



# Relief

[リリーフ]

## CONTENTS

- 2021年度 小・中学生「いのち」の作文コンクール表彰式
- 2022年度 AED訓練器等助成先決定
- 2022年度 公募助成先決定
- 第11回公募助成成果発表会
- 2021年度 第4回・第5回いのちのセミナー
- いのちの電話合同研修会(助成先の活動)
- 2022年度 公募助成新規採択団体つどいの場

2022  
MAY  
Vol. 44



# 2021年度「小・中学生『いのち』の作文コンクール」表彰式を開催

当財団設立10年を機に始めた小・中学生「いのち」の作文コンクール。3回目となる2021年度は、近畿2府4県に在住・在学の小・中学生の皆さんから、「あなたにとっての『いのち』」をテーマとした作文を募集し、初年度の約2倍となる9,012作品という非常に多くの方からの応募をいただきました。

選考委員による選考の結果、「いのちの作文大賞」4名、「優秀賞・選考委員長賞」5名、「優秀賞」21名、「入選」70名が決定しました。



《いのちの作文大賞受賞者》記念写真



《優秀賞・選考委員長賞受賞者》記念写真



《優秀賞受賞者》記念写真



選考委員長 重松清氏による講評

## 表彰式の様子

新型コロナウイルスの感染拡大が少し落ち着いた2021年12月19日(日)、毎日新聞オーバルホールにて、感染対策も講じたうえで、およそ2年ぶりに会場にお集まりいただいていた表彰式を開催することができました。

当日は、「いのちの作文大賞」、「優秀賞・選考委員長賞」、「優秀賞」の受賞者計30名と、そのご家族や学校関係者約50名の皆様にご参加いただきました。表彰式では、理事長から受賞者一人ひとりに、表彰状を授与いたしました。

その後、重松清選考委員長より、講評が行われました。

講評では冒頭、会場にはいない応募者の方も含めた約9千人あまりの一人ひとりが自分なりのいのちについて考えたことへの敬意を述べられました。続いて、受賞作品の中でも触れられていた「採った生き物を持ち帰らずに逃がすべきか」、「野良猫の世話をすべきか」などのいのちに関する様々な迷いとの出会いは大切であり、迷うことを通じて立派な大人になって欲しいという激励をはじめ、出席した受賞者一人ひとりに、各々の作品に寄り添った、心のこもったメッセージが贈られました。保護者の方に対しても、子どもたちの言葉は、親の与える影響が非常に大きく、家庭において是非いのちを大切にすることを接していただくようこれからもお願いしたいとのコメントがありました。

## いのちの作文大賞 受賞者コメント



**小学1・2年生部門**  
私立智辯学園和歌山小学校  
2年  
**延與 晟一良さん**

<受賞コメント>  
大賞を取れるなんて思ってもいなかったので、すごくびっくりしました。これからも勉強や作文をたくさんがんばりたいです。



**小学3・4年生部門**  
西宮市立東山台小学校  
4年  
**合田 奈々子さん**

<受賞コメント>  
私が書いた作文が大賞を受賞するとは思ってもいなかったのでとてもうれしいです。他にも作文をいっぱい書いてまた受賞してみたいです。



**小学5・6年生部門**  
箕面市立中小学校  
5年  
**金本 一花さん**

<受賞コメント>  
私にこんな素晴らしい賞を贈っていただけるなんて思っていなかったので驚いています。いのちが巡り合うことは奇跡で、かけがえない毎日はとても素晴らしいものだと思います。



**中学生部門**  
私立滝川第二中学校  
1年  
**空閑 桜佑さん**

<受賞コメント>  
僕は今年の4月に兵庫県へ引っ越してきました。中学校に入学し、勉強や部活に忙しくして大切な友達と過ごした日々を思い出す余裕があまりなかったのですが、作文コンクールに応募することで、しっかりと思い出すことができました。こんな素晴らしい賞をもらうことができ、本当に嬉しかったです。その友達にも胸を張れるよう、これからも頑張っていこうと思います。

## 受賞者一覧 (敬称略)

### ★いのちの作文大賞(4名)

府県	学校名	学年	氏名	題名
和歌山県	私立智辯学園和歌山小学校	小2	延與 晟一良	クモジイ
兵庫県	西宮市立東山台小学校	小4	合田 奈々子	つながる命
大阪府	箕面市立中小学校	小5	金本 一花	天国ハウス計画
兵庫県	私立滝川第二中学校	中1	空閑 桜佑	二人ではじいたそろばん

### ★優秀賞・選考委員長賞(5名)

府県	学校名	学年	氏名	題名
兵庫県	姫路市立荒川小学校	小1	泉 千晶	あさがおのいのち
兵庫県	加古川市立野口小学校	小6	藤原 玲音	みんながって当たり前
兵庫県	兵庫県立大学附属中学校	中1	前川 綾音	受けつく思い
兵庫県	神戸市立湊翔楠中学校	中2	佐々木 花音	動物実験について
兵庫県	兵庫県立大学附属中学校	中3	竹中 友唯	天秤の扱い方

### ★優秀賞(21名)

府県	学校名	学年	氏名	題名
大阪府	堺市立鳳南小学校	小1	上杉 碧	かぞくのはなし
大阪府	大阪市立真田山小学校	小1	河村 寛太	つなぐいのち
兵庫県	西宮市立東山台小学校	小1	嶋原 杏奈	カエルのいのち
奈良県	私立近畿大学附属小学校	小2	田邊 愛李	いのちのおもさ
滋賀県	彦根市立河瀬小学校	小3	花田 葵乃妃	ちいさいいのち
兵庫県	神戸市立福池小学校	小3	泉谷 希美	大切な二つのいのち
和歌山県	私立智辯学園和歌山小学校	小3	中谷 柚紀子	なくした物を数えない
和歌山県	和歌山市立今福小学校	小4	矢田 陽香	すてきな命
大阪府	貝塚市立二色小学校	小5	岩倉 正人	カマちゃんが教えてくれたこと
兵庫県	姫路市立広畑第二小学校	小5	加藤 野々香	うまれるいのちの大切さ
兵庫県	兵庫教育大学附属小学校	小6	里崎 渉真	あたりまえの生活

