

【子どもアシストセンター紹介編】

◎ 救済委員・調査員・相談員のコラム

「他者との付き合い方」

（朝倉 子ども権利救済委員）

「ほめるところがないんです！」

（祐川 子ども権利調査員）

「遠い記憶」

（河村 子ども権利相談員）

第4章 普及・啓発活動



「こんにちは、アシストです」

「他者との付き合い方」

朝倉子どもの権利救済委員
(在籍期間:R6.4~)

「四苦八苦(しくはっく)」という言葉があります。この言葉は、もともと仏教用語だそうです。「四苦」とは「生・病・老・死」のこと。この「四苦」にさらに「4つの苦しみ」を加えて「四苦八苦」となります。「四苦」以外の「4つの苦しみ」の1つに「怨増会苦(おんぞうえく)」というものがあります。「怨増会苦(おんぞうえく)」とは、怨み、憎しみを持つ相手と会わなければならない苦しみ、一言でいうと人間関係に伴う苦しみのことでしょう。

アシストセンターにも、友人関係についての相談が多く寄せられます。「心を許せる友達がいないので学校に行きたくない」「苦手なクラスメイトとのかかわり方がわからない」。お釈迦様の時代からずっと、人類は「他者との付き合い方」に頭を悩ませてきたのですね。

しかし、人生の苦しみを受け止めて悟りを求めるような生き方は、私も含めてほとんどの人には簡単にできることではありません。ですから「人間関係の悩みは人類普遍のものだよ」といっても、何の慰めにもなりません。では、どうすればよいのでしょうか。

もちろん、友人関係の悩みを一緒に考え、相談員から「こうしたらいんじゃないかな」と伝えることで、解決に向かっていくことも多くありますが、中にはなかなか光の見えない相談が続くこともあります。「解決法」とまではいえませんが、私なりにそんなときの「心の持ち方」について、思うことを書いてみたいと思います。

1 つ目は「今の状況はそう長くは続かない」ということです。そもそも学校生活には限りがあります。クラス替え、席替えもあります。人間関係自体も日々刻刻変化していきます。仏教のありがたい教えもさることながら、「そんな時代もあったねと、いつか話せる日が来るわ」という中島みゆきさんの歌の一節のほうが、説得力があるかもしれませんね(ただ、本当にどうしようもないときは無理して学校に行くことはありません。)

2 つ目は、「理想の自分や理想の学校生活にとらわれなくてもいいんじゃないか」ということです。村上春樹さんの小説の中で、知り合いから性格上の問題点を指摘された主人公が、自分のことを「ポンコツ車と同じなんだ」と述べるくだりがあります。こっちを直せばあっちが故障する、あっちを直せばそっちが故

障する、というわけです。そんなポンコツ車の自分と付き合っていくしかないんだという、大げさにいうと生きる姿勢の表明のようなものですね。私は、わりにこの考え方に共感します。

3つ目は、「学校生活がすべてではない（世界は興味深い事柄で満ちている）」ということです。音楽、映画、ドラマ、小説、漫画、スポーツ鑑賞などなど、夢中になれることって世の中にはたくさんありますよね。小説の世界にリアリティを感じる、好きな歌に自分のホントの気持ちを託せる、こういったことは人生を豊かにすると思います。私も最近は大谷翔平選手に夢中で、シーズン中の休日はテレビにかじりついて応援しています。少なくとも、大谷選手の試合を見ている時間だけは仕事のことは頭から追い払って、毎日を楽しんでいます。

お釈迦様から大谷選手まで、なんだかとりとめのない話になってしまいました。他者との付き合い方の悩みは尽きませんが、アシストセンターは子ども達の声をしっかり、じっくり聴かせてもらいたいと考えています。

「ほめるところがないんです!」

祐川子どもの権利調査員
(在籍期間:R4.4~)

「うちの子はほめるところがないんです」「どうやってほめたらいいかわからないです」こんな風に保護者の方から言われることがあります。

一方で、子どもからのLINEに「あなたはとても頑張っているよ、えらいよ」と伝えると「そんな言葉をもってうれしいです、ほめられたことがないので」と返ってくることもあります。

「ほめる」は本当に難しいです。ダメ出しの言葉は苦勞せずにとんどん出てくるのに「ほめ言葉」は「えらいね」「すごいね」「いいね」くらいで後が続かない…「ほめる」のにも練習が必要なのです。

