

震災後の学生支援のあり方

神戸大学大学院人間発達環境学研究科 吉田 圭吾

1. 身体的負傷を負った学生への支援

阪神淡路大震災：倒壊家屋に閉じ込められた人、20 万人、負傷者 4 万人、うち重症者 1 万人；トリアージ（赤タグ、緑タグ、黒タグ）

身体的負傷を負った学生は、身体の損傷が治るのか、障害が残るのかによってだいぶ対応は違うと思われる。治るものなら、ゼミ生等でお見舞いをして、できるだけ励まして、治癒に対して前向きになれるように援助できる。障害が残る場合は、かなり戸惑いがある上に、保護者の落胆もケアの対象になるだろう。

① 挫滅症候群（クラッシュシンドローム）

身体の一部が長時間挟まれるなどして圧迫され、その解放後に起こる様々な症状を言う。重症であることが見落とされることが多く、致死率も高い。

筋肉が損傷を受け、組織の一部が壊死し、その後圧迫から解放されると、壊死した筋細胞から、カリウム、ミオグロビン、乳酸などが血液中に大量に漏出する。発症すると、意識の混濁、チアノーゼ、失禁などの症状、高カリウム血症による心室細動、心停止が起こったり、ミオグロビンによる腎臓の尿細管が壊死し、急性腎不全が起こったりする。（eg 時津風部屋の時太山）

倒壊した建物から救出された時は意識もあり元気なので軽傷と思われ放置されていると、急に重篤となることも多いので注意を要する。治癒すれば程度の問題はあるが、以前の状態に身体はほぼ戻ることができる。

② 脊髄損傷

今までの自由に動ける身体の喪失：対象喪失の問題。家族や親族が支援の中心になるが、そのサポートとして大学側の学部、保健管理センターの医師やカウンセラーの支援が必要になると思われる。

身体に障害がある者に対し、理学療法士や作業療法士による基本動作能力の回復を図るため、治療体操、電気刺激、マッサージ、温熱、作業などを用いる

エンパワーメント：個人の機能の向上などの心理的力だけではなく、障害者差別のある社会を変革していく、社会的・政治的力も含む。

2. 外国人留学生への支援

神戸大学には、当時 552 人の外国人留学生がいて、7 人が亡くなった。

外国人留学生は、大学に無事を報告することなく、国内各地に避難したり、連絡なしに帰国してしまったケースもあり、安否確認は困難であったが、11 日後には全員の安否確認が終了した。

家主が、勝手に被災した親せきを住ませるために留学生に退去を迫ったり、天災を理由に敷引きの金を渡さなかったり、などの問題が生じた。言葉のハンディキャップの問題。

アルバイトを失い経済的な困窮、生活不安、帰国の旅費がないなどの不安を抱えることが、震災のストレスに加わり、PTSD の症状を呈する留学生も少なくなかった。

88 人は、ポートアイランドの神戸大学インターナショナルレジデンスに住んでいたが、ポートライナーの橋げたが落ちたことにより、孤島となり、救援物資もなかなか届かず、また液状化により「島が沈む」とのデマが流れたことで、避難先を見つけなければならなかった。

神戸大学にはたまたま 1994 年 4 月に、留学生センターの相談指導部門教員のアドバイスの下で、留学生に対する生活面での支援を目的に設立された、神戸大学学生で組織された TRUSS（トラス：工学関係の専門用語で、各部材の接合点をピンで連結し、三角形の集合形式に組み立てた構造）があったため、震災 1 カ月後の 2 月 17 日からトラスは活動を再開し、留学センターの救援物資室に常時 1 名が詰めることを基本にして、留学生に対する多様な援助活動を行った。

- ① 聞き取り調査による状況把握
- ② 給付金その他の留学生関係情報の収集と提供
- ③ 救援物資の分別と配布
- ④ 国際協力研究科の教員の呼びかけで全国から提供されたテレフォンカードの受け入れと分配
- ⑤ 神戸大学外国人留学生後援会への義援金集め
- ⑥ 負傷した留学生への見舞いとホームステイ先・病院等との交渉
- ⑦ 神戸大学学生震災救援隊との情報交換等

