

\* 内閣府男女共同参画局

・東日本大震災への男女共同参画の視点を踏まえた被災者支援等について

男女共同参画の視点を踏まえた被災者に対する支援等について、様々な情報が掲載されています。

<http://www.gender.go.jp/saigai.html>

・「2020年30%」の目標の実現をめざして（4月15日）

男女共同参画週間のリーフレット。

[http://www.gender.go.jp/week/binder\\_2.pdf](http://www.gender.go.jp/week/binder_2.pdf)

\* 文部科学省

・世界自閉症啓発デー日本実行委員会公式サイト（4月2日）

4月2日は国連の定めた世界自閉症啓発デーです。また、毎年4月2日～8日は発達障害啓発週間。

<http://www.worldautismawarenessday.jp/htdocs/>

・こころの窓口（4月3日）

**電話相談窓口**

[日本臨床心理士会](#)

（※一般社団法人 日本臨床心理士会ホームページへリンク）

[いのちの電話](#)

（※一般社団法人日本いのちの電話連盟ホームページへリンク）

[チャイルドライン](#)

（※NPO 法人チャイルドライン支援センターホームページへリンク）

[子どもの人権 110 番（法務局・地方法務局）](#)

いじめ、虐待など子どもの人権問題に関する相談窓口（※法務省ホームページへリンク）

**心のケア関連資料**

[文部科学省作成「子どもの心のケアのために（PTSDの理解とその予防）保護者向けリーフレットについて」（PDF：1,607KB）](#)

[文部科学省作成「子どもの心のケアのために 一災害や事件・事故発生時を中心に一」](#)

[日本小児科医会作成「もしものときに・・・子どもの心のケアのために」（PDF:32.9MB）](#)

（※社団法人日本小児科医会のホームページへリンク）

[日本子ども虐待防止学会社会的養護ワーキンググループ「社会的養護における災害時『子どもの心のケア』手引き（施設ケアワーカーのために）」](#)

（※日本子ども虐待防止学会ホームページへリンク）

[兵庫県教育委員会作成「災害を受けた子どもたちの心の理解とケア 指導資料（平成8年版）」（PDF:5,332KB）](#)

（※兵庫県立教育研修所のホームページへリンク）

[兵庫県教育委員会作成「災害を受けた子どもたちの心の理解とケア 研修資料（平成23年版）」（PDF:1,314KB）](#)

（※兵庫県立教育研修所のホームページへリンク）

[兵庫県教育委員会「震災・学校支援チーム EARTH ハンドブック」](#)

（※兵庫県立教育研修所のホームページへリンク）

[兵庫県中央・西宮・姫路・豊岡児童相談所「児童相談所災害対応マニュアル 阪神淡路大震災の体験から」](#)

（※神戸大学附属図書館ホームページへリンク）

[兵庫県こころのケアセンター「サイコロジカル・ファーストエイド実施の手引き第2版」](#)

（※兵庫県こころのケアセンターホームページへリンク）

[岩手県教育委員会作成「岩手県災害時こころのケアマニュアル」](#)

（※岩手県教育委員会のホームページへリンク）

[山口県精神保健福祉センター作成「災害時のメンタルヘルス～支援者の皆さまへ～」](#)

（※山口県教育委員会ホームページへリンク）

[転入生の受け入れハンドブック～東北地方太平洋沖地震に伴う東日本大震災をきっかけに考える～](#)

大阪府教育委員会のスクールソーシャルワーカーを中心に作成された学校・地域向けハンドブック

（※こども健康倶楽部ホームページへリンク）

[日本臨床心理士会ホームページより（日本赤十字社からの情報提供）](#)

（※一般社団法人 日本臨床心理士会ホームページへリンク）

[日本心理臨床学会・支援活動委員会特設 HP「東北地方太平洋沖地震と心のケア」](#)

（※東北地方太平洋沖地震と心のケアホームページへリンク）

[「学校心理士」認定運営機構 「『東日本大震災』支援ページ」](#)

（※学会連合資格「学校心理士」認定運営機構ホームページへリンク）

[http://www.mext.go.jp/a\\_menu/saigai\\_johou/syousai/1303886.htm](http://www.mext.go.jp/a_menu/saigai_johou/syousai/1303886.htm)

## \* 日本赤十字社

### ・ ボランティアとこころのケア

平成7年1月発災の阪神・淡路大震災を契機に、心の問題に注目が集まり、災害時に被災された方々が示す反応は「異常な出来事に対する正常な反応」であることが理解されるようになってきました。被災した人ばかりではなく、援助する側も同様にストレスを受けることが認識されるようになってきました。災害に対する備えが重要であるように、災害時の心の問題にも事前の備えが大切です。あらかじめ知っていることが心の問題を軽減するのに役立ちます。「ボランティアとこころのケア」は、日本赤十字社が作成したこころのケアをボランティアが理解するための冊子。ボランティア活動に出かける前にぜひ一読

してください。

[http://www.jrc.or.jp/vcms\\_lf/care1.pdf](http://www.jrc.or.jp/vcms_lf/care1.pdf)

