

News Letter

2017. November
No. 15

Japan Society of Stress Management

2017 年北海道大会を終えて



大会長 前田 潤(室蘭工業大学)

発端

何年か前に、学会理事長だった富永先生から、赤十字として学会を引き受けてくれないか、との依頼があつて、そのときは、日本赤十字秋田看護大学の齋藤和樹先生がお引き受けして、私は遠くからサポートし、学会でサイコドラマワークショップを開催させていただく機会を得ました。

そして、それから数年経って、今度は北海道で、とのご指名があり、二つ返事でお引き受けすることとしました。それはこれを機会に是非北海道でストレスマネジメントの研修を行って普及を図っていただきたい。そして、本州の方達に北海道を知ってもらい、北海道の夏を楽しんでもらいたいという気持ちがあつたからです。また、石川正人先生が大会事務局長を引き受けますよ、やりましょう、と後押ししてくれたことも手伝いました。

北海道という土地

私は、室蘭工業大学に務めているので、開催場所として室蘭市は一つの候補でした。しかし、新千歳空港駅から南千歳で乗り換え1時間に一本あるかないかの JR で来ていただくのは、いらっしゃる方にご苦労をおかけする事になるのではないかと、そして北海道の参加者にとっても不便をおかけすると思ひ、札幌の、北海道大学を会場とする事にしました。

札幌と室蘭は特急に乗ると1時間10分で着くのですが、距離は120kmほど離れています。北海道は全体では九州と四国を合わせたよりも広く、国土の25%を占め、しかし人口は5%しかなく、人口密度は本州の1/5ということになります。洞爺湖は一周約40kmであり、山手線は34kmがすっぽり入ってしまうのです。

北海道には本州から沢山の人が移住してきました。幕末から明治にかけて、士族の身分を守るために屯田兵として、或は戊辰戦争に破れ藩の存亡をかけ、あるいは政治犯、犯罪人として渡ってきたのです。先住のアイヌ民族には迷惑な話ですが、多くは望まず、止むを得ず北海道に渡り、二度と故郷に帰ることが叶いませんでした。夏は猛烈なヤブ蚊とダニに苦しみつつ原野を拓き、冬は大雪と寒さに耐え、野生動物と闘いながら命をつないできたのです。そして、来年の2018年は北海道と命名されて150年となる記念の年でもあります。そのような歴史の節目に、この大会は重なっておりました。

計画と学会当日

第15回の別府の大会にお邪魔し、湯けむりの別府の町に惚れました。そして、大会に集うみなさんの和気あいあいとした雰囲気に触れ、北海道大会も楽しく学べる交流の場としたい。それも学会員だけでなく、市民の方々にも気軽に参加頂いて、この学会のことも知っていただく機会ともしたいと思つたのです。そして北海道と言えばサッポロビールとジンギスカン、海の幸と山の幸です。実際にはキンビール園での開催となりましたが、食べられないほどの料理と飲み物で歓待するのが北海道流です。食べ飲み放題の懇親会でした。

学会を運営するに当っては、札幌サイコドラマ研究会と室蘭心理療法研究会という2つの研究会から協力を得ました。当日の運営にはこの研究会の枠に留まらず有志の方や学生達のお手伝いを頂くことができました。さらに北海道教育委員会、札幌教育委員会、北海道臨床心理士会が後援下さいました。また8つの病院・医院・企業・団体から寄付がありました。

本学会は通常学術大会と研修会の二本立てで、開催するのが一般的でしたが、今回は、一日参加と二日参加、という分け方で参加申込を受け付けました。学術発表が、26題。研修会は、北海道の講師3名と学会員による4つの研修があり、さらに本州から4名の研修講師をお招きして、一日4研修を2日にわたって行うことができました。それぞれの先生には大変お忙しい中、薄謝であるにもかかわらず、ご快諾いただき、実現できた研修会でした。