留学生が言語の問題、対人交流の問題等で、情報収集がしにくく、孤立しやすいので、それを防ぎ、できるだけ情報収集をして提供し、みんなで支えてあ

げることが必要である。

神戸大学学生震災救援隊とは

学生生協の職員もしていた学生が、震災当日、文理農学部キャンパスに避難していた住民のために、生協の食糧庫を開けて米を供出し、友人らと共同で一晩中米を炊き、800 個の米を配ったという行動を機に始まり、学生が増え、東京のボランティア学生とも合流し、テント生活者のパトロールと支援や、国際文化学部の避難所の自治会との協力によって、フリースクール「寺子屋」や、野外仮設風呂の運営ほか、建築相談、法律相談、引っ越し・瓦礫撤去等の手伝い、灘駅前での炊き出しなどの活動が続けた。

文部省の財団法人「日本国際教育協会」により 1 月 24 日には、支援事業を発表した。

- i 下宿・アパートが倒壊して居住地を失った留学生に緊急援助金 10 万円
- ii 協会関西留学生会館での 24 時間体制での相談業務
- iii 被災地の留学生に対し救援物資の供給
- iv 母国への一時帰国を希望する学生に対し、旅費の貸付

今回の東日本大震災についても現在「災害特別援助緊急貸付」10 万円を行っている。(1 年間返済猶予、無利子)

3. 急性ストレス障害（震災 1 カ月後以降症状が残れば PTSD）など、心理的トラウマを負った学生への支援

震災直後のストレス反応は、自分自身の命が危機に瀕するような恐ろしい経験、あるいは大切な人等の命が危機に瀕したり亡くなったりする経験というトラウマへの自然な反応として起こるのであり、異常なことではない。

頭が痛い、おなかが痛い、吐き気がする、下痢、便秘、めまいがするなどの体の不調

怒りっぽくなったり、急に泣いたり、記憶があいまいになったり

急性ストレス障害：

- ① 追体験：思い出したくないのに、あの時の恐怖や不安が突然よみがえったり（フラッシュバック）、悪夢を見たりする
- ② 麻痺・回避：怖かった場所には行けなくなったり、つらい体験があったはずなのに思い出せない、何も感じない、そのことにまったく触れない
- ③ 過覚醒：神経が高ぶった状態が続き、不眠や不安などが強く表れ、小さ

な揺れや音にもびくっとしてしまったり、警戒心が解けず、休息できず、過活動になったりする

- ④ 否定的考え：「もしあの時ああしていれば〇×は死ななくてもよかったのに」「誰も私を本当に助けることはできない」「何をしても意味はない」などの否定的な考えが頭を支配する

第1段階：＜ショック＞呆然として立ちすくみ無活動

第2段階：＜頑張り＞ハイテンションで高揚している（3週間程度）

第3段階：＜維持＞潜在的には無理をしているが危機感で疲れに気づかない

第4段階：＜燃え尽き＞ふとしたことでがっかりと気落ちしうつになる

まず、震災は余震などが続き、トラウマの元となる体験が、一時ではなく、半年から1年続くという問題がある。

I. できるだけ安心できる環境、安全な環境の確保、暖かい布団や水などの飲み物、温かい食料、衣食住の安全、一次的な生活の確保。地盤の固い安全な避難所の情報提供。

II. まずは、カウンセラーや精神科医ではなく、一緒に生存を喜び合い、抱き合い、泣き合える友達や家族、親戚、知り合いなどとの再会。「大変だったね」ではなく、「怖かったね」。まずは、体調や眠れているか食べられているか、怪我がなかったか、今困っていることはなどの会話から入る。

III. 大切な家の喪失、物の喪失、ペットの喪失、大切な人の喪失、進学や就職などの未来の喪失、身体機能や怪我などの以前の健康な身体の喪失などの、さまざまな対象喪失の経験を共有し、その喪失の悲しみ、痛み、自分が生き残ってしまい、対象を助けることができなかったというサバイバーギルトの感情などを解放する経験。話す中で、未来に向かって生きていこうという気持ちの復興。

IV. 被災していない地域を訪問したり、電気、水道、ガスなどのライフラインの復旧、鉄道、バス、道路などの復旧など、現実が再建されていくことをできるだけ味わい、勇気と力が戻ってくる経験をする。

V. 一時的には、自分は生き残ったのだから、被災した人を救い助け世話をすることにエネルギーを注がなければと頑張ることがあるのは当然の気持ちだが、自分が被災者であることを忘れず、無理をせず、頑張りすぎて自分が燃え尽きバーンアウトしないように、ブレーキを踏んで落ち着き、自分を取り戻すこと。

