



東京学芸大学リポジトリ

Tokyo Gakugei University Repository

子育て期の被災家族に対するシームレスな支援の検討

メタデータ	言語: Japanese 出版者: 公開日: 2014-03-31 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 久保,恭子, 穴戸,路佳, 坂口,由紀子, 草間,真由美, 井上,直子, 倉持,清美 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/2309/134676

子育て期の被災家族に対するシームレスな支援の検討

久保 恭子*・穴戸 路佳*・坂口 由紀子**
草間 真由美***・井上 直子****・倉持 清美*****

生活科学分野

(2013年9月13日受理)

1. はじめに

2011年3月11日におきた東日本大震災は16年前の阪神淡路大震災を上回る人的・物的被害をもたらし、日本国内のみならず、世界中の人々に恐怖や不安を与え、現在では世界中がこの災害後の復興に注目している。近年、世界中で、甚大な災害が発生し、多くの人的・物的被害が生じ、私たち看護職者は誰もが災害時の看護に関わる可能性がある。著者らは阪神・淡路大震災をはじめ、その後の日本国内で生じた災害の被災者への支援にあたってきた。災害看護に関する国内外の報告を見ると、災害看護構築に向けて様々なジャンルの研究が積み重ねられている。これらの研究の多くは、災害サイクルと看護、こころのケア、対象特性にあった看護についてであり、今後の課題として、Seamless（シームレス）な看護の必要性があげられている。また、対象者を個人から家族単位で支援することが被災者のQOLの向上につながる事が明らかになっている¹⁾。被災体験のある家族は、被災後の生活再建をめぐり、社会的・心理的な状況の変化を伴う家族システムの変化を経験する。特に子育て期の家族は、結婚・出産・育児と人生のライフイベントが短期間に集中する時期であり、さらに、被災体験をすることにより、より健康危機が生じやすく、家庭の安定と健全な家族の再構築への支援が我々、看護職に求められ、このことは看護学の重要課題^{2,3,4)}とされている。先行研究では虐待家族などの特別なニーズを持つ家族への家族支援の報告はあるものの、被災家族を対象と

したものは極めて少なく、現象を記述した域を超えていない。

本研究の目的は、東日本大震災後から1年、地震・津波・放射線災害で福島県から新潟県に避難をした子育て期の家族を対象に、私たちが災害後から1年間、行ってきた支援を振り返り、若干の考察を加えることである。本研究が達成できれば、被災家族の理解と効果的な看護のための知識を得ることができ、また、効果的でシームレスな看護を実践することは、被災家族のQOLの向上に寄与し、このことは、災害看護学の発展にもつながる。

2. 用語の定義

シームレス：「継ぎ目のない」という意味であり、対象者が災害サイクルすべてにおいて利用する、複数のサービスを違和感なく利用できることとする。

3. 対象と方法

1) 対象

東日本大震災後、福島県から新潟県に避難した乳幼児を持つ母親13名。

2) 研究方法

インタビュー調査を行った。

調査期間は、2011年5月～から2012年3月である。

* 横浜創英大学
** 日本医療科学大学
*** NPO法人子どもの虐待防止ネットワーク・にいがた
**** 井上助産所
***** 東京学芸大学（184-8501 小金井市貫井北町 4-1-1）

3) 倫理的配慮

研究の目的、方法、研究協力の有無にかかわらず不利益や危険が生じないこと、プライバシーの保護、データの活用及び研究終了後のデータの処理について文書にて説明を行った。なお、本研究は研究者らの所属大学の倫理委員会の承認を得ている。

4. 結果

1) 支援の概要

2011年5月、ヨガ講座、6月、子育て支援のプログラムであるNobody's Perfect (以下、NP)、7月にCommon Sense Parenting (以下CSP)、9月～2012年3月、おしゃべり広場である。おしゃべり広場以外の講座では、保育室を別室に設け、母親のみでプログラムに参加できるように設定した。また、この1年間、メールや電話での子育て相談を継続して行った。ヨガ講座は、長岡市内の医師会館、その他は地域の公民館等を利用して実施した。

