

心のケア対策

災害後の心のケアの必要性が意識されるようになったのは、平成7年の阪神・淡路大震災以降のことである。県は、3月13日に厚生労働省に対し、他都道府県等の心のケアチーム派遣調整を依頼し、17日には、県外の精神科医や精神保健の専門職による「心のケアチーム」の精神科病院や避難所への派遣を開始した。また、子ども総合センターも児童精神科医・心理士・保健師・教員で組織した「子どもの心のケアチーム」による巡回訪問を開始した。12月には、心のケア対策の活動拠点となる「みやぎ心のケアセンター」の基幹センターが仙台市内に開設された。

県教育委員会(以下「県教委」)では、学校再開後の児童生徒の心の問題に対処するため、4月に県内スクールカウンセラー(以下「SC」)に対し研修を行い5月に派遣を開始した。しかし、県内の被災小中学校全てに派遣することは困難であったことから、一般社団法人日本臨床心理士会の協力を得て、県外SCの緊急派遣を行った。また、被災した多くの高校からも、SCの長期に

わたる継続的な派遣について要望があり、5月から県外SCの緊急派遣を行った。子ども総合センターでは、平成24年4月、従来からの医療を中心とした「子どもの心の相談」に加え、精神保健の相談に抵抗がある保護者や表面化しにくい問題(解雇、不安、混乱、退行等)を抱える子どもたちに対応するための「子育て相談」を開始した。さらに、平成26年4月には、子どもの心の問題が複雑化し、保育士や教員らが苦慮している状況がうかがえたことから、「子どもの心のケアチーム」の活動を継承しつつ、適切な支援者支援を強化するための「心のケア推進班」を設置した。また、長期的支援を視野に入れた子どもたちのケアの在り方に係る有識者の意見を踏まえ、支援の現場で活用できる実効性のある方策を探るため「子どもの心のケアに関する検討会議」を設置し、その検討結果に基づき、リーフレット「震災から5年目、見つめよう！子どもたちの心」を発行、さらに県内の子ども支援施設を網羅した「子どもの心を未来につなぐ、みやぎ子ども支援マップ」を作成する等、子どもの心のケア対策に取り組んでいる。

IV 被災者支援

H26		H24		H23										年	
6	4	4	12	11	10	8	7	5	4	23	18	17	13	3	月
6	1	1	1	1	1		13	10	9	22					日
① 転機となった取組等															
① 子どもの心のケアに関する検討会議開催(平成27年2月まで5回開催)															
① 子ども総合センターに「心のケア推進班」を設置															
① 子ども総合センターが「子育て相談」を開始															
① 石巻市と気仙沼市に「みやぎ心のケアセンター」地域センターを開設															
① 「みやぎ心のケアセンター」の設置準備室を立ち上げ															
① 東北大学大学院医学系研究科に「予防精神医学寄附講座」を設置															
① 県議会において「心のケアセンター運営事業」の予算が承認															
① 厚生労働省に心のケア対策について財源確保の要望															
① 小中学校に県外スクールカウンセラーの緊急派遣を開始															
① 県立高等学校にスクールカウンセラーの緊急派遣を開始															
① 文部科学省に「宮城県へのスクールカウンセラーの緊急支援派遣協力依頼」を要請															
① 精神保健福祉センターが「心の健康相談電話(ホットライン)」を開設(平成24年3月30日)															
① 県内の精神保健医療福祉関係者による「心のケア対策会議」を開催(7月)															
① 県内スクールカウンセラー(臨床心理士等)の避難所への巡回訪問開始															
① 子ども総合センター等で構成する「子どもの心のケアチーム」の避難所等への巡回訪問開始															
① 厚生労働省に「心のケアチーム」派遣調整依頼															

R3	R2	H28			H27
3	8	4	3	1	3
	27	1	29	29	
① 子ども総合センターがリーフレット「震災から5年目、見つめよう！子どもたちの心」を発行					
① 子ども総合センターが「東日本大震災における子どもの心のケアに関する報告書」を					
① 子ども総合センターが「子育て相談」を開始					
① 子ども総合センターが「子どもの心を未来につなぐ、みやぎ子ども支援マップ」を作成するとともに「東日本大震災における子どもの心のケアに関する報告書」を発行					
① 「子どもの心のケア地域拠点事業」を「みやぎ心のケアセンター」に委託					
① 「みやぎ子どもの心のケアハウス運営支援事業」を開始					
① 「令和3年度以降の宮城県心のケア取組方針」を策定					
① 「宮城DPAT活動マニュアル」策定					

宮城県が発行したマニュアル・報告書



「東日本大震災における子どもの心のケアに関する報告書」(平成28年3月) 宮城県子ども総合センター



「みやぎの心のケアの取組」リーフレット(平成24年12月) 宮城県教育委員会



「子どものこころのケア」教職員用(平成27年3月) 宮城県

出典:宮城県ウェブサイト



高校生を対象とした心の健康づくり出前講座



子どもの心のケア



仮設テント内の子どもたち(白石市)



避難所で肩を寄せ合う子どもたち(名取市)

何が起こっていたのか

みやぎ心のケアセンターの対応

心のケアの活動拠点として

平成23年3月～12月

「みやぎ心のケアセンター」の開設

大規模な災害においてはPTSDやうつ病、アルコール依存症等、心のケアが必要な状況が想定される。今回は県内の精神科医療機関が甚大な被害を受けていることから、県内での対応は困難と判断し、厚生労働省に「心のケアチーム」の派遣調整を依頼し、3月17日から順次派遣が開始された。また、3月23日から精神保健福祉センターによる「心の健康相談電話ホットライン」が開始された。

県は、3月18日に、精神科医療機関の呼びかけにより、県庁において精神保健医療関係者を招集した会議を行ったが、このときは現状の共有が精いっぱいであった。その後、障害福祉課が主導する形で、「心のケア対策会議」を7月まで定期的に行った。

4月の会議では、心のケア対策を長期的かつ包括的に行うため、「心のケアセンター」設置の必要性について意見が出された。また、兵庫県からの長期派遣職員により、「兵庫県ころのケアセンター」の立ち上げの経緯の説明や宮城県の今後の心のケアの方向性についての助言があった。8月、県の補正予算において震災復興基金を財源とした「心のケアセンター運営事業」の予算が確保され、9月には宮城県精神保健福祉協会内に「みやぎ心のケアセンター」が設置されること

となり、補助を決定した。また、心のケアセンターの運営には、人材確保の面からも研究機関との連携が不可欠であり、県は東北大学大学院医学系研究科の協力を得て、10月に「予防精神医学寄附講座」を設置した。12月1日、「みやぎ心のケアセンター」の基幹センターが、県内の心のケア対策の拠点として開設された。

※寄附講座・行政組織や民間企業等から寄附された資金や人材を活用し、研究・教育活動を行うもの。

障害福祉課職員

「震災で傷ついた被災者の心のケアの支援が必要だということで、3月の震災直後から心のケア対策会議を開催しました。その中で、阪神・淡路大震災を参考に、県として、「心のケアセンター」を作りたいという話になりました」

