

第4章

自助グループ運営・連絡会議

I. 目的

交通事故被害者等に接する立場にある者の資質の向上を図ると共に、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。

II. 体制

当該事業を進めるに当たっては、以下の体制で実施した。(敬称略)

- (1) 令和元年度交通事故被害者サポート事業検討会委員
 - ・公益社団法人被害者支援センターとちぎ事務局長、公益社団法人全国被害者支援ネットワーク理事 和氣 みち子
 - ・武庫川女子大学文学部心理・社会福祉学科准教授、武庫川女子短期大学部心理・人間関係学科准教授 大岡 由佳
- (2) 説明者及び自助グループメンバー
 - ・公益社団法人被害者支援センターとちぎ理事 小佐々 冽子
 - ・被害者支援センターとちぎ事務局長補佐 岡 祐理恵
 - ・被害者支援センターとちぎ相談員 藤井 幸子
 - ・被害者支援センターとちぎ 自助グループあかしの会メンバー 2名
- (3) 公益社団法人全国被害者支援ネットワークに所属している被害者支援センターの支援員、相談員、担当者、代表者等 7名
- (4) 事務局
 - ・警察庁
 - ・株式会社アステム

III. 開催日及び会場

開催日：令和元年 12 月 7 日（土） 13：30～16：50

会 場：公益社団法人被害者支援センターとちぎ

(栃木県宇都宮市桜 4 丁目 2 番 2 号 栃木県立美術館普及分館 2F)

Ⅳ. プログラム

(敬称略)

時 間	出演者	内 容
13 : 30～13 : 35	事務局等	挨拶・説明
13 : 35～14 : 00	被害者支援センターとちぎ職員	自助グループ活動の運営方法に関する説明
14 : 00～14 : 45	全員	自助グループ活動の視察
14 : 45～15 : 00	休 憩	
15 : 00～16 : 45	全員	意見交換・質疑応答
16 : 45～16 : 50	事務局等	閉会挨拶

V. 実施内容

1. 自助グループ活動の運営方法に関する説明

公益社団法人被害者支援センターとちぎ事務局長、公益社団法人全国被害者支援ネットワーク理事でもあり、令和元年度交通事故被害者サポート事業検討会委員でもある和氣みち子氏より、自助グループ活動の運営方法に関する説明がなされると共に、公益社団法人被害者支援センターとちぎの職員による実技説明が行われた。

[講師] 公益社団法人被害者支援センターとちぎ事務局長、公益社団法人全国被害者支援ネットワーク理事 和氣 みち子 氏

公益社団法人被害者支援センターとちぎ事務局長補佐 岡 祐理恵 氏

公益社団法人被害者支援センターとちぎ相談員 藤井 幸子 氏

[要旨]

事前準備

被害者遺族が気持ち良く語り合える場を作るためには、センターとして様々な準備が必要です。

年度初めに年間の開催スケジュールを決定し、「開催のお知らせ」を参加者に郵送します。被害者支援センターとちぎの自助グループ「あかしの会」は毎月第1土曜日に開催しており、開催1週間位前には、電話やメールで参加確認と共に現在の体調や近況を伺います。

開催時の準備

自助グループを開催する部屋には、お茶菓子、ティッシュ、ごみ箱の用意をはじめ、生花を飾るなど細やかな気遣いが必要です。コーヒー等の飲み物は、着席順に希望を伺い、淹れたてを提供します。

(5) 開催手順のチェックポイント一覧表

事前準備	開催時
☐ 年間計画を作成し、決裁を受けておきます。 ☐ 月間計画に記入します。 ☐ 開催日は支援センター内での周知を図ります。 ☐ 講師招聘時は、依頼文書作成と送付および謝金の準備をします。 ☐ 会場の確保。 ☐ 参加者への開催案内の通知。 ☐ 約束事など、参加者に配布する資料の作成と準備。 ☐ 担当者の他に、記録者および補助者を決めておきます。 ☐ その他。	☐ 環境整備を行います。 ・室内の整理整頓、机や椅子の適切な配置、室温の調整、花や植物の確保など。 ☐ 会場準備を行います。 ・時計、ティッシュペーパー、ゴミ箱、お菓子、お菓子を持ち返るときの小袋、お茶、コーヒーなど。 ☐ 名札の準備。 ・参加者、講師、センター職員。 ☐ 出席表の準備。 ☐ 配布資料の準備と確認。 ☐ 途中退席者が出たときのため、休める部屋の確保。 ☐ その他、必要物品の準備。 ☐ 記録をとります。

