

講演

東日本大震災におけるクリニクラウンの特別派遣報告

塚原 成幸 事務局長兼芸術監督



日本クリニクラウン協会では、東日本大震災の支援として、小児医療施設へのクリニクラウンの特別派遣を実施しています。すべての被災地域を訪問するのは、それ自体が不可能ですので、クリニクラウンとして取り組むべき役割を検討し、まずは高度小児医療施設をしっかりと支えていくことが大事であるという視点に立ちました。震災発生直後に緊急のミーティングを行い、一過性な取り組みでなく、長く続く支援ができる方法を検討し、小児医療施設への特別派遣がスタートしたのです。

東日本大震災・クリニクラウン特別派遣レポート

●東日本大震災の災害支援として、被災地域を中心とした小児医療施設へのクリニクラウンの特別派遣を実施。

訪問先 月1回

- ①東北大学病院(仙台市青葉区)
- ②宮城県立こども病院(仙台市青葉区)
- ③茨城県立こども病院(茨城県水戸市)



7月末に、岩手県立大船渡病院(岩手県大船渡市)へ派遣(計1回)を実施いたしました。

【目的】

クリニクラウンが訪問することで、心的外傷後ストレス障害(PTSD)などに代表される震災後の心のケアや、入院中の子どもたちの不安の軽減とストレスの解消を目指し、子どもが安心できる療育環境の向上のため活動しています。

現在、東北大学病院、宮城県立こども病院、茨城県立こども病院を中心に派遣を実施しています。先週も訪問がありましたので、2名のクリニクラウンが現地に行ってきました。それから、7月の末からは、沿岸部での病院へのクリニクラウンの派遣活動も開始しています。まずは、足が

りとして岩手県の大船渡市の病院に訪問しました。沿岸部の病院は、今後も長い時間をかけてサポートしていく必要があると思っておりますので、2年3年と長い目線を持って活動を展開していきたいと考えています。特別派遣の目的は、クリニクラウンが訪問することで、心的外傷後ストレス障害(以後PTSD)などに代表される震災後の心のケアの問題を取り組んで行くことです。また、入院中の子どもたちの不安やストレスの軽減を効果的に行うことです。

PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) 心的外傷後ストレス障害 とは？

1995年(平成7)の阪神・淡路大震災後に注目された。日常生活の中で、思いがけないときに不安が増大し、不眠が続き、精神的混乱をきたす症状。

死を身近に感じるほどの危険や恐怖、あるいは極度の無力感を体験し、こうした苦しいできごとの記憶を反復して再体験(想起)したり、夢にみたりするほか、集中困難な状態になったり落ち着きがなくなったりするもの。フラッシュバック症状もみられる。

※急性ストレス障害(ASD)は、同様な危機的状況を体験したあと2、3日から最長4週間以内に発症・持続するものをいう。
DSM-IV(アメリカ精神医学会で定義している診断の基準)の中でも規定されている。

PTSD は、1995年に発生した阪神・淡路大震災後に注目された概念であり、精神的な症状の1つです。死を身近に感じてしまうような事故や災害、そしてそれに伴う危険や恐怖、あるいは、極度の無力感、自分には何もできないのだということを経験すると、私たちはその辛く悲しい出来事を反復して想起し、思い出してしまうことがあります。文字通り忘れることのできない恐怖を経験することで、悪夢をずっと見てしまうとか、集中力がなくなって、社会生活に困難をきたすということもあります。あるいは、落ち着きがなくなり、仕事や育児が手につかないことも起こります。中でも、一番深刻なのは、フラッシュバックという現象です。これは瞬間的に、被災状況に時空

を超えて引き戻されてしまうというものです。例えば、地下鉄のホームで電車を待っているときに、ゴォーっと音がして、そのゴォーっという音が津波の襲ってくる体験と瞬時に直結してしまって、パニックを起こすといった具合です。こうなると、何事にも慌ててしまい、常軌を逸して行動の抑制がきかなくなってしまう、日常生活そのものが支障をきたしてしまうのです。

さて、クリニックラウンの特別派遣について話を戻しますが、今までは宮城県と岩手県の小児医療施設を訪問してきましたが、今後は福島県も訪問予定となっていて、派遣先は増える見込みです。今年度は東日本大震災に関係する派遣として40回の訪問を予定しております。あの甚大な被害から考えれば、年間40回の訪問はあまりに小さな取り組みかもしれません。しかし、私たちができることを身の丈にあった形で続けていくことが大事だと思っていますので、このような訪問計画を立てて実行しています。この計画によって、被災地の病院で関わる子どもの数は、延べ約1200名になる見込みです。派遣するクリニックラウンの延べ人数は82名になります。派遣先としては、5病院が対象です。

