

中堅・中小企業海外安全対策ネットワーク第5回本会合 (参加組織による最近の取組・活動方針等)

令和3年3月15日
ネットワーク事務局

1 情報発信面での取組

(1) 国内における安全対策セミナー

【エンジニアリング協会】

- ・2020年9月16日(水)当協会において公安調査庁による国際テロ情勢に関する講演会を開催。「国際テロリズム要覧2020」及び「サイバー攻撃の現状2020」の各冊子を配布。
- ・2020年10月21日(水)~23日(金)、東京ビックサイト青海展示棟にて開催した危機管理産業展(RISCON TOKYO 2020)を後援。10月23日、同展にてCrisis Management Groupによる安全対策訓練セミナーを開催。
- ・2020年11月27日(金)、当協会において外務省 領事局 石丸邦人テロ対策室長 兼 経済局 官民連携推進室日本企業海外安全対策特別専門官によるWEB講演会(コロナ禍における海外での安全確保 ~政府の取組と企業の皆様へのお願い~)を開催。

【海外建設協会】

- ・国土交通省が毎年開催している「海外安全対策セミナー(本年度第5回)」に後援として、毎年参画しており、本年度(2020年12月)は講師派遣を行った。

【海外コンサルタンツ協会(ECFA)】

ア 海外活動安全対策強化セミナー

- ・2020年11月、『海外活動安全対策強化セミナー』~再渡航に当たって新型コロナウイルスにどう対応するのか~をZoomで開催。1部はJICA顧問医による海外における新型コロナウイルス対策のポイントなどの説明。2部は、「渡航再開に当たりコロナウイルス感染及び重症化に伴う緊急搬送を想定したグループワークを行った。延べ148名が参加。

イ 海外活動安全対策強化ポスター(別添1-1)

- ・2016年のダッカテロ事件を風化させないため、当協会では事件が発生した毎年7月に「海外活動安全強化月間キャンペーン」用ポスターを制作し、会員企業やJICA在外事務所へ配布。

ウ 渡航判断基準書(別添1-2)

- ・新型コロナ禍の中、会員は途上国への渡航が必要となる状況が発生しているため、その際の渡航判断に係る基準書(ひな形)を作成し、会員へ提供。

エ ミャンマー軍事クーデターへの対応

- ・2021年2月1日にミャンマーで発生した軍事クーデターへの対応で、ECFA会員が現地でODA事業に従事しているため現地情報をECFAが吸い上げ、ハブとなり会員へ情報発信を行っている。これまでに計10回発信。

オ ミャンマー情勢を踏まえたコンサル業界からの要望

- ・ミャンマーの軍事クーデターを踏まえ、ECFAでは会員に対し緊急アンケートを実施。結果については、要望書として取りまとめ国土交通省(2月5日)及び外務省(2月8日)へ提出。

【海外邦人安全協会】

- ・昨年2月、9月及び12月、東京において、海外邦人安全協会主催で、安全対策講演会を3回実施。2月の講演会では、外務省診療所長を講師として、新型コロナウイルスに対する政府の取組、公館所属医務官による医療アドバイスの積極的活用、外務省の医務官制度、9月の講演会では、前在ニューヨーク総領事館領事部長を講師として、我が国在外公館の概要と役割、海外在留邦人コミュニティ、海外進出企業を取り巻くリスク、これまでの勤務地ニューヨーク、英国、ドイツ、インドにおける新型コロナウイルス情報、12月講演会では、内閣官房危機管理監アドバイザーでもある疫学・公衆衛生分野の専門家、東京慈恵会医科大学教授を講師として、新型コロナウイルス感染症の感染・発病のメカニズム、感染力と自然免疫、ウイルスの構造、ワクチン開発と効果、変異ウイルスへの対応など、疫学的な見地から講演いただいた。
- ・この他に、企業安全対策責任者に対する講習会を2回、通常社員総会に外務省から海外邦人安全課長並びに邦人テロ対策室長に出席いただき、新型コロナウイルスに対する外務省を挙げての取り組み、外務省から企業の皆様へ発出したメッセージ『新型コロナウイルス感染症時代のテロ対策』についてお話を頂戴した。
- ・当協会は、安全対策講演会・セミナー等を一昨年まで、毎年10回程度開催してきているが、昨年はコロナ禍で、規模を縮小、回数を制限しての実施が余儀ない状況であった。

【国際協力機構（JICA）】

- ・コロナ禍の影響により、2020年度は安全対策研修（渡航者向け、管理者向け）、テロ対策実技訓練の実施を一部見合わせたが、2020年4月～2021年2月末までに延べ14回実施し、合計502名が参加した。また、研修の実施体制について、オンライン形式への変更や人数を制限し、必要な対策を講じた上で実施するなどの工夫をして再開している。
- ・補完的な研修教材として、理解度テストや動画を追加したウェブ版の安全対策研修の提供を開始し、これまでに合計1,828名が登録・参加した。

【中小企業基盤整備機構（中小機構）】

- ・海外展開を予定している企業に向けた安全対策セミナーを外務省、日本貿易振興機構との共催にて実施（2020年11月札幌（ウェビナー形式）、ほか計4回）。

【日本在外企業協会】

ア 国内外に向けた「海外安全講演会」開催 収録・一般公開

- ・2020年9月 「コロナ禍の国際情勢」 →愛知淑徳大学 真田教授
- ・2020年12月 「コロナ禍における医療アシスタンスについて」
→インターナショナル SOS 野村医師

イ 国内外に向けた「海外安全部会」開催 収録・会員企業のみ公開

- ・2020年5、11月「新型コロナ危機～海外派遣企業の対策」
→東京医科大学病院 濱田医師
- ・2021年1月「海外進出企業の安全対策～最近の邦人援護事例とテロ情勢を題材に」
→外務省 領事局 石丸邦人テロ対策室長
「海外における新型コロナ感染症の対応」
→外務省 平野診療所長

