

201224032A

厚生労働科学研究費補助金  
障害者対策総合研究事業（身体・知的等障害分野）

障害者の防災対策とまちづくりに関する研究

平成24年度 総括研究報告書

研究代表者 北村 弥生

平成25(2013)年3月

厚生労働科学研究費補助金  
障害者対策総合研究事業（身体・知的等障害分野）

## 障害者の防災対策とまちづくりに関する研究

平成24年度 総括研究報告書

研究代表者 北村 弥生

平成25(2013)年3月

## 目 次

I.	総括研究報告「障害者の防災対策とまちづくりに関する研究」(北村弥生) . . . . .	1
II.	分担研究報告	
1.	東日本大震災における発達障害(児)者のニーズと有効な支援のあり方に関する研究 (前川あさ美) . . . . .	6
2.	知的・発達障害者に対する災害時の情報支援に関する研究(深津玲子) . . . . .	21
3.	障害(児)者の個人避難計画と避難所における配慮ガイドラインの作成(北村弥生、筒井澄栄)	
3-1.	埼玉県所沢市吾妻地区荒幡町内会の場合 . . . . .	36
3-2.	精神障害者による津波避難準備活動と地域(北海道浦河町) . . . . .	51
3-3.	社会福祉法人による甚大災害への準備活動と課題(愛知県名古屋市) . . . . .	67
3-4.	呼吸器利用・電動車いす利用で単身生活を行う難病盲ろう者の自助による災害時個人計画 (東京都) . . . . .	77
3-5.	災害時の避難候補場所の選定における電子地図とGISの活用(埼玉県所沢市) . . . . .	89
4.	障害(児)者を対象とした災害時前訓練教材の開発(北村弥生) . . . . .	93
	(資料1) Compilation of “Disaster Prevention Handbook for People with Autism” and its Use in the Great East Japan Earthquake. Rehabilitation International 2012.10. . . . .	96
	(資料2) 「自閉症のひとたちのための防災ハートブック」の編纂と東日本大震災における活用 . . . . .	97
5.	災害時要援護者支援に関する国際比較研究(河村宏、北村弥生) . . . . .	105
	(資料3) 障害者の権利条約第5回締約国会議ラウンドテーブル1: アクセシビリティと技術 . . . . .	109
	(資料4) Requirements for Life-saving Information to Trigger Right Actions to Save Lives at Severe Disasters. . . . .	121
	(資料5) 「災害時要援護者支援に関する勉強会」記録 . . . . .	128
	1回目(平成24年1月) . . . . .	129
	2回目(平成24年4月) . . . . .	182
	3回目(平成24年7月) . . . . .	234
	4回目(平成24年10月) . . . . .	236
	5回目(平成25年1月) . . . . .	247
III.	研究成果の刊行に関する一覧表 . . . . .	287

## 障害者の防災対策とまちづくりに関する研究

研究代表者 北村弥生 国立障害者リハビリテーションセンター

### 研究要旨

本研究では、災害時要援護者のうち対策が遅れている知的・発達障害（児）者を中心に、身体障害者（肢体不自由、視覚障害、聴覚障害、盲ろう）に対する災害準備と急性期・復旧期・復興期における情報提供と心理的支援を含めた福祉的避難支援のあり方を4つの側面から明らかにすることを目的とする。以下、特別に指定しない場合は全障害を指す。（1）東日本大震災被災地における発達障害（児）者とその家族に対して、災害時ならびに経過にそって浮かび上がったニーズを調査するとともに、地域の主体性に配慮して連携を開始している支援の評価を行い、時期に応じた支援マニュアルを作成する。（2）全国の発達障害者支援センターと当事者を対象とする調査により、東日本大震災の影響の全国的な経時変化を追跡し、情報提供マニュアルを作成する。（3）被災地で、地域の社会資源とニーズに基づいた要援護者の個人避難計画と避難場所における配慮マニュアルを作成する。東日本大震災で被害の多かった在宅および通勤・通学中の個人避難計画を優先して作成する。（4）知的・発達障害（児）者自身が災害・避難・避難生活について理解するための教材と教育プログラムを開発し、被災地における復興支援で成果を評価する。また、同じプログラムを身体障害者に拡張する。本研究の特徴は、当事者自らが災害と対処方法を理解し、「助けられる存在」ではなく「自己の役割を持った存在」として緊急時に主体的に行動するための確信と決意を持つための支援を開発することである。

平成24年度には、被災地においても次の地震および津波被害を被災地および他地域が防ぐための災害準備が希求されていることが明らかになった。

#### A. 研究目的

共生社会の実現に向けては、障害者等のすべての者が安全で安心して生活し社会参加できるまちづくりを進める必要がある。安心や安全の基盤となる災害対策では、東日本大震災の状況も踏まえ現状の取組みを検証し、災害弱者に対する対策を抜本的に強化することが求められる。特に、災害時の避難を迅速かつ適切に行うためには、情報へのアクセスが重要であるが、障害者は情報へのアクセスに制約がある場合が多い。

本研究組織は情報アクセシビリティの基盤となるマルチメディア電子図書の国際規格の開発や評価を行うとともに、北海道浦河町と共同してマルチメディア関連技術（GISやマルチ

メディア電子図書規格DAISY）を応用開発し、その成果を実証する等の研究に取り組んできた。

これまでの防災対策に関する知見を活かしながら、「共生社会」の実現に向けて、障害者の防災活動を通じて障害者が地域で暮らすまちづくりを進めるため、在宅・施設を通じて、すべての障害者が参加できる地域に根ざした防災活動の在り方に関して研究を行う。

#### B. 方法および結果

本研究では、災害時要援護者のうち対策が遅れている知的・発達障害（児）者を中心に、身体障害者（肢体不自由、視覚障害、聴覚障害、盲ろう）に対する災害準備と急性期・復旧期・

復興期における情報提供と心理的支援を含めた福祉的避難支援のあり方を4つの側面から明らかにすることを目的とする。以下、特別に指定しない場合は全障害を指す。

また、地震と津波への脅威を共有する環太平洋諸国間で研究成果を共有し、各国の実践を発展させるための国際ネットワークを構築する。

本研究は、すでに災害時要援護者支援に関する研究等で、申請者と協力関係にある発達障害情報・支援センター、日本自閉症協会、所沢市手をつなぐ育成会、所沢特別支援学校、板橋区役所防災部長、被災地の福祉施設・当事者組織、日本ALS協会、全国盲ろう者協会、日本障害者フォーラム、地域の防災組織、学校等の協力を得て実施し、作成したガイドラインと教材は協力組織と国リハHPを介して広報する。

本研究の特徴は、当事者自らが災害と対処方法を理解し、「助けられる存在」ではなく「自己の役割を持った存在」として緊急時に主体的に行動するための確信と決意を持つための支援を開発することである。