VI. 緊張し、硬くなった体をほぐし柔らかくするようなマッサージ、体の力を抜くリラクゼーション法、お風呂、適度な運動、笑うこと、深く長い呼吸を心がける（呼吸法）、趣味の音楽を聴いたり、ラジオを楽しんだり、ゲームをしたり、リラックスして生きていることを実感し、楽しみ、自分を取り戻すこと。

燃え尽きが心配な職業

医者、看護婦

自身も被災者なのにそのサポートは受けないままに、24 時間体制で、ボランティアで勤務し続け、不動産の申し込みに行く暇もない

避難所を引き受けた学校の校長及び教員

避難民には突き上げられ、行政には人員は出せないと切り捨てられ、学校の再開の準備に追われ・・・

自衛隊員

基本的にマスコミへのインタビューも制限され、瓦礫の中で、瓦礫の撤去、遺体の捜索及び収容を黙々と続けていることに対するストレス

燃え尽きないためには（中井;1995）・・・

- ① どこかで正当に認知 **acknowledge** され評価 **appreciate** される必要性！
- ② 黄色を主体とするチューリップなどの花は皇后陛下や土居健郎などの想い

4. 発達障害の学生への支援

発達障害には、大きく分けて、学習障害とADHD（注意欠陥多動性障害）と広汎性発達障害（アスペルガー障害を含む）がある。

学習障害は、読み書き・図形認識などの特定の能力に生得的に弱点があるだけなので、震災支援はほぼ他の学生と変わらない。

そこで、ADHDと広汎性発達障害について述べる。

まず共通していえることは、他の学生とまったく同じように、安心と安定の

確保、衣食住の基盤がしっかりしていること、人の支えがあることは、どんな場合でも最優先される。

① ADHDの学生への対応

ADHDの学生は、注意が散漫で、ひとつのことに集中できない特徴があり、自分の不安とかを多動でやりすごす生活パターンが身についている。だから、ADHDの学生は、みんなが家を失ったり、大切な人を失ったりしている中で、うろちょろしたり、軽々しく聞こえる冗談を言ったり、記念写真を撮ったりするので、周囲の人からすると、なんてお気楽で軽薄な学生なんだと感じ、思わずそれを指摘してもその人の話をまるで聞いていないかのように多動を繰り返すので、周囲はそれに巻き込まれてへきえきしてしまいかねない。

しかし、ADHDの学生もどんな人たちとも同じように、その大変な事態のショックやトラウマの影響を深く受けている。その反応として、多動や注意散漫が出ているので、そのような障害を周囲が理解し、必要なら誰か余裕のある人が、ADHDの学生に個別対応で、付き合っただけだと、意外にも震災の時の恐怖心を多弁にまくしたてるかもしれない。

② 広汎性発達障害の学生への対応

広汎性発達障害やアスペルガー障害の学生は、一般の学生のように、地震の引き起こす生命への脅威や、家が破壊された瓦礫を見ていると感じる喪失感や、これからの未来の生活が震災前のようにはいかない不安などを比較的感じないで、震災の規模にこだわって延々と情報を話し続けたり、一般の人とは異なる特定の部分の破壊へのこだわり、特定の常同的安定性が壊れたことへのショックにのめりこんでいく。

そのような特定の細部へのこだわりや、山崩れや壁に出来たひびなどの特定の安定性への亀裂への強いストレス反応を、身近にいる人が丁寧に聞いてあげて、その不安を取ってあげることが、とても癒しにつながる。

子どもの広汎性発達障害の場合なら、興奮や多動、不眠、夜驚、嘔吐、過食、食欲減退、自傷行為などの反応が見られることがある。

広汎性発達障害の人の場合、トラウマとなる体験を興奮して話す場合は、それを聞いてあげることよりも、手を取り背中をさすって、安心させてあげたり、できるだけ悲惨な状況を映しているテレビを観せないようにして、過激で過度な知覚刺激や聴覚刺激は与えない方が望ましい。

広汎性発達障害の学生にとって、理解よりも安定・安心の方が先決事項であるといえる。

5. 被災した教職員への支援

基本的には、一般的に学生も教職員も神戸大学は、保健管理センターのこころの健康相談が精神的な問題は引き受けているので、当時も、震災後しばらくしたら、保健管理センターから、もし辛いことがあったり、誰かに相談したいと思ったら保健管理センターに相談に来るようにというメールがあったようである。