【日本商工会議所】

- ・ホームページ・メールマガジンを通じ、外務省主催の「海外進出企業向け 安全対策セミナー」を会員中小企業等に周知。

【日本貿易会】

- ・2回のセミナーを開催し、海外渡航・赴任前に注意すべき医療事情と諸対策、コロナ禍における海外安全対策について説明を受けた。

2020 年 10 月 16 日	第 5 回海外安全対策セミナー(オンライン開催) 講演 : 海外渡航・赴任前に注意すべき医療事情と諸対策 ～現地での健康維持・管理のポイント 講師 : 外務省 診療所長 平野加容子氏 ※講演のポイントを日本貿易会月報 2020 年 11 月号に掲載
2021 年 3 月 4 日	第 6 回海外安全対策セミナー(オンライン開催) 講演 : コロナ禍における海外安全対策 講師 : インターナショナル SOS シンガポール リージョナルメディカルディレクター アジア地域担当 野村亜希子氏 セキュリティディレクター ノースアジア 黒木康正氏 ※講演のポイントを日本貿易会月報 2021 年 4 月号に掲載予定

【日本貿易振興機構 (JETRO)】

- ・2020 年度、外務省主催「安全対策セミナー」において、札幌・東京・名古屋で開催された 5 回のセミナーに共催団体として参加。更に、2021 年 1 月 21 日開催 (於：東京) のセミナーでは、ジェトロ職員が講師として 2 名登壇。「コロナ禍におけるジェトロの海外安全対策の取組」「コロナ禍の海外進出日系企業活動の実態」について講演。
- ・2021 年度も同様に外務省主催「安全対策セミナー」に共催団体として参加し、一部地域においては講師派遣を実施する予定。

(2) 国外における安全対策セミナー

【国際協力機構 (JICA)】

- ・コロナ禍による影響を踏まえ、2020 年度は実施せず。

【日本在外企業協会】

- ・前掲のとおり。

(3) 機関誌／機関紙への掲載

【海外邦人安全協会】(別添 2)

- ・「非常事態に備えるメンタルヘルス」と題する、当協会理事へのインタビュー特集記事が月刊「海外子女教育」(海外子女教育振興財団) 2021 年 1 月号に掲載された。「今回のコロナ禍も含めて試練に遭遇したときこそ、むしろその災禍から何かを得て力にしてほしい。つねに

メンタル面で安定した状態を保ち、トラブルを上手に回避して、心に受けるダメージから素早く回復するためにはどうしたらいいのか。」などをテーマとした記事で、海外進出企業の安全対策担当者の皆様の参考になると思われる。

【日本在外企業協会】

ア 日外協 月刊誌「グローバル経営」への掲載

- ・本誌において毎年 10 月に海外安全対策を特集。また毎月海外安全に関する掲載を企業の海外危機管理を中心に掲載。毎月 3 千部、国内外に送付。

イ 海外安全対策関連のダイレクトメールを毎月送付

- ・海外安全の専門家、医師、企業の海外安全責任者の方々より寄稿頂いた内容を国内外 500 名にメール送信。コロナ禍、メンタルに関する記事が好評。

(4) 海外安全対策関連資料の活用

【国際協力機構（JICA）】

- ・「海外安全対策ハンドブック（2020 年版）」の電子データを JICA の安全対策ページにも掲載し、事業関係者への周知徹底を図っている。

【中小企業基盤整備機構（中小機構）】

- ・今年度実施している「海外展開ハンズオン支援」等において、海外渡航を予定している中小企業に対して、担当する専門家より外務省作成の海外安全対策関連資料（ゴルゴ 13 の海外対策マニュアル等）を紹介している。
- ・海外子会社運営に関する講演（2021 年 1 月）において、中小機構作成の「海外リスクマネジメントマニュアル」（2016 年作成）を紹介。本マニュアルは中小機構の HP にも掲載しており、海外進出にあたり想定される様々なリスクについての具体的対策について紹介している。

【日本貿易振興機構（JETRO）】

- ・ジェトロのウェブサイト特集ページ「海外の治安・安全情報とビジネスへの影響」(<https://www.jetro.go.jp/biznews/feature/keepingyousafe2019.html>)を設けており、新型コロナウイルス関連の情報の他、テロ事件や現地治安情勢、ビジネスへの影響、日系各社の安全対策のヒントとなる記事を、2021 年度は、3 月 3 日時点において、26 件掲載している。

2 企業間勉強会・意見交換会の実施

【海外建設協会】

- ・「安全対策部会」、「新型コロナウイルス感染症対策部会」を立ち上げ、諸問題について、関係会員と関係機関との意見交換会等を実施し、要望提出を行った。

【海外コンサルタンツ協会（ECFA）】

ア 安全対策分科会幹事会

- ・ECFA における安全対策活動につき議論を行うため、これまでに計 8 回開催した。

イ JICA 人事部健康管理室との打ち合わせ

- ・前述の海外活動安全対策強化セミナー実施のため、JICA 人事部健康管理室と数回打ち合わせを開催。

ウ 国際協力事業安全対策会議へ参加

- ・ 2020 年 12 月、外務省主催の「国際協力事業安全対策会議」へ出席し、ECFA における安全対策活動について報告を行う。また事前に現場に対して実施したアンケート結果につき、現場の要望や問題点を発信。

【日本在外企業協会】

- ・ 海外安全グループ研究会の実施
- ー 国内に 5 つの海外安全グループ研究会を展開し、会員企業間の情報交換や対策立案を目的として、定期的にオンライン研究会を開催。

【日本貿易会】

- ・ 会員間の意見交換会を 1 回実施。
2020. 7. 16 海外安全対策ワーキンググループ第 4 回 WG（オンライン開催）
新型コロナウイルスの感染拡大対応に関する課題共有と情報交換

3 企業向けサポートサービス（個別相談窓口等）の展開

【国際協力機構（JICA）】

- ・ JICA の安全対策ページに国別安全対策措置などの安全対策情報を提供するとともに、新型コロナウイルス感染症対策に係る情報（行動規範や海外における感染予防・拡大防止策等）も随時掲載し、国際協力事業関係者に対する情報提供を行っている。

