

基調講演

演題 「大震災から5年目の子どもたち」

講師 宮城県保健福祉部次長兼子ども総合センター所長

本間 博彰 氏

皆さん、こんにちは。

只今、紹介していただきました本間と言います。2011年3月11日の震災の後、宮城県子ども総合センターの中に「こころのケアチーム」が編成され、私はその指揮を取ってきました。今日で4年と5ヶ月。短くもあり、長くもありましたけれど（年月が）経ちました。おそらく多くの学校の先生方は息をつく間もなく、つくほどの時間もなく、それこそ背中を押される思いで時の経つのも忘れながら、子どものケアにあたられた、そういう姿を随分目撃してきました。また同時に、この度の大震災があまりにも巨大であったこと、この被災の規模は歴史的にもあまりにも大きく、そのことによる課題が大きすぎ、先の見通しが持てなくなり、閉塞感を感じ、そういう意味で、短くも長くもあったと思います。この時期は自分の心に照らし合わせても、とても複雑な心境に陥る時期です。例えば、結構疲労がたまっています。疲労と同時に、「この震災を忘れてしまいたい」「この震災を無かったことにしてしまいたい」、そのような気持ちが多くの方々の心の中にあると思います。それを今「風化」と言っています。風化しているわけではなくて、この震災が私たちにとって耐え切れないものであり、そのことの影響は大きいものだと思います。そしてまた、この先の見通しをどのようにつけていくのかなかなか答えを出せない。このような中で、私たちが複雑な気持ちに陥っているのがこの時期だと思います。この時期に少し今までの4年5ヶ月を振り返ってみて、私たちがやってきたこと・私たちがやれなかったこと、そして、震災によって子どもの心にいろいろな影響が及んでいますが、どんな影響が及んだのか、我々が分かったこと・分からないこと、それを少し総括的にまとめてみたいと思います。

今日は講演とは言いますが、皆さん方に私の報告をしたいと思います。そして、その報告をもとにこれから長丁場になるであろう「心の復興」に、みんなで力を合わせていければいいと思います。それでは、お手元に資料がございますので、その資料をご覧くださいながら、また画面を見ていただきながら、話をお聞きください。

この4年半の中で、私自身が時間が経つにつれて力を入れなくてはならないと感じたことは、学校とどのように連携して、どのような方法で子どもの心のケアに取り組むかということでした。なぜならば、就学前の幼児を含めて全ての子どもが学校生活をします。そして、その学校在籍期間の間に多くの子どもたちが心の問題を現します。アンケートで現したり、いろいろな問題行動で現したり、あるいは学業という中で心の問題が現れてきます。学校が心の問題の対応に大きく関わるのは目に見えています。否が応でも学校は巻き込まれます。しかし、同時にこの被災地において学校くらいしか子どもを守るところはないと感じました。学校は、子どものことに熱心な先生がたくさんいますし、先生方の目が子どもに注がれています。子どもは行事をしたり、勉強をしたり、いろんな活動をしています。その学校生活そのものが心のケアに大きく貢献しています。その意味で学校に期待するところが大変多いと考えていました。子ども総合センターは学校といろいろな関わりをしてきま



したので、その活動を紹介しようと思います。

まず、子ども総合センターに「心のケア推進班」を昨年設けました。この中に教員が2名、養護教諭が1名配属されています。また、「企画育成班」という研修を担当する部署にも教員が2名配属されています。子ども総合センターは教育、そして学校と大変近い関係の中でこの4年5ヶ月を歩んできました。2番目に学校と児童福祉の連携による支援活動をしてきました。この大震災は、我々専門家ですら全く経験のないことでした。ですから、どのように取り組んでいけば良いか分からなかった。そしてまた、学校と関わって、学校が年月の中でどのように変化していくのか、子どもがどのように変わっていくのか、どのような支援が有効なのか、そういった点を探り、明らかにする必要がありました。そのために学校の定期訪問をしました。これを「学校定点観測」と表現し、この「学校定点観測」によるプロジェクトを3年位前から行いました。このことについても後で報告します。それから、3番目に研修による支援活動をしました。例えば、教育事務所と協同した研修会を開催してきました。また、希望がある学校に対しては、学校ごとの希望に対応した学校の中での研修会を行いました。そのような活動を行いながらこの4年5ヶ月が経過しました。

