



いのちを守るために ～大規模被災地からの学び～

一般社団法人こども女性ネット東海執行理事 藤岡 喜美子



最近大きな地震がいろいろなところで起きていますね。今、これを読んでいるときにも、大きな地震が来てもおかしくはない状況です。



18万人が最長7か月避難生活

2016年4月14日、熊本の方は二度の大きな揺れを経験しました。予想しなかった大規模災害は地域に大きな混乱をもたらしました。「命が助かった！」と喜びのも束の間、長い避難生活が始まりました。立場の弱い方には、さらなる困難がおそいかかりました。熊本県内でピーク時は、



約900か所の避難所が開設され、18万人を超える住民が避難し、避難所生活は最長7ヶ月も続いたとされています。

しかし、この中には車、小規模の公民館、公園等を含む自主避難、在宅避難者の正確な数字は反映されていません。こども女性ネット東海の調査では、ピーク時の自主避難所は約700か所ありました。



1. みなさん、想像してみてください！

余震が続く中、子どもを抱え安全を確認しながら避難所に向かいます。避難所はたくさんの人でごったがえしています。

一般的に指定避難所は、学校の体育館です。体育館は広く大きく、人が一緒に食事をし、寝起きを共にするためにつくられた施設ではありません。

子育てに関する相談

相談内容	電話番号	相談可能日	相談時間	窓口(相談相手)
発育・発達など健康の相談	052-689-1600	月～金(祝日除く)	9:00～17:00	健康推進課(保健師)
妊娠・出産・授乳の相談	052-689-1646	月～金(祝日除く)	9:00～17:00	健康推進課(助産師等)
子育て相談	0562-85-6668	原則火～日	9:00～17:00	子育て総合支援センター(保育士等)
家庭の人間関係などの相談	052-689-1080	月～金(祝日除く)	9:00～17:00	子ども家庭総合支援拠点(家庭児童相談員)

子育て情報メルマガ <http://www.chitamaru.jp/tokai>

子育てに関する事業・行事案内、不審者情報等のほか、保育園ごとにも登録でき、園の行事予定等をお知らせします。



子育て応援ウェブサイト「ママフレ」

行政サービスを「届出」「健康」「おかね」「あずける」「相談する」などに分類して、紹介しています。



【編集発行＆問合せ先】 女性・子ども課 052(603)2211 又は 0562(33)1111
健康推進課(しあわせ村内) 052(689)1600 子育て総合支援センター 0562(85)6177
北部子育て支援センター(名和保育園内) 052(603)2888
南部子育て支援センター(大堀保育園内) 0562(35)1011

そばにいる大人の不安を感じ取り、甘えることもできず、こどもにとっても避難所は「我慢をする」場です。

音のでるおもちゃで遊ぶことは、周囲に気を遣うでしょう。静かに過ごしたい方もいます。また、性犯罪の心配もあります。

地面が割れるほどの大きな地震によって、経験したことのない恐怖を味わった多くのこどもにとって、体育館は地震から身を守るうえでは「安全」な場所かもしれませんが、「安心」して自ら居たいと思う場ではありません。

さらに、熊本県の新聞ではこんな発表がされました。熊本地震で大きな被害を受けた4圏域で、55%の親子が「夜泣きが多くなった」「不安だ」などの影響があったことを明らかにしました。県子ども未来課は「地震被害が大きい地域では、精神的な影響も大きかったとみられる」としています。

2. いつもの仲間との保育

このような状況において、配慮が必要な方に対し、安心な自主避難所を開設された熊本県熊本市にある「やまなみこども園」の取り組みを紹介します。

まず、遊戯室を自主避難所として開放し、多い日には在園児を含む100人以上が寝泊まりしました。普段から慣れ親しんだ遊戯室での生活について、こどもや親に尋ねると「日頃からよく知っている仲間とともに温かいご飯を三食食べ、ゆっくり眠ることができ、とても安心できた」という応えが返ってきました。



日頃から保護者同士が何でも話し合い、保育士と良い関係を築いているからこそ、地震発災後、こどもを守り「安心」する場をつくることができましたのではないのでしょうか。熊本地震から私たちが学んだことの一つです。

○大切なのはきれいなトイレ

任意な自主避難所を開設する時には、きれいなトイレを確保することが重要だったそうです。断水が続く中、保護者同士で話し合って決めたことは、江津湖から水を運んでくることだったと聞いています。水を運ぶため700メートルほど先にある江津湖を何度も往復し、トイレの水を流せる環境を整えたそうです。水を毎日運ぶことは、とても大変でしたが、最初に断水時のトイレの水の確保等について丁寧に議論されていたおかげで、トイレについての不満は出なかったのだと思われます。