【日本在外企業協会】

- ア 年間 12 回、東京/大阪にて「海外赴任前セミナー」をハイブリッド、オンラインで開催。日商・東商とも連携し、全国の企業より出席。

イ 毎年、「海外安全・危機管理 認定試験」を開催

- 管理者コースを年 2 回、責任者コースを年 1 回開催し、企業の海外安全担当者の早期育成を目的に開催。

ウ シミュレーションセミナーの開催

- 誘拐事件対応など、具体的な対応内容を学ぶセミナーを開催。

エ 「海外安全アドバイザー」制度

- 企業からの要請に基づき、当協会からアドバイザーを派遣、海外安全／危機管理の講演や、安全マニュアル作成などの指導を実施。

【日本商工会議所】

- ・ 中小企業を対象に、出張者や海外駐在中の社員の有事にサポートする「商工会議所の海外危機対策プラン」をホームページ・メールマガジンにより周知

4 今後の方針

【日本貿易会】

- ・ 2021 年度も引き続き、国内・会員向けに活動を継続。

2020年度 海外活動安全強化月間

いってきます。

おかえりなさい。

遠い国の人に笑顔を届け、笑顔で帰るために。

あらゆる危険から自分を守ろう。あなたの笑顔を待つ人のためにも。



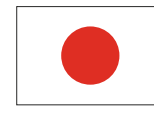
(一社) 海外コンサルタンツ協会

【主催】 一般社団法人 海外コンサルタンツ協会
 【後援】 独立行政法人 国際協力機構／一般社団法人 国際建設技術協会／一般社団法人 海外運輸協力協会／
 一般社団法人 海外農業開発コンサルタンツ協会／一般社団法人 海外建設協会／公益社団法人 日本技術士会

【ポスター図案の解説】 2016年7月に発生したダッカテロ事件の教訓を風化させないため、毎年7月に安全強化月間を設けました。
 安全に、怪我無く、笑顔で愛する家族の元に戻ることをイメージして図案を作成しました。



私たちは持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。



From the People of Japan



渡航判断基準書（ひな形）

本渡航判断基準書（ひな形）は、会員から寄せられた情報により本幹事会で検討・作成したものです。あくまでもこの判断基準は、一つの目安なので、各社のご事情に合わせて加筆修正をしてください。又、本書の各項目毎の状況をチェックし、判断結果を記入していきますが、最終的には、個々の項目の判断結果を責任者が総合的に見て判断されることを提案致します。

役員	上長	本人

承認日：●●●●年●●月●●日

申請日：●●●●年●●月●●日

渡航先国：

案件名：

判断基準	状況	判断
1. 実施体制/受け入れ体制		
・客先からの強い渡航要請があるか（資金協力）		
・JICAからの渡航連絡があるか（JICA契約）		
・施主またはカウンターパートの受入れ支援があるか ※ビザなど許認可関係		
2. 渡航当該国の感染状況		
・外務省渡航レベルが2以下であること		
・感染者数の傾向（増加・横ばい・減少）はどうか		
・死者数の傾向（増加・横ばい・減少）はどうか		
3. 出入国管理・検疫上の障害		
・必要なビザが支給されるか		
・PCR陰性証明の要否確認はあるか		
・入国時の隔離措置の有無及び期間を確認したか		
・現地への渡航が可能である渡航ルート（商用便）があり、無理の無い日数、時間で移動可能か		
・外務省及びJICA現地事務所からの情報を収集したか		
4. 関係者がウィルスに感染/ウィルス外の重篤疾病・傷病罹患の際のケア、移送		
・海外旅行保険に加入しているか		
・コロナ感染者/一般傷病者を受け入れる病院が確保されているか		
・コロナ感染者、濃厚接触者の待機宿泊場所の有無確認適切な医療機関にて治療が受けられる(契約しているか)、 且つ、医療機関がひっ迫していないか		
・感染等の緊急時にプライベートジェットを確保し、緊急搬送が出来るか		
【JICA現地事務所からの情報を収集したか】 ・体調不良時の相談窓口は確認しているか ・PCR検査機関の事前確認・確保(含む事前契約)は行ったか ・人工呼吸器(又はECMO)がオペレーショナルな医療機関のリサーチは行ったか、又、病床確保/優先対応契約はなされているか ・医療機関、軽症者受け入れ施設、ホテル等の確保はされているか、 又、当事国政府との自宅隔離に関する合意は得ているか ・国内移送手段は確保されているか ・緊急移送に係る医療機関からの協力は取り付けられているか (医療情報提供、退院許可等) ・緊急移送のための出国に関する当事国との事前の同意、手続きは確認しているか		
5. 業務、滞在、生活上の障害		
・生活に影響を及ぼす大きな外出規制が無い、外食、買い物、現場作業、客先協議等に大きな制約が無い		
・感染予防対策を講じている安全なホテルの確保ができるか		
・自宅内を含む自己隔離環境は整備されているか		

判断基準		状況	判断
	・ロックダウンによる外出制限がないか		
	・ロックダウンに備えた自宅各戸での生活物資の備蓄は十分か		
	・現地における感染予防対策(アルコール消毒液、飛散防止アクリル板などの衛生用品等の現地入手も含め)は可能か		
6. その他			
	・本人の同意、健康状態(基礎疾患)等の手続きが済んでいるか		
	・家族の同意の手続きが済んでいるか		
	・当該国及び帰国後の隔離機関と現地での業務従事期間が妥当か (2W：入国後隔離、1W：業務、2W：帰国後隔離)		
	・JICAが提示する渡航に係る打合せ簿の同意(含む行動規範)は取れているか		
※無断での転載や使用は禁じます。			

