

震災等の災害発生時には、住まいの再建やインフラ整備などハード面の復興はもとより、被災者が誰一人取り残されることのないよう、その心の復興も重要な課題となります。特に子どもについては、大人に比べて、自分の状態を客観的に把握することが困難であるなど、その特性を理解して人権に配慮した心の復興を進める必要があります。

被災した子どもたちの心理的回復に焦点を当て、その支援等に取り組んできた方々のお話を聴きながら、人権的観点から子どもたちの心の復興の在り方について考えるためのシンポジウムを開催しました。

## 災害と人権に関するシンポジウム

### ～子どもたちの心の復興～



実施日：2022（令和4）年1月15日（土）

形式：オンライン配信

主催：法務省／全国人権擁護委員連合会／札幌法務局／札幌人権擁護委員連合会／盛岡地方法務局／岩手県人権擁護委員連合会／仙台法務局／宮城県人権擁護委員連合会／福島地方法務局／福島県人権擁護委員連合会／神戸地方法務局／兵庫県人権擁護委員連合会／熊本地方法務局／熊本県人権擁護委員連合会／（公財）人権教育啓発推進センター

当日の様子はYouTube「人権チャンネル」にて配信中

（2023（令和5）年2月28日まで（予定））：<https://youtu.be/4gEDe9gQ6tk>



災害と人権に関するシンポジウム～子どもたちの心の復興～

#### 基調報告1

#### 大災害と子どものこころの反応

福地 成



（東北医科薬科大学精神科学教室病  
院准教授、公社宮城県精神保健福  
祉協会みやぎ心のケアセンター長）

東日本大震災（2011（平成23）年）直後、避難所や仮設住宅を巡る中で受けた子どもたちに関する相談の多くは、「子どもがえり（保護者にベタベタする）」、「びっくり反応（大きな音や余震への過剰反応）」、「過剰な備え（懐中電灯を枕元に置くなど）」でした。保護者は「子どもがおかしくなった」と思いがちですが、これは「異常な出来事における正常な反応」です。保護者に丁寧な説明することで、そのような相談は1～2か月で収束しました。しかし、このような事態への対処として、それまで誤った方法が採られていました。例えば、阪神・淡路大震災（1995（平成7）年）では支援者が早期に介入し、被災体験の内容に踏み込んで感情の表出を促す支援が行われましたが、現在、これは有害もしくは無効だと分かっています。

震災から2～3年経つと、子どもたちがお小遣いを計画的に使えなくなる反応も見られました。津波で貯金が流されなくなり、貯めても意味がないと感じた子は、「また地震や津波が起きるかもしれ

ない」と不安だったのだと思います。また、被害の少ない地域に転居・転校した子は、自分のつらい体験や気持ちを周囲と分かち合えず、心の健康が良くない傾向にありました。

4～5年経つと、震災時には1～3歳だった子どもたちが小学校低学年になり、保護者から「震災のことを今になって話し出す」との相談も受けました。被災した子が年月を重ねて言葉の能力を獲得し、記憶を語り出したものと考えています。中・高校生では、震災当時は避難所や仮設住宅の手伝いをしていただけ、数年経つていわゆる「燃え尽き」になる子もいました。子どもの反応を考える上で、私は「時間軸」が最も大事だと考えています。いつ、どんな体験をして、その時どう感じて、数年が経過した今、彼らはどう考えているかと、照らし合わせて考えることが必要です。

私たちは、震災後に生まれた子どもたちにも震災が影響を与えていると考え、東北3県合同で子どもの長期的な発達と健康の調査・研究を行っています。その結果、保護者のメンタルヘルスと子どもの認知発達の遅れや行動の問題には関連があり、また多くの保護者のメンタルヘルスは家庭や地域とのつながりに支えられていることが分かりました。では、家庭と地域のつながりを構築するためには

どうしたらいいか、宮城県山元町の例を御紹介します。この町では震災後、地域の人たちが集まって、駅前や壁に地元のお祭りなどの絵を描きました。地域の文化や伝統といった大切なものを中心に、共同作業を通じて人々がつながりを作る。こういった活動が、最終的に子どもたちの心の健康にもつながると考えています。