NPとは、0歳から5歳までの子どもをもつ親を対象に、参加者がそれぞれに抱えている悩みや関心のあつたことをグループで出し合つて話し合いながら、必要に応じてテキストを参照して、自分にあつた子育ての仕方を学ぶものである。同年齢の子どもを持ち、共通の興味や関心をもつ人々と出会うことができる安心できる場を親に提供するものであり、プログラムは、10人前後のグループで、1回2時間、週1回で6～10回連続で行うことを基本にしている。運営には、研修を受けたファシリテーターが、プログラムを準備・企画・実施し、参加メンバーの話し合いと交流を円滑にすすめていく役割を担っている。このプログラムの目的は、親が自分の長所に気づき、健康で幸福な子どもを育てるための前向きな方法を見出せるよう手助けすることであり、危機的な状況や深刻な問題をかかえる家庭を対象としたプログラムではない。

CSPは、子どもをしつけるのに有効な技法を学ぶ、親子の肯定的やり取りを促進する、子どもの発達段階に応じた適度な期待を学ぶ、複数の問題解決の方法をステップに分けて取り扱う方法を学ぶ等を目標としており、NPと同様に10人前後のグループで1回2時間程度、週1回で6～8回程度連続で行うことを基本としている。参加者数はヨガ講座9名、NP12名、CSP10名、おしゃべり広場6名から9名であつた。メールや電話での子育て相談は1年間で21件あつた。

2) 支援活動への感想 (インタビューの結果)

インタビューは参加者の中から同意の得られた13名の母親に実施した。対象者の年齢は20歳代から30歳代であつた。

① プログラム全体について

「すべての講座が保育つきでよかった。母親にも子どもと離れる時間は必要。福島にいた時、子どもは子ども同士で遊んでくれたし、家事をするときは子どもにテレビを見せていたけど、避難所では子どもが母親にべったりで、子どももストレスだったと思うけど、私もずっとイライラしていた。夫も祖父母もイライラしていた。でも、喧嘩は人目があつてできないので、さらにイライラがつつた」「参加費が無料なのが助かる。お金はないわけではないけど、これから先、何があるかわからないから、手持ちのお金は減らしたくない」「長岡の人と一緒にプログラムに参加できるのはよかった。長岡にずっと住むか、福島に帰るか、決められなかったけど、長岡の子育ての現状や情報も聞いてみて、今後の生活設計を考えることができた。福島からの支援もあつたが、長岡でも経済的な支援、就労支援、子どもの保育園なども優先的に入れてくれる等の支援があることがわかり、夫は福島、私たちは長岡の2重生活を決心した」「長岡のお母さんと福島のお母さんの子育ては違う。福島は放任、長岡は手をかけて子育てをする。福島でも私は雪の降らない地域に住んでいたから、(自分と)子どもと(2人で)部屋遊びなんて無理だと思った。長岡は雪があるから、子どもと親との関係が密なのかも」などがあつた。

② ヨガプログラムについて

災害後2か月が経過した2011年5月から6月までに行った。場所を避難所から30分程度の市内の医師会館の1室を確保し、参加者は避難所から医師会館まで、公共機関や自家用車を使って移動した。当日、市内のいたるところでお祭りなどのイベントを実施しており、参加者はヨガプログラムに参加をしながら、お祭りなどのイベントにも参加をすることができた。インタビューでは、「ヨガは避難所での生活でガチガチになっていた体をやわらかくすることができた」「このまま新潟で生活をするか、福島に帰るなら、いつ帰ったらいいのか悩んでいた。仕事のこと、友人のこと、故郷で生活する人と自分みたいに避難した人との気持ちの差、今後、どうしたらいいのか情報もないし、誰に聞いても明確な答えがなかった」「誰かに今後のことや不安な気持ちを相談しても、何も解決しな

かったけど、ヨガをやって、体が軽くなった。これだけでもずいぶん気持ちが軽くなった」「ヨガの後、インストラクターの助産師さんの育児相談がよかった。母乳のトラブルとか、避難所では聞きにくかった」ということが語られた。