非常事態に備える メンタルヘルス



コロナ禍で閑散としたベルリンの街

新しい年が明けた。昨年の「耐える一年」が年をま
たいでも続きそうな気配だが、あらためて平穏な日常
の回復を心から願う新春だ。一方、昨年は相変わらず
自然災害の多い年でもあった。地球の動的变化と我々
の日常の安全との折り合いをどうつけるか、たいへん
な課題は引き続き存在している。

今回のコロナ禍も含めて試練に遭遇したときこそ、
むしろその災禍から何かを得て力にしてほしいと願う。
つねにメンタル面で安定した状態を保ち、トラブルを
上手に回避して、心に受けるダメージから素早く回復
するためにはどうしたらいいのか。

新春にあたり、日ごろから心がけておきたい「万が一」
への備えや留意すべきことについて、海外生活力
ウンセラーの福永佳津子さんに話を聞いた。

取材・文 小山 和智

※本特集で使用した写真は福永佳津子さんにご提供いただきました。

災難は忘れる間もなく
やってくる

—— おめでとうございます。昨
年は圧倒的にコロナ、コロナでた
いへんな一年でした。それでも、
新しい年を迎えて気持ちが引き締
まるとともに、何かいいことを運
んできてくれそうな予感もあります。
福永 おめでとうございます。昨
年は世界中がコロナ禍に心砕かれ、
平常でない日常に翻弄された一年
でしたね。想像だにしない非常事
態を体験し、「どんなことも起こ
り得る」と覚悟した一年だったと
もいえます。

—— 非常事態にもいろいろあつ
て、「自宅に泥棒が入った」「路地
裏でホールドアップに遭った」「子
どもの高熱が下がらない」……と
いった個人レベルのものから、天
災や戦争・暴動などの生活の基盤
を揺るがす甚大なものまでありま
す。新春の話題としては、その中
間くらいをイメージしていますけ
ど……（笑）。

福永 自然災害といえば、地震と
水害の被害が多く報告されていま



聞き手・コラム:

小山 和智

本誌ライター／グローバル化社会の
教育研究会(EGS) 事務局長

ジャカルタ日本人学校、クアラルンプール日
本人学校、上海日本人学校で3年ずつ勤務経
験を持つ。企業・学校等での異文化対応研修
講師も300回以上担当。



海外生活カウンセラー／海外邦人安全協合理事
NPO国際人をめざす会副会長／ジャムズネット東京理事

福永佳津子さん

上智大学卒。ニューヨーク在住6年、マンハッ
タンビルカレッジで修士号(MH)取得。ニューヨーク
WISH日本語電話相談室カウンセラー。帰国後は、
海外生活カウンセラーとして講演・執筆多数。著
書・編書に『ある日海外赴任』(ジャパンタイムズ)、
『海外安全ガイド』(KDDクリエイティブ)、『アジ
アで暮らすとき困らない本』(ジャパンタイムズ)
など。2男2女の母。

す。水害は急激に来るものだけで
なく、じわじわ押し寄せてくるケ
ースもあります。オロオロしてい
るうちに、手遅れの恐怖を味わ
うことのないようにしたいですね。
大陸の平野部はほぼ水平な
ので、上流で豪雨が降ってから一
カ月以上たつて、下流の洪水にな
ることがありますよね。そのうえ
水がなかなか引かないので、学校
が数カ月臨時休校となったりする
ケースもあります。

福永 そうですね。バンコク日本
人学校など、何度かそういう歴史
があります。またタイの日系自動
車関連各社が、洪水の被害拡大で
何カ月も操業をストップした事例
も記憶に新しいですね。洪水や浸
水に頻繁に見舞われる国や地域で
は、家を借りる際に外壁についた
水痕をチェックし忘れないことが
大事です。「へー、ここまで水が
来ちゃうんだ」と知っておく必要
があります。

また自然災害以外で日本人が関
係した非常事態では、ペルーの日
本大使公邸人質事件(一九九六年)、
インドネシアのジャカルタ騒乱
(一九九八年)、アメリカの「九・
一一」(同時多発テロ事件)二〇

〇一年)、バングラデシユの飲食
店襲撃事件(二〇一六年)なども
私たちを震え上がらせた。

今回のコロナもそうですが
感染症も怖いですね。「豚インフ
ルエンザで休校」ということもあ
りました。

福永 中国に端を発したSARS
(二〇〇三年)では邦人退避勧告
が出され、駐在員家族が緊急帰国
しています。今回のコロナ禍でも
帰国を余儀なくされたケースが少
なくありません。中国の武漢に日
本政府が救援機を飛ばしましたし、
ペルーで足止めとなった邦人旅行
客にも同様の帰国支援を行ってい
ます。

緊急帰国になった事例では、
ジャカルタ暴動の記憶がまだ鮮明
に残っています。下校途中の日本
人学校のスクールバスが立ち往生
してしまい、やむなく引き返した
ため、子どもたちは学校にひと晩
泊まることになりました。その後
二十六日間、休校せざるを得ませ
んでした。暴徒は中国系インドネ
シア人が所有する住居も標的にし
たので、そこに住んでいた日本人
の身も危険でしたし……。

福永 はい。その差し迫る状況を



9・11 慰霊碑の前で。2枚の羽の間から事件現場が見える。
(慰霊碑は日本人建築家、曾野正之氏が設計)

受けて、外務省は家族等退避勧告を発令し、駐在員家族は緊急帰国となりました。もつとも、当時はインターネットが発達していなかったために、足もとで起きていることを理解できず、「テレビのニュースでジャカルタの騒動をやったけど、いったいどうなってるの？」と心配する日本の家族からの情報で事態を掌握した人たちも

多かったようです。

こうした際、「俺も不満がたっぷりある。デモに参加するぞ！」と闘志を燃やす輩を増やさないため、現地の報道が抑え気味になりがちなことでも知っておきましょう。親たちは子どもたちが通う学校の対応の違いにも戸惑いました。

「上の子の日本人学校は通常通り。下の子のインターナショナルスクールは先生がたがとつくに退避、出国して休校に。えーっ？ どっちの対応が正しいの？」と。企業レベルでは、家族を帰す帰さない、他の企業がどうするか、いつのタ