### \*愛育ネット

益邑 千草 (文・イラスト) 【第36回】2011年4月

(日本子ども家庭総合研究所母子保健研究部 主任研究員・小児科医)

よくある質問 (12): 「こわい思いをしたあと、おびえて泣くことが多い」

---

よくある質問: 「こわい思いをしたあと、おびえて泣くことが多い」

---

A: 月齢や年齢にもよりますが、おとながこわいと思うもの以外にも、子どもがこわがるものもあります。こわいものがたくさんあるわけです。

一度には説明できないので、今回は、とてもこわいものとして、かみなりと地震をとりあげます。

#### ■かみなりについて

いきなりピカッと光って「ゴロゴロ」、ときには「ドッシーン!」と、ものすごい音がする稲妻や雷は、おとなでもびっくりします。

遠くの方から雷鳴が近づいてきたり、ざっと夕立がきたりしていたら、少しは身構えることができますが……。

子どもにとってこわいのは、いきなり強い光が降り注いだり大きな音や衝撃があったりし、しかも繰り返すこと、だんだん近づいてきて光も音も強くなったりすることその「わるいもの」の正体がわからないことだと思えます。

その上、近所に落雷したり、周囲の年長者もこわがる様子を見せることがあると、不安は桁ちがいに高まります。こわいのにおとなにも追い払うすべがない、という点でこわさが倍増するわけです。

おとなは、雷の正体が電気による自然現象だと知っていますから、少なくとも遠くで鳴っているうちは余裕があります。おばけや魔物ではなく、雷におそわれたりすることはないとわかっていますが、幼い子どもに説明するのはむずかしいですね。

幼いうちは、遠ざかるまで抱きしめてあげましょう。目をつぶらせ、大丈夫よとやさしく話しかけます。リズムカルな歌を歌って気をそらしてあげましょう。

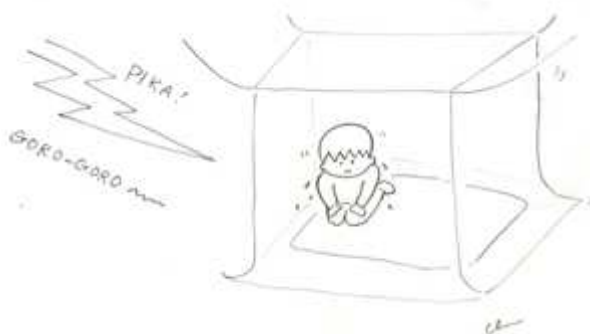
戸外にいるときは、建物の中や自動車の中に入り、ドアや壁から離れます。

入る場所がないときは、高い木や建物のそばに寄り、木や建物に密着せず、少し離れてしゃがみます。

目をハンカチで覆ったり、屋内では布団をかぶったりして光や音を遮断します。

幼児向けの絵本で、「かみなりさん」が出てくるのがあります。虎の皮のパンツをはいて太鼓を持っています。どんな姿でも、具体的に「目に見える」ものの方がこわくないので、古典的な姿も有用です。

決してバカバカしいとは思わずに、ゴロゴロ言い出したら「かみなりさんがんばっているねえ。」落雷が続けば「ちょっとがんばり過ぎかもしれない。」などと解説してください。もちろんちがう姿を創作してもかまいません。



小学生の中学年から高学年になれば、電灯を明るく灯している電気と同じものだけれど、自然の電気は、ちょっと暴走することがあると、わかってきます。

頭ではわかっていても、こわいときもあります。年長の子どもが何気ないふりをしつつ、ほんとうはこわくて心細いのだなど、思えるときは、自尊心を傷つけないようにしながら「そばに来ていいよ、いっしょにやりすごそうね。」と声をかけてください。

イラストは「電気だからコワくない。」とおまじないのように繰り返しながら、がまんしている子どもです。このあと母親が声をかけたので、とびついていったのですが、びっしょり汗をかいていたと笑われました。以前は、蚊帳が「かみなりよけ」になると信じられていました。

## ■地震について

この間の地震では、多くの子どもたちがこわい思いをしました。

子ども自身や家族が被害にあった場合は、子どもの月齢や年齢、被害の状況などに応じて、専門家によるカウンセリングなどの個別のケアが必要です。

参考になるチェック項目が、ウェブサイトにあります。

「『日本小児精神医学研究会・編 配布用リーフレット』

<http://kodomo-kenkou.com/shinsai/info/show/569>

\*災害の後に生じる子どものストレス症状についての一般向けのリーフレット

- ・被災した子どもさんの保護者の方へ
- ・赤ちゃんがいらっしゃる方・赤ちゃんを預かる保育士の方へ
- ・学校の先生方へ
- ・被災した子どもさんのご近所の方へ