府県	学校名	学年	氏名	題名
兵庫県	加古川市立平岡小学校	小6	肥野 詩菜	殺処分ゼロに向けて
滋賀県	大津市立打出中学校	中1	齊藤 夢	おじいちゃんが教えてくれた命
滋賀県	大津市立志賀中学校	中1	安田 龍司	命の循環
大阪府	大阪市立北稜中学校	中1	星野 恋春	震災ウォーク
兵庫県	私立滝川第二中学校	中1	西山 華乃	私の弟
滋賀県	長浜市立びわ中学校	中2	八木 梨衣奈	AI・ロボットと人間の関係
京都府	城陽市立南城陽中学校	中2	中野 くるみ	わたしの感じた「いのち」
滋賀県	野洲市立中主中学校	中3	木瀬 奏音	命の尊さ
京都府	京都市立大枝中学校	中3	石倉 歩実	輝きを、叫ぶ
大阪府	大阪教育大学附属池田中学校	中3	秦 優花	私と弟と、あとひとり。







いのちの作文大賞 受賞作品

「二人ではじいたそろばん」

私立滝川第二中学校 一年 空閑 桜佑

「あいつ、死んだよ。」  
そろばん教室に入った僕に友達がそう言った。  
「冗談やめろ。」

と僕は笑った。小学四年の冬のある日の事だった。僕は五歳の頃からそろばんを習っていて、四年生の時は父の転勤先の大阪府でもとても厳しいそろばん教室に通っていた。それなりに上手だと自負していたのに、その教室の選手クラスに入ると選手のはじくスピードに全くついていけず、教室では底辺中の底辺。他の選手からは、笑われたりバカにされたりで、そろばんが全く楽しくなくなってしまうていた。いつか見返してやる！そう思って練習しても、どんなに努力しても、いつまでたっても追いつくことができなかった。そんなゆううつな習い事をやめずに続けていたのは、一人の友達がいたからだ。彼の名前はO君。O君は僕と同じくらいの腕前で、笑顔がかわいい奴だった。O君と僕はペアで、いつも互いに採点をし合って上手になろうと頑張っていた。

ある日、僕達二人に大きなチャンスがやってきた。日本中の最強のそろばん選手が参加する合宿に、僕達二人も参加して良いと先生からの許可が出たのだ。ぼくは力を認めてもらえたようでうれしい反面、ついていけるわけがないという不安も大きかった。だけどO君がいたから一人じゃないんだと思えて勇気を出す事ができた。O君と二人で申し込みをし、新幹線と一緒に座ろうね、ご飯一緒に食べようねとわくわくしながら合宿の日を待っていた。そんな時にあの冗談を聞いたのだ。

「冗談やめろ。」  
と言った僕に先生が  
「本当だよ。O君は亡くなりました。」

と悲しそうに告げた。僕の頭は真っ白になった。うそだ、先週一緒にそろばんをはじいたじゃないか！帰りにブランコに乗ったじゃないか！信じられなかった。だけど本当にO君はその日から教室に来ることが無かった。O君はインフルエンザで高熱が出て、亡くなってしまったと知った。

O君がいまま合宿の日が来た。僕はあまり行きたくなかった。だけどO君のお母さんが、

「Oは合宿に行くのを楽しみにしていたんだよ。」

と言っているの聞き、O君が行きたくても行けなかったのに、僕が逃げて参加しないのはO君への裏切りになると思い、行く事にした。大阪のホテルを貸し切って日本一の選手が集まる合宿が始まった。朝の九時から夕方六時までそろばんをはじきまくる。毎回採点し、順位がはり出される。順位が悪いと、席がどんどん後ろに下がっていく。頑張っても頑張っても周りのレベルに追いつけない。苦しい時間が過ぎていった。合宿が後半戦になった頃不思議な事が起こった。疲れ切っていたはずの指がなぜ軽く速く動き出した。僕はその時、O君がそばにいるような気がしたのだ。

「桜佑がんばれ！あきらめるな！」

そう応援してくれているように感じた。それはまさに、二人ではじいたそろばんだった。そして合宿は終わった。

僕はその後、夢だった段位認定試験に合格した。まだまだ下手だけどこれからも一生懸命練習していきたい。今でもそろばんをはじく時、あの不思議な、O君と一緒にいるような感覚になることがある。人は亡くなっても、生きている僕らに力を与えてくれる事があるのだと僕は思う。O君の分も僕は生きていく。この命を大切に、見ていてくれるO君に、胸を張れるように、僕は今日もそろばんをはじく。

# 2022年度AED訓練器等助成事業の助成先が決定

当財団では、「安全で安心できる社会」の実現に向け、2015年度より、救命処置の普及啓発活動に積極的に取り組む団体を応援するため、公募によるAEDトレーナーや訓練用入形を提供するAED訓練器等助成事業を実施しています。2022年度はコロナ禍にもかかわらず、救命処置の普及活動に対し意欲溢れる団体から応募をいただき、以下のとおり8団体に提供しました。

団体名 [8団体] (50音順)

株式会社アクティング  
(大阪市北区)

イベント会場やテーマパーク等において、幅広い年齢層の来場者の安全・安心を守るため、有資格者が他の社員を対象に救命講習を実施する等の活動を行っている。  
今後は取引先企業等も対象に救命講習の開催を計画。

あんしんポケットひらかた  
(大阪府枚方市)

枚方市内にて、より多くの人にもしもの時の命の守り方を知ってほしいという目的で救命処置の普及活動を行っている。  
同市内の学校や自治会、子育て支援団体の会員、地域住民等を対象に救命講習の開催を計画。

一般社団法人 大阪IJ  
(大阪市福島区)

大阪府内にある学校の生徒や教職員、保護者、一般企業の社員を対象に救命講習を実施する等の活動を行っている。  
小・中・高校生を対象に「いのちの授業」と題して、救命講習等を計画。  
※2018年度の助成に続き2回目の助成

消防救命好きサークル  
(大阪市都島区)

大阪市や京都市内にある市民センター等において、地域住民を対象に救命講習を実施する等の活動を行っている。  
介護施設の職員や関係者、一般の方を対象にSNSや掲示板を用いて広く告知・募集し、救命講習の開催を計画。

社会福祉法人西成若草会  
浪速さくら保育園  
(大阪市浪速区)

