

## 大規模災害における心理支援を考える

太田 列子<sup>1)2)</sup>、高田 晃<sup>1)3)</sup>

- 1) 山口県臨床心理士会 東日本大震災支援部会
- 2) 梅光学院大学 学生支援センター
- 3) 宇部フロンティア大学 人間社会学部

### Psychological Support in Large-scale Disaster

Nobuko Ota<sup>1)2)</sup>, Akira Kohda<sup>1)3)</sup>

- 1) Yamaguchi Society of Certified Clinical Psychologists/Committee of Support Victims of the Great East Japan Earthquake
- 2) Student Services Center, Baiko Gakuin University
- 3) Faculty of Humanities and Social Sciences, Ube Frontier University

#### 要約

2011年3月11日に発生した東日本大震災によって、甚大な被害を受けた東北3県の公立学校に対して、全国の臨床心理士会から緊急派遣スクールカウンセラー（以下、緊急派遣SC）が派遣された。本稿では、山口県臨床心理士会による、緊急派遣SCの派遣活動を通して、派遣チームの編成や緊急派遣SCのメンタルヘルス対策、被災地での支援活動について報告し、大規模災害における心理支援の今後の方向性に付いて考察する。緊急派遣SCによる被災地での心理支援活動は、本報告時にも継続しており、震災の影響だけでなく、個々の子どもの特性と複雑で個別的・経年的な発達経過、環境の変化の影響などを勘案しつつ、保護者や学校のニーズに寄り添った支援が求められている。被災地の方々の役に立つ心理支援を行い、その効果を検証するためにも、横断的研究に加えて、縦断的研究が不可欠である。

キーワード：緊急派遣スクールカウンセラー、リレー方式、ロジスティクス、コーディネーション

Key words : urgent dispatched school counselor, relay system, logistics, coordination

#### 1. はじめに

2011年3月11日に発生した東日本大震災によって、甚大な被害を受けた東北3県に対して、文部科学省及び東日本大震災心理支援センター（以下、心理支援センター）（(社)日本臨床心理士会、(社)日本心理臨床学会、(財)日本臨床心理士資格認定協会の3団体合同：2011年当時）は、子どもの心のケアを行うべく、全国の臨床心理士会に緊急派遣スクールカウンセラー（以下、緊急派遣SC）の派遣要請を行った。

山口県臨床心理士会（以下、山口県士会）では、震災直後の3月29日に東日本大震災支援部会（以下、震災支援部会）を立ち上げ、被災地への緊急派遣SCの派遣を始め、被災者への心のケアに関する支援活動に取り組んできた。

筆者は震災発生当時、山口県士会の被害者支援担当理事であったことから、震災支援部会の連絡担当として、心理支援センターとの連絡業務に携わると同時に、被災地への緊急派遣SCチームの編成ならびに、緊急派遣SCのコーディネーション、および後方支援にあたった。また、実際に被災県である岩手県と宮城県で緊急派遣SCとして勤務した。

