

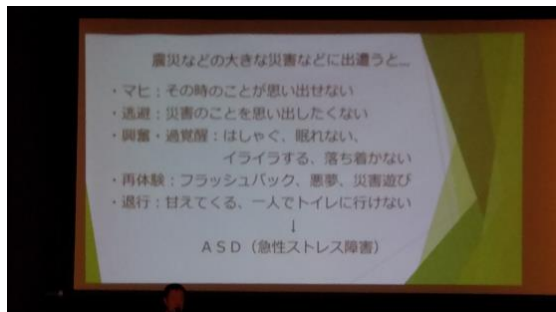


明石市立錦城中学校
第 73 回生 学年通信
第 146 号
平成 31 (2019) 年
1 月 25 日 (金)

防災教育

1月22日、体育館で防災教育としてお話を聞きました。お話をしてくださった大谷先生は、昨年1年間、熊本地震の被災地でボランティア活動をされていました。

・1995年は日本にとって『ボランティア元年』とも言われている。
・人は大きな災害などに遭遇すると、急性ストレス障害(ASD)を発症し、体に異変が起きる場合がある。



・セルフケアによって克服する。またセルフケアの力を引き出す方法を事前に考えておくことが大切。

などのお話をしてくださいました。大谷先生でも阪神淡路大震災の時は、気が動転していて、裸足で避難した。とおっしゃっていました。もしもの時に備えて、いろいろと考えておくことは大切です。

大地震が発生し、錦城中が避難所になった時、あなたは中学生として何ができますか？

(ワークシートより)

避難所としてうまく回せるように先生の手伝い。人に話しかける。小さい子どもの相手になる。楽しいこと(みんなが楽しめること)をする。そうじをして、みんなが気持ちよく生活できるようにする。

困っている人がいたら助けてあげる。物資などを配ったり、運んだりする。水を汲んでトイレが使えるようにする。

校舎の案内をする。笑顔で話しかける。力仕事などをする。

汚れてしまった毛布などを洗う。避難してきた人の荷物を運ぶ。ボランティアとして活動する。

体育館に来る人の誘導。食事の配給を手伝う。避難されている方のお話を聞く。励ます。

子ども達を集めて、ゲームをする。物資を集める。

紙芝居などをする。物資や衣類などの物を整理して、均一に配る。

力仕事、あいさつ、人とコミュニケーションを取り、共有する。小さい子たちの相手をして、親にゆつくりしてもらう。

(部活をいかして)音楽を聞いてもらう。何事にも積極的な行動。

感想 (ワークシートより)

今回の授業で助け合うことが大切だと感じました。助け合ったりすることで協力できるし、周りの人も良い気持ちになると思ったからです。あと、自分から行動することも大切だと思いました。自分から人の役に立つことをしたら、自然とみんな笑顔になって、雰囲気良くなると思ったからです。

今回の防災学習を通して、災害時には自分達中学生が働かないといけないことがわかりました。今回のことを学習するまでは、中学生が手伝うのではなく、他県から派遣されたボランティアの人がほとんどしてくれると思っていました。今日学んだ事を活かして、災害時には自分達が率先して手伝っていきたいと思いました。

大きなことができること言ったら、少ししかないけれど、小さいことをすこしずつたくさんして、そんな状況でも笑顔になれるようにしたいと思いました。でも大切な人を亡くした人に、そう接してもよいのかわからないです。ほっといて欲しい人もいれば、なるべく助けて欲しい人もいるだろうから、そこはちゃんと考えて行動したいです。

災害が起きるとストレス反応が出るという聞いて誰でもなる反応だとびっくりしました。でもストレス反応は正常な反応で、自分で収めなくてはならなくて、それには力を抜いたりして、リフレッシュをすることが大切だと知りました。

自分は、前、話題になっていたボランティアの人をとても尊敬しています。なぜなら、その人はお金がもらえるからとか、ボランティアだからとかじゃなく、人の事を思っているような活動をしているらしいです。

今日は災害の話聞いて、本当にいつ何が起きるか分からないのが怖いと思いました。小学1年生の子の日記の話を聞いて、次の日には死んでしまったり、その子の親の気持ちも悲しいから、被害に遭わないように対策したいです。

話を聞いていて、中学生の力ってすごいんだなと感じました。紙芝居をやっているところとか、炊き出しを手伝う様子を見ていたのですが、真剣に行っている様子がひしひしと伝わりました。

今日あったことを家族と話して、今後につなげ、大災害が起きても冷静に対応できたらと思いました。

災害が起こり、どれだけの人が苦しみ、辛い思いをしているのかが、とてもわかりました。昨日みた映像(さとうきび畑の唄)と同じように人が亡くなるということはとても心に大きな穴があき、すごく辛いことだし、苦しいことだと思います。今、私達に何ができるのか。何をしてあげられるのか、とても思います。大きな災害は自分達のは経験していないので、どれだけ辛いのか分からないが、悩みや相談などは必死に聞くべきだと思います。