実は私も、「ほめる」ことの難しさを実感する機会がありました。千葉県の子童相談所の渡邊直所長が考案した「非暴力のコミュニケーション～機中八策」(ぜひ検索してみてください)の研修です。グループを作って相手をほめるのですが、最初はぎこちなかったりなんだか顔が引きつったり。でも3日間の研修で、ひたすら「ほめる」ことを続けるうちにどうやらスムーズに言葉が出てくるようになりました。

「当たり前のこともできてないのに、ほめるなんてできません!」

「当たり前のことって、たとえばどんな風にしてほしいですか?」

「学校から帰ったらまず靴をそろえて、手洗いうがいして、ランドセルからプリントを出してテーブルに置いて、水筒を出して洗って、それから宿題やって…」

これを全部できてからだと、なかなかほめる機会はめぐってこないですね。

まず、やってほしいことの 25%でもできたらほめる「今日は靴そろえてくれたね、ありがとう」。それも難しいなら、いつも困ったことをするのに、それをしなかったら「さっきお買い物の時、お菓子買って、買ってと言わなかったね。うれしいよ!」

子どもだって怒られるよりほめられる方がうれしいのです。「～しないで!」「～はダメ!」の代わりに「こうしてほしい」と具体的に伝えてみると「こうすればいいんだ」とわかるのではないのでしょうか。

先ほどの機中八策の研修でも、とにかくお互いをほめ続けていくうち、会場全体の空気がだんだんと、暖かく優しくなっていくのが感じられるのです。

日本人はほめるのが下手、と良く言われるようですが、言葉でなくとも表情や態度、しぐさでも子どもに「いいね」は伝わります。

すぐには何も変わらないように思えるかもしれませんが、でも続けていくうちに、気が付くと「何だか子どもを叱る回数が減ったみたい…」まずはそんなところから目指してやってみませんか。

「遠い記憶」

河村子どもの権利相談員
(在籍期間:R6.4～)

昨年末、部屋の片づけをしていたら、引き出しの奥から色あせた封筒が出てきました。その中に、私が子どもだった頃の写真が数枚入っていました。無邪気に笑いピースサインをしている自分を懐かしく見ていたら、一枚の写真に目が留まりました。そこには寂しげな顔をしている私がありました。

あっ、あの時のだ…。

ずっと忘れていた遠い記憶がよみがえってきました。

運動が好きだった私は、小学 3 年生のときバレーボール少年団に入りました。始めた頃は、上級生の練習のボール拾いばかりでしたが、友達と楽しく通っていました。

4年生になり、夏休みに二泊三日のキャンプに参加することになりました。このキャンプは、各地の少年団が海洋センターに集まり、集団生活を共にしながら練習したり海遊びをしたりするものです。私はワクワクしながら、その日が来るのを待っていました。

いよいよ当日。午前の練習を終え、午後からカヌーに乗ることになりました。私はカヌーが初めてだったので少し緊張していました。

救命胴衣を着け、一人乗り用のカヌーに恐る恐る脚を入れ、ゆっくり腰を下ろし両脚を伸ばしました。そして、パドル（カヌーを漕ぐ道具）をつかもうと横を見ると、さっきまで自分のカヌーに寄りかかっていたパドルが海に流され始めていたのです。

私は慌ててパドルをつかもうと上体を横に倒し手を伸ばしたとき、バランスを崩し転覆しました。カヌーに乗ったまま水中で逆さまになり、一瞬頭が真っ白になりました。とにかく早く脱出しなければと必死で脚を抜こうとしましたが抜けません。体を動かせば動かすほど、カヌーの先の方に体が深く入っていくような感じがしました。何より懸命に息を止めていましたが、限界に近づいていることに恐怖を感じました。

何秒くらい息を止めていたのだろうか……。

苦しくて、「もうダメだ」と思った瞬間、体がスルリと抜け、いとも簡単に水面から顔が出ました。

キャンプを終え、帰宅してからも転覆したことが頭から離れませんでした。あの出来事は本当にあったことなのだろうか、もしかしたら夢だったのかもしれない……。そんなことばかり考えていました。

しばらくすると、あんなひどい目にあったのは、自分が先生の話をしっかり聞いていなかったからじゃないか、自分が悪かったからこんなことが起きたのではないか、などと考えるようになり、自信をなくし誰にも話せずにいました。夜も寝つけず、日中ぼんやりとするようになりました。

そんなある日。勇気を出して母に話しました。キャンプで転覆したこと、海の中で死ぬかと思ったこと、今でもそのことを考えると眠れなくなってしまうことなど……。泣きながらすべてを話しました。母は、私の背中をさすりながら黙って聴いてくれました。

