

子どもたちの安全・安心のために

震災直後の児童生徒の状況確認では、停電や通話規制で連絡がとれずに困惑したことと思います。情報通信機器にこれほど頼っていたのかと感じました。

そうしたことから、電話以外の連絡手段を構築する必要を感じ、いくつかの学校では携帯電話からアクセスできるホームページを作ったり、あるいは携帯にメールを一斉送信するしくみを作ったりと、対策を講じています。どちらも携帯電話のポケット通信を利用し、通話規制に対応した連絡手段です。

携帯電話はほとんどの保護者に普及し(携帯・PHS普及率=96.3%※)、通話のみならずメールや携帯サイトといったインターネット端末としての利用も増えています。こうした中で大切なのは、これを機会に、学校と家庭との連絡手段を見直して活用するという事です。携帯電話を新たな連絡手段とするなら、緊急時だけでなく、どんな情報発信ができるか考えてみましょう。例えば週の行事予定を毎週配信(アップロードや送信)することで、学校の様子を伝えることにもなりますし、その繰り返しで学校の携帯サイトやメールが認知されます。普段から利用して定着を図ることが大切です。

また、情報の伝達方法も1つではなく、いくつかを組み合わせることで有効になります。停電時は、学校のパソコンからのアップロードや送信は不可能です。機器に頼らないためには、地域のつながりも見直さなければなりません。地域を意識する場も重要になってきます。

何よりも、子どもたちの安全、安心のためにはどうするか。この機会に様々な角度から見直すことで、今回の経験を次に生かしたいものです。

※総務省情報通信統計データベース基本データより

子どもたちの心のケアについて

= 発達障害のある子どもへの対応を中心に =

発達障害のある子どもたちの中には、集中することや環境の変化に順応することが苦手な子どもがいます。教職員など子どもに身近にかかわる人は、震災後の家庭や学校、地域の変化での困難さを軽減できるように「特性に合ったかわり」で安心させてあげてください。

特性に合ったかわり「学習時のヒント」

- < 集中して話を聞くことが苦手な場合 >
 - ・ 指示をだす前に注意を引くよう声かけをする。
 - ・ 指示は短く、いくつかの指示があるかをあらかじめ伝える。
- < 活動を最後まで続けることが難しい場合 >
 - ・ 活動の説明には絵や写真を使い、「見て分かる」ようにする。
 - ・ 活動は短い区切りで分け、時間内でやり終えることができるように内容を工夫する。
 - ・ できたことだけでなく、取り組む姿勢も褒める。
 - ・ ひとつの短い活動が終わったら、先生に見せるなど、体を動かす活動を間に挟む。

参考資料： 国立特別支援教育総合研究所
震災後の子どもたちを支える教師のためのハンドブック

教職員自身のケアのために

= ストレスチェックで早期解消を！ =

こんな兆候はありますか

- ◆ 疲れているのに夜よく眠れない
- ◆ いつもより食欲がない ◆ 酒量が増えた
- ◆ 朝起きるのが辛い ◆ 何も話したくなくなることがある
- ◆ イライラする ◆ 人と口論することが多くなった

参考資料： 東日本大震災対応指導資料

こんな解消法はいかがですか

- ◇【10秒呼吸法】・・・1・2・3・4で鼻から息を吸う→5で止める→6・7・8・9・10で口から息を吐き出す。
- ◇【リラクゼーション】一部抜粋
肩・・・両肩を、耳につくくらいまで上げましょう
→ ゆっくりと肩を下げリラックスしましょう。
腹・・・たいこのように強くお腹を張ってみましょう
→ 力をぬき、息をはきましょう。

転入生を受け入れるときに気をつけたい事

参考資料： 震災に関する子どもや学校のサポート(日本学校心理士会)

= 特に被災地からの転入について =

< 学校で子どもが示すかもしれない反応とは >

- 小学生・・・いろいろ、攻撃的行動、まとわりつき、悪夢の話をする、日常的な活動やとだちからの引きこもり
- 中学生・・・睡眠や食欲の減退、動揺、衝突(対立場面)の増加、身体愁訴、非行行動、集中力の低下(将来への不安、進路への興味・関心の減退)

< 教師が配慮すべきことは >

- 落ち着いて、子どもたちを安心させ続ける。
 - ・ 話によく耳を傾け、怖い気持ちを理解すること。
 - ・ 友だちと違う反応がおきても、人それぞれ反応が異なることを理解し、対応すること。
- 子どもたちの立ち直る力に注目する。
- 子どもたちの関係や友達同士の支え合いを生かすような取り組みをする。
 - ・ 自発的に役立つとする子どもの気持ちが活動につながるよう助言すること。