

第V部 学校の避難所対応

第1節 避難所運営への協力

1 教職員の参集

各学校、原則2人の施設管理者以外の教職員を避難所担当職員として指定し、避難所開設時には避難所運営業務に従事する。

★自動参集・・・市域に震度6弱以上の地震が発生した場合、管理職等や避難所担当職員は学校に参集する。

★招集参集・・・震度5強以下の地震や風水害が発生し、避難所を開設する場合で市・区災害対策本部の指示により管理職等や避難所担当職員は学校に参集する。(震度5強の場合には管理職等は自動参集)

まめ知識 避難所について

□Q 避難所の役割は？

■A 災害により住宅を失った人や住宅が倒壊する恐れがある方たちへ、一時的に宿泊場所を提供します。また、交通機関の遮断等により、帰宅困難となった方たちへ、一時的に待機する場所を提供します。また、自宅避難している方へ、必要な情報や食糧等の物資を提供することも避難所の役割です。

□Q 避難場所と避難所はちがうの？

■A 避難場所とは、ある程度の広さがある一時的な避難地で、市では市立学校等の校庭や公園などを指定しています。

避難所とは、災害等により家屋に被害を受けた住民等が避難し、一時的に生活の拠点とする場所で、市では学校の体育館や公民館、コミュニティセンターなどの宿泊滞在が可能な施設を指定しています。



□Q 広域避難場所は？

■A 広い範囲の火災の輻射熱から身を守る相当な広さのある一時的な避難地で、市では、大きな公園やゴルフ場、大学などを指定しています。

□Q 学校を避難所として機能させるための整備は？

■A 市では、東日本大震災の反省を生かし、各避難所に避難所初動対応用備蓄品として、飲料水・食糧(クラッカー)・アルミ毛布・簡易トイレの等を配付しています。また、保護者の皆さんの協力を得て、学校独自で飲料水や食料を備蓄している学校もあります。勤務校に、どのような備蓄品があるのか、整備の状況を確認しておきましょう。

□Q 駅に近い学校には、災害時に多数の帰宅困難者が避難してくる可能性があります、市としてどのような対策を考えているのでしょうか？

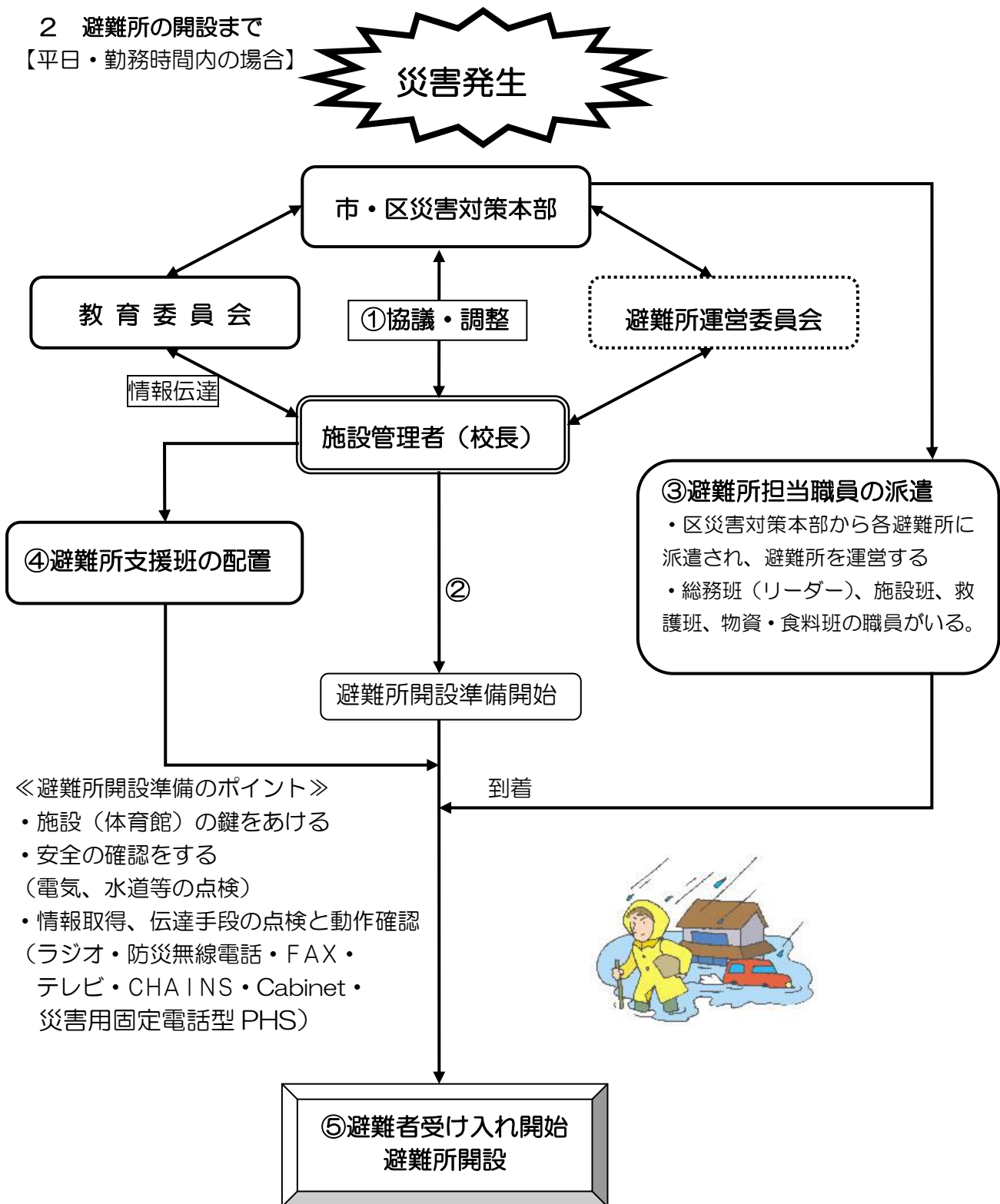
■A 市は災害発生時に「むやみに移動を開始しない」という基本原則を、インターネット、駅周辺帰宅困難者対策協議会等において周知徹底し、職場・学校における一斉帰宅の抑制、駅等大規模集客施設においては利用者保護を促進することで、帰宅困難者発生抑制に努めています。

