



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

第2回東日本大震災後の 子ども支援

～診察室や保健室から見える子ども達～



平成24年9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

第2回東日本大震災後の子ども支援

～診察室や保健室から見える子ども達～

平成24年9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. 見えるものへの手当て、見えないものへの心配り	3
3. 開会の辞	5
4. 報 告 I	
一歩前進	7
～子どもたちを癒すもの～	
資料	11
5. 報 告 II	
福島における心理面の課題	13
6. 報 告 III	
小児科の診療室から	23
～これまでの経過と今後の課題～	
資料	27
7. フロアーディスカッション	29
8. アンケート結果	37

はじめに

本シンポジウムは、東北大学震災子ども支援室が開催する3回目のシンポジウムになります。また、「東日本大震災後の子ども支援」というシリーズの第2回目のシンポジウムに当たります。

震災から約8か月が経過した2011年11月に開催された「震災子ども支援室」開設記念シンポジウム「親を亡くした子どもに対する支援の中長期的展望」では、震災から約半年間を振り返り、今後の中長期的支援を見据えて、これから私たちにできることは何か、震災子ども支援室は何をしていくべきかを考えました。また、2012年3月に行われたシリーズ第1回目の「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～」では、岩手・宮城・福島の前災3県における支援の現状と今後の課題について、参加者の理解を共有することができました。

本シンポジウムは、震災から1年半後に開催されたものです。このように約半年に1回シンポジウムを開催し、問題を見つめ直すという作業をしてみると改めていろいろなことに気づかされます。「個人における心と体の変化」「家族関係の変化」「地域社会の崩壊と新たな関係構築」など、当初から指摘されていた事柄で未だに解決できずにいる問題、時間とともに新しく出現してくる問題などに気づかされます。また、私たち個々人が知っている震災体験は非常に限られていることにも改めて気づかされます。

そのような点からシンポジウムの成果を印刷物にまとめ、多くの方に読んでいただくことは意味あることだと考えています。たとえば、震災の影響を幅広く理解し、それを体験した人々の多様性を理解すること、時間軸の中で人の変化や成長を理解し、今後の支援のあり方について考えることにつながるのではないのでしょうか。

当日のシンポジウムに参加された方は振り返りの材料として、参加されなかった方は自分自身の体験やこれまで関わってきた支援と重ね合わせながら、本シンポジウム報告書をお読みいただければと思います。

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11月

東北大学大学院教育学研究科長・教育学部長
本郷一夫

見えるものへの手当て、見えないものへの心配り

平成24年9月15日に行われましたシンポジウム「第2回東日本大震災後の子ども支援」の報告書をお届けします。今回は子どもたちの身体に目を向け、「診察室や保健室から見える子ども達」という副題と致しました。よく言われることではありますが、こころと身体は互いに密接につながっています。震災後、子どもたちは数々の身体症状で安全・安心感の喪失を伝えてくれました。年少の子どもたちほどそれは強く、大人たちはいつもよりたくさん抱いたりなでたりして安心を伝えようとしました。その一方で、“普通にみえる”年長の子どもたちを案じる声も多く、大人たちはそのこころの内に直に分けいることをためらいながら、身体の方を積極的に気づかっていました。自分の状態を言葉で十分に語るができない子どもたちにとって、身近な大人たちのこうした配慮はどれだけありがたかったことでしょう。

今回のシンポジストは、そうした子どもたちの身体とこころを身近で支えてこられた、石巻市立門脇中学校養護教諭の伊藤香織先生、東北福祉大学教授で臨床心理士の渡辺澄夫先生、岩手県宮古市で小児科医師をなさっている豊島喜美子先生です。伊藤先生は、震災後の混乱から今日まで、学校という場で養護教諭として見てこられた子どもたちの姿について、福島県でも幅広くご活躍なさっている渡辺先生は、特に福島の子どもの状況について、そして豊島先生は、地域の小児科医師としてまた校医として、診察室から見える子どもや保護者の姿についてお話し下さいました。フロアには、養護教諭、保育士、保健師、スクールカウンセラー、心理士、施設職員、里親、民生委員、家庭児童相談員、社会教育主事等々、様々な立場の方々がお集まりくださり、新たな出会いの場となりました。私自身も、シンポジストの先生方やフロアの方々のお話をうかがいながら、子どもたちの育ちに寄り添う大人として大切なことは、“見えるものへの手当てと見えないものへの心配りを長い時間の中で行っていくこと”であると、あらためて心に刻むことができました。

支援室では今年4月より、電話相談を始めています。震災後1年間は頑張ったが2年目に入って大人も子どもも疲れていること、自分だけが取り残されているような無力感や、どうして他の人は大丈夫なのだろうというやりきれなさなど、さまざまな思いが電話の向こうから伝わってきます。子どもたちには体重増加や体力低下がみられ、今まで以上に、遊びや運動を通じた身体づくりが大事になっています。皆様が身体とこころを大事になさりながら、この冬を少しでも温かくすごしていただけるよう、震災子ども支援室一同、心から願っております。

2012年11月

震災子ども支援室室長
加藤道代

開会の辞

加藤先生：それではそろそろ時間になりましたので始めてまいりたいと思います。本日は暑い中、またお忙しいところお集まりいただきまして大変ありがとうございます。東北大学教育学研究科震災子ども支援室第2回の東日本大震災後の子ども支援についてのシンポジウムを始めてまいりたいと思います。

開会に先立ちまして東北大学教育ネットワークセンターセンター長の上埜高志教授よりご挨拶申し上げます。

上埜先生：どうも皆様こんにちは。今日は三連休中の中、また今日も最高気温を30度超えそうで真夏日の中ご参集いただきありがとうございます。今紹介いただきましたように、教育学研究科の中に教育ネットワークセンターというものがありますが、その中に震災子ども支援室というのを設けまして、本日、開設シンポジウムを含めると3回目になりますけれども、これから皆さんと共に情報を共有して、また支援ができればなというふうに思っております。

この震災子ども支援室の成り立ちについてはご存知の方がいるかと思いますが、簡単にご説明いたしますと、昨年の震災の後、石川県の篤志家の方から10年間にわたって子どものために資金を使ってほしいということがあり、長期的に10年間この震災子ども支援室で岩手県、宮城県、福島県の子ども、あるいはそれを取り巻く親御さんあるいは支援者の方になんとか、こちらが支援できればなということでやっております。おおよそまだ細かい事務を一杯やっておりますけれども、こういったシンポジウムを大体年2回開催出来ればというふうに思っております。

そういうわけで長期的にやるということですが、多少個人的な感想或いは皆さんも同様かもしれないけど今週9月11日で1年半を迎えましたけれども、どうも復興は道半ばで、物質的な面もさることながら、私はメンタルヘルスの専門なのですが、どうも心のケアもなかなかうまく進んでない部分もあるかなと、さらに言うと子どもへの支援も目に見えない部分でいろいろ困り事があるかなというふうに感じております。前回の第1回のシンポジウムときはどちらかというと心理が主体ですが、今回はもちろん心理の面もありますけれども、小児科の先生や養護の先生に来ていただいて、少し体の方の面も大事かということで、そういった趣旨で開かせていただきます。私も勉強してまた皆様と共有してまたシンポジウムあるいはそれに限らず、子ども支援室をご利用いただきまして、何とかお子さんが健やかに育つことを願って皆さんで支援していければなと思っております。それでは今日は4時くらいまで、あとディスカッションの時間もあるようですので皆さんと一緒に勉強したいと思います。どうぞ今日はよろしく願いいたします。

報 告 I

一歩前進

～子どもたちを癒すもの～

石巻市立門脇中学校養護教諭

伊藤 香織 氏

講師プロフィール

栗原市出身

宮城学院女子大学卒業

養護教諭として

石巻市立寄磯小学校

平成 20 年度より石巻市立門脇中学校に勤務

皆さんこんにちは。本日はこのような場でお話しする機会をいただきありがとうございます。「診察室や保健室から見える子どもたち」というテーマでお話をというご依頼をいただきました。私からお話しできることは限られていますし、皆さんのお役に立てるお話ができるか分かりませんが、これまでの自分自身を振り返り、これからの支援を再考する意味も含めてお話しさせていただきたいと思います。よろしくお願いします。



1. 本校の概要と地域の状況

まずは、門脇中学校の概要と地域の状況についてご説明させていただきます。ご存知のとおり石巻市は宮城県北東部、旧北上川の河口に位置しています。本校、門脇中学校は高さ約29メートルの丘に建てられております。石巻駅からも近く、市内中心部に位置する学校です。また、このように隣に石巻中学校が建てられており、全国でも珍しく中学校2校が隣接しているのも大きな特徴です。先ほどお話ししたように丘の上に建てられているため津波による被害は免れましたが、校舎のひび割れ、ガラス窓の破損等がありました。しかし体育館は平成22年12月に建てられたばかりでしたので地震直後から避難所として使われることになりました。

2. 震災直後から避難所運営の様子

3月11日のことについてお話しさせていただきます。3月11日、本校は卒業式が行われました。卒業式が終わり、在校生も卒業生もお昼前には下校していました。しかし、翌日に練習試合を控えたバレー部の数名の生徒のみが、翌日の練習試合の会場設営のため式場の片付けを職員とともに行っておりました。私は昇降口のところで、生徒2名とともに作業をしていました。そのときに揺れを感じました。昇降口はガラス戸で囲まれているため生徒2名を連れて、すぐ校庭の中央に避難しました。生徒に声を掛け背中をさすりながら、校舎を茫然と眺めていました。その間、とても長く感じた揺れがやっと終わりました。子どもたちを安全な体育館の中に避難させた後は、職員各々が避難所の開設のために動き回りました。校舎の倒壊も心配されたため、私は校舎内にある毛布やトイレトーパー、医薬品などを体育館の方に運び込みました。職員も各々被災状況の確認や体育館への物資の運び込みなどを行っていました。そのような作業をしているうちに徐々に丘の下から避難者が集まってきました。あっという間に日が暮れ、周りが暗くなってくると、職員は懐中電灯を使って避難者の誘導やトイレへの介助などを行いました。その時は避難者の多さに「何か大変なことが起きている」という感覚はあったものの、津波が来て街が流されていることなど、想像もできませんでした。

その後、避難者も職員も恐怖と不安で一睡もできない一夜が明けていきました。翌日になって明るくなると、明るくなるのを待っていた避難者の方がさらに続々と集まってきました。その時はすでに避難者は2,000名を超えていました。避難者から聞かされる街の状況に、初めて津波の威力のすごさを知りました。その話を聞くたびに子どもたちの様子が心配されましたが、丘の下はまだ浸水していたため、子どもたちの様子を知ることはできませんでした。

2、3日して少し水が引いた状態で、職員が手分けをし、歩いて避難所を回り、子どもたちの安否情報の確認を行いました。それでも生徒たちの安否確認と同時に、職員が2,000名以上の避難者のいる避難所の設営・運営を行わなくてはならず、生徒の検索に力を割くことはなかなかできませんでした。あまりに混乱した状況に避難所を効率的に運営するために、職員をいくつかの班に分けることにしました。生徒の検索に力を入れる検索班や、2,000名分の食料や生活物資を運搬、供給する班など、避難所の運営とともに子どもたちを探すことも効率的にできるようにしました。

