

## 事業概要書

事業名	震災でこころに傷を負った子どもたちへのこころのケア事業				
開始日	2021年4月1日	終了日	2022年3月31日	日数	365日
団体名	一般社団法人こころスマイルプロジェクト				
(カウンターパート)	宮城県立精神医療センター、地域の行政区長・民生委員、地区班長				
担当者名	志村知穂	スタッフ人数	スタッフ5人・ボランティア5人・ファシリテーター20人		

事業費総額(税込)	11,627,522円
CF事業枠	5,000,000円
その他資金	6,627,522円

事業目的	東日本大震災でこころに深く傷を負った子どもたち一人ひとりに寄り添った支援活動を実施し、震災の経験を生きる力に変え、心身ともに健全な児童の育成へ寄与することを目的とする。
事業全体の概要	<p>●こころスマイルプロジェクトとは</p> <p>東日本大震災発生直後から、石巻市を中心に、学校・保育所を通じた子どもたちへの支援活動や、女性や高齢者など被災弱者を中心に様々な支援活動を実施してきた。その中で、津波や地震で心に強い衝撃を受け、PTSD(心的外傷後ストレス障害)を発症した子どもたちや、家族(親・きょうだい)を亡くした子どもたちが、十分なケアを受けられぬまま、孤立し行き場を失い、不登校やひきこもり状態にあることに気づいた。早急且つ丁寧なサポートが必要と考え、こころのケアを目的とした任意団体「こころスマイル石巻」を住民とともに立ち上げた。2012年12月、行政やNPOの支援からこぼれ落ちた子どもたちを長期的に支援するため、「一般社団法人こころスマイルプロジェクト」を設立。こころに傷を負った子ども一人ひとりに丁寧に寄り添い、こころの回復をサポートするため、クライシスカウンセラー(注1)、アートセラピストである代表志村を中心に、グリーフケア(注2)を学んだスタッフや地元住民のほか、国内外の専門家(小児科医・精神科医・セラピスト)の協力を得て、以下の活動を行ってきた。</p> <p>① 震災で心に傷を負った子どもたちへのこころのケア</p> <p>2011年より現在に至るまで、延べ約5,530名の子どもたちへ遊びや表現活動を通じた心のケアを被災した学校や保育所、旧拠点にて実施してきた。2014年12月に企業からの支援で沿岸部から現在の拠点(高台)へ移転し、子どもたちが心身ともに安心できる環境で活動を実施している。</p> <p>② 家族を亡くした子どものグリーフケア</p>

2017 年より毎週末子どものグリーフケアプログラムを開催。同じ境遇の子どもたちが集い、遊びや語りを通じてグリーフを表出する場を提供している。また、大人向けのファシリテーター養成講座を定期的に開催し、地域住民がグリーフケアを学び、地域で子どもを支える仕組みづくりを行っている。

### ③ 不登校児童の復学支援

2011 年より不登校児童の家庭訪問及びヒアリングを行い、学校と情報共有をしながら、それぞれの子どもの状況、段階に応じたケアと学習支援、児童と保護者のこころのケアを実施。2020 年 12 月までに 40 名の不登校児童が復学を遂げた。

### ④ 保護者のこころのケア

子どものこころの安定には、保護者のケアが重要と考え、面談・訪問によるカウンセリングの他、電話・メール・SNS での相談を 24 時間体制で実施している。また、子どもを亡くした母親を対象に「子どもを亡くした母の会」をピア・カウンセリング方式(注 3)で月 1 回開催し、同じ境遇の母親同士、気持ちを分かち合う場を提供している。

注 1…**クライシスカウンセラー**とは、死にたい気持ちを持つ人、災害や事故など悲惨な出来事を経験した人に対し、相談援助を行う者。

注 2…**グリーフケア**とは、家族や大切な人を亡くし、深い悲しみ・寂しさ・後悔・罪悪感など、喪失に伴う様々な感情(グリーフ)を抱える人にそっと寄り添い、見守ることで、辛いからだの気持ちを癒し、日常生活に適應できる手助けをすること。