「当初は兵庫県の『ころのケアセンター』と同様の施設を宮城県に作る想定でしたが、どのように作るのか全く分からない状態でした。財源をどう確保するかということ、ドクターをはじめ様々な職種が必要なのが課題でした。県が直接運営するのではなく、精神保健福祉協会にお願いすることになりました」

「精神保健福祉協会は大崎市にあり、仙台市内に事務所を作るとは会社で言えば支店を作ることになるので、組織の定款を変更しました。新しい労働条件の契約書や、就業規則給与表といったものを全て作成して、労働基

ういう支援をしていくかなどを3月いっぱいまで話し合ってから、石巻と気仙沼の開所を迎えました」

「市町としては、本来自前で心のケアの専門職員を雇いたいのですが、市町には期限付の雇用制度がないので、規則的には臨時雇用し cannot、かなり賃金が安くなってしまうます。センターから派遣するとなると民間から行政への派遣なので制度的な問題が出てきます。とても緊急の段階では間に合わないので、毎日出張をしてもらって、民間の心のケアセンター職員が市町で仕事をするという形になりました」

「集まってきた職員それぞれの経験の差がありましたので、目指すもの一つにしようと全員参加で兵庫県のころのケアセンターで研修を受けました。災害支援の専門的な知識を得ると、復興した神戸をきちんと見てきてもらうという目的がありました。また、応急仮設住宅へと生活が移行し、アルコールの問題が大きくなるのが想定されていたので、県内の専門病院の協力を頂いて、そちらでも研修を行いました。職員全員が同じ研修を受けることで、共通した言葉で語れるような環境を作ることができたと思います」

障害福祉課職員

「ドクターが必要だということで声をかけましたら、県内の病院に勤務していた方がそこを辞めてセンターに完全移籍していただけました。まだ若い方だったので、「大体10年という前提で作った組織なのですが」大丈夫ですか？」と尋ねたら、御本人は「大丈夫」と

また、地域支援を展開するに当たり、職員が共通認識をもつことを目的として、全職員参加による計5日間の研修を行った。被災地で発生が予想される精神疾患として、うつ病とアルコール関連疾患、さらに自死対策の必要性が予想されたため、各分野の有識者を招き講義を行った。

「全国からいろいろな専門性をもった方に集まっていたかったです。精神科医、精神保健福祉士、臨床心理士、保健師、看護師、作業療法士、社会福祉士など、いろいろな職種の方がいました。災害支援の経験についても、ボランティアをやったことがある方もいれば、そうでない方もいましたし、本当に気持ち一つで前職を辞めてきていただいた方もたくさんいらっしゃいました。新しく入っていたいただいた職員の皆さんと、心のケアセンターでと

準監督や社会保険事務所に届出を出しました。いわば支店が営業できる状態にする作業を、10月の下旬ぐらいいまでに突貫工事で行いました」

「精神保健分野は医療との関わりが強いので、医療人材が必要になってきます。精神科医もそうだし、精神保健に精通した看護師、心理士等が必要になってきます。心のケアセンターを運営するためにも、また、各市町村の精神保健体制を向上させるためにも、東北大学の協力が必要だということで、寄附講座を立ち上げました」

「11月の1か月間は精神保健福祉士2人と私（保健師）とで、沿岸部の保健所と市町を訪問して、どういう状況なのか、何に困っているのか、どんなサポートが必要なのかを伺って、それを元に、心のケアセンターの業務計画というか、心のケアセンターは何をするセンターかということ、毎日毎日皆で話し合いながら作っていました。訪問で分かったのは、いろいろな支援を使いながらうまく復興に向かっていく市町もあれば、まだSOSも出せない、出す余裕もない、目の前のことだけで手いっぱいになっている市町もあるということでした。「心のケアセンター」を開設するので、必要な支援があればおっしゃって下さい」と声をかけながら回ったのですが、目の前の膨大な仕事に追われていて、外からの支援を受ける余裕もない市町もありました。あまり無理はせず、支援が必要になるときに待つ姿勢で巡回しました」

を直接支援するのではなく、支援者への支援を主な業務としていたため、現場のニーズに支援が合わないといった状況も生じていた。転機となったのは、平成24年1月の賃貸型応急住宅の健康調査と平成24年9月の、建設型応急住宅の健康調査である。これは、避難生活が長期化するに伴い、様々な健康問題の発生が懸念されたことから、県と市町が共同で行ったもの（詳細は「健康支援事業及び健康調査の実施」参照）で、これをきっかけに要フォロー者への訪問支援や市町との連携体制が徐々に強化されていった。

障害福祉課職員

「まずは支援者をサポートしようということを決めたのですが、それが現場に入った職員にとっては、『支援者の向こうに困っている住民がたくさんいるのに、なぜ心のケアセンターは直接住民の支援をしないのか』というフラストレーションにつながっていました。後になって、住民を直接支援してもらおうようになるのですが、前が全然見えない中で、こちらからほとんど支援に行くことが被災地にとって本当に良いのかという迷いもありました。ですので、最初は無理せず、まずは地固めをしていくということにつながったのかなと思います」

「開設当初は市町との信頼関係もできていませんし、センターの職員が急にやってきて、何を頼んだらいいのかが分からないというのが実情だったと思います。まずは支援者の支援から始まったのですが、支援者からすれば、現場に困っている人がたくさんいるのに支援者を支援するというのは、市町が疲弊している中ではあまり受け入れられない、ということがあったと思います。実際『心のケアセン



兵庫県から派遣された保健師 (出典：大井川 修)

専門性をもった職員を全国から採用

職員の確保と地域センターの開設

平成23年12月～平成24年4月

「みやぎ心のケアセンター」開設時は、職員7人と小規模であったが、少しずつ増員され、3月中に常勤職員28人を確保することができた。職員の内訳は、精神科医、精神保健福祉士、保健師、臨床心理士、看護師、作業療法士等多職種であり、他県からの職員10人を迎え、お互いに面識がない中、手探りで新しい組織づくりを開始した。

平成24年4月1日、石巻合同庁舎内に石巻地域センター、気仙沼保健福祉事務所内に気仙沼地域センターを設置し、震災からおよそ1年を

ターの人は何をしてくれるの？」というような話があったことを覚えていきます」

「応急仮設住宅の健康調査が大きな契機でした。県と市町が協力して健康調査を行いました。県と市町が協力して健康調査を行いました。その後のフォローをどうするのかが課題になっていました。そこで、兵庫県のころのケアセンターの所長さんにおいていただきだいて研修を行い、市町がどういう人をフォローするのかの参考にしていただきました。健康調査とその後のフォローを具体的に実施していく中で、個別の家庭訪問が増え、要フォロー者への支援が強化されました。仮設住宅にはサポートセンター*の支援員さんもいますので、そういう方々とのつながりもできていきました。そこから心のケアセンターの認知度が高くなって行ったように思います」

*仮設住宅サポートセンター：被災市町が仮設住宅の集会所等を活用して設置した、入居者の総合相談や巡回訪問等、地域の見守り活動の拠点、地域交流サロンや配食サービス等、地域の状況に応じた支援も実施している（詳細は「テーマ」宮城県サポートセンター支援事務所の活動」参照）。

発展的解消を見据えて

これからの心のケアセンター

平成27年度～現在

その後も心のケアセンターでは、市町の要請に応じて地域住民支援や普及啓発のほか、支援者支援や人材育成を実施した。特にアルコール関連問題については、アルコール依存症についての研修や出前講座等を実施したほか、平成29年に「節酒支援」の普及等の予防事業についても取り組んだ。

