第18号

かたつむり通信

発行:2016年12月20日
しながわチャイルドライン
運営委員会
品川区東大井5-24-23-203
TEL/FAX
03-5462-2868

◎今年度の三つの進歩

しながわチャイルドライン代表理事　　浅川周二

今年度は三つの大きな進歩がありました。
一つは新しい事務所に移転、しかも大家さんのご理解により、しなチャイでも払える家賃です。
事務所機能の他に10人程度の集会、会議ができます。大家さんに感謝です。
そしてチャイルドラインカードの配布です。
今まで教育委員会を通して、各学校の先生から子どもたちに配られていましたが、直接子どもたちに配布する機会を与えられ、品川区の豊葉の杜学園で子どもたちに、カードの説明と電話の受け答えの寸劇を披露する、出前講座を実施できました。11 月、12 月と城南小、日野学園でも実施いたしました。
もう一つは15期の受け手、サポーター養成研修です。
今回初めて立正大学心理学部との共催で、開催することができました。大学の会場と優秀な講師をそろえ、立正大学生と一般の参加者30名で、毎回、楽しい学びの時を持てています。
今年度の活動方針も会員の協力と共に、外部の人たちに支えられて達成できると思います。
これからも宜しくお願いします。

【しなチャイ事務局からのお知らせ】　　事務局長　　徳江安子

①９月に事務所移転致しました。
新住所：品川区東大井５－２３－２４　コーポ柴田２０３　電話・ＦＡＸ：０３－５４６２－２８６８　(同じです)

②出前講座を始めました！
チャイルドラインへの理解と、子どもの権利を伝えるために、子どもたちのところに出向いていきます。
・７月末に豊葉の杜学園８年生・11 月に城南小学校５，６年生・１２月に城南小学校 1～4 年生
・11 月末に日野学園７年生　と4回、子どもたちにお話しをしました。
これからも、子どもたちの身近なチャイルドラインを目指し、子どもの権利を知っていただく為にも出前講座を拡げていきたいと思います。子どもたちの気持が楽になれる選択枝の一つにチャイルドラインがなることを願って、子どもの権利を知っていただく為にも私たちは出向いていきたいと思っています。
先生方のご理解を頂きながら進めていきます。＝学校やPTA の皆さん、いつでも声をかけてください＝

『風のかたち』上映会と細谷医師＆伊勢監督対談　“子どもは死んじゃあいけない人たちだよね”

2017 年 2 月 21 日(火)18 時～21 時　きゅりあん小ホール　無料(要予約)

この度、15 周年を記念して、上記の事業を実施する運びとなりました。小児がんの子どもたちが、周りの大人との関わりによって弱さを強さに変えていく姿を映したものです。私たちも子どもたちが伸びやかに育つために、子どもが自らの持てる力を開花させる手助けをしたいと活動しています。この上映と対談を通して、大人と子どもが理解し合い、絆を深め、ともに育ちあえる地域を作る一助となることを願っています。

（15 周年記念事業実行委員　Y･U ）

☎ 子どもたちの声から

勉強も進路も、自分で考えているんだよ

・ドリルをやっていないとお父さんに怒られる。お父さんは怒るだけで話は聞いてくれない。やったときはふつう。ほめてくれない。

・私が行きたいのは、お姉ちゃんが行ってる私立中学校。勉強は好き。お母さんはあなたの好きなところに行けばいいのよ、と言いながら、地元の中学校を勧めてくる。

・AO 入試を頑張ろうと思っているんだけど、親は AO 入試は受験じゃないってバカにしてて、受けることを許してくれない。自分は自分の人生の計画を立てているのに。

・今日は午前中で帰ってきちゃった。5 時から塾があるけど行きたくない。なんだか疲れちゃった。なんで学校ってだいじなのかな。

もう限界。どうしたらいい？

・学校で仲間外れにされている。誰とも口をきかない。頑張って毎日言っているけれど、つらい。普通に学校生活がおくれるのがどれだけ楽しいか、今になってわかった。

・私の悪口を言いふらす人がいて、友達に相談しても信用してくれる人が少なくなってきた。嫌なことをされないように気を使ってきたが、もう限界。お母さんには全部は言えない。先生が私を信用してくれるかどうか、わからない。

