

# 資料

## 資料1

# 鳥取県西部地震に係る子どもの心の健康相談について

保護者の皆様へ

このたびの鳥取県西部地震の被災者の方々に、心からお見舞い申し上げます。

鳥取県教育委員会では、地震による影響を受けた子どもたちの心のケアが特に必要であると考え、次のような相談窓口を開設しています。

お気軽に相談してください。

平成12年10月

鳥取県教育委員会

## 子どもの心の健康チェックについて（こんなことはありませんか）

子どもたちは、大災害にあうと普段と違ったいろいろな症状をあらわします。何気ないようなことでもそれは子どもたちからのシグナルです。見落とさないようにしてください。少しでも心配事があれば遠慮せずに、学校や下記の相談窓口にご相談ください。

健康に関する項目	その他の項目
<ul style="list-style-type: none"><li>・元気がない</li><li>・頭やお腹が痛いと言う</li><li>・イライラする</li><li>・きげんが悪い</li><li>・食欲がない</li><li>・夜、ぐっすり眠れない (いやな夢やこわい夢を見る)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>・学校に行きたがらない</li><li>・ものごと（勉強など）に集中できない</li><li>・小さな音でもびくっとする</li><li>・人と話をしなくなった</li><li>・親の気を引こうとするようになった</li><li>・友だちと遊ばなくなった</li><li>・反抗的・攻撃的になった</li></ul>

## 相談窓口について（対象：子ども、保護者、教職員）

### 1 常駐による相談

#### （1）日野町立日野中学校（☎0859-72-2783）

- （派遣期間） 平成12年10月16日～当分の間
- （相談員） 臨床心理士
- （相談時間） 月曜日～金曜日の10：00～17：00
- （相談対象） 日野郡内の児童生徒の相談に対応

#### （2）西伯町立西伯小学校（☎0859-66-5345 福祉保健部設置分）

- （設置期間） 平成12年10月17日～当分の間
- （対応者） 心理判定員等
- （相談時間） 月曜日～金曜日の10：30～15：30
- （相談対象） 西伯郡内の児童生徒の相談に対応
- （連絡先） 米子児童相談所（☎0859-33-1471）

## 2 巡回による相談

相談員	巡回先（カウンセラー勤務先）・電話番号	
徳岡奈々絵 先生（臨床心理士）	湊山中学校	☎0859-34-3245
	東山中学校	☎0859-34-3241
落合 潮 先生（臨床心理士）	境第一中学校	☎0859-42-3711
	境第二中学校	☎0859-45-0911
	境第三中学校	☎0859-42-6663
	青少年育成センター	☎0859-47-1014
中村 宏子 先生（臨床心理士）	尚徳中学校	☎0859-26-3451
	淀江産業技術高校	☎0859-56-2711
木村 秀子 先生（臨床心理士）	米子内観研修所	☎0859-33-4668
灘本 百美 先生（臨床心理士）	野島病院	☎0858-22-6231

・巡回先に連絡をとり、相談できる日時の調整をしてください。

## 3 電話による相談

相談員	相談先住所・電話番号
井上 寛 先生 （精神科医）	米子市東町138 井上クリニック (☎0859-32-5110)
永見 実 先生 （精神科医）	米子市久米町284-2 永見医院 (☎0859-32-3166)
坂元 俊文 先生 （精神科医）	米子市上後藤3丁目5-1 広江病院 (☎0859-29-5351)
中村 宏子 先生 （臨床心理士）	米子市皆生新田1-8-1 山陰労災病院精神科 (☎0859-33-8181)
三輪 美和子 先生 （臨床心理士）	米子市西町86 鳥取大学医学部精神神経科 (☎0859-34-8107)

（相談方法）・電話または面談により、アドバイスを受けてください。

・面談によりアドバイスを受けようとするときは、あらかじめ電話で連絡をとってください。

（相談時間）・月曜日～金曜日の9：00～17：00

## 4 FAXによる相談

ファクシミリで相談内容をお知らせください。のちほどカウンセラーから連絡します。

相談員	相談日	時間	連絡先・電話番号
谷村 直志 先生 （臨床心理士）	随時	随時	谷村心理クリニック（自宅）・FAX0857-29-6114

## 5 その他の電話による教育相談

名称	受付時間	電話番号等
子どもホットライン	月～金 17：30～20：30 土 10：00～16：30	☎ 0858-26-7211 FAX 0858-22-4192 電子メール chubukyoiku@pref.tottori.jp
子育てホットライン	月～金 10：00～20：30 土 10：00～16：30	☎ 0858-22-4188 FAX 0858-22-4192 電子メール chubukyoiku@pref.tottori.jp
いじめ110番		鳥取県庁内 ☎ 0857-26-4123
いじめ相談	月～金 8：30～17：30	鳥取はまなす教室 ☎ 0857-31-3956 倉吉うつぶき教室 ☎ 0858-23-5959 米子こすもす教室 ☎ 0859-35-0434

