



# 川崎いのちの電話



特集 ひきこもりの理解と対応  
～生きづらさの背景にあるもの～

JR 川崎駅東口ターミナル=川崎市川崎区

ひとりで悩まずに電話相談  
044-733-4343



vol. **99**

2020. 7. 1

## CONTENTS

特集 川崎いのちの電話 公開講座  
ひきこもりの理解と対応  
～生きづらさの背景にあるもの～

講師 西野 博之 さん  
認定NPO法人フリースペースたまりば理事長  
川崎市子ども夢パーク所長・フリースペースえん代表

特別寄稿

中村哲医師と出会い、そして別れ  
川崎市国際交流協会 中村 高明

自死遺族ほっとライン  
044-966-9951  
第2・4木曜：正午～午後4時

自殺予防 いのちの電話  
0120-783-556  
毎月10日・24時間無料(午前8時～翌朝8時)

インターネット相談  
<https://www.inochinodenwa.org/> (3回制)  
<https://www.inochinodenwa-net.jp> (1回制)

社会福祉法人 川崎いのちの電話

# 特集

## 川崎いのちの電話 公開講座

### ひきこもりの理解と対応

#### ～生きづらさの背景にあるもの～

講師 西野 博之 さん

認定NPO法人フリースペースたまりば理事長  
川崎市子ども夢パーク所長・フリースペースえん代表



西野 博之 (にしの ひろゆき)

精神保健福祉士。

1986年より不登校児童・生徒や高校中退した若者の居場所づくりに関わり、1991年川崎市高津区に「フリースペースたまりば」を開設。

2003年7月にオープンした川崎市子ども夢パーク内に、川崎市の委託により公設民営の不登校児童・生徒の居場所「フリースペースえん」を開設、その代表を務める。早稲田大学・神奈川大学非常勤講師。

川崎若者就労自立支援センター「ブリュッケ」総合アドバイザー。

著書は『居場所のちから—生きてるだけですか—』、『西野流「ゆる親」のすすめ〈上・下〉』など。

2020年2月2日(日)川崎市総合自治会館での講演の要約です。

#### ひきこもりは「いのち」を守るため

ひきこもりの人を理解しようと思うならば、ひきこもりは「いのち」に関わるということなのです。今日まで多くの人に出会ってきましたが、「死を考えたことはない」と言う人にはほとんど出会っていません。ひきこもりは「いのち」を守るためのぎりぎりの選択です。今は外に出て行けないかもしれない。ひきこもっているかもしれない。でも、この世で生きている、その「いのち」に「ありがとう、生きていてくれてありがとう」を伝えること。それが、ひきこもり支援の基本なのです。「いのち」と、学校や会社を天秤にかければ、誰だって「いのち」の方が重いと言います。だけどこの社会は、なかなかそうはいかないのです。学校へ行けない、会社へ行けないだけで命を絶っているのです。

ひきこもりから何とか引っ張り出してあげようと、人は考えるかも知れない。でも彼らのひきこもりにはそれぞれの原因やきっかけがあり、一括りにして語ることはできません。「わかる、わかる」なんて、とても簡単には言えません。彼らの相談の電話からは、何とか

その苦しみから抜け出したい、と苦悩する言葉にならない叫びが、ひしひしと伝わってきます。ひきこもりの修羅場をくぐり抜けてきた親たちは、よく口にします。「生きてさえいてくれれば」と。私たちが現場から発信したいのもこのことなのです。他人の物差しや期待でなく、自らの「いのち」を生きて欲しいのです。そしてここを着地点として、私たちは支援活動を続けています。

#### ひきこもりの長期化・高齢化

内閣府による全国のひきこもり実態調査の推計では、調査の時期は異なりますが、15才から39才までの人が54万人、40才から64才までの人では61万人で、併せておよそ115万人の人がいわゆる「ひきこもり状態」にあるとされています。そのなかで7年以上ひきこもりのまま経過した人が5割もいて、長期化がはっきり見えてきました。そしてそれに伴い、ひきこもりの高齢化が進み、50代の子を80代の親が抱えて社会から孤立するという、いわゆる8050問題が現実となっています。