そのころになると、他県からの医療ボランティアチームにいらしていただいたり、仮設診療所なども設置され、避難者の方々の体のケアが行えるようになりました。体のケアが行えるようになると、混乱の中にも少しずつ秩序が生まれ、避難者同士で助け合ったり声を掛け合ったりすることで自治組織が立ち上がるようになりました。そうなってくると、これまですべて職員で運営していたところを、少しずつ避難者の方々にお任せできるようになりました。4月中旬ころになると、職員はほとんど避難所運営に携わることなく学校再開のために動きだせるようになりました。

そして、4月21日、学校が再開することができましたが、この時点で生徒3名の死亡が確認され、2名の安否が不明でした。この時はまだ体育館は避難者でいっぱいだったため、屋外で始業式を行うことになりました。子どもたちはお互いの無事と再会を喜んでいました。始業式で歌われた校歌を聞いた時、あの卒業式での校歌を思い出し、今日を迎えられた安堵感と、それと同時に失われたものの大きさに胸がいっぱいになりました。

先ほどお話したように、このように門脇中学校と石巻中学校は隣り合って建てられているため、石巻中学校の学区は中心の濃い円の部分になりますが、門脇中学校の学区は大きな円のところになります。御覧のように、門脇中学校の学区は海にも大変近いため、避難地域の津波による被害は甚大でした。震災後数日後に学校の子どもたちが住む地域を見に行ったところ、津波による被害だけではなく、火災により真っ黒になった地域は、つい先日まで子どもたちが生活し、人々が行き来していた街とは思えませんでした。

その後、平成23年11月に子どもたちの家屋の被害状況を調査しました。被害の状況は被害が全くなかった生徒は60名、全壊が63名、半壊の生徒は97名でした。また、親、兄弟、祖父母など、家族を失った生徒もたくさんおりました。このような状況の中、学校を再開した後子どもたちの被災の状況や心の健康状態を調査する必要性がありました。

3. 健康実態調査の結果

生徒の心の状態に関するアンケートの結果をご紹介します。国立国府台病院のご協力のもと、アンケート調査を行いました。調査項目についてはご覧のとおりです。「非常にはい」、「かなりはい」、「少しはい」を「はい」として集計しました。「少しいいえ」「かなりいいえ」「非常にいいえ」を「いいえ」として集計しました。平成23年度の調査ではほとんどの項目で20%以上の生徒が「はい」と答えていました。特に「イライラしやすい」、「体が緊張する」、「自分を責める」、「嫌なことを思い出す」、「集中できない」の項目では30%以上の生徒が「はい」と答えていました。そして最も多かったのは「何か不安だ」と言う項目で、60%以上の生徒が「はい」と答えていました。平成24年度の調査でもご覧のように多くの項目でまだ20%以上の生徒が「はい」と答えていました。しかし平成23年度と24年度の結果を比較してみると、ほとんどの項目で「はい」と答えた生徒は減少していました。特に「怖い夢を見る」、「嫌な場所を避ける」、「自分を責める」、「嫌なことを思い出す」、「何か不安だ」と答えた生徒は大きく減少していました。震災直後の不安や恐怖の気持ちが少しずつついやされている様子がうかがえます。このように徐々に落ち着きを取り戻しているように見えますが、「イライラしやすい」、「落ち着かない」という項目のみ、「はい」と答えた生徒が増加していました。この原因の一つは現在の子どもたちの生活環境にあると考えられます。住みなれた地域を離れ、地域の親しかった人たちとも離れ、仮設住宅に入居している生徒はストレスを強く感じています。また、広い運動場は瓦礫置き場になったり仮設住宅地になったりして、のびのびと体を動かす場所もありません。また、遠方から通う生徒はスクールバスを使用しているため、時間もかかります。それに加え、親が失業してしまった世帯は、経済的に不安定さも感じています。このような多くのストレスを抱えながら生活していることが先ほどの結果につながったと考えられます。

この調査の結果について国府台病院の医師が学校を訪問してくださり、心配な生徒の様子や今後起こり得る症状などについて相談に乗っていただきました。生徒へのカウンセリングは現在も継続しています。調査の結果から心配された生徒について学年や学級での様子を個別に調査を行いました。平成23年度に行った調査の結果、特に心配された生徒は20名ほどおりましたが、その結果の一部がこちらです。

4. 個別対応が必要な生徒について

震災の影響の表れ方は人それぞれで、その子のもっている元々の性格や被災の状況、残された家族の様子によって様々です。学校では普通にふるまう子どももいれば、気分が沈みがちな子どもなど、多くの症状が見られました。このような支援が必要な子どもたちに学校がどのように対応したら良いか、「心のケア対応組織」というものを立ち上げ、その方法を組織で考え、子どもたちを組織的に支援していく方法を考えました。まず健康状態の把握につ

いては、本人だけでなく保護者を含めて把握するようにしました。把握の方法は毎朝の健康観察に加え、先ほどご紹介した質問紙による調査、また個別の面談等で行いました。それらによって把握した情報を全職員で共有し、必要に応じて校医やスクールカウンセラー、外部の方の指導や助言をいただきます。それによってその子に合ったケアの方法を考えます。多くの力を借りて子どもたちのケアを行い、途中子どもたちのケアの方法がこれで正しいのかどうか再度評価・検討します。このように子どもたちのケアを行ってきました。

5. 個別事例について

<事例は個人情報保護のため、割愛します>

6. 終わりに

子どもたちの反応が成長の過程における当たり前の変化なのか、震災による影響なのか、悩むこともあります。

本日の講演のテーマとしてあげさせていただいた「一歩前進」は、先日行われた本校の運動会のテーマです。これが本校の運動会の様子です。今年は震災から2年目ということで700個の風船に、花の種と風船を受け取った人が元気になれるようメッセージを添えて飛ばしました。石巻から飛ばした風船は、大崎市や秋田県まで飛んでいき、FAXやお手紙、お電話などで「風船を受け取りました。ありがとう。」のメッセージを頂きました。また、オリンピックの銅メダリストの室伏さんも応援に駆け付けてくださいました。震災後1年以上たっても自分たちを忘れないでいてくれたことに、子どもたちはまた元気をもらいました。子どもたちは、とてもつらい経験をし、大人たちがまだ絶望や混乱の中でも、一日一日、希望をもって元気に生活しています。このような子どもたちが十年後、十数年後、今回の震災のことを忘れることはできなくても、少しでもその気持ちを軽くしてあげられたらと思っています。そのためにはどうしたらいいか、毎日試行錯誤の繰り返しですし、今、自分がしていることで子どもたちにより深い傷を与えてしまったら…と不安に思うこともあります。しかし、学校という場で大人たちに見守られながら、子どもたち同士で心から笑ったり、時にはぶつかり合ったりすることはあっても、人との絆を感じることで少しでも癒されてくれたらと願っています。

以上で話を終わります。ご清聴ありがとうございました。

資料

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

“第2回東日本大震災後の子ども支援”

～診察室や保健室から見える子ども達～

報告1 「一歩前進」 ～子どもたちを癒すもの～

石巻市立門脇中学校 養護教諭 伊藤 香織

- 1 本校の概要と地域の状況
- 2 震災直後から避難所運営の様子
- 3 健康実態調査の結果
- 4 個別対応が必要な生徒について
- 5 個別事例について
- 6 終わりに

報 告 Ⅱ

福島における心理面の課題

東北福祉大学教授

渡部 純夫 氏

講師プロフィール

会津出身

筑波大学大学院教育学研究科修士課程修了

東北福祉大学総合福祉学部及び研究科教授

臨床心理士

日本産業カウンセラー協会スーパーバイザー

みなさんこんにちは。ただいまご紹介ありました、東北福祉大学の渡部と申します。今日は、福島の実況ということで話をしろということだったんで、福島に特化した形でお話をしていこうと思っています。私自身は職場が仙台ですけども、住んでいるところは福島市なんです。皆さん方、ニュース等見られると、福島県内の放射線の数値が出てると思います。福島は相変わらず0.6から0.7くらいの間なんですけど、そこからほとんど変わってません。



一時期1点いくつとかでずっと維持していたんですけど、それがようやく下がって、0.6から0.7くらいの間で推移しています。私自身は、職場と住居が仙台と福島ということで、両方にまたがりながら、被災された方の、メンタルヘルスと言うと大げさになってしまいますけども、お話を伺ったりとか、あるいは、また、いろんな機会を通して、少しでもお話を聞かせていただくとか、あるいはサポートできる場所があればということで、動いております。

震災をどう受け止めたか

私自身、昨年の3.11のときに、どこにいたのか、どういうふうに震災というものを受けとめたのかといったあたりからお話をさせていただこうと思っています。私は、東北福祉大学、(だいたい建物も壊れたんですけども、ちょうど大学は春休み中だったのですが)、のある仙台にいなかったんですよ。どこにいたかっていうと、太平洋とは反対の日本海側にいたんです。どうしてかっていうと、山形大学の農学部っていうのが鶴岡にあるんですが、そちらの方で集中講義で毎年行ってるんですけど、ちょうど2日目の講義をしている最中に、震災が起きました。最初はですね、ありふれた地震だろうという思いを持って、考えていたんですけども、揺れが激しくなるし、また、なかなか治まらないような状況になってきて、それで、受講していた学生に対してですね、机の中にすぐ潜れというように指示を出して、私は教壇に立ってましたから、当然のごとく、隠れる場所はない訳ですね。だから、早く治まってくれないかなって思いで、ずっと治まるのを待っていました。本当に時間としては2、3分だったと思うんですけども、本当長く感じましたね。なんで、こんなに治まりのつかない揺れをずっと続けてるんだらうなという感じに思いました。そのあと、学生を、大学の当局の指示の元に中庭にまで避難させて、建物をチェックしてとなったんですけども、これもあのちょっとした笑い話になってしまいますけども、山形大学農学部の建物、大丈夫だったんですね。ここから距離離れていますからね。大丈夫だったんですけども、ただ唯一、非常階段だけが壊れちゃった。何だろうと思いましたがね。その後は、本当は、こういうふうな大震災が起こったが故に、集中講義もできないだろうということで、私、山大の方から帰っていいよって言われたんですけど、帰っていいよと言われても戻る手段がない訳ですよ。交通網は全部ストップしていましたから。その日は、ホテルに帰って、まんじりともせずただた

だ自分の感情が抜けきった感じで、テレビ映像を見ていました。皆さん方はおそらく見られなかったと思いますけども、鶴岡はですね、停電にもならず、ずっと一晩中電気がついていたんですね。揺れは続いていましたけども、テレビでもって、津波の状況がつぶさに報道されていたんですね。自分自身も、宮城県内とか、岩手の方にも釜石を始めいろんな形で行かせてもらっていましたが、福島は浜通りっていうのがある種テリトリーの一部ですから、それを見ながらですね、車が飲み込まれたりとか、いろんな人たちの悲鳴なんか聞こえたりしながら、なんだろうこれほど、神戸の震災の時はですね、高速道路が崩壊したりとか何かしながら火柱が上がって、燃えている場面を見たときには、非常に涙が出てきたんですけど、今回の東日本の大震災の時には、ただただ感情を消失した状態の中で、テレビに釘付けになって、目が離せないような状況で一晩中おりました。そういう意味で、講義はできないんだろうと思ってたら、ホテルの方に連絡が大学からありまして、これも変なんですけども、学生たちも帰れないから先生講義続けてくださいって言われて、残りの2日間ですけど講義を続けて講義は全部で4日間だったんですけど、4日目の講義が終了する段階で初めて、鶴岡から山形駅までですかね、高速バスが動くということで、そのバスに乗りながら山形駅まで戻ってきました。でも、気持ちの方はいてもたってもいられない状況の中で、大学の方に行くべきか、それとも福島の方に戻って状況を把握すべきなのかっていうことで、迷っていたんですけども、たまたま山形駅に着いたら、宮城の方に行くバスは全然出てないと、どうしようかと。福島に戻るにしても新幹線はストップですし、あるいは高速バスもないですから、しょうがなくって、家に電話をして、妻に迎えにきてもらって、福島の方に戻ったっていうのが、3.11 がらみの状況でした。

