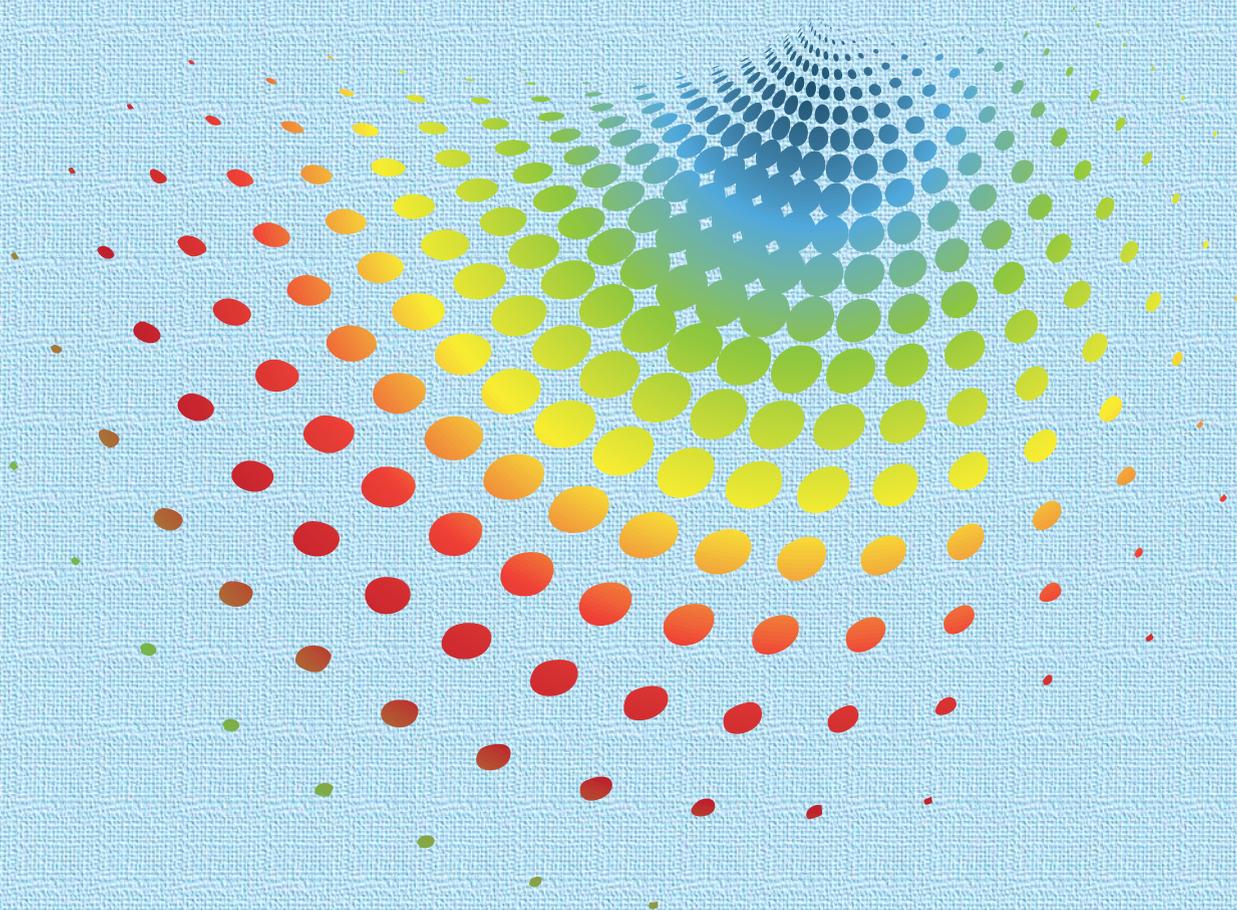


発達障がいがある子の 防災教育に求められる合理的配慮



堀 清 和 (兵庫医科大学)

宮田 美 恵 子 (順天堂大学・日本こどもの安全教育総合研究所)

村上 佳 司 (國學院大学)

目 次

発達障がいとは	2
感覚過敏の特性によって生じる課題	2
視覚優位の特性によって生じる課題	3
その他よく見られるこだわりの例	4
多動性や衝動性の特性によって生じる課題	6
避難時、避難後に見られる課題	7
伝わりやすい声かけの仕方	9
防災教育や避難訓練のポイント	11
指導上の配慮	16
地域の人達へ	17

発達障がいとは

発達障がいは、脳機能に何らかの機能の偏りがあることによって生じる障がいとされています。発達の障がいと言っても身体的な成長や知的な発達に遅れがない人も多くいます。親のしつけや本人の努力不足とは無関係に生じるものです。周囲の無理解によってうつ病などの二次障がいが生じることもあります。

発達障がいの特徴として、

- ①社会性の課題(思ったことをすぐに口にする、誰であっても親しげに話しかけるまたは常に堅苦しい表現を用いる、マナーやルールが理解しづらい、暗黙の了解が通じないなど)
- ②コミュニケーションの課題(言葉を文字通り受け取る、自分の興味のある話を一方的に話すなど)
- ③想像力の課題(急な予定の変更に適応できない、同時に二つのことをすることが苦手など)が挙げられます。

この他にも、落ち着きがない、衝動的に行動する(気になる物があると急に飛び出すなど)、特定の感覚刺激(非常ベルやゴムの臭いなど)に過敏に反応する、傷みに鈍感(ろうそくの火に興味を持って手で触ってもしばらく火を手に当てたままにするなど)の特徴が現れることもあります。