一方、学会参加者は、学生会員が17名、学会員18名、理事20名、学会員以外が55名と全体で110名と少なめでした。しかし、今回大会事務局を担当してくれた大学教員のゼミ生や大学生40名ほどが体験参加をしてくれ、それぞれの研修会の内容はもちろんですが、充実した研修になりました。また、理事会と総会と同時で並行に行われた市民公開講座「北海道の森と旭川家具」にも30名ほどの市民の参加がありました。

大会シンポジウム「ストレスマネジメントの広がりを考える」では、医療、教育、企業、福祉の分野で活躍される先生達に、それぞれの職域特有のストレスはどのようなもので、その中でどのように過ごし、職責を果たそうとしているのかお話し頂き、指定討論者の新理事長である嶋田洋徳先生と研修講師を頂いた白川美也子先生から討論を頂きました。フロアにいらした前理事長の富

永良喜先生、研修講師の中村経子先生、藤井雅邦先生、金原さと子先生と阿部昇先生にもお話を頂いて、とても活発な交流の場となり、またストレスマネジメントの果たすべき役割の広がりを感じることができました。

最後に次回の第17回学術大会・研修会の大会長である藤原忠雄先生からご姫路大会のご案内とご挨拶を頂き、来年は姫路で宿泊することを約束して、閉会となったのでした。

御礼と来年に向けて

夏は過ぎ、秋となって今、新たためて第16回大会を思うと、多くの方の協力をもとに実施したのに、お世話になった事務局の諸先生たちはじめ、学生のみなさんにきちんとお礼を言っていなかったことに気付きます。特に事務局長の石川正人先生は、これまでご経験がないにもかかわらず、勉強してご自分で大会ホームページを作ってくれたなど、無償で多くの時間を費やしていただきました。あらためて感謝申し上げたいと思います。ありがとうございました。

また、遠くから足を運んで下さった諸先生、学生のみなさま、ありがとうございました。みなさまが集まって下さらなければ、幾ら良い企画をしても、大会は成り立ちませんでした。さらに、北海道で開催したが故に参加できなかった先生達もいらしたことでしょう。申し訳ありませんでした。ですが、学術の活発な発表と、貴重な研修、公開講座、シンポジウムであったと思います。

次回大会の姫路大会は、藤原先生のもとで7月28日（土）と29日（日）に開催されます。この姫路大会が実り多きものとなり、北海道からも何人もが参加してくれることを期待しております。本学会のますますの広がり発展を祈念しまして、御礼とさせていただきます。



学会参加者の体験記

学会に参加された2名の先生に研修会の簡単な報告をしてもらいました。今大会では、たくさんの研修会が開かれており、大いに勉強になったようです。

TFT（思考場療法）入門

河岸由里子（一般社団法人日本TFT協会副会長）

TFTとは、Thought Field Therapyの略であり、特定の思考や記憶について考える（“思考場にチューニングする”という）と起こる不快感に対して、鍼のツボを指でタッピングすることで不快感を改善する心理療法とされています。

不快感（症状）の原因を探ったりすることなく、しかも基本的にはクライアント自身の指でタッピングするため、抵抗感が少なく取り組むことができるように思いました。

研修の中で実際にロールプレイをし、セラピスト、クライアントの両者を体験しましたが、セラピスト役の方の声かけにしたがってタッピングしていくと何となく心が軽くなっていくのを感じました。不安や恐怖、ストレスケア、緊張場面等幅広く活用できるというTFT。まずは自分自身のケアから取り入れてみようと思いました。