被災直後の初期対応から中・長期対応にかけて、これ

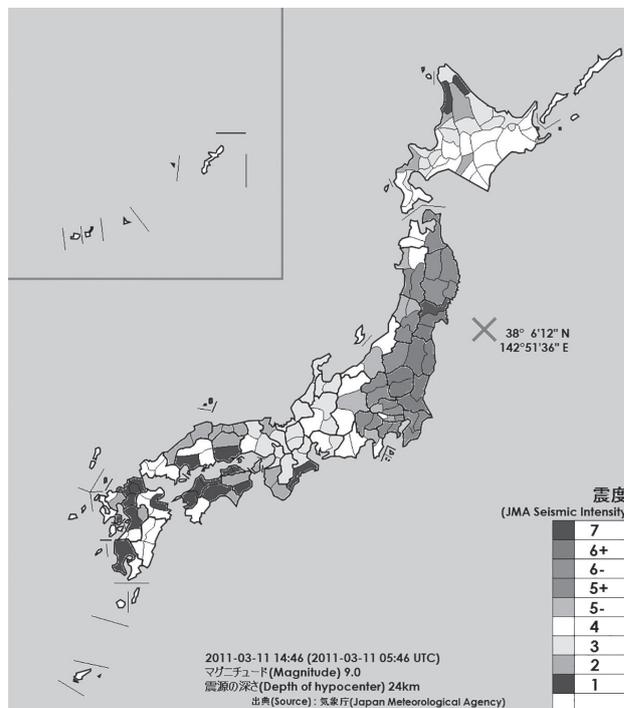


図1：東北地方太平洋沖地震（東日本大震災）地図

までの山口県士会の被災地での支援活動を報告し、大規模災害における心理支援について検討する。

## 2. 震災支援部会の組織

震災支援部会は、県士会会長を部会長とし、県士会幹事を部会員として編成された。組織は、大きく県内被災者支援と現地被災者支援に分かれており、さらに現地被災者支援は緊急派遣SC担当並びに後方支援担当に分かれた。

緊急派遣SCの募集に際しては、県内の臨床心理士に対して、被災地や被災者支援に関するアンケート調査を実施し、県内支援と現地支援に分類して、派遣可能なSCの募集や依頼を行った。県内被災者支援としては、県内の公立学校や幼稚園、保育所に転入してきた子どもと保護者の支援や、臨床心理系大学院による相談センターの無料化を行った。また、臨床心理士を対象とした、災害時の心理支援に関する研修会も随時行った。

## 3. 緊急派遣SCの後方支援体制

大規模災害に於ける後方支援は、自衛隊に代表されるように兵站（ロジスティクス：logistics）と呼ばれ、主に物流をさす。これは医療チームである災害派遣医療チーム（Disaster Medical Assistance Team：DMAT）や災害派遣精神医療チーム（Disaster Psychiatric Assistance Team：DPAT）においても同様である。山口県士会では、緊急派遣SCのために後方支援体制を整えるにあたって、被災された方々に寄り添った支援であることと同時に、被災地に派遣された緊急派遣SCが、

二次受傷などのメンタルヘルス不調に至らないための支援を心がけた。想像を遥かに超えた未曾有の被害状況の中で、緊急派遣SCを派遣するに当たっては、その期待される成果を得るためにも、緊急派遣SC自身のメンタルヘルスが重要である。後方支援担当者は緊急派遣SCの派遣中、必要な物資の手配をすると共に、毎晩活動報告を聞き取り、緊急派遣SCの心理的支援を行い、必要な助言を与えたり、次の緊急派遣SCに繋ぐなど、物心両面のサポートを行った。派遣に際しては、心理支援センターからきめ細やかなサポートを受け、被災県の県教育委員会ならびに市教育委員会の担当者等、行政との連携も密に行ったが、初期は情報が錯綜し、連絡系統が混乱することもあった。

また、緊急派遣に当たっては、県士会の多くの臨床心理士がリレー方式で関わるため、子どもや学校への一貫した関わりや、継続性が何よりも重要であることから、メーリングリストによる毎晩のメールでの報告、緊急派遣SCの帰着に合わせた引き継ぎのためのグループミーティングを毎回行った。これは、情報の共有だけでなく、「聴く」ことによってお互いに支えあうことも考慮している。この他、派遣前や派遣中も随時研修会を実施して、支援のためのスキルを学ぶと共に、必要に応じて支援計画を細かく修正した。