注 3…**ピア・カウンセリング**とは、同じ境遇や立場にある「当事者同士」が集まり、グループ(仲間)を作り、対等な立場で悩みや不安を話し、互いに聞き合い、励まし合いながら対話を重ねることで、一緒に解決策を考え、最終的には自分の力で問題を解決できるよう導いていく心理学的援助技法。

## ●取り組むべき課題

東日本大震災での未成年の死亡者数は 885 人に上り、宮城県石巻圏域(石巻市・東松島市・女川町)だけでも 308 名が亡くなっている。また、宮城県内での震災孤児は 93 名、震災遺児は 712 名にも上り、石巻市の震災孤児・遺児(注 4)は、小中学生だけでも、孤児 26 名、遺児 187 名(2012 年 5 月時点)と、多くの子どもたちが家族(親・きょうだい)を亡くしている。

このような背景の中、震災から 10 年がたち、この石巻圏域では被災児童の多くが心の安定・日常生活を取り戻しているが、未だ困難を抱える子どもたちが少なからず居る。特に家族を亡くした子どもたちは、幼少期に親や養育者が悲嘆状態にあり、十分な愛情を受けられずに育つケースや、親や養育者が鬱を発症し、家事や育児が思うようにできず、ネグレクト状態の家庭も少なくない。きょうだいを亡くした子どもの中には、親が亡くした子どもの人生を代わりに歩ませようとするケースもあり、親の期待に応えることで愛情を得ようと「身代わり」を必死に演じている。このような子どもたちは、愛着形成が不十分で、自己肯定感が低く、衝動的・反動的・破壊的な行動がみられ、表現能

力・自尊心・責任感などが欠如している場合が多い。学校生活において友人関係を上手く築けず孤立し不登校となるケースや、怒りやイライラを他人へぶつけるなどいじめに発展するケースもあり、学校現場でも課題となっている。また、片親を亡くした遺児の中には、生き残った唯一の家族をその後突然亡くし、孤児となる子どもや、親の再婚で居場所を失う子どもなど、更なるこころの傷（グリーフ）を抱え、不登校や拒食症、小児鬱など、心身に支障をきたすケースも出てきている。

また、家が流出し内陸へ移転した子どもたちや、震災直後の混乱の中、十分なケアを受けぬまま成長した子どもたちが、高校・大学生となり、こころの不調を訴えている。水害や地震が発生するたびに不安定になり、周囲の理解を得られぬまま我慢を重ねた結果、不登校となり、学校中退後ひきこもり、リストカットなど自傷行為を行うケースや精神疾患を発症するケースもある。

当該団体では、これらの課題を抱える児童・生徒及びその保護者に対して支援活動を実施し、多くの子どもたちがこころの安定を取り戻し、前向きに歩みだしているが、このような課題は依然として解消される気配が無く、年月の経過・子どもたちが成長する過程で新たな課題が発生している。現在も 31 名に対して継続的に支援を行っており、今後も継続した見守りと「寄り添い型こころのケア」が必要である。そのため地域の区長や民生員を始め各関係機関と連携し、情報の共有や人材の育成を行っている。

#### 【スタッフ教育について】

・活動に関わるスタッフ・ボランティア・ファシリテーターは、グリーフケアと自分をケアする（自分を守る）2 日間の連続ワークショップ受講必須。（講師：福島県立医科大学看護学部 佐藤利憲先生、又は志村）

・常勤スタッフは、小児科医、小児精神科医による勉強会（当団体にて実施）や、アートセラピーワークショップを受講。（スウェーデンウメオ大学客員研究員／佛教大学社会福祉学部教授 小児科医 武内一先生 他）

#### 【専門家との連携】

専門家との連携により、いつでも相談できる体制を整え、医療の支援が必要と判断した子どもや保護者は、信頼できる機関へ繋ぐ。病院が怖い子どもや保護者も多いため、初回の診察やカウンセリングは希望があれば同行。

