

平成 29(2017)年度 NGO 海外スタディ・プログラム最終報告書

提出日	2018年3月9日	
氏名	小川恵美子	
所属団体(正式名称)	とくていひえいりかつどうほうじん そと・ばやたす 特定非営利活動法人ソルト・パヤタス	
受入機関名（所在国）	Origins Training and Consulting LLC.（アメリカ合衆国）	
研修期間	2018年1月5日～2018年3月5日	
研修テーマ	貧困と幼少期の逆境体験の世代間連鎖をどう断ち切るか 米国の実体と取り組みから学ぶ	

1. 導入（研修前の問題意識、所属団体や NGO が持つ課題および課題解決方策の分析など）

1-1. 背景と課題

弊団体は 2011 年よりライフスキルの育成をめざし、自己肯定感、セルフコントロール、やりきる力などを中心的スキルと定め、子ども図書館の運営、読み聞かせ、お絵かき、母親へのライフスキルセミナーを実施してきた。2016 年からは、公立学校、教育省、経済学および児童学の研究者らと連携し、フィリピンで教育調査活動を実施している。

今後、普及推進の段階に入っていくにあたり、解決せねばならない課題がある。それは、複数の困難を抱えた難しい家庭環境にいる子どもたちへのアプローチである。貧困に加え、家庭に何らかの困難を抱える子どもは、支援を受ける機会を得てもドロップアウトしやすい。2015 年に実施した、支援停止に至った子どもの調査で、46%に、家庭・学校・地域での身体的あるいは口頭による暴力、いじめ、家族の薬物やアルコール依存、早期妊娠といった問題が見られた。

貧困に加え、更に別の困難を抱える家庭の子どもたちは、心理面、行動面で不安定さが見られる。遅刻、欠席が重なり、傍目に見るともう少し頑張れるのではないかと思われるような場面で、あっけなく退学へ向かっていく。一クラス約 60 名の生徒を受け持つ公立学校の教師に、子ども一人一人へのきめ細かな対応は難しく、弊団体の既存の活動でも、退学防止につながる明確な方法論は見いだせていない。恵まれない深刻な環境にいる子ほど、フォーマル教育からもノンフォーマル教育からも遠ざかり、進学、就職できず、困難は解消されないまま次世代へと受け継がれる。

貧困に加え、更に別の困難を抱える家庭の子どもたちの背景に何があるのか - その原因を詳しく知り、有効なライフスキルについて学び、実践、普及につなげることが、課題であった。

1-2. 課題解決のための方策（仮説）

子ども時代の不幸な体験（ACE）に関する調査や対応が進んでいる米国で、有効とされるライフスキルに関する情報を集め、研修を受講し、得た知識とスキルをもとに、弊団体の事業内容および人材育成方針を見直し、中長期計画を作成して、支援効果の向上につなげる。

本研修では、「情報の収集」と「スキルの習得」を主目的とし、以下の 4 つの目標を設定して、インターンシップ期間終了後に、各目標の達成度を自己評価することとした。

- ① 米国の子ども時代の不幸な体験の研究（ACE Study）の内容、世代間連鎖の関係、介入方策を知る
- ② ACEに取り組む緩やかな連絡組織「ACE Connections Network」がどう組織され、機能しているかを知る
- ③ ACEの発見、体験者へのケア、介入や予防で実施されている取り組み、それらがどのような関係者によってどう連携して実施されているかを知る
- ④ ACE体験者へのケアや予防に有効なライフスキルについて学ぶ

2. 本文（研修テーマについて明らかになったこと、課題解決を前提とした研修実施内容の詳細報告）

2-1. 活動概要

上記4点の目標を達成するため、以下の団体や個人から協力を得、情報収集とスキル習得に努めた。

目標	情報源・研修提供者
米国の子ども時代の不幸な体験の研究（ACE Study）の内容、世代間連鎖の関係、介入方策を知る	・Origins Training and Consulting LLC. ・ACE Connection Network ・Childhood Trauma Symposium, Scottsdale Arizona ・Center for Collective Wisdom ・ECHO Parenting & Education ・Inheriting Genocide Intergenerational Transmission of Trauma Symposium ・Pegah Faed, DrPH, The First5 LA ・International Transformational Resilience Coalition
ACEに取り組む緩やかな連絡組織「ACE Connections Network」がどう組織され、機能しているかを知る	・ACE Connection Network
ACEの発見、体験者へのケア、介入や予防で実施されている取り組み、それらがどのような関係者によってどう連携して実施されているかを知る	・ACE Connection Network ・San Fernando Valley Rescue Mission ・North Valley Caring Services
ACE体験者へのケアや予防に有効なライフスキルについて学ぶ	・Origins Training and Consulting LLC. ・ECHO Parenting & Education ・服部信子氏（米国カリフォルニア州認定臨床心理士／Trauma Resource Institute認定講師）

2-2. 子ども時代の不幸な体験（ACE）と ACE 研究

ACE とは、Adverse Childhood Experience の略で、子ども時代に体験する不幸な体験を意味する。主なものとして、虐待、虐待の目撃、ネグレクト、家族のうつ病あるいはその他精神疾患、アルコール等の依存症、投獄、離婚その他の理由による親の喪失などが挙げられており、これらは子どもたちの脳の発達を阻害し、脳の神経経路の形成に影響を与え、免疫システムを損なわせ、学習、行動、健康に大きな影響を与える。

ACE は、1998 年、米国疾病予防センターのロバート・アンダ医師とカイザー・ペルマネンテ¹のビンセント・フェリッティ医師による、子ども時代の不幸な体験の研究（ACE 研究）によって、認知されることとなった。ACE 研究とは、南カリフォルニア、サンディエゴの 17,336 名の被験者を対象に、暴力やネグレクト、両親の離婚などの不幸な体験を 10 挙げ、子ども時代に体験したものの数と健康状況の関係を調査した研究である。

¹ 米国のカリフォルニア州オークランドに本拠を置くアメリカの総合保険医療施設

<不幸な体験の有無を問う質問：ACE Questions>

18 歳になるまでに、次のような体験をしましたか？

1. 親や家にいる他の大人から、傷つけられたり、侮辱されたり、けなされたり、落ち込むようなことを言われたりしましたか？

2. あなたの親や家にいる他の大人がつかんだりたたいたり何かを投げつけたりすることがありましたか？あるいはたたいてあざになったりけがをしたりしたことはありますか？