○誰の声も無視することなく課題に向き合う

もう一つ、避難所の課題としてあげられるのは食事です。

避難所では、必要なものが必要な人に届かないということがよく起こります。

例えば、100人いる避難所に50個の卵が届いたらどうしますか。100個ないから配らないという選択をするリーダーもいます。

しかし、日頃から家庭や地域で保育をしている人であれば、不公正さが残らない気遣いができるのではないのでしょうか。人数分なくても、それぞれのこどもの必要に応じて、順番を守ったり、数を数えたり、誰の声も無視することなく課題に向き合う実践を続けています。

しかも、自己主張の強い2歳や3歳のこどもと一緒に、モノを配分する経験を何度もしています。人の思いをくみ取ることが上手な人が多いのでしよう。

私たちは、保育をしている人達の経験や行動で培われた実践力の重要性と社会的役割を熊本地震から学びました。

3. 子どもの権利と自由

災害が起こると、多くのボランティアが日本全国から集まります。こどもに、絵本を読んだり、歌を歌ったり、劇をみせたり、それはとても心の温まる活動です。こどもはとても勇気づけられるでしょう。

こどもに必要なのは、おやつを食べて友だちとふざけ合ったり、先生に甘えて抱っこされたりといった、「あたりまえの日常」です。



しかし、避難所生活が長期化するとボランティアの都合に合わせて、こどもの生活時間を区切るような事態が続いてしまい、「子どもの権利と自由」が後回し

になってしまうことがあります。忘れてはならないことは、震災は非日常を生じさせるということです。想定外のことが連続して起こる発災後の暮らしのなかで、こどもにとって最も必要なことは、できるだけ早く「日常を取り戻すこと」です。

こどもには、のびのびと遊ぶ場が必要です。「やまなみこども園」では、こどもの布団を園庭に干し、その下でこどもたちが泥団子をつくりはしゃぐ姿がありました。

このような避難所があれば、どんなに安心でしょうか。



これまでの避難生活を変えることで、心身ともに病気になることを防ぎ、災害関連死をなくしていけるはずで



4. おわりに

地域の防災訓練にこどもと一緒に参加したことはありますか。避難所は地域の人を中心となって運営をします。日頃から地域の人と顔見知りになっておくことや、こどもや女性を対象とした活動をしている市民団体と関わりを持つこと、こどもの特性に合った過ごしやすい場所を見つけるしておくことは、被災した時にも心強いです。また、普段の遊びの中で場所や人に慣れておくことと安心です。

地域の防災訓練に参加することは、こどもが過ごしやすい避難所づくりへの一歩です。こどもがぐずって、つまらない、帰りたいというリアルな姿を目にすることで、こどもがいる避難所をみんなで考えることができます。地域の人みんなの『安心・安全』な避難場所へ繋がるでしょう。



「執筆者紹介」

藤岡喜美子（ふじおか きみこ）氏

“公益社団法人日本サードセクター経営者協会（JACEVO）執行理事”

“一般社団法人こども女性ネット東海執行理事”

東日本大震災や熊本地震において被災地支援を行い、災害時や緊急時にこどもや女性の命を守るために2020年『一般社団法人こども女性ネット東海』を立ち上げる





子どもの偏食との付き合い方

子どもの食べる量や食べる意欲には個人差があり、悩みも様々です。食べ物を食べ始めてから、数か月、数年のこの時期は、だんだんと食べることに慣れていく大切な時期です。“子どもの偏食”について、成長・発達もふまえ、上手に付き合う方法を考えてみましょう。



好き嫌いには理由があります

- ・ **子どもには本能的に、好きな味と苦手な味があります。**

酸味や苦味は、生後から5～6年かけて、何度も繰り返し食べることでゆっくり獲得する味覚です。初めての食材や味に対して、警戒心が強い子どもも多くいます。まずは、大人が肩の力を抜いて、食事を楽しみ、目の前で美味しそうに食べている姿を見せていきましょう。繰り返し見せることで、子どもも安心し、「食べてみようかな」と挑戦する気持ちを育てます。また、苦手な食材は、慣れていないだけと考えて、少しだけでも盛り付けてあげましょう。その日は、食べられなくても、何度も見たり、触ったりするだけでもだんだんと慣れていきます。

- ・ **お腹がすくリズムを作しましょう。**

出した量を食べないと心配になり、好きな食べ物ばかり与えてしまう場合があります。子どもの食べられる量には個人差があるので、少しの量と思っても、ちょこちょこ食べていたり、好きなものをしっかり食べたりしていると、常にお腹が満たされた状態になっているかもしれません。