・痴漢にあった時、怖くて声が出せなかった。お母さんに言ったら「あんたは弱い」と言われた。今も怖くて、リストカットしてごまかしている。どうしたら普通の生活に戻れますか？

人間関係ってむずかしい

・部活の人間関係が厳しくて行きたくない。入ったころは楽しかったのに、トップの人が変わったら雰囲気が変わった。みんな行きたくないって言っている。

・友達が学校でお金盗んだと打ち明けてくれたので、正直に謝りなよ、とアドバイスして、そうしたら、その子はクラスから仲間外れになってしまった。謝ってすむことじゃない、とか言われて。私のやったことは、よかったのかな・・・。

・死にたいとか自殺するというメールを送ってくる友達がいて振り回されている。本気じゃないと解っているから腹が立つ。

聴いててほしい、私の気持ち

・自分が嫌い。自分に甘いしすぐイライラするし、直せない。私は何もできない。

・前まで男同士で付き合っていたんだけど最近女の子の彼女ができて、そっちと付き合っている。でも前の彼に誘われるとそちらにも行ってしまう。彼女は知らない。これからどうしたらいいだろう。

・今日は学校休んじゃった。自分でもどうすればいいかわからない。友達もいないし、学校に居場所がない。誰とも話さないし、どうしようもない。

・自分が生きる意味がわからない・・・

いろんなことを話してみよう

・学芸会の歌の練習でじょうずに歌えた。先生にほめてもらえてうれしかった。

・5 歳の妹がいうことを聞いてくれない。私には宿題があるのに！

・計算が苦手です。どうしたら、計算が早くなりますか？

～上記の『子どもたちの声から』は～

チャイルドラインむさしの News

「もしもし、あのね」より

許可を得て一部を転載させていただきました。

（＊個人の秘密を守りながら再構成されています。）

全国のチャイルドラインは現在70箇所あります。年間で約21万人の子どもたちの☎をフリーダイヤルで取っています。子どもたちは、どこからでも聴いてほしいことを、無料でかけられます。1年間の電話代の総額は約2千万円になります。全国、連携して365日24時間を目指し、常設場所の確保や財政の確保、回線の増設、電話を受けるボランティアの育成を考え努力しています。

◎活動をご支援ください　【正会員】　個人　年間6,000円　　団体等　年間10,000円

【賛助会員】　1口2,000円　（1口以上　何口でも）

振込口座　ゆうちょ銀行　振替口座　00160－5－664278　宛先：NPO 法人しながわチャイルドライン

【2016年度全国研修会報告】10月22日～24日フォーラム＆福島県沿岸部被災地スタディツアー

～～～～～チャイルドライン全国フォーラム2016in福島　報告～～～～～

★10月22日　基調講演・DVD上映会・パネルディスカッション　　(Y・T)

基調講演は、シンシアホワイトさんによる、講演でした。トラウマ体験をした子どもたちの話を聴くことが、とても大切であり、そのことが子どもの心の安定に繋がることを訴えられていた。

どうしようもない状況を、一人で抱え込まず、安全で、安心できる状況が確保されることで、心の中に押し込められられていた感情を吐き出し、一人で頑張り続けることはないよ、と寄り添ってくれる人がいる中で、安定していく現実を何度も見、感じてきていると話されていた。

また、遊びの大切さも話されていて、遊びは子ども自身を取り戻すとても大切な時間であり、常に、安全な環境があって初めて自分に向き合えることが出来るとも言っていた。➡津波の遊びでは、子どもたちはトラウマに関連する感情をコントロールする練習ができる。

80年代は、ステージをたどっていくと考えられていたが、90年代になると何かをしなければならないというように変わり、今は、関係性をどのように保っていくか、亡くなった人・者とどのような関係性を持っていくか、が、焦点になってきている。段々と、多くの人に関わって考え方も変わってきているとのこと。

同じ体験をした子ども同士で話をすることで、自分だけが辛い体験をしたのではない、皆同じような思いをしたのだと実感しつつ、子ども自身が安心して、心の中を出すことに繋がっていく

体験したことを意味付けていくことが必要で、こんな体験をしたのは自分だけではないんだ、という思いを持つことで頑なな心から解放され、将来の希望を取り戻すような場を作ることで、安心して自分を表現できるようになっていく。