また、指定避難所以外の公共施設等において、帰宅困難者が一晩程度宿泊滞在可能な一時滞在施設の指定について検討しているところです。

□Q 災害時の情報伝達手段にはどんなものがありますか。

■A 災害時の情報伝達手段としては、地域防災無線が各学校に配備されているほか、電話FAX、CHAINS等を使用します。また、平成25年度から、「千葉県災害情報共有システム」の運用を開始しています。これは、被害状況や避難所情報等の災害情報を一元的に収集・共有するとともに、市民にWEBサイト、緊急速報メール、ツイッター等の多様なメディアを活用し、情報を伝達することができるシステムです。CHAINSのポータルサイトからログインすることができます。

2 避難所の開設まで
【平日・勤務時間内の場合】

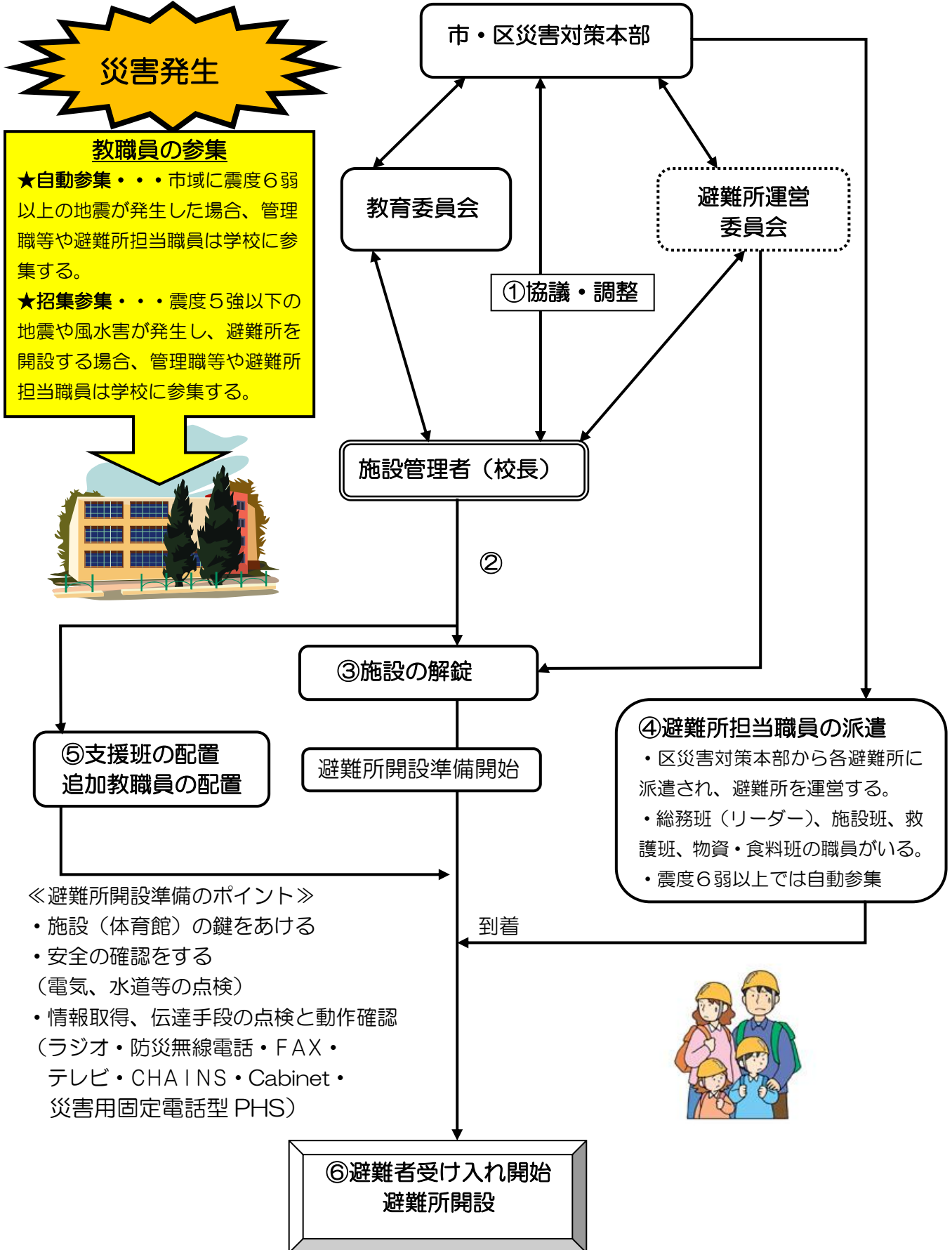


《その他のポイント（東日本大震災での例）》

※災害の状況により、個々の避難所開設についての事前協議が行われない場合もあります。
 ※事前協議の前に、避難者や帰宅困難者が避難してくる場合もあります。この場合は受け入れることが原則です。

第V部 学校の避難所対応

【休日・勤務時間外の場合】



3 避難所の運営について

避難者受け入れ開始
避難所開設

※ここでは、避難所担当職員を中心に避難所運営がなされる場合について記載しました。市では、地域による避難所開設・運営を行う「避難所運営委員会」の整備を進めています。詳しくは「地域による避難所開設・運営の手引き」参照

★地震等災害発生直後の行動マニュアル（例）

避難所担当職員的主要業務	教職員（避難所支援班）の対応（例）
<ol style="list-style-type: none"> 1 避難所に参集する。（直近要員と避難所担当職員の教職員） <ul style="list-style-type: none"> ・区災害対策本部からの指示による参集 ・震度6弱以上の地震発生の場合、自動参集 2 避難所の安全確認をする。 <ol style="list-style-type: none"> ①施設の状況確認 <ul style="list-style-type: none"> ・施設設備の被害、火災、浸水等の有無 ・ライフライン（電気、水道、ガス等）の状況確認 ②通信機器等の状況確認 <ul style="list-style-type: none"> ・電話、CHAINS、Cabinet、FAX、防災無線、災害用固定電話型 PHS の動作確認 3 避難所施設状況を災害情報共有システム拠点被害速報で区本部に報告する。 4 避難所の開設準備をする 避難者収容スペース等の決定、避難所内事務所・避難者受付、避難者カード等の確認と準備 5 区災害対策本部に災害情報共有システム避難所状況報告で避難所準備報告をする。 6 避難所を開設し、避難者を受け入れる。 避難者カード、負傷者カードを配布し、記入を依頼取りまとめて避難者名簿を作成する。 避難者を可能な限り町内会・自治会ごとにまとめ、居住区域の割り振りを行う。代表者選出を依頼する。 7 区災害対策本部に災害情報共有システム避難所状況報告で避難所開設報告をする。 8 避難所運営会議を開催する。 <ul style="list-style-type: none"> ・避難所担当職員、施設管理者、避難者代表者等で構成 ・情報の共有や避難所の運営方針、ルール等の確認 9 避難者等に情報提供をする 区災害対策本部からの情報やラジオ等からの情報を整理し、口頭や掲示等により避難者に情報提供する。 10 食料、生活必需品の請求、受取、配給 食料、毛布、水などの不足数を確認し、区災害対策本部長に報告する。物資が到着すれば記録し、避難者に配布する。 11 避難所の運営状況を区災害対策本部に報告する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・児童生徒在校時の場合は、避難者と区別する。 ・避難所の安全確認については、支援班の協力が不可欠。できれば担当職員の到着前に済ませておきたい。 ※避難所の施設管理に心がけ、必要に応じて所管課への連絡等を行います。 ・机や椅子等の開設準備に協力する。 ・教職員は地域住民をよく知っているため、居住区域の割り振りや代表者選出が円滑に進むよう支援したい。 ・可能であればテレビ・ラジオパソコン等の準備に協力する。 ・食料、水、生活必需品等の配布に協力する。