3. あなたが 5 歳以上になった後でも、性的理由で、あなたの体や大事な部分に触ったりする大人がいましたか？実際に口、アナル、ヴァギナなどのセックスをされましたか？

4. 家の中の誰も自分のことを愛してくれていないとか、大事に、特別に思ってくれていないと感じることがありましたか？また、あなたの家族はそれぞれのことを見ていない、近く感じない、助け合わないような関係でしたか？

5. よく、食べるものがない、着るものがない（汚い）、誰も守ってくれない、そんな風に感じたことはありますか？または、両親が酒を飲みすぎたり、ハイになりすぎて、あなたの世話をしなかったり、必要な時に病院に連れて行ってくれなかったりしたことはありましたか？

6. 両親は離婚、別居をしましたか？

7. 母親もしくは継母が、つかんだり、たたいたり何かを投げつけたりされていませんか？もしくは、蹴られたり、たたかれたり、拳や何か他の固いもので殴られたりしていませんか？何分も殴られ続けていたり、銃やナイフなどで脅されたりしていませんか？

8. 同じ家に、酒を飲むと問題行動を起こす人、アルコール依存、ドラッグをやる人はいましたか？

9. 家の中に、鬱症状、精神疾患の人、あるいは、家族に自死した人はいますか？

10. 家の中に服役した人はいますか？

ACE 調査の結果、次の事実が浮かび上がった。

1. 被験者の 64%、大人の大半が一つ以上 ACE を持っていた。
2. 一つ以上 ACE を持つ人の 87%は、複数の ACE を持っていた。
3. 体験の数や量が多いほど、慢性疾患、精神疾患の発症率も高い。

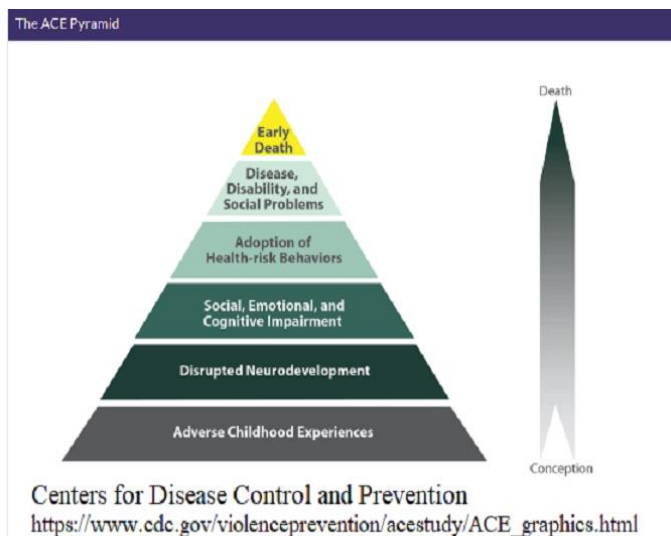
不幸な体験を 4 つ以上持つ人と、体験がゼロの人とを比べた結果、以下のような差が見られた。



Copyright 2013, Robert Wood Johnson Foundation

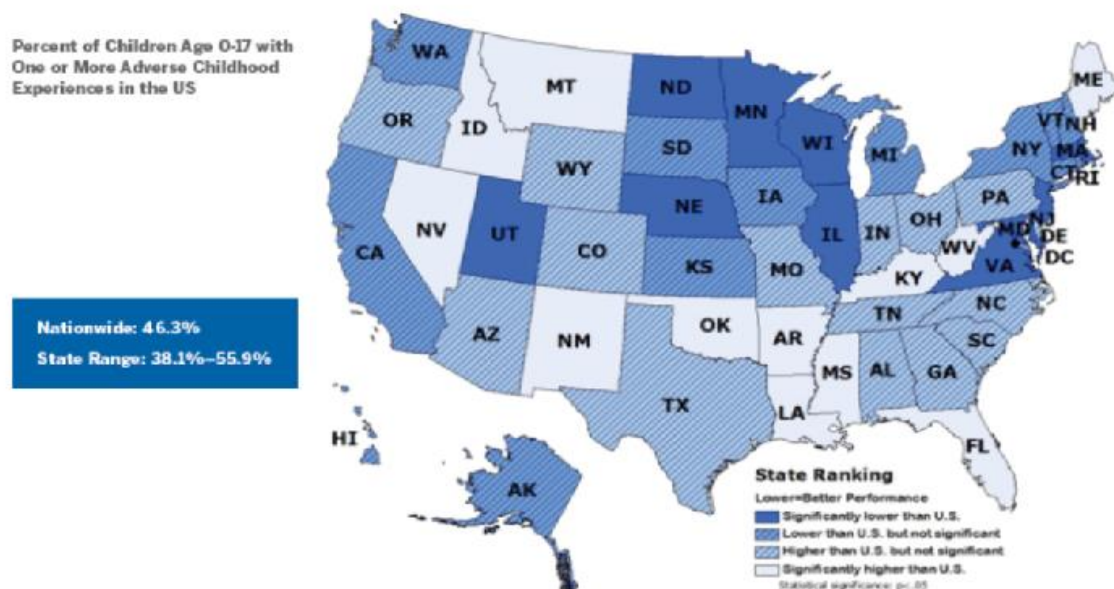
喫煙者の割合	2 倍
虚血性心臓病になった割合	2 倍
肺気腫、慢性気管支炎の割合	4 倍
アルコール依存症の割合	7 倍
薬物依存の割合	10 倍
自殺を試みた割合	12 倍
平均寿命	20 年短い

社会生活の面では、ACE 率が高い程、暴力問題の加害者、被害者になりやすく、結婚回数が多く、骨折の割合、薬の服用、鬱、自己免疫疾患のリスクが高く、欠勤が多く、犯罪に手をそめるリスクも高いという結果が出た。



しかしこの研究結果は、被験者の 74.8%が白人、75.2%は大卒以上の学歴を持ち、100%が仕事を持ち、保険に加入することができていた、いわゆる安定した中所得層以上を対象にした結果であり、貧困層の状況は、これよりさらに厳しいのではないかと。

最初の ACE 調査結果が公表されてから昨年までの間に、全米 50 州の様々な地域で ACE 調査が進んだ。州別データによると、ACE 率が低い州でも、38%の子どもの 1 つ以上の ACE を体験し、16 州では子ども 4 人に 1 人が 2 つ以上の ACE を持っている。



[This is a media release from the Robert Wood Johnson Foundation.]

