北海道未来社会システム創造事業　実行団体

事 後 評 価 報 告 書

１．　基本情報

実行団体名	NPO 法人地域生活支援ネットワークサロン
実行団体事業名	若者自立プロセス資源化モデル事業
資金分配団体名	一般社団法人北海道総合研究調査会
資金分配団体事業名	北海道未来社会システム創造事業
事業の種類	草の根活動支援事業
実施期間	2020 年　4 月～ 2023 年　3 月
事業対象地域	釧路（拠点）、全国（対象者）

2.　事業概要

（1）事業によって解決を目指す社会課題

子育てや教育の役割や責任が家庭と学校に大きく依存しているため、子どもや若者たちの成長発達が家庭背景や学校の事情に大きく影響を受けている。そのため、子どもの貧困、児童虐待、ひきこもりの問題など子ども家庭、若者を取り巻く環境は悪化し、必要なケアや教育が行き届いておらず、自立のチャンスが奪われているもったいない状況にある。また、地域の福祉現場では慢性的な人手不足で疲弊している。

【想定した直接的対象グループ】

自立のため自主的な行動を起こす若者たち　２００名

（２）事業の概要

①中長期アウトカム ・釧路の支援現場において、日々支援を開することにより支援のニーズ（子どもの育ちやトラウマに関する理解や対応など）を理解し、適切な対応ができる人材像が明らかになる ・釧路において、本格的な事業「若者社会参加並びに地域生活相互支援促進総合センター（仮称）」への着手若しくは計画が具体化し、若者たちを社会資源として受け入れる地域社会の土台ができている。 ・全国において、行き詰る若者たちが自立を目指す気持ちになり、自らの成長につながるための自主的な動きをしはじめる
②短期アウトカム 1.釧路において、自立に行き詰っていた若者たちが不安のない生活の場、本音を話せる相手、社会参加の機会を得ることで、学びあい、心身面、社会面で健康を回復し、成長することができる。 2.路において、若者たちに資格取得や現場実習などの多様なバリエーションの就労支援を実施することにより、人手不足の現場の新たな担い手として、若者たちが活躍することができる。 3.釧路地域における支援現場において、これまで受け入れが難しくサービス提供が不十分だった方への支援が、若者たちの力を借りることにより、可能となる。また、新型コロナ等の影響で必要となった孤立や孤独へのリモートやSNSを活用した取り組みにおいて、若者たちが担い手となりニーズに応じた事業展開が可能となる。 4.今の日本社会において、生きる希望を失っている若者たちが、本取り組みについて知ることや触れることにより、少しでも希望を持てるようになる。 5.全国において似たような問題意識を持つ団体とつながり、ノウハウの共有を行いながら、受け皿が広がっていく。
③実施した活動 1-1.経済的な不安や精神的な負担を必要以上に感じずに生活できる生活拠点を設置（無一文ハウスの設置、安価な下宿、社宅などの多様な居住や生活支援の提供） 5-1,2-2,4-2.若者たちが自発的に動き始めるための動機付けが高まる機会を開設（個別の釧路体験プログラムや多様な当事者同士や多様な生き方をしている人たちが出会い、交流する機会の設置） 2-1,3-1,1-3.若者たちのスキルアップと自己否定感を少しでも軽減できる達成感がわかりやすいプログラムの提供（学びの機会、研修の機会、多様な経験や語りの機会の提供） 1-2.日常的に生活や就労など様々な相談ができるチャンネルの設置（サポーターとピア） 4-1,5-3.個人的な悩みを社会的な課題に社会化するための情報を発信（ラジオ配信など） 5-2,2-3.若者たちをサポートできる人材を発掘、育成するノウハウを明らかにする（釧路の現場の人材発掘や育成活動、全国ネットワークでのスキルアップ連続研修の実施、チェックリストとそれを用いたハンドブックの作成）
④出口戦略 ・制度を活用できるものについては制度事業への切り替えを検討（自立訓練、グループホーム、就労継続事業、児童発達支援事業などの多機能事業所を想定） ・自立途上にある若者に法人借り上げの居住スペースの住み込み管理人となり、ルームシェアできる部屋を増やし自主運営をする ・公益性の高いサポートで制度化に至らないものについては新たな助成金プロジェクトとして申請し、継続する ・地域の連携機関などから請負事業を得る などのマルチな方法を組み合わせて事業を発展、持続する

３．事後評価実施概要

（１）実施概要

①この事業の重要なポイントとして設定した変化

①参画した若者たちの権利と尊厳の回復状況 ②若者たちが社会資源として活躍した成果 ③周辺（潜在層と全国ネットワーク）への波及効果

②事後評価のための実施した調査

調査Ⅰ	【関連する短期アウトカム】 1. 釧路において、自立に行き詰っていた若者たちが不安のない生活の場、本音を話せる相手、社会参加の機会を得ることで、学びあい、心身面、社会面で健康を回復し、成長することができる。 2, 釧路において、若者たちに資格取得や現場実習などの多様なバリエーションの就労支援を実施することにより、人手不足の現場の新たな担い手として、若者たちが活躍することができる。また、新型コロナの影響で経営に困難を生じた企業が若者を育成する現場として活躍する。

１）調査及び分析方法　定量データの収集と分析

これまでの実践成果から開発した「自立のための土台チェックリスト」で自立のために必要な土台を権利保障の蓄積と捉えて数値化し、評価する

https://service.qubo.jp/mother2768/form/index/66863fc46

「生きる権利」「守られる権利」「育つ権利」「参加する権利」「権利侵害のダメージ」の 5 領域に対して細目を 5 項目それぞれ 5 段階評価で「自立の土台に必要なポイントの積み残し」を 100 点満点で数値化し、本法人の活動や事業と出会ったときのポイントと現在のポイントを比較した。（本人と話し合ってチェックできる人は共同で、本人だけでもできる人は本人のチェック、客観的なチェックがよいと判断したものは運営が複数でチェックしたが、いずれもチェックリストの趣旨を理解したうえで客観的にチェックできるよう配慮した）

２）実施時期

2022 年 12 月～2023 年 1 月

３）対象者

本事業のプログラムに参画、活用した 20 名の若者

関りをもってからの期間が最長で 18 年最短 4 カ月（10 年以上 5 名、5～10 年 7 名、1～4 年 5 名、1 年未満 3 名）男性 6 名、女性 13 名、その他 1 名、40 代 1 名、30 代 8 名、20 代後半 3 名、20 代前半 8 名）

４）結果（明らかになったこと）資料１　20 名チャート参照

子どもの権利の４つの権利に基づき「生きる権利」「守られる権利」「育つ権利」「参加する権利」で項目を用意したが、支援につながる前の権利侵害によって負うダメージの存在がかなり自立へのプロセスにとって影響が大きいことから「権利侵害によって生じたダメージ」の視点を加えた。

本事業の取り組みにより、参加した若者たちがそれまで侵害されてきた権利が保障されることで、自立の土台の形成が進んだことが明確になった。

20 名のうち活動前の土台の積み残しポイントは平均 67 点（最大値 88 点、最小値 33 点）で活動参加後は平均 31.8 点（最大値 55 点、最小値 11 点）で変化量の平均は 35.2 点（最大値 61 点、最小値 14 点）となり、権利保障の発想に基づいた土台作りに大きく貢献したことが分かった。

【領域別】

領域	内容	関与前 (最大/最小)	関与後 (最大/最小)	差 (最大/最小)
生きる権利	衣食住お金、医療などの確保	10.6 (17/0)	5.2 (10/0)	5.4 (10/-3)
守られる権利	安全安心（暴力抑圧がない、理解がある）	10.6 (19/0)	5.2 (12/1)	5.4 (12/0)
育つ権利	支え、学ぶ、知る、休む・遊ぶ、能力開発の機会	15.6 (20/5)	6.1 (12/1)	9.5 (17/4)
参加する権利	居場所、対話、思考や価値化の広がり、自主性	16.7 (20/10)	6.9 (13/0)	9.8 (19/4)
ダメージ回復	権利侵害の影響の理解と回復の環境や関与	15.3 (20/8)	9.0 (20/5)	6.3 (14/-1)
総合		67.0 (88/33)	31.8 (55/11)	35.2 (61/14)

特に関わる前に暴力や抑圧、貧困状態にあったところから居住支援を求めて転居してきた場合は生きる権利、守られる権利が保障され積み残しが減る。日常生活が危機的である場合は社会参加や学びの機会はほぼ保障されておらず、つながった後に本事業で展開した活動や就労など多彩でフレキシブルなメニューへの関与により、育つ権利、参加する権利が保障され、そのことによる積み残しが格段に減っていたといえる。
本チェックリストについては、考え方と使い方について支援者向けハンドブックで解説する。

調査Ⅱ	【関連する短期アウトカム】 3.釧路地域における支援現場において、これまで受け入れが難しくサービス提供が不十分だった方への支援が、若者たちの力を借りることにより、可能となる。また、新型コロナ等の影響で必要となった孤立や孤独へのリモートやSNSを活用した取り組みにおいて、若者たちが担い手となりニーズに応じた事業展開が可能となる。

１）調査及び分析方法　定量データの収集と分析
若者たちが担い手になることによって運営された事業の種類、数、経費と受益者の数をまとめる

２）実施時期
2022年12月～2023年1月

３）対象者
・本事業の実施期間内にプログラムを利用した若者たちが担い手となった事業
・若者たちが関与することによって地域生活が可能となった人や家族（直接受益者）
・若者たちが関与することによって生きづらさの理解を深めたり、学びや気づきの機会を得た関係者（間接受益者）

４）結果（明らかになったこと）
3年間を通して、若者たちが担い手となり、既存の体制や制度では難しかったり、新たなニーズとして必要となった支援現場のニーズを受けて、取り組んだ事業が(1)介護事業(2)相談支援事業(3)SNS やインターネットを活用した事業(4)その他の事業と幅広く展開できた。
(1)介護事業
①強度行動障がいの利用者への個別ケア（2020年4月～7月）

②生きづらさ渦中の若者たちの生活支援
③宿直や土日、夜間帯の見守り
④柔軟、緊急の短期入所
(2)相談支援事業
①夜間深夜帯の電話相談業務　　②カルテ入力業務
(3)SNS やインターネットを活用した事業
①ネットの居場所ポータルサイト死にトリ　　②SNS 相談
(4)その他
①女性のつながりサポート事業　②就労支援メニューの特養の清掃業務
③コロナ特別枠における就労実習　　④単発の請負事業

実施期間中の合計数

	直接受益者	間接受益者	従事者数	売上高（万円）	具体的な変化や特徴
(1)介護や支援に関する事業					
①強度行動障害の方の総合的なサービス提供	2	30	11	114	コンサルタントとの連携や見立てや支援スキルの向上
②暴力抑圧被害後遺症の若者たちの生活支援	3	30	16	370	関係機関との連携、暴力抑圧被害の理解が深まる
③宿直や土日、夜間の見守り業務	20	30	9	800	人材不足の業務への人材確保、取り組みやすい業務
④緊急の短期入所	6	10	5	10	ニーズが高いが、提供する事業所がない隙間
(2)電話相談業務					
①電話相談	多数	15	5	800	深夜帯の人材不足に貢献、周囲への育成効果
②カルテ入力			4	100	着手しやすい業務内容
(3) SNS やインターネットを活用した事業					
①ネットの居場所	多数	多数	20	4,800	スキルや経験を生かせる貢献度高い、多様な働き方や業務内容がある 若者たちの高い有用性が実証された
②SNS 相談	多数	10	8	400	当事者性を生かせる、周囲への育成効果
(4)その他					
①つながりサポート事業（女性支援）	150	10,000	14	2,800	実績から新たに依頼されて取り組んだ委託事業
②清掃業務			6	300	外部就労の入り口
③コロナ実習枠			8	38	就労経験のインテークとアセスメントの役割
③単発の請負業務	－		17	100	就労の入り口的な役割 一緒に作業することで関係性作りにもなる

受益者総数：
（直接受益者）生活支援約 30 名　相談支援　匿名利用者　20 人/日　サイトユーザー 1000 人/日　その他事業　150 名
（影響を受けた間接受益者）生活支援や相談支援　約 110 名　周知数 10,000 人以上
（従事メンバー総数）：約 140 人
売上高合計：約 1 億 500 万円
自立が難しく、支援の対象となり社会的なコストがかかると扱われた若者が担い手となり、社会資源として貢献するような経済的な効果や支援の枠の広がりが生じたことが分かった。

調査Ⅲ	【関連する短期アウトカム】 4, 今の日本社会において、生きる希望を失っている若者たちが、本取り組みについて知ることや触れることにより、少しでも希望を持てるようになる

１）調査及び分析方法　アンケート調査と取りまとめ
自立をするために必要な支援や取り組みに関するアンケート
本事業によって提供した自立のための土台づくりの取り組みについて、利用希望や意向や意識などをアンケートフォームにて収集
「死にトリには、毎日 1000 人以上の人が訪れ、自分の死にたい気持ちをつらチェックで理解しようとしたり、経験談や掲示板で気持ちを表現をしたりしています。
また、これまでのこえサーチでも厳しい現実への声が寄せられています。
死にトリを運営している地域生活支援ネットワークサロンでは、別のプロジェクト自立生活のための体験プログラム － FFP (ffp946.com)において、生きづらさを抱える人たちに必要な社会資源を開発しようと、モデル事業を行ってきました。その中で、たくさんの「こんな仕組みや制度があったらいいのに」と思うことがあります。
今回のこえサーチでは、「こんなものあったら、死にたいほどつらい状況から脱出できるかもしれない」というものについて、皆さんの意見をお聞きしたいと思います。
私たちの経験上、「あったらいいな」は言わなければ実現せず、とりあえず「こんなのあったらいい！」と声に出すことが、実現の第一歩という実感がありますので、ぜひ、皆さんの経験から今の社会に必要なものについて、リアルなご意見をお寄せください！」
【尋ねた内容】
〇属性情報
年代（10 代未満・10～17 歳・18～29 歳・30 代・40 代・50 代・60 代以上・答えたくない）
性別（女性・男性・どちらでもない・答えたくない）
〇設問
以下のような社会的なサポートについて、ご自身の気持ちに近いものをそれぞれ選んでください（実際にあるわけではなく、これまでの活動経験から発想したものですので、ご了承ください）
（１）無料または安価な住まいの提供
暴力や抑圧、人格否定などの人権侵害がある環境から逃れるため、あるいは人権侵害まではいかなくても、引きこもっていて出口が見えない、どこにも居場所がない、自分らしくいられないなど、今の生活に行き詰まっていて、将来が見えない時に、安心して暮らすところを提供する。状況によっては、事前に、家族に相談や了解を得なくてもいい、または

家族や身内から守ってくれるなどの、手助けもある。必要に応じて、移動のための交通費も支給される。「住むところを失ってしまうかも」という不安を持たずに先のことを考えるために、一方的に退去を迫ったり、期間を設けることなく、その後の生活についても一緒に考えていく。

（２） 生活支援

心身の状況や経済状況や生活スキルに応じて、食事の提供や掃除、洗濯、買い物、行政手続きや通院などの身の回りのことを手伝ったり、一緒にやったり、教えたりする。

（３） 何でも相談

経済的なこと、仕事のこと、心身のしんどさ、人間関係について、家族との関係など、日常的なことから、人生の大きな相談まで、必要に応じて一緒に考える。相談相手も幅広く、相性なども含めて選べたり、交代したりできる。

（４） 多様な働き方による就労または就労のための体験や実習

すぐに働くことが必要な人、働けそうな人は状況に応じて就労先を紹介する。働き方は柔軟に個別の状況に応じて雇用形態もできるだけ負担がかからず、継続して働けるような環境調整を行う。すぐに働くことが難しい場合には職場実習や体験、インターン的な働き方も提案する。働く際には一人ひとりのニーズに応じて、話し合いを行いながら、進める。

（５） 活動プログラムの機会提供や共同開発

生きづらさのこと、社会のこと、自分自身のこと、他者のこと、社会のことを学んだりしながら、心身の回復、生活スキルの向上、社会参加の促進のための研究会や勉強会や食事会や茶話会、スポーツ活動やちょっとしたイベントなどの交流、活動があります。希望に応じて参加することができるプログラムがある、もしくはないものは一緒に開発したり、アレンジをしたりできる

本事業で展開した上記の５つの事業について以下の３つの回答を集めた

①あなたは、このような社会的なサポートが必要だと思いますか？

（社会に必ず必要だと思う・できれば必要だと思う・必要だと思うけど、課題もありそうだと思う・あまり必要ないと思う・よくわからない）

② あなたは、このような社会的なサポートを使いたいと思いますか？

（今すぐにでも使いたい・できれば使いたい・今は必要ないけれど過去に使いたい時があった・今は必要ないけれど将来、必要な時に使いたい・使いたくない・わからない）

③○○について意見があれば、自由にお書きください（自由記述）

２）実施時期

12 月 31 日から１カ月間

３）対象者　本事業から派生して実施している事業「ネットの居場所ポータルサイト死にトリ」のコンテンツ「こえサーチ」を活用。死にたいほどつらい気持ちを抱えた人など、サイトに訪れ上記の調査趣旨に関心を持った 242 名。（属性　年代 10～17 歳：42 名、18～29 歳：84 名、30 代：63 名、40 代：35 名、50 代：13 名、60 代以上：2 名、答えたくない：3 名