上記の時間以外は、留守番電話、ファクシミリ、電子メールで受け付けます。

## 資料2：相談活動についてのアンケート

アンケート

記入者名

(職名 )

Ⅰ、震災後一年あまり経ちましたが、何か気がかりなことはありますか。

Ⅱ、鳥取県西部地震の際の臨床心理士派遣についておたずねします。

1、臨床心理士の派遣はお役にたちましたか。

(はい・いいえ・どちらともいえない)

2、具体的には、どういう点でお役にたちましたか、お役にたてませんでしたか。

3、臨床心理士派遣事業終了後に何か困ったことはありませんでしたか。

4、今回の臨床心理士の活動についてご感想をお願いいたします。

ありがとうございました。

今後の活動の参考にさせていただきたいとおもいます。

# 過労防止ホットライン

教職員・役所職員等援助者の皆さま、連日のお仕事、大変お疲れさまです。

このたびの鳥取県西部地震において、直接被害に遭われた方もそうですが、その援助に当たっておられる方もさぞかしお疲れになっていることと思います。

震災による教職員・役所職員等援助者のための

## 過労防止ホットライン

お電話ください

■月～土 午後8時～午後11時  
(日曜・祭日と12/29-1/3はお休みします)

■料金無料  
臨床心理士会スタッフが話しかけます

ひと や す み と ろ う  
**0120-184306**  
鳥取県臨床心理士会



ストレスはたまっていませんか。

夜は眠れますか。

誰かのために働くということは、素晴らしいことですね。しかし、そのことが気づかない間に自分自身に大きな負担をかけていることがあります。災害後のさまざまな援助活動も同じこと、援助者の受けるストレスは見過ごされがちです。

誰かのために働いてきて疲れを感じ

ている方々、ここでひと呼吸。明日に備えるためにも、かけがえのない自分を大切にすることを忘れないでください。たとえ5分でも現場から離れることは効果的です。家や宿舎に帰った後、オフの日などは、十分な食事と睡眠を心がけてください。入浴や軽い運動によって体をほくし、リラックスしてください。家族との会話やふれあいもぜひ。同僚や周囲の人に、自分の体験したこと、感じたことを話してください。大変なときだからこそ、ホッとするひとときをもつことが必要です。



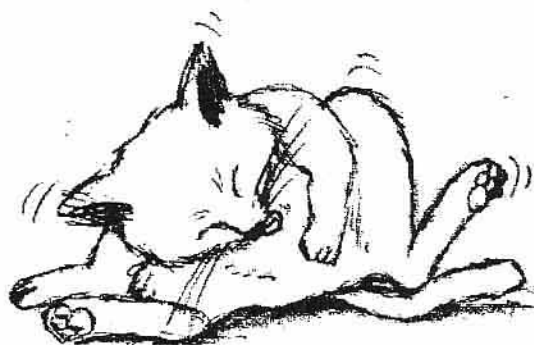
私たちの電話もどうぞご利用ください

11月20日から平成13年3月末までの月曜から土曜まで（日曜・祭日と12/29-1/3はお休みします）  
午後8時から午後11時まで、臨床心理士会員がお話をうかがいます。料金は無料。秘密は守ります。

