

巻頭インタビュー

異文化の壁を乗り越える「鍵」
～外国出身女性のメンタルヘルス
研究から見えてきたこと～

一橋 玲香さん

宮城県七ヶ浜町出身
東北大学大学院教育学研究科特任助教
臨床心理士



「MIA日本語ボランティアセミナー」で講義する一橋さん

今回の倶楽部MIAは、結婚して日本に移住した外国出身の女性のメンタルヘルスをテーマに研究を続けている一橋さんのインタビューです。

——心理学に興味を持たれたきっかけがユニークだと伺いました。どんなきっかけか教えていただけますか？

高校生の時にたまたま見たテレビ番組がきっかけになりました。その番組では、外国の呪術者の非科学的な治療を受けた人が満足をしていて、自然科学では捉えきれない世界があると感じて強く惹かれました。そこで、大学では人間の心と行動を研究する心理学を勉強しようと思いました。

——ただ、東北大学進学後は文化人類学をご専攻されたそうですね。

希望が叶わず、第二志望の文化人類学を学ぶことになり、学部、大学院修士課程ともにフランスの結婚と家族をテーマに研究しました。通算2年、フランスに留学もしています。修士課程修了後は、フランス語の語学力を活かしたいと思い、東京の旅行会社に就職しました。3年働いて結婚を機に宮城に戻ることになった時、以前から興味があった心理学を学んで臨床心理士になろうと決めました。同時に、文化人類学を専攻していた頃から関心があった結婚と家族の問題について、心理学的なアプローチで研究しようとも考えました。

——結婚で日本に移住した外国出身の女性のメンタルヘルスを特に研究対象に選ばれたのは、どうしてでしょう？

彼女達の精神的な強さに魅力を感じ、その強さがどこから来るのか知りたかったからです。東北地方は、在住外国人に占めるそうした女性の割合が高いと言われ、散在して地域社会の中で暮らしているという特徴があります。自分の留学生生活を振り返っても、価値観の違う社会で生きるのは大変なはずなのに、彼女達はたくましく乗り越えていて、すごいと思っています。

——2度目の修士課程は山形大学、博士課程は東北大学の大学院で研究生活を送られました。どんな研究をされたか教えて下さい。

東北地方では1980年代以降、農漁村部での嫁不足を背景に、外国人女性の国際結婚が急増しました。私は、このような女性達のもとを訪れたり、MIAでインターンをしていた関係からそのネットワークを活用させていただいたりして、結婚移住女性達が過去にどんなストレスを抱え、どう乗り越えたのかなどを調査しました。また、海外の同様の研究を調べてまとめたり、それらと自分の研究結果を比較したりもしました。

——通算6年に渡る研究からは、何が見えてきたのでしょうか？

異文化適応の「鍵」が見えてきました。重要なのは、家庭の外とのつながりでした。出産や育児で知り合った日本人の「ママ友」との交流やPTA活動を通じて、女性達は日本語の語学力やコミュニケーション力を身に付けます。そうして培われた力が、異文化への理解を深め、地域で長く暮らす土台となることが分かりました。一方、気になる結果としては、海外と比べてそうした女性達の精神的な健康状態は悪くはないけれど、中には抑うつを訴える人々がいること、また研究の一環で行った全国の外国人相談窓口の相談員への調査から、精神的な不調を抱える人の対応に苦慮しているケースが少なくないことも分かりました。

——全国各地の外国人相談の相談員研修で講師を務められるなど、ご自分の研究成果を活かした活動を展開していらっしゃいます。

これまでに、宮城、山形といった東北地方のほか、広島、兵庫、三重などでも講師を務めました。研究で明らかになった日本の外国人相談の傾向や特徴をご説明したり、傾聴の基礎や精神的な不調を抱える相談者への適切なアプローチの仕方をご紹介したりしています。どの地域でも、相談員の方々は他の地域の相談の事例や困難な事例への対応方法に強い関心を持っていらっしゃいますので、今後も有用な情報を提供していければと考えています。

——今年2月に当協会が主催した「MIA日本語ボランティアセミナー」で講義をされるなど、専門外の方にも活躍の場が広がってきています。

異文化適応に関する基礎知識をご説明したほか、設定した小さな目標を順に達成することで成功体験を積み、学習目的を達成する「スモールステップ」という心理学の手法をご紹介しました。参加者には具体的な学習者像を提示し、班別にその手法を用いた学習計画を立てていただきました。初めての試みでしたが、参加者が意欲的に課題に取り組んで下さり、手応えを感じました。