性別　女性：169 名、男性：38 名、どちらでもない：18 名、答えたくない：17 名）

４）結果（明らかになったこと）

本事業で展開しているメインのアウトプットの５種（無料または安価な住まいの提供、生活支援、相談支援、多様な就労支援、社会参加の活動プログラム）はいずれも、今の社会において必要であり、死にたいほどつらい状況にある人たちの多くが自分も利用したいと考えるようなものであることが分かった。既存で類似する支援があるが、その課題や限界を踏まえて、そうした支援が実際には難しいのではないか、個別のニーズに沿う形で実現できるのか不安や疑問を抱く意見も多かった。（資料２　結果まとめ参照）

		⑴ 住まい	⑵ 生活支援	⑶ 相談	⑷ 就労支援	⑸ 活 動 ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ
必要性	必ず必要	123	127	175	154	110
	できれば必要	34	73	34	44	72
	必要だと思う	83	40	27	39	37
	あまり必要ない	1	2	3	3	13
	よくわからない	1	0	3	2	10
利用希望	今すぐ使いたい	56	50	122	63	70
	できれば使いたい	54	59	67	59	71
	過去に使いたかった	34	23	11	22	16
	将来使いたい	80	92	20	77	38
	使いたくない	6	5	8	9	25
	わからない	12	13	14	12	22

【必要性について】本事業において必要だと想定した 5 つについて、いずれも高い比率で「必要である」と思っている人が多いことが改めてわかった。特に相談と就労支援への必要度が高いものの、「必ず必要」「できれば必要」「必要だと思う」を合計した数値は⑸活動プログラムを除いては 98%以上となっている。活動プログラムについては「必要ない」「わからない」が 23 名となっており、生死に直結するものではないことや、馴染みやイメージが薄いことが推測される。

【利用希望】5 つの中では相談への希望が最も強く半数以上が「今すぐ使いたい」と回答している。ただ、自由記述から相談への希望が具体的に解決したいことがあるというよりも話し相手や理解者がほしいという意味あいでの回答も相当含まれていることが推測され、孤立の課題とつながりを求めるニーズの強さがうかがわれる。一方で居住支援、生活支援、就労支援に関しては「今は必要ないが、過去に使いたい時があった」「今は必要ないが、将来必要な時に使いたい」と回答した人が⑴114、⑵125、⑷99 と半数近くにのぼり、実質的にほとんどの人が希望していることがわかる。

【自由記述】

自由記述はいずれも、具体的で実態やニーズに即した内容が多かった。単に要求するのではなく、建設的なアイディアやすぐにでも応用できそうなものも多かった。

以下に、項目別の特徴や例を紹介する。

⑴安価な住まいの提供について

プライバシーの確保や一人ひとりのニーズに応じた環境（音やにおい、人付き合いの頻度や空間など）に配慮がほしいという意見が多くみられ、暴力や抑圧の被害による後遺症からの心身の不安とともに、発達障がい、過敏さなどの環境の変化に弱い特性や気質を持っている人たち生きづらさを抱えていることがうかがわれる。また、本当に安全なのか、家族が押しかけてこないか、シェルターのようにどこにあるかわからないようにしてほしいなどの安全性の確保を求める声、煩わしい手続きや公的機関に頼ることのハードルの高さから、使いたい時、必要な時に使えるハードルの低さを求める声も目立った。また、地域格差なく全国にそういったところがあると助かる、国が保障してほしいなど公益性や平等

性や社会保障としての提供を求める意見もあった。

例）なるべく部屋の間の壁を厚くしてほしい。音に敏感な人には薄いと逆効果になってしまうと思う。／きっとこのような住まいの提供が始まれば一定の批判はあるだろうしルール作りも大事だと思うが、必要な人はたくさんいるように思う。／提供して頂いていることに気が引けたりして、環境などに不満があっても言い出せない人がいるのではないかと思うので、環境ついての不満や要望を定期的に尋ねるようにする。 私の場合ですが、支援者をうまく頼れない、相談できないので、支援する側から尋ねてもらえると助かる。また、話を他人から聞いてもらうスタイルだと、緊張したり、嫌われたくなかったり、相手を試したりする…ので、アンケートに記入するようなスタイルだと心の負担が軽くて善いかもしれない。／衣食住が確保されていることと、金銭的な心配がないことは、落ち着いて自分のことを考えるうえで絶対必要だと思う。 逃げたいけど逃げられない、今の生活を変えたいけど変えられない、そういった人にとってこのような制度はかなり需要があると思う。 できれば「安価」ではなく、「使いたい人は全員無料」。そうでないと、自分は条件外かもしれない…と踏みとどまる人が続出しそう。／支援を受ける人が、どのような空間だと安心するのかなどを共に考えて、住みやすい環境を提供できるようにしてほしいと思う。

⑵生活支援について

本当に大変で助けが必要な時ほど、支援を受けることが難しいという実態が伝わる記述が多くみられた。また、既存のサービスを受けていても非該当の支援や対象外になってしまうことについて触れる内容も目立った。支援を提供する側の人材の課題についても多く、制度や仕組みがあっても「暮らしに必要なケア」という非常に個別的なニーズが多様な支援について、効果的に提供することの難しさが推測される。一方では本事業で個々のニーズに沿ったケアを展開できたことによって若者たちの変化がみられることを考えると生活支援の在り方が自立に向けて大きく可能性を広げるともいえる。

例）今でも取り組み自体はあるだろうが、支援側の負担が大きくなり過ぎたり、受ける側で不満が溜まったりと、バランスを保つのが簡単でないように思う。すれ違いやトラブルを防ぐ為に、人員の確保やそれに見合う報酬はもちろん、支援を受ける側にも納得出来る線引きを慎重に行うのが必要と思う。／人との相性もあると思うので支援を受ける人の考える相手とギャップが少なくなるような仕組みがあると良いと思う。／生活において何に困っているのかをしっかり聴いてほしい。対話で伝えるのは苦手な人には、アンケートなどを活用。 私の場合は、困っているけど、悩んでいるけど…その話はきっと認めてもらえない、社会人としてこんなことを話すことはいけない、こんなこともできない自分が恥ずかしい…などと思い込みの癖が染み付いていますから、相談や支援を受けること自体のハードルが高くあります。／障害とまでいかなくても、極端に苦手なことがあって生活に不自由している。支障が出ている。という人にとって、非常にありがたいシステムであり、現状打破のきっかけになると思う。／起きられない、お風呂に入れないなどの時に理解して話をするだけでも手伝ってほしい／すばらしいサポートだと思うが実施にはいくつか考えておかなくてはいけないことがあると思う。①頼むことが一番のハードルであるため、どのようにアウトリーチするか。②サポートを受けられる対象のボーダーラインにいる人に対して、該当せず受けられない場合でも、別の支援を案内するなどして支援を弾かれたという経験を持たせないようにすること。そのためには別の支援政策との連携が重要だと思う。／いっしょに存在しているという感覚が安心を生むし、他の人といっしょにやると自分はどうしてうまくいかないかを理解できるからいいと思います。でも、教えようという態度がそれではダメだということを作りやすいので、そこには注意がいると思います／付き添ってくれる人に対してまで疑惑を向ける人もいるため、信頼関係を築くことが必要

だと感じました。／土日も利用できるようにしてほしい。平日働いていると、福祉を利用したくても利用できないこともあるので。

⑶相談支援について
相談については24時間対応を含めて増えているものの、それでも主要なものはなかなかつながらない実態もあり、いつでも気軽に様々な方法で相談できる先を望む声が集まった。また、相談を利用することでダメージを受けた経験がある声も多く、対応の質の向上を望む意見も多かった。また、既存の相談を利用したからこそ気づく課題を本質的に指摘するものもあり、既存相談の内容の問い直しや質的な改善や修正などの必要性も感じた。

例）自分は不安の強い鬱病なので仮に一人暮らしを始めても不安が消えることはないと思っています。なので定期的に現状などを話せる安心できる話を吐き出せる場所があればとてもありがたいと思います。／うつ病を抱えながら医療従事者になることについて相談したかったが、同じ境遇の人に出会えず何も問題をわかってもらえなかった。もっといろんな人がいたら適切な助言がもらえたかもしれない。／いのちのでんわはパンクしている。悩みを相談したりぐちを話せる人が誰もいないので、とにかくなんでもいいからはなしあいてになってくれるサービスがあれば本当にありがたい。／相談相手の人手が心配／魅力的だが……、正直なところ、未だに人に相談したときのダメージを引きずっているため、そういう仕組みがあったとしても、どうやってもう一度勇気を出して繋がったらよいのか、話したらよいのか分からない。／相性で選べるという点は重要だと思うが、どのように相談員を確保しかつ心身の健康をまもりつつ配置するかのサポートが重要と思う。／職場にジョブコーチがつくように、人生のコーチがいた方が安心します。人間関係が狭い人間の人生の指針は自分で決めにくいのでこのような制度は是非導入してほしい。／親にも言えない悩みを聴いてくれる存在は、精神的に安心できるので使いたい。夜中に急に泣きたくなることがあるので、２４時間対応（電話やチャットで）だとありがたい。／話を聞くのが下手な人ばかりで、上手に話を聞いてくれる人も「こういうスキルで話を聞いていると思わせてくれてる」って透けて見えてしまう。講習を受けたんだなという背景は見せないで気を使わないで話せる場所や人がほしい／結局「相談すること」がめちゃくちゃ高いハードルになっている場合もある（どうせ理解して貰えないと思っている とか）し、相談することすらできない/やらない状態が最悪だと思うので、そういう人たちの辛さのはけ口になる為にはどうしたらいいのか というのも考えるべきことだと思う。／相談する練習を小さい時から出来る仕組みがないと相談できる時にちゃんと話せない人とか話しちゃダメと思う人がいると思う／相談って一時的にはスッキリするが、結局根本は何も解決しない。

⑷就労支援について
既存の就労支援（障がい福祉サービスなど）の有効性とともに限界や課題に触れるものが多く、具体的な提案も多くみられた。方法論よりも基本的な考え方に疑問を持つ内容が多く、能力の偏りやパフォーマンスのムラによる就労機会がないことなど実際の経験からの意見が多かった。また、職場における人間関係の難しさに関する内容も目立った。

例）障がい者支援と同様の支援を、過去にダメージがある人・自信を失っている人支援として提供して欲しい。完全に元気がなくなってからセーフティサポートを得ても、さらに自信がなくなるだけだと感じます。／安心して働ける就労先を見つけることはとても難しいので(働き出してからしかわからない)、このような就労支援があるとありがたいと思います。／送迎サービスが欲しい／自分は、抑うつ状態で遅刻欠勤が増えてしまう。遅刻欠勤で迷惑にならない方法が欲しい。 また、ストレス解消方法を用意して欲しい。人間関係でストレスが溜まって苦しい。人間関係そのものも、なんとか改善して欲しい。／これまで仕事が長続きせず就職に何度も困

ってきたので、これからは多様な働き方を考えていきたいと思っており、このような就労支援があればぜひ受けたいと感じました。／何年も社会に出ていないけど働きたい気持ちがある時に伴走してくれる人がいることはとて心強く、頑張ろうと思えると思います。／出来れば家にいながら働けるような、リモートワークの拡充もお願いしたいです。働きたいと思うけれど、環境の要因で外へ出れない人もいます。／本人のやりたい仕事とできる仕事が釣り合うような職種を探す制度か、無理をさせない程度にやりたい仕事に釣り合うようにスキルを磨く制度が欲しい。

⑸活動プログラム
こうした活動がぜひあった方がいいという積極的な意見と、具体的な内容の提案がある一方、対人の苦手さや具体的ではないことへの不安の声もあった。既存のものとして障がい福祉の集まりや宗教活動を連想してのネガティブな意見もあり、イメージがしにくい、理解されにくい取り組みであることを実感した。本事業で意識した自主性、自発性を発揮してプログラムを作っていくイメージを共有したり実現することには難しさがあると感じる。

例）活動プログラムは絶対必要。私は家族を亡くして孤立孤独ですが、この辺りの事で手薄くコミュニティが無くて拠り所がありません。田舎のリア充な人達以外は基本的に差別されて排除されます。また異業種交流会と称した詐欺勧誘のサークルが広域に存在します。仕事関係やプライベートな友好関係で人間関係を広げようと頑張りましたが、他人を闇に落とす心無い者達に深く傷つきました。報われない孤独で慢性的に苦しんでいます。／居場所づくりはやってみたいし、参加したいです。（でも、どこに行っても、なんとなく馴染めない感が残るのは、個人的な感覚なんでしょうね。）／普段他者と疎遠になっているので、交流出来る、学ぶ場がある作ることは必要なことだと思う。／話すのが苦手なので、話さなくてもいいという環境やプログラムがあれば嬉しい。／活動場所が遠いと行けないので、イベントに参加しづらい。イベントの参加人数が少人数だと良い。イベントの参加先で宗教の勧誘があったり、詐欺にひっかかることがないように、参加者の素性が明確だと良い。イベントの途中退席しても大丈夫で、話したくない人は話さなくても良いような人も参加できると有難い。／時々、急に人が恐ろしく感じられることがあります。 自分から話しかけることならできても、話しかけられると怖いパターンが多めです。 自分から話しかけたい、話しかけられるのはいやな人は赤、 話しかけられるのは大丈夫だけど、話しかけるのは無理な人は黄色、 どっちもオッケーな人は青みたいに色のついたバッジで区別できたらすごく安心して参加できそうです。／精神疾患など問題を抱えている人が集まるといざこざになりやすい。距離が近すぎて共依存になる危険もあるため、課題が多いと思う。／心では参加したいと思っても人が怖くて、自分は参加できないと思う。／例えば、認知症の集いなら、あって、うつ病にも集いがあって。なんにもあてはまらない自分には、世界のどこにも居場所がない。 そんなのは、やめて。誰でも行けるものにして。／ないよりはあった方がいいと思うが、人と関わることそのものが生きづらさの種になっている人もいるので、万人に有効とは限らないと思う。

全体の自由記述について
予想よりもはるかに支援の本質的な内容を問うあるいは指摘する提案が多く、当事者目線の重要性を痛感すると同時に、支援者や学識経験者、行政として設計している既存支援策の課題が浮き彫りになったと感じた。明確にお金の問題であると強く訴える意見も多く、経済的な支援や安定への保障のニーズが高いことも分かった。一方、安楽死制度を求める声も複数あり、現状の厳しさやあきらめの気持ちが強い現実も見えた。

例）個人の問題ではなく社会の問題として制度をスピーディーに見直し続ける力／自分が助けられるべき存在であるという認識／無敵の人批判するなら安楽死施設作ってほしい。自殺を社会問題扱いするくせにどうせ健常者じゃない人間は助けないんだから、せめて楽に死なせてほしい。／とにかく「生活」ができる状態にして、うんとその辛さと向き合えるようにすること。今できないことはパスできるならパスして、ふと次のステップが見えてくるまで本人に任せられること。必要に応じてすぐ専門家に繋げられること。それを邪魔する人から遠ざけられること。例え家族だろうとなんだろうと邪魔するものは敵ですので……。書いてて思ったんですが、法律に守られてるのと同時に法律によって行きづらくさせられてる感じあるなぁって思いました。やはり運営が人だからですね。そろそろ血の繋がり至上主義みたいな法律の生臭い部分変わって欲しいですね。私みたいな苦しみを味わう人がいなくなればいいのに……(全部ここらの法律のせい)／金銭面での経済的な支援に加えて、つらい気持ちを共有できる他者の存在や居場所などの社会的な支援もセットになったサポートが今の自分には必要です。／ただ聞いてくれる人が欲しい。 全く縁のない人に。 アドバイスは欲しくない。 だけど生きる意味を納得できるほど論理的に説明してくれるなら聞きたい。／お金や自分の感情や思っていることなど何も気にせず何も偽らず全てをありのままいつでも吐き出せる場所、思い立った時に助けをすぐに求められる場所／結局お金があれば割となんとでもなる。相談で必要な物や事が分かってもお金が無くて結局手が出せない事が多すぎる。／もっと簡単に、誰でも相談できるような環境を作る必要があると考えている。例えば、これは変えようがないことだが家族の理解、学校や職場で「つらい」と言うことができる環境。日本ではカウンセリングを受けることは社会不適合者だ、一緒にいるとおかしくなると言うような考え方や風潮がある。ここまで過激ではなくても、これに似たようなものはあるだろう。そのせいで、ただひとこと「つらい」と言うことができない。学生なら尚更、相談することのできるような場所が必要なのだ。それができないから思い詰めてしまう。以上のことから、誰でも簡単に気持ちを吐き出せるような、簡単に相談できるような環境を作る必要があると考える。／主な不安は衣食住やスマホ等インフラを維持できる経済力だけれど、同時に趣味や娯楽への執着が強いのでマスメディアや行政の打ち出すモデルロールでは重要視されていても自分は優先しない内容を整理する客観的な視点。また、自立した生活を営む上で不足している要素を指摘､習得する機会がほしい。 今回のアンケートで提案された内容はとても理想的なものだったので、行政福祉として実施される日がくればよいと感じます。／声に耳を傾けること 自分の話を聞いて貰えないということは非常に苦しいことだと思う／入院したいと思ったことがありました。でも入院はしんどすぎます(持ち物全て奪われる、スマホ禁止、拘束、仕事に行けないなど)。入院に近い施設があって 1 か月くらい入れて、生活を頼れて、人と話ができて、そこから仕事にも行けたらいいのにと思っていました。／社会に、特に子ども世代の子がひとりでも受けられる支援が必要です。親と子も人付き合いですから、合う合わないはあると思うのです。絶望的な状況が重なっていった際、この親の血を自分が引いていることで将来が非常に暗くなっている私のような人間もいます。合わない親から、子どもが自分から離れられるシステムがあってほしいです。誰でも、他にも居場所があるんだ、と思えれば少し生きやすくなるのではないかと思います。