被災地の周辺の地域で、地震の揺れを経験した場合と、地震の揺れはなかったが、地震のあとおびえが出てきた場合を考えてみます。

### 1) 被災地の周辺の地域で、地震の揺れを経験した場合

被災地の周辺の地域では、日頃経験したことの無い強い揺れで、大人もこわい思いをしました。

乳児と幼児の2人の子どもを持つお母さんからの相談です。

「自宅で子どもといっしょにいるときに地震に遭いました。どんどん強くなっていく揺れに、子どもは動揺して泣き、たいへんでした。その後、後追いが激しくなりました。」

しばらくはお子さんにとって、こわい思いがついてまわるのではないかと思います。

ちょっとしたことで泣いたり、おびえたりすることもあると思います。

揺れるのがこわかった、しかも、お母さんもこわそうにしていた、大人でもこわいのだ、ということもショックだったのではないかと思います。

甘えてきたときは、やさしくしてあげてください。

何かの拍子に思い出し、わっと泣き出すということもあると思います。

何か月、場合によっては1年以上もかかることもあるので、そのつもりで見守ってください。

もしも、また地震などのこわいことがあったら、「大丈夫よ。お母さんがいるから大丈夫よ。」と繰り返し、抱きしめたり、肩をやさしくたたいたりしてください。

揺れが強い場合など、おとなも緊張します。それはやむをえないので、「お母さんもこわ



いけど、必ずみんなを守るから！」と、そのたびに声をかけてください。

こわいときは、お気に入りのぬいぐるみなど、何か気をそらすものがあると、こわいことがおさまるのを待つことができます。

避難したときなどは、甘いアメなども役に立ちますので、非常用品の中にキャンディ等、入れておいてください。（地震で揺れているときは、口に入れないでください。）

数日後、相談者に様子をききました。

「その後、少しずつではありますが、後追いや不安が薄れてきたように感じます。母親である私がこわがる様子を見て、子どもたちはとても不安になってしまったのですね。」

今後いろいろなことでこわい思いをしながら、子どもは成長していきます。

まずは、お母さんやおとなの人といっしょにいれば大丈夫ということ、お母さんやおとなの人でもこわいことがあるけれど、子どもは一番に守ってもらえるということがわかるようにしていくことが大切です。

こわいことを思い出したときは、幼い子は泣くことで緊張状態を解消しようとし、年長になると、あばれることもあります。遊びでからだを動かすことは不安の解消に役立ちます。さらに、お絵かきをしたり、どんな気持ちなのかことばで話したりすることで少しずつ乗り越えていきます。



## 2) 地震の揺れはなかったが、地震のあとおびえが出てきた場合

地震の揺れがなかった地域で、地震後に様子が変わったということはないでしょうか。

おびえたような様子をしたり、急に泣き出したり、甘えたり、後追いをしたりというようなことです。少し年長の子では、言葉づかいが荒くなったり、急に乱暴なことをしたり、おねしょをしたりという場合もあります。

これはおそらくテレビやパソコンなどを長時間つけていて、地震の被害の状況などの報道を視聴していたことと関連があるのではないかと思います。

繰り返し、地震の揺れや津波の映像が流れ、おとなが深刻な表情でそれに見入っています。いつものお気に入りの番組が放送されず、おとなもそれが当然という態度で、何かとんでもないことが起こっているようです。場合によっては、知人の安否を問うためにおとなは電話にかかりきり、ということもあったかもしれません。

もし、いつもとちがう様子が見られて心配な場合は、子どもの前ではテレビなどをつけず、他の手段で情報を得るようにしてください。また、子どもが寝ている間などに地震の対策などを話し合うようにしてください。

知らない間に、子どもたちに地震を経験したかのようなこわい思いをさせていないか、見直しをしてみましよう。子どもへの影響を最小限にとどめるようにすることは大切です。

おびえて泣いたりしたときにやさしく抱きしめたりするのは、上記の1)の場合と同じです。時間がかかる場合もありますが、おとなが自分の方を向いて心配しているということがわかると安心します。

<http://www.aiikunet.jp/aiiku/jigyoo/contents/sodan/sd1104/sd1104.htm>

### \* 警察庁

- ・平成23年1～12月犯罪統計（確定値）（4月8日公表）

<http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/List.do?bid=000001030874&cycode=0>

- ・平成23年1月～3月犯罪統計（4月11日公表）

<http://www.e-stat.go.jp/SG1/estat/List.do?bid=000001030875&cycode=0>

\* 読売新聞

**緊急連載 学校と震災**

・(12) 心の復興 教員の力で (4月13日)

避難所となった中学校の校庭で、小学生が走り回りながら笑い声を上げていた。3月24日午前、宮城県東松島市立鳴瀬第一中学校。

避難してきた同市立野蒜のびる小学校の2年～6年生12人が、同小2年生担任の渡辺裕希教諭(44)と一緒に約1時間半、体操や鬼ごっこ、全身を使ったじゃんけんなどを楽しんだ。

同小では、住民らが避難した体育館が津波に襲われ、子どもたちの目の前で何人もお年寄りが亡くなった。半分以上が家を失い、家や車が流されるのを見たり、家族や友だちを亡くしたりした子もいた。木島美智子校長(54)は、「子どもたちに少しでも安心感を与えよう」と、心のケアを始めた。

地震の数日後、同小の避難所は閉鎖され、教職員室は同中に、児童は家族と共に、同中などいくつかの避難所に分かれていった。余震が続き、子どもたちを一か所に集められないため、同中を拠点に、教員10人前後で手分けして同小児童がいる避難所8か所を毎日回ることにした。

