

私たちのセンターでは 電話相談のほかに…

面接相談

子ども・保護者に対して相談員による相談や公認心理師によるカウンセリングを行っています。

直接的支援

自宅訪問、警察署・検察庁・裁判所等への付添いを行っています。

※これらの支援は、ご相談の状況に応じて行っています。

- 相談・支援は、専門的訓練を受けた相談員が行っています。
- ご家族などからのご相談も受け付けています。
- 秘密は厳守されますので、安心してご相談ください。
- 相談・支援は無料です。



当センターは 「犯罪被害者等早期援助団体」 です

東京都公安委員会により、被害者支援を適正かつ確実に行うことができる法人として、「犯罪被害者等早期援助団体」に指定されています。

警察が支援を必要と判断した場合、被害者やご家族の同意を得て、当センターに支援要請が入ります。これにより、事件直後の速やかな支援が可能となっています。

なお、役職員には守秘義務があります。

- ◆ 東京都と協働し、センター内に「犯罪被害者等のための東京都総合相談窓口」を設置しています。

犯罪被害者等のための東京都総合相談窓口

公益社団法人
被害者支援都民センター
Victim Support Center of Tokyo

☎ **03-3222-9050**

(多摩地域 042-506-1042)

相談・支援
無料

FAX 03-3222-9053 *相談者の秘密は守られます

電話受付時間 ※祝日・年末年始を除く

月	火	水	木	金	
●			●	●	9:30~17:30
	●	●			9:30~19:00



メール相談

親しい人をなくした 子どもを支えるために



東京都公安委員会指定 犯罪被害者等早期援助団体
東京都総合相談窓口

公益社団法人
被害者支援都民センター

家族や親しい友達など、
身近な人を亡くしたとき、
子どもにどのように説明し、接すればよいのでしょうか？

子どもは、死について大人とは違った
受けとり方をすることがあるので注意が必要です。
子どもの発達や理解に合わせて
接することが大切です。

家族で安心して過ごせる工夫を

親しい人の死に接した後は、いつもより一緒にいる時間を増やしてあげましょう。
幼い子どもの場合は、なでたり、抱きしめたり、スキンシップを多めにしましょう。
赤ちゃん返り(退行)といってそれまでできていたことができなくなったり、甘えてくることがあります。

遊びの中で表現する

人が亡くなる場面、病院やお葬式の様子などを繰り返し、遊びの中で表現することがあります。本人や周りの人を傷つけたりするおそれがない限り、止めたりしないで見守ってあげてください。

子どもから話してきたら…

子どもから話してきたら、感じていることや心配なことを、穏やかに聞いてあげましょう。

子どもが質問してきたら、その子どもが分かる言葉で説明します。情報不足によりわからないことは、丁寧に「今はわからないけれど、正確なことがわかったら、後で説明する」と伝えます。

感情的になったり、泣いたりしたら…

親しい人が亡くなれば、悲しみや寂しさを感じるのは当然のことです。無理に止めたりしないで、一緒にいて、受けとめてあげましょう。
嫌がらないようなら、そっと抱きしめる、背中をさするなどして、安心して気持ちが出せるようにするとよいでしょう。

子どもを責めないで…

わざと明るく振る舞ったり、ふざけてしまう子どももいます。大切な人の死が大したことでないかのような言い方をすることもありません。あるいは「自分のせいで死んでしまった」と思い込む子どももいます。「その人の死は、あなたのせいではない」ということを言葉で伝えるようにしましょう。

「死」について説明する

死について説明すること、事実を知ることは、回復の助けになります。死者は生き返らないこと、今までと同じようには会えないことを説明します。喪失について扱った絵本を使って説明するのもよいでしょう。子どもが死について話したがっている時には耳を傾けてあげましょう。

追悼の場に参加する

お通夜や葬儀など、儀式に参加することは大切です。追悼の場に慣れない場合は、振る舞い方や儀式の意味を説明してあげましょう。儀式に参加することで、気持ちが不安定になることがあるかもしれませんが、今、その人は苦しんでいないこと、みんなが寂しく、悲しい気持ちであることなどを話すとよいでしょう。故人とのいろいろな思い出が話せるようになると、自然に悲しみを乗り越えていくプロセスになります。

- *葬儀への参加は家族や遺族の意向を考慮する必要があるかもしれません。
- *この時期は周囲の大人にとっても、辛く苦しいときです。無理せずにご自分の気持ちを大切にしてください。大人も周囲から助けをもらう姿をみせることで、子どももサポートを受ける気持ちになることもあります。

思春期の場合

- *話をしたがるらない、何事もなかったかのように振る舞う、ゲームやインターネットに夢中になるなどで、何とかやり過ごそうとすることがあります。
- *周りの大人が、あなたを心配していること、いつでも話を聞くことを伝えましょう。