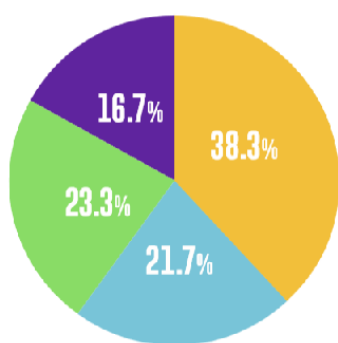
ACE 研究の発祥の地カリフォルニア州で 2014 年に発表された調査結果によれば、大人の 61.7%が少なくとも一つは ACE を持ち、6 人に 1 人は 4 つ以上の ACE を持つ。最も頻繁に発生している ACE は、情緒面でのネグレクト（1 位）、親の別居または離婚（2 位）、家族の薬物依存（3 位）となっている。

最も ACE 率の高い郡では、ACE を持つ大人の割合は全体の 75%に達していた。ACE はもはや一部の特殊な人々の問題ではなく、国民全体に関わりがあることを示している。

KEY FINDINGS

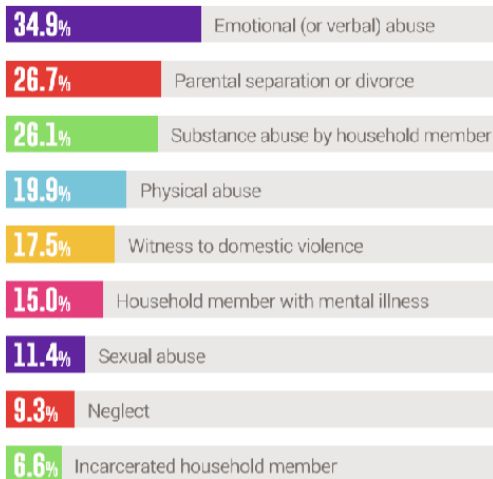
In California, **61.7%** of adults have experienced at least one ACE and **one in six**, or 16.7%, have experienced four or more ACEs. The most common ACE among California adults is emotional (or verbal) abuse.

■ 4 or more ACEs ■ 2 to 3 ACEs ■ 1 ACE ■ 0 ACEs



Prevalence of number of ACEs among California adults

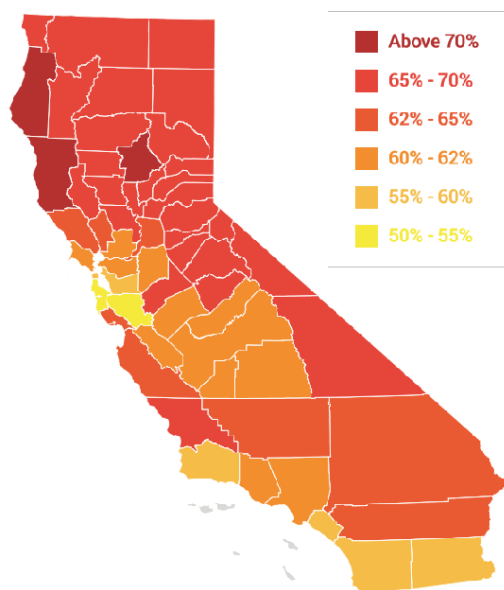
Most common ACEs among California Adults



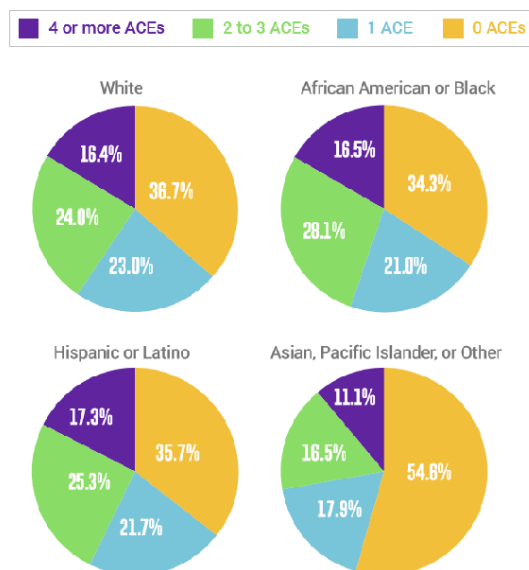
Most common ACEs among California adults

Center for youth wellness

<https://centerforyouthwellness.org/wp-content/themes/cyw/build/img/building-a-movement/hidden-crisis.pdf>



Percent of residents with at least one ACE across California counties



Prevalence of ACEs within racial/ethnic groups in California

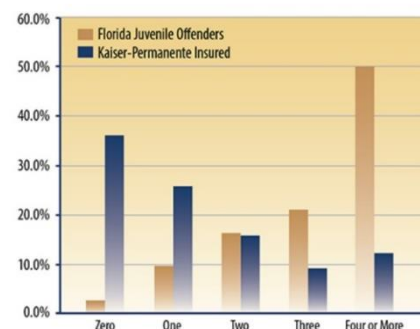
Center for youth wellness

<https://centerforyouthwellness.org/wp-content/themes/cyw/build/img/building-a-movement/hidden-crisis.pdf>

2014 年に発表された、フロリダ州の少年鑑別所の 64,329 人を対象に行われた ACE 調査では、1998 年のオリジナルの ACE 調査よりもはるかに高い ACE 率が確認され、子ども時代の不幸な体験が、個人の行動、ひいては社会全体の治安に影響を及ぼすことが、明確に示された。

ACE ゼロ：2.8%（元の ACE 調査では 34%）

ACE 4 以上：50%（元の ACE 調査では 13%）



Dr. Michael T. Baglivio, Dr. Nathan Epps and et al (2014) The Prevalence of Adverse Childhood Experiences (ACE) in the Lives of Juvenile Offenders

1998 年以来、約 70 の研究論文で紹介され、さらにその後も ACE 研究をもとにした論文が数多く発表されている。その後の研究で、兄弟姉妹の虐待を目にすること、家の外で暴力を目にすること、母親による父親への虐待を目にすること、友だちや大人からのいじめ、紛争地帯やいつも危険を感じる地域に住むこと、経済的貧困、強制退去等で家族を失うことなども、発達に悪影響を与える体験とされている。

この調査は、米国だけでなく、イギリス、サウジアラビア、WHO によるルーマニアの調査など他国でも広がっている。2015 年には小児科医 Nadine Burke Harris 医師による TED トークにより、ACE 研究が再び脚光を浴び、不幸な体験によるストレスやトラウマ、それらが脳と体に与える深刻な影響に関する理解が、以前に増して急速に広がりつつある。