子どもたちと会話しながら様子を観察し、気になることをノートに記録した。20日からは同中でレクリエーションを開始。「こおり鬼」や「手つなぎ鬼」など全員が参加でき、お互いに触れ合って安心でき、体を動かしてストレスを発散できる遊びをした。

24日朝の職員会議。木島校長は教員に、「皆さんも被災して大変だけれども、子どもたちを毎日見守るのは私たちの仕事です。子どもが少ない避難所では、滞在時間を長くして遊んであげてください」と呼びかけた。「見た目は元気だが心の傷は大きい。今はできることをして、少しでも楽しく過ごせるようにするしかない」と木島校長は言う。

自宅や職場などすべてを失い、子どもに気遣う余裕がない家族は多い。同小4年の長女(10)らと津波にのみ込まれて助かった市川富美代さん(44)は、「娘はまだ、祖母の死も受け止められていないと思う。先生も被災しているのに、毎日声をかけてくれ、本当にありがたい」と話した。

震災時の子どもの心のケアに詳しい臨床心理士の大谷朗子さん(74)は、「日頃の様子を知る教員は、子どもの不安を和らげて安心を与える力がある。ただ、教員自身の負担も大きく、サポート体制の充実が必要だ」と指摘する。

岩手県では今月8日、壊滅的な被害を受けた沿岸部にある宮古市などの学校や、被災児童を受け入れる内陸部の学校の教員を対象に、心のケアなどを学ぶ研修会を開始した。同県教委の担当者は「カウンセラーなど専門家だけでなく、教員の力も使って子どもたちを支えたい」と説明する。

子どもたちと長く時間を過ごす教員が、心のケアのカギを握る。(矢子奈穂)

<http://www.yomiuri.co.jp/kyoiku/renai/20110413-OYT8T00180.htm>

・被災し転入学 8943人…6割は福島県から（4月21日）

東日本大震災で被災し、他の都道府県の公立学校に転入学した小中高生などが計8943人にのぼることが20日、文部科学省の調査で分かった。

全体の少なくとも6割は福島県から避難した児童生徒だった。

今月15日現在で岩手、宮城、福島3県と仙台市を除く全国の都道府県・政令市の教育委員会を対象に調べた。

8943人のうち少なくとも6510人は岩手、宮城、福島の3県の児童生徒で、その85%（5543人）は福島県出身者。2433人は埼玉県や新潟県などの学校への転入学だが、これらの自治体では受け入れ数が多数にのぼったため、出身県が確認できていないという。

学校種別では、義務教育の小学校（5936人）と中学校（2083人）が全体の9割を占めていた。多くは転入学の手続きを行っていたが、正規の手続きを経ず授業を受けている児童生徒も977人いた。

<http://www.yomiuri.co.jp/kyoiku/news/20110421-OYT8T00246.htm>

・子どもの心 早期にケア（4月24日）

鹿沼クレーン事故

鹿沼市で児童6人がクレーン車にはねられて死亡した事故の発生時、現場には多数の児童が居合わせていた。事故を目撃したショックでトラウマ（精神的外傷）を抱える子どもは少なくない。鹿沼市教委は「初期の対応が重要」として、事故翌日の19日から4人のカウンセラー（教育相談専門員）を鹿沼市立北押原小に派遣した。4人は子どもたちの異変に注意しながら、ショックを受けた児童の心のケアにあたっている。

事故のあった18日夜、同小は保護者会を開き、約300人の父母らが集まった。約1時間の会合の大半は、県のカウンセラーが子どもの心身の変化について説明した。

「身近にいる大人の対応が大切です。お子さんの変化を見逃さないで下さい。（甘えたり駄々をこねたりする）『幼児がえり』を見せても拒まず、寄り添ってあげて下さい」とカウンセラーは語った。

18日は7人のカウンセラーが派遣されたが、19日からは4人が常駐。各学級を巡回して児童の様子を確認し、休み時間に泣いたり、無口になってふさぎ込んだりしている子がいれば、寄り添っている。

4人体制は当初28日までの予定だったが、延長される可能性が高いという。同市教委学校教育課は「精神的ショックを（言動で）表現できない子もいる。家庭でしっかりと見守ることも大切」と話す。

保護者会では、災害や犯罪の遺族に心のケアを行っている富永良喜・兵庫教育大教授（臨床心理学）が作成した資料も配られた。

資料では、強いショックを受けた子どもは頭痛や吐き気といった体の不調や、幼児がえり、無口になる、学校に行きたがらないなどの行動の異変、怒りっぽくなったり、おびえたりするなどの心の異変が現れることなどが説明されていた。



昨年10月に児童5人が車にはねられて重軽傷を負った宇都宮市立横川東小の事故後、児童と面談してきた同市教育センターの臨床心理士、大滝伸一さん（51）は、児童が普段と違う言動を見せることについて、「心のバランスを回復しようとしている印で正常なこと。どんな反応も否定せず、話を聞いてあげることが大事」と話す。

