝撃の大きさによるものが当然あります。地震の大きな揺れの記憶だとか、津波の記憶、これを思い出して恐怖がよみがえるというのは、当然ひとつの大きなポイントになると思います。もうひとつ大きなポイントなのは、災害後の変化によるもの、今までみてきたように慢性的に続くものが原因となるものです。生活の変化に対する不適応反応というのがおきてくるということです。生活の変化は、引越だとか必ずしも環境の変化だけではなくて、例えば家族の誰かが亡くなったことによる家族構成の変化によって家族のなかで自分の担わされる役割が急に変わってしまったとか、これまでお家にずっといたお母さんが外に働きにでることになったとか、これまで優しくお母さんが急に泣いてばかりになったとか、イライラしてばかりになったというようなあらゆる生活の変化というものが続いてしまうことで子どもに不適応反応がでてくることがある。そうすると子どもはすべてそれを言葉で表したり、頭で整理して考えることができないので、問題行動とか身体症状としてでてくる。その意味を読み取るということが非常にだいじになってきます。それからもうひとつは、生活の環境が変わることで子どもが子どもらしくいられない状況が遷延しているというのが非常にストレスになってきます。仮設住宅で遊び場がなくなってしまった、というのが新聞にでていますが、遊び場がなくなったことも非常に大きいですが、安心できる大人とのゆったりした時間が奪われること、これも子どもが子どもらしくいられなくなってしまう状況なのです。物理的な安全というのも大事ですが、「心理的な安全感」がいかに確保されて提供されるかというのが、子どもが子どもらしくいられることを保障しますしときにはわがままを言ったり、言いたい放題できたりというのが非常に大事だと思います。

では子どもが不安になるときはどのようなときか、大人もそうですが、まず自分の理解を超えるものごとに出会ったとき、人は不安になるわけです。得体がしれない、予測がつかないからこそわからないことに対して不安を抱いて恐れるわけです。けれども、基本的に不安というのは物事をなすときのエネルギーの源にもなるわけです。それ（不安）を解消するた

めになんとか頑張ろうとするとときに、発揮される力になるわけです。

通常の状態の大人であったら、何を恐れるべきかというのを知っています。例えば交通ルールがあって、赤信号では止まるということを知っているからこそ私たちは安心して道を歩けるわけです。例えばエレベーターは上までいったら止まるということを知っているから、高いところまでいっても怖くないとかですね。私たちはあらゆる知識を得ていろんなことを知っているからこそ、危険信号が気にならないからこそ、いろんなことが自然にできるわけです。道を歩いていても、あの大きなトラックが自分のところにいつ向かってくるかわからないということを心配していたら道なんか歩けないわけで、いろんなことを知っていて、整理して考えているから不安じゃないという、勇気を手に入れた状態ですよ。要するに適切な対処行動がとれる状況で私たちは生きているわけです。

一方子どもを振り返って考えてみると、もちろん子どもなりにできていることはたくさんありますけども、子どもが経験している範囲は非常に小さいし少ないわけです。そうすると、何が起きているか全体像がつかめない場合には、子どもは怖いもの知らずでいられますし、また一方で不安でしかたがないという状況にも陥るわけです。例えば子どものこころの問題の表れ方というものを考えたときに、大人は自分の身体の状態や気持ちについて気付き、言葉で整理して、それを口に出さなくても言葉で（頭の中で）考えることができるわけです。これを言語化というわけです。自分の中で起きていることを人にも自分にも説明できるわけですね。起きていることを頭の中で概念化して整理して、自分の心身の状態を理解できます。例えば肩が重いことがあっても、肩こりという言葉にすることでひとつ解決した気分になる。そしてそれはこのごろ仕事が忙しくてストレスがたまっていたからなあ、というふう理解することで、自分は疲れているとか、休みたいなと自分の状態に思い至ることができます。ですけれど子どもはこうした抽象思考が未発達ですので、自分のなかで起きていることへの理解が苦手、というかまだ未発達です。ですから感情を整理できずに身体の不快感をそのまま持っている状態、不安というかたちで蓄積するということになります。それをなんとかして解決しようとして、例えば問題行動にでたり、あるいは身体の症状としてやけ食いだとか、八つ当たり、自傷行為、ここにあげてある盗みや頭痛、嘔吐、微熱などといった心身症状の形ででたりするわけです。

次に、子どもがそういった不安にどのように対処するのかということを見ていきます。まず生命を脅かす危険に対しては、動物的な本能で察知して、自己防衛をします。それは大人も子どもも一緒です。本人の資質、あるいは生物学的な脆弱性によって、そういったことが得意な子どもと苦手な子どもの差はありますし、不安が強い子や発達の偏りがある子は混乱しやすい傾向にあります。一般に子どもは、理解を超えた出来事に遭遇したときには、信頼する大人の様子を見て、どうしたらいいかということ判断するわけです。つまり愛着対象に自分の行動が依存しているわけですよ。ですからお母さん、あるいは養育者と呼ばれる

人の不安や混乱、周囲の大人の動揺が、子どもの不安につながるがよくあるわけです。親のストレスが、子どもに影響を与えるということについては、まず子どもは親の不安を引き受ける存在です。お母さん、養育者の情緒不安定が長引けば、子どもを不安定にして、様々な症状が慢性化していきます。これを二次的なストレス反応とよぶわけです。皆さんももし相談のお仕事をなさっていたら、子どもの心配のことでお電話をもらったけど、よくよく話を聞いてみたら心配なのはお母さん自身だったとか、お母さんが一番不安になっているんだなということにお気づきになることはよくあると思うんですけど、その逆もあって、親の不安が子どもに移るということもまたあるわけです。だからこそお母さん、あるいは養育者のサポート、夫や親戚、近所、専門機関によるサポートが非常に大事になってきます。地域全体の強い絆、連帯があれば親の不安は軽減しますし、それがひいては子どもの心理的な安心安全につながっていくわけです。

こういった混乱期の親子関係で良くみられるものとしては次のようなものがあげられます。まず「母子密着」が起きやすくなります。過度なしがみつき、離れられない、ということが起きやすくなります。普段はそうでなかったのに赤ちゃん返りした、ということもこういうことです。一方で親のほうがいっぱいいっぱいになってしまった場合は、「放任」、あるいは「ネグレクト」といった状態が起きやすくなります。当然生活の再建に必死なときは、子育てどころではない、生きるのに必死ということは考えられますし、心理的な負担がどんどん大きくなれば、必要な世話やしつけをやってられない、気持ちが持たないという状態になりがちですから、それを放棄してしまう、「結果的なネグレクト」も起きうるわけです。あるいはお母さん自身が気持ちを病んでしまって、子どものことはをすごく思っていて、何かしないといけないと思ってるんだけど、反応（行動）することが出来ないために、子どもの側からしたらネグレクトと同じ状況ということもありうるわけです。それから「過干渉」、これも非常に起きやすくなります。これが先ほどいった、親自身の不安が根底にあって、我が子をコントロールすることで安心したい、我が子の問題を解決することで安心したいというのがあまりに強くなってしまって、子どもの行動や問題にいちいち干渉してくることもありうるわけです。それに非常に近いものとして、攻撃というかたちで起こることもあります。親自身の不安と、それによる情緒不安定が弱者に転移した状態ですね。それが攻撃という形で表れます。例えば家族システムが崩壊の危機にあるときには、マルトリートメント、行き過ぎた躰が起きやすくなりますし、ときには虐待ということも起きうるわけです。だからこそ互いに苦痛や悲しみに共感して支え合う場というのが、絶対に必要になる。親子だけにしておいては問題が大きくなるばかりというのがよくあるわけです。一時的に母子密着することによって物事に対処し、切り抜けようというのは当然あることだし、それはいいことだと思うんですけど、これが長期にわたっておこると問題になるわけですね。

