

■第 11 回精神障害者自立支援活動賞（リリー賞）受賞者 【支援者部門】

こころの不調を抱える子どもの家族・当事者・支援者による思春期精神保健福祉教材づくりと啓発活動

NPO 法人 こころ・あんしん Light 【兵庫県尼崎市】

こころの不調、病気を抱える就学期の子どもの家族会および支援者会として活動。家族同士の集い、学校や地域社会の理解を得るための啓発活動などを行っている。会員は約 70 名。各地からの電話やメールでの相談にも対応している。家族、当事者、教育関係者、精神保健福祉領域の専門職とともに、3 年がかりで教材づくりを行うなど、こころの不調や病気になった子どもたちが、周囲の理解を得ながら学校生活を送れるように、啓発や支援の活動を続けてきたことが評価された。

●就学期の子どもならではの悩みを分かち合う親の会を設立

「同じ悩みを抱える親がいるはず」と、2008 年 5 月より児童・思春期にこころの不調、病気を発症した子どもの家族会を開催。2009 年 2 月、「こころ・あんしん Light」（通称：こあら）を設立し、就学期の子どもを持つ親同士が悩みを分かち合い、情報交換できる場を目的に家族会を運営している（2011 年 4 月 NPO 法人格取得）。「やっとな話せる」と相談の電話は 1 時間に及ぶこともある。また、親や教育、福祉、保健医療の関係者らによる「支援者会」の活動も実施。学校や地域の理解が不可欠と講演会や市民講座、教員研修、専門職養成大学での講義などの啓発活動を行っている。



「親が元気になると子どもにもよい影響がある」と話す「こころ・あんしん Light」カンガルー部会の方々

●「ひとりぼっちじゃないよ」当事者視点での教材づくり

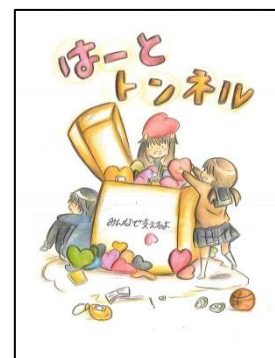
2012 年、外部の支援者にも呼びかけ「カンガルー部会」を結成。こころの不調を学ぶ生徒向け教材『はーとトンネル』を 3 年がかりで作成した。当事者である子どもたちの意見をもとに、養護教諭や教員の意見も取り入れながらまとめた。疾患説明が中心ではなく、どんな言葉がうれしかったか、どんな場面が辛かったか、「不調になっても変わらずに接してほしい」「声をかけてほしい」など、友達や教員の関わり方に焦点を絞らした。教材 DVD でインタビューに参加した当事者は、自分の経験を今の生徒に伝えていけることが、とても力になっているという。



養護教諭の研究会や、高校でパイロット授業を行い、そこで出た意見も取り入れながら教材を完成させた

●子どもにとって学校は「社会」教育現場の理解が大切

こころの不調や病気についての知識がなく、不安で一杯の中、自分を責める子どもたち、戸惑う家族。「こころの病についての教育を受けていたら、もっと違っていたかも」。不調の感じ方、あらわれ方は人それぞれ違う。自分自身や友達のこころの不調に気づきかけを持ってもらいたい、そして、病気になったとしても、「それでダメじゃないんだ、終わりじゃない」と伝え、「温かな関係が本人の回復への力になる」と伝えたい。今後は、教育現場での理解が深まるよう生徒だけでなく、教員、保護者向けの教材も作成したいと考えている。



思春期精神保健福祉教材『はーとトンネル』

【NPO 法人 こころ・あんしん Light WEB サイト】

<http://www5.ocn.ne.jp/~koala/>