○重要ポイント ※詳しい手順等は「千葉県避難所担当職員避難所運営の手引き」を参照のこと。

※教職員の避難所対応については、避難所の運営が軌道に乗るまでの期間においては、児童生徒に関する業務、本務に支障のない範囲内で避難所の運営業務を行うことになっています。また、学校管理者として、施設の状況を把握することや、避難者が使用する施設を管理する役割があります。

4 避難所運営の留意点

避難所の運営

※ここでは、避難所担当職員を中心に避難所運営がなされる場合について記載しました。

★★避難所の運営を円滑に進めるために

災害初動期の避難所運営は、市からの避難所担当職員等によって進められますが、避難所担当職員等による運営だけでは、限界があります。避難所運営を円滑に進めるには、教職員や地域住民の代表者等との連携が不可欠です。

避難所担当職員の主な役割・活動	教職員（避難所支援班）支援例
<p>□総務班</p> <ul style="list-style-type: none"> ・避難所の代表管理者（避難所運営委員会ができるまで） ・避難所運営会議の開催・事務局 ・区災害対策本部への報告・連絡・調整 ・避難者の受付、名簿の作成 ・地域の安否情報や被害状況の集約と避難者への提供 ・自宅避難者の状況把握 ・ボランティアの要請・受け入れ・管理 ・避難所生活ルールの作成 ・避難所内防火、防犯 ・取材対応等報道機関への対応 <p>□施設班</p> <ul style="list-style-type: none"> ・避難所使用スペースの決定、維持管理 ・廃棄物、清掃及び整理整頓 集積場所の指定、清掃当番等の要請 ・トイレの確保及び汚物処理 ・生活水の確保、管理 ・施設修理、生活環境の改善 ・ペットの避難スペース確保、飼育に関する指導 <p>□救護班</p> <ul style="list-style-type: none"> ・応急手当、看護、避難者の健康管理 ・要援護者への支援 <p>※避難生活に特別な支援が必要な高齢者、障害者等への支援は、代表管理者、施設管理者等と十分協議した上で、校内に福祉避難室を設置し、対応する。（保健室は使用しない。）</p> <p>□物資・食糧班</p> <ul style="list-style-type: none"> ・飲料水、食糧等物資の管理、配布、調達 ・炊き出し 	<ul style="list-style-type: none"> ・テレビ、ラジオ。パソコン等の準備・設置 ・避難所周辺の巡回 ・居住スペース決定の補助 ・プール水利用時の対応 ・施設修理等の補助 ・要援護者用スペースへの誘導 ・物資配布や炊き出しの補助

○重要ポイント

※避難所の運営については、発災後3日間が重要な期間です。この時期を過ぎると、行政を始めとする支援が始まり、物資やボランティアによるマンパワーも供給され始めます。

※避難所運営も次第に住民の自治によるものになるよう移行されるべきです。住民等による避難所運営組織（避難所運営会議）をつくり、避難所内のルールや役割分担等を定めます。教職員の支援も避難所から次第に教育の再開へとシフトしていくことが必要です。

※避難者用の居住スペースは、基本的に体育館とします。避難者の状況により、避難所の代表者等と協議し、体育館以外の施設（教室も含む）も居住スペースに充当することも想定されます。ただし、校長室・職員室・事務室・保健室・給食室等は本部用とし、居住スペースには充当しません。

