

笑顔、勇気、元気！
私たち、社会のチアリーダー
高比良美穂

一般社団法人社会応援ネットワーク 代表理事



当団体は 2011 年、東日本大震災の被災地支援を主な目的として設立されました。それ以降、心のケアや防災教育冊子などを全国の小中学校に無料でお届けしています。「団体名やロゴは見かけたことがある」という方もいらっしゃるかもしれません。このたびの首都防災ウィークに際し、改めて活動内容を紹介させていただきます。



1. 被災地に笑顔を届けるため号外を発行

社会応援ネットワークは全国の公立の小中学校に無料配布している『子ども応援便り』の編集部の有志が東日本大震災直後に立ち上げました。



『子ども応援便り』は、「すべての子どもたちが自由に夢を描ける社会に」をコンセプトに、徹底して読者(子どもたち、保護者)のリクエストに応じて編集されています。そのため、表紙には大谷翔平選手、香川真司選手、福原愛さん、大野智さんら、子どもたちに人気の人が登場しています。校内の掲示板に貼る学校や学校通信、教材に活用する教員も少なくありません。2006 年の創刊以来、毎号、届くお便りやメールにお返事や回答を書き、読者である子どもたちや教職員、保護者のみなさんと新聞発行を通して、交流を続けてきました。

そんな中、起きたのが東日本大震災です。あの時、「自分に何ができる？」と自問した人は多かったと思いますが、私たちの場合、その答えは励ましのメッセージを何らかの形で送り続けることでした。気がつくと、メッセージ号外を避難所に届けようと、これまでご縁のあったタレントさんたちに「手書きメッセージを下さい！」と連絡していました。



支援活動中、「ある避難所でラジオから流れたアンパンマンの歌を一緒に歌ったら、みんな笑顔になった」という話を耳にして、すぐに作者のやなせたかしさんに連絡し、歌詞と絵の使用許可を取りました。そして、これまで『子ども応援便り』に登場した王貞治さんや羽生善治さんなどから直筆メッセージを寄せてもらい、『子ども応援便り 号外』を発行したのです。

完成した号外を手に避難所に入ると、真っ先に中学生たちが近づいてきました。アーティストの写真に目がとまったのです。メッセージを読むと彼らの顔がぱあっと明るくなりました。まるで、紙上から憧れの人が出てきて、彼に直接話しかけたかのような満面の笑顔でした。ここに、私たちの活動の原風景があります。



2. 機動的で継続的な支援のための団体設立

号外の配布と同時に、被災地の学校が再開するまでの記録映像を撮りました。町が丸ごと機能停止するような大災害に見舞われた時、地域の拠点である学校は、教職員はどのような役割を担い、動くのか。子どもたちと同様、教職員自身も被災し、親族や家を失う中、学校再開をどう果たしたのか。ありのままの事実を残しておく必要があると思ったのです。ただ黙々と

カメラを回すだけの私たちクルーに、「毎日たくさん取材が来るけど、必要なコメントが取れるとすぐに帰ってしま



まう。おばさんたちは違うね」と、子どもたちが心を開いてくれるようになりました。記録に徹しているうちに思ってもみないニーズに気づかされました。「津波に飲まれたクラス関係の資料を図書室のベランダに干している。後で再現できるように撮っておいて欲しい」「家ごと流されて家族写真がない。子どもの今の写真を撮ってプリントしてくれたらうれしい」など、意外な声をかけられるようになったのです。

取材を終えて東京に戻る時、みなさん口々に「次はいつ来てくれるの？」と声をかけてくれました。そんな時、「がんばってください」という言葉は何か違う気がしました。「また来ます」「ずっと応援しています」とお声がけした時、みなさんの表情がすごく明るくなるのです。相手の力を信じる心をも含む「応援」という言葉の持つ力を実感しました。そして、もう一つの視点「応じて援護する」という意味でも、私たちに届けられる声に応え、「必要などころに必要な支援を届けること」に徹して活動してきました。

応援の専門家、チアリーダーの精神を表す「笑顔、勇気、元気」という言葉があります。どんな時でも応援する側が笑顔でいることで事態は好転していくというものです。この理念をもとに、機動的で継続した支援をするために立ち上げたのが「社会応援ネットワーク」なのです。

3. 被災地での「心のケア」活動

設立後、すぐに取り組んだのが、被災地の子どもたちや教職員、保護者の「心のケア」の問題でした。当時、自分たちも被災者でありながら、子どもたちをケアする立場の教職員



のみなさんのご苦労は凄まじいものがありました。手探り状態の教職員や保護者のみなさんに新たな負荷をかけずに、子どもたちの心のケアができるようにと、解説を吹き出し付きのイラストで表現し、そのまま読んでも心のケアの授業が成立するように冊子をまとめました。また、専門家による実践動画を製作(文部科学省委託事業)し、岩手、宮城、福島県内の小中高校、特別支援学校全校に無料配布しました。