医療スタッフのメッセージ

- 子どもたちが自分の素直な気持ちを表現するいい機会になった。
- クリニックラウンが来たことで、子どもたちはもちろん家族そして、私たち医療スタッフが癒され、自然と笑顔になっていった。
- 病棟の雰囲気が明るくなっていくのを肌で感じた。
- 声を上げて笑う子どもたちの姿やスタッフの笑顔が印象的であった。

続いて、医療スタッフからいただいたメッセージを紹介します。まず、『子どもたちが自分の素直な気持ちを表現するいい機会になった』という感想があります。想像を遥かに超える被災体験を前にして自分の気持ちを表現する機会がないのも事実です。しかし、第三者がサポートに入ることで、子どもの素直な気持ちをきちんと受け止め、ありのままの感情表出を促すことが大

事だと思います。さて、子どもの気持ちをどのように受け止めていくのか、あるいは感情を表出してもらうのかについては、後ほど2名のクリニックラウンが事例報告をいたしますので、そちらに譲りたいと思います。

2つ目は、大変僥倖なことですが、クリニックラウンが訪問したことで、『子どもたちはもちろん、家族、そして、医療スタッフが癒される』というものです。被災地は「笑っちゃいけない」「楽しいことなんかやっちゃいけない」という雰囲気が蔓延している状況があります。でも、人間は楽しいと感じたり、笑顔の交流を抜きにして生きがいを感じにくい存在でもあります。だから、「少し気持ちを楽にして、自分の気持ちを大事にしてみようよ！自然と沸き上がる笑顔は誰かに伝えてもいいんだよ」という、当たり前なことを当たり前なこととして感じてもらうことが大切です。それが子どもたちの癒しにつながったり、自然に笑顔を取り戻したりできるチャンスになるのです。クリニックラウンとして心掛けているのは、パフォーマンスが一方的にならないことです。「さあ！笑って！」ではなく、あくまで傍にいて、関係性を紡ぎながら「笑いたかったら、笑ってもいい。泣きたかったら、泣いてもいいんだよ」という姿勢で子どもと関わることを大切にしています。このようにありのままの気持ちをぶつけ合うことによって、自然に笑顔というものに近づけるのではないかと私は感じています。

次は、『病棟の雰囲気が明るくなっていくのを感じた』です。これは、私たちにとっても大変嬉しい言葉の1つです。手前味噌な言い方ですが、本当に、訪れたばかりの病棟の空気と、帰って行くときの空気感は異なるものです。大がかりな空調工事をしている訳でもないのに、人間の気持ちというのは、空間の雰囲気まで変える効果があるんだと思います。

最後は、象徴的なことですが『声をあげて笑う子どもたちの姿や、スタッフの笑顔に出会えた』という感想です。このことも生きようとする力を高める上ではとても大事な事だと思っています。

生きることに困難を抱えて生きる子どもたち
～避難生活と闘病生活の類似点

keyword

- ①精神的な苦痛や不安が押し寄せる。
- ②孤立感、虚脱感を感じやすい。
- ③理解されにくい行動や言動。

そして…

人間は生きていくために…〇〇〇。

特別派遣を通じてある貴重な気付きがクリニックラウンたちにはありました。それは、被災した子どもたちと、闘病生活を送る子どもたちとの共通点と言いますか、類似した傾向があるのではないかということです。注目すべきキーワードは、入院している子どもも、被災した子どもも、精神的な苦痛や不安を『体験している』ではなく、『押し寄せてくる』という感覚の中にいるということです。ちょっと痛みがあるとか、苦しいというレベルではないのです。圧倒的な不安や痛みがその人に押し寄せてくるという感覚です。両者に共通する感情を順を追って見ていくと、『日常生活では到底感じないような孤立感や虚脱感、あるいは無力感というものを感じやすい』というのも共通しています。また最後の項目が、今日のフォーラムのフォーカスポイントなのですが、『周りからは理解されにくい行動や言動がある』ということです。このことが困難な状況の中で生きる子どもの孤立感を更に高めているのだと思います。

このような類似点を考えながら、『人間は生きて行く為に〇〇をする』という事を今日皆さんにお伝えしたいと思っています。

臨床道化師の視点①思わぬ心の落とし穴とは？
震災から7ヶ月が過ぎたと言われるが…

(例) 荷おろしうつ

荷おろしうつとは、『自分が絶対にやらなければならない仕事・役割・責任』を失って、肩の荷が下りたような時に発症しやすいうつ病であり、『自分が必要とされている実感・自分が果たすべき役割を感じられなくなって、何をしても良いか分からなくなる生き甲斐の喪失とも言われている。

荷おろしうつは『自分がやるべき仕事・役割』がなくなってしまったと感じる時に発症しやすいという意味では、闘病生活を支える医療スタッフや子どもの家族にもおこりうる症状。