第V部 学校の避難所対応

第2節 学校再開に向けた対応

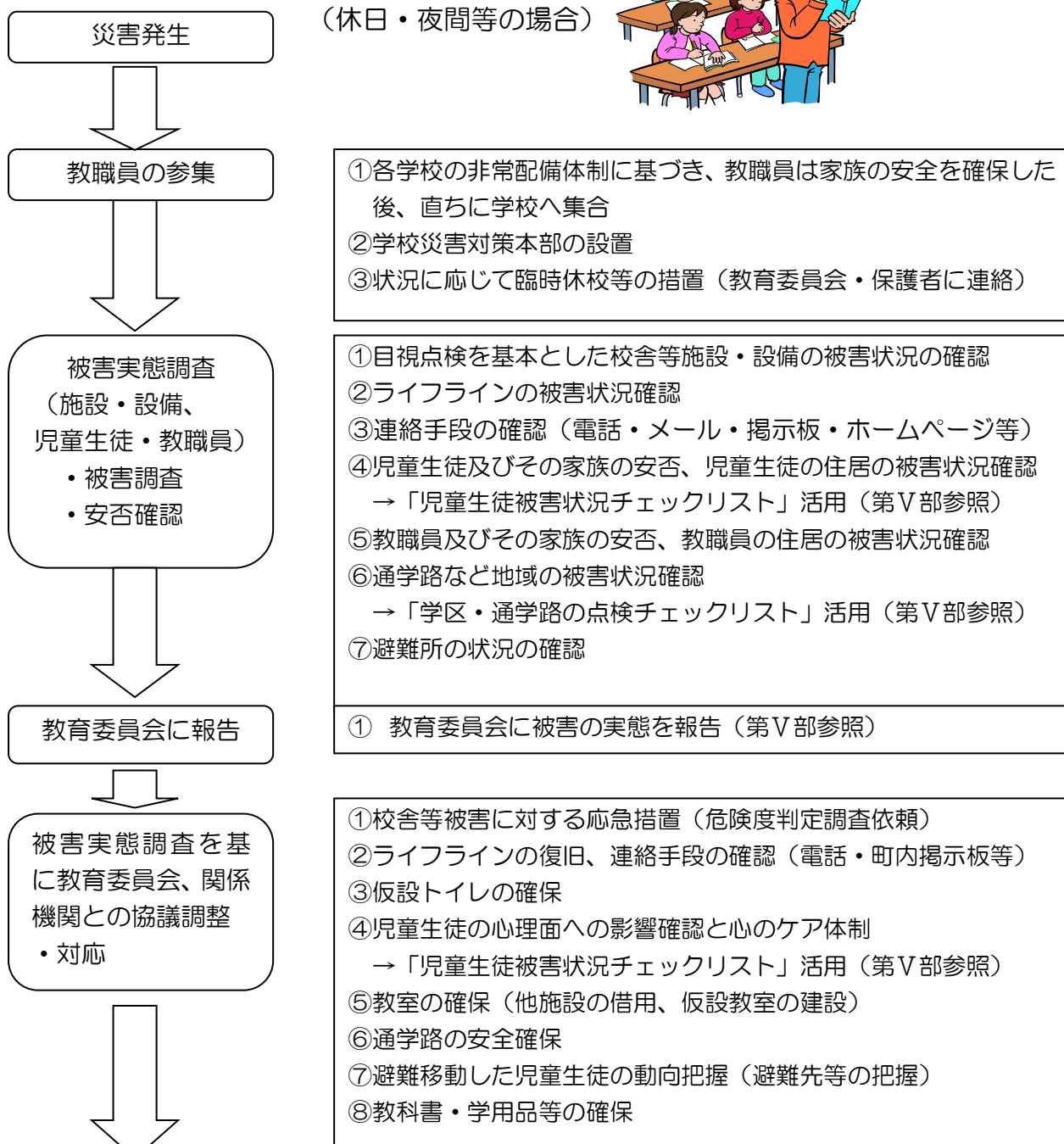
1 学校再開に向けた準備活動

- 学校は、災害発生後3日程度経過した時点から、学校教育再開に向けた準備活動を始め。
(※災害発生後7日間程度で住民対応・避難所支援班の活動から離れることを目安にしたい。)
- 学校は、学校教育再開に向けて必要となる総合的な準備業務を所管する。
- 学校教育再開に向けた準備活動は、住民対応・避難場所支援班の活動に支障のない範囲内で、全ての教職員によって行う。
- 避難住民や地域住民の理解を得ながら進める。