1. 現状と課題

避難所での経験

福島に戻ってから、一週間経つか経たないかの頃だったと思いますけども、避難所が開設されて、大人の人も子どももそうですけども、津波と地震と、そしてその直後に起こった福島第一原発の方の問題で、多くの人たちがですね、福島っていうのは3地区に分かれていて、会津と中通りと浜通りっていうところに分かれてるんですけども、浜通の方から多くの人たちが避難していると。子どもたちも大人たちもいるんですけども避難所での精神的な状態はどうなっているんだというところで、把握してほしいということで、特に子どもたちに関してなんですけども、県の教育庁の方からこちらの方に連絡がありまして、急遽、福島県内の臨床心理士を何人かかき集めて、避難所生活をしている人たちにお話を伺うという形で、かけずり回るような日々を何日間か送りました。そのときに、一日に避難所20カ所から30カ所回ったと思いますけども、それを連日続けたんですけども、その中でこんなことを感じました。

まず最初の印象なんですけど、避難所はですね、多くの人たちで溢れていたんですけども、元気だったのは子どもたちでした。子どもたちはけっこう遊んでいましたし、福島の場合はですね、中学生とか高校生がですね、学校が避難所になってましたので、自分の学校に避難している子どもたちに対して、そこの生徒さんたちが、率先してですよ、ボランティア活動だと思っていただければいいと思いますけども、子どもたちと一緒に遊んであげるといふかな、そういうことを始めてたんです。これは、先生からしなさいと言われた訳じゃないし、親からしなさいと言われた訳でもないんですけども、自発的にそんな感じで、誰かが始めたんだと思うんだけど、どこの避難所でも生徒さんたちが入って、子どもたちと遊ぶっていうことで、子どもたちが非常に、狭い空間なんだけども、お兄さんおねえさんたちと一緒に遊べるような現状ってというのがそこには展開されてました。その中で私自身思ったんですけども、こういうエピソードがありました。

エピソード

ある避難所に行ったときに、おそらくお孫さんだと思うんですけども、3歳くらいかな、女の子でしたけどもね、おばあさんと言ったんですね。お父さんお母さんは、今後の生活の場をどこに求めるかということで、避難所を点々としている人があの当時は多かったんですよ。福島の場合は、行政からの情報が後だしっていかほとんど出ませんでしたので、第一原発が爆発したって情報のもとにどこに逃げればいいのかってのが全然分からずに右往左往していた状態ですから、今いる避難所でもって固定っていうのではなくて次々に安全な場所を自分たちで確保して行かなければならない現状があったんですね。そういった意味で、お父さんお母さんはですね、次の避難所ってものを求めて、動き回ってたわけです。たまたまそこにおばあさんとお孫さんがいたんだけど、おばあさんにいろいろと避難までのプロセスっていいですかね、どんな状況だったのか話をしていただいたんですね。けっこう協力的で、ひとつひとつ丁寧に細かくお話しして下さったんですけども、30分くらい話を聞かせてもらったのかな。そこで、次の避難所に回んなければいけないというか、数多くの避難所を巡回しないとイケなかったものですから、じゃあそろそろおいとまして次のところに移って行きますって言った時に、ちょうどお孫さんが、配給だと思うんですけども、キャラメル持っていたんですね。キャラメル持っていて、1個なめていたんですけども、おばあさんが私の方に、私の方を見て、お孫さんの方を見て、この人にキャラメルを1個あげなさいと、私は話を聞かせてもらった人間なんだけども、キャラメル1個あげなさいということで、お孫さんに言ったわけです。お孫さんどうしたかっていったら、最初は、当然自分のもんだと思っていますから、一箱ね。だから、あげたくなかったかもしれせんけれども、おばあさんに二度言われて、それで、私の前に来て、はいって感じに持ってきたんですね。そのときに、瞬時にどうしようか迷ったんですね。瞬間ですけどね、そんなに長い間ではないで

すけど、瞬間非常にどうしようか迷いました。なぜかっつと、これは、着の身着のまままで逃げてきた人たちが、配給になった、しかも子どもが好きなキャラメルだと。それは本人がもらったから本人のものなんで、全部食べたいだろうっていう思いと、あとおばあさんがなぜ私にキャラメルを1個あげなさいって言ったのかっていうところの、心理的なメカニズムに関してこの思いが、一瞬ですけども駆け巡ったんですね。おばあさんの思いとしては、おそらく、自分自身は着の身着のまままで逃げてきた状態だから、何もこちら側に施すものとか、あるいはまた、自分がしてあげることができない何もないんだという思いだったと思うんだけども、それでも、こちらに対して何らかの、自分自身がひとりの人間として、こういうことできるんだよ、あるいは自分の存在意味、存在価値というのはこういうところにあるんだよっていうことを一生懸命伝えようとして、その孫にキャラメルをあげなさいといったんだと思いますけども、それを考えたときに、これは断っちゃいけないだろうなど、実際にお腹空いててキャラメルもらいたってわけではなかったんだけども、思いまして、それで、いただきました。どうもありがとうっていう感じで、お孫さんにもおばあさんにもお礼を言って、それで帰ってきたんですけども、そのキャラメルっていうのは食べられなかったですね、本当に。それくらい、何て言いますかね、福島だけではないと思いますけども、被災し避難された方々っていうのは、非常に生活状況は全てのを失って惨めな状態になっていたかもしれませんが、自尊心とか、自尊心と言った方がいいのかな、自分自身がひとりの人間として、価値を持った生き方をしている、あるいは、存在価値を持ってんだっていうことは、絶対最後までおそらく、その瞬間だけではないんだけども、捨てなかった、自分から捨てることはなかったっていうことですよ。だから、どんな状況にしろ、どんなに生活が悲惨であろうと、自分はひとりの人間として生き抜くんだっていう思いを、最初は誰もが持っていたんだということを、まずはですね、そういうエピソードからご報告させていただきたいなと思います。

いわきで取り組んだこと

その後はですね、私自身は、まずは、地元が福島ですから、まだ大学が再開されていない状況でしたので、福島の被災されたところで、何かできないかということで、個人的な部分と、あともう一つは、県の臨床心理士会をどういうふうにかかしていけばいいのかというところで、二つの面から考えていったわけです。今日は詳しいことは、県の臨床心理士会の動きとしてはあまりお話しすることはないかもしれませんが、福島県の場合には、プロジェクトチームっていうのを作りまして、ユニセフとの提携の中で、一年目、だいたい予算を確保させていただいて、いろんな活動をしました。私は中心になって動いたわけではないですけども、その中のメンバーの一人として動いていましたけども、その辺の報告は後でまたどっかで責任者が話してくれるんだろうと思いますので、今日はそんなところはお話はせずに、個

人的にボランティアで動いた経緯っていうのをお話ししたいんですけども。いわき地区っていうところがあります、福島にね。そこで、久之浜っていうところなんですけど、みなさんニュースとか何かで聞いたことあるかもしれませんけども、久之浜っていうところが津波でやられたんです。そこではですね、幼稚園が一枚流されちゃったんです。ただ、運が良かったのかどうか分かりませんが、子どもたちを親元に送り返した後の津波だったんですね。子どもたちは幼稚園では亡くなりませんでした。亡くなった子が一人いたんですけど、それは、親元に帰って、親と行動しているときに亡くなった子が一人いたんですけど、その状況を聞いたが故に、いわき市の保健師さんと連携を取りまして、良く知っている方なんですけども、その方と連携を取りまして、早速出かけていきました。まずは、子どもたちを見ている、あるいはまた、保護者の方をサポートできる保育士さんたちがどういうふうな精神状態で、どういうふうに子どもたちとあるいは保護者の方たちと関わっていけばいいのか、そういった点が非常に心配でしたので、何をしたかっていったら、幼稚園の先生方に、いま起きていること、自分の中に起きていること、それと同時に、子どもさんが反応として出すこと、あるいは保護者の方が子どもとの母子関係の中で、あるいは父子関係の中で、片方の反応はどのような形で伝達されていくのか、その辺の話をさせていただきまして、その場で起きていることと今後予測されていることを全部含めて話をさせていただきました。もう早かったですけども、そのときはですね、津波ごっこや震災ごっこが起きますよっていうこともお話しさせていただきました。そこで、そういった反応を子どもたちが出したとしても、それは変なことでも何でもないと。ストレスが溜まって、こんな大変な状況に陥った、そうなれば体の方で反応するのが当たり前だし、あるいは、反応したものを吐き出さなければもっともっと酷い状況になるんだということをお話しさせていただいて、その出したものを素直に引き受けてくださいねと。先生方が困ったときにはなんとか私がサポートしますからねって、そういうふうなお話をさせていただきました。実際に、幼稚園の先生方と個別に話した方がよいと思われる先生に関しては個別に話をさせていただきました。それが終わった後、子どもたちとの直接的な接触はなかったんですけども、保護者の方に対して、実際に子どもたちがどういう反応を示すのか、先程、伊藤先生の方でもお話ししていただいたんですけども、中学生くらいの反応は思春期の反応と相まって出てきますけど、もっと小さい子どもの場合においては、退行化ってよく言いますが、赤ちゃん返りみたいなものが起こってきて、それでもって、おしっこを漏らしてしまったりとか、あるいはまた、言葉遣いが幼くなってしまったりとか、そういうことが起こります。そういうことはごく当たり前のこと。ですから、怒ったりとか修正しようとか、そういうことはしないでいいですよっていう話をさせていただいて、お母さん自身がどんな不安をお持ちなのかっていうことを、個別的にですけども、お母さん方と話をさせていただきました。お母さん方もやっぱり当然のごとく、動揺してしまっていて、不安を抱えてたんですけど、私自身は何ができるってわけじゃないんですけども、た

ただ話を聞いて、しかも、子どもたちの反応の中で、予測される反応とはこういうような反応があって、どういう意味であるのかってところの話を説明させていただいたんですけども、それしかできなかつたんですけども、それでもやっぱりお母さん方少し落ち着いたようで、こういうことが起こってこういうふうに見ていけばいいんだねって感じのものを分かっていたただけでも、違ったかなって感じがします。

相馬地区での取り組み

その後は、どういうことがあったかって言ったら、福島の場合は、精神的な疾患に関してサポートしていかなければならないということ、私なんか、精神科医の先生とか、あるいは保健師さんとか、いろんな人との接点を持っていたんですけども、いち早く福島県立医科大学の丹羽先生っていう方がいらっしゃったんですけども、チームを作っていたいただいて、特にいわき地区と相双地区って言います、相馬と南相馬ってところがあるんですけども、そこでケアをしていこうっていうことで動き始めましたんで、私なんか何ができるわけでもないんですけども、参加させていただいて、一緒になって動くっていうことをさせていただいたんです。実際に、避難所で精神科の先生と一緒に動きましたんで、この人ちょっと話し聞いてあげてねなんて言われますと、そこで時間を持って話を聞かせていただいたりとか、あるいはまた、こちら側で、話しかけてって、当時のことを、強制的に聞くわけではないですけども、大変でしたねっていう話から、日常生活、避難所生活どうですかって話をしてくと、溜めていて、溜めていて自分では抱えきれない人は溢れてくるんですよ。ちょうど水が溢れ出るような感じなんですよ。そういうことをただただ受けとめさせていただくという感じのやりとりをさせてもらいました。たまたま、相馬とか南相馬に、教育委員会、教育事務所があるんですけど、先生の中に何人かこう特に好意にしている先生がいらっしゃったので、そこは押し掛けたんですけども、校長先生なんかやっていますから、その学校に行って、それで、先生から情報を聞いて、保護者の方も落ち着いてきてるみたいだけど、実際は心のいろいろな悩みを抱えてるはずですから、もしできるんだったら話しにきますんで、そういう会を作ってもらっていいですかという感じで、本当に押し付けがましくなったかもしれませんが、いくつかの学校に行かせていただいて話をさせていただきました。きっとみなさん映像かなんかで見られたことあるかもしれませんが、NHK でやりましたから見られたことあるかもしれませんが、相馬地区の磯辺っていうところなんですよ。