終了時	留意点
☐ 終了時間を守ります。 ☐ 参加者、講師、センター職員各々が参加しての感想を述べます。 ☐ 参加したことに対するお礼を伝えます。 ☐ 次回開催日を伝えます。 ☐ 連絡事項があれば伝えます。 ☐ 初回参加者などに必要な声掛けを行い、安全に帰宅するための配慮をします。 ☐ 引き続き面接を行う参加者は、スムーズに部屋に誘導します。 ☐ 終了後は相談員で振り返りを行い、次回に生かします。 ☐ 実施結果報告書の作成。	☐ 自由に話せる雰囲気づくりを工夫します。 ☐ 支援センターと参加者の信頼関係を築きます。 ☐ 参加者同士の話し合いが活発になるよう配慮します。 ☐ スタッフは複数（ファシリテーター、記録者、観察者）で入り、参加者の状況を常に把握します。 ☐ 参加者から出た要望はその場で回答せず、相談員で共通理解を行ってから回答します。 ☐ 参加者の回復程度の違いを認識し、適切に対応します。

（「犯罪被害者遺族の自助グループ支援マニュアル～立ち上げ支援および継続支援～」内閣府発行 より）

また、お菓子は、自助グループ終了時に仏壇お供え用として渡せるよう、参加者に提供したものと同一内容のお菓子をかわいらしい袋に詰めて用意します。

開催時の流れ

会の運営は、ファシリテーターが行います。冒頭に、毎回必ず、自助グループの目的とグループ内での原則「会の中の話は会の中だけにして、秘密は守る」「誰かが話しているときは、さえぎらずに聞く」「各人が話す時間はなるべく平等にする」などを伝えます。この原則が守られなければ、被害者遺族は安全安心に自助グループに参加することができなくなります。

参加者に配布する資料の例（1）

◇◇◇支援センター

1. 自助グループとは（自助グループの目的）

同じような体験をした被害者同士の交流の場です。安心して繰り返し心のうちを話し合うことにより、「みんな同じ思いをしている」「そう思って当たり前」と、気持ちを分かち合い、共感し、孤立感を解消し、自分なりの新しい生き方をみつけて、精神的に回復していくことを目的とします。

2. グループ内での原則

- ① 会の中での話は会の中だけにして、秘密は守るようにしてください。
- ② 話をしていて出てくる感情は感情なので、良いも悪いもありません。安心して自分の気持ちを十分に出してお話をしてください。
- ③ 誰かが話をしているとき、さえぎらないで聞くようにしてください。
- ④ 誰かが話をしているとき、内容や行動、態度などを批判したり笑ったりしないでください。
- ⑤ 各人が話す時間はなるべく平等にしたいと思います。前に時計が置いてありますので時間配分を考えお話しください。
- ⑥ ティッシュペーパーは自由にお使いください。

（「犯罪被害者遺族の自助グループ支援マニュアル～立ち上げ支援および継続支援～」内閣府発行 より）

2. 自助グループ活動の視察

公益社団法人被害者支援センターとちぎで開催されている自助グループ活動の視察が行われた。

[講師] 自助グループあかしの会メンバー 2名

＜ファシリテーター＞ 公益社団法人被害者支援センターとちぎ事務局長、公益社団法人全国被害者支援ネットワーク理事 和氣 みち子 氏

[要旨]

———始めにファシリテーターが自己紹介と自助グループの目的及びグループ内での原則を伝えた。次に、参加者が自己紹介をし、一人 10 分程度、事件事故や近況の話をした。

事件事故、近況について

[自助グループあかしの会メンバーB氏(女性・2001年に行政対象暴力事件で夫を亡くす)]

事件から 18 年が経ちました。やっと少しずつ穏やかな生活ができるようになってきたように思います。でも、毎年冬が来ると、拉致され殺害して埋められた夫が、どこかの山中で雪の降る中を寒い思いで過ごすのかと思うと、本当につらいです。息子は、「父ちゃんは父ちゃんだ、母ちゃんが具合悪くなって病院に通ってばかりになると、父ちゃんが心配するから考え過ぎるな」と言います。