悲劇の現場跡地

イミングで退避させるかを、お互いの顔色を見ながら対応を探っていたことは、反省材料ですね。

—— 危機対応のノウハウが整っていない企業も多かったということですね。結局、外務省からの「退避勧告」が出て、どんな混乱がありましたか？

福永 こんなときだからと手荷物を増やせるわけもなく、二度とインドネシアに戻れないかもしれないなかで、最小限の手荷物（通常の搭乗時と同じ条件）に何を入れるかは大問題でした。命の次に大事なものの……それに尽きるもので、あとでお金で買えるものは全部置いていく決断が必要でした。それでも、「銀行口座はどうなるのか？」など、万が一に備えた危機対応のノウハウがなく、右往左往した人たちがたくさんいたでしょう。なにせ、帰国命令が出てその日のうちに空港に走らなくてはならなかった人もいたのですから。—— 急に滞在国を離れるとなると、精神的な負担はたいへんなものだと思います。

福永 メイドさんを置いて、自分たちだけが逃げ出すことへの後ろめたさや、ご近所や学校の友達に

サヨナラを言えなかった心残りなどを抑えながら、「とにかく日本に無事にたどり着かなくては」との思いで救援機に乗り込むことに。加えて日本で始まる退避生活を思えば、先の見えない不安でいっぱいだったことでしょう。

「九・一一」、そのとき子どもたちは

—— アメリカの「九・一一」では、日本人駐在員のかたなど二十四人が犠牲になられていますね。福永さんは、実際にニューヨークに取材にいらして、支援活動にもかかわられたようですが？

福永 現地に行つて痛感したことには、「自国を離れると、私たちはその国のマイノリティ（少数派）なんだ」ということです。邦人同士、あらゆる知恵と力を結集し、頼り合い助け合う必要があると、あらためて認識しました。そんな思いから、ジャムズネットが立ち上がり、私もお手伝いをしています。

※ JAMSNET (Japanese Medical Support Network) 邦人医療支援ネットワーク。現在、米ニューヨーク、東京、アジア全域、カナダ、ドイツ、スイスの6カ所で活動を行っている。

また当時、自身は「American Red Cross」のボランティア活動に参加し、災害支援のスケールの違いを目のあたりにして圧倒されました。

直接的に身の危険を感じなくとも、テレビで爆発・倒壊・混乱の画像は流れますし、親しい人が犠牲になって、いっしょに悲しみに暮れることもありますよね？

福永 ニューヨーク市民に尋ねれば、かならず自分の知り合いの関係者が、友達の友達が、毎日顔を合わせていた同僚が犠牲に……とことばを詰まらせて語るほど、決して他人事でない悲しみが全米を駆け巡りました。「高層ビルを見ると、心臓がバクバクする」と言う人もいて、心的影響ははかり知れないことに。

—— 子どもたちへの影響はどうだったのでしょうか？

福永 メディアが流す映像には、十分注意が必要です。アメリカでは「子どもに映像を見せないように」というテロップが瞬時に流されました。それでも、学校や街なかではその話題になりますし、なにげない遊びのなかで、段ボールと模型飛行機で「ごっこ遊び」を

する子どもたちも出てきて、親たちは慌てました。

子どもたちのなかには、食べ続けることで心の空腹を満たそうとしたケース（過食症）や、事件後の対応に追われて何日も帰宅できずにいた父親から離れないというケースもありました。

しかし駅のホームには「いつもと同じように普通に暮らそう」と書かれたメッセージが貼られていて、動揺を広げることのないよう、人々は努めて平常心を持って行動していたように思えます。

—— こうした事件・事故が起きた際、思わぬ二次被害といえますか、「日本人だから」という「視線」を感じたり、攻撃を受けたりする事例はありますか？

福永 一九九〇年の湾岸戦争のとき、子どもたちに対して、こんなことがありました。現地小学校の授業で、クラスメイトが日本人児童に率直に質問したのです。「日本はどうして湾岸戦争に兵隊を送らないの？ ずるくない？」。これを受けて、親たちが反論のための英文を必死で作成しています。

今回のコロナ禍でも、海外で思わぬ差別に出会って驚く経験をし

た人の報告を聞いています。中国に端を発したということ、アジア系の女性が通行人に殴られたとか、街ですれ違いざまに「ハロ―コロナ」と声をかけられたとか、ある店舗で消毒用スプレーをかけられたとか……。子どもたちが思わぬ風向きの変化に戸惑うことのないよう、注意が必要です。

家族で どう乗り越えていくか

—— 今回のコロナ禍は、いわゆる自然災害や騒乱とは違って、世界中が見えざる敵とどう共存していくかの問題とも思えます。

福永 コロナ禍を受けて、各国は感染拡大を防ぐための水際作戦を徹底し、国境を封鎖して地球規模の移動をストップさせ、個人にはステイホームを厳しくい渡しています。人々の自由な移動や営みを止めるという処方箋は、ご承知のように社会生活にも個人の日常生活にもたいへんな影響をもたらしました。

—— 駐在員や日本人学校の先生の帰任・着任にも、影響が出てい

ます。「後任の人や先生が来られない」となって、あらゆる場面で現状維持を強いられました。そんななか、子どもたちはどんな状況だったのでしょうか。

福永 おおかたの子どもたちは、学校の先生や両親、周囲の人たちの力も借りて、自分なりに目の前の事態に寄り添い、乗り切ってきたように思います。しかし、そうはいっても子どもですから、「つまらない」「友達に会えない」「外で遊びたい」「勉強がたいへん」「コロナが心配」……となって、いつもと違う様子を見せ、それによって「食欲が増える／減る」「おなか痛い」「眠れない」……といった変調を見せました。でも、大人たちだって同じで、私も人に会えず、相当につまらなかつたです（笑）。