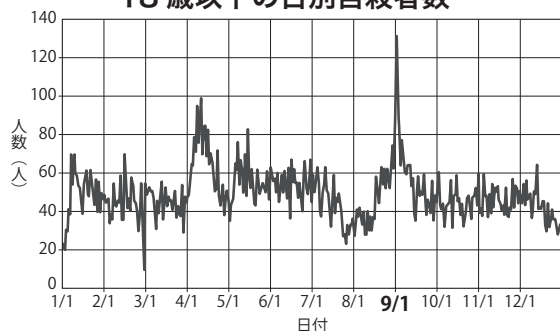
昨年川崎市登戸で起きた通学児童殺傷事件では、80代の伯父夫婦の家に同居していた

51歳の加害者は長期間ひきこもり、周囲から孤立していました。8050問題の典型例とされている事件ですが、この加害者は犯行直後に自刃して死亡しました。そしてその4日後、元農林次官がひきこもりの長男を「川崎の事件を見ていて、自分の息子も周りに危害を加えるかもしれない」と不安に思って殺してしまう悲しい事件が起きてしまいました。こうした事件を個人の責任とか個人の問題と捉えようと、親も子も追い詰められてしまいます。だから安易にひきこもりと殺傷事件を結びつけず、これは社会が生み出している大きな問題なのだと考えるべきです。

## 9月1日は特異な日

長い夏休み明けに子どもが「いのち」を絶つ。子どもが最も多く「いのち」を絶つ日、その日が9月1日です。厚生労働省が4年前に、それが42年間ずっと続いていると発表して以来、9月1日が特異な日として注目されています。私も「死ぬなよ」「大丈夫だよ」と公共放送でメッセージを発信してきました。しかし、壮絶ないじめなどで自尊感情を奪われた子どもは、9月1日の登校日に追い詰められた末に死を選ぶのです。

18歳以下の日別自殺者数



平成27年版自殺対策白書から抜粋

不登校の小中生徒数は、昨年10月の文科省発表では全国で16万人を超えています。そして暴力行為の発生件数は小中高で約7万3千件、なかでも小学生の暴力行為は過去最高の3万7千件で低年齢化が進んでいます。いじめの認知件数でも全国54万件のおよそ8割が小学校でのいじめで、2年生時のいじめが最多となっています。15才から39才まで、どの年代においても死亡原因のトップは自死で、それ自体世界で例のないことなのです。少子化傾向にも拘わらず、子どもの自死は増え続けています。

不登校から長期間ひきこもってきた20代のある女性が、「私は死ぬことばかり考えて

きて、やっと気づいたことは生きたいということ。不登校は生きるための選択でした」と話していました。ひきこもっている子どもに「早く学校に戻りなさい」と指導していることがあります。学校の環境が変わっていないのに、ただ登校しなさいでは子どもを追い詰めるだけです。不登校は「ダメではないよ」、学校へ行けない君は「出来損ないではないよ」と、周囲の大人、教師は当然として誰もが認識すべきなのです。それほど不登校というのは「いのち」に関わることなのです。文科省はすでに平成24年、「不登校を問題行動と判断してはならない」と通知しています。不登校は「いのち」を守るために必要な行動ということなのです。

不登校の延長線上にひきこもりがあるかというそうではありません。3割程度はあるかもしれませんが、どちらかというひきこもっている人は就職試験の失敗だったり、退職してからのひきこもりであったり、会社の中で失敗経験の少ない人が、今まで味わったことの無い強い叱責や失敗があると、次の日から会社に行けなくなりひきこもってしまうのです。失敗経験が少ないから打たれ弱いので、早くから失敗をいっぱいさせておいた方がよいと思うのです。