大阪市浪速区にある同保育園にて、いざという時に迅速かつ適切に命を救えるようにするため、有資格者が他の職員を対象に救命講習を実施する等の活動を行っている。  
園児の保護者、地域住民等も対象に救命講習の開催を計画。

伊都・橋本防災士の会  
(旧:橋本防災士の会)  
(和歌山県橋本市)

和歌山県伊都郡および橋本市内を中心とした自治会や小学校等において、防災出前講座や防災教室を実施する等、地域住民の防災意識啓発と知識向上に取り組む活動を行っている。  
自治会員や小学生等を対象に救命講習の開催を計画。

防災指導会(めぐもり)  
(大阪市平野区)

大阪府内にある地域集会場利用の各団体や就職活動中の外国人学生等を対象に、一人でも多くの人に初期防災の知識を身に付けて頂きたいとの熱い精神で講習を実施する等の活動を行っている。  
地域の住民を対象に講習会の開催を計画。

一般財団法人  
ポジティブアースネイチャーズスクール  
(兵庫県芦屋市)

芦屋市にある同団体の職員や青少年育成施設の関係者、小学生等を対象に事故や災害時に柔軟に対応し、被害を最小限にできるような人材育成に取り組む等の活動を行っている。  
地域の住民を対象に救命講習の開催を計画。

当財団ホームページから、受賞作品を掲載した作品集をご覧いただけます。



<https://www.jrw-relief-f.or.jp/seminar/sakubun2021/>



# 2022年度公募助成（活動及び研究）の助成先が決定

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化し活動や研究に様々な制約がある中、活動助成44件、活動助成(特別枠)25件、研究助成41件の計110件のご応募をいただきました。  
採択となった団体や研究者の方々52件の助成先の皆様をご紹介します。当財団もそれぞれの団体や研究者の方々へのご支援を通じ、より一層、安全で安心できる社会の実現へ向けて少しでも貢献していきたいと考えています。

## 【活動助成】事故、災害や不測の事態に対する備えに関する活動、発生後の心身のケアに関する活動

テーマ	団体名 (50音順)
自死遺族の心の傘に	池田分かち合いの会・ひかり
グリーンケア・スピリチュアルケア提供者を対象としたセルフケア講座	特定非営利活動法人 いのちのケアネットワーク
発達障がい児や子どもにもわかりやすい防災教育教材の作成	一般社団法人 ADI 災害研究所
防災でつながるプロジェクト 身近な命を守るためにできること	特定非営利活動法人 HCC グループ
食物アレルギー地域で考える防災講演オンライン	一般社団法人 LFA Japan
災害時に活動できるリハビリテーション専門職の超早期人材育成の取り組み	大阪府大規模災害リハビリテーション支援研究会
大阪 YMCA ウォーターセーフティーキャンペーン	公益財団法人 大阪 YMCA
水際・水面における救命救助安全サポートプログラム	特定非営利活動法人 オーシャンゲート ジャパン
マインドフルネスでケア提供者の共感疲労を防ぐ	かなしみぼすと
災害時における障がい者支援技術の向上を目指して	環境リハビリテーション科学研究会
障害福祉・精神科医療等の支援関係者を対象としたトラウマについての研修	特定非営利活動法人 暮らしのコツ研究所
遺族会の開催・運営	けいな虹の会
子どもの事故予防に関する安全教育教材制作	国立大学法人大阪大学大学院人間科学研究科附属未来共創センター子どもの安全ラボ
こども達の絵で事故削減	一般社団法人 こどもミュージアムプロジェクト協会
繋がるあんしん見守りプロジェクト	特定非営利活動法人 こもれび相談室
高齢者運転免許返納支援事業	特定非営利活動法人 全日本企業福祉協会
聴覚障害者の防災に対する取り組み	寝屋川市身体障害者福祉会聴力言語障害者部会
たかつき川キッズ調査隊シーズン2 ～自分の命を守るためにできること～	特定非営利活動法人 ノート
Huuug なりきりステージ3びきのこぶた～防災教育～	一般社団法人 ハーグ
はすの会 東大阪・神戸の活動	はすの会 東大阪・神戸
学校防災の成果紹介と交流の場を通して、子どもたちから地域の大人へ伝える防災の広がりを作る	特定非営利活動法人 働く者のメンタルヘルス相談室
生と死を考える会全国協議会全国大会	兵庫・生と死を考える会
流産、死産、新生児死を経験したママと家族のためのグリーンケア活動と社会啓発	ポコズママの会 関西
阪神淡路大震災 1.17 は忘れない～まちキャラパーク in KOBE 2022	まちキャラパーク実行委員会

[24件]

## 【活動助成(特別枠)】東日本大震災、平成30年7月豪雨(西日本豪雨)に関する被災地・被災者支援活動

テーマ	団体名 (50音順)
西日本豪雨災害で被災した写真をお預かりし泥などを洗浄・乾燥・拭き上げ等行いお返しする活動	あらいぐま大阪
会えなくてもしっかり繋がる「音声 SNS」を活用した新しい地域コミュニティづくり	特定非営利活動法人 エンディングノート普及協会※
川と暮らす～河川敷の自主管理・有効活用準備事業	一般社団法人 お互いさま・まびらボ※
支援者、被害者コミュニティ構築のためのセミナー及びカンファレンス活動	認定特定非営利活動法人 オリーブの家※

テーマ	団体名 (50音順)
東北被災地ふれあい語り部コンサート	NPO 法人 語り部おもちゃ箱音楽隊
災害を忘れないため みんなでできること	家庭文庫ぽてと※
未来の子ども達へ～保育士が考える防災～	一般社団法人 こどもスマイルミーティング※
平成30年西日本豪雨災害で水害被害に耐えたビニールハウスの活用と被災地の景観の復興支援	特定非営利活動法人 こもれびの里※
坂町の被災者・被災地コミュニティ形成のための集いの場づくりと内発的復興の取り組み活動	特定非営利活動法人 SKY 協働センター※
不登校児を持つ母子避難者家庭の健康回復支援寺子屋活動	チームおせっかい滋賀
子どもたち生まれ！豪雨に負けない心を育てる！	広島県防災ドローン研究会※
防災キッズの養成と地域防災の取り組み	広島市防災士ネットワーク※
東日本大震災復興支援 三陸「笑い」の復興教室 2022	門戸倶楽部
真備町箭田地区復興のための住民ふれあい事業	箭田地区まちづくり推進協議会※
“避難所には怖くて行けない”精神障害者等の心を大規模災害から守るための活動	特定非営利活動法人 よもぎのアトリエ※