横川東小では事故翌日と1週間後、全校児童にアンケートを実施。「眠れない」「事故が頭から離れない」など約10項目に該当するかを尋ねた。その結果、事故直後はいずれかに丸印を付けた児童が半数以上いたが、1週間後はごく少数に減った。

大滝さんは「児童がショックを乗り越えられる時間や方法は、1人ひとり違う。周囲の大人は気を長く見守り続けてほしい」と北押原小の保護者に助言している。

<http://www.yomiuri.co.jp/e-japan/tochigi/news/20110423-OYT8T00937.htm>

・**岩手・宮城・福島からの転校生 9272 人に**（4月28日）

文部科学省は27日、岩手、宮城、福島の3県からほかの都道府県の公立学校に転校した児童生徒は22日現在で9272人に上ると発表した。

東京電力福島第一原発事故の影響もあり、福島県からの転出が8109人と全体の87%を占めた。

受け入れ先別では、東京都の1069人が最も多く、埼玉県1055人、新潟県1026人、千葉県636人の順。

\* **朝日新聞**

・**中一ギャップ 子どもの変化、早めに見つけて**（3月1日）

学校を卒業し、来月から新しい生活を始める人も多いはず。ここ数年「中1ギャップ」という言葉が注目を浴びている。中学校での新しい学校生活になじめず、ストレスで不登校になる子が出たり、いじめが急増したりする現象のことだ。

命名したのは新潟県教育委員会。中学校に上がった時の不登校の急増に気づき、2003年から新潟大学の神村栄一准教授（教育心理学）らと協力し、解消に取り組んでいる。



中学校に進むと、ほかの小学校からクラスメートが入ってきたり、授業の教え方が変わって小学校に比べて勉強が難しくなったり、部活動で上下関係が厳しくなったりと、大きく生活が変わる。これが中1ギャップの原因と言われている。

神村さんは「ゴールデンウィーク明けや、勉強や学校行事が忙しくなる秋に注意が必要。少なくとも中2の秋までは起こりうる」と話す。

新潟県教委が県内6中学を調べたところ、大きく分けて二つのタイプがあることが分かってきた。神村さんはアニメ「ドラえもん」に例えて、「のび太」タイプと、「ジャイアン」タイプと呼んでいる。

のび太タイプは、周りの支えが必要な子どもだ。中学進学で、自分のことをよくわかってきていた友だちや先生と別れて、不安になってしまうようだ。

勉強や運動など自分を発揮する機会が欠かせない子どもは、ジャイアンタイプになりやすい。中学に進んで思うように力を発揮できなくなり、さびしくなってしまうようだ。



不登校になるきっかけは、朝になって頭痛や腹痛を訴えるなど体調不良から始まることが多い。2、3日続くようなら、放っておかず、子どもの話を聞いてみた方がいい。

家にテレビゲームやパソコンなど退屈しない環境が整っているかどうか、不登校へのなりやすさに関係しているという。

早めに気づくにはどうすればいいか。保護者は、あらかじめ小学校の担任の先生に学校生活の様子を聞いておいたり、中学に入って様子がおかしいと感じたら担任に尋ねたりすれば、変化を早く知ることができる。全国の学校でも、子どもへの生活アンケートや内省ノートなどで、不登校につながるサインを早めに見つけようという動きがあるという。

神村さんは新潟県内の小中学校でストレスのかかる場面の対処法を教えている。例えば、友達の輪のなかに入っていく時や、イライラしている時、本人や周りの子どもはどうすればいいかを実演しながら学んでもらう。神村さんは「実生活に役立つ具体的な手法を学ぶことが大切だ」と話す。（杉本崇）

#### ◆相談ナビ

夜間・休日でもいじめなどの悩みを相談できる全国統一の電話番号がある。0570・0・78310（なやみ言おう）にかけると、住んでいる地域の教育委員会の相談窓口につながる。法務省の子どもの人権110番（0120・007・110）も平日午前8時半～午後5時15分にいじめ・不登校の相談を受け付けている。独自に相談窓口を設けている自治体も多い。

<http://www.asahi.com/health/tsuushinbo/TKY201103300209.html>

#### ・被災地の子、心のケアこれから必要 カウンセラー指摘（4月1日）

東日本大震災で被災した子どもたちの心の状態を探ろうと、京都市教育相談総合センター（中京区）のカウンセラー西迫達夫さんらが、仙台市沿岸部の小・中学校を視察した。西迫さんは、「まだ興奮状態で元気に振る舞っている子どもが多い」としながら、「今後、必ずケアが必要になってくる」と指摘している。

西迫さんは3月15日、京都からの救援隊の一員として出発。仙台市に到着後、一緒に派遣された市教委の職員らと5人で、仙台市沿岸部を中心に視察した。学校の校舎の被害はひどく、津波で流された車や樹木などが入り込んだり、黒板や教室の机が流されたりしていた。

西迫さんらは、東六郷小学校（仙台市若林区）の子どもたちと交流し、一緒に遊んだり勉強を教えたりしながら子どもたちの話を聞いた。地震や津波についてあまり語ろうとはしなかったものの、絵を描かせてみると、怪獣が怒って炎を噴いていたり、津波の反動からか、あえて風（なぎ）の海を描いたりしたという。