臨床道化師の視点①として『思わぬ心の落とし穴というものがある』ということがあります。よく「震災から何カ月が経過した」と話されることがあります。ですが、阪神・淡路大震災で四年間、神戸市の長田区の災害支援に関わった身としては、被災を経験した人々には独特の感情や感覚というものがあるということを知っていただきたいと思います。例えば、「6ヶ月が過ぎた」と聞くと周りの人は「結構時間が経過したなあ」と思う人もいると思います。しかし、時計の針を皆さんイメージしてもらえば良いのですが、例えば、地震が発生した3月を時計の12時の位置と考えてみてください。つまり、震災当初が12時だとすると半年経過する6時の位置が、一番震災発生より遠い季節を意味します。ですから、半年を経過するというのは折り返しの時期を終えて、どんどん震災当時の恐怖感が再燃することを意味しているのです。そして、あの寒い3月が近づいて来ることとなり、恐怖経験がどんどん加速していくのです。しかし、周囲の人はそういう事は気にしないで「1年たったねえ～」と言ったりします。これは、当事者にとっては非常に辛い一言になる訳です。ですから、災害支援には特有の留意点があるということを、援助者側がきちんと把握しておく必要があると思います。

話は変わりますが、精神科の領域では『荷おろしうつ』という言葉があります。『荷おろしうつ』というのは、自分が絶対にやらなければいけない仕事や、役割や責任を失って、役割が終わり、肩の荷が下りた様な時に発症しやすいうつ病と言われています。自分が必要とされている実感、自分が果たすべき役割を感じられなくなった時に、これから自分が何をしたいのか分からなくなってしまう。そのような落胆の気持ちが引き金となって引き起こされるうつ症状です。私たち人間は背負わなくてはならない役割がとても困難なものであっても、それがエネルギーになっているという事があるわけです。ですから荷おろしうつは、生きがいの喪失とも言われています。これをクリニックラウンとして考えると、『病気は

したかった事を汲み取る事が大事だと思います。「そんなことしたらダメでしょう！」と言ったら子どもの真意を汲み取る前に心の交流はストップしてしまいます。ですから、きちんと相手を理解するという意味で、対話をしっかり積み重ねていく事が必要なのです。また、体験した出来事を子どもなりに言語化する、時には文章化する、絵に描くということが大切な時期もあります。しかし、それらを強要してはいけないと思います。「書いてごらん」と言って強要するのは、辛い体験を無理にこじ開けるだけです。だからあくまで自然に子どもが自分の体験した出来事を、「書きたい」「誰かに知らせたい」と思うまで待つことが大事です。児童心理の専門家の中にはこれらのような遊び、災害のごっこ遊びなどは、1つの浄化作用の役目があるのではないかと考える方もいます。クリニックラウンが臨床現場で出会う子どもにも実際に、お葬式ごっこをやっている子どもたちと会うことがあります。このような場面に遭遇した場合は、子どもたちはいったいそこから何を伝えようとしているのか？何をわかってもらいたいのか？という事をきちんと受け取っていくことが大切であり、その受け取った思いをどのように子どもをとりまく家族や地域の方々伝えていけるかが、クリニックラウンの最大の責務だと感じています。

<臨床道化師の視点③ 結語>

人間は生きるために笑う！

クリニックラウンとして被災地を訪問する中で、
私たちが学んだこれからの指針です。

私たち人間は生きるため、いや生き抜くために笑い、
そして共に生きていくことができます。

発表は以上で終わりになりますが、臨床道化師の視点のまとめとして、今回の東日本大震災の特別派遣を続けながら、半年過ぎた段階での到達点をお話します。それが『人間は生きるために笑う』んだということです。当たり前のことと

感じる方もいるかもしれませんが、これが私たちクリニックラウンが被災地を訪問しながら、心底実感したことです。私たち人間は生きる為、いや、生き抜く為に、そして共に生きる為に笑うのです。被災地の訪問を続ける中で、ビックリするぐらい素晴らしい、弾けるような笑顔に出会うことがあります。それぞれが抱えている困難な状況は正に筆舌に尽くしがたいものであるはずですが、抱えている問題を飛び越えて、人間は笑う力があるということを教えてもらえたと思っています。



震災後も、新しい生命が確実に育まれていく。
大船渡市 2011年7月

最後になりますが、大事なスライドをご覧ください。見てもらうとわかるように、震災後も新しい命が確実に育まれているわけです。これがズバリ、生命の素晴らしさであり、美しさではないでしょうか。新しい命の育みを、これからも私たちは大切にしていきたいと思っています。今後も引き続き、特別派遣を続けていきますので、皆さん、ご支援、ご協力をお願いします。どうも有難うございました。