HCニューズレター
No.22
Human Care News Letter
2021年4月 日本ヒューマン・ケア心理学会

新型コロナウイルスとヒューマン・ケア

コロナ禍とヒューマンケア

日本ヒューマン・ケア心理学会顧問　埼玉学園大学教授　小玉 正博

ここ一年における全世界的な大事件が新型コロナ感染症であるということは衆目一致した見解だと思います。そして、ようやくワクチン開発が軌道に乗ってきてはいますが、未だパンデミックの終息は見えていません。コロナ禍の今、いのちを守るという目的で「三密」を避けることが声高に叫ばれています。コロナ禍によって私たちは「移動できない不自由」「集まれない不自由」「人と会えない不自由」という、三つの不自由を強いられています。確かに「三密回避」という行為は、新型コロナ感染を防ぐことになるかも知れません。しかし、こうした規制は、長年私たちが紡いできた他者との関係性や身体的共鳴、共感といった「人としての実体」とのつながりを奪っている感覚があります。つまり、「三密回避」問題の根底には、私たちがこれまで強く意識することなく、無造作に行っていた寄り添うこと、ケアすることへの問い直しがあるのです。

ケアに関わる身として最重要な課題は「如何に人と直にふれるか」であることだとも言えます。コロナ禍がもたらしたインターネットによる「直にふれない」社会の登場は、これまでの人とのつながり方を変質させるのではないでしょうか。例えば、Zoomによって非対面でも仕事や授業ができるなど、私たちはインターネットの利便性と威力を目の当たりにしています。しかしその一方で、相手の体温や息づかいなど、感覚的、情緒的なかかわりや間合いがないがしろにされていく危なさも感じるのです。具体的には、病気の老親との面会が何ヶ月も叶わず、近親者や友人とも会えない、といった辛いディスコミュニケーション状況におかれているのです。WHOは「家族で集まらないことが最善策」とさえ主張している現状です。このことにより、私たちは他者とつながることの根源的意味を皮膚感覚で受けとめることができました。つまり、私たちは知的なデジタル情報だけでは人間的満足を得られないということを実感させられているのです。今回のコロナ禍は人間の動物性、つまり、仲間や家族がごちゃごちゃとたむろして過ごすということの意味を再認識させたのです。

ミシェル・フーコーは、人々の生命や生活の隅々まで介入していく権力を「生権力」と呼んでいます。三密を巡る「自粛警察」の出現は、私たちが進んで「生権力」の担い手として人と人を分断する役割を担っている姿なのです。人々が監視し合うという行為も否定的ではあるが、一種のケア行為とも言えるでしょう。なぜならば、コロナ感染者と関わらざるを得ないケアワーカーはその家族も含めて、周囲からは感染者同様の監視対象として気遣われていると感じられるからです。違いがあるとすれば、ケアワーカー側には人々のいのちの責任性があるのに対して自粛警察側にはそれがないという点です。いずれにしても、三密回避の問題が私たちケアに関わる者に突きつけたのは、人と繋がる喜びや触れる必要性という、人本来のケアの自由と責任性が奪われているということではないかと思います。



日本ヒューマン・ケア心理学会顧問
埼玉学園大学教授
小玉正博先生

東北大学における新型コロナウイルスに対する学生支援

東北大学教育学研究科　安保　英勇

東北大学では、新型コロナウイルス感染症への学生支援として令和二年四月二十三日「東北大学緊急学生支援パッケージ」を発表した。予算規模は四億円に上る大規模なものである。他大学と共通するものも多いと思うが、その概要を学習・生活面と経済面に分けて記す。

1　学習・生活支援

(1)　オンライン受講のための機器支援

東北大学ではいち早く、オンラインで授業を行うことを表明したが、一方で通信環境が不十分である学生も把握されていた。このため、Wi-fiルーターとpcを用意し、希望学生全員へ貸与している(約三〇〇台)。

