こころ

健康のページ

がん遺児の心 継続的にケア

「AIMS」設立3年

女性アナの遺志継ぐ

がんで親を亡くした子どもの心をケアするNPO法人「AIMS（エイムス）」が設立からまもなく3年を迎える。6歳の一人娘を残し、43歳で亡くなった元NHKアナウンサーの小林真理子さんが設立を提案した。遺志を継ぎ、活動は少しずつ広がっている。（酒井麻里子）

小林さんが胃がんと分かったのは2011年4月。すでに卵巣や腹膜に転移したステージ4で、余命は半年と言われた。「何より心配なのが、幼い娘さんのことと話していました」。診断後に小林さんから相談を受けたカウンセラーの明治学院大名誉教授・井上孝代さんは振り返る。がんであることを娘にいつどのように伝えればよいか、自分が死んだ後、まだ十分に周りに思いを伝えられない娘の心のケアは――。

小林さんは、井上さんや実弟で弁護士の高井伸太郎さん、主治医、友人などに相談した。がんは日本人の死因1位。井上さんは「小林さんは自分と同じ思いの親は少なくないと考えました。とても聡明で、どんどん体が弱る中、自ら調べてアイデアを出すすごい人でした」と話す。

アメリカでは、重い病気で治療中の子どもや家族を精神的に支援する専門資格を設けるなど、悲しみのケアに関する取り組みが進むが、日本は十分とは言えない。病院所属のカウンセラーも増えているが、親の死後は子どもが病院に行くことがなくなり、継続的に子どもを支援することは難しい。

「子どもたちの心のケアが継続的にできないか」。そんなアイデアがまとまり、AIMSを設立した直後、小林さんは亡くなった。以来、井上さんと相談しながら、高井さんや小林さんの友人が中心になって活動を進めてきた。

現在は2か月に1度、がんで親を亡くした子どもが一緒に集まるプログラムを提供している。平均5人の子どもが参加。子どもたちとスタッフが自己紹介し、集まりの目的を確認する。話したくないことは話さなくてよいルールだ。

その後、プログラムの中心的な活動である遊びの時間になる。スタッフが常に見守るのが特徴だ。スタッフは皆、ハワイで子どもの心のケアを進める専門家の協力で悲しみのケアに関する養成講座を修了した。スタッフの役割は子どもの遊びを見守り、ただ受け止めること。例えば子どもが絵を描いた時は、「上手だね」ではなく、絵に描かれた通りにそのまま言葉で表現する。井上さんは「評価でなく、そのまま受け止めることが大切。そのことでお子さんは自分は一人じゃないと感じられるのです。安心と見守りの場が大切です」と話す。

井上さんによると、子どもは言葉で自分の気持ちを表せないことも多い。遊びを通じて表現できる安心・安全な環境を用意することが重要という。親の死について一切話さなかった子が会に参加して、自分から思い出話をするようになるなど、変化があるという。

会では、パートナーを失った親同士が語り合う場も提供している。代表の高井さんは「将来的にはがんになった親と子どもを生前からサポートしたい。多くの人に知ってもらい、参加してもらえれば」と話す。

AIMS代表の高井さん（左）と井上さん。継続的な子どもの支援活動をしている（明治学院大学で）

AIMS

法人名は、小林さんのお嬢さんの名前の一部と、目的という意味の英語「aim」からつけた。奇数月に子どもたちと親が集まるプログラムを行っており、次回は6日、次々回は9月28日の予定。参加には事前の申し込みが必要。問い合わせはホームページhttp://www.aims-japan.org