学校とどのように連携が進んできたかということですが、学校と連携するにはいろいろな工夫が必要でした。初期の頃は校長先生からその学校のその時々様子を報告してもらい、震災の影響が明らかなケースの対応を行いました。学校と連携が増えていく中で、校長先生が養護教諭とか担任教諭に声掛けを行い、複数の先生方とケースについての検討をするようになりました。先生方の中には「震災と関係ないと思うけれど、こういう問題が発生して、こういう事例があって、困っている」ことを、少しずつ少しずつ相談に挙げてくるようになった方もいました。「震災と心のケア」では「震災と関係のないものについては相談できないんじゃないか」という思いを持っている先生も多くおり、何度も何度も学校訪問をしていく中で、先生方は「震災とは関係ないとは思いますが」という枕詞をつけて、いろいろな子どもの相談を我々に出してくれるようになりました。そのことによって、震災が子どもにどのような影響を及ぼしたかがだいぶわかってきました。

震災後期になると、発達障害を疑われる子どものケースが学校から相談されています。発達障害の子どもたちの心の問題がありますが、発達障害ではないが発達障害のように見えてしまう子どもの問題も随分相談されています。これは、特に被災した各沿岸部の学校に顕著で、教室運営のために多くの支援員を必要とする学校や就学指導委員会にかけられる子どもの数も増えてきています。年度が進むにつれて、時間が進むにつれて、様々な相談が増えて、これまで見落とされていた子どもの問題が取り上げられるようになりました。「定点観測」で学校を月に何度か訪問しますが、訪問する度に問題が挙がってきます。大事なことは、子どもの問題が多い学校がありますが、問題が多いからといって学校運営が悪いわけではないのです。僕らのような精神科の医者から考えると、問題がたくさん拾い上げられる・問題に気づくことのできる学校だから、たくさんケースが挙がってくると考えられるわけです。問題が全然ないというのは、もしかしたら見落とされているか、先生方の目が曇っている場合もあります。ですから、問題が多いということが、決して学校の運営とは関わらないと感じています。

子どもたちの様子を見ていて、震災後期の子どもたちはどのような状態なのかということを整理したいと思います。例えば、(図を示しながら)これは子どもの成長...後から触れますが「レジリエンシー」と言って、子ども自身の持っている逆境や困難に打ち勝てるような素質のことで、そういう素質を持っている子どもたちが見つかってきます。例えば「災禍の中で何事もなかったかのように生きる子ども」が数多くいます。あれだけの震災があったからといって全ての子どもたちが心の問題を持つわけではありません。影響はあるけれど、心の問題には至らない子どもが数多くいるわけです。6割から7割位の子どもたちは、心の問題を被ることなく元気になっていくだろうと思います。何故このような子どもたちは大変な中を生きていけるのか、上手くやっけていけるのか、そのようなことに我々は目を向けざるを得ません。子どもはいろいろな資質を持っていて、いろいろな力を持っています。その力をどうやって引き出すかということが、我々の大きな課題だと思っています。

震災の後、めざましく成長発達する子どもたちがいます。「共感性」とか「愛他性」、「困っている人を助けたい」という気持ち、「手助けしたい」という行動が子どもたちの中に多くありました。それを「愛他性」と言います。他者を愛する。その逆が利己主義で自分のことばかりを求めることです。人のことを何とか助けたい、困っている人に手を貸そうという子どもたちが数多くいました。避難所で食べ物を配給したり、いろいろなことをしたりする子どもたちがいました。実は、子どもたちの中には人を助けたい「愛他性」が皆にあるのですが、その能力が何歳頃から人間の心の中に出てくるのかと言いますと1歳数ヶ月だそうです。1歳数ヶ月の年齢で、困っているお父さん・困っているお母さんを手助けしたいという心が発動してくるのです。実を言うと、今の時代の子どもたちは、ルールを守る子どもとか、みんなが共通にしていることを大事にする子どもたちが困っている時には「手助けをしよう」という本能が働き、自分勝手であるとか、ルールを守らないとか、規範意識がない子どもが困っている時には、手を貸さない、助けないということが起こり得ます。この点もこれからの学校の中の大きなテーマだと思います。

