

# 検証テーマ『被災児童生徒の心のケア』

検証担当委員 馬殿 禮子

兵庫県臨床心理士会副会長

## (要 約)

### 1 はじめに(検証のねらい・視点)

阪神・淡路大震災は多くの児童生徒に、震災の恐怖や肉親や知人、家屋などの喪失、住宅環境の変化、家族・友人関係の変化、経済環境の変化により、落ち着きをなくす、親から離れられない、イライラする、頭痛や腹痛を訴えるなど、「心のケア」を必要とする症状を出現させた。

「心のケア」とは、「心の健康問題に対応するための援助や配慮」(文部省、1998)、「危機的出来事などに遭遇した為に発生する心身の健康に関する多様な問題を予防すること、あるいはその回復を援助する活動」(小澤、1998)と定義されている。小澤は、心のケアを行うには、

- ・ 人間の心身のメカニズムや回復を援助する方法について正しい知識を持つこと
- ・ 人間の心を大切にすることの心構えが必要であるとしている。

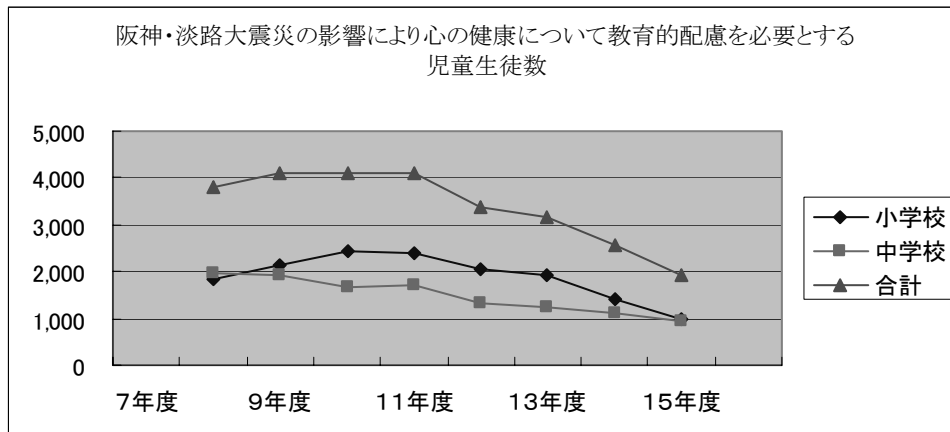
「心のケア」を必要とする児童生徒はピーク時には、4,106人にのぼった。しかし、阪神・淡路大震災以前の学校を含む日本の一般社会 においては、「心のケア」や「PTSD」等はほとんど認識されていなかった。

このような状況の中で、被災地の学校に、学級担任でもなく、専科教員でもない「教育復興担当教員」という特別加配教員が配置された。教育復興担当教員はカウンセラー等と連携しながら、被災による特別なニーズを持った児童・生徒の心のケアや家庭での環境の整備及び「新たな防災教育」の推進役を果たした。臨床心理士やカウンセラーと異なる教師という専門性を持つ教育復興担当教員が果たした役割と日本で初めて学校で取り組まれた兵庫の心のケアの取組を検証する。

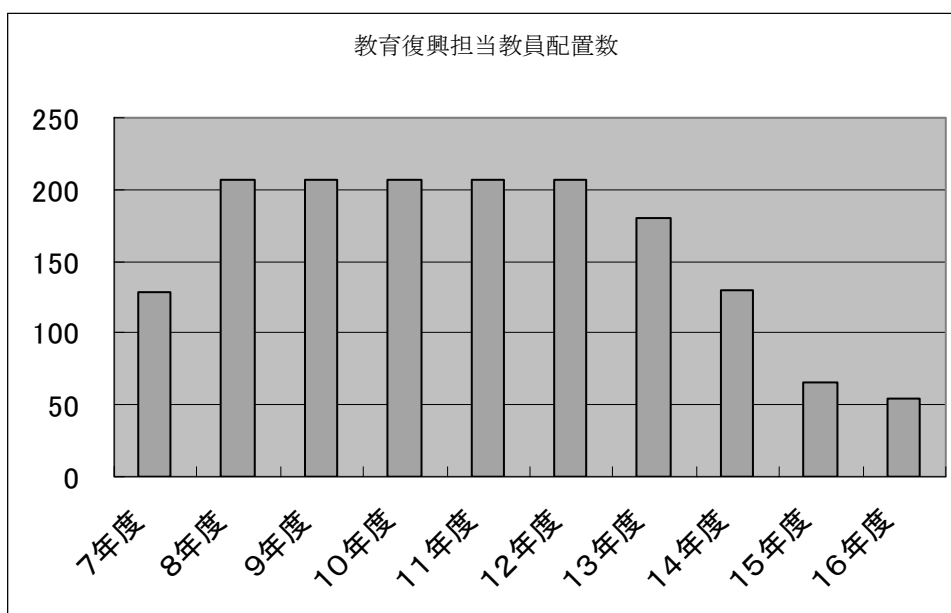
### 2 復興過程における取り組みの概要

#### (1) 復興過程における児童生徒の心のようすとその対応

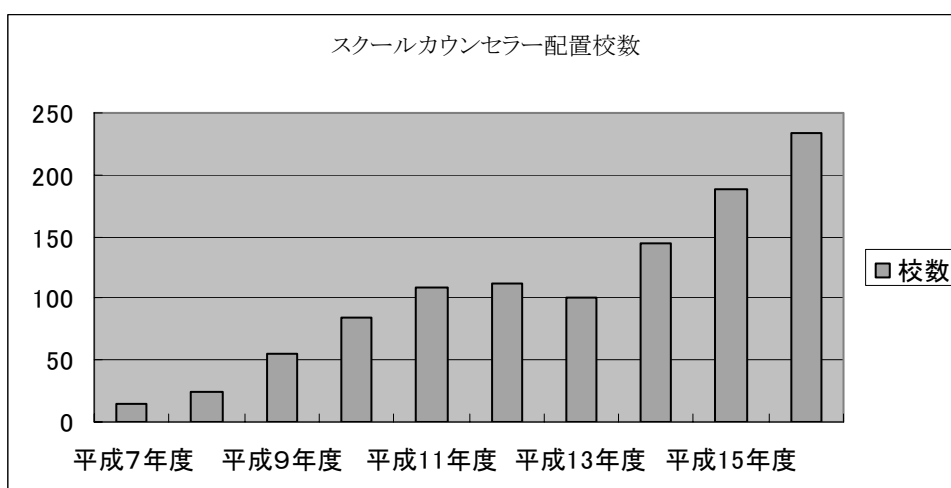
(表1)



(表 2)



(表 3)



スクールカウンセラー配置校数には、単独校、拠点校、巡回を合わせています。

高等学校のキャンパスカウンセラーについては、平成9年度から実施、全校配置された。

## (2) 復興各期における取り組みの概要

### ア 初動対応期

#### (ア) 学校教育再開に向けた取組・応急学校教育ができる体制づくり

1月末には、余震が続くなか、避難所になった学校で生活する児童生徒への心のケアが、ボランティアによる「遊び隊」による活動によってはじまった。

被災地外からの教職員・学生を中心としたボランティアが、保健所と連携して取り組んだ実践を検証する。

#### (イ) 避難所生活・児童生徒の避難所からの登校

学校の再開・日常性の回復が、児童生徒へのなによりの心のケアであると捉えられた点を検証する。

#### (ウ) 子どもたちの心の理解とケア研修会の開催

平成7年2月21日、2月23日

震災から1ヶ月、災害後の心のケアの重要性がマスメディアから報じられる中、教職員・市民を対象とした専門家による心のケアの研修会が開催された。その内容と成果を検証する。

#### イ 復旧期（H7～H9）

##### (ア) 心のケアを必要とする児童生徒数

平成8年度 小学生1,830人、中学生1,982人、計3,812人

平成9年度 小学生2,154人、中学生1,935人、計4,089人

平成8年度から、心のケアを必要とする児童生徒を、被災状況や特徴的な心身反応の観察から教職員が抽出し、教育委員会に報告する体制を執った。その方法と実態を検証する。

##### (イ) 防災教育検討委員会での検討

平成7年4月25日設置

「兵庫の教育の復興に向けて」を提言 平成7年10月17日

##### (ウ) スクールカウンセラー、キャンパスカウンセラーの配置

心の専門家としてのスクールカウンセラー、キャンパスカウンセラーを配置し、被災児童生徒の心のケアにあたる。

年度推移からみたスクールカウンセラー、キャンパスカウンセラーの配置状況

##### (エ) 副読本の作成・配布・活用

平成8年度、防災教育副読本「明日に生きる」小学校用、中学校用の3種類を作成・配布

平成9年度、防災教育絵本「あしたもあそぼうね」防災教育副読本「明日に生きる」高校生用の2種類を作成・配布

防災教育副読本・絵本の活用実践の検証

##### (オ) 教育復興担当教員の配置

平成7年度128名、平成8年度207名、平成9年度207名

##### (カ) 学校における心のケアの在り方等に関する研修会の実施

県内7会場、1,265名が受講

##### (キ) 心のケアの指導資料の作成

平成7年度、災害を受けた子どもたちの心の理解とケアの指導資料作成、配布

##### (ク) 防災教育専門推進員の配置

平成8年度から本庁及び、各教育事務所に防災教育専門推進員を配置

#### ウ 復興初期（H10～H11）

##### (ア) 心のケアを必要とする児童生徒数のピーク

平成10年度小学生2,426人、中学生1,680人 計4,106人

平成10年度の4,106人がピーク

平成11年度小学生2,394人、中学生1,711人 計4,105人

##### (イ) 教育復興担当教員の配置

平成10年度207名、平成11年度207名

##### (ウ) 防災教育推進指導員養成講座の開設

対象：県内の小、中、高、盲、聾、養護学校の教職員

内容：心のケア、学校における防災教育、学校防災体制

##### (エ) 防災教育研修会の開催

事務所単位で防災教育研修会を開催

内容に「児童生徒の心のケア」がもりこまれ、研修された

#### エ 本格復興期（H12～H16）

##### (ア) 心のケアを必要とする児童生徒数の減少

平成12年度小学生2,060人、中学生1,332人 計3,392人

平成 13 年度小学生 1,903 人、中学生 1,239 人 計 3,142 人  
平成 14 年度小学生 1,429 人、中学生 1,120 人 計 2,549 人  
平成 15 年度小学生 976 人、中学生 932 人 計 1,908 人

(イ) 教育復興担当教員の配置

平成 12 年度 207 名、平成 13 年度 180 名、平成 14 年度 130 名  
平成 15 年度 65 名、平成 16 年度 55 名

(ウ) カウンセリング・マインド研修の実施

平成 15 年度、県下の公立学校の全教員対象に実施

(エ) 震災・学校支援チーム (EARTH) の設立 (平成 12 年度)

心のケア班、避難所運営班、学校教育班、学校給食班の 4 班で構成する。

### 3 取り組みの成果と課題

#### (1) 「心のケア」の内容と課題

##### ア 心のケアの国際的動向

ディブリーフィングの否定と望ましい危機対応  
トラウマ性記憶と否定的な考え  
なぜ「心のケア」が必要かを問い直す

##### イ 震災から学んだ心のケアのあり方

生活の中での回復支援  
アウトリーチ  
支援者への支援のあり方

#### (2) 復興過程における先導的な取り組み、仕組み

##### ア 教育復興担当教員による心のケア

担任ではない教員 (教育復興担当教員) による心のケアの取り組みの意義と成果を、以下の点について検証する。

(ア) 取り組み内容

(イ) 教育復興担当教員を経験したことで得られた指導観等の変化

(ウ) 教職員自身の心のケア

(エ) 時代変化の中で教育復興担当教員が果たした役割とその継承

(オ) 日本人学校での貢献

1999 年 9 月 21 日に発生した台湾地震後の日本人学校への心のケア支援に、教育復興担当教員が派遣され、その成果も検証する。

##### イ 臨床心理士等 (スクールカウンセラー、キャンパスカウンセラー) 専門家による心のケア

##### ウ 関係機関との連携強化

学校とカウンセラー、関係機関との連携が進んだ

##### エ 震災・学校支援チーム (EARTH) の設立、被災地への派遣

2000 年 10 月 6 日に発生した鳥取県西部地震、2003 年 7 月 26 日に発生した宮城県北部連続地震での児童生徒への心のケアの助言、台風 23 号にかかる豊岡市の避難所となった学校の支援、新潟県中越地震にかかる支援などに EARTH の隊員が派遣された。その内容と成果を検証する。