こういった様々なハイリスクな子どもを私たちは発見していかななくてはならないと思いま

す。ですけれど、親自身が疲れ果てている場合、こういった場合はとてもじゃないけど子どもまで手がまわらないという状況であれば子どものケアが遅れるということが考えられます。生活再建が最優先事項にならざるを得ない状況、あるいはそういった状況が長引くことによって子どもの変化に気づけないために、結果的にネグレクトということが起こり得るわけです。

そういう状況では保育者、あるいは教師、われわれ専門職の役割が重要だと思うんですけど、特に保育者、教師はファーストレスポndererですよ。子どもの反応に最初に反応できる立場にあります。そういった人たちが災害時の子どものストレス状況について知識を持つことはもちろん大事ですし、子どものストレスに気づくことが求められますし、必要に応じて専門機関につなぐということも大事になってくるわけです。ですけれど、支援活動をする中で保育園訪問を依頼されて何度かアウトリーチしているなかで、私が非常に気になっていることですが、保育者、あるいは教師と呼ばれる人たちの苦悩や葛藤が非常に大きいんだということを通えば通うほど教えられるわけです。特に現地の保育者、保育士さんは自分自身も被災者という場合が非常に多いんですよ。災害直後から支援者としての役割を半永久的に、よーいドン、で求められて、被災者としての自分を見つめる余裕が全くないままに今日まで来たという方がたくさんいらっしゃいます。そして特に保育士さんは女性職員が圧倒的多数ですので、体力的肉体的な負担の蓄積が相当大きいと感じます。本当はこれは女性に限った問題であってはいけないと思うんですけど、現実問題として仕事と家庭の両立の難しさという問題を抱えながら、過酷な状況を無我夢中でなんとか乗り切っている、という方が非常に多いなと感じます。お家ではお嫁さん、お母さん、という役割をしながら、園では子どもたちの世話もしないといけないというわけですよ。これは自分もそういうところがあって保育士さんに感情移入してしまうんですけど、我が子を後回しにして、園の子の世話をすることに専念しなければならない葛藤を常に抱えているというわけですよ。お家で子どもは遅くまで待っているんだけど、自分は目の前の仕事があるから、こっちの子どもをほうっておくわけにはいけない。いつもその板挟みになりながらなんとかやっているという人たちが非常に多いなと思います。さらなる重責として、孤児、遺児あるいは我が子を亡くした親と直接関わる立場、毎日毎日かかわる立場にある人たちですので、喪失体験をした子どもたちの喪の作業、あるいは死というものの教育を突然受け持つ役割を担わされる。それをやりながら毎日の世話をし、自分のことをやっていかななくてはいけないという保育士、学校の先生は本当に大変だなと感じます。こういった保育者の苦悩と葛藤は非常に深刻で、自分自身が気づいていない場合も多いと思いますので保育者を支える仕組み作りもこれから絶対必要であると感じます。そしてそのことは結果的に子どもとその家族を支えることにつながるということを、社会全体が考えることが必要で、「子どものこころのケア」をすることだけがケアではなくて、むしろ子どもたちを直接支える人たちを支えることにもう少し力を入

れていかないといけないんじゃないか、そのことが一番自然な復興、復活を助けるんじゃないかなと強く感じるようになりました。

こういった子どもに関する相談をうける際に留意しなくてはいけない点としてはごくごく一般的なことですが、子どもの行動の変化には正常発達の変化も含まれるんですね。復興という「元に戻る」ことを私たち大人はイメージしますが、子どもは常に発達し続ける存在なわけです。ですから、いろんな影響をうけながら自立の芽生えとか反抗期とかがあるわけですね。初めてのお子さんだとお母さんによっては、反抗期を震災の影響じゃないかとか、何かよからぬことが起こったんじゃないかと心配になることがあります。相談をうけるときはこういったことを押さえて、どっちなのかなというのを常に見極める必要があります。そして混乱しているお母さんというのは、子どもの健康な成長にも影響を与え、それが問題行動ととられる場合もありますので、そういったことを私たちは留意しておく必要があります。

先ほども触れたように子どもはこころの悩みを上手に言葉にできない存在ですので、それらが行動上の問題や身体化症状としてあらわれることがあると知っておくこと、問題行動をなくすことにだけ心血を注がれてしまうと、背景にあるいろんな問題を見逃してしまうことになることを相談を受ける側は注意していかなくてはいけないと思います。それから、先ほども触れましたが子どものこころの問題でお母様が相談をしてくる場合、お母さん自身が抱えた不安や混乱を反映している場合があるということですね。これも大事なポイントだと思います。そして家族葛藤や生活環境の変化を背景に状況や場面によってみられる症状が異なるということ、つまり学校ではいい子なんだけど、家では違う、あるいはその逆。一人の人からの情報だけで子どもの真の姿は判断できないということも非常に大事な点で、感情移入して一人のお母さんだけの相談にのったり、学校の先生の相談にのったりということをやっていると、間違った方向に導いてしまうこともあるかもしれないということに、私たちは注意していかなくてはいけないと思っています。例えばこの図はエリクソンの、ライフサイクルにおいて人生のそれぞれの段階で発達課題があるという、有名な心理社会発達段階というものですが、我々はこういったものを理解しながらそれぞれの子どもの年齢でクリアしていくべき課題があるんだということを理解しながら支援にあたるのが大事なのかなと思います。特に非常に大事だと思うのが、ピラミットの一番先を支えているのが乳児期の基本的信頼というもので、図で見てもおわかりだと思います。ようするに人生に対して、自分に対して、自分は肯定的に受け止められているんだ、生きていていいんだという感覚を持たせてもらったかどうかというのが、その後の人生を大きく左右するわけで、この図の構造でもおわかりのように、もし基本的信頼というものがきちっと身につかない状態で大人になっていって、例えば学童期の課題である勤勉性というものにどんなにトライしようとしても下の土台がしっかりしていなければその上にもものは積み重なっていかないんだということが、この図からわかりやすく理解できると思います。だからこそ子どもとお母さんを支える、アタッ