令和2年8月、県は「令和3年度以降の宮城県心のケア取組方針」を発表した。その中で、被災から10年間、被災者の心のケアに対処

する拠点として機能してきた「みやぎ心のケアセンター」については、「令和7年度の終」を見据え、これまで担ってきた支援や役割について整理し、蓄積された経験を市町や県機関等に継承する」とことされた。開設当初、10年間の活動期間を想定していたものが、5年間の延長となり、県が担ってきた役割を段階的に地域精神保健福祉活動に移行していく流れとなった。

※節酒支援、飲酒についての共通単位であるドリンク数を知り、適正飲酒量、男性1ドリンク、女性1ドリンク）になるよう支援するもの。

障害福祉課職員

「私が一番気になっていたのは、心のケアセンターで働いてくれる人たちの雇用が不安定で、十分な支援が続けられるのかな、ということでした。心のケアセンターの職員の契約は基本年度ごと更新ですが、単年度予算という壁を突破するのは非常に難しく、そこは行政の限界だったのかなと思います」

「一番苦しかったのは、心のケアセンターに行く度に『来年度予算はどうなっていますか?』と聞かれたことです。ここまで人を集めて、こういうことをお願いします、活動を広げてくださいますとお願いしながら、『予算がつかせませんでした』では済まされないので、

県教育委員会の対応

子どもが安心できる環境を作る

発災直後〜平成23年3月末
避難所へのスクールカウンセラー緊急派遣

県教委と宮城県臨床心理士会は、東日本大震

いというところで、17日に1泊で二人、それから、22日から24日まで2泊で二人、派遣しました。現地ですんなることが待っているのか分からないので、スクールカウンセラーには自分の身を守る方法を確認し、食料、防寒衣料など全て持参させて、子どもと遊ぶ道具も持つように伝えました。心のケアには、子どもが安心できるような環境、大人が寄り添ってくれている環境を作ることが大切でした」

「過去の災害では『どの学校が何人必要としている』というのが分かった上で派遣をしていましたし、道路状況も前日に自分で下見に行って、危険がないかを調べました。今回はそれが全く分からない状態で、また同じような地震が起きるかもしれないし、津波が来るかもしれないというときに、お願いしているのだろうかという迷いが相当たりました。でも、皆さん研修を受けていたので、『行くものだ』と思っていたようで、二つ返事で『行きます』と言ってくれました」

「私たちスクールカウンセラーは、自己査定、つまり『自分が今支援に行ける状況なのか』を知ることがとても大事です。自分の状態が安定していないと、人に対して支援はできません。『きちんと、自己査定』をして、行ける人は手を挙げてください」と伝えていますから、手を挙げてくださった方は躊躇なく支援に行かれました」

「私たちは学校のスクールカウンセラーですが、避難所に行つて、しかも一般の方々の中に入って活動しなければならなかったの、一旦スクールカウンセラーという意識を捨て、『被災者全員を支援する』という覚悟で臨みました。子どもだけではなく、とにかく避難所にいる皆さんに声をかけました。発

説明資料を持って、『なんとか要求したとおりに予算をつけてください』と厚生労働省にお願いに行きました。雇用の安定を保つことが県の一番の責任だったと思っています」

「心のケアセンターができて、市町の保健師さんの業務が少し軽くなって、先のことを考えられるような状況になってくれたのではないかと思います。多分これからPTSDや感情障害、うつ病などへの支援は必要になってくるので、ここまで活動してきた人材と知識を活用して、兵庫県の心のケアセンターのように研究機関として残ってくれればいいと思います」

「心のケアセンターでは、支援者のスキルを上げようということで、市町の保健師さんなどに対してアルコール専門病院での研修の機会を設けるなど、センターがなくなった後も対応できるようにしてきました。心のケアセンターの機能については、いずれ精神保健福祉センターや、保健所、市町に移行されることになりませんが、現場で経験を積んだ職員の方々には、宮城県内に残っていたら、引きこもりの方の支援や、障害者の相談支援などなんらかの形で関わっていただければいいなと思っています」

災以前から、大きな災害や事件・事故があった際に、県内小中学校にSCを派遣する支援協定を結んでいた。しかし、今回は過去の災害と異なり、SC自身も被災しているという困難な状況であった。宮城県臨床心理士会は、発災翌日の3月12日から県内SCの安否確認を行い、そ

災直後は急性ストレス反応が出てきますが、『こういう原因で症状が出て、こういうふうには治まっていますよ』ということを説明して、避難している方々に安心してもらう活動がメインでした」

義務教育課職員

「3月下旬あたりには、義務教育課の職員が運転する公用車でスクールカウンセラーの送迎を行っていました。学校を回って順番に降ろしていき、義務教育課の職員は学校の周りで情報収集をして、最後に全員を乗せて帰ってきていました」

被災地の学校全てにSCを派遣

平成23年4月〜6月

県外SCの緊急派遣

被災した県内の小中学校の多くが4月末の学校再開を予定しており、それに間に合わせるため、4月14日に宮城県スクールカウンセラー連絡協議会を開催し、東日本大震災心理支援センターから講師を招き、緊急対応に係る研修を実施した。しかし、県内の被災した小中学校は仙台市を除き159校あり、県内のSCだけでは全ての学校に派遣することは困難であった。そこで県は、4月22日、文部科学省に対し県外SCの緊急支援派遣協力依頼にて要請し、日本臨床心理士会の協力を得て、5月10日から6月17日まで第1期の派遣を行った。

義務教育課職員

「いつ学校を再開するのが課題となっていました。女川町からは最初に、『4月8日から学校を再開したい』という要望がありました。なぜかという、学校の体育館が避難所

の結果、ほとんどのSCから支援可能との返信がきたため、派遣可能人員のリストを準備し、県教委及び市教育委員会に提出した。3月17日、女川町の避難所に県のSCが初めて派遣された。その後、3月中旬に、山元町、多賀城市、亶理町、塩竈市の避難所及び学校の要請に応じSCが派遣された。

宮城県臨床心理士会会員

「災害時の派遣支援に関しては、県教委と臨床心理士会で、『何かあったら支援に行く』ということにしています。平成15年の宮城県北部連続地震では、スクールカウンセラーが何人も、被災した小学校や体育館の避難所に行きました。その後、平成20年には岩手・宮城内陸地震があり、緊急支援に対するスクールカウンセラーの意識が高まっていました。臨床心理士会では研修等を重ねてきましたので、東日本大震災が発生したときには、すぐに『支援の要請がくる』と思いました」

「3月11日は金曜日でしたので、土日を挟んで月曜日から動き出せるように、すぐにスクールカウンセラー自身の安否確認を始めました。『スクールカウンセラー自身の安否はどうなのか』『支援に行ける状態なのか』を連絡網を使って土日をかけて確認しました。もちろん、スクールカウンセラーの中にも被災した方がいました。自宅が浸水したり、車が流されたり、ライフラインが止まっている方もいました。そういう方にはもちろん『無理をしないで』と言いましたが、とにかく『動ける方から動きましょう』と声をかけました」