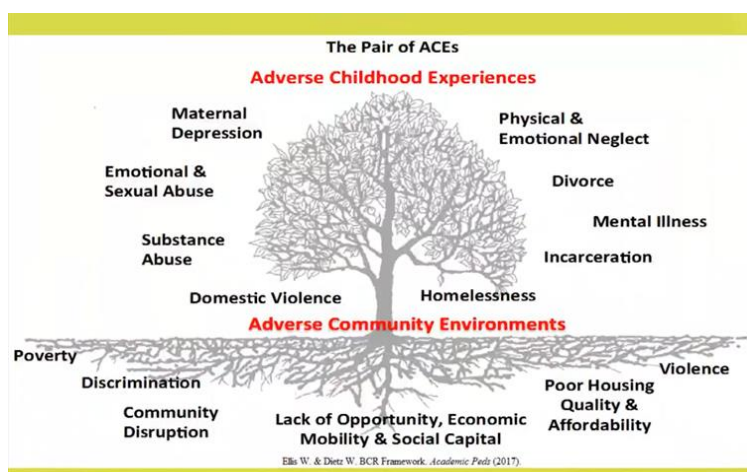
世代間連鎖の関係 エピジェネティクス ト라우マの連鎖

エピジェネティクスとは「ゲノムの上」を意味し、DNA 配列（または突然変異）によって決定される遺伝現象ではない、遺伝子の発現の変化を指す。社会的環境やその他の環境が、遺伝子を変えることを示す研究である。有害ストレスやトラウマが、遺伝子の機能を変え、体と脳のあらゆる部分に長期に渡る変化を引き起こすことや、変化が世代間で受け継がれることが、研究により示されている。

下の図は、木の幹から上の部分で個人の不幸な体験を示し、根より下で環境を示している。社会、歴史、経済的環境から受けるこれらの悪影響に、私たちの脳や身体は、生理的に反応している。無意識におこる脳や身体の防衛反応が逆に健康を損ね、健康的な社会生活を営めなくする行動パターンを強化してしまう。それは遺伝子に埋め込まれ、問題行動そのものが、世代間に受け継がれることもある。

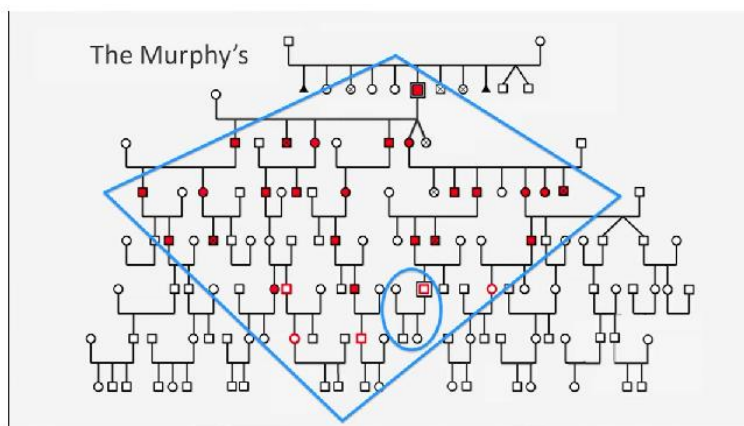
不幸な地域（社会）環境

- 貧困
- 差別
- 分断
- 機会の欠如
- 経済的流動性の欠如
- 社会資本の欠如
- 不十分な住宅状況
- 暴力



トラウマの世代間連鎖については、アウシュビッツ強制収容所を体験したユダヤ人、第一次大戦時代に民族迫害を受けたアルメニア人の3世代を追った調査で報告されている。

また、依存症研究者として著名な Judith Landau 博士は、幼少期に過酷な体験をした1世代目のアルコール依存症が、4世代～5世代に渡り有害な影響を与える事を報告している。(右図)



Family Stories, Secrets and Survival: Dr. Judith Landau at TEDxVailWomen

2-3. ACE 問題への対策 有効なライフスキル

この20年で、ACEの研究に加え、脳科学や発達心理学らの進歩により、有害ストレスやトラウマの反応メカニズムが明らかにされてきた。高いACEスコアを持っていたとしても、それが人生のおしまいを意味するわけではない。脳の可塑性によって、トラウマの傷は癒されること、働きかけによってもとの状態よりもストレスに強くなることが分かってきている。脳は環境に応じて絶えず変化し、特に、成長過程にある子どもの脳は修復も早い。介入は早ければ早いほどよい。有害ストレスの原因となるものを取り去り、レジリエンスを高めていくことにより、脳はストレスによって引き起こされた変化を再修正していく。

ハーバード大学の Center on the Developing Child は、たとえ有害ストレスに晒されたとしても、周囲に、子どもが安心を感じられる養育者（親以外でも可能）が存在すれば、有害なストレスも、耐えうるストレスとなり、深刻な害を回避することができ、その鍵となるのは、レジリエンスであると伝えている。

レジリエンスについて、米国薬物乱用・精神衛生管理庁は、このように定義する。

「個人、家族、コミュニティによる、トラウマを癒し、幸福感や適応力を強化し、将来のトラウマも防ぐ力」

レジリエンスを高める取り組みとして、ACE Connection Network が提唱するのは、マインドフルネス、運動、良質の栄養、十分な睡眠、健康的な社会との交わりである。

トラウマとなるような有害ストレスを経験している子どもに対し推奨されているのは、この2点である。

1. 落ち着かせること。安心を与えること。

怒りや恐怖などで、制御不能なほど気持ちが高ぶっている子どもたちの心を落ち着かせ、ストレス対応システムが正常なレベルに戻るのを助ける。

2. 健康的なストレス対処技術を伝えること。トラウマ反応の引き金になっているものについて理解し、回避し、ストレスを予防するスキルを含む。

また、養育者に対する支援が、子どもを守る。虐待する親（養育者）、依存症の親のように問題行動を行う親は、親も何等かの子ども時代の不幸な体験によりトラウマを抱えている場合が多い。親に対する

セラピーと、子どもに対するセラピーを個別に行い、かつ、親子が共同で何かを協力して作り上げる、楽しい体験をするなどして、互いの関係を強化する活動によって、安心感が高まるという研究結果も出されている。このアプローチは、Parent Child Interaction Therapy (PCIT)²として、家族のホームレス支援を行う団体の職員研修などで積極的に推奨されている。