## 1. 東日本大震災における発達障害（児）者のニーズと有効な支援のあり方に関する研究（前川あさ美）

東日本大震災被災地（特に宮城県）における障害（児）者とその家族に対して、災害時ならびに経過にそって浮かび上がったニーズを調査するとともに、地域の主体性に配慮して連携を開始している支援の評価を行い、時期に応じた支援マニュアルを作成する。平成24年度には、発災以来、研究分担者（前川あさ美）が毎月、被災地を訪問して行っていた支援者に対する研修と被災者に対する支援を継続しながら、ニーズの時間変化を把握し、仮説を設定して研究デザインを構築する。平成25年度に調査を実施し、把握されたニーズの時間変化を実証する。平成26年度には、発災から3年間におけるニーズの変化と対処方法を整理しマニュアル化する

る計画である。

平成24年度には、被災地の支援員と発達障害の家族被災者との情報交換を行い、一年経って現れたアニバーサリー反応の意味とそれに対する対応、震災直後にみられた発達障害をはじめ多くの障害をもった子どもたちのいわゆる「いい子」という状態の意味、定型発達の子どもに見られる「ごっこ遊び」と発達障害の子どもに見られるポストトラウマティックプレイの違いと共通点などについてもいくつかの仮説を設定した。また、被災地でも、東日本大震災の記憶と堤防が壊れた状態での次の津波への恐怖が強く、次の被害を防ぐための事前準備が希求されたことから、平成25年度には、発達障害児と母親を対象とした災害準備教育のあり方を検討する。

## 2. 知的・発達障害者に対する災害時の情報支援に関する研究（深津玲子）

東日本大震災では、発達障害情報・支援センターは、発災3日後（土日はさんだ月曜日）から災害時の発達障害児への支援に関する情報提供をインターネットから開始した。本研究では、国の発達障害に関する情報センターの役割が、東日本大震災において果たせたのか、課題と対処方法は何かを明らかにすることを目的とする。また、発達障害情報・支援センターが集約する全国の発達障害者支援センターに災害時に期待される役割を明らかにする。

平成24年度には、全国の発達障害者支援センターを対象とする調査により、東日本大震災の影響の全国的な経時変化を追跡調査し、平成24年2月よりも平成24年11月の方が、全国的に発達障害支援センターに対する災害に関する問い合わせが増えたこと、平成24年度には44%の支援センターが防災に関する何らかの活動を実施していたことを明らかにした。また、多く認知されたのは「自閉症の人のための防災ハンドブック」（日本自閉症協会、2008）98%で

あり、発達障害情報・支援センターからの情報は2番目に認知され76%、被災地でチラシを配布したためと考えられた。

東日本大震災ビッグデータの解析結果では、発達障害情報・支援センターが発災3日目から実施したインターネットを介した情報発信へのアクセス数とツイッター上での関連発信(全部で114件)が同期したことを明らかにした。さらに、ツイッターで検索できた発達障害に関するデータ12,185件(全ツイートの0.006%)のうち当事者の家族からの個人的な要望は22件と少なかったことが明らかになった。

これらの結果から、以下の4点が示唆された。

1) 発達障害情報・支援センターおよび全国の発達障害者支援センターは災害時および災害後の相談に応じる準備が必要であること。2) インターネットが大災害時における有効な情報流通のための手段となるためには、平時における持続的な情報発信が必要であること。3) 情報発信の仕方についての訓練が支援センターなど機関だけでなく支援を求める個人についても必要であること。4) 発信された情報をリアルタイムに検索できるような仕組みの準備や被災地の外からそれらの活動を支援する専門家の存在が必要であることも示唆された。

平成25年度には復興期における情報支援のニーズに関する面接調査を被災地および被災者の転出先の発達障害者支援センターおよび当事者を対象に行い、平成26年度にこれらを総合し今後の災害時情報支援ガイドラインを作成する。

### 3. 被災地における障害(児)者の個人避難計画と避難所における配慮ガイドラインの作成 (河村宏、猪狩恵美子、北村弥生)

本研究では、被災地における再度の災害に備えた障害(児)者の個人避難計画の作成と、地方自治体・自治会・地域福祉施設の協力を得て地域に

おける一次避難所あるいは福祉避難所における配慮ガイドラインを作成する。平成24年度は、全国における要援護者の個人避難計画の先行事例を調査した。具体的には、2) 北海道浦河郡浦河町の社会福祉法人 浦河べてるの家における当事者主体の地震・津波避難訓練、3) 愛知県名古屋市の社会福祉法人AJU自立の家における利用者の安否確認計画、1) 埼玉県所沢市荒幡町内会における災害時要援護者支援要領、4) 東京都在住の一人暮らし人工呼吸器装着者による自助体制を調査し、いずれの場合も避難行動そのものの具体化と地域における互助体制の構築が課題であることを明らかにした。また、所沢市における一時避難所などの資源を地図上に表示し、避難計画を立てるための地理情報の活用方法を提示した。平成25年度には、被災地等のモデル地域における災害時の要援護者支援状況を調査する。また、先行地域で開発した個人避難計画の具体例の実現可能性を地域防災学習会で検証する。平成26年度には、地域避難訓練での実証を行う。

### 4. 障害(児)者を対象とした災害事前訓練の開発 (北村弥生、前川あさ美)

障害(児)者が、「助けられる者」としてではなく、主体的に避難訓練・避難行動に取り組むための確信と決意を持つための訓練を開発する。日本自閉症協会に研究代表者が協力して作成した「自閉症のひとのための防災ハンドブック」および「まもるカード」、SOSカード簡易版を素材に、マルチメディアデジ版等を作成し、個々の対象者の生活圏内での実践と連携させた教育プログラムを実施し効果を検証する。効果検証としては第三課題と連携して、地域の避難訓練において一次避難所あるいは福祉避難所までの単独あるいは隣人との移動が可能となることを目標とする。平成24年度に教材と教育プログラムの素材の開発を行う。すなわち、東日本大震災で発達障害児者及び支援

者に最も活用された「自閉症の人のための防災ハンドブック（本人・家族編）」のマルチメディア・デイジー版とその英語版を作製した。また、障害学生を対象とした防災ワークショップを行い、災害時に関する基礎知識を提供するとともに、予想される危険についての認識が薄く、予備知識も少ないことを確認した。

平成25年度には、被災地等における教育プログラムの試行を、平成26年度に地域避難訓練での実証を行う。被災地及び避難所では、単一の障害だけを特化することは現実的ではないため、地域において多種の障害や要援護状態に有効な支援を行うための方策を事前に準備し、有効性を確認する。