知的な能力には問題がないものの、読むことや書くこと、聞くことや話すこと、計算や推論が苦手な学習障がい(LD: Learning Disabilities)を伴うこともあります。

災害時・訓練時の課題と合理的配慮

ここでは障がいのある人々が災害発生時や避難訓練時に直面する課題と対応方法についてご紹介します。

感覚過敏の特性によって生じる課題

発達障がいのある人は、音や光、臭い、食べ物の味、肌触りなどに対して一般の人よりも過敏に反応することや、反対に鈍感であることがあります。このような特徴によって次のようなことが起こる場合があります。

大きな音に反応する

非常ベルやサイレン、拡声器での呼びかけに対して不安を覚えることや極度の拒否反応を示すことがあります。体育館や避難所などの多くの人が集まる場所でのざわざわした音が苦手な人もいます。

《 対 策 》

訓練の際に、説明もなしにいきなり音が鳴るとびっくりしてそれ以降の訓練に参加出来なくなることがあります。事前に非常ベルがある場所と役割を説明しておきます。それでも怖がるようであれば、録音した非常ベルの音を音量を絞って聞かせ馴れさせておきます。それでも怖がるようであれば無理強いをせず、非常ベルの役割と場所だけ説明します。

ざわざわした音が苦手な人にはイヤーマフ(耳あて)などを着用させる対応が有効です。避難所ではイヤーマフや寝袋があると適応しやすくなります。大きな声で指導されることに恐怖することもあるので、おびえた表情や耳をふさぐようなしぐさを示した時は穏やかな口調で話しかけるようにしましょう。

光に反応する

懐中電灯を顔に向けられたり、暗い部屋で急に明かりをつけられたりするとショックを受けたり気分が悪くなったりすることがあります。

《 対 策 》

ビデオの視聴後など、急激に室内の明るさを変える場合は、事前に説明してから点灯する、明かりはつけるがカーテンは閉めたままにしておく、体調不良の訴えがあった場合は別室に誘導し休憩させるなどの対応をします。

臭いに反応する

煙や物が燃える臭い、ゴムの臭いなどで体調が悪くなったりパニックに陥ったりすることがあります。逃避行動や拒否反応が見られたときに無理に参加を促すと、その後、二度と訓練に参加しなくなることもあります。

《 対 策 》

様子に変化が現れた場合は理由を推定して、嫌がる刺激から遠ざける、別の場所で休憩させるなどの配慮が必要です。

視覚優位の特性によって生じる課題

災害時の写真や映像に強いショックを受け後に悪影響が出る

津波の光景や倒壊した家の写真、映像を見ることで、体調が悪くなる、泣き出す、その後何度も思い出して不安になる、自分が同じ目に遭うと思ひ眠れなくなる、夜中に騒ぎ出す、おねしょをするなどの悪影響が出ることがあります。

《 対 策 》

衝撃的な画像や映像の使用は避け、デフォルメしたイラストを用いることでショックを和らげることができます。学習中に強い拒否反応を示した場合は、落ち着ける場所で休ませる、個別に指導するなどの対応も必要です。

こだわり

様々なことに対して独特のこだわりがある人がいます。いつもと違うことや好みのパターンと異なる状況に対して拒否反応を示す場合があります。

《 対 策 》

事前に理由を説明すれば納得する場合もありますが、かたくなに自分のこだわりを通そうとする場合は可能な範囲で本人のこだわりを尊重することも大切です。お気に入りのグッズを見せる、お気に入りの行動をさせることで対応できる場合があります。

こだわりの例として次のような事柄があります。

その他よく見られるこだわりの例

場所、配置へのこだわり

特定の座席に座る、特定の場所に持ち物を置く、いつも見慣れた位置に見慣れた家具が配置されていることにこだわりがあることがあります。

内容へのこだわり

動画などを視聴している時に途中で動画が中断されて別の話になると話の続きが気になって混乱してしまうことがあります。防災教育の場面では、増水で自転車が流れる映像を見せた際に、流れて行った自転車はどうなったのかが気になってそれ以外のことが頭に入らないこともあります。

数字へのこだわり

数字や秩序に強い興味を示す人の中には正確さにこだわる人がいます。例えば、説明する際におよそ一万という表現をすると、正確にはいくつなのか気になってしまうことがあります（配布資料などに9995件と書かれているのになぜ先生はおよそ一万なのか、その表現の違いにこだわるなど）。あいまいな表現を訂正して正確な数字を伝えることで納得することがあります。

些細なことへのこだわり

パワーポイントなどで、画面によって文字の位置が変わると気になって集中できないことがあります。内容と関係のないもの（犬や猫などの動物など）が画面に映っていると、なぜここに犬がいるの？この犬の名前は？など、興味が内容と関係ない部分に移ってしまい集中できなくなることもあります。

情報の一貫性、連続性へのこだわり

「話は変わるけど」「そういえばこの前」など会話の中で複数の話題、時間軸の話を理解することが難しいことがあります。現在の話をするときには現在の話だけ、地震について話すときは火災や洪水の話は省いて地震の話だけをするように配慮することで理解しやすくなります。