その際　◎子どもたちの感じていることに対応すること　◎そのような集まりを続けて運営していくこと
◎自分の出来ることをサポートしていくこと　◎グループファシリテーションのスキルを確立していくこと
が大切である。と言っていた。

結論:トラウマを抱えた子どもと向き合う時、安心していられる場所、安全が確保されている中で、初めて、子どもは心の内を表現できるということ。チャイルドラインに繋げて考えると、一回の電話で、心の内を話すことは難しいだろうけれど、安心して話を聞いてもらえる場所だということが分かった段階で、子どもは、少しづつ、自分の内面を吐露していくのだと思い、慌てず、焦らず、時間を掛けて、向き合う姿勢を持つのが理想、と感じられる講演であった。

◎分科会　子どもたちのダイバーシティ～性的マイノリティーの基礎知識～　　(Y・Y)

講師:前川直哉氏(ダイバーシティーふくしま)・佐藤翠氏(ふくしまコミュニティスペースよりみち)

感想:性的マイノリティ(LGBT)について、印象に残ったのは「性のグラデーション」という考え方だった。
「戸籍の性」だけではなく、「からだの性(生物学的性)」「ココロの性(性自認)」「服装、行動(社会的性)」「好きになる性(性的指向)」を考えてみる時、人間の性の多様性を感じた。

講師に「あなたの性はどのへんかな？」と問いかけられ、同じ人でも日々違うのではないか？　と思った。自分自身の中にも女性的なところもあるし、男性的なところもある。

性的マイノリティーは13人に一人いると言われているが「自分の周りにはいない」と感じている人は多い。それだけ、周囲から見えないように暮らしているのだ。

LGBTの子どもたちは、学校において多くの困難(制服、体育着、トイレ、クラブ、修学旅行など)を抱え、自己肯定観を育てにくい。それに、人生の見本となる大人も見いだせない状況。バイセクシャルや同性愛の方への調査では65.5%が自殺を考えたことがあり、未遂経験者を持つ人は16%にもおよぶのだそうだ。

今後、障害を持つ人たちの性の在り方(セクシャリティー)も含めて、学んでいくことが重要だと痛感した。

◎「自殺予防を視野に入れた　子どもの自己肯定感を高めるための
アウトリーチプログラム」(アウトリーチ…手を伸ばす・働きかける・援助する)　　(T・K)

サブタイトル:「『死にたい』と言う気持ちを否定するのではなく、その気持ちを受け止める」

支援センターが作ったプログラムだが、ブラッシングを重ねてより良いものにしたいとのこと。

製作の意図としては、 キーワード：自己肯定、感情表現、傾聴、気持ちを体験する、違いを認め合う

①チャイルドラインならではの「話す」「聴く」を土台にする（言葉にしてみる、誰かに聞いてもらうことを体験する）

②人間関係を見直す機会にする

③対象年齢は主に小学校高学年を考えプランニングした

＜プログラム＞

（1）はじめの挨拶　　自己紹介、チャイルドラインの紹介、目的、ルールの紹介（他言しない、ここだけにする）

（2）導入：声を出さずに歩くワーク　　体を動かすことで心をほぐす、人との距離を体でつかむ、自分に向き合う

（3）全体ワーク：フォーラムシアター　＊自分の気持ちや他人の気持ちを客観視する

ドラマ（例：職場体験について、性格の違う3人の役者が話し合うが問題を残して終了）

役者の発言や行動についての感想・意見・提案などをグループと全体でシェアし、それを取り入れ再演してもらう

（4）1対1のワーク：話をする・聴いてもらう体験　　日頃の友だち関係に注意する。テーマを決めて、うなずきや相づちを入れ、否定せず聴く。互いにシェアし、気づきを大事にチャイルドラインが何を大切にしているか、どんなふうに聴いているか伝える。

（5）おわりの挨拶　　＊困ったことがあったら誰かに「助けて」と言っていいし、相談していいことを伝える。

また、チャイルドラインに電話をくれるように伝える。ルールの再確認

感想：以前、深刻ないじめ被害に合っていた方の話を聞いて驚いた。「チャイルドラインのカードは、学校でもらっていたが、電話をかけてみようとは思わなかった。電話をかけるとたちまち逆探知されて、学校や家に連絡が来て、いじめっ子達の知るところとなり逆襲されると思っていた」と。その時、児童・生徒がそういう心配をすることなく安心して電話をかけられるように、カード配布と同時にアプローチが必要と思っていた。