（フリーダイヤル） ひと や す み と ろ う

**0120-184306**

**鳥取県臨床心理士会**



# 新聞記事

日本海新聞 2000年(平成12年)10月11日 水曜日

(23) **地域総合** 2000年(平成12年)10月11日 水曜日

◆児童生徒の心の健康  
相談窓口を設置

災害後の子ども心の  
ケアのため、鳥取県は九  
日から米子市内四カ所

に、教職員や保護者から  
の心の健康相談に応じる

「相談窓口」を設置した。

相談を受けるのは、井

上クリニックの井上寛医

師(電0859-3215

110)、広江病院の坂

元俊文医師(同29-53

51)、山陰労災病院精

神科の臨床心理士、中村

宏子さん(同33-818

1)、鳥取大学医学部精

神神経科の臨床心理士、

三輪美和子さん(同34-

8107)の四人。

災害後に心身に変調が  
ある子どもの保護者や学  
校教職員を対象に、電話  
または訪問して、アドバ

イスを受けることができ  
る。訪問する際は事前に

電話連絡が必要。相談時

間は平日午前九時から午

後五時まで。

# 最後の4校も授業再開



休校だった学校が再開し、笑顔で登校する日野中学校の生徒たち—鳥取県日野町根雨、日野中学校

## 鳥取県西部地震

### 復興明るい兆し

#### 日野町内 再会を喜び合う

鳥取県西部地震で最後まで休校していた日野町内の小中学校四校が十六日、授業を再開した。これにより、被災地で高校も含め、すべての学校で授業が始まった。子どもたちの笑い声が教室に戻り、復興への明るい兆しが見えた。休校は地震発生翌日の七日、鳥取県内で最大一校だった。

再開したのは日野町内の黒坂、富福、根雨の三小学校と日野中学校。通学路の確保や水道の復旧、校舎内

の修理が終了したため、同日授業が始まった。日野町根雨の日野中学校(森田勝彦校長、百三十一人)は全生徒が登校。クラスマートフォンとの再会を喜び、生徒の多くが笑顔を見せていた。校内の清掃をした後、平常通りの時間割で授業を開始。「地震を振り返る」をテーマに、全生徒対象の作文を実施し、震災状況の把握、生徒の精神状態などを調べた。登校時、三年の生田恵子さん(18)は「連絡が取れなかった友達と会うのが楽しかった」と語り、足早に校門をくぐり抜けた。鳥取県教委の調べでは、地震で被害を受けた小中学校は七十四校。体育館の支柱に亀裂が入ったり、外壁にひび割れなどが起きた学校もあった。同教委によると、十六日の欠席者は、震災を受けた精神的な不安と思われる児童が二人。親せき宅などに一時的に避難している児童が一人。中学校では、震災が原因の欠席者はいなかった。

## ショック状態残っている

### 臨床心理士 児童らの相談受ける

日野中に派遣

鳥取県教育委員会は十六日、児童や生徒が受けた震災のショックを和らげようと、同県日野町根雨の日野中学校(森田勝彦校長、百三十一人)内に常駐の臨床心理士を派遣し、心の健康相談を始めた。十一月下旬までを予定しているが、状況に応じて延長する。相談対象は日野郡内の十八小学校、四中学校の児童、生徒、保護者。県臨床心理

士会(熊本吉美会長、三十人)の協力で実施した。初日は、増穂市内の三中学校でも相談を受けた鳥取大学医学部の渡合嗣教授が担当した。渡合教授は「児童たちは表面上は明るいが、地震によるショック状態が残っている」と指摘。余震に対する不安や緊張から、肩凝りや筋肉痛、便秘などの症状が出ている、という。ある程度落ち着いてきたため「注意力が散漫になりがちになり、物忘れやひどいミスをする」とも。交通事故には気を付けて」と呼び掛けた。対応策として、友人らと話し合い、地震の恐怖や不安、悩みを共有することを勧めている。心の健康相談は電話での相談も受け付けている。問い合わせは同相談窓口(電話090669・72・2783)。

生徒、保護者。県臨床心理

相談も受け付けている。問い合わせは同相談窓口(電話090669・72・2783)。

本 報 新 聞

(第3種郵便物認可)

# 「心のケア」を研修

## 被災地域の教員17人

日 野

鳥取県教委は十七日、震災で心に痛みを負った児童、生徒たちが一日も早く立ち直るのを目指し、日野郡内の小中高校十六校の教員十七人を日野町野田の日野中学校(森田勝彦校長)に集めて「心のケア」に関する研修会を開いた。



児童や生徒の「心のケア」について講演する臨床心理士の落合氏  
県教委は引き続き臨

床心理士を同中学校に常駐させる予定。

県教委によると、県西部地区の公立学校で地震による精神不安から学校を欠席している児童、生徒数は十日をピークに減少しており、十六日現在で小学生二人となっている。児童、生徒が悩みを抱えた場合、自ら心理士などの専門家に相談することほまれ、まずは親や学校の教員に相談するケースがほとんど。研修会は、最初の相談相手となる教員が子供たちの悩みをスムーズに対応できるように開かれた。