#### (3) 実現できなかった取り組みとその原因

##### ア 早期の心のケアの実施

震災以前、学校を含む日本の一般社会において心のケアへの理解が不足していた。

##### イ 心のケアを必要とする児童生徒の増加への対応

一般の教職員にとっては、十分に研修を積む機会も少なく、「心のケア」に対する理解不足から、きめ細やかな対応をすることができなかった。

## ウ 阪神・淡路大震災の２次的影響

震災の直接の衝撃だけでなく、その後の生活の不安定さなどで２次的ストレスを高めた児童・生徒に対して十分な対応ができなかった。

## 4 10ヶ年の総括と今後への提案

### (1) 10ヶ年の総括

#### ア 心のケアに対する理解

日本国内において、災害、事件等が発生した際の「心のケア」についての取り組みが一般化してきた。

#### イ 教育復興担当教員による心のケアの成果

教員による心のケアの取組の推進と成果

#### ウ スクールカウンセラー等との連携

学校と専門家、専門機関との連携による心のケアの推進体制の整備

### (2) 今後の取組の方向

#### ア 教育復興担当教員の取組の継承した教育相談活動

震災後、教育復興担当教員が行ってきた心のケアの取組を継承、広げることにより、児童生徒の心のケアに対応していく必要がある。

兵庫県教育委員会は、校務分掌に、生徒指導とともに教育相談を置くことを勧めている。これは、教育復興担当教員が、ひとりひとりの児童生徒に、じっくりとかかわり、児童生徒の生きてきた生活環境を考慮しながら、児童生徒の健康な自我を育成していくことを重視するという視点とも一致している。

#### イ 震災以外の心のケアへの対応

震災以外の事件・事故等による心のケアを必要とする児童生徒への対応に関する教職員の資質（カウンセリングマインド）向上子どもを巻き込んだ重大事件や事故など、子どもの危機は、その後の人生に大きな影響を及ぼす。福岡県は、学校での事件・事故後に、臨床心理士による緊急支援体制を組織している。学校長・教育委員会の要請を受けて、1週間の範囲で緊急支援にあたる。

また、山口県では、精神保健福祉センターを中心に、医師・保健師・臨床心理士によるCRT（Crisis Response Team）を組織し、3日間の危機対応にあたっている。

兵庫県では、スクールアドバイザーや学校メンタルサポートの制度によって、学校の危機に対応している。危機対応ができる人材の養成も含めて、質の高い危機対応チームの発足と、EARTHのように県外や海外での支援活動も視野にいたれた、こころのケアセンターとの協働の危機対応チームの発足が期待される。

#### ウ 児童生徒のストレスマネジメントにかかる教職員の指導力の向上

震災や事件を受けて、命の大切さを伝える「いのちの教育」が提唱され、検討されてきた。一方、心の中に湧き起こる怒りや憎しみや悲しみを、どのように受けとめつきあえばいいのかを学ぶ「きもちの教育」がいま求められている。ストレスマネジメントとは、自らのストレスを自己コントロールする能力であり、怒りや悲しみとの上手なつきあい方を学ぶことである。不快な出来事に会おうと怒りの感情が湧いてくるのは自然なことであること。

そして、その感情を、自分を傷つけたり、人を傷つけて表出することは誤りであり、怒りを上手に表現する方法を身につけようという試みである。道徳や学級活動で、「きもちの教育」を、スクールカウンセラーと協働して展開することが、今後の課題であろう。

兵庫県立教育研修所心の教育総合センターは、2004年3月に「学校のストレスマネジメント研究」を発行した。その冊子には、具体的な授業実践が映像としても収録されている。

今後、どのように年間計画を立て、どのような時間に行うかといった検討や、発達を

考慮した指導案の作成と展開が期待される。

児童生徒へのストレスマネジメントの実践は、教職員自らが自分のストレスとの上手なつきあい方を確認する機会にもなり、教職員のメンタルヘルスの向上にも寄与するものと考えられる。

#### エ 命の大切さなど震災体験を生かした教育の一層の充実

震災で尊い家族を失った悲しみは、時間が経ても癒されることはない。この悲しみを、命の大切さを伝える「いのちの教育」として、さらに展開する必要がある。最近の子どもの死生観の調査によると、死んでも生き返ると考えているものが、かなりの割合いることが報告されている。「いのちの教育」に関わる教材や物語には、肉体は死んでも魂は生き続けるといった甦りのテーマがみられる。家族を失った悲しみがどれほどの体験なのかを子どもたちに伝え、命の大切さを実感する教育が期待される。

#### オ 心のケアを必要とする児童生徒への対応に関する学校と専門家、関係機関等の連携強化

心のケアを必要とする児童生徒については、学校だけで対応できるとは限らない。そこで、専門家（スクールカウンセラー、臨床心理士等）や関係機関等との連携は不可欠である。震災以降、学校とスクールカウンセラーや関係機関等との連携は進んできているが、今後、震災以外の心のケアを必要とする児童生徒の出現に対しても、専門家や関係機関等との連携を図り、より速やかに対応できるようにすることが大切である。また、その際に対象となる児童生徒の対応記録を共有することで、息の長い取組を進める必要がある。ただ、個人情報取り扱いに当たるので、情報の遣り取りについては、慎重に行う体制を作り上げる必要がある。

### 5 おわりに

阪神・淡路大震災以前、「トラウマ」「心のケア」「PTSD」という言葉は一般には知られていなかった。震災後、教育復興担当教員は、日本中に例のない教員による「心のケア」の取組を、臨床心理士やカウンセラーと協議しながら、また、精神科医などの助言を得ながら、進め、大きな成果をあげた。今後、学校教育の一つの柱「心の教育」の実践に、また心のケアが必要とされる緊急事態の支援に兵庫県の取り組みが参考になることを期待する。

## (本 文)

### 1 はじめに

阪神・淡路大震災では、激しい揺れとともに、生きとし生けるものの命を支えている大地、母なる大地が深いひび割れを起こし、一瞬にして多くの命を奪い、日常生活を守る家や街を破壊した。

これは、人が生きる上で重要な心の土台部分として、生命の誕生以来形成し続けてきている、心の奥深くに存在する「基本的安全感の層」を侵食し傷つけられた体験である。さらに、この大地の揺らぎは、それぞれの「今ここに存在する」感覚を根底から脅かしただけでなく、安心して身を委ねてきたものへの不信と不安を招いた。ときには命が見捨てられることもあるという深い恐怖に襲われた。

我々個人の心の中にあるこの層には、特別なケアがなくても、日々の少々の傷なら癒してしまう自己治癒力が潜んでいるが、普段は意識に上ることはない。

今回の大震災は、その後の被災した人たちの身体症状や行動などから、この心の深い層に達するひび割れであることが推察された。頭痛、嘔気、下痢、不眠、しびれ、耳鳴りなど、決して特別な症状ではないが、いかに大きな不安に遭遇したかを症状で語り、訴え、身体的ケアを受けることによって、見捨てられていないという感覚を取り戻したいと望んでいたことが分かる。避難所でのマッサージでのかかわりがことのほか、心の平安に有効だった理由がここにある。

あれから10年。人々は立ち上がり、生きる力の手ごたえを感じさせられる復興を遂げているが、まだ傷が回復に至らない事情の中で、様々な形で発生する痛みを抱えながら生きている児童生徒の存在を忘れてはならない。

心は真空の中で育つものではない。環境とのかかわり方が人格形成に影響することは自明のことである。

幼児期に被災した中学生のある少女が、平成16年1月17日に近い、ある昼下がり、仲間との談笑中に、話題が震災時のことに及んだとき、体が震え耳を抑えてその場から逃げ出してしまう場面に筆者は遭遇した。

日常性は回復し、生活は平穏になっている。少女から青年期に入ろうとする時期に成長している彼女は、あの震災の体験とその後の変化が心に収まらず、心が受け止めることを拒否している状態である。彼女の年齢でこのような反応を示すのは、少数派になっている。まず本人自身孤独になり、私だけ何故だと後で語っていた。「心のケア」という言葉が大震災後関心を持たれた。大震災で、慣れ親しんだ人や物を一挙に喪失しながら、「見捨てられていない自分」を確認し、心を復興させるには、人間の心を大切にする、いろいろな立場や役割の人の援助が必要である。大震災で、慣れ親しんだ人や物を一挙に喪失しながら、「見捨てられていない自分」を確認し、心を復興させるには、人間の心を大切にする、いろいろな立場や役割の人の援助が必要である。「心のケア」ということは、「言うなれば《心の復興》を目指している。マイナスをプラスに転じるという志向をもつ」と河合隼雄（心を蘇らせる、1995年）は指摘している。

このような状況の中で、被災地の学校に、学級担任でもなく、専科教員でもない「教育復興担当教員」という加配教員が配置された。教育復興担当教員は、これも全国に先がけて兵庫県に特別加配されたスクールカウンセラー等と連携しながら、被災により心に傷を負った児童・生徒の心のケアや家庭での学習環境の整備及び「新たな防災教育」の推進役を果たした。当然ここに、心のケアにおけるコラボレーション（協働）体制の必要性が台頭してきた。

臨床心理士等のカウンセラーの専門性とは異なる教師という専門性を持つ教育復興担当教員が心のケアに果たした役割と、日本で初めて学校で取り組んだ、兵庫県の心のケアについて検証する。

## 2 復興過程における取り組みの概要

### (1) 復興過程における児童生徒の心の様子とその対応

#### ア 教育的配慮を必要とする児童生徒について（兵庫県教育委員会調査より）

兵庫県教育委員会は、震災による児童生徒の心身に及ぼす影響を把握するために、平成8年度より「阪神・淡路大震災の影響により心の健康について教育的配慮を必要とする児童生徒の状況等に関する調査」を実施してきた。

教育的配慮を必要とする児童・生徒（要配慮児童・生徒）とは、阪神・淡路大震災で被災し、次の症状や反応を示す児童生徒である。

- ① できていたことができないなどの退行反応
- ② 頭痛や腹痛、食欲不振、寝つきが悪いなどの生理的反応
- ③ 落ち着きがない、攻撃的になる、震災について繰り返し話すなどの情緒的・行動的反応

（症状や反応は『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 兵庫県教育委員会）を参考にしている。）

調査時期は、毎年7月、県内の小・中学生全員対象にしてきた。ただし、平成14年からは、震災時に誕生していなかった小学校1年生、平成15年は小学1・2年生、平成16年度は小学1・2・3年生を除外して調査を実施してきた。

表1 教育的配慮を必要とする児童生徒数の推移

[各年度7月1日現在 単位：人]

年度区分	8	9	10	11	12	13	14	15	16
小学生	1,830	2,154	2,426	2,394	2,060	1,903	1,429	976	556
中学生	1,982	1,935	1,680	1,711	1,332	1,239	1,120	932	781
合計	3,812	4,089	4,106	4,105	3,392	3,142	2,549	1,908	1,337
増減		277	17	△1	△713	△250	△593	△641	△571

結果、平成10年度が4,106名と最多であり、その後順次、減少しており、平成16年度は、1,337名となっている。しかし、震災後9年経過してもなお、1,000名以上の児童生徒が震災による影響を受けていることは、憂慮すべきことである。

次に、震災による恐怖という一次的な要因と、震災後の住環境や経済環境の変化などの二次的要因の経年経過も調査されている。



表 2 要因別の児童生徒数の推移

〔複数回答 単位：人〕

年 度 要 因	8	9	10	11	12	13	14	15	16	割 合 %
震 災 の 恐 怖	1,748	1,764	1,727	1,815	1,335	1,146	938	682	400	29.5
住 宅 環 境 の 変 化	1,710	1,680	1,289	1,235	1,274	1,200	1,019	784	582	43.5
家 族 ・ 友 人 関 係 の 変 化	685	1,154	1,247	1,274	1,422	1,358	1,044	757	494	36.9
経 済 環 境 の 変 化	604	577	830	918	955	944	843	667	496	37.1
学 校 環 境 の 変 化	258	529	335	319	299	298	218	139	65	4.9
通 学 状 況 の 変 化	663	575	256	250	202	227	139	103	57	4.3
そ の 他	39	82	106	72	60	59	79	67	47	3.5
対 象 児 童 生 徒 数	3,812	4,089	4,106	4,105	3,392	3,142	2,549	1,908	1,337	

表 2 をみると、「震災の恐怖によるストレス」の漸減傾向が窺われる一方、「家族・友人関係の変化によるストレス」が漸増している。また、「住宅環境の変化」や「経済環境の変化」が依然として高い割合となっており、ハード面の復興に伴う環境の変化や震災後の経済の停滞などが二次的なストレス要因となっていることが窺われる。

そこで、要因ごとの児童生徒数の割合（各年度の要配慮児童生徒数で除した百分率。ただし複数回答のため各割合の合計は100%を超える。）の推移を図1に示した。震災の恐怖ストレスの占める割合は、平成8年度は46%であったのに対して、平成16年度には29.9%であり、経年とともにほぼ減少傾向にある。一方、経済環境の変化の要因の占める割合は、平成8・9年度とほぼ15%であったのが、平成16年度では37.1%と平成10年度以降増加しているのがわかる。家族友人関係の変化も同様の傾向がみられる。また、住宅環境の要因については、平成10・11年度と減少傾向にあったのが、その後増加傾向に転じている。