今回のアンケートではつらい状況にある人たちの深刻な状況と同時にそうした状況にあるからこそのリアルで貴重な意見やアイディアが多かったことが印象的だった。こうしたアイディアを出せる機会やそうした機会を通じて実際に実現させることができるとさらに希望が強くなると感じたので今後の活動展開に活用していきたい

調査Ⅳ	【関連する短期アウトカム】 5.全国において似たような問題意識を持つ団体とつながり、ノウハウの共有を行いながら、受け皿が広がっていく

１）調査及び分析方法　ワークショップの開催と結果の取りまとめ
本事業によってつながった全国の関係団体のメンバーと「権利侵害のダメージを理解する支援」について連続講座というスタイルでワークショップを行う

２）実施時期
連続講座は12月9日から9回シリーズで実施し、最後の9回目にまとめの意見交換をした（1月21日(土)19時～）　資料３ハーマン勉強会チラシ

３）対象者
関係団体のメンバー（鹿児島、福岡、山口、大阪、長野、千葉、札幌、釧路などの実践メンバー）

４）結果（明らかになったこと）
若者の自立を応援するためには暴力・抑圧被害への理解と対応が非常に重要である。
支援者も疲弊し、孤立するリスクがあるため、正しい知識や相談先、相互サポートの必要性が明らかになった。
この勉強会は本事業を活用し2022年8月に山口県の地元を逃れてきた21歳の若者Ｓさんの存在がきっかけとなった。2022年6月に政府が実施した孤独・孤立相談ダイヤルにおいて、連携のあった鹿児島の支援者が電話の内容から暴力抑圧の背景や解離症状などに気づき、継続支援を行い、FFPのサイトを紹介したことで、釧路に来ることとなった。しかし、釧路に来て直後から、自傷行為や自殺未遂を繰り返し、複雑性PTSDの症状が激しいこともあり、もともと地元でサポートしていた山口の支援者とも連携。鹿児島、山口、釧路の支援者が同時に関わるうちに、トラウマに関する共通理解が必要であることを痛感するとともに、何よりも本人との連携と共通理解の必要性を強く感じたことから、本人とともに学ぶ勉強会を企画した経過がある。理論を学ぶことと同時に、全国の連携している支援者とＳさんについて理解を深める場であり、Ｓさんが社会参加する機会であった。
類似事業（シェルター事業）を行っている長野のNPO法人場作りネットからも複数が参加。12月には抑圧が続く実家から逃れてきた20歳前後の兄妹が、本事業の無一文ハウスに移住することとなったため、長野から移動時には本研修に参加していたスタッフが同行し、釧路から勉強会に現地参加をして、意見交換を行った。場作りネットは自立援助ホームの運営を検討することにつながった。
また、本勉強会で協働した4団体（一般社団法人北海道セーフティネット協議会、ＮＰＯ法人場作りネット、ＮＰＯ法人暮らしづくりネットワーク北芝、一般社団法人Saa・Ya）と来年度の新事業として中央共同募金会「赤い羽根福祉基金」一般助成プログラムとして「家庭内の暴力抑圧によりパワーレス状態に陥った人たちが社会参加することによって当事者もコミュニティもエンパワメントするモデルと開発する事業」の企画を申請した。
【参加者からの意見】
○このような会があり、勉強会に参加させていただきましたことを感謝申し上げます。 若者だけでなく、誰もが生きやすくなるためには、自分の思いを否定せず、ありのままに聴いてもらえる場所と時間があることが大切だと考えています。 ただ、自傷他害は別です。 受けとめられる体験を積み重ねる中で、社会との繋がりを持ちたいという気持ちが生まれると思います。 語ることができるようになることを私は大事にしたい。私ができることは、ひたすら聴くことだと考えています。 また、いろいろな学習の提供も必要だと考えています。 私には何ができるかわかりませんが、一緒に悩んだり、学んだりすることはできると思っています。（山口県から参加）

○個別の経験から共通点を導き出し、社会に周知する集団が必要。そして集団をマネージメントできる人材が必要。今の自分にできることは、その集団に属して、若者から学び吸収をすること。かな…。（千葉県から参加）
○今回の学習会に参加させていただいたことにまず感謝します。 親からの継続的な虐待、傷つけられて育つことがいかに回復を困難にするのかをまざまざと見せつけられた思いです。親の支配と呪縛を解いていくにはどうすればいいのでしょうか？ 当事者に安心して暮らせる衣食住が必要であることは言うまでもありませんが、若者が自立していくためには、衣食住があれば、放っておいても自立に向かっていけるほど若者が生き延びるのは容易なことではないです。 当事者が複雑性 PTSD によって解離や離人感に苦しんでいるとき、自傷行為やあらゆる依存行為から抜けられないでのたうち回っているとき、支援者も自傷しないように必要な距離を保ちながら支援していくべきと言葉の上では理解します。 でも私にはとても難しいことです。そこには死と隣り合わせの覚悟が必要になるからです。自傷行為は、辛さから逃れて「生きる」ための行為だったはずなのに、どんどん「死」に近づいていく若者に、何があれば自立の光が見えるのでしょうか？ 自分は生きる価値がないとか、いらない人間だと若者が言うのをよく耳にします。何をしたから何ができたから価値があるという発想そのものがおかしいと思いますが、そういう思考が出てくる背景は何でしょうか。親の背後にある社会の問題ですね。 本人はすっかりあきらめているようなことを言うけれど、強い承認の欲求を持っています。親や社会に否定されて生きてきたからでしょう。 先日の最後の学習会の中で出ていましたが、無条件の OK をとことん示していきたいなと思います。何度でも何度でもありのままの自分でいいのだと伝えたいです。一貫してありのままを受け止める支援が必要だと思います。 そして、社会の中にそういう無条件な OK で過ごせるコミュニティが必要だと思います。 生きてる意味とか自分の価値とか考えなくてもいいコミュニティをつくりたいものだと思いました。（山口県から参加）
○心的外傷については自分も含め正しい理解がまだまだ広まっていないのだなと感じた。「これはこういうものだ」という当たり前や思い込み、決めつけをせず、人と人として関わり続ける、一緒に何かをやっていく機会が必要なのではないかと思った。もちろん、病院とかそういう専門的？な部分も必要だと思うが、社会経験とか機会とか人間ならではの学習機会や経験をする場が足りていないのかなぁと感じる。それも、「提供する」立場じゃなくて「一緒にやる」感覚でやることが大事なのかなと思った。自分からなにかしたりするのは苦手なので、そういう場に一緒に参加したい。（札幌　本事業のサポーター）
○必要だと感じたもの：今回の勉強会のような機会の広がり～人間がダメージを受けた（受け続けた）場合にどうなるのか、回復や成長に何が必要なのか、子どもの権利を守る必要性についてまずは知ることができるので、当事者はもとより社会の理解促進になるような気がする。自分には何ができるか：自分が出会う人に、学んだことを活かした対話をすることで還元していきたい。（地元釧路事業のサポーター）
○ここで生きてみたいと思える街 その街の人 動物や植物などの相棒 誰かとご飯を作って食べられる場 何気ない声かけをしてくれる存在 特別じゃなくても大事にされること 歌、絵、芝居などの表現と触れる機会（長野県から参加）

③調査結果の考察（調査結果をどのように深掘りし価値判断をしたか）

1. 釧路において、自立に行き詰っていた若者たちが不安のない生活の場、本音を話せる相手、社会参加の機会を得ることで、学びあい、心身面、社会面で健康を回復し、成長することができるコミュニティを作ることができたと同時に、権利保障という観点から効果を数値化するツールを開発することができた。また、支援において重要であろうと仮説を立てていた暴力・抑圧被害によるトラウマへの理解と対応がかなり重要となることも分かった。
2, 釧路において、若者たちが力を発揮する場を個別に創造、コーディネートすることにより、

体験、実習、スキルアップの道筋を丁寧に伴走しながら、現場で就労支援を実施することにより、人手不足の現場の新たな担い手としての活躍が実現した。
経験とスキルを蓄積することにより多様な課題を抱えた若者たちでも、それぞれその人なりのパフォーマンスを発揮できることが実証された。
3 また、2 と同時に釧路地域における支援現場において、これまで受け入れが難しくサービス提供が不十分だった方への介護や生活支援、孤立や孤独へ対応する相談事業などが、若者たちの力を借りることにより、可能となり、実に多様な現場において就労や育成の機会が創出され、若者たちの成長だけではなく、ともに働く人材や関係者など間接的に理解、協力する人材が広がった。また、経済効果も想像以上であり、大きな可能性があることが分かった。
4,今の日本社会において、生きる希望を失っている若者たちが、サイトやラジオ発信、連携事業死にトリを通じてつながり、全国各地から釧路の体験プログラムへの参加やコンテンツへの参加を通じ、可能性を抱くことにつながった。
5.ハーマンの勉強会の実施は暴力・抑圧被害による複雑性 PTSD に関して現場の困り感や学習ニーズを明らかにし、全国において似たような問題意識を持つ団体とつながり、ノウハウの共有を行いながら、連携や情報や意見交換をすることで、意識や受け皿への意識が広がっていった。

こうした取り組みを通じて、全国の仲間のつなぎ目として釧路の活動が機能し、全国へ発信、リードする活動として、認知をされるに至った。この活動蓄積を土台として、今後の全国のネットワーク化、多様な地域実践のバリエーションを増やし、支援の必要性を広げ制度化や人材育成へとつながることが期待される。

（２）実施体制

＊ここに記載した氏名・団体・役職についても公表される情報となりますのでご留意ください

内部/外部	評価担当分野	氏名	団体・役職
内部	全体統括	日置　真世	法人代表理事
内部	個別支援担当	大木　瞳	事業 Co
内部	記録	市野　孝雄	事業 Co 補助
外部	精神保健・地域づくり	鶴田　啓洋	一般社団法人 Saa.Ya
外部	地域実践としての評価	大塚　光太郎	『たかた☆ゆめキッチン』
外部	ソーシャルワークとしての理論化	大友　秀治	北星学園大学
外部	自らの生きづらさと自殺の哲学的研究の視点	西岡　千尋	東京大学大学院人文社会系研究科

４．　事業の実績

（１）インプット（主要なものを記載）

①人材 中心的に本事業に携わった人、重要な役割を担った人を記載 ＊主に活動したメンバーの数 （　６　）人	氏名	主な役割
	日置　真世	全体統括
	大木　瞳	事業 Co
	市野　孝雄	事業 CO 補助兼記録係
	大友　遼平	1～2 年目事業 Co 補助
	伊川　佐保子	1～2 年目事業 Co 補助、広報担当
	佐々木　浩治	事業サポーター

②主な資機材	資機材名	使途

③経費実績（概算）	契約当初	実績	差額
事業費の総額	25,590 千円	千円	千円
休眠預金からの助成額	20,810 千円	千円	千円
自己資金	4,780 千円	千円	千円

④本事業に投入した自己資金の種類と金額	名称	金額
	事業収入（利用者、請負事業、講師謝金等）	4,000 千円
	法人からの繰入金	780 千円
		千円
		千円
	合　計 ＊金額が③経費実績の自己資金と一致	4,780 千円

⑤自己資金の資金調達で工夫した点	参画する若者たちの就労機会を増やすことで、少しずつ利用者負担を支払うことができるようにした

（2）アウトプットの実績

アウトプット１	1-1.経済的な不安や精神的な負担を必要以上に感じずに生活できる生活拠点を設置
１）指標 【定量的指数】生活拠点の数、利用人数 【定性的指数】拠点で暮らした若者たちの QOL の変化、心理的な変化、生活課題の変化、社会関係の変化	
２）初期値/初期状態 コミュニティホーム大川（建物１、使用可能な部屋数室） 利用した若者たちの権利の積み残しポイント	
３）目標値/目標状態 【目標値】無一文で暮らせる拠点 6 名、安価な生活支援付き住居 20 室、シェア住宅 5 棟 【目標状態】現状の生活から抜け出したい若者をすぐに受け入れる生活拠点がある	
４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期 1 年目：無一文拠点 6 名、支援付き住居 3 室、シェア住宅計企画段階 2 年目：無一文拠点 4 名、支援付き住居 10 室、シェア住宅 2 棟	
５）実績値 1 年目：無一文 6 拠点　14 部屋　9 名利用　支援付き住宅（下宿）6 拠点　10 名利用 社宅　3 拠点　5 世帯（8 名） 2 年目：無一文 3 拠点　10 部屋　8 名利用　支援付き住宅（下宿）6 拠点　7 名利用 社宅　4 拠点　5 世帯（11 名）　応用利用　3 名 3 年目：無一文 8 拠点　17 部屋　15 名利用　支援付き住宅（下宿）6 拠点　8 名利用 社宅　6 か所　6 世帯（10 名）　応用利用　2 名 利用した若者たちの権利の積み残しポイント 目標は無一文で暮らせる拠点 6 拠点、安価な支援付き下宿 20 室、シェア住宅 5 棟だったが、3 年間で無一文拠点 8 拠点、下宿は 6 拠点、シェア住宅ではなかったが社宅が 6 拠点合計部屋数は 25 室を提供し、目標を達成した。	

アウトプット２	5-1, 2-2, 4-2.若者たちが自発的に動き始めるための動機付けが高まる機会を開設
１）指標 【定量的指数】イベント（機会）の回数、受け入れ人数 【定性的指数】参加者の満足度、参加による意識の変化、行動への移行プロセス	
２）初期値/初期状態 2019 年に実施した活動プログラムは月 1 回程度の交流会や年数回の遠出程度	
３）目標値/目標状態 【目標値】年 2 回、1 回 20 人程度 【目標状態】参加者全員が何らか次の展望を持つことができる	
４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期 1 年目:年 2 回 1 回 10 名程度（リモート開催）、展望は模索段階 2 年目:年 1 回、20 名程度、展望について議論深まり、企画が進む	
５）実績値（コロナにより、イベントから個別対応にしたので、問い合わせと実際に体験プログラムの活用数、参加のきっかけとなったイベントや活動プログラムの実績値をカウント） イベントは 1 年目実施せず、遠隔参加も OK の連続セミナーを実施（9 月から 2 月まで 16 回、通信セミナーの内容をテーマとした、ミーティングや研究会を実施）	

2 年目：学びの場としての FFS（FrameFreeSpace）を創設し、準備会（個別対応モデル 3 名の活動開始。10 月 29、30、31 日に開校式イベントを実施　遠隔メンバーや連携している大阪の団体を交えて 24 名の研修と 30 日午後は一般向け講演として連携団体に呼び掛け約 100 名の参加があった。 3 年目：9 月 3、4 日に「まなざしをめぐる対話」を実施。28 名の現地参加 4 名のリモート参加により、多様な対話を通して、活動の意義や特徴、必要性などについて理論化を進めた。 コロナの影響でイベント的な機会は年に 1 度としたが、通年で釧路体験プログラムを募り、以下の参加があった。 1 年目：7 名体験利用　2 年目：16 名体験利用　3 年目：8 名体験利用 体験時はメンバーが集まり交流や意見交換を行い、活動の動機付けとなった。

アウトプット３	2-1,3-1,1-3.若者たちのスキルアップと自己否定感を少しでも軽減できる達成感がわかりやすいプログラムの提供
１）指標 【定量的指数】資格取得の数、プログラムの数・種類、受益者数、プログラム提供に参画する地域人材、機関の数 【定性的指数】参加者の満足度、自己否定感の変化、就労へのアクセス状況　提供側の学び、変化	
２）初期値/初期状態 これまでの活動の中では、講師派遣、研究活動、日常活動の大まかな 3 分野に分けて、ランダムに活動していた	
３）目標値/目標状態 【目標値】3 分野 10 種類程度のプログラムが開発される　必要時に提供が可能 【目標状態】参加者が選択や変更ができ、プログラムの意義や効果について提供側と参加者が共有できる	
４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期 1 年目：モデルプログラムが 3 つ程度開発、試行段階 2 年目：プログラム開発が進み、類型化、バリエーションが明確になる	
５）実績値 1 年目は試行的に個々のメンバーのニーズからモデル的な実践を行い、2 年目に入る前には LINE グループを活用した、活動を呼び掛けたり、共有したりするための仕組み（ぶかつ）が整い、自発的で小さな単発の活動へと移行した。 ①サバイバー研究会:8 名（逆境体験から複雑性 PTSD の症状に苦しむ若者やその支援者の小グループで 5 回実施　自己治癒力蘇生対話法の創造） ②通信セミナーの受講と学んだことをテーマにした日常的なつながり：25 名（それぞれがそれぞれのペースで学習を進めて、定期的に交流の機会を持つ） ③映画を観る会：6 名（東京からの体験プログラム参加の若者が滞在中に毎日映画を数名で見て、感想を述べあう試み 40 本鑑賞） ④人生を聴く会：10 名（秋田から逃げてきた若者がいろいろな人の人生を聴く機会がほしいとの希望があり 3 回実施） ⑤FFS プレ企画：15 名（2021 年度実施した学び合いの場づくり） ⑥FFS 個別対応モデル:3 名（個別面談を通して、自分の変化を知るワークを繰り返し行うモデル的な取り組み） ⑦支援者向けワークショップ:13 名（2021 年 FFS の支援者向け研修） ⑧FFS 交流会:14 名（2021 年度イベント前夜祭）	

