

# YMCA

K U M A M O T O

# NEWS

July 2011  
vol.470

# 7



永草保育園の園児が花束を持って阿蘇市役所を訪問(花の日)

## 被災地の子どもたちに寄り添う心のケア 希望の種を育てる支援

### 熊本YMCAの支援活動

東日本大震災から約4カ月が経過。未曾有の大災害は各地に強烈な爪痕を残し、人々に強い衝撃を与えました。災害で心に傷を負った人たちの「心のケア」が課題である一方で、混乱した被災地で支援活動に携わる支援者も精神的な影響を受け、心身に変調をきたすことがあります。

熊本YMCAは、これまでも6・26熊本大水害(53年)、雲仙普賢岳の火砕流災害(91年)、水俣土石流災害(03年)の際、被災した子どもたちの招待キャンプを実施するなど、災害時の心のケアに取り組んできました。さらに今回、災害時の心のケアに関する考え方や心構えを学んでもらおうと、「災害時等における心のケア」ボランティア講座を開催。被災地を訪れ支援活動に従事した、熊本YMCA職員の久保誠治さんによる講座と活動レポートをご紹介します。(2面に関連記事)

熊本YMCAの東日本大震災支援活動の柱は、①人的支援(職員やボランティアの被災地派遣)、②被災児・者支援(キャンプの受入等)、③募金(街頭募金等)の3つです。5月に職員2名が被災地を視察し、そのうち1名は6月に再び現地入り。8月までの3カ月間、全国のYMCAとも協力し、支援活動にあたっています。私は6月20日(月)から26日(日)、被災地の宮城県、福島県で主に遊びを通じた活動を行いました。

- C O N T E N T S**
- ①・② 心のケアボランティア講座
  - ② 北部タイ山岳少数民族「若竹寮」支援
  - ③ 水前寺幼稚園児県知事へ花束/会員の手作り竹とんぼアガベNo.64「人と自然の関係の修復」  
event report チャリティボウリング大会  
県高校定時制通信制体育大会
  - ④ Life 第37回  
みずもとこどもクリニック 水元裕二さん②  
People (地域YMCA情報)  
油絵教室/アフタースクール/  
YMCA学院医療事務管理学科

### 安全と安心

東日本大震災における子どもへのメンタルケアの対応として、子どものPTSD(心的外傷後ストレス障害)治療、PTSDを発症していない子どもたちへの予防などが挙げられます。今回の震災で、子どもたちは心に何らかの傷を受け、心のコントロール感覚を失っています。そんな子どもたちに、「もう危険な目には遭わないよ」「あなたのそばにいるよ」という安全・安心感を保証してあげることがまず大切です。誰かと体験や気持ちを分かち合うことによって苦しみは軽くなります。また、子どもや思春期の青年は、同世代の仲間と過ごすことが、心の支えとなります。今回、子どもたちの笑顔が「微力」であっても「無力」ではないことを体験しました。



風船を膨らませて思いぎり息を吐くことがリラックスにつながります。YMCAの風船を使って実践。

### わたしと聖句



ルカによる福音書7章13節  
主はこの母親を見て、憐れに思い、「もう泣かなくともよい」と言われた。  
もう泣かなくともよい

熊本に赴任してもう3年になる。以前は神戸に9年いて、震災以後のキリスト教会の働きについて、何をすべきか、何をすべきかと毎日過ごしていた。

熊本に赴任して一週間過ぎた頃、急に

### 希望の種を育てよう

仙台YMCAが震災前から遊びを通じた活動を継続してきた、宮城県東松島市の野蒜小学校(鳴瀬総合支所)を訪ね、YMCAのロゴの入った色とりどりの風船を生徒たちにプレゼントしました(写真)。自らも被災し、津波に流されたという校長の木島美智子さんは、「子どもたちには、少しでもつらい体験を忘れられる時間が必要です。震災後はあまりの過酷な体験に生徒たちも無表情でしたが、今日はみんな楽しそう」。

また、YMCAの保育園児・職員が準備したフウセンカズラの種をお渡しすると、「全世界から文具など様々な物資が届けられ感謝しているが、家族とともに何かを育てることができないかと考えた矢先のプレゼント。とてもありがたいです」と喜んでいただきました。

被災地を訪問し、子どもだけでなく、保護者や先生を含め全員が被災者であることの重さを感じました。瓦礫の中から緑の新たな命が生まれてくるように、この小さな小さな種が、子どもたちや保護者、先生方の元気の、そして希望の花になることを願っています。

### 被災者の悲しみに寄り添う

遊びは、心の回復につながります。私も実際に支援活動に携わり、寄り添う支援のあり方について学びました。大切なことは被災者の混乱を鎮め、見通しが持てるように、丁寧に、真摯に向

に目頭が熱くなった。この町はまだ壊れていない。古い街並みを沢山残し、人々には悲壮感や喪失感が感じられなかった。変わることはない日常生活をいつまでも続けられると信じられることが、なにやら羨ましかった。

人は愛する人やものを失うと、悲しみで壊れそうになる。感情のやり場にどこにその心をぶつけたらよいか分からず、暴力をふるったり、誰かを言葉で傷つけたり、また、自分を責めて続けて自分の心さえ傷つけてしまう。

神戸でも、地震で親、兄弟、友人を突然失った人々と、しばしば話をする機会があった。5年、6年と時には同じ

話を聞くこともあったが、僕はうなずくだけだったかもしれない。何か話そうとしても、心の中で「もう泣かなくともよい」という言葉が響き、言葉が出なかった。

神戸を離れる時、親しくなった人たちが「もう泣かないよ」と笑顔で僕を見送ってくれた。悲しみが癒されるには時間がかかるかもしれない。でも神様はどんな心の傷も癒してくださる。もう泣かなくともよい」と癒してください。

日本福音ルーテル教会熊本教会  
朝比奈 晴朗

き合うことです。これには、必要な情報を集め、被災者が困っていることや求めていることを的確に把握することも大事です。仮設住宅の提供や就労支援など、目に見える問題の解決を助けることも必要でしょう。また、苦痛を和らげ、適応的な機能を高めるために、呼吸法、マッサージなど身体を使ったストレスマネジメントの技術を知っておくことも有効です。

被災地の復興には長期的な支援が必要です。そして、支援には支え合う関係が重要です。被災者に寄り添う姿勢と、それぞれの思いと支援をつなぎあうことが大切なのです。

### これから生きる子どもたち

「明日のリーダーは今日つくられる」。被災地では子どもたちが自分たちでボランティア活動を始めた小学校がありました。「本質的には何もできない」事実をふまえ、明日に生きる子どもたちの心のケアの根底にあるものは、子ども自身が本来持っている「生命力」「生きる力」であり、その力を引き出す支援が心のケアではないでしょうか。

何もできない私たちができることは、「祈る」ことです。祈ることを通じて、被災された多くの皆さんの存在と共に生き、寄り添うことができます。未来に生きる子どもたちが、50年後自分たちの手で復旧することを信じて、今自分たちができることを実施していきましょう。