食べ慣れたものをいつも出してくれて、お腹も満たされている・・・それでは、苦手な食べ物に挑戦する気持ちも減ってしまいますね。

離乳食完了期（1歳～1歳半）以降は、食事の時間、間食の時間や回数を決めて、空腹と満腹のリズムを作っていきます。

食べにくい食材には、ひと工夫を

口の中に食べ物を入れてモグモグはするけれど、飲み込めずに出してしまうことがあります。それは、食べる意欲はあるのに、子どもの噛む力に食材の形状が合っていないかったり、ひと口量が大きすぎたりするのかもしれません。ひと口量を覚えさせていくには、前歯でかじり取らせる事も有効です。目の前で、かじり取る見本を見せながら覚えさせていきましょう。



ひと口量の目安：0～2歳で子どもの親指の半分の大きさ、
3歳で子どもの親指の大きさ

このように、偏食につながる原因は、食べにくくて嫌がっていたり、好きなものをしっかり食べていて満たされていたりと様々です。「一緒に食べるとおいしいね」「上手になったね」などの声かけや褒めることも忘れずに。根気よく、子どもの頑張りを見守っていきましょう。

甘み・旨味 ⇒ 母乳 ⇒おいしい
酸味・苦み ⇒ 腐敗・毒 ⇒おいしくない

〈ひと工夫の例〉

葉物野菜

薄くて噛みにくいので、1cm角程度の大きさに切り、やわらかく煮たり、茹でたりします。

ピーマン、青菜類

香りの強い野菜は、切った後、一度サッと茹でてから、炒めたり、サラダにしたりします。また、チーズやホワイトソースなどの乳製品と相性が良いので、組み合わせると調理しても食べやすくなります。

薄切り肉

歯の生え具合や噛む力によって、しゃぶしゃぶ用～普通の薄切りを使い分けましょう。また、繊維を短く切る様に細切りにし、小麦粉や片栗粉をまぶしてから調理するとしんなり柔らかくなります。

(健康推進課 栄養士)



詳しくは、ホームページ又は
広報等でご確認ください。



行事名	内容	日付	時間	場所 (問合せ先)
0 歳 児 ~				
要予約 ベビーサロン	◎4か月頃までの子どもと保護者 体重測定、母乳相談、育児相談 定員 <u>しあわせ村 各日20組(先着順)</u> <u>富木島児童館 10組(先着順)</u>	8月…毎週水曜日 9月…毎週水曜日	13:30～15:00	しあわせ村 保健福祉センター
		8月はお休み 9月8日、22日(金)	10:00～11:00	富木島児童館 (052-601-1500)
要予約 ねんね広場	◎3か月～7か月の子どもと保護者 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	9月6日(水)	10:00～11:00	子育て総合 支援センター
要予約(来所のみ) 前期離乳食講習会	◎4か月～5か月の子どもと保護者 離乳食の進め方の講話、 デモンストレーション等 定員 <u>各日40組(先着順)</u>	8月2日(水) 5年3月生まれ	10:00～11:30 <u>当日受付時間</u> <u>9:45～10:00</u>	しあわせ村 保健福祉センター
		9月6日(水) 5年4月生まれ	<u>オンライン</u> <u>14:00～15:30</u> <u>(予約不要)</u>	
要予約 ひよこサロン	◎4か月～7か月の子どもと保護者 体重測定、親子ふれあい遊び、 保護者同士での交流	8月2日(水) 9月6日(水)	13:15～14:15	北部子育て 支援センター 南部子育て 支援センター
		8月4日(金) 9月5日(火)		
	◎8か月～11か月の子どもと保護者 体重測定、親子ふれあい遊び、 保護者同士での交流	8月23日(水) 9月20日(水)		北部子育て 支援センター
		8月22日(火) 9月19日(火)		南部子育て 支援センター
要予約 あかちゃん相談	◎5か月～1歳頃の子どものと保護者 体重測定、育児相談、栄養相談 定員 <u>各日5組(先着順)</u>	8月2日(水) 16日(水) 9月6日(水) 20日(水)	<u>当日受付時間</u> <u>13:10～14:30</u>	しあわせ村 保健福祉センター
要予約 よちよち広場	◎8か月～11か月の子どもと保護者 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	9月13日(水)	10:00～11:00	子育て総合 支援センター
要予約 ベビーマッサージと ママストレッチ	◎移動に抱っこが必要な子どもと保護者 ベビーマッサージとお母さんのストレッチを 同時に楽しく行う	9月22日(金)	13:30～14:30	平島公民館 (052-604-0448)
要予約 後期離乳食講習会	◎10か月の子どもと保護者 後期離乳食の進め方、 取り分け離乳食の講話 定員 <u>各日20組(先着順)</u>	8月25日(金) 4年10月生まれ ※申込受付 <u>8/1(火)～</u>	10:00～11:45 <u>当日受付時間</u> <u>9:45～10:00</u>	しあわせ村 保健福祉センター
		9月22日(金) 4年11月生まれ ※申込受付 <u>9/1(金)～</u>		
1 歳 児 ~				
要予約 にこにこ広場	◎1歳の子どものと保護者 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	9月14日(木)	10:00～11:00	市民活動センター 子育て総合 支援センター 北部子育て 支援センター 南部子育て 支援センター
		9月11日(月)		
		9月12日(火)		
要予約 親子スキンシップ 教室	◎1～4歳の子どものと保護者 親子でふれあいながら友達の輪を広げる	8月4日(金) 9月1日(金)	10:00～11:00	上名和公民館 (052-601-3610)
		◎歩くようになった子どもと保護者 親子のふれあいとママ友作りの場として 楽しく交流する(ボールや風呂敷遊び)	8月7日、21日(月) 9月4日(月)	10:00～11:00