——今後の目標を教えてください。

日本人の夫や姑など、外国出身者を受け入れた日本人側の変化に着目した研究を進めたいと考えています。大きな目標もあります。日本人の中にも現在、社会の様々な「小さな異文化」が原因で精神的な不調をきたす方々が多くいます。自分の研究をそのような日本人の問題に何らかの形で応用し、日本人全体のメンタルヘルスの向上に役立たせることができると考えています。

このコーナーでは、県内の国際活動団体の2017年6月～7月の活動予定をご紹介します。

MIAイベントカレンダー

2017	6	S	M	T	W	T	F	S	7	S	M	T	W	T	F	S
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	1

※●はイベント開催予定日です。詳しい内容については以下でご確認ください。

アイコンの見方 主催 会場 時間 申し込み 参加費 電話 FAX Eメール HP ホームページ

6月 JUNE

6～7月 第2・第4木曜
英会話・ボランティア松島観光ガイド養成講座
 ● 松島善意通訳者の会
 松島町勤労青少年ホーム
 【英会話入門・初級】13:30～15:30
 【ボランティアガイド養成講座】15:30～17:00
 ● 要(電話・メール)
 ● 無料、教材は自己負担
 ● FAX 022-354-3678(大浦)
 ● hoshido_mutsuo@ybb.ne.jp
 ● http://www.geocities.jp/matsushim
 agw

6～7月 第3水曜日
申請取次行政書士による外国人のための入管手続無料相談会
 ● 宮城県行政書士会
 仙台市青葉区役所 4階 市民相談会会場
 13:00～16:00
 ● 電話受付または予約なしでもOK
 ● 無料
 ● 022-261-6768
 ● FAX 022-261-0610

4・11・16・25日
瑞巖寺ボランティアガイド
 ● 松島善意通訳者の会
 瑞巖寺
 10:00～15:00
 ● 不要、現地へ直接
 ● 入場料700円は自己負担
 ● FAX 022-354-3678(大浦)
 ● hoshido_mutsuo@ybb.ne.jp
 ● http://www.geocities.jp/matsushim
 agw

4・11・16・25日
円通院ボランティアガイド
 ● 松島善意通訳者の会
 円通院
 入場料300円は自己負担
 ● FAX ● HP
 ※瑞巖寺ボランティアガイドと同じ

3日
ユニセフのつどい
 ～早川千晶さんアフリカトーク&ライブ
 ● 宮城県ユニセフ協会
 仙台市戦災復興記念館(仙台市青葉区大町2-12-1)
 13:30～15:30
 ● 要(電話・FAX・メール)
 ● 無料
 ● 022-218-5358
 ● FAX 022-218-3663
 ● sn.municef_miyagi@todock.jp

● http://www.unicef-miyagi.gr.jp
3日
シャプラニール全国キャラバン講演会
「羽ばたけ、家事使用人の少女達」
 ～バン格拉デシュで家事使用人として働く少女たちの現状
 ● シャプラニール仙台・ポンドゥの会
 ● 日本基督教団東北教区センターエマオ
 14:00～16:00
 ● 要(電話・メール)
 ● 300円
 ● 090-3759-5904
 ● FAX 022-377-1407
 ● yokohara0131@jcom.home.ne.jp

18日
歩いて巡る地域歴史散策～第40回仙台三十三観音巡り～第三行程 26番札所～33番札所
 ● NPO法人楽遊ネットワーク宮城
 集合場所:
 ①JR南仙台駅前1番バス乗場前
 ②第31番札所「落合観音堂(四郎丸)」内
 8:45集合 9:00出発～15:30頃解散
 ● 要(電話・FAX・メール)
 ● 一般2,500円 楽遊ネット会員2,000円(小冊子・保険込)
 ● 022-261-9869
 ● FAX 022-261-0546
 ● eikaiwa.usaclub@dream.ocn.ne.jp
 ● http://www.eikaiwa-sendai.jp/rakuyuu.html

24日
韓国料理教室
 ● 韓国料理仙台チーム
 仙台国際センター 研修室B
 10:00～13:00
 ● 要(電話・FAX) ※6月22日締切
 ● 1,000円
 ● 022-251-5115、
 または080-5009-4181
 ● FAX 022-251-5115
 ● k.s.5482@ezweb.ne.jp