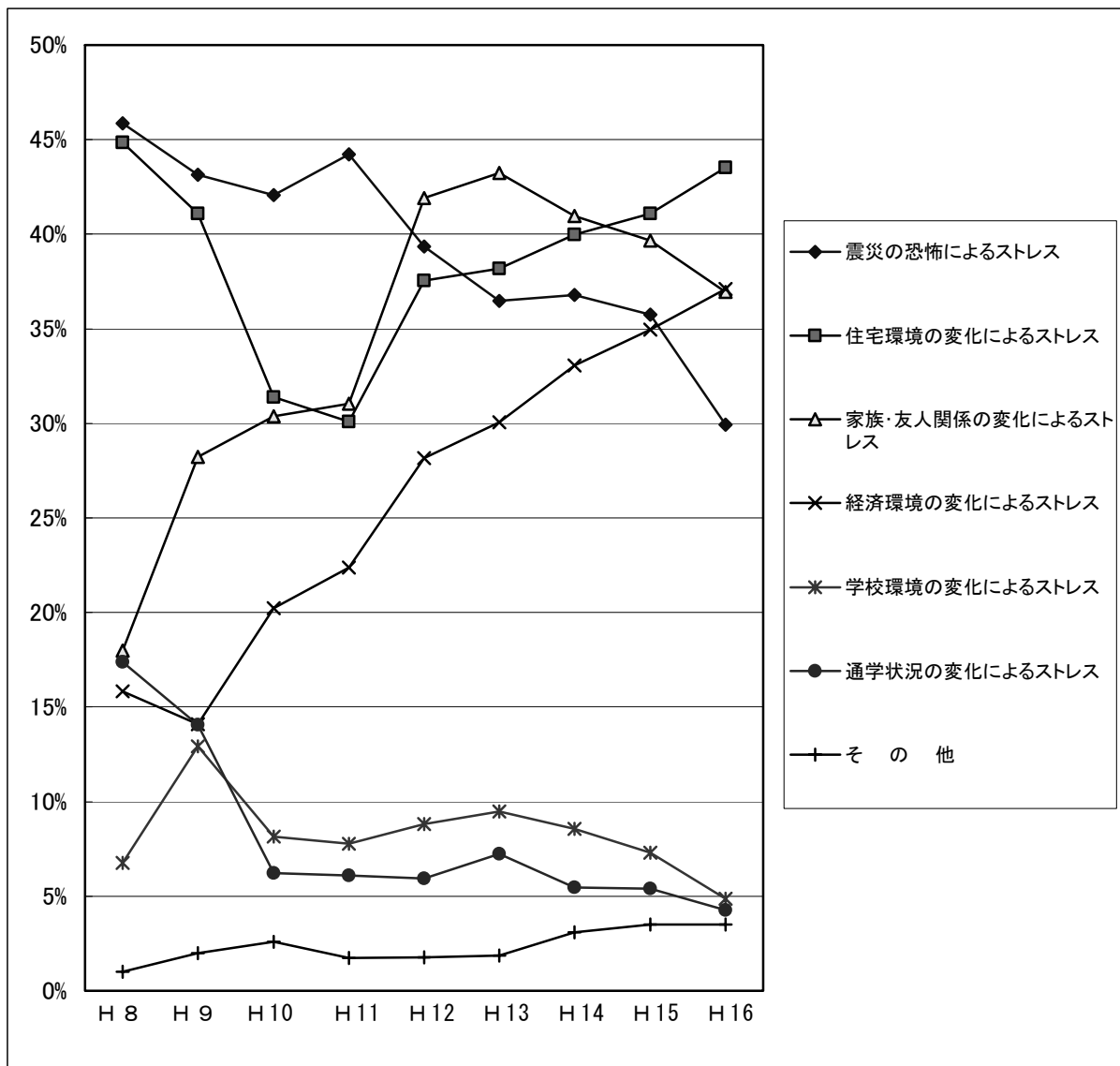


図1 要因ごとの児童生徒数の割合の経年推移

## (2) 震災が子どもの心身に及ぼした影響について

震災は、子どもの心に、さまざまな影響を及ぼした。ここでは、各機関の調査結果を引用し、その実態を明らかにする。

### ア 震災遺児アンケートより（レインボーハウス、1999）

あしなが育英会が運営する震災遺児の心のケア施設「レインボーハウス」が平成 11 年 12 月に、10 歳から 25 歳までの遺児 46 名を対象に、アンケートを実施した。それによると、「親が亡くなったことを自分のせいにしたり、自分が死んで他のだれかが生き残ればよかった」52.2%、「やたらいらいらしたり怒りっぽくなった」「ちょっとした物音でびくびくする」54.3%、「死にたいと思ったことがある」39.1%、「心のケアが必要」47%との結果となっており、遺児の半数が、自責感情を抱えていることがわかる。

（阪神淡路大震災記念協会 2001.3 阪神淡路大震災復興誌第 5 巻より抜粋）

イ 激震地の県立高校生の CMI（健康調査）とアンケートから

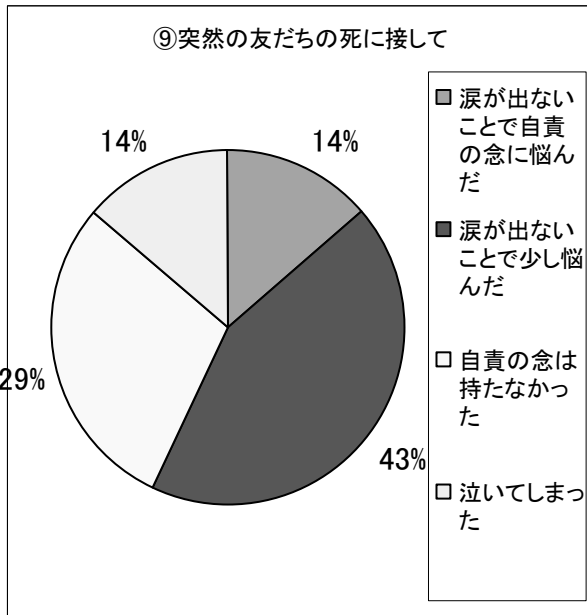


図 2

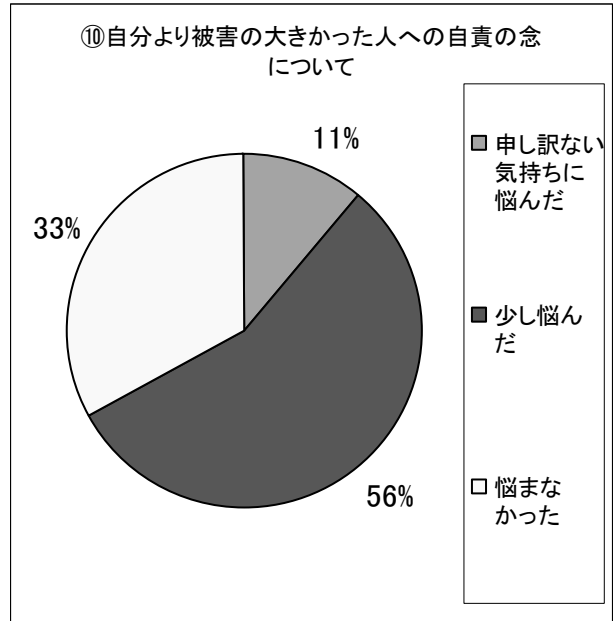


図 3

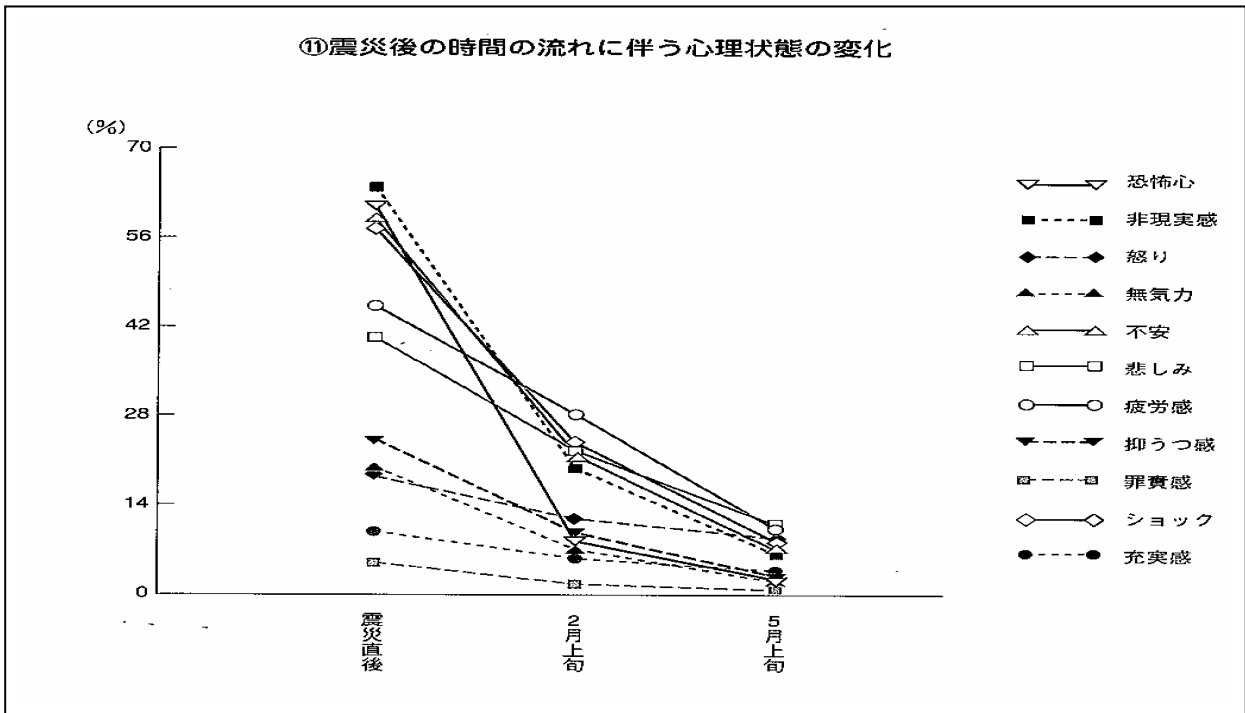


図 4（副読本「明日に生きる」より）

対象：県立高等学校生 実施期間：県立学校

			領 域				気 になる 不 調 項 目						
	実施	人数	第 i 領域	第 ii 領域	第 iii 領域	第 iv 領域	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
男	5月	418	184 (44%)	129 (31%)	88 (21%)	17 (4%)	20 5%	31 7%	18 4%	4 1%	138 33%	48 11%	3 1%
	3月	394	231 (58%)	79 (20%)	60 (16%)	24 (6%)	14 4%	35 9%	21 5%	3 1%	86 22%	40 10%	8 2%
女	5月	431	203 (47%)	169 (38%)	53 (12%)	6 (2%)	23 5%	22 5%	29 7%	2 0.5%	130 30%	36 8%	12 3%
	3月	435	223 (51%)	126 (29%)	61 (14%)	25 (6%)	7 2%	21 5%	31 7%	8 2%	111 26%	31 7%	8 2%
全 体	5月	849	387 (45%)	298 (35%)	141 (17%)	23 (3%)	43 5%	53 6%	47 6%	6 1%	268 32%	84 10%	15 2%
	3月	829	454 (55%)	205 (24%)	121 (15%)	49 (6%)	21 3%	56 7%	52 6%	11 1%	197 24%	71 9%	16 2%

(表 3)

## 領域

第 i 領域：健康

第 ii 領域：やや健康

第 iii 領域：やや神経症的

第 iv 領域：神経症的傾向大

## CMI（コーネル・メディカル・インデックス健康調査表）とは、

米国コーネル大学のブロードマン博士らによって考案されたもので、性格や精神的、身体的異常をすみやかに発見するために作られたテスト。

身体的質問項目と精神的質問項目に大別され、各身体器官別の質問と情緒面の質問、合計男子は 221 項目、女子は 213 項目に対して「はい」「いいえ」に○を付けて行うテストであり、実地臨床での問診の補助として、精神的問題点が関与する程度を知る一助として、スクリーニングに広く使われている。

領域は、第 i 領域は正常 第 ii 領域は準正常 第 iii 領域は準神経症 第 iv 領域は神経症 に分類される。

## 気になる不調項目

- ① いつも不幸で憂うつですか
- ② 人生にまったく希望がないように思われますか
- ③ いっそ死んでしまいたいと思うことがよくありますか
- ④ ひどいノイローゼ（神経症）にかかったことがありますか
- ⑤ すぐかっとなり、いらいらしたりしますか
- ⑥ 何か恐ろしい考えがいつも頭に浮かんできますか
- ⑦ 特別の理由もなく急におびえることがよくありますか。

平成 7 年 5 月と 8 年 3 月に高校生を対象に実施した CMI（心身不調をチェックするコーネル・メディカル・インデックス）（表 3）では心身疲労が特に高いとされる第 iv 領域が 3% から 6% と増加している。地震直後の非日常の世界での気持ちの高ぶりもあって、健気に気を張

りボランティア活動にも従事していたのが、時間経過により、事態を受け止め自分自身に向き合う中で、自らの心身の不調が意識化された結果である。不安や不調をすぐ表出できる幼い子と異なり、高校生が「もう子どもじゃないから」と耐えていたことが推察される。

時間の流れに伴う心理状態の変化は、図4にも示されているように、直後、2月上旬、5月上旬の調査で恐怖心は急速に収まり、不安やショックは徐々に収まる。しかし、悲しみ・疲労感・非現実感は比較的長引いており、さらに怒りの減衰はゆるやかである。