震災直後は子どもたちが抱えるストレスに対処するため、学校ですぐに実践できる方法が望まれましたが、震災後2年経つと、悩みの内容が多様化していきました。「先生同士でも被災経験がある人とない人に溝ができてしまっている」「あの日の季節がめぐってくると子どもの元気がなくなる」「最近では、震災のことはもう忘れられてしまっているのではないか」など、地域や立場によって様々でした。そこで、具体的な悩みや疑問にピンポイントで答える「Q&A」方式の冊子をつくり、東北3県の国公私立幼稚園小中高校特別支援学校全校に無料配布しました。



このような活動を続けるうちに、「被災地ではないが、心のケアが必要な児童が多いのでぜひ欲しい」「もっといろんな事例や実践例を知りたい」の声が全国の教育関係者から続々と届くようになり、これを受けて、教育現場で日常的に取り組める「ストレスマネジメント」の方法をまとめました。2013年、『がっこう応援便り』を全国の小中学校約32000校へ無料配布するなど、活動範囲は被災地から全国へと拡大していきました。



4. 心のケアと両輪で取り組みはじめた「防災教育」

震災以降、学校での防災教育は全国的に喫緊の課題となりました。一方で、重要性は理解しつつも、「普段の教育活動で手一杯の中で、手をつけられない」という声が多いのも事実です。そうした声に応えて製作し、全国の小学校に配布したのが『防災手帳』です。教育現場で活用してもらってこそ、との思いから、

教職員向けの「指導の手引き」も同送し、『防災手帳』を使った授業の進め方や指導のポイントをイラストで解説しました。

災害は、子どもたちが大人と一緒にいる時に起こるとは限りません。学校行事の移動教室や旅行中に起こるかもしれないし、周囲に大人がいない時に起こるかもしれません。災害時、どんな状況にあっても子どもたちが自分たちの力で適切に判断し、行動できることが重要です。年に数回の避難訓練だけでは、そうした力を育むのは困難だと感じました。

被災地支援を続ける中で、日ごろからコミュニケーションがとれている地域は同じ条件下でも被害が少ないことも分かっていました。手帳は、子どもがいつも持ち歩けるサイズにしたり、地域の災害について調



べて防災マップや家族の連絡先や落ち合う場所などを書き込んでもらったりすることに重点を置いて制作しました。そうすること

で、家族や近所の方、学校の先生などとコミュニケーションが生まれることをねらったのです。

「いざという時のために、話し合っておきましょう」と呼びかけるだけでは、なかなか実行できなかった子どもたちも『防災手帳』を渡すと、「可愛い手帳に書き込みたいから家族と話をしたよ」と言ってくれました。

『防災手帳』は、実はきっかけにすぎず、コミュニケーションが生まれることを一番大事に考えています。

『防災手帳』の反響は大きく、全国から約 1000 件の問い合わせがありました。その中で、現場の先生方からの「他校の取り組みを知りたい」「授業例が欲しい」といった要望を受けて、16 年には、防災教育の取り組みや授業例をまとめ、全国の小中学校と特別支援学校に配布しました。

事例集には、専門家を派遣して行った防災教育のモデル授業例や、地域と連携した防災教育の実例に加え、これまで私たちが取り組んできた心のケアについての具体例も掲載しました。学校から普通の教科活動に取り入れたり、毎週の朝礼で活用したりという報告もありました。こうした中で、「はっ」とさせられたのが特別支援学校の教員からの質問でした。



「防災教育に取り組みたいが障害児・生徒自身の防災意識を促す教材やプログラムはほとんどない。他校はどうしているの?」

「障害者向けの防災教育の実践や教材の蓄積は遅れている。他校の取り組みを知りたい」

商業出版がなかなか取り組めないこうした課題こそ、「学校現場応援」を掲げる私たちが取り組むべきことだと、さっそく取材を始め、2019 年、特別支援学校向けの「防災学習実践事例集」を発行しました。

このように、常にニーズに応える中で、行きついたのが「ユニバーサル防災」という概念です。高齢化が進む日本では、ユニバーサル防災・減災をこれまで以上に意識する必要があります。逆に言えば、今、ユニバーサル防災の視点からの防災活動を進めておくことが、これからの高齢化社会への有効な対策にもなるのです。



