

# 私は スンジー!

ーコロナ禍(か)での  
アジア系人種差別に  
立ち向かうための絵本ー



ジョイス・Y・リー  
エミリー・クー  
マギー・チェン(え)

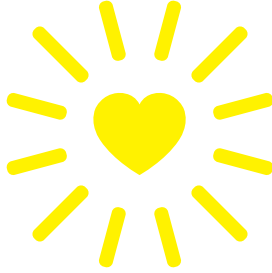
若林巴子・  
若林晴子(訳)

**Note to parents, caregivers,  
and all those serving children:**

The purpose of this book is to provide a resource to help generate meaningful discussions between adults and children about anti-Asian racism. An incident involving anti-Asian racism is directly introduced in the story of this book.

Text copyright © 2020 by Joyce Y. Lee and Emily Ku

Illustrations copyright © 2020 by Maggie Chen



**To Luka**

– JYL

**To Ranja, Grace, and Johnny**

– EK

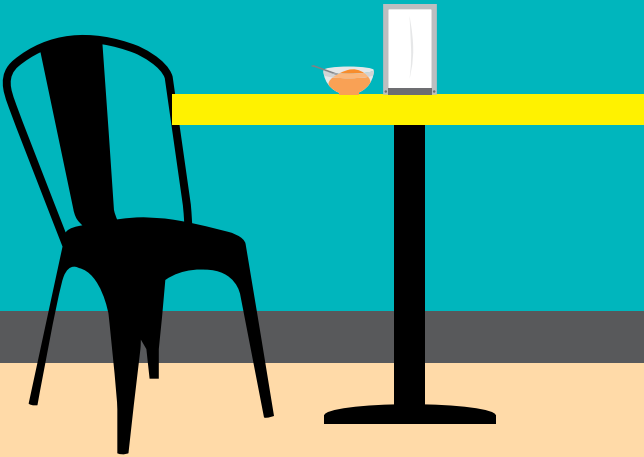
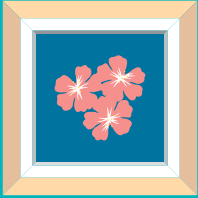
**To the world's future social workers, activists, and healers**

– MC

わたしの家は韓国(かんこく)料理のレストラン。  
お母さんが注文をとって、お父さんが料理する。  
そしてその間、おばあちゃんが弟を見ている。



わたし?わたしは、  
「いらっしゃいませ～」と  
お客さまにあいさつをするの。  
それが大好き。  
みんなわたしのことを  
スンジーとよぶ。



こんなふつうの毎日を、  
コロナウィルスが  
とつぜん変えた。

学校で、先生が言った。  
「ウイルスが広まっているから、  
学校にはしばらく来ないように。  
家から出てはいけません。」  
聞きたいことがたくさんあった。