先月、運転免許の書き換えで自動車教習所に行った時、夫が事務局長を務めていた社会福祉協議会の臨時職員をしていたという教官に声を掛けられました。今、自動車教習所の教官をしているのは、当時夫から、臨時職員ではなく正社員になれる仕事を見つけた方が良いとアドバイスしてもらったおかげだと、お礼を言われました。それを聞いて、私も少し嬉しくなりました。その教官に、被害者支援センターや自助グループのことを話し、教習を受けに来る高校生に、交通事故被害者遺族の手記が掲載されている「証」を紹介して交通事故防止に役立ててほしいとお願いしたところ、快く引き受けてくれました。自助グループが、このような形で若い人の役に立てるかと思うと、ほっとしています。

[自助グループあかしの会メンバーC氏(女性・2000年に息子をトラックに轢かれ亡くす)]

息子(当時中学3年生)は、小学生の頃から、毎年母の日にはカーネーションを贈ってくれました。今日は、この部屋にカーネーションが飾ってあります。何年経っても息子のことを忘れる日は無いのですが、今日は特に、息子がここにいるような感じがして、胸が熱く締めつけられます。

[和氣氏]

私は、19 年前に娘(当時 19 歳)を飲酒居眠り運転の大型トラックの正面衝突により亡

くした被害者でもあります。最初は、ファシリテーターなので自分のことは話さなかったのですが、仲間から、同じ被害者として話をしてはと言われてからは、ファシリテーター兼被害者として話をすることにしています。

犯罪被害者になると、その日から生活が一変します。被害者をやめることはできないという葛藤の中で生き続けていくことが、被害者にとっては非常につらいのです。つらいことをどんどん溜め込んでいくと、精神的にも肉体的にもボロボロになるため、吐き出しが必要です。その吐き出しの場がこの自助グループなので、ここはとても重要な場なのです。

娘には結婚を考えていた相手がいました。その日から彼も犯罪被害者になりました。早く立ち直らなければ彼の人生はめちゃくちゃになると、私たちはとにかく、息子（当時17歳）のことよりも彼のことがばかり気にしていました。そのため、親として息子の相談に応じることもできず、息子はどんどん離れていき、家族は一時バラバラ状態になりました。

私は、自助グループに参加したり、娘のパネルや「生命のメッセージ展」の等身大パネルを作ったり、法改正の活動等をしてきましたが、夫や息子は、「娘が生き返るわけじゃない」「パネルなんて、見せ物にされているようでかわいそう」「法律改正の活動をして、裁判は終わっているのだから無駄だ」と言っていました。このように家族の意見もそれぞれ、向かっていく方向もバラバラです。その時、家族一人一人に合わせた支援が必要だということが分かりました。

———コーヒープレイクを挟み、フリートークを行った。出席者からアドバイスをもらったり笑わせるような会話をすることもあり、和やかな雰囲気では進行される。

自助グループの存在意義

〔自助グループあかしの会メンバーB氏〕

普段の生活では笑うことさえできないような状態がずっと続いていましたが、自助グループにはいつも同じようなメンバーがいて、非常に落ち着ける場所であり、やっと自分を出して言いたいことが言えるようになりました。

仲間と一緒に笑って泣いて、たまには皆で怒ることもあります。自助グループが無かったら、私はダメになっていたのではないかと思います。このような場所を提供してくれるセンターがあり、職員は一生懸命準備をし、同じように泣いたり笑ったりしてくれます。私にとって、最高に良い場所になっていると、すごく感謝しています。

〔自助グループあかしの会メンバーC氏〕

ボロボロになった私を救ってくれたのが自助グループでした。仲間は、うなずいたり涙を流したり、自分のことのように話を聞いてくれます。同感してもらえる嬉しさがとてもあります。フリートークでは、自分の診療や最近の生活など犯罪に関係のない話もして、

助言をくれたり、怒ったり笑ったり、様々な感情のぶつけ合いができます。センターの職員はいつも笑顔で迎えてくれ、メモを取りながら一人一人の傷の痛みを分かろうと努力している姿にも心が打たれます。

最初の頃は、いつも私の前にはティッシュの箱が、足元にはごみ箱があり、怒りと悲しみで泣いてばかりでした。その度に仲間の温かいまなざしと言葉で元気になり、また来月も息子の話ができると楽しみになってきました。風化していく息子、封印している息子の話を思い切り自由に話すことができる安堵感。隣に息子がいるような気持ちにさせてくれます。私一人ではない、仲間がいるのだと感じられることで気持ちが随分楽になります。