十六十七日の二日間、同校で子供たちの心のケアにあたる日野町の鳥取大学医学部の落合潮臨床心理士が講師を務め、各

校の状況について教員らと意見交換した。各校とも子どもたちがおむねねん(そう)状態だが、小学校低学年でちょっとしたことでも友達に当たったり、なかなか泣きやまないなどの事例が報告された。また教員の家が被災していて、被災していない子供との間にギャップが生じているケースもあるという。

落合氏は「体育など言葉以外の手段で自己を表現する活動を積極的に行ってほしい。そうすることで落ち着きが出る」とアドバイスする一方、「地震という同じ恐怖体験をしたことで、きずな

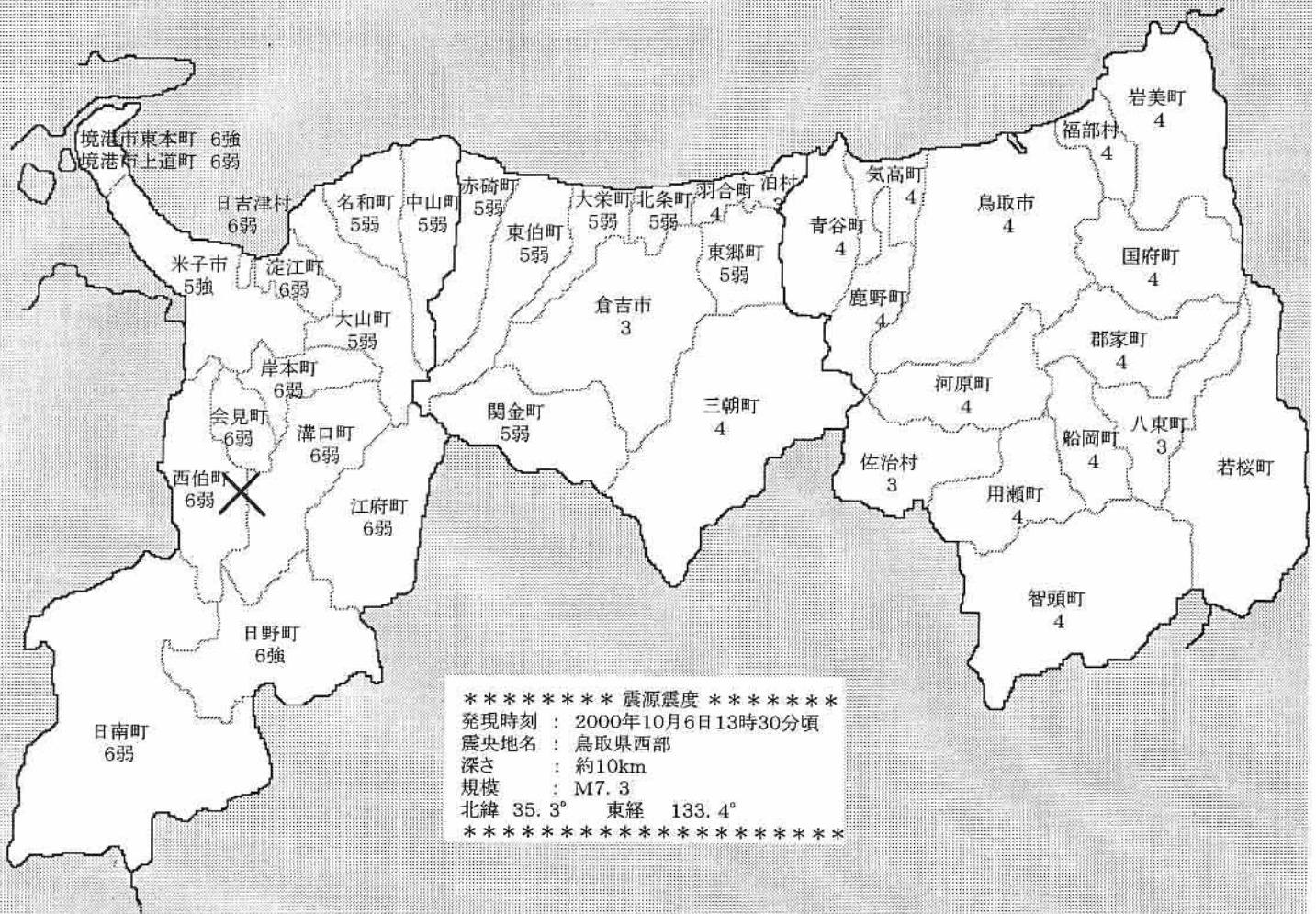
### お知らせ

◆県臨床心理士会が過労防止ホットラインを開設  
鳥取県西部地震の被災者援助に当たっている教職員や役所職員のストレスを和らげるため、鳥取県臨床心理士会(灘本百美会長)は「過労防止ホットライン」を開設し、援助者の支援を行っている。元気がない、食欲がない、夜眠れないなど、見過ごされがちな援助者のストレスを、会員が電話で相談を受ける。家族や身近な方からの電話も受け付ける。時間は日曜、祝日を除いた午後八時から同十一時。料金無料で秘密厳守。相談は過労防止ホットライン(電0120-11843006)へ。



# 震度分布図

## 平成12年鳥取県西部地震



## 学会発表など

### 1) 落合 潮

「子どもの心のケアと学校支援」として発表  
第7回鳥取大学、島根大学合同シンポジウム  
山陰地方の現状と課題 ― 鳥取県西部地震とくらし ―  
2001年（平成13年）2月3日（土）  
於）鳥取大学医学部記念講堂

### 2) 木村 一朗

「鳥取県西部地震における鳥取県臨床心理士会の取り組み」として発表  
第44回鳥取県公衆衛生学会  
2001年（平成13）年7月24日（火）  
於）鳥取県立未来中心

### 3) 灘本 百美

「自然災害被害者への援助」として話題提供  
第3回被害者支援研修会  
2001年（平成13年）7月1日（日）  
於）大正大学

## 参考文献

※ 1) から 9) は第 5 章「事務局の動き」の文献番号に対応しています。

