

女性の家 HELP

ネットワーク ニュース
Network News

2018/11/15
No.

84

聖句

「恐れるな、わたしはあなたを贖（あがな）う。
あなたはわたしのもの。わたしはあなたの名を呼ぶ。
水の中を通るときも、わたしはあなたと共にいる。
大河の中を通っても、あなたは押し流されない。」

イザヤ書 43 章 1-2 節

「ここにいたい・・・」

「できることなら少しでも長くここにいたいです。」利用者の方がおっしゃる。女性の家HELPが緊急一時のシェルターで滞在期間も最長2週間(場合によっては延長もあるが)と定めていることを、支援員も利用者も充分承知している。

「お料理が本当に美味しい」。HELPは、朝食、昼食、夕食を、7人の調理担当者達が管理栄養士の資格を持つ主任調理師を中心に一日一人づつが交代で、施設内のキッチンで作っている。一汁四菜と聞くと驚く人もいるが、週末に入所して週明けに退所する人もいるこの施設は、好き嫌いを直すような所ではない。

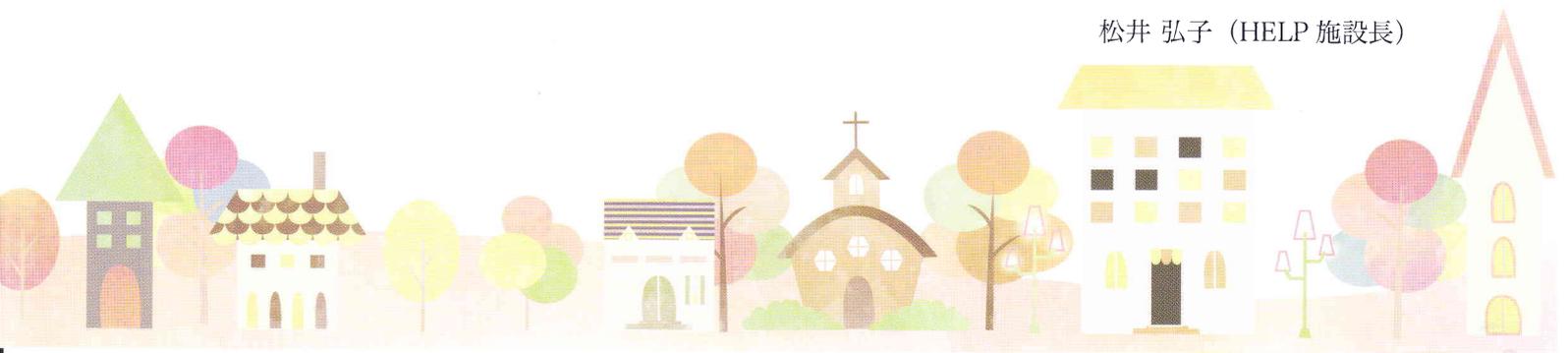
少しでも好きなものが出ると嬉しいだろうとの配慮から、フードバンクやUBS証券等から送られてくる品も用いて、心を込めて、その日利用されている方の数に応じて調理している。乳幼児もいるし、高齢者もいる。国籍も言語も文化的背景も様々。矯風会はキリスト教を基盤としているが、利用者の宗教は限定していないから、イスラム教徒に向けたハラールフード(教えに従って食べることを許された食材)のみという人もいる。各自のお皿に盛りつけて提供するのではなく、大皿から皆で取り分けていただく。食欲は一人一人違うのでおかわりは自由。

「支援員の方の笑顔がうれしい」との声もよく聞く。医療機関への同行や、買い物への付き添い。一人一人に今何が必要かを、公的機関の福祉担当者と緊密に連絡をとっている。朝の連絡会、夕方の宿直者への引継ぎ会は重要だ。体調や薬のこと、翌日の予定・・・。日誌が書かれ、申し送り事項がファイルに整えられていく。そうした日常業務の合間合間にかかってくる電話相談。日本語、英語、タガログ語で対応しているが、深刻なDV被害の相談もあれば、とにかく誰かに聞いてほしい人間関係の悩みもある。つなぐべき女性福祉や法的な窓口を紹介して受話器を置く。

支援員達は主任を中心に良くチームワークが取れていると新入りの施設長には思えるが、苦勞も多いことだろう。これから先のHELPを背負っていく支援員、宿直者の人材確保が今一番の課題だ。