⑨FFS 研修会:18 名（2021 年度イベント本研修）
⑩FFS 研修ワークショップ:21 名（2021 年イベント）
⑪「ぶかつ」の呼びかけから実施した活動：26 名（通信セミナーから派生して創設された LINE グループ　ストレッチ・マインドフルネス、自分の活動発表の予行練習、年末年始が苦手な人たちのおしゃべり会、さみしくなったり落ち込んだ時に声をかけて話をするなどの活用）
⑫無一文拠点における日中活動:27 名（派生事業と連動して実施している日中活動、軽作業や介護体験、手伝いや日常的なイベントなどへの参加）
⑬農作業：25 名（法人で継続して行ってきた斜里農園での作業とそれに関連する付帯作業）
⑭スポーツ活動 24 名（市内近郊の体育館ほかにおけるスポーツ）
⑮ラジオ発信：25 名（本事業における発信活動の消えたいワカモノたちの生きづ Radio への出演）
⑯ハンドブック作成：4 名（本事業で企画した成果物を作成するプロジェクト）
⑰子育てラクダ:11 名（子育て中の親やそれを支える人たちを応援する企画）
⑱食事会:68 名（体験、見学、新たなメンバーの参加、研修、イベントなどで集まって食事をする機会）
⑲宿泊や長時間移動を伴う行事や用事：47 名（通院同行ドライブや旅行、弁護士面談の同行旅行、体験プログラム参加者との交流、潮干狩りなど）
⑳外部からの依頼を受けて講演会や研修会の講師や取材の協力：25 名（九州大学、ダイバーシティ工房、よりそいホットライン、生きづらびっと、新聞など）
㉑まなざしをめぐる対話企画：32 名（2022 年イベント企画）
㉒ハーマン勉強会：36 名（2022 年企画実施の支援者学び合い企画）
目標としていた 3 分野（研究・学習、イベント・交流、趣味・娯楽）はあるものの、いずれも複合的な要素を含む合計 20 種類以上の多彩な活動プログラムやイベントが開発され、メンバーが気軽に声をかけたり、選んだりできる体制やイメージが共有された
3 年間の参加の実人数は 133 名のべ人数は 483 名

アウトプット４	1-2. 日常的に生活や就労など様々な相談ができるチャンネルの設置

１）指標
【定量的指数】相談件数、相談を受ける側の人数、チャンネルの種類、数
【定性的指数】依存性の変化、人への信頼の変化、自己理解の促進程度、相談を受ける側の変化、成長

２）初期値/初期状態
メインサポーター2 名が中心

３）目標値/目標状態
【目標値】相談対応人材が釧路に 30 人以上、多様なツールを含めて一人 3 チャンネル以上
【目標状態】若者がいつでも困った時に相談してもよい、相談できる安心感を持てる

４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期
1 年目:若手人材の発掘、育成に着手、OJT5 名程度
2 年目：人材育成プログラムとチャンネルの開発、ノウハウの明確化

５）実績値
本事業の何らかの居住支援を活用した人（62 名）と就労のプログラムを活用した人（53 名）について、相談できる人が身近で選択できるような複数のつながりを確保した。
①サポーター　15 名ほど

②ピアサポーター　15 名ほど
③外部サポーター　7 名
④サポートグループ　アプリのルーム「ぶかつ」
上記が相談チャンネルとして機能した。
について、
上記の相談行動の変化や人数、相談の活用状況を整理したところ、相談行動と生活や仕事の安定は非常に密接な関係にあることが分かった。

アウトプット５	4-1, 5-3. 個人的な悩みを社会的な課題に社会化するための情報を発信

１）指標
【定量的指数】情報発信の回数、従事者数、アクセス数
【定性的指数】従事者の意識の変化、アクセスした人の意識の変化、社会課題が分析、整理される

２）初期値/初期状態
周知活動はなし

３）目標値/目標状態
【目標値】毎日情報発信とともに情報交換ができるサイト、メール、SNS など複数アクセス
【目標状態】自助的な情報交換、情報共有が自発的に展開している

４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期
1 年目：既存の関連事業やツールとの連動性整理し、発信手段や頻度を見極める
2 年目：効果的な情報発信やメディアの明確化、担当者の選任

５）実績値
専用サイトは完成（日々動かすところまでは至らず）
https://ffp946.com/
活動 PR 動画　https://www.youtube.com/watch?v=CRdlEQBqlLI&feature=youtu.be
月 1 回のラジオによる情報発信は継続
http://fm946.com/broadcast/category/ikizradio/
本事業よりも、関連事業による周知が機能したことと、受け入れのキャパシティが限られることから幅広い周知にためらいがあった。

アウトプット６	5-2, 2-3. 若者たちをサポートできる人材を発掘、育成するノウハウを明らかにする

１）指標
【定量的指数】マンパワー力（新たに開発）、新たにサポートし始めた人数、サポーターの継続期間、
【定性的指数】サポートした人たちの変化、サポーターに必要とされるスキルやマインドの明確化

２）初期値/初期状態
2014 年に小冊子を作成して以来、サポーター養成のためのツール開発はしていない

３）目標値/目標状態
【目標値】マンパワー値は開発後に目標設定
【目標状態】サポーターが意義や重要なポイントを理解し、してあげる人ではなく、当事者と協働している

４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期
1 年目：マンパワーの数値化が確立

2年目：育成のノウハウがガイドラインとして完成
５）実績値 当初想定していた、マンパワーの数値化は検討中であるが、人材育成のために必要な教材はいくつか開発された。 ①関連団体からの要請により、当事者 4 名のライフヒストリーを対話で掘り下げて表現する動画教材と資料が作成され、今後の事業展開や活躍の機会のモデルとして有効性が確認された。（資料４　当事者の語りからリアルを学ぶテキスト） ②若者支援プログラムの有効性をモニタリングできるチェックリストが完成した （上記の成果物としてガイドブックが完成予定） ③サポーター養成に必須の基礎学習としてハーマンの「心的外傷と回復」の協働学習会の実施により、研修資料と動画が教材として完成した https://docs.google.com/document/d/1FslMFIY3I82sCyY5Y7zzalcyvopb9AOUFdge7yi8zZY/edit?usp=sharing

（３）外部との連携の実績

①FM くしろとの連携 ラジオ番組を定期配信することで、活動の経過や記録を残すと同時に、参画する若者たちの表現の機会が広がり、活動の周知にもつながる。また、別のイベントなど活動機会の提供にもつながる。コミュニティ FM であることで、地元への周知と同時に、音源配信アプリでどこからでも聞くことができるので、ローカルかつグローバルな周知活動が実現する。 ②様々な支援関係機関との連携（官民問わず） とにかく一人ひとりの若者を応援するためにつながる連携がもっとも強く、意義深いことを再認識した。個別ケースのニーズや目的を共有するため、形式ではなく実働的な連携が生まれ、そのつながりが次の若者の応援につながる例が数多く見られた（複数ケースの応援につながった具体的な連携先：少年院、少年鑑別所、釧路市立病院精神科、足寄町役場、中標津支援学校、鶴野支援学校、北海道セーフティネット協議会、子ども遊学館市民ステージなど） ③学びを通じた連携（全国の類似支援者や団体） 支援現場の困り感や孤立を共通基盤として、理念と同時にスキルを学ぶことができる定期学習会を最終年度の年末年始に実施。ほかの仕事を重ならないよう 23 時からという時間を設定したにもかかわらず、毎回 15 名前後の参加者が全国から参加した。現場のニーズに基づく定期的な学びの機会は連携を深める大きな機会になることを改めて認識した。

５．アウトカムの分析

（１）アウトカムの達成度

①短期アウトカムの計画と実績

短期アウトカム１	1.釧路において、自立に行き詰っていた若者たちが不安のない生活の場、本音を話せる相手、社会参加の機会を得ることで、学びあい、心身面、社会面で健康を回復し、成長することができる。
１）指標 【定量的指数】回復しつつある若者の数、社会参加の回数、医療や福祉的な支援の必要量 【定性的指数】若者の心理的な変化、健康の改善、課題意識など社会性の高まり	
２）初期値/初期状態 支援前の若者たちの学ぶ権利、参加する権利の積み残しポイント 心身面、社会面の健康状態	
３）目標値/目標状態 【目標値】回復し、社会参加する若者 20 人/月 【目標状態】それまで行き詰っていた若者たちの視点が過去から未来へ向けることができている。支援される側で参加した若者たちが自然と支援する側にもなっている。	
４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期 1 年目：必要な若者をとりあえず受け入れ試行錯誤 2 年目：生活支援、回復のプロセスに仮説を立ててサポートできる	
５）アウトカム発現状況（実績） 本事業の住まいの提供や生活支援により、「生きる権利」「守られる権利」の保障が即座に可能となり、土台形成の積み残しポイントは急激に減るが、次の段階として自立に向かうためには「育つ権利」「参加する権利」の保障がカギを握り、本事業で開発や試行した各種の社会参加の活動プログラムが「育つ権利」「参加する権利」を保障することで、後押しをする役割を担った。 実際のサポート過程で必要性を実感し、チェックリストに追加した「権利侵害によって生じたダメージへのケアや理解」の保障は若者たちの成長や回復に大きく貢献するものであることも明らかになった。既存制度ではあまり想定されていない領域であり、教育分野や福祉分野と若者たちと直接保護し、育む分野への理解の広がりが求められる。また、本来は理解が先行するはずである専門領域の医療分野、精神保健分野においても個人モデルとして本人の疾病やメンタルの課題としてとらえられる傾向があり、関連分野が連携しながら、実態の把握や当事者理解を深めるなど、意識改革と支援方法の配慮が必要であることを実感した。 【事例紹介】 50 点以上の変化があった 3 名の概要は以下の通り **①A さん（30 代　関与前 84 点　関与後 23 点　61 点改善　関与期間 7 年）** 関わり始めたのは 2016 年 FFP が講師派遣として千葉に訪問した際に研修参加者として出会い、衝動的に釧路に転居する。活動に参加する機会はなく、就労中心だったが暴力抑圧後遺症や発達特性の影響で就労機会においては活躍よりも不適応が目立っていた。就労も定着せず、市内で転職を繰り返し、関与も非常に限定的で関係性も深まらなかった。一方で副業として従事していた電話相談事業が千葉在住時も釧路在住時にもそれぞれの地域センターが粘り強く見守り継続した関わりを持ち続けたことは大きな基盤となったと推測される。また、2018 年 3 月ネットの居場所ポータルサイト死にトリの創設の前身となったチャットの居場所づくり、Twitter パトロール事業に関与し、生きづらさや困難を	

持つことでその力量を発揮することになり、本活動に中心的に関わる若者たちと出会い、コミュニティの一員となっていった。2018 年に千葉に戻ったものの日常的なつながりは継続し、本事業がスタートしたことで 2020 年、2021 年と釧路体験プログラムに参加する中で所属意識がさらに高まり、この 3 年間で格段に家族関係、仕事、心身面などすべての面において安定していった。現在、連携事業の SNS 事業の担い手として活躍し、安心できるホームに得て、活動にも生き生きと参加している。FFP の活動のみならず、自ら主宰する LGBTQ の団体の運営を行っている。
長期間継続して理解者が存在することの大切さ、生きづらさがそのまま事業にフル活用されたこと（Twitter パトロールから死にトリや SNS 相談）、就労活動と日常活動を組み合わせた体験プログラムにより所属感覚が高まったことの効果を実感した事例である。

②B さん（20 代前半　関与前 81 点　関与後 27 点　54 点改善　関与期間 1 年）
関与期間が 1 年足らずで大きな変化をしたのが特徴である。2022 年 2 月に本事業をきっかけに市役所から委託することになった女性活躍推進事業つながりサポート事業において、生理用品を頻繁に届けていた市役所子ども支援課から相談がつながった。長年暴力や抑圧で苦しめられてきた実家を飛び出し暮らすところもなく、SNS を通じてアドバイスを受け生活保護の申請に行ったが、実家に住所があることで申請ができなかった。当時緘黙の症状があり相談も筆談であったが、担当者から支援の打診があり、すぐに窓口に駆け付けて状況を確認して、その日のうちに無一文でも暮らせる居住支援の利用がスタートした。自己否定感情が大きく、当初は周囲に迷惑をかけているのではないかという強い不安の訴えがあったが、その都度、対応しながら、拠点の清掃やハウスクリーニングの手伝いなど仕事に関与することで、自分なりの過ごし方を見つけていったように感じたが、大きなきっかけとなったのは農作業であった。暮らし始めてから生活保護の申請を含めてどのように今後の生活を考えるか話し合った際に農業に従事したいとの希望があり、長年活動プログラムにもなっている斜里農園の作業を紹介したところ、週 1 回の農作業の活動に毎週参加し続け、従事している年配ボランティア等に馴染み、戦力として期待されるようになった。連休明けから釧路の生活拠点と斜里の農園のオーナー宅へのホームステイを 1 週間ずつ交互にすることで、メンタルや対人関係の不安を軽減しながら、社会経験を蓄積するスタイルを見出した。その間、農作業は時給で従事してもらうような労働にはなっていないこともあり、どのように対価を払うのがよいか相談して、業務委託契約でＢさんが最低限必要となる月の金額を申告し、法人としてはできそうな手伝いをしてもらうことをもって委託料月 4 万円を支払うこととした。その後、斜里のホームステイ先で意思疎通の必要性が高まり自然と緘黙症状が消え、話ができるようになっていった。また、8 月に本事業で同じ拠点に暮らすこととなった同年代のメンタル不調と衝動的な行動が激しい若者と出会い、交流することで触発され、ハローワークへの相談を経て 10 月から派遣会社に登録して短期で仕事を始め、お金をためて車を購入し、1 月から職業訓練に通うようになった。居住も別の拠点でのルームシェアを試みたが、人と協調しながら暮らすことへの恐怖と苦手さからすぐに難しいと相談があり、法人所有で利用していなかった古い一軒家に身を寄せたところ、そのたたずまいが気に入り、古い一軒家で管理人的に暮らしている。また、病院で受けた発達検査、心理検査の結果について自己理解を深めたい相談があり、本事業のサポーターとの面談を行ったり、職業訓練中に夕方以降や土日のアルバイトがしたいと相談があり、法人の女性専用グループホームでアルバイトを始めて現場がとても助かっているなど、みるみる力を発揮している。
B さんは本人のペースを尊重して必要以上に関与しなかったこと、本人の相談力や潜在能力をうまく発揮できる環境調整を行い、様々な人や資源と結びついたこと、現物支給を含む最低限の生活と所得の保障が効果的であることを気づかされてくれた事例と言える。

③Ｃさん（20 代中盤　関与前 67 点　関与後 11 点　56 点改善　関与期間 5 年）
発達特性と家庭での暴力抑圧から強い希死念慮やメンタルヘルスの深刻な課題を抱えて大学に行けなくなっていた時に地元で電話相談事業にはつながっていた。本事業がスタートする 2 年前の 2018 年に釧路へ研修に来たことをきっかけに家庭や地元から離れて釧路に移住。釧路での研修時に背景にある生きづらさが垣間見えたことから、釧路への移住を提案したところ、実現した（当時の状況にとっては渡りに船の提案だった）。
本事業がスタートした際には釧路での生活は 3 年目に入っていたが、親からの強い抑圧の影響で自分の意思や意向を発揮できず、常に周囲の人間関係に振り回されていたことから、人間関係のトラブルを避けるように何度も生活の場を変えていた（環境の調整を繰り返していた）。仕事も何でも挑戦するが、失敗や不具合も多く、その都度、フォローを行い自己理解や理解者を増やしていった。2020 年にはサバイバー研究会の参加などに多様な家庭背景を持つ少人数のグループへの参加により、自己感覚を獲得していった。仕事の面でも、強度行動障がいの方への支援、自立援助ホーム利用の困難を抱える年下の若者たちや本事業で移住したハイリスク家庭の子どもたちの遊び相手や見守りなどと活動メンバーとともに担う戦力となった。2021 年には自分でアパートを借りて一人暮らしを始めて、2022 年春からは自ら地元に帰ることを決め、もともとつながるきっかけとなった電話相談事業の正職員として働き始め、生き生きと過ごしている。今は自分の経験を活かしながら当事者活動の要素を取り入れて希死念慮のある方たちへのサポートを担いながら、時々、関係事業で連携することがある活動メンバーとの交流が続いている。本事業を企画する際に体験利用の重要性やイメージをつくるきっかけになったと同時に、居住環境や就労についても柔軟で多彩な調整ができること、理解者が複数いること、単発的なプロジェクト（強度行動障害への支援や困難を抱える若者や子どもの遊び相手など）に貢献したことやそれを通じて仲間ができることなどが回復において重要であることを教えてくれた事例と言える。

【参加プログラムとの関連性】
20 名中、居住支援を当初、子どもの権利の４つの権利に基づき「生きる権利」「守られる権利」「育つ権利」「参加する権利」で項目を用意したが、実施の若者たちで試行したところ、支援につながる前の権利侵害によって負うダメージの存在がかなり自立へのプロセスにとって影響が大きいことから「権利侵害によって生じたダメージ」の視点を加えてようやく妥当な結果にたどり着いた。
本事業により、「生きる権利」「守られる権利」の保障が即座に可能となり、土台形成の積み残しポイントは急激に減るが、自立に向かうためには「育つ権利」「参加する権利」の保障がカギを握ることが 20 の事例を見ても明確となった。そのため、本事業の展開の中で必然的に開発や思考した活動プログラムは「育つ権利」「参加する権利」の保障に貢献するものが多く、その後に追加した「権利侵害によって生じたダメージへのケアや理解」に貢献するプログラムとして最終年度に実施したハーマンの心的外傷と回復の勉強会につながった。権利侵害によるダメージ理解は既存制度においてはほとんど想定されていない領域であり、福祉や教育分野において今後、理解が広がる必要があることが分かった。
そのため、本チェックリストについては、考え方と使い方について支援者向けハンドブックで解説して、理解の促進につなげるものとする。
【活動プログラムとの関連性】
20 名について、それぞれ活用した居住支援、生活支援、就労支援、活動プログラム、相談と積み残し点数の変化、残存する生きづらさの状況を整理したところ、自立に向けての