③ NPプログラムについて

災害後2か月が経過した2011年6月に行った。インタビューでは「NPで自分のことを語るきっかけ、気持ちを言語化でき、整理できたことがよかった」「一人で悩むよりもみんなで話し合えば、結果的に（その問題が）解決しなくてもまあいいかって思う」「災害後の影響が出ないように、どうやっていい子に育てようかって気持ちが張りつめていた。私は私でやっていけばいいと思えるようになった」「子どもへの放射線の影響を考えて、新潟に残った。夫とは意見が割れて、喧嘩ばかりだったけど、子どもの体が一番だと思って、福島には帰らないことにした。他人に、家族のことを話す機会がないし、話すと泣いちゃったりしてた。ここは安心して思いっきり話せる」「子どもと別で話ができている。ずっと子どもと一緒に生活は疲れる。子どもとは会話が成り立たない」「本を読むことがなかったので、NPのテキストは絵が多くて見やすい、読みやすい」「NPのプログラムもいいけど、いつものメンバーにあえるっていうのが楽しかった」「子育ての話をみんなでできて、ファシリテーターがいるので、仲間の噂話とか、悪口とか、そんなことがないのでいい」「予防接種の情報、子育てイベント情報とか、情報交換の場所となった」「初めて子どもを保育に預けられた。子どもは母親と一緒になくても大丈夫なのだってびっくりした」などが語られた。

④ CSPについて

災害後3か月が経過した2011年7月から9月まで、行った。インタビューでは「ちょうど、アパート生活に慣れてきて、子どももわがままになってきて・・・。（夫は単身赴任で福島にもどっている）今は母子家庭だから、二人かって（心細くなる）。子どもへの接し方がわかると（叱る前に一呼吸おくなど）、かなり楽」「タイムリーだった。NPの仲間と離れて、避難所からアパートに移って、さみしいなって思っていた時のイベントだった」「2か月だった子どもも、だんだん寝返りができるようになり、いつから離乳食をあげたらいいのだろうとか、どこの病院に連れて行けばいいのかとか、発達は遅れていないかとか気になっていた。

CSPはちょっと先の、子どもの発達について教えてくれる。例えば、子どもがだだコネをしたとき、どうするのかとか・・・。具体的な親の対処方法がわかると安心する」「兄弟喧嘩にどう対処するのかわかった。また、育児、躾というよりも親の余裕の持ち方とか、具体的な子どもへの接し方がわかった」「どこの育児サークルも母児同室。ゆっくり話ができない。子どもの泣き声に話が中断される。CSPは子どもが別室なので、ゆっくりできる」「親に出るおやつがうれしい。いつも子どもと食べているけど、ゆっくり食べられないもの」「CSPで使うDVDが分かりやすい。悪い例といい例が比較してある。たいてい、悪い例になっている自分を振り返ることができた」というポジティブな意見の一方、「NPは自分のことが話せてよかったけど、CSPは『あなたは虐待ママですから、勉強してください』って言われているような感じで嫌だった」「虐待防止のプログラムを受けているのはやっぱりいい」「私には不要だと思った」などが語られた。

⑤ おしゃべり広場について

9月から2012年3月まで、おしゃべり広場を実施した。開催頻度は2か月に1回程度であった。インタビューの結果から、「やっぱり、福島の話ができるっていうのはいい。00氏はどうなったとか、避難して関西に行ったとか、情報交換の場になった」「同窓会みたいな・・・。支えあった仲間がいるって心強い」「福島に帰らないっていうことが負い目になることがあって。福島を捨ててみたい・・・。あつちは放射線汚染と戦っているけど、こっちはのんびり生活しているみたいに思っているのではと心配していた。福島の人から見たら、福島に帰ってこないことは、裏切者みたいに思っているのではないかって。こんなことは長岡の人には話せないから」「NPやCSPのプログラムがなく、自由にいろいろと話せるのもいい」「雪の日、家で子どもと2人では気がめいる。だからといって、友達を遊びにおいてよ、と誘ってもアパートは狭くて十分に遊べない。公民館なら、駐車場代はかからないし、利用料金もないから、お弁当を持って、朝から夕方まで話ができる。途中、買い物に行くときは、参加者の誰かに子どもを見てもらって買い物をするとかできる。子どものお昼寝の時は、ママたちと話ができる。子どもの遊び場と親のおしゃべりがセットでできる場所として重宝している」が語られた。