表3のCMIの7年5月と8年3月の調査結果によると、⑤「すぐかっとなりいらいらする」の怒りの感情は、軽減しているものの32%⇒24%の出現率で第1位、続いて2位は⑥「恐ろしい考えが浮かぶ」で10%⇒9%、3位は②「人生に希望がないように思える」で6%⇒7%、③「死んでしまいたい思いもある」6%⇒6%の存在を示している（平成7年5月調査と8年3月調査では有意差ない）。

しかし、高校生は、図2で「突然の友だちの死に、涙が出ない」自分に自責の念や悩んだ人が57%、⑩「自分より被害の大きかった人への自責に念」で悩み、また、そのような気持ちを抱いたという生徒が67%いたことも示されている（図3）。

つまり、被災の程度が軽い生徒にも心のケアが必要であるとの方向が示されている。

#### ウ 鳥取県西部地震において、フラッシュバックと思われる症状を示した児童生徒について

平成11年10月6日（金）午後に発生した鳥取県西部地震によりフラッシュバックと思われる症状を示した児童生徒数は、兵庫県教育委員会の調査によると224人で、その内訳は、小学校179人、中学校45人である。そのほとんどは、鳥取県西部地震や芸予地震など比較的大きな地震が起こった際にその症状が起こったものである。しかし、他の場面でも症状を示す児童生徒は41人であり、専門機関等で相談を受けているのは9人である。顕著な被災体験がなく、心のケアの対象外とされていた児童生徒のうち6名にも症状が出た。ある学校では、症状が出た児童生徒の心のケアとして、日々の教育復興担当教員の取組に学んで、個別対応に心がけ、寄り添い受け止める活動が実施された。

#### エ 震災後7年の時点での子どもの心身反応（こころのケア研究所、平成14年）

平成13年に被災地域小・中学生約12,000名（これとは別に、対照群として、非被災地域小・中学生約1,700名）を対象として、PTSD症状についてアンケート調査を実施した。その結果、児童生徒が回答したアンケートでは被災の影響が認められなかったのに対して、保護者からみた子どもの心身反応のアンケートでは被災地域の小・中学生と対照群の小・中学生との間に差異が認められた。このことは、子ども自身は、震災から受けた心の傷を自覚しにくいことを示唆している。

### 3 復興各期における取り組みの概要

#### (1) 初動対応期

##### ア 学校教育再開に向けた取り組み・応急学校教育ができる体制づくり

余震が続くなか、平成7年1月末には、避難所になった学校で生活する児童生徒への心のケアが、ボランティアにより子どもたちと一緒に遊ぶ「遊び隊」の活動によって始まった。また、心のケアに関するさまざまな電話相談が開設された。

1月30日 被災者電話教育相談を開設してから3月31日までの61日間、（午前9時から午後7時まで、祝休日も実施。）911件の相談を受ける。そのうち心のケアに関する相談は22件。

平成7年4月から平成8年1月末までには、2,082件。心のケアに関する相談は18件。

日本人には、地域全体で災害を受け止め、住民の一体感で耐え頑張っていく力も備えている。だから、震災の直後に、外部からやってきた人に相談するより、話したい相談したい人が、自発的に、電話相談ホットラインを利用する方が好まれた。電話相談で、

心身の不調がショックによる一時的反応であると教えられ、子育てや家族や避難所生活などの悩みなどから心の安定を取り戻すことができた。

## イ 避難所生活・児童生徒の避難所からの登校

被災地の学校では、校内に多くの地域住民が避難所生活を余儀なくされた。避難所では学校関係者と避難住民の双方配慮があり、教育機能の回復に努力が重ねられた。そこに子どもたちが登校し、学校の再開を喜んだ。

被災状況に差があっても、多くの方は、自然の破壊力の前で人間の無力さを感じ、放心状態に陥っていた。日常性の回復に向けて、具体的方向や行動も定められずにいる生活の中で、登校するという現実的行動は普段の心を取り戻すきっかけとなった。日常性を支えていたつながりのある仲間と会い、話すことで、心の中の恐怖感や不安は相当に解消されていく。未曾有の経験で受けた傷が、仲間と感情共有の体験を重ねることにより、自己回復の力が働いて自然に癒される。

防災には、安全・安心な町づくりはもちろん、学校・地域の人と人との絆が必要であることが痛感された。

### 仲間に会えた

あれから2週間たった。友だちと涙の再開をしたのは…。思わず手をにぎりしめ。喜びのあまり言葉を失ったくらいだった。はじめは、安否確認のため登校していたが、先生の話をお聞きせず、興奮のあまり2週間のいろいろな話ではずんだ。

だんだん落ち着いてくると、自主学習をし、勉強にも少しずつ身が入ってきた。学校にいる時は、地震の恐ろしさから離れ、のびのびと過ごせた。「みんなに会えて、心が落ち着くんやん。やっぱりみんな大変やん。ガスこうへんやん。だから、風呂はいられへんやん。もう最悪やん。」「何いうてんねん。もっとまじめに話そうや。」「そうそう、あの時、服装バラバラやったな。先生大変やったろうな。」「そういえば、私、トイレに入りたくて、まっちゃおなか痛かったわ。」「そうなん。分かるわ、その気持ち。学校では行きづらいもんね。」「部活でけへんかったな。大会やったのに全然練習できんかったで。」

思い起こせば、学校の状態は不便だったが、あの時、学校に行けなかったら心を閉じたままだったと思う。私たちは、心の傷をいやしてくれる学校が大好きだ。

(「明日に生きる」防災教育副読本(中学生用)より)

### 窮屈でも苦にならなかった合同授業

友だちに被害がなかったこと、2月2日にみんなと再会できた時、本当にうれしかった。ささいなこと、当たり前のことがなぜかうれしかった。給食を食べられることもうれしかった。

ひとつの教室にたくさん入って、みんなと勉強したこと。せまかったけど、たのしかった。

高校生女子(当時小学校5年生)

### 避難所になっている

#### 学校の変わり様に驚いた

震災から4日目、分かる範囲の友だちの安否を確認し、学校にメモを届けた。先生にずいぶん感謝された。その時、避難所となっている学校の変わり様に驚いた。

私たちの居場所がなかったことや先生が避難所対応におわれているのがさびしかった。

大学生女子(当時中学校3年生)

(「平成13年度防災教育検証委員会のまとめ」より)

## ウ 子どもたちの心の理解とケア研修会の開催(平成7年2月21日、2月23日)

震災から1ヶ月、災害後の心のケアの重要性がマスメディアから報じられる中、教職員・市民を対象とした専門家による心のケアの研修会が開催された。その内容と成果を検証する。

平成7年2月2日、北海道教育大学藤森助教授夫妻から「危機介入ハンドブック」の寄贈を受け、心の理解とケアについての参考資料の一つとして各学校に配布した。

2月3日、文部省体育局から「平成7年度兵庫県南部地震における被災児童生徒の心の健康相談活動等の充実について」（通知）が出され、兵庫県教育委員会では、下記の2回の研修会を実施し、被災児童生徒の心のケアの充実を図った。

・平成7年2月21日

「災害を受けた子どもたちの心の理解とケア研修会」

講師：花田雅憲 近畿大学教授（当時）

場所：西宮市立西宮東高等学校なるお文化ホール

・平成7年2月23日

「被災した子どもの心のケア」

講師：河合隼雄 国際日本文化研究センター所長（当時）

場所：県立明石高等学校講堂

災害発生後、早期に被災児童生徒の心のケアの研修会等を開催し、心のケアに対応していくことは重要なことである。平成16年10月23日に発生した新潟県中越地震では、地震発生から10日目に、山古志小学校、山古志中学校、長岡市立太田小・中学校の教職員を対象とした心のケアの研修会が実施された。これは、兵庫県の児童生徒の心のケアの取組が生かされたものと考えられる。

## (2) 復旧期（H7～H9）

### ア 心のケアを必要とする児童生徒数

平成8年度 小学生1,830人、中学生1,982人、計3,812人

平成9年度 小学生2,154人、中学生1,935人、計4,089人

兵庫県では、平成8年度から、心のケアを必要とする児童生徒を、被災状況や特徴的な心身反応の観察から、教職員が抽出し、教育委員会に報告する体制をとっている。この調査は毎年7月に実施され、県内全ての公立小・中学校の児童生徒を対象とした悉皆調査である。災害史上他に例のない調査によって得られたデータは今後発生が懸念される災害の被災者対応に資するところ大である。

本調査結果で、教育的配慮を必要とする児童生徒は、平成9年度は、約4,000人いることが明らかになった。

小・中学校とも調査項目は同じで、①退行現象、②生理反応、③情緒・行動反応の3大項目に、合計25項目からなるチェックポイントが考案・作成されている。

小中学校とも③の情緒・行動的反応が圧倒的高率であるのも、震災の直接的恐怖などのストレスによるものであった。

震災後研修を受けた教師は、「不安も悩みも深刻であればあるほど簡単に表出しないということがわかった」「心の揺れをしっかりと受け止める心の準備ができた」との感想を述べている。

では、実際に教育的配慮を必要とする児童生徒に対して、どのような配慮をしていたのか。盲・聾・養護学校と小学校では「保護者や専門機関との連携で守ろう」とする対応が第1位約60%、中・高校では「教育相談の充実で安定を図ろう」とする対応が1位で50%との調査結果がある。（兵庫県教育委員会の平成9年5月の防災教育実態調査より）

教職員等の、児童・生徒の心の揺れをしっかりと受け止めようとする姿勢が、次第に安定感の回復につながっていったことが予想できる。

ある学校では、当時、管理職・教育復興担当教員・養護教諭と各学年担当者で構成される「復興教育特別委員会」を週1回開き、被災生徒の学校での様子を連絡し合い、また、保健室来室生徒の原因分析を行い、生徒からのシグナルをいち早く受信し、心のケアを図っていると報告している。また、学習環境を考慮して、放課後の学習会を開いたり、事情によっては朝の家庭訪問や、夜の家庭訪問を行い、生活のリズムを取り戻すような支援

も行っているという報告もなされている。

震災直後に公設・民間を問わず、電話相談ホットラインが設けられた。子どもの相談では乳幼児に関する相談が多かった。年齢が低いほど、感情を、ストレートに表現する。したがって退行現象や、頭痛腹痛、情緒的にいらいらして落ち着きない反応を見せるので、保護者はそれを案じて電話相談を行ったのである。

実際的なケアは、学校や、避難所、仮設住宅、自宅でも次第にできるようになった。初期の対応は、安心の感覚を取り戻すために、一緒にいる、くっついて座る、抱きしめるなどの対応であり、誰にでもできるものである。

加齢とともに、対応には工夫や相談技術的なものが期待されるようになる。地震により、普段の生活を守っていたものが切れて壊れたという体験は、被災者の人間関係にも影響する。その感覚は、ぬくもりのある人間関係の中で再び繋がりを感得して回復していく。そんなかわりがケアの中心であった。

しかし、この時期には、精神科医師や臨床心理士等カウンセラーなどの専門家が不足し、相談や連絡も困難を極めていた。

そこで、平成7年度から配置された教育復興担当教員が、児童生徒の心のケアの中核的な役割を担った。この状況下で児童生徒の心に平常心を取り戻すことができたのは、技術性よりも個々の教育復興担当教員の人間性であった。家庭や専門機関とのコーディネータ役にとどまらず、学級担任へのコンサルテーション等、その役割は広範囲に及んでいった。

勿論学校内の他の教職員も、児童生徒に普段の心を取り戻させるために、仲間との温かい連続性のあるつながりを確認させるべく、ひたすら日常性の回復に努めていた。依存的な親子関係、依存的な人間関係を特徴とする日本で、PTSDの発症率が低いのはこの相互依存関係が、日常的に存在しているからとの報道もあった。しかし、この時期の学校内は、静か過ぎるという教師もいた。

## イ 防災教育検討委員会（平成7年4月25日設置）での検討

防災教育検討委員会は「兵庫の教育の復興に向けて」という提言を示した（平成7年10月17日）。提言に当たって、河合隼雄委員長は次のように述べている。

「未曾有の災害をもたらした大震災から9ヶ月。私たちはほとんど無から有を生み出す努力を重ねなければならなかった。震災の提示した過酷な現実を直視し検証することから私たちの復興への道が始まったといえる。

多くのかげがえのない命が奪われ、地震や火災で大切な家族や住む家をなくした人たちは、漠とした不安と日々の慌しさの中に秋を迎えた。季節の移ろいの中で被災した人たちが、不自由を余儀なくされながら、それでもなお互いにいたわりあい支えあって生きている姿や、自らの皮膚感覚を通して学びとった貴重な体験の数々はモノの豊かさになれてしまっていた私たちの日常の生活や社会の在り方を改めて問い直すとともに、人として分かち合うこと、共に生きることのすばらしさを私たちに教えている。それは、兵庫県政が目指す「こころ豊かな人づくり」の理念が県民の心に脈々と流れていたことの証であり、震災後に空前の広がりを見せたボランティアの潮流とともに国内外から高く評価されているところである。