## 過干渉による生きづらさ

令和元年に出た内閣府の「子ども若者白書」によると、自分自身に満足しているかという問いに「満足している」と答えたのは、韓国、イギリス、ドイツでは30~40%。アメリカは57.9%が自分に満足していると答えています。でも日本の子どもは10%しか満足していない、そんな社会。「子どもの自信を奪っているものは何だ」これが私のライフテーマで、ずっと考えてきました。

そしてある時、それは「大人たちの不安ではないか」という仮説を立てました。教育熱心な親が、勉強もスポーツも出来る子を求める。子はもとより、親も評価の対象になると思い込み、それで早期教育にお金をかけるようになる。子どもが落ちこぼれになる不安のため、先回りして保育園で逆上がりを教えたりしている。幼児教育が広がり、子どもたちも落ちこぼれないようにと、親の顔をみながら頑張る。頑張ることが出来ない子は、子どもながら悲しいしつらい、弱音を吐けない。その結果自分自身を追い込んでいくのです。

子どもはそうして生きづらさを抱えていきます。このような大人の事情が、小学校低学年において校内暴力が最多となる背景にあるのです。

## 貧困と格差

支援活動をしていて、炊飯器を持っていない親子に出会ったことがあります。鍋釜を持っていない。包丁もまな板もない。何故かという、その家ではスーパーで弁当を買って来て食べるので必要ないのです。その子は生まれてこの方、家でご飯を炊くという文化に出会ってないのです。

家庭環境の格差は広がっています。少子化による過干渉と、貧困によるネグレクトの増加という二極化がさらに進行していて、この10年で特に「貧困」は一気に加速し、子どもの貧困率は13.9%、7人に1人の子どもが貧困にあるという状態です。今の社会、一年間に2千人の餓死者が出ています。我々が考えてもみなかったことが起きています。

医療にかかれない子どもも多く、15才未満の子どもの無保険は3万人以上になります(2008年厚労省)。実際にはその何倍もの子どもたちが、医療を受けられない状態だと推測されます。支援活動の現場では、子どもの虫歯の多さでネグレクトに気づかされます。風邪やインフルエンザは寝ていれば治ることもありますが、虫歯だけは歯医者さんへ行かないと治らない。虐待・ネグレクトはそんな時に発見できるのです。

## 親が変われば子どもは変わる

ひきこもりの人たちは、オンラインゲームなどでかろうじて外と繋がっている場合があります。そんな時、父親がいきなりゲーム機を取り上げたり壊したりするのは、生きるためのツールを取り上げることになりかねません。一方母親は「この子を置いて死ねない」と思うかも知れない。だから私は親御さんに言います「この子を道連れに死のうなんて、考えなくてください」と。そんな親御さんたちの焦りや不安に寄り添って支えていくことが必要です。支援の場では、ひきこもりの本人に会えないことが多いこともあります。会えない本人をどうやって支えていくかということ、一番身近にいる親を支えていくことになります。

親を支えていき、親の考え方が変わっていくとそこから光が見えてくる場合があります。

親が子のありのままを受け入れ、こんな有様でもこの子は生きていてくれることがありたいと覚悟を決めると、子どもは生きていけるようになります。「親自らが変わる事」が大切です。そのための支援が必要なのです。

## 生きていることは素晴らしい

自立が叫ばれるようになって孤立が増えたともいわれています。ひきこもりに至った理由はそれぞれ異なり、それをすべて理解するのは困難です。しかしそうだからといって、その場を立ち去ることは我々にはできません。

哲学者の鷲田清一は「自分のことを分かるうとする相手が、自分に関心を持ち続けていてくれることを、相手の言葉や振る舞いのうちに確認できた時、人は分かって貰えたと感じるだろう」と言っています。