※印は近畿2府4県以外(岡山県及び広島県)に拠点がある団体

[15件]

## 【研究助成】事故、災害や不測の事態に対する備えや防止に関する研究、発生後の心身のケアに関する研究

### <1年助成>

テーマ	研究者名 (50音順・敬称略)
利水ダム施設の総合治水施策適用可能性の検証	神戸市立工業高等専門学校 教授 宇野 宏司
南海トラフ地震を見越して取り組む地震防災教育の実践研究：誘因と素因に着目させる防災教育展開の試み	兵庫県立大学大学院 教授 川村 教一
転落事故低減を目的とした電子式歩行補助具の実用性評価および運用方法の提案	公益社団法人 NEXT VISION 常務理事 仲伯 聡
思春期・青年期を対象とした「2 択遊び」コロナ不安対応プログラムの開発	兵庫教育大学 講師 永山 智之
乗客の避難行動に着目した鉄道防犯対策に関する研究	国立大学法人和歌山大学紀伊半島価値共創基幹学長補佐/准教授 西川 一弘
大規模水害発生時を想定した地域薬局による事業継続計画 (BCP) 策定と避難所災害救護所への支援に関する基礎調査～姫路市・福崎町をモデルとして～	姫路獨協大学 教授 柳澤 吉則
With コロナ時代に考える災害時にも持続可能な視覚障害者の日常生活を支えるサポートシステムの構築	兵庫県立大学 助教 山岡 千鶴

### <2年助成>

テーマ	研究者名 (50音順・敬称略)
機械学習および深層学習を活用したメンタルヘルス関連労働災害の予測モデル開発	神戸大学保健管理センター/医学研究科病態情報学 教授 (兼任) 井口 元三
災害時要配慮者の近隣疎開避難システムに関する研究	大阪大学大学院人間科学研究科附属未来共創センター 講師 石塚 裕子
COVID-19 による「救急医療の危機」の実態把握、原因解明及び対応策検討	公益財団法人全国市町村研修財団 全国市町村国際文化研修所 客員教授 小西 敦
遠隔 VR シミュレーションによる災害教育システムの構築～ニューノーマル時代における災害基盤教育開発を目指して～	大阪医科薬科大学医学教育センター 副センター長 駒澤 伸泰
コロナ禍における高齢者賃貸住宅入居者の QOL 劣化状況把握とその低減に資する居住環境指針案策定への研究	大阪公立大学都市科学・防災研究センター 特別研究員 志垣 智子
感染防護研修の普及およびワクチン接種ボランティア支援活動のアウトカムに関する検証	京都橋大学 教授 平出 敦

[13件]



# 第11回公募助成成果発表会を開催

2022年1月28日(金)、2020年度に活動いただいた団体・研究者の方々による公募助成成果発表会を開催しました。新型コロナウイルスの感染状況悪化により、やむをえず会場開催を断念し、急遽オンライン開催へ変更となりましたが、活動団体・研究者のうち8組から発表をいただき、発表者を含め54組の方々に参加されました。



## 発表団体

プロジェクト実施プログラム  
ウォーターセーフティキャンペーン

大阪YMCA

### 公益財団法人 大阪YMCA

大阪YMCA ウォーターセーフティキャンペーン

夏休みに増加する水難事故を防止するための取り組み「ウォーターセーフティキャンペーン」について発表いただきました。地域の子どもたちや保護者を対象に、命を守る方法について実習形式で講習を実施した他、指導者に向けた研修も行うなど、川や海で安全に楽しく遊ぶために必要な知識を学ぶ活動を紹介いただきました。

専門職向けグリーフケア啓発活動

### ポコズママの会 関西

流産・死産経験者で作るポコズママの会 (ピアサポート活動)

流産・死産・新生児死等を経験された方への支援として、当事者を対象としたお茶会やワークショップを開催した他、医療・社会へ向けたグリーフケア活動として、研修会や勉強会も実施するなど、悲しみの実態や支援の必要性を社会に伝えていく啓発活動にも取り組まれていることについて発表いただきました。

### NPO法人 日本教育再興連盟

未来に繋がる防災教育実践コミュニティづくり

防災教育のコミュニティの強化・拡大を目的に、防災教育実践交流会や読書会、防災ゲーム体験会などを開催、また未来の防災教育の担い手育成に向けて教員志望学生向け防災教育研修も実施するなど、未来に渡って機能し続ける防災教育実践コミュニティの形成活動について発表いただきました。

オンライン防災教育実践交流会

- 講演会
- ポスター実践発表
- 座談会

2020年9月・2021年3月・9月に実施

出来上がった  
雑巾の梱包

### ボランティアグループ雑巾を縫う会

使い古されたタオルを再利用した手縫い雑巾の被災地や福祉施設等への寄贈

東日本大震災や西日本豪雨などの被災地域のために、手縫い雑巾を製作・送付する支援活動を実施しており、活動が制限されるコロナ禍においても、各自の自宅で手縫い雑巾の製作を実施するなど、年間で計2,800枚の寄贈をされたこと等を発表いただきました。

個人発の活動が  
多くの団体との活動へ

2000人以上の子どもの参加  
大きくなった子どもたちが後輩の指導や  
イベントボランティアに!