自助グループとは、亡くなった愛する者たちの供養の場であり、残された遺族の気持ちが分かり合えるすばらしい仲間との交流の場です。吐き出すこと、吐き出す場があるということは、被害者にとって最高に幸せなことだと思います。

自助グループの運営について

[和氣氏]

自助グループ開催に当たって、それほど経費はかかりません。各センターの予算内で行うことで良いのです。当センターは、理事会と定時総会で事業計画や予算、事業報告と決算の報告をし、承認を得ています。

また、自助グループの育成を図り、被害者等が社会に発信できる機会をコーディネートするなど被害者等への後方支援を行っています。自助グループの参加者の中に、何か手伝いたい、話をして伝えたいという気持ちを持つ人がいれば、少しずつ講演や育成・養成講座等で話をして自信をつけてもらうなど、人材育成もしています。

[岡氏]

自助グループ「はなみずき」は、センターへ通えない被害者も参加できるよう、毎月1回県内各市町の市民センター等で開催しています。なるべく多くのメンバーが参加できるよう日程調整をし、手紙で開催案内を出します。出欠連絡は特にもらいません。

お菓子やポット等はセンターから持参します。お菓子は紙皿に個別に盛り、飲み物は来場順に希望を伺い提供します。仏壇お供え用にお菓子を持ち帰るための小袋も用意します。

[和氣氏]

その他、ラジオ番組への出演、県市町のイベントでのティッシュ配りやパネル展示、センターの広報活動に参加するなど、被害者自身から被害者支援の重要性や必要性を伝えていきます。これも、自助グループ活動の一つです。「はなみずき」では食事会や旅行をして交流を深めたり、自助グループメッセージ集「証」の原稿として文章にすることも吐き出しであり、被害回復に繋がる被害者支援の一つとして行っています。

3. 意見交換

自助グループ活動の運営方法に関する説明及び自助グループ活動の視察を受け、自助グループの必要性と運営するに当たってのアドバイスや課題等の意見交換がなされた。

自助グループ活動の視察の感想

[意見]

- ・「自助グループに来ると、いつもの仲間がいる」という言葉が心に残った。
- ・会の最後に、参加者に仏壇お供え用のお菓子を渡されていたのが、とても心に残った。
- ・事件や裁判が終わった後でも、センターの自助グループが継続的な支援をする場として活用されることには、大きな意味があると改めて分かった。

[和氣氏]

- ・被害者にとっては、裁判が終わったから終わりではない。裁判後でも使える制度があったとしても、被害者に情報提供されなければ意味がない。まめに情報提供し側面で支え続けていくことが大事。「途切れない支援」の一つとして、自助グループがある。

[自助グループあかしの会メンバーB氏]

- ・被害者は、時間が経った時だからこそ出てくる問題もある。自分や家族の状態を自助グループで話せば、いろいろな情報やアドバイスをセンターからもらえることもある。

[意見]

- ・被害種別は違っても、ファシリテーターがうまくまとめている。やはり、被害者自身がファシリテーターをすることは、大きな意味があるのだと思った。

[和氣氏]

- ・被害者は、その時の状況で感情の波がものすごくある。被害種別も様々。そこをファシリテーターがうまく対応する必要があり、非常に難しいところでもある。

各センターの自助グループについての現状

[意見]

- ・「自助グループは無いのか」という問合せはあるが、「ありません」と答えるしかない状況。

[和氣氏]

・被害者には同じ立場の人との交流や吐き出しの場が必要。「ありません」ではなく、「どうぞセンターにお茶を飲みに来てください」と言うことが大切。そこでいろいろ話をし、人間関係を築くことが第一歩。被害者との繋がりが途切れないような対応を職員に教育することが望まれる。例えば参加者が1名であっても、職員が話を聴けば自助グループとなる。

[意見]

・同じ立場の遺族と話がしたいという要望を受け、支援活動をしている遺族を含む2人に繋ぎ、センターの一室を提供した。要望した遺族は、2人に出会ったことで前に進むことができたと言われた。当事者3人の協力を得て、センターの自助グループ作りを進めたい。

[和氣氏]

・活動している当事者は対応ノウハウをかなり持っており、力を借りることはとても重要。

[大岡氏]