このプログラムは、積極的に学校や地域にPRしていく姿勢は評価できるし、出前講座の際の参考になる。しかし、「自殺予防・子どもの自己肯定感を高めるためのプログラム」と言うにはいきなりすぎて、児童・生徒にどう話すのか、プログラムにどう活かすかはまだまだ「ブラッシングが必要」である。天野先生の人権講座は、**遊びつつ人権について考え、相手を思いやる。それを参考に、遊びながら自分に向き合い、相手の気持ちを知り、大切に考えられる具体化していきたい。**

◎分科会　子どものトラウマ・グリーフケア　　**（K・K）**

～被害を受けた子ども、喪失体験をした子どもたちへの寄り添い方について学ぶ～

22 日の午後：、

基調講演も「被災した子どものグリーフケア～今私たちにできること～」講師はシンシア・ホワイト氏

ご自身が、6 歳の時に兄弟がバラバラになり養護施設に預けられるという体験からトラウマ分野のスペシャリストとして 33 年間活動をしているという方。疲れもあり話が漠然としていて・・・

23 日分科会：トラウマとは

人の対処能力を超えた命の危険を感じるような出来事や精神的に耐えがたい出来事がもたらす破壊的な結果。通常の体験を超えたもので、強烈な不安、恐怖、無力感を伴うことが多い。

○脳の機能に影響を及ぼす生化学的な反応が起こる○

・健康と将来への悪影響をもたらす可能性がある。　・心理療法等の適切な治療が早急に必要

＊耳から入る情報は処理が難しい、聞かせるのでなく見せる。

・ベストアプローチは、他者とのつながりと遊ぶこと（安心安全な場所で）

『トラウマの初期症状』　・症状がない　・大丈夫に見える　・感情の抑制　・人を避けようとする

・興味関心の低下　（これらは本人が必要とする期間続く）

◎脳の原始的なところにしまい込まれているので、将来への絶望感、フラッシュバック、情緒の統制が困難！

グリーフは自然で健全な反応、喪失に対する反応。

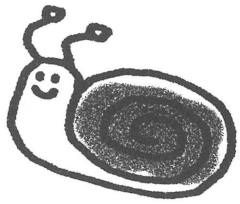
必要なのは治療でなくサポート。無条件に受け入れ子どもを信頼する

グリーフのエネルギーは変化への可能性。

グリーフエネルギーは表出させる。（大きく筋肉を使う、指先を使う）

自分のグリーフエネルギーを理解しておく

繋がりを持ち続けること（エネルギーは常に交換されている）



☆≪ジョイニングというワーク≫を実習＝見たまま、聞いたままを言う、相手のエネルギーに合わせる【今度】

◎福島沿岸部被災地スタディツアー（南相馬市）原発周辺と子ども支援の現場を訪ねる　（T・K）

今年度の全国フォーラムは、東日本大震災の地震・津波・放射能汚染で、甚大な被害を受けた福島で開催しました。地震国日本は、いつ、どこで、大きな被害を受けるかもしれない状況なので、全国フォーラムの最終日は、福島の現状を見て、感じて、被害を受けた子どもたちにどう寄り添っていくのか、学び考える内容でした。

秋真っ盛りの福島は、黄金の稲穂が広がっている筈の田んぼに、汚染土の入った黒い袋（フレコンバック）が一面に広がっていました。中間貯蔵施設も見つからないまま、捨て置かれるのでしょうか？南相馬に住んでいる姉と、海岸地域を視察に行って衝撃的な光景を見ました。なんと波打ち際に汚染土の入ったフレコンバックが口をあけて大量に放置されていたのです…！海は繋がっています。「日本国民、総ヒバクシャ」の文字が頭をよぎりました。

帰宅困難区域の飯館村・富岡・大熊町は、菜の花畑かと思いきや外来種のセイタカアワダチソウが田畑を埋め尽くしており、家の中にまで生えていました。3年前に視察した時は、JR 富岡の駅舎や周辺の民家は地震で崩れたまま時間が止まっており、JR 浪江駅には通勤・通学用の自転車がそのままに持ち主を待っていました。「地震や津波だけなら立て直しもできるが、放射能の濃度が強くてそれができない」との現地の方の話に言葉を失ったものです。