行動する

### 災害で生活が変わった子供を支援する会

被災地の子どもたちの支援と考える防災教育

西日本豪雨で被災した広島の子ども達の心を支援し、災害に負けない絆をつくる活動として、工作や紙芝居、ドローン教室、サバイバル教室など様々な活動を実施されました。これらの活動を通して、子どもたち自ら防災について考える力を身につかせ、豪雨災害を風化させない心を育てることに努める様子を発表いただきました。

西日本あんしん社会財団助成事業開始

2018 2019-20 2021

倉敷市真備町での活動の歩み

### 被災支援ボランティア団体「おたがいさまプロジェクト」

倉敷市真備町の緊急救援活動及び、避難所・仮設への慰問ボランティア ツアー その3

西日本豪雨で被災した倉敷市真備町の仮設住宅、児童館等での慰問ボランティアツアーを実施し、こども支援やサロン活動、見守り訪問の他、被災地の実情を情報発信するため取材活動なども行い、被災者のサポートだけでなく、風化防止にも努められている取り組みを発表いただきました。

## 発表研究者

### 兵庫県立大学地域ケア開発研究所 教授 梅田 麻希氏

訪日外国人を対象とした災害情報発信システムの開発：SNSを活用した情報提供の倫理的・技術的課題の検討

### 研究プロジェクトの概要

- COVID-19に関して英語で発信されたツイートの分析
  - COVID-19感染拡大下での外国人の情報ニーズに関するウェブ調査
  - 日本在住外国人を対象とした情報提供システムの開発と評価
- オープンデータソースより、COVID-19について世界中でつぶやかれたツイートを入手し、ハッシュタグを解析するソフトウェアを開発し、SNSで発信される情報の特徴を明らかにした。
  - 公開情報オンライン上で行っている情報提供の現状把握、訪日外国人支援団体への聞き取り調査を経て、COVID-19感染拡大下での外国人の情報ニーズの抽出。
  - 上記のニーズに関して、外国人に対するウェブ調査による、定量的な需要把握。
  - 日本在住外国人を対象とした情報提供システムを構築し、試作したシステムについて外国人からのフィードバックを得た。

ツイッターの分析、外国人の情報ニーズに関するウェブ調査、情報提供システムの試作を通じて、感染症パンデミックにおいてSNSを介して外国人に向けて情報を発信する際の倫理的・技術的課題を明らかにし、プライバシーの守られたSNS上にAI自動応答システムが組み込まれた相談窓口の設置や、オープンAPIによる情報共有の仕組みづくりなど行政DXを推進し、外国人にとってアクセシビリティの高い情報提供システムを開発していく必要があることを発表いただきました。

### 全国市町村研修財団全国市町村国際文化研修所 客員教授 小西 敦氏

メディカルコントロールの現状・課題・展望

1 メディカルコントロール (Medical Control: MC)

- MCの概念は多様
- 救急医療におけるMCであっても論者・制度等によって多義的
- 一応の分類
  - ①救命士法上のMC
  - ②最広義MC
  - ③コアMC
  - ④実施基準MC

各都道府県の救急医療におけるメディカルコントロール (MC) 体制の現状と課題を多数の資料やデータを用いて実証的に分析し、コロナ禍において悪化した搬送先照会数を踏まえた医療体制の再構築等、今後あるべき体制や実施基準の展望、改善策を提案・発表いただきました。



# 2021年度 第4回・第5回いのちのセミナー (WEBにて配信)

コロナ禍をきっかけにWEBにて配信している「いのちのセミナー」。今回は2021年度第4回・第5回の講演内容の概要をお届けいたします。



第4回  
いのちのセミナー

講師：西岡 秀爾氏

配信期間：  
2021年12月23日(木)～  
2022年4月4日(月)



第5回  
いのちのセミナー

講師：高橋 聡美氏

配信期間：  
2022年3月25日(金)  
～6月30日(木)

## 第4回いのちのセミナー

# 中道で道中を歩む ～禅に学ぶ生き方～

講師：西岡 秀爾氏

僧侶(曹洞宗)



## 「いま・ここ・わたし」を丁寧に生きる

生きづらい中で、少しでも軽やかに歩けるように、本日は禅の世界で大切にしている5つのサイクルをご紹介します。

その前に「いま」「ここ」「わたし」。今この私の命をどういうふうに生きることかをずっと大切にしていこう。丁寧に生きることというのが禅の基本です。

今この私は、過去でも未来でもなく、今に心を尽くし、「いま・ここ」に心を寄せ、自分の中の内なる声は何か、自分の中で押

し殺していることはないかということを常に考え、そして「わたし」が遊ぶことをする。私たちは生きていく中で主人公です。周りの尺度に流されることなく、自分自身の大切にしている物差しとか、「わたし」の尺度で生きるということなのです。

禅というのは、基本的には自分自身の内面に目を向け、自問自答しながら、少しずつ歩いていく教えです。

## 「あるがままでいい」

さて、禅の基本を紹介したところで、禅に学ぶ5つの心得として、「あるがまま」「行道」「克己心」「中道」「無常」を順に説明したいと思います。

まず初めの「あるがまま」。これは、自分自身を押し殺してしまうということではなく、自分自身が大切にしていることを優先し、内なる声というのを拾っていくということです。

すべてはありのままで真実であり良悪はありません。しかし、「変わらないでいいですよ」と言っている訳ではありません。自分自身の心が安らいでいるときには、少し前に進み、自分の中でできることを行うことを云っています。

では実際はどうしたらいいのかとなると思います。周りの人たちや周りの世界に包まれたとき、皆さんの存在を認め、自分自身の痛みや苦しみを分かってくれている同士が集まって、その中で自分自身の気持ちを吐露でき、それを否定されることなく受け止めてくれる場所に包まれたときに、「ああ、そのままでもいいのだ」「自分のままでいいのだ」と思い至ることができるのではないのでしょうか。ただ、それは自然に包まれたときやきれいな景色を見たときでもあてはまると思います。

## いつかのために「いま」を無駄にしない

2つ目の「行道」とは、「いま・ここ・わたし」ができることを積み重ねていくことです。「あるがまま」でいいけれど、そこに留まてはいけません。自分の中でできることをこつこつ積み重ねていくことが、「行道」という心得です。

二度と来ない「いま」を大切に、いつかのために「いま」を無駄にしない。私たちはゴール設定をし、それに向かって生きていくことに注力してしまうかもしれませんが、その途中、今この瞬間を大切にしていきたいと思います。

## 自らの欲に克っていく

仏教や禅の中では、自分自身、即ち己の怠け心に負けないということに大事にします。「あるがままでいいですよ。でもそこで立ち止まるのではなく、少しずつ歩み続けましょう」というのが、3つ目の「克己心」という心得です。

仏教でいう精進は「克つ」で「自らの欲に克っていく」ということです。人と比べての勝ち負けというよりも、自分自身の怠け心に打ち克つ。それが、「克己心」の「克つ」ということです。

## 「良い加減」で歩いていく

4つ目の心得は「中道」です。あるがままとは言いながら何もせずに留まることではないと申し上げましたが、禅的な生き方とは「中道」「良い加減」で歩いていくことを大事にしています。