緊急派遣SCの活動は基本的に、1995年に発生した阪神・淡路大震災の支援経験に基づいており、「サイコロジカル・ファーストエイド 実施の手引き 第2版」

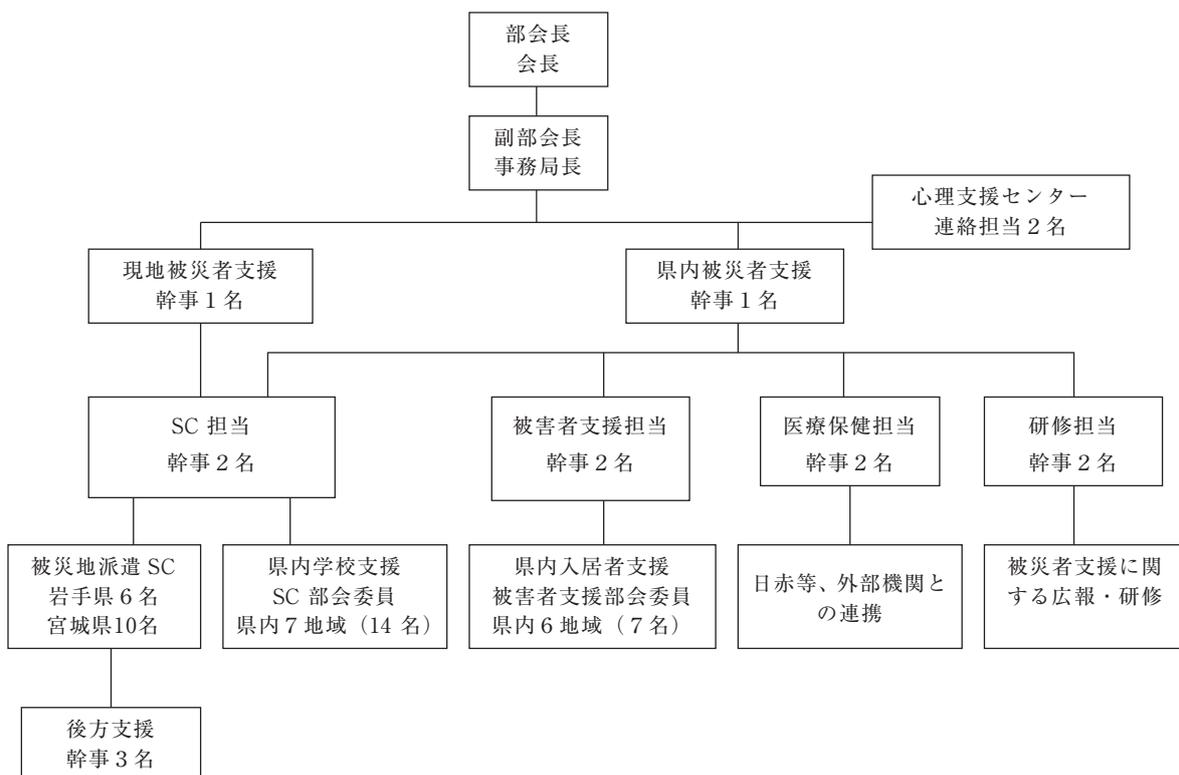


図2：山口県臨床心理士会 東日本大震災支援部会組織図 (2011.4.4)

(Psychological First Aid : PFA)<sup>1)</sup> ならびに「サイコロジカル・リカバリー・スキル実施の手引き」(Skills for Psychological Recovery Field Operations Guide : SPR)<sup>2)</sup> に拠っている。

#### 4. 被災地派遣の実際

山口県士会の緊急派遣SCは、岩手県と宮城県の両県に、2011年5月10日から毎週4日間、6週間にわたって派遣された。筆者は5月30日から6日間、釜石市内のホテルに宿泊し、市内の中学校と小学校にそれぞれ2日ずつ勤務した。両校とも高台にあったことから、直接の被災は免れ、児童生徒は全員無事であったが、自宅が流されたり、家族を亡くした者もいた。また、体育館や実習室が避難所になっており、教頭や養護教諭は支援物資の仕分けに追われていた。宿泊所のホテルには他県の緊急派遣SCも宿泊しており、これらのSCとも、毎晩ミーティングを行った。

学校へ向かう道路の両脇には瓦礫が高く積まれており、特に北部の鶴住居地区は被害が甚大で、中学校と小学校が壊滅的な被害を受けていた。



写真1：鶴住居地区（平成23年5月）



写真2：釜石市立釜石東中学校（平成23年5月）



写真3：釜石東中学校校門（平成23年5月）



写真4：釜石東中学校校舎（平成23年5月）



写真5：釜石市立鶴住居小学校（平成23年5月）



写真6：鶴住居小学校校舎（平成23年5月）

2011年6月15日以降は、岩手県は常駐の県外SCを募集することとなり、各県士会から派遣された緊急派遣SCは撤収した。一方、宮城県では沿岸部の学校への聞き取り調査を行い、各学校の要請に応じて、県士会派遣