#### 基調報告②

「死別を生きる」子どもたちと歩む  
グリーフサポーターのさんま

（時間・空間・仲間）

西田 正弘



（一財）あしなが育英会  
東北レインボーハウス所  
長兼心のケア事業部長

あしなが育英会は現在、病气や災害、自死で親が死亡したり、障がいなどで保護者が働けない家庭の子どもに、奨学金貸与や学生寮といった教育支援と、レインボーハウスという施設で心のケアを行っています。

阪神・淡路大震災直後、私たちはまず避難所を回り、親を亡くした子どもたちを探しました。金銭的な支援を行ったり、孤立させないような交流会を開催したりしましたが、そこで黒く塗りつぶした虹の絵を描く子どもに出会いました。その子は、震災で家族と数時間生き埋めにな

り父親と妹を失っています。この出会いをきっかけに、私たちは家族を失った子どもの心理面に関する理解を深めるため、アメリカの支援団体へ学びに行きました。そして、グリーフ（死別による悲しみなどの様々な感情）は大人も子どもも違くないこと、訓練を受けた大人が側にいて、一緒に遊んで、子どもの「あのね」を聞いてあげること、あくまで子どもが中心で、関わる大人は手助けする関係であることの重要性を学びました。

私たちは東日本大震災後の2013（平成25）年に震災遺児家庭を対象にアンケート調査を行いました。その結果から、自らも死にかけた経験、家族の死、コミユニティや住まいの喪失、将来への不安などにより、震災遺児家庭はトラウマ、グリーフ、ストレスの複合体験の中にあると分かりました。また、東日本大震災では津波により御家族が行方不明の方もおり、生死がはっきりしない「あいまいな喪失」は区切りが付けにくいのが特徴です。震災遺児家庭のグリーフは現在進行形で、その気持ちは誰かが代わるものではなく、保護者にも子どもにも、「自分自身で自分の気持ちに丁寧に触れられる力」を得られるようサポートする必要がありますを感じました。そこで私たちは、同じような体験をした人同士が出会い、語り合い、つながることができるピアサポー

トの場を提供するため、グリーンフサポータープログラムを開催しています。日帰りや宿泊、キャンプなど野外活動のプログラムを行っており、訓練を受けた大人の「ファシリテーター」も参加し、子どもたちにも寄り添っています。一緒に遊ぶことを通じたグリーンフサワークを大切にしており、その中で子どもたちが自分という存在の大切さを感じ、大事な人を亡くした事実に向き合う力、自己肯定感、他者受容力などを得る支援をしています。また、プログラムでは保護者の方が子どもから離れて、保護者同士の悩みを打ち明ける時間も大事にし、孤立化を防ぐよう努めています。支えることのゴールは様々ありますが、困ったときに「助けて」や「あのね」と言える相手ができるように支援することがとても大切だと思っています。

### 基調報告③

## 震災とコロナ禍で共通するもの



渡辺 由美子  
（認定特定非営利活動法人  
キッズドア理事長）

キッズドアは、子どもの学習支援、居場所作りなどを通じて日本の子どもの貧困という課題に取り組んでおり、2011（平成23）年4月から東日本大震災で被災した子どもたちへの支援も行っています。

震災直後、まず私たちは一緒に遊ぶことで子どもたちに寄り添いました。当時、避難所では大人に代わって中・高校生が小さな子どもたちの面倒を見てくれていましたが、その中・高校生たちへのケアは行き届いておらず、彼らとバドミントンをしたりすると、大変喜ばれたそうです。また、受験を控えた子どもたちのために、受験対策の学習支援を行いました。被災という非日常が続く中、勉強は子どもたちにとつて少し心が落ち着く時間だったようです。

学習支援の現場でも心のケアと同様に、時間の経過とともにニーズの変化がありました。震災から約2年間は、避難所や仮校舎での学習支援や子どもの居場所作りが多かったのですが、だんだんと生活が落ち着いていくに従い、勉強が遅れている子への補習型学習支援や受験対策が求められました。また、被災した子どもたちを復興人材として育てる様々なプログラムが開かれ始めたことが東日本大震災では特徴的でしたが、東北復興の役に立ちたいという強い思いがあるがゆえに「何もできない」と感じ、その無力感から結果として不登校になってしまいう子どももいました。近年は人口流出や学力低下により、地域に根付いた復興人材の育成や東北エリア全体の学力の底上げが求められており、私たちは「志翔学舎」と