コロナ  
ウイルスって  
何？

どこから  
来たの？

学校は  
いつまで休みに  
なるの？



友だちがふりむいて私に  
言った。「あなたのせいよ。」

はずかしかった。

何かがちがうと思った  
けれど、それが何かは  
わからなかった。

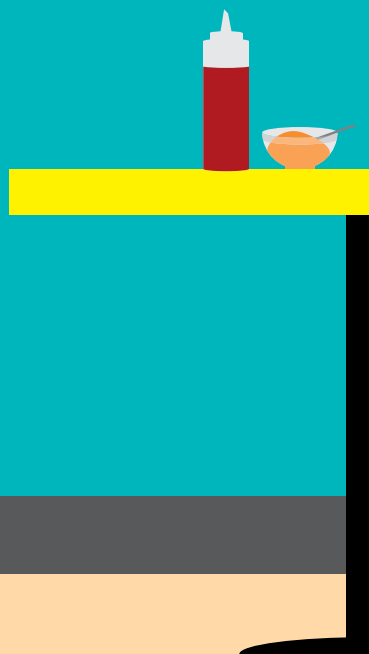


レストランにもどってから、  
その日何があったか家族にうちあげた。  
「私、どこがおかしいの?」と聞いた。

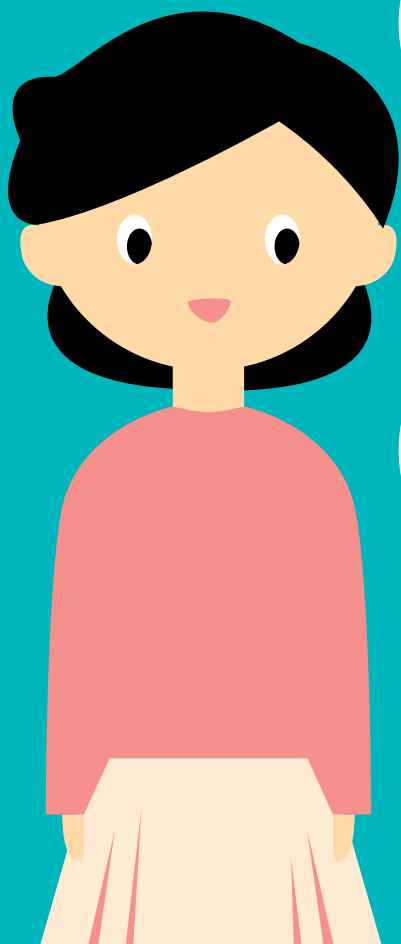




「コロナウィルスは世界中で広まっていて、みんなとてもこわがっているんだ。中にはアジア人がウィルスを発生させて、まきちらしていると思っている人もいるんだよ。」とお父さんが言った。



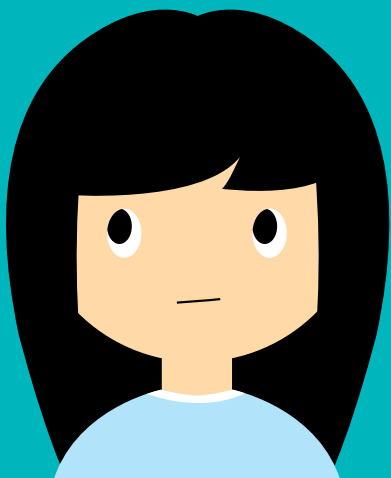
するとお母さんが言った。「あなたの友だちは、見た目であなたのせいになっているけど、それは人種差別(じんしゅさべつ)というのよ。言葉や行動で人をとてもきずつけることがあるの。でも本当はだれでもウィルスにかんせんするし、だれでも広めることはできるのよ。」



~~CHINESE  
VIRUS~~

~~WUHAN  
VIRUS~~

~~KUNG FLU~~



おばあちゃんも口を開いた。  
「スンジー、コロナウィルスは  
あなたのせいなんかじゃないわ。  
あなたは何も悪くない。韓国人  
(かんこくじん)であることにも、  
私たちのでんとうや文化にも、  
ほこりを持っていいのよ。  
どんな人ともびょうどうに、  
けいいをもってせっしましょう。」

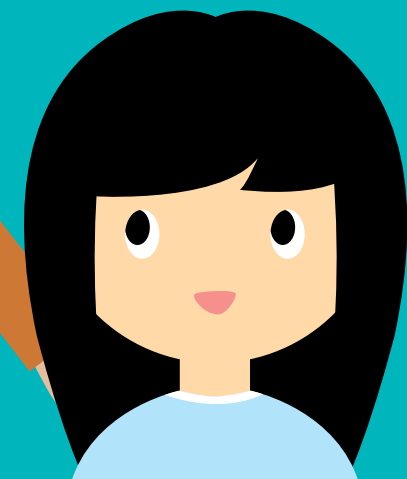
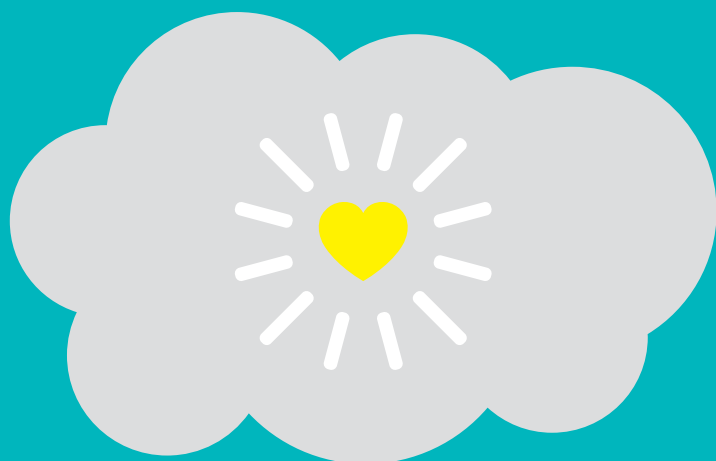
公平

