

第57回日本小児保健学会 シンポジウム

災害と子ども～子どものこころのケアを考える～

こころのケアセンター活動報告

～中越大震災後5年間の子どものこころのケアに対する取り組み～

片 山 ユ キ (新潟県精神保健福祉協会
小千谷地域こころのケアセンター)

I. こころのケアセンターとは

2004年10月の中越大震災後, 2005年3月に「財団法人新潟県中越大震災復興基金」が設立された。こころのケアセンターは, 被災者生活支援対策事業の1つである「こころのケア事業」を行うために, 2005年8月に新潟県精神保健福祉協会が「財団法人新潟県中越大震災復興基金」から補助金を受けて開設されたセンターである。

こころのケア事業の目的は, 新潟県中越大震災による被災とその後の生活ストレスに伴うPTSD(心的外傷後ストレス障害)やうつ病等の精神疾患の予防・早期発見を図るとともに, 被災者の精神的健康の回復や適応障害の発生予防を図ることである。

II. 子どものこころのケア事業について

1. 事業内容

現在, 以下の3つの主要な柱で子どものこころのケアを目的とした事業を実施している。

1) 関係職員の教育研修

保育士や保健師, 教育関係者等子どもの育成に関わる支援者を対象に, 子どものこころのケアについての研修会や検討会を実施している。

2) こころの健康に関する普及啓発

乳幼児の保護者を対象に, こころの健康講座や親子教室等により子どものこころの健康についての普及啓発活動を実施している。

3) こころのケア相談会

保護者や支援者を対象に, 幼児健診や子育て支援セ

ンター, 保育園等における定期的なこころのケア相談会を実施している。

2. 活動実績

2005年8月の開設から, 2009年度までの5年間に行った子どものこころのケア事業は以下の通りである。

1) 事業数

5年間で実施した事業の総数は62事業あり, 年間平均12の事業に取り組んでいる。図1に内容別にみた事業数の推移を示した。震災後, 被災市町村から最も要望が多かったのは「こころのケア相談会」であった。当センターからの働きかけもあり, 「関係職員の教育研修」は震災4年後, 「こころの健康に関する普及啓発」は震災2年後から本格的に取り組まれるようになっていく。

2) 相談者

5年間にこころのケア相談会を訪れた相談者は577名, 相談件数は754件である。図2にその推移を示した。

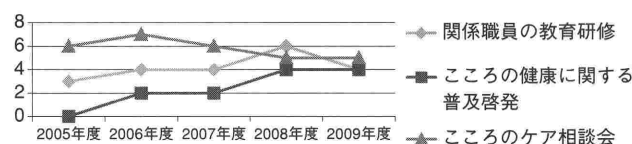


図1 事業数の推移

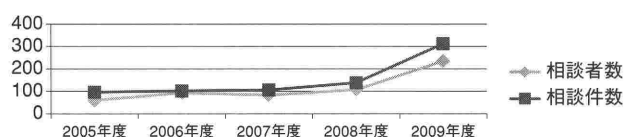


図2 相談者数および相談件数の推移

2009年度の大幅な増加は事業の拡大による影響であるが、2008年度の増加は2007年7月に起きた中越沖地震の影響もあると思われる。

3) 相談対象

5年間に受けた相談について、対象は子どもが58%と最も多く、次いで保護者自身の相談が29%、保護者が子ども以外の家族の誰かや家族以外の他者、経済的な問題等について相談した場合が13%と続く。図3に5年間の推移を示した。子どもについての相談が2009年度に急増しているのは、事業を拡大したためである。

4) 相談内容

(1) 子どもについての相談

5年間に受けた436件の子どもについての相談の中で、相談の対象となった子どもの年齢は3歳が46%、1歳が16%、5歳が13%、4歳が12%、6歳とその他が5%、2歳が2%、0歳が1%となっている。3歳が圧倒的に多いのは幼児健診の中で相談会を実施していることの影響が大きく、1歳についても同様のことが言える。また3歳、4歳、5歳は保育園に在籍している年齢であり、この年齢の相談が多いのは保育士からの相談の多さを反映している。図4に5年間の推移を示した。

相談の対象となった子どもの性別は、どの年度でも男児の方が多くなっている。

子どもについての相談で圧倒的に多いのが、恐怖や不安、多動や落ちつきのなさ等「行動や情動」についての相談で、全体の50%を占める。次いで音に対する敏感さや特定のものに対する極端なこだわり等「興味の持ち方」で14%、夜尿や夜泣き、寝つきの悪さ等「生活習慣」が13%、「対人関係」が11%、「言葉」が9%、「その他身体に現れた症状」が2%、「身体の動き」が1%と続く。図5に子ども主訴の推移を示した。

