

# 熊本地震

# 美咲野小の想い 第1話



美咲野小だよりにたくさんのお返事をありがとうございました。プライバシーに係る内容もたくさんありますので、もちろんお名前は出しませんし、いくつかのお返事を内容毎にまとめたり、分けたりしておりますことをご了承下さい。大切なのは、「今の想いを知り合い、少しでも気持ちを共有し、大人も『私だけじゃないんだ』『みんなそうなんだ』『気持ちを言ってもいいんだ』と少しでもラクな気持ちになり、子どもたちを受け止めることだと考えています。

本当は、もっと整理して出したかったのですが、時間がかかりすぎるので「子どもの様子」編・「私はこう考える」編等のタイトルを付け、「美咲野小の想い」を順次ご紹介していきたいと思います。

## 「子どもの様子」編 その1

○トイレやお風呂は一人では怖い。「ついてきて！」と言うこともあります。でも少しずつ慣れて一人で行けることも増えてきました。昼はいいけど夜はやっぱり怖いのかなと思います。子どもたちを抱っこしたり抱きしめて「こわかったね。」と言ったりする時間が増えました。

○大きな音にびっくりしたり、集中力が途切れがちになったり、独り言が増えたりして対応に難しさを感じています。心のケアに努めていきたいと思っています。

○みんな寝付きが悪くなりました。今まで通りの明るさでは不安がり別室の明るい電気をつけて寝ています。

○地震という言葉を聞いただけで、私の胸に飛び込んできます。お兄ちゃんも不安だと思います。お兄ちゃんは元気に学校へ行っており、学校の話をしてくれると私も笑顔になります。でも、疲れが出て早く寝たりしています。

○余震があるとすぐ机の下に逃げたり、家の中で決めておいた避難場所に駆けつけたりしています。元気な姿しか見ていませんが、今後、変化が訪れることもあるとのこと。注意深く様子を見ていこうと思います。

○余震に泣くこともありました。登校を恐がりもしました。一番上のお兄ちゃんと一緒に寝たとき、ぼんやり目を開けて天井を見ている姿を見ると・・・そして、聞いても何も話さないのを見ると、とても心配になります。甘えてくるとき甘えさせることが一番かなと考えたりします。

○地震の時に2階にいたせいか、夜一人で2階に上がるのが怖いようです。一人で寝ることができなくなりました。

○どこに行くにも大人の姿が見えないと不安「おかあさん」と声が聞こえます。仲の良いお友達と一緒にいると安心しているようです。精神的に震災前に戻るまでまだ時間がかかるかもしれません。

○今もふとした時に泣いてしまい「どこか痛いのか？」と聞くと「勝手に涙が出る」と言います。TVのニュースも怖がりすぐチャンネルを変え、トイレに行くのも付き添いです。みんなでも少しずつ元気になって「いい経験をした」と思えるようにしていきたいと思っています。

○息子は元気そうにしていますが、余震の揺れの度に気分が悪くなります。夜は眠るのが怖い。また大きい地震が来るかもしれないとびくびくしています。自分も息子も不眠気味で体調も心配。余震もいつまで続くのか毎日不安です。

○学校へ行くことであの日の心のストレスが軽減されていることも開放日に4日間通った娘の様子から感じることができました。しばらくは大人から離れず家で寝ることをいやがっていましたが、開放日位から家で眠れるようになりました。今後学校と協力して心のケアをしていきたいと思っています。

○子どもたちは大人ほど地震についての話を口にしません。でも体調不良を訴えたり、甘えたいそぶりが増えたり、一人になることを怖がったりしています。抑えられた子どもたちの感情を受け止め、消化していけるよう接していきたいと思っています。当たり前だと思っていた学校での生活を楽しくうれしいと思っているようです。

○体育館に避難中、一斉に鳴り出す携帯のアラーム音は逆に恐怖をおおっているようでした。

# 美咲野小だより

## 5月

NO. 10  
H 28. 5. 27  
大津町立美咲野小学校  
文責：草場ルミ子

### 校長室の窓から

出動し車から降りると、先ず眺めるのが俵山の風車。そして美咲野小から真南に見える「高畑山(なだらかかな山並みにぼこっとあって頂上が二つに割れている山)を眺めます。高畑山は西原村の河原小学校の校歌に出てくる山です。大津北中の体育大会に顔を出した後、河原小に行ってきました。体育館はまだ避難所になっていました。自衛隊のお風呂は引き上げてありましたが、運動場に仮設のお風呂を設置する準備が始まっています。知り合いの役場の方に会いまして「やせたでしょう？」と言っていると、「ちよっどええ位になったばい。」と笑われましたが、疲れておられるなあとまた胸が痛みました。

第8条 体験で得られる本物知と心  
～家庭教育十カ条より～