変化は活動に参加した数や回数などにはあまり関係がなく、相談行動（自発的に、相手とタイミングを選んで、適切な発信で相談をする）と強い関係性があることが分かった。
就労や生活支援、活動プログラムはそのものより、その機会によって相談行動のきっかけになったり、参加が相談機会になる（例えば、研修協力などは自分を語り現状を知ってもらう機会に自然となる）または、接点が多くなることで相談相手が増えたり、見極めたりすることができるという効果をもたらしているものと考えられた。

今後に向けて相談（と一般的な表現がふさわしいかも含めて検討）行動が促進／阻害される要因の分析と相談行動のメカニズムについて解明し、適切な方法で相談をするために必要な仕組みや取り組みについて検討、試行、開発することが求められる。

短期アウトカム２	2,釧路において、若者たちに資格取得や現場実習などの多様なバリエーションの就労支援を実施することにより、人手不足の現場の新たな担い手として、若者たちが活躍することができる。また、新型コロナの影響で経営に困難を生じた企業が若者を育成する現場として活躍する。

１）指標
【定量的指数】就労現場での従事者数　就労によって得られた収入額、受け入れ事業所数
【定性的指数】若者たちの達成感、自己肯定感など有用性の変化、受け入れ事業所の理解や若者への認識の変化

２）初期値/初期状態
2019 年　法人雇用 18 名　約 2000 万円　連携法人 5 名　約 500 万円

３）目標値/目標状態
【目標値】年間 10 名、従事者 10 名、一人平均 8 万円/月、新規受け入れ事業所数 5
【目標状態】資格を取得後に実習から始められるような OJT の現場があり、選ぶことができる状態

４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期
1 年目:モデルケースが年間 5 事例程度
2 年目：モデルバリエーションが確立し、モデルごとに数例
3 年目：コース別プログラムで毎月数例受け入れ可能

５）アウトカム発現状況（実績）
期間内に就労体験、就労を実現したのは合計 53 名（法人常勤雇用 13 名、法人パートアルバイト雇用 32 名、連携団体の常勤雇用 1 名、連携団体パートアルバイト雇用 12 名、コロナ追加枠実習利用 8 名、謝金付き研修協力 15 名、単発作業 17 名）
それぞれの収入額をまとめたところ
2020 年　法人雇用 23 名　約 2500 万円　連携法人 8 名　約 700 万円
2021 年　法人雇用 27 名　約 2950 万円　連携法人 12 名　約 890 万円
2022 年　法人雇用 28 名　約 2550 万円　連携法人 12 名　約 760 万円
総額　法人雇用約 8000 万円、連携法人 2350 万円　合計　約 1 億 360 万円
コロナ枠の実習など、本事業の活用により試験的なアルバイトやバリエーションが拡大し、働くことにつながった若者が 1 年目で 1.3 倍、2、3 年目は 1.7 倍と 8～17 名増えた。収入額としては、最も多かった 2 年目で初期値の 1.5 倍ほど約 1340 万円増えることにつながった。
働き方のバリエーションとしては
①初級スタイル　研修協力謝金・手当付き実習・単発請け負い作業・単純作業アルバイト

②中級スタイル　人と関わらなくていい業務、個性や特性にマッチングするアルバイト
③定着スタイル　①②を経て、環境調整や理解者を増やし、業務とのマッチングを行ったうえで、法人常勤　連携法人常勤へ
という 3 ステップの多様な働き方の基本ルートが確立した。一方、外部の法人や関係機関における受け入れは数件にとどまり、地域の受け入れ事業所を広げることはできなかったが、厳しい環境の中で自立が難しい若者たちの存在や理解については広がった。

短期アウトカム３	3.釧路地域における支援現場において、これまで受け入れが難しくサービス提供が不十分だった方への支援が、若者たちの力を借りることにより、可能となる。また、新型コロナ等の影響で必要となった孤立や孤独へのリモートや SNS を活用した取り組みにおいて、若者たちが担い手となりニーズに応じた事業展開が可能となる。

１）指標
【定量的指数】新たにサービスを受けられるようになった人の数、サービスの量、内容
【定性的指数】サービスを受けた人の生活の質の向上や社会性の向上、能力開発、社会参加の広がり、家族の負担軽減、将来に対する気持ちや意識の変化

２）初期値/初期状態
2019 年時点の売上高

３）目標値/目標状態
【目標値】新たな受益者 20 名、実施サービス量 50 万/月
【目標状態】将来は施設しかないと思っていた家族が新しい支え合いの地域生活を具体的にイメージできるようになっている

４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期
1 年目：モデル事例を 1～2 発見
2 年目：モデル事例 5 人程度具体的に展開し新しい生活イメージが確立する
3 年目：将来の生活の選択肢として当たり前に選ばれる

５）アウトカム発現状況（実績）
合計　多様な形で就労貢献をした若者は合計 52 名　売上高は 1 億円以上になった
それぞれの内容や効果は以下の通り
(1)介護事業
①強度行動障がいの利用者への個別ケア（2020 年 4 月～7 月）
法人内の生活介護事業所で対応できなくなった強度行動障がいの自閉症利用者さんに対して、家族支援、個別支援を月から金及び隔週土曜日の行動援護や送迎、家族のレスパイト等の目的の短期入所について、休眠預金に参加する若者たちでチームを組み、対応（2020 年 4 月から 2021 年 7 月に精神科に入院から施設入所へ移行するまでの一連のサポートを行う）。札幌から専門家のコンサルテーションを受け、ケース検討を繰り返し、行動援護の研修受講などを通じて、ケアスキルの向上だけではなく、人権擁護の視点や「誰もが排除されない社会」を別の角度から身をもって体験する機会となる。
②生きづらさ渦中の若者たちの生活支援
法人内のグループホームで対応できなくなった虐待を含む逆境体験により問題行動が顕著な 20 歳前後の若者たちの居住支援を含む日常的なケアについて、若者たちとチームを組んで実施。生きづらさの背景にある社会の課題の整理や理解（特に暴力被害後遺症の深刻さ）の深まり、見立てや支援についての深まりだけではなく、家庭裁判所、弁護士さん、警察、精神科病院、救急隊、少年院や少年鑑別所、特別支援学校等との連携を通じて、重要な社会資源のピースとして担い、これまでの支援体制では不可能だった若者たちの地域生活を実現させると同時に担い手の成長が促進された。

③宿直や土日、夜間帯の見守り
法人内の自立援助ホームとグループホームが併設する拠点において若者たちが下宿したり、近くに暮らしたり、コミュニティを形成することにより人手の確保が難しい、夜間帯（21 時から朝 7 時まで）や土日、祝日、お盆、お正月に見守りや食事作りの補助などに従事することにより、事業が成立している。
④柔軟、緊急の短期入所
ほかの事業所が受けない家族の入院や体調不良などによる前日や当日依頼がある短期入所、重度障がいの方の受け入れを行う。ほかでなかなか受けてもらえないサービスのため家族や相談支援支援専門員にとても感謝され、担い手の達成感が高い。
(2)相談支援事業　夜間深夜帯の電話相談業務
連携法人が実施する電話相談事業は 24 時間 365 日稼働のため夜間～深夜早朝のシフトの人材確保が必要となる。人手が確保しにくい時間帯で本事業により活動するメンバーが担い、稼働できただけではなく、それ以外の相談員が生きづらさを抱える若者たちと交流し、理解を深める機会を提供した。
また、就労支援メニューの相談表のカルテ入力業務はスキルや経験がなくても取り組める簡単な稼働業務として、初期に取り組みやすい。
（3）SNS やインターネットを活用した事業
①ネットの居場所ポータルサイト死にトリ
死にたいほどつらい思いを抱える若者たち向けのネットの居場所事業を自殺防止事業として受託し、継続する。その担い手のうち事務員を除く全員が活動メンバーであり、活動を通じて担い手が広がっている。当事者ニーズに即して開発したコンテンツが話題を呼び、2020 年 6 月に Twitter でバズった（1 日でユーザー数が 16 万人以上）ことで急速にユーザー数を伸ばし、現在も毎日約 1000 人のアクセス数（うち新規が 8 割）のサイトとなり、社会に必要な事業として開発され、発展している。生きづらさを抱える若者たちの経験やスキルが生かせる業務として、単純作業から企画や開発など幅広い業務内容があり、また在宅で全国どこでも働くことができるため、柔軟な就労が可能となっている。
②SNS 相談
連携法人が請け負いネットの居場所と連動して実施された SNS 相談はユーザーの多くが生きづらさを抱える若年女性であることから、本事業の活動メンバーの就労先として活躍する機会となった。
(4)その他
①女性のつながりサポート事業
上記の事業実践が評価され、2021 年と 2022 年に釧路市から女性の活躍推進事業の受託について相談があり、請け負う。相談支援（電話、メール、LINE など）、生理用品の配布による周知活動、居場所づくり、就労支援、人材育成をつながった若者たちが中心となり実施。
②障がい者就労支援メニューとしての特養清掃業務
もともと障がい者就労支援の事業として請け負っている特別養護老人ホームの清掃業務を中級スタイルのメニューとして活用。
③単発の請負事業
ソーラーパネルの雪下ろし、賃貸物件の退去後のハウスクリーニング、ゲストハウスの清掃業務、ポスティングや看板設置、選対事務所の接客業務など連携団体からの単発業務を請け負った。継続した就労が難しい若者などが体験的に取り組むことができ、またほとんどがサポーターとグループを組んで働くことから、共に働くことでの関係づくりや若者たちの働き方やスキルなどを見立て、相互理解する貴重な機会となっている。地域にとっては隙間的な業務を発注するバリエーションが増える。

６）事前評価時の短期アウトカム　＊変更した場合は元の短期アウトカムを記載してください
3. 釧路地域における支援現場において、これまで受け入れが難しくサービス提供が不十分だった方への支援が、若者たちの力を借りることにより、可能となる。また、新型コロナの影響で経営に困難を生じた企業が若者を育成する現場として活躍する。

短期アウトカム４	4, 今の日本社会において、生きる希望を失っている若者たちが、本取り組みについて知ることや触れることにより、少しでも希望を持てるようになる
１）指標 【定量的指数】本事業にアクセスし、リアクションがある若者たちの数、リアクションの数 【定性的指数】リアクションの内容の質、変化、リアクションによる事業の発展的展開	
２）初期値/初期状態 ゼロからのスタート	
３）目標値/目標状態 【目標値】毎月 10 件程度の具体的な情報が寄せられる 【目標状態】発信すれば何とかなると思える状態で発信や参加がある、前向きな発信が月 100 件程度見られる	
４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期 1 年目：アクセスは多いが受け身的 2 年目：リアクションの質が変化し始める 3 年目：自主的な活動や発信が半数以上になる	
５）アウトカム発現状況（実績） サイトの開設や周知活動により、サイトを通じて体験につながる若者もいた。直接つながることよりも、全国の関係機関を通じて、サイト経由で紹介されることが増えた。 ただし、主要なメンバーが生きづらさの渦中の若者たちへの日々の支援が中心となってしまったことと、主要メンバーの離脱などもあり、周知活動やリアクションの収集や分析までは至らなかった。 また、活動が進むにつれて、現実の厳しさや深刻さをより痛感することも多く、前向きな発信ではなく、絶望するような場面も多くなっていった。 正しい情報発信と参加やつながり作りの広がりは今後の課題	

短期アウトカム５	5. 全国において似たような問題意識を持つ団体とつながり、ノウハウの共有を行いながら、受け皿が広がっていく
１）指標 【定量的指数】連携団体の数、ネットワーク全体の生活拠点、生活支援の受け入れ人数、協力者の数 【定性的指数】連携による各団体の支援の質の変化、運営状況の変化、心理的な負担の変化	
２）初期値/初期状態 大阪 1 カ所	
３）目標値/目標状態 【目標値】全国で 20 以上の団体、10 名以上の学識経験者や専門家と連携	

【目標状態】緩やかでもネットワーク組織ができて、相互に高め合いながらサポートできている

４）目標達成時期＊事業計画書に記載した時期
1 年目：全国に 3 カ所程度、学識経験者 3 名程度
2 年目:実務連携 5 カ所、ネットワーク 10 カ所程度、学識経験者 6 名程度

５）アウトカム発現状況（実績）
事業を通じて、以下の団体と若者たちの自立プロセスが生かされ、共有された
・一般社団法人社会的包摂サポートセンター（東京）
・一般社団法人 Saa・Ya（鹿児島）
・NPO 法人場作りネット（長野県上田市）
・NPO 法人山口女性サポートネットワーク（山口県宇部市）
・NPO 法人ダイバーシティ工房（千葉県市川市）
・NPO 法人やんちゃ寺（滋賀県草津市）
・NPO 法人 bond プロジェクト（東京）
・NPO 法人自殺対策支援センターライフリンク（東京）
事業実施期間中に交流のあった学識経験者と実践者は以下の通り
・大友秀治（北星学園大学）
・源由理子（明治大学）
・宮崎隆志（北海道大学）
・平野隆之（日本福祉大学）
・添田祥史（福岡大学）
・反町吉秀（青森県立保健大学）
・朝比奈ミカ（がじゅまる）
・鶴田啓洋（一般社団法人 Saa・Ya）
・元島生（NPO 法人場作りネット）
・西岡千尋（東京大学大学院人文社会系研究科）
チェックリストの成果物の完成後、3 月までには事業成果について意見交換を予定
これまでも連携をする機会はあったが、本事業において改めて「若者自立プロセス」を「権利擁護」に焦点化して、整理した理論や実践について検討する土台ができた。
今後に理論と実践の検討や検証を進めることが可能となった。

②アウトカム達成度についての評価

評価指標のイメージや到達の具体例がそれぞれ変化をしたものの、当初予定や目標としていたアウトカムはほぼ想定以上の達成があった。もともと、インプットに対して、かなり欲張ったアウトプット及びアウトカムを設定していた側面もあるため、これ以上のアウプットは主要メンバーが常勤や専従ではないことを考えると負担が大きいと感じた。
特に若者たちが従事することによって成し得た事業種類や数、受益者、売上高のアウトカムが想像よりもかなり大きかったことに可能性を感じている。
一方で若者たちの就労の機会が増えれば増えるほど、実に多くのフォローが必要となるものの、フォローできる人材が限られることから、フォローが追い付かず、そのことにより、負担が大きくなり離職や転職する若者がいたり、負担が一部のメンバーに偏ってしまうなどの課題も明らかになった。
一方で、周知やネットワークなど取り組みを外に広げていくことについては、知られても対応しきれないという現実があることから、どうしても後回しになってしまった。必要性

や有用性、ニーズが高いことはわかっていても、対応の限界や制度化の遅れなどの事業の安定性や継続性の見通しが難しいジレンマは常にあった。

（２）波及効果（想定外、波及的・副次的効果）

若者たちへの直接支援ではなく、若者たちの成長過程を社会資源としてとらえたことにより、間接的な受益者が多いことが改めてわかった。プロジェクトとして直接支援をする担当を雇用できるわけではないので、既存の人材を駆使することにより、理解者が増えたり、新たな人材が発掘されたりする波及効果が大きかったと感じている。さらに、若者たちが活躍できるようにと生み出してきた仕事が予想以上に多くあり、生きづらさを抱える若者たちにも何とか活躍してもらおうと若者たちの就労ニーズから発想するタイプと逆に既存の職場やサービスでは対応できないニーズに対して若者たちの力を駆使して、チームで取り組む支援ニーズから発想するタイプと両方あり、いずれも地域のニーズを放置せず取り組むことには必ず副次的な効果があることを実感している。

（３）事業の効率性

本プロジェクトのインプットは助成金としての資金だけではなく、プロジェクトに取り組むことにより、新たなニーズが発掘され波及して、資金の伴わない多様なのコスト（人件費が伴わない人の働き、経費をかけない学び合いの機会、新たな人と人との出会いや交流の機会など）が投入される効果を生み出している。若者たちの自立や持続可能な社会づくりのために必要なものは人々が時間や物事を消費するのではなく、限られた時間や資源を活用して創造や成長をすることであると考えると、事業実施の中でニーズを確認し、モニタリングをしながらアウトカムを達成し、新たなニーズにも対応するスタイルは金銭的な厳しさやマンパワー不足による負担は大きかったものの、直接受益者、間接受益者、関与した構成員、連携団体などに幅広く気づきや学びや成長の機会を生み出すことで効率性の高いプロジェクトになったと考える。

６．成功要因・課題

若者たちの変化や成長、関係機関への理解の広がり、ノウハウの蓄積は実施中だけではなく、今後にも継続して課題に貢献する期待があるが、若者たち自身を含めて当事者が期待や希望を持つところまで至るかという視点では、厳しい経験からの後遺症に苦しんでいたり、社会に対して絶望やあきらめが根強く、当事者の主体的な動きとして事業化するレベルには至らなかった。

3 年間で若者の自立プロセスが社会資源になる可能性が大きくあることの手応えを多様な実践事例をもって証明されたことと、必要な人材や仕組みは明らかになったものの、持続可能な事業として確立するには至らず、逆に潜在的な課題やニーズの掘り起こしになった側面が大きく、社会的インパクトまでの距離は遠ざかった感がある。