こうした理念は、避難所となった学校における校長はじめ教職員の献身的な取り組みの随所に窺うことができた。学校は人々に安心と秩序を与え、避難住民との共存を図りながら教育活動の正常化に向けて全力で取り組んだが、そうした教職員の一丸となった取組が自ずと住民の自立を促し、復興への大きな推進力となった。しかし、その道のりは、学校にとってすべてが初めての経験であり、文字通り苦難と試練の連続であったといえる。

模索の日々の中で、子どもたちは国内外から駆けつけたボランティアの人たちの献身的な働きや温かい励ましに接し、亡くなった友の分まで生きようとするもう一人の自分



を発見したにちがいない。そうした一つ一つの貴重な体験や心の在り処が、失いかけていた街に灯りを取り戻し、学校にぬくもりと明るさと呼び戻しつつある。

震災は社会構造を見直す契機も与えてくれた。子どもたちがこの度の体験を貴重な糧として、いかなる困難に直面しても決して挫けることなく、常に生きる勇気と希望を忘れずにこころ豊かに育っていくことを願ってやまない。兵庫の教育の復興は、申すまでもなく、21世紀を自らの時代として生きる子どもたちの育成にかかっている。このため、私たちは、震災の教訓を生かした、災害に強く安心して学ぶことのできる魅力ある学校づくりや、人間としての在り方・生き方を考えさせる新たな防災教育を推進し、全国に発信できる兵庫の教育の復興と創造に、本提言の主旨が反映されることを期待してやまない。」

震災体験に対する深い理解と洞察、現実の日々の復旧・復興活動への認識、復興の可能性を示唆しているこの前文は、今でも復興や心のケアの方向性を省みるときの指針になる。

提言は、長期的な視野に立った継続的・持続的な「心のケア」を推進していくことの重要性を指摘する。

目に見える現象的なものへの対応は、定量的で理解しやすい面がある。しかし、人は20年を経て成人する。今回の大地震は、心の深い部分に達する「ひび」を経験した人もいる災害である。被災した児童生徒だけでなく、不眠不休で救援活動に携わった教職員への支援体制の整備に努める必要性の指摘もあった。

更に専門機関との連携や、教職員の心のケアに対する力量の向上が求められ、そのための研修会の充実とともに、家庭・地域社会との連携の強化の提言もあった。

#### ウ スクールカウンセラー、キャンパスカウンセラーの配置

現実の児童生徒の生活の復旧には、被害の状況により差があるように、心の問題に対する回復も差が大きく、発症や症状の深さもそれぞれ異なる。

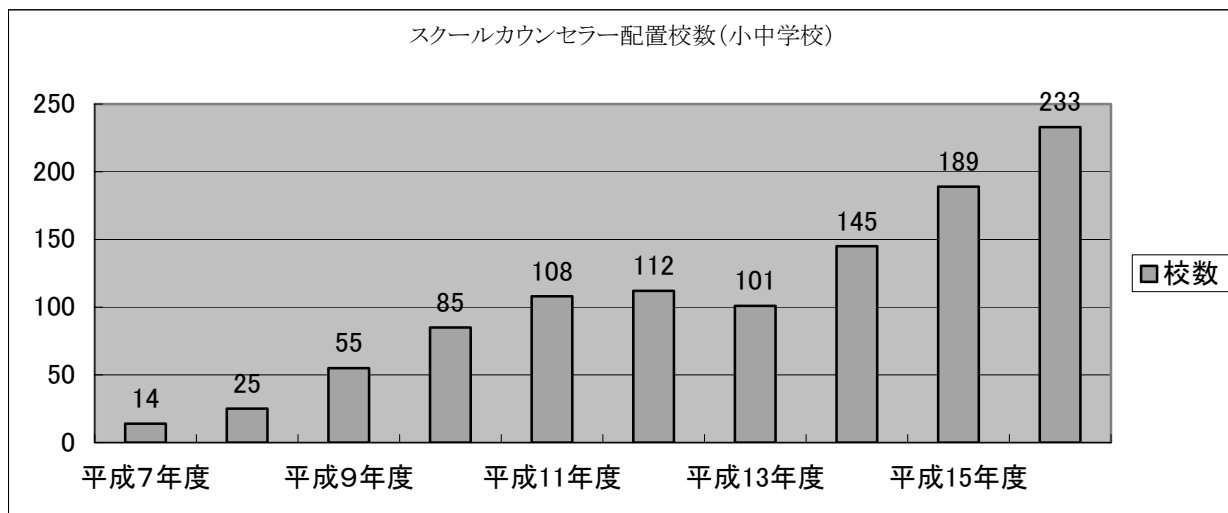
心に傷を負った児童・生徒の中には、精神科医や心の専門家によるケアが必要な事例もあった。平成7年度より実施予定の文部省の委託研究事業として、全国一斉にスクールカウンセラー3人の派遣が決まっていたが、兵庫県に震災を考慮して13人が加配され、16人でスタートした(17年度には全公立中学校に配置される予定である。)。全公立高校には、平成9年度からカウンセラー等を配置する県の事業が始まったが、回数は学期に2回程度だった。震災直後のスクールカウンセラーは被災地域中心の派遣であった。十分な人数でなかったが、学校では人手が不足している時期でもあり、教職員と協働して被災児童生徒の心のケア等に当たった。

スクールカウンセラーの活動について、心の教育総合センターは学校管理職にアンケート調査を実施している。(調査対象は平成10年度の配置校)

その報告によると、学校側との連携ができているは「まあまあ」も含めると95%を超え、相談活動について教職員の要望にはほぼ100%が応え、児童生徒の相談には80%以上応えている。教師の専門性とは異なるカウンセリングの専門性についても全員が認めている。だからこそ継続した配置を強く希望してきた。

学校の教職員も心のケアの必要性を感じていたので、すんなりと連携・協働が実現しているのも兵庫の特徴であった。

キャンパスカウンセラーについては、時間的にも回数的にも少なく、活動には制約があるとはいえ、コンサルテーションやコーディネーターとして教職員をサポートし、他機関と連携しながら直接生徒にかかわりを持つ活動を実施していた。



(図5)

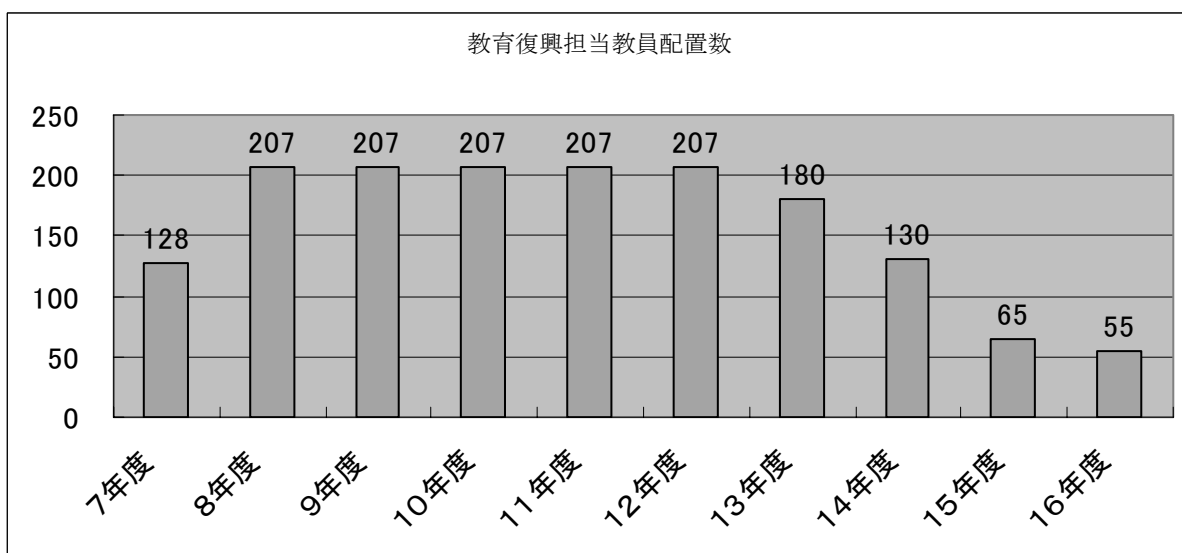
スクールカウンセラー配置校数には、単独校、拠点校、巡回校を合わせている。

**エ 副読本の作成・配布・活用**

防災教育検討委員会の提言を受け、平成8年度には、防災教育副読本『明日に生きる』小学校低学年用及び高学年用、中学校用を、平成9年度には、『明日に生きる』高校生用と、幼稚園用として『あしたもあそぼうね』を作成し、県下の公立学校園に配布した。

平成16年度の防災教育実態調査では、副読本の活用率は、小学校で95.2%、中学校84.3%と高率になっている。震災による心のケアを必要とする児童生徒への対応として活用されるより、防災体制、防災訓練、ボランティア活動などに使われることが多く、今後、震災から10年を越えようとしている今こそ、震災復興に携わった人々の苦しみや思いを追加することになれば、より完成度の高い防災教育副読本となると考えられる。

**オ 教育復興担当教員の配置**



(図6)

教育復興担当教員の主な活動は、

#### (7) 児童生徒の心の理解とケア

- ・登校指導や日常的な声かけで人間関係を結ぶ。
- ・PTSDや不登校、心の安定を失った児童生徒への教育相談を実施し、スクールカウンセラー等と共に状態を診断的に理解し必要機関を紹介する。早期対応の機会を逸しないよう普段の研修を積む。

#### (イ) 実態調査を実施

- ・家庭環境や家庭での様子を詳しく把握し、児童生徒理解と具体的支援に役立てる。
- ・発達の視点でも理解し、援助の方向性を見定めた対応に努める。

#### (ロ) 養護教諭や学級担任、保護者との連携

- ・日常的、継続的な情報交換により多角的な支援体制を整える。

#### (エ) 専門医やカウンセラー等の関係機関との連携

- ・専門医による治療効果を上げるため、学校の協力体制を確立する。
- ・地域や関係機関との連携により、個別の問題への様々対応を図る。

#### (オ) 個に応じた学習指導

- ・家庭の教育環境の変化や友人環境の変化等に伴う学力低下や学力不振に対応するために、それぞれの児童生徒のあった学習指導を実施するための調査や準備などを行う。

#### (カ) 「新たな防災教育」の推進

教育復興担当教員の任務は広範囲であるが、基本的には、児童生徒との個別のかかわりが重要である。それには信頼関係が一番大切で、安心して話せる関係をつくり出し、地震が割いた心の傷の回復を図っていく。このような教育復興担当教員の動きは、同じ教師という立場から、他の教職員に浸透しやすく、心のケアに対する心構えや手法が理解され、チームサポートを可能にさせている。

ある教師は語っている。

「二次的要因に起因する適応障害なのか、単に性格的に利己的なだけなのか、一人では判断できない。判断する側の心を投影して、本当の姿を見ていない不安もある。チームで対応することで、それが避けられる。」

教育復興担当教員の活動の影響は他の教職員に及び、問題の発生を未然に防止できるようになって、心のケアを必要とする児童生徒数の大幅な増加は抑制されてきた。

一方、教育復興担当教員には、「新たな防災教育」と学校防災体制の推進という役割もあったが、今回、徳山委員によって、「新たな防災教育と学校防災体制」のテーマで検証が行われているので、本報告では言及しないこととする。

### カ 学校における心のケアの在り方等に関する研修会の実施

県教育委員会は、平成9年6月から8月の間に、県内7会場で「新たな防災教育」を実践する教職員の指導力の向上のために、心の理解とケアに関する研修会を実施したところ、計1,265名の教職員が受講した。

心のケアに関しては、専門家の行う治療レベルと教職員のケアのレベルを整理し、専門家等の助言を受けながら事例研究を行うなど、体験的な演習が求められていた。講師は精神科医や臨床心理学の専門家等で、「日常の活動にすぐに生かせる」との感想を受講者は抱いた。また、教師は、日常的なかかわりの中で心のケアを考え、一般化の方向を体験的に模索し始めていた。

### キ 心のケアの指導資料の作成

平成7年度、兵庫県教育委員会は、『災害を受けた子どもたちの心の理解とケア指導資料』を作成し配布した。

人は想像を絶するショックを受けたとき、様々な精神的身体的反応を呈する。阪神・淡路大震災はまさにこれに匹敵するショックを人々に与えた。症状等の発現内容は、シヨ

ックを受けてからの時間的経過や年齢によっても異なり、対応の方法も異なる。PTSD という用語も広く知られるようになり、精神的に大きな打撃を受けている児童生徒の心の健康について、どのような配慮が必要なのかと、家庭も学校も戸惑っていた。

この指導資料は、第1部で心的ショックの状況を解説し、第2部で具体的事例を取り上げて対応のポイントを提示している。第3部では教職員の心の問題の事例と対応策を、第4部で心の問題の原因と具体的な留意点が示され、第5部で被災状況と教育委員会の対応を示すという構成となっており、ハンドブックとして広く活用されている。