過度な努力も一時的には勿論できますが体に無理をきたします。継続的な取り組みや、ずっと精進や努力ができることというのは、自分自身が楽しんでやるからこそできることです。周り比べて乱されることなく、自分のペースでやっていくところがとても大事です。

ここで「無事は貴人」という禅語を紹介いたします。外に向けてあれこれ求めるのではなく、自分が成すべきことは自分自身の中であって、自分自身のペースでやっていくことにより、私たちをとて安らかな世界に導いてくれますよということを伝えていきます。

禅でいう無事というのは何もしない意味として使われます。悟りを得るといのは何もしないこと、そしてかたよらない、こだわらない、とらわれないことです。背伸びすることなく、飾ることなく、等身大で生きる。それこそが貴人、貴人だとしています。

「中道」にもとづいた精進は、自分なりに充実した日々の歩みです。他と比較することなく、自らのペースで「あるがまま」としつつ、「行道」のように、自分の中で日々アップデートしていく中で、それでもやはり自分の内面を見てみると、「ああ、ここが至らない」「ここは、また新たに改善していかないといいな」。それを自分の中に強いていくのが「克己心」。その中でも大切にしているのが、あまりかたよることなく、こだわることなく、とらわれない中道の世界なのです。

## 自らの心の余白をつくる

最後の心得は「無常」です。私たちは何でも都合がいいことはそのまま留まってほしいとか、この楽しい状況が続いてくれればいいのかと思いがちですが、現実には変化します。反対に苦しいことや

るせなさもあるかもしれませんが、色合いは変わっていくということを感じて生きていくことが大事だと思っています。

この世というのは、「無常」であることを明らかにすることが大切になります。明らかた上で、諦観、諦めるというふうに移っていくのです。目の前で起こっていることを自分の中でしっかりと把握した上で、「ああ、これはもうどうにもならないな」と諦めていく。それが仏教で大切にしている考え方です。思い通りにならないことを思い通りにしようとする執着から苦しみが生まれるのです。

「放下著」という有名な禅語があります。色々なことにこだわったりするのはなく、それらを手放すほど自由で豊かになっていきます。手放すというのは、決してギブアップすることではありません。自らの心の余白をつくっていくと考えるのもいいと思います。心に余白ができるからこそ、周りに対しても優しく、自分に対しても優しくなる。そして自分自身を労わることも繋がってくるわけです。

どうしようもないことは流れに身を任せ、委ねてしまう。自分自身のプレッシャーとか苦しみ、ストレスがあったとき、どうしてもならないときにはもうお任せしてしまうのも大きな力になってくるかと思っております。

## 自らを見つめなおす

禅に学ぶ生き方とは、大事なものは、外に幸せを求めるのではなく、身近にある幸せを感じるということだと思えます。分け隔てなく太陽の光や風が届くように、あたり前の幸せを感じる事が大事なのだと思えます。

また、思い通りにならないのもあたり前の世界です。まずは自分の中で、そのままの自分を受けとめていくことが大事です。申しあげている通り、思い通りを手放す生き方、折り合いをつけて生きていくことも禅の中ではとても大切なことです。

瞑想や坐禅というのは、「いま・ここ・わたし」の中で起こっている感情とかというのをしっかりと受け止めていくというところに気持ちを持っていくことと言えます。外(周り)を変えていくのではなく、内(自ら)を見つめなおしていくことを繰り返す中で、心が軽くなっていくことをつかんでいきます。「いま・ここ・わたし」に目を向けていく。自分の中にあるものを全部解き放っていくことです。坐禅とは、いわば自分自身が地球の上に座っていて、自分の中の悪いものや悩みを地球が吸い取ってくれ、頭の中に凝り固まったものが少しずつ小さくなっていく、そんなイメージが分かりやすいのではないかと思います。

## 禅に学び生きていく

最後におさらいをします。「いま・ここ・わたし」が、「あるがまま」「行道」「克己心」「中道」「無常」という形で、直線ではなく、ずっと回っていくような5つのサイクルをお伝えしました。まずは、あたり前に感謝しながら、「いま・ここ・わたし」ができることを積み重ねていく。人と比べるのではなく、己の怠け心に負わずに、「良い加減」でポチポチ歩いていきます。でも、思い通りにならないのはあたり前です。自分の中であきらめていくことがとても大事だと思えますし、その中でまた、そういう状態は自分の中で「ある



がまま」として、あたり前に感謝することに戻っていく。その繰り返しです。

だから、気負うことなく淡々とこのサイクルを回っていく。それが私の中での禅の生き方というか、「いま・ここ・わたし」を生きていくということが大切だと思っています。

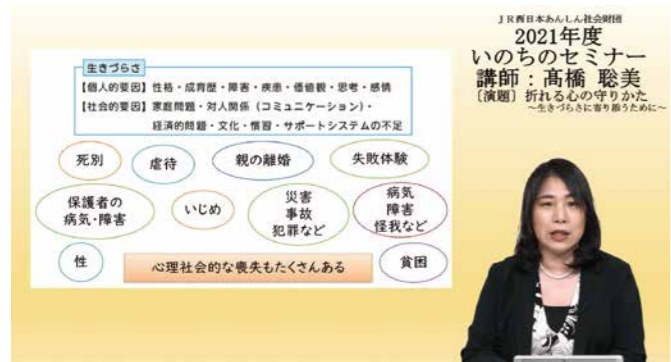
皆さんの中で少しでも思うところを実践していただき、頭で理解するというよりも、自分自身の体を労わり、また自分自身のし

## 第5回いのちのセミナー

# 折れる心の守りかた ～生きづらさに寄り添うために～

講師：高橋 聡美氏

中央大学人文科学研究所 客員研究員  
一般社団法人 高橋聡美研究室 代表  
BPO [放送倫理・番組向上機構] 委員  
前防衛医科大学校 精神看護学 教授



## 「生きづらさ」とは

皆様の中には何らかの生きづらさや死にたいという揺れ動く気持ちを持っている方がいるかもしれません。そんな自分自身の振り返りや悩む周りの方々の支え方について何らかのヒントになればと思います。