チメントの形成を支えることが私たちには大事な役割としてあるということです。

ここからは、子どもにとっての死ということを考えてみたいと思います。子どもに死をどう語るかということなんですけど、まずひとつ誤った認識として小さい子、特に1歳児は死というものがなんだかわからないからいいんだ、3歳の子は死がなんだかわからないからいいんだ、この子何もわかってませんからと、震災当時おっしゃってたお母さんも、このごろになって実はこの子もとってもいろんな影響を受けていたんだな、とおっしゃるようになってきました。もちろん（死について）わざわざ話すことはないという、これはウソではない、真実でもあるかなと思いますけど、小さい子は何もわかっていないからわざわざ話すことはないということではないということがだんだん知られるようになってきました。あるいは死は辛いものだからなるべく触れないでおく、あるいはオブラートに包んでおこうというのも、これはいろんなことを経験して考えることができる大人においてのみ通用する考え方だと思います。今はそっとしておこうということが非常に大事な段階もあると思います。ですけれど、あとで症例の中でも触れませんが、例えば「お母さんが遠くにいったんだよ」という言い方で伝えて、なんとかやり過ごそうとした場合、「遠くにいった」というのが、ひとつには「自分[お母さん]の意志で」遠くにいったんだなと子どもが受け取ったり、あるいは遠くにいったということは帰ってくるんじゃないか、あるいは遠くにいけば会えるんじゃないかと子どもが受け取ったり、その子どもの認知発達のレベルによって、実は受け取り方がこちらの意図とはまったく違うこともあり得る、ということです。私たちが死というものに対して、それこそ畏敬の念をもって、遠くにいった、という表現が、子どもに全然別のものとして受け取られる場合もあることを私たちは理解しておかなくてはいけないと感じています。大切な人が亡くなったときこそ、そのことを丁寧にとりあげて、できるだけシンプルにその子がわかるように話すということがひとつ大事なことかなと思います。そして情緒的な表現より正確な事実を必要なだけ伝えるということです。何も、死体の状態がどのくらいひどかったとかそういうことまで正確に伝える必要はまったくないわけで、その子の認知発達が至っているレベル、その子の理解のレベルに応じて必要なだけ、その子がストーンと落ちるように、教えてあげることが大事だと思います。

もし曖昧なままに放置した場合、かえって不安が増大することもあります。子どもは自分の知ってる範囲、知っているものさしでしか物事を判断できないので、結局は自己関連付けをしてしまうことがあるわけです。僕がお母さんの言うことをきかなかつたからだとか、あるいは必ずしも震災に限ったことではなくて、死というものを隠された状態で話されていて、その一部だけを何となく聞いている場合、ものすごく怖いものになってしまうわけですね。例えば夜中に心筋梗塞で死んでしまったおじさんのことを、こっそり親戚同士が話していることを、「ベッドの中で死んだ」というところだけ聞いて、ベッドでは寝れなくなってしまうとか、まちがったように中途半端に隠されるからこそ怖いということもあるというこ

とを、大人は覚えておく必要があると思います。

いろいろな学説がありますが、一般に死の概念について例えばボストンのサイコロジストのジェラルド・クーチャーはこんなふうに言っています。死の概念は主に5つの要素からなるだろう。ひとつは「終局性」、身体や心理機能の永遠の停止、子どもはこれを眠っていると理解することもある。そして「不可逆性」、もう二度と戻らない、生き返らないということ。でも子どもはここに会いにいけると思うわけです。そして「普遍性」、すべての人に死が訪れるということです。自分や自分の親もいずれは死ぬということですよね。このことを理解できるのは学童期の真ん中より上にならないとこの普遍性ということを一一般化して考えるということはなかなか難しい。人が死ぬということはわかってそれが自分の身にとということを考えることができるのは、少しあとになってからなわけです。そして「必然性」、必ず訪れるんだということ、この理解には大人自身も不安になることがあるわけです。そして「生物学的要因」によるもの、つまり細胞死、物理的な死というレベルを理解するにいたるのは、早い子ですと小学校5、6年生ですね。あるいは中学生くらいになって、細胞が死ぬというのはどういうことか、目の前で細胞が死ぬのを見なくても、人が死ぬということはいわゆる人間の細胞が死んじゃうことだとイメージできるようになるには、よほどの頭の中で概念化して考えることができるように、形式的にもものを操作できるようになってからだということですよね。こういったことを考えながら年齢による死の受け止め方をちょっとみてみます。例えば幼児は、愛するものからの分離としての意味が非常に大きい問題となります。ですから分離不安が起こってくるわけです。そして先ほど言ったように目の前にあるもの、自分の周りにあるものが存在のすべて、自分の見聞きした事象が知ってることのすべてなのでそれと結びつけるしかない。だからママが駄目って言うことをしたから死んじゃったのかなとか、僕がママを十分に喜ばせることをしなかったからなのかなとか、僕をそばにおいておくより遠くに行っちゃうほうがよかったのかなとか、そんなふうに自己関連づけをしてしまうわけです。小学生の低学年から中学年になると、二度と帰らないという不可逆性というものは理解できます。ですけれど自分の身に起こることとしての実感はなかなか無かったり、あるいは死の原因というものも癌という病気で死んだとか、拳銃で撃たれたとか、毒を飲んだとか、「具体的な事象」と結びつけて理解するというレベルなわけです。それがだんだん小学校高学年、ティーンエイジャーにすすんでいくとだんだん普遍性や最終性を理解して、ティーンエイジャーになるころには具体的に癌ということではなく、病気で死んだとか、加齢で死んだとか、事故で亡くなったという一般的なものを取り入れて、死を理解できるようになるわけです。発達段階に応じた理解と支援というものが重要なのだと、ここでも思います。

当然なんでもかんでも話して聞かせればいいというわけではないし、心理的に安全じゃない状態だったり、本人が不安な状態なのに、これは本当のことなんだからよく見ておきなさい、なんていうのはもってのほかだと思うのですが、まず安心安全な状況を確保して、関

係性がきちんと作られたなかで、その子の知的能力、発達段階にあわせてその子が何をわかっているか、どう理解しているかということを常に確かめながら、彼らの疑問に誠実に答えていくというのが必要なんじゃないかなと思います。支援者側があるいは親側が「わかってほしいように」ということではなくて、「その子がわかるように」伝えるということに徹底して取り組まないと、間違った認識を抱えて子どもが成長してしまうということは考えられると思います。

ここからは症例を見ていきたいと思います。4つほどご紹介したいと思います。

## 質 問 1

子どもの脳とトラウマということで、震災にかかわらず叱られてばかりの子は、いわゆる脳の発達が遅れるということでしょうか？

## 回 答

叱られるというレベルにもよりますが、いわゆる暴力を伴ったり、怖さをいつもいつも感じさせるという脅威を伴ったという意味では、もちろんそういう可能性はあるのかなと思います。ただ一概にこうだから遅れてしまう、ということではもちろんないので、他の要素も考えなければいけないのかなと思います。他に支えてくれる人がいるか、とかですね。いつも怖い思いをし続けているということであれば、それは相対的に怖いというところだけ使われているという可能性が大いにあるので、その他のところが相対的に発達が遅れる、使われ方が少なくなるというのは考えられます。ただし、叱るというのがすべて悪、ということではもちろんありませんし、必要に応じてしつけというのはされなければ、逆に鑄型を与えてもらわなければ、子どもってどこに行ってもいいかわからない存在でもありますので、そこは Abuse または、Maltreatment といった域に行かないレベルのしつけなり叱るというのは必要だと思います。この「叱られてばかりだから全部だめ」ということではもちろんないと思いますが、その程度が虐待に近い形であれば、震災に限らずそういうことはあると思います。それで、「子どものストレスそのものも課題だけれど、避難所や仮設での生活で不安な思いを抱えているおとなに接することで、いつもトラウマ的なことになると思います」と書いてくださった方がいますが、まさにその通りだと思います。この方も書いてくださっていますが、「子ども支援の目線で、親とおとなのケアが不可欠ですね」と書いてくださっているんですけど、本当にその通りだなと思います。