忘れてはならないのは、避難先で「放射能がうつる」と避けられ、地元に戻れば「福島を捨てたくせに」と居場所がない家族がい、「私たちは結婚もできないのでは」と絶望する子どもがい、福島の出身というだけで離縁させられた女性がいて、「原発さえなければ」と遺書を残して自死した方々がたくさんいて、長年住まない筈の仮設だから家が傾き、カビがはえ、寒さに凍える人たちがいる。そういう生活の中で電話をかけてくる子どもがいるということです。

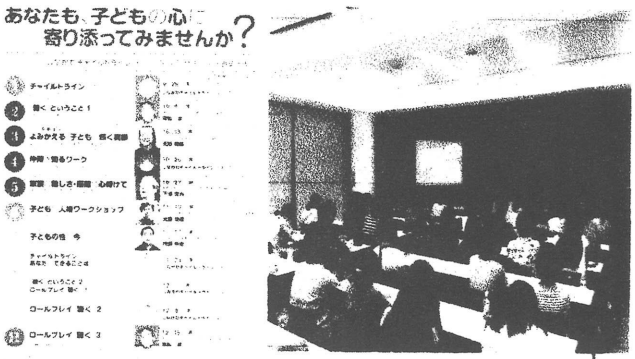
視察の後は、子どもや若者を支援する団体のお話を伺いました。近藤さんは、市民・企業・行政を巻き込む活動協動体「みんな共和国」の責任者。「東日本大震災とその後の原発事故は、南相馬市民から普通の生活を奪った。降り注いだ放射性物質によって外に出ることすら制限されてしまい、市民は心身共に疲弊していった。早急な対処が必要!!特に強く求められたのが『子どもたちを安心・安全に遊ばせる場が欲しい』ということ。ネットからの呼びかけに全国から善意が寄せられ、屋内遊び場「みんな共和国」が南相馬に多数完成した。また、高見公園に「じゃぶじゃぶ池をつくろうJP」や南相馬市から受託され「素敵な出会いをサポート・婚活」などもスタートしている。南相馬市で塾講師をしていた番場さんは、「震災と原発事故によって塾生100人から0人に。東京の大学に合格した教え子が「放射能がうつる」と友人の心無い言葉に深く傷つき、自信を失い、いつしか福島出身であることを隠すようになっていることを知った。自己破産覚悟で塾を再開。首都圏でも「番来舎」を立上げ、東京に出てきた学生や子育て中のママの拠り所をつくった。また、避難した人・せずに残った人のどちらにも応えられる「ベテランママの会」の代表として、子育てを中心とした相談活動」などのお話を聞き交流しました。

最後に、「福島の事故はなかったことにして、原発再稼働・海外輸出をしようとする国や東電を許さない。私たちの犠牲を無駄にしないで欲しい」と言う姉の言葉が胸にしみました。

【第 15 期受け手・サポーター養成研修報告】（研修部　K・K）　～感想：また違って面白かった！～

『しながわチャイルドライン第 15 期受け手・サポータ養成研修』は9月から 12 月と全 11 回が盛況のうちに終了しました。なんといっても今回は、立正大学心理学部と初めての共催です。学生と社会人ほぼ半々で 30 人、皆さん積極的に参加していました。チャイルドラインの活動を知ってもらうための座学と、大勢が係わって、助け合う仲間作りのためのワークショップもありました。

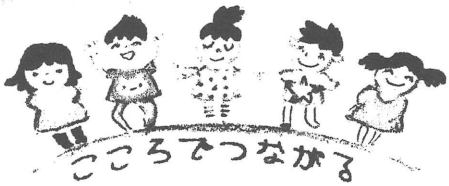
毎回どんなことを学び、どんな風に感じたのか、話し合う回もありました。
研修スタッフも増え、毎回の振り返りをすぐに原稿にし、次回には渡すことができ、より充実した研修となりました。
子どもを大切にする仲間が、また、たくさん増えました。