—— 行動面の変化はどうでしょう？

福永 年齢にもよりますが、いつもと違えば不安は高まり、それに呼応するように「落ち着きがない」「わがままになる」「ふだんよりよくしゃべる／しゃべらない」「親にまとわりついて離れない」「眠れない」「お漏らしをする」などの症状が出る場合があります。親



携帯をQRコードにかざしデータを読ませて入場するシステム。(原則としてすべての場所での出入りの登録が必要。ID番号から追跡が可能でその建物内で陽性が出たら知らせが届く)



シンガポールのナショナルデー 兵隊たちは全員マスク着用



エレベーターの乗員規制=「1基3人まで。1基の間隔を取って乗ること」とある

は子どもの様子の変化を見落とさないよう心がけるとともに、子どもの思いにじっくり耳を傾ける気持ちの余裕を持ちたいですね。もともと幼児にとっては、「父親が家にいる＝お休みの日」以外のなものでもないわけで、遊んでほしくて仕方ないとなります。「パパはお仕事中」をはたして理解できるか、悩ましいですね(笑)。

—— そうした兆候が出る前に、あるいは出た場合にも、子どもたちには、どう向き合えばいいでしょうか？

福永 まず、子どもたちに、いま起きていることを正しく教えます。ウェブサイトを利用するのもいいでしょう。次に、子どもたちとい

まやるべきこと、つまりはマスクをすること、手をしっかりと洗うことなどを確認します。そして、目に見えないウイルスと世界中のみんなが一生懸命闘っていることを伝えます。

子どもが兄弟げんかを頻繁にしたり玩具を投げたりするのは、どの家庭でも起こり得る反応です。で、親が必要以上に過敏に反応しないことが求められます。子どもにわかりやすいことばで事態を説明すること、そしてふだんと変わらない生活を送る努力をすることが、子どもの恐怖やストレスを軽減する手立てとなります。親の揺るぎない姿勢は、子どもにとっても心強く頼もしいものです。

—— 心理学では「積極的傾聴」というそうですが、相手の感情を受け止めながら、思いやりをもって聞く姿勢も大事ですね。そうすることでストレスや緊張をほぐし、自ら問題に対処できるように支援していけば、子どもは元氣を取り戻せます。他方で、父親もずっと家にいるわけですから、父親にも、周りの家族にもストレス症状が出てきておかしくないですね。

福永 「テレワーク用の部屋がな

い」「仕事とプライベートのけじめがない」「家なのにリラックスできない」「オンライン会議のときに、子どもが騒いでうるさい」「仕事が安定せず、経済的に不安」「家にいるので、家事や子育てに口出ししたくなる」など、父親もたいへんです。

—— 「父親も子どもも、ずっとステイホーム」となると、母親のストレスは相当ですね(笑)。

福永 駐在生活の守護神であり大黒柱でもある母親ですが、いい顔ばかりはしてられません。家事労働は圧倒的に増え、子どもの兄弟げんかの仲裁や、勉強に寄り添う手間、学習環境づくりの苦労……そしてなにより、家族から感染者を出さない気遣いまでも引き受けることになり、「いい加減にして!」と叫びたくなったはずです。そのうえ、夫が自宅で仕事をしているわけですから、テレワーク中の夫のものの言いが漏れ聞こえてきたりして、つい、「あなた、いつもあんな偉そうな態度なの?」と忠告したらけんかになったと、知人が苦笑していました。

—— 母親自身が気をつけるべきことは、どんなことでしょうか？

福永 少しでもいいので、自分だけの時間を生み出すことや、友人や仲間とのやり取りで胸のつかえを吐き出すことは大事です。その友人とて同じ状況下にあるわけで、「そうそうわかる。やってられないよねー」と、互いの思いをキャッチボールするだけで、ずいぶんと気持ちになるはずですよ。

母親はスーパーウーマンではありません。夫や子どもたちにできることはしてもらい、家事の手抜きを工夫して、ひとりでがんばりすぎないことです。できない環境にあるのに、「ふだん通り」から目標値を下げないと破綻します。

いつも整然としていた部屋が散らかったまま、家族の在宅で家事がうまくはかどらない、あれもできていない、これもできていない、と嘆くのではなく、家事労働のメニューを大幅に削減して、最低限の労働で済ませることをよしとする度胸を持つことです。「あきらめる、やめる、捨てる、忘れる」そのうえで、「なんとかなるさー」と鼻歌でも歌っていたらいいのです。

子どもの勉強・生活はどうしたらいいか

—— 低学年の子のなかには、机の前にじっと座って学習する習慣がついていない子も少なくありません。「うちの子だけ画面から退去していた」なんてことはよくあります（笑）。

叱れば泣くし、泣いたら父親が部屋から飛び出してきて「うるさい！」と怒鳴る。お互いに怒ったり泣いたりして、にぎやかですよ。福永 環境の変化に慣れるまでには助走期間が必要です。その間、不満を挙げ連ねる空気に支配されてはいけません。

トイレットペーパーが売り場から消えたが続いたことがあります。「我が家の在庫は残りわずか。きつとある。どこかにある。私のトイレロール……」と探し回って、怪しい路地裏の店までのぞきにのぞいて……。そしてついに売れ残りの、何年ものかわからない代物を見つけたときの感動といったら！ その報告に我が家は盛り上がりました。だからこそその発

見は、そこかしこにあるのです。

—— 先ほど、「ふだんと変わらない生活を送る努力をすること」とおっしゃいましたが、ポイントをいくつか挙げてください。

福永 たとえば、「子どもは七時起床、夜八時就寝」がこれまでのルーティンであれば、そのリズムを維持することが大切です。オンライン授業があればともかく、学校がないとなれば、ついだらだらと気分任せで何をするでもない日常となりがちです。「食後の一定時間は机の前に座ること」「学校の課題に毎日向き合うこと」を約束事とします。