現在、ACE 研究は、このような場面で活用されている。

- ・小児科医や公衆衛生診療所で ACE スクリーニングが始まっている。カリフォルニア州では 2017 年までの間に、小児科医が約 2,000 人に ACE のスクリーニングを実施した。
- ・テネシー州の医師は、薬物依存患者に ACE 研究を教えたところ、自分自身のトラウマに目を向け、癒す動機づけに役立った。
- ・教育界においては、カリフォルニア州サンフランシスコ、サンディエゴ、ワシントン州スポケーン、ワラワラの学校において、ACE やトラウマのメカニズムについて学んだ教育者たちが、学習活動、生活指導、メンタルヘルスケア、マインドフルネス、ヨガなどを取り入れ、ある学校では、1 年後、退学・停学者が 90%減少した。成績、試験得点および卒業率の増加も確認されている。米国では、2017 年末までに、数百の学校が、ACE、トラウマ、レジリエンスを理解し導入する試みを始めている。

2-4. ACE に取り組む連絡組織「ACE Connections Network」とシステム・チェンジへの動き

ACE Connection Network は、ACE、トラウマ、レジリエンスに関する情報の発信、実践者たちの情報交換を目的に 2012 年 1 月に発足した民間の連絡組織。主な活動は、ソーシャルネットワーク「ACE Connections」と、情報発信サイト「ACEs Too High」の運営である。

この活動は、ひとりのジャーナリスト Jane Ellen Stevens 氏の活動から始まった。医療・科学技術の情報を中心に発信していた彼女は、2005 年 ACE に着目し、ACE 研究や関連する研究についての情報を紹介し始めた。徐々に賛同者、協力者が増え、現在 3000 名以上の登録者を持ち、Stevens 氏を含む 7 名のコーディネーターが全米からの情報をキャッチし、毎日発信を続けている。分科会の数は 84 に及ぶ。登録は誰でも可能で、サイトに登録すればその日から自動的に ACE に関する情報が配信されてくる。活動資金は、Robert Wood Johnson Foundation と The California Endowment の民間団体から得ている。

カリフォルニア州ロサンゼルス郡では、トラウマやレジリエンスに関する理解にもとづいた支援が、各分野で浸透し実践されていくよう、研究者やアドボカシー団体らが中心となり、郡内 30 の民間・公共の支援団体と協力して「トラウマとレジリエンス - システム変革アプローチ」を作成し、2017 年 7 月に発表した。資金支援をしたのは州内の 5 つの民間団体である。

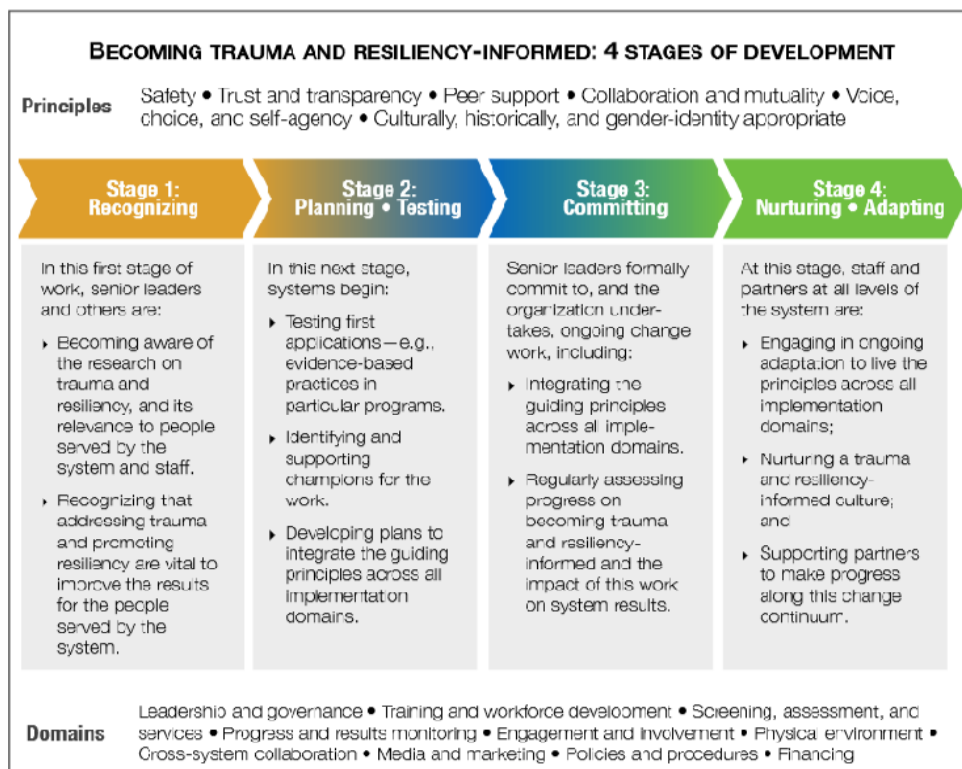
150 ページに及ぶ議論をまとめた報告書には、「トラウマを理解した支援」「トラウマを理解したアプローチ」「トラウマを理解したシステム・チェンジ」という言葉が何度も登場する。トラウマを理解したアプローチとは、クライアントに向かう際、「あなたの問題は何か」という視点から「あなたは、これまでどんな体験を経てきたのか」という視点に切り替えていくことだと言う。参加したシンポジウム、研修で、私もこの言葉を何十回も耳にした。

² PCIT は「親子交流療法」として、日本でも現在 9 つの医療機関で受けることが可能となっている。

以下は、トラウマやレジリエンスを理解した組織やコミュニティに変化していくための、4 ステップである。

Trauma and Resiliency: A Systems Change Approach
Executive Summary

July 2017



Center for Collective Wisdom (July 2017)

5 歳以下の子どもがすべて適切な養育環境で育てられることを目指す、ロサンゼルス市の非営利団体 First 5 LA のプログラムオフィサーで、「子どものホームレスとトラウマ」に関するレポートを作成した、Pegah Faed 博士からは、トラウマを理解しレジリエンスを高める環境を作るのに、最も重要な点は何かという問いに対し、以下の回答を得た。

「全てのプロセスにおいて重要なのは、安心できる「関係性」である。クライアントはもちろん、事業に関わる、システム・チェンジに関わる、すべての関係者間の交流において、トラウマをよく理解し、トラウマに敏感なコミュニケーションを定着させていくことが重要。既に深いトラウマを抱えた人たちに接する時は、相手が慣れた、安心できる場所に、こちらが赴かねばならない。安心でき、透明性が確保された心地よい関係を、彼らに感じてもらうことから、変化は始まる。」