それからは、いつもの元気な自分に戻りました。

人は、つらいことを一人で抱えていると、マイナスのことを考えてしまうことがあるようです。私のように怖い体験を自分のせいにし、自信をなくしてしまうこともあります。

みなさんも、つらいときは一人で悩まず、勇気を出して相談してみてください。

アシストセンターは、あなたのお話をじっくり聴かせていただき、一緒に考えていきたいと思っています。

第4章 普及・啓発活動

子どもの権利侵害からの救済にかかる実効性を確保するためには、子どもや保護者、そして子どもが育ち学ぶ施設の職員など、多くの方々に子どもアシストセンターの存在を広く知ってもらうことが重要です。子どもアシストセンターにSOSを伝えられる子どもが増えるよう、実際の相談・救済活動とともに、さまざまな方法により、子どもアシストセンターの普及・啓発活動に取り組んでいます。

1 広報・出前講座

(1) 子どもアシストセンターの広報物

子ども用カード（名刺サイズ）

【対象】小学生・中学生・高校生 【配布時期】5月～6月、10月～11月

↓5～6月配布



大人用カード（名刺サイズ）

【対象】主に大人【配布時期】3月
※コンビニの市内店舗

↓10～11月配布



小・中・高校、特別支援学校、児童会館、保育園等

↓小学生用



↓中学生・高校生用



↓大人用



↓障がい児用



保護者向け広報紙

【対象】小中学生の保護者、高校、
公共施設等

【配布時期】12月、2月



保護者向けチラシ

【対象】主に大人

【配布時期】随時※出前講座で配布



(2) LINE広告の配信

主に中高生をターゲットに、アシストセンターを周知する目的の他、今は悩みがなくてもお守り代わりとしてアシストセンターをLINE友だち登録しておくことで、いざというときいつでも相談できる子どもが増えるよう、LINE広告を実施しました。
(配信時期：令和6年8月、令和7年1月)



(3) 出前講座等

あしすと出前講座(3回実施、111人参加)

子どもの権利に関する理解を深めることを目的に、家庭教育学級、青少年関係団体など子どもに関わるさまざまな団体やグループなどを対象に、救済委員や調査員、相談員が講師となり、子どもの悩みや課題について共に考え話し合います。学校から依頼があれば、児童・生徒を対象に「出前授業」も実施しています。

テーマ例

- 【共通】 ・子どもの権利を守るってどんなこと？
- 【大人向け】 ・相談から見える子どもたち
- 【子ども向け】 ・困ったときのSOSの出し方

あしすと子ども出前講座(17回実施、955人参加)



子どもアシストセンターが、親しみやすく安心して相談できる機関であることを子どもたちに直接PRするため、市内の児童会館を利用する子どもを対象に、相談員によるペープサート（紙の人形劇）等を使った出前講座を行っています。

(4) その他



- ◇ ホームページ
 - ・子どものみなさんへ
 - ・コラム「こんにちは、アシストです」(毎月更新)
- ◇ 札幌市子ども未来局 X (※旧 Twitter) (随時)

2 視察対応

(1) 地方自治体等からの視察

子どもの権利救済機関の設置を検討している自治体等から視察の申し込みがあり、令和6年度は、8件計50名の方が視察に訪れました。

主な説明項目は、子どもアシストセンターの設置の経緯や人員体制、運営状況、LINE相談、学校その他の関係機関との連携などです。

来所日時	自治体名	来訪者	人数
令和6年4月16日(火)	福岡県福岡市	市議会議員	2名
7月24日(水)	岩手県盛岡市	市議会議員	13名
7月24日(水)	長野県佐久市	市議会議員	9名
7月25日(木)	東京都板橋区	区議会委員	10名
8月7日(水)	北海道	子ども政策局職員	3名
11月13日(水)	長野県坂城町	町議会委員	8名
12月5日(木)	大阪府大阪市	市議会議員	3名
令和7年1月9日(木)	北海道	子ども政策局職員	2名

(2) 民間団体等からの視察

子どもアシストセンターの活動に関心を持つ民間団体や大学職員等から、話を聴きたいと申し出があり、アシストの相談状況や運営状況について説明をしました。

来所日時	団体名	来訪者	人数
令和6年6月13日(木)	札幌国際大学	大学生	7名
6月28日(金)	北海道子どもセンター	運営委員	3名
8月14日(水)	北海道大学	大学教員	3名
9月18日(水)	札幌清田高等学校	高校生	2名
11月5日(火)	セーブ・ザ・チルドレン	団体職員	2名
12月24日(火)	札幌国際大学	大学生	6名
令和7年3月6日(木)	立命館大学	大学教員	2名

