

第3章

自助グループ運営・連絡会議

1. 目的

交通事故被害者等の自助グループの必要性や自助グループを取り巻く環境に対する理解を深めることによって被害者の回復のための自助グループ活動の促進や自助グループ設立の支援に資することを目的とする。

2. 概要

自助グループ活動の必要性や役割についての理解を深め、自助グループ活動を促進すること等を目的に、被害者支援センター、被害者団体及びナスバ（独立行政法人自動車事故対策機構）を対象として、専門家による講演及び交通事故被害者等団体による事例紹介をオンライン配信で開催した。

3. 開催日時等

開催日時：令和7年10月24日（金）13：30～15：45

対象者：被害者支援センター支援員等（各都道府県から1名程度）、被害者団体職員等、ナスバ

※オンライン配信にて開催（一般への配信なし）

テーマ：交通事故被害者等団体による自助グループ活動の紹介

4. 体制（敬称略）

（1）令和7年度交通事故被害者サポート事業検討会委員

- ・（公社）全国被害者支援ネットワーク理事 和氣 みち子
- ・武庫川女子大学心理・社会福祉学部社会福祉学科教授 大岡 由佳
- ・警察庁交通局交通企画課交通安全企画官 牧 丈二

（2）専門家（講演 2名）

（3）事例紹介（2名）

- ・（NPO 法人）交通事故後遺障害者家族の会理事 竹島 康美
- ・犯罪被害者団体ネットワーク（ハートバンド）代表 井上 郁美

（4）被害者支援センター、被害者団体及びナスバ

- ・47都道府県に所在する（公社）全国被害者支援ネットワーク所属の被害者支援センターの支援員等28名（22センター）、被害者団体代表者等5名（5団体）及びナスバ2名

（5）事務局

- ・警察庁 2名

・株式会社アステム 5名

5. プログラム

時 間	出演者	内 容
13：30～13：37	警察庁交通局交通企画課交通安全企画官 牧 丈二 事務局	主催者挨拶及び参加者の紹介
13：37～13：51	武庫川女子大学心理・社会福祉学部 社会福祉学科教授 大岡 由佳 氏	講演「ピアサポートの重要性」
13：51～14：23	(NPO 法人) 交通事故後遺障害者家族の会 理事 竹島 康美 氏	事例紹介「交通犯罪による重度障害者家族会の活動～NPO 法人交通事故後遺障害者家族の会～」
14：23～14：51	犯罪被害者団体ネットワーク（ハートバンド） 代表 井上 郁美 氏	事例紹介「犯罪被害者団体ネットワーク（ハートバンド）の活動と課題」
14：51～15：19	高知リハビリテーション専門職大学 作業療法士 足立 一 氏 常葉大学作業療法士 吉田 裕紀 氏	講演「心と体を繋ぐセルフケア ～今、この瞬間に集中する時間～」
15：19～15：40	全員	質疑応答
15：40～15：45	交通事故被害者サポート事業検討会委員 和氣 みち子 氏 大岡 由佳 氏	総括
15：45	事務局	閉会

6. 実施内容

(1) 講演「ピアサポートの重要性」

交通事故被害者団体による自助グループ活動の事例紹介に先立ち、専門家の立場から自助グループを進めるに当たってのピアサポートの重要性について講義が行われた。

**[講師] 令和7年度交通事故被害者サポート事業検討会委員
武庫川女子大学心理・社会福祉学部社会福祉学科教授
大岡 由佳 氏**

[要旨]

○「セルフヘルプグループ」と「サポートグループ」

「セルフヘルプグループ」と「サポートグループ」は、運営の主体によって言い方が変わります。今日ご参加の皆様は、このどちらかに属していると思います。

セルフヘルプグループは当事者等を主体とした運営をしている枠組みで、同じ悩みや課題を持つ人たちによって作られた小グループを指します。一方、犯罪被害者支援センターなど機関によって運営されている自助グループはサポートグループという位置付けであることが多く、特定の悩みを持つ人たちを対象に行われる小グループを指します。社会福祉の分野では、運営の主体によってグループの言い方を変えて使用しています。

○「交通事故等被害者サポート事業」としての“自助グループ”とは

交通事故被害者サポート事業において平成22年度に作成された「交通事故被害者等の自助グループ支援マニュアル」では、「自助グループとは、同じようなつらさを抱えた者同士が、お互いに支え合い、励まし合う中から、問題の解決や克服を図ることを目的に集うグループを指す」と書かれています。この意味合いからしますと、本事業の“自助グループ”は、「セルフヘルプグループ」の位置付けで書かれているのですが、今日ご参加の団体には、セルフヘルプ的要素が強い団体もあれば支援センターからのご参加もあります。また、支援センターが行う自助グループは、セルフヘルプグループと、サポートグループの要素が強いグループもあると思います。

また、自助グループには、交通事犯だけではなく殺人遺族や傷害事件の家族などさまざまな被害者が集っていることもありますので、本事業における“自助グループ”の対象も、広義にさまざまな被害者を含みながら、交通事故の被害者を中心に考えているとご理解いただけるとありがたいと思います。

○自助グループに重要な「ピアサポート」

サポートグループとセルフヘルプグループに共通する自助グループに重要なものは、「ピアサポート」です。「ピア」という言葉は、ラテン語の「パー（等しい、似た）」を語源とす

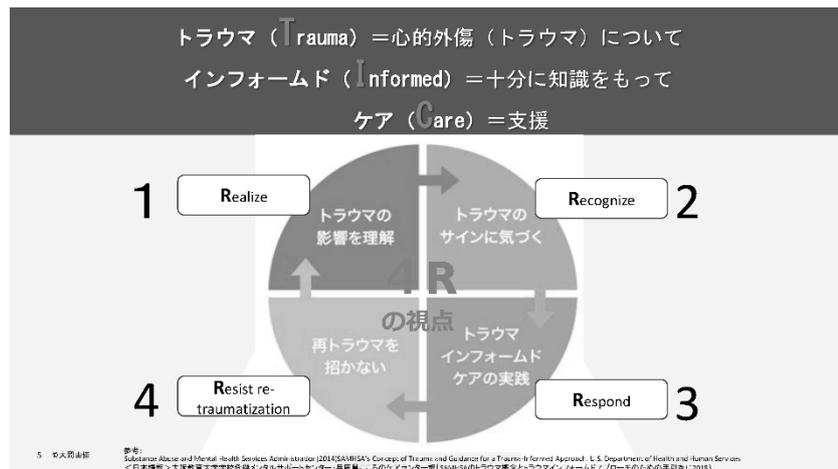
る言葉になりますが、「ピアサポート」は、「同じような立場や境遇、経験等を共にする人同士の支え合い」を意味する言葉とされています。セルフヘルプグループであれ、サポートグループであれ、同じような立場、境遇、経験等を共にする人同士が支え合うという意味では、セルフヘルプグループとサポートグループで行われていることは、この「ピア」のサポートになってくるわけです。

今日ご参加の皆さまは、支援者側に当たられる方も多いと思います。また、当事者だけ支援者でもあるという方も多くいらっしゃいます。「仲間同士の支え合う営みすべて」が「ピアサポート」という考えになりますので、支援者のピアサポートも重要なものになります。

今日は、作業療法士の先生方にご講演をいただくことになっています。私たちがサポートグループとセルフヘルプグループを超えて、交通犯罪等の被害者をどう支えていくかを一緒に考える仲間だという意識を持ちながら、私たち自身をピアサポートしていくことができるとよいのではないかと考えています。

○トラウマインフォームドなアプローチとしての「ピアサポート」

近年、犯罪被害者支援で取り上げられる「トラウマインフォームドケア」という言葉がございます。トラウマについて十分に知識を持って支援をしていくという発想です。トラウマの影響を理解して、トラウマのサインに気付いて、そし



てトラウマに配慮した、トラウマを意識した関わりをしていくことが、トラウマインフォームドケアの実践になります。それにより、再トラウマを招かない、つまりトラウマを深めてしまう、傷を深めてしまうことにならないようにするという発想です。私たちがセルフヘルプグループやサポートグループをする際に、トラウマインフォームドケアの発想を持ちながら、お互いがピアに支え合っているという体制を作ることが、今、求められているのです。

○「ピアサポート」の目的

米国薬物乱用精神保健管理局（SAMHSA：サムサ）が出しているトラウマインフォームドケアのガイドラインの中にも、「ピアサポート」という言葉が入っています。日本語版が、兵庫県こころのケアセンターや大阪教育大学学校危機メンタルサポートセンターから出ていますので、手に入れることができます。

このサムサのトラウマインフォームドサポートのアプローチの中で、ピアサポートの目的として、「安全と希望の確立をしていく」「信頼の構築に努めていく」「協働を強化していく」「回復と癒しを促進する」と明記されています。

ピアサポートの目的

- 安全と希望の確立
- 信頼の構築
- 協働の強化
- 回復と癒やし

を促進するもの

Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2014). SAMHSA's Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach. U.S. Department of Health and Human Services. <https://www.samhsa.gov/trauma>

す。グループができたときに、このピアサポートの目的をいかに私たちが意識して取り組んでいけるかということが大切なのです。実際にグループを運営してみると、こういったことが実際の中で語られたり、共有されたりすることがあると思います。

○自助グループの効果について（参加者の声より）

「交通事故被害者等の自助グループ支援マニュアル」に掲載された、自助グループに参加された方の声をご紹介します。

「自助グループに参加することでどんなふうになったか」という質問については、「安心して気持ちを吐露できるようになった」「精神的な支えになった」「素直に気持ちを打ち明けられる場になった」「心が癒される場になった」「孤立感や孤独感の軽減になった」「特有な感情の理解をしてもらえた」「社会への信頼感が少し再構築するような感覚があった」「回復への希望につながった」「他者の役に立つことを実感できた」といった言葉が語られています。

ということは、私たちが今まで営んできた自助グループは、非常に意義があるわけです。そしてこの中で、いかにピアに支え合えるか、サポートしていけるかという発想を持つことが更に自助グループを活性化していく、重要なことであることを共有したいと思います。

○更なる「回復と癒し」のために

自助グループは、「回復と癒し」を更に進めていくことが非常に重要になってきますが、今、全国的に犯罪被害者以外の分野でも高齢化し、会員が減ってきていると言われています。例えば、アルコール依存症当事者の会「AA」も、昭和から比べると3分の1まで会員は減っているという統計もあります。つまり、犯罪被害者支援分野の自助グループだけでなく、「回復と癒し」を考えると意味がある活動にもかかわらず、なかなかうまく機能していかないことが特徴として出てきているということです。

この「回復と癒し」のために私たちがこれから考えていかななくてはならないことは、自助グループの更なる発展です。そして、参加してくださる皆様が、活動を通じてセルフケアを実践し拡大していくことではないかと思います。