ひきこもる人を理解出来なくても、何とか分かるうとする人がいること。的外れかも知れないけれど「こんな私を見放さない人がいる。一生懸命理解しようとしている」ということを感じる時、人は安心し、そして動き出します。私たちがひきこもり支援を行っていて、よく経験することですが、親がいろいろ手を尽くして、動かそうとしても動かない。とうとう底について「まあ、生きてくれさえすればいいか、何とかなさ」と腹を括った時に、人は見事に動き出します。だから子どもを変えようとか、何とかしようとか、追い詰めないことが大事なのです。

自立とは、一人で何でも出来ることではないのです。「助けて」が言えること。つまり適度に人に依存できる力を持つこと。それで初めて自立できるのです。就労がひきこもり支援の最終目的ではないのです。一歩間違うと「父さん母さん、学校へ行けない、働けない、そんな私はダメですか。生きている価値はないですか」という悲痛な叫びに変わります。だから彼らを支援するためには、「生まれてくれてありがとう」「あなたがいてくれて幸せだよ」「生きているだけで凄いことなのだよ」というまなざし、これだけでいいのです。そんなまなざしを受け取れた子は、「こんな私でも大丈夫なのだ」と思えるようになり、自分から動けるようになっていくのです。自立して、就労することが支援のゴールではないのです。まず生きることそのものを支援していく基本的な活動を、今後も続けていきたいと思っています。

## 特別寄稿

アフガニスタンの地で凶弾に倒れられた中村哲さんに哀悼の意を表します。

広報部では、紛争の続く地域で人々の「いのち」を支える活動を続けてこられた中村哲さんに話を伺い、特集を組めないものかと、川崎で講演会が開催された折に、主催団体に相談をしていました。しかし、中村哲さんが亡くなられたことによりその企画は断念せざるを得なくなりましたが、講演会の主催団体から追悼文が寄せられましたので掲載します。

# 中村 哲 医師と出会い、そして別れ

川崎市国際交流協会 中村 高明

2019年の9月9日にエポックなかはらにて中村哲さんの講演会が開催されました。かわさき国際交流民間団体協議会の設立25周年を記念して、川崎市国際交流協会との共催で行われたのです。

中村哲さんは、84年にパキスタンのペシャワールに赴任して以来、86年からアフガニスタンの難民のための医療チームを結成して活動を開始し、2000年の大旱魃に見舞われてからは、アフガニスタン国内の井戸掘削と灌漑用水路の建設を進めます。日本で国際交流が活発になるのは、89年以降、全国の地方自治体が地域国際化協会を設立して、地域の国際化が推進されるようになってからですが、それ以前から中村医師は活動を始めていました。

9月の講演会では、台風の直後でしたが、700人以上の方が来場され、ロビーで販売された本は完売でした。それから3か月も経たない12月4日に現地アフガニスタンで襲撃され亡くなられたことは、大変な衝撃を私たちスタッフに与えました。2020年1月25日に福岡市で開催された中村哲医師お別れ会に協議会の山本会長と参加しました。

西南学院大学のチャペルで行われましたが、多く

の人は、教室のモニターで一部始終を見守りました。参加者は5000人以上だったそうです。どれほど、福岡の人々から敬愛されていたのでしょうか。



ペシャワール会を引き継いだ村上会長もモハバット駐日アフガニスタン大使も涙ながらに弔辞を読まれていました。長女の秋子さんが、アフガニスタンに迎えに行ったときの話をしてくれましたが、空港でもどこでも、大統領を始めたくさんの人が、会いに来て悲しんで感謝してくれたことに驚き、感謝の言葉を返してきたそうです。