義務教育課職員

「当時私は、義務教育課でスクールカウンセラーの派遣を行っていましたが、地震が起き

になつていたので、『子どもたちが少しでも親元を離れる時間があれば、親たちが自分のことを考える時間ができるのではないか』『子どもの表情が段々と暗くなっていくようだから、やはり子ども同士で行く場所をしっかりと作ることが必要だ』というお考えでした。2回目の地震のため予定より遅れたものの、女川町が最初に学校を再開、そのほかの学校は4月20日頃の予定だったので、14日からの『スクールカウンセラー連絡協議会』で研修を行つて、学校再開までに派遣できる準備を整えました」

宮城県臨床心理士会会員

「4月14日の『震災への対応』についての研修には、阪神・淡路大震災のときの経験をお持ちの、兵庫県の臨床心理士の高橋哲先生にきていただきました。発災直後に起こるストレス反応について、『ストレス反応は特別なことではなく、夜眠れない、食欲がないという反応があつても、それは自然なこと、むしろ危機に対しての正しい反応です』『ストレス反応は時間とともに治まっていますから、安心してください』といったお話をしました」

義務教育課職員

「私たち県の職員にとっては経験したことのないことなので、何をどうしたらいいか、正直分からないところがありました。県の臨床心理士会の先生と兵庫県のスパーバイザーの方に御助言いただきました。県内のカウンセラーだけでは足りないことが分かっています。したが、どの学校に何人必要か情報がかめず、学校再開の日程も分からないので、『とにかく被災地の学校全部に派遣しよう』という結論になりました。文科省から『日本臨床

てすぐに『これは緊急派遣しかない』と思いました。通常配置している学校以外にスクールカウンセラーに行つてもらおう『緊急派遣』は必要だけれども、被害の全体像がつかめないで、どこに派遣したらいいのか分からない状況でした。印象に残っているのは、発災から5日6日たった頃だと思えますが、山元町の情報が一切入らなくて困っているところに、仙台市の実家に戻ってきた若い女性の先生がよれよれのジャージ姿で県庁に現れ、『山元町は通信手段がないので、伝えてほしい』と、教育委員会からの手紙を預かってきたことでした。また、女川町の教育長さんからは、『すぐにスクールカウンセラーを避難所に配置してほしい』という要望があり、臨床心理士会の先生に相談しました。本人たちの安全を確認した上で、経験のある臨床心理士を派遣することになりました」

「最初のカウンセラーが女川町に向かったのは、3月17日でした。八戸赤十字病院の車が県庁に寄つてくださることになったので、その車に乗せてもらうしか方法がない、となりました。カウンセラーは、おにぎりやトイレットペーパー、寝袋などまで持つてきて、避難所には迷惑をかけないというスタンスでした。女川町に到着したのは、夜になってからだと思います。雪が降っている日でした。女川町の教育長さんは『とにかく来てもらって相談できる人がいるだけで、みんなが安心です』とおっしゃっていました」

宮城県臨床心理士会会員

「女川町に2人のスクールカウンセラーを派遣したのが17日でした。普通スクールカウンセラーが泊りがけで行くことはないのですが、遠いですし、避難所に泊まらなければいけな

心理士会から支援の申出があるから、何人必要か言ってくれば出しますよ』と言われていたので、1週間に1回学校に派遣するためには25人が必要、という要望を出したとにかく走りながら次を考える感じでした」

「連休直前になって、県外から来るカウンセラーのための宿とタクシーの手配をしました。気仙沼と南三陸には宿泊する場所がなかったので、高校教育課と話をし、米谷工業高校の合宿所で、南三陸と気仙沼チームは共同生活をしていたことにしました。こちらで用意したのは寝具とタクシーで、食べ物は一切自分で準備していただきました」

教員や児童生徒の心の安定のために

平成23年6月〜平成24年3月

県外SCの継続派遣

県外SCについては、平成23年度中に、第2期(6月21日〜8月4日)、第3期(8月23日〜12月2日)、第4期(12月5日〜3月30日)と派遣を行った。月曜日に県庁でオリエンテーションを行い、平日被災地で活動をした後に土曜日に県庁で報告会を行うという1週間のサイクルで派遣を行い、可能な限り同じ自治体のSCが一定の地区を担当し引継ぎを行うようにした。県外SC派遣の成果としては、アンケートの結果等から次のことが挙げられる。

- ・津波被害の大きい地域に重点的に派遣し、専門的な見地から教員へのコンサルテーションや児童生徒の教育相談等を行ったことにより、教員や児童生徒の心の安定につながった。
- ・早期から派遣を受けた学校では、震災のスト

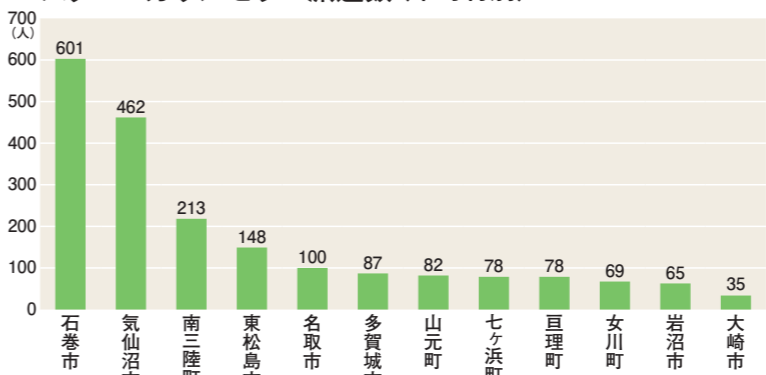
レス等の軽減が図られ、重症化する児童生徒が少ない傾向が見られた。

平成23年度は、21市町、147校に延べ2049人(県内SC395人、県外SC1654人)のSCを派遣した。

宮城県臨床心理士会会員

「5月の連休明けから、週替わりで各県から派遣していただきました。月曜日に仙台に到着し、県庁でオリエンテーションを行います。火曜日からは各学校に行つて、金曜日まで4日間活動して、土曜日にまた県庁に戻つて報告会をしてその週は終わりとなります。人は変

平成23年度市町村立中学校への
スクールカウンセラー派遣数(市町村別)



出典：みやぎの心のケアの取組(宮城県教育委員会)

わりますが同じ県の方がずっと同じ学校に入つて、情報をつないでもらうようにしました。せっかく学校をサポートするのに、毎週違う県からカウンセラーがきて学校を混乱させてしまつては元も子もないので、そういう形を取りました」

義務教育課職員

「一番大事にしたのは、月曜日のオリエンテーションと土曜日の報告会です。オリエンテーションでは、県から現地の学校の様子をお伝えし、臨床心理士会からはカウンセラーが被災地に入るときにの心得を説明しました。土曜日の報告会では現地の様子をお聞きして、心のケアだけではない様々な情報を頂きまし

た」
「派遣当初は、学校の先生も子どもたちもみんな『大丈夫です』と言つて、自分たちの状況を話すことは少なかったようです。それが2、3か月過ぎたあたりからポツリポツリと話すようになって、先生や子どもたちからの相談が増えてきました。実は地震があつた年は不登校が減っています。みんなが危機的な状況に陥っているのので、『自分も何かをしなればいけない』という意識が働いていたんだと思います。そういう時期を過ぎて生活が安定してくると、ようやく自分の心の内を出してくるという話が、カウンセラーからも出ていました」