#### ク 防災教育専門推進員の配置

平成8年度から「新たな防災教育」の推進を目的として、本庁及び、各教育事務所に防災教育専門推進員が配置された。

防災教育専門推進員は、被災地だけでなく、県下の防災教育の充実を目指して被災地外の教育事務所にも配置された。防災教育研修会の企画立案・実施、「新たな防災教育」に係る実態調査、被災児童生徒の心のケアにかかる調査などを行い、当該地域で取り組む防災教育や心のケアとして必要な事柄を分析し、研修会や防災教育推進連絡会議に反映している。また、県下各地の研修会等にも助言者として参加している。

### (3) 復興初期 (H10~H11)

#### ア 心のケアを必要とする児童生徒数のピーク

心のケアを必要とする児童・生徒数は、平成9年度から11年度にはほぼ同じ数値を示していると考えられる。要因別でみると平成8年度以来、「震災の恐怖によるストレス」が第1位で45%近い数値を示している。2位は8年度から10年度まで「住環境の変化」で、11年度では「家族・友人関係の変化」が2位である。それが12年度からは1位に上がっている。「震災の恐怖」という一次的個人的な要因がやがて二次的な社会的要因へと移行し、それが深刻な心理的影響を及ぼしていくことが分かる。(図7参照)

恐怖体験が癒されるにはある程度の時間が必要であったが、社会的要因は時間とともに軽減するのではないだけに、児童生徒に深刻な心理的影響を及ぼすことは予想できる。

街は震災から復興する姿を見せる。街の復興のテンポと合わない状況が生じていると、人々は取り残される感覚が強くなる。教育的配慮や心のケアを必要とする児童生徒が増加せずほぼ同じ数値に留まっているのは、学校にぬくもりとあたたかさが蘇り、予防するかかわりが一般化されつつあると考えられる。ただし、残念ながらこのことを数量化して示すことは困難である。

#### イ 教育復興担当教員の効果

教育復興担当教員の教育相談や個別指導により、児童生徒が心の安定を取り戻し、不登校生徒が再登校した事例は稀ではない。

教育復興担当教員としての継続年数はさまざまだが、本人自身、その後の指導等が変化したことについてのコメントをいくつか紹介する。

「子どもたちの一生懸命さに以前より感動するようになった」

「子どもを見る視点が変わった。人間としての成長発達の観点から見る大事さに気がついた」

「何気ない生徒の言動に気を配るようになった。登校指導や日常的な声かけにより人間関係が深まった」

「子どものその場に現れている状況だけで判断しないこと」

「こどもの些細な表情などに敏感になった」

#### ウ 防災教育推進指導員養成講座の開設

阪神・淡路大震災の教訓や防災教育検討委員会等からの提言などを踏まえ、県内全域における学校等の防災教育の充実を図るため、専門的知識を具備した防災教育推進指導員を計画的・継続的に養成するため、県教育委員会では防災教育推進指導員養成講座を開設している。

初級編・中級編・上級編と構造化し、講義・演習・実践報告・怪我等の応急処置法など、実地的な内容をもつ講座である。講座の中には被災児童生徒の心のケアに対する講義も含まれている。毎年 25 名から 30 名程度の規模で募集し、指導者としての力量を高めることが期待されている。

#### (4) 本格復興期（H12～H16）

##### ア 心のケアを必要とする児童生徒数の減少

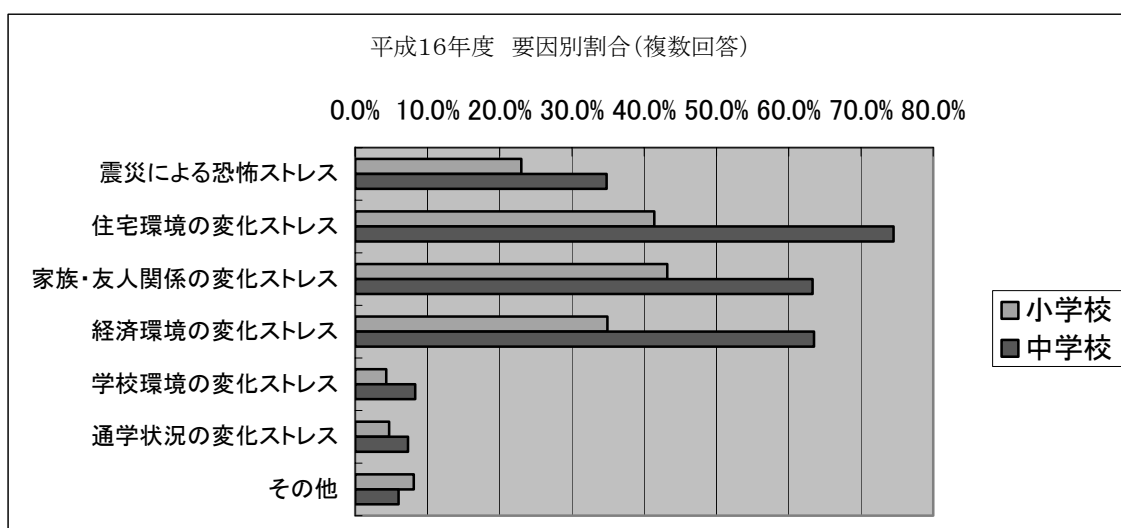
教育復興担当教員をはじめとする教職員やスクールカウンセラー等の取組により、児童・生徒の症状が改善されたことや、震災時に生まれていなかった児童生徒を調査の対象から除いたことで、平成 12 年度以後は対象児童生徒数が漸次減少している。（P 3 表 1）

症状については、退行現象、生理的反応、情緒・行動的反応の 3 つにまとめられている。若干の数量の動きはあっても、大半が情緒・行動的反応を占めている傾向は継続している。時間の経過に従い、震災後遺症というより個人の人格的要因と見なされやすい。震災との明確な因果関係を証明し難いのは事実であるが、無関係とも断定できない。実態に不明瞭さはあっても、児童生徒の心の健康に関与する問題であり、因果関係論で争っては対応が遅れて、深刻化する恐れがある。

また、震災との関連が否定されとしても、心のケアの対応方法が全く異なるわけではない点に留意すべきであろう。

情緒的・行動的反応では、小学生中学生ともに、落ち着きがなく、注意集中が困難で、いらいらして攻撃的であるという症状が、ほぼ 20% を占める。学校に行くのを嫌がるこの項目も中学生では 12.3% いるという。また、退行現象では、注意力散漫という項目が、12 年度までは 50% を超えていたが、16 年度では 25.1% に落ち着いてきている。親の気を引こうとする小学生は 18.9% と高率である。生理的反応の内訳では、頭痛・腹痛などの他、多彩な症状を示していることがわかった。

要因別にみると（図 7）、「震災による恐怖」のストレスから「環境の変化」等二次的要因が漸増している。そのような子どもたちに、どのようにかかわっていくのか、カウンセリング的かかわり方は基本であるが、関係機関との連携はますます必要となる。



(図 7)

##### イ 教育復興担当教員の効果

震災により心の健康について教育的配慮を必要とする対象者の減少は、教育復興担当教員の減少にも連動した。

ここでは、具体的な取組と、その活動による子どもの変容したことについて、平成 16 年度に実施した「阪神・淡路大震災の影響により心の健康について教育的配慮を必要と

する児童生徒の状況等に関する調査」を参考にしながら、機能の一般化という視点で考察を加える。

教育復興担当教員の活動の中心は「個別指導」で、48.4%であり、2番目は小中学校とも「家庭との連携」で25%程度。「相談活動」は24.6%となっている。1位の「個別指導」の内容は、小中学校とも、「声かけ・励まし・日記指導等」が多い。(小学校で71.0%、中学校で76.8%) また「学習支援・生活指導と自信を持たせる指導」が小学校で43.7%、中学校で40.5%を占めている。「家庭との連携」の内容は、「情報交換」、「保護者の悩みを聞く」、「訪問指導」などがほぼ同率である。「相談活動」は「日常会話の中での相談」が小学校で51.9%、中学校で60.8%を占めている。中学校では「定期的なカウンセリング」が実施されているが、小中学校とも「保護者の教育相談」も行っている。

そのような取組によって、児童生徒の変容は、「精神的な変容」・「対人関係の改善」・「生活面での改善」の3領域がほぼ同量の結果を示している。「精神的な変容」では、「落ち着いて表情が明るくなった」とあり、「対人関係」では、「友だちが増え教師や大人との信頼関係ができ」、「生活面」では、「自信・希望が見られ学習習慣の定着と自己抑制」ができるようになったとのことである。

これらのことから、この度の体験を貴重な糧として、困難に挫けず生きる勇気と希望をもって歩み出す力が育つきっかけを作ったのは、復興担当教員を中心とした取組であったと考えられる。「声かけ」、「励まし」、「学習支援」、「日常会話の中で」の相談は教師ならではの活動である。震災によって児童生徒の周囲や環境の中で切れてしまったものを、もう一度繋ぎ直し関係性を確認させ回復できたのだと考える。

#### ウ カウンセリング・マインド研修の実施

平成15年度、県内の公立学校の全教員対象に、主として配置されているスクールカウンセラーが講師をつとめカウンセリング・マインド研修が実施された。関心を持つ希望者だけの受講でなく、全員を対象にした研修である。それは画期的なことであった。

この事業の背景に、担任でない児童生徒と個別的な深いかわりを持ち、心のケアにあたった教育復興担当教員の取り組みの成果がある。信頼関係を成立させて活動する姿は、一般教員にも浸透しているものと推測される。

上記研修は、カウンセリングの技法を会得するための研修会ではない。カウンセリングは、徹底して個人に真正面から向き合い、関係性を育てながら共に歩もうとする、それが基礎的スタンスである。この基本的な姿勢をもつこと、それがカウンセリング・マインドでのかわりといえる。その姿勢は児童生徒理解のための視点を広げることになる。今後もこのような研修を重ねる必要がある。

教師は児童生徒にとって身近な存在であり、その影響力は大きいとの自覚が必要である。

#### エ 震災・学校支援チーム(EARTH)の設立(平成12年度)

阪神・淡路大震災に際して、全国の教育関係者から本県の学校教育再開に向けて受けた支援に伝えるため、県内及び他府県等において震災等があれば、その要請に基づき、教育復興を支援する、防災についての専門的知識と実践的対応能力を備えた「震災・学校支援チーム」(以下、EARTH=Emergency And Rescue Team by school staff in Hyogoという。)が設置された。

EARTHの結成の要因としては、震災以降、配置されてきた教育復興担当教員が、台湾大地震の際、文部省(当時)の要請により台中日本人学校の児童生徒の心のケアに派遣されたこと、トルコ大地震の際に教育委員会としても支援の職員を派遣したことなどがあげられる。それらが下地となって、防災教育推進連絡会議などで協議され、設置された。

EARTHは心のケア班、避難所運営班、学校教育班、学校給食班の4班により構成されている。

心のケア班は、訓練・研修として、地域の総合防災訓練に参加し、小・中学生だけでなく避難者役の地域の方々に対しても呼吸法などによるリラクゼーション等を実施してきている。

(A 小学校でリラクゼーション実施前後のアンケート結果)

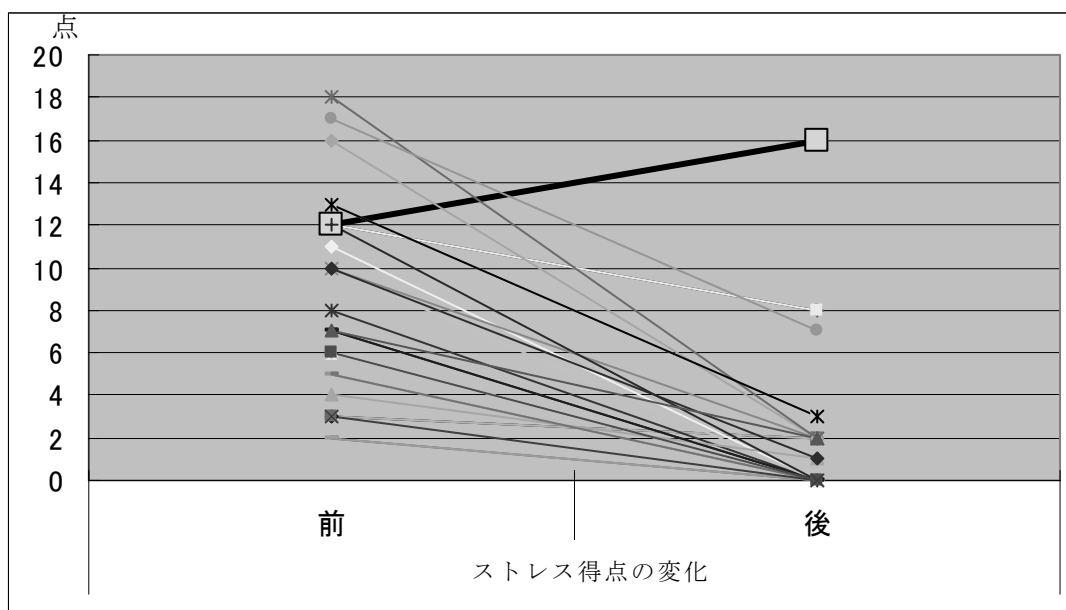


図 8

一人以外は、緊張がほぐれストレス得点が下がっている。EARTH心のケア班が実施したリラクゼーションが適切に作用していることが分かる。

### 3 取り組みの成果と課題

#### (1) 「心のケア」の内容と課題

##### ア 心のケアの国際的動向

阪神・淡路大震災後の心のケアでマスコミを通して強調されたのが、「感情を吐き出すこと」であった。震災後の1月25日、「被災児の心の傷 表現させて発散を 恐怖の抑圧は禁物」との見出しで、わがままや「災害ごっこ」も心の傷を克服して行くためのプロセスと紹介されている。