それから、支援を受けやすい子どもや自分が必要とするテーマを分かっている子どもがいます。心の問題では、自分がどのような問題を抱えているかや自分が誰かに助けてもらいたいということをわかっている人が、立ち直りがものすごく早いのです。その反面、次のような子どもたちが我々のケアの対象になっています。例えば、心の問題が、本当はトラウマみたいなもので多くは環境さえよければ1年もすれば解消されていくのですが、1年経っても2年経っても心の問題が解消しない子どもたちや心の問題が遷延化する子どもたちがいます。また、今暴力事件がかなり起きているのですが、それは心の問題が実は悪化している可能性のある子どもたちです。不登校の問題、発達障害に類似した問題、暴力行為という問題など、見えにくい問題が進行、あるいは悪化している子どもたちがいます。見えにくい問題、なかなか我々が気づけない問題、他には無気力な子どもも結構います。やる気がなかったり、引きこもっている子どもや自分の将来に対して閉塞感や悲観的な思いを持つ子どもがいます。そして環境の悪化です。例えば家庭環境が悪化するとネグレクトとか虐待が発生します。それが今被災地の子どもの周りに、家族の中に、心の問題として起こっています。虐待に晒されている子どもたちがかなりの数に上ります。そのような中で、私たちは学校を訪問していました。

後期の時期における学校の相談には一つの傾向があります。学校を訪問していて、相談の中心の一つは発達障害を疑われる子どもの増加です。落ち着かない子ども、あるいは多動な子ども、他の子どもとはコミュニケーションが上手いできない子ども。そのような子どもは発達障害を疑われるのですが、そのような子どもたちが増えています。これは確実に増えています。実際に発達障害の子どももいますし、発達障害ではないけれど発達障害を疑われる子どももいます。さらに、全体的な発達が心配される子どもが目立っています。先生方の話を聞くと、「子どもたちの発達が変わる」と話す先生がたくさんいます。また、粗暴、乱暴な子ども、中には自傷行為をする子どももいます。リストカットをする子どもや抜毛という自分の頭の毛を抜く子どもも結構目立ちます。そして相談の中には不登校の子どもたちも随分挙げられ、このようところが相談の中心になっています。



それから、見落とされがちな問題もあります。(家庭や地域など)学校の外でいろいろな問題が発生し、学校では問題が発生していない。学校では落ち着いて、比較的、学校生活を上手く送っている子どもがいますが、その子どもの中には家に帰ると落ち着かないという子どもが結構います。前にもお話ししましたが、子どもは学校に行くと先生方の配慮があるから、学校の中でいろいろな活動ができます。勉強も含めていろいろな身体的な活動ができます。その中では、子どもたちは比較的メンタルヘルスが良い状態を保てます。ところが、学校を一步離れて家に帰ると、その時の家庭環境とか、あるいは夜、子どもが寝

ている時などは一人になり、一人になった時に、子どもの心の中にいろいろ溜まっていた問題が出てきます。子どもの中には、睡眠障害の子どもが結構います。眠れない子ども、途中で目が覚めてしまう子ども、あるいは怖い夢を見る子どもがいます。私が診ていた子どもの中に、「夢の中に黒い服を着た怖い男の人が何度も何度も現れてくる」と言っていた子どもがいました。その子は実は3月11日に津波を経験して、どうも黒い津波が自分たちを巻き込もうと自分たちの方に向かってきて津波に追いつけられるわけです。黒いものに追いつけられる。黒い、怖い男の人が夢の中に出てくる。つまり自分の体験が夢の中に出てくるということです。そのような子どももいますので、学校の先生方をお願いしたいのは、学校の外にも目を向けなくてはならないということです。

