

今こそふくしまにCAPを広げよう!

# CAP

Child Assault Prevention  
子どもへの暴力防止プログラム

safe

CAPは子どもたちの心の力をよびさます  
そして、その力を使って子どもは自分を  
守ることができます

もしクラスの中で一人でも

CAPで習った方法を使っていじめを止めることができたなら…

誘拐されそうになった時に逃げる事ができたなら…

strong

性被害や虐待を回避できたなら…

あるいは、暴力を受けたあとすぐに

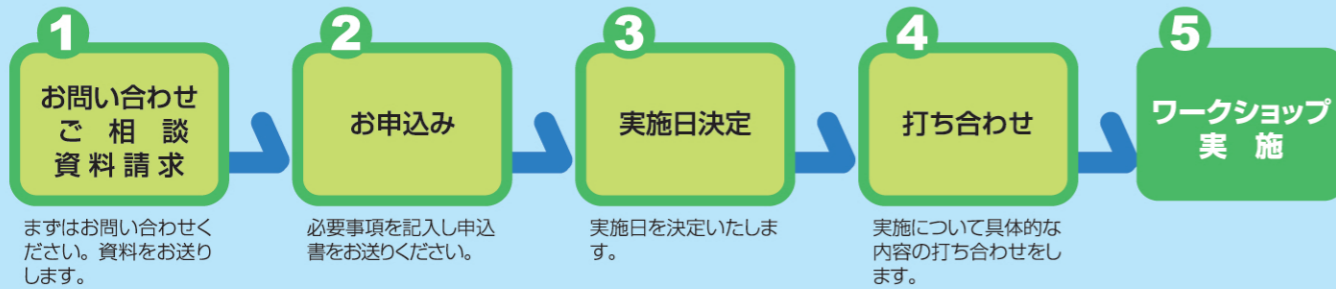
おとなに打ち明けて援助を得ることができたなら…

free

それはその子の人生を変える大きな出来事になります。

全ての子どもに安心・自信・自由を!

CAPワークショップを実施するためには



## Success story

### CAP ワークショップを 受けて…

チカンが出たとき  
CAPで習ったとおり  
叫んで走って逃げて  
おとなに話したよ。  
(小学生)

中学生の娘が学校から帰る途中男に肩をつかまれ  
声をかけられました。「やめてください」と言っ  
ても手を放してくれないので、大声で叫び逃げて帰  
てきました。娘は相当ショックを受けたようです。「大  
きな声を出せて良かったね」とほめてやると、「小  
学校3年生の時に受けたCAPの事を思い出して声  
が出た」との事。当時私もCAPを受け子どもと一  
緒に練習していました。不審者情報があるたびに  
そのことを話してきたことが幸いしたようです。  
(保護者)

劇を实际やってみると、どう  
するのいいかもっと知ることが  
できました。みんなの力をかり  
ることで、自信を持てるとい  
うこともわかりました。楽しい時  
間をおもひがたう。  
(小学生)

子どもの人権尊重を学校の基本とすることを短  
期間で徹底できます。子ども・保護者・教職員  
が同時期に、同一の内容をワークショップ形式  
で学ぶからこころ生まれる効果です。また継続  
によって学区全体の意識改革が実現できます。  
CAPワークショップを経験した人が地域で25%に  
達すればCAPで伝えている子どもの人権尊重は  
学区での主要な認識になります。  
(教師)

ほくは、5年生の時ちよっといじめられ  
ていました。今、日本中でいじめによ  
る自殺が続いています。同じ人間とし  
て悲しいと思いました。ほくは日本中  
の子どもにCAPが必要だと思います。  
なぜかというCAPはいじめや暴力の  
ことについて正しく話してくれ、人権  
のことも話すので、いじめられている  
人は勇気が出るし、いじめている人も  
気づくと思うからです。  
(小学生)

安心・自信・自由を誰  
にも奪われたいと思  
った。自分らしさを  
大切にしたい。いやな  
事があつたら友だち  
に相談したいし、友だ  
ちの相談を一生懸命に  
聞いてあげたいです。暴  
力は絶対にしない、さ  
せない。  
(中学生)



福島県の4つのグループ

こどもCAPふくしま  
024-584-3126

CAPこおりやま  
090-1379-3441

CAPいわき  
0246-52-0511

あいづCAP  
080-1842-0160

この事業はJ-CAPTAと日本ユニセフ協会、福島県の4つのグループで推進しています。

J-CAPTA ジェイ・キャプタ

一般社団法人 J-CAPTA (Japan CAP Training&Action) は、子どもの人権  
尊重とエンパワメントを目指して活動しているCAPトレーニングセンターです。

<http://j-capta.org/>

unicef

公益財団法人日本ユニセフ協会は、東日本大震災の被災地で、子どもたちの安  
全な生活、心身の健康、発達を支える支援活動を続けています。

<http://www.unicef.or.jp/>

福島県 CAPグループ連絡会			
CAPプログラムは地域のグループがお届けしています。 お問い合わせはお近くの地域のCAPグループまで			
中通り地区	こどもCAPふくしま	福島県伊達市	024-584-3126
	CAPこおりやま	福島県郡山市	090-1379-3441
浜通り地区	CAPいわき	福島県いわき市	0246-52-0511
会津地区	あいづCAP	福島県喜多方市	080-1842-0160



## 暴力のない社会を目指して

### CAPとは

CAPとは Child Assault Prevention (子どもへの暴力防止) の頭文字をとったもので、子どもたちがいじめ、痴漢、誘拐、虐待、性暴力といったさまざまな暴力から自分を守るための人権教育プログラムです。