勝ち負けへのこだわり

ゲームやあそびを通して防災について学ぶイベントを企画しても、勝ち負けにこだわってしまい他の参加者と喧嘩したりなきだしたりすることがあります。ゲームの参加は順番でやるから次の人と交替しましょうと促しても勝つまでゲームをやめたがらないこともあります。こうなるとゲームでの勝ち負けだけで頭がいっぱいになり防災のことが頭に入らなくなります。楽しい企画をすることは大切なことですが、このような特性のある子には得点や勝ち負けのないゲームにするなどの工夫も必要です。

《 対 策 》

無理に本人のこだわりを矯正しようとすると悪い影響が出やすくなります。他の参加者ともめそうな場合は、落ち着ける場所に誘導して個別対応することも必要です。上記のこだわりの例は指導者側が子どもたちの特性に合わせたプログラムとその実施方法を検討することや、事前に十分な説明を行うことで適応しやすくなります。

形やデザインへのこだわり

非常口や消火器などのデザイン、色、形、方向(非常口の逃げる人の方向)がすこしでも違うと同じ目的を持つ物と認識できなくなることがあります。

《 対 策 》

全てのタイプのデザインを見せたり、理由を説明したりすることで納得しやすくなります(非常口マークの場合、向きは非常口の方向、白色が多い案内は出口の方向、緑色が多い案内は出口の場所を示しているなど)。

食へのこだわり

いつも食べているもの、食べたことがあるもの以外は口にできないことがあります。中身は同じ商品でも包装のデザインが違っただけで口にできなくなることがあります。似たような商品であっても、非常食は保存性を高めるために、触感や味が少し違うことがあり、食べ慣れない物を口に入れることができないことがあります。

《 対 策 》

自宅での備蓄については、食べ慣れたもので保存がきくものを備蓄として備えておく、食べられるものを少し多めに買って置き、消費しながら買い足すことで非常時に備えるといった対策を検討してみましょう。試食会を開いて友達や家族と一緒に楽しみながら食べることで、食べられるようになることもあります。

排せつへのこだわり

いつも使用しているトイレや排せつ方法(洋式はできるが和式や携帯用トイレでは無理など)にこだわりがある場合、排せつを我慢してしまうことがあります。特に和式のトイレを利用できないこと、温水洗浄便座ではできない、または温水洗浄便座でないといけないことがあります。避難所でのトイレの汚れや悪臭に抵抗感を示し利用できなくなることがあります。また、避難時であっても排せつするために無断でお気に入りの排せつ場所へ戻ってしまうことも起こり得ます。

《 対 策 》

避難所となる場所のトイレを一度利用させる(難しい場合は写真や動画を見せて説明する)、携帯トイレを体験させることで適応できることもあります。

触感へのこだわり

皮膚に嫌な触感のものが接触することを極度に嫌がることがあります。災害時では絆創膏や包帯で怪我の手当てをするときに発生しやすくなります。応急処置をしても勝手に絆創膏をはがしたり包帯を取ったりすることがあります。嫌なものが身体に付着していることが不快である、または単に絆創膏などをはがすときの感覚が面白いことがこのような行動を取る理由なので、何度処置しても繰り返しはがそうとします。

《 対 策 》

意思疎通が可能な場合は、なぜ絆創膏や包帯を付けているのか説明することで納得する場合もあります。どうしてもはずしてしまう場合は、無理強いせずに消毒液を塗って対応するようにします。

触感のこだわりのため防災頭巾や毛布を使えない

防災頭巾を着用するように促しても触感へのこだわりで着用できない場合があります。訓練の際にこだわりに気づいておく必要があります。かばんや座布団など他のもので頭が守れないか、他の方法を試してみましょう。防寒のための毛布もチクチク感を嫌がって利用したがないこともあります。

《 対 策 》

どうしても嫌がる場合は代用品となるもので対応しましょう。

いつもの行動へのこだわり

いつも決まった時間に作業所で作業をしているなど、決まった時間に特定の行動をしている場合、緊急時でも時間になったらその行動を取ろうとすることがあります。避難誘導の際、せっかく安全な場所に避難しても、作業をしなければいけないと思って危険な場所に戻ってしまうこともあるので見守りが必要です。避難所では、長期の避難生活を強いられるとき、いつもの行動をとれないことに強い不安を覚えやすくなります。

《 対 策 》

学校や施設の再開の時期が決まっている場合は、スケジュール表を作っていつになったらいつもの生活に戻れるか視覚的に説明すると不安を軽減することができます。

いつも所持しているものへのこだわり

いつも持ち歩いているお気に入りのぬいぐるみ、タオル、ハンカチ、カード、絵本などが近くないと極度の不安に陥ることがあります。

《 対 策 》

非常持ち出し袋の中に同じ製品入れておくことで緊急時の不安を和らげやすくなります。ただし、あまり非常持ち出し袋の中にいろいろなものを入れすぎると重くなりすぎて避難する際に体力を消耗してしまうこともあるので注意が必要です。

多動性や衝動性の特性によって生じる課題

衝動的に飛び出す、行方不明になる

目に入ったものが気になって急に走り出す、何も言わずに行方不明になる傾向のある人の場合、訓練や災害発生時の避難誘導の際に、走り出して行方不明になることがあります。避難訓練で避難経路を移動中施設外に飛び出してしまうこともあります。