・センターが継続的に場を提供し、安全安心な空間ができていれば、他にニーズが出てきた時もスムーズに対応できる。そこに職員が加われば、良い形でセンターの自助グループができるのではないかな。

[意見]

・ファシリテーターは誰がすれば良いのか、事務局に何ができるのかなどと考えると、なかなか前に踏み出せない。

・立ち上げるに当たり、被害者に意見を聞いたところ、普段から話を聴いてもらっているセンターの職員だから話せるのであって、同じ被害者であっても話す気にはなれないと言われた。

・自助グループにはある程度の決まりを作る必要があると説明した途端、堅苦しいのであれば参加しないと言われた。

・センター立ち上げ当初に自助グループを開催したが続かなかった。支援員に自信も無く不安だったことが伝わってしまったのだと思う。事故後の年数も状況も違う被害者を、どのようにコーディネートすれば良いのか支援員には分からなかった。

[和氣氏]

・ファシリテーターの育成はまだまだ不十分なので、行政主導で育成の充実をしてほしい。

[大岡氏]

・全国の被害者支援センターの約半分に自助グループが無いのが現状。更に、被害者支援センターとちぎのように事業として公開しているところは少ない。開催情報をホームページで公開するなど、もっと存在を知ってもらうことが必要。

[意見]

・もし自助グループを探している被害者から問い合わせがあった場合に、センター側に受け入れる体制が無いということは良くないと思っている。

[和氣氏]

・先に自助グループを作っておいて、最初はお茶飲みに来てもらうことから始め、関係を築いてから自助グループを紹介するという順番でも構わない。
・問合せがあつてから立ち上げると、すごくタイムラグがある。その間に被害者の気持ちが変わることもあるので、被害者から声が上がればすぐに案内できる方が良い。

[大岡氏]

・自助グループに参加してもらう前に、センターは被害者と個別面談をして、今が参加するのに適した時期なのかを判断する必要があることも忘れてはならない。

運営について

[和氣氏]

・どの被害者がどのような様子で何を話したか、センターで共有するために記録に残すことは必須。当センターでは、許可を得て写真を撮り、自助グループメッセージ集「証」に掲載することもある。

[大岡氏]

・自助グループ運営上の不安がある時、後方支援として理事や専門家にスーパーバイズ的に関わってもらうための資料としても、記録を作ることは大切。

[和氣氏]

・ファシリテーターと担当職員のほか、元OB職員がボランティアとして出席することもあるが、被害者と人間関係が築けていないと受け入れてもらえない。自助グループは、担当者が被害者との人間関係を築いて、被害者の気持ちを汲み取ることができるようになるための訓練の場でもある。

- ・センターの自助グループ以外にも、当事者だけの自助グループもある。被害者はどこに幾つに属しても構わない。自身の選択で参加すれば良い。
- ・隣県の活発な自助グループに繋ぐという方法もあるが、やはり各県でセンターの事業として自助グループを開催することが望ましい。被害者が生きているその地域で支えていくことが基本。
- ・人として、同じ目線に立って関わるのが大切であり、それが支援の基本。支援者には座学だけでなく、ソフト面も学ぶために実践的な養成講座も必要。

セルフヘルプグループとサポートグループ

[大岡氏]

自助グループには2つの運営方法があります。セルフヘルプグループは機関から独立した当事者が運営するグループであり、サポートグループは機関が中心となり運営するグループです。スタッフが運営面やファシリテートを担っている被害者支援センターの自助グループは、サポートグループになります。どちらが良くてどちらが悪いというものでも、どちらかに分類されるものでもありません。どちらの要素が強いかというものです。

センターの場合は、サポートグループの方が作りやすいと思います。それは、サポートグループの方が構造化しているからです。事前にプログラムを決めたり、例えば2部制にして、1部は専門家や理事によるリラクゼーションの方法について、或いは弁護士から被害者参加制度についてなどの講義を入れることもよく使う手段です。参加者側としても、自分が話をすることに躊躇のある人の場合は、講義を交えたり話題提供することで、自分は無理に話さなくても良いんだと思い、参加しやすくなります。

サポートグループの特徴は、参加者が抱えている問題を仲間のサポートや、犯罪被害相談員や理事や専門家の助言を受けながら、解決あるいは受容を目指すことです。経験や情報を分かち合うことで、孤立を防ぐことにも繋がります。