磯部地区っていうのがあるんですけども、そこは高台に有るんですけどね、磯辺小学校っていうのがね。たまたま小中だけ残されちゃったんですよ。みんな避難所としては小中を使っただけですけども、ちょっと坂を降りると、ほとんどそこが住居なんですけど、そこは海の側ですから全部流されちゃった状態です。直接的に入っていくことはできなかつたんですけども、これはもう私自身の心の痛みなんだけども、その子どもたちっていうのは、その1年後

にもまた放送されたと思うんですけども、地元の人たちが、どうしてもね、自分たちが、小中と磯辺中と磯辺小とあるんですけども、そこで、自分たちも成長していったと。地元志向なんですけども、子どもたちにも自分たちと同じ小中で学ばせてもらって、それでもって、高校に行かせたいと。そういうふうな地元の意向が有りまして、避難所は相馬市の方にあるんですけども、そこからスクールバスで小学校までいくわけです。小学校に行く道筋っていうのは全部流された跡です。流された跡を通っていくんですよ。それが本当に子どもたちにとっていいのかどうかということで、教育事務所の方とちょっとお話ししたこともあるんですけども、地元の人たちは、どうしても、自分たちが通いなれた、生活してきた、原風景に近いもんだと思うんですけども、そういったものに根ざして、子どもたちも卒業までの生活をさせてあげたいっていう、そんなことで、子どもたちは最後までそこで学校生活を送ったと思いますけども。そういう意味で、福島の実状なんですけども、ちょっと前置きが長くなってしまった気がしますけども。

(1) 原発に関するもの

皆さんもご存知のように、福島と言えば原発っていうのは抜きにして考えられないような状況にあります。今、皆さん方おそらく、第一原発が冷却状態に向けて沈静化に向けて動いているから落ち着いているんじゃないかと思っているかもしれませんが、しょっちゅういろんなトラブル起こしてるんですよ、あそこ。ニュースにはなんないんですけども、実は、なかなか廃炉にするまでのプロセスって大変なんです。いろんな点が細かいことが問題点として出てくるんですよ。それが公にはなかなか放送されなかったりとか、報道されなかったりしています。だから、福島の人たちって慢性不安症ですよ。私自身も原発立地地区ではないんですけども、だけど、自分自身も経験したんですけども、臨床心理士なんかをしてみましたから、今もそうですけども、自分は自分のことある程度コントロールできるんじゃないかと思ってたんですけども、さすがに、今回の、一年、一年半ですけども、時間の流れの中で、自分の中でもだいたい波があるなっていうか、落ち込んでみたりとか、すごく閉塞感に襲われたりだとか、いろんなことを感じていました。そして、福島の実状としては、この原発とどういうふうに向き合っていけばいいのか。つまり、廃炉にするプロセスの中にどういうふう到我々の生活を根付かせていけばいいのか、築いていけばいいのかっていうところの問題が、いま非常に大きな問題になっています。被爆への不安がある方はですね、県外かなんかに避難しております。そういった人たちの判断はある意味で賢明だろうと思うんですけども、ただ、どういうふうな問題が起こってるかっていったら、地元に残った方と避難された方の確執っていうのは、これはね、他から見ると一見仲良くやってるように見えるんですけども、連絡取り合いながらっていう感じでやっているんですけども、実は、確執っていうのは非常に強いものが残されてしまいました。ニュース程にはなっていませんけど、例えばね、いち早

く避難した人の家がですね、なんか盗まれるとかなんかっていうのもあったんだけど、私自身が知ってる方のところだと、電気製品のコードが全部切られて、それでもって、テレビにはナイフで、テレビの画面ですけども、そこがバツテンになってる。で、なんか持ってかれたかっていったらそうじゃなくて、何も持ってかれてないんですよ。部屋中はめちゃくちゃにされて、最後に灯油かガソリンか撒かれてて、匂いだけが残ってたっていうのを聞いてます。だから、私としては、残された人が云々っていうのは思いたくないし、半信半疑のところはあるんだけど、どっかで、残った人と避難した人たちとの、ふるさとに向ける思いって言ったらいいのかな、原風景、生まれ育ったところをどういう位置づけとして思っているのかっていうところの、葛藤ですよ、こころの葛藤ですよ。そういったものが、今後、どうにかして癒していかないと、コミュニティが再び復活することは難しいところです。例えば、飯館とかだと、みなさんもお存知の通り、帰れるところが一割です。だけど、もう絶対に帰れないところもあるんですよ。そうすると、住民たちがもともと生活していた空間っていうのがありますけど、そこが放射線量でもって崩されていくわけです。そうすると、一見こう合理的に見れば住めるところに住んで、飯館ってのは復活させればいいんだって感じで、我々傍から見ると考えちゃうかもしれませんが、そう簡単なことじゃないんですよ。つまり、そこに住む人たちの今まで築き上げてきた人間関係ってのが、再び十分な形で作れるかどうかっていうのは、非常に大きな課題と重荷を背負っているってことになっちゃいます。

後は、そうですね、だから、故郷に帰りたいて言う人たくさんいるんですけど、帰れない状況にありますから、今問題になっているのは、いわき市が人口増加しちゃっているんですよ。何故かって言ったら、風向きからすると、原発の影響をあまり受けないんですね、いわき市っていうのは。だけど、そういう環境だからこそ原発地区の人たちは、“そこに住んで、せめて故郷の傍にいたい”っていう人達がいわきにどんどん移ってるんです。

まあ、そういうところも起こっています。ですから、コミュニティをどのようにこれから再構築していくかっていうのは、非常に大きな問題になっていると思います。

(2) 街づくりに関して

街づくりに関してなんですけれども、まあこれは簡単に言っちゃいますけれども。実は、メンタルヘルスってことで考えると、相馬市っていうのは、精神科病院がないんですよ。ないんです、1つも。で、相馬市でかいんですけども、その南側にある南相馬市っていうのがあるんですけども、原町とかがある。そこが2つの精神科病院を持っているんですね。で、そこに全部行くんです。それはなぜそういうことが起こったのかっていうと、詳しいことは言いませんけども相馬事件っていうのがあるんですよ。これは精神科とか心理士とか関連する歴史的なテキスト見るとあると思いますけども、相馬事件っていうのがあって、そこで相馬市には精神科病院は作らなかったんです。

今は、精神疾患の方もいらっしゃるんですけど、そういった方をどのようにサポートしていくのかということで、NPO 法人が1つクリニックを立ち上げたんですけども、ただなかなか限られた先生でもって頑張られて、先生と心理士でやっているんですけどもなかなか十分な役割を全うできないでいるっていうのがあります。あと、県内での温度差っていうものを書きましたけど、やっぱりね人間ですから段々、段々苦しみとか痛みとか悲しみとかっていうのは忘れていきたい、誰しもそうだと思います。そうすると、どうしても3.11を風化しないようにってみんな言いますが、段々、段々そこから記憶を遠ざけていくような行動っていうのが起こります。で、普段の生活に戻すってこともすごく大事なんですけど、普段の生活に戻ると段々自分のその傷が癒されていくっていう部分があるのも事実なんですけど、この辺の温度差っていうものをどういう風に今後扱っていけばいいのか、捉えていけばいいのかっていうのが今後の大きな課題です。

福島県はもしかすると考え方もいろんなかたちで分散していくんじゃないかっていう危機感すら持っています、私たち。あと、他の身近な問題としては、支援金とか補助金とか色々出ています。ただ、雇用がない。本当、雇用との併用で形を作って行かなければならないんですけども、雇用がないがゆえにお金だけはもらう。だけど、働きたいが口がない。そうすると、どうなるかっていうと、毎日毎日時間の使い方を考えることも出来ないわけだから、どうすればいいかって言ったら、ギャンブルとかお酒とかそういった方向にどんどんいってしまいます。そうすると、そうした人たちに対して、雇用を提供しようといったスローガンを掲げることは簡単なんだけれども、実際それができるかどうかっていうのと、そういった人達が、自分自身が生きる意味とか生きる価値とかどういった風に取り戻していけばいいのか。仕事だけじゃないかもしれない、もしかしたら、その人間関係とか趣味とか、あるいは自分自身が生まれてこのかたやりたかったことをどう実現させていくのが関与してくるんだろうが、そういう保証をどのようにしていくべきなのかっていうのが問題になっているのではないかと考えています。

で、子どもたちですけども小さい子どもに対しては少しでも被曝すると、放射線があたると「将来云々」ということが色々取りざされていますけど、何が真実かどうかはわからないんですけども危険性のリスクを少なくした方がいいんだってことは思います。けど、どっかの会長さんはね福島の人と結婚しないほうがいいとか言い始めると、まことしやかにそういう状況が一般的に伝わっていつてしまう。風評被害とかもありましたけども、そういう傾向性が客観的にどうなのかっていうデータが出されないままに広がっていくということを非常に恐れます。そうすると、今言ったように、すごく敏感で不安な方はどうすればいいかって言ったら、当然のごとく福島から避難しますよ。当たり前だと思いますよ。避難するときに先程言った雇用の問題ありますから、仕事でもって生活を支えなきゃいけない人は逃げない。てか、避難できない、そうすると家族そのものが、本来ならば家族の中で小さい子どもが父

親の愛情、母親の愛情、家族の力動性のなかで成長していくはずなんだけど、そういったものがきちっと提供されないような状況が今生まれています。だからこそ、県外に避難している方何人くらいいますよって発表されるんですけども、その避難している方って一家がみんな纏まって避難しているかって言ったら、多くの場合はバラバラに引き裂かれた中で避難生活になっているんですよ。これをどうすればいいかですよ。家族としての機能性、あるいは家族が子どもを育てる力をどう確保していったらいいのかっていうとこの問題を抜きにして、子どもへのアプローチは、福島、他のところもですが、できないんじゃないかなって思います。時間になりましたので、終わりにしますけれども、少し福島県臨床心理士会の取り組みについて話します。