また、子どもたちの課題の中の一つとして我々が遭遇する問題の中には、震災の影響かどうか区別のつかない問題が混じってきます。被災地では新しく赴任される先生もいますし、内陸部から被災地沿岸部に異動する先生もいます。そういう中で、子どもがいろいろ問題を出した時に、少し頭の中に「この子の3月11日はどんな3月11日であったのか」に注意を向けてもらえると震災の影響があったのかどうかわかります。

ともかく、震災の急性期と震災の後期、慢性期では問題が異なってくるということです。震災の後期、慢性期では、心の問題の中に回避という症状、怖いから避けてしまうという症状が出ます。例えば、子どもの生活には、日々3月11日に関連する出来事がいっぱいあり、子どもによっては3月11日のことをいつも思い出すこととなります。被災地を走る工事車両、あるいは工事車両によって発生する揺れ、大雨などの天変地異などいろいろなものがあり、子どもたちが3月11日を思い出してしまう。であれば3月11日のことを思い出さないような生活を選んでしまう。つまり外に出ない、学校に行かない、引きこもってしまうということが起こる可能性が高いのです。そして、中には心が麻痺してしまうとか、本来の感受性が出てこず、いろんな事に対して逃げ腰になったり及び腰になったり、感受性が鈍くなってしまいうということも起こります。このようなことも、実は後期の問題として出てきています。

先ほどお話ししたように、隠れていた問題、震災の前に蓋をしていた問題があります。例えば、震災前というのは仮設住宅と違い、家族の生活ももう少し広い家でゆったりと生活できました。生活環境が良いと多少の問題も隠すことができます。隠れた問題の中には障害程度の軽い発達障害の子もいます。明らかな発達障害だと見える子どもと何となく発達に問題がありそうだなと思う子どももいますが、「何となく発達に問題がありそうだな」という子どもたちが、後期のこの時期のストレスの中で問題化してしまふことがあります。また、家族の受けたダメージが子どもの問題に上乘せされ、お父さんやお母さんが震災の後に抑うつ的であったり、絶望したり、あるいは夫婦喧嘩が多くなったり、離婚した家族もいますが、そのような家族の所の子どもは、親の問題も上乘せされてしまいます。震災はこれからも間違いなく、親の養育機能の低下をもたらしますので、そのことによって発生してくる問題として、虐待やネグレクトという問題はあまり減らないだろう、続くだろうと思います。そのような子どもたちを学校の先生たちが見ていくことになると思います。

次に、「災害弱者」の問題があります。災害は、特に災害弱者と呼ばれる方々に対して大きなダメージを与えます。高齢者もその災害弱者です。子どもも年齢が小さければ小さいほど災害弱者です。また、発達に問題がある子どもたちも災害弱者です。災害時に乳幼児だった子ども、1歳とか2歳、3歳の子どもたちは、災害の時の怖さを言葉によって表現できません。心の問題というのは、言葉で語れば語るほど心の中から出てくる人が多いので、今の時期になって「あの時怖かった」「あの時のことが思い出された」という子どもたちは、もしかしたら回復途中にあるのかもしれない。3月11日に、いろんな行事がありますが、その時にいろいろな子どもたちが様々な問題を出すかもしれません。その時に、子どもたちがお互いに、「自分は、こんな怖い目にあった」「こんな体験をした」ことを子どもたち同士で重ね合うことができると、そのこと自体が子どもの回復の大きな力になると思います。

さて、「トラウマ」の記憶のことに少し触れておきたいと思います。心の外傷は、言葉による・言語による記憶と、身体の記憶・行為や態度で記憶されるものがあります。子どもたちが適切な言語能力を持

