

保護者への対応

◆小学生

保護者も不安定な状況の中を過ごしていますが、子どもと楽しいときを一緒に過ごすことの大切さを伝えましょう。

また、学校での子どもの成長を伝えると、保護者にとって励ましになります。様子が気になる子どもについては、家庭での様子（特に食事、睡眠、兄弟姉妹との関係など）を保護者に確認しましょう。

◆中学生・高校生

子どもの態度や行動は学校と家庭で違うこともあります。保護者は家庭での子どもの様子が気になって学校への相談を希望しつつも、気軽に相談して良いものか迷う場合もあります。このようなときこそ学校と家庭が連携して、子どものことを一緒に考えることが大切です。学校側からも保護者が子どものことで連絡を入れやすいような働きかけを行いましょう。

◇参考資料

(1) 放射能について

文部科学省 HP（東日本大震災関連情報）
http://www.mext.go.jp/a_menu/saigaijohou/index.htm

(2) 心のケアについて

文部科学省 HP
 「子どもの心のケアのために
 ー災害や事件・事故発生時を中心にー」
http://www.mext.go.jp/a_menu/kenko/hoken/1297484.htm

◆子どもに強いストレスが加わると、
 種々な心身の健康問題が現れます。
 子どもの心身のサインを
 見過ごさないように、きめ細やかな
 健康観察を実施することが必要です。

◆このようなときは、養護教諭や
 スクールカウンセラーへ相談して、
 専門機関につなげましょう。

- ・眠れない日が続いている
- ・身体的な衰弱が激しい
- ・助かったこと、被害が少なかったことへの自責感が強い
- ・気持ちの落ち込みが激しい
- ・ひきこもりがち
- ・授業や学校活動に集中できない
- ・頻繁に涙を流す
- ・反社会的な行動を取る



財団法人日本学校保健会

〒105-0001

東京都港区虎ノ門 2-3-17 虎ノ門 2 丁目タワー 6F

TEL 03-3501-0968 FAX 03-3592-3898

◆本リーフレットダウンロード版掲載サイト

- ・日本学校保健会 HP
<http://www.hokenkai.or.jp>
- ・学校保健ポータルサイト
<http://www.gakkohoken.jp/>

被災した児童生徒と
向き合うために

生活の基盤が徐々に整備されてくると、
 子どもの反応は被災直後とは
 違った形で表れてきます。
 本リーフレットは、
 これからの長期的な支援の参考として
 作成いたしました。

発達に応じて
 小学生と中学生・高校生に分けています。
 保護者への対応も説明しています。



財団法人日本学校保健会



今回の東日本大震災と子どもたち

今回の災害は、「震災や原発事故がまだ収束していない」「同時にいくつもの大切なものを失っている」「原発の風評による傷つきを受けている」などの点で、これまでに例を見ない影響を子どもに与えています。

- 子どもによっては、住み慣れた土地を離れたり、避難所の生活が続いたりと生活環境が大きく変わり、従来の「子どもらしい」言動が制限されています。
- 家族やペットを突然に亡くし、住居を失い、思い出の品々も無くすという多様な喪失を一挙に体験している子どももいます。

学校が果たす役割

学校は、震災を経験した子どもにとって、一つの安定した場所と機能を提供することができます。

- 学校で時間割どおりに授業や活動がすすむことは、子どもに確かな日々の手ごたえを与えます。
- 学校は、本来の子どもの姿に戻れる場です。学校では、一人ひとりの子どもにその子らしくいて欲しいものです。

子どもと向き合うための準備

- 放射能について正しい知識を持ちましょう。(裏面参照)先生が冷静に判断することがまず大切です。
- 子どもの支援と一緒に取り組んでもらえる地域の専門機関について確認しましょう。

小学生について

①「学校に行く」ということは、居場所作りです

- 学校に行くことは、日常生活の一部に戻ることです。行くべきところへ行き、そこに自分の居場所があることで、大きな安心感を持つことができます。

②日々の反応は多様です

- 学校以外の生活は、子どもによって大きく違います。震災後の変化が大きいほど、ストレスも強くなりがちですが、子どもの性格や置かれた状況によって、反応は多様です。
- 気持ちを表現することで安定する子どもがいる一方で、気持ちを出さないことで心のバランスを保とうとする子どももいます。個々の反応を見守り、その変化に気を付けていきましょう。

③寄り添う姿勢が大切です

- 大人が「ここは安心だから」「これまでのようにしてよい」という気持ちをしっかり伝えましょう。
- 転校児童には、出身地を尊重し、そこでの思い出は「大切なもの」であるという想いを共有しましょう。
- 児童の頑張り(手伝い等)はきちんと評価しましょう。
- 好きな運動を促し、心身のリラクセスに努めましょう。
- 自らの体験を語り始めたときは、話をさえぎらず耳を傾けましょう。ただ、話しているうちに興奮しすぎないように留意しましょう。
- 原発や放射能に対する誤解は早めに解きましょう。いじめ予防にも繋がります。
- 何かあれば大人に相談するように、子どもに声をかけましょう。

中学生・高校生について

①学校は、年齢に応じて活動する場です

- 学校は、子どもとしての「学ぶ」こと、「(守るのではなく)守られる」ことが保障される場所です。
- また、年齢に応じた友人との交流や自身の将来を考えることができる場所でもあります。

②日々の反応は、多様で複雑です

- 自身の体験の大きさや意味を理解できる年齢です。亡くなった人の代わりをしようとする子どももいます。
- また、周囲の目を気にして反応をストレートに出しづらい年齢でもあります。状況が一部収束に向かいつつある中で、「弱音は吐けない」と、自分の気持ちを押しさえ込むこともあります。
- 一見落ち着いて行動しているように見える子どもでも、心は不安定な場合も少なくありません。

③子どもらしくいられることを支援します

- 「一人ではない」という気持ちをしっかり伝えましょう。家庭の中で、子ども本人も気づかずについ無理をしている可能性もあります。「一人で抱え込まないこと」「無理をして頑張る必要は無いこと」を伝え、子どもがホッとできる場を提供しましょう。
- 楽しい時間を持つことに後ろめたさを覚える子どももいます。そのような時間を持つことも大切であることを伝えましょう。
- 時間の経過とともに、色々な気持ち(悲しみや落ち込み)が出てくることを事前に説明しましょう。その反応は自然で、気持ちはいつか徐々に落ち着いてくることなどを伝えることで、子どもは自分の感情を「自然な反応」として受けとめやすくなります。