《 対 策 》

訓練の際は、施錠を確認し、避難場所にマットなどを敷いておき、マットの上まで移動しましょうと事前に説明しておくことで、施設外の飛び出しを防ぐことができます。

複数の行動を同時にすることが苦手

「話を聞きながらタブレットを操作する」のように、同時に複数の行動を取ることが苦手な人がいます。

《 対 策 》

話を聞いてください→タブレットを操作してください、のように、一つ一つの指示を短く、行動ごとにわけて指示を出すことで理解しやすくなります。

見慣れないものに反応する

訓練時や災害発生時、いつもとちがう家具の配置になっていたり、いつもとちがうものが置かれていたりすると、反応する(興味を持ちすぎる、拒否反応を示す)ことがあります。

《 対 策 》

机などの配置を変えることやその時に何を使用するかを事前に説明することで反応を軽減できます。

気になったもののことで頭がいっぱいになって他の行動への集中が欠ける

避難経路にキラキラ輝くものがあつたり、スタッフがきれいなアクセサリーをつけていたり、何か興味を引くものがあると、そのことで頭がいっぱいになって集中力を欠いてしまうことがあります。

《 対 策 》

説明をしても上の空、興味を引くものに気を取られて移動中につまずくなど、気になる兆候が見られた場合は、声掛けや、視線をたどって原因を推定するなどして、「後でみようね、今はお話をきいてね」と促すようにします。

しゃべりだすと止まらない

訓練や防災教室で自分の意見を一度しゃべりだすと止まらなくなることがあります。

《 対 策 》

事前に「一人30秒しゃべっていいです」など、ルールを決めておくことで指示に従いやすくなります。
ルールを書いた紙を見えるところに貼っておくことや、メモを渡しておくことでルールを守りやすくなります。

避難時、避難後に見られる課題

痛みに鈍感

痛みの感覚が鈍く、大けがをしていても本人が気付いていないことや、コミュニケーションが苦手な人で伝えられないことがあります。本人が何も言わなくても、怪我をしていないか入念に確認する必要があります。熱いものや火に触れてもしばらく手をひっこめないこともあります。熱いかどうか確かめるためにわざわざ熱いものや火に触ろうとすることもあるので、火気のある場所では見守りが必要です。

《 対 策 》

痛みの感覚が鈍いことに加えて自分の言葉で伝えることが苦手な場合もあるので、怪我をしていないか、周囲の人が目視で確認するようにします。危険な行動を取る場合はルールを書いた紙を手渡し、近寄っていい場所と近寄る場合は大人の許可が必要な場所を記した地図を渡し、事前にルールを説明することで理解しやすくなります。

助けを求められない

会話が苦手、理解できないなどの理由で、困っていても助けを求められないことがあります。

《 対 策 》

手を叩く、床や壁を叩く、ブザーや笛を持たせるなど、閉じ込められても別の手段で助けを求められるようにしておきましょう。

災害時にブザーや笛など使ったことがないものを使えない

ブザーや笛、HELPカードなど、災害時に本人が使用しなければいけないものは、ただ持たせるだけではなく、一度は利用させておく必要があります。使い方がわからない、使い方を知っていてもどのような状況で使っていいかわからない、音が怖くて使えないということもあります。

《 対 策 》

笛やブザーを怖がってどうしても使えないようであれば別の方法(手を叩いて知らせるなど)を習得させる必要があるので、体験させて安心させると同時に、本当に使えるかどうかの確認をしておくことも大切です。

災害時には警報器など様々な音が鳴るので、他の音と混同しないようにスタッフがブザーや笛からどんな音が出るのか確認しておきましょう。

食べ物でないものを食べる

おはじきや電池など、食べ物でないものを口に入れることがあります。必ずしもお腹がすいているわけではなく、口に入れることで感触を確かめようとしている場合もあります。

《 対 策 》

食べられるものを見せて、「おいしそうね、このお菓子と交換してくれる?」といたり、「一緒に絵本を読みましょうか」など別の行動に誘ったりすることで望ましい行動につながることがあります。

薬がない、薬が飲めない(水がないなど)状況で状態が悪化する

薬の備蓄をしていない、水がなくて薬が飲めないなどの理由により薬が飲めないと状態が悪化しやすくなります。特に向精神薬を服用している人は、急に服用をやめると危険な状態に陥ります。

《 対 策 》

薬の備蓄の他、薬を飲むときに必要となる水の確保も必要です。

伝わりやすい声かけの仕方

抽象的な表現が理解できない、代名詞が伝わりにくい

災害発生後、安全な場所で待機するように指示する際、

「ちょっと」まって

「あそこ」にいてね

「ちゃんと」しててね

「はやく」きて、「すぐに」きて

のような表現が伝わりにくい傾向にあります。

時計の長い針が3のところに来るまで待ちましょう、5分間まってね

青いマットの上にてね

椅子に座りましょうね

かけあしましょう、マラソンの時の走り方をしましょう

のような具体的な表現をすることで指示が伝わりやすくなります。

否定文で戸惑う

「廊下を走ってはいけません」と教わると、走ってはいけないことは理解するのですが、その代わりに何をすればいいかわからなくなることがあります。

「廊下は歩きましょう」のように、肯定文で伝えることで走るのをやめ歩けばいいと理解しやすくなります。

二重否定が理解しづらい

「急がないと間に合わないよ」などの二重否定文が理解しづらいことがあります。

「急ぎましょう」「急ぐと間に合うよ」のような言い換えをしましょう。

避難指示の表現

「避難して」「逃げて」「地震だよ」といった複数の避難指示の表現を理解することが難しい場合があります。逃げて、逃げなさい、逃げましょうといった些細な表現の違いでも指示が理解しづらくなることもあります。表現を統一して、スタッフや家族、本人に伝えておくことで緊急時の誘導をスムーズにしやすくなります。