「被災地には相当数の支援団体が『心のケアを支援します』と言つて、被災地に入つていました。中には、子どもたちに絵を描かせて精神状態を判断する調査をして、帰っていくところもありました。県は、臨床心理士会の指導ののつとつて、子どもたちの心の傷に注意しながら、『ここにはまだ触れない、こ

を派遣してきたが、平成23年度は従来の事業に加えて、文部科学省の「緊急スクールカウンセラー等派遣事業」を活用し、SSWの活動を拡充するとともに、年度途中から石巻市にSSWを2人追加配置した。SSWが第三者の立場で学校と家庭の間に立つことで、学校と家庭の関係が改善し、児童生徒が抱える問題解決につながつた事例もあつた。

※スクールソーシャルワーカー：学校でのいじめや家庭内の虐待等の問題を抱える児童・生徒を、家族や先生、関係機関と連携しながら課題解決のための支援をする専門家。

義務教育課職員

「震災で親や親族を亡くしたり、両親が離婚したりするなど、生活環境が大きく変わつてしまつた子どもたちがたくさんいましたので、スクールソーシャルワーカー活用事業を拡充しました。仮設住宅では隣にうるさいと言われるという理由で、子どもたちの行動が抑圧



PTA講演会「心のケア」の様子

いうものを描かせたりはしない」という約束を決めていましたので、『まだ子どもに絵を描かせる時期ではない』と言つて、注意することもありました」

学校と家庭のつなぎ役として

平成23年度

スクールソーシャルワーカーの
活動拡充と増員

県は、平成20年度から文部科学省の「スクールソーシャルワーカー活用事業」を使い、市町村にスクールソーシャルワーカー*(以下「SSW」)

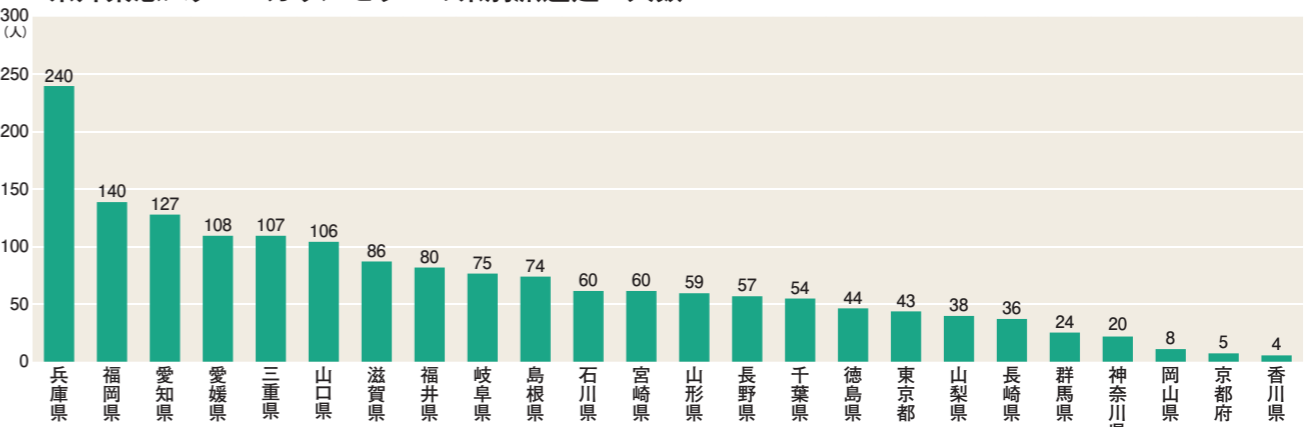
スクールソーシャルワーカー活用事業実施地区

年度	委託市町数	SSW数	委託市町
平成20	7	9	大崎市、大和町、涌谷町、栗原市、石巻市、登米市、気仙沼市
平成21	10	10	角田市、岩沼市、多賀城市、大和町、大崎市、涌谷町、栗原市、石巻市、登米市、気仙沼市
平成22	11	11	角田市、塩竈市、岩沼市、多賀城市、大和町、大崎市、涌谷町、栗原市、石巻市、登米市、気仙沼市
平成23	13	15	角田市、柴田町、塩竈市、岩沼市、多賀城市、大和町、大崎市、涌谷町、栗原市、石巻市、女川町、登米市、気仙沼市
平成24	13	20	角田市、柴田町、塩竈市、岩沼市、多賀城市、大和町、大崎市、涌谷町、栗原市、石巻市、女川町、登米市、気仙沼市

※太線で囲んだ部分は、国の「緊急スクールカウンセラー等派遣事業」予算を活用している。

出典：みやぎの心のケアの取組(宮城県教育委員会)

県外緊急スクールカウンセラーの県別派遣延べ人数(平成23年度)



出典：みやぎの心のケアの取組(宮城県教育委員会)

されることもありました。学校の中だけでなく、子どもたちの生活環境を改善していくためには、スクールソーシャルワーカーの存在が不可欠でした」
「学校も保護者も、最初はスクールソーシャルワーカーになじみがありませんでした。それが段々と『第三者として学校と保護者の間に立つて、いろいろな問題を整理してくれて、福祉につないでくれる』というのが分かつて、今はほとんどの市町村で、スクールソーシャルワーカーは学校にはなくてはならない存在になっていきます」

高校からも

SC長期滞在の要望が

平成23年5月～平成24年3月

県立高等学校への県外SCの派遣

高校教育課では、発災直後から、高校で委嘱している県内SCの安否確認を行い、50人全員が勤務が可能であることが確認された。高校のSCの場合、通常1～2週間に1回の勤務であるが、被災した多くの高校から、生徒の心のケアのためにSCの長期滞在の要望があつた。高校教育課は文部科学省を通じて緊急派遣SCの公募を行い、特に被害の大きかった石巻地区、本吉地区、名取・巨理地区の17校に県内3人、県外8人のSCを第1期(5月9日～7月29日)として派遣した。その後継続の要望があつた11校に対し、県内1人、県外8人のSCを第2期(9月12日～3月31日)として派遣した。

高校教育課職員

「5月の連休明けから被災地域の県立高校が再開しましたが、教員の間では『子どもたちがどういった状態で学校に来るのか』が一番不

安でした。特に新一年生は、震災発生後という生活をしてきたのか、どういう気持ちで学校に来るのかが分からない状況で、通常でも、新しい学校に対して不適應になつたり、不安を感じたりすることが多いので、心のケアを第一に考えなければならぬと思ひました」

「被災地の学校から『カウンセラーに毎日学校にいてほしい』『回数を増やしてほしい』『同じカウンセラーに長期にわたつて勤めてもらえないか』などの要望が上がつてきました。とにかく、長期にわたつて宮城県に滞在できる県外のカウンセラーを、いかにして確保するかが課題となりました」