西迫さんは、3月25日にあった活動報告会で、「日が経ってライフラインが整ってくると、継続的な心のケアが必要になってくる。子どもに寄り添い、話を聞いてあげることが必要だ」と話した。（松谷慶子）

<http://mytown.asahi.com/areanews/kyoto/OSK201103310075.html>

#### ・被災女性向けにホットライン DVや児童虐待など（4月6日）

東日本大震災で被災した女性を対象に、NPO法人「全国女性シェルターネット」などが電話相談窓口「パープル・ホットライン」を10日から開設する。

避難所での生活など環境の激変によって、配偶者などからの暴力（DV）や子どもへの虐待の問題が悪化する恐れがある。女性の体調管理や生活上の不都合についても、相談に応じる。

メンバーらが電話を受け、必要があれば日本弁護士連合会の協力で弁護士に電話を転送する。24時間対応する。電話番号は0120・941・826。

<http://www.asahi.com/special/10005/TKY201104060434.html>

#### \*産経新聞

#### ・東日本大震災 子供の心のケア 遊びの中で気持ちを整理（4月20日）

東日本大震災で傷ついた子供の心を癒やすため、遊びの必要性が専門家から指摘されている。大人は言葉で怖さやつらさを表現できるが、子供には難しい。阪神大震災の際には「地震ごっこ」などを通じ、子供たちが自分の気持ちを外に出すことがあったという。今回の震災でも子供が遊べる環境の整備が求められている。（森本昌彦）

#### ▼地震ごっこ

「日常の中でも自分の気持ちを収めるために遊びは必要だが、災害時にはもっと重要な意味を持つてくる」。子供が自由に遊ぶことのできる「遊び場」の普及を進めている「日本冒険遊び場づくり協会」（東京都世田谷区）副代表、天野秀昭さんはこう語る。

阪神大震災が起きた平成7年、天野さんは神戸市長田区を訪れ、遊び場を立ち上げた。そこで見たのは、遊びを通じて自分たちの気持ちを外に出す子供たちの姿だった。

手作りの机の上に乗って、「震度1じゃ、2じゃ、3じゃ」と叫びながら机をがたがた揺らし、喜ぶ。そんな「地震ごっこ」のほか、並べた木くずの間に新聞紙を丸めて入れ、火をつけて「燃えとる、燃えとる、街が燃えとる」と叫ぶ遊びもあった。

大人たちは震災1カ月後ほどから、猛烈な勢いで被災体験を話したという。しかし、子供の被災体験の表現は震災から約2カ月が経過したころ、遊びを通じてのものだった。震災を思い出させるような子供たちの遊びを大人たちは嫌がったというが、天野さんらは理解を求め続けた。地震ごっこなどの遊びで表現することを通じ、子供たちが理不尽な体験を整理し、気持ちを収めようとしていたからだという。阪神大震災の経験から、天野さんは「『怖かった』『つらかった』という気持ちを遊びの中でぶつけることで、子供たちが自分を癒やしていけるようにしないといけない」と話す。

#### ▼安心感が重要

臨床心理士で兵庫教育大学教授（臨床倫理学）の富永良喜さんも「今の時期は少しでも子供が安心できる体験が必要だ。安心すると、自分で少しずつつらい体験を表現するようになる」と、遊びの必要性を指摘する。遊ぶことによって子供たちは安全・安心感を再確認し、徐々に心の奥に閉じ込められている感情を表現できるようになる。安心感のない状況で、つらい体験をはき出させることは危険だという。

そのため、被災した初期の段階では、体を動かす遊びがいいという。具体的には、ボールがあれば、子供たちが日常的に慣れ親しんでいるキャッチボールやサッカー、なければ鬼ごっこなどだ。

そのうえで、子供たちが自発的に被災体験を表現しつつある際には、大人が見守っていくことが重要だという。「地震ごっこ、津波ごっこなどをして『不謹慎だ』と言わないでほしい。怖い体験を外に出して、心を収めようとしているのだから、ねぎらってあげてほしい」と話す。

ただ、高い所に登るなど危険な行為は別。周囲の大人たちが精神的、身体的に子供を優しく見守る必要がありそうだ。

◇

#### ◎子供の遊びの参考となるサイト◎

東日本大震災の発生を受け、ウェブサイトでは、道具がほとんどない状況でもできる遊びが掲載されており、参考にしたい。

「みんなで遊ぼうー遊ぼう会」のブログ（[http://blog.goo.ne.jp/torrino\\_hito](http://blog.goo.ne.jp/torrino_hito)）は、遊び道具がなかったり、スペースが狭かったりしても楽しめる状況に応じたさまざまな遊びを案内している。

東京学芸大子ども未来研究所のホームページ（<http://www.ugakugaei.ac.jp/~codomo/>）では、「避難所ですぐ子どもたちのための、あそびのマニュアル」として、新聞、新聞とテープ、ゴミ袋での遊び方を紹介。学研グルー