「おさんぽいくよ」のように普段聞き慣れている言葉で誘導することも効果的です。

脅さない

「そんなにのんびりしてたら本当に地震が来たときしんじょうよ」

のように、脅しの言葉を使うとパニックに陥り身動きが取れなくなることがあります。

何をすればいいか、そうすることによってどんな利点があるかを肯定的な表現で伝えるようにしましょう。

訓練はハッピーエンドで終わる

出来る限りの配慮をしても訓練の参加には多少の負担が伴います。負担が全くない訓練を行うことは現実的には難しいので、訓練の途中で多少負担がある場面があったとしても、最後は楽しく終わることができるようなプログラム・イベントの構成を覚えておくことも大切です。訓練が終わった後にお楽しみ会をする、楽しく遊べるような時間を設けるなど、最後に「楽しかった」と思えるような内容にしておく、次回も喜んで参加しやすくなります。

■ 言われたことを文字通り守る

教わったことを文字通り解釈してしまい、教わったこと以外の行動を拒絶することがあります。

例えば、

「避難中おしゃべりしてはいけません」と教わると、閉じ込められて「外から誰かいませんか」と呼びかけられても、しゃべってはいけないと思ひ込み助けを求めなくなる場合があります。

「地震が起きたら机の下へ行きなさい」と教わると、地震発生後、安全な広場にいるのに机を探して危険な屋内に入ることや身動きが取れなくなることもあります。

意思疎通がある程度できる人には理由を説明することでこのような誤解を回避することができます。例えば、

「しゃべっていると先生や支援者の声が聞こえません。避難の時はおしゃべりをやめましょう。困った状況では声を出して助けを求めましょう。」などです。

防災教育や避難訓練のポイント

発達障がいのある子は、急な予定の変更や臨機応変な対応、初めての状況に適応する事、今まで一度もしたことがない行動を取ることが苦手な傾向があります。

一般的に、学校などで行う避難訓練では参加者に開始時刻や訓練内容を告げず、突発的に開始することがあります。このような形式の避難訓練は、教職員の連携を確認の上では有益な方法ではあるのですが、発達障がいのある子には参加しづらい要因となってしまいます。

このような特性のある子に対しては、「緊急時に臨機応変に対応できるスキルを身に付けさせる」という従来の訓練の方法より、「**緊急時に必要となる行動(身を守る、助けを呼ぶなど)を日常的な行動として慣れさせておく**」という考え方で指導すると、適応しやすくなります。

緊急時取るべき行動、例えば、「地震が起きたら机の下に移動して身を守りましょう」という行動も、行動を取る理由を教える必要があります。理由を理解していなければ言葉を文字通り受け取ってしまう子にとっては、地震発生時安全な広場にいたのに教わった通り机の下に隠れるために危険な屋内に入るなど、かえって危険な状況を招くこともあります。

これは避難訓練の際によく教わる「おか(は)しも」**押さない、駆けない(走らない)、しゃべらない、戻らない**についても同様のことが起こり得ます。

「避難中はしゃべってはいけない」と教わったばかりに、声を出してはいけないと受け取ってしまい、助けを求められなくなる子もいます。

特性により文字通り受け取ってしまう傾向のある子に必要な行動を教える場合は、必ずその理由もセットで教えるようにしましょう。

事前の説明と事前学習、見通しが立つ配慮

発達障がいのある児童は想像力の欠如の特性から、見通しの立たない状況(これからどんなことが起こるか予想がつかない状況)に強い不安を覚えることがあります。急な予定の変更やいつもと違う状況に適応することも苦手な傾向にあります。これらの特性に対する合理的配慮として、①**事前に十分な説明をする**、②**予定がわかるようにする**、といった方法があります。

《事前の説明》

一般的な避難訓練では、事前に参加者に知らせずに急に訓練を開始することもあります。発達障がいのある児童にはこの状況に適応することが難しい傾向にあります。このような特性のある子どもたちを除いて訓練をしても、実際の災害時にはこのような子たちに大きな不利益が発生してしまいます。訓練の目的は、非常時に必要とされる能力の獲得や避難ルートを確認を一人ひとりの子どもたちができるようにすることです。災害時のような突発的な状況に臨機応変に対応することが困難な子どもたちは、非常時に必要とされる知識や能力を日ごろから身に付けておくことが重要です。毎回避難訓練の日には欠席する児童には、個別対応や少人数学習の形、発達障がいの特性が見られる子には事前に十分な説明をするなどの方法で対応することも検討しておきましょう。事前説明は、いつ、どこで、誰が、どういう目的で、なにをするか、がわかるように説明を行います。暗黙の了解が理解しづらい特性のある子には、「それぐらい言わなくてもわかるだろう」という事柄についても、丁寧に説明をしておくことで、理解や適応を大きく促すことにつながります。参加のルールについても事前に説明しておくことで適切な行動を促すことができます。

《初めての場所や初めて行う事柄について》

訓練や学習を初めての場所で行う際や、今まで一度もしたことがない行動を行う場合、写真や動画、見取り図などを見せて説明することで不安感を取り除くことができます。例年開催している訓練であれば前年度実施した訓練の様子を画像や映像で見せることも効果的です。

はじまり	
あいさつ	
きまりのせつめい	
● じしんのおはなし	
きもちをつたえよう	
きゆうけい	
たすけてのれんしゅう	
にげるれんしゅう	
きゆうけい	
カードでまなぼう	
おさらい	
おしまい	

