

## 活動報告

団体名	NPO 法人さくらネット
活動名	子どもたちの復興と災害にも強い熊本づくり応援プロジェクト
活動期間	2017年4月～2017年12月
活動の成果	<p>子どもたちに寄り添う大人を対象に、「心のケアと一体的に学べる防災学習」を実施しました。学校や地域の実情を踏まえ、体験しながら学べる防災イベント、対象者別の講演会、語り合う場づくりなど、方法を工夫しました。災害後のトラウマ・ストレス反応、それへの対応について知り、呼吸法や顔じゃんけん(筋肉弛緩法)などのストレスマネジメント、リラクゼーションについて体験しながら学べる機会を大切にしました。そのことで、子どもたちにとっては、自分の災害後の反応は自然な反応だったと理解する機会になり、安心感につながりました。子どもに寄り添う大人にとっては、トラウマ・ストレス反応が中長期的に見られる可能性があることを知り、継続的な見守り、寄り添いの大切さを理解するきっかけとなりました。また、災害について正しく知り、適切な対応について学ぶことで、地震に対して漠然とした不安感を持ち続けていた子どもたちが、家族で防災について考えようと意欲を持ち始めました。心のケアと防災学習について理解者が増えることにより、世代や立場を超えた大人同士の助け合いや、子どもたちの継続的な寄り添いにつながることを期待できます。</p>
寄付者へのメッセージ	<p>この度はご寄付いただき、誠にありがとうございました。</p> <p>適切な時期に震災体験を振り返ったり、表現活動(作文など)をしたりすることは、心の元気を取り戻すために必要なプロセスだと専門家の先生に教えていただき、「心のケアと一体的に進める防災学習」を軸に支援活動を展開してきました。自分の震災体験を安心できる空間で振り返り、その時のオモイなどを分かち合ったり、トラウマ・ストレス反応、それらへの対処法について学習したりしたことで、「心が軽くなった」「怖かったのは自分だけではないと知り、安心した」という声が聞こえました。また、災害について正しく知り、適切な対応について学ぶことで、不安感が小さくなり、「いざという時に対応できるように準備したい」と防災への意欲を持つ子どももいました。みなさんのご支援のおかげで、地元の方々と共に学び、考え、前に進む機会づくりを応援することができました。本当にありがとうございました。</p>

(活動のようす)