更なる「回復と癒やし」のために

- 自助グループの更なる発展
- 日常生活でのセルフケア実践
 - ー身体の安定を促す方策
 - ーコントロール感と自己肯定感の回復

犯罪被害者は、話をするとだんだん体が硬直していくという思いをされる方も多くいらっしゃると思います。体が強張ったり、疲れたりということも、もしかしたら自助グループに参加するときの躊躇になるのかもしれませんが。今日は作業療法士の先生方に、身体の安定を促す方策として「セルフケア」も披露いただくことになっていますので、私たち皆がお互いに協働しながら進めていく「ピアサポート」の視点を持って聞かせていただき、学ばせていただけるとよいと思います。

(2) 事例紹介

「交通犯罪による重度障害者家族会の活動

～NPO 法人交通事故後遺障害者家族の会～

交通事故後遺障害者家族の会の活動内容と交通犯罪重度障害者家族としての体験と想いを紹介いただいた。

[発表者] (NPO 法人) 交通事故後遺障害者家族の会理事

竹島 康美 氏

[要旨]

ONPO 法人交通事故後遺障害者家族の会について

NPO 法人交通事故後遺障害者家族の会は、平成 13 (2001) 年に設立し、平成 15 (2003) 年に NPO 法人に認証されました。代表の北原浩一は、昭和 30 (1955) 年発足の自動車損害賠償責任保険制度の審議会に初めて被害者家族の立場で特別委員として参加し、強制保険による被害者救済の拡充を訴えてきました。平成 13 (2001) 年 12 月発行の会報の代表挨拶「私たちの目指す活動について」には、北原代表が長年にわたり主張し続けてきたことが記載されています。ライブニッツ係数と金利の部分を現在の状況に手を加え、以下、弊会の紹介とさせていただきます。

「私たちの目指す活動について」(平成 13 (2001) 年 12 月発行会報・代表挨拶) より

私たちの会は、交通事故で労働能力を失い、生活が破綻した被害者の損害回復を目指すと同時に、交通事故防止についても声を上げる活動を目指しています。福祉による救済は誰でも受ける権利がありますが、その水準は生活保護や国民障害年金からもわかるように低いものであるのに対し、交通事故被害者の場合は事故以前の被害者の生涯所得に相当する金額を賠償として相手から取り戻す解決をいたします。相手の過失犯罪による賠償のため慰謝料を受け取ることができるという特徴もあるが、損害総額から被害者の過失責任相当分を差し引いた残額しか受け取ることができないという厳しいものです。その上、受け取った賠償金は預金すると年 3% の金利がつくものとみなし、金利分は差し引いており、加えて長期にわたるゼロ金利においては不当に減額された賠償を受け取ることになっています。この課題も啓発します。

また、事故時、被害者の意識不明に乘じ、相手による一方的に責任転嫁された警察の捜査資料が残されていて、被害者は事故真実に見合う賠償を受け取ることが極めて困難です。被害者の意識が戻ったとしても頭部に脳障害を残した場合は、事故真実を説明できない場合が多いのです。昨年解決した事件でも、警察の調書を根拠に相手が被害者の過失は 80% と主張したのに対し、交通事故専門の弁護士により民事裁判したところ、被害者の過失はわずか 5% と逆転した事実があります。

私たちは交通事故を防止するため、信号システムの改善を求めるとか無責任不安運転を減らすため処罰強化なども求めます。北原浩一。

ONPO 法人交通事故後遺障害者家族の会との出会い

今から 15 年前、9 歳下の弟が交通犯罪に遭いました。幸い命は取り留めたものの、重度障害者として家族のもとに帰ってきました。当時は今ほどネットや SNS などでは情報を得ることができず、家族みんながどうしたらよいか何もわからず不安だらけの時に、NPO 法人交通事故後遺障害者家族の会と出会いました。初めて参加した同会の勉強会では、北原代表が、「孤立しない、家族同士の情報交換の大切さ、中流を取り戻す、これは被害者になって困窮生活を送らないということです」と声を大にして講演する姿に圧倒され、交通事故被害者家族は私たちだけではないと、この家族会に救いの手を見出し、即入会を決めました。

○当時の状況

私は、「交通事故」という言葉はニュースや新聞で見聞きするものだと思っていたので、まさか自分の弟が交通事故に遭うとは想像したことすらありませんでした。事件前、弟は実家から近くのマンションで一人暮らしをしており、仕事に励み、多くの人に慕われ、お付き合いしていた方もいました。実家である我が家に来ては子どもたちと遊んでくれる、健康で心優しい弟でした。

ある朝、父が今までにない取り乱し様で私を呼び、救急病院の ICU からの電話で、弟が救急搬送され意識がないと伝えてきました。父は、早朝の散歩に出ていた母と携帯で連絡を取り、公園で泣き崩れている母を乗せ、車で病院に急行しました。途中、偶然事件現場を通りかかると、変形した弟のバイクと脱げたサンダルが目に入ったそうです。

その日の早朝、弟は自宅近くの交差点で青信号を直進したところ、右方向から信号無視の車に激突されました。加害者は正面から照射する太陽光が眩しいことを理由に、赤信号の表示を全く確認せず減速しないまま交差点に入り、弟のバイクと衝突したのです。弟が停車していた道はすごく見通しが悪いのですが、一方、加害者が走っていた道路は大変見通しが良いので、なぜ信号無視などしたのか悔しくてたまりません。バイクは自動車前部に衝突し、弟はボンネット上に跳ね上げられフロントガラスに頭をぶつけた上で、21.9 メートルほど離れた路上に転落しました。加害者は、当初は信号が黄色だったと嘘の供述をし、信号無視を認めませんでした。反対車線に赤信号で停車していたタクシー運転手が事件を目撃したため、現行犯逮捕されたそうです。

事件当日、弟の容体が心配でならない中、父と二人で警察署に行きました。母は取り乱して同行できる状態ではありません。万が一死亡した場合は、事件が過失運転致傷から過失運転致死に変わるので警察に連絡をくださいと警察官から説明を受けた際は、憔悴しきっている父がますますうなだれて泣いてしまい、かわいそうで仕方ありませんでした。面談最

後に警察官から報道機関に弟の名前を出しても構わないかと尋ねられたので、絶対に出さないよう返答したにもかかわらず、翌朝の新聞に弟の実名入りで事件の記事が掲載されていました。この記事のせいか、今まで名前も聞いたことのない小中学校の同級生が突然自宅を訪れてきたり、電話で弟の容体を尋ねることが幾度もありました。家族でさえこれからどうなるのかわからない中、「ご心配ありがとうございます」とは到底思えず、そっとしておいてほしいとその都度つらい思いをしました。

○事件後の家族を取り巻く周囲の状況

事件後、加害者の保険会社の担当者が自宅に来て、弟の健康保険利用を強く求めてきました。自由診療だと病院が高額な報酬を得るだけで健康保険と治療方法には一切違いがなく、今後、弟の過失が明らかになれば家族が高額な医療費を支払わなければならないと、まるで弟に過失があることを前提にしたような説明をしました。加害者の信号無視により重傷を負い、意識回復の兆しすら見られない中での担当者の言葉は、私たち家族の感情を逆なでするものであり、保険会社に対して不信感が募りました。急性期病院から回復期病院に転院後4か月間、家族が健康保険利用を承諾するまで、医療費、入院費、休業補償すら一切支払われませんでした。

交通犯罪に遭ってからは悲しんでばかりもいられず、様々な手続が必要で、病院との往復だけでなく、やらなければならないことが増えていきます。精神的にまいっている時に初めてのことばかりで何が何だかわからず、まさしくパニック状態でした。家族は、心と体が悲鳴を上げていても、自分のことを後回しに無理をして日常を送っています。診療内科に通っている方、うつになってしまう方もいます。早い段階で正しい情報を知り、適切な支援を受けることが必要です。

○弟の容態 ～急性期病院から回復期病院まで

ベッドに横たわっている弟は、顔は傷だらけ、体中包帯で巻かれ、たくさんの管につながれていました。いくら名前を呼んでも何の反応もせず、これが夢であったら、夢かもしれないと何度も思いました。医師の診断は、急性硬膜外血腫、外傷性くも膜下出血、両側肺挫傷、脳挫傷、びまん性軸索損傷で、診断書には「意識障害が遷延、びまん性軸索損傷に関しては積極的な治療法はなく、リハビリを行いながら経過を見ていくしかない状況である。よって、今後意識が回復するか、また、するとしたらどの程度まで回復するか、回復するのはいつ頃かなどは現時点では全く不明です」と記載されていました。家族は、今まで聞いたこともない病名を検索してもよく理解できませんでした。恥ずかしいことに、この時点では後遺障害のことなど全く知らず、アクション映画のように、目を覚ましたら事件前と変わらない弟が帰ってくると信じていたのです。

事件後 21 日目、弟はようやく目を開きましたが、すぐには体を動かすことはできず、その後、右手右足は動くが左上下肢は麻痺していることがわかりました。弟から反応が見られるようになると、何の前触れもなく、目を閉じていても利き手の右手を拳にして殴ったり、利き足の右足で蹴ったりするような行動が目立つようになりました。それが回復過程の通過症候群と知ったのはずいぶん後になってからのことでした。弟はもともと体格がよく力も強かったので、油断していると介護者が怪我をする恐れがありました。起きていても鋭い眼光で周りの様子を見ていて、家族のことを認識しているとは思えず、いつ拳が飛んでくるか、いつ蹴られるかわからず、凶暴な病人が傍らにいるようでひと時も目が離せませんでした。

ソーシャルワーカーからは、静岡や山梨にある療養型の病院への転院を勧められました。しかしまだ 30 歳の若さでしたので、リハビリをして回復の可能性を信じたく、このままの状態で一生涯生きてほしくありませんでした。2 週間もない期間で、病院からいただいた回復期病院リストから予約を取り面談するという手探りの転院探しをして、ようやくある病院が弟を受け入れてくれました。ちなみに、当時の弟の状態だと療養センター入院対象のナスバスコアでしたが、病院からはナスバの名を聞いたことはありませんでした。

回復期病院に面会に行った時の弟は、高齢の入院者と席を並べ車椅子に力なく座り、うつろな目をして口からよだれを垂らしたり、食事の時にうまく飲み込むことができずこぼしてしまったりと、わずか 30 歳でこんな姿になってしまい不憫でなりませんでした。そして一層暴力的になり、殴る蹴るだけではなく物を投げることもよくありましたし、衣服を脱いで前裸で横たわっていることもしばしばありました。一度きりでしたが、ナースコールを引っ張り切ってしまうことや、病室の窓ガラスを割ったこともあり、目が離せませんでした。そのため、家族がいる面会時間中だけ手足の拘束を多少緩めてもらうことができる状態でした。

せつかく助かった命なのに変わり果てた弟を見ることは耐えがたい一面でした。家族は弟が自立して生活することが難しい現実を受け入れ、彼の住んでいたマンションを片付け、実家である我が家で在宅介護にすることにしました。暴力的になることも少なくなり、家の各所に手すりをつけるなどのバリアフリー化をし、事件から 7 か月後に退院しました。

○加害者、刑事裁判、民事裁判への思い

加害者から 1 通とその妻から 3 通の手紙が来ました。妻からの最後の手紙には、神社のお札と事件現場で現行犯逮捕された加害者が約 3 週間後に保釈されたこと、自宅に戻ってから大変な精神状態だということが切々と書かれていました。加害者家族は、自分たちも被害者だと言いたいのか、犯した罪の重さを感じているのだろうかと思わざるを得ない文面でした。