災害が起こらないのが一番いいと思うけど、いざという時のためにも今のうちから、自分達には何ができるかということなどについても考えていく必要があると思いました。

今回学習して災害が起きた後の生活についてよく考えることができた。自分も誰でもストレスがたまって体の調子が悪くなるかもしれないこと。中学生でも、中学生だからこでできる手伝えることはたくさんあるということ。この2つのことは自分の災害に対する新たな知識であり、災害に対しての準備が進んだと思う。自分の体のことも考えながら、積極的に笑顔でお手伝いしたいと思った。

1月1の日に書いたという日記をみて、泣きそつになりました。その子には、これから幸せな未来が待っていたのに、と思うと悔しかったです。六千人以上の人が亡くなった地震では人々の夢や未来や幸せが一瞬なくなりました。でも、私達が今、何不自由なく暮らしているのは、その時の人々の助け合いと「生きてやる」という強い希望によるものなのだと実感しました。災害で亡くなる方が一人でも減るように備えていきたいです。

私達ができることは、自らがお年寄りの方や小さい子に少しでも安心してもらうようにコミュニケーションを取る事です。普段の生活でも悩んでいることがあった時に友達と話すことで気持ちが楽になることがあります。だから、災害時に不安になることが多いかもしれないけれど、自分たちが相談にのってあげられるようにしたいです。

今回、もし錦城中が避難所になったら、自分にできることはけっこうあるんだと思いました。それと同時にもう大人の人に甘えてばかりじゃなくて、自分で行動するべきなんだと思い、しっかりしないといけないと思いました。日々の積み重ねが、万が一の時に役立つという考え方はよく聞いていたけど、「その時になったらできるし」とか考えていて今回、実際に手伝いや人のために動いた人のことを聞くとそんな簡単なことじゃないんだろうなと思いました。私なんかは、特に何かができるわけじゃないから、日々の行動を大切にしようと思いました。

今日のお話を聞いて、特に印象に残った事は、阪神淡路大震災でのエピソードです。地震がくる前日には、誰もまさか次の日に地震が来ると思っていなかったと思うけど、『あのね帳』に書かれていた「明日が楽しみ」という言葉にとっても悲しい気持ちになりました。今、この感想を書いている瞬間や何気なく過ごしている時間などに地震は、いつ来るか、わからないし、誰にも止められないから、恐ろしいと思います。だけど、恐ろしいと言って目を背けるのではなくて、もしもの事を考えて行動したいと思いました。地震が起きたときに、冷静な判断はできないとは思いつけど、前もって心身に受けるダメージなどを知ることによって、少しは変われると思うので、今日のお話にあったことを頭に入れて、自分にしかできないことを見つけて手助けしていきたいです。

私は今回、災害が起ったときには相手の気持ちを考えて行動することが大切だと思いました。なぜなら、災害にあつて辛いと思うのに、その事について根掘り葉掘り聞き出したりすると、もっと苦しい思いをしてしまうと思うからです。そのため、想像力がとても大切だと思いました。もし想像力があれば相手が嫌がることや聞かれたくないことがわかってくると思うからです。そうすれば、相手もリラックスさせることもでき、相手の気分を高めることもできると思います。だから、私は災害にあつたとき、想像力をはたらかせて「もし、………だったら」と、考えて、トイレの掃除をしたり、みんなが楽しめることを計画したり、写真でもあったように受付を担当したりすることができると思います。

あと、私が想像力よりも大切だと思うのは、協力です。トイレ掃除や受付の担当や相手を楽しませるこの計画、これらを全部自分でしようと思うと限界があります。だから、みんなに声をかけて手伝ってもらい協力し合うことが大切だと思います。私は、これから今回の学習で学んだ事を活かして、学校生活を送りたいと思いました。

これから大きな災害が起きたときに、人の役に立てるように頑張らないといけないと思います。避難所では多くの人々を笑わしたり、手伝いしたいと思います。災害に備えて、自分はどう動けばいいかとかを、しっかり考えておくことも大切だと思います。

今回で、私は初めて知ったことがあります。それは、災害があつて、それは人のストレスになってしまつことです。私でも小さな嫌なことがあたら、すぐにストレスになってしまつから、災害でストレスなんてもっとしんどいんだなと思いました。そのストレスを少しでもなくせるように、自分から積極的に明るく楽しい話をしたり、辛そうな人がいたら、その人の話を真剣に聞いたり、その人にあつたストレス解消をしたいです。

大阪北部地震が僕の初めて経験した最大地震でした。阪神淡路大震災では、それ以上の震度があつたと知っています。本当に起つたときはパニックになって、自分のことが精一杯だと思いますが、その気持ちをなんとか押し込んで、周りの人達を手助けしないといけないとわかりました。僕のできることは、限られると思いますが、水を必要としている人に水を汲んできてあげたり、校舎を案内することはできると思います。あと、悩みを抱えている人の話を聞いて心を和ませることもできると思うので、しっかりとこれからも考えていかないとけないと思います。