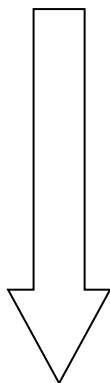


2 学校教育再開に向けた対応の流れ

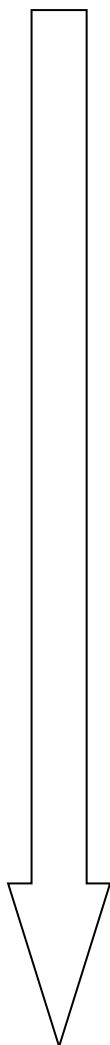
(休日・夜間等の場合)



家庭訪問→仮登校



教育再開を目指した
協議調整・対応



【家庭訪問や仮登校の目的や留意事項】

- ①児童生徒の心理面の状況把握
- ②児童生徒のより具体的な被害状況確認（教科書・学用品等）
→「児童生徒被害状況チェックリスト」活用（第V部参照）
- ③登校児童生徒の確認と学級編制
- ④避難移動した児童生徒の把握
- ⑤保護者への連絡方法の確認
- ⑥通学路の安全指導
- ⑦避難移動した児童生徒の移動先訪問、実情把握（在籍校への復帰時期等）

【協議・調整が必要な事項】

- ①施設・設備の復旧、仮設教室の建設
- ②授業形態の工夫（二部授業等）
- ③不足教職員に関する応援体制・配置
- ④教職員が不足する場合の授業対応
- ⑤教科書等の確保
- ⑥学校給食の再開
- ⑦学費の援助、教育事務の取扱い
- ⑧授業再開の日程協議
- ⑨心のケア対策、支援体制
- ⑩学習の場提供
- ⑪欠課授業時数の補充と授業の工夫、学力補充

【学校が対応すべき事項】

- ①応急教育計画の作成
- ②転出児童生徒の調査
- ③就学援助が必要な児童生徒等の調査
- ④水道の衛生検査の依頼
- ⑤給食再開に向けての調査
- ⑥心のケアの体制整備
- ⑦保健室の復旧・整備
- ⑧学校再開のスケジュール等について、保護者・避難者に説明

学 校 再 開

3 応急教育計画の作成と学習支援

(1) 正規の授業再開前の応急教育計画の作成

- 大きなストレスを受けたことが予想される児童生徒の心理面を含めた状況を考慮し、どのような形で授業を再開するのかを検討するチームを作るなど、工夫を図った応急教育計画を作成する。
- 作成にあたっては、
 - ・平常時と同様な教育活動が行えない場合も、可能な範囲の教育活動の維持、推進を図る。
 - ・登校する児童生徒等の人数に応じた応急教育を実施する。
 - ・地域の実情を踏まえ、当該学年に適切な応急教育を行う。などの配慮をする。
- 児童生徒が集まる場の確保
 - ・通学可能な児童生徒の確認が済んだ後、なお学校教育の再開の見通しがつかない段階でも、再開の一つのステップとして、児童生徒が集まって、安らげる場を設定する。

(2) 応急教育段階における学習支援体制構築のポイント

- 児童生徒一人一人のストレス反応等の状況に即した心のケアをすることから始める。
- 教室だけでなく屋外で、また、総合的な学習の時間や体験的な学習を実施するなど、創意工夫した授業を実施する。
- きめ細かく声をかけ、日常会話の中で支え、個別指導を重視した学習支援をする。
- 心のケアを充実させるために、保健室の機能を早期に回復させる。



第3節 災害時の心のケア

1 学校で行う災害後の子どもの心のケア

災害時、子どもの心のケアは？

大きな災害が起きたとき、その被害を体験したり見聞きしたりした人びとは、衝撃をうけ、驚き、恐れ、不安に陥ると思われれます。さらに、災害によっては、津波被害のように一瞬にして街までも失うような災害もあれば、繰り返す余震のように災害の影響が続くこともあるでしょう。そのような状況では、人びとの体に与える負担はさらに大きく、心にも大きな影響があると思われれます。