2. 福島県臨床心理士会の取り組み

福島県臨床心理士会の取り組みとしてこんなことやって来ました、1年間ですけども。ユニセフからの予算を頂いているので、どういった事業を立ち起こしたらいいかってみんなで検討しながら、そこでもってできることは心理士会としてやってきたつもりです。特に、保護者と子どもの関係性の中で、子どもは将来を担っていける存在ですので、どう子育てをしていけばいいのか、そのへんのところを中心にしてプロジェクトチームでは動いてきたつもりです。あとこれは、どこでもやっていらっしゃることだと思いますけど、緊急スクールカウンセラーの派遣ってということで、県内と県外それぞれから色々なサポートを受けております。こころのケアチームがようやく立ち上がりまして、そこを中心にして行政を主体にした援助をしています。これは個人的なことでは先ほど言いましたけど、こんなことを私なりにできることをやってきていますけど。あの本当に、長期的な展望の中で、何十年というスパンを頭の中に置かなければならないだろうと覚悟していますので、こっちが息上がっちゃダメなんで、本当に少ししか出来ないかもしれないけど如何に継続してやるか、続けてくかかっていうところが大事なんですね。最後にこういうことを申し上げて終わりにします。一言なんですけど、この震災の記憶っていうのは、消すことはできない。だからこそ、この震災の事実を抱えながら強く生きられるこころの強さをいかにどう形成していくかが、私の役割で、自分の肝に命じてずっと持ち続けていかなければならないんじゃないかなって思っています。すいません、時間オーバーしてしまいました。ご清聴ありがとうございました。

報 告 Ⅲ

小児科の診療室から ～これまでの経過と今後の課題～

医療法人豊島医院
豊島 喜美子 氏

講師プロフィール

仙台市出身

岩手医科大学医学部卒業

盛岡こども病院、八戸赤十字病院小児科、

十和田東病院を経て現職

皆様こんにちは。岩手県宮古市で小児科医院を開業しております、豊島と申します。私は、ごく普通の小児科をやっている者です。特にところが専門とか、アレルギーが専門ということではなく、乳児健診をしたりワクチンをしたり、風邪のお子さんを診ている小児科です。この震災で、普通の小児科がどんなことになったのかということ、症例をまじえながらお話したいと思います。



1. 宮古の概要と地域の状況

岩手県宮古市は、リアス式海岸の北の端にあります。県庁所在地の盛岡まで直線距離で90キロ、車で2時間くらいの場所です。かつて、陸の孤島と言われました。今も宮古から北上高地を越えて盛岡に行く道路は1本だけです。そして、医療圏は、宮古の北にある日本で最大の町岩泉町と田野畑村、それから宮古の南の山田町、これが一つの医療圏になっております。

そこに小児科医は6人います。宮古市は、人口は58,000人あまりで、年間の出生数は約400人です。昨年の震災で518名の方が亡くなられて、まだ不明の方が124人いると聞いております。小児科医6人の内訳は、開業医が2名、県立病院の常勤医が2名、それから引退されて乳児健診やワクチンに携わっている小児科医が2名です。先ほど校医も担当しているというご紹介を頂きましたが、各地区の診療所、あるいは内科の先生方にも校医をしていただきワクチンもしていただいているのがこの地区の特徴になります。

幸い私の医院は道路に津波の末端が薄く到達したところでありまして、浸水は免れました。今日は主に症例をお話することになります。プライバシーに関わる内容でもありますので、資料はアウトラインだけのものをお配りすることとなりました。

2. 震災後2週間

震災後2週間は主に慢性疾患の方に対して、例えば血圧のお薬を流してしまった方に、私たち小児科医も処方することになりました。物流も途絶えている地区ですから、管内で、最初は3日分くらいの処方から開始となりました。阪神淡路大震災と違って津波による被害が主だったので、つまり溺水で亡くなったか助かったかのどちらかということになりますので、開業医で対処できる外傷での受診は極めて少なかったのが印象的でした。肋骨骨折とか鎖骨骨折の方は、避難所で2週間くらい我慢していて、痛みが取れないのでやっと受診されるような状況でした。震災のストレスによる食思不振の方の受診は、最初の2週間は被災してないお子さんでした。テレビで見たとか、地震があったことでごはんが食べられなくて具合が悪い方がほとんどでした。小児科では「自家中毒」と言って、アセトン血症と嘔吐を繰り返すお子さんに外来で点滴するのですが、体質的な要因があると考えられています。こういう

お子さんは9歳くらいでだいたい卒業されるのですが、今回は十代後半のお子さんで、短期間のうちにアセトン血症と嘔吐の症状が強く治療した方もみられました。

3. 震災後1ヶ月

震災後1ヶ月くらいで通常の診療が始まりました。当院では、1歳未満の初診の方のお母様全員にEPDS（エジンバラ産後うつ病問診票）を使って、援助を必要とされるケースの支援に役立っているのですが、0点の方が75%と今まで経験したことのない状態となりました。保健師さんはもうお使いだと思いますが、10項目の質問票で、1項目3点で最高30点。点数が高いほどひよっとしたら産後うつ病かもしれない、9点以上がフォローの必要なお母さんというものです。それでは、0点ならいいかという、0点の方は、例えば統合失調症で何も感じない、あるいは何も言いたくないという意思表示で必ずしも良いわけではないのです。最近、0点のお母様が多いのは確かです。しかしせいぜい30%未満で、75%、半数以上の方が0点というのは初めての経験でした。例えば、石巻で被災されてお子さんを抱え、つてを頼って転々として宮古まで辿り着いたという方も0点という状況でした。過剰適応、あるいは回避傾向の現われではないかと思われました。それに対して乳児健診では、いつも4ヶ月くらいのお子さんというのは機嫌がいいのですが、4ヶ月も含めて赤ちゃんたちが非常に激しく泣いていたというのが印象的でした。

またこの頃から、主に幼児とか小学校低学年の方の「しょっちゅうお腹を痛がる」とか、「避難所から自宅に戻ってから食べ過ぎてしまう」「しょっちゅうおしっこに行く」、あるいは「暗闇を怖がる」とか「お母さんから片時も離れない」などの相談が寄せられるようになりました。分離不安の症状は震災当初からあったようですが、この頃になりますと震災後1ヶ月ですから、「もうそろそろ仕事に復帰したいけど、一体いつまで子どものそういう欲求に付き合わなければならないのだろう」というお母様方の悲鳴でもあったと思います。“再現遊び”のご相談もありました。心理的な相談は非常に敷居の高いものです。このご相談が最初にあったのはハーフのお子さんのお母さんで、この方はカウンセリングとか心理相談に慣れていらっしゃるのだなと思いました。浸水地区のお子さんではないのですが、お人形さんを亡くなった人に見立てて「死んだ人はここね。ママは大丈夫なの？」と何回も聞くということでした。お母さんは、「死んだ人はここね」と並べる行為がすごく不謹慎ではないか、と悩んでいらっしゃいました。心理教育の重要性を強く感じましたし、テレビで津波の映像を見て、恐らく日本全国の多くの子どもたちが影響を受けたのではないかと思われました。

4. 震災後2ヶ月

震災後2ヶ月の状況です。通常より2～3週遅れて学校の新学期が始まりました。宮古の場合も被災地と内陸地区がありまして、被災地から内陸の学校に転入生を迎えて新学期が始

まりました。在校生には津波のことに触れないようにという事前指導がなされていたようです。しかし例えば、交通安全教室で「どんな時に気を付けなければならないでしょう？」という授業で、「津波で停電になったら信号も点かなくなるから車に気を付けなければならない」とか、「俺のお母さん津波で流されたんだぞ」という風に、転入生は折々に津波のことを話題にする場面が見られ、同級生が非常に戸惑うこともあったそうです。これは、先程の幼児の再現遊びに匹敵することだったのかもしれませんが。災害後の表現は人それぞれだったと思います。この当時、被災校、実際に浸水したお宅が沢山ある地区の学校には、毎週2回、6ヶ月に渡って、各地からこちらの支援チームの方々が見えました。しかし毎回別の方がみえるため、学校としては対応に追われてしまうという風に聞いておりました。内陸への転入生は、時期は様々でしたが、結局原籍校に戻ることになりました。

5. 震災後5ヶ月

震災後5ヶ月の状況です。夏を過ぎた頃になります、うちの医院でスタッフのミスが目立つようになりました。日常業務では普段考えられないようなミスです。例えば、皆さんの日常ですと、洗濯機で洗剤入れるところに漂白剤を入れてしまうようなことなのです。医療の場面でそういうことが起こるのは非常に問題で、緊張が高まる状況となりました。私ごとですが、亡くなった数名のお父さんお母さんの顔が突然浮かび、思考が中断される事を初めて経験しました。他の医療機関でも体調を崩して休息・休職される方が出始めたのは、お盆が過ぎてからということになります。この頃、色々な問題行動や悩み事の相談が増えてきました。最初に相談に見えた方たちは、ほとんどが実際に被災していない方で、今まで抱えてきた問題、例えば、過食や虐待の相談等が増えてきたのがこの時期でした。それと同時に、実際に被災した方々がフラッシュバックの症状で相談にみえるようになりましたが、相談出来る方はまだ余裕がある方で、重症の方はまだまだ相談に出向くのも難しいと思われました。地域の保健師さんたちによる仮設住宅の訪問の時も、電話であらかじめ連絡すると、「うちは大丈夫だから。」と断られるので予告なしに行くことにしているというお話でした。

6. 震災後1年

震災後もう1年6ヶ月経ちましたが、今は家族の問題が非常に明らかになるようになってきました。“絆”という言葉がこの震災後よく使われるようになりましたが、実際は震災をきっかけに離婚する家族もみられます。それから、被災状況の格差による遠慮や、このころの問題を相談する敷居の高さがみられます。これは岩手だけではなく、恐らく東北全ての特徴ではないかと思われます。震災後1年たった3月頃、突然訳もなく怖くなるという高校生の相談がありました。そのお宅は1階部分が津波で浸水して、建物は残ったけれど1階の物は全部流されたお宅です。「大変でしたね。」と申し上げても、親御さんもお子さんも口をそろえて

「もっとひどいお宅があっとうちは大丈夫だから。」という状況でした。

宮古では去年の6月から児童相談所を会場にして「子どものこころのケアセンター」が開設されました。18歳以下の、震災の影響で反応を起こしているお子さんは、週1回予約制で盛岡や関東からみえる小児精神科医の診察を受けることが出来ます。また、ケアセンターにいらしてる八木純子先生とは1～2ヶ月に1回お会いして情報交換することが出来ています。わたしの場合大変幸いなことに、震災以来毎月1回、今までも親しくして頂いていた精神科の鈴木廣子先生に個人的にボランティアとして医院に来て頂いて、震災がらみの患者さんはもちろん、私自身の診察もして頂いたり、震災と直接関係ないケースについてもアドバイスを頂いて日々の診療をすることができています。

7. 症例

<症例は個人情報保護の他、割愛します>

8. 地域との連携

震災をきっかけに専門性の高い先生方に支援して頂く場面を経験することになりました。それから、地域の子どもに関する色々な職種の方々にじかに会ってお話する機会が増えました。宮古地区のマンパワーは限りがあるのですが、少しずつ知識を深めて、情報を地域で共有することによって長期にわたる支援をしていくことが大切であると思っています。以上で発表を終わらせて頂きます。ご静聴ありがとうございました。

小児科の診療室から

これまでの経過と今後の課題

豊島医院 小児科
豊島喜美子

震災後2週間

- 限られた方の受診
- 薬剤の流失
- 身体症状での受診
- 食思不振

震災後1ヶ月

- EPDS0点が75%
- 震災による症状の相談
反復性腹痛、過食、頻尿
暗闇を怖がる、分離不安
再現遊び

震災後2ヶ月

- 学校の再開
- 転入生の問題
- 支援チームの対応

震災後5ヶ月

- スタッフのミスが目立つ
- 今まで抱えてきたことの相談
- 震災がらみの相談

震災後1年

- 家族の問題がクローズアップ
- こころの問題を相談することのしきいの高さ

症例1

- 1歳7ヶ月 男子
- 主訴：言語発達遅滞
- 遠城寺発達検査で、言語の表出・言語理解・基本的生活習慣が10ヶ月レベル

症例2

- 14歳女兒(中3)
- 食思不振・体重減少

症例3

- 15歳男子(高1・剣道部)
- 下痢・腹痛・体重減少

フロアーディスカッション

加藤先生：3人の先生方のいろいろなお話をいただきながら、今日参加なさった方々が、それぞれの役割とご経験の中で思われたことも大変多かったのではないかと思います。今日はたくさんの職種の方々が、お集まりのようです。保健師さんや保育士さん、それから、福祉委員の方々や里親の方々、学生さんもそうです