「カウンセラーの確保と並行して受入体制の整備をしました。まず宿泊場所を探すのが大変で、滞在场所がないですね。県外カウンセラー8人を石巻地区と気仙沼地区で4人ずつに分けて派遣することにしました。石巻地区は、30kmほど離れた利府町のグランディ・21の宿泊施設を特別に開けてもらい、お風呂は使えませんがなんとか確保できました。気仙沼地区は本場に宿泊場所がなくて、二十数km離れた岩手県一関市千厩地区にある旅館のおよびさんが『そういう事情であれば』と協力していただいて、本場に助かりました。学校への移動手段については、公共交通機関もないので、レンタカーを公用車として借り上げて乗つていただきました」

「あの当時、子どもたちは、我慢していたと思います。今でも覚えているのは、『仮設住宅に帰ると居場所がない』という相談があつたことです。学校はいいんですが、特に高校生にとつて仮設住宅の狭いところで生活するのが難しい子どももいて、『家の中にいられ

ないんだ」と相談する生徒もいました。先生たちやカウンセラーがフォローしてくれて、家のことを話せるような環境があつたのは大きかったことだと思います」

「カウンセラーから『生徒が我慢しているんだよね』という話をよく聞きましたが、『先生方もつらいんだよね』『先生たちも被災して、自分の家で精いっぱいなのに学校に勤めて、子どもたちの面倒見て、きついよね』という話も出ていました。先生たちの心の健康にも気を配つて、なるべく話すように心がけているカウンセラーが多くいました」

「1年間子どもたちを見てきたカウンセラーがよく言っていたのは『やっぱりこれからだよね』ということです。『1年間はなんとか乗り切つたけれど、成長していく過程のどこかでフラッシュバックが起こることもあるし、どんな影響が出てくるか分からないから、継続的に心のケアをやつていく必要がある』という話をよくしていました」

児童生徒の社会的自立に向けたサポートを

平成28年～現在

「みやぎ子どもの心のケアハウス運営支援事業」の開始

平成28年、県はSCやSSWと連携し、不登校や不登校傾向にある児童生徒・保護者への支援を行い、社会的自立や学校復帰に向けたサポートをするため、市町村を対象とした「みやぎ子どもの心のケアハウス運営支援事業」を開始した。心のケアハウスは、以下三つの機能を備え、来所支援だけでなく、学校や家庭へのアウトリーチ(訪問)型支援ができることを事業の特長とし

宮城県子ども総合センターの対応

児童精神科医を中心とした 専門集団

平成23年3月～平成24年3月
「子どもの心のケアチーム」が始動

「大人の」心のケアに関しては、発災直後から障害福祉課精神保健福祉センターが調整役を担い、被災地のニーズを把握した上で県外から派遣されたチームの配置を行った（詳細はテーマ「医療救護対策」参照）。一方、精神的苦痛を受けた児童生徒に対しても手厚い支援が行われた避難所生活から応急仮設住宅への入居や親しい人との別れ、転校等、子どもたちを取り巻く環境が大きく変化し、震災そのものに対するストレスへの対応とともに中長期的なサポートが必要であった。

3月17日、宮城県子ども総合センターが、保健所からの要請により、児童精神科医・心理士・保健師・教員による子どもの心のケアチーム」を組織して避難所を訪問し、医療的ケアを含めた幅広い支援を実施した。4月からは、沿岸部の被災地を4地区（石巻・塩竈・気仙沼・岩沼）に分けて、子どもの心のケアチームを派遣し、巡回相談を開始した。7月からは、相談者の増加に伴い、児童精神科医・心理士を非常勤の相談担当者として雇用し、子どもの心のケアチームの活動日数を月16日から28日に増やした。子どもの心のケアチームの活動内容は主に以下の三つであった。

- ・子どもや保護者の個別相談
- ・子どもに関わる教員、保育士、保健師等からの相談に応じるコンサルテーション

支援者への支援を強化

平成26年4月～平成28年度
「心のケア推進班」の設置

子ども総合センターでは、発災直後から「子どもの心のケアチーム」を派遣し、児童精神科医療による支援を軸に子どもの心のケアを担ってきた。震災発生から3年を経ると、子どもの心の問題は複雑化し、保育士や教員らが苦慮している状況がうかがえたことから、適切な支援者支援を行うことが必要となってきた。また、長期に及ぶ子どものメンタルヘルス対策を適切に推進するためには、医療的な支援から、学校、保健所等による支援へと移行することが重要であると考えられた。そこで平成26年4月、これまでの「子どもの心のケアチーム」の活動を継承しつつ、適切な支援者支援を行うため「心のケア推進班」が設置された。立ち上げ時の構成メンバーは、教員1人、養護教諭1人、保健師1人、事務職1人（県職員）、児童精神科医（県精神保健福祉センター兼務）1人の計6人で、事業内容は大きく次の三つである。

- ・子どもの心のケア推進事業（研修会等の開催）
- ・子どもの心のケアマニュアル等作成事業
- ・子ども総合センター職員

「推進班としての初動は、現場に行つて支援者の課題やニーズを聞くことでした。『私たちがかような活動をすることになりました』というPRも兼ねていました。平成26年は、県の震災復興計画の再生期に当たる年で、災害公営住宅ができたつあり、子どもの環境が大きく変わる年でした。引越せば学校も変わりますし、友達とも離れてしまうので、

た。令和4年時点で33市町村に設置されている。

①教育相談窓口：「心サポート機能」

②社会的自立や学校復帰支援：「自立サポート機能」

③学習支援：「学びサポート機能」

・義務教育課職員

「心のケアハウスの制度設計の第一の目的は、『広域ではなく身近なところで不登校の児童生徒がケアを受けられる』ということでした。

当時、不登校にある子どもたちが学校に戻るまでの中間を担う適応指導教室（宮城県では「けやき教室」と呼ばれている）は、広域の市町村で共同で支出をして運営をしているところもありました。他の市町まで行つて支援を受け、遅れた学力を取り戻して自信をつけるのは、子ども本人にも保護者にも大きな負担となる場合があります。

もう一つの目的は、学校に来ることはできない不登校傾向の児童生徒への対応です。学校には、そうした子が教室に入るまでの間、どこで預かるかという問題が常にあります。通常は保健室で見てもらうとか、教頭先生が対応することになりますが、学校としては、毎日イレギュラーな時間にくる子に対応するためのマンパワーを確保するのが難しい現状がありました。市町村単位で、かつ、校内での指導にも対応できる施設を作るために制度設計を始めました。補助金を活用する事業になるため、財政課にいろいろと教えを請いながらなんとか平成28年に形になりました」

・宮城県臨床心理士会会員

「平成25年当時、石巻市の大川小学校の遺族への支援について、『臨床心理士を専門家として派遣したい』という話がありました。被

当の方や保健所を訪問して、出向いた限りは何かしら必ず情報を収集してくるようにはしました」

「他県から派遣された心のケアチームの医師の中には、『児童のことは専門外なのであまりよく分からない』とおっしゃる先生もいました。市町村の保健師に、『子どもの心のケアチームを派遣します』とお知らせしていたので、子どもに関する相談があった場合は、保健師さんが子ども総合センターにつないでくれるケースがかなりありました。震災孤児や震災遺児のお子さんに関しては、児童相談所が地域を巡回してケアを行っていましたので、定期的に情報交換をしながら対応しました」