人種差別反対

正義



私はみんなの話を聞いて、  
少し気持ちが楽になった。  
私の見た目や、私が自分であること、  
そしてアジア系アメリカ人であることは  
何も悪くないのだとわかった。  
そしてそんなことを考えるのもやめた。



つぎの日、公園で中国人の友だちの  
ジンイが、コロナウィルスを広めたと  
いっていじめられていた。

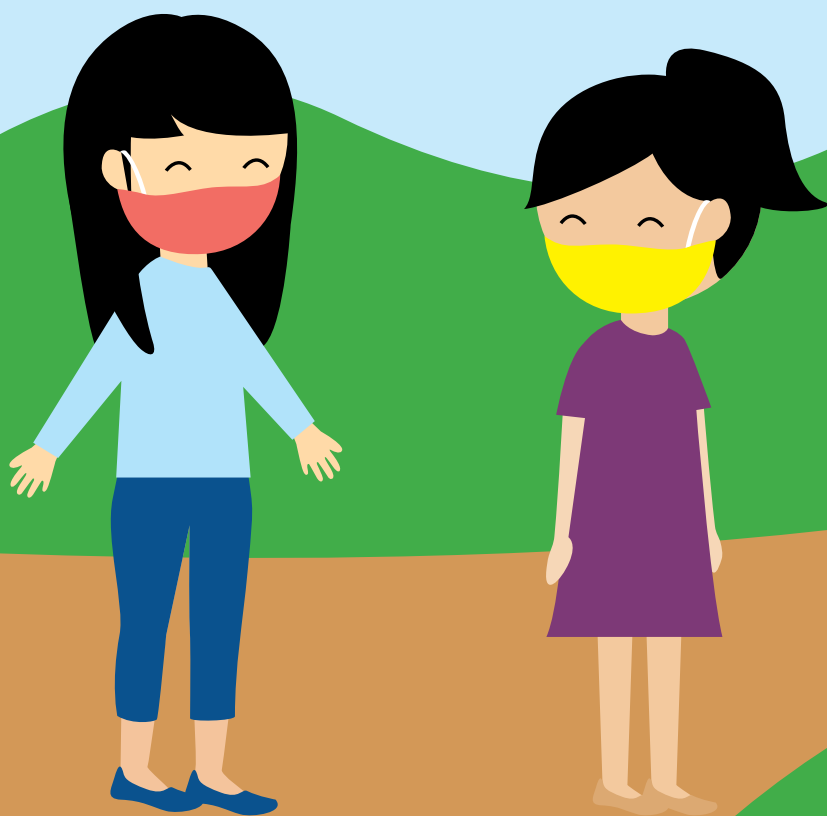


私は少しはなれたところからさげんだ。  
「ジンのせいにするのは、良くないわ。  
コロナウィルスは、だれにでもうつるもの。  
アジア人が広めたなんて、まちがっているし、  
いじわるだし、それはぶじょくよ。」



みんなあやまって去っていった。

そして私はジンイに言った。「今おこっていることは、あなたのせいなんかじゃない。あの子たちがしたことは、とてもひどいこと。あなたは何も悪くない。中国人だということにほこりを持っていいのよ。」