し、養護教諭の先生方や教員の方々、いろいろお集まりのようですので、どうぞ、気軽にお声を発していただけるとありがたいなあというふうに思います。

上埜先生：主催者側ですが質問させていただきます。豊島先生の方にお聞きしたいのですが、ちょっと初歩的な質問で恐縮なんですが…あの、一見いいんだけども、一見何事もないような方で、実はかなり深い話というものがありませんか、その時の先生の口火の切り方というか…どういう経緯でそういう話が、ぱっと出て…ぱっと出てきたかはわかりませんが、私メンタルヘルスをやっているのでも、なかなかその聞くタイミングとか、聞く状況というものがどういうものだったのかなあということをお話していただけるとと思います。

豊島先生：まったく初対面だった方は最後の高校生だけなのです。昔来ていた方がひょっこり相談にみえる、小さい時雇っていた方がお母さんになっていらっしゃるというようなケースがほとんどでした。

上埜先生：その間で、どのタイミングで聞けて、先生どのくらい時間を取られたんでしょうか。

豊島先生：小児科の外来は、普段は阿鼻叫喚地獄ですから…ぎゃあぎゃあ泣いているという…そこで短時間で話を聞いた後、やはり時間を取らなければなりません。去年の夏ぐらいから、相談の時間をもうけて別室で話を聞くことにしました。今までは不登校のお子さんでも阿鼻叫喚の中で話を聞いていたのですが、別室で聞きますと全く違う話が出てくるようになりました。今日の症例は、全部私が聞き出したということではありません。私が交通整理のようなことをして精神科の先生に診ていただいて出てきた、あるいは、保健師さんに訪問していただいて出てきた症例ということになります。

上埜先生：あるタイミングを捉えて、きちっと別の時間をとられたということですね、診

察の流れの中で1時間、時間をとるという事ではないんですね。

豊島先生：それは小児科の一般診療の中ではできませんので…

上埜先生：そうですね、できませんよね、わかりました。ありがとうございます。

上埜先生：伊藤先生と渡部先生に…伊藤先生はどちらかと言うと被災地において、支援者を受ける立場で、渡部先生は被災地に向かうということなんですが、私もとりあえず被災地に行ったことはあるんですけども、被災地として受けるときに迷惑な人とかこのようにして欲しかったとか、これからこういうふうにして欲しいだとかあると思うんですが…あと渡部先生は被災地に行って、さっきありました、入りにくいといった、特に私メンタルヘルスなんで、精神科にかかっている方はどうぞといっても当然なかなか来ないので、そのへんはどうだったか、というか、現状を教えてくださいと思います。

伊藤先生：先ほどお話したように、たくさん避難者の方がいらしたので、たくさんボランティアの方に来ていただきました。皆さん本当にありがたい気持ちで受け入れておりましたが、迷惑というか少し大変だなと感じたのは、先ほど交通整理という言葉もありましたけれども、たくさんいらっしゃる方々を例えば同じ日に同じ時間に医療チームが3団体いらしたりするんですね。で、避難者の方が教室にいっぱいいますので、場所の確保も大変ですし、電気も放送器具もありませんから、2,000人の方々にその方々がいらしていることを周知するというのも必要なんですね。そういうコーディネート的なことが、その当時はすごく大変な思いをいたしました。それでもやはり、来ていただいて、そして診ていただけたというのは、本当にありがたかったです。

渡部先生：はい、先生がおっしゃるようにやっぱりね、被災地も仮設住宅もそうであると思いますけれども、こちらから押しかけるかっこうになるとやっぱり当然のごとく、被災された方々は、自分を守らなければならない。ディフェンスが自然と強くなるわけですよね。で、そういった時にそのディフェンスを押し破ってまで、という事ではなくて、その時に、雰囲気的にお話ができないようだったら、まあ、そこは遠慮させてもらうという形で。避難所生活の時にはですね、多くの方がいらっしゃいますので、寝ている方もいらっしゃいますし、あるいはこっちに一瞥をくれる方もいらっしゃいましたけれども、ざっと見回していくと、話したいな、とか目線合わせてるとかこっち見てるなということが分かるんですよ。そうすると、その方のところに行って、「今日こういう天候だと暑いですよ」ですとか「熱いのに体調管理大変でしょう」とかっていう感じで。そうすると、生活の、日常的な会話から、御本人の方から、自分の方から話したい時に話したい内容をこうオープンにしていく。で、それに対しては突っ込みもしませんし、あるいは深く引き出すということもしないんですけども。そうしますと、自然と、その二人の関係の中で関係性が成立しているのか、という範疇の中で話をしてくださるということになりますので。で、一度話ができていると、私なんかは避難所に何回か足を運んで、まずはその人と話をする。そうすると、他の人達も寄って

くるんですよ。その人の関係する人達…親戚ですとかね、関係の人だとか。そうすると、その方を媒介にしながら、輪っていうものがすごく広がっていきます。で、その中で他の人達の話も聞かせていただくという形をとっていました。だから、できるだけ時間を費やしながらかまめにフットワークよく動いてみて、それでもって動いてみて、その場では相手との関係の中で相手がこちらに関心に向けているかどうかを判断しながら関わっていくといったことが必要なんだろうなと思っております。

加藤先生：水沼さんいかがですか。保健師さんとして地域の中で働いていらして、今日、外部小児科の先生から保健師さんという声も上がったので。また、石巻ということもおありだと思いますので、お声いただけるとありがたいです。

水沼先生：石巻市の健康推進課の保健師をしております、水沼と申します。今日は3人の先生方のお話お聞きさせていただきました。本当に有難うございました。本当に、ご苦労だとか…一歩前進という形で、一つ一つ何かできることから、というところがすごくヒシヒシと伝わってきました。ありがとうございました。それで、一つ質問…というか感想ですけれども、豊島先生のお話の中で、EPPSの点数0点が70%っていうのには、やっぱりびっくりしました。私達も、新生児訪問の時にEPPSを使っていて、確かに0点は不思議と思っていたんですが、それが何割いるという事を感じたことがなかったので、帰ったらひっくり返して見なきゃいけないかなあと思いました。あと、震災後、乳幼児健診の1歳半健診と3歳児健診の場面に、臨床心理士さんにも入っていただいております。心の問診票を使って、被災状況…全壊だったり、家族の被災状況、現在の親子の症状、心の相談希望の有無といった中身を聞いております。その中で気になる方を心理士さんにピックアップしていただいております。被災状況がすごかったんですが、本当に何も気になることがないっていう方もいらっしゃったりするのです。いっぱい症状があるけれども何も相談をしませんという人にも心理士さんにちょっと声をかけていただいております。最初はやっぱり先生方のお話のように、「特に無いです」というふうな事だったんですが、聞き始めると、いろんなことが出てきま



す。なかなかまだ、相談したいなど、訴える力もないっていうのが、まだまだ被災の多かったところの現状なのかと思いました。昨年6月から乳幼児健診が始まって、最初の頃っていうのは、急性の症状とか、結構相談したいっていう方もいっぱいいらっしゃったんですが、11月・12月頃からぱたっとなくなってしまいました。今年4月から心理士さんが直

接健診の中に入っています。そこでお話をきくと、心の中にある、内に秘めているものとか、これまで溜めて、溜めて…出せなかったものがやっと出せたって言う感じです。今後継続的に相談していきたい人もいらっしゃるのが分かって来ました。それから、家族の問題がすごく出ていて、子どもたちにとっても反映していることもわかりました。その家族問題も、震災だけの問題ではなく、震災は一つのきっかけにすぎないものもありました。震災によって、仮設住宅だったり別な場所に賃貸住宅を借りたりということで、家族が別々になったり、もしくは逆に同居されたりといったことでいろいろストレスを抱えている方々も居らっしゃるんです。けれども、環境変化があっても、もともと健康的な人であれば最初は少しストレスがあったとしても少しずつはうまくやっていけるんです。今まで自分が生きてきた生活、家族背景や関係の中で身につけてしまった生きにくさが、すごく出てきているということをとっても感じています。その根本の問題が、私たち保健師だけではわからない、わかりにくいということで、震災後、心のケアで支援に来ていただいているK病院の先生方と、市の教育委員会、市民相談センター、私たちの健康推進課と一緒に、子どもさんを通して家族の背景を考え、どういう方法で、皆で何ができるのかについて考えていく子ども支援関係者会議がやっとやり始まった所です。豊島先生のお話の中で、先生の診療の中で、いろんな先生方や保健師と色々な関わりをしていくということでは、やっぱり関係者の情報交換をしながら、本当に顔を合わせて、「あ、この人になら相談できる」という風な支援者同士のつながりが本当に大切なんだろうなあと、今日の先生方のお話の中で感じる事ができました。そしてそれを今後ずっと続けていかなければならないなということを再確認できました。本当にありがとうございました。

加藤先生：ありがとうございました。地域保健とは違って学校保健の中で養護教諭の先生方など今日いらしているのではないかと思いますが、どなたかご感想などはおありではないでしょうか。いかがでしょうか。

A 先生：今日はありがとうございます。私が特に感じたのは、日々の保健室の中で、体調不良を訴える子どもたちが多いわけですけれども、その時にまずは医療機関につなぐということをするんですが、豊島先生のように、心の方まで関わっていただくというのは大変ありがたいことだと思いました。私たちもどこにどうつないだらよいかわからない、というのがあります。えっと…つないでも、そこで「大丈夫」だと言われてくると、その後どうつないだらよいか、その所で悩むことが多いです。で、そんな時にちょっとアドバイスを頂いたりすると、広がっていくのかなあというふうに思いました。今日はありがとうございました。

加藤先生：ありがとうございます。それでは、臨床心理士としてスクールカウンセラーで学校の中に入っている金山さんはいかがですか。

金山先生：今日は三人の先生方、それぞれの思いがある中で貴重なお話どうもありがとうございました。私は、今石巻の学校の方に行かせて頂いていまして、伊藤先生に特にお聞き

したいんですけれども、学校の中で心のケアの対応組織を作られたということで、どのような流れの中で、そういう風に学校の中で立ち上がっていったのかっていうことと、豊島先生の話の中でもあったと思うんですけれども、子どもたちを通してご家族の大変さとか、そういうものが出てくるケースもあると思うんですが、例えば保健室の中でそういうケースが見られた場合とか、学校の中でそういうことを気づかれた場合に、どんな風に関わっていらっしゃるか、という所をお聞きできればなあと思いました。どうぞよろしくお願いします。

伊藤先生：はい、ご質問ありがとうございます。心のケアの対応組織をどのような流れで…というお話だったんですけれども、まず震災が起こって、少し落ち着いて、学校も通常業務ができるようになった時に、まず何をしなければいけないかというものを考えたときに、やっぱりすごく心配だったのが、子どもたちの状況でした。で、そういう中で、じゃあ学校で何をしたら良いかというのを考えたときに、やっぱり個人では何もできないし、そして、PTSDの知識についても私も含め職員ほとんどない状態でしたので、それについてもお互いにカバーし合わなければいけないということで、あの…その組織を立ち上げましたが、全く新しい組織ではなく、これまで生徒の、えー…不登校の生徒ですとか、生徒間の問題ですとか、そういったものを話し合う小委員会というものがあるんですけれども、そこからの流れで、大きな問題に関しては、職員全体で…で、小さな問題というか、まずは小委員会の方で話し合っ…という形で作っていきました。