(2)　学生ピアサポーター制度

新入生は対面でのオリエンテーションが無いまま大学生活をスタートすることとなり、不安が大きいと推察された。従来、教員がアドヴァイザーとしてケアしていたがこれ以外に、上級生をサポーターとして採用しオンライン上で面談し、種々の相談に応じられるよう制度を設けた。同一学部で学年構成の異なる上級生三名と新入生三名という六人グループが、基本的な構成である。週一度、一時間程度、オンラインでミーティングをし、学生生活に関する質問に応じ、ゲームなどを通じて対人交流の機会とした。結果的に二二九〇名が採用され、これは、アルバイト収入が減少した上級生への経済的支援を兼ねている。

(3)　専門家によるオンライン相談

学生相談、特別支援、キャリア相談、などの相談部門は、学生の相談ニーズに対応するため、また二七〇〇名と推察された県外在住学生のためにオンライン相談の仕組みを構築した。

2　経済支援

(1)　緊急給付型奨学金

困窮度に応じて最大五万円が三六〇〇名余りに支給された。

(2)　オンライン授業エキスパートTA

オンライン授業は学生のみならず教員にとっても戸惑いが大きいものであり、これを支援する制度を設け、学生を一〇〇名程度雇用し、経済的支援とした。

以上、主に令和二年度の前期に行われた東北大学における学生支援を紹介した。これらは大学全体の支援であり、このほかにも部局独自の支援も存在する。手厚い支援といえると思うが、我々が東北大学生を対象として令和二年八月に行った調査では、平均で一五%、学年によっては三〇%を超える者が、自記式のスクリーニングテストで重度の鬱と判定された。今後とも、この比率の推移をモニターしつつ、必要な支援をタイムリーに行えるようにしていきたい。

国内のリプロダクティブヘルス／ライツに関する動き

信州大学医学部保健学科　中込さと子

WHOのパンデミック宣言から半年以上もの間、SARS-CoV-2感染拡大が続いています。生命が脅かされるばかりでなく、経済活動への打撃、外出自粛により、職場や保健医療福祉サービスや教育が短時間化、オンライン化となり人々のつながりも希薄化しました。本学会員はそれぞれヒューマンケアの視点での喫緊の課題に取り掛かっておられることでしょう。

ここでは私(助産師)が関わるリプロダクティブヘルス／ライツの問題についてご報告します。

リプロダクティブヘルス／ライツ(性と生殖の健康と権利)として保障されるべきことは、①男女が平等にリプロダクティブヘルスを享受する権利、②性行為の可否、妊娠・出産の時期、子どもの数を決定する権利、③性と生殖に関する自己決定に必要な情報や手段を入手する権利、④性暴力や性的抑圧を受けない、性的プライバシーを保護される権利、などです。

コロナ禍で、無防備な性交渉後の妊娠相談、思春期女性の中絶、夫婦間暴力、虐待件数が増加しています。WHOはパンデミック宣言後、緊急避妊ピルや中絶ピルは安全で必要な薬剤であるとし医療機関の受診をせずに提供(郵送も可)すべきであると表明しました。日本の場合、オンライン診療は開かれたものの、諸外国に比して薬が高額であり、本当に困っている人々に届きません。また、人工妊娠中絶については国際的には中絶ピルが普及しているにも関わらず、日本は医師による子宮内掻爬法が主流で、この問題もクローズアップされています。ピルが容易に入手できない背景に「刑法の堕胎罪」の存在があります。国連・女性差別撤廃委員会は、日本に対しセクシュアル・リプロダクティブ・ライツ等に関する処罰規定等を見直すよう勧告しています。九月二十八日はInternational Safe Abortion Dayであり、私も賛同人の一人としてオンライン会議に参加しました。

さらにコロナ禍の間、棚上げされてきたNIPT(非侵襲的出生前遺伝学的検査)(厚労省)、PGT-A,PGT-M(着床前染色体および遺伝学的検査)(日本産科婦人科学会)に関する検討会も再開されました。検討委員の一人として、当学会の皆様にも関心を寄せていただきたくお願いいたします。