いう公営放課後塾の運営や、「タダゼミ」という高校受験講座を行っています。支援は途切れることなく続けることが大切で、それによって子どもたちも明るく、前向きになってくれると思っています。

現在、コロナ禍にありますが、私たちが支援している困窮した子育て家庭では日々の食事にも困っているのが現状です。この1年の健康状態についてアンケート調査を行ったところ、約半数の保護者の方が「良くない」又は「あまり良くない」と答えました。現在の状態が続くと、子どもの健康状態の悪化も拡大すると感じています。東日本震災とコロナ禍から見えてくる大切なことは、子どもの支援と家庭の支援は同一であり、生活が落ち着くことが第一であるということです。東日本大震災では、震災直後よりも2〜3年後に不登校が増えました。震災当時、余震が続く中でも保護者は生活のために働きに行かねばならず、保護者も子どももメンタルの状況が悪かった。その時の影響が震災から2〜3年後に表れたのです。コロナ禍から2年が経ちますが、子どもが不登校になるひとり親家庭が増えています。災害などの異常時にまずは子どもと子育て家庭を優先することが大事だと思っています。震災の経験も踏まえて、非常時に子育て家庭をどのように支援するのか、みんなで考えていきたいです。

## パネルディスカッション

## コーディネーター

・安部 芳絵（工学院大学教育推進機構  
准教授、(公社)セーブ・ザ・チルド  
レン・ジャパン理事）

## パネリスト

・福地 成（東北医科薬科大学精神科学  
教室病院准教授、(公社)宮城県精神  
保健福祉協会みやぎ心のケアセンタ  
ー長）

・西田 正弘（一財）あしなが育英会  
東北レインボーハウス所長兼心のケア  
事業部長）

・渡辺 由美子（認定特定非営利活動法  
人キッズドア理事長）



安部 国連子どもの権  
利条約は、子どもにとつ  
て一番良いことをしようと  
いう国同士の約束で、

何が最善かを子どもと一緒に考えるとい  
う点がポイントです。また、国連の見解  
としては、子どもの意見は災害時でも尊  
重されることとなっています。この「子  
どもの最善の利益」、「子どもの意見の尊  
重」を考えるときに大切なのは、幼くて  
も、脆弱な状況に置かれていても、その  
子どもたちの声を尊重することが求めら  
れている点です。しかし、災害などの緊  
急事態下では、子どもの声はないがしろ  
にされがちです。そこで、子どもを中心

に据えた心の回復にはどのような視点や  
枠組みが必要なのかをパネリストの皆さ  
んと考えていきたいと思えます。

## 災害時に子どもと関わる際の注意点

安部 まずは、災害時に子どもと関わ  
る際に気を付けるべき点について、お一  
人ずつお答えください。

福地 支援する側は「何かしなくて  
は」と意気込まず、やりすぎないことが  
とても大事です。子どもにも心の回復力  
がありますので、その力を妨げず、周囲  
は見守り、「自分がどのように回復して  
いくのか」を子どもたちに選んでもらう  
意識が大切だと思います。

西田 何か役に立ちたいと思つて被災  
地に来てくれた方から「準備してきた遊  
びで子どもが遊んでくれませんか」という  
相談があったのですが、「役に立ちたい」  
という気持ちはごく自然ですがともする  
と焦点が自分の気持ちに向いていて、子  
どもの気持ちと焦点がずれる可能性もあ  
ります。「何をしてほしい」か、子ども  
たちに教えてもらえる関係性を築くこと  
が大事だと思います。

渡辺 多くの子どもにとって、知らな  
い大人とコミュニケーションを取るの  
とても大変なことです。支援する大人は  
無理やり言葉を引き出すのではなく、待  
つてあげることが大事だと思います。適