2-5. 現場での具体的な取り組み

以下は、ACE と密接な関係がある、ホームレス支援に取り組む 2 団体の訪問記録である。

1) San Fernando Valley Rescue Mission

家族のためのホームレスシェルター

対応：ケースマネージャー長 Amanda May 氏

シェルターの利用家族は約 30 家族。9 割が母子家庭。ケースマネージャーはインターンを含め 4 名。一人あたりが担当する家族は平均 5 家族～10 家族。2 年前からトラウマを理解したケアを導入。

子どもにはアートセラピー、パズルや遊びを通じたセラピー、読み聞かせを実施し、母親には、グループセラピー、親講座、ソーシャルスキルセラピー、親子でする活動として、映画鑑賞や家族で楽しめるワークショップなどのレクレーションを実施している。これらを、ケースマネージャーではなく、セラピーを専門に行う団体、大学心理学部の学生などに委託して行っている。

入館から1か月は、6家族との共同生活を体験する。寝室のみ個室で、あとは共同スペースの共同生活を2か月目～3か月間、その後家族だけのシェルターで生活し、その間、家と仕事を見つけ、4か月～6か月で、家を持ち独立。独立後も連絡をとってフォローアップしている。

DVを受けてきた人が80%以上を占める。専門のセラピストによるメンタル、エモーショナルケアは欠かせない。

入居から約6か月の間に自立した状況を迎えることを目標にしている。個々の家庭は毎週3つの目標を設定する。中には計画通りの進展を見せないケースもあるが、難しいケースは一人の担当者で抱え込まず、ケースマネージャーの毎週のミーティングで相談して対応している。病院、教育省、学校カリフォルニア州立大学ノースリッジ校の心理学専攻の学生）らと連携し、必要な支援を得ている。

長期的な経済的自立を可能にするため、貯蓄を推奨している。

利用者の半数以上が自立を果たしている。

・学び：他の団体との違い

清潔さとあたたかみ、「HOME」を感じる施設だった。別の多くのシェルターは、監獄のようにも見える殺伐としたもので、シェルター内でのいざこざ、殺人事件なども起きている。また、大多数のホームレス支援は、食事、衣類等の配給が中心となっている。この環境を可能にしているのは恵まれた資金力。民間企業からの寄付が安定しており、フレキシブルに使用できる点だと Amanda 氏は言う。また、ケースマネージャー一人が担当する家族数が、他団体では10を超えているのに対し、この団体は5～10と少ない。各家庭にきめ細かな伴走支援ができる、ケースマネージャーのキャパシティを確保している点や、ケースマネージャーが必要に応じ研修やセルフケアのための時間をとれる点なども、関係しているのではないかと Amanda 氏は指摘する。この点は、他組織で働くソーシャルワーカーからの聞き取りをして、実感し、納得した。

2) North Valley Caring Service

アウトリーチ型支援

対応：スタッフ：Manuel Flores 氏

週3回の朝食サービス、週1回の夜回り、月2回の地元低所得者向けの食料品と生活物資の配給サービスを行っている。約2週間、朝食サービスや夜回りの活動に、調査を兼ねたボランティアとして参加した。

・学び：接し方

夜回りでの、ホームレスの人たちへの接し方に感銘を受けた。最初の接触で壁をつくらないう、個人情報を書き入れる登録用紙は持って行かず、記録は一切とらない。

夜回りの目的は、食料配給や生活支援情報の伝達かと尋ねると「違う。人としてつながることだ」との答えが返ってきた。

2-6. 有効なライフスキルを学ぶ

以下3種類の研修を受講した。

1.) 研修名 Resilience Champion Certificate

期間 : 1月29日～3月2日

提供者 : Origins Training and Consulting

目的 : ト라우マやレジリエンスを理解した組織を作るため、必要な知識とスキルを得る
内容 : ACE 研究、ストレスとトラウマ、脳と体、レジリエンス、プロジェクトプラン作成
講座、課題の提出、適宜メンターによる指導

2.) 研修名 Trauma and Addiction

期間 : 2 月 26 日

提供者 : Echo Parenting and Education/ Origins Training and Consulting

目的 : ACE と依存症の関係を知る

内容 : ACE、トラウマの脳と体への影響と依存症のメカニズム、トラウマの世代間連鎖
講座、ワークショップ

3.) 研修名 Community Resiliency Model (CRM)入門コース

期間 : 2 月 6 日、17 日

提供者 : 服部信子カリフォルニア州認定臨床心理士 (CRM 認定講師)

目的 : レジリエンスとレジリエンスを高める方法を日本語で学ぶ

内容 : Trauma Resource Institute が開発した、国、文化、言語、年齢、学習能力に関わらず、平易な方法でレジリエンスを高める研修モデルの説明

2-7. その他 感想

上記 2 団体への訪問インタビューの他、連絡協議会や支援イベントへの参加、ジャーナリストへのインタビューを通し、社会環境を理解するのに無視できない事実があったので、紹介しておきたい。

1) 市民の不安感と差別感 「NIMBY -Not in my back yard」

NIMBY は、支援は必要だと頭では理解しているが、自分たちの近くに来られるのは嫌だという住民感情である。理性・心情・行動のギャップは、低コスト住宅の建設を妨げる一因になっている。

2) 支援者のストレス

支援や教育現場での「オーバーストレス」「バーンアウト」の問題をあちこちで耳にした。ケアワーカーや非正規雇用の教師の給与は、ロサンゼルスの高い住宅費や生活費を賄うのに十分とは言えない。支援の仕事をしつつ、休日や仕事の合間の時間にタクシー運転手をするなど、セカンドワークを持つケースが少なくない。インタビューをした 1 名は、元教師のタクシー運転手。ストレスから薬物を使用するようになり退職。現役ケースマネージャーで同じくタクシー運転手を兼業で行っている女性は、30 分の乗車中、休むことなく仕事の問題やストレスを語り続けていた。被支援者のトラウマに向き合い、理想と現実の支援体制では救いきれないジレンマとの間で苦悩する、支援の最前線にいる人たちへの心のケア、トラウマケアもまた、優先度が高いと感じた。