セルフ・コンパッションとCOVID-19

東京成徳大学　石村　郁夫

現在、COVID-19は全世界で未曽有のパンデミックとなっており、二〇二一年一月現在、死者数は二〇〇万人を超え、まさに人類が困難に直面しています。ワクチンが開発されるものの、すぐにより感染力の強い変異種が見つかり、状況の収束への見通しが立たなくなっております。それだけでなく最前線で働いている医療従事者も消耗戦になっており、今まで人類が経験したことのない試練に直面しております。

〈私たちの抱えた試練〉

私たちはこうした試練に際して、誰しもが見通しを立てられなくなり不安になります。感染予防のためのソーシャルディスタンスにより人とのコミュニケーションが限定されます。世界保健機構（WHO）がCOVID-19は医療従事者の精神的健康へ悪影響を及ぼすと警鐘したように、医療従事者は不眠不休により身体的健康が阻害され、精神的にも追い込まれているのが現状です。例えば、ここ最近の研究ではスペインの医療従事者では共感疲労やバーンアウトは中等度・重度を示しており（Ruiz-Fernández, et al., 2020）、イタリアでは最前線でCOVID-19の治療にあたる医療従事者は二倍心理的サポートを求めていることが示されています（Trumello, et al., 2020）。こういう試練を目前にすると、人は精神的に追い込まれ、孤立化しやすく、罪悪感や落ち込みなどで自分を責めるようになるのも事実です。

〈この試練をどう乗り越えるのか〉

この試練が引き起こす悲劇に役立つ考え方は、わたしの専門であるセルフ・コンパッションです。わたしが翻訳したクリスティーン・ネフ博士の『セルフ・コンパッション』（金剛出版）がヒントになると感じています。ネフ博士はセルフ・コンパッションをマインドフルネス、人の普遍的体験、自分へのやさしさの三つの要素から構成されていると定義しました。そこでのマントラを紹介します。

「今は、苦しみのときである。（マインドフルネス）」

「どんな人でも苦しみや悩みがある。ひとりぼっちではない。（人の普遍的体験）」

「少しだけ自分に思いやりを向けてもよいだろうか。（自分へのやさしさ）」

いかがでしょうか？このCOVID-19で苦しんでいる方にこころよりお見舞い申し上げるとともに、この試練を皆さんとともに乗り越えていければと思っております。

私の研究領域とコロナ禍にある大学生について

京都大学大学院経済学研究科　北田　雅

京都大学大学院経済学研究科の北田雅と申します。

私は現所属におきまして、二〇十九年より学部・研究科の学生相談室を開室させていただいています。学部生・大学院生、及びその保護者との面談業務や、教員・職員の方々との意思疎通を通じ、学部学生・大学院生の学業上・学生生活上の問題の低減を図っています。また、全学のカウンセリングルームとも連携し、学生のメンタルヘルスの維持・向上に努めています。更に、研究科長補佐として、学生定員適正管理のための研究開発を推進しています。国公立・私立を問わず、現在全ての大学において、学生定員の適正管理は喫緊の対策が必要な非常に重要な問題となっています。私は留年問題を取扱っており、留年傾向を示す学生の特性や、留年傾向を示す学生の早期抽出法について、学生の包括的な出欠・成績情報である「教学データ」を用いた研究を行っています。こうした教学データを用いた研究は、本邦においては目新しい研究分野であるInstitutional researchに分類されます。

コロナ禍においては、大学生もまた大きな影響を受けています。本学部の今年度新入生は、オンライン授業への出席率は良く課題提出もほぼこなしており、今のところ修学上大きな問題を抱える学生は目にしていません。一方で、例年五月の連休前には新入生の九割が部やサークルに所属しますが、今年は二割弱と、先輩や同級生との交流の機会が大幅に少なくなり、学生生活に例年とは大きな違いが生じています。全学年に目を向けると、前期においては休退学者の増加傾向はありませんが、オンライン授業による学習意欲の低下への影響が考えられる学生が散見されているため、連絡を密にする等、対応が必要と考えています。