24日
ガーナ協力隊活動と東日本大震災
 ● 宮城県ユニセフ協会
 日立システムズホール仙台(仙台市青年文化センター) 3階 エッグホール
 10:30～12:00
 ● FAX ● HP ● ※6月3日と同じ

25日
七夕交流会
 ● 日本伝統文化の会
 (公財)仙台観光国際協会
 仙台国際センター会議棟
 1階 交流コーナー 研修室
 12:00～15:00

● 交流コーナーカウンターで6月1日(木)～6月24日(土)前売り券販売
 ※先着順の券もあり
 ● 【共通券(煎茶・抹茶・折り紙・書道)】
 前売り券200円/当日券300円
 【いけばな券】
 300円※前売り券のみ、先着24人
 【ゆかた着付け券】
 300円※前売り券のみ、先着20人
 ● 022-268-6260
 ● FAX 022-268-6252
 ● h-ishigaki@sentia-sendai.jp
 ● http://www.sentia-sendai.jp/

7月 JULY

2・9・16・17・21・30日
瑞巖寺ボランティアガイド
 ● 松島善意通訳者の会
 ● FAX ● HP
 ※6月の瑞巖寺ボランティアガイドと同じ

2・9・16・21・30日
円通院ボランティアガイド
 ● 松島善意通訳者の会
 ● FAX ● HP
 ※6月の円通院ボランティアガイドと同じ

1日
2017 第15回七夕会 OKバジ講演会
「支援の先にあるもの」
 ● 七夕会
 仙台国際センター 1階 交流コーナー 研修室
 12:50～15:50
 ● FAX 022-274-6451(後藤)
 0220-22-4283(桜井)

20日
イスラームの死生観
 ● アフリカ・セミナーの会
 仙台国際センター 研修室
 10:00～12:00
 ● 不要
 ● 1,000円
 ● FAX 022-362-7907

22日
日本語を母語としない子どもと親のための進路ガイダンス
 ● 日本語を母語としない子どもと親のための進路ガイダンス実行委員会
 仙台国際センター 1階 交流コーナー 研修室
 13:00～16:30
 ● MIAまで電話またはメール
 ● 無料
 ● 022-275-3796

お知らせ

「倶楽部MIA」、「MIA多言語かわら版」(日・英・中・韓・ベトナム・インドネシア)の最新号及びバックナンバーは、WEB上でご覧いただくことができます。

倶楽部MIA

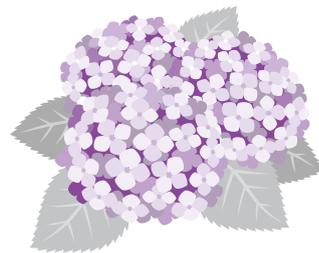
検索

✉ mail@mia-miyagi.jp
🌐 http://shinro-miyagi.jimdo.com/

29日

夏休みユニセフ教室
「親子で参加する外国コイン仕分け活動」
👤 宮城県ユニセフ協会
📍 みやぎ生協文化会館ウイズ
(仙台市泉区八乙女4-2-2)

🕒 10:00~14:00
☎ 要(電話・FAX・メール)
※7月10日締め切り、7月13日抽選結果お知らせ
💰 ¥500円/人(昼食代:カレー&ナン)
☎ 022-218-5358
FAX 022-218-3663
✉ sn.municef_miyagi@todock.jp
🌐 http://www.unicef-miyagi.gr.jp



ライブラリー

ライブラリーのコーナーで紹介されている図書は全て貸し出しまたは当協会図書資料室で閲覧可能です。

「平成28年度日本語教育能力検定試験 試験問題」 著作・編集:日本国際教育支援協会 発行:凡人社

日本語教師としての能力を測る試験「日本語教育能力検定試験」の昨年度の実際の試験問題です。同試験は、日本語教育の専門家として基礎的な知識・能力を備えているかを測るもので、毎年1回実施されています。

日本語教師には国家資格はないので、この試験に合格しても公的な資格を得られるものではありませんが、日本語教育についての専門知識を測る試験として広く認知されており、日本語学校などに就職する際の採用条件の一つとなっていることが殆どです。