3. 考察・提言

3-1. 結論

不幸の連鎖の背景には、子ども時代の体験 (ACE) やトラウマがある。その発生源となり、それを強化するのは社会環境である。2 か月の研修期間中、3 つの研修を受講し、6 つのシンポジウムや会議に出席し、60 名超の医療、教育、ホームレス支援関係者、ジャーナリスト、被支援者と会って話を聞いて得たことをまとめると、以下の 3 点となる。

- ・ ACE やトラウマを生み出す根元にあるものは、大人たちの不安、心と体にできた傷である。
- ・ 不安を安心に変えていくことが、連鎖を生みにくい環境を作る。
- ・ 不安を減らし安心を増やす手段として、ACE やトラウマに関する情報の普及、心の安心感を取り戻し高めるレジリエンスの強化が有効であり、米国では市民主体で草の根から取り組みが広がっている。

安心は、事実に関する客観的理解なしには生まれない。それがなければ漠然とした不安や、根拠のない自己、他者への批判が続いていくのみである。ライフスキル教育を推進展開していくにあたり、より困難な状況にいる子どもたちが置き去りにならないよう、我々が取り組まねばならないことは、ACE やトラウマに関する科学に基づいた知識を、当人、支援者、地域が共通理解として持てるような情報提供基盤を作ること、そしてそれを共通言語として、人と人とのつながりを見直し、活動の再構築につなげていくことだという結論に達した。

結びにあたり、今回の調査に協力して下さった方々からいただいた印象的な言葉を紹介する。

- ・ 「すべての層で安心できる関係性を(Relationship)」
—First 5LA の Pegah Faud 博士より
- ・ 「善悪の判断から入らない、まずは事実を受け止めることから(Don't be judgmental)」
—Echo Parenting and Education の事務局長 Goldbold 氏より
- ・ 「ACE は貧困者だけではない、私たち一人一人の、そして全体の問題(It's all people's issue)」
—Origins Training and Consulting の代表 Andi Fetzner 氏より
- ・ 「社会システムへの信頼を取り戻す(Trust to the system)」
—ACE Connection Network の Dana Brown 氏より
- ・ 「人間としてのつながりを作るところから(Connection)」
—North Valley Caring Services の Flores 氏より

目標の達成度に関する自己評価

- 目標 1 (90%) 自分の英語力や基礎知識不足により完全に理解できない部分もあった。
- 目標 2 (90%) 調整が間に合わず、見学を希望していた団体に訪問できなかったことがあった。
- 目標 3 (80%) 基礎を学ぶことができたが、まだ他者に伝えていくには不十分。今後も学び続ける。
- 目標 4 (95%) インタビューの約束はとれたが、全米各州のガバナーが集まる重要な会議の準備のため多忙を極め、最終的に実現しなかった。ただし、その一件により現在アメリカで ACE 研究が注目され、政策へとつなげられようとしている動きを感じとることができた。

謝辞

今回、貴重な学びの機会をいただき、また、研修前、中、後と、非常にきめ細かなご支援をいただいたことに対し、JANIC ならびに外務省の関係者の皆さまに、心より御礼申し上げます。

3-2. 本研修成果の自団体、NGO セクターの組織強化や活動の発展への活用方針・方法

Step 1. 研修で学んだ内容の概要を共有する

- | | |
|--------------------|-----|
| 1.) 自団体理事会での研修報告 | 3 月 |
| 2.) フィリピン法人での研修報告 | 3 月 |
| 3.) 一般向け研修報告(東京) | 4 月 |
| 4.) 一般向け研修報告(福岡) | 5 月 |

- Step 2. レジリエンスに関する学習会を開催、臨床心理士服部氏招聘（福岡） 6 月
Step 3. ACE Connection 日本語抄訳発信開始 7 月
Step 4. トラウマを理解した組織を目指すタスクフォースを設置し計画を作成 10 月
Step 5. 中長期計画の実践開始 2019 年 4 月

本研修によって得られた ACE Connection Network、Origins Training and Consulting、Trauma Resource Institute、North Valley Caring Services らと今後も交流を続け、研修、情報交換を継続していく予定。

3-3. テーマに関する日本の国際協力分野への提言

今回のテーマは、開発、小児発達学、脳科学、心理学といった複数の分野が関係するもので、研修前、研修中を通し、それぞれの専門家からいただいたコメントや助言が参考になった。NGO と研究者の協力や連携が、当たり前のように広がっていくことが望ましい。良き連携の事例を社会に発信していくことを提言したい。

4. 団体としての今後の取り組み方針（団体の責任者をご記入ください、800文字程度）

2010 年から弊団体が取り組んできた、ライフスキル教育も、昨年度一定の型ができ、子ども図書館の運営、公立小中学校での教育活動と、順調に進めてまいりました。その一方で、既存の取り組みは、大多数の子どもたちに効果が見込めたとしても、より困難で複雑な問題を抱えた家庭の子どもたちにとっては、参加そのものが難しく、支援を受ける機会そのものが活かされていないという問題にぶつかっております。

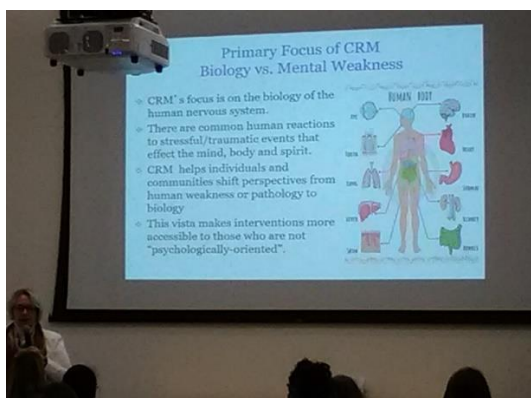
今回小川に、2 か月に渡る中期の研修の機会をお与えいただきましたことで、小川は、先進地アメリカで ACE 研究やレジリエンスの基礎を集中して学ぶことができました。また、この先も継続して、情報収集や事業の研究開発ために協力連携していただける、信頼できる人脈を複数得ることができました。この関係を築けたことは、短期ではなく 2 か月という期間があったからこそであり、到底自団体ではなし得ないことでした。外務省、また JANIC のご担当の皆様へ改めて心より御礼を申し上げます。

今後の取り組み方針としては、まずは小川が学んだ ACE 研究、トラウマ、レジリエンスを、日比法人の理事会および職員と共有し、自団体の全員が、これらに関する共通理解と視点を持つという、組織の前提環境を作ります。その後、団体内部にタスクフォースを立ち上げ、中長期的な視野で、スタッフの人材育成を実施します。そしてメンタルケアを含めた、安心感を高める組織、事業への転換を推進してまいりたいと存じます。また、自団体で実践していく中で得ていく学び（成功・失敗体験も含め）を、困難な環境にいる子供達のサポートをしている他の団体やそれを学びたいと思っている一般の方などへも積極的に共有をしていきたいと存じます。まず 2018 年度は東京や福岡でのイベントや報告会を通じての共有を実施していき、私たちと共に継続して学びたいという団体や個人を増やしてまいります。