切な距離感で接することで、子どもは信  
頼感と「自分は見守られているんだ」と  
いう安心感を覚えます。

安部 福地さんに質問です。まだ気持  
ちを正確に表すことのできない子どもに  
対し、気持ちや意見に沿った支援を行う  
にはどうしたらいいのでしょうか。

福地 言葉で表現できなくても遊びの  
中で気持ちを再現したりするなど、本人  
が意図せずとも現れてくることがありま  
す。それを少しずつ解釈し、子どもに確  
認しながら、その子との関わり方を見付  
けていくことが大事かと思えます。

安部 西田さんへ、被災後の教育現場  
で学校行事を行う上での配慮など、アド  
バイスをお願いします。

西田 まず、クラスにどのような子ど  
もがいるのかを把握する必要があります。  
その上で、防災教育で津波など刺激の強  
い映像を見せる場合もありますので、そ  
のことを事前に知らせて、見るか見ない  
か、その時々で子どもが選べる環境を整  
えることも大事かと思えます。

安部 渡辺さんに質問です。子どもの  
学習機会を守るために、地方公共団体な  
どに相談しやすい環境が必要だと思いま  
すが、どういった配慮が必要ですか。

渡辺 前提として、日本の困窮はほと  
んどが自己責任ではありません。ワーキ  
ングプアの方も多くいます。「あなたが

悪いのではない、安心して御相談ください」というメッセージの発信は大切だと思います。また、日本の学校では授業で使う道具を家庭で用意したりしますが、持ってこない子を「忘れ物をする悪い子」と捉えるのではなく、困窮で用意できない家庭があることも念頭に置き、貸出しを行うなど、子どもが安心して通える学びの場を作っていたいただきたいです。

### 子どもたちのために、一般市民ができること

**安部** 最後は、避難所でも平時においても、専門家ではない一般市民が子どもたちができることは何でしょうかという質問です。

**福地** 避難所では、回りの大人は子どもたちが遊べる環境を作り、その中で子どもたちがどのような遊びを選ぶのかを見守ってほしいと思います。また、口頃から自分たちのコミュニティの土壌を耕すことも必要です。地域のつながりは保護者のメンタルヘルスにもつながりますので。

**西田** 保護者が亡くなるということは、残された子どもに対してまなごしを向ける人がいなくなるとも言えます。避難所でも地域の中でも、複数で大人が横のつながりや子どもへの関心を持って、向けるまなごしの質と量を増やしてほしいです。

**渡辺** 福地さんと西田さんの意見を踏まえますと、大変なときはできるだけ親子が一緒にいられるよう、飛行機の優先搭乗のような考え方を避難所や行政手続でも取り入れてフォローできれば、親も子ども安心できる社会になると思います。

**安部** 皆さんのお話を伺いながら、専門家の支援以外にも、地域で子どもの声を聴いたり気持ちを受け止め続けることが非常に重要だと感じました。だからこそ、私たち一人一人が子どもの権利は何かを知る必要がありますし、子どもの声の受け止め方に正解はありませんので、子どもとともに引き続きみんなで考えていけたらと思います。パネリストの皆様、ありがとうございました。

### トークショー

#### 熊本県における災害と

#### 子どもたちの心の復興について



ゲスト…巻 誠一郎  
（特定非営利活動法人  
ユアアクション理事長、  
元サッカー日本代表）



聞き手…景山 聖子  
（総合同会）

**景山** 現役引退後から3年の年月を支援活動などに尽力されている巻さんです

が、そのきっかけはやはり、生まれ故郷の熊本で起きた地震なのでしょうか。

**巻** はい。当時（2016（平成28年）は現役の手前で、地元のロアソフ熊本でプレイしながら子どもたちへサッカー指導も行っていました。被災時も指導の最中で、普段は元気な子どもたちが、それまで見たこともない表情で怖がっていた姿が、今でも脳裏に焼き付いています。