生きづらさには、性格、生育歴、障がいや病気、感情の起伏、思考の持ち方などの個人的要因と、家庭の問題、コミュニティの問題、文化などの社会的要因があります。その中には私が経験した東日本大震災のような突発的な災害、事故、皆様が必ず体験するような死別体験なども含まれます。性的なことでもまだまだ社会の理解が届かず生きづらさを抱えているという方もいらっしゃると思います。

私たちは生きていく中で、何かしら失い、何かしら失敗し、出会いと別れを繰り返しながら人生を積み重ねています。

## 子どもの生きづらさ

ユニセフのデータによると、先進国38か国の中での日本の子どもたちの幸福度の順位のうち、自殺率などが指標となる「精神的幸福度」は下から2番目の37位です。

がらみを手放すことによって、周りにも優しくでき、普段気付いていないことに感謝できるというところを体感していく。そのような時間を日常において少しでも設けることによって、自分の中で光が見えていくと思います。

そこから逃げるのではなく、今、自分自身の目の前にあることを一つ一つやっていくしかない、そういう禅の生き方や仏教で大事にしているところに行きつくのではないかと私は思います。

日本の小・中学生、高校生の自殺者数の推移を見ると、2016年以降、少しずつ増え続けていて、2021年（暫定値）は前の年より若干減っているものの、高止まりとなっています。子どもの自殺の主な原因は「いじめ」だと思われがちですが、警察庁の分析によると、小学生の自殺の原因の1位は家族からのしつけ・叱責、中学生は学業問題、高校生は進路の問題と、全て大人が関わっており、私たち大人はこの現状を謙虚に受け止める必要があります。

一人の自殺の原因は一つだけではなく、自殺に至るまでには、日常目の当たりにするような、一見些細とも思える問題が積み重なってストレスとなり、心の病、自殺につながります。裏を返せば、日常での小さなSOSや、その芽の一つ一つに目を向け、しっかりと話を聞くことが自殺予防の策になるというわけです。私たちは「SOSを出しなさい」、「困ったら相談しよう」と子どもたちに行動変容を求めがちですが、実際には「家族から叱られた」、「成績が落ちた」、「進路をどうしよう」といったSOSを出せず、あるいは出しても聞いてもらえないケースが多く、大人たちの方から子どもたちの一つ一つのSOSに丁寧に歩み寄って聞くことにより、ストレスや心の病が減り、結果、自殺が減ることにつながります。

## SOSの出し方・受け止め方

頑張り過ぎてSOSが出せない大人も多くいることから、SOSの出し方を10代のうちからしっかり学んでおけば、社会に出てからも生きやすくなるを考え、私が全国の小・中学校、高校で取り組んでいるのが「SOSの出し方・受け止め方教育」と「自殺防止教育」。ここでは子どもたちに「体の傷は見える。でも心の傷は見えない。だから、言葉にして心の傷を見せてほしい。今より必ず良くなるから。かすり傷と大げがだと、かすり傷のほうが早く治る。心の傷も同じだよ。大人はあなたたちより解決の方法を経験したたくさん知っているから大人の人に伝えてほしい。」と説明しています。

SOSの受け止め方の基本は「受容傾聴」。すなわちジャッジしない、いきなりアドバイスしない、ありのままに受け止める、勝手に想像しないで相手の情景を見るということです。「数学が分からない」と言われたら、いきなり「予習・復習をしっかりとしなさい」と言うのではなく、「分からないんだね」とまずは受け止め、オウム返しをする。これが「受容」です。「いつから分からないの？例えば、どんなのが？」と掘り下げて詳しく聞く。これが「傾聴」

です。この「受容傾聴」がSOSを受け止めるために有効です。

## 「死にたい」という人への接し方

死にたいという人に対しては、「どんなあなたでもオーケーだよ」という姿勢で、ありのままに受け止めるということが大切です。悩みを抱えている人から見て、「安心で安全な相手」「弱さを見せても大丈夫な相手」である存在になること。死にたくなるという気持ちに対して、同じようなコミュニケーションスキルで、「そういう気持ちになるんだね」と受容し、「どんなときにそう感じるの?」と具体的に尋ね、傾聴すること。そういうコミュニケーションによって相手の情景がよく見えてきて気持ちに寄り添うことにつながります。本当に何かアドバイスをするなら、最後です。とにかく「受容」し、「傾聴」するということを繰り返すことが大切です。

## 自傷行為への理解と対応

生きづらさの中で、自傷行為や、依存といった行動に出るケースがあります。「リストカット」もその一つです。実は10人に1人の子どもに自傷経験があります。

では、なぜ子どもたちは自傷行為をするのか。自傷行為をする子どもたちのうち、死にたくてしているのは約2割。約6割は「死にたいから」ではなく、むしろ何とか生きていたいと、気分転換やストレス解消のためにしているといわれています。リストカットをすれば、脳内から麻薬の成分が出て気分転換になり、それに依存するというメカニズムです。ところが、それを見た大人たちは、子どもたちが抱える悩み事よりも先ず傷に目が行き、何か自らの子育ての失敗を指摘されたような感覚に陥りがちです。いきなりやめなさいといっても、ストレス解消のためにやっているものなのですぐに止められるものではありません。依存化してしまった自傷行為というのは、コントロールが難しいですが、自傷行為を見せに来る子どもたちには、見せに来てくれたこと、SOSを出しに来てくれたことに対して肯定的に受け止めることが大切です。

## コロナ禍で急増する市販薬依存

ある家庭のお子さんが、「風邪ぎみだ」と言って家で風邪薬を飲む様子が見られ、ある日家族がその子の部屋で大量の風邪薬の空き箱を発見、その子は親が知らないうちにインターネットで購入し、1日10倍量ぐらいを服用していた、そんなケースがこのところ急増しています。

松本俊彦先生らのデータによると、10代の子どもたちの薬物依存のうち、「市販薬」への依存は、2014年はゼロだったのが、2020年になると半数以上と急増しています。子どもたちが市販薬に依存することがメジャーになっているということは、非常に注意深く見ていかなければならないと思います。リストカットは外見上見えてしまい、アルバイトや進学的面接などに影響するのでリストカットから市販薬に変えたという子どもたちもいます。