## 質 問 2

子どもがお風呂で津波ごっこをします。主人の車が津波で流されましたが、本人は津波にあっていません。テレビで見ているくらいです。ただの遊びなのか、トラウマなのか気になっています。

## 回 答

今回の震災でということではないんですが、たとえば、虐待を直接受けた、直接殴られたり、けられたりして、身体的暴力を受けたということではなくても、それを目撃して育った、たとえば家庭内暴力があることを目撃してきた子どもは、直接に暴力を受けた子と同じくらい、同等くらいに心の傷を負うんだという研究結果が報告されています。ですからたとえばテレビで、さんざん津波の様子を見せられた子どもというのは、全く津波と関係のない内陸部に住んでいたとしても、もしかしたら実際の津波を遠くに見た子どもたちよりももっとリアルに、ドラマティックに仕上げられている画像を細部までみせられている子どもの方が、その

ことから受けるショックというものが、大きかった可能性があるかなと思います。だからこのご質問者の方のお子さんもそうだというわけではないんですが、一般的には、直接自分が経験しなくても、「目撃する（見る）」というのは体験するのと同じくらい心の傷を受けるということがあるので、もしかするとテレビの画像の影響というのも少なからずあるのかなというふうには思います。それで「『本当に津波が来たらいやだから止めて』と言っていますが、これでいいのでしょうか？」と書いてありますが、それをどのくらい病的に、といいますか、ただ車がわーと流されて、やめてるというのであれば見たものの再現遊びなんだなということで終わる、ということでもいいんだと思いますが、それが執拗に執拗に繰り返される、ものすごい程度、おとなが見ても非常に暴力的だなということになってくれば、それは止めさせるということとはしなくてはならないし、ときには専門家の力を借りるということもしなくてはならないかもしれません。とにかくそういう遊びを「収めてやる」ということは必要になってくると思うんですね。「もうそれは片づけて終わるよ」とかですね。もうおしまいなんだよ、と、「片づけられるものなんだ」と、収めてやって終わらす。見たくないからいやだ、ということよりは、「しっかり収めて止める」というのが、いいのではないかなと思います。

### 質 問 3

多くの専門家ではないグループの方が、心の支援と称して活動しているように思います。専門家ではないグループが最も注意しなければならない点を教えてください。

### 回 答

その支援のグループがどういった目的で、どういった志を持ってやっているかに依ってしまおうと思うんですが、専門家でないからやっちゃだめということには、もちろんならないですし、また逆に善意さえあれば何でもやっていいということではないです。ただ子どもの医者立場から思うのは、やはり一般的な子どもの発達過程とか、専門的にではなくても、子どもってこういう風なもので、こういう風に成長して行って、こういう風な反応をこういう時期にするものだなということはある程度押さえたうえで、やっていただくのがいいのかなと思います。単に今回の災害関連の PTSD 症状ということにだけ着目して、それに対する反応はこうだから、心のケアはこうだよ、という側面からだけ切り取ってしまうと子どもの発達だとか、その他の成長に目がいかなくなってしまうと思うので、子どもというのは常に発達していくという存在ですから、一つの切り口として PTSD があるんであって、その他にもたくさんの面を持っているということを意識しながら、なされる支援であれば、必ずしも専門的な支援でなくても、いいのかなという風に思います。例えばなんでも言語化して、還元的に考えるというのがいいというわけではなくて・・・、たとえば「あなたが苦しいのはこれこれこういうわけで、こういうカラクリがあったんだよ」と言葉でいわれるよりも、もしかしたら、そっと温かいお茶の一杯を出してもらって、ただ一緒に飲む方がずっと

癒される、ということがあると思うんですね。ですからその還元的な支援を求めている人とそうでない人っていうのはもちろんいると思うし、やろうとしていることがその人のニーズにあっているのかどうか、そういったことを意識して、専門家もそうじゃない人もやっていくのであれば、それは有用な支援になるんじゃないかなと思います。

# 震災と子どものこころ

## 宮古子どものこころのケアセンターのとりくみから

盛岡少年刑務所医務課  
宮古子どものこころのケアセンター  
もりおかこども病院児童精神科  
八木 淳子

## もくじ

1. 宮古子どものこころのケアセンターについて
2. 子どものトラウマ体験とストレス
3. 子どもの不安
4. 災害が親子関係に与える影響
5. 親を支える人々の役割
6. 子どもと死の概念の理解
7. 症例呈示
8. まとめ

## 災害と子どもの心のケア

- 被災児 = 「患者」ではない  
一時的な情緒反応は誰にでもおこる
- 特別な心のケアを必要とする子どもとは・・・  
**心理的負担の大きい子ども**
  - \* さまざまな外傷体験の影響が深刻な子ども
  - \* 親や家族を失った子ども（震災遺児・孤児）
  - \* ハイリスク家庭の子ども
  - \* 環境変化の大きかった子ども
  - \* もともと脆弱な要素をもつ子ども

## 子どもの心のケアをとりまく問題と課題

### 岩手県の抱える諸問題

- \* 社会（医療）資源の不足  
岩手県、特に沿岸地域はもともと医療過疎問題が深刻
  - \* 岩手県の広域性  
県都から沿岸地域への物理的距離が支援供給の障壁に
  - \* 地域性と風土  
我慢する、耐える精神性  
大切にしてきたローカリズム
- 必要なケアが受けられない子どもたちが存在する  
被災地である沿岸地域に子どもの心のケア拠点づくり  
既存の資源を生かした支援システムの構築

## 子どものこころのケアセンター

	宮古	釜石	気仙
活動拠点	宮古児童相談所	釜石保健所	児童家庭支援センター 大洋
所管地域	宮古、山田、田野畑	釜石、大槌	大船渡、陸前高田
派遣期間	6月から1年間	8月から3月	7月から(当面)
診察頻度	毎週1回	2週に1回	毎週末
派遣機関	法務省矯正局 (盛岡少年刑務所)	日本児童青年精神 医学会	東京都立小児総合 医療センター
予算措置	法務省	安心こども基金	安心こども基金

児童・保護者からの相談対応・診察、支援者へのレクチャー、  
関係機関支援・連携、家庭・保育所訪問

## 宮古子どものこころのケアセンター (宮古児童相談所内)

- \* 6月2日診療開始(毎週木曜日)
- \* 3人の医師が交替で診療
- \* 5月まで1年間継続(来年度以降も継続決定)

6月からの2月現在の活動状況：

相談ケース：37組(延べ138名)⇒継続ケースが多い  
アウトリーチ：7回(保育所、児童館)  
コンサルテーション：15回(保育士、教師、支援員)  
研修会の実施：2回

宮古児童相談所スタッフによる巡回児童相談：約200件

## 東日本大震災2011/3/11 子どもたちに何が起こったか

- ◆ 大地震・大津波を体感・目撃
  - 極度の緊張
  - 恐怖感（圧倒的な外的な力による死の切迫感）
- ◆ 多くの人の死や建造物の破壊を目撃しながら、自分は生還
  - 罪悪感
  - 喪失感・無力感
- ◆ 生活基盤の崩壊、変化
  - 戸惑い・混乱
  - 悲哀・孤独感