回復期病院に入院していた時、加害者が何の連絡もなしに突然無断で弟の病室に入ってきました。付添いをしていた母はひどく狼狽し、すぐに退室を促すよう看護師を呼びました。最愛の息子が通過症候群で回復が思わしくない上に、毎日の通院で心身ともに疲れ果てている中で、強く断っていた加害者との突然の対面は母にとって大変なショックでした。

自動車運転過失被告事件として計3回の公判を経て、判決は禁錮2年6月執行猶予4年でした。刑事裁判判決が出て以降、加害者から一切連絡はありません。加害者に自責の念や弟を思う気持ちはあるのでしょうか。なければならないまま加害者に犯した罪の解釈を委ね、保険会社が賠償金を支払えば社会的な責任は取ったと勘違いし、その後の人生を歩んでいくのが執行猶予というものではないでしょうか。刑事裁判判決では、「主文 刑期の刑に処してその責任を明確にした上で、社会内で更生を図る機会を与えるのが相当と判断した」と結ばれています。私は、更生の前に反省を促すことをしなければ、被害に遭った者は運が悪かったで終わってしまうのではないかという強い懸念を持ちます。そして下された判決があまりにも被害者感情と乖離しており、被害者よりもむしろ加害者の人権を尊重しているように感じてやみません。

事件から2年後、在宅介護をしながら民事裁判を戦いました。民事裁判への家族の思いは、大切な家族に重傷を負わせ障害者にした加害者への怒り、刑事裁判判決への納得のいかない複雑な思い、加害者と戦うことのできる唯一の場、本人が元気で幸せに暮らしてきたことの証明、交通犯罪と障害などへの補償請求です。精神的・肉体的に追い詰められ感情的になったときは、家族会代表や委任弁護士からの「裁判は原告と被告のキャッチボールだ」「冷静に」という声かけに助けられました。

民事裁判の終わりは、障害者人生のスタートです。出廷しない加害者本人。健康な体は賠償金では償うことはできません。賠償金は資産とみなされ、成年後見制度を利用しなければならぬこともあります。

○高次脳機能障害者としての生活

高次脳機能障害者となった弟の生活は、新たなスタートでした。弟の症状は、記憶障害、注意障害、遂行機能障害、社会的行動障害、全てに当てはまり、更に受傷により複視になってしまったため歩行にも注意しなければなりませんし、施設での細かな作業は相当目が疲れるようです。今まで何回か転倒し歯を折ったこともあります。他にも易疲労、性格変化、幼児退行、抑制欠如、半側空間無視、半側身体失認、味覚障害や失語症などさまざまな障害が重複した方も多くいます。

高次脳機能障害は見えない障害です。一見、普通に見えます。日常会話はできます。周囲に気付かれ難いです。コミュニケーションの難しさがあり、孤立しがちです。その人に合った支援が必要です。自分自身が高次脳機能障害者だと気付くこと、できること・できないことを知ること、メモやスケジュール帳の習慣付けができることよと思います。

退院後は自宅療養しながら他の病院に通院し、OT、PT、心理によるリハビリを続け、地域で生活していくために各機関からサポートをいただいています。弟は若かったせいか毎日外出したがったので、家族は本人の好きな海辺や公園へ車に車椅子を積んで連れて行き、歩く練習を欠かさずしていました。体が思うように動かないため、日に何度も「いつ治るのかな」

と聞いてきたり、塞ぎ込んでしまうことも度々でした。交通犯罪後遺障害者で自殺された方もいると聞いていたので、弟が人生を悲観しないよう、映画や食事に行くなど笑顔になれる楽しみを作り、いろいろな場所に出かけました。

弟は、通所施設ではカゴを作成し、順を追って難しいものに挑戦させてもらっています。また、ボッチャ同好会に所属し、時には年配の方や小学生にボッチャを教える機会もあるようです。コロナ禍では、通所先や各施設が感染防止のため休みになり、弟は行き場をなくしてしまいました。本人のストレスは相当たまり、感情が高まることも多い状態でしたが、週に一度、パーソナルトレーニングに通い汗を流すことで、何とかこの時期を乗り越えました。

○当事者と家族が直面している問題

交通犯罪により、多くの方が後遺障害で苦しんでいます。当会の会員や今までの家族会の活動などでお会いした方々の声をお伝えします。

遷延性意識障害者、最小意識状態を含む遷延性意識障害者を在宅介護されているご家族の多くは、「意思無能力の状態にある」という考え方を否定されます。病気や障害により言葉を発することが難しいという理由で、その人の能力を評価してよいのか。何かしらの手段でコミュニケーションをとっている家族もいれば、家族だからこそ本人と意思疎通できる場合もあります。また、交通犯罪により重傷を負った子どもが救急搬送された病院から臓器提供の話を受け、家族は深い悲しみとともに大変困惑されていました。家族は自身の子どもの命を守る決断をされ、そのお子さんは数か月間命をつなぐことができました。遷延性意識障害者家族から、病院側から臓器提供について話があった、書類だけ渡されたなどの経験をお聞きしています。助かる命、助けられる命、考え続けなければならないと思います。

脊椎損傷、脳に障害を負っていないので、体の麻痺や運動機能が失われたことへの絶望感はいかばかりか。食事、排泄、入浴など介護をしてもらうことへの恥じらいや、死にたいという気持ちはほとんどの方が経験されておられるようです。

脳脊髄液漏出症、当会の勉強会に参加してくださった方は、長時間座っていることができず別室で横になられていました。見た目では障害や本人のつらさは全くわからず、交通犯罪との因果関係や画像診断の難しさから支援にたどりつけない方も多いようです。

交通犯罪後遺障害者は、障害の状態や家族のかたち、住んでいる地域などにより、生活状況は多種多様です。家族は深い愛情を持って介護と見守りを続けていても、親が高齢になると気力や体力がなくなります。介護者がいなくなった後に一人で生活していくことが難しい場合は、グループホームや施設入所を考えるほかありません。しかし、この国の現状では、いつ、どのようにその一歩を踏み出すのか、家族には大変難しい決断を迫られます。

○運営と活動について

1年間の活動として、JA 共済の会議室無償貸与制度を利用し、医師等の講師を招いての講演や北原代表による交通事故解決に向けての勉強会を開催しています。無料法律相談、心の相談、親なき後後見人、相続の相談も行っています。「親なき後・後見人問題専門部会」の学習会や交通犯罪被害者の親族後見を考えるためのセミナーも開催しました。地域後見推進プロジェクト理事長の遠藤英嗣弁護士のお力添えのもと、損保協会の情報提供事業の資金で開催しました。地域格差を訴える秋田県在住の役員の発案により、東北ランチ勉強会も開催しました。被害者の皆さんが笑顔になれる、とても良い機会でした。

会報は、現在、第95号を作成中です。

○課題と目標

運営資金は会費と寄付によっており、役員はボランティアですので、組織としての脆弱性が課題としてあります。発信力を強化するために仲間を増やしたいのですが、役員・会員の高齢化と、新規会員も減少しています。私たちは何とかこの会を継続していかねばならないという使命感で運営を続けています。SNS・インターネット時代で情報はあふれているものの、より人との関わりは必要とされていると思います。家族会としてどのような役割を果たせるのか、模索し続けています。

地域格差解消のための支援も課題となっています。東北の役員から、被害者参加制度への理解が足りない弁護士がいる、当事者に十分な医療と環境を整えてあげたいが入所先は特養しかないなど、被害者支援や医療の地域格差があると聞いています。被害者家族が地域格差で苦労しないため、家族会がつながり、情報提供を続けていくこともできると考えています。

そして、長期的支援も大切です。家族会だからこそ、共に生きて成長していくことができます。

そして何より、会として社会への提言をしていきます。個人として発信するよりも、団体として発信するほうが発言力は強いのです。

○加害者家族と被害者家族への支援は別のもの

5年以上前のことですが、関東のある自治体より、加害者と被害者の対話の場を設けるので参加していただけないかと連絡がありました。当時の役員は「なんでそんなことをするの」「趣旨がわからない」「同じ場にいられるわけがない」とお怒りにも似た発言が多くを占め、即お断りすることになりました。私は、加害者家族の報道や映画を見たり、新聞記事や書籍も読んだことがあり、一生背負わなくてはならない苦労や支援が必要なことも理解しているつもりです。しかし、その支援を被害者家族とひと括りにしていただきたくないのです。私たち被害者家族はどうしても苦しくなってしまいます。支援は区別していただきたいです。

○交通犯罪重度障害者の人権回復に向けて

令和7（2025）年4月25日、衆議院第二議員会館で、高次脳機能障害者の支援対策について意見交換会が開催され、高次脳機能障害に関する議員連盟が発足されるということで、弟と一緒に参加しました。1時間弱の会議でしたが、議員の熱意も感じられたとても良い会合でした。

成年後見制度は、平成12（2000）年に介護保険制度とともに車の両輪として施行されました。交通犯罪の状況にもよりますが、被害者は、民事裁判により自賠責保険金を含む高額な賠償金を受け取ることになります。障害が重篤で判断能力がない、もしくは乏しいと診断された場合、成年後見制度利用を強いられることがあります。専門職後見人が付くと、その仕事内容に関係なく、亡くなるまで高額な報酬を支払い続けなければなりません。交通犯罪被害者にとっては大変使い勝手の悪い制度ですので、長年、私たちは改正を求めています。この度のパブリックコメントでは、「専門職後見人等の報酬の見直し」「適切な後見人等の選任・交代」「専門職後見人等の解任」「限定後見（期間限定の後見）」「高次脳機能障害者の後見等の終了（後見開始の審判の取消）への理解」「中核機関の役割（親族後見人への理解とサポート）」「市民後見人の活躍」「厚生労働省と法務省の連携（地域共生社会と意思決定支援への期待と不安）」「成年後見人等の報酬助成制度（成年後見制度利用支援事業）」を提言しました。

○交通犯罪重度障害者家族の思い

障害を個性として受け止め、正しい知識を得る。

「あいまいな喪失」と言われますが、特に両親は、健康に生まれて丈夫に育った息子が障害者になってしまい、現実をなかなか受け入れることができなかつたようです。弟が元気だった頃と現在の状況を比べてしまい、悲しくて不憫に思ってしまう、気分も落ち込み、良いことはありません。少しずつ、「生きていてくれてよかった」「障害を負っても、好かれキャラは変わらない」などと、彼の良い面にも目を向けるようにしていきました。

そして、障害への正しい理解・知識を得ることで不安が軽減し、様々な障害への対処法を知ることができ、本人と適度な距離感を保てることができます。全国犯罪被害者支援フォーラム2025で、当事者の力「PTG（心的外傷後成長）」について学びました。「知識は優しさ」という発言を聞き、当事者家族として思うのは、知識と時間は回復への力になるということです。回復力には個人差があります。そして、この表現が適切かどうかわかりませんが、私のがん治療をしていたのであえて申し上げますが、がんには完治はなく根治を目指すそうです。犯罪被害者の心の傷は一生癒されるものではありません。よくなったかと思えば、突然がんの再発のように、また苦しむこともあるでしょう。