大会優秀賞

大会では、優秀なポスター賞が3つ選ばれました。受賞された先生方からコメントを頂戴しました。皆さん受賞おめでとうございます！！

ストレスマネジメント学会 ポスター発表優秀賞をいただいて

土居隆子（おふいすどい）

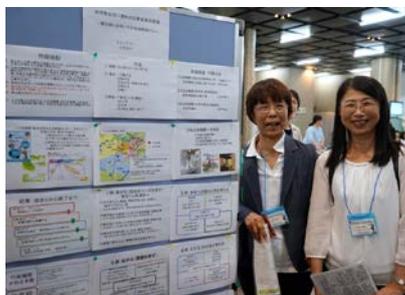
ストレスマネジメント学会第16回大会の2016年4月に発生した熊本地震での未就学児とその親たちへの支援をまとめたポスター発表で、栄誉ある賞をいただきありがとうございました。他の発表もどれも意義深い内容で、「ストレスマネジメントの広がり」のテーマと実践と研究を結びつけ、現場と研究者が交流し高め合いより良い実践を目指す学会の本質を改めて感じた受賞でもありました。

震災支援は、数々の震災を体験する中で積み重ね・研究され、内容は充実してきています。

誰にでもできる笑いの体操『笑いヨガ』

中村経子（兵庫県スクールカウンセラー）

研修が始まって、「ほっ、ほっ、は、は、は、ほっ、ほっ、は、は、は、いいぞ、いいぞ、イエーイ」のかけ声に合わせて、手拍子を右、左とたたき、万歳ポーズをとる練習がはじまりました。笑いヨガの基本ポーズで、簡単にマスターできて、体が活性化するのを実感しました。ヨガといっても、難しいポーズをするのではなく、ちょっとしたことを見つけて「わっはっはっは」と笑いつづけます。「ハエが顔にとまった」「ジュースをこぼした」などなど色々なことを理由にあげて、参加者みんなで笑います。そして最後は、イエーイでおしまいです。笑いをとおして健康になろうという目的です。少しの勇気を持って、恥ずかしさをすてて、笑うことを求められます。色々な場面で使える便利なストレスマネジメント技法でした。



しかし、今ここでの支援は常に新しく、アセスメントと実践方法の工夫と関係者のつながりが求められると強く感じました。困っている状況がマスコミ等で伝えられますが、いきなり飛び込みで支援に行っても役に立てない場合もあることを経験的に知っていましたので、入り口からの工

夫が必要でした。幸いにも？私が、経験してきた事件事故後の地域支援の体験が役に立ち、ストレスマネジメント学会の繋がりが困難な状況を支えていただきました。こころのケアも支援活動では、現場に行き、そこにいる人が求めていることを知り、必要な支援を提案し、共に活動することが本当に大切でした。具体的な支援ももちろんですが、支援を続けるための私自身の環境作りにも、厳しいからこそマネジメントをする視点が必要でした。1年間の経過をまとめるなかで、偶然の出来事が繋がりの輪になって回復への道筋になる事もわかりました。印象に残ったことがありました。今回の大会研修会で大分の矢島先生と同じ会場になり、そこで貴重な災害支援活動のマネジメント体験を伺えました。いろいろな部署と連絡を取り活動をアセスメントし、必要な人材とプログラムを提供できるよう調整しておられました。毎日対応しなければならぬメールや電話の数はどれ程だったかと、私の体験と重なりました。心理士は現場で活動する事は得意ですが、裏方の支援をマネジメントする事はまだまだ経験も不足しています。これもこれからの研究分野です。

日本ストレスマネジメント学会第16回大会 池田美樹（桜美林大学 心理・教育学系）

「災害医療支援者の惨事ストレスと職務ストレス及び組織的な支援体制のニーズに関する調査」

この度は、第16回大会ポスター発表優秀賞に選出いただき、誠にありがとうございます。本研究は、私の前職場（武蔵野赤十字病院）において赤十字の災害救護活動に関わる中で、現場からの要望に従って計画・実施がなされた調査研究です。災害支援者が職務を通じて体験する凄惨な事態やストレスの結果生じるメンタルヘルスの問題を軽減するためには、どのような組織的体制を講じることが望ましいのかを明らかにすることを目的として計画いたしました。計画段階では、本学会理事長の嶋田洋徳先生にもご指導を頂き、また、実施に伴っては、大会長である前田潤先生、そして、日赤東京支部、本社のご協力も得ながら、