本の巻末には受験者数や合格者数などの実施状況が掲載されています。昨年度の受験者数は全国で約5千人、合格率は約24.9%となっています。

MIAライブラリーには、この本のほか、試験の傾向と対策の解説本や問題集などもありますので、ご興味のある方はお立ち寄りください。



JICA東北からのお知らせ

所在地 〒980-0811 仙台市青葉区一番町4-6-1 仙台第一生命タワービル20階
TEL 022-223-4772 FAX 022-227-3090 E-mail thictpp@jica.go.jp
JICA東北ホームページ <http://www.jica.go.jp/tohoku/>

※JICA=独立行政法人国際協力機構(開発途上国に対する総合的な二国間援助機関で、技術協力・有償資金協力・無償資金協力を行っています)

自分たちと世界のつながりを感じてみませんか?~開発教育支援事業のご紹介~

私たちが口にしている食物、身につけている衣類、生活に必要なエネルギー等、暮らしに必要な物や情報が世界と密接に関係していることをご存知ですか?世界で起こっている様々な問題や課題に対して、私たちは一人一人が「自分ごと」として捉え、現状に目を向け、自分に出来ることを考え、行動を起こす必要があります。JICA開発教育支援事業では、学校や地域において世界とのつながりを知り、考えるための様々なプログラムをご用意しております。自分たちでできることは何か考えるきっかけづくりとして、JICA開発教育支援事業を活用してみませんか?

★JICA国際協力中学生・高校生エッセイコンテスト2017 募集開始!★

本コンテストは、次の世代を担う全国の中学生・高校生を対象に、開発途上国の現状や開発途上国と日本との関係について理解を深め、国際社会の中で日本、そして自分たち一人一人がどのように行動すべきかを考えることを目的として実施しています。

時事問題や海外の方との交流を通してご自身が感じたことを、エッセイを通して伝えてみませんか?中学生・高校生の皆さんからの多数のご応募を、心からお待ちしています。

■募集期間: 2017年6月9日(金)~9月11日(月)

■募集テーマ: 世界の人々と共に生きるために
~私たちの考えること、出来ること~

■応募締切: 2017年9月11日(月)

■応募資格: 2017年6月時点で中学生、高校生であること

■問合せ先: 公益社団法人 青年海外協力協会内
JICA国際協力中学生・高校生エッセイコンテスト全国運営事務局
TEL: 03-3556-5926(直通)
詳しい情報は、『JICA地球ひろばホームページ』をご覧ください!
JICA地球ひろば: <https://www.jica.go.jp/hiroba/index.html>

★国際協力出前講座★~JICAボランティア経験者・JICAスタッフから開発途上国の体験談を聞いてみよう!~

開発途上国で国際協力に関わってきたJICAボランティアOVやJICAスタッフが皆さんの学校や地域で開発途上国での異文化体験、ボランティア活動、国際協力についてお話しします。実施日程、内容に合わせて派遣講師を選定いたしますので、まずはお気軽にご相談ください。過年度実施の様子はこちらからご覧いただけます。
JICA東北開発教育支援事業ホームページ:
<https://www.jica.go.jp/tohoku/enterprise/kaihatsu/demae/index.html>



高校での出前講座の様子

★訪問学習★~国際協力の仕事内容を聞いてみよう!~

JICAスタッフが開発途上国での体験談や国際協力について分かりやすくご紹介いたします。JICA東北に来てみませんか?

■国際協力出前講座・訪問学習に関する問合せ先:
JICA東北支部 市民参加協力課 出前講座・訪問学習担当
TEL: 022-223-4772 FAX: 022-227-3090
E-mail: thictpp@jica.go.jp

MIA情報便



このコーナーでは、MIA宮城県国際化協会の最近の動きをお知らせいたします。
いずれの件も、お問い合わせは ☎022-275-3796 ✉mail@mia-miyagi.jp まで。お気軽にどうぞ。



多言語での相談に応じています! 「みやぎ外国人相談センター」 022-275-9990

MIA内に開設されている「みやぎ外国人相談センター」では、県内に暮らす外国人からのさまざまな相談に多言語で応じています。何か困ったことがあったら、お気軽にお電話ください。