家族同士のいたわり、思いやり、子どもへの配慮。精神的に参ってしまうことが多いため、事故前の関係がより顕著に家族間に現れます。夫婦仲が悪ければより悪く、親子関係が悪ければより悪く。だからこそ、当事者を取り巻く家族が、お互いを労り温かな家族関係をとつ

ていていただきたいです。当事者がきょうだいの場合、両親は当事者のことばかりに気持ちが傾き、他のきょうだいに手が回らないことも多いようです。私の場合、受傷後、両親の私に対する風当たりは相当強くなり、毎日のように暴言や八つ当たりがありました。家族間の二次被害というのでしょうか。子どものきょうだいには、学校や放課後クラブ、習い事など、いつでも誰にでも「助けて」が言えるような支援の周知を願います。きょうだい会に所属している先輩方からは、「責任を感じなくていい」「罪悪感を抱く必要はない」「先のことは考え過ぎない」と教えていただいています。

そして、積極的に地域に参加し、家族も当事者も孤立しない。申請主義の中に埋もれず、進んで支援を受ける。

災害への備えも必要です。東日本大震災では、地域によって、障害者死者数は障害を負っていない方の2倍以上もあったそうです。誰一人取り残さない防災対策が必要だと思います。

そして、家族会・自助グループへの参加、「共に生きる」です。「共に生きる」から「共有」「共感」「共助」です。私たち交通犯罪被害者家族は、つらい気持ちや不安を誰にも理解してもらえない苦しみがあります。それを、同じ経験をした者同士が「共有」できます。心の安らぎ、孤立しない、役立つ情報を得ることができます。そして、これは支援者の皆様にもお願いしたい「共感」です。他人事と思わず、このつらい状況を理解してほしいです。そうすることで、親身で適切な対応をしていただければ、二次被害の防止にもなると思います。お互いの良好な関係の構築にもなると思います。そして、交通犯罪被害者家族としてできることは、同じ苦しみを味わう人を増やしたくないという思いから、つらい経験を無駄にしないための「共助」です。やり場のない怒りや悲しみを力に、より良い社会を築いていく一助に、これこそがまさに家族会・自助グループの役割だと考えます。

医療は、治療から予防へと舵を切っています。犯罪被害者支援の拡充はもちろん重要ですが、できることなら誰一人被害者にしない社会になることを望みます。被害者も加害者も生まないために、学校での犯罪被害者支援教育を行ってほしいという思いもあります。

○交通犯罪重度障害者本人の思い

最後に、数年前、私の体験を聞いてくださった方からの質問と弟（本人）の回答を紹介します。全て、高次脳機能障害者である本人の思い、弟の率直な思いです。

質問) 加害者のことをどう思っていますか？

回答) 正直なところ、許せない気持ちはあります。怒りよりも障害を負ってこれからどうやって生きていくかを真剣に考えています。怒りは怒りで、何も生み出さない。障害者になったので、向上心を持って前の自分より今の自分を好きになるように新たなことに取り組んでいきたいです。

質問) 加害者がもう一度面と向かって謝りたいといったらどう思いますか？会いますか？

回答) 会います。責めても何も生み出さない。これからどう生きていって欲しいかを伝えたいです。「(加害者の) 残りの人生を障害者や困っている人を助けるために生きてください」と伝えたいです。

「犯罪被害者団体ネットワーク（ハートバンド）の活動と課題」

犯罪被害者団体ネットワーク（ハートバンド）の概要と目的、活動内容、課題について紹介いただいた。

**【発表者】 犯罪被害者団体ネットワーク（ハートバンド）代表
井上 郁美 氏**

【要旨】

○「ハートバンド」とは？

犯罪被害者団体ネットワーク（通称「ハートバンド」）は、犯罪被害者の権利保障と支援の充実という共通目的のために、犯罪の種別も内容も異なる全国の被害者団体が集う連合体です。全国大会開催をメインに、緩やかな連携を大切にして活動を続けています。

平成 17（2005）年 8 月に全国 17 の被害者団体に発足し、令和 7（2025）年現在の構成団体は 20 団体となっています。中には、複数の参加団体に所属しているメンバーもたくさんいます。私も「いのちのミュージアム」という「生命のメッセージ展」を各地で開催している団体の参加家族であり、「飲酒・ひき逃げ事犯に厳罰を求める遺族・関係者全国連絡協議会」の幹事であり、「高速暴走・危険運転被害者の会」のメンバーでもあります。

今日は、主な活動として全国大会と、全国大会で課題として見てきたことから試みとして昨年からは始めた地方開催についてお話ししたいと思います。

○犯罪被害者週間全国大会

メインの活動は、11月最終週の犯罪被害者週間の週末に開催する、ハートバンド主催の全国大会です。昨年は11月30日から12月1日の1泊2日で開催しました。場所は千葉県習志野市のトーセイホテル&セミナー幕張という新習志野駅から徒歩3分の会場でした。会場参加が100名くらい、オンラインで30名くらいの参加がありました。

いのち きぼう 未来
犯罪被害者週間全国大会2024

日時 **11月30日（土）** 13:00~17:30（開場12:30）
2024年 **12月1日（日）** 9:00~12:00（開場8:30）

会場 **トーセイホテル&セミナー幕張**
千葉県習志野市習志野3-3-2（JR京葉線 新習志野駅から徒歩3分）

参加 **第1部・第2部** どなたでも会場参加可能（参加される方は11月19日締切まで）
第1部はライブ配信（Zoom）予定。観覧は有料より申し込みください（11月20日締切まで）

第1部・第2部 **第3部** ハートバンド参加団体関係者限定

お問い合わせ heart-band 代表 井上 郁美
heart.band.mirai@gmail.com
ホームページ: <http://www.heart-band.sakura.ne.jp>

主催:公益財団法人 犯罪被害者救済協会 後援:公益社団法人 全国犯罪被害者団体ネットワーク「被害者」国交省

第1部は「被害者の声」です。当事者または家族や遺族の方々に20～30分ずつ発表していただきます。昨年は、給食における事故で娘を亡くされた林香織さん、高速暴走の危険運転で夫を亡くされた佐々木多恵子さん、凶悪犯罪で弟を亡くされた村上歩さんに発表いただきました。毎年、犯罪の種類や家族関係も違う方々にお願いしています。



また、発表者以外に、参加団体から簡単に活動報告をしていただきました。

ご家族で、小さいお子さん連れで来られる方もいらっしゃいました。私の家族もハートバンド発足当時から参加していて、大学生のお兄ちゃんやお姉ちゃんが別室で遊んでくれたり、他の被害者遺族の年長のお兄ちゃんお姉ちゃんが遊んでくれたりしました。子どもがいるから参加しづらいとにならないよう配慮したい、という伝統があります。

第2部は「聞こう・語ろう・考えよう」です。話を一方的に聞いているだけだと、自分でもそろそろしゃべりたいという感じになりますので、休憩を挟んで、「ハート・トーク」と「きょうだい・親を亡くした子どもたちのための会」という2つの分科会を行いました。

「ハート・トーク」では、6人から8人ないし10人のグループに分かれ、ファシリテーションを福岡大学の小佐井先生にいただきながら2つのお題についてグループディスカッションを行いました。ここで初めて会う人同士ですから自己紹介もして、テーマに沿って、自分ではこんなことをしてみ



とても良かったとか、こんなことはとてもつらかったという話をしてもらい、それをファシリテーターに発表してもらった形式で行いました。

宿泊型の大会なので、みな、懇親会をととても楽しみにされていました。グループディスカッションで初めて会った方もいれば、久しぶりに再会できた方もいて、更に二次会、三次会とゆっくり過ごすことができました。帰りの時間を気にしないでいい、車の運転を考えなくていいので、遠くから来られた方でもゆったりと過ごしていただけます。コロナ禍の間はオンライン開催や日帰り企画になっていましたが、昨年からは宿泊型に戻ってよかったですと思います。

翌日の第3部は「参加しよう・やってみよう」です。グリーフワークショップでコラージュを作るコーナー、ただゆったりと癒しの音楽を聴きたい方のために音楽が奏でられているお部屋、亡き人へのお手紙を書くコーナー、悩み事がある方は専門家と話ができるコーナーを設けました。

癒しの音楽を聴くお部屋ではプロの方が素敵な音楽をギターで弾き語りしてくださりました。

グリーフワークショップでは、いろいろなチラシや雑誌の文字や絵や写真を思い思いに組み合わせてはがきサイズのコラージュを作り、ラミネート仕上げをして記念品として持ち帰っていただきました。年齢を問わず、器用さ・不器用さも問わずに誰でも簡単に参加でき、好きなだけ時間を費やすことができ。手を動かし自分の作業に集中しな



第3部（二日目） 癒しの音楽を聴く



グリーフ・ワークショップ で手を動かす

がら隣の人同士で「あの子はね…」という話ができることが良かったという感想が寄せられました。その中にさりげなく、法学の専門家や元検察官、臨床心理の専門家や行政手続の専門家を散りばめて、専門家と一対一で少し静かなところに席を移してお話をするこもあれば、コラージュ作りをしている専門家の横に座って「ちょっと教えてください」「ちょっと話を聞いてください」と相談をされる方もいらっしゃいました。

天国への手紙を書く、これもやはり手を動かす作業のひとつです。自分の思いをハガキに書いてポストに投函してみるコーナーも、何人の方が体験されていました。

ハートバンドの全国大会は1年に1回しか開催しないので、また次に会えるのは1年後かもしれないし2年後かもしれないけれど、「また来年も会おうね！」と再会を期して、みんなそれぞれのところに戻っていくのです。

○開催後アンケートより（参加者の声）

開催後のアンケートをご紹介します。

「私は被害者ではなく一般参加者でしたが、

種類の異なる事件・事故の被害者遺族の方のお話を伺うことができ、大変勉強になりました。事件直後の話はもちろん、それぞれの方が過ごした日々や、後にわかった・積み上げた事実にも考えさせられました。お話いただいた方の地域もばらけていて、普段聞くことのできない方のお話をお聞きすることができてよかったです」「私も今年の3月に母親を飲酒運転事故で亡くしたのですが、皆様のお話を聞くことができ非常に今後行動する上で参考になりま



したし、温かい言葉をかけていただきとてもありがたかったです」「ハートバンドの存在をご紹介して初めて参加して下さった方が、落ち着いて、ご自分の被害のお話などができ、また、他の皆様のお話を聞くことで、「気づき」をたくさん得られた、とおっしゃっていたのは有意義だったと思います。警察庁の関口参事官が、官僚という立場を超えて、被害者の方々のことを考えて、「できることをやろう」という意識を持ってくださっていることに感銘を受け、今後、更なる具体的な支援充実に期待したいと思いました。被害者周辺の取材や報道によって傷つき、実害を受ける方々がいらっしゃる、という現実を改めて認識しました」「自分とは違う事件の方々の話を聞くことができました。それぞれに抱えている深刻な問題があることを知る貴重な機会となりました。グループトークで距離も縮まり連絡先の交換などもできました。新たなつながりもできてよかったです」。