ニーズの高さ、深刻さは明確となったが、基盤となる制度がない中での持続可能性は今後の大きな課題になると思う。現場のミクロ的なアウトカムを大切にしたことから、政策提言などマクロ的なアウトカムへの展開が困難であった。

７．その他深掘り検証項目（任意）

事後評価を外部メンバーと検討した結果、それぞれのメンバーから本事業の特徴や検証すべき項目について示唆を受けたので、資料５に添付する。

８．結論

（１）事業実施のプロセスおよび事業成果の達成度の自己評価

	多くの改善の余地がある	想定した水準までに少し改善点がある	想定した水準にあるが一部改善点がある	想定した水準にある	想定した水準以上にある
❶事業実施プロセス					○
❷事業成果の達成度					○

（２）事業実施の妥当性

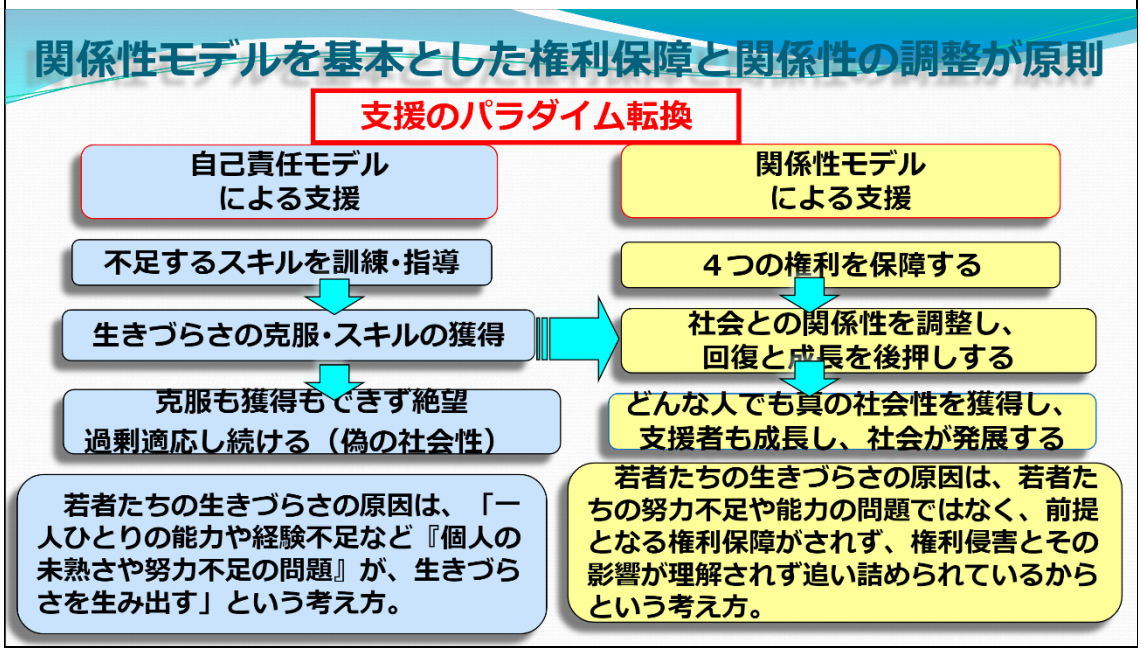
事業スタート時に設定した課題やニーズに対して、妥当な事業展開が実現できた。
事業に関わる若者たちの多様なニーズを加えていきながら、一人ひとりのニーズを大切にして、必要な支援を通じて権利保障しながら、社会資源を結びつける取り組みの蓄積により、困難を抱え行き詰っていた若者たちにつながり活躍の機会や可能性の開発を進めることができた。若者の自立プロセスそのものを社会資源とする発想はとにかく社会資源を開拓し、創造することなしにできないことから、必然的に波及効果（人のつながりが増え、理解者、サポーターが増えた）を生み出し続けた面も含めて妥当と考えている。
一方で、ニーズの顕在化から事業が発展していくものの、対応するための物理的な限界（拠点、担い手、お金、時間など）があり、主要メンバーの負担が増大し、ニーズの顕在化にブレーキをかけなければならない事態もあった。

９．提言

①ユニバーサル自立応援制度の創設：誰もが利用できる一生のうち希望する 3 年間、暮らす家、食べる物が現物支給される制度を作る（誰もが自立するチャンスが得られる）。新たな財源を多く投入するのではなく、既存の類似福祉サービスに付帯する形で実施可能とするなど既存制度をアレンジする。
②中高生の選択的寮制度：中学入学以降の子どもは自宅から学校に通うか、寮で暮らすか子どもの意思によって選べる。生活費はサポートをつけて、本人の意見を聞きながら協働的に管理する仕組みにより権利保障と自立を促す。
③若者たちの能力開発と能力発揮を促すプラットフォーム：地域のニーズを結びつけて仕事やプロジェクトを組み合わせたり、作り出したりする（これも、既存の就労支援の仕組みをアレンジすることで実現できそう）
④暴力抑圧被害や権利侵害からエンパワーメントを促す権利擁護センターの創設：総合的な相談窓口と緊急避難やサポート体制の組織化を行う、当事者も参画した分野横断的な取り組み（若者たちの支援の場でもあり、同時に活躍の場となる）
※上記のような事業の実現と継続のためには、公的な資金と地域の資金、事業収入を組み合わせて実現する仕組みが必要（公益性が高いものほど公的資金の割合が高くなるが、すべてを公的資金に依存しないような仕組み）

10．知見・教訓

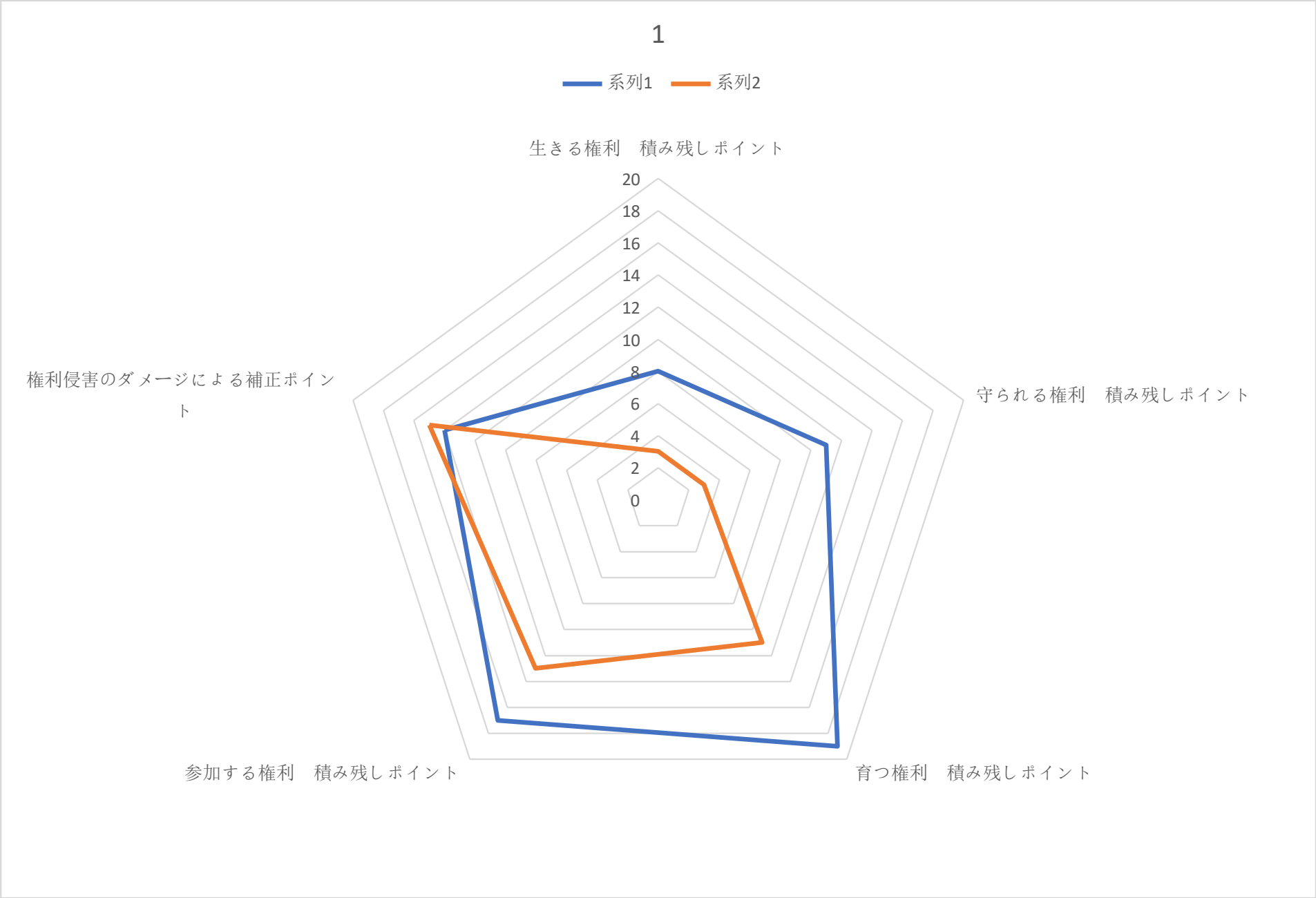
若者の自立支援においては子どもの権利条約で提言されている４つの権利「生きる権利」「守られる権利」「育つ権利」「参加する権利」の保障と社会参加による尊厳の回復、そして権利侵害による後遺症の理解が重要である。
自己責任論をベースとした理解や指導から関係性モデルによる、権利保障の発想へのパラダイム転換と実践が普及、浸透することが求められる。
そのために必要な中核的な人材は若者の状態や能力を見極め、潜在能力を信じ、ともに学び合い、育ちあう仲介的な役割である。