の緊急派遣SCを配置した。山口県士会の緊急派遣SCは6月以降、気仙沼市のA小学校に毎週4日間、継続して派遣されることとなった。A小学校への派遣は、2011年度は愛知県SC1名の協力を得て、15名の緊急派遣SCがリレー方式で、延べ34回、132日間活動した。筆者は緊急派遣SCのコーディネーションをしつつ、12月13日から4日間、実際にA小学校で勤務した。

2012年度は山口県士会の緊急派遣SCに加えて、もう1名、東京都SCが隔週1日加わった。愛知県SCを含む山口県緊急派遣SCチームは、10名が隔週4日、延べ21回、76日間活動した。2013年度は宮城県SC1名（毎月1日勤務）と共に、愛知県のSC1名を加えた9名が、隔週4日、述べ20回、73日間勤務した。2014年度は宮城県SC1名（毎月1日勤務）と共に、9名が、隔週4日、述べ20回、72日間勤務した。支援活動は2015年度も継続中で、宮城県SC1名（毎月1日勤務）と共に、愛知県のSC1名を加えた8名のSCが、隔週4日、述べ17回、69日間勤務する予定である。



写真7：被災直後の教室  
（宮城県気仙沼市 平成23年3月11日：校長提供）



写真9：校庭での炊き出し（校長提供）



写真8：被災直後の職員室  
（宮城県気仙沼市 平成23年3月11日：校長提供）



写真10：支援物資の配布（校長提供）



写真11：体育館が避難所に（芸能人の公演：校長提供）

## 5. A小学校での活動

緊急派遣SCの活動は、大きく、初期対応と中・長期対応に分けられる。初期対応は急性ストレス反応（Acute Stress Reaction：ASR）や急性ストレス障害（Acute Stress Disorder：ASD）への対応である。通常は1ヶ月程度とされるが、今回は被害の深刻さや度重なる余震、おびただしい瓦礫、遅々として進まない復興等、震災だけでなく、その後の喪失によるストレスに加えて、日常生活上のストレス<sup>3)</sup>も加わって、ストレスフルな状況がいつまで続くか分からない状態であった。

### 災害、事件、事故後の三種類のストレス

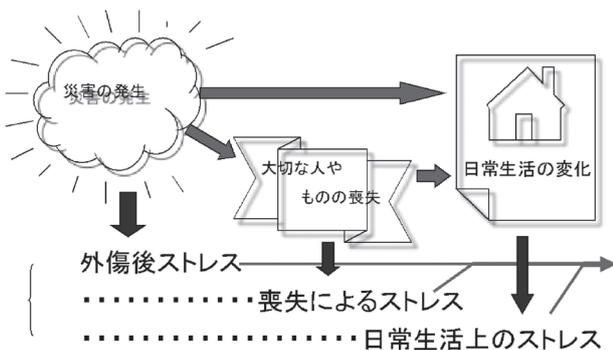


図3：災害、事件、事故後の三種類のストレス  
（富永良喜氏、高橋哲氏提供）

A小学校は、津波による被災を免れたことと、仮設住宅が近くに建ったことから、被災した小学校からの転入生を多く受け入れることとなった。また、転出も多くあった。多いときは、全校生徒の3分の1を超える児童が転入した。被災した小学校では、児童の書類が流失しており、その後の家庭や学校、行政の混乱もあって、転入児童の被災状況等の情報が十分に把握できなかった。そこで1年目は1学期から、児童全員の行動観察を行

い、心理状態を把握する目的で個別面接を実施して、教員とティームティーチング（Team teaching：TT）でこころの授業（こころの健康教育、ストレスマネジメント）<sup>4)</sup>と、リラクゼーションを行った。教職員へはコンサルテーションと研修を、保護者には保護者会での講話、保護者面接などを行った。3学期には震災1周年を迎えることから、アニバーサリー反応（記念日反応）の予防として、教職員を対象にアニバーサリー反応に関する研修を行い、児童に対して心とからだの健康調査（富永ら：2011）<sup>4)5)</sup>を実施して、高得点者の個別面接および保護者面接を行った。