「ハート・トーク」に参加されていかがでしたか？という問いには、「他の人の話を聞いて参考になった」という回答がほぼ 95%で、大多数がそのように思ってくさったということです。「普段人に言えないことを安心して話すことができた」という意見もありました。

第3部のコラージュを作ろうについては、「コラージュを作るという共通の作業をしながら話すので、何気ない会話ができて楽しかった。普段は一人で寂しかったので、温かい気持ちになれました」「手を動かしながら、普段お話できる機会が少ない方たちとお話することができました。良い時間を過ごすことができました」「非言語的セラピーとしての意味合いもあり、大変良かったのではないかと思う」。専門家と話そうについては、「同じ弁護士の方でも、それぞれの見解があるということが興味深かったです」「今抱えていた不安について相談できました」「専門家を見る視点を聞いたことによって新たな見方も生まれ視野が広がった」。天国のコーナー、音楽のコーナーについては、「音楽効果もあり、自分の気持ちと母への想いを亡き父に伝えることができました。たくさん泣くこともできました。すっきりできました」「言葉にできない想いは音楽にのせて、言葉にできることはお手紙へ。良いコーナーだと思います」。「残念ながら途中で手が止まり最後まで書けませんでした」という意見もありましたが、これでも全然良いと思います。できること・できないこともあるし、やってみて、もし自分の心に添わないようであればすぐにやめて他のところに行ってもいいというかたちを大事にしたいと思いました。

来年参加しますか？という問いには、「知人を誘ってぜひ参加したい」という方が 35%近く、「自分だけでもぜひ参加したい」という方が 43.5%と、合わせて8割近くとなりました。

〇3つの課題

1つ目は、設立から20年以上経ち、新規参加団体の参入が少なくなっていること。参加会員の年齢が高くなっている状況で、新たな参加団体の加入が必須だと感じました。

2つ目は、若い人の参画を増やさなくてはならないこと。それと、最近被害に遭われて最近の制度や法律等により、新たな思いを抱いていらっしゃる方々も大事にしないといけないですし、様々な犯罪の被害者が参加できる団体でなくてはならないと思いました。

3つ目は、地方からの参加者に濃淡があることに気付きました。東北地方や中国四国地方、大都市圏でも関西からの参加者が少ないのです。逆に、九州や北海道は参加者が多いという現状があります。前は参加していたけど高齢者の介護など様々な事情で「わざわざ東京まで出ていくのは大変」と足が遠のいてしまわれた方が多いようでした。

○新たな試み ～地方へハートバンドの「出前」

全国大会での課題を受け、新たな試みとして、今年7月に「語りの夕べ@山形蔵王」というミニ企画を開催しました。地方へハートバンドの「出前」をしようというものです。東京まで出て来られない人がそんなに多いのなら、東北に出向いて東北地方の人たち限定で参加いただき、旅費にも補助を出すなど、なるべく参加しやすく、参加のハードルが低くなるような企画を考えました。

構成は全国大会とよく似た形で開催しました。被害者当事者として息子さんを少年犯罪に

よって亡くされた山形のご遺族のお話、専門家として元検察官による質疑応答、東北で活躍されている方々の活動紹介、そして、私からハートバンドの全国大会の案内をし、最後は山形のご遺族のご挨拶をしていただきました。初日に懇親会も開催しました。お姉さんを亡くされた妹さんとお母さんが親子で参加して下さったり、開催地・山形の地元から参加して下さった方々がたくさんいらっしゃいました。偶然ですが、きょうだいを犯罪や事故などで亡くされた方々が多くいらっしゃいました。

翌日は、ホテルのグレンデで青空の下、ヨガをやりました。初体験の方がほとんどだったのですが、早朝起きて澄んだ空気を吸いながらヨガをするのはとても気持ち良かったです。それから、山の上に行ってドッコ沼など綺麗なところを見に行ったり、月山を望んだり、足湯に浸かったりして過ごしました。

地方へハートバンドの『出前』

東北地区地域交流会
語りの夕べ@山形蔵王
犯罪被害者団体ネットワークハートバンド主催
赤い羽根福祉基金助成

東北地区の被害者被害者の交流を密着化させるため、所在地の遺族との情報共有と懇話を目的とした交流会を開催しました。赤い羽根福祉基金特別プログラムの「被害者やその家族などへの支援活動」にも関与します。どうかお誘い合わせの上、ご参加ください。

東北地区
（山形県）

ドッコ沼

日程 2025年7月12日(土)～13日(日) 1泊2日
※平日・土日祝・年末年始の参加も可。

場所 蔵王温泉 JURIN
山形県蔵王温泉 上ノ谷814

参加人数 100名以内
※ハートバンド団体等に所属する方、および被害者被害者家族、ボランティア、スタッフ、主催者、関係者など、定員を超えない範囲で参加可能です。

交通費 宿泊費(1泊2食付) 自己負担費用
※往復航空機・バス・車などにより異なります。主催者が負担。 ※アタラシキ心時代 ※1泊2日(昼食代)

また来年も東北地区で地域交流会を開催します、来年は宮城です、ぜひお待ちしておりますというメッセージを残しました。

〇3つの改めて感じたこと

1つ目は、リアルで会うことです。オンラインがこれだけ使えるようになり、わざわざ東京に来なくても、あるいは大都市に来なくても、有意義な密度の濃い研修を受けることができるといったメリットもありますが、被害者当事者同士の出会いは、やはり最初はリアルがいいと思っています。リアルで会えないとその続きが難しいのです。逆に、1回でもリアルで会うことができ知り合いになれば、その次に会うのは1年後、2年後かもしれない、LINEの連絡先を交換したりメールでやり取りしたり、電話をかけたということができます。ですから、やはりハートバンドは会場開催を大事にしたいと思っています。

2つ目は、道連れとロコミです。初めての参加の人を増やそうと、東北のほか、山口県で中国四国地方の「語りの夕べ」も開催したのですが、初めての参加の人を誘うのはものすごく労力がかかることを実感しました。チラシを送ったり、自助グループがある支援センターには参加メンバーにご案内いただくよう協力をお願いしたりしました。しかし、チラシを見て参加しに来ました、という方はなかなか増えないのです。何が一番有効かという、やはり同じように被害に遭われた当事者がポンと背中を押して、「私も参加するから、よかったら次一緒に参加しない？」と道連れにしてくださることで、一人で行っておいでというのではなく、一緒に参加しようという声がかからないと、被害者や遺族が新たな会や大会に参加する、誰も知り合いがないところに行くというのは、非常にハードルが高いと思います。でも、誰かがロコミで「すごく良かったから、来年は一緒に行こうね」と言ってくれれば、東北でも今年グッと人数が増えたことから明らかなように、参加しようという気持ちが高まりやすいと思います。

3つ目は、ハートバンドの精神そのものですが、それぞれ参加団体が目指していることや活動目的、設置の趣旨は似て非なるものがあるので、その違いを指摘しあって受け入れられないというのではなく、お互いの違いを十分に尊重し合える場を作ることが大切だと思います。

〇お互いがそれぞれ癒す力を持っている、それを引き出すような場

今年9月に山口で開催した「語りの夕べ」で運営委員をしてくださった周南公立大学の大平光子先生が、参加された後に以下の言葉を残してくださいました。

「私にとりまして、大変貴重な経験となりました。参加者の皆様が、それぞれ自分で自分を癒す力を持っておられるように感じました。それが他の参加者の方々と尊重し合う力にもなっているように感じ、互いに癒し合える関係性が生まれていたように感じました。共感という言葉よりも私にはしっくりくるように思っています」

(3) 講演「心と体を繋ぐセルフケア ～今、この瞬間に集中する時間～」

作業療法に携わる専門家の立場から、簡単なエクササイズの体験と、作業療法士の役割と作業療法のポイントについての講義が行われた。

[講師] 高知リハビリテーション専門職大学作業療法士 足立 一 氏
常葉大学作業療法士 吉田 裕紀 氏

[要旨]

○体を動かす

[足立氏]

リラックスして臨んでください。まず、首を左右に動かしてみてください。どちらかが動かし難い、両方とも動かし難いなどありますか？

それでは、簡単な体操をします。呼吸は楽にして、息を止めずにやってください。耳を上と横と下に、私の合図にあわせて引っ張ってください。耳を上引っ張るときは、真上ではなく頭蓋骨の形に合わせて斜め上に引っ張ってください。5秒数えますので、呼吸を楽にして引っ張ってください。

上に耳を引っ張って、1、2、3、4、5。

次は横です。これも真横ではなく、少し斜め後ろになると思います。息をしっかりと、ゆっくり吐きながらお願いします。1、2、3、4、5。

最後に下です。1、2、3、4、5。

もう1回いきます。上に1、2、3、4、5。横に1、2、3、4、5。下に1、2、3、4、5。

それでは、もう一度、首を動かしてみてください。さっきより少し動きやすくなったという方、左右差が少なくなったという方、あまり差がないという方もいるかもしれません。簡単な体操ですが、意外にこれくらいでも首の動きが変わることがあります。

○「今に集中してもらおう」体操

[足立氏]

次は、頭と体を使った体操で、今に集中してもらいたいと思います。ミュートは解除して、なるべく声を出しながら運動をお願いします。

僕が言う顔の部位を触ってください。1つ目は頭を両手で触ってください。2つ目は耳を両手でつまんでください。3つ目は鼻を両手で少し押す感じ。4つ目は顎を両手で押さえる。1は頭、2は耳、3は鼻、4は顎です。両手が難しい方は片手でも構わないです。今から僕がランダムに数字を言うので、皆さんは数字を声に出して言いながら、該当する顔の部位を触ってください。例えば、「1」と言ったら「1」と言いながら頭を触る。間違えても構いません。集中していただければ結構です。

4。(受講者「4」)

声を出すのが大事です。

3。(受講者「3」)

慎重にお願いします。

1。(受講者「1」)

2。(受講者「2」)

それでは、ルールを少し変えます。数字を四季に変えます。一緒に声に出しながらやってみてください。

秋。(受講者「秋」)

春。(受講者「春」)

冬。(受講者「冬」)

少し考えたり、間違えても全然構いません。

今度は、季節を連想する言葉を使うので、春・夏・秋・冬で連想してください。例えば、僕が「桜」と言ったら皆さんはどうされますか？　そうですね、春ですね。

雪。(受講者「冬」)

そうですね、冬ですね。

海。(受講者「夏」)

そうですね、大体、夏を連想するのではないですかね。

読書。(受講者「秋」)

読書の秋と言いますね。

入学式。(受講者「春」)

もしかしたら海外の方は違うかもしれないですね。

かき氷。(受講者「夏」)

運動会。(受講者「秋?」「春?」)

僕の世代は絶対に秋だったのですが、最近は春に運動会をする小学校もたくさんあります。

それでは最後、恋の季節。(受講者「春!」)

いろんな人がいますね、全部触ってる人もいますね。いろいろあると思います。

このように、「今に集中してもらおう」という体操とゲームをさせていただきました。

では次に、なぜこのようなことをするのか、「作業療法」という学問の観点から簡単に説明させていただきたいと思います。

○「作業療法」とは

[吉田氏]