加えて、子どもに合わせた独自の時間割をつくり、そのなかに親子でできるアクティビティを忘れずに差し挟みたいですね。「いっしょに料理をする」「家族で散歩をする」「キャッチボールをする」「家の中でゲーム大会をする」……など。またふだん「やるやる、明日やる」と先送りしていたアルバム整理を、子どもと進めるプロジェクトにしても楽しいですね。

—— もちろん、スマホのゲームに熱中したりYouTubeばかりとまらないようにしたいですね。

福永 「高学年になると自室にもって、もっぱらスマホいじり。友達とのラインで盛り上がりつつ勉強そつちのけ」と、友人は嘆きます。あるいは、「父親はテレワーク、母親はエッセンシャルワーカー。子どもを構う人がいないため、ゲーム三昧となってしまう」というご家族も……。親の目や手がなかった場合は、今回ほんとうに厳しかったですね。

それでも、スマホやゲームは悪ではなく、現代では必要なツールであり、遊びです。息抜きや気分転換のためにも、取り上げたり厳しく制限したりするより、上手に向き合わせる必要があります。「何時間ならOKにしようか？」とぜひ相談して決めてください。自分で納得して決めたことは守るはずですよ。また、YouTubeは、楽しくするための映像を、あの手この手で提供しています。上手に利用して単調な日常に変化をつけたご家庭も多かったのではないですか。

—— 一方、学校現場はどうでしたか？

福永 国や地域、環境にもよりますが、学校現場はさまざまな工夫



新春コラム 笑う門には福来たる

日本の正月の風物詩に「三河万歳」がある。物事の繁栄を願う、めでたい文句をおどけて唱えて舞うことで、ほんとうに幸せがやってくる信じられている。

起源は戦国時代の三河の国（現在の愛知県南部）で、当時は戦に明け暮れていたうえ、毎年水害にも襲われていた。「たいへんな災難に遭ったときこそ、くじけない精神力や心のゆとりが被害を最小に抑え、回復力を得る」という庶民の知恵が、この伝統芸能に込められている。困ったときこそ、笑顔は大事である。とりわけ駐在員家族は、旅行者ではなく、住民として

赴任地に住んでいるので、周囲から「応分の負担」や「受忍限度」を求められて面食うことがもあるが、まず笑顔で受け止めたい。外国人が邪魔しているのだからそこに住むための「決まりごと」の心得が、それなりに必要なのだ。日ごろからそれを察知する努力が、そして「わからなければ聞く姿勢」がなければ、いざというときに助けもらえない。

また支援を頼んだり改善を要求したりする場合にも、笑顔で論理的に話すことが必要だ。価値観も習慣も、あるいは感覚も異なる相手なので、こちらの窮状はなかなか理解されにくいだろうが、つい「これくらいはわかっただよ」と感情的になると、相手の態度も固くなる。

他方、笑うことによる身体的効果も小さくない。脳の働きが活性化され、血行促進、自律神経のバランスの安定、筋力アップ、鎮痛作用などの効果があると医者は言う。そのことが心理

面で活力やゆとり、癒やされたり慰められたりにもつながっていく。

逆に「こんなことをしたら馬鹿にされないだろうか」などの強迫観念や焦り・恐怖心などにとらわれていると、心の治癒力・回復力まで弱めかねない。まず笑顔を支えし励まし合うことが、互いの活力を生むことを知ろう。

また、情報収集も行動計画も夫婦の共同作業にするのがコツだ。夫婦間・家族間でよく話し合って決めたことは、たとえあとで誤りだとなかったとしても被害を小さく抑えられるし、回復も早いのである。

昨年四月、狂言師の野村萬斎の「うちで笑おう 狂言の笑い」がインターネット上に流れ、秋ごろまで人気を集めていた。また、□角を上げるトレーニングなども注目されている。「こうしてがんばっていれば、自分たちは大丈夫！ なんとかなる」と前向きに考える方法を知ること、怖さもつらさも半減する。「笑う門には福来たる」だ。

うちで笑おう 狂言の笑い
<https://www.youtube.com/watch?v=k38qxc7K-HI>

を凝らして、子どもと学校の新たな「つながり」や「学び」を模索しました。その結果、「オンラインでお互いの表情がよく見えた」「友達同士でチャットでおしゃべりできた」「オンラインでグループワークができて盛り上がった」「先生の教材の工夫が素晴らしく、教室での授業よりわかりやすかった」等々の報告が聞こえてきました。先生がたも腕の見せどころとばかり、「Zoomだ」「Google Classroomだ」とICT（情報通信技術）システムを駆使して対応されました。ダンスの映像や面白クイズ大会など、勉強一辺倒でない特別授業？も子どもたちには喜ばれました。

またこの機に、パソコンが苦手な子どももなんとか授業に食いつこうと、技術をアップさせたようです。先生がたから「できなくてもトライさせてください。いじっているうちにできるようになりますから」と言われて、「ホッとした」と友人がメールを送ってきました。子どもの成長を間近に実感できるいい機会となりますね。

一方、日本の教育現場ではオンライン授業が浸透しておらず、学

*三河万歳

新春に家々を「門づけ」して回り、祝言と共に舞を披露する日本の伝統的な芸能。450年以上の歴史があり、国の重要無形民俗文化財に指定されている。日本各地に広まったこともあって、さまざまな流派や系統がある。





「Jelly and Jam cookery day」の画面を見ながら、パンシヤムを塗っている

例年行われていた母の日のお茶会が、昨年は各家庭でお菓子とお茶を用意してオンラインで行われた



校から送られてきた課題を親が張りついて教える家庭教師型が主流だったようです。「そんな状況の日本に帰国するのも心配。むしろオンライン教育が充実したこの国にいた方が得策では？」と帰国をためらった家族もいて、日本の学校現場の遅れが思いがけず露呈しました。

——むしろ、コロナ禍で新しい気づきとなったことなどは？

福永 インターナショナルスクールに通う小学生が、学校に行くのをいやがっていたのに、長い休校が続いて、「学校に行きたい」「友達に会いたい」と言いだしたり、楽器のレッスンから逃げていた子どもがステイホームに飽き飽きしたのか、「レッスンに行きたい」となった話は、ちよつとほほえましいエピソードです。