っていると、その適切な言語能力はトラウマの処理に大きな力を託します。そういう時には、かなりスピードがアップして早く回復していきます。ところが、言語能力を十分に持っていない子どもたちは言葉で表現できませんから、その言葉で表現できない記憶体験とか不安感が体に残ってしまうのです。頭が痛いとか、腰が痛いとか、身体の症状として残っている人もいます。言葉でうまく表現できない場合は、体の中に残っていて身体の症状として出てくるわけです。今でも保健室を利用する子どもたちが結構いると思います。これは身体で、あの3月11日の苦しさを保健室の先生とか担任の先生にお話しをしているわけです。自分がどんな体験をしたのか、自分の言葉によってうまくまとめることは出来ませんが身体が物語っているということです。それから、子どもの中には突然に乱暴な行動をするとか、突然に理解できない行動をするといことがあります。これは、トラウマが出現したときの姿であることが結構あります。したがって、今被災地の子どもたちの中でいろいろな問題行動や暴力行為をする子どもたちがいますが、彼らは気がつかないけれど彼らが心の中にしまいこんでしまっとうまく表現できない心の傷が、暴力行為や乱暴な行為として出てきている可能性があります。

そして、転居・転校した子どもの問題も大きいものがあります。宮城県でも、震災後1年ぐらいたった後、4千何百人の子どもたちが地域内・地域外へ転校しています。福島県に至っては9万人と言われてます。その子どもたちは、かなりいろいろな問題を抱えていることが多い傾向にあります。子どもが新しい学校に適応するためにはエネルギーが必要です。転校することでいろいろな心配事が多くなれば多くなるほどエネルギーが抜けてしまい、子どもたちは、自分でエネルギーをどうやって蓄えながら新しい環境に慣れていくかということを考えなければいけません。この転居・転校の問題は被災地の中にも起こっていますし、被災地でない所でも起こっています。仙台市でも、あるいは名取市でも古川でも、多くの学校が転校生を受け入れています。その転校生が、かなり重い負担と課題を抱えながら学校生活を送っています。その点をどのように私たちは処理をしていくのか。また同時に、これから先もリスクを抱える子どもたちに、私たちはもっと注意しなければならないと思うのです。

定点観測で多くの学校を訪問すると、先生たちは様々な取組をしています。例えば今年度4月に入学する子どもたちの、「この子は家が流れている」、「家が損傷を受けている」、「家族に犠牲者がいる」というものを全部リストアップして、新一年生に対して気を配っていかうという仕組みをつくっている学校もあります。「この子は心配だ」「リスクを抱えている」ことを先生方が共有できると自然にその子どもに目が向きます。その子どもに対して配慮するようになります。「自分のことを配慮してくれる」、「自分のことに関心を持ってくれている」先生がいることが子どもにとって励みにもなりますし、うれしいことにもなりますし、先生への親しさも感じます。このような様々な形で、子どもに対する配慮をしていくことで比較的いろいろな問題を乗り越えることができます。

さて、このスライドは、阪神淡路大震災の時の心のケアを要する子どもの数を表しています。阪神淡路大震災の時には1年目、2年目、3年目、4年目は、ずっと高い数値を示し5年目から下がってきています。東日本大震災では、神戸と比較してインフラや地域の復興が数年は遅れています。神戸は大都市でしたし津波はなかったため、インフラの修復は進みました。東日本大震災はそうではないのですごく遅れています。我々にとって、この復興の遅れが心の問題を長引かせる、あるいは心の問題を重くする可能性が高いということです。ですから、心のケアを必要とする子どもたちの数は、神戸では5年目から下がっていますが、東日本大震災では、2～3年、3～4年ずれ込むだろうということを想定しておかなくてははいけません。

これからのことをもう少しお話ししましょう。もしも、子どもたちが心の問題をケアされないとうなるのか。見過ごされているとか、うまく表現できないとか、気づいてもらえない心の問題はどうなるか。これは（スライド）、アメリカのACE研究というものですが、その中にアドバンス・チャイルド・フューチャー・エクスプレアレンス、「子ども時代の悲惨な体験」というものがあります。親が病気であるとか、親がアルコール中毒であったとか、親から虐待を受けたとか、そういう子ども時代からたくさんの悲惨な体験をしている子どもたちは、悲惨な体験が多ければ多いほどいろいろな問題を起こすことに