1986年、日本キリスト教婦人矯風会の100周年記念事業として始まった女性の家HELP。30年を超える歴史の中から女性福祉の在り方をしっかりと学びつつ、時代の要請にあった適切な支援をできるシェルターを目指したい。カナダ合同教会はじめ、各地の教会、キリスト教主義学校、矯風会の「女性と子どもの人権と福祉」への願いと活動に賛同してくださる一般の方々や団体、そして北海道から沖縄まで日本各地で今日も祈ってくださる矯風会員の方々・・・。女性の家HELPの生活はそうした支えのお蔭で成り立っている。

松井 弘子 (HELP 施設長)





特集 「住居を失うこと」とシェルター事業

阪神大震災より今年で23年。東日本大震災より8年近く。その後、国内外で起こった台風、洪水、地震等で、多くの方々が昨日までの日常生活から突然にさまざまな不自由を抱える生活を強いられるようになりました。各地で被災した方々にお見舞い申し上げます。「いのち」の救護やライフラインの回復、家族や友人の被災に対する痛み、被災者のその後の悲しみに寄り添う苦悩、わたしたちはそのどこかに立ち、今何をすべきなのかを問う日々を今も送っています。

女性の家 HELP は、緊急一時保護シェルターとして、さまざまな家庭や社会状況のために住居を失った女性たちを年間100人以上受け入れ、新生活へと送り出してきました。時の経過を経て「しみじみと幸せ」と言う生活にたどり着いた方たちも多数いらっしゃいます。そのプロセスでの学びを分かち合うことで、一助となればと思います。

喪失に出会った時の心のケア



台風や地震で突然被災したとき、愛する人の死を経験したとき、重篤な病が見つかったとき、日常あたりまえに出来ていたことが突然出来なくなったとき、人はストレスを感じ喪失感を持ちます。

例えば台風や地震の被害にあった人を例にとると、次のような4段階の心の変化をされるといわれています。まず第1段階は被災直後です。まだ余震があり避難所に避難していると考えましょう。この時期は精神的ショックを受けて、何も考えられず、悲しいという感情すら無くなります。感情や感覚の欠如から、自分の家族や隣人の命を守るために危険を顧みない行動に出たりします。動悸がしたり、息苦しかったり、頭痛がするといった身体的症状も出ます。この時期を「茫然自失期」といいます。

数日がたち混乱が落ち着いてくると、災害の体験を共有している被災者同士が強い連帯感で結ばれ、助け合いながら避難所の運営に協力をしたり、瓦礫の片付けなどをし、被災地全体が暖かいムードに包まれます。この時期を「ハネムーン期」といいます。

次に来るのが「幻滅期」です。数か月から、人によっては1年ほど経過した後起こってくる心の変化で、この時期が一番つらい時期といわれています。災害直後の混乱が収まり復旧に入るころ、疲れが出たり緊張の糸が切れたりし、やる気が起きなくなってきました。援助の遅れや行政への不満が噴出し、イライラの表現方法が分からず、けんかやトラブルが起りやすくなってきます。被災者の格差が出てくるのもこのころです。そして、被災から何年か経過して、復旧が進み再建の目途が付き「再建期」に入っていきます。

このような数年に及ぶ心の反応は、想像もできないことを経験したことによる、当たり前前の反応といわれています。その時その時の自分の心と体の変化をやさしく受け入れること、一人でその苦しさを抱えず、社会的なサポートを求めていくことなどが、大事なことになると思います。これは、災害時だけの特別なことではありません。HELPの利用者も日常から逃れて、何もできないという喪失感を持っているかもしれません。私たち支援者も、利用者にこのような心の変化があることを理解して、利用者が自分の足で立ち、歩んでいけるお手伝いができることを願っています。

(支援員)



非日常だからこそ普通にすごす

シェルターに入所することは、災害時に避難所に行くのと似ているところがあります。

取るものもとりにあえず、とにかく屋根とご飯と、ベッドさえあればと言うところから始まります。しかし、その非日常は、やがて、日常へと緩やかに変化していきます。食べるものは、非常時だからと言って、嫌いなものが食べられるわけではないし、嗜好や、好みも変わりません。当たり前のことです。HELPでは、誰でもが持っている、個性として、非常時でも非常時だからこそ、一人一人の、普通を大切に考えています。例えば、いつも見ている連続ドラマを見ること、食事時、どんなおかずにもマヨネーズをかけたいなど、ささやかな小さな、その人の普通。大きな、困難な課題を持っていればこそ、お気に入りのお笑い芸人のギャグで、笑ったりが、救いになることもあります。普段と違う場所で、我慢や、制限も沢山ありますが、ささやかな、普通を、HELPというシェルターでは大切に提供したいと思っています。