不安

## 脅威に対する人間の反応

脅威に直面した時、人は・・・

「戦うか、逃げるか」の反応

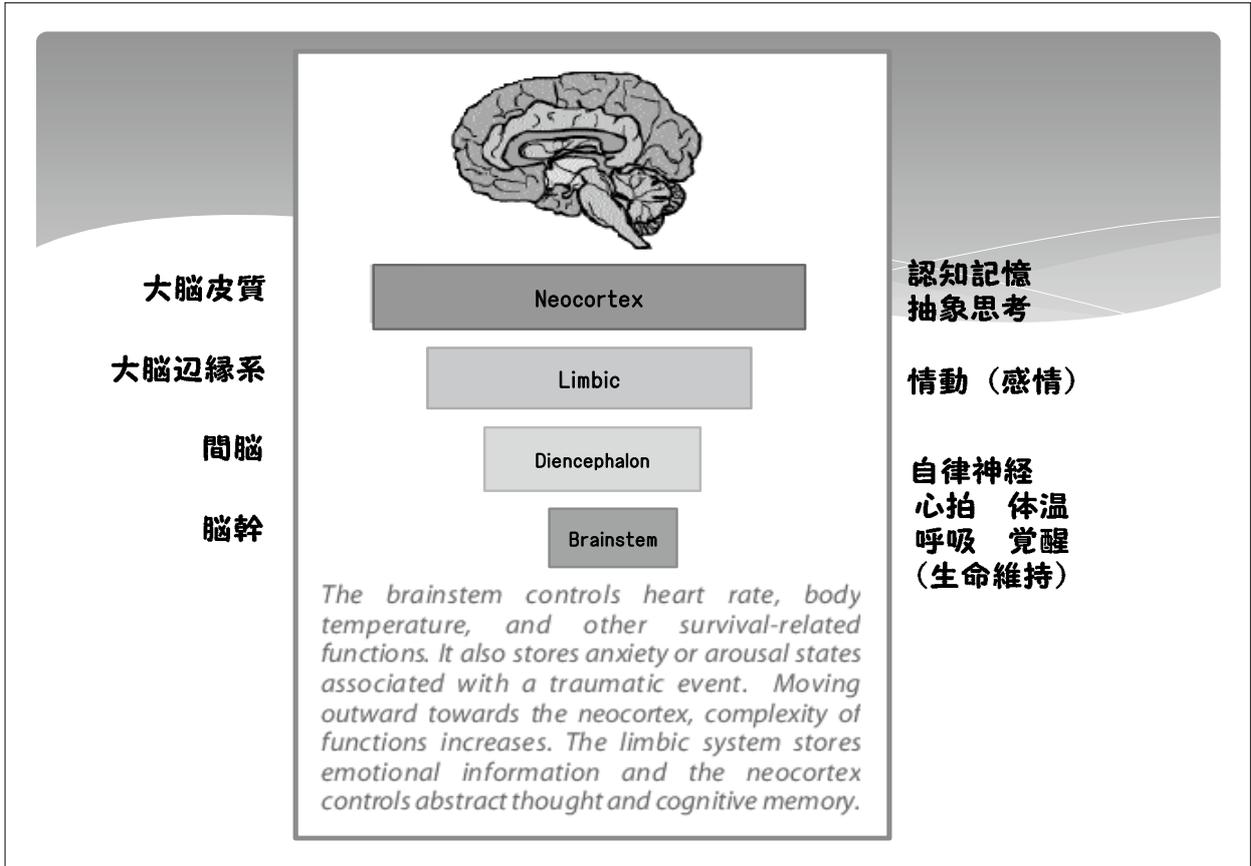
⇒安全確保のための原初的な身体反応（本能的生体反応）

\* 圧倒的な脅威に対しては・・・

感情の暴走が起こり、適応的な行動が選択できない  
脳と心、身体がバランスを失う⇒制御不能⇒無力感

B. van der Kolk:

脅威に直面して、有効な対処行動がとれなかったとき、  
脅威（トラウマ的事件）がトラウマ（心的外傷）になる。



## 子どもの脳とトラウマ

- **子どもの脳は発達途上**  
特に0～6歳までは、『考える脳』は未発達  
→ 対処行動の手持ちが少ない  
子どもの体と心はトラウマ性のストレスに弱く、傷つきやすい

**Bruce Perry:**

**「脳は使われたように発達する」**

- 常に脅威に反応しなければならない状況では  
脅威に反応するための領域（間脳・脳幹）が発達  
⇒ 大脳辺縁系・大脳の発達を凌駕する可能性  
社会的・情緒的・認知的機能の発達に遅れ

## 子どものトラウマ体験

- \* 急性の出来事によるもの  
自然災害、人的災害（テロ・戦争）、大事件・事故など
- \* 持続的・慢性的な状態によるもの  
いじめ、虐待、家庭内暴力など
- \* 後者の方がこころの成長に大きく影響  
（無力感・罪悪感・不信感などが長く蓄積し肥大する）
- \* 災害による影響を長引かせないことが重要

## 子どもと災害時のストレス

- ◆ 災害そのものの衝撃による
  - ◎ 地震の大きな揺れの記憶
  - ◎ 大津波の目撃  
これらを思い出して恐怖がよみがえる
- ◆ 災害後の生活変化による
  - ◎ 生活の変化に対する不適応反応  
→ 問題行動と身体化症状の意味をよみとる
  - ◎ 子どもが子どもらしくいられない状況の遷延  
→ 遊び場の確保・提供、安心できる大人との  
ゆったりした時間の確保

## 子どもが不安になるとき

\* 自分の理解を超えるものごとに出会ったとき

- 得体がしれないから
- 予測がつかないから

人は“わからないこと”に対して  
不安を抱き、恐れる

\* 通常の状態での大人：

“何を恐れるべきかを知っている”

→その他の危険が気にならない状態

(危険信号の取捨選択)

→勇気を手に入れた状態 = 適切な行動ができる

\* 子ども：何がおこっているか全体像がつかめない

→だから「怖いもの知らず」

→だから「不安でしかたがない」

## 子どもの心の問題の現れ方

大人：身体の状態や感情に気づき、言葉にして理解できる（言語化）

⇒自分の中で起こっていることを説明できる

頭の中で概念化して整理できる⇒心身の状態理解

「いつもより肩こりがひどいなあ」

「この頃仕事が忙しくて、ストレスたまってるからかも・・・」

子ども：抽象思考の未発達

⇒自分の中で起こっていることを言語化できない

⇒感情を整理できず、不満・不安が蓄積

その解決方法として“行動化”“身体化”

やけ食い・やつ当たり・自傷行為・盗み

腹痛・頭痛・おう吐・微熱など

## 子どもは不安にどう対処するか

- \* 生命を脅かす危険に対し  
動物的本能で察知（自己防衛）  
本人の資質：生物学的脆弱性  
もともと不安の強い子、発達の偏りのある子は混乱しやすい
- \* 理解を超えた事態に遭遇したとき  
信頼する大人の様子をみて判断  
（愛着対象に依存する）  
◎母親の不安・混乱、周囲の大人の動揺  
→子どもの不安

## 親のストレスと子ども

- \* 子どもは親の不安をひきうける
- \* 母親（養育者）の情緒不安定が長引けば、子どもを不安にし、さまざまな症状が慢性化する  
（二次的ストレス反応）
- ◆母親へのサポート（夫、親戚、近所、専門機関）  
地域全体の強い絆→親の不安軽減  
→子どもの安心・安全感