なります。例えば、思春期になると引きこもりという行動が出るかもしれない。青年期になると薬物中毒に向かうかもしれない。もう少し大きくなるといろいろ病気、例えば生活習慣病もありますし、重度障害を起こすかもしれない。もっとひどいのは自殺です。今、日本の自殺者は2万7000人位ですか、大きな社会問題となっています。このようにケアされない心の問題は悪化をしていきます。やはり、これからの東日本大震災で心のダメージを受けた子どもに対して、もっと注意をしていかなければならないし、そういう子どもたちを見つけていく作業が欠かせないと思います。

さらに、学校から見えない所で起きている問題もあります。宮城県のあるデータですが（スライド）、被災地の宮城県の状況、家庭機能の低下、DVの数値を表しています。家庭内暴力、配偶者間暴力は、2010年は1348件、2014年は2254件とかなり増えています。学校の先生からは、あまりこのような問題は見えませんので、学校の外の方にも目を向けてもらいたいと思います。

次に大事な資料ですが、1980～2013年までの30年間の世界の自然災害の件数を表したものです。ポイントは自然災害数がこの30年の間うなぎ上りだということです。自然災害も増えていますが、自然災害のみならず、多くの災害に近いことが学校に起きています。災害というのは、外から加わった力に対してその組織やその地域が対応できない状態を言います。対応が出来たら災害ではありません。地震があろうが、津波があろうが、みんながうまく生き延びるとかその問題をうまく防ぐことができればそれは災害とはなりません。私の見解ですが、学校ではいじめの問題がすごく大きい問題だと思います。岩手県の矢巾のようにあれだけの事件が発生すると先生方のダメージ、生徒のダメージは大きいものになります。いじめも見方をかえると「災害」という側面もあると思います。つまり、災害で我々が得た知識はいじめ問題の時にももしかしたらもっとうまく使えるのかもしれない。名古屋大学の女子学生のタリウム事件がありました。あの事件もある意味では、災害という切り口で解決に向けることが出来ます。その他にも今、震災後のいくつかの学校で発生している激しい校内暴力も、実は校内暴力でありながら、そこに生活している人たちにしてみれば災害に近い側面があるかもしれません。ですから、災害で得た知識はいろいろ所で使えると私は思います。

レジリエンスの問題については、後でお話したいと思います。予定された時間も迫ってきましたのでまとめに代えて、次のようなことをお伝えしたいと思います。

災害とは、その時代の社会とか地域の抱えていた弱点や見過ごしてきた課題を、時代を先取りした形で顕在化させてあぶり出します。今被災地では子どもに対して不登校の問題や発達障害の問題が大きく出ています。これは、もしかしたら震災前に十分な対応が出来ていなかったり、出来てこなかった問題があったのかもしれません。だから、もう少し真剣にもっとうまく不登校の問題や発達障害の問題に取り組む工夫をし、そういう知識や取組方を身につけなければなりません。もう一つ、災害後には、大人が自分の気づかない所で自分の心の中に蓋をします。学校の先生方も自分は気づかないけれど、蓋をし疲労が蓄積しています。もし先生方が心のケアをしなかったら、自分自身の思考や悲しみとか嘆きという自分の感受性が麻痺のような状態になり、感受性が鈍くなり気がつかなくなってしまいます。そうになると考えがまとまらない、子どもの問題に気づけない、さらには自分自身の心の傷を深めることにもなります。したがって、先生方が、自分がケアできる大人の姿を見せること、子ども自身が自分のケアするそのモデルになるということ大切です。子どもの前に立つ先生が、自分が良い状態になるように自分のケアをきちんとすること、自分が困った時にはヘルプをもらうこと、先生を見ている子どもたちのモデルになること。これからは、そういう時代に入ってくると思います。先生方が、もっともっと健康でいられるように、もっともっと自分が必要な時にヘルプを出すようになると、その周りの子どもたちが先生のように自分もヘルプを出すことが出来るし、自分のケアをすることを学ぶことにもなると思います。

時間もきましたので私の話を終わらせていただきます。どうも、ご清聴ありがとうございました。