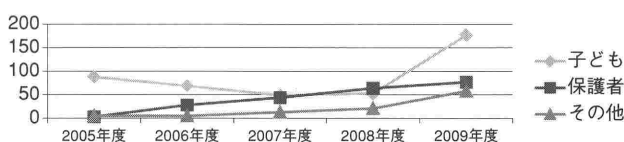


図3 相談対象の推移

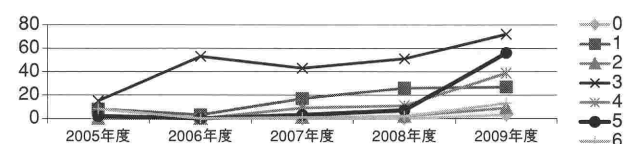


図4 相談の対象となった子どもの年齢の推移

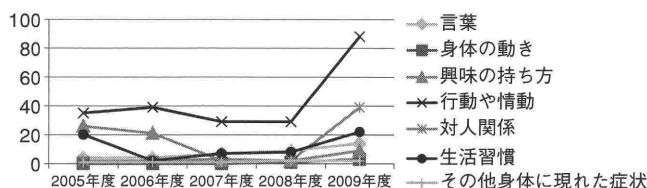


図5 子ども主訴の推移

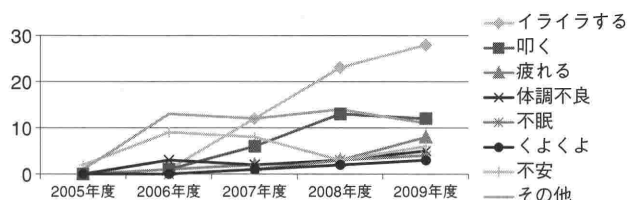


図6 保護者主訴の推移

(2) 保護者についての相談

5年間に受けた216件の保護者自身の相談の中で、圧倒的に多いのは「イライラする」で全体の30%を占める。次いで「叩く」15%、「不安」13%、「疲れる」、「体調不良」6%、「不眠」4%、「くよくよする」3%、「その他」23%と続く。図6に保護者主訴の推移を示した。

Ⅲ. 今後の課題と展望

1. 相談会事業の拡大

相談の対象となる子どもの年齢で3歳児と1歳児が多いのは、幼児健診の中で相談会を実施していることの影響が大きいと思われる。幼児健診のように地域の母子が集う会場で行われる相談会は、地域の子どもと広く関わる事が可能となるだけでなく、気になることや困りごとを気さくに話せる雰囲気や、何かのついでに相談できる気軽さがある。このような場を利用することは子どもの症状の早期発見・早期解決につながるだけでなく、保護者のこころのケアにつながると考えられる。

また保護者のこころのケアを考えるうえで忘れてならないのが、「叩く」等の虐待的なかわりに関する訴えが多い現状であり、自分の子どもを叩くことについて何とかしたい気持ちがあり、SOSを出していることである。このサインを見落とすことなく支援していくことは虐待の重症化を防ぐことにもなる。

子育て中の保護者が相談したい時に相談できる場があること、悩みを抱えながらも言いにくい状況にある時にさり気なく相談を勧めてくれる人がいること、相談で終わらずに継続して支えてくれる体制があること等を地域と検討しながら、事業を展開していきたい。

2. 関係職員の教育研修の充実

関係職員の教育研修およびこころのケア相談会が増加した背景には、支援者側のニーズの変化、つまり子どもや子どもを取り巻く社会の大きな変化がある。近年、保育園等の集団生活の中で、どこか他児と違う個別の対応を必要とする子どもが増えており、支援者たちはその対応に追われるという実態がある。また、複雑化する地域・家庭事情の中で、家族との関係に安心感が得られなかったり、家庭が安全な場でなかったり、こころの拠り所が見いだせない子どもも増えており、支援者たちは子どもの対応だけでなく、その家族への対応にも手を拱いている状態にある。そうした状況の中で支援者たちは、保育だけでなく療育的・心理的な視点からも子どもを見ることが求められ、結果的に支援者たちが相談する機会と、その研修のニーズが高まっている。

困り感や不安を抱えた子どもがそれを症状として訴える時、子どものサインを見逃すことなく、子どものこころに寄り沿いながら保育や教育に当たれるよう、支援者の資質向上につながるような事業を展開していきたい。

そして職員のニーズだけでなく、各地域における課題を意識しながら、さらに現在実施している事業の方向性を明確にしながら取り組むことも重要と考える。震災のような不測の事態が生じると、もともとあった地域の支援体制がその後の復興に大きな影響を及ぼす。地域の中で懸命に支援している時には気付かない、側から客観的に見ての気づきを地域に反したり、問題提起したりしながら教育研修を進めていきたいと思う。

3. 今後の災害支援の手引きとしての活動

こころのケアセンターは、市町村や地域関係機関等

と連携しながら、震災後のこころのケアに関する取り組みを実施するために開設されたセンターである。被災した住民はもちろん、被災者でありながら支援する立場に置かれた支援者たちのこころのケアも重要な取り組みの1つであるし、また全国的に増加しているうつ・自殺について被災という危険度の高い状況下で予防することや、被災により崩壊したコミュニティの再生を支援することも当センターの活動である。市町村からの要望に沿うだけでなく、当センター独自の切り口からも、5年間被災地のこころのケアに取り組んできた。

震災から6年が経過しようとする現在、建物や道路からは被災の面影は全く感じられないし、支援者たちも通常業務に戻り、震災とは別の新たな問題に対応したりしている。

しかし震災の与えた影響は大きく、今なお癒されないこころの傷に支援を求めている人たちがいることも事実である。声に出せずに支援を待っている人たちを見つけ出すこと、そしてその人たちのこころに寄り沿い、必要な支援とは何かを考え続けること、これは今後も求められる当センターの重要な役割である。

そして当センターが活動するうえで阪神・淡路大震災の取り組みが非常に重要な手引きであったように、われわれの実践も今後の災害支援の参考となるよう残り、市町村の施策に反映していくことも重要な役割である。

センター開設から5年間は実践と評価を繰り返しながら活動を模索する日々であったが、今後はこれまでの活動を振り返りながら災害支援時のガイドラインとなるよう実践をまとめ、必要な活動を地域の関係職員に引き継ぐとともに、こころのケアセンターとしての今後の展開について検討したいと考えている。