プもホームページで、特別な道具を使わずに楽しめる遊びを紹介した「保育おたすけハンドブック いつでもどこでも編」を無料公開している。

<http://sankei.jp.msn.com/life/news/110420/bdy11042007470000-n1.htm>

**\* 共同通信**

**・被災児童生徒8277人が転入学 他県の小中高に（4月13日）**

文部科学省は13日、東日本大震災で被災して他の都道府県の公立小中高校に転入学などした児童生徒数が計8277人に上った、との調査結果を発表した。8日現在の集計。

調査は岩手、宮城、福島3県と仙台市を除くすべての都道府県と政令市の教育委員会に被災地域からの受け入れ状況などを聞いた。新潟県（新潟市含む）が計1067人と最も多く、埼玉県（さいたま市含む）が計1061人、東京都が894人を受け入れている。

文科省によると、転入学した児童生徒の内訳は福島県4908人、宮城県720人、岩手県117人。2500人以上の児童生徒について、出身県が特定できていない。

<http://www.47news.jp/CN/201104/CN2011041301001017.html>

**\* リコレクト**

**・東日本大震災被災者の為のストレスマネジメント情報**

<http://www.recollect.co.jp/jisinsaigai/index.html>

**\* ピースマインド・イーブ株式会社**

**・災害時のこころのケア**

<http://www.eijipress.co.jp/sp/shinsai/>

**・福井新聞 WEB コラムから**

災害について子どもにどう伝えるか、ショックやトラウマを受けた子どもの心をどう支えたらいいのか。大人自身が、そして社会全体が大変なときに、容易なことではありません。でも、私たちにできることはたくさんあります。将来を担う子どもたちのために、一緒にがんばりましょう。

**1) テレビを消しましょう**

必要以上にテレビでニュースを垂れ流しにするのはやめましょう。できる限り、他の情報収集手段を駆使し、子どもがいないところでニュースをチェックしましょう。大人には「同じ映像を繰り返し流しているなあ」と一目瞭然のことでも、子どもは、今も怖いことが続いて起こっているのかと受け止めます。

また距離感が分からないので、危機を自分のごく身近なことと感じてしまいます。テレビからの情報で子どもがトラウマを受ける可能性を考慮して、慎重に判断しましょう。

**2) まずは安心させて**

子どもは様々な形で不安を表現します。甘えん坊になり何かにつけてぐずぐずしたり、一人で寝るのを怖がったり、逆に反抗的になったり。中にはお漏らしをしてみたり、頭痛や腹痛を訴えるといった、実際に身体的な変化や痛みとして現れることもあります。たくさん抱っこしてあげたり、一緒に過ごす時間を大切にしましょう。

そして、子どもがかけがえのない存在であることや、その子を守るために全力を尽くしている、といった、言わなくても分かっているだろう、当然のことも、ときにはきちんと言葉で伝えてあげることも大事です。言霊という通り、言葉にして伝えることにより、子どもにより強い信頼感、安心感を与えます。

### 3) 子どものそのまを受け入れる

子どもの気持ち、考え、疑問、反応、すべてをそのまま受け入れ、認めてあげましょう。オープンで受容的な雰囲気を作り、子どもが何でも話したいことや聞きたいことを表現できるようにします。しかし、まだ話したがらない子に無理に話させることは逆効果になることもあります。特に今の一瞬一瞬を生きている幼児の心は夢の中のように流動的で、大人のように記憶や感情を心に溜めていないこともあります。

後述しますが、子どもは絵を描いたり、ごっこ遊びをしたりして、気持ちを表現し、心を癒していることもあるので、話すことだけにこだわらず、トータルに子どもを受け止める視点を持ちましょう。

### 4) 子どもが質問してきたときが話をする一番いいタイミング

幼い子どもに甚大な災害について話すのは容易なことではありません。でも子どもが聞いてきたとき、または、子どもが耳にした情報で怖がっているときなど、親としての勝負時という気持ちで、きちんと子どもに向かい合ってあげるべきです。人生で何度もない(あってはならない)重大事件であり、親子関係にとっても決定的瞬間のひとつです。子どもの性格や考え方、反応の仕方などを一番分かっている親が、真剣に心を込めて語る事が何より大事です。テレビまかせ、先生まかせでは子どもの不安が増大するばかりです。

### 5) 細かい科学的説明や恐怖をあおるような視覚的イメージは避け、シンプルな叙述で

大丈夫だと嘘をついたり、事態を無視・軽視するような態度は、子どもは直感的に偽りを感じます。事実をその子に分かる言葉で説明してあげましょう。子どもは天性の回復力、順応性、前向きな明るさを備えており、大人の想像以上に強い芯を持っています。その強さを信じて、真摯に向き合えば、必ず子どもは応えてくれます。

### 6) 希望が持てるような終わり方に

警察や消防隊員らが懸命に働いてくれているとか、県外・海外からも援助が来ている、みんなで力をあわせてがんばっている、というようなポジティブな情報を伝えて、ハッピーエンディングとは行かないまでも、落胆や恐怖よりも復興や希望に焦点を置いた終わり方にします。語る大人にも力を与えてくれるはずです。