さらに、オンライン授業になったことで、「こんな授業をしているんだ」と親が認識でき、「子どもの授業の内容がわかって面白かった」と、友人はその効果についても教えてくれました。さらに、「私もこんな授業を受けてみたかった」と羨むことも……。

すね。

福永 そのほかにも、「外食ができずに三食妻の手料理だったけど、あらためて料理上手を再認識。おかげで太りました」と感謝する夫もいれば、「いざとなったら使えな——い」と夫の狼狽ぶりに腹を立てる妻の話が聞こえてきたりして(笑)。

逆に妻がどっしり構えてテキパキ処理している姿を見て、「有事に強い妻に寄りかかって生きていく」と決めた夫の話も(笑)。

冗談はともかく、自分の中に眠っていた「強い気持ちでやり抜く意志」を発見した人も多いと思います。自己や他者についての思いがけない発見は、収穫でしたよね。

——結論となりますが、こうした緊急時に備えて、どんな心構えが日常的に必要となりますか？

福永 安定した日常は永久不滅ではありません。「自分が想像する以外のことは起きるはずがない」と根拠なく思っている人は、非常事態が起きると決まって混乱します。「なぜこんなことが私の人生に？」と怒りや不満を爆発させれば、初動でもたつきます。

つねに「いつ何が起きてもおかしくない」という構えを忘れず、できる準備を怠らないことです。

コラム

医療関係のものは一カ所に

家族の健康診断書や母子手帳、保険証書などの書類と家庭医学書、そして救急箱は、置き場所を定めて、使ったあともかならずそこに戻すようにする。「お子さんの具合が悪いので、すぐに迎えに来るよう」という連絡が学校から入ったときなど、書類一式を持って、さっと出られるように。

また旅券、預金通帳、貴金属類、ICT機器用の電源、乾電池や太陽電池、手動発電装置など緊急避難時に携行したいものといっしょに、「緊急持ち出し袋」にまとめておくのもよい。日本大使館／領事館、学校、親しい知人、かかりつけの医師、保険会社などの連絡先は、スマホやPCの電話帳／SNSアプリ等に登録しておくこと。

お役立ちサイト

- 外務省の海外安全ホームページ
<http://www.anzen.mofa.go.jp>
- 国立成育医療研究センター
「新型コロナウイルスと子どものストレスについて」
<https://www.ncchd.go.jp/news/2020/20200410.html>
- With Kids: 海外に住む子ども達の心の健康をサポートする臨床心理士の会
<https://www.withkids-kaigai.com>
- JAMSNET 東京: 日本と海外を跨いで活躍する人のための医療、保健、福祉、教育、生活等の情報提供と相談
<https://www.jamsnettokyo.org>
- 東京医科大学病院「海外在住邦人向け新型コロナウイルス感染症 よろず相談窓口」
<https://hospinfo.tokyo-med.ac.jp/news/shinryo/20200421.html>

危機管理は朝食から始める

最も大事なものは、家族の健康とコミュニケーションである。まず毎朝、家族そろって朝食をとることを基本にしたい。食べながら、お互いの健康チェックをし、その日の予定を確かめ合うのを習慣にしておこう。親としては、子どもの体調とその日にやろうとしていることとのバランスを見て、助言もできる。もし「家族がいま、どこで何をしているか」を知らない、何かあったときに捜索や救援に向かえない、ほかの人に支援を頼みようもない。

加えて、情報から取り残されることなく、総合的な判断を冷静に下す気概が必要です。「何もないラッキー。でも何かあってもへこたれない強い気持ちも用意済み」と下準備ができていれば、あとは楽な気持ちで軽やかに滞在を楽しめるはず。駐在生活をこわばらせないためにも、軽く心も体も危機に備える準備体操をしておき

ましよう。

ところで、滞在国で「たいへんなこと」が起きたら、解決策の選択肢に、「退避、出国！」があることはお話しした通りです。帰れる国があるというのはありがたいことです。帰ることで問題が縮小されるからです。しかし今回のコロナ禍は、特定の国に限った災禍でないことが問題でした。どうすることが自分たち家族にいちばんいいかを選び、それぞれの持ち場で、新常态と仲よくつき合う、変身力が求められます。

—— コロナ禍の話が続きますが、滞在国によって向き合う姿勢が異なりますよね。

福永 ここ何回か、海外に暮らす友人たちと、Zoomでコロナ談義をしています。難しい話ではなく、「ねえねえ、あなたの国ではみんなマスクをしている？」レベルの生活情報交換会です。

オーストリアの友人は、「高齢者の外出が禁止されているのよ。だから毎日息子が玄関先に食材を置いて帰っているわ。あいさつなしで」と聞けば、「それ、ストレスがたまるよね」と同情し、「スパー内では行ったり来たりが禁止

なのよ。感染防止のために買い物はワンウエーで！となったから買い忘れても逆走できず、困っちゃう」と聞けば、「徹底してるね」と日本の緩さを思ったりして。また、ニューヨークの知人からは「卒業式がドライブスルーだった」と聞いて、思わず発想に笑いました。「医療従事者に感謝の意を示すために、毎日定時にフライパンを叩いたり、拍手をするのよ」と知れば、「うーん。日本じゃ、ないな」と思う一方、「国民を元気づけるために、イタリアの軍用機が国旗色の赤、白、緑の煙を吹き出して、空中を旋回して」と聞けば、「あ、それぞれ。日本もブルーインパルスが……」となって。

コロナ禍がきっかけとはいえ、地球規模で目を凝らせば、視点の違う発想や知恵が私たちの気持ちを救ってくれることにも気づくはず。そこに身を置けば、そこにあるやり方に沿う。だからこそ、発想の引き出しが増え、多様な解決策を手にすることができる。それが海外駐在の醍醐味ですね。

—— いろいろなお話を、ありがとうございました。