特に、この様な災害時には、子どもには特別な配慮が必要になると思われれます。子どもには、先を見通すことが難しいと思われれますので、災害後の生活に適應することが難しく、ストレスの度合いが高まると考えられるからです。

そこで、災害時における子どもの心のあり様や心のケアについて、お伝えしますので、学校で子どもの心のケアを行う際に、参考にしていただければと思います。

《災害時における3つのストレス》

- ㉑ 身の危険を感じるような恐怖や、衝撃（ショック）を感じることによるストレス
- ㉒ 大切な人や物、場所や思い出を一瞬にして失うこと（喪失体験）によるストレス
- ㉓ 生活の大きな変化や、不自由な生活などが継続することによるストレス

このようなストレスにさらされると
次のような反応が表れます

《災害時におけるストレス反応》

㉑ 体に表れる反応

- ・寝つけない ・夜中に目覚める ・食欲が出ない ・腹痛
- ・頭痛 ・吐き気 ・息苦しさ ・体がだるい

㉒ 気持ちに表れる反応

- ・とても怖い ・不安 ・イライラする ・落ち込む
- ・やる気が出ない ・何にも感じない ・ひとりぼっちな感じ

㉓ 行動に表れる反応

- ・落ち着きがない ・はしゃぐ ・怒りっぽくなる ・幼児がえり
- ・聞き分けが悪くなる ・あまり外に出たがらなくなる

㉔ 考え方に表れる反応

- ・集中できない ・ボーっとしている ・考えがまとまらない
- ・いきなり、被災時のことを思い出す
- ・災害の時をうまく思い出せない ・ついさっきのことを忘れてしまう
- ・自分を責める

*これらのストレス反応（体や心の変化）は、特別な状況下での「当たり前の反応」です
*誰にでも起こる自然な反応ですが、反応の強さや表れ方、おさまりは、人により違います
*安全で安心できる生活を続けているうちに徐々に（2～3週間程度で）おさまります

《ストレス反応がおさまるための3つの要素》

安全で安心できる生活

- ・生活のリズムを整え、できるだけ普通の生活を心がけます
- ・ホッとでき、気持ちがなごみ、安心できるような時間や場所をもちます

まわりの人との心の絆

- ・信頼できる人（親や先生など）と一緒に過ごします
- ・遊び、お手伝い、行事等、一人じゃないと感じられるような体験が必要です

自分のペースで回復していくことが大切です

《ストレス反応が表れている子どもと関わる時のポイント》

叱咤激励は逆効果になりやすい

- ・励ますつもりで、「弱音を吐くな」、「もっと頑張れ」、「早く忘れろ」など言うと、つらい気持ちを表しにくくなり、かえってストレス反応は長引きます
- ・「あなたは助かったのだから・・・」「亡くなった人の分まで・・・」などと言われても、その子にとっての恐怖や悲しみや不安の軽減にはなりません

子どもの気持ちの受けとめ方

- ・子どもが安全で安心できる環境で受けとめます
- ・ストレス反応は自然な反応であることを心に留めながら受けとめます
- ・先生自身の言葉で、率直に感じたことや考えたことを話すことも大切です

専門機関との連携も必要に応じて考えます

- ・子どもがひどく混乱した状態になっているときや、反応が長引くときは、先生や養護教諭に相談したり、スクールカウンセラーに相談しましょう
- ・なかには、医療機関に相談することが必要な場合があります

《例えば、こんな時どうするの？ 》

大人が、落ち着いた態度で温かく接することが大切

- ① 食欲がない
 - ・無理せず、食べられるものを摂りましょう。
 - ・水分をこまめに摂りましょう。
- ② 眠れない、夜中に起きる
 - ・部屋を少し明るくしたり、側に居てあげるのもよいでしょう。
- ③ 体の不調を訴えてくる
 - ・短時間でもよいので、手当てをしながら、話を聞くなどをするだけでも安心します。
- ④ 災害の話を繰り返す（何度でも聞いてあげてください）
 - ・何度も同じ話をされると、聞いている側は嫌な気持ちになったり、話をさえぎりたくなりますが、子どもは話すことでストレスを和らげようとします。

2 教職員のストレスとケア

災害時、教職員の心のケアは？

大きな災害に遭遇すると、教職員は「自身が被災者」であるにも関わらず、「児童生徒の支援者」としての役割を優先します。そして、学校は「教育の場」であると同時に、「市民の避難所」としての機能も担うことになります。災害直後から1週間ほどの教職員の活動を見ますと、概ね次のような対応が想定されます。