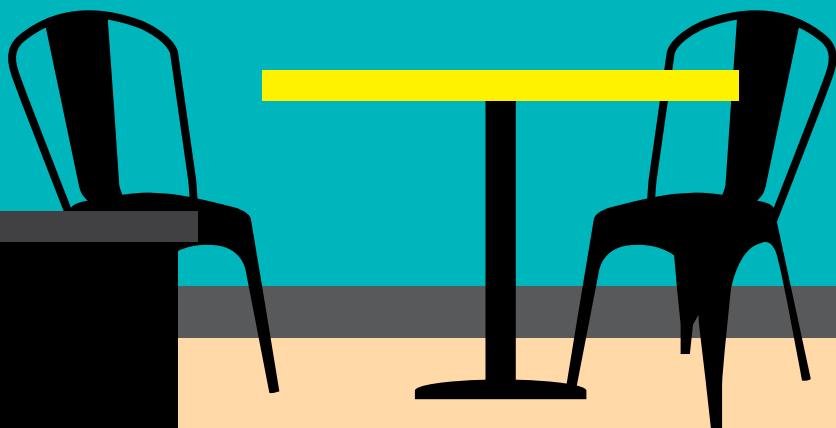
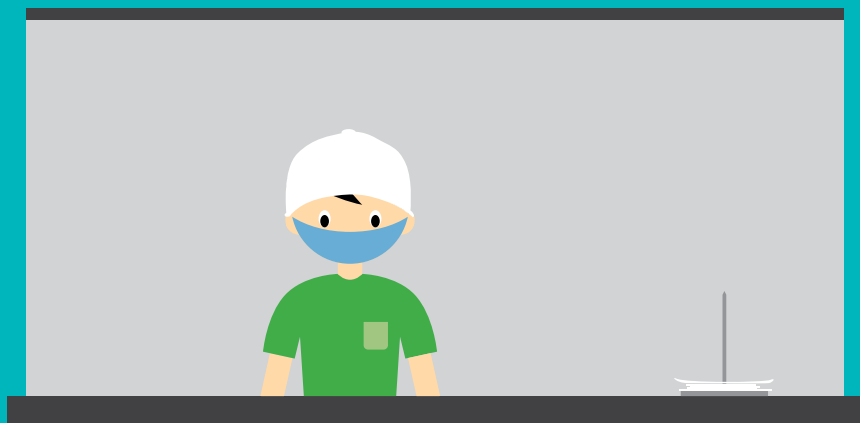




「あのデモの人たちみたいに、どんな人も  
見くだすことなくびょうどうに、けいいをもって  
せって、おたがいにささえ合いましょうね。」

ジンイもさんせいし、二人ともうちに帰った。

レストランのお客さんは、  
どんどんへっていった。



家では、  
コンピューターを通して  
先生や友だちに  
会えることを知った。



そして、おばあちゃんの料理を手伝ったり、  
弟と遊んだりした。

きのうの夜、弟の部屋に行くと、弟はぐっすりと  
ねむっていた。私はベビーベッドをのぞきこみ、  
弟の耳元でささやいた。

「あなたはハンサムでかんぺき。大好きよ！  
私たちが私たちであることに、  
ほこりを持ちましょうね！」

おやすみ!



# 著者の紹介

**ジョイス・Y・リー**は、ミシガン大学の社会福祉と心理学の博士課程に在籍し、児童、特に有色人種や低所得の家庭に育つ子供たちにとって、何がポジティブな家族プロセスかを研究しています。また、ミシガン州の認可を得た臨床社会福祉士として児童福祉に携わり、子供や家族の支援に従事している。

**エミリー・クー**は、ミシガン大学の修士課程でコミュニティの組織化と社会システムについて研究しています。ストーリーテリングとコミュニティの変化のはざまに興味を持ち、将来的には、さまざまな社会的・経済的背景を持つ、多様でグローバルな文化やコミュニティの女性や子供たちと協力して、社会正義のための福祉と教育の取り組みに焦点を当てたいと考えている。

**マギー・チェン**は社会福祉士であり芸術家です。青少年のためのプログラムの促進を手がけたり、メンタルヘルス・セラピストとしてクライアントに関わったり、グラフィックデザイン戦略の作成をしたりする傍ら、様々な人たちの夢に耳を傾け、その夢の実現に協力したいと考えています。彼女はミシガン大学で美術学士号と社会福祉修士号を取得している。

# 謝辞

この本の草稿に有益なフィードバックを提供してくださったアンナー公立学校のダニエルS.バイ氏、ミシガン大学社会福祉学部のアジア太平洋諸島島民ソーシャルワーク連合、ワシントン大学社会福祉学部のマイケルS.スペンサー博士に感謝いたします。

We would also like to thank Tomoko and Haruko Wakabayashi for making this book available in Japanese.