#### 5. 災害要援護者支援研究に関する国際比較研究（河村宏、北村弥生）

米国連邦緊急事態管理庁FEMA（Federal Emergency Management Agency of the United States）のOffice of Disability and Integrated Coordination(ODIC)部長に面談し、米国における障害とリハビリテーション研究費の配分機関であるNIDRRにおいて関係者のワークショップを行い、要援護者に関して災害時避難支援と情報提供における課題が日本で共通することを明らかにした。ODICでは、発災時24時間以内に2000人を収容するための事前協定の締結と災害と避難に関する情報提供に関する整備が行われていた。また、当事者および当事者家族が計画作成に参加していた。

国連防災会議と過去2回の国連防災会議は日本で開催され、第3回(平成27年)も日本での開催が決定している。しかし、過去に策定された「横浜戦略」「兵庫行動枠組」では、障害者および災害時要援護者に関する記載はなかった。第3回で採択される行動目標に要援護者支援記載されることを目指して、米国NIDRRとのワークショップを継続することが合意された。

平成25年度には、米国との連携の他に、2004年12月のインドネシア地震による津波の影響があったインドに、日本での防災経験を技術移転し、災害対策の国際的な普遍性と特殊性を明らかにする。平成26年度には、3年間の成果をまとめる。

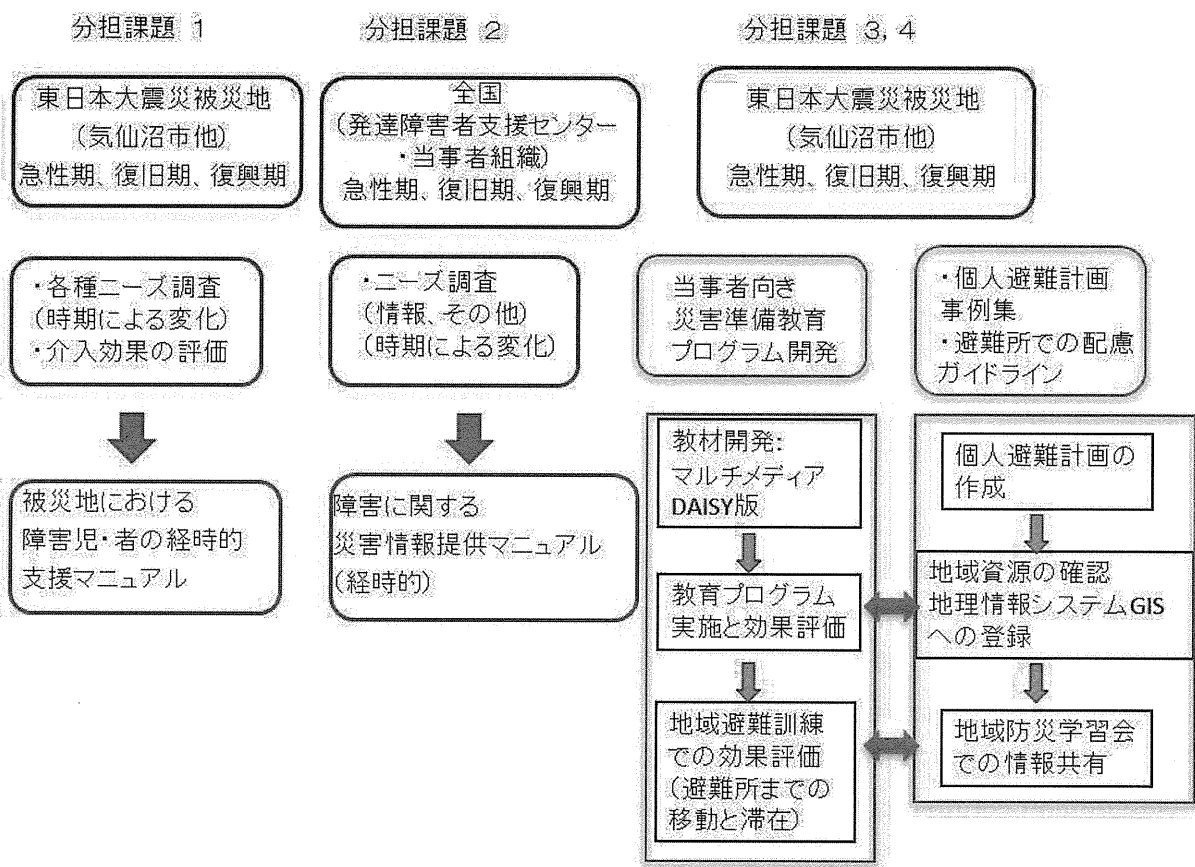
<倫理面への配慮>本研究は、国立障害者リハビリテーションセンター倫理審査委員会の承認を得て行った。

#### C. 結論

5つの研究課題のいずれにおいても、災害前の準備が重要であることが指摘された。平成25年度には、個人避難計画を中心とした事前準備の事例蓄積を各分野において整備することを目的とする計画である。また、特に、緊急性が高く、孤立が指摘された訪問学級児童・生徒・教員への対策を追加する。

#### D. 健康危険情報 なし

#### E. 研究発表 巻末刊行物参照





## 東日本大震災における発達障害（児）者のニーズと

### 有効な支援のあり方に関する研究

—岩手・宮城の子どもたちと家族—

研究分担者 前川あさ美 東京女子大学

#### 研究要旨

本稿では、これらの視察、支援活動を通して、震災後の時間的経過（2011年5月～2013年3月）の中で気づいたことや浮かび上がってきた被災地の課題と震災後の心のケアについて、特に発達障害をかかえる子どもとその保護者に焦点をあてて報告する。時間経過を4期にわけ、それぞれ7、8、6、1項目を抽出した。すなわち、第一期（2011年5月初め）の課題は、①震災直後の発達障害の子どもたち、②避難場所での安心のできなさ、③必要な物資提供のむずかしさ、④非日常の長期化の影響、⑤発達障害の知識・理解不足と専門家不足、⑥保護者が抱える多様な負担、⑦被災地外からの支援に対する期待と不安であった。第二期（2011年8～10月；震災後6か月）の課題は、①新たな防災への意識 ②長期化する震災後の心の反応、③遅延して出てくる心の反応、④保護者が活用できる震災後の心のケア、⑤震災と直接関係ないようにみえる問題の顕在化、⑥発達障害の子どもの居場所の新たな問題、⑦保護者のレスパイトの工夫とネットワーク作り、⑧地元支援者たちの疲弊であった。第三期（2012年1月末及び3月）の課題は、①心の反応の多様性、②仮設住宅での新たな不安、③個人・家庭・学校・コミュニティにおける防災、④アンバーサリー反応、⑤無力感・孤立感の回復とエンパワメント、⑥被災者たちの Post Traumatic Growth であった。第四期の課題は、障害のある子どもを養育する社会の醸成への希求であり、経験の共有は今後の課題であると考えられる。