5. 次世代の防災リーダー育成が急務

近年、日本中どこでも季節を問わず自然災害が多発する中、生活者の災害への不安はつのる一方です。今般の「コロナ禍の中で災害が起きたら、どのような避難所運営をすればよいのか」など、新たな課題も生まれ、各地の自治体に「防災対策」を望む声は急激に増えているとの報告もあります。

一方で、これまで地域防災を担ってきた消防団はどの地域でも高齢化し、全国共通の悩みとなっています。また、民間レベルでの地域防災の取り組みは、ボランティアで属人的に行なわれてきたのが実情で、そのネットワークやノウハウの共有がシステム化されてきませんでした。今後の地域防災を担うリーダーを

育成するシステムの構築は社会的にも急務であると
感じています。

今、私が着目しているのは、地域在住の割合が高
く、知力体力的にも頼りになる存在である中学生です。
自然災害時には、多くの地域で学校の体育館が避
難所に指定されています。発災時だけでなく、避難
所運営面でも中学生の活躍が期待できます。

学校では、「防災教育」の重要性は認識しつつも、
カリキュラムの問題や教える側の人材不足などの要
因から、いざというときに本当に動ける取り組みをして
いる地域は多くはありません。そんな中でも、先進的
な取り組みで成果を出している自治体や学校はある
のです。むしろ、その貴重な事例を全国的に共有で
きていないことが、現在の課題だと考えています。

例えば、東日本大震災時に「釜石の奇跡」と称され
た釜石東中学校の取り組みです。中学生が先頭に
立ち、小学生を連れて高台を目指して走り、多くの命
が救われました。歴史的に、何度も大津波に見舞わ
れていた釜石市には、「てんでんばらばらに、まず
は自分の命を守るためにすぐ避難しろ」との教え
(津波てんでんこ)があります。また、市内の小中学校
では、年間 5～10 時間を防災教育に費やしていまし
た。そのことで、子どもたちに防災意識が定着してい
たとされています。

また、東京都荒川区では、住民の声に自治体が応
え、2015 年に区内のすべての中学校に「防災部」が
創設されました。部活動として設置されており、サッカ
ー部や吹奏楽部など、他の部活動との兼部を認めて
いることが特徴です。初年度は各校で 30 人程度、区
内全校で 300 人以上の生徒が防災部に入部しました。
防災知識を高めるために「ジュニア防災検定」(主催：
一般財団法人防災教育推進協会)を受験するなど、
学校の、地域の防災リーダーとしての自覚と自信を
育んでいます。被災地の学校訪問なども実施し、同



世代との交
流を通して、
「防災のため
に、自分は何
ができるか」と
いう視点を持

つようになったといえます。

地域との連携強化にも積極的です。学校を避難所
として開設するための訓練を実施したり、地域の高齡
者宅を定期的に訪問したりする学校もあります。

防災部のこれらの活動は、区内の消防署が全面
的にバックアップし、災害時に住民が活用できる消火
ポンプや AED の操作訓練もしています。リヤカーに
防災用品を載せて町内の路地を回り、出前の防災訓
練をすることもあります。「一緒にやりませんか」と、中
学生が区民に声をかけながら実施しているそうです。

防災部に参加して
いた生徒が中学校を
卒業した後でも活動
に携われるように、OB
会を立ち上げ、区の
防災関連行事への参加などをメールで促すシステム
もスタートさせています。



「防災部」の取り組みは、防災活動に取り組んだ経
験のある生徒が、将来的には地域の防災リーダーや
消防団員となることで、この活動を未来につないでい
きたいという思いから始まりました。このような次世代
の担い手を育成する地域防災の取り組みは、地域コ
ミュニティーの再生復活、さらには地域活性化にも大
きく貢献すると確信しています。

今後は、こうしたモデルを基にユニバーサル防災・
減災の視点を加え、全国に広げていく活動にも取り
組んでいきたいと考えています。

高比良美穂：1984 年朝日新聞社に入社。プロデュ
ーサーとしてメディアコーディネートを推進。若者向
けニュース紙『SEVEN』編集長を務める。2002 年、メ
ディア設計会社・ニューメディア研究所シンキング設
立。ニュース番組キャスター、『子ども応援便り』編集
長、自治体の広報アドバイザー等を務める傍ら社会
的課題に取り組む。11 年、(一社)社会応援ネットワ
ークを設立。文科省中教審スポーツ・青少年分科会
委員、教育現場と社会をつなぐ『EDUPONT』、若者
応援マガジン『YELL』などの創刊編集長を歴任。国
際ボランティア団体「パイロットクラブ」に所属し、高
次脳機能障害のほか、障害者支援に携わる。