- 対応言語：中国語・韓国語・英語・タガログ語・ベトナム語・
ネパール語・インドネシア語・ポルトガル語・日本語
対応日時：月曜日～金曜日 9:00～17:00
◎日時、言語によっては、三者通話電話を利用しての外部スタッフによる対応になります。
◎各種相談窓口で外国人に対応する際に、三者通話電話を利用して通訳をすることもできます。



日本語を母語としない子どもと親のための進路ガイダンス

高校入試の仕組みなどを解説したり、学校の先生方が個別に相談に応じたりする「進路ガイダンス」が今年も開催されます。

- ◎日時 7月22日(土) 13:00～16:30
◎場所 仙台国際センター 1階 交流コーナー 研修室
(仙台市青葉区青葉山無番地)
◎主催 日本語を母語としない子どもと親のための進路ガイダンス実行委員会
◎共催 宮城県国際化協会(MIA)
仙台観光国際協会(SenTIA)
※中国語、韓国語、英語などの通訳付き。

詳しくは実行委員会のウェブサイトをご覧ください、MIAまでお問い合わせください。

- ◎日本語を母語としない子どもと親のための進路ガイダンス実行委員会
<http://shinro-miyagi.jimdo.com/>
◎宮城県国際化協会(MIA)
TEL : 022-275-3796
E-mail : mail@mia-miyagi.jp

MIA法人賛助会員ご紹介コーナー

株式会社河北新報社(本社・仙台市)



2015年ツール・ド・東北のエイドで休憩するケネディ大使

河北新報社は東北6県をエリアに日刊紙を発行し、今年で創刊120周年を迎えました。社是に「不羈独立」と「東北振興」を掲げ、地域に密着した報道を続けています。

紙面では、さまざまな国際理解の情報を提供しています。ことし4月の夕刊では、週一で「社の都の世界人」を連載しました。生活習慣や宗教などの壁を乗り越えて、さまざまな分野で活躍する8カ国の方々を紹介しました。カザフスタン、バングラデシュ、ベトナムなどの留学生らに登場してもらいました。

朝刊の「社説・声」のページでは昨年10月から、米国、ドイツ、韓国、ブラジル、中国の5カ国在住の東北ゆかりの方々に各国の事情や話題を寄稿してもらっています。職業は、弁護士、フリーライター、公務員、コラムニスト、会社員とさまざま。社が設置した「読者と考える紙面委員会」で委員の一人から「国内の日常生活では得にくい新たな視点を提供してくれる」と評価をいただきました。

新聞発行以外の仕事の一つに文化やスポーツなどの催しの主催があります。東日本大震災の発生から2年後の2013年に、被災地の復興に寄与しようと、ヤフーとの共催で始まったツール・ド・東北では、キャロライン・ケネディ駐日米大使(当時)が14年から3年連続で出走したり、台湾の自転車専門雑誌の記者が取材に訪れたりし、国際交流にも貢献しています。

東日本大震災関連では、英文写真集発行、写真パネル展の海外開催など、世界に向けた情報発信にも取り組んでいます。



賛助会員募集

MIA(公財)宮城県国際化協会は、県民参加の幅広い国際交流を進め、人と人との輪を広げていくために、皆様の御理解と御協力を求めています。



- 賛助会員の資格
本協会の趣旨に賛同し、運営活動に協力していただける個人や団体(国際活動団体、企業、機関)など
- 賛助会員の区分と年会費
個人会員 / 1口 3,000円
団体会員 / 1口 10,000円
- 賛助会員の特典
◎協会機関紙「みやぎの国際情報誌 倶楽部MIA」の定期送付(年6回)
- ◎当協会主催のイベントや各種講座の案内及び参加費の減免
- ◎個人会員については協会と提携する旅行会社が指定する国内外の旅行代金の一部割引(株)JTB東北仙台支店 宮交観光サービス(株)
- ◎企業会員については世界各国国旗の無償貸し出し、及び外国人スタッフ等による国際理解出前講座の無償提供
- 入会方法
◎本協会あて御連絡ください。
◎本協会の申し込み用紙と振り込み用紙を送付いたします。



倶楽部MIA vol.91

編集・発行 公益財団法人 宮城県国際化協会
〒981-0914
仙台市青葉区堤通兩宮町4番17号
宮城県仙台合同庁舎7階
TEL 022(275)3796
FAX 022(272)5063

E-mail mail@mia-miyagi.jp URL <http://mia-miyagi.jp/>



再生紙を使用しています。