PTSD から小児鬱や統合失調症を発症（と診断された）子どもで、孤児・遺児は、通院の付添いも行い、アートセラピーの実施についても担当医と話し合いを行う。（宮城県立精神医療センター他）

注 4…「震災孤児」とは、震災で両親や一人親を亡くした子ども（未成年者）。「震災遺児」とは、震災で片親を亡くし、一人親となった子ども（未成年者）。

### ● パートナー協働プログラム対象事業

#### 1 子どものこころのケア事業

##### ① 個別サポート

家族を亡くした子どもたちや、情緒不安定で学校生活に適應できない子どもたちを

対象に、アートや遊びを通じて言語化できない気持ちを表出させる。また、必要に応じてファミリーアートセラピーを実施し、母子・父子ともにリラックスし、安心できる空間で同じ時間を共有する。これにより子どもの SOS に気づくきっかけを作り、親子関係の修復・愛着形成の再構築をサポートし、子どものこころの安定につなげる。

## ② 訪問サポート

ひきこもり状態にある不登校児童や精神疾患を抱え、通所が困難な子どもたちは、アウトリーチ(注 5)でのサポートを行い、こころのケアによって復学・社会復帰を目指す。

## ③ 保護者サポート

子どものこころのケアには、保護者(親や養育者)のこころの安定が重要であり、カウンセリング、子育て生活相談、傾聴など、保護者のケアも同時進行で行う。

## ④ 学習支援

コロナ休校の影響で中高生の学力低下が著しく、学習塾へ通える子どもと通えない子どもの格差が生じている。勉強の遅れは親の精神面に大きなストレスとなり、親子関係が悪化している家庭もある。このような状況を改善するため、リモートによる学習支援を実施し、子どもの勉強の遅れを取り戻す。

注5…アウトリーチとは、支援が必要な状態であるが、自ら出向いて相談することが困難な状況(精神状態)にある人に対し、自宅など日常生活の場へ直接出向いて、心理的ケアとともに必要とされる支援に取り組むこと。

## 2 家族を亡くした子どものグリーフケア事業

### ① 子どものグリーフプログラム

家族を亡くした子どもたちは、成長とともに新たなグリーフと向き合っている。親を亡くした子どもたちの中には、家族への気遣いから自分の気持ちに蓋をして元気に振る舞う子どもや、親への思いを語ることを避ける子どもたちがいる。きょうだいを亡くした子どもたちは、悲嘆に暮れる親や、亡くした子どもの存在を伝える活動に熱心な親を心配し、情緒不安定になるケースや、幼少期の愛着形成が不完全で、学校や社会生活においてコミュニケーションに支障をきたしている。このような子どもの多くは、誰かに気持ちを打ち明ける機会がないまま成長している。本プログラムでは、同じ境遇の子どもたちが定期的集える居場所「グリーフプログラム」を実施し、誰にも言えない気持ちや言葉にならない不安感情を、遊びやアートなどの表現活動や会話を通じて表出させる。

### ② 子ども食堂

月に一度子ども食堂を開催する。家族を亡くした子どもたちは、2人きりの寂しい食卓や、父子家庭は帰宅が遅く、子ども一人で食事をすることも多い。母親を亡くした子どもたちの多くは、料理経験がなく野菜や食材の名前を知らない。料理教室や食育を兼ねて、一緒に調理を行い、アットホームな雰囲気食卓を囲み食事をす

る楽しさを味わうことで、こころの安定と健康増進に寄与する。

### ③ イベント

クリスマス、卒業式、誕生日などのイベントや節目になる行事は、子どもたちにとって嬉しい反面、亡くした家族との思い出がよみがえり、悲しみや恋しさ、時には怒りに似た感情を引き起こすことがある。同じ境遇の子どもたちでイベントを楽しみ、卒業を祝うことで「ひとりじゃない」ことを認識する。また誕生を祝い、祝福されることは、自己肯定感が低い子どもたちが、生まれてきたこと、生きていることを肯定するきっかけの一つとなる。