毎回の講座が、受けてみてその度に考えさせられる内容となっており、既に去年受けていますが、今回も毎回参加しました。実際に活動を始めてから、講座を受講してみると去年とはまた違った感想を持てて面白かったです。特にロールプレイの回では、去年は受け手の役でしたが、今回はかけ手役をやりました。受け手役をやるのも大変だけど、かけ手の役をやるのは想像以上に難しく、感想は全く違うものとなりました。まだまだ勉強することがいっぱいあるなと思いました。去年より今年は受講生が多く、どんどんチャイルドラインの輪が拡がり、子供達に、子どもの事を熱心に考えている人達が世の中には大勢いるということが少しでも伝わってくれたらいいなと思いました。　【 D・A 】

★～☆～「しながわチャイルドライン」のホームページ・ブログで活動やお知らせをご覧ください～★～☆

しながわチャイルドラインでは ・毎週金曜日 午後4時～9時 ・毎週水曜日 午後7時～9時半 ☎を開設しています



18才までの子どもがかける電話

電話代はかかりません。携帯もOKです。

0120－99－7777

月曜日から土曜日 16時～21時

栃木県・埼玉県・東京都・山梨県・愛知県は日曜日もつながります

♪♪♪～仲間の声～♪♪♪

●チャイルドラインの活動を始めてみて (D・A)

この活動では普通に大学生として過ごしているだけではあまり交流の機会がないような人達の色々な考えに触れられるので、僕はもっと色々な人と話してみたいという気持ちが強くなったように思います。

●しながわチャイルドラインで活動を続けて (K・M)

しなチャイの活動は今年で3年目。最初は電話を受けるのに精一杯でしたが、1 年ほど経つと受け手以外の活動で「自分が出来ることは何かな」と考えるようになり、その都度出来る事をやっています。仲間との交流も「受け手」を続ける原動力になっています。「柔軟な姿勢と広い視野、豊かな想像力で、無理せず自分が出来る事をやる」をモットー(笑)にこれからも活動を続けていきたいと思っています。

●活動することで (N・K)

受け取り続ける物は、自分自身がすでに忘れかけている、わかってもらえないと思っていたあの時の気持ちを、受話器を通して共感し合える瞬間です。一瞬お互いの心がシンクロし、何かが変わる予感がします。

それが誰かの力になることを願っています。

◎ご支援ありがとうございます◎

(順不同・敬称は省略させていただきました)

本道秀雄/岡崎和代/須貝行宏/高橋敦子/金子みゆき/松澤利行/松澤麗子/遠藤芙美子/高野陽一/小垂 勇
井上耕一/中川治子/石津/橋本政徳/大塚悦子/沖山弘隆/元村英一/米川宏一/北島浩之/北島まりあ/清水 佳子
酒井暢子/平間早苗/入江杏/藤山/植松真理/村田/稲塚由美子/野澤澄也/瓜生アツ子/松江和晃/浅川ハマ江
木下徹/徳江安子/浅川周二/猪俣庸子/宇佐川瑶子/保科うた子/北条正子/大塚 悦子/
下浦 忠治/末松 渉 /山口清子 (清子フラスタジオ主催者)
昭和会館・東京都共同募金会・(株) 東京正武堂・イオン株式会社・青山ライフ出版
清子フラスタジオ生徒会 カオウハートフルポケット・カオウ (株)・東京ゾンダ III

・広報部では 11 月に皆さんのご要望に応えホームページを更新。ログの方も機に応じ更新していきたいと思います。記事お待ちしてます。

・かたつむり通信 18 号は、東北の地で開かれた全国研修報告を中心に、15 周年記念行事・研修報告・子どもの声等～感想お寄せください。

チャイルドラインとは？

チャイルドラインは、18歳までのこどもが、嬉しいこと、悲しいこと、悩んでいることや誰かに聴いてもらいたいことなど、どんなことでも、話すことのできる電話で、全国各地に約70のチャイルドラインがあります。

子どもの声に耳を傾け、気持ちに寄り添う、子どもたちの心の居場所です。子どもたちの話に共感し、つながり、子どもたちが安心して育つように活動します。

しながわチャイルドラインの歩み

しながわチャイルドラインは15年前に活動を始め、11年前から毎週金曜日に常設開設するようになりました。昨年、水曜日にも常設開設しました。毎週100本以上の電話がかかってきて、子どもの話しに、真剣に耳を傾けています。取りきれない電話も少なくなく、人材の育成にも力を入れて研修も行っています。

◎電話の増設が必要です。皆さんのご支援、ご寄附等よろしくお願いします。

しなチャイメールアドレス
sinagawachildline
@hotmail.com