きまり	
おはなししたいときは てをあげます	
あてられたひとは おはなしマークをもちます	
ほかのひとは おはなししているひをみます	
おはなしがおわったら おはなしマークをかえします	
きぶんがわるくなったら ちかくのおとなのひにつたえます	

《見通しが立つようにする配慮として》

●時計の設置

見やすい位置に時計を設置し、時間をいつでも確認できるようにしておくことで不安感を軽減させることができます。

●予定表・スケジュール表

予定やスケジュールを記した紙を渡しておく、または見やすい位置に掲示しておくことでいつ、何をすればいいか、進行状況はどうなっているのかを確認することができ、不安感を軽減することができます。

●予定表の例

私たちが実施がしている防災教室では、表を見やすい位置に掲示しておき●の位置にマグネットを置いて進行状況がわかるようにしています。

上記の予定表では進行時間について示していませんが、時間へのこだわりのある子には細かい時間設定を示した表を渡す方がよい場合もあります。予定していた時間が遅れることに対しては不安感を示しやすいですが、予定よりも時間が早まることについては混乱を生じることは少ないようです。

●ルールの明示

学習中、訓練中のきまりを事前に説明しておき、見やすい位置にきまりを示した表を掲示しておくことで、適切な行動を促しやすくなります。

視覚支援

音声情報から言われている内容を即座に理解することが難しい子には視覚による支援が効果的です。

《指示ボードによる視覚支援》



上のイラストは私たちの実施した防災教室で用いた視覚支援の例です。

左の絵は身を守る訓練の際に地震発生の合図を伝える場面で使用しました。

右の絵は避難経路を通して移動する訓練の際に絵と同じ非常口に向かうよう指示する場面で使用しました。

避難訓練の際の視覚支援

避難訓練の際には、「経路に矢印を示した紙を貼る」「色紙を貼って通る通路を明確にする」「移動開始地点と移動終了地点に色つきのマットを敷いて場所を明示する」といった視覚支援の方法も有効です。訓練時だけではなく常に避難経路を視覚的に明示しておくことも実際の避難時に避難経路を理解させる上で有効です。例えば、「津波の避難時は青い紙の貼ってある扉、階段を通る」「火災発生時は赤い紙の貼ってある扉、階段を通る」、扉に貼る紙に番号や記号を書いておき、避難誘導の際に「赤の3番の扉の方へ向かいましょう」と指示を与えるなどです。

《スケジュールとプログラムの例》

タイムスケジュール		▼目的			
13:15	受付	発達障害児の防災教育では、適切なタイミングでヘルプが出しにくい傾向と1対1対応特性による柔軟性のない対応が現実の災害場面での課題といわれている。そこで、ヘルプのだし方と身を守る方法とその理由について学び、場面に応じた対応についてロールプレイを活用し体験的に学ぶ。			
13:20					
13:25					
13:30	あいさつ	▼一緒に考えよう！（事前学習のテーマ）			
13:35	・みんなで自己紹介	地震が起きたら、どうなる？	どうしたらいい？	たとえば	
13:40	・スケジュール確認	①上からモノが落ちてくることもある	頭を守る	座布団かぶる	
13:45	事前学習①②③	②物が倒れて動けなくなることがある	助けを呼ぶ	たすけて～！	
13:50		③床に割れたガラスや食器が飛び散る	足を守る	スリッパで逃げる	
13:55	ロールプレイ①	▼一緒にやってみよう！（ロールプレイで体験）			
14:00	ロールプレイ②	ナレーター：劇の説明	主役：本人役 助けてくれる人 地震役+物を落とす、倒す役		
14:05					
14:10	ロールプレイ③				
14:15	休憩	▼ロールプレイ①：頭を守る方法を多様な方法で身に付ける	<p><場面設定>子ども部屋で本を読んでいる時、地震が起きた※スリッパなし 司会：地震役「グラグラ！！！」※グラグラ表示 司会：演者の上からモノを落とす 演者：「うわ～！痛いよ～！」※倒れ込む ナレーター：けがをしてしまいました。どうすればけがをしなくて済んだと思う？ 子ども：意見を言う ナレーター：では、Aくんの意見でやってみよう！ ★子どもに、劇への参加を促す。繰り返す※事前学習内容他、ちがう意見も承認</p>		
14:20	おさらいタイム	▼ロールプレイ②：助けを呼ぶことを多様な方法で身に付ける			
14:25	・防災絵カード	<場面設定>子ども部屋で本を読んでいる時、地震が起きた※スリッパなし 司会：地震役「グラグラ！！！」※グラグラ表示 司会：演者の上にかぶるようにパーテーションを倒す 演者：「うわ～！痛いよ～！」※下敷きになり動けない ナレーター：動けません！どうしたらいい？ 子ども：意見を言う ナレーター：では、Aくんの意見でやってみよう！※ちがう意見も承認 スタッフ：通りがかり、ヘルプの声などを聴いて、救出する ★繰り返す			
14:30	・楽しく防災を学ぼう	▼ロールプレイ③：けがをしなくて逃げるための準備と練習をする			
14:35		<場面設定>子ども部屋で本を読んでいる時、地震が起きた※スリッパなしとあり 司会：地震役「グラグラ！！！」※グラグラ表示 演者：「うわ～！」※あわてて逃げ、足を怪我し、途中で倒れ込む ナレーター：けがをしてしまいました。どうすればけがをしなくて済んだと思う？ 子ども：意見を言う ナレーター：では、Aくんの意見でやってみよう！※ちがう意見も承認 ★繰り返す			
14:40	・認定書授与式				
14:45	終了				
	<調整>				
14:55	振り返り				
15:00	振り返り				
16:00	解散⇒撤収				