災害直後

- 教職員は児童生徒や職員の「安全を確保」しながら「避難誘導」をします。
- 二次災害の危険を避け、負傷者などの「救出作業」や「応急救護」をします。
- 市民が災害を避け学校に退避して来るので、「避難市民の対応」をします。

避難完了後

- 児童生徒の安全確認しながら「下校、保護、引き渡しの判断」をし、対応します。
- 「避難所運営への協力」をします。

災害直後から避難所の運営が軌道に乗るまでの期間は、本務に支障のない範囲内で運営の協力というより、「運営」を担うことが多いです。特に、ライフラインの不備な状況下では、飲料水の確保や排泄物の処理などを担う場合もあります。

学校再開に向けた活動

- 災害発生から3日程度経過した時点から、教育活動再開に向けて準備をします。学校再開ができない状況の時は、家庭訪問などをします。

このように多様な業務をこなす教職員は、自身では気づかないうちに疲労やストレスを蓄積しています。被災者としての「災害時における3つのストレス」に加え、児童生徒への支援者や市民への支援者としての「支援者としてのストレス」も抱えます。ここでは、「支援者としてのストレス反応とそのケア」についてお伝えします。

《支援者としてのストレス反応》

- ㊦ 「役に立っている」「頼りにされている」と高揚した気分になります
- ㊧ 「自分だけは大丈夫」と過活動になり、自身の疲れに気づきにくくなります
- ㊨ 「怒りっぽくなる」など感情的になり、人間関係がこじれやすくなります
- ㊩ 「忘れっぽくなる」など判断力が低下し、活動に支障がでてきます
- ㊪ 「罪悪感」をもち、自分が通常生活をしていることへの後ろめたさを感じます
- ㊫ 「罪責感」をもち、支援活動が十分に行えていないと自分を責めます

※ これらの反応は、特別な状況下では「当たり前」の反応で「誰にでも起きる自然な反応」ですが、反応の表れ方やおさまり方には、個人差があります。

《ストレス反応へのケア 3つの原則》

食事、休憩、睡眠、休息日をとりましょう

- ・不眠不休では身体がもちません。体力的に多少の無理がきくのは、せいぜい1週間です。特に、直後からハイペースで仕事をし過ぎると、後で調子を崩してしまう「バーンアウト現象」を起こしやすくなります。

まわりの人との関係を大切にしましょう

- ・「自分がないと〇〇〇ができない」と気負うと、仲間と協力した活動が難しくなります。お互いに声をかけ合って協力しましょう。
- ・信頼できる仲間とその日の活動を振り返ったり、体験したことや感じたことを話したり、ねぎらい合ったり、分かち合ったりしましょう。

簡単なリラックス法を身につけましょう

- ・深呼吸やストレッチ、入浴やお茶など、ゆったりとした時間をもちましょう

《たとえば こんな時は・・・》

教職員自身の生活のなかで、心配があるとき

- ・まず、心配なことがあれば、解決策を考えましょう
家族の中に、小さい子どもやお年寄りや病気の方がいる場合は、特に心配が強くなります、一人で悩まないで管理職に相談しましょう。
- ・留守宅の安全や被災状況などで心配が強い時は、精神的な疲れがなかなか解消しません。イライラや無気力になることもありますので、管理職に早めに相談しましょう。

児童生徒が表すメッセージで、どのようなものが大切なのでしょうか

- ・ストレス反応はさまざまです、「災害時の子どもの心のケアは？」を参考にしてください。
- ・災害後では、児童生徒は漠然とした不安感を持ちます。もともと各自が持つ不安定さがこの機会に増大され、いろいろな問題がでてくる可能性があります。
- ・不安を訴えたり、災害の恐怖を繰り返し話したりするときは、話を聞いて不安なことは「そうだね」、「大丈夫だよ」「よく頑張っているね」と受けとめてあげてください。

災害後の学校再開を急いでいるように感じますが・・・

- ・児童生徒は、「学校で友達や先生と一緒にいること」で安心し、学校でいつもの生活ができることが、心の支えとなります。
- ・学校再開は、教育活動の再開であると同時に、児童生徒のこころのケアでもあるのです。

※ 教職員の皆さんご自身の 心身の健康に 気をつけてください