潜在化した心の問題に対応

平成24年4月～平成26年度
子育て相談の開始

被災地では、慢性的なストレス状況による心の悩みを抱えながらも、専門家に気軽に相談できないケースが多く見られた。平成24年4月から、子ども総合センターは、従来からの医療を中心とした「子どもの心の相談」に加え、潜在化している子どもたちの心の問題に早期に対応し、保護者が抵抗なく相談できるようにすることを目的とした「子育て相談」を開始した。

・子ども総合センター職員

「発災から半年位までは、すごく相談件数も多かったのですが、半年を過ぎた辺りから、あまり相談が上がつてこなくなりました。これで終わりはすがないし、子どもたちの問題が潜在化しているのではと思いました。そこで、2年目から子どもの心のケアチームの

災した全ての人をサポートしたいという石巻市の考えで、市内の全小中学校の子どもたちの遺族の方を、心理士と教員がペアで1軒1軒回つて、『どうですか』と声をかけました。こうした1軒1軒に寄り添つて『出向く』という形をモデルに、心のケアハウスを作りた」と県の教育長がおっしゃって、心のケアハウスの発想が出てきたんだなと思つています」

「被災した沿岸市町に不登校の児童生徒が多いと思つていたんですが、内陸に移転した御家族も多くて、沿岸部だけではなく内陸部の市町村であっても、自分の抱えてきた苦しみをもつたまま学校に行けない子どもたちが相当数いることを改めて実感しました。不登校になつてしまった子どもにとつて、学校との関係が疎遠になることが最も良くないと思います。子どもと先生が関係を持ち続けられるということが、その後の社会的自立の上でもすごく重要なファクターです。心のケアハウスという第二の居場所があることで、学校の担任ではなくても心のケアハウスの先生とやり取りが続きます。学校の担任は、日々40人近くの子どもたちを見ているので、不登校の児童生徒と連絡を密にはできないんですが、その間の心のケアハウスの先生が関係を持つてくれて、その情報を学校の担任と共有することで、学校の担任が連絡をした際に『こういうことをごんばつていっているんだって？』と声をかけることができます。これは、不登校になつてしまった子が学校に戻れるチャンスをすごく広げていると思います」

体制を変えました。医師と心理士による、医療的な相談が必要なお子さんについての相談を受けるチームに加えて、子育ての相談から心のケアにつなげていくチームを作りました。心理士と保健師、保育士または教員でチームを組んで、市町村の子育て支援センターや児童館など、お母さんがお子さんを連れて遊びにくるような場面に向向いて行つて、お子さんと遊びながらお母さんと話をしました。『夜泣きはないですか』『よく食べていますか』といった日常生活の状況を尋ねながら、潜在化している問題を拾い上げていきました」

「プレイメイク^{*}という方法を遊びに取り入れてみたところ、『子どもが求めても一緒に遊べない』『子どもにうまく関われない』などど悩んでいた親御さんたちが、笑顔で子どもと一緒に楽しそうに遊ぶ姿が見られたこともありました。親子が一緒に遊んでいるところに寄り添うことや、支援者も一緒に遊ぶことで親もリラックスできるのか、お母さんの方から『実は子どもをちよつとたたいたりしちゃうんです』という話をしてくれたり、お母さんを亡くして、あまりしゃべらなかつた子が、遊びが終わつた後に、突然『お母さん死んだんだ』と話してくれたり、心がリラックスして解き放たれたときに、本当の気持ちが出てくるのが分かりました。そこから相談につなげようとするんですが、専門的な相談を望まない方がかなり多かつたんです。やはり、特別な相談よりも日常生活の中で悩みを話せる場が必要だと感じました」

^{*}プレイメイク：トラウマによって深刻な影響を受けた子どもたちに、遊びを通して「癒やし」を与える手法。

た。学校は日々忙しく、常に人手が足りない状況でしたので、子どもや保護者への直接的な支援を期待されていた部分もあったと思います」

「学校訪問をすると、『もう平常に戻したいからこういう支援に来られることが負担だ』と言う先生もいれば、『余裕ができた今だからこそ、支援者にきてもらって、子どもたちに笑ってほしい』と言う先生もいました。先生方自身も被災しているのに、その捉え方や思いも様々で、『震災を忘れた方がいい』と言いつける先生もいましたし、『忘れちゃいけない』と言う先生もいました」

「当時の被災地では、復興工事のために多くの工事車両が行き交っていました。土ぼこりが舞い上がる中、工事車両のすぐ横を歩いて登校する子どもたちもたくさんいました。また、被災によって転居や転職、失業などを余儀なくされた保護者もたくさんいらっしゃいました。子どもを取り巻く環境や家庭が落ち着かない状態なので、子どもたちも落ち着いて過ごすことができなかったり、学校に気持ちが向かなくなったりすることが増えてきて、多くの先生方が日々悩みながら手探りで支援している状況でした。『子どもがなぜこうなっているのか、どう対応したらいいのか、答えがほしい』と思っている先生が多かったと思います。対応の仕方が分からないと、日々の教育活動だけでも多忙な中、様々な形で問題行動を起こす子どもに対して『困った子・手のかかる子』という見方が強くなってしまっています。研修会を通して角度の違う視点を提供することで、『そうか、あの子はこういうことに困っているのか』と気付いていただくと、先生方の関わり方が少し変わってきま

す。そのようなきっかけを提供できればいいと思つて、様々な研修を企画しました。研修会を何度か開催するうちに、より具体的な対応を学びたいという声が増えてきたので、集合型の研修とは別に、学校単位で事例検討を行い、先生方で子ども理解を共有できるように機会を増やしました」

「平成26年後半あたりから、学校訪問の際に『先生方がとにかく疲れている』という声が聞かれるようになりました。先生方自身のケアにつながる研修も必要だと考え、講義中心の研修だけでなく、呼吸法やストレッチのよな体を動かす研修や、子どもたちと一緒に遊んだり取り組んだりできる内容の研修も取り入れました」

「当時は復興作業中で、迂回する道がなく、『渋滞に巻き込まれると遅刻するので、朝5時半に家を出て、6時過ぎには学校にきている。それより遅い時間に家を出たら始業に間に合わない』という先生もいました。先生たちが研修を受けるのに気仙沼や石巻などから名取まで来るのは、一日がかりです。時間的にも、体力・気力的にも負担が大きいため、『じゃあ、我々が行く』と、出前で研修を行っていました。なかなか学校を離れづらい先生方にも参加してもらえるように、一つの研修会を名取で1回、被災沿岸地域で1回、というように複数回開催するように企画しました。講師の先生方が、御多忙にもかかわらず『被災地の先生方の力になれるなら』と、快く引き受けてくださったからこそ実現できたことでした」

震災から5年目、見つめよう！子どもたちの心



「震災から5年目、見つめよう！子どもたちの心」リーフレット 出典：宮城県ウェブサイト

長期的な視点の子どもへのケア

平成26年6月、平成28年度「子どもの心のケアに関する検討会議」の設置とリーフレットの作成

平成26年6月、子ども総合センターは、長期的視点に立った子どもの心のケアの在り方について有識者から意見聴取を行い、支援の現場で活用できる有効性のある方策を探るために「子どもの心のケアに関する検討会議」を設置した。検討会議では、阪神・淡路大震災において子どもの心のケアに当たってきた児童精神科医や被災沿岸部の養護教諭、県の福祉・教育機関の職員等を構成員として、震災後中期から後期に想定される子どもの心のケアの問題、事例、対応についての意見聴取を行った。平成27年3月、



