

一般社団法人
兵庫県公認心理師会

Hyogo Society of Certified Public Psychologist

ニュースレター

❀ 2025.3 ❀
第8号



巻頭言 阪神・淡路大震災から30年—The personal is political.

副会長 富永良喜

《特集》阪神淡路大震災とわたしの30年

春原千夏 / 樋口純一郎 / 谷家優子

コラム マラソン 「私の職場」 #7

神戸大学医学部附属病院 酒見惇子

研修参加報告

「トラウマインフォームドケアの基本と実践」

JIMTEF研修

心のケア相談研修

各委員会より

- | | | | |
|---------------|----|------|------|
| ①広報委員会より | …… | 委員長 | 大野詩織 |
| ②研修委員会より | …… | 委員長 | 山根隆宏 |
| ③SC・教育領域委員会より | …… | 委員長 | 谷家優子 |
| ④医療・産業領域委員会より | …… | 委員長 | 高寄誠 |
| ⑤福祉・司法領域委員会より | …… | 委員長 | 高田豊司 |
| ⑥事務局より | …… | 事務局長 | 安東大起 |

巻頭言

阪神・淡路大震災から30年 —The personal is political.

副会長 富永良喜（兵庫県教育委員会丹波教育事務所）



心のケア元年・ボランティア元年と呼ばれた1995年。文部省は4月からスクールカウンセラー活用調査研究委託事業（全国154名）を予定していました。兵庫県は震災により13名が追加され、計16名が災害後の子どもの心のケアにあたりました。私は2月末から避難所や仮設住宅で、リラックス動作法による被災者支援を行いました¹⁾。「目がすっきりした」「眠れるようになった」「楽に座れるようになった」といった良い感想に勇気づけられ、大学院生と共に片道4時間かけ神戸や西宮などに車で移動し、2～3時間の活動を終えて兵庫教育大学の官舎まで帰宅する日々が続きました。

1996年からは三田市のスクールカウンセラーを週1日務めました。県いじめ対策指定校で、ストレス反応を含むいじめ調査とストレスマネジメントを取り入れた3回の道徳授業を教員と共に企画し、同規模校といじめ被害行動を比較検討しました²⁾。1997年2月～5月には神戸連続児童殺傷事件が発生し、近隣の小学校で児童の心のケアにあたりました。当時、ご遺族への支援を行う力量がなく無念でしたが、2001年から犯罪被害者のご遺族の集いで月に1回学ばせていただく機会を得、現在もひょうご被害者支援センターの理事・相談員として活動を続けています。

その後、2004年10月の台風23号豪雨災害の被災市の学校での子どもの心のケア実践から、児童生徒への個別面談、ストレスチェック、心のサポート授業を仲間と共に洗練・深化させていきました。2004年12月のインド洋大津波後、スリランカ・インドネシアアチェでの世界教職員組合主催の学校再建とトラウマカウンセリングプロジェクト、2008年5月の四川大地震におけるJICA心のケア人材育成プロジェクトでの支援活動¹⁾、そして2011年3月11日の東日本大震災での子どもの心のケア活動で、岩手県教育委員会が全県下14万人の児童生徒への「自分のストレスを知り対処法を学ぶためのストレスチェック」¹⁾の心とからだの健康観察事業へとつながり、それは2016年の熊本地震、2024年の能登半島地震後の子どもの心のケアへと引き継がれていきました。

「心のケアと防災教育をセットで学ぶアプローチ」は、今後さらに世界で展開されるでしょう。そして、文部科学省はD-EST（Disaster Education Support Team）を創設することにしました。

この30年、災害・事件後の心のケアに従事してきた思うことは、平時での心の健康授業の重要性です。しかし、心の健康授業は小5と中1の保健に計7時間しかありません。次期学習指導要領改訂で「全学年で心の教育を教科横断的に実現」へと変えなければ、災害後の心のケアだけでなく、不登校・いじめ・暴力・自傷・自殺の抑止もできないでしょう。この柱は、中教審へ諮問されていません。私が最近わくわくして視聴しているドラマ「御上先生」の一つのコンセプト「The personal is political.」を、次期学習指導要領改訂で実現してほしいです。悩めるひとり一人を支援してきた公認心理師が、より良い教育政策を社会に発信するのは、今しかありません。

1) 富永良喜（2014）災害・事件後の子どもの心理支援：システムの構築と実践の指針。創元社

2) 富永良喜・山中寛（1999）動作とイメージによるストレスマネジメント教育・展開編・心の教育とスクールカウンセリングの充実のために。北大路書房