「作業療法」とは、こころとからだのリハビリテーションです。リハビリテーションは、「こころ」と「からだ」に分かれます。病院に受診して入院すると、リハビリテーション職

種として「からだ」に関する機能回復を行います。これは、理学療法士と連携して行います。一方、「こころ」も非常に大事になります。怪我を負ったり、脳卒中になってしまうなど体に何か起きたときは、必ず心も病んでしまう状況にあります。「こころ」と「からだ」は必ずつながっており、「こころ」と「からだ」の両面からリハビリテーションしていくのが作業療法の強みになります。この作業療法士は、国家資格を持った医療専門職種として、多くの病院や地域の中で活躍しています。

○作業療法士がお手伝いできること

リハビリテーションにおいて、体の機能回復以外の「こころ」に焦点を当て、作業療法士ができることはどのようなことがあるのか紹介させていただきます。

まず、先ほど足立先生に指導していただいた「体を動かす活動」です。皆さんにも体験していただいたような、体を動かすことによって少し時を忘れて何かに「集中をする時間」を持つことがストレス対処に役立ちます。体を動かす活動

作業療法がお手伝いできること



活動として、軽い体操のほか、散歩やヨガも大切です。

次に、「心を整える活動」です。様々な活動をバランスよく取り入れることが大事になりますので、趣味や余暇は非常に大切にします。例えば、自分が大事にしている趣味ができなくなった、仕事ができなくなったという方の心身の回復をお手伝いするひとつの手法として、リラクゼーションや音楽、マッサージなどを行います。

我々は一人で孤独に生きていくのは相当つらいことです。人が回復するに当たっては、人とつながって生きていくことが必要です。最後に、「人とつながる活動」を、作業療法の中ではとても大切にしています。人と人をつないでいくためのツールとして作業活動・創作活動を取り入れ、そこから回復していくことをとても大切と考えています。

体を動かす、心を整える、人とつながっていくということが、我々がお手伝いできることのひとつではないかと思っています。

○こころとからだを回復するためのポイント

「こころ」と「からだ」はつながっています。冒頭のエクササイズで、体を動かすことで頭が活性化されて心がリラックスすることを感じることができたと思います。

体操やゲームを通じて、集中することも感じてもらえたと思います。

人とつながりを大切に。皆で一緒に何かをやることを大切にすることが、その後の人生にとっても大切になります。つながりを大切にして、活動をうまく取り入れながら回復することが大事です。

本人が何を一番大切にしているか、これは人それぞれだと思います。みんなと同じ活動をしている中でも、「これができるようになりたい」「このために生きている」というような自分にとって大切な活動、意味のある作業を行うこと

が、とても大切にしなければならぬことです。作業療法士は、その大切な作業に向けてどのように回復していくのかをとても大切に扱っています。

本日の体験を通して

1. こころとからだはつながっている

体を動かすことで頭が活性化され、心がリラックスすることを感ずることが出来ます

2. 今、この瞬間に集中してみる

体操やゲームを通じて、何かに集中することで、過去の後悔や未来の不安から解放される感覚を体験出来ます

本日の体験を通して

3. 人とつながりを大切に

他の人と一緒に笑い、楽しむことで、一人ではないという安心感や、つながりの大切さを感ずることが出来ます

4. 作業の力を信じてみる

自分にとって「大切な作業（活動）」を行うことが、心身の健康にどれほど大切か体験することが出来ます

○大切なことは「セルフケア」

大切なのは、セルフケアです。こころとからだを回復するには、まずは、自分自身を心から大切にすることが一番大事だと思います。支援者側の視点であれば、自分の心を大切にできていないと何かを支援することはできないと思います。人が人に対して何かをしてあげる前には、まず自分の土台がとても大事となります。自分の「こころ」と「からだ」のバランスを整えることが必要です。当事者も支援者も等しく大切です。

今日ご紹介したエクササイズも参考にいただきながら、我々作業療法士もどんどん活用していただけるとすごく嬉しいと思います。

○被害者支援における作業療法の活用

[足立氏]

世界作業療法士連盟（WFOT）が、今年、作業療法の定義を改訂しました。

「人々の健康と幸福を促進するために、人々ができるようになりたいこと (want)、できる必要があること (need)、または期待されていること (expect) の意味ある作業への参加を支援する」

対象の定義が、病気や障害のある方から一般の人へと変わったのです。日本では、病院でリハビリをするのが作業療法のイメージだと思いますが、海外では病院だけでなく学校でも作業療法をしている方はたくさんいます。今回、被害者支援事業の会議に関わらせていただいたことは、作業療法士としても、世界的にも、とても意味のあるチャレンジだと思っています。

最後に、もうひとつエクササイズをして終わりたいと思います。

癒しの言葉ベスト4を調べました。1位が「大丈夫だよ」、2位が「頑張ってるね」、3位が「一人じゃないよ」、4位が「休んでいいよ」という言葉だそうです。先ほどのエクササイズのように、私が「1」と言ったら、頭を押さえて「大丈夫だよ」と言ってください。「2」と言ったら、耳を引っ張りながら「頑張ってるね」と言ってください。「3」と言ったら、鼻を押さえて「一人じゃないよ」、「4」と言ったら、ほっぺたを押さえて「休んでいいよ」と言ってください。優しく言っていただけると嬉しいです。それでは練習します。

1が「大丈夫だよ」。(受講者「大丈夫だよ」)

2は「頑張ってるね」。(受講者「頑張ってるね」)

画面に映ってる方に微笑んでください。

3が「一人じゃないよ」。(受講者「一人じゃないよ」)

4が「休んでもいいよ」。(受講者「休んでもいいよ」)

覚えましたか？ 動作しながら、画面に向かって言ってください。

3。(受講者「一人じゃないよ」)

2。(受講者「頑張ってるね」)

4。(受講者「休んでいいよ」)

1。(受講者「大丈夫だよ」)

2。(受講者「頑張ってるね」)

4。(受講者「休んでいいよ」)

3。(受講者「一人じゃないよ」)

1。(受講者「大丈夫だよ」)

2。(受講者「頑張ってるね」)

4。(受講者「休んでいいよ」)

1。(受講者「大丈夫だよ」)

ありがとうございました。

(4) 質疑応答

被害者団体からの事例紹介や専門家からの講演及び参加者への事前アンケートからの質問を受け、質疑応答が行われた。

○自助グループも犯罪被害者支援の一環

[和氣氏]

- ・第5次犯罪被害者等基本計画（案）に、ようやく「自助グループの紹介等」という項目が含まれた。被害者にとって自助グループ活動は、“一人じゃない”という面で非常に心を癒す大切なものである。自助グループ活動をもっと精力的に行ってほしい。まだ立ち上がっていない支援センターには、自助グループを立ち上げていただきたい。
- ・支援センターはいろいろな団体について学び、被害者が来所したり自助グループを探している場合は、被害者のために自助グループを紹介する橋渡しをお願いしたい。
- ・支援センターは、被害者が来所されたときは、本日学んだリラクゼーション効果のある体操を行うことで少しでもリラックスいただいでから話をうかがうなど、充実した被害者支援に活用してほしい。

○新規メンバーを集めるための方策 ～参加しやすい環境について

[竹島氏]

- ・障害者になってしまうと、それは一生続くことであり、介護やリハビリ、親なき後の問題など人生すべてに関わってくる様々な問題を抱えて生きていかなければならない。仲間がいるということ、共に生きるということは心の支えになり、情報を得るためにもよい場だと思うが、今はAIがその役割に代わるのか、SNSやインターネットで十分なのか、他者との深い付き合いは面倒なのか。私は、役員の方々と共に15年過ごしたことで、とても癒されたし、生きる力をいただいできた。

[井上氏]

- ・自助グループは、支援センターに行き会議室でテーブルを囲んで話をするという形にこだわる必要はない。そこに行くこと自体が「自分は犯罪被害者なんだ」と思えて、抵抗感が出てくることもある。美味しいものを食べに行くとか演奏会を聴きに行くなど、家から外に出る、日常から少し離れてみるためのトリガーとしてバリエーションがあっても良いのではないかと。自分が体験したことがないものと組み合わせさせて、それを一緒にやる人たちがたまたま被害者だった、たまたま支援者だったというような環境が整っていれば、参加するのではないかと。
- ・初めての方やなかなか参加されたことのない方には、「一緒に行かない？私も一緒に行って楽しみたいから付き合ってくれない？」と、同じような被害に遭われた方かベテラン

の支援者からの声かけがあれば、行ってみようかなという気持ちになれるのでは。

[和氣氏]

- ・栃木の支援センターには「はなみずきの会」と「あかしの会」という2つの自助グループがある。1つは日にち指定、もう1つはいつ集まるかを会のメンバーたちが決める。「あかしの会」は、センターの募金活動をお手伝いしており、募金をいただいた方にお渡しする感謝の気持ちを込めた小物を作る手作りの会を開いている。そこに集まった際に会話ができたり、センターのボランティアと横のつながりもできている。
- ・年一度「証」という手記を発行している。手記を書くことも被害者にとって吐き出しのひとつになる。口では言えないけれど文章でなら書ける、参加できるという人もいる。他県の方もいるので、自助グループに来ることはできないけれど、手記に参加していただくことで吐き出しができる。
- ・つらい話だけをする自助グループでは人は集まらない。お茶飲みの雰囲気、親しい人に会いに行くというような楽しみもなくては、なかなか集まらない。
- ・若い方々は、自助グループに出たくても生活の方が重視で仕事のため時間が取れないという現状もあると思う。無理に若い人を集めようとしなくても、高齢者ばかりでもよいのでは。

○いろいろな団体が集い協力することで、ひとつの大きな力になる

[足立氏]

- ・ニッチな集団の場合、リーダーシップを取る人が疲れてバーンアウトすると、継続は大変になる。私がいる高知県の過疎地域は、当大学の学生も加わって、地域のシャッター街で毎月1回、地域を盛り上げるためのイベントを行っている。障害者団体や障害者家族の自助グループが福祉施設で作った作品を販売したり、高齢者の代わりに私たちが野菜販売をしたり、最近では被害者支援センターの参加もある。そのうちに、センターの方が障害者の作った作品を販売したり、認知症の高齢者とその家族がセンターのチラシを配布するようになった。人口が少ないほど、小さいグループが支え合いひとつのイベントをすることで、継続し、ひとつの大きな力になる。いろいろな団体と集い協力すれば、イニシアチブを取っている方は少し気持ちが楽になり、継続できるのではないかな。

○総括

[和氣氏]

- ・交通事故被害者の事例は本当に様々で、後遺障害の当事者と家族の気持ちや、今なお続く苦悩がひしひしと感じられた。国でもっと手厚い支援ができないものか。
- ・自助グループを開催するには、運営費、人権費、研修費、交通費、会場費が必要になる。

国でそれらの予算を立てていただけるよう声を上げていきたい。

- ・事前アンケートでの各支援センターの意見は、全国被害者支援ネットワークの問題でもある。年1回のファシリテーター育成研修で問題点を提起していただき、解決していければと思う。

[大岡氏]