- 1) 河合隼雄：初めての災害・心のケア。河合隼雄・日本臨床心理士会・日本心理臨床学会編，心を蘇らせる。講談社，p.12，1995.
- 2) 久留一郎：鹿児島県臨床心理士会。日本臨床心理士会編，日本臨床心理士会 10 周年記念誌。日本臨床心理士会，p.142，1999.
- 3) 久留一郎：PTSD（外傷後ストレス障害）と災害後の支援活動。日本臨床心理士会九州・沖縄地区会編，日本臨床心理士会九州・沖縄地区会ニューズレター第 9 号。日本臨床心理士会九州・沖縄地区会，p.7，1997.
- 4) 久留一郎：PTSD 支援システムについて — 九州・沖縄地区研修会を通じて —。日本臨床心理士会編，日本臨床心理士会報第 19 号。日本臨床心理士会，p.20-22，1998.
- 5) 木賀靖之：鹿児島県。日本臨床心理士会九州・沖縄地区会編，日本臨床心理士会九州・沖縄地区会ニューズレター第 9 号。日本臨床心理士会九州・沖縄地区会，p.11，1997.
- 6) 杉村省吾：まえがき。兵庫県臨床心理士会編，災害と心の癒し — 兵庫県臨床心理士たちの大震災 —。ナカニシヤ出版，p. iii-v，1997.
- 7) 本多修：兵庫県臨床心理士会こころの相談活動経過資料。兵庫県臨床心理士会編，災害と心の癒し — 兵庫県臨床心理士たちの大震災 —。ナカニシヤ出版，p.201-208，1997.
- 8) 久留一郎：災害被害者の心理とその援助。第一回被害者支援研修会，日本臨床心理士会，p.46，2000.
- 9) 山本和郎：危機介入とコンサルテーション。ミネルヴァ書房，p.81，2000.
- 10) 杉村省吾：心の相談ホットラインに見る被災者の心と身体。河合隼雄・日本臨床心理士会・日本心理臨床学会編，心を蘇らせる。講談社，1995.
- 11) 林春男：心的ダメージのメカニズムとその対応。こころの科学，65，日本評論社，1996.
- 12) 林春男：災害による心の傷を癒す支援体制の確立。岡堂哲雄編，現代のエスプリ別冊＝被災者の心のケア。至文堂，1996.
- 13) クラウディア・ハーバート（勝田吉彰訳）：心に傷をうけた人の心のケア。保健同人社，1999.
- 14) 兵庫県精神保健協会こころのケアセンター：非常事態ストレスと災害救援者の健康状態に関する調査研究報告書 — 阪神・淡路大震災が兵庫県下の消防職員に及ぼした影響。