#### A. はじめに

2011年3月11日のあの数分の揺れ、そして周囲の人々の表情、悲鳴、自分の中の味わったことのない緊迫感。1年以上経った今でも、あの日に体験した感覚がありありと蘇る。瞬間冷凍。トラウマに関連する記憶についてそのようにいわれる（西澤1997）。瞬間冷凍された出来事は、どんなに

時間が経とうと、「たった今の出来事」のように鮮やかに体験される。このことは、トラウマが他のストレスと大きく異なるところである。

著者は日本発達障害ネットワーク（以下JDD）専門家チームの一員として2011年5月、10月、2012年1月と岩手県と宮城県に行き、視察、研修や講演、シンポジウム、

茶話会などを兼ねた支援活動に参加する機会を得た。また、臨床発達心理士の災害支援チームの一員として心理士の仲間や東京女子大学の学生とともに2011年8月、10月、2012年3月、宮城県気仙沼市を訪れた。本稿では、これらの視察、支援活動を通して、震災後の時間的経過の中で気づいたことや浮かび上がってきた被災地の課題と震災後の心のケアについて、特に発達障害をかかえる子どもとその保護者に焦点をあてて報告する。

## B. 結果と考察

### 1. 震災後2か月のころの発達障害の子どもと保護者 —2011年5月初め—

まだ多数の被災者が避難所での不便な生活を強いられ心身ともに疲れはてていた。岩手県の沿岸部では新学期開始が遅れていた学校がそろそろ始まるというこの時期に気づいたこと、ならびに浮かび上がってきた課題を、①震災直後の発達障害の子どもたち、②避難場所での安心のできなさ、③必要な物資提供のむずかしさ、④非日常の長期化の影響、⑤発達障害の知識・理解不足と専門家不足、⑥保護者が抱える多様な負担、⑦被災地外からの支援に対する期待と不安の7点から述べる。

#### ①震災直後の発達障害の子どもたち

震災直後は、多くの子どもたちが落ち着いていたという。じっとしていなかった子どもが保護者のそばに大人しくいたり、こだわりの強い子が思うようにいかなくてもぐずらないでいてくれたりということは、混乱していた時期の保護者にとっては大きな助けとなった。子どもたちが持っている

サバイバルのための力なのかもしれない。ただ、ライフラインが復旧するとともに、子どもたちの姿が元に戻ってきたと保護者たちは苦笑しながら語った。ところが一方で、震災後から緊張が続き、震災前には見られなかった反応、例えば、おねしょが始まったり、地震や津波を自分のせいだと感じてしまったのか、「ごめんなさい、もうしません。」と言い出したり、いらいらして自傷行為をし始めたり、以前にはなかった感覚過敏が目立つようになったりした子どももいたという。

避難して数日後、自分の家に帰りたと言い出してきかない子どもを仕方なく連れて行こうとしたら、がれきに埋まった街並みを見てパニックに陥ってしまったという子どももいれば、保護者から津波の話を聴き、また映像をテレビで見ながら自宅跡に近づくのを嫌がるようになった子どももいた。また、子どもが受けるだろう衝撃を少しでも減らそうと、こんな工夫をした保護者もいた。「帰りたいてきかないので、写真を撮ってきて何もなくなった家の跡地を見せてから連れていきました。どんな反応するか心配したけど、写真を見ていたせいも特に驚いた様子もなかったです。」この子は、少ししてから、「おうち建てます」と独り言を繰り返すようになったが、この声は、弱気になっていた保護者を元気づけてくれたということだった。震災直後は多くの子どもが大人の力になったと聞いたが、発達障害の子どもも例外ではなかった。

いつも見ていたテレビ番組が見られなくなったこと、登校日が急になくなったことや停電期間が急に延期したことなど、震災直後にはやむを得なかった「急な変更」が

多数あったが、保護者はわかる範囲で事前に説明をしたり、「電気は19日ではなく21日につきます。」などと変更の内容を紙に書いて、子どもが見える所に貼ったりという対応をした。こうしたことが子どもたちに安心と安定を提供していたようだ。当たり前のことだが、震災前からの保護者と子どもの関係が震災時においても彼らを強く支えている様子うかがわれた。

## ②避難場所での安心のできなさ

天井が高い公民館や体育館での音の反響や人の数の多さが作り出すノイズは、聴覚過敏の発達障害の子どもたちにとって不快極まりないものだった。いつも運動をする体育館でたくさんの人が横になっているのが理解できず、走り回ろうとする子どもに「今は走りません」と言い聞かせている保護者もいた。震災直後は、発達障害の子どもたちが比較的落ち着いていたという話が被災地のあちこちで聞かれたが、それでも尋常ではない状況の中で保護者は「他の被災者に迷惑をかけないように」と気が休まる暇がなかった。

JDD 専門家チームは、手分けをして地元の支援員が消息をつかめた発達障害の子どもを家族を訪問したが、支援員の話だとその時点で避難所にいる発達障害の子どもと家族はほんのわずかで全体の消息をつかみきれていないという。避難所に行って、「ここには入れない」と決断した家族もいれば、行く前に、「うちの子は無理だろう」と判断して向かわなかった家族も多かったようだ。彼らは車中泊をしたり、半壊状態の家に戻って二階で生活していたり、内陸部の知人や実家を頼って転々としていたりし

ていた。実家を頼った家族の中には、身を寄せる期間が長期化するなかで、発達障害の子どもの偏った発達状態を巡って祖父母との関係がぎくしゃくしてしまい、結局、別居を決意したという家族もいた。

安心していられる避難場所がなかったことはいくつかの二次的問題を引き起こした。ひとつは、安否の確認がむずかしくなったこと、また、必要な物資、ならびに情報の提供が困難になったこと、さらに、発達障害の子どもの家族を孤立させ、保護者ならびに子どもたちの心身のストレスを増加させたことである。支援物資が行き届かなかった震災直後は、命の危険さえも感じていたと語る保護者が複数いらした。

この時期までは、行政が混乱していたこともあり、内陸に居を構える自閉症協会や民間の親の会のメンバーたちが文字通り足を運んで安否の確認や具体的な物資の必要性を確認し提供して回ったという。

## ③必要な物資提供のむずかしさ

白いご飯だけでは食べられないというように発達障害の子どもたちの中には、味や舌触り、匂いへの過敏性から非常事態における食をめぐって困難を体験するものが多かった。また、心の癒しとなる物資に関しても、手触りや色へのこだわりから、せっかく配給された服やタオル、ぬいぐるみや玩具などを拒絶する子どももいた。発達障害の特性を熟知する民間の団体や親の会がこうした状況をいち早く理解して動いた地域があったが、すべての被災地に行き届くものではない。もともと変化に不安を感じやすい発達障害の子どもたちが生き延びるために、食や心をほっとさせる物は重要で