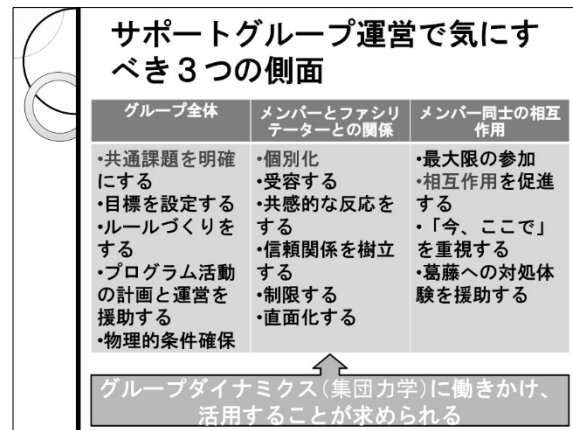
一方、地域によっては、当事者の会を応援する延長で被害者支援センターがグループに関与する場合もあり、その場合はセルフヘルプグループの要素が強い自助グループ運営になります。当事者の声を支えていくという意味では、そのプロセスも大切ではないかと思っています。

なお、サポートグループ運営で意識すべき3つの側面として、「グループ全体」「メンバーとファシリテーターとの関係」「メンバー同士の相互作用」があります。「グループ全体」

セルフヘルプグループ と サポートグループの相違点		
	セルフヘルプグループ	サポートグループ
企画	当事者	スタッフ (当事者を含む場合もある)
活動	さまざま	プログラム進行が決まっている
内容	公演、情報交換、体験発表、親睦旅行、会報発行	体験のわかちあい、情報提供、リラクゼーション訓練

のより良い運営や「メンバーとファシリテーターとの関係」は、ファシリテーターがどれだけファシリテートのスキルを他の担当者や参加者と共有できるかがポイントになります。

そして、「メンバー同士の相互作用」についてですが、自分の経験をグループのメンバーと共有することで生まれてくる関係性を指します。これは、自助グループでしかできないことです。グループの中で自分のストーリーを語るにより、自分を統合し感情を取り戻すことができます。それが、自尊心の回復に繋がるのです。



Ⅶ. まとめと今後の方向性

1. まとめ

(1) 開催について

一昨年、昨年に専門家の講義や意見交換により自助グループ活動の重要性等について認識を深めたことを踏まえ、今年は自助グループ活動の視察を中心とした内容とし、栃木県において開催した。

自助グループ活動の視察では、事前準備などの運営方法の説明を受けた上で実際の自助グループ活動を開始から終了まで視察、意見交換では、自助グループの重要性及びファシリテーターの育成の課題等について認識を深めることができた。

(2) 参加者について

参加を希望した被害者支援センターの方が参加した。

(3) 参加者アンケート結果について

参加者からは、

- ・説明だけでなく、実際の現場で準備や品物を見せていただき、大変分かりやすかった。
 - ・お花や好みのお茶等による居心地の良い空間の演出はもとより、亡くなった方の御仏前への御菓子の御土産は御遺族にとって心温まるありがたい心遣いと感じました。
 - ・写真だけでは伝えられない現場の雰囲気を知る事ができました。実際の現場では、自由に話せる場、自由に自分を出せる場、それを認め合える安全安心な場であり、温かい雰囲気を感じました。その活動の裏には細やかな気遣いと御苦勞があり、自助グループの活動が成功すること、一つ一つの確認を丁寧に行うことを大切にされていることを実感しました。
 - ・今回見学して、「これだったらできる」と思えたことが大きな収穫だった。
 - ・マニュアルを読んでいるだけでは分からない部分が見え、そこにいることで肌で感じる事ができた。
 - ・自助グループの運営費用については、あまり負担にならないとの説明もあり、自助グループを立ち上げる場合の費用等も知れ、参考になりました。
 - ・運営するファシリテーターや担当者の研修があればありがたいと感じました。
- 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、自助グループの運営方法への理解を深めるため、実際の自助グループ活動の視

察を中心とした内容で開催したことを踏まえて、来年度は、自助グループ活動を運営するに当たり、交通事故被害者等に接する立場にある者のファシリテーターとしての資質向上を目的とした開催内容となるよう検討していく。

（２）参加者について

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れるよう関係機関・団体への参加について検討していく。