[http://www.survival.org/kokoro/kokoro\\_care\\_net/act\\_1995\\_2000/shobo.htm](http://www.survival.org/kokoro/kokoro_care_net/act_1995_2000/shobo.htm)

- 15) 兵庫県精神保健協会こころのケアセンター：こころのケア。  
<http://www.survival.org/kokoro/kokoro-care/index.htm>
- 16) 広島市精神保健福祉センター：災害時のこころのケア — 援助者のために —。広島市精神保健福祉センター，2000。
- 17) 兵庫県教育委員会：災害を受けた子どもたちの心の理解とケア指導資料。兵庫県教育委員会，1996。
- 18) 災害時の地域精神保健・医療・福祉対策マニュアル（第1版）。東京都立中部総合精神保健福祉センター，2000。
- 19) 奥山眞紀子：心的外傷後ストレス障害。小児内科，32（9），2000。
- 20) デビッド・ロモ（水澤都加佐監訳）：ハンドブック災害と心のケア。アスク・ヒューマン・ケア，1995。
- 21) 田中富士夫：電話相談（危機介入）。上里一郎，飯田眞，内山喜久雄，小林重雄，筒井末春監修，メンタルヘルスハンドブック。同朋社，1989。
- 22) 津川律子：『阪神大震災』心の電話相談・『地下鉄サリン』搬送病院の体験。心と社会，81，日本精神衛生会，1995。
- 23) 日本臨床心理士会：こころの健康電話相談マニュアル。日本臨床心理士会資料。（日本臨床心理士会総合企画委員会・資格法制化専門委員会：「こころの健康電話相談」の実際。日本臨床心理士会，2001。に所収）

## 編集後記

西部地震の支援活動が一段落した平成13年春、臨床心理士会総会の席上で灘本会長の「活動報告を作りましょう。」という声を聞いてから一年が経とうとしている。私は被害者支援担当理事を拝命し、会長の熱意に促されて、編集の重責を負うこととなった。地震の際には私自身の事情で支援の最前線に立つことができなかったが、このたびのことで支援の一端を担うことができたような気がしている。

ここには鳥取県臨床心理士会の活動が記されているが、それは、会員一人ひとりの熱意と善意と周囲の理解によって実現したものだと思う。当時は、「自分たちには何ができるのか」と暗中模索し、やりながら考えたと聞く。その活動の記録をまとめながら、また、この報告書を見ながら会員ひとりひとりに去来するものは何であろうか。

報告書を作るにあたっては皆、多忙のため原稿が出来上がらなかつたり、途中でアンケートをしようという意見がでて、急遽実施したりした。また、自分たちで製版までをおこなったため、遅々として作業は進まなかつた。しかし、ひとつひとつを積み上げ、今日、この日を迎えられることを心からうれしく思う。

一方、被災された方々には、いまだ家屋の修理、その他もろもろの後片付けが現在進行していると聞く。地震の後遺症はいまだ残っている。私たちの活動はこの報告書の完成で終了をみるが、このことを忘れてはならない。

この報告書がいつ来るともしれぬ災害と、その支援活動のひとつの参考になれば幸いである。

森本 いずみ

特別医療法人明和会医療福祉センター渡辺病院

### 編集委員

浦木 恵子 (スクールカウンセラー)

大島 啓利 (広島修道大学学生相談室)

落合 潮 (鳥取大学医学部保健学科)

木村 一郎 (特別医療法人明和会医療福祉センター渡辺病院)

倉地 詔子 (医療法人メンタルリカバリーセンター幡病院)

灘本 百美 (医療法人十字会野島病院)

広富 健一 (医療法人メンタルリカバリーセンター幡病院)

森本 いずみ (特別医療法人明和会医療福祉センター渡辺病院)

発行者 鳥取県臨床心理士会  
発行日 2002年3月23日  
組版   
印刷 鯉城印刷

\* \* \*

連絡先 鳥取県臨床心理士会事務局  
〒680-8062 鳥取市雲山57  
医療法人メンタルリカバリーセンター橋病院内