あるが、一斉に配給される食べ物や物資は、こうした子どもの心身の安全と安心にはつながりにくかったのである。個別のニーズをどのように迅速にキャッチし、どのように的確に届けるか、今後の課題である。

命の危険性がひとまず落ち着いた頃、発達障害の子どもたちの中には、「何もすることがない時間」に落ち着きをなくし、自傷行為を始めるものさえでてきたという報告がある。保護者が忙しくて相手できなかったり、これまで愛用だったゲームやお気に入りの道具などが流されてしまったりした彼らは、他の子どものようにボランティアの人たちと遊んだり、支援活動に協力したり、必要とされていることを察して動いたりして時間を過ごすことは苦手であった。そのため、前述した親の会やJDD、自閉症協会などが夢中になるものや心落ち着けられるものについての情報を個別に集め、例えば、キラキラファンが光る扇風機、図鑑、お気に入りの写真付きカードといったものや、iPadなどのタブレットを配布し、それらは子どもたちの気分転換に活用されていた。

#### ④非日常の長期化の影響

震災直後からの非日常性が、思いのほか長期化した。これは東日本大震災の被災規模も深刻さも想像以上に大きかったためである。日常生活のリズムは、どんな人間にも大切だが、特に発達障害の子ども心身の安定回復においては重要であった。多数の人の避難所となることで学校の再開は大幅に遅れていたが、そのことが様々な影響を子どもや保護者にもたらしていた。がれきや捜索活動のため、自由に外で遊んだり

運動したりすることができなかった子どもたちは運動不足となり、多くの保護者が「被災太り」という言葉を用いて心配していた。生活の中での構造化が崩れ、就寝や起床のリズムが崩れている子どもも多かった。学校再開後、彼らは、制限されていた活動空間がわずかに広がり、先生や級友という顔なじみとの関わりと学校における構造化された時間の中で、情緒が安定し、夜の睡眠も改善されている様子が見受けられた。保護者のほうも、学校に行っている間の時間を多少は思うように使えるという気持ちから、ほっとしている様子がみられた。改めて、学校という存在が、学びや人間関係の場として意味があるだけでなく、大人と子どもの日常性のリズムを作る上で重要な意味をもっていることに気づかされた。

#### ⑤発達障害の知識・理解不足と専門家不足

どの地域であれ、外から見えにくいハンディというのを理解してもらうことはむずかしい。また、「スペクトラム」といわれるように程度の違いで、誰にでも見られるような行動の特徴をもっていたり、発達障害と診断がついていても一人ひとりの状態像がかなり多様であったりということも、こうした子どもたちの生きにくさを分かりにくくしている。また、地元支援員から、被災地沿岸部には発達障害の専門家が少なく、診断ができる専門医は片道2時間半の内陸部にある病院にまでいかないと出会えないという話をうかがっていた。こうしたことは、発達障害の子どもを抱える家族をより孤立させていたかもしれない。「息子は手を握られるのがダメなので、一緒に逃げようって急に握られて、びっくりしたんでしょ

う。噛みついてしまったんです。」「みんながいらいらしていたし、仕方がないですが、挨拶ぐらいしろって怒られて。うちの子は言われてることは理解できるから、ちょっと見ただけでは障害ってわからないんです。」ささいな行き違いによって、被災時に助けが必要な発達障害の子どもも彼らに手を貸そうとする人たちも、また、その様子をみていた保護者も心傷ついてしまうことが少なからずあった。

また、コミュニティにおける発達障害への理解不足は、保護者に SOS の声を出しにくくさせていた。地元支援員が言うには、避難所を「障害児支援」や「発達障害相談」という言葉で回ってもニーズが出ず、「子育て支援」と言葉を選び直したところ、保護者が声を出し始めたということがあった。こうしたことは、東京でもありうるのだが、震災直後のような時期には必要な SOS が出しやすい環境を整備することは極めて重要なことである。

#### ⑥保護者が抱える多様な負担

東日本大震災は、多くの人にとってトラウマティックな体験となった。心は弱いから傷つくのでもなければ、子どもだから傷つくのでもない。津波による想像を絶する大規模な被害は、むしろ大人の心を深く傷つけていた。それは、大人のほうが子どもよりも長く生きている分、大人は津波によって多くのものを喪失していたからかもしれない。「アルバムや普段なら手にとらないような旅のお土産といった思い出のものがすべて流された。でも、学生時代の友だちが写真をたくさん送ってくれて、その時はじめて、思い出って私を支えてくれていた

んだなって気が付いた。」と、ある保護者は語っていた。また、大人は、他者との物理的精神的ネットワークの中で生活している分、亡くなった人がたくさんいるのに、自分が生き残っていることに「サバイバーズ・ギルト」を抱きやすくなっていた。今回の震災の想像を絶する被害の大きさは、見通す力をもつ大人に子ども以上に絶望感を与えただろう。また、情報の量や情報の提供のされ方は、理解する力をもつ大人を振り回し不信感で混乱をさせた。疑うということは人を思いのほか疲弊させることを今回多くの大人が体験したのではないだろうか。さらに、子どもを守る責任を感じている保護者たちは、弱音を吐けずに、心の痛みを抑圧せねばならないことも多かった。

発達障害の子どもを抱える保護者の中には、日ごろから「迷惑をかけたくない」という思いが強いものが少なくない。そのため、一人で子どもを抱え込もうとして、心理的にも身体的にもストレスをためてしまうことがある。震災時も、彼らは子どもを人に預けることを強く躊躇っていた。茶話会で、ある保護者は、「こういう子どもと関わったことがあるとか、知識をもっているという人だったら頼みやすいかもしれません。」と話していた。こうした子どもと関わった経験やある程度の知識を持っていることを、周囲を気にさせずに保護者にはわかるように提示すること（例えば、決まった色のバンダナを体のどこかにつけるとか）といった工夫が保護者の心身の負担を少しでも軽減できるのではと感じた。

保護者の経済的負担も重くなっていた。というのも、発達障害の子どもたちの個別のこだわりや症状のために、一斉に配給さ

れるものでは子どもの安全や安心を確保することができないので、自分でそろえていかねばならなかったからだ。

こうした大人たちのいつもと違う表情や疲れなどは、「察する」ことが苦手、表情を読むことが苦手といわれていた発達障害の子どもたちにも伝わっている様子がみられ、親子関係の緊張が時間とともに高まってきている様子がみられた。

#### ⑦被災地外からの支援に対する期待と不安

地元支援員たちは、被災地外から集まってくる支援者たちに感謝の気持ちを抱きつつも、彼らに対して不安や不満を抱いている様子がうかがわれた。「支援活動をイベント化する（記者やカメラマンを引き連れてくる）」「地元のペースを無視して一方的に活動する」「何でもやってあげるという態度で来る」「傷ついた心を放っておくと大変なことになると予言者のように言いふれまわる」

