子どもの理解 絵本が助ける

親の精神障害

保健室に届けるプロジェクト 子の気持ちくみとって

精神障害のある親とその子どもを、絵本やウェブサイトで応援するNPO法人「ぷるすあるは」。子どもの思いを広く知ってほしいと、「絵本で届ける保健室あんしんプロジェクト」をすすめています。（堤由紀子）

2016 7.13 (水)

NPO法人「ぷるすあるは」

「なかなか声を出せずに頑張っている子どもたちを支えたい。とにかくまずは、絵本づくりに専念しました」

こう話すのは「ぷるすあるは」の代表をつとめる北野陽子さんです。「ぷるすあるは」はプラスアルファの造語。少しの想像力で日々の生活に安心とハッピーを、との思いがこめられています。

〝支援の谷間〟に

精神障害のある親の子どもは、支援の谷間に置かれています。病院では患者の子どものサポートまではなかなか手が回りません。学校では家庭にまで踏み込むのはなかなか難しい問題でもあります。そこをつなぐものとして考えたのが絵本づくりでした。

お話と絵は、精神科の看護師である細尾ちあきさんが担当。精神保健指定医でもある北野さんが解説を書いています。

家族のこころの病気を子どもに伝える絵本は4冊。『ボクのせいかも… お母さんがうつ病になったの』『お母さんどうしちゃったの… 統合失調症になったの・前編』『お母さんは静養中 統合失調症になったの・後編』『ボクのことわすれちゃったの? お父さんはアルコール依存症』（いずれもゆまに書房発行）です。

このうち1冊目の「うつ病編」を今年3月、「保健室あんしんプロジェクトパート1」として小中学校の保健室に110冊届けました。

「うつ病編」はこんなくだりで始まります。

―お母さんが泣いているどうしよう ボクのせいかも…

主人公のスカイは母親が病気だと知らず、自分のせいだと悩んでいます。誰にも言えず、悲しくなっている「ボク」。気づいた父親が病気の話をしてくれました。「スカイのせいじゃないんだよ」と。

―お母さんは病気だったのか そうだったのか…

後半では絵本の目的と使い方、子どもの気持ちと行動への理解と対応、病気の伝え方とその後のフォローをわかりやすく解説。本人と家族の相談先を載せています。

まず周りが読む

「プロジェクト」のしくみは、「ぷるすあるは」にお金を寄付する方法と、絵本を購入して自分で届ける方法の二つです。届け先を保健室にしたのは、子どもの心や体の状態を一番間近で知っている養護教諭がいるからです。

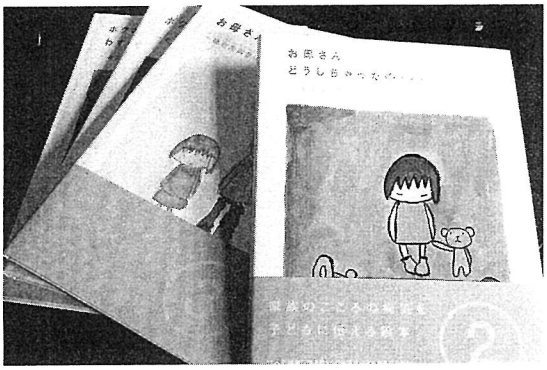
「とてもよくできていて、使わせてもらっています」と保健室に常備した学校がありました。一方で、教職員だけが見れるように置いた学校もあります。親がかかえる精神疾患について教職員が子どもと話題にすることは、慎重にせざるを得ないからです。「まずは周りのおとなが読んでみて、子どもの気持ちをくみとることから始めてもらえれば」と北野さん。

プロジェクトの「パート2」で保健室に届ける絵本は、うつ病と並んで多くみられる精神障害、統合失調症編の前編です。描かれているのは急性期の親を前にとまどう子どもの気持ちです。

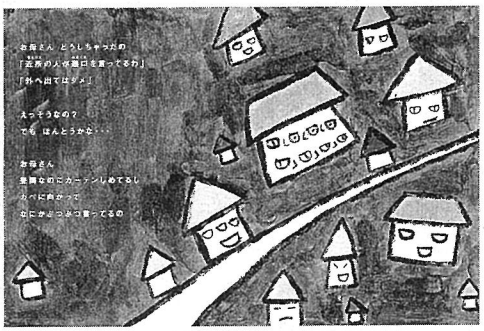
「おとなになった子どもたちが、それまでのつらさをやっと声に出せるようになってきました。絵本を通じて病気に対する理解が広がるよう、プロジェクトへのご支援をぜひお願いします」

◇

「絵本で届ける保健室あんしんプロジェクト パート2」の申し込みは26日（火）まで。詳細は「ぷるすあるは」のサイトで。



家族のこころの病気を子どもに伝える絵本。一番上の『お母さんどうしちゃったの… 統合失調症になったの・前編』が今回のプロジェクトで届けられます



お母さん 昼間なのにカーテンしめてるし カベに向かって なにかぶつぶつ言ってるの

「心配なこともお話していいんだよ」って お父さんが言った 「わかった」 私はお返事したの