これは、ディブリーフィング (debriefing) の理論と技法に由来していたと思われる。ディブリーフィングとは、衝撃を和らげ正常な機能に戻す手助けをすることを目的として開発されたグループワークである。しかし、その後、ディブリーフィングは有効でないという報告がなされ、わが国のトラウマ研究者においてもディブリーフィングに否定的な見解が一般的になりつつある。

一方で、感情を閉じこめ、感情を心の中にしまいこむ対処が、PTSD や心身症を発症させる要因であることも指摘されている。そのため、被災者が自らのペースで、安心でき、信頼できる人に、つらかった出来事を自然に語り、感情を認めてもらう体験は、回復に寄与すると考えられる。兵庫県こころのケアセンターは、災害援助に携わった兵庫県内の消防署員約 5,000 名を対象とし、アンケート調査を実施した結果、職場と家庭内で、震災時の活動体験を話した人が、話さなかった人よりもストレス反応が低いことを見出した。このことから、「家族や同僚に体験を語り共有することが、その後の精神的影響を緩和する効果があること、体験を話す機会の乏しい者はメンタルヘルス上のハイリスク群であることが示唆された」と考察している (2000 年)。

ニューヨーク同時多発テロ後のケアに関して、van der Kolk(2002)は、「市民が求めたケアのベスト2は、鍼・マッサージ」と述べた。これは震災後に、マッサージや体を動かして緊張をほぐす動作法に被災者が列をなしたことに一致する。災害直後では、喪失体験を伴ったり、被害が圧倒的である場合は、その出来事を語らせるのではなく、まずは身体レベルの安心感の回復が第一なのであろう。

まずは、安全感・安心感の回復を支援し、次に、さまざまな感情（恐怖や悲嘆だけでなく、さまざまな人との出会いによる喜びなども）を自然に表現できる工夫が大切であることがわかってきた。

## イ 震災から学んだ心のケアのあり方

阪神・淡路大震災後の「心のケア」の強調は、わが国の精神性の成熟の一端を示した。その実践となると、試行錯誤の連続であったとの見方も一部にはあったが、児童生徒と教職員やカウンセラー、地域などが一体感的つながりを保持し、災害を受け止めた。ここから始まるケアによって、不安な心が落ち着き、悲しむ心が収まっていった。また、心の緊張や不安を、自分自身でリラックスさせて緩和する方法もあり、1対1の心理療法やカウンセリングの方法だけにとどまらない心のケアが行われていた。特に地域や集団を支援するコミュニティ援助活動や、地域の関連機関や住民の協力が必要な場面もあり、臨床心理学的地域援助の視点が求められた。しかし、それだけに終わらない。心の傷が消えるのみでなく、個人としてマイナスの中にプラスを見出す生き方へと転じることを援助する専門家も必要であることは言うまでもない。

平成7年5月に実施されたある県立高校の大震災被災アンケート調査結果では「震災で失ったものは大きい、得たものも大きい」(87%)、「被災のダメージを軽減し支えてくれたのは友人」(87%)、「家族」(84%)であると生徒は回答している。(防災教育副読本-高校生用 47頁から) 希望を失わない生徒達のたくましさは心のケアについての示唆も含んでいる。

### (7) 生活の中での心のケア

- ・生活復興のボランティア活動を通して被災者を支える。
- ・茶話会や体操・リラックス法などの実施。

### (4) 地域や集団を支援する活動へ

- ・来談を待っての治療的ケアだけでなく、積極的に出かけ働きかけて、心のケアによる予防やコンサルテーション活動も行う。

### (ウ) チームでサポート

- ・学校内でチーム・サポート体制と協働する。・複数の専門家や関係機関とも連携する。そして、必要に応じた専門機関に繋いでいく。・情報の共有には守秘義務を厳守する。

### (I) 支援者への支援のあり方

- ・支援者の二次的外傷性ストレスに留意し、支援活動の最前線にいる保護者・教職員・ボランティア等、子どもを守る人を守る方策をたてる。・守る人の心身の疲労の蓄積は機能を後退させる。

上記の4つの視点は、教育現場での子どもの心のケアのあり方と一致する。教師が日常の生活の中で、子どものサインに気づき、教師一人で抱えるのではなく、チームで抱え、さらに、スクールカウンセラーや医師といった専門家と連携し、子どもを支援していく視点である。教育復興担当教員は、その連携・協働のかなめとなり、震災の影響で引きこもる子どもに対して積極的に家庭訪問をするなど、大きな役割を果たした。

## (2) 復興過程における先導的な取り組み、仕組み

### ア 教育復興担当教員による心のケア



アンケートなどを見ると、心の問題とかケアはカウンセラーがするのだと思っていたという回答がある。確かに心の専門家の守備範囲である。

しかし、ケアというレベルで教育復興担当教員の果たした役割は大きく、教師ならではの方法で成功している。

取り組み内容をみると、担任でないけれども、個人の個別のかかわりが活動の中核になっている。集団の論理で運営される学校の中で、個の論理を貫き個別指導を中心に据える活動をしている。その内容は、「声かけ・励まし・日記指導」など教師の常のスタイルが80%、加えて「生活指導・学習指導で自信を持たせる」支援と続く。教師の普段の技法というより自然な通常のかかわりであるし、相談活動も「日常会話の中で」が突出している。教師としてのアイデンティティを確立させ、方法は教師スタイル、心情は徹底した個の尊重により、声かけの声にも、励ましの言葉にも信頼感を抱かせる温かさを持っているのであろう。いわゆる教師カウンセラーではない。家庭との連携にも保護者の相談にも応じ、家族の力も引き出し、ともに子どもを支えようとする取組は、震災体験による心のケアを通して生まれた教師像であろう。

教育復興担当教員の活動は、他の一般教員にも影響を与えているであろう。予防的な働きは数量化できないが、不登校を例に考えると一般的傾向に加え震災の影響のよって不登校の増加が予想できるが、兵庫県が全国ワースト1にならず減少傾向にあることがそれを物語っているとも考えられる。

平成11年9月21日に発生した台湾地震後、教育復興担当教員が文部省（当時）の要請で、心のケアや防災教育の経験を伝えるべく、現地の日本人学校へ派遣されたことは、教育復興担当教員の心のケアの取り組みが高く評価されたことの証と考えられる。

## イ 臨床心理士等（スクールカウンセラー、キャンパスカウンセラー）専門家による心のケア

臨床心理士等カウンセラーは、当時、子どものかかえる心の問題のレベルを見立てて、専門医などの医療機関へ繋いだり、ケアを超える事例では、専門家として担当したりして、教職員のメンタルヘルスへの助言を行った。

心の傷に対する援助には、周囲の理解はもとよりカウンセリングが必要な事例もある。子どもが辛い体験を心に収めていく過程では教職員等の温かい見守りや理解が何より重要である。心の傷は本人の意識を超え、見えない無意識的レベルのものもある。元気そうに見えていてもカウンセリングが有効であると見立てて、スクールカウンセラー等は専門家としての心理的援助・カウンセリングを実施する必要がある。

「家屋は全壊。かなりの傷を脚部に負いながら、さらに家族の一人を失いながら登校していた児童。事情を知る級友も担任も、普段より興奮気味で躁状態のこの児童の言動にやや違和感を抱いていたという。遊戯療法を継続する中で、箱庭に一つのイメージを表現した。家族が憩う場の側に深い森があり、森の中に黒い怪物が潜み家族や町を襲うチャンスを狙っている場面であった」

深く辛い被害も傷も、言葉では肯定しつつ、遠い世界の出来事のように話す。「壊れたよ」「暗かったよ」「痛かったよ」と。

その子は、頻尿と、椅子に座ってられないほど落ち着きのない状態で、身体を絶えず揺らしていた。

このことは、本能的無意識的な防衛反応である。震災により心の準備もなく突然襲った喪失体験に、心身が反応する。否認～怒り～絶望～受け入れというような経過をたどっていくという。

カウンセラーは、重い喪失体験を持つ児童生徒に対しては、心理治療的援助を行い、さらに教職員の行うケアと協働してきた。

また、スクールカウンセラーは、最前線で子どもを守り、保護者や地域住民と連携しながら復旧に携わっている教職員の姿から、教職員のメンタルヘルスの重要性を実感す

る機会が多かった。

#### ウ 関係機関との連携強化

校内の教職員とスクールカウンセラーの連携は、コンサルテーションとして実施しているところが多い。

これまで学校内に存在しなかったスクールカウンセラーが学校で「何ができるのか」という意見もあり、当初は受け入れ側に十分理解されていた訳ではない。これは全国的に同じ傾向であった。兵庫県の場合は大震災の後の、教職員との協働活動の経験から違和感なく学校に受け入れられた。平成 14 年 3 月心の教育総合センター発行の「スクールカウンセラー、更なる活用に向けてⅣ」によると、学校との連携については、「常に」「必要に応じて」が 94%を占め、双方の努力により良好な連携状況が保たれていることが報告された。

平成 12 年 3 月、兵庫県「青少年の心の問題」ネットワーク推進会議が、「こんな時こんな施設に」という冊子で専門機関を紹介している。アクセスの方法も記載された施設総覧となっている。

ただ、スクールカウンセラーとして学校外の関係機関との連携については、上記のアンケートで 50%が「状況に変化なし」と回答していると、心の教育総合センターは報告している。地域関係機関との連携強化の努力が課題である。

#### エ 震災・学校支援チーム (EARTH) の設立、被災地への派遣

earth は設立以来、平成 12 年 10 月 6 日に発生した鳥取県西部地震、平成 15 年 7 月 26 日に発生した宮城県北部連続地震での児童生徒への心のケア等に派遣されるなど、現地の教職員に兵庫の取組を伝えてきた。平成 16 年 10 月 23 日に発生した新潟県中越地震では、新潟県の要請を受け、先行調査を含め合計 9 人の earth 員が山古志小学校、山古志中学校、長岡市の太田小・中学校の児童生徒の心のケアと学校再開に向けた取り組みへの支援を行ってきた。

また、同じく平成 16 年 10 月の台風 23 号によって避難所となった豊岡市の学校への支援、被災児童生徒の心のケアの支援も行った。

このことは、阪神・淡路大震災で経験したことを他府県等に役立てていただくという、震災・学校支援チーム (EARTH) の基本理念に基づいて行われたものであり、全国に例のない、教職員による被災地の学校への支援チームの活動として評価すべきものと考えられる。

### (3) 実現できなかった取り組みとその原因

#### ア 児童生徒への緊急的心のケアへの対応

(ア) 学校の教職員は、震災直後、避難所運営や学校教育の復旧等に忙殺され、児童生徒の心のケアに十分な対応ができなかった。また必要な機関への照会が遅れた。

人間が命にかかわるような恐怖やショック感じた時に、どのようなことが心身に生じるのかについて、殆どの人は未経験で知識がなかった。特に深い心の傷は、無意識的レベルで身体症状にも影響を与える。情報の入手が遅れたことも、対応が遅れた原因の一つである。

北海道教育大学の藤森助教授（当時）夫妻から贈呈された「危機介入ハンドブック」についての 2 回の研修会は非常に有効であった。

(イ) 平時に関係機関のネットワークを完成させておくと共に、緊急事態に対するマニュアルの常備が必要である。ケアの専門機関への連絡紹介ルートの情報が多かったのは、平時のネットワーキングの問題とケアへの理解が不十分であったからである。

#### イ 心のケアを必要とする児童生徒の増加への対応

(ア) 心のケアを必要とする児童生徒は、平成 7 年の地震発生から、平成 10 年度の 4,106 人まで増え続けた。県教育委員会は、震災直後の平成 7 年 2 月には心のケアの研修会を開催し、震災後の児童生徒の心のケアに取り組む体制づくりを行ってきたが、学校

の中では、心のケアの必要性について十分な認識がされず、児童生徒が発するシグナルを読みとることが難しく、初期のきめ細やかな対応とはならなかった。そのため平成10年度までは心のケアを必要とする児童・生徒は増加し続けたが、平成11年度からは教育復興担当教員をはじめとする教職員や連携したスクールカウンセラーなどの取組により減少傾向に入った。

#### ウ 二次的影響により心のケアを必要とする児童生徒への対応

(ア) ケアを必要とする要因のうち、家族・友人関係の変化や経済環境の変化という要因は、実数は減少しているものの率的には漸増傾向にある。

明確な因果関係論では説明できないが、対人関係においては対象喪失の影響を否定できない。また経済環境の変化は、社会状況の変化と相まって深刻化を増す。保護者自身が再生不能を感じる被害で鬱状態となり、子どもの心に影を落とすこともある。心理的葛藤を行動化する子どもらには、補導・指導という積極的なかわりを持つが、すべて内に抱え無気力的、時には怠惰にも見える姿で存在する場合は、その子にとって、本当は必要であると思われる積極的なかわりや援助が得られないことがある。直接の衝撃だけでなく、その後の生活の不安などの顕在化しにくい二次的ストレスを高めている児童生徒に対しては、十分な対応ができなかった。