「2, 3日いて何も引き継がずに自己満足して帰る」……。支援活動の中には、がれき処理など「信頼関係」がなくてもできる活動がある。しかし、心の支援は「信頼関係」という土台が不可欠である。「〇〇法」「〇〇テクニック」などいろいろな専門性をもった心の専門家が集まってきたが、優れた専門性も丁寧に育てていく信頼関係なしには、支援を受ける人やその周辺の人たちの心を傷つけてしまうことがありうる。

「できるだけ一人の人に長くいてほしい」という被災地の思いは当然のことで、特に学校場面では強い願いであったのだが、被災地外からの支援者にとっては、その実現に協力したくてもできないジレンマを経験していた。また、地元支援員は子どもへの支援

において、発達や発達障害への視点を持たない心理士の存在にも当惑を感じていた。この時期は、まだ被災地外の支援者とどのように連携できるか具体的な状況が見えてなかったこともあり、多くの地元支援員が不安を抱えざるをえなかったのだ。また、ある保護者は、「いろいろしてあげたい」という被災地外の支援者の姿勢に違和感を感じると語った。「やってもらおうとどんどん自分たちが弱くなる気がする」という。そもそもトラウマティックな体験は人間を途方もなく無力化する。それ故、心のケアにおいては相手の中に残る力を信頼し、その力と組み、その力をさらに高めていくエンパワメントという姿勢を忘れてはならない。

#### 2. 震災後6か月頃の発達障害の子どもと家族 —2011年8～10月—

仮設住宅に入居し始め、地域の祭りが再開し、復興への歩みがゆっくりと進んでいたが全国から集まってきた自衛隊や警察などが少しずつ退去していくことで、孤独感を強めている被災者もみかけた。コミュニティのつながりは、仮設に入ったり、転居したりすることで緩く崩されていたし、コミュニティの均衡は、復興の地域差が明白になることで乱されている様子もみられた。この時期に気づいたことや浮かび上がってきた課題を、①新たな防災への意識 ②長期化する震災後の心の反応、③遅延して出てくる心の反応、④保護者が活用できる震災後の心のケア、⑤震災と直接関係ないようにみえる問題の顕在化、⑥発達障害の子どもの居場所の新たな問題、⑦保護者のレスパイトの工夫とネットワーク作

り、⑧地元支援者たちの疲弊、の8つの視点から振り返ってみたい。

### ① 新たな防災への意識

この時期に被災地で催された保護者との茶話会や懇談会では、今回の震災での体験を、これからの防災にどう生かしていくかということが盛んに話題となった。ある保護者は「うちの子は普通だからと特別な支援を拒否したが保護者は多いですね。普段はそれでもいいけれど、震災時は自分の子どもが特別な支援の必要な子どもであると率直に認めていないと保護者が先にダウンしてしまうと思いました。」と話した。また、別の保護者は、「一週間に一回は、テントと寝袋を使って夜を過ごす練習を始めました。沿岸部の家族の体験を聞いて、うちの子も(避難所は)無理だと思ったから」と語った。親の会など、何らかのネットワークに所属していないと安否確認がとりにくかったことをはじめ、感覚過敏に比べて鈍感な子どものほうが心身のSOSに気づいてもらいにくかったこと、発達障害の子どもと多少でも関わったことがある人がいてくれるととても気持ちが楽だったこと、福祉避難所であっても多数の人がいる所では結局安心していられなかったことなど、生々しい経験から具体的な課題が出された。保護者達は、普段は親子で頑張れることも、そういうわけにはいかなくなるのが震災時だと口を揃えて言う。それは、グレーゾーンといわれる「ちょっと気になる子ども」とその家族においても同じである。何らかの配慮を要する子どもたちとその保護者を守るためにも、要配慮カードや子どもの特性や気質、苦手なことなどを明記したサポ

ートブックのような存在が必要かもしれないと感じた。

### ② 長期化する震災後の心の反応

がれきが片付くとすっかり街並みが変わってしまい、園や学校は統廃合によって担任や級友の顔ぶれが変化し、転入や転出が頻繁に起こるといふ日々は、発達障害の子どもにとっては半年が過ぎたとはいえ、落ち着かない環境に変わりなかった。震災前の状態に戻ったという子どももいたが、一方で、震災後しばらくしてから生じた感覚過敏がずっと続いていたり、夏の台風の風や豪雨を津波と重ねてひどく怖がったりする子どもたちがいた。

ある講演の最後に、「こっご遊び」をしている子どもがいるけれど、まだ放置しているのか?という質問があった。質問を下さったのは教員だったが、その場にいた支援者や保護者からも「そのままでもいいの?」と声が一斉に出てきた。「ごっこ遊び(Post traumatic play)」は、トラウマティックな出来事の体験後に子どもが見せる行動のひとつである。これは、子どもが能動的にトラウマティックな体験を塗り替え、無力感を軽減する作業の一つだと考えられている。実際、子どものこうした遊びをみていると、最初のうちはトラウマティック体験とほぼ同じ場面、あるいは一部が強調されたような場面を強迫的に再現しているようにみえるのだが、そのうち、ストーリーが塗り替えられる様子がみられる。私たち大人も心傷つく体験をした後、夜寝る前などにその体験を再生し、「こういえばよかった」「やっぱりあっちがおかしい」「本当はこうだったのに」などと反芻してストー

リーを再構成したり、あるいはストーリーを自分にいいように編集し直したりすることがないだろうか。子どもの場合はこれが「ごっこ遊び」の形で現れるわけである。この遊びの内容は、多くの場合、子ども自身が持つ心の力によって変化が生じ、やがて見られなくなるのだが、時に一定期間が過ぎてもストーリーに変化が起こらず、いつまでも同じことを繰り返していることがある。これをそのまま放置しておく、子どもの心に負担がかかりますます無力感に呑み込まれてしまう。3・11から半年過ぎたこの時期になって、震災直後と全く変わらない「ごっこ遊び」をしている例は少なかったが、中には強迫的に続けられている例があった。そこで、「ごっこ遊び」が子どもの心の回復や成長につながりうることを保護者や教員、保育士と共有したうえで、子どもがイニシアティブをとるストーリーの展開を最大限尊重しつつ、子どもの心の力を信頼した最小限の介入とはどのようなものであるかについて話しあう機会をもった。ある懇談会では、「子どもの遊びの世界の登場人物になって、言葉をかけたらどうかしら。」という保護者からの意見に「それやってみる」などという声があがったりもした。専門的助言に受動的に従うのではなく、被災地の大人たちが自分で納得して能動的に対応を選択していこうとする姿勢に、半年が過ぎようとして、大人たちの中に広がっていた無力感に代わる力を感じた。