2年目以降は上記の支援を継続して行いつつ、中・長期対応として、心的外傷後ストレス障害（Post-traumatic Stress Disorder：PTSD）への対応や表現活動<sup>4)</sup>を行った。表現活動は、教員や緊急派遣SCによって守られた、安心できる空間で、震災体験を文章や絵、言葉で表現することで自身の体験を振り返り、気持ちを整理して納めることで、心のケアを目指す活動である。集団で実施してお互いに聴き合うことで、他の児童と体験を共有し、受け入れられる体験を通して、相互理解によるクラス内の人間関係作りを行った。さらに震災体験を語り継ぐことによって、防災意識を高め、アニバーサリー反応の予防とレジリエンス及び教員による防災教育へと繋げていった。

筆者はこの間、毎年2、3回勤務し、被災地や小学校のニーズを汲み取り、各SCの専門性や特性を勘案しながら、管理職や復興支援担当教員とともに活動を企画し提案した。緊急派遣SCのコーディネートに際しては、通常のスクールカウンセリングのように、1人のカウンセラーが1校を継続的に担当するのではなく、1つの学校を複数のカウンセラーがリレー方式で担当することから、カウンセラーの個性を尊重し、行動観察やソーシャルスキルトレーニング（Social Skills Training：SST）、表現活動など、各人の専門性が活かされるような活動を学校に提案し実施した。緊急派遣SC同士も、メールや電話で連絡を取り合い、様々にコラボレートしながら協働した。

## 6. 課題提起

今回の大震災で、心理支援センターが被災した各県に提供した「心とからだの健康調査」や「表現活動」、「心理教育」などの心理支援プログラムは同一である。しかし、岩手県と宮城県、福島県の3県に関しては、当初から緊急派遣SCの活用や支援プログラムの実施方法に違いが見られた。

岩手県は、2011年の7月から、各県士会からの緊急派遣SCの派遣受け入れを終了し、『県外SCが年間を通じて常駐し学校を巡回』する方式に変更した。このため、常駐SCの数が少なく、1名のSCが広い地域を担当するため、津波等で直接被災した学校に重点的に派遣されるこ

表1：県外スクールカウンセラー等の派遣状況

被災した岩手県、宮城県、福島県における  
平成23～25年度の県外スクールカウンセラー等の派遣状況 (H25.4現在)

	派遣の概要	H23派遣人数 (実績)	H24派遣人数 (実績)	H25派遣人数 (計画)
岩手県	通常の県内SCの配置に加え、県外SCや県内大学チームによる沿岸部への重点的な支援 ・県外SCが年間を通じて常駐し学校を巡回 ・県内3大学のチームによる支援	実人数 337名 (延人数 608名)	実人数 23名 (延人数 682名)	実人数 25名 (延人数 812名)
宮城県	通常の県内SCの配置に加え、県外SCによる沿岸部への重点的な支援 ・県外SCを毎週通いで派遣 ・H23年度以降に派遣された県外SCと同一人物を再派遣(各市町教育委員会や学校の要請に応じ柔軟に派遣期間を決定)	実人数 332名 (延人数 914名)	実人数 91名 (延人数 1,062名)	実人数 102名 (延人数 1,414名)
福島県	県内SC及び県外SCによる県下全域への支援 ・県外SCを毎週通いで派遣	実人数 209名 (延人数 775名)	実人数 79名 (延人数 2,370名)	実人数 84名 (延人数 2,520名)
合計 ※延人数とは、週当たり人数の合計		実人数 878名 (延人数 2,277名)	実人数 193名 (延人数 4,114名)	実人数 211名 (延人数 4,746名)

「東日本大震災の被災地における子どもの心のケアについて」 文部科学省(平成25年10月11日)

とから、その他の学校の場合、1校あたりの勤務回数がかきわめて少なくなっている。一方、宮城県は『平成23年度以降に派遣された県外SCと同一人物を再派遣(各市町教育委員会や学校の要請に応じ柔軟に派遣期間を決定)』するとあり、リレー方式を継続しながら、全体として同一のSCを活用している。

岩手県と宮城県にSCを派遣した経験から、筆者はこれを「岩手県方式」「宮城県方式」と名付けている。この他にも、岩手県では支援プログラムの実施時期や実施方法が、全県一律に行われており、県教育委員会の指導に各市町の教育委員会や学校が整然と従っている印象である。横断的研究として、データ収集の点からはとても効率的であるが、各学校によって児童生徒の状態や被災状況が異なっている中で、SCの絶対数が少なく、教員主導の一律の指導がどの程度効果を上げるかは疑問である。