# 付録

## アジア人およびアジア系アメリカ人の親と保護者のためのアドバイス: コロナ禍で子供が人種差別に遭遇した時の対応

1. 人種や人種差別について子供と話し合うのに、早すぎることはありません。<sup>1</sup>子供の言葉に耳を傾け、質問をしてあげましょう。子供があなたに何を言わんとしているかに注意を払い、更なる質問で、子供が何を聞いて、見て、感じているかを確認しましょう。<sup>7,8</sup>
2. 人種差別のような抽象的な概念を具体的なものとして理解させるために、発達上適切な言葉を使用しましょう。たとえば、未就学児は公平性の概念をかなりよく理解しています<sup>8</sup>。人種差別を、あるグループが人種に基づいて別のグループよりも良くまたは悪く扱われていると説明してみましょう。人種差別に起因する不公正な規則、考え、行動は、すべての人が公平に扱われるためにも修正する必要があることも付け加えてみましょう。<sup>8</sup>
3. 人種差別について積極的に子供と話しあいましょう。<sup>2</sup>正直に、また、率直に話し合うことで、信頼関係を築き、子供は、あなたに安心して心配事を打ち明けたり疑問を投げかけることができるようになるでしょう。<sup>8</sup>
4. コロナウィルスの情報を子供にきちんと伝えないと、子供たちは自らの解釈で情報のギャップを埋めることになるでしょう。その解釈は正確であるとは限りません。スティグマをやわらげるために重要な情報を子供と直接共有しましょう。<sup>3,10</sup>たとえば、アジア人がコロナウィルスにかかり、広める可能性は、他の人種グループとなんら変わらないことを告げましょう。<sup>9,10</sup>
5. 子供の感情を言葉で説明して、子供が内に秘めた感情を自ら識別できるように助けてやりましょう。<sup>4</sup>たとえば、「今日起こったこと、本当に悲しいね」と言ってみてあげましょう。

6. あなたの家族が受け継いだ文化や歴史を子供に教えることで、子供がポジティブな民族的・人種的アイデンティティーを養うことを助け、自分たちが属する民族グループを誇りに思うようになるでしょう。<sup>11,5</sup>このようなポジティブな民族的・人種的アイデンティティーは、差別からくる悪い影響をやわらげます。<sup>5</sup>アジア系アメリカ人の子供たちのポジティブな民族的・人種的アイデンティティーは、問題行動や抑うつ症状を減らし、幸福や自尊心のレベルを引き上げる傾向があります。<sup>6,11</sup>
7. 確認、検証、再構成、の三つのステップを活用して、コロナウィルス関連の差別について話し合しましょう。<sup>15</sup>何が起きたかを確認し、子供の感情を検証し、起こった出来事・経験を再構成して、子供が誤ったメッセージを内在化するのを防ぎます。<sup>12,15,19</sup>差別的な出来事や経験をした場合には、STOP AAPIHate に報告することを検討してください。<sup>13</sup>
8. コロナウィルス関連の差別に直面したときに、WITS戦略を使うように子供に教えましょう。これは、その場を立ち去る (Walk away)、加害者を無視する (Ignore the perpetrator)、安全確保の上で誰かに話す (Talk it out)、助けと支援を求める (Seek help) です。<sup>12,16</sup>
9. 子供のお手本になりましょう。たとえば、特定の人種に関するステレオタイプや一般論は避けてください。代わりに、個々の人物のこゝと、またそれぞれの人物が何をしたかについて話し合しましょう。<sup>14</sup>肌の色などの違いを認識し、多様性を受け入れると同時に、様々な人種・文化の共通点の気づきも大切にしましょう。<sup>8</sup>
10. 子供が自分のことが好きになり、自分に自信がもてるような活動をサポートしましょう。子供が遊んだり、リラックスしたりできる時間を十分に作りましょう。<sup>18</sup>



# 参考資料

## 研究論文と著作物:

1. Tatum, B. D. (2017). *Why are all the black kids sitting together in the cafeteria? And other conversations about race*. New York: Basic Books.
2. Priest, N., Walton, J., White, F., Kowal, E., Fox, B., & Paradies, Y. (2014). 'You are not born being racist, are you?' Discussing racism with primary aged-children. *Race Ethnicity and Education*, 19(4), 808–834. doi:10.1080/13613324.2014.946496
3. National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. (2016). Approaches to ending stigma. In *Ending discrimination against people with mental and substance use disorders: The evidence for stigma change* (pp. 69-92). Washington, DC: The National Academies Press. doi:10.17226/23442.
4. Eisenberg, N., Cumberland, A., & Spinrad, T.L. (1998). Parental socialization of emotion. *Psychological Inquiry*, 9, 241–273.
5. Neblett, E. W., Rivas-Drake, D., & Umaña-Taylor, A. J. (2012). The promise of racial and ethnic protective factors in promoting ethnic minority youth development. *Child Development Perspectives*, 6, 295–303. doi:10.1111/j.1750-8606.2012.00239.x
6. Rivas-Drake, D., Seaton, E. K., Markstrom, C., Quintana, S., Syed, M., Lee, R. M., Schwartz, S. J., Umaña-Taylor, A. J., French, S., & Yip, T. (2014). Ethnic and racial identity in adolescence: Implications for psychosocial, academic, and health outcomes. *Child Development*, 85(1), 40–57. doi:10.1111/cdev.12200