(支援員)



災害時に情報を得にくい人々への配慮

災害が起こった時、「何が起きているのか分からなくてとても怖かった」と思うのは、携帯電話やスマホを使い慣れていない高齢者や子どもたちばかりではありません。日本に住む外国籍の方、観光客たちも適時の外国語情報が得られず、とても不安になります。東日本大震災当時、HELPにいる外国籍女性たちは、「日本語がわからないから不安」と家に帰りたがらず、「災害用語」を連呼するTV報道の意味が分からず、スタッフを驚かせました。

「日常」通りにはいかない災害時、外国籍の方に必要な情報提供をするには、外国語での広報と「やさしい日本語」での広報双方が必要です。最近、交通機関が大型台風の状況を多言語で伝えたり、TV局が外国語の情報アプリのURLを報道したり、予防的対応は日進月歩しています。「やさしい日本語」の使用例としては、「大型台風」は「おおきい台風」、「緊急避難」は「はやく逃げる」などがあります。また、人生で一度も避難訓練をしたことのない方には、洪水の時は高い場所に逃げる、地震の時は机などの下にもぐり頭（や身体）を守るなど、被害を防止する具体的な行動を伝えるのも役立ちます。

災害後の対応としては、信頼する人との連絡方法を確保すること、必要物品等は日本人と同様ですが、不安を軽減する心理的対応では、音楽を聞く、身体を動かすなど言語に頼らない娯楽活動が大人にも子どもにもより効果が高いと思います。

(支援員)





HELP をサポートする団体

住環境の整備 ～ハビタット・フォー・ヒューマニティ・ジャパン～

私は、ハビタット・フォー・ヒューマニティ・ジャパンという国際 NGO 団体の学生支部に所属しています。普段私たちは夏休みと春休みの長期休みを利用して主に東南アジアの貧困地域に赴き、住居建築活動を行なっています。海外での活動だけでなく、国内でも住居支援活動を行っており、その活動の一環として、女性の家 HELP で施設の清掃などを中心にお手伝いさせていただきました。

施設へ到着して最初に驚いたのは、セキュリティの高さでした。この施設で暮らす方々は皆何か事情を抱えて避難されている。そんな女性のための施設だからこそそのセキュリティなのだ知り、なんとなくふわふわした気持ちが締まったのを覚えています。施設の奥の小さな部屋で、施設の説明や、活動の内容などを説明していただき、床の掃除とワックスがけを中心に行いました。洗濯物干し場を掃除している時、施設で暮らす外国籍の親子さんに出会いました。私たちは「おはようございます」と優しく声をかけましたが、少し怯えたようにしながら会釈をし、洗濯物を干し、去っていきました。想像はしていたけれど、思っていた以上に複雑な気持ちになってしまいました。しかし、その後に出会った男の子のおかげで、自分の中で変化がありました。その子はまだまだ小さく遊び盛りで、私たちが遊んでくれると分かると、とても嬉しそうに無邪気に笑っていました。私たちも思わず笑ってしまうくらいキラキラした笑顔でした。ここで暮らす方々は心に深く傷を負ってしまっているため、なかなか心から笑うことが難しいのだと思います。しかし子どもたちの笑顔には自然と笑みがこぼれるのではないかと、安らぐ瞬間があるのではないかと思いました。

私たちに出来ることというのは限られています。直接女性の方々を救うことは出来ないかもしれませんが、私たちが施設を訪れ、交流することで、少しでも笑ってもらえる瞬間があればと強く思いました。だから私は今後もお手伝いさせて頂ける機会があれば参加し、HELP の職員さんと来られる方々の力になりたいと思います。

ハビタット・フォー・ヒューマニティ・ジャパン
ボランティア 吉川さくら【神田外語大学】

活動報告

HELP お出かけプロジェクト①

◎ 品川アクアパーク

7月24日、総勢8名で品川アクアパークのイルカショーを楽しんできました。入口すぐのところにある水槽は、表面がモニターになっていて、触ると画面が変わる不思議な水槽でした。一行はこの水槽に相当な時間魅惑されていました。その奥に、海底を思わせる真っ暗な空間に電飾で彩られたメリーゴーランドが出現、大人もメリーゴーランドに乗り、つかの間のマーメイド体験を楽しみました。イルカショーではビニールコートを着て最前列に陣取るA君、びしょ濡れになりながらも、元気な6頭のイルカのしなやかなジャンプに目を丸くして楽しんでいました。