これらの一連の活動を実施するにあたり、個人情報入手方法及び対象者の選定方法、は以下のとおりである。

#### 【情報の入手方法】※多い順

- ・利用者（過去の利用者含む）からの情報や紹介。
- ・区長や民生委員、地区班長など、地域のまとめ役や情報通の住民の家を定期的にスタッフが訪問し、引きこもりや不登校（怠学気味含む）など心配がある子どもがいないか確認、情報収集を行う。
- ・当団体のサポートを受け、復学した生徒が通っていた学校は、こころのケアが必要と思われる生徒の保護者へ当団体を紹介している。
- ・不登校支援を行う NPO からの相談。（PTSD など対応が困難、保護者対応が困難、途中で来なくなった等）

また、個人情報の中でも秘匿性の高い情報を取り扱うため、管理についても取り決めを行い、慎重に扱うこととしている。

#### 【支援対象者の選定方法】

- ・震災を起因とする不登校・引きこもりが対象（家族との死別・転校・転居・親の震災鬱、ネグレクト）
- ・上記以外で、リストカットなど緊急性の高い事例については受け入れる。
- ・発達障害が原因の場合は、専門の機関を紹介。
- ・いじめ、貧困、教師との不和、勉強の遅れが原因の場合は、市内の不登校支援 NPO を紹介。他 NPO の利用が難しい場合は受け入れる。

#### 【個人情報管理について】

- ①利用者の基本情報は、「施設利用申込書」に保護者が記入。（申込書別添）
  - ②訪問及び保護者相談は、カウンセリングシートに記入。
  - ③学校との情報共有は、来所（訪問）報告書を学校へ提出。
- ※保管方法：ドロップボックス／①の原本のみ鍵付きデスク

これらの活動は、震災から時間が経過すればニーズが減るというものではなく、逆に

潜在的なニーズがどんどん増えていくことが懸念される。そのため、この活動を継続していくため、以下のように計画している。

#### 【事業継続・資金確保】

①活動に賛同するパートナー企業の支援を受け、安定した運営資金を確保し継続した活動を目指す。

2020年度は3企業（540万円）がパートナー企業として登録していただき、来年度以降も継続及び金額アップをお願いしていく。

また、新規企業獲得に向け、広報活動・企業回りを積極的に行い、2022年までに10企業（500万円）の獲得を目指す。

②個人サポーター会員を増やす。

現行のサポーター会費（月千円～／年1万円～）に加え一口3000円のライト会員制度を導入し、2022年までに会員100名・100万円を目指す。

③助成金の獲得

自己資金運営を目指す。民間助成金も継続して獲得していく。助成金350万円、みやぎチャレンジプロジェクト（自己調達型助成金）200万円の獲得を目指す。

④将来は石巻医療圏のこころのケア交流拠点として、行政委託も視野に入れ、地域運営を目指す。

#### ●期待される効果

##### 1 子どものこころのケア事業

- 子どもが心に抱えるやり場のない「悲しみ・怒り・不安・寂しさ」や、漠然とした不安、ざわざわした気持ちなど、言語化できない（または話したくない）気持ちをアートや遊びを通じて表出させることで、心の奥に蓋をし、抱え込んでいた気持ちを無理なく解放できる。
- ファミリーアートを通じて、親子関係の修復・愛着形成の再構築を行い、子どもの自己肯定感を高め、不安感情を取り除くことができる。
- 不登校や精神障害を抱え、ひきこもり状態の子どもたちは、人間不信に陥り、他者との関わりを避け孤立している。アウトリーチによるサポートで信頼関係を築き、通所を経て、学校・社会へ適応できるこころの安定を取り戻す。
- 保護者の悲嘆や日常的なストレスを軽減することで、子どもが安心して過ごせる家庭環境をサポートする。
- リモートによる学習支援を実施することで、勉強の遅れを取り戻し、自信を高め、将来の選択肢を広げることができる。また、親の不安を解消することで、より良い家庭環境を築くことができる。