今回の受賞は、1個人ではなく、協力していただいた皆様・支援を受け入れていただいた熊本の皆様・支援を支えていただいた皆様のお力添えでいただいたと思っています。ただ一つ残った課題は、このような活動を支える資金です。いろいろ探してみましたが、個人で調達できる事は本当に限りがあります。学会や公的などところに支援の部門がありそこにアプローチすると糸口がつかめるようになるとより地域や支援を必要としている人たちに多層的・効果的活動が可能になります。まだまだ学会が資金提供するまでには時間がかかるとは思いますが、ネットワークを作り支援をしたい人と支援を援助したい所と繋がる事は可能ではないでしょうか。

大分大会での山田先生の講演で、日本は災害大国なので、いつでもどこでも誰でも出会う可能性があると言われました。私は誰一人、災害と無縁と言いきれなと感じました。様々な活動は、事前の準備が大切です。これまでの活動の振り返りが役に立ちます。今回の発表が皆様の事前準備に少しでもお役に立つ事を願っています。

ポスター発表優秀賞を受賞して



相当の準備期間を経てようやく実施がかないました。この場を借りて、関係者の方々に御礼を申し上げます。どうも、ありがとうございました。本研究では、東日本大震災という未曾有の大災害後5年経過した時点での災害医療支援者のメンタルヘルスの問題と支援ニーズ、災害時の体験、その後のストレス対処について、個人と組織体制のレベルに分けて検討を行いました。得られた調査結果については、組織の体制づくりの資料として活用して頂けるよう、広く発信をしていきたい

と思います。最後になりましたが、今回の受賞を糧に、今後もさらなる災害支援者支援のための研

究活動、及び臨床活動に誠意、取り組んで行きたいと思います。

ポスター奨励賞を受賞して

土屋さとみ（桜美林大学大学院心理学研究科臨床心理学専攻）

「東日本大震災被災地の高校生に対するマインドフルネス介入の効果」

この度は、第16回大会にてポスター奨励賞をいただき、誠にありがとうございます。審査員の理事の先生方、大会準備委員の先生方に深く御礼申し上げます。また、日頃よりご指導くださっている桜美林大学の小関俊祐先生、研究実施にあたりご協力いただきました兵庫教育大学の伊藤大輔先生、岩手大学の菅野哲弘先生に、この場をお借りして御礼申し上げたいと存じます。

本研究は、東日本大震災被災地の高校生を対象に、マインドフルネスのヨーガ瞑想法を実践させていただいた研究です。岩手県の高等学校にて、ヨーガ瞑想法のプログラムを実施し、介入前後及びフォローアップのPTSDを測定いたしました。近年、マインドフルネスの効果が認められているなかで、その効果を科学性、論理性をもって証明したいと考えております。本研究では、操作変数を明確にしたことに、意義があると考えています。マインドフルネスの「注意」や「気づき」の獲得が、PTSD低減に効果があることが示唆されました。

また、実践させていただくなかで、生徒さんの様子を見て、子どもたちにとっても安全で、活用しやすいものである可能性を実感いたしました。



今後は、より被災地の支援にて必要な要素を考慮しつつ、臨床現場に生かすための手続きを検討していきたいと思います。また、マインドフルネスが子どもたちへの支援につながるよう、安全性と有効性を担保した研究の蓄積により、幅広い対象にマインドフルネスの介入を行いたいと思います。

最後に、マインドフルネスの実践を快く受け入れてくださいました高等学校の先生方、参加してくださった生徒の皆さん、お世話になっております先生方に改めて感謝申し上げます。今回このような賞をいただき、私にとって大きな励みとなり、大変光栄なことと恐縮しております。今後も、学会員として、研究と臨床実践活動に精進してまいります。ご指導ご鞭撻のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

日本ストレスマネジメント学会第17回(姫路)大会のご案内

日時:平成30年7月28日(土)・29日(日)

場所:イーグレひめじ・姫路市民会館

大会役員:名誉大会長:富永良喜、大会長:藤原忠雄、事務局長:永浦拓

問い合わせ先:jssm17taikai@gmail.com(窓口:小林幹子)