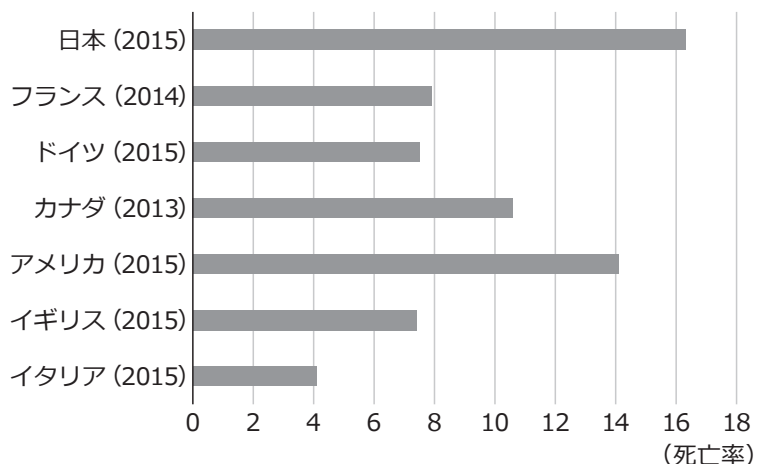
最後に中村哲医師の言葉の朗読がありました。ひとつだけ紹介すると「私たちが己の分限を知り、誠実である限り、天の恵みと人のまごころは信頼に足るといことです」。

## ◎依然深刻な状況にある若い世代の自殺 令和元年版自殺対策白書(厚生労働省)から

年齢階級別の自殺死亡率(人口10万人当たりの自殺者数)の推移を見てみると、1998年(平成10年)の自殺者数の急増に伴い上昇したが、近年、40歳代・50歳代・60歳以上では大幅に低下している。一方、20歳未満では概ね横ばいで、20歳代や30歳代では低下が見られるものの減少率は40歳以上と比べると小さくなっている。

また、国際的に見て若い世代(15~34歳)の死因の第1位が自殺となっているのは、先進国(G7)では日本のみであり、その死亡率も他の国に比べて高くなっている。(右表参照)

## 若い世代(15~34歳)における自殺死亡率



資料：世界保健機関資料(2018年9月)より厚生労働省自殺対策推進室作成

# インフォメーション

## チャリティーコンサート延期のお知らせ

毎年秋恒例の「チャリティーコンサート」は、準備を進めて来ましたが、新型コロナウイルス感染防止のため、2021年10月に延期します。詳細が決まりましたらホームページなどでお知らせします。

【問い合わせ】 川崎いのちの電話事務局  
TEL: 044-722-7121 (平日 10:00 ~ 17:00)  
ホームページ <http://kawasaki-inochinodenwa.jp/>

## こころの健康セミナー延期のお知らせ

毎年秋に開催している「こころの健康セミナー」は、新型コロナウイルス感染防止のため、2021年3月に延期します。詳細が決まり次第ホームページなどでお知らせします。

【問い合わせ】 川崎いのちの電話事務局  
TEL: 044-722-7121 (平日 10:00 ~ 17:00)  
ホームページ <http://kawasaki-inochinodenwa.jp/>



## 「リサイクル募金 きしゃぼん」でご寄付を

川崎いのちの電話の新しい寄付方式「リサイクル募金 きしゃぼん」が始まりました。眠っている書籍・CD・ゲーム・切手・ハガキなどが相談電話の運営に役立てられます。

皆様からのご支援をお待ちしております。詳細はホームページをご覧ください。  
ホームページ [kishapon.com/kawasaki-inochinodenwa](http://kishapon.com/kawasaki-inochinodenwa)

## ライオンズクラブから 100万円の寄付

5月19日、ライオンズクラブ国際協会330-B地区の山本直正ガバナーを始めメンバーの方が、川崎いのちの電話事務局を訪れ、金子圭賢理事長に寄付金100万円を手渡されました。

ライオンズクラブは様々な奉仕活動を行っており、自殺予防の活動支援もその一つになっています。



## 赤い羽根共同募金会より助成金

赤い羽根共同募金の助成金により、2019年度は、センター内の空調機器を新しくしました。

\*赤い羽根共同募金は、民間の地域福祉の推進のために使われており、「川崎いのちの電話」もその対象になっています。

## 資金ボランティアとしてのご支援を！

川崎いのちの電話の活動は皆様の温かい支援によって運営されております。多くの方のご協力をお願いいたします。  
賛助会費・一般寄付金とも所得控除など税制上の優遇措置の対象となります。