お知らせ

HELP の活動をお支え下さい！

物品寄付

いつもさまざまな献品を頂き、スタッフ一同心よりお礼申し上げます。

女性の家 HELP では、利用者の方への日用品等のお渡しにあたり、それが「日々の生活に不自由のない」状況に留まらず、慣れた環境や人間関係から離れ、多くのお気に入り物品を失ってシェルターへたどり着いた女性や子どもたちが、十分な休息をとり、新しい生活に向けた「希望」と「意欲」を育むきっかけとなるよう心掛けております。皆様からお寄せいただいたお志を活かして、年齢や国籍・文化等に基づくおひとりおひとりの多様な必要に応じていけるよう今後も努力してまいります。皆様のご協力をお願い申し上げます。

- 【食料品】 調味料 (砂糖・塩・醤油・サラダ油)、ジャム、お菓子、嗜好品 (コーヒー・紅茶・ココア・緑茶・ジュース・クリーム) *賞味期限内の物
- 【日用品】 シャンプー、洗濯用粉洗剤、台所用洗剤、ティッシュペーパー、化粧水 (中瓶)、乳液 (中瓶)、化粧品、歯磨き粉 (中サイズ)。
- 【衣料品】 大人・子ども用ーパジャマ、スウェット上下、靴下、部屋履き、ジャケット。
大人用 - パーカー、インナー (半袖、長袖) *新品をいただければ幸いです。
- 【その他】 ベबीカー (新品)、サングラス、靴、ノート、タオルケット、バスタオル (新品)、フェイスタオル (新品)、手芸用品 (刺繍糸など)。

送付先：〒169-0073 新宿区百人町 2-23-5
日本キリスト教婦人矯風会気付 HELP 事務局
※月曜日から金曜日までの配達指定をお願い致します。

HELP お出かけプロジェクト②

◎ 上野動物園

8月28日には、子ども2人を含め6名で上野動物園のパンダに会いに出かけました。木の上にぬいぐるみの様に引っかかっているシャンシャン、おしりを向けて寝転んでいるシンシン、1時間待ったのに……。でも、「暑い中、パンダちゃんご苦労様」と思う一行でした。次に、公園の東エリアと西エリアを結んでいるモノレールに乗りカフェテリアへ。かき氷、ソフトクリーム、パンケーキ、パフェなど、それぞれが好きなおやつをオーダーして一休み。その後、不忍池の蓮の花を楽しみながら公園を後にしました。

参加した子どもも大人も、安心して非日常を楽しむことが出来ました。NGO「地に平和」等からのお心遣いで、これらのイベントを企画、実施することが出来ましたこと感謝しております。ありがとうございました。



お誕生会

8月下旬、A君の6歳のお誕生会を盛大に開催しました。子どもの誕生日は、ここまで産み育てたお母さんにとっても感慨深い日です。この日は朝から、



誕生会を飾った巨大壁画

した後、A君とA君のお母さんと共にケーキ屋さんへ行き好きなケーキを選んでもらいました。ローソクをつけたケーキを見つめるお母さんの笑顔は輝いていました。A君 Happy Birthday!



2018 年度「女性の家HELP」クリスマス献金のお願い



クリスマスおめでとうございます。
皆さま、お健やかに過ごしていらっしゃいますか？
今年も、HELPを支えて下さる一人一人のお力により
助けを求める女性や子どもたちへの支援活動が続けられますことを
心から感謝申し上げます。



2018年度はこれまでに日本の他、
アメリカ、フィリピン、バングラディッシュ、
韓国、中国出身の女性 25 人と赤ちゃんや子どもたち 9 人が
緊急時の居場所として HELP を利用され、
また悩みを抱える女性たちへの電話相談を継続しました。



配偶者による暴力や不本意な遺棄等さまざまな事情で居所を失い、
新生活を築くに時間のかかる状況の中で、
HELP を必要とする女性たちにふさわしい支援が届けられるように
スタッフ一同、努力を重ねております。

安全で安心できる“家”であり続けるために
老朽化の進む建造物の補修等、
住環境の改善がますます求められています。



こうした必要に応え、HELP に与えられた社会的使命を全うするため、
クリスマス献金による HELP へのご支援を
何卒よろしくお願い申し上げます。

2018 年 11 月

公益財団法人 日本キリスト教婦人矯風会
理事長 飯田 瑞穂
女性の家 HELP 施設長 松井 弘子

献金送付先



郵便振替口座：00110-5-188775 加入者名：女性の家 HELP

公益財団法人 日本キリスト教婦人矯風会
女性の家 HELP
連絡先 TEL 03-3368-8855