その他:県外からの参加予定者は、姫路市内のホテルに早めの御予約をお願い致します。

学会開催期間は夏休みであり、また世界遺産「姫路城」は外国人観光客が多いため、この時期のホテル予約は厳しい状況です。

優秀論文賞の紹介

ストレスマネジメント学会は、昨年度からストレスマネジメント研究の中から優秀な論文に賞を授与することになりました。ニュースレターでは、論文賞策定の経緯を清水副編集委員長に、受賞者された先生方にそれぞれご寄稿いただきました。

ストレスマネジメント研究 優秀論文賞策定の経緯

(副編集委員長 清水安夫 (国際基督教大学))

2017年7月29日、30日に開催されました、日本ストレスマネジメント学会 第16回大会(於:北海道大学学術交流会館)にて、本学会誌「ストレスマネジメント研究」に投稿されました過去の研究論文より、優秀論文賞として2点を選定し、最優秀論文賞(山中 寛 賞)および奨励研究賞(富永 良喜 賞:奨励研究賞は受賞時の理事長名により表彰する)として授賞式を執り行いました。

本学会誌における優秀論文賞の選定という企画の策定は、3年ほど前より検討が開始されました。当時の編集委員長であられた津田 彰 先生、編集事務局長の岡村 尚昌 先生の主導のもと、優秀論文の選考規程の作成や選考委員の選出など、詳細な事務手続きを進めていただきました。それらの地道な作業のお蔭をもちまして、この度の授賞式にまで辿り付けました。本企画のとりまとめをいただきました、津田先生、岡村先生には、ここより御礼申し上げます。また、優秀論文賞の制定は、ひとえに会員の皆様からの「ストレスマネジメント研究」への投稿論文数が増加し、年間に2号の刊行が可能となったことに端を発しております。一定の母数からの選考が可能となったことは、編集委員一同、とても嬉しく思っているところです。これも貴重な論文を他学会誌ではなく、「ストレスマネジメント研究」にご投稿下さった筆者の先生方、そして論文の査読や編集業務にご尽力いただきました編集委員の先生方のお蔭で

もあります。さらに、常任理事会および理事会の先生方からの大変なご理解とご支援をいただいたことにより、本企画が結実した大きな要因となりましたことも、ここにご報告させていただきます。

ところで、日本ストレスマネジメント学会も今年で第16回目の大会を迎えるに至りました。本学会の創生期に大変なご尽力をいただきました山中 寛 先生は、惜しくも他界され、また、長年、理事長職をお勤めくださいました富永良喜先生も、本年度より理事長職を離れられました。その代わりと言うのも変ですが、第1回目の「ストレスマネジメント研究 優秀論文賞」に、本学会の創立および運営に対して大変なご貢献をいただきましたお二人の先生方のお名前を冠することが出来たことも嬉しく思います。今後も学会設立の趣意を引き継いで行ければと思っております。

さて、本学会における優秀論文賞の選定は、次年度以降も継続して行く予定でおります。そのためには、多くの会員の皆様からの研究論文を投稿いただけるような学会誌にして行く必要があります。他の学会誌にはない、ストレスマネジメント研究ならではの魅力を打ち出せるよう、新編集委員長の岡村尚昌先生、新副編集委員長の田山淳先生のもと、「投稿先として選ばれる学会誌」となるよう、微力を尽くせればと思っております。会員の皆様からの厚いご支援も期待しております。



日本ストレスマネジメント学会第1回最優秀論文賞・山中寛賞を受賞して 小関俊祐（桜美林大学心理・教育学系）

このたびは、日本ストレスマネジメント学会第1回最優秀論文賞・山中寛賞という、大変光栄な賞を受賞することができました。著者を代表し、この場をお借りしまして、深くお礼申し上げます。また、ご審査くださいました先生方、投稿論文に対して、丁寧な査読をしてくださりました先生方に、心より感謝申し上げます。