支援センター事業はこちら



子育てオンライン相談、
あかちゃん相談はこちら



ベビーサロン、
離乳食講習会、
アレルギー予防講座はこちら



行事名	内容	日付	時間	場所 (問合せ先)
1 歳 児 ~				
要予約 親子でリズム	◎1~4歳の子どもと保護者 リズム運動をととして親子のスキンシップを はかる ※乳児の託児なし	9月14日(木)	10:30~11:30	加木屋市民館 (0562-32-7880)
子育て井戸端サロン	◎1~4歳の子どもと保護者 リズム体操 保健師による身体測定 ※乳児の託児なし・予約不要	9月28日(木)	10:00~11:30	船島市民館 (052-603-1492)
2 歳 児 ~				
要予約 のびのび広場	◎2~3歳の子どもと保護者 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	9月20日(水)	10:00~11:00	市民活動センター 子育て総合 支援センター
		9月27日(水)		北部子育て 支援センター
		9月26日(火)		南部子育て 支援センター
そ の 他				
おもちゃ図書館	遊びの場の提供、おもちゃの貸し出し	毎週木曜日 毎月第2・第4 土曜日	10:00~12:00	しあわせ村 保健福祉センター 社会福祉協議会 (052-689-1605)
産婦歯科健診	出産後1年までのお母さんの歯科健診	8月2日(水) 16日(水) 9月6日(水) 20日(水)	当日受付時間 13:15~14:30	しあわせ村 保健福祉センター
要予約 (電話又は窓口) おしゃべりポケット (育児相談)	◎0~3歳の子どもと保護者 テーマに沿ったおしゃべり会や育児相談 9月のテーマ 「子どもとおしゃべり」どうしていますか？ <u>定員6組(先着順)</u>	9月28日(木)	10:00~11:00	市民活動センター 子育て総合 支援センター
さんさん広場	◎多胎児の親子 親子ふれあい遊び、参加者同士での交流	8月29日(火) 9月26日(火)	10:00~11:00	市民活動センター 子育て総合 支援センター
要予約 ぴよんぴよん広場	◎未就園児と保護者 親子でリズム遊びをしながら、スキンシップを はかり、集団遊びの楽しさを学ぶ 保健師による身体測定・育児相談(9月)	8月8日(火) 9月19日(火)	10:00~11:30	横須賀公民館 (0562-32-7808)
要予約 アレルギー予防講座	アレルギー予防のためのスキンケアや家庭 での環境の整え方等についての講話と実習	8月30日(水)	14:00~15:30 当日受付時間 13:45~14:00	しあわせ村 保健福祉センター
要予約 HAPPY 広場で あそぼう	◎未就園児と保護者 ゲームや歌で遊びながら、親子で英語に ふれる <u>定員 各日10組(先着順)</u>	9月12日(火) ※申込受付 開催月 1日~	10:00~11:00	大田市民館 (0562-32-6881)
休日歯科健診相談	歯科健診、相談	9月10日(日)	当日受付時間 9:30~11:00	しあわせ村 保健福祉センター
要予約 ファミリーサポート 会員登録説明会	◎0歳~小学6年生の子どもを養育する親 子育ての手助けをしてほしい方の会員登録 と説明会	9月27日(水)	9:00~11:00	市民活動センター 子育て総合 支援センター
要予約 心が楽になる 子育て講座	◎就学前の子どもを持つ保護者 講師の話を聞き、子育ての悩みを参加者同士 で共有しながら、子育てについて学び合う <u>定員20名(先着)</u>	9月1日(金)~ 10月6日(金)まで 毎週金曜日(全6回)	9:45~11:45	芸術劇場 子育て総合 支援センター
要予約 子育てオンライン 相談	妊産婦とそのパートナー、就学前までの子ども と保護者	栄養相談・歯科相談 8月18日(金) 9月8日(金)	(1回30分) 9:00~11:00 9:00~16:00	しあわせ村 保健福祉センター
		助産師・保健師相談 8月4日、18日(金) 9月1日、15日(金)	(1回45分) 13:00~17:00	

*紙面の都合により、各児童館で開催する事業は掲載していません

*公民館・市民館事業は各問い合わせ先へ