その他

5-1 本プログラムや事務局側に対する提案・要望等 ございません。

5-2 写真類及び研修員が受入先機関に提出した報告書類等があれば、添付



2018 年 1 月 24 日～25 日 International Transformational Resilience Coalition (ITRC) Conference in Oakland
ストレスやトラウマが体の臓器に与える影響とレジリエンスに関する説明



2018 年 2 月 7 日 Inheriting Genocide -Lessons from Intergenerational Transmission of Trauma in Holocaust and Armenian Genocide Survivor Populations in Los Angeles ト라우マの世代間移転に関する事例発表



2018 年 2 月 8 日～9 日 Childhood Trauma Symposium Scottsdale Arizona

左) 脳科学者、小児科医、支援機関職員、州政府で薬物依存問題に対応する関係者ら約 80 名が集い、ACE、トラウマ、レジリエンスの研究、実践活動報告がなされた。

中) ACE と虐待された児童の脳への影響について語られた Leslie Quinn 小児科医師と小川

右) レジリエンスをどう組織やコミュニティに広げていくかを語る Origins Training and Consulting の Andi Fetzner 氏。



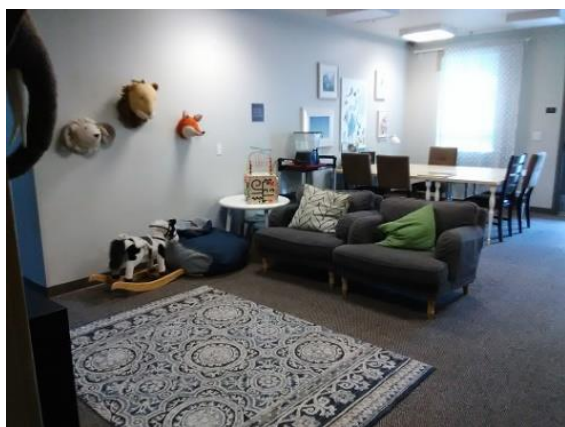
ロサンゼルス、ノースハリウッド地区。ホームレスの数は、ロサンゼルス郡全体で 57794 名（2017 年）



2018 年 2 月 21 日 North Valley Caring Service の協力を得、夜回り活動に同行。ホームレス状態から、シェルターに移り、生活再建途中の被支援者にインタビューを実施した。



2018 年 2 月 21 日～3 月 2 日 North Valley Caring Service のアウトリーチ支援。週 3 回の朝食配給支援に調理ボランティアとして参加した。写真右の子どもたちは、母子家庭のホームレス一家。



2018 年 2 月 27 日 San Fernando Valley Rescue Mission 家族ホームレス用シェルター。

数少ない理想的環境の家族用シェルター。収容施設ではなく、家 Home を感じてもらえるようにと設計されている。ケースマネージャーはまず「あなたたちにはこの環境を受ける価値がある」伝えるという。

Sunday	Monday	Tuesday	Wednesday	Thursday	Friday	Saturday
	1			2		3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			



2018 年 2 月 27 日 San Fernando Valley Rescue Mission/ロサンゼルス、ノースリッジ地区

右) 2 月の月間活動スケジュール。子ども、親それぞれへのセラピー活動、親子のきずなを強めるためのレクリエーションが、協力団体や心理学専攻の学生ボランティアらの協力を得て行われている。

左) ケースマネージャーの統括 May 氏



2017 年 2 月 26 日 トラウマと依存症の研修

依存症を発症する脳と体のメカニズムに関し説明する Eco Parenting and Education の Goldbold 氏。このテーマのトレーニングはロサンゼルスでもまだ前例が少なく先進的な内容との参加者の感想があった。



Resilience Champion 修了証書

参考資料

- ACEs Science 101 in ACEs Too High : <https://acestoohigh.com/>
- ACE Connection Network : <http://www.acesconnection.com/>
- Center for Diseases Control and Prevention :
https://www.cdc.gov/violenceprevention/acestudy/ACE_graphics.html
- Center for Youth Wellness : <https://centerforyouthwellness.org/ace-toxic-stress/>
- Dr. Nadine Burke Harris TED "How childhood trauma affects health across a lifetime"
<https://centerforyouthwellness.org/wp-content/themes/cyw/build/img/building-a-movement/hidden-crisis.pdf>
- Futures Without Violence: CHANGING MINDS: Preventing and Healing Childhood Trauma State Policy Guide
<https://www.futureswithoutviolence.org/wp-content/uploads/Changing-Minds-State-Policy-Framework.pdf>
- National Survey of Children's Health (2016) John Hopkins Bloomberg School of Public Health CAHMI, Robert Wood Johnson Foundation
- The Center on the Developing Child Toxic Stress: <https://developingchild.harvard.edu/science/key-concepts/toxic-stress/>
- PCIT Japan: <http://pcit-japan.com/>
- Trauma and Resiliency Systems Change Approach by Center for Collective Wisdom (July 2017)
- Child Homelessness and Trauma – The Connections and a call to Action by First 5 LA (November 2017)
- SAMHSA Resilience : <https://www.samhsa.gov/capt/tools-learning-resources/trauma-resilience-resources>
- Family Stories, Secrets and Survival: Dr. Judith Landau: www.youtube.com/watch?v=_F3Yyl6e_ZQ

協力者、団体

- Ms. Andi Fetzner, Origins Training and Consulting LLC./ACE Connection Network <https://originstraining.org/>
- Ms. Dana Brown, ACE Connection Network <http://www.acesconnection.com/>
- Ms. Louise Goldbone, Echo Parenting & Education <https://www.echoparenting.org/>
- Dr. Pegah Faed, First 5 LA <http://www.first5la.org/>
- Mr. Manuel Flores, Mr. Danny Rasbone, North Valley Caring Service nvcsinc.org/programs/
- Ms. Amanda May, San Fernando Valley Rescue Mission <https://sfvrescuemission.org/>
- Mr. David Blumentranz, Journalist, California State University, Northridge
- Mr. Patrick Justice, LA Family Housing <https://lafh.org/>

以上