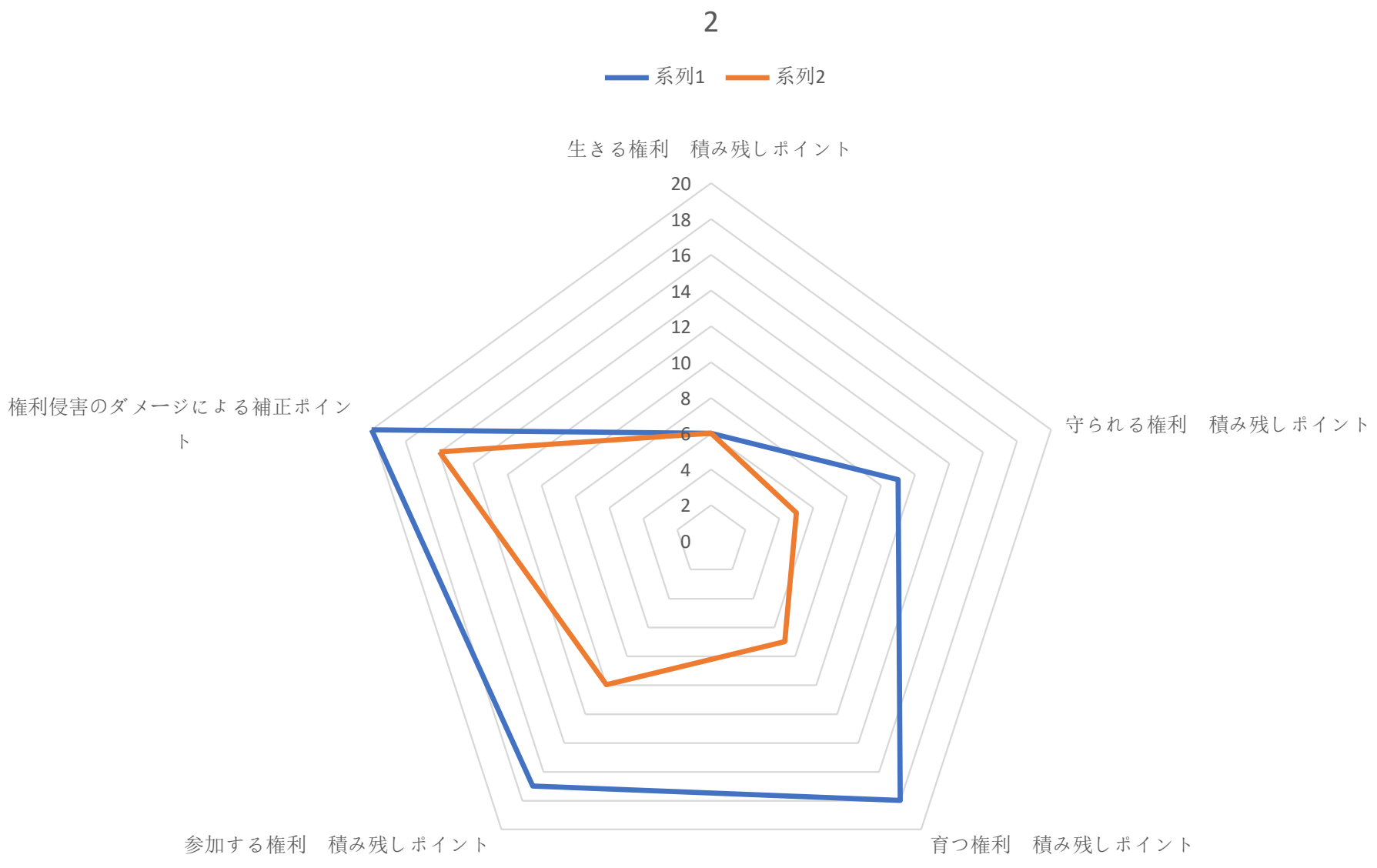


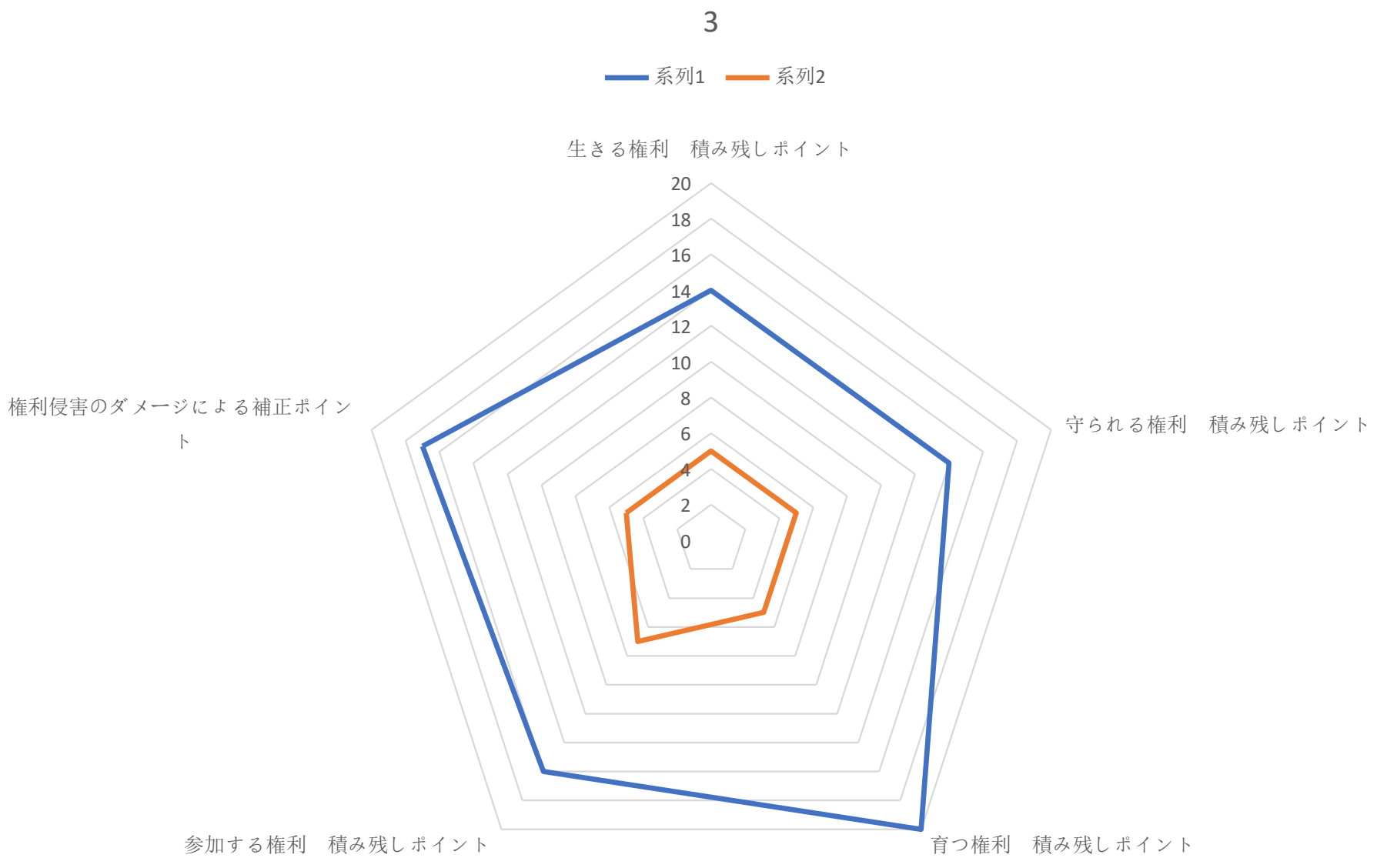
11．資料（別添）

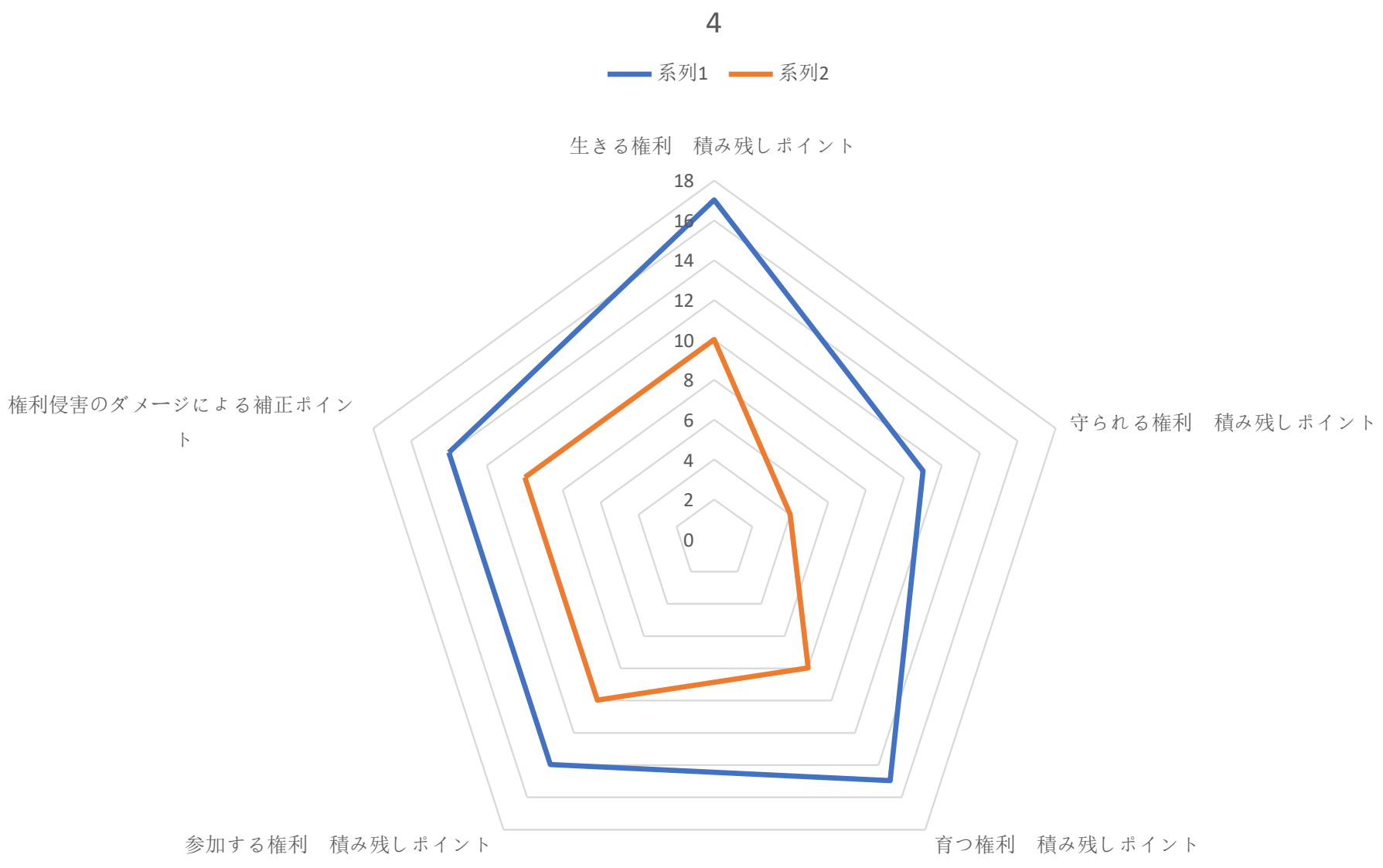
＊添付したものにチェックを付けてください。

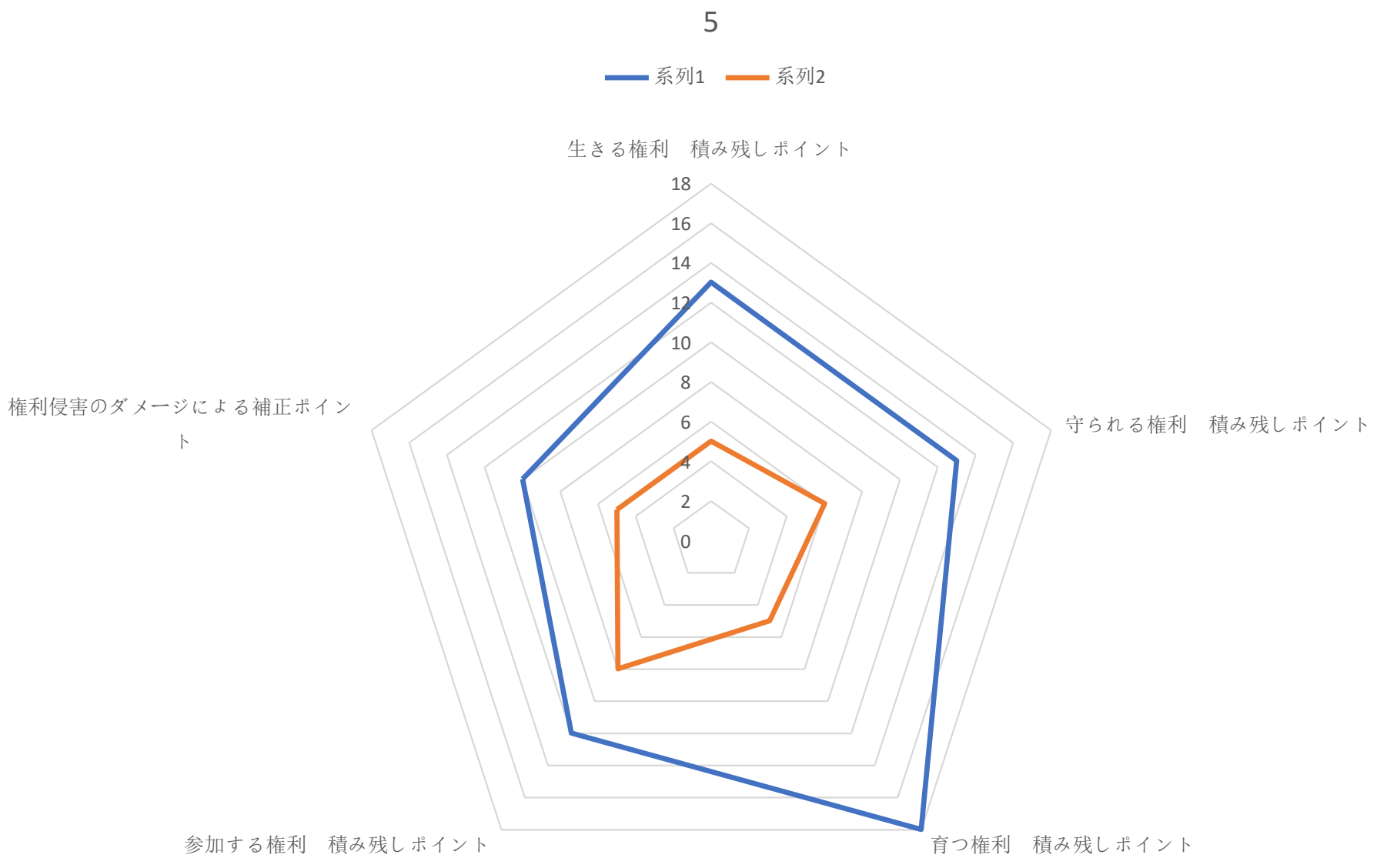
	事前評価報告後に見直した事業計画やロジックモデル
	事後評価報告時の事業計画やロジックモデル
✓	事業の様子がわかる写真資料　（活動 PR 動画　報告書内にリンクあり） ＊公開可能な写真を貼付してください。（肖像権・著作権に十分にご注意ください）
✓	広報活動の成果品、報道された記事（報告書内にラジオのリンクあり）
✓	アンケート調査結果や実際に使用した調査票（報告書内にアンケートフォームのリンクあり）
	とりまとめられた白書
✓	論文、学会発表資料（評価メンバー大友秀治氏の論文）
✓	その他（　活動の様子を連載した「Be！」の原稿　）
✓	その他（　資料１　調査Ⅰ　20 名チャート　　）
✓	その他（　資料２　調査Ⅲ　結果まとめ　　）
✓	その他（　資料３　ハーマン勉強会チラシ　教材は報告書内にリンクあり）