## 混乱期の親子関係

おこりやすい状態

- 母子密着

過度なしがみつきと分離不安

- 放任

「子育てどころではない」 必要な世話やしつけの放棄

- 過干渉

親自身の不安が根底に

「わが子をコントロールすることで安心したい」

- 攻撃

親自身の不安とそれによる情緒不安定→弱者へ向かう

家族システムの危機→maltreatment, abuse

互いに苦痛や悲哀を共感し、支え合える場が必要

## ハイリスクな子どもの発見

- \* 親自身が疲れ果てている場合

生活再建が最優先事項ならざるを得ない状況

子どもの変化に気づけない（結果的ネグレクト）

→子どもに必要なケアの遅れ

- \* 保育者や教師の役割が重要

災害時の子どものストレス症状に関する知識をもつ

子どもの兆候（SOS）に気づく

必要に応じて、専門機関につなぐ

## 保育者の苦悩と葛藤

- 自分自身も被災者である場合  
災害直後から支援者としての役割を半永久的に担わされる被災者としての自分自身を見つめる余裕がない
- 女性職員が圧倒的多数  
体力（肉体）的負担の蓄積  
仕事と家庭の両立の厳しさ  
わが子を後回しにして、園児・児童を世話することの葛藤
- 孤児・遺児や我が子を亡くした親と直接かかわる立場  
喪失体験をした子どもたちの喪の作業と死の教育を受け持つ

保育者の苦悩と葛藤は深刻：自分自身で気づいていない場合も  
保育者を支えるしくみづくりが不可欠

→結果的に子どもとその家族を支えることにつながる

## 子どもに関する相談を受けるときの留意点

- \* 子どもの行動の変化には正常発達の過程も含まれる  
→自立の芽生え、反抗期など
- \* 混乱している母親は、子どもの健康的な成長による変化に戸惑い、「問題行動」と受け取ることも
- \* 子どもは心の悩みを上手に言語化できない  
→行動上の問題、身体化症状として現れることも
- \* 「子どものこころの問題」としての相談が、母親の不安や混乱を反映している場合もある
- \* 家族葛藤や生活環境の変化を背景に、状況や場面によってみられる症状が異なることも多い

# エリクソンの心理—社会発達段階

老年期	統合性：絶望
壮年期	世代性：自己陶醉
成人期	親密：孤立
思春期	同一性：同一性拡散
学童期	勤勉性：劣等感
幼児期後期	自主性：罪悪感
幼児期前期	自律性：恥・疑惑
乳児期	基本的信頼：不信

## 子どもに「死」をどう語るか

- \* 誤った認識
  - \* 小さい子は「死」がなんだかわからない  
だからわざわざ話すことはない
  - \* 「死」はつらいものだから、なるべく触れないでおくほうがよい
- \* 大切な人が亡くなったときこそ
  - そのことをきちんととりあげて話し合う
  - \* できるだけシンプルに、その子がわかるように
  - \* 情緒的な表現より、正確な事実を“必要なだけ”教える
- \* あいまいなまま放置すると不安が増大
  - 死を自分の落ち度・責任と思い込むことも  
(自分のわかる範囲での認知＝自己関連付け)

## 死の概念:5つの要素 G. Koocher

### 1. 終局性

身体及び心理機能の永遠の停止

幼児は「眠っている」と理解することも

### 2. 不可逆性

生き返らない、二度と会えない

幼児は会いに行けると思っていることも

### 3. 普遍性

すべての人に死は訪れる

自分や自分の親もいずれは死ぬ

### 4. 必然性

必ず訪れる・・・この理解には大人も不安に

### 5. 生物学的原因による

細胞死・物理的な死、科学的理解

## 年齢による死の受け止め方

### ● 幼児

- \* 「愛するものからの分離」と同義＝分離不安
- \* 目の前にあるもの、自分のまわりが存在のすべて
- \* 自分の見聞きした具体的事象と結びつける
- \* 自己と関連付け：「ママがだめっていうことをしたから」

### ● 小学生（低～中学年）

- \* 不可逆性は理解できる
- \* 「自分の身に起こること」としての実感なし
- \* 具体的事象と関連付け「がん」「拳銃」「毒」
- \* 再生願望：「また生き返る」「生まれ変わる」

### ● 小学生（高学年）

- \* 死の概念の成熟化：普遍性、最終性を理解する
- \* 再生願望は部分的に残ることも

### ● ティーンエイジャー

- \* 死の理由を抽象的に理解「病気」「加齢」「事故」

## 発達段階に合わせた理解と支援

安心・安全な環境を確保したうえで

その子の知的能力・発達段階に合わせて

“何をわかっているか”

“どう理解しているか”

常に確かめながら

彼らの疑問に誠実に応えていく

“こちら（支援側）がわかってほしいように”ではなく、  
その子が“わかるように”伝える

## 子どもの精神発達と安全感

\* 年齢が低い子どもほど、自分を取り囲む世界の範囲は狭く、身近な人々や場所が世界のすべて

⇒よりどころは“親”

\* 乳幼児期はアタッチメントシステムが発達する時期

⇒心の安全基地が必要、基本的信頼の獲得

⇒分離・固体化を支えるエネルギー補給

\* 支援者が親を支え、親の不安や混乱が解消すれば、本来のアタッチメントシステムが有効に作動しはじめる

## 親へのサポート

- ◎ 子どもの安心安全のためには、親の不安を小さくすることが必要
- ◎ 子どものストレス関連症状を慢性化させないためには、子どもの身近な環境（＝母子関係）が安定したものになること
- ◎ 母親のストレスを軽減し、その不安に対処することが子どもの二次的ストレス反応の軽減につながる
- ◎ 母親への直接援助こそ、子ども支援の第一歩

## アウトリーチによってわかること

- \* それぞれの地域ごとの地形、自然環境の特徴
- \* 地域に根差した職業ならではの暮らし
- \* 何代にもわたる暮らしの歴史
- \* 「自分たちの町、村、地域」への愛着と誇り



これらを理解し考慮にいった支援が不可欠

**ローカリズム・風土との共生**

## 子どもの心に寄り添うケア

- \* 中長期支援継続の必要性  
安心できる場の提供  
伴走し続けること
- \* 子どものもつ背景を理解する
- \* ニーズに寄り添う支援

**Presence**  
存在すること

親支援・  
支援者支援

ローカリズム・  
風土との共生

## 子どもたちを支えるために

- \* 子どもは震災をどうとらえ、  
消化していくのか  
自分自身の感覚的な実感  
周囲の認識と評価  
もっとも影響力のある大人の思いを背負う
- \* 子どもたちを支えるために  
必要なことは  
親・養育者を支える  
有効な支援の仕組みづくり

## これからの子ども相談

- 急性期のストレス症状は減少
  - 遅れて出てくる子どもの相談において予想されること
    - \* 子どもの症状の多様化、重症化、深刻化
    - \* 親の側の慢性的なストレスや生活上の問題が子どもに反映した結果としての症状
    - \* 震災前からの家族葛藤や、親の養育能力の問題が顕在化し、増幅される
- 「誰にでもおこる正常な反応」の域を超え、より専門的な対処が必要となることが予想される

## 子どもたちにとって復興とは

子ども：発達しながら自分をつくっていく

- \* 社会の影響を受けながら  
(雇用不安、復興の遅れ、非行・犯罪)
- \* 出会ったできごとを咀嚼しながら  
(様々な別れと出会い：死別、離婚、転居・転校)
- \* まわりの大人の背中を見ながら  
(大人のメンタルヘルス・復興への意志、政治)