##### 2 家族を亡くした子どものグリーフケア事業

- 同じ境遇の子どもたちが集うことで、「ひとりじゃない」ことを認識する。
- 遊びを通じた子ども同士の触れ合いを通じて、こころの傷（グリーフ）を癒す。

- 家族以外の信頼できる大人（第三者）の見守りがあることを認識し、安心感を得る。
- 家族に言えない気持ちを会話や遊びの中で表出することができる。
- 子ども食堂では、アットホームな雰囲気楽しく会話をしながら食事をするこ  
とで、安心感を得ることができる。
- 季節のイベントに参加することで「楽しい思い出の」の上書を行う。
- 卒業や誕生を祝い、祝福されることで、生まれてきたこと、生きていることを肯定  
し、自己肯定感を高める。

**1、2に共通する効果**

- これまでの活動を通し、子どもたちが本当に必要としているのは資格を持った専  
門家でなく、安心できる場所と人、信じて大丈夫だと思える大人だったとい  
うことが見えてきた。当団体は震災直後からずっとこの活動に携わっているスタ  
ッフ、そして自らも地元で同じような経験（家族を亡くす、不登校等）をした人が  
スタッフやボランティアとして長く関わっている。家族を亡くした痛みや悲しみ  
（グリーフ）やPTSDなど、災害を起因とする子どものこころのケアは、カウンセ  
リングや薬では解決できないと思っている。実際、学校カウンセリングで傷つ  
き、ひきこもりや不登校になった子どもも少なくない。ひきこもりや不登校、リ  
ストカットなどで、当団体に来る子どもたちは、精神科医による診察、学校カウ  
ンセラーによるカウンセリング、市が運営する不登校施設や学習支援のNPOなど  
を紹介され、それでもダメで、回りまわって最後に辿り着く子どもたちばかりで  
ある。不登校の子どもたちは、「自分は病気じゃない」と言う。私たちも、グリー  
フ反応で抑うつ状態に陥ったり、PTSDによる様々な不安症状は、誰にでも起こ  
りうるごく自然なことで、特に繊細な人や、やさしい気持ちの人が敏感に感じや  
すいからで、同じ経験をした人は少なからず感じている。貴方がおかしいのでは  
ない、普通の反応だと話すようにしている。ずっとそばにいて、同じ経験を  
していて共感ができることがより効果的なケアに繋がると確信している。

事業内容(事業種別 (コンポーネント) ごと)	裨益者 (誰が、何人)
<p>① <u>子どものこころのケア事業</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・個別サポート：週 4 日（子どもセラピー・ファミリーセラピー・不登校支援）</li> <li>・アウトリーチ活動：週 2~4 日（不登校・ひきこもり・精神疾患）</li> <li>・家庭訪問：月 1~4 日（情緒不安定・ネグレクト家庭）※状況に応じて実施</li> <li>・保護者サポート：（カウンセリング・電話相談・メール・SNS）※24 時間対応</li> <li>・リモート学習支援：週 4 日（中学生：60 分/回、高校生：60 分~90 分/回）</li> </ul>	<p>のべ利用者数</p> <p>子ども：約 600 名</p> <p>保護者：約 400 名</p> <p>裨益者数：約 1,500 名</p> <p>※裨益者数は、利用者 の家族及び関係者</p>
<p>① <u>家族を亡くした子どものグリーフケア事業</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・グリーフケアプログラム：92 回/年</li> <li>小・中学生対象：46 回（毎月 4 回、1 月・8 月のみ 3 回）土日祝実施</li> <li>高校・大学生対象：46 回（毎月 4 回、1 月・8 月のみ 3 回）金曜日実施</li> <li>・子ども食堂：6 回/年</li> <li>・イベント・卒業祝い：4 回</li> </ul>	<p>利用者数</p> <p>子ども：約 450 名</p> <p>裨益者数：約 1,100 名</p> <p>※裨益者数は、利用者 の家族及び関係者</p>

・誕生会 : 12 回	
-------------	--