## ウェブサイト:

7. Public Broadcasting Service. (2020, June 2). *How to talk honestly with children about racism*. <https://www.pbs.org/parents/thrive/how-to-talk-honestly-with-children-about-racism>
8. United Nations Children's Fund. (2020, July 2). *Talking to your kids about racism: How to start the important conversation and keep it going*. <https://www.unicef.org/parenting/talking-to-your-kids-about-racism>
9. Centers for Disease Control and Prevention. (2020, June). *Stop the spread of rumors*. <https://bit.ly/327QyRI>
10. Centers for Disease Control and Prevention. (2020, May 20). *Reducing stigma*. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/reducing-stigma.html>
11. American Psychological Association. (2018, April). *Engaging my child: Parent tips tools. Uplifting families through healthy communication about race*. <https://www.apa.org/res/parent-resources/engaging-my-child>
12. Society for the Psychological Study of Culture, Ethnicity and Race. American Psychological Association (2020, June 14). *Division 45 task force on Covid-19 Anti-Asian discrimination and xenophobia*. <http://division45.org/division-45-task-force-on-covid-19-anti-asian-discrimination-and-xenophobia>
13. Asian Pacific Policy and Planning Council. (2020). *Stop AAPI hate reporting center*. <http://www.asianpacificpolicyandplanningcouncil.org/stop-aapi-hate>

14. Rhodes, M. (2017). *Combating stereotypes: How to talk to your children*. The Conversation. <https://theconversation.com/combating-stereotypes-how-to-talk-to-your-children-71929>

### ビデオ:

15. American Psychological Association. Division 45. (2020, June 9). *Acknowledge, Validate, Reframe: How Asian Americans can respond to Covid-19 discrimination* [Video file]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=iQaD8-6cluU>
16. American Psychological Association Division 45. (2020, June 9). *Use Your WITS: How Asian Americans can respond to Covid-19 discrimination* [Video file]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=UijL-kXgojU&feature=youtu.be>
17. Society for Research in Child Development. (2020, June 2). *Supporting Asian/Asian American children and youth during the COVID-19 pandemic* [Video file]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=AMxFI9jBkE>

### インフォグラフィック:

18. World Health Organization. (2020). *Helping children cope with stress during the 2019-nCoV outbreak*. [Infographic]. [https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/helping-children-cope-with-stress-print.pdf?sfvrsn=f3a063ff\\_2](https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/helping-children-cope-with-stress-print.pdf?sfvrsn=f3a063ff_2)
19. Asian American Psychological Association Division 45. (2020). *Tips for families dealing with Covid-19 Anti-Asian discrimination* [Infographic]. <http://division45.org/wp-content/uploads/2020/06/STOPAAPIHATE.png>

## その他:

20. Grose, J. (2020, June 2). *These books can help you explain racism and protest to your kids*. New York Times. <https://nyti.ms/3gWicXL>
21. Hsu Oh, L. (2020, May 26). *Talking to kids about xenophobia*. National Geographic. <https://www.nationalgeographic.com/family/2020/05/talking-to-kids-about-xenophobia-coronavirus/#close>



# 難しい概念を子供に分かりやすく説明しましょう

**人種差別反対主義:**すべての人種が平等であることを信じて、人種差別と戦う考え

**アジア系アメリカ人:**東アジア、東南アジア、南アジア、または太平洋諸島に起源を持つアメリカ人

**ブラック・ライブズ・マター (BLM):**黒人に対するすべての暴力と戦うことで、世界中の黒人の個人、団体、コミュニティに正義、癒し、自由をもたらす力を築き上げるためのグローバルな運動

**新型コロナウイルス:**人から人に感染するウイルスによって引き起こされる病気

**公平:**すべての人を平等にあつかうこと

**正義:**正しいことを行うこと

**人種差別:**特定の人種が、別の人種よりも優遇されたり、差別されたりしても良いという考えと、その考えからくる行動

**ソーシャル・ディスタンス (社会距離拡大戦略):**新型コロナウイルスの感染を防止するため、他人から少なくとも6フィート (約2メートル) 距離を取ること