### ① 賛助会員 (年会費)

法人	10万円	5万円	3万円	1万円	
個人	5万円	3万円	1万円	5千円	3千円

### ② 一般寄付 (金額、回数を定めません)

【振込先】 ■郵便振替 00240-2-36798  
社会福祉法人 川崎いのちの電話  
【問い合わせ】 川崎いのちの電話事務局  
TEL: 044-722-7121 (平日 10:00 ~ 17:00)

## 寄付感謝報告

2020年1月～  
2020年4月

川崎いのちの電話のために、温かい資金援助をいただきました。心から感謝し、ご報告いたします。この事業の発展にこれからもご協力くださいますようお願い申し上げます。

### 【個人】

(1月)	安田 享二 藤嶋 とみ子 山田 美和子 吉野 八重子 井上 美千代 越 水 正明 中島 泰己 門脇 美智子 金子 井正之 加藤 トミ子 鈴木 清	二子 修江 谷 君文子 鹿 文みどり 梶 田みどり (2月) 常松 恭子 碓井 俊昭 森原 敦子 森 清 小林 英機	白石 弘巳 山田 美和子 岡安 敬夫 山本 圭賢 金子 圭賢 加藤 昭弘 庄大 陽子 大谷 喜代司 山田 長清 鍵屋 清河	(3月)	松島 太郎 藤野 勉子 高橋 美奈子 志田 美奈子 中石 美敏 馬場 邦典 立川 初子 酒那 須妙 三 國 祥	小松 終子 鈴木 恵子 澤原 淳子 穴戸 信次郎 肥塚 由美子 山田 美和子 小島 尚貴 瀨 櫻井 柳 雅	松久 順子 中里 君江 早崎 悦子 西谷 田鶴子 粟澤 由利子 持田 喜久代 柴田 武子 金子 晴美 原 勝代	(4月)	高木 弘美 武田 信平 高村 真行 倉片 孝子 津田 さち子 大松 平真 森 光悦 早都 崎道 廣 健一	佐々木 陽子 金子 圭賢 安井 達光 安藤 雅彦 濱田 力 小林 直人 小齋 藤光 星 名 5
------	--	---	--	------	---	---	---	------	--	--

### 【団体】

おくせ医院 (株)ホリデン 南太平商事 ケイ・アイ商事(株) (社)神奈川県精神保健福祉協会	川崎教会教会学校 高津区鎮座白髪神社 国際ソロプチミスト川崎 学校法人捜真学院 (株)美幸軒	鷺沼ビル管理(株) (株)アドバンスホーム 日本基督教団新丸子教会 (株)由貴工務店 カリタス学園同窓会	宗教法人潮音寺 元住吉教会教会学校 石原工業(株) 川崎境町教会 書道部	募金箱
--	--	--	--	-----

### 【10万円以上の個人・法人及び各種団体】

(社)生命保険協会神奈川県協会 (15万円)      新ゆり製作部 (10万円)      センター製作部 (25万円)      合計 1,849,978円

## 編集後記

コロナ感染防止のため外出を自粛した。家を出るのは、買い物と運動不足解消のための散歩のみ。じっとしているのが苦手な私にとっては辛い日々だった。

引きこもっている人は、なぜ外に出ないでいられるのだろう。私とは逆に、外に出ることの方が辛いのだろう。きっと、家を出るのが怖い何かがあるのだろう。(YY)

先日テレビで、病んで咲かなくなった桜の木が人々のこころを込めた手当で甦り、枝一杯に咲き誇って訪れる人を迎え入れていると報じていた。

人間も同じこと。「生きてさえいれば」と。枯れ木に花を咲かせた、あの童話のお爺さんのように、温もりのある笑顔や眼差しを忘れず、に寄り添うことができたらと思う。(S)