▼おさらいタイム
防災絵カード 個別に振り返り スタッフ：巡回 司会：PC準備 Web ：防災を楽しく学ぼう 集団で振り返りと掘り起し 子どもがすでに持っている知識を教材を手掛かりに引き出す 司会 防災マスター認定授与式 みんなで今日の頑張りを認め合う スタッフ：授与準備 スタッフ：授与

協力：NOP法人ぴーす

上の表は、実際に私たちの実施した防災教室で使用したプログラム例です。子どもたちには左上の5分刻みのスケジュール表をひらがなになおしたものを渡しました。

観察学習（モデリング）、ロールプレイ

プログラム例にあるような寸劇を観察させ、後に役割を演じさせる指導も効果的です。支援者が演じる寸劇で怪我をした場面を見せ、子どもたちに怪我をしない方法を尋ねます（事前学習で手がかりを与えておく子どもたちの発言を引き出しやすくなります）。そして、子どもたちの提案によって、演者が怪我をせずにすむという場面を演じます。上記の例では、子どもたちが突飛な提案をした際も、頭ごなしに否定せずに演じて見せて、もっといい方法はないかな？と問う形を取っています。劇を見ながら、なぜ怪我をしたか、どうすれば怪我をしないか、話し合います。

寸劇を見た後、子どもたちに役割を演じさせます。この場合、失敗するケースは演じさせずに、子どもたちの協力で怪我

をせずにすんだ場面を演じさせるようにします。劇を演じる体験を通して、非常時の身の守り方を学べる上、他の人を助けて感謝される体験をすることができます。

時間・空間の構造化

いつなにをするかスケジュール表で明確にすること(時間の構造化)や、パーティションなどで部屋を区切り、何をやる場所かわかりやすいようにしておくこと(空間の構造化)で集中を持続させやすくなります。部屋の中に実施する内容と関係ないもの、たとえばティッシュの箱などが置いてあると、気になってさわりに行くことがあるので、可能な限り実施内容と関係ないものは目に付かない場所に片づけておきます。

内容の構造化

提示する情報の内容を規則的に伝えること(内容の構造化)も発達障がいのある子の理解を助ける有効な方法です。

表に示したプログラム例では、学習を①事前学習(手がかりの提示)、②視覚的・体験的学習(知識を行動に移す)、③振り返り(学習を振り返りながら自由な会話で広げる)の三段化に分けて、座学による限定した話題→体験による実感→座学・体験を通して思ったことや気づいたことを自由に広げるといふ、後半に向けて扱う情報量が増大する流れを設計しています。表で示した例では、扱う話題を「①落下する家具から身を守る方法」「②助けの求め方」「③割れたガラス」の三つに絞り、座学、体験、振り返りの三段階でそれぞれ同じ順番で話題を提供しています。そして各話題の情報の出し方も①現象→②発生する問題→③その対策の順に問いかける形を取っています。具体的には、「家具が落ちてくる」「家具が倒れてくる」「ガラスが割れる」という現象に対してどのような問題が発生するかを尋ねます。次に、「落下物にあたって怪我をする」「家具の下敷きになって身動きが取れなくなる」「ガラスを踏んで足を切る」という問題についてどうすればいいか尋ねます。「ざぶとんなどで頭を守る」「助けを呼ぶ」「スリッパや上靴などで足を守る」といった対策を引き出します。それぞれ子どもたちに対して問いかけるグループディスカッションの形式で答えを引きだし、体験学習に繋がめます。体験学習や振り返り学習でも同じ話題を同じ順序(現象→問題→対策)で問いかけて呼応させています。このように、学習の内容を規則正しく提示する事で理解を助けることに役立ちます。

非常ベルの音を極度に怖がる子どもたちへの指導方法

発達障がいのある子の中には、非常ベルの音や緊急地震速報の音を極度に怖がる子がいます。中には非常ベルの音が理由で訓練に参加出来なくなる子や、訓練の際の恐怖感で不登校になる子、非常ベルが鳴った部屋や通路を通れなくなる子もいます。このような傾向のある子には、いきなり非常ベルが鳴る体験をさせるのではなく、段階的に学習させる方法(スモールステップ)を用いることで恐怖感を軽減させ必要な事柄を学ばせることができます。まず、非常ベルの役割を教えます。「ここから音が出ます」「この音はみんなの命を守ってくれる大切な音です」のように、音が出ることとそれが怖いものではなく大切なものであるという肯定的なイメージを伝えます。次に、非常ベルがなる位置(校内の設置場所)を図面による学習や学校探検の形で学ばせませす(この段階では音は聞かせません)。おびえるそぶりがないようであれば、あらかじめ録音した非常ベルの音を最小限に絞り、小さな音量で聞かせて「こんな音ができます」「この音が出た時は先生の指示に従って避難します」と指導します。極度に怖がるようであれば無理強いをせず、あまり怖がっていないようであれば、やや音量を上げて慣れさせるようにします。