加藤先生：他に皆さんの方から何か、いかがでしょうか。

柴山先生：東北大学の柴山です。伊藤先生にお尋ねいたします。養護教諭のお立場というのは、教師をこえたお立場、評価をこえた役割、それから、教師勢には見せない子どもたちの顔もご存知かと思います。非常にあの…こういう風な状況の中では、学校全体で子どもたちを支えているときに、実はものすごく重要な役割を果たしていらっしゃるという風に思いますが、震災後1年半経って、先生がそういう風なお立场上気をつけていらっしゃる…うまく言えないんですが、学校全体が子どもを支えていくと言う時に、うまく機能するようなところで、先生のお役目というものがあると思いますが、何かこう…気をつけておられることあるいは、気をつけようとされているようなことがございましたら、聞かせていただければと思います。

伊藤先生：はい、ありがとうございます。先ほどお話の中でもありましたが、自分自身、日々力不足を感じて、どうしようどうしようと思いながら仕事をしているんですけれども、子どもを支えていく上で気を付けていることといえば、えっと…まず保健室ではもちろん、子どもたちが教室では見せない表情も見せてくれるんですけれども、やはり…授業中で会うとか、日常一番密接な距離でいるのが担任ですとか、学年の先生方です。で、その先生方との情報交換とか、ネットワークを特に密にすることを心掛けました。それによって、私からの情報とか先生方からの情報とかを重ね合わせることによって子どもたちの全体像が見えていくよ

うになりました。で、特に養護教員の役割として重要だと感じたのは、子どもたちの症状の見極めかなと思いました。臨床心理士でもありませんし、心の専門家ではないんですが、子どもたちの話を聞いたりですとか、身体症状を観て、この子を例えば外部の医療機関に任せべきなのか、それともお家の方に問題がありそうなので、担任の先生に家庭訪問をしてもらうべきなのか、スクールカウンセラーに日常的に話を聞いてもらうべきなのか、そういった見極めが大切だなあと強く感じました。

清水先生：東北大学教育学研究科の清水と申します。本日は、伊藤先生、渡部先生、豊島先生本当に貴重な話を頂きまして本当にありがとうございます。先生方のお話をうかがっていて、本当に一人ひとりの人たち、子どもたちに本当に深い隠れた世界があるんだなあということを改めて感じさせられました。私全く心理学専門の者ではないのでわからないんですけども、先生方のお話をうかがっていて、一つ一つの症例をうかがうと、本当に深い傷を負っている子どもたち、あるいはその家族がいるんだなあということがよくわかりました。直接そういった方々の話を受け止めるとなると、先生方も本当に精神的にもクタクタになるのではないかと思うのです。そういう意味で、カウンセリングにあたりとか、あるいは体・心の治療に当たるとか、そういう方々にもやっぱり手当てといいましようか、カウンセラーに当たる方のカウンセリングとか、そういったものが必要になるかと思うんですけども、何かそのへんについて、何かご教授をいただければと思いました。ありがとうございます。

渡部先生：はい、私自身宮城県では今、石巻で被災者支援に対応してこられた方のバックアップということで行ってますし、最近では気仙沼の方に行かせてもらって心のケアセンターが立ち上がっておりますけれども、ケアセンターの人たちのバックアップということで継続的にやっていくための約束を交わしてきたような状況なんですけれども、まあ私の手法としては、基本的にはお話をして、それでもってその人たちの思っていることを少し話していただくというような所と、なかなか自分の中のその専門性とあとその中で葛藤している部分をオープンにするというのはなかなか抵抗があって難しいところがありますので、箱庭の道具を持っていきましてですね、箱庭遊びと称しているんですけども…箱庭療法ではなく箱庭遊びと称して砂に触れて、退行感覚をこう駆使しながら、なおかつおもちゃなんかを好きなようにこう…遊び感覚でもって動かしたりこう置いたりなんかして、あとはしばらくの間様子を見させていただくと、そのプロセスの中でこういった問題が見え隠れ



してくるところがあります。だからそういったものに関してダイレクトにそれを取り上げるというよりは、むしろこう「おもちゃなんかをこんな風に動かしていましたけれども何か面白い思いがありましたか」ということを聞きながら、そこでもって話をしていくとだんだんとご本人の方から自分の中の溜まったものというものが語られたりとか、実際に石巻でやった後お話をうかがった時に、何かこう…自分の感情を抑制できずに泣くっていうことで発散された方もいらっしゃるんですけど、一つ一つ丁寧に扱いながら、その人が出せるところを受け止めて、それでもって無理して出させないということを目安にしながら、やっぱりこう時間をかけながら付き合っていくっていうことでなんとかまあ、バックアップしていきたいなあとも今も思っていますし、石巻と気仙沼はずっと継続という形でこれからもやっていくつもりでおります。

加藤先生：それでは時間もだいぶ迫っておりますので、最後に先生方からどうぞ一言ずつよろしくお願い致します。

伊藤先生：本日は、拙いお話をしてしまって申し訳ありませんでした。えー、今回自分自身でこの津波からのことを振り返ることによって、悲しい気持ちも思い出しましたが、そこからたくさん学ぶこともできました。養護教諭は一人職ということになるんですけども、一人だからこそできることもありますし、一人だからこそ感じる職員の絆もあると思います。また、地域での養護教諭同士の絆も自分を強く支えてくれているものです。今後も、いろんな人の力を借りていろんな人に助けられながら、子どもたちのために頑張っていきたいと思えます。ありがとうございました。

渡部先生：はい、先ほどお話しましたように、私は福島と宮城と両方にまたがって動いていますので、長いスパンの中で考えていかなければならないのが、この震災ってというのが、一人ひとりにとってどういう意味があったのかっていうことを一緒になって考えていきたいなと思っています。で、それから意味づけっていうことが、これから問われていくんだらうと思います。これから生きていくためには、ただその悲しかったね、ということだけでなく、この震災をどのように自分なりに位置づけたりとか、あるいはその今後の生き方につなげていくのかってところの、やっぱりその部分にはサポートが必要だと思っています。そのために、もしくは本人は悩みながら生きていて苦しいかもしれませんが、それに寄り添いながら早めに解決しようとするのではなくて、その悩むことも主体的な生き方の一つだと私は思いますので、その悩んでいるっていうことを大切に見ていかなければならないんだらうと思います。それで、もやもやした感情とかやり残したモーニングワークの中で…まあ十分なモーニングワークができていない状態があるとは思いますが、それを早めにすっきりさせるというのではなくて抱え続けられるだけの強さっていうものをサポートする側っていうのは十分に意識しながら、関わっていく必要があるんだらうと思います。だから…何といえばよいでしょうか…忘れて楽になるということではなくて、関わり続けながら自分の人生

の意味を問い続けていくっていうことに、少しでも寄り添えるところ、または介入できる場所があれば、長くこう関わっていききたいなということを思います。今日は本当にありがとうございました。

豊島先生：地域で緩く網を張っておくのが大事ではないかと思います。色々な方々の、色々な知恵があると思います。誰がどこで何をしているかを知って、情報を共有し、専門性の高い方がみえたらそれを最大限利用させていただくというかいろいろ教えていただいて…きっと長い時間が必要だと思うのですが、自分だけが孤独ではなく、何とか皆でやっていければと思っています。今日は本当にありがとうございました。

加藤先生：先生方のお話をお聞きしながらその子どもの健康と共に家族の健康、それはひいては地域の健康なんだと思いますけれども、共に関わっていききたいということと、それから、“見えているものへの手当てと見えないものへの心配り”というものを時間の中でやっていくのだということをととても強く感じました。また、改めてそれぞれの方々が現場に戻られ、それぞれの役目を果たしていかれるのだと思いますが、是非こういう機会にまたお伝えいただいて、顔と顔を合わせながらつながっていったらよいなあというふうにおもいます。本日は、先生方どうもありがとうございました。



アンケート結果

質問1 今回の研修会で学んだこと、印象に残ったことはなんですか

- ・子どもはもちろん大人も震災への後遺症があるのだと思った。
- ・子どものケアというのは、長期的に必要なと感じた。
- ・心に受けた傷はなかなか消えない、息の長い支援が必要。
- ・門脇中学校をまがりして、通っていた小学生をお預かりしたこともあり門脇中学校の先生へのお話にて心に残りました。生徒が避難者の方々のことを常に考え頭が下がります。
- ・豊島先生の話が興味深かったです。大人（母）の回避、マヒの問題、大人のケアの難しさ、子の発達の特徴とのマイナスの相互作用。
- ・カウンセリングに当たる人々へのケアも大切であることがわかりました。
- ・一見なんともない人ほど実は、心の裏で感じている震災の影響がある。1人1人現れる症状も時期も異なる。教師としてどのような支援ができるか日々考えている中で、子どもを第一に考え、1人で出来ることは限られているため、協力（他機関）することが大切だと学んだ。
- ・震災が子どもに現れる症状と親のこれまでの生き方、心の形成の問題もあぶりだしていて、そしてそれをどう対処することが必要かを考えていくことが求められることが心に残りました。
- ・家庭が落ち着かないと子どもに現れる、地域の保健師の方々との連携も必要だということ。
- ・震災直後も大変な問題があったが、月日が経過するほど問題が深刻になり、その時ほど支援が本当は必要なのかなーと思った。
- ・小児科医の話された症例を通して、家族の心への理解を深めた。
- ・伊藤先生のお話から心情の理解を深めた。
- ・皆さん今回の大きな震災の中、それぞれのお立場ですごく頑張って活動されてきたんだなーと感心しました。（思わず涙が出てしまいました）支援者も何年たっても被災者であると思いました。
- ・豊島先生のような小児科医が地域に沢山いると心強いと思いました。
- ・息の長い支援・時間を費やして動く、相手をみながら今起こっていなくても今後出るかもしれない子どものサインをみのがさない。
- ・養護教諭の伊藤先生が一生懸命にお話されたこと。
- ・長いスパンで震災後の人々の状況をみていかななくてはいけないと思った。
- ・豊島先生の具体的な事例はいろいろと考えさせられて大変参考になった。
- ・悩みを全て解決することはできないので、悩みを抱えたままでもいられる強さを持てるようサポートすることが大切ではないかという言葉が残りました。