### 7) 何度でも繰り返して

大人の話が分かりにくい、信じがたいという場合、繰り返し聞いてくる子どももいるで

しょう。何度でも繰り返し答えあげてください。同じ話を繰り返し語られることで安心し、少しずつ消化することができます。

### 8) リズムを取り戻す

お話に限らず、子どもはすべてにおいて繰り返しが好きです。大人も毎日の日課・習慣が崩れると不安が増し、体調にも影響します。可能な限りこれまでと同じリズムを取り戻しましょう。何がなくとも、おはよう、いただきます、ごちそうさま、などの挨拶だけできます。生活が激変してすべてが流動的な場合は、朝に子どもと一緒に身体を動かす、食事の前にみんなで手を合わせる、黙想するといった新しい習慣を取り入れて、毎日繰り返すことでもリズムが生まれ、子どもが安心できる心の基地の役割を担ってくれます。嵐の海から見える灯台の灯りのように、私たちの心を導いてくれるでしょう。

### 9) 子どもが遊べる場を

子どもの仕事は遊びです。通常なら当たり前のことですが、非常事態の中、遊びなど考えもつかないかもしれません。前述のように、子どもは未消化の経験や感情を、絵に描いたり、ごっこ遊びとして繰り返して、表現することがあります。一時的でも遊びに没頭し、遊びきることにより、身体を動かし、気持ちを表現し、心身ともに平常の状態に近づけることができます。状況の許す限り、子どもが子どもでいられる時と場所を用意してあげてください。特別なものは要りません。その昔、石ころ一つで遊んだ遊びを教えてあげてください。紙と鉛筆があれば絵をかいてもいいよと渡してあげてください。

### 10) 大人がお手本に

子どもは真似をする生き物。大人を鋭く見ていて、そのまま真似をします。実際の行動もさることながら、大人同士の会話、心の持ち様まで、すべてです。だからといって、子どもの手前、取りつくろったり、無理に背伸びをせよというわけではありません。未曾有の災害に遭い、大人も恐怖や不安を感じながら、それでも希望を失わず立ち向かっている、そのままの姿に子どもは勇気づけられます。失敗もするし、後退することもあるけれど、人間として向上しようと精一杯努力を続ける大人の姿、それを子どもは手本として学び、栄養として育ちます。

他にも、子どもと一緒にできる具体的な行動を起こす（募金をする、お手伝いをする、祈る）、悲しみや困難を乗り越える内容の昔話や勇気を題材にした童話など、お話の世界に浸らせてあげる、、、などなど。親としての直感を信じ、勇気を持って行動して下さることを、子ども達の明るい笑顔が一日も早く戻ることを祈ってやみません。（丹羽博美）

参考：執筆にあたり、下記の情報を参考にしました。

■米国精神医学協会のウェブサイト

■ニューヨーク大学精神医学科小児研究センターのウェブサイト

■Mr. ロジャース（教育者、アメリカで30年以上続いた子ども番組の製作者兼ホスト、作詞家）のウェブサイト

■グリーンメドウウォールドルフスクール(米国ニューヨーク州) 幼稚園教諭、アンドレア・

ギャンバデラ先生にお話をお聞きして

<http://www.47news.jp/47topics/e/200954.php>

**\* 沖縄タイムズ**

**・施設の子同士の虐待7件**（4月14日）

県内の児童養護施設に入所する子ども同士の性的・身体的虐待が2010年の1年間で少なくとも7件あったことが、沖縄タイムズの調べで分かった。性的虐待の数が多く、中には児童の入所施設を移す「措置変更」のケースもあった。専門家は「早期発見の体制づくりが必要」と指摘。県は本年度、養護施設職員を対象に、子ども間の虐待予防策強化のため、専門的な研修事業を実施する。（赤嶺由紀子）

子ども同士の性的虐待は、男子同士の性的な行為や、幼児同士がプライベートゾーン（胸や性器など）を触る、キスを強要する事例があった。被害を受けた児童が複数におよぶケースもあり、虐待を加えた児童を措置変更した例もあった。身体的虐待は、女子間で打撲・あざを負うけがなどだった。

養護施設の施設長らは子ども間の虐待の背景について、育ってきた養育環境などを挙げ「（親や家族との）愛着形成に障がいがあり、（愛情を求める）表現の一つとして出てしまうこともある」とみている。

各施設では現在、性教育や職員研修のほか、子どもたちのSOSを把握するための意見箱の設置やアンケートの実施、施設内巡回、虐待防止委員会を設置するなど対応している。

国が09年に作成した職員による被措置児童等への虐待防止のためのガイドラインでは、子ども間の虐待を放置することも「ネグレクト」の一つとしている。

児童福祉を専門に研究している琉球大学法文学部の本村真准教授は、虐待の背景に「子どもが自身の力を誇示、取り戻すという意味合いもある」と指摘。その上で「子どもたちの感情や訴えは自尊感情とリンクしている。自分はだめだという自尊感情が低い子が多く、あなたは価値があるんだというメッセージを送りながら、常に（虐待が）起こりうるという前提で予防・早期発見の体制を整えることが必要」と話している。

[http://www.okinawatimes.co.jp/article/2011-04-14\\_16632/](http://www.okinawatimes.co.jp/article/2011-04-14_16632/)