もとに戻る⇒これからどんな育ちをするか

## まとめ

- ◎ 子どもの症状は母親（身近な養育者）の心理状態を反映していることが多い
- ◎ 母親の子育て環境を安定したものにするために、父親の理解、家族全体の理解が不可欠
- ◎ その家族を支える、地域社会全体での見守りが必要
- ◎ 子どもと家族を支える仕組み・制度づくり（国・地方自治体レベル）

子どもが安心できる環境を保つためには、

まわりの大人たちの安定が大前提

⇒子どもをもつ家族をいかに支援するかが最重要課題

## 大人（支援者）のセルフケアも大切

- \* 自分自身の疲れに気づく
  - \* がんばり過ぎていないか
  - \* ストイックになり過ぎていないか
- \* 支援する立場にある大人のエネルギー源は？
  - \* 自分自身に歓びjoyをもたらすものは何か
  - \* 心から楽しんでいられることを大切にplayfulness
  - \* 自分が心から愛すること、情熱をもって取り組めることに向き合うときの心地よい疲れ

## こころのケアとは・・・

- \* こころのケアは誰にでもできる
- \* 人として備わっている共感性と当たり前の善意
  
- \* 傷ついた人々が必要としているのは人間、人とのかわりであり、「専門家」とは限らない
- \* 医師も、看護師も、カウンセラーも、人間だから必要とされている
  
- \* 相手の立場（ニーズ）を思いやる真心
- \* 支援者側のニーズを満たすことが目的ではない

ご静聴ありがとうございました



# アンケート結果

## 本日のシンポジウムの感想

- ・とても参考になりました。有難うございます。
- ・現場の先生方のお話を聞かせていただき、ありがとうございました。時間を経て状況が刻々と変化する中で、子どもたちの反応も変化し続けていることが分かりました。これまでの一年を振り返って、それがすぐ次の一年を押し量る尺度にはならないかと思いますが、だからこそ10年という支援が必要とされるわけなのですね。子どもを支えるために、養育者・保育士・教諭たちへの手厚いサポートが大切なように感じました。
- ・震災と一口に言っても、地域によって抱えている問題が違うと言うことを改めて思いました。鹿野先生・須藤先生ありがとうございました。八木先生のお話がとても良かったです。子どもの発達段階に添った支援を改めて思いました。「その子が分かるように伝える」良くかみしめたいと思います。その子に起きていることが震災の影響なのか、元々持っている問題なのか、又、ノーマルな発達段階の中で起こっていることなのか整理して考えてゆこうと思いました。
- ・どの方のお話からも、支援する人の安定が不可欠であると感じました。支援を志す方はとかく自分の頑張れる以上に頑張ろうとするタイプの人が多い気がします。中学校の先生方もケアが受けられるシステムができることを願います。
- ・被害した子どもたちに日々接していらっしゃる方々のお話は、心にせまってくるものがあります。とても勉強になりました。特に八木先生のお話は、私の子供と自分自身にも思い当たるが多々あり、話を聞いて納得できることがありました。本日はありがとうございました。
- ・石巻・福島の「現場のレポート」に続く、八木先生の講演という見事な企画のお陰で、あの日から一年経過した今の地域、大人たち、子どもたちの姿を多面的に理解することができました。私たちは、これから先のことを考えてゆかなければなりません、この一年の時間と、取り組んできた事実は全ての原点になるような気がします。この一年を繰り返し語り合いつつ、未来に向けて歩んでゆきたいものです。
- ・実際の被災地で対応されている教諭や児童精神科医などの先生から事例を交えて話を聞いて、とても勉強になった。急性症状よりも今後みられてくる症状のほうが深刻ということで、前向きに次に向かわせるだけでなく、見落としを防いでいきたいと思った。
- ・失ったものの大きさを感じました。子どもたちの心の中に見えない不安はどれだけ深く大きくあるのだろうと、考えながら聞いていました。私は小学校で養護教諭をしていますが、津波や原発の被災地から転入してきた子は元気に毎日過ごしながらも、時々不安定になり、教室へ行けなくなったり、「出来たばかりの家が流されたんだ。死んだほうがましだと思

う。」と言ったりします。家で言いたいことが言えない子ども、子ども自身が気がつかない大きなストレスや不安があるのだと感じます。津波被害を受けなかった学区の子どもたちも、今でも「地震の時は…」と恐怖に感じた体験を話したり、「不安＝地震」と考えていたりします。子どもたちの話を聞きながら、私が今できることは何だろうと考えて聞きました。今日改めて、子どもが心を開き何でも話せる雰囲気づくりに努めようと思いました。また、保護者が持つ不安や経済的な不安に対しても専門的な機関を紹介できるような情報収集をしてゆく必要があるように感じました。

- ・医学的、エビデンス的軸からいい意味で外れていて、受け入れやすかった。
- ・大変貴重な時間をありがとうございました。この現場の真実をもっと広く広められたらどんなに素晴らしいかと思います。
- ・とても内容の濃いものでした。質問にも答えていただき、とても感謝しております。
- ・講師の方が実際に支援活動されてきた、生の声・現場の声、または被災された方の声を聞くことができ、新たな視点や知識を得るとともに、今後の支援について、熟考する機会となりました。とても分かりやすく、御熱心にお話しいただきまして、本当にありがとうございました。
- ・避難所として学校が機能したことは様々な記事を通して知っていたので、その現場で支援にあたってきた人の話が聞けたことは良い経験だった。
- ・子ども支援→実は親や支援者への支援がより重要なのだと再認識しました。
- ・言語化できない子どもたちへの支援の方法、親への支援の大切さがわかった。
- ・三者三様の実践的な話で、とても良かった。中学生の心の変化や福島でくらすことの困難さが印象的でした。また、専門家の立場での、子どもの心のケアにおいてはとても参考になりました。資料としても保存しておきたいものです。わかりやすい資料提供に感謝です。
- ・被災地の支援業務の中で、最近保育所・幼稚園の巡回をしました。その中で気になったのが、保育士の方々の心の痛みでした。講習の中でそのことが触れられ、共感しながら聞かせていただきました。地域全体が被災している中で、どのようなしくみや枠組みの中で対応がなされてゆくのか見えてこず、心配であり不安です。
- ・最前線の現場に立っておられる先生方のお話に、納得させられる部分が多々ありました。ありがとうございました。
- ・チラシでは“今後の対応について議論”と表記されておりましたが、内容は・・・？個々のお話は大変貴重なことではありましたが、各々の講師が言っぱなしというのは残念。さらなる深い議論を期待していただけない、今後期待しております。
- ・大変良きアドバイスを受けました。
- ・NPOに属しての活動をしているが、色々と問題が多く、この先何年になるか分からない活動内容に不安があった。今日のお話しはそれぞれに参考になり、励みにもなり力にもなっ