子どもを対象にしたプログラム(子どもワークショップ)では、就学前、小学生、中学生、障がいのある子、児童養護施設の子どもたちにそれぞれ発達段階にふさわしい寸劇、歌、人形劇、討論などを盛り込んで、子どもを怖がらせることなく暴力防止の具体的な対処法を教えます。従来の「～してはいけません」式の危険回避の方法とは根本的に異なり、「～することができるよ」と身を守るための行動の選択肢を広げ、練習します。安心、自信、自由の人権を子どもたちにくり返し伝えることで、全ての子どもたちが本来持っている「生きる力」を引き出すプログラムです。学校や保育園・幼稚園をキーステーションとして、子ども・教職員・保護者にワークショップを提供します。

### CAPプログラムの3つのワークショップ

- 教職員ワークショップ
- 保護者ワークショップ

この2つをさして  
おとなワークショップという

\*おとなワークショップはさまざまなおとなを対象に単独でも実施できます。要保護児童対策地域協議会や教職員研修会などにも使われています。

- 子どもワークショップ (年齢に応じたプログラムがある)

- CAP 就学前プログラム
- CAP 小学生プログラム
- CAP 中学生暴力防止プログラム
- 障がいのある子どもへのCAPプログラム
- CAP 児童養護施設プログラム

\*子どもワークショップは、保護者ワークショップと教職員ワークショップと一緒に実施します。

### ■CAPの歴史

- 1978年 アメリカ・オハイオ州コロパス市のレイブ救援センターで誕生
- 1985年 森田ゆりさんによって日本に紹介される
- 1995年 日本で初めてCAP スペシャリスト養成講座が開催され、この年にCAPトレーニングセンターが設立される。日本各地でCAPプログラムを提供するグループが活動を展開する
- 1998年 CAP センター JAPAN 設立
- 2009年 CAPトレーニングセンター「J-CAPTA」設立

福島県では、2000年頃より4つのCAPグループが立ち上がり、幼稚園・保育園、小中学校、公民館等からの依頼を受けてCAPプログラムを提供している



## 子どもたちにCAPを! プログラムの種類

暴力という怖いテーマについて楽しく学び、子どもたちの持っている漠然とした不安を勇気に変えていくのが CAP の大きな特徴です。子どもワークショップは年齢や発達段階に応じてさまざまなプログラムがあります。



### ■就学前プログラム (約50分/ロールプレイ+トークタイム) × 3日間 <15人前後で実施>

- 1日目 ●子どものけんり～安心・自信・自由～(写真とロールプレイを使って)  
●子ども対子ども(いじめ)のロールプレイ  
●子どもができること「イヤ!」という練習  
●トークタイム(復習と相談の時間)
- 2日目 ●知らない人対子どもの(人形劇)  
\*知らない人に、話しかけられたら\*特別な叫び声の練習\*つかまえられるら  
●トークタイム(復習と相談の時間)
- 3日目 ●知っている人対子ども  
\*いやなさわられかたのロールプレイと子どもができること  
●先生に話すロールプレイ  
●トークタイム(復習と相談の時間)



### ■小学生プログラム (60分+トークタイム) <クラス単位で実施>

- 子どもの権利 ~安心・自信・自由~
- ロールプレイと話し合い  
いじめ(子ども同士の暴力)  
誘拐(知らない人からの暴力)  
性暴力(知っている人からの暴力)
- 先生ロールプレイ  
信頼できる大人に相談する
- トークタイム(復習と相談の時間)



安心  
自信  
自由



### ■中学生暴力防止プログラム (約100分+トークタイム) × 2日間 <クラス単位で実施>

- 1日目 ●暴力とは何か  
●人権について ~安心・自信・自由~  
●3つの権利が奪われる 例1【痴漢】  
\*護身術(セルフディフェンス)  
\*同性愛について  
●3つの権利が奪われる 例2【いじめ】  
\*友だちからの援助(ピア・サポート)  
\*アクティビティ 「気持ちを話す・聴く」  
●1日目トークタイム(復習と相談の時間)
- 2日目 ●3つの権利が奪われる 例3【親からの体罰、ジェンダーの偏見】  
●3つの権利が奪われる 例4【知っている人からの性暴力】  
\*中学3年生には例4を【恋人間の暴力、デートレイプ】に置き換えることもできる  
\*友だちからの圧力(ピア・プレッシャー)  
\*アクティビティ 「動いて選択」  
●2日目トークタイム(復習と相談の時間)



### ■障がいのある子どもへのCAPプログラム

特別支援学校や特別支援学級でCAPプログラムを実施しています。障がいのある子どもの年齢や学び方のニーズに合わせた工夫をしています。知的障がいのある子どもへのプログラムとしてCAPスペシャルニーズプログラム(SNP)があります。

### ■CAP 児童養護施設プログラム

児童養護施設で施設職員、子ども、地域のおとなへ実施するプログラムです。以下の3つのワークショップがあります。

1. 施設職員ワークショップ
2. 子どもワークショップ
3. 地域セミナー

\*以上の詳しい内容については地域CAPグループにお問い合わせください。

## 不安を勇気に転ずるCAPのちから ~JCAP311Project~

J-CAPTAはCAP活動を通して被災・避難地域の子どもたちにCAPを届け、復興の中でも子どもの人権尊重とエンパワメントを広げる、震災支援プロジェクトを実施しています。このプロジェクトがおとなの方々に伝えているメインメッセージは「聴くこと～それは誰にでもできる心の手当て」です。信頼できるおとなとして、子どもの話を一生懸命聴き、気持ちを受け止め、「話してくれてありがとう」「あなたが悪いのではない」「あなたを信じるよ」と伝えています。