目に見える現象への対応だけでなく、発症に至る無意識的情動にも視点を当てる「心の教育」が重要である。

(イ) 震災体験の記憶が薄れてきていることが、児童生徒の心の傷をより一層不明瞭にしている。

時間的経過により、成長期の子どもの心に様々な要因が加わり、心身に影響を及ぼしている。

しかし、原点にある震災の体験との関連を、因果関係で証明することは困難である。また、関係なしと証明することも出来ないのが現状である。

## 4 10ヶ年の総括と今後への提案

### (1) 10ヶ年の総括

#### ア 心のケアに対する理解

日本国内において、災害、事件等が発生した際の「心のケア」についての取組が一般化してきた。また、心の問題は専門家によるケアだけでなく、教育の場で教職員が実施するケアの段階のあることが理解された。

平成13年3月「学校における心の危機に関する研究報告」が兵庫県心の教育総合センターから発行され、その中で、阪神・淡路大震災の教訓に学ぶ心のケア教育の実際、危機における心の理解と対応モデルなど、具体的方策が纏められた。

#### イ 教育復興担当教員による心のケアの成果

教育的配慮を必要とする児童生徒に対する教育復興担当教員の取組には大きな特徴があった。それは1対1の関係を成立させ、生きる上で何より必要な安全感を育て、児童生徒が自発的に自らの内面を表現できる雰囲気醸成させた。それはカウンセリングの基本姿勢である。方法は声かけ、励まし、指導という教職員の日常的手法を用いながら、日常会話の中でカウンセリングが目的とするものを実現させている。そこに至る過程では様々な困難があったと思われるが、一つずつ乗り越えての活動は、学校内の他の教職員に大きな影響を与えたと思われる。

その結果、平成16年度には教育復興担当教員数がピーク時の207人の約4分の1以下に減っても、震災による教育的配慮を必要とする児童生徒数がピーク時の3分の1程度に減少していることから、教育復興担当教員の機能が他の教職員に受け継がれていることと推測される。集団の論理で動くことを基本とする学校で、教職員の専門性の上に創出させたこの機能をどのような形で残し続けていくか、それは心の教育としてのテーマ

に繋がるものである。

#### ウ スクールカウンセラー等との連携

教育復興担当教員等の活動により、学校内において児童生徒の問題にはチームサポートが必要であると認識されるようになった。校内のカウンセリングパワーを活用しながらの支援は有力である。スクールカウンセラーの活動によって不登校の改善に関しては、89%の教職員が「ある程度改善」または「大きく改善」と考えていると報告されている。（心の教育総合センター、平成14年）

スクールカウンセラーは、地域の各機関と学校との連携に、コーディネーターとしての役割を担いながらの活動も開始している。

連携に際して、問題を把握し、他の専門機関の援助を必要とする見立てのもとに、子どもの心の大切さを共有するため、情報交換の機会を実現させ、スクールカウンセラーの役目が「専門機関への委託に終わらないことが重要」との共通理解が成立している。

#### エ 震災・学校支援チーム（EARTH）の設立（平成12年）

阪神・淡路大震災に際して、全国の教育関係者から本県の学校教育再開に向けて受けた支援に応えるため、県内及び他府県等において震災等があれば、その要請に基づき、教育復興を支援する、防災についての専門的知識と実践的対応能力を備えた「震災・学校支援チーム」（以下、EARTH=Emergency And Rescue Team by school staff in Hyogo という。）が設置された。

EARTHの結成については、震災以降、配置されてきた教育復興担当教員が、台湾大地震の際、文部省（当時）の要請により台中日本人学校の児童生徒の心のケアに派遣されたこと、トルコ大地震の際に教育委員会としても支援の職員を派遣したことなどが下地となり、防災教育推進連絡会議などで協議され、設置された。

EARTH心のケア班は、訓練・研修として、地域の総合防災訓練において、小・中学生だけでなく避難者役として参加された地域の方々に呼吸法などによるリラクゼーション等を実施してきている。平成12年の鳥取県西部地震、平成15年の宮城県北部連続地震、平成16年の新潟県中越地震の被災児童生徒の心のケアを支援してきているほか、他府県の研修会等でも講師や助言者を務めている。

### (2) 今後への提案

#### ア 教育復興担当教員の取組を継承した教育相談体制の充実

震災後、教育復興担当教員が行ってきた心のケアの取り組みでは、これまでの教師の専門性と異なる姿勢を求められることもあった。その葛藤を乗り越えて、教師としてのアイデンティティを確立しながら、児童生徒の心のケアに、必要に応じてカウンセリング的アプローチで対応できる教師、カウンセリングに理解があり専門家としてのカウンセラーと協働して、校内のカウンセリングパワーを向上させる役割に力を発揮する教師は、新しい教師像としての位置を得た。

兵庫県教育委員会は、生徒指導体制の充実とともに教育相談体制を充実させることを進めている。これは、教育復興担当教員が実践してきた、ひとりひとりの児童生徒に向き合い、じっくりとかかわり、児童生徒の生きてきた生活環境を考慮しながら、健康な自我を育成していくことを重視するという視点の継承によって実現できる。

今後、兵庫県が作り上げてきた教育相談体制を一層充実させる必要がある。

#### イ 震災以外の心のケアへの対応

子どもを巻き込んだ重大事件や事故など、子どもの危機は、その後の人生に大きな影響を及ぼす。福岡県は、学校での事件・事故後に、臨床心理士による緊急支援体制を組織している。学校長・教育委員会の要請を受けて、1週間の範囲で緊急支援に当たる。

また、山口県では、精神保健福祉センターを中心に、医師・保健師・臨床心理士によるCRT（Crisis Response Team）を組織し、3日間の危機対応に当たっている。

兵庫県では、スクールカウンセラー（公立中学校に配置され、その中学校区の小学校

にも対応。H17 年度全公立中学校に配置予定) やキャンパスカウンセラー (県立高等学校に配置)、スクールアドバイザー (スクールカウンセラー未配置校を対象に派遣するアドバイザー、平成 17 年度には全公立中学校にスクールカウンセラーが配置されるため、廃止される。) の三つの制度によって、児童生徒の心のケアに対応している。

さらに心のケアに対応できる人材の養成も含めて、質の高い心のケア対応チームの発足と、EARTH のように県外や海外での支援活動も視野に入れた、こころのケアセンターとの協働の危機対応チームの発足が期待される。

#### ウ 児童生徒のストレスマネジメントにかかる教職員の指導力の向上

震災や事件を受けて、これまでは、命の大切さを伝える「いのちの教育」が提唱され、検討されてきた。一方、心の中に湧き起こる怒りや憎しみや悲しみを、どのように受け止めつきあえばいいのかを学ぶ「きもちの教育」がいま求められている。ストレスマネジメントとは、自らのストレスを自己コントロールする能力であり、怒りや悲しみとの上手なつきあい方を学ぶことである。

不快な出来事に出会うと怒りの感情が湧いてくるのは自然なことである。ストレスマネジメントとは、その感情を、自分を傷つけたり、人を傷つけたりして表出することは誤りであり、怒りを上手に表現する方法を身につけようという試みである。道徳や学級活動で、「きもちの教育」を、スクールカウンセラーと協働して展開することが、今後の課題であろう。

兵庫県心の教育総合センターは、平成 16 年 3 月に「学校のストレスマネジメント研究」を発行した。その冊子には、具体的な授業実践が、映像とともに収録されている。

今後、どのように年間計画を立て、どのような時間に授業実践を行うかといった検討や、児童生徒の発達段階を考慮した指導案の作成と展開が期待される。

児童生徒へのストレスマネジメントの実践は、教職員自らが自分のストレスとの上手なつきあい方を確認する機会にもなり、教職員のメンタルヘルスの向上にも寄与するものと考えられる。

#### エ 命の大切さなど震災体験を生かした教育の一層の充実

震災で尊い家族を失った悲しみは、時を経ても癒されることはない。この悲しみを、命の大切さを伝える「いのちの教育」として、さらに展開する必要がある。最近の子どもの死生観の調査によると、死んでも生き返ると考えている子どもが、かなりの割合でいることが報告されている。「いのちの教育」に関わる教材や物語には、肉体は死んでも魂は生き続けるといった甦りのテーマがみられる。そのような中で、家族を失った悲しみがどれほどの体験なのかを子どもたちに伝え、失った命は二度と元には戻らないということから、命の大切さを実感する教育の充実が期待される。

#### オ 心のケアを必要とする児童生徒への対応に関する学校と専門家、関係機関等との連携強化

通知表は、学業成績や学校生活態度に関する、子ども・保護者・教師の共有資料である。最終的には、保護者が保管し、子どもの過去のようすを振り返るのに役立つ。一方、心の問題に関する情報の共有化は難しく、繊細な問題を含む。震災後、専門家や研究者から、多くの質問紙調査の依頼が学校現場に殺到したが、調査結果は個人にフィードバックされることは、ほとんどなかった。ケアを伴った調査はほとんどなかったのである。

今後、災害が生じたときは、地域の教育委員会や専門機関が中心となって、心のケアチームを結成し、その活動主体が、アンケートや相談記録を保管し、いつでも、子どもの利益のために、開示・共有する体制が求められるだろう。子どもにアンケートや個別面接を実施する場合も、保護者への了解の手順や、教育相談情報の取り扱いについて、慎重な運用が検討されなければならない。

心のケアを必要とする児童生徒については、学校だけで対応できるとは限らない。そこで、専門家 (スクールカウンセラー、臨床心理士等) や関係機関等との連携は不可欠

である。震災以降、学校とスクールカウンセラーや関係機関等との連携は進んできているが、今後、震災以外の心のケアを必要とする児童生徒の出現に対しても、専門家や関係機関等との連携を図り、より速やかに対応できるようにすることが大切である。また、その際に対象児童生徒の対応記録を共有化することで、息の長い取組を進める必要がある。ただ、個人情報の取り扱いに当たるので、慎重に行う体制を作り上げる必要がある。

## 5 おわりに

兵庫県教育委員会は「阪神・淡路大震災の影響により心の健康について教育的配慮を必要とする児童生徒の状況等に関する調査」を県内全域の公立小中学校に対して、震災の翌年から毎年実施してきた。

大項目として退行現象、生理的反応、情緒的・行動的反応のもとに25項目の下位項目をもつ調査であるが、初回から情緒的・行動的反応が他項目を大きく上回っている。その理由として直接的な震災体験や環境の激変によるストレスが想定される。生理的反応や退行現象は時間の経過とともに減少傾向が予想されるものの、情緒的・行動的反応は、個人的事由と間違われ対応が遅れる危険性を持っている。幼児期の震災体験が中学生になった今なお本人を苦しめている事例があることを考えると、今後もこのような事態が生じるであろうことが予想できる。

震災後に取り組んできた心のケア、心理的・教育的支援が確保できなければ、10年間の取組はその一部達成で中断という結果となる。年毎に震災により心のケアを必要とする児童生徒が減少しているのは、時間的経過による自然解決を意味しているのではない。まだ1,300人を越える児童生徒が残され、心のケアを待っている。物でない人の心の問題は、10年一区切りという発想に適合しない。まだ終わっていない。この取り組みの継続に必要な体制は完了したのか。大きな課題は残されている。

これも大きな視点であるが、ケアする人をケアするシステムや機能がなければ、ケアは継続できなくなる。どのような形が適切なのかを協議しながら、システム化を実現させねば、児童生徒は守りきれなくなる。

阪神・淡路大震災以前、「トラウマ」「心のケア」「PTSD」という言葉は一般には知られていなかった。震災後に加配された教育の専門家である教育復興担当教員は、日本中に例のない教員による「心のケア」を担当し取り組んできた。臨床心理士やカウンセラーと協議しながら、また、精神科医などの助言を得ながら、職務を手探りで進め、大きな成果をあげた。震災の何らかの影響により、教育的配慮を必要とすると教師が判断する児童生徒が、10年間でやっと3分の1になったという現実がそれを語っている。勿論、教職員の特別な援助によるものだけでないが、最前線で中心的役割を果たしている事実は否定できない。

今後、学校教育の一つの柱である「心の教育」の実践に、また心のケアが必要とされる緊急事態の支援に、この機能をシステムとして位置付け、それを新しい教育相談体制として蘇らせねばならない。被災地に配属された教育復興担当教員であるが、その取り組みの実際は、被災地以外の学校の心のケアの在り方に示唆を与え、新たな教師像としての存在意義は大きい。

この兵庫県の復旧・復興の過程を通して得た教訓と、心のケアに対する取組を発信し、21世紀を生きる子どもたちの健やかな育成に貢献できることを期待する。

(共同執筆者：富永良喜 兵庫教育大学教授)

## 参考文献

河合隼雄編著 1995年

「心を蘇らせる—心の傷を癒すこれからの災害カウンセリング—」

兵庫県臨床心理士会編 1997年

「災害と心の癒し—兵庫県臨床心理士たちの大震災—」