- ・今は症状が現れず震災前と様子が変わらないように見えても、これから先、症状がでたり、その当時の気持ちを表に出すことも考えられるので、その症状が現れた時に対処出来る用意が大事だと思った。
- ・学校側の話を聞く機会がなかなかないので、伊藤先生が震災後のご自身の動きについて話して下さったことが印象に残りました。
- ・これからも心のケアは長期間必要であるが、丁寧に関わっていくべきである。ゆったり、じっくり関わっていける自分でありたいと思いました。
- ・震災の受けたことによる心の傷の表現方法は千差万別であり、長期化することが分かった。
- ・聴くことの大切さ（相手は聴いてもらったことでの満足がある）それぞれの機関での関わりを長く続けていくこと。
- ・自尊感情をみんなが持っているという事実を大切にサポートしたい。
- ・子どもの気持ちは思っていた以上に外的要因によって左右されるということが分かりました。子ども一人ひとりをケアするためには、家族であり、近所であり、学校であり、地域であるそれぞれが力を合わせていくことが必要だということを再認識しました。
- ・門脇中学校の養護教諭の伊藤先生から、被災直後の中学校の状況がよくわかるように話された。
- ・被災地の養護教諭の気持ちが伝わった。2,300人の避難勤務を経験して心身の健康を損なったので、気持ちがよくわかる気がした。
- ・継続的なケアの必要性和、表にでない思い（大丈夫と言ってしまう人の多さ）。
- ・具体的な事例はためになりました。特に伊藤先生、豊島先生の話は印象的でした。
- ・震災の記憶はなくなりますが、それを抱えて強く生きるための息の長い支援が必要という言葉です。
- ・子どものまわりにいる大人の問題が、子どもに大きな影響を与えること、震災の時出なかった問題が様々な環境の変化ででてくること。
- ・豊島先生の報告が印象に残りました。丁寧な症例解釈や実際の対応とても勉強になりました。渡部先生の「震災の記憶を抱えながらいかに強く生きていくか」という言葉も印象に残りました。伊藤先生の大変なお話と中学校という場の力や子ども達の育つ力に感銘を受けました。
- ・小児科での様々なケースとその経過を知ることができ、親子のどのような訴えを特に気をつけていくべきか、どう支援していくかを考えることができました。
- ・痛み、重たい「専門職の力をかりて」「息長く」「見守る」「支援者側のケア」。
- ・抱え続けることの強さ、早く解決するのではないということ。私は大丈夫と語らない・地域の脆弱性が出てくる。
- ・子どもの心の安定をもたらすものは、多くの要因があるが、親をはじめとする大人の支援

が大切と思います。「大丈夫です」と言ってしまいがちな大人もケアの輪の中に入れていく手法が必要と思います。

- ・震災から1年半も過ぎても心のケアの重要性はこれからも継続の必要性を感じました。
- ・震災によっていろいろな人が、子どもたちやその家族のために頑張っているのだと思いました。そして、その頑張っている人の支えも必要だと感じました。
- ・門脇中学校で子どもをサポートする支援体制がつくられたということ。
- ・様々な立場の方のお話が聞けたので印象深かったです。
- ・渡部先生のキャラメルのお話、原発のこと。
- ・豊島先生の事例と家族のお話。
- ・子どもに関わる仕事をしている大人や、またその家族が子ども達の支援をしていくのにも、自分自身の精神面も大切だと思った。
- ・現場のリアルな話とシンポジストの方々の人柄。
- ・PTSDの1つを考えても直後から現れる場合、数か月後～数十年後に現れる場合等、いろいろあること
- ・症状を表す方の家族歴も十分調査し、考慮していかなければ本当の姿、本当の支援は出来ないことが良くわかりました。
- ・EPDSが0点の方が、75%もいたこと、とても驚きました。

質問2 今回の研修を今後どんな形で活かしたいと思いますか

- ・子ども達との触れ合いの場で活かせたらと思います。
- ・震災についての理解（他県からきているので）が深まり有り難かったです。
- ・人に伝えられたらと思います。
- ・どんな支援をしていけるのか、これからも考え続けたいです。
- ・教員をしています。学生への対応に気をつけなければと思いました。
- ・震災の影響は町が復興しても心は復興していない。表面だけでなく何気ない会話の中から心の支援をしていきたい。
- ・子どもとの関わりの中で、心のサインをどう受け止めるかといった点で、学ぶことができましたので、このあたりで今後も研鑽し、子どもと関わっていきたいと思いました。
- ・地域との連携のきっかけにしたい。
- ・東京で養教をしています。いつ東京も震災にあうかわかりません。今は少しでもこのような研修会で勉強をして、現職で活かすことができたらと思っています。
- ・石巻・気仙沼地区での健診を手伝っているのもその際の母親面談の時に心情の理解が深められるかと考えます。
- ・中学校に勤めているので、目の前の子ども達をしっかりと見ていきたいと思う。

- ・卒業後のPTSDの症状がでた生徒が中学校の時、授業で話をしたことを思い出し、少しでも落ち着いてくれたらいいなと思います。
- ・気になる子ども達がいる、祈るような思いで接してきたが、よりよく接することができたらと考えてきた。神戸の方達の話やを再々聞いてきたが、仙台ではそれを生かしながら寄り添うような思いで続けていきたい。
- ・中学校でスクールカウンセラーの業務で、被災した子どもが何人かいるので、今回の知識を活かしつつ関わっていききたい。
- ・相談業務の中で、話の切り口として活かしていきたい。
- ・いろんな職種の方のお話を聞きたいと思います。震災後どのように関わっていたのか、多方面から伺ってみたいです。
- ・表面上の話を聴くだけでなく、その背景にあるものを感じ取れる支援をしたい。
- ・ケース対応時、思い返し見かけは問題なくみても背景をみるようにしていきたい。
- ・心のケアについて、長期スパンに立って経過をみてくことの再認識をしました。
- ・事務局の皆さん、先生方、お疲れさまでした。貴重なお話を聞く機会をいただきまして、有難うございました。
- ・まず、今日聞いた情報を職場同僚に伝え、広げていきたい。その上で、被災の影響の把握研究を深めていきたい。
- ・学習支援の姿勢。
- ・話すことも治療の一つであることを再認識したので、様々な場で話を聞き、場合によっては話すようにしたい。
- ・生徒への毎日の対応の中で活かしていきたいと思います。
- ・学校に帰り、具体的な事例を伝えていきたいと思います。
- ・自分の活動を振り返り、今後の活動へつなげていきたいと思います。
- ・今被災地で求められることを踏まえ、どんな支援が提供できるか考えていきたいです。
- ・普段の業務（乳幼児健診、子育て支援、被災者支援等）に活かしていきたいと思います。
- ・乳幼児とその母に関わる仕事をしています。先生方のお話を参考に同僚に返し、仕事に役立てていきたいと思います。
- ・現場で出会った子ども、母、家族の状況から丁寧に気づいたことを拾い、関係者をつなぎ、継続した支援を考えてみたい。
- ・行政として、様々な専門性をもった方々にどこで、どのように活動していただいたらよいか、より効果的な連携の方策を探りたい。
- ・主訴で訴える背景に想定できることと出来ないことがある。想定できなかったことを反省し、より全体的に問題を捉えるようにつとめることにしたい。
- ・例年になく程、虐待の件数が増えています。震災の影響ということばかりでないと思いま

すが、今後どういう形で、人々の傷ついたものが現れてくるかわからないと感じているので、サポートに携わる者も、常に多くの学びを受けながら生活、仕事に努めていかなければと感じます。

- ・表面に現れないが、それぞれ抱えているものに対する心遣いをもっとできるようになればと思いました。
- ・自分自身、子どもに関する仕事をしているので、仕事での子ども達との関わりの中で活かしていきたいですし、今後どのような災害が起こるか分からないので、これからの人生においても活かしていきたいです。
- ・長いスパンでの、子どもとの関わりを続けていく中で、子どもとその家族を注意深く見ていきたいと思います。
- ・職場で子どもや保護者を支援する場合、一つ一つのケースを掘り下げ、出来るだけ正しい支援方法を見つけていきたいと思います。(表面に現れたこと、提供された資料に左右されるだけでなく)
- ・今後被災者支援交流事業を行うので、活かしていきたいと思います。また、日々の支援にも参考にさせていただきたいと思います。

質問3 その他、ご意見・ご感想・ご要望ありましたらお願いいたします

- ・どういった症状の場合、どんなケアをしたらいいのかなど、より具体的な話が聞けたら良かったと思った。
- ・「報告1」について、失敗事例も報告してほしかった。(一般的に成功より失敗事例から学びとるほうが多い)
- ・「報告2」について、内容は行政(政治)の問題が内在し、それらを巻き込んで解決を図る方が良いと思いました。この意味でS-チルの今後の対応を期待します。
- ・「報告3」について、本日のシンポジウムの趣旨に最も応えた内容と考える。
- ・3つの提案はいずれも重いものと受け止めました。自分自身の震災の体験を振り返る機会となりましたし、また、元気づけられました。3人の講師の先生にお1人おひとりにお礼を申し上げたい気持ちです。
- ・3人の先生方の貴重なお話を聞くことができ、とても考えることができました。とても長いスタンスで子ども達を見ていくことの必要性を感じました。
- ・現在高校で子ども達に接しています。これから震災を小さいころに経験した入学生に接していくことを考えると、どうしたら良いのかと思うことがあります。このような研修会を続けて行ってほしいと思います。
- ・1年半という時間が経過してもやはり悲しみが消えることはなく、むしろ深くなることもあると感じています。定期的に現状の報告等このような機会を通して教えていただければ幸

いです。

- ・質問でさらによく理解できたと思います。
- ・1回目の研修会を知らずにいました。またこのような研修会がありましたら学校にもチラシが欲しいです。
- ・いつも内容が濃いので感謝している。もっと多くの方に出席していただけたらと思う。気になっていたがこの活動が個人の善意から出していることを知って、これからの活動を励まされた。
- ・支援者への支援も今後さらに必要になってくると思った。
- ・お疲れ様です、是非次回も参加させていただければと思います。
- ・本校は仙台市にありますが、沿岸部から通学している生徒もおり、地元と学校周辺との被害状況のギャップやクラスメートとの被害状況の違いに戸惑い、感情を表出できず不安定になった生徒がおり、教員、SCで連携し支援を行いました。今日も実際の事例や課題点を学ぶことができ、今後も生徒達の対応に結びつけて行きたいと思います。
- ・大変勉強になりました。また、参加したいと思います。
- ・3名の講師の先生方有難うございました。
- ・中、長期的影響、直接的影響から拡大していく影響、復興途上の社会、経済的影響などをあつかったテーマも今後お願いします。
- ・同じ被災地でも、場所によって状況が異なる。同じ市に住んでいても思いを共感できないときは悲しい気持ちになる。話を聞くことができて良かった。
- ・このような研修会を開いていただき有難うございました。
- ・行政の取り組みをお願いしたい。(被災した街を再建する。地方に根差した医療をつくる。経済を活性化する)
- ・学校に普段の生活ができるよう支援をいただきたい。
- ・自分の感情、思いを大切にしていきたい。周囲の人たちにも無理しないで、自然に。
- ・できましたら、県内の様々な地域で開催していただけたら有り難いと思います。また平日の午後の時間帯などであれば、参加しやすいかと。
- ・対象者がある程度、想定して、日時、場所を考えていただいてもよいかと。
- ・グループワークなど参加型の研修の場もあるとさらに様々なお話を伺えるかと思います。
- ・有難うございました。今後も支援の方法に関する研修を受けたいと思います。
- ・昨年から養護教諭、学校保健関係の研修会などで、何回も同じような内容で聞いています。幸い自分の学校では表面的には大きな影響がなく、被災した生徒がそのことで来室したことも殆どありません。それだけに何か自分は何もしていない、何かしなければいけないのか……と考えて落ち込むことがあります。今、自分が受けとめきれずにいることに気づかされます。

- ・有難うございました。
- ・とても勉強になりました。有難うございました。
- ・貴重な機会を有難うございました。準備大変だったと思います。お疲れさまでした。
- ・被災者や支援者の「メンタルヘルス」の研修をお願いします。もうではなく、まだ1年半なんですね。
- ・前回も参加させていただきましたが、毎回とても勉強になります。日々の支援に直接結び付くような内容を聞かせていただきたいと思います。有難うございました。

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

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

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12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

第2回東日本大震災後の子ども支援 ～診察室や保健室から見える子ども達～



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。