⑥ 電話・メール相談について

1年間を通して、21件の電話・メール相談を行っ

た。相談相手は助産師、看護師、地元の医師会会員、NPO法人職員、子育て支援センターの職員、一般の市民等であった。相談内容を整理した。内容は予防接種や地域の子育て情報、母親の就労、子どもの虐待に関する事等であった。災害後、半年間では「避難後、長岡では予防接種はどうなっているのか、公費でうけられるのか」「どこに行けば子育ての広場があるのか」「仕事をしたいけど、就労を支援する場所はどこにあるのか」「双子で、さらにその下の年子がいる、子育てが大変で、サポートシステムはあるのか」「子どもに心臓病があって、心臓病の専門医はどこにいるのか」「地元出身じゃないから、保育園はどこがいいのか知りたい」「アパートを探しているが、どの地域が生活するのに便利か」が中心であった。6か月以降は「隣の人が虐待ママみたいな感じで、どうしたらいいか」などがあった。

電話相談、メール相談の感想として、インタビューから、「メールは気楽に相談ができる、何でも聞いたほうが安心だと思った。気弱になっていたせいもある」「電話はほとんど使っていない。メール相談が多かった」「主催者から『お元気ですか？00のご案内（CSPやおしゃべり広場）』があると、そのまま、育児相談を兼ねた返信メールを送っていた。自分が改めてメールで相談することはなかったけど、送ってくれたメールには参加の有無の返事をする都合があったので、返事とともに質問をしていた」が語られた。

5. 考察

考察にあたり、東日本大震災後、福島県から新潟県に避難した人たちの当時の様子を把握する。

災害1週間を過ぎたころから、避難者が増加しはじめ、2011年3月末の新潟県内への福島からの避難者の数は9222名であった。5月中旬頃まで、避難者の多くが新潟県内の体育館、公民館、知人宅等にて生活をしていていたが、5月の連休明けをめぐり、新潟県では公共施設における避難所を閉鎖し、避難者を公営住宅、借り上げアパート等へ移動できるように支援をしていた。2011年6月、福島に帰らず、新潟県内で生活を始めた避難者は6440名であり、山形県、東京都に次いで、避難者の受け入れが多い県であった⁵⁾。福島県と新潟県は隣接した件であり、道路や交響機関の便利もよく、また、両県ともに、東京電力管理の原子力発電所があり、災害前から原子力関連に就労していた職員はお互いに交流や配置転換があり、福島県民にとって新潟は比較的なじみのある県であったことが推

測される。

さて、今回、実施したプログラムと避難者の様子を合わせながら、シームレスな支援について検討していく。

私たちがヨガプログラムを行った時期は、避難者はまだ、新潟県内の体育館等での避難所で生活をしていて。彼らは新潟での仕事の確保もできず、福島での仕事もなく、何を基準に、どこで生活をしたらいいのか、わからない状況であった。新潟県の職員やボランティア、多くの相談員が避難所に出向き、被災者のこのころのケアや生活相談を実施していたが、避難者の中には「話したところで何も解決策がない」という焦燥感をもつ人もいた。実施したヨガとはどのようなものか、文献から整理した。ヨガは今から4、5千年前インドに始まったとされる宗教的な行法である。現在行われている一般的なヨガは、紀元12、13世紀以降に発達したものである。最もポピュラーなものはハタ・ヨガである（現代ではヨガと言えば、ハタ・ヨガをさす）。構成要素はストレッチングと自己催眠である。

先行研究から、ヨガの効果を、自分の体を見つめながらゆっくり動かすことで、おのずから自己催眠的な要素があり、自己催眠状態では内省的な自己洞察ができるだけでなく、緊張や疲労、頭痛などの症状軽減し著しい体力回復効果が認められ、気分爽快になり、心身のエネルギーが蓄えられ、その活動能力が上がると考えられている^{6・7)}と報告されている。避難所での緊張の続く生活をしてきた時期に、心身のリラックスを与えるヨガを実施したことは有効であった。また、多くの被災者向けの支援が、避難所の中での実施であったのに対し、私たちの支援は避難所以外の場所で実施した。このことは、避難者が避難所から外出する機会が持てたこと、避難している町を知る機会となり、被災者の気分転換につながったと考える。