宮城県では決定権は学校や各市町の教育委員会にあり、緊急派遣SCと相談しながら児童生徒の実情に合わせて実施するため、実施時期や実施方法だけでなく支援プログラムを実施するかしないかを各学校で決定している。緊急派遣SCの派遣に関しても、各学校の実情に合わせて個別の対応をしており、きわめて個別的、民主的であるが、一方で、学校間の緊急派遣SCの活用や、支援プログラムの実施状況に差が出ており、支援プログラムの効果測定は困難である。

これらの活用方式の違いが学校や子どもにどのような形で現れるのか、震災時に公立学校の児童生徒であった子どもたちだけでなく、乳児や幼児も被災体験とその後の環境変化の影響を受け成長することを考えると、震災時に生まれた子どもが高等学校を卒業するまでが一区切りとなる。現在行われている緊急派遣SCによる横断的

研究を積み重ね、2011年に生まれた子どもたちが高等学校を卒業するまでの、18年にわたる追跡調査による縦断的研究が必要ではないかと考える。

## 7. 終わりに

災害派遣の支援活動にはいつか終わりが来ると言われている。支援者は常に“撤収”を意識しなければならない。しかし、今回の緊急派遣を通じて少し考えが変わってきた。日本各地で災害が起こっている現在では、被災地以外の広域圏から継続的に支援に駆けつける体制が必要ではないだろうか。山口県士会の緊急派遣SCも、当初は“撤収”を前提に、教職員や宮城県SCに活動を繋ぎ、児童の心理的支援が継続されることを考えていたが、今ではA小学校への緊急派遣SC事業が終わるまで、継続的に関わり、繋がり続けることが大切であると考え<sup>6)</sup>。日本臨床心理士会では南海トラフを想定して、近県同士の連携を強化するために演習を繰り返しているが、東北3県の場合、近県からの緊急派遣SCの数が少なく、被災地を全て支援するのは困難であった。今後、東京都や神奈川県などの大都市圏からSCが継続的に支援に向かう体制が整うまで、必要に応じて柔軟に活動を継続したい。

## 謝 辞

震災当日から、被災地で子どものために懸命に頑張ってくられた、校長先生を初めとする学校の先生方、これまで山口県臨床心理士会の緊急派遣SC活動を支えてくださいました、岩手県、宮城県教育委員会の歴代担当者の皆様、山口県臨床心理士会東日本大震災支援部会委員の皆様、被災地に赴いてくださった山口県緊急派遣SCの皆様、被災地に厚く御礼を申し上げます。また、緊急派遣SC

の派遣指揮や支援プログラムをご教示くださいました、心理支援センターの高橋哲先生、富永良喜先生に深謝申し上げます。

### 引用文献

- 1) アメリカ国立トラウマティックストレス・ネットワーク. アメリカ国立PTSDセンター. 兵庫県こころのケアセンター訳. サイコロジカル・ファーストエイド 実施の手引き 第2版. (Psychological First Aid : PFA)  
<http://www.j-hits.org/psychological/index.html> 2009.
- 2) アメリカ国立トラウマティックストレス・ネットワーク. アメリカ国立PTSDセンター. 兵庫県こころのケアセンター訳. サイコロジカル・リカバリー・スキル実施の手引き. (Skills for Psychological Recovery Field Operations Guide : S P R)  
<http://www.j-hits.org/spr/index.html> 2009.
- 3) 富永良喜、高橋哲. 東日本大震災被害者支援研修会資料. 2011.
- 4) 富永良喜. 東北地方太平洋沖地震と心のケア. 日本心理臨床学会・支援活動委員会. 日本心理臨床学会HP. <http://www.ajcp.info/heart311/> 2011.
- 5) 富永良喜. ストレスマネジメント理論による心とからだの健康観察と教育相談ツール集. 京都市：(株)あいら出版, 2014.
- 6) 太田列子. 支援をつないで 第3集 被災から前進するために未来へのメッセージ. 宮城県：宮城県気仙沼市立学校長会. 2014：24-25.