このたびの受賞論文となりました、「東日本大震災被災高校生に対する集団認知行動的介入が PTSD 症状と抑うつ症状に及ぼす効果 (2014). ストレスマネジメント研究, 10, 111-120.」は、現・岩手大学の太谷哲弘先生、現・早稲田大学人間総合研究センターの小関真実先生、現・兵庫教育大学の伊藤大輔先生とともに、計画の立案と実践を行った研究でした。東日本大震災被災後に、学校生活を送ることはできている生徒に対して、2012年に実施した認知行動療法に基づく集団介入を行い、否定的認知の低減などによって、PTSD 症状と抑うつが低減することを示しました。

特に、介入前の PTSD 得点を基準とし、PTSD 得点の高い者の PTSD 得点が低減し、PTSD 得点が高い者は、そのまま PTSD 得点が維持することをねらいとしました。



このように、同一の集団介入の中でも、それぞれ介入の目的を設定し、それぞれの目的に応じた介入の評価を行いました。

本研究のあとも、継続的に東日本大震災被災地域において介入実践を継続しており、今後も、効果的なストレスマネジメント方略の提言を行っていきたいと考えております。

最後になりますが、被災後の本当に大変な中、本研究の意図と意義についてご理解いただき、質問紙調査の実施や介入実施のための時間と場所の確保、介入や教員研修会にご参加いただいた生徒のみなさま、先生方に、深くお礼を申し上げます。

第一回奨励研究賞賞（富永良喜賞）を受賞して 渡辺詩織（独立行政法人 山梨県立北病院）



このたび、2015年のストレスマネジメント研究 Vol. 11 の No. 2 に掲載していただいた「集団社会的スキル訓練における対人的相互作用の変容が小中学

生のストレス反応低減効果に及ぼす影響—行動観察を用いた実践研究—」というタイトルの研究発表にて、ストレスマネジメント学会奨励研究賞、第一回奨励研究賞賞（富永良喜賞）を賜ることができました。

この研究は、私が2011年度に早稲田大学大学院人間科学研究科に提出した修士論文の一部であり、非常に思い入れのあった研究でありました。研究の構想から実施、論文作成、掲載に至るまで数年の時を経ましたが、このたびこのような栄えある賞をいただくことができ、この上なく嬉しく思っております。

思い返しますと、本研究は2012年に福島県いわき市にて執り行われました第11回学術大会にてポスター発表をさせていただき、奨励研究優秀賞を賜ったことも思い出のひとつです。当時、学校の先生方をはじめとして、大勢の皆さまに本研究に興味を持っていただき、たくさんのご助言や、ご示唆をいただきました。そこで得た貴重なご示唆は、本研究にとって大きな指針となり、論文作成にあたり重要な礎となりました。

本研究がこのような栄えある賞をいただいたのは、決して私一人の力ではなく、指導教員の嶋田洋徳先生をはじめ、共著者の野村和孝先生、研究室の修了生、先輩、後輩、同期たちの支えのもと、一丸となって実践した成果であります。そして、教師である両親のサポートをはじめ、多くの小中学校の先生方、児童生徒の皆さまが、研究に協力してくださったこ

とによって、はじめて成し得たことであり、改めて心からお礼を申し上げたいと思います。

最後になりましたが、このような栄えある賞を受賞させていただけたことに、選出してくださった先生方に感謝するとともに、今は身が引き締まる思いであります。わたくしは現在、精神科病院に勤務し、子どもから成人まで多くの方々とお会いする慌ただしい日々を送っています。そのなかには、社会的スキルに問題を抱えている方や、ストレス対処が上手くできない方なども、多くいらっしゃいます。そのような方々に寄り添いつつ、いかに自己実現のお手伝いできるかということに悪戦苦闘の毎日です。今回の受賞を励みに、今後も日々の臨床実践や研究に励んでいきたいと考えております。このたびは本当にありがとうございました。