2011年6月、7月は避難者が今後の生活の道筋を決めた時期であった。福島県内での仕事の多くが、がれき処理などの男性向けの仕事を中心であった。このため、父親ががれき処理等の仕事を確保して、福島に帰り、母子は放射線からの健康被害を避ける目的で、新潟県に残り、母子でアパート生活を開始する人もいた。このような状況から、母親の育児ストレスや孤立した育児からくる育児困難の緩和の必要性を感じ、母親の話し相手の確保やストレスの緩和を目的にしたプログラムであるNPやCSPを実施した。NPにより、母親の気持ちの整理と安定を図り、メンバー間の信頼関係を築いたうえで、CSPを開催し、具体的な育児方法を考える機会を与えたことは、母子の生活の変化に

マッチし、育児困難感の軽減に効果的であることがわかる。また、継続しておしゃべり広場や電話相談、メールの相談を行ってきたことで、対象者らに支援者がそばにいること、仲間がいるという安心感を与えている。先行研究から、乳幼児をもつ母親が育児サークル等に求める要因として、経済的な負担が少なく、母親が自由に集まれる場所があること、駐車場等があり、母子の移動がしやすい場所であること、気軽に専門家や参加者同士で相談ができる場所であること、母親も子どもも楽しめる場所、子どもの遊び方を示してくれる場所、子どもの成長の過程を感じる場所と報告されている⁸⁾。今回のNP、CSP、子育て広場、子育て相談はこれらの要因を概ね満たしており、ほぼ先行研究の知見を支持したものと言える。海外の子育て支援プログラムはモジュール化されていることが特徴であり、国内での介入評価の必要性が問われている⁹⁾。今後の課題として、特別なニーズをもつ参加者に対して、さらなる独自のプログラムの開発や評価方法の開発が望まれる。

さて、この1年間に行ってきた支援がシームレスとなっていたのか、考察をする。前述したように、対象者のおかれた状況にあわせて、時系列に効果的な支援が実施できていたと考える。災害直後から1年にわたって必要な対象者へのケアは、衣食住などの生活全般にわたる保健や福祉面でのケア、健康面、心理面でのサポートとしての医療的なケア、一般的な子育て期の家族に必要なケアであったと考える。慣れない土地で医療、福祉、保健の支援をシームレスに利用できるようにするために、私たちは地域の医師会等の医療関係者、生活や地域の情報を提供できるNPOなどの職員や一般市民の有志、行政の子育て支援センターの職員等と連携を取り、支援を行った。このことは、対象者らが必要なサービスをタイムリーに利用できることにつながったと考える。東日本大震災後、日本全国で被災者への支援を積極的に行っている。特に新潟県は被災した福島県とは隣県であり、中越地震、中越沖地震で被災を経験し、復興をしてきた県である。このような背景からも、新潟県内ではより被災者支援が積極的に行われていたことが、スムーズにシームレスな支援が実施できた大きな要因であると考えられる。

6. 結論

東日本大震災後、1年にわたって行ってきた子育て期の被災家族へのシームレスな支援について考察をした。支援する側が保健・医療・福祉・一般市民・行政

職員で構成され、専門職者の視点と一般市民レベルでの視点の両面からの支援が実施できたこと、支援する側も被災と復興の過程を経験しており、被災者の置かれている現状と今後の予測をしながら支援の計画・実施ができたことが、シームレスな支援につながったことがわかった。