新入生は、SNSによる交流を中心とした初年度となってしまいました。これが、今後どのような影響を及ぼすのか、修学状況や大学生活に注視する必要があると考えています。

日本ヒューマン・ケア心理学会学術集会
第22回大会・研修会のお知らせ
〈ヒューマン・ケアから考えるしあわせ〉

2021年度の学術集会および研修会を下記の通り、同時開催いたします。
詳細はHPをご参照ください。

開催日程：2021年7月3日（土）～17日（土）
開催方法：オンデマンド

大会テーマ：「ヒューマン・ケアから考えるしあわせ」

・基調講演
「しあわせのメカニズム」
講　師：前野隆司先生
（慶応義塾大学大学院システムデザイン・マネジメント研究科・教授）

・シンポジウム
「しあわせを生み出す力」
玉置妙憂先生
（一般社団法人大慈学苑 代表理事・看護師・僧侶）他2名

・研修会テーマ
「対話の力：生きること、死ぬことをめぐるヒューマン・ケア」
講　師：田村恵子先生
（京都大学大学院医学研究科 教授・がん看護専門看護師）
ゲストスピーカー：玉置妙憂先生
（一般社団法人大慈学苑 代表理事・看護師・僧侶）

第二十二回　大会準備委員会委員長
山崎登志子（広島国際大学看護学部学部長・教授）

編集委員会より

機関誌「ヒューマン・ケア研究」は年二回発行しております。
論文の投稿は随時受け付けておりますので、積極的な投稿を期待しています。執筆要項・編集規程は学会のホームページに掲載しておりますので、ご参照ください。ご不明な点などは下記機関誌編集事務局までお願いいたします。

Web担当からのお知らせ

学会のWebサイトは、下記の通りです。
http://www.j-hc.jp
なお、現在会員向けに限定したサービスとして「ヒューマン・ケア研究」に掲載されている原著論文（2000-2019No.1）のPDFが学会Webサイトからダウンロードできるようになっております。ご利用の際には以下のIDとパスワードを入力する必要があります。また、このパスワードは会員以外にはお知らせにならないようお願いします。
ID:HC2021　パスワード:Y4i10t
（Web担当　羽鳥健司）

編集後記

新型コロナウイルスが我が国に入ってきてから変化した生活習慣が、徐々に当たり前の行動として定着しつつあります。もはやこのウイルスには、打ち勝つのではなくて、上手に共生していく（これこそが「打ち勝つ」ことを表すのかもしれません）ための道を模索していく必要があるように個人的には感じています。

今年度は、本学会が創設されてから、初めて学術集会が実施されない年となりました。これに伴い、今号のニューズレターでは、これまでとは記事の趣が大分異なっております。各ご専門の立場から、新型コロナウイルスとの向き合い方や対処方法をご紹介いただきましたが、どれも勉強になるものばかりです。来年度は、広島国際大学の山崎登志子先生のもとで、学術集会第二十二回大会が開催されます。皆様と再会できることを本当に楽しみにしております。

（広報担当　羽鳥健司）

学会事務局および機関誌編集事務局の連絡先は次のとおりです。

●学会事務局
〒114-0033　東京都北区十条台1-7-13
東京成徳大学　石村郁夫研究室気付　日本ヒューマン・ケア心理学会事務局
Tel & Fax: 03-5948-4478
E-mail: office.humancare@gmail.com

●機関誌編集事務局
〒980-8576　宮城県仙台市青葉区川内27-1
東北大学大学院教育学研究科　安保研究室気付
「ヒューマン・ケア研究」編集委員会
Tel & Fax:　022-795-6149
E-mail:　amb@sed.tohoku.ac.jp