大学は運動場という敷地があったり、体育館があったりするので、むしろ住民の避難所や仮設住宅の場所になることが多い。

だから、被災した教員は、たとえば自宅が全壊した教員の場合、大学の敷地を管理するという名目で大学に泊まりこんだり、避難所の運営に対する援助をしたりという、近隣住民との互惠関係を築いたりすることもあった。

水がない時には、大学のプールから簡易ポンプで水を引いたり、避難所の弁当が余っていたら、手分けをして配ったり、教員もいただいたりという関係を築いたりしていた。

ある被災教員の言葉：「その状況に順応する覚悟を決める」ということが、被災者の心得ではないか。

6. 避難所での住民への支援

阪神・淡路大震災語り部の一人、荒井勲さんのカリスマボランティア

震災での避難所生活で辛いのはまずライフラインが通ってないこと、孤立はつらいということ、お風呂に入れないということ。

- ① 給水車を自費で作ри、消防や自衛隊がなかなか行き届かない避難所を中心に水をもっていったこと
- ② 簡易移動式お風呂を作り半年余り出前銭湯をしたこと
- ③ 大量のひまわりの種や苗を配ったこと

もともと車の販売の仕事をしていて、車を修理したり改造することに慣れていた荒井さんは、震災前に子どものPTA役員や会長を務め、不慣れながらも地域に奉仕するという役割が始まりつつあった。ひまわりが大好きだった荒井さんは、幸せの黄色い時計と称した黄色のリストバンドの時計をトレードマークに、青少年健全育成に対しても、問題行動の生徒を取りしめるのではなく、よい子を育てるイメージで「ひまわりネットワーク運動」を開始していた。

そして震災が起こる・・・

初日から給水車を作り、水の提供を始める

6日目に、「そや、風呂がいる！」

プールの水を用いて、改造ボイラーを電源で動かし湯沸かしに成功。

人々が次々にシャワーを浴びて喜びの歓声の聲が上がるのを聞いて、「神戸が私を必要としている」とふと涙がこぼれたのである。

学生ボランティアの活躍：「われらは頼まれてボランティアをしているんやない、お節介をしているんや。お節介が喜ばれた時初めてボランティアと呼ばれるんや。だから大切なのはスタンスや。お世話をしてやってるじゃなく、お世話をさせていただいてる。」

住民に喜ばれたお世話

I：熱いおしぼりの提供

II：湯豆腐

III：温泉たまご

IV：“鬼殺し”

V：移動式お風呂の横で“ひまわりサロン”という喫茶部

VI：ひまわりの種 11 万粒配布 “がれきの街にひまわりを”

温かいものを提供してくれる炊き出し

トイレ掃除の重要性：下水が復活するまでの問題

子どもと遊んでくれる若いボランティア

避難所の換気：寒いからと窓を閉め切っているとよくない

話を聞いてくれるカウンセラーより肩や体を揉んでくれる人

引用・参考文献

荒井勲(2003) : 『瓦礫のまちにひまわりを一阪神・淡路大震災語り部一』. 友月書房.

江川多喜雄編(1995) : 『地震学校—先生たちの神戸大地震—』. 星の環会.

神戸大学＜震災研究会＞編(1995) : 『阪神大震災研究 1 : 大震災 100 日の軌跡』.

神戸新聞総合出版センター

神戸大学＜震災研究会＞編(1997) : 『阪神大震災研究 2 : 苦闘の被災生活』. 神戸

新聞総合出版センター

神戸大学＜震災研究会＞編(1997) : 『阪神大震災研究 3 : 神戸の復興を求めて』.

神戸新聞総合出版センター

神戸大学＜震災研究会＞編(2000) : 『阪神大震災研究 4 : 大震災 5 年の歳月』.

神戸新聞総合出版センター

神戸大学＜震災研究会＞編(2002) : 『阪神大震災研究 5 : 大震災を語り継ぐ』. 神

戸新聞総合出版センター

杉原保史(2011) : 財団法人関西カウンセリングセンターHP「災害後の心のケアについて」 <http://www.ksecc.or.jp/about/care.html>

中井久夫編(1995) : 『1995 年 1 月・神戸—「阪神大震災」下の精神科医たち』.

みすず書房.