避難時に必要となる行動を日常の行動として定着させる

発達障がいのある子の中には、いつも通りの決まりきった行動をすることは得意なのに、初めての行動やいつもと違う状況で特定の行動をすることが苦手な子がいます。例えば、ロープを一度も握ったことがないと非常時に救出用のロープを怖がって握ることができないなどです。まずは実物(難しい場合は写真や映像)を見せる、役割を教える、触らせる、体験させる、の順に段階的に慣らしておくことで非常時にもその行動を取りやすくなります。

非日常的なことも一度は体験させておく

担架を見たことも触ったこともないと大げがをしていても担架に乗ることを頑なに拒む、といったことも起こり得ます。

またいで通ることができる転倒した家具や散乱したガラス片も怖がって身動きが取れなくなることもあります。担架に乗る経験をさせること、ガラスに見立てた障害物(三角定規や銀紙などで代用できます)をスリッパを履く、上に布をかぶせるなどして安全に移動する体験をさせることによって、非常時にも必要な行動を取りやすくなります。

日常的に禁止されていることができないこともあります

普段、非常階段の使用を「危ないから使ってははいけません」という理由で禁止している場合、災害発生時に今は特別だからここを通りなさいと指示しても「危ないから通れない」と拒むことがあります。緊急時に通る可能性がある個所については、「子どもたちだけで無断で利用してはいけません」「災害が起こった時は先生の指示に従って通ることができます」と場合分けをして、利用の制限をするようにしましょう。

指導上の配慮

● 衝撃的な画像・映像は避ける

震災時の惨状を撮影した衝撃的な写真や映像を見せることで悪影響が出る場合があります。デフォルメしたイラストを用いることで、悪影響を避けながら必要な事柄を学ばせることが可能になります。

● 落ち着けるスペースを用意しておく

感覚過敏の特性のある子は、一般の人からすると些細な刺激でも調子が悪くなってしまうことがあります。一度参加してしまうと終了するまでその場から逃げることができないという不安感から避難訓練に参加出来なくなる子もいます。落ち着いて休めるスペースを用意しておき、気分が悪くなったら休憩場所で休んでもいいことを事前に伝えておくことで、安心して参加しやすくなります。

● わがままと決めつけて叱責しない

発達障がいのある子は、障がいの特性により、防災の学習中や訓練中に逃避行動や不穏行動を示すことがあります。集団行動から逸脱した行動をとってしまうので、わがままな子だと思われてしまうこともあります。

また、発達障がいのある子の中には緊張すると笑顔になる子もいます。心の中では極度の恐怖心が支配しているのですが、顔の表情と連動しないため、外見上はリラックスして楽しんでいるように見えます。指導者の中には、このような特性を知らずに、真剣な訓練の最中にふざけていると誤解されて厳しい叱責をしてしまう人もいますが、非常に強い恐怖感や緊張感を抱えている時に、本人からすれば理不尽な理由で叱責されてしまうことで、より恐怖感が増し、それ以降の訓練に参加できなくなることがあります。障がいの特性を理解し、どのようにすれば参加や学習がしやすくなるかを考えるようにしましょう。

● 支援グッズを活用する

ざわざわした雰囲気苦手な子でもイヤーマフ(耳あて)を着用することで、訓練に参加することができるようになる場合があります。それぞれの子どもの特性を考慮して、支援グッズを活用することも学習を支援する上で大切なことです。

● ご褒美

防災の学習や訓練の終了の際、「嫌な体験だった」と思うか「楽しかった」と思うかによって、その後の学習の定着や訓練の参加への意欲は変わってきます。訓練の最中多少つらいことがあっても、最後に楽しいイベントやご褒美があると、頑張ったよかったと思いやすくなります。終了の際に頑張りを評価することや、ご褒美を与えることで、防災について肯定的なイメージを持ちやすくなります。

地域の人達へ

● 見えない障がいについて知っておいてください

身体障がいなどの見てわかる障がいを抱えている人だけが障がい者ではありません。認知症や聴覚障がい、発達障がいなど、一見すると障害があるように見えない人もいます。まずは、見た目ではわからない障がいがある人もいるということを知ってください。

● 困っている人をみかけた場合

周囲の状況がわからず困惑している人は一見するとわがままを言っているように見えるかもしれません。避難所などで混乱している様子の人や困っている様子の人を見かけた時、頭ごなしにわがままな人と決めつけないようにしてください。ひょっとするとその人は認知症かもしれません、知的障がいがあるのかもしれません、避難所にいるスタッフや専門知識のある人の支援で困りごとが解決するかもしれません。自分に専門知識がなくても、「あそこにおられる方が何か困っているようですよ」と他の人に伝えることも心強い支援となります。

● 災害発生時支援者が気を付けたいこと

いきなり体を触るとびっくりしてしまうことがあります。後ろからいきなり大声で話しかけられるとびっくりして転倒することもあります。まずは顔が見える位置から声を掛けてください。

● 声かけの仕方

「こんなところにいたら死ぬよ」などの恐怖感を煽るような言葉をかけられるとびっくりして身動きが取れなくなることもあります。「外へ行きましょう」など、必要な行動を短く伝えるようにしましょう。

● 日ごろから顔の見える関係を作っておきましょう

可能であれば、普段から地域交流を行ってお互い顔見知りになっておくようにしましょう。災害が起きてびっくりしているところに顔も名前も知らない人にいきなり声を掛けられると怖く感じてしまうかもしれませんが顔や名前を知っている人であれば安心して声掛けに応じやすくなります。