学会事務局からのお知らせ（事務局長 小関俊祐）

学会の運営にあたっては、会員の皆様の年会費を充当しております。しかしながら、2017年度の年会費が未納の方がいらっしゃいます。学会機関誌の編集や発行、発送をはじめ年次大会や研修会の企画運営、研修や研究・実践に役立つ情報提供等は、会員の皆様の年会費の納入があつて初めて可能になります。なお、2016年度に、年会費の金額の改訂があり、現在、以下のようになっております。

*** 2016年度以前の年会費 ***

正会員 6,000円

学生会員 3,000円

*** 2017年度以降（現在）の年会費 ***

正会員 7,000円

学生会員 4,000円

先に学会機関誌「ストレスマネジメント研究」の郵送時に同封いたしました振込用紙をご利用になるか、以下の振込先を郵便局で郵便振込取扱票にご記入いただき、必ず年会費の納入をお願いいたします。また、銀行や信用金庫等からの振込の場合には、ゆうちょ銀行の方をお願い致します。

*** 振込先（郵便局から） ***

口座番号 00990-6-170109

口座名称 日本ストレスマネジメント学会

*** 振込先（銀行・信用金庫等から） ***

銀行名 ゆうちょ銀行 金融機関コード 9900

店番 099 預金種目 当座

店名 〇九九店（ゼロキユウキユウ店）

口座番号 0170109



事務局のメンバーです

なお、学会会則に則り、3年間の年会費が未納の場合、学会から除籍となり、また年会費未納の時点以降の学会の在籍や発表の記録などもすべて削除されることとなります。何卒、年会費の納入手続きの実行をよろしくお願いいたします。また、ご事情により、学会を退会される場合には、退会手続についてご連絡させていただきますので、事務局（jssm-jimu@list.waseda.jp）までご連絡ください。

リレーコラム

会員の皆さんにリレー形式で自由にコラムを書いて頂く企画です。特にテーマは決めず、担当者におまかせして取り上げてもらいます。第2回目は、一瀬先生に担当してもらいました。

現場から

一瀬英史（山梨県立中央高校定時制）



北海道大会の2日目、私がまだ高校野球の監督をやっていた当時の教え子と再会することができました。高校卒業と同時に自衛隊に入隊し北海道に赴任した彼は、今年の春に結婚。故郷を離れた

場所で家族を持ちました。

当時、彼は3塁を守っていて、打撃は素晴らしく、声を良く出すムードメーカーでした。ただ守備に課題があり、私からしばしば個人ノックを受け鍛えられていました。その甲斐あってか、今は日本を守るまでになりました（笑）。

北海道に行くことを連絡すると、彼は私に話を聴いて欲しいとのこと。何年ぶりかの再会で、すっかり大人へと成長した彼から新婚生活の話など聴けるのかなと思っていたら、昨年、自衛隊の南スーダン派遣に行ってきたことを話してくれました。彼は、日本の自衛隊員が他国の軍隊に比べても優秀であること、インフラ整備のきちとした仕事ぶりが他国と比べものにならないこと、規律規範も確かで現地の人からも信頼されていたこと、そして、そこで起こったこと、体験したことを話してくれました。

「監督、国が無くなるとこうなるんだってわかりました」と彼は言いました。胸を打つ言葉でした。実感として理解することは到底できませんでしたが、

今自分ができている仕事や活動は平和という基盤の上にあるからこそなんだな、ということは感じられました。教え子から学んだことでした。

9月7日、県教委から北朝鮮による弾道ミサイルへの対応と警戒に関する生徒用の資料が配付され、意識高揚と安全確保に務めるようにと指示がありました。今まで教室に災害時の避難経路は掲示してありましたが、対応についての掲示物はありませんでした。違和感を持ちつつ、弾道ミサイルへの対応の掲示物を昨日教室に貼りました。