**景山** 熊本地震の後、具体的にはどのようなことをなさいましたか。

**巻** まずは物資の支援といった、家族や近所の方、友人に寄り添えるような活動ができなかつたかと思う、友人を介して全国に発信しました。すると、想像以上に皆さんから物資が集まり、支援の輪が大きくなっていきました。そこから少しずつ協力者を増やして、200名ほどのコミュニティグループをLINEで作って、物資運搬を本格的に始めました。全国から届いた1千トンの物資を配りに、避難所、小学校、中学校と合わせて1日5か所ほど、3か月で300か所程度を回りました。

**景山** 物資を運ぶ中で、心に残っている出会いや出来事はありますか。

**巻** やはり、子どもたちのことです。避難所は走り回ったり、大声を出せる環境ではなかつたので、子どもたちもストレスが溜まっていました。そんな中で一

緒にサツカーをしたのですが、子どもたちがめっちゃくちゃ喜ぶのです。そして、それを見た大人の方々も笑顔になる。避難所におじいちゃん、おばあちゃんもその様子を見て来て、さらに笑顔が増える。その笑顔の循環が、すごく印象に残りました。

**景山** この支援活動が大きくなって、現在ではNPO法人ユアアクションとして活動されていますが、この経緯をお聞かせください。

**巻** 「ユアアクション」には、「一人一人が自分にできるアクションをしましよ、あなたのアクションは何ですか」という、問い掛けを入れました。僕自身はサツカー選手だったので、子どもたちに夢を与えるという部分で一番力を発揮できました。次の僕のアクションとして、子どもたちの夢をサポートするNPO法人を立ち上げました。

**景山** 具体的にどのような活動をされているのでしょうか。

**巻** 地域活性化やより良い地域作りにも子どもたちの活力はとて大切だと思っておりますが、熊本地震時は経済面など様々な理由で夢を諦める子どもがたくさん出てきました。ですので、まずは子どもたちに夢を持ってもらう、そしてその夢を叶えるためのチャレンジやアクションを起こしてもらいたい。そのための講演を

始め、夢を育むための様々な教育的メニューを作る活動をしています。

**景山** 2020（令和2）年7月、熊本県は豪雨災害にも見舞われましたが、このときも避難所を回られたそうですね。

**巻** そのときは豪雨災害に加えてコロナ禍で、なかなか熊本県外の人が被災地に入れなかつたのですが、熊本地震時のコミュニティ作りが非常に役立ちました。豪雨で氾濫した球磨川にはラフティング協会がありました。その協会は川のことをなんでも分かっています、そういう方と協力することで、孤立者の洗い出しや直接的な支援など、現地の方が現地の方へ、自分たちで支援できるような仕組みを作りました。

**景山** 生まれ故郷、熊本県に対する思いと、今後のユアアクションの活動についてお聞かせください。

**巻** 熊本は度重なる災害によって、多くのものが失われて、壊れました。ですが、元に戻すだけじゃ悔しい。今まであったものよりも良い地域を作りあげていきたいなど、少しでもその役に立てればと思っています。ユアアクションを地域に根付かせ、寄り添いながら、見えていない課題を見つけて解決する。サツカーで培った経験を活用して、地域や地元の方々に還元していきたいと思っています。

**景山** 私たちが日頃からできる災害へ

の備えや、子どもの最善の利益のために私たち一人一人が災害時にできる支援について、巻さんが活動を通して気付いたことを教えていただけますか。

**巻** 熊本での災害時、上手く支援が行き届いている地域と、なかなか支援が行き届かない地域がありました。何が大きな違いかというと、普段からのコミュニティの関係性です。隣の人と挨拶をするとか、何気ない会話ができている地域であるか否かで大きな差がありました。まずは挨拶から、つながりを持つことが大切かなと思っています。それと、支援は継続的にやることに意味があつて、無理をせず自分のできる範囲で行うことが大事だと思いました。忘れずに寄り添い続けることや、その後どうなったか情報を取りに行くことも支援だと思います。

**景山** 最後に、シンポジウムを視聴してください。最後の方にメッセージをお願いします。

**巻** 今、このお話を聞かれている皆さんは、何かしら興味・関心があつて情報を取りに来られている方々だと思います。自分が得た情報や持っている思いを、多くの人に伝えることも大切だと思います。人権や災害について普段から話していたら、とんとん輪が広がっていったら、小さな波から大きな波になると思います。