て。出席できたことに感謝している。

- ・貴重なお話を聞く機会になりました。どうもありがとうございました。
- ・須藤先生の福島の様子をお聞きし、ニュースでみているところではない福島の様子を教えてくださいました。子どもたちも放射能のことを口にしたくない、とか言える雰囲気ではないとのお話にびっくりしました。心に抱えている物が深いことをとても感じた。八木先生のお話、症例をふまえてのお話がとても分かりやすかった。勉強になりました。
- ・中学校の教師、児童精神科医などの方の話はいずれも興味深いものでした。特に、支援者であり被災者であることの困難さを乗り越えることがいかに難しいか、あらためて認識しました。災害がなくても存在していた問題は、災害後に一層大きくなります。日々戦いは続く環境は現実のものです。セルフケアしながら支援活動を続けていこうと思います。
- ・このような会はとても貴重であり、重要だと思います。もっと幅広く宣伝し、多くの参加者に来ていただきたいと思いました。できれば、シンポジストとして小・中・高(各1名)すべての教師に話してほしい。(校種それぞれ)講演が一番ためになりました。
- ・これからがまだまだ長期的に対応していかなければならない問題がたくさんあることを実感し、一つずつしっかり考えていかなければならないと、改めて思いました。とても勉強になるお話しありがとうございました。
- ・時の経過があった分、一年間の各自の取り組みがリアルに伝わってきた。こうゆう報告会の様なものの必要性は高い。私自身が皆様の話を聞いて、確認したりどう前へ進んでいいか、参考にしたり、かなり有効な時間になった。ありがとうございました。
- ・人は何かをする時、(熱を入れ過ぎてという表現を演者の方はなされたが)これは正しい事なのだと、自分の軸で考えがち。相手のニーズ、相手はどういう気持ちでいるのかと、考える必要があると再確認できた。(しばしば考え過ぎて、出遅れる…?) 症例で相談に来る頃には、子どもの問題行動が少なくなっていたので2回ほどで終わった・・・保護者の方のほうが相談できる人が来て、かつ、相談に行くという事で安心感が出て、それが子供に影響が(良い方に)出たのではと・・・相談できる場所があることを知らせることが重要と思う。
- ・現場で活動されてきた方々のお話を聞くことができ、改めて考えを深めていくことができました。今後の自分の活動にも生かしていきたいと思います。
- ・八木先生はプレゼンにも慣れておられるようで、大変解り易く、飽きさせず、良く理解できました。もっと多くの方に聴いて頂きたい内容でした。
- ・様々な地域・職種の方の話が聞けて非常に参考になりました。県内の支援や状況については話を聞く機会はありますが、他県の具体的な状況を聞く事は初めてで、とても勉強になりました。他県からの避難者も多く支援しているので、今後活かしていきたいと思います。特に今後どのような事が出て来ると考えられるかについては、長期的に支援が必要

という他、なかなか具体的な話を聞けずいたので、大変参考になり少しイメージして支援にのぞめそうです。宮古に親戚がいるので、お話を聞いたことが私事としても嬉しかったです。

- ・3人の先生方から子供の支援の現状について伺うことができました。小中学生の様子についてはまともなことがなかったので。福島の実況、子どもの心のケアの事例は胸にせまりました。「いいたいことが言えない雰囲気がある」「もっと影響力のある大人の思いを背負う」ことが残りました。日頃の子育て支援にも生かしていきたいと思います。
- ・相談員をしているのですが、母親からの相談を受けた時、自分の中で知識で思い当たるものを話してみます。母親も納得して帰って頂けるのですが、その話が本当に母親のためになったのか、またこの話で良かったのかと考えることがあります。このことを思い返す機会になりました。
- ・現場から「生の声」子ども達の状況を知る事ができ、加えて今後どの様にしていったらよいか等へのアドバイスが得られた。子どもたちの状況は、震災後1年間のもので、今後も長期に渡り様々な事例が出て来る事と思います。長期に渡っての支援、報告等を宜しくお願いします。今後も出席を続けたいと思います。中味の濃い会でした。
- ・教師の立場から、そして児童精神科医などの専門的立場と、それぞれの立場からの、また、被災地区も宮城・福島・岩手とそれぞれに聞くことができ、良かったと思いました。たくさん気づきと学びがありました。ありがとうございました。

## S- チルへの要望

- ・里親会です。
- ・毎回出席しているばかりで具体的に何かできるわけではありませんが、この場でなければ得られない情報ばかりなので、本当にありがたく感謝しております。ありがとうございました。
- ・今日の様な研修の機会を与えて頂けるととても助かります。
- ・貴重な存在として、その活動をもっと広くお知らせいただけると嬉しいです。
- ・とても勉強になりました。ありがとうございました。
- ・広報体制(今日の様な研修)の充実。東北大学の心理的支援のHUB的役割。機能の焦点化(遺児、孤児支援とか)
- ・「風化」が叫ばれる中、今後益々専門家以外の力が必要となると思います。続けてゆくことが、伝え続けることが肝要ですね。私も尽力します。
- ・職場でもできる限り周知しているところです。ご連絡ありましたら、よろしく願いいたします。(構内に、会場への案内が所々にあって、会場を見つけやすかったです。ありがとうございました)

- ・ 末端としてでもよいので、大学院生等、支援に興味のある学生が活動に参加することはできないだろうか。
- ・ 震災に関する子どもへの支援が、心理士による心のケアにとどまっているだけでいいのかということには疑問がある。専門的な介入が必要なほど精神的に不安定な子への対応には心理士の介入も有効だとは思われる。一方、教員の方々の話にあったように、前向きに生きていこうという心性もあることに注目して、子どもがポジティブに発達出来ることを支援していくことも重要と思われる。他大学の復興支援と比して、東北大学は特定の地域とのつながりが薄い。学内で来談者を待つだけでなく、特定の地域に深くコミットして、学習支援等の心のケア以外の支援を展開していただきたい。
- ・ またこのような研修会を開催してください。
- ・ 今後も同様の研修を望みます。10年のスパンでの支援御苦労さまです。
- ・ 子どもと親の支援の必要性を考えていただけに、問題が起きた時の相談者をどうしたらよいかと不安がありました。力になって頂けそうで、それだけでも心強く感じています。
- ・ このような活動を続けてほしいと思いました。
- ・ 10年間の活動が続いてゆくとのことですが、またこのような研修の機会があればと思います。
- ・ あまり教育現場にまだ知られていないので、広く知らせることが重要ではないかと考えます。
- ・ 身近にこのような会を開いて頂ける所があるとすごくいいなと思います。また開いて頂けると嬉しいです。生の声重視で、現場にいる人重視で今後とも情報をお伝えください。我々について自分たちの目の前仕事ばかりに集中してしまうので、こういった機会大変ありがたい存在です。
- ・ 「震災子ども支援室 S-チル」の存在を広くPRしてください。
- ・ お忙しいとは思いますが、今日のような会をまた開いて頂きたいです。
- ・ 今後も①現場からの報告 ②対応（制度も含め） ③変化 についてお願いします。
- ・ 職場でのパンフで参加をさせていただきました。年に一度このような研修があるのでしょうか？素晴らしい内容でしたので、また機会があれば参加したいです。

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  
平井 美弥 震災子ども支援室相談員  
押野 晶子 震災子ども支援室相談員  
久保 玲子 震災子ども支援室相談員

---

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支援」

2012年7月24日

発行者 東北大学大学院教育学研究科教育ネットワークセンター  
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支援 ～震災から1年を振り返って～



東北大学大学院教育学研究科 教育ネットワークセンター  
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



このパンフレットは環境に配慮した  
「本なし印刷」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。