### ③遅延して出てくる心の反応

「下の子は大丈夫になったんですが、最近になってお姉ちゃんのほうが心配・・・」  
といった相談が保護者からあった。また、

中学校の教員からは、「二学期になって不登校の生徒が増えている気がします」という報告があった。震災後の反応の発現の仕方や経過は、発達段階、それまでの喪失体験、今回経験した喪失体験の内容、支え合う親子関係や人間関係の存在、性格といった様々な要因によって個人差がみられる（前川 2004, 2007, 2011）ことが分かっている。直後にすぐ反応がでないケースは決してめずらしいものではない。そうした中には、それまで「いい子」できて、弱音を吐くことができないという子どもの性格や、心のSOSを出している家族メンバーがほかにいるといったことがある。発達障害を抱える子どもがいる家族の場合、定型発達を示すきょうだいはこの半年の間、保護者の右腕となって多くの我慢をしながら頑張ってきたであろう。おそらく、障害を抱える子どもや、先にSOS反応を見せていた年少の子どもが落ち着いたところで、きょうだいや年長の子どもの不眠や食欲不振、一人でいられないといった退行、あるいは反抗的行動や抑うつ感といった形で心のSOSを出し始めていたのかもしれない。しばしば、遅延した反応は直後の反応に比べて周囲から受容されにくく、本人は孤立感を味わいやすい。保護者たちも、「これは震災の反応？ それともわがまま？」と困惑し、それまでのような対応をとることができなくなっている様子がみられた。

### ④保護者が活用できる震災後の心のケア

「抱きしめてってあるけど、うちの子みたいに体触れられるのがだめなんです。」  
「気持ちを共有して安心させてと書いてあ



るけど、気持ちを言えないこういう子どもの場合にはどうしたらいいでしょう。」被災地で発達障害の保護者たちと話しているとそんな声がとんできた。彼らは、定型発達の子どもの想定で作られたマニュアルを目にしていたり、それに基づいて語られるマスコミの情報を耳にしていたが、目の前の子どもには適用できない内容に当惑していた。発達障害の子どももひとりひとり異なるため、心のケアのためのマニュアルの中の内容が「何のために必要か」が理解できていないと、ケアするほうもされるほうも混乱させられるだけだ。前川(2011)は、Psychological First Aidをはじめ、内外の心のケアのためのマニュアル内容を、特に子どもを対象に、安全感(危険の少ない居場所、救援活動の情報、防災への能動的参加、衝撃的映像や大人の会話から遠ざけることなど)、安心感(感情をありのままに受容されること、誤った思い込みを修正してもらうこと、信頼できる人と一緒にいることや関わることなど)、安定感(見通しをもつこと、習慣や日課を取り戻すこと、活動のバランスをとること、主体的な選択をしていくことなど)の三つのキーワードのもとに整理をした。

前述した保護者の最初の訴えや二つ目の訴えにあるスキンシップや感情の表現と受容は、安心感の提供において重要だとされるものであるが、子どもによっては接触過敏からスキンシップに嫌悪感を感じたり、抵抗を感じたりするものがあるし、自分の経験していることや感情を言葉にすることが苦手な子どもも少なくない。必要なのは、子どもひとりひとりにあった安心感の提供のしかたである。発達障害の子どもの場合

には、環境内で起こることが予測できること、刺激が制限され構造化されていることが安心感につながる。例えば、一日のスケジュールをある程度決めておくことや、そうした一日の流れを絵や文字で紙に書いて示しておくこと、イヤーマフなどで音を遮断すること、一人になれる時間を作ることなどである。今回、被災地で保護者や支援員からの話をうかがっていると、発達障害の子どもの場合、安定感を保障するようなケアが彼らの安心感をも保障し、安全感をも高めている様子がうかがわれた。

子どもへのケアのほとんどは保護者が行うことになる。その意味では、保護者が活用できるような情報の提供の仕方の工夫も必要である。

#### ⑤震災と直接関係ないようにみえる問題の顕在化

この時期には、保護者や支援員たちから相談される子どもの問題の中に、震災によるトラウマが直接関係しているのではないようなものが増えていた。夫婦関係の問題、虐待、家庭内暴力、子どもの学校における問題行動・・・、これらの中には震災前から見られていた問題もあるが、震災後に新しく浮かび上がってきた問題もある。震災以前には、コミュニティや家族のさりげない支えの中で、問題として噴出することなく来たものが、震災によりコミュニティや家族や大人の力が弱体化した結果、問題が顕在化してきたのかもしれない。あるいは、被災地内外の心の専門家たちが、どうしても震災に関連した問題のほうに目を向けてしまうために火種が小さいうちに迅速に対応できないできたということ

もあるだろう。そういう意味では、震災と無関係というわけではない。震災による心の問題とそうではない問題と二分割することはもはや意味がない。心はさまざまなものによって傷つけられ、さまざまなもので支えられていく。支援者も保護者も、「これは震災のせいか・・・」とあまりこだわりすぎないことが必要になってきた時期であった。

#### ⑥発達障害の子ども居場所の新たな問題

2か月後とは別の意味で、発達障害の子どもたちの「居場所」の問題が見えてきた。一つは住居の問題。多くの家族が仮設住居に引っ越したが、隣近所の顔ぶれが変化したこと、壁が薄くて音を出すことに気を使うこと、仮設住宅の敷地内に遊べる場所がないことなどから、発達障害の子どもは落ち着かず、また、子どもを静かにさせようと保護者はストレスを高めていた。

二つ目には、幼稚園や保育園、学校の問題。「生活環境や家族環境が変化したのは仕方がないけれど、せめて学校だけは変えないでいてやりたい」と仮設住宅に入ったことで遠くなってしまった学校まで車で送迎する保護者がいらした。しかし、園や学校の統廃合で子ども的人数が増え、ある幼稚園では1.5～2倍の園児を預かることになったことで、発達障害の子どもの中に登園しぶりをする子も出てきた。

三つめとして就労の場という問題。これまで中学校を卒業してから漁業加工の仕事についたり、父親と一緒に漁師になるものが少なからずいた地域だっただけに、津波による漁業関連の被害によって、大人たちの仕事も不足する中、多くのこうした子