謝辞：本研究にご協力をくださったお母様たちに感謝します。

なお、本報告は日本災害看護学会第14回大会で発表した。

文 献

- 1) 及川裕子, 久保恭子, 田村毅他 (2007). 三宅島噴火災害, 被災家族におけるメンタルヘルスと子どもの成長発達報告書. 文部省科学省研究費補助金基盤研究 (B) (2) 課題番号 18390575.
- 2) Sally H. Rankin (1989): Family transitions. Toward a science of family nursing, 173-186.
- 3) Schumacher K L, Meleis A I (1994): Transitions-A Central Concept in Nursing. Journal of Nursing Scholarship, 26 (2), 119-127.
- 4) 山本多喜司, Wapner S. (1991) 人生移行の発達心理, 15-24.
- 5) http://www.pref.niigata.lg.jp/HTML_Article/947/240/hinan_ukeire0331,0.pdf
<http://www.pref.fukushima.jp/j/kengaihinanuchiwake240618.pdf>
- 6) 九島瑋二, 森田俊一, 森 佐知子 (1994): 自然出産とマタニティ・ヨーガー「からだ」と「こころ」のリラックス法, メディカ出版.
- 7) 平本哲哉, 吉原一文, 久保千春 (2009): ヨーガがメンタルヘルスおよびストレス感受性に及ぼす影響, 健康医科学研究助成論文集, 24, 102-110.
- 8) 久保恭子, 及川裕子, 刀根洋子他 (2006): 乳幼児の母親が育児サークルに求めているもの, 共立女子短期大学看護学科紀要, 1, 97-101.
- 9) 岸田泰子, 田村毅, 久保恭子 他 (2006): 育児支援プログラムに関する文献的検討, 東京学芸大学紀要 総合教育科学系, 57, 381-388.

子育て期の被災家族に対するシームレスな支援の検討

Discussion on Seamless Support for Families Raising Children Affected by Earthquake

久保 恭子*・宍戸 路佳*・坂口 由紀子**
草間 真由美***・井上 直子****・倉持 清美*****

Kyoko KUBO, Mika SHISHIDO, Yukiko SAKAGUCHI
Mayumi KUSAMA, Naoko INOUE, and Kiyomi KURAMOCHI

生活科学分野

Abstract

[Purpose] The purpose of this study is to review and discuss a seamless support service offered over one year since the Great East Japan Earthquake to the families raising children affected by the earthquake.

[Method] An interview survey was conducted.

[Results] We actually provided the subjects with various kinds of support services such as yoga lessons, parenting programs including “Nobody’s Perfect” and “Common Sense Parenting”, space for chatting, and childcare counseling by phone and e-mail in a way that suits the subjects’ situation. For those support services, specialists in the medical welfare field, government staff members, some NPO staff members and the like were arranged. The results of the interviews with the subjects showed that the participants were almost satisfied with the contents of the support services, so that the support services we provided were found to meet the subjects’ requirements.

[Consideration] We aimed to establish a support system based on the concept of multidisciplinary cooperation so that the subjects could make seamless use of all the medical support, welfare support and health support that were necessary for the subjects. Our challenge made it possible to provide the subjects with timely information on the service when they actually wanted to accept it, which was considered to lead to a support to the subjects. A great number of people all over Japan have positively acted to support the sufferers since the Great East Japan Earthquake, and such a notable tendency was considered to be one of the factors to realize the smooth and seamless support.

Key words: Families raising children affected by earthquake, seamless, support

Department of Home Economics, Tokyo Gakugei University, 4-1-1 Nukuikita-machi, Koganei-shi, Tokyo 184-8501, Japan

* Yokohama Soei University

** Nihon Institute of Medical Science

*** Noprofit Organization Capni.

**** Inoue Birth Center

***** Tokyo Gakugei University (4-1-1 Nukuikita-machi, Koganei-shi, Tokyo, 184-8501, Japan)

要旨: 【目的】 東日本大震災後から1年間、子育て期の被災家族に対するシームレスな支援を検討する。

【方法】 インタビュー調査。

【結果】 実際の支援内容は対象者の現状にあわせて、ヨガ講座、Nobody's Perfect, Common Sense Parenting, おしゃべり広場、電話やメールでの子育て相談等を組み合わせて行った。この際、スタッフは、医療福祉の専門家、行政のスタッフ、NPOの職員らをそろえた。インタビューから、参加者は支援内容におおむね満足しており、支援内容は対象者らのニーズにあっていた。

【考察】 対象者に必要な医療、福祉、保健の支援をシームレスに利用できるようにするため、支援する側に他職種連携を心がけた。このことは、対象者らが必要なサービスをタイムリーに利用できる情報の提示と支援につながったと考える。東日本大震災後、日本全国、多くの人が被災者への支援を積極的に行っていた。このように、被災者支援の強いムードの後押しもあって、スムーズなシームレスな支援が実施できたと考える。

キーワード: 被災した子育て家族、シームレス、支援