教育センターから定時制高校に異動し2年経ちました。9年間、心理臨床の現場に身を置き、そこから学校臨床のテーマや問題、課題に関わってきましたが、今は、1年生の学級担任として、事象の真っ只中に身を置いているように感じています。問題に巻き込まれ、課題に追われながらも、今は、ここに立っているからこそ見えることがたくさんあります。さてその中で、スクールカウンセラーの役割について私の見え方を少し書きたいと思います。

「スクールカウンセリングのクライアントは相談室に来る児童や生徒ではない」と言ったらみなさんはどう感じになりますか？これは、カウンセラーとして新米だった頃の私にSVが繰り返し指摘したことです。私の勤務する県立高校の場合であれば、クライアント(依頼主)は教育委員会や学校であり、教員であり、そして税金を納めている県民です。県民に役立つ教育活動のための、児童生徒、保護者と

のカウンセリングであり、支援は特定の児童生徒に偏らず全体的でなければなりません。

学校に勤務するようになり、これまでとは別の視点から前述したSVの言葉を実感しています。担任をされていて改めて、スクールカウンセラーの役割である見立てや対応についてのコンサルテーションの大切さを感じています。カウンセラーに求められていることは、心理士としての専門的な見立てと、教員側からの見え方や学校の実情と照らし合わせながら、問題の背景や子どもとの関わり方について共通理解を図ることなのだと感じています。まだまだスクールカウンセラーの役割が見えず、教員増を求める声を聞くこともあります。相談室に連れてきてもらった児童生徒の話をただ傾聴しているだけのスクールカウンセラーは、もはや求められていないのでしょうか。

見立てや目的に沿って定期的に心理療法をすることは必要だと強く感じますが、今の勤務体制の中でそこまで求めるのは物理的・経済的にも行き過ぎではないか、と私には見えています。むしろそれよりも授業のように全体的な心理教育的支援を行えた方が良いのではないかと感じています。

本校では、総合的な学習という授業の中で心理的な体験活動も行います。私もストレスマネジメントの授業をしますが、計画を立てる担当者は、いつ、何を、誰が行うかという予定立てに大変苦慮しています。もし、このような時にスクールカウンセラーから授業案を提示され、授業を任せられたらずいぶん助かることでしょう。

私には今の学校が、限られた料理人の中で和食に

洋食、ファーストフードからスイーツ、時に懐石に精進料理と、ありとあらゆる料理を提供しようとしているお店のように見えています。経営側は、とにかくお客のニーズを満たすことが良いことだと、あれも作れ、これも作れと要求し、料理人は食材集めに奔走し、不慣れな料理を作り、修行してきた料理をつくる機会があまり持てないのです。

まもなく「特別の教科 道徳」が始まります。新しい道徳では、体験活動が重視され、ストレスマネジメントの手法は目的に即したのものとして、児童生徒に対してより良い教育活動を提供するものになりえるでしょう。しかし、今の学校の現状の中で「良いことであり、必要なことだからこれをやりましょう」というのは、また新しいメニューが加わるだけのようにも見えます。「良いこと」や「必要なこと」と「すること」を分け、「どうしたらそれをやりやすくできるのか」という視点が重要だと思いますし、スクールカウンセラーがこの問題の一役を担えると教育現場がさらに良質になるのではないかと感じています。

本学会では『特別の教科 道徳』のためのストレスマネジメント授業案』のDVDを作成しました。研修会や事務局で販売しています。ぜひお求めいただき、学校にご紹介ください。実践していただければ、良質な教育活動になると思います。

色々と願って書いてみましたが、こうしたことに思いをめぐらすことができるのは、今の日本の教育基盤が確かだからかもしれません。最後に彼の言葉を思い出しました。

2017.9.11 市川三郷にて



北海道大会の立役者
お二人に感謝です

広報よりお知らせ
ホームページをリニューアルしました
ご活用ください

編集後記

北海道大会の記憶が新しいうちに皆さまにその記録をお届けしようと広報委員一同奔走いたしました。残念ながらご参加できなかった皆さまには、少しでもその雰囲気味わっていただけましたら幸いです。(K.M.)