大量服用すると、市販薬に含まれる成分により、少し気分が

高まったりします。元気、やる気がないときにエナジードリンクを飲むのと同じ感覚で、風邪薬を飲んで元気を出して学校に行くという感じです。子どもたちは頑張って学校に行くために、風邪薬を飲んで、過剰適応しながら生活しているのです。

リストカットと同様、何とか生きようと、生きづらさの一時しのぎのために市販薬を使っています。もし大量服用した子に接するときは、「どんなときに飲んでいるの」と尋ねながら、「そうか。少しずつ減らせるといいね」と受容傾聴しながら話を進めていくとその子にとって相談しやすい雰囲気になります。

## 私たちにできること～自身のよりよい生き方とともに～

さて、ここまで子どもたちの生きづらさにスポットを当ててきましたが、大人たちも様々なことで生きづらさを感じています。

地域の中で「あのお家はすごく介護が大変そう」、「初めての子育てで大変そう」など、様々な気づきをきっかけにしっかり話が聞けて、何が起きているかを理解することが大切になってきます。また、生きづらさを抱えている方たちが、地域の身近な人にSOSを出せる力をつけることも必要だと感じます。そうしてお互いが住みやすいまち、生きやすいまちというのを私たち自身がつくり上げていくことが大切になってきます。その要素として、例えば住民間の交流、地域のイベント、文化活動、スポーツ、美しい風景や自然との暮らしなどがあります。これらは、その人自身が自分らしさを発揮できる場となります。こうした場づくり、環境づくりが、住みたいまちや自分の力が発揮できるまちにつながり、それが地域、社会全体での生きづらさに対する対策や自殺予防にもなるのではないのでしょうか。身近な人で、この人はこういうことに困っているんじゃないかと感じたときは、声かけをしてください。そこが第一歩だと思います。そこから誰かの力になれると思っています。

一人一人の力は、クモの糸一本一本で、すぐおぼつかない力です。しかし、その一本一本がつながって、地域の中でセーフティーネットを張るコミュニティーというのは、誰かの命や心を支える力があります。それは教育、福祉、行政、町内会、NPOなど、様々な方向からつながっています。そういったネットワークがさらに横につながることで、社会の中で強靱なセーフティーネットというのでできていくのだと感じます。

人は人に傷つきます。一方で、人は人に癒やされるということも言えます。

皆様の周囲で生きづらさを抱えている方も、皆様ご自身の中で生きづらさを抱えていると思っている方も、地域の様々なコミュニティの中で、誰かにお話することでお互い癒やされながら過ごせると、生きづらさというのも少し軽減していくのではないのでしょうか。

今回のお話が皆様のお力になれば幸いです。

2022年6月30日(木)まで配信



## 近畿2府4県「いのちの電話」合同研修会開催

当財団の助成先でもある近畿2府4県の各「いのちの電話」7団体における相談員の育成、団体間の連携強化を目的に、2022年1月26日（水）、7団体合同研修会が開催されました。2回目となる今回は「神戸いのちの電話」が幹事団体となり、当初は会場で一堂に会しての研修を行う予定でしたが、コロナ禍での感染リスクを考慮して、各「いのちの電話」の拠点をWEB会議システムで接続しての開催となりました。

研修では「神戸いのちの電話」相談員の研修委員である本多雅子様と藤井 薫様が講師となり、神戸での研修をもとにした「自殺行為実行中にかかってきた緊急電話への対応」のロールプレイングの映像を全員で視聴した後、同種の電話がかかってきたときの各団体での対応や取組みについて、活発な議論や意見交換が行われました。



## 2022年度公募助成 新規採択団体の集いの場を開催

4月15日（金）公募助成で新たに採択となった団体を対象に新規採択団体の集いの場を開催いたしました。

この会は、当財団の設立趣旨とそれに資する活動への期待を伝えるとともに、新規採択者特有の不安感の低減や、助成先同士が知り合うことでそれぞれの活動への士気を高めていただくことを目的に実施しており、今回は新規採択団体8団体のうち6団体が参加されました。初めに、理事長より当公募助成の助成趣旨を、続いて事務局より公募助成の特長や年間スケジュール、その他注意すべきポイントなど、実務における要点をお伝えしました。その後、各団体の皆様に簡単な団体紹介と、コロナ禍における取り組みの工夫や課題などについて、意見交換しながら、今後の活動の参考にいただきました。

最後は、事業審査評価委員会 白取委員長より、こうした活動に熱意をもって取り組まれていることへの敬意を伝えた上で、成果発表会の中では是非対面にて直接意見交換等を行いたいとのメッセージがありました。

### 2022年度公募助成 新規採択団体一覧（50音順）

国立大学法人 大阪大学大学院人間科学研究科附属  
未来共創センター 子どもの安全ラボ

家庭文庫ぽてと

けいな 虹の会

特定非営利活動法人 SKY 協働センター

寝屋川市身体障害者福祉会聴力言語障害者部会

広島県防災ドローン研究会

広島市防災士ネットワーク

特定非営利活動法人 よもぎのアトリエ



アンケート実施中

毎号、皆様からご好評いただいておりますReliefにつきまして、いつもご感想をお聞かせくださり、ありがとうございます！今号についてのご意見やご感想もお待ちしております。

(<https://www.jrw-relief-f.or.jp/enquete/>)



### 編集後記

今号は2020年度に助成し、活動いただいた団体・研究者の方々の発表会の模様を掲載しています。コロナが流行し始め、大きく影響を受けた年度であり、制約の多い中ではありましたが、工夫を凝らし活動・研究をされた内容について発表いただきました。（とも）

### 広報誌「Relief」 2022年5月号(vol.44)

[表紙写真：2021年度 小・中学生「いのち」の作文コンクール 表彰式の様子]  
Relief(リリーフ)には「ほっとする、安堵、安心」といった意味があります。

JR西日本あんしん社会財団は、福知山線列車事故の反省の上に立ち、設立されました。「安全で安心できる社会」の実現に少しでもお役に立てるよう、事故や災害等で被害に遭われた方々の心身のケアに関わる事業や、地域社会の安全構築に関わる事業などに取り組んでいます。

編集発行/公益財団法人JR西日本あんしん社会財団

〒530-8341 大阪市北区芝田二丁目4番24号 TEL:06-6375-3202 ホームページ:<https://www.jrw-relief-f.or.jp/>



ホームページ



Facebook