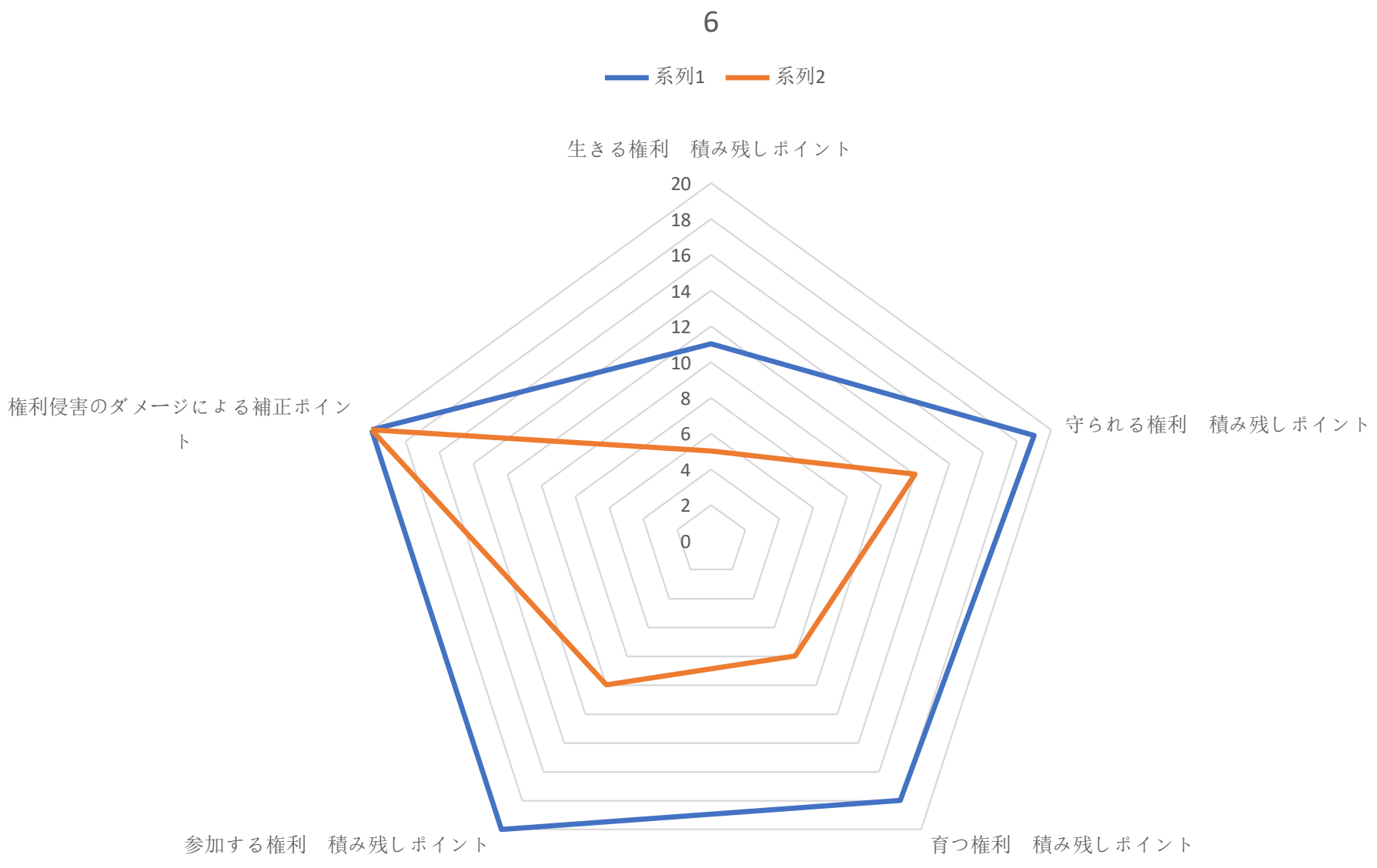

1
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

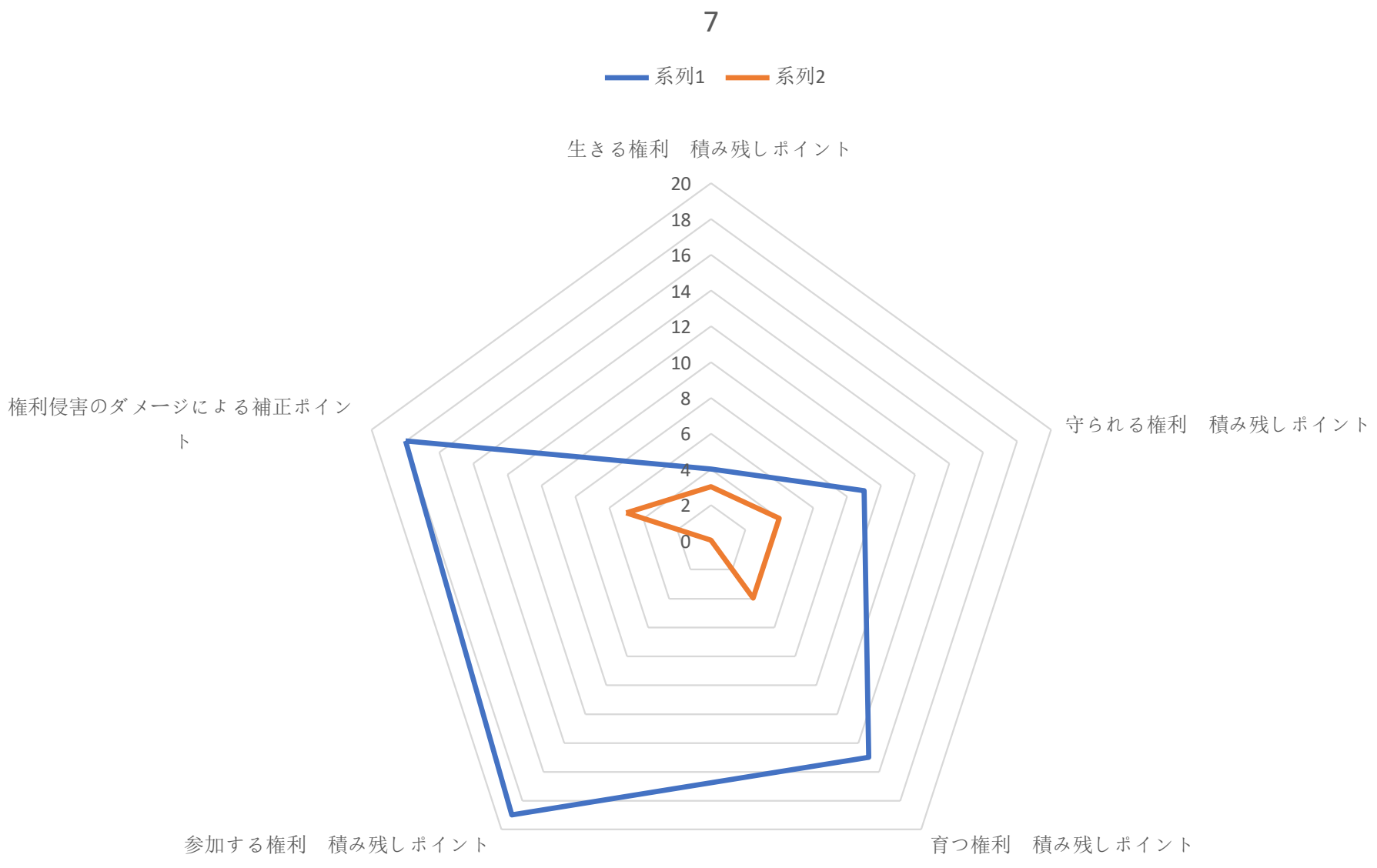

2
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

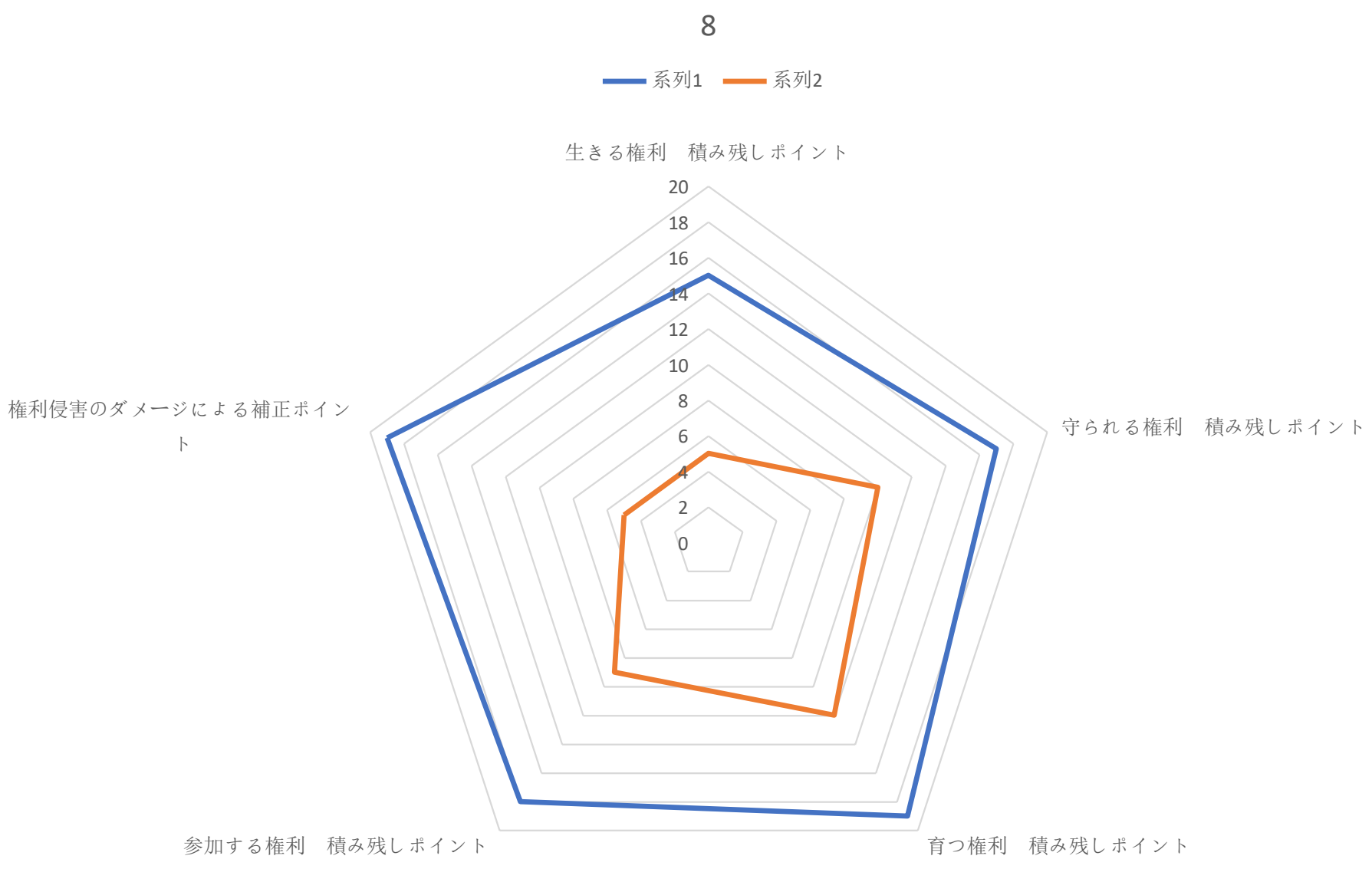

3
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

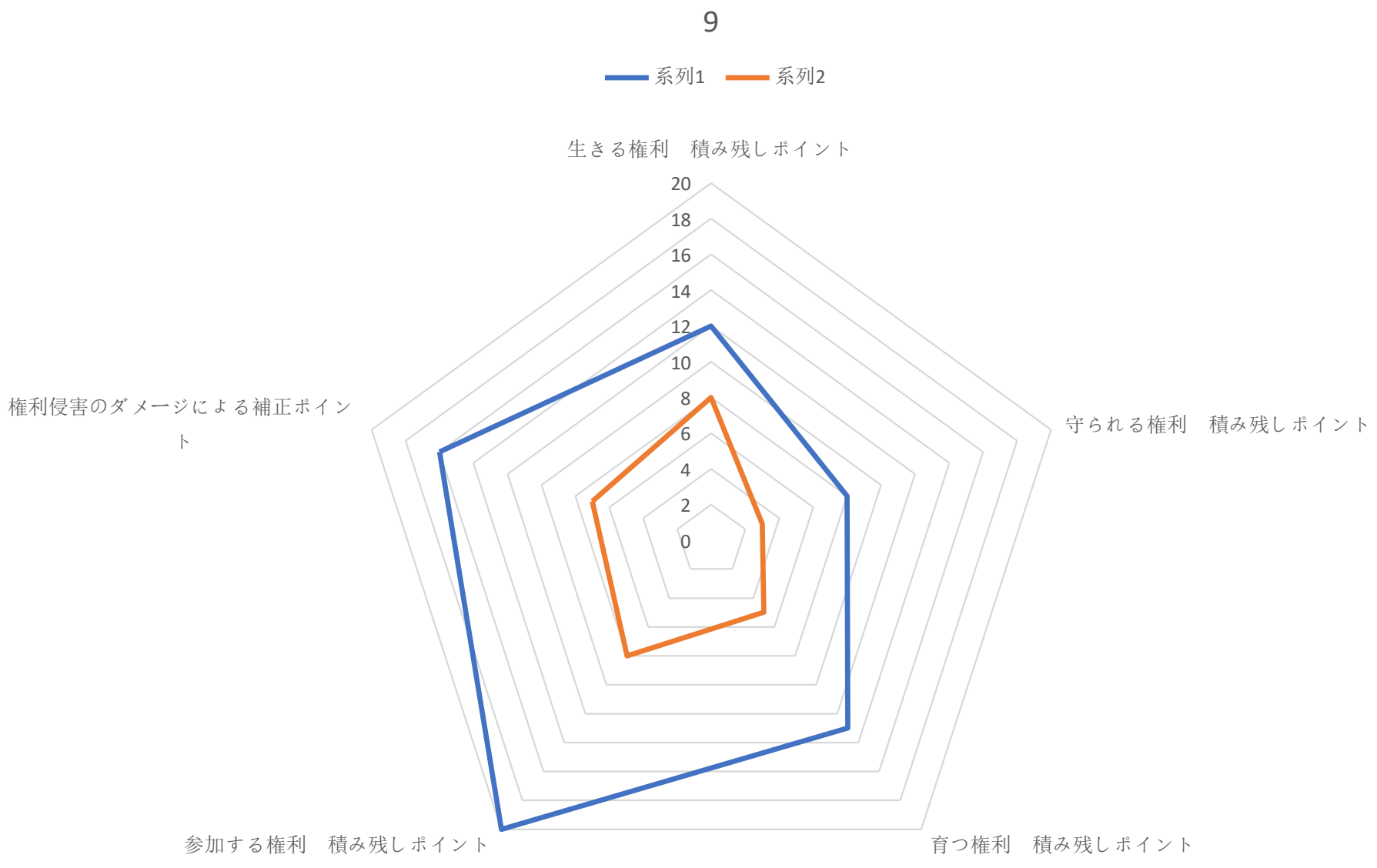

4
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

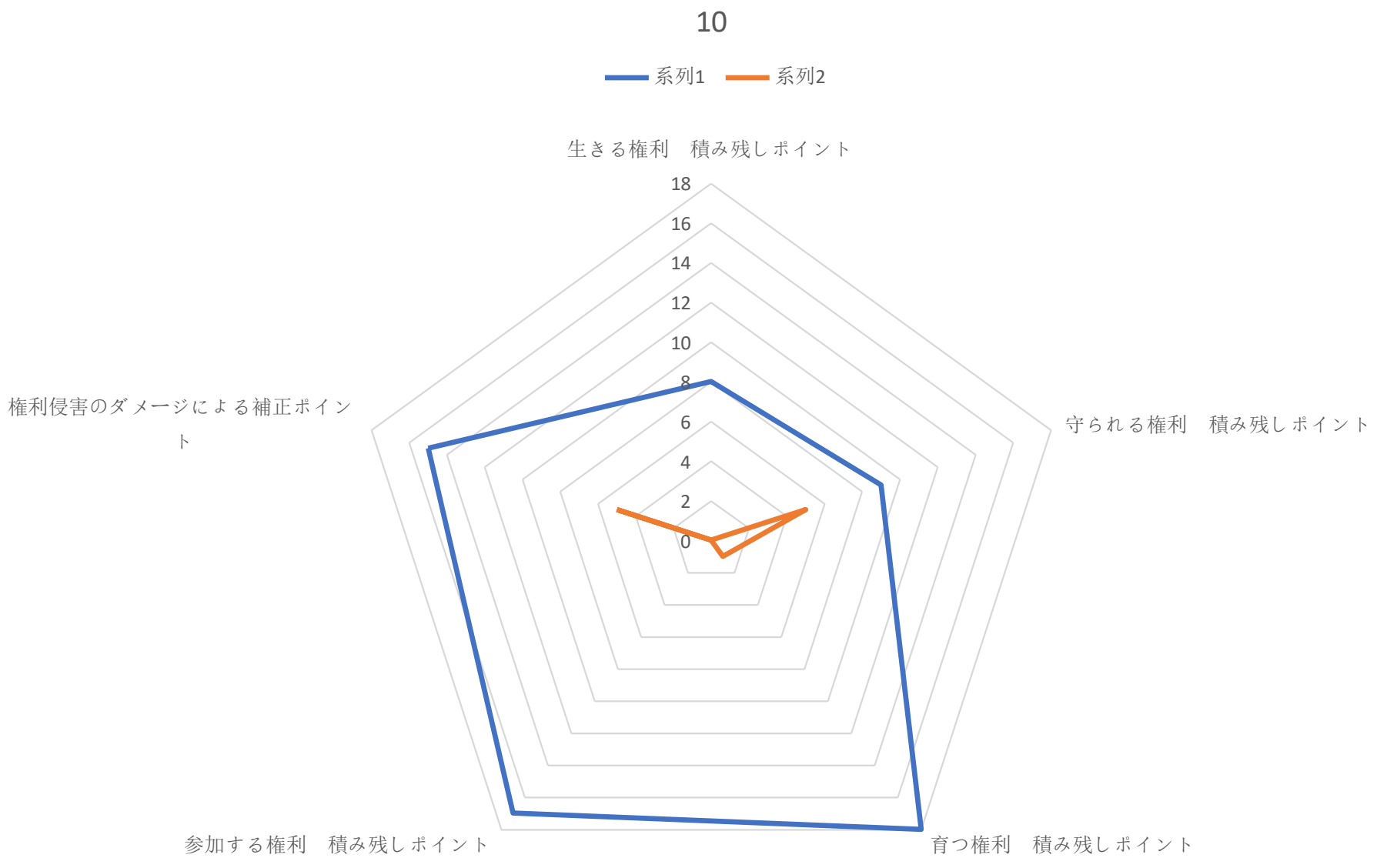

5
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

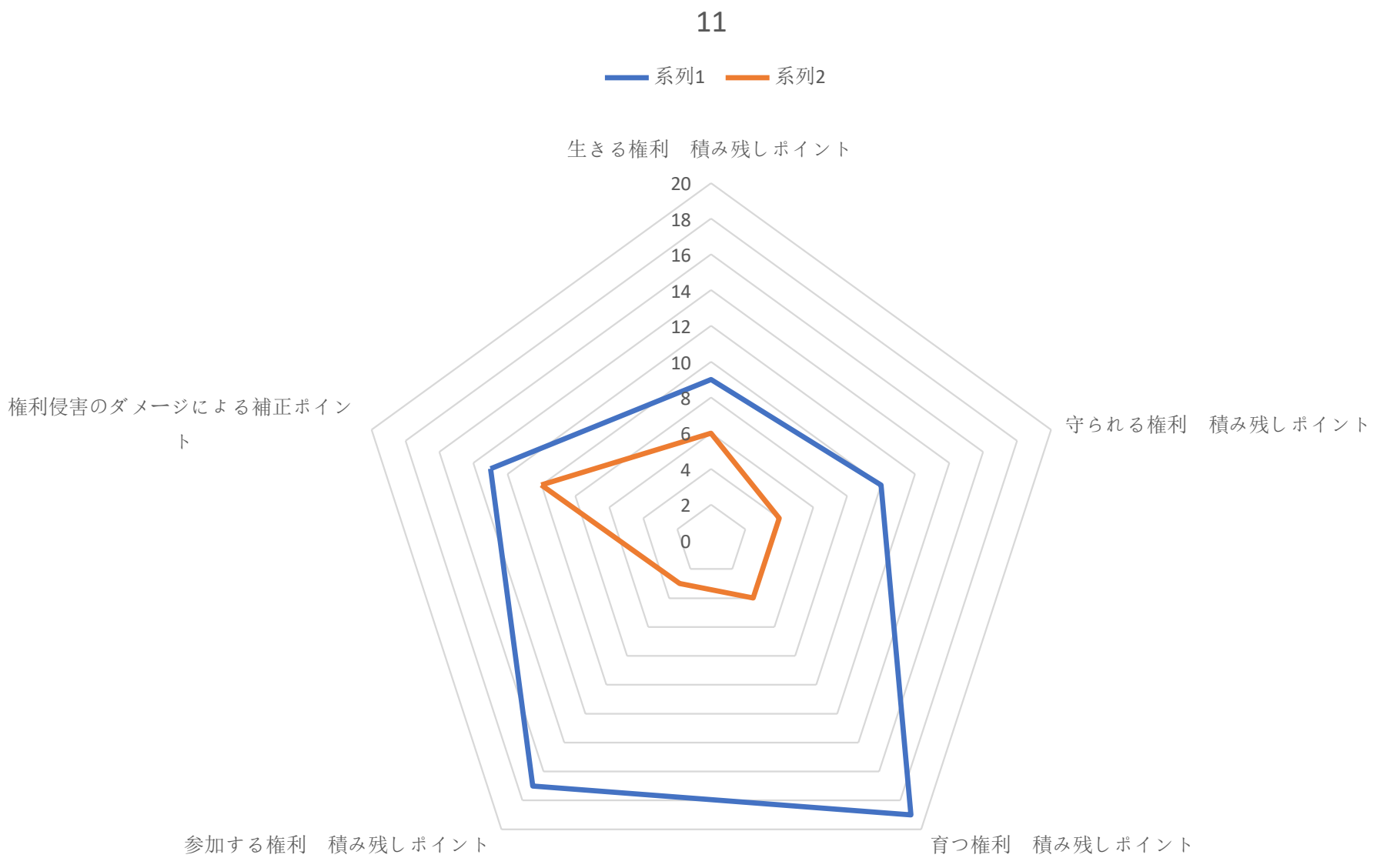

6
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

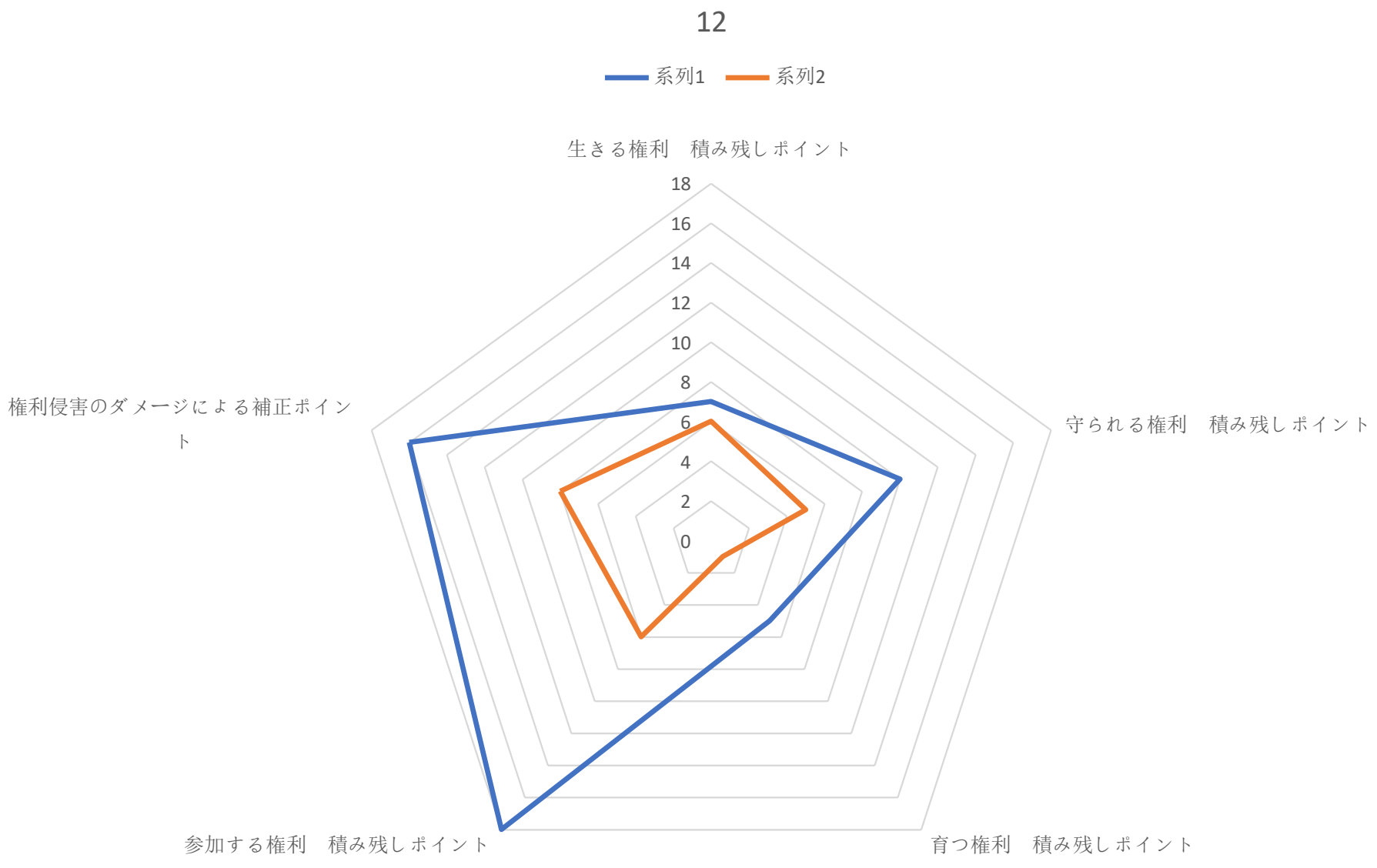

7
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0


8
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