- ・たくさんの方の発表を受けて、ここから対話をしていくことが私たちの交わりになり、また癒しにつながる発想が出てくると思う。
- ・作業療法という言葉も紹介いただいたので、自助グループを更に各地域で活性化していくための力をどのように多様な人々と考えていくか、身近なところから今日の知見を共有していただきたい。

7. まとめと今後の方向性

(1) まとめ

①開催について

今年度は、47都道府県に所在する被害者支援センター、被害者団体及びナスバ（独立行政法人自動車事故対策機構）を対象として、専門家による講演及び交通事故被害者等団体による自助グループ活動の紹介をオンライン配信で開催した。

専門家によるピアサポートの重要性についての講演の後、交通事故被害者等団体による事例紹介では、(NPO 法人) 交通事故後遺障害者家族の会と犯罪被害者団体ネットワーク（ハートバンド）より、被害者家族及び被害者遺族それぞれの立場から、被害者支援の活動内容とそこに込める想いについて紹介がなされ、続いて、専門家による作業療法の視点からの講演が行われた。

自助グループ活動は、被害者にとって非常に大切で必要なものであり、各地域で活性化させる必要があること、そして、被害者支援センターは被害者と自助グループの橋渡し役となる必要があることを再確認した。また、交通事故被害者の事例は様々であり、それぞれの必要に応じた経済的支援の充実を国へ対する要望としても言及された。

②参加者について

参加を希望した被害者支援センター、被害者団体及びナスバの方が参加した。

③参加者アンケート結果について（一部抜粋）

参加者からは、

ア 講演「ピアサポートの重要性」

- ・運営の主体によって言い方が変わるグループについての説明が分かりやすく、大変参考になった。
- ・セルフケアの実践など、更なる発展につなげるためのヒントが得られた。
- ・「ピアサポート」という言葉を知ることができた。ピアサポートの4つの目的を知り、自助グループの運営の目的が明確になった。
- ・ピアサポートの定義や目的を具体的に知ることができた。自助グループの参加者の声にもふれることができてよかった。
- ・自助グループの目的や役割がよく理解できた。自助グループが被害者の支えになっていることを確認でき、さらに発展する必要について共感した。
- ・「いかにピアサポートしあえるか」を考えながら、自助グループの運営に携わっていきたくないと改めて思った。
- ・「支え合う」＝「支える人の軸足」がしっかりしていないと運営等が不安定なものになる。特に当事者と家族自らが支える側となるまでには、時間的・心理的サポート

- を十分に受ける必要がある。その意味で、セルフヘルプグループの活動には多面的な支援をしてほしい。一方、サポートグループに位置する犯罪被害者支援センターとしては、関わりすぎることに對して遠慮しているように感じる。両者が手をたずさえて、共通の目的である「ピアサポート」の本意を実現できるよう心から願う。
- ・自助グループの意義と存在の重要性や必要性を認識するとともに、被害者等にとって自助グループは、更なる回復や癒しの効果があることを理解した。
 - ・自助グループの支援に携わる者として、幅広い知識の涵養や豊富な経験を積まなければならないと感じた。
 - ・当事者同士でしか分からない思いを分かち合える場がとても大切だと感じ、そのような場を作れるようにできればと思った。共感してもらうことで癒されたり、他の人の話を聴いて気付くことがあったりすることも大切だと感じた。
 - ・支援者のサポートもピアサポートに含まれることが分かった。
 - ・支援者自身をピアサポートしていくことで、自助グループが活動しやすくなることに気付いた。
 - ・トラウマインフォームドケアの視点からピアサポートを行うことが、より良い支援につながるということがよく分かった。
 - ・「自助グループの効果についての参加者の声」にあった被害者等に特有な感情の理解や精神的症状の理解を聞き、これまでの自助グループにおいて、自分は十分に理解した上で被害者に対応できていただろうかと反省の機会になった。
 - ・日常生活でのセルフケア実践について、専門職から自助グループのメンバーに指導してもらえる機会があればよいと思った。
 - ・トラウマについて十分に知識を持って支援しなければならないことを改めて学んだ。

イ 事例紹介「交通犯罪による重度障害者家族会の活動 ～NPO 法人交通事故後遺障害者家族の会～」

- ・交通犯罪に遭った家族の事件直後からの葛藤と、遺族とは違う悩みや困難さがあることを知った。「共有・共感・共助」という、孤立させず、他人事と思わず、経験を無駄にしないという活動に納得した。
- ・高次脳機能障害にはいろいろな症状があることが分かり、また被害者の家族がどのような思いをされているかを改めて感じ取ることができた。
- ・看護や介護の厳しさを知った。被害者支援制度の漏れのない紹介の必要性を感じた。
- ・交通犯罪による後遺症の実体験を聞き、衝撃を受けた。困難・苦しさの中で、家族会の活動や交通犯罪重度障害者の人権回復に向けての様々な活動に尽力されていることに感銘を受けた。
- ・普段は聞くことができない被害者や家族のつらい体験を聞くことができ、とても貴

重な経験になった、大変感謝している。

- ・この機会を通し、重度障害者家族への理解が進んでいくことを心から願う。今回は高次脳機能障害の例が挙げられたが、遷延性意識障害では、生きている価値観の表れのない状態が本当の意味の最期まで続く。家庭は、役所・司法・介護等の手続に追われ、階段を上り続ける（下り続ける）感覚の中で、個人としての生活を営むのも大変な負担である。理解が広まることを願う。
- ・サポートの大切さを改めて感じた。
- ・後遺障害を抱えた被害者とその家族が積極的に自助グループを作り、同じ苦しみを味わう人を増やしたくない、つらい経験をさせたくないとの思いから活動していることを知り、共感を覚えた。
- ・医療の地域格差など、様々な課題がある。
- ・重度障害者家族の体験を聞き、人権や尊厳について改めて考えさせられた。
- ・当センターの自助グループは遺族のグループなので、これまで重度障害の家族や本人がどのような状況に置かれ、苦しんでいるか、何を必要としているのかが見えていなかったが、今回、重度障害者家族の置かれている状況を知ることができ、参考になった。今後の支援に活かしていければと思う。
- ・悲惨な交通事故を発生させない地域社会づくりは勿論、交通犯罪被害者等の心情や現状への理解と支援の重要性について社会全体が共有するため、積極的な広報啓発活動を行わなければならない。
- ・加害者を許すことはできないが、向上心を持ち自分の人生に取り組みたい、加害者には障害者や困っている人を助けるために生きてほしいと思う気持ちに、感銘を受けた。「裁判が終われば終わり」ではない。被害者やその家族の苦しみはずっと続く。こうして苦しんでいる人たちがたくさんいることを世の中の人たちにもっと知ってもらい、その苦しみを少しでも軽減できるような社会になることを願う。
- ・犯罪被害相談員としてどのような支援ができるか、どのような点に気を付けたらよいか等、視点を広げる機会となる。
- ・「賠償金を勝ち取るのは大事だが、それ以降の人生を生きていくのには人との関わりが大事」との言葉がとても印象に残った。
- ・交通事故による後遺障害の実情は分かってもらいづらく、支援も受けにくいと思う。このように被害者側からの発信をしてもらい、ひとりでも多くの理解者を得ることは大切だと思った。
- ・「早い段階で支援情報を知りたかった」という言葉には、知識の積み重ねが必要と感じた。
- ・国からの手厚い支援の必要性を痛感した。支援というのは本人の今後をどう生きたいかを実現できるよう、できる限りサポートすることではないかと思った。

- ・共感することの大切さ、他人事と思わずに、状況を理解してほしいとの訴えが、支援する上で改めて重要であることが認識できた。

ウ 事例紹介「犯罪被害者団体ネットワーク（ハートバンド）の活動と課題」

- ・自助グループ活動が、被害者や遺族に役に立っていることを改めて認識した。
- ・ハートバンドの活動は運営側の努力・工夫があるからということが分かった。課題を見つめ、それを乗り越えるための新たな試みを着実に実践している点を見習いたい。特に、「チラシを送ったり、置くだけでは広がらない」という言葉には考えさせられる。
- ・参加者それぞれの思いは同じではない、むしろ大きく違うと思う。その中で長く活動を続けておられるのは、主催者が創意工夫を凝らしているからと思う。また、距離的な問題で参加しづらい被害者のために地方で開催する等、運営の苦勞・努力が大きいと感じた。
- ・昨年の全国大会、今年の山形蔵王にも参加したが、生きることを味わう楽しい集いである。その内容は、「多様性」の理解の下、共感・共有する時間を過ごせることに大きな意義があるもの。被害者のみならず「どなたでもご参加ください」という主旨をもっと幅広く周知し、世間の理解が進むよう願う。それをもとに被害者支援の在り方を考えるきっかけになればと思う。
- ・前向きに全国に向けて発信し、活動の輪を拡げていることを知った。活動の紹介から、被害者自身が自分を癒す力を持っていることに感動した。「互いに違いを尊重しあう場であることを大切にする」とのメッセージは、すべての人たちに向けてのメッセージである。
- ・ハートバンドに参加した人からは、全国の同じような痛みを抱えた人たちと関わることができ、「ひとりじゃないと感じることができた」「被害に遭った子のきょうだいについても話を聴くことができて良かった」などの感想をもらった。いつもハートバンドの活動には力をいただいている。
- ・様々な取組を素晴らしいと思った。外に出ること、人と交流することの大切さを再認識した。
- ・団体の活動内容を詳しく説明していただき、とても参考になった。参加者は大変な経験をしつらい境遇に置かれているにも関わらず、写真では皆優しい笑顔で写っていたのが印象的であり、団体の果たす役割がとても大きいことを理解できた。地方の方々の声をしっかりと受け止めて、「出前」の取組を進めている姿勢は素晴らしいと感じた。
- ・具体的な活動写真の資料もあり、とても参考になった。蔵王で開催された語りの夕べはとても楽しそうで、参加してみたかった。

- ・語りの夕べの写真を見ると、「リアルで会うことの大切さ」に納得した。お互いに癒す力を引き出す場となっており、素晴らしい。
- ・リアルに会うことを大切にすることの重要性を学んだ。地域差があることを問題とし地域交流会を持つなど、広い活動の場に驚いた。「つらい話ばかりの自助グループには人が集まらない」というのは、本当にそうだと思う。被害者が自由に泣いたり笑ったりできる場所を作りたいと改めて思った。
- ・新規参入団体が少ないという課題は自助グループと同様であり、当センターにおいても今後の課題として重点的に取り組まなければならないと感じた。
- ・支援者として大会のワークショップに参加したことがあったが、その時に実際苦しい思いをしている方の声を聴くことはとても大切なことだと実感した。多くの地域、団体がつながることが大きな力になることを、ハートバンドに関わって知った。