子どもの心を未来につなぐ みやぎ子ども支援マップ

出典：宮城県ウェブサイト

災害対応の経験から学んだこと

一人ぼっちでの被災ではなかったことがPTSDの軽減につながった

「宮城県臨床心理士会会員」

「今回の震災では、PTSDのお子さんたちが少ないと報告されています。理由として考えられるのは、震災当時、ほとんどのお子さんが学校にいたということです。午後2時46分というのは学校にいる時間なので、一人ぼっちで被災したわけではなく、先生がいて

大人の生き生きとした姿を子どもに見せる

「子どもを支えるには、大人の生き生きとした姿で、子どもが『ああいう大人になりたい』と思えるような生き方を見せないとけないと思います。大人がいつも愚痴を言っていたら生活をしていけば、子どもにも100回『希望を持ちなさい』と言っても、なんの役にも立ちません。やはりどんな時代でも大人が生き生きと活動している姿を見せていくことが大事だと思います」

多様性を認め合う時代における学校の存在意義

「10年前は、不登校は問題行動の一つと捉えられていましたが、今は問題行動ではないという捉え方になってきています。多様性を認め合う時代になって、『学校に行かないという形もある』という認識が変わってきている中で、『じゃあ、学校ってなんのためにあるんだろう?』という問題を突きつけられています。私たち学校に関わる職員としては『学校に来ると、こういうことが自分にとってプラスだ』ということを感じてもらえないような場所にしていかねばならないと思っています。それは教職員だけではできないの

で、多くの方々から知恵を頂いて、旧来の価値観にとらわれない、学校の新しい形を作っていく必要があると感じています」

EARTHの活動が参考になった

義務教育課職員

「私たちが、どう対応しているかわからないときにきてくださった兵庫県のEARTH（兵庫県震災・学校支援チーム[※]）の考え方や行動の仕方が、ものすごく参考になりました。移動するためのガソリン持参で、『これは先生方が食べてください』と食料まで頂いて、『寝泊りする場所も心配りません』というところでいらしたんです。実際に、県職員が活動の現場に同行したのですが、様々な場で『最初に必要なものはこういうもので、落ちていてフェーズが変わってくるというものは、心に移っていきます』『心のケアについては、本当に被災者が心の内を出すのは、生活が落ち着いてからです』などのアドバイスを頂き、冊子も頂いたため、それを活動の指針にしました」

[※]兵庫県震災・学校支援チーム：防災・減災に関する専門的な知識や実践的な対応力を備えた兵庫県の教職員チーム。平成23年3月16日に宮城県に入り、被災地の学校再開支援を行った。

SCCの情熱に触れることができた

高校教育課職員

「カウンセラーの方とお話をする機会が多かったです。この人たちの熱い気持ちってすごいなと思いました。県内のカウンセラーは、自分の生活も大変な状況の中で、生徒の心のケアを第一に考え、私が役に立つのであればということ、できる限りの時間、学



参照
記録誌等
・東日本大震災に係る教育関連記録集（宮城県教育委員会 平成24年4月）
・東日本大震災「保健福祉部災害対応支援活動の記録」（宮城県保健福祉部保健福祉総務課・平成24年12月）
・みやぎの心のケアの取組（宮城県教育委員会・平成24年12月）
・東日本大震災「宮城県の震災後1年間の災害対応の記録とその検証」（宮城県総務部危機対策課 平成27年3月）
・東日本大震災における子どもの心のケアに関する報告書（宮城県子ども総合センター 平成28年3月）
・みやぎの心のケアセンター公式活動記録 2011-2020（宮城県精神保健福祉協会みやぎ心のケアセンター 令和3年3月）

校に入って、先生方と話をし、献身的に生徒と関わってもらいました。また、県外のカウンセラーは、被災してどんな状況かも分からない所にボンときて、見ず知らずの土地で見ず知らずの生徒たちと接しながら仕事をし、見ず知らずの人たちの中で生活するのは本当に大変だったと思います。そういう大変な状況の中でも『私はこういうことのためにカウンセラーをしているんだ』『この仕事のためにここにきたんだ』という話をよく聞きましたし、とにかくその情熱に感動しました」

いろいろな視点で生徒を見る

高校教育課職員

「教員、カウンセラー、それぞれ生徒を見る視点が違います。一人の目だけで生徒を見て『こうだね』と決めつけるのではなく、いろいろな視点で見て、初めて『この子はこういう子だね』ということをもみ込んで理解して、その生徒の成長を促すことが大切だということ、今回の震災で一番学んだことかもしれません」

「震災を乗り越えたのだから」が合言葉

高校教育課職員

「子どもたちにしても、保護者にしても、学校の教員にしても、『震災で苦労した、大変だった』ということは皆一緒でした。何か困難があっても、『震災を乗り越えられたのだから、これも乗り越えられるよね』というのがこの10年間の合言葉のようになっていたと思います。だからこそ『これだけ苦労したのだけど、あのときに比べればこれはできる』という指標になったところはあると思います」

す」

待っている心のケアはできない

子ども総合センター職員

「東日本大震災以前にも宮城や岩手で大きな地震があり、子どもの相談所を設けていたが、あまり相談者はきていませんでした。今回のような前例のない大災害の場合、待っているのは本音の心での心のケアはできないと思えました。子どもと保護者の方が集まっている所に行くと、『今日は子ども総合センターの専門の先生がきています』とアナウンスしても、ほとんど相談はありませんでした。実際に被災者が生活している中に入って行って、子どもやお母さんの声を聞くことで『こういうことが大変なんだ』というのが初めて見えてきました。やはり、待っているだけでは駄目なんだということを感じました」

教育と福祉が組むことで支援に厚みが出る

子ども総合センター職員

「家族の問題や心の問題は一朝一夕では変わりません。ある程度しんどさを抱えながら生きていくときに福祉の支援はとても重要だと思えます。一方、学校に来れば友達がい、先生がいて、という子どもにとって当たり前で安心・安全を感じられる日常があることも大切です。福祉と教育が連携することで、それぞれの強みを生かしたり補い合ったりすることができれば、支援にすこく厚みが出るのではないかと、いうことを感じました」

心のケアのロードマップの重要性

障害福祉課職員

「兵庫県と新潟県の心のケアセンターを参考に、どういうときにどういう課題が出てくるのか、どういう体制にしたのかなどを、簡単なロードマップにして見える形にできたのは、平成26年になってからでした。兵庫や新潟の心のケアセンターの方に来ていただいて、いろいろお話も伺いましたが、早い段階でそれを現場に伝えることができれば、もつと力になれたかもしれないというのが反省点です」

経験をつないでいく

障害福祉課職員

「震災発生後、被災地のメンタルヘルスは相対的に厳しい状況でしたが、心のケアセンターができて、市町も保健所もがんばって、各種団体も動いてくださったおかげで回復に向かうことができました。その活動のベースとなるところを兵庫県や新潟県の方が私たちに教えてくれたように、今度は私たちがこの経験を次につないでいくことが重要だと思えます」

後輩たちへのメッセージ

※所属は本テーマに関する業務に従事した当時のもの

