

今回の震災を振り返り・生かすー震災で大きな傷を受けた子どもたちに対してできること

衛藤 隆(日本セーフティプロモーション学会理事長、日本子ども家庭総合研究所副所長、
東京大学名誉教授)

平成 23 年東北地方太平洋沖地震は東北地方の太平洋沿岸の広い地域、さらには関東地方にまで被害が及ぶ大規模かつ津波被害の甚大さが際立つ近年まれにみる大災害でありました。最初の大きな地震が起こったのが 3 月 11 日（金曜日）の午後 2 時 46 分でしたので、多数の児童生徒が学校におり被害に遭いました。地震の揺れの恐怖、押し寄せる津波の恐怖、退避する時の思い、避難後のつらい思い等は、月日を経てもそれまでには経験したことのない大きな恐怖として子どもの記憶に焼き付いていることと思います。子どもだけでなく教職員にとってもつらい思い出となっているでしょう。

災害直後は混乱した生活の中で緊張し、あるいは高揚した気持ちで過ごしていた子どもも、約 1 ヶ月経ると様子に変化してくることと思います。身近な家族、友人、教員等を失った悲しみも深く心に焼き付いていることと思います。ライフラインが回復しはじめ、復旧も進むと仮設住宅に移る人々が出始め、避難生活の場合、何となくそわそわした気分になって来ます。新たな環境に移る場合は、心が落ち着かず、また、避難所に残る場合は焦りを感じるかもしれません。地震直後に皆一緒に共同生活をしていた頃と異なり、去る立場と残る立場では受け止め方が異なり、相互に心理的な距離を感じるようになります。

こんな時、子どもはいらいらし、落ち着きがなく、沈み込んだりするかもしれません。身体的にも疲労が蓄積し、子どもといえども様々な不調が出てくることもあります。体の訴えに注意し、耳を傾け子どもの症状に注意してください。医療状況もこの頃になるとある程度安定してくると思いますので、子どもの訴えによっては医療との連携を考慮し、医師に相談するよう保護者に勧めてください。子どもでは心の葛藤が身体症状として現れるという心身医学的反応は決して珍しいことではなく、本来の身体疾患かどうかの判断は医療にまかせるようにしましょう。

子どもたちにとって学校がしてあげられる最大のことは、ごく普通の日常的学校生活の実現です。地震前にごく普通であった生活に近づけてあげること、それが最大のプレゼントであると思います。教室や校庭等で学び、休み時間に遊び、先生と普通に話をするといった日常が最も心が和む時なのです。学校が本来の活動を再開できるようになったら、授業計画を立て活動を開始することになります。遠方に疎開していた子どもたちが少しずつ戻ってくるでしょう。他校から転校して来る子どももいるかもしれません。多くの仲間や教職員、保護者、地域の方々を災害で失いながらも、残された人々で学校生活を取り戻し、一步一步学校生活を積み重ねていくことになります。

「天災は忘れた頃に来る」という寺田寅彦の言葉があります。子どもたちにとって地震と津波後まだ間もない時期に、決して忘れることはなく、むしろ再び見舞われるのではな

いかという恐怖があると思います。自然災害についてはどうしようもないという無力感に襲われがちですが、予知情報の活用、避難訓練等を積むことにより被害を最小限に抑えることが出来ると信じ日々を送るように子どもたちを導いてほしいと思います。さらに、自然災害以外に私たちが日常の安全について配慮する意義があります。学校の施設の安全点検を行い、必要な修理や改善を遅滞なく行う必要があります。これについては学校や設置者には義務がありますので、予算の確保も含め教育委員会等設置者と連絡を密にしておく必要があります。また、児童生徒に対しては安全教育を通じ、安全に対する考えを深め、安全対処行動を適切に身につけさせることが出来ます。避難訓練や通学路の安全点検、交通安全、友人とのケンカによる危害・被害を減弱する技法、自傷行為の防止等までも視野に置いたセーフティプロモーションの考え方も取り入れた指導は有効である可能性があります。後2者は学習指導要領（体育、保健体育）には含まれていませんが、国際的に普及しているセーフティプロモーションの考え方に則っています。

震災で大きな傷を心や体に受けた子どもたちに対し、学校や大人が出来ることに関連し、様々な情報が Web 上にありますので、最後に参考情報として掲げます。ご活用いただければ幸いです。

1. 「震災ストレス ケア・マニュアル (小学生版)」(日本生理人類学会ストレス研究部会)
<<http://webpgs.org/sme-guide.pdf>>
2. 「災害時地域精神保健医療活動ガイドライン」の一般向け説明スライド (独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター)
<http://www.ncnp.go.jp/pdf/mental_info_general_01.pdf>
3. セーフティプロモーションについて (日本セーフティプロモーション学会)
<<http://www.safetyprom.com/>>