エ 講演「心と体を繋ぐセルフケア ～今、この瞬間に集中する時間～」

- ・実際に体を動かすことでリラックス効果があり心と体はつながっていることを体験することができた。
- ・自助グループの集会時、これまで、折り紙やうちわ作りで気持ちをほぐしてから話へと移っていたが、今回は、今回教えていただいたことを実践してみたい。犯罪被害者等支援活動に、作業療法は必要と思った。
- ・「こころとからだのリハビリテーション」は、自助グループでも取り入れたい。
- ・体操（ゲーム）で集中することで、心と体が楽になることが分かりやすかった。「大切なのはセルフケア。心と身体を回復する、自分自身を心から大切にする。それは、当事者も支援者も等しく大切にする。」との言葉が印象に残った。
- ・心理的ケアばかりを考えていたが、「人」は頭（心）と体がつながって表現しているため、作業療法により心身ともにケアできるのは当然の考え方だったことに気が付いた。言葉と動作を組み合わせたゲームはすばらしかった。「大丈夫だよ」「がんばってるね」「一人じゃないよ」「休んでいいよ」の各ワードは、肯定的意味合いで非常に素晴らしい。
- ・作業療法がどのように被害者の回復に役立っているのかを知ることができた。大切なのはセルフケアで、心と体を回復すること。支援者も心と体のバランスを保つことが大切であると学んだ。
- ・実際に体を動かし、ちょっとした動作で体の動きが変化することを体験でき、面白いと感じた。自分自身のセルフケアに活用していきたい。また、支援の時に、緊張した被害者にリラックスしてもらうのに応用できる。このような視点は思いつかなかったもので、今後も講演があるとよい。
- ・犯罪被害の相談者にセルフケアをお勧めするほか、当センターの職員や犯罪被害者

支援補助員に対しても心と体のケアを行い、代理受傷の防止に役立てたい。「癒しの言葉」を、今後の相談対応の参考とさせていただきたい。

- 作業療法は医療や介護の場が中心と思っていたが、心と体のリハビリテーションということで、被害者支援にも関わりがあるのだと知ることができ、大変参考になった。ワークショップ等、取り入れてみようと思った。
- 作業療法が犯罪被害者支援と協力ができたら、支援の幅も広がるのではと感じた。
- 「こころとからだはつながっている」という考え方は、とても共感できた。今まで「セルフケア×作業療法」ということは考えたこともなかったので参考になった。
- これまで、傷ついた心を癒すための方法として、マインドフルネスを取り入れていた。今回作業療法という方法で、更に体を動かすことをプラスすることを知り、大変参考になった。
- 心と身体を回復することは自分自身を心から大切にする、当事者も支援者も等しく、という言葉は心に響いた。
- ストレス対処の面で、被害者にとっても支援者にとっても大切なことだと分かった。
- 心と体の両面からの支援について、体を動かすことでリラックス・集中し、人と人とのつながりで、一緒に何かをしながら回復へとつないでいくことは意味があると学んだ。

オ 質疑応答について

- 新規メンバーの獲得方法として、形にこだわらずバリエーションを増やし、つらい話だけでは集まらないので、日常から離れるトリガーとなるような会にする。
- 自助グループの開催が、毎回支援センターの決まった会議室でテーブルを囲んで話す形態であると、支援センターに行くこと自体が自分が被害者なのだと改めて感じる機会になってしまい、足が遠のいてしまう被害者もいるということを知った。ただし、どのように感じるかは被害者によりバラバラで、被害者によっては話の内容から閉じた空間でないと話せないという方もおられると思うので、どのように開催すればよいか悩ましいところである。
- 継続が難しい等の質問に対して、「会議にこだわらなくてもよい。ヨガ、演奏会、食事会への参加も取り入れたらよい。家から出る、日常から離れるということも大切。会合等の紹介だけで終わらず、一緒に行こうと誘うことも大事」と話されたことや、「辛い話だけではなかなか集まらない。楽しみも必要」と話されたことが印象に残っている。
- センターでテーブルを囲んで話し合うだけではなく、美味しいものを食べたり、アクティビティや音楽を楽しむ、手作りの会での会話を弾ませたり、手記を継続発行するなど、創意工夫を凝らしながら、自助グループに参加しやすい雰囲気を作るよ

う心掛けたい。

- ・自助グループが会議テーブルを囲まなくても、おいしいものを食べに行ったり、音楽を聴きに行ったり、部屋を飛び出し郊外へ出るなど色々なやり方があることが分かった。ただ、参加者も境遇の違った人たちの集まりで、人的、予算的にも難しいと感じた。
- ・人手不足、資金不足、自助グループへの参加者が少ないというのは、皆が共通して抱えている問題なのだと知ることができた。
- ・人とのつながりによって「参加してみて良かったから、今度は一緒に参加しない？」と言っただけの場を作っていくことが大切であること。また、目的別に自助グループを作ることも有効であることを学んだ。
- ・各支援センターの支援員からの質疑応答形式を期待していた。支援センターが閉鎖的では、相談しに行きにくいので、もっと現状を知り、対応できる支援センターであってほしい。今後のワンストップ支援の最初のドア役として、ドアノックに敏感であってほしい。ノックできない相談者にはドアを開いて迎え入れてほしい。
- ・被害者団体の間で質疑応答が活発に行われたらよかった。
- ・自助グループが高齢化していること、若い人・新規の参加が減少していることについて、それが現代の状況であるならそれでもいいのではないかという言葉が心に残った。現代の状況に対応しながら、形を変えながら存続していくことを模索しなければならないのかもしれない。

カ 総括について

- ・今後の自助グループ活動を継続していく上で、「回復、癒やし」のためにどう進めていくかを再度考える契機となった。改めて自助グループの重要性を認識できた。
- ・いろいろなカリキュラムひとつずつが、新鮮で、とても勉強になった。
- ・いつも参考になる内容が企画され、勉強になる。
- ・被害者の会のいろいろな活動も知ることができた。違った視点からの活動内容等も知ることができた。今後の自助の会の運営に活用していきたい。
- ・自助グループを作ること、立ち上げることを訴えていらっしゃる和氣委員の思いが届くことを願う。今ある自助グループをよりよいものにしていくことが私達の使命だと思ってやっていきたい。
- ・被害者や家族の心情を聞き、被害者の回復のために自助グループの果たす役割の大きさと必要性について共感した。とても有意義な会議であった。
- ・まとめをしていただいて、振り返りの理解をする時間があり、ありがたかった。
- ・以前から関心があった作業療法の世界を垣間見ることができ参考となった。
- ・第5次計画に自助グループについて盛り込んでいただくことにより、より多くの予

- 算が得られれば、自助グループの活性化につながると思われるが、当センターでの資金確保についても自助努力して、被害者の心情に寄り添った支援につなげたい。
- ・第5次基本計画に自助グループのことが載ったとのことなので、今後、資金面などで国が支援センターを支えて下さるようになり、手厚い支援ができるようになることを期待する。多くの被害者支援センターが苦しい状況にあることを、国や世の中にもっと知ってほしい。
 - ・人件費等の予算関係を国に要請、声を上げることは大切であると思う。

キ 感想・要望・意見等（リモート会議への意見・要望も含め）

- ・今後の活動に活かせることばかりで大変参考になった。
- ・ピアサポートや作業療法など、今まで知らなかった概念を知ることができた。
- ・参加人数が減少傾向について、どの自助グループも同じ悩みを抱えていることを知り、共感を憶えた。
- ・どの講演・発表も大変有意義だったが、時間が短く、もっと話を聞きたかった。
- ・盛りだくさんなのは有難かったが、一つひとつ、もう少し深く話を聴きたかった。
- ・自助グループは、日頃は家族にも友達にも話せない思いをここでなら遠慮なしに話せる、思いを共有できるという被害者の思いを実現する大切な場所なのだと感じた。その思いを支援者である自分が十分に理解する努力が必要と痛感した。
- ・全国の被害者支援センターや自助グループの方と一緒に学べる場は刺激にもなり、また「全国に仲間がいるのだな」と思えて心強い思いがする。
- ・多くの方が全国から参加しており、励みになった。
- ・ディスカッションの時間があるとよい。
- ・事前アンケートの結果は大変参考になる。今後の活動に活用させていただきたい。
- ・事前アンケートについて、なにか議論があっても良かったと思った。
- ・短くて構わないので、途中で休憩を挟んでいただけると助かる。
- ・添付資料のパワーポイントの字が小さくて見づらく、もう少し見やすくしていただけると助かる。
- ・オンラインでは、発言は難しい。しかし、地方にいる者としては、中央での会議に参加する手段としては有効な方法。いかに各人の発言の場を設定するか（時間の確保・プログラムの組み方）工夫していただきたい。
- ・会場に行かなくても参加できるリモート会議は大変ありがたいです。
- ・オンライン研修の開催は、自分たちの支援センター内で受講できるので助かる。
- ・リモート会議は初めてだったが、事前の連絡や説明をもらっていたので、当日はスムーズに参加することができた。

- ク 自助グループ活動の促進のため、どのような研修やプログラムがあったら有用か
- ・自助グループ活性化の成功事例紹介。
 - ・他センターの自助グループ活動の視察見学。自助グループ活動のロールプレイング。
 - ・自助グループ同士で、アンケートの項目についてディスカッションできるとよい。
 - ・グループセッションの場があると情報交換ができる。
 - ・相談員同士、運営の工夫や悩み等の共有。
 - ・グリーフケアについて。
 - ・自助グループに関わる臨床心理士の研修。

ケ 会議参加後の自助グループ活動の実施状況または自助グループ立ち上げに関する検討状況について

- ・当センターの自助グループは、参加者の固定化（参加人数の減少）が課題。運営部会では、今後の運営の改善に向けたアンケートの実施などを検討している。
- ・自助グループ活動はとても大事だと改めて思い、これからの活動をもっと積極的に進めていきたいと思った。
- ・当センターの自助グループでは、毎月の定例会とは別に、臨床心理士との座談会や美術館散策等を実施している。どのようなことを企画したらよいのかと迷いがあつたが、本日の講演を聴き、定例会以外の活動もピアサポートの視点からも作業療法の視点からも有意義なものだと分かった。そのような視点から企画すればよいのだということが分かり、参考になった。
- ・当センターでは2つの自助グループの支援を行っているものの、新規の参加者が少ないため、今回の会議で得た知識を生かし、被害者等が参加しやすい自助グループになるように努めたい。
- ・交通事故の被害者遺族を対象とした自助グループを来春に立ち上げ予定。「同じような体験をした方と話したい」という遺族の要望に応えるとともに、裁判が終わった後の遺族の虚無感や孤立感を少しでも和らげることができたらと考えている。
- ・毎月第1水曜日に開催している。
- ・今月、自助グループの集い（第3回）を予定。
- ・毎月の例会。来年度は5年に一度の手記集を発行予定。

等の感想があった。

（2）今後の方向性

①開催について

今年度もオンライン開催としたが、参加しやすかったなどの感想や、また、作業療法について自助グループでも取り入れたいといった感想があった。今後も、交通事故被害者等

を取り巻く様々な環境に対する理解を深めながら、自助グループ活動の促進等に資する効果的なプログラムを検討する。

②参加者について

今年度は、全国の被害者支援センター、被害者団体及びナスバ（独立行政法人自動車事故対策機構）を対象とした。引き続き、本会議を通じて、自助グループの立ち上げや自助グループ活動の継続と活性化が図られるよう、被害者支援センター等への参加の働き掛けを行う。