

## 保健室の窓から ④

# 中越大震災から学ぶ子どもたちの心のケア

田 口 孝

3月11日 その時の私

ゆらりと大きく船が揺れている感じがした。いつもの新潟中越地域の地震の揺れ方と違う。私は不安を押しさえながら教務室へ走って入った時、校長先生が厳しい声で「テレビのスイッチを入れて」。テレビは東北の大地震を伝えていた。

まず私は児童のAさんを捜した。普段教室に入らず校舎内を歩き回ることが多いAさんが何処にいて、何をしているのか、一人だったらどうしようか。まだゆらゆらと揺れている校舎の中で図書室や体育館を「Aさんー」と呼びながら捜しまわった。Aさんがいないことを教務室に報告しに行ったところ、支援員さん

が先にAさんを見つけて教務室に連れてきていたので安心した。私はAさんの担任がいる教室へ走り、安全を確認したことを伝えた。次に私は体の不自由なBさんがいる教室へ走った。机の下に上手に隠れているBさんの手をとり「大丈夫だよ。外に逃げる時は先生と一緒にだからね」と伝えた。

帰宅しても家に大人のない子どもを学校に残し、集団下校の引率から戻ると、私たち職員は教務室のテレビの前に集まった。巨大な津波に町が飲み込まれる映像が流れ、言葉も出なかった。

私たちは7年前に大地震を体験している。今回の東日本大震災の被害の大きさと失った生命の数は比較にならないほど大きい。被災した子どもが感じている

つらさは似ているのではないだろうか。中越大震災で学んだことは何だったのか振り返ろうと思う。

### 子どもの話を吸い取るように聴く

子どもは同じ地震、同じ揺れを経験しているけれど、怖さは一人一人が違っている。中越大震災は土曜日の夕方に発生したので、家族と夕飯の準備中だったという子が多かった。一方、一人で留守番をしていて暗い部屋で布団をかぶって耐えていたら、棚からいろんなものが落ちてきたと話していた子もいた。スイミングクラブで地震にあった子は、天井が崩れてプールに落下。水着にバスタオルだけで屋外に逃げたそうだ。スーパ―にいた子は陳列のビン類がガチャンガチャンと落ちてきたので、地震後いつまでも大きな音が怖かった。子どもが受けた傷の深さは異なっている。それは「被害を受けた子ども」とひとくくりにはしないで、一人一人の話によく耳を傾けることではじめてわかることだ。子どもの言葉を吸い取るように聴いてあげることが大切であった。

地域の復旧復興に向けて大人たちが必死に働くようになる、子どもたちは「大丈夫です。もう何ともあ

りません」と表情は明るく平気そうに振る舞うけれど、「怖い」という感情を心の奥に押し込めて、苦しんでいるということがあった。特に両親が自治体職員等の子ども達には注意して接して、怖かった気持ちを持つのはあたりまえのことなんだよ、と話をゆっくり聴いてあげた。

「がんばろう。元気をだそう。立ち上がれ」の掛け声についていけない子ども達がいることを忘れてはいけない。

### 地震の揺れがあぶり出したもの

中越大震災の数週間後にいつまでも不調が続く子がいたので、お母さんから学校に来ていただいて話を伺った。夫は長期にわたり県外に仕事に出ているが、これほどの地震にもかかわらず一度も連絡をくれない。「子どもには、お父さんは仕事熱心で一生懸命に働いているんだ、と伝えていたが、もう隠しようがないのです。いつどんなふうに話そうか悩んでいます」という話だった。

他にも家が半壊で引越さないといけないのに、遠方の夫からは電話が一本あっただけで話が進まない。

また夫の実家に避難したが祖父母とうまくいかず、母親がイライラして子どもが落ち着かないなど、普段なら何気なく通り過ぎていた家族の関係が、地震によってその脆弱さがあぶり出されたのだと思う。

一方では不登校経験を持つ青年が親戚の家を回り片づけをして感謝されたり、余震が続くので引きこもりに子どもと一緒に部屋で布団を並べて寝て、久しぶりに一体感を持てたという家族もあった（その子は数日後余震がおさまったら、安心して自分の部屋に引きこもった）。

前述の母親は子どもに父親とのことは隠さないと伝え、子どもと生きていこうと決心をした。地震で家族の希薄な関係性が表面化したのが、あらたな繋がりをつくるスタートでもあったのだと思う。

心のケアの担当になり子ども達の不安を聴いてきたが、地震の揺れで現れてきたマイナスに見える行動は、それまでの発達の積み残しを取り戻す機会にもなっているのではないかと、と考えることがたくさんあった。例えば一人でトイレに行けなくなってしまうという子どもは、これまでは全く手のかからないお利口さんタイプの子だった。通常トイレトトレーニングの時

にたくさん失敗して親を困らせるが、この子は一度も失敗がなくおむつが外れてしまったという。地震の機会に、親に甘えてもいいんだ、心配をかけても大丈夫なんだ、ということが確認できた良い機会だったと考える。

### 福島の子どもたち

新潟県内の学校へ主に福島の子ども達が通学をしている。三月末は疲労と不安に満ちた表情だったが、今は少しずつ和らいできている。学校生活を送ることが、学ぶことと協同して創造することが、どれほど子ども達を元気づけていることか。

震災から三カ月。しかし居住空間が整っていないかったり、つらそうな親をみている、家族がバラバラになっってしまったって、ゆったりした家庭生活が送れなくなっただ子がいる。学校では新しい友人関係つくりにも悩む子もいて、現在は疲れがピークに達しようとしている。

心の状態は必ず体にも現れてくるから、私は保健室でしっかりとキャッチしていきたい。「\* \*町に戻りたいです。普通の生活がしたいです」と、どの子どもも同じように話してくれる。私達はこの子たちに何よ

りも一番に心を寄せ、力を尽くそうと思う。最も困難を抱えている者に先生はどう接しているか、いざという時に大人は自分達を助けてくれるのか。すべての子どもが見ているのだ。

(たくち たか・長岡市)



## 私のおき沢登りコース

魚止めの滝（五頭山麓）沢登り（川筋1km弱）

（河合靖久）

私は、この沢登りを「五頭連峰少年自然の家」の自然教室に付き添って知りました。（ヤマセミが飛んだ）

少年自然の家を利用すると、子ども用のヘルメット、ライフジャケットを貸し出します。無くとも、少し上流の堰堤の上流から、清流を上へ登ることができます。最上部の「魚止めの滝」には水深3m位の淵あり、暑い日は高校生が泳いだり飛び込んだりしています（正味、一時間くらい。上に駐車場有）。案内にも「老若男女を問わず好評」とあり、小学校の低学年から、かなりの年配者まで楽しめます。

### 【注意事項】

- \* 沢登りなので、足にはスツク等を履く。
- \* 上流の様子（黒雲・雷）、増水・川水の濁りに注意。
- \* アブが多いので対処法を知っておく。↓ハチと違い刺さない（とまってから血を吸うので、落ち着いて処理）。
- \* 帰りに、出湯温泉の共同浴場に入るのも楽しい。