どもたちから就労の場が奪われることになった。安心していられる居場所が得られないことは、子どもの社会生活や社会的自立の機会を大幅に狭めることとなっていた。

#### ⑦保護者のレスパイトの工夫とネットワーク作り

保護者の心身の負担、経済的負担は増え続けていた。スクールバスが流され、公共の交通機関が遮断された環境で、多くの保護者は園や学校への送迎の負担を抱えていた。中には、高学年と低学年で統合された学校が異なり、きょうだいを別々の学校に送り届けている保護者もいた。保育園や幼稚園が延長して子どもを預かったり、放課後デイサービスを広く開放したり、土日に保護者の茶話会をもうけたりして、仕事を探しをし続ける保護者や、子育てと被災後の雑務で飽和状態となっている保護者たちへの様々なサポートが行われていた。岩手県の沿岸部では、発達障害支援のネットワーク作り、親の会の立ち上げにJDDの専門家や被災地外の心理士たちが橋渡しという形で支援し、研修会や茶話会の際は学ぶ場や愚痴をこぼす場としてだけでなく、保護者同士、地元支援員同士の顔あわせの場となった。また、経験のあるボランティアに気兼ねなく子どもを預かってもらって、発達障害の専門家を囲んで懇談会をもち、孤立することのリスクとつながりあう大切さを語り合い、心から大笑いしたり、涙したりする時間をもった。保護者たちは、文字通り一休み―レスパイト―を必要としていたが、新しいつながりも求めて積極的に動き始めていた。

#### ⑧地元支援者たちの疲弊

疲弊しているのは保護者だけではなく、地元の支援員たちも疲れをためていた。5月の段階では、「休んでほしい」という声掛けはとてもできないほど、動き続けることで不安と闘っている様子であった支援員たちだった。まさに気力と使命感で半年間活動を続けていたのだろう。この時期にも活発に活動している支援員が多くいたが、中には自分の家族へのケアなど様々な理由から仕事内容を変えたり、仕事をやめたりしている支援員も見られた。また、先の見えなさからバーンアウト様の状態や PTSD に見られるような症状を訴えだすものもいた。

地元支援員への支援はますます重要な課題であるが、とはいえ、この時期も、疲れた表情の中にも大切な役割を担い、多くの被災者から頼りにされている彼らに「休んだ方がいい」というような声はかけづらいものがあつた。被災者でもあり支援者でもある彼らのトラウマでいっくな出来事で体験した無力感をこれ以上強めないためにも、被災地外の支援者が配慮すべきこととして、i) 地元の支援員のペースに合わせて伴走すること、ii) 守秘を約束し、愚痴や弱音を吐きやすい場をつくり、それらに耳を傾けること、iii) 彼らにやってほしいことを選んでもらい、それを分担すること、iv) 気分転換を共にすること、といったものがあるだろう。いずれも、彼らが主人公であり、被災地外の支援者はあくまでも黒子に徹することが必要である。

#### 3. 震災後 11~12 か月のころの発達障害の

この時期は、解体するコミュニティもあるが、つながりを回復していくコミュニティ、新しくつながるコミュニティも誕生し始めていた。しかし、未来への希望はまだまだ現実的なものとして描かれ難く、1年を迎えて、不安や動揺を新たにしている人たちも多かった。この時期に気づいたことと新たな課題を、①心の反応の多様性、②仮設住宅での新たな不安、③個人・家庭・学校・コミュニティにおける防災、④アニバーサリー反応、⑤無力感・孤立感の回復とエンパワメント、⑥被災者たちの Post Traumatic Growth、の7つの視点から振り返ってみたい。

#### ①心の反応の多様性

時間とともに、トラウマ経験後の状態の個別性がより明確になってきた。いつもの姿に戻った子どもがいたり、いまだに一人でいることを怖がるような子どもがいたり、他方で、震災を境にコミュニケーションがとれるようになった子どももいたりした。半年後の時にも見られたが、時間が経つほど、保護者たち大人は、「これは震災の影響？それともわがまま？」という問いや、「いまだに続いているが・・・」といった戸惑いを抱くようになり、それによって、子どもの反応を受け入れられなくなっている様子もみられた。発達障害を抱えていようがまいが、トラウマティックな出来事から時間が経つほど心の反応は多様になる。

ある小学校で、支援をしてくれた人たちに手紙を書いてお礼をしようとしたとこ

ろ、一人の児童が腹痛を訴え、「思い出すのがつらい。もうみんなは平気なのか。自分はおかしいのか。」と泣き出したという。学校などではグループケアも行われるが、時間が経つほど個別の状態に目を向けておかないと、「自分だけ異常」という思いに苦しみ、自分のありのままの感情を否定し、正直に表現できなくさせる危険性がある。このような集団での活動やケアの際には、個別のカウンセリングの時間をその前後にもうけるなどの配慮をし、決して「一緒に」を強要しないことが必要である。

## ②仮設住宅での新たな不安

多くの保護者が子どものために変化を最小限にとどめたいという思いを抱いていたが、保護者自身も地元を去りたくない思いを強めていた。保護者は、家族への愛情とともにコミュニティへの愛着もとても強かったのである。

そうはいっても、被災地に建てられた仮設住宅での生活で彼らは新たな試練を体験していた。仮設住宅での生活では、騒音、寒さ（この時期は夏の暑さに代わり）、結露によるカビの問題などのストレスが継続していた。特に、音の問題は、子どもが出す音が近隣に迷惑になるのではと心配するだけでなく、聴覚過敏な子どもがいると近隣から聞こえる音に対しても心配をしていた。

このように「今」の生活にも心配を膨らませる仮設住宅での生活だったが、仮設を出なければならない近い「未来」も保護者の気持ちを重くしていた。やがて仮設をでなければならない期限付きの「今」の生活では安心できる「未来」も、くつろげる「今」

も味わうことはむずかしい。一年近くたって「未来」を見る余裕がでてきただけに、「未来」への見通しがもてないことが保護者から安心感を奪っていたのである。

## ③個人・家庭・学校・コミュニティにおける防災

震災後の心の反応への直接的な介入を求める声は減ってきていた。すでに必要なケアは専門家によって行われていたからであろう。もちろん、心の痛みがなくなっているわけではなく、遅延した心の反応や、複雑になっていく心の傷は存在し、深刻化する問題もないわけではない。しかし、「震災後のケア」という意識から、少しずつ「日常の防災」という意識へと確実に変化してきている様子がみられ、保護者からは、「今回の失敗は繰り返さない」だけでなく、「もっと確実な安全を」「理想よりも現実的な防災を」「家庭と教育現場と福祉とコミュニティが協働した防災を」という声が出された。電気や電池のいらぬ遊びを子どもに教えだしたという保護者の声に、懇談会では、どんな遊びがあるかを出し合って、思いのほかたくさんあることで盛り上がったことがある。

また、自閉症協会が出している「防災ハンドブック」や「自分を守るカード(前川2011)」などを活用して、発達障害の子どもにも主体的に防災に参加させていこうと教員や保護者たちも動き出した。「自分を守るカード」には、防災リュックに入れるものを5つのカテゴリー（自分の命を守るために、気持ちが安心できるために、ひとりで時間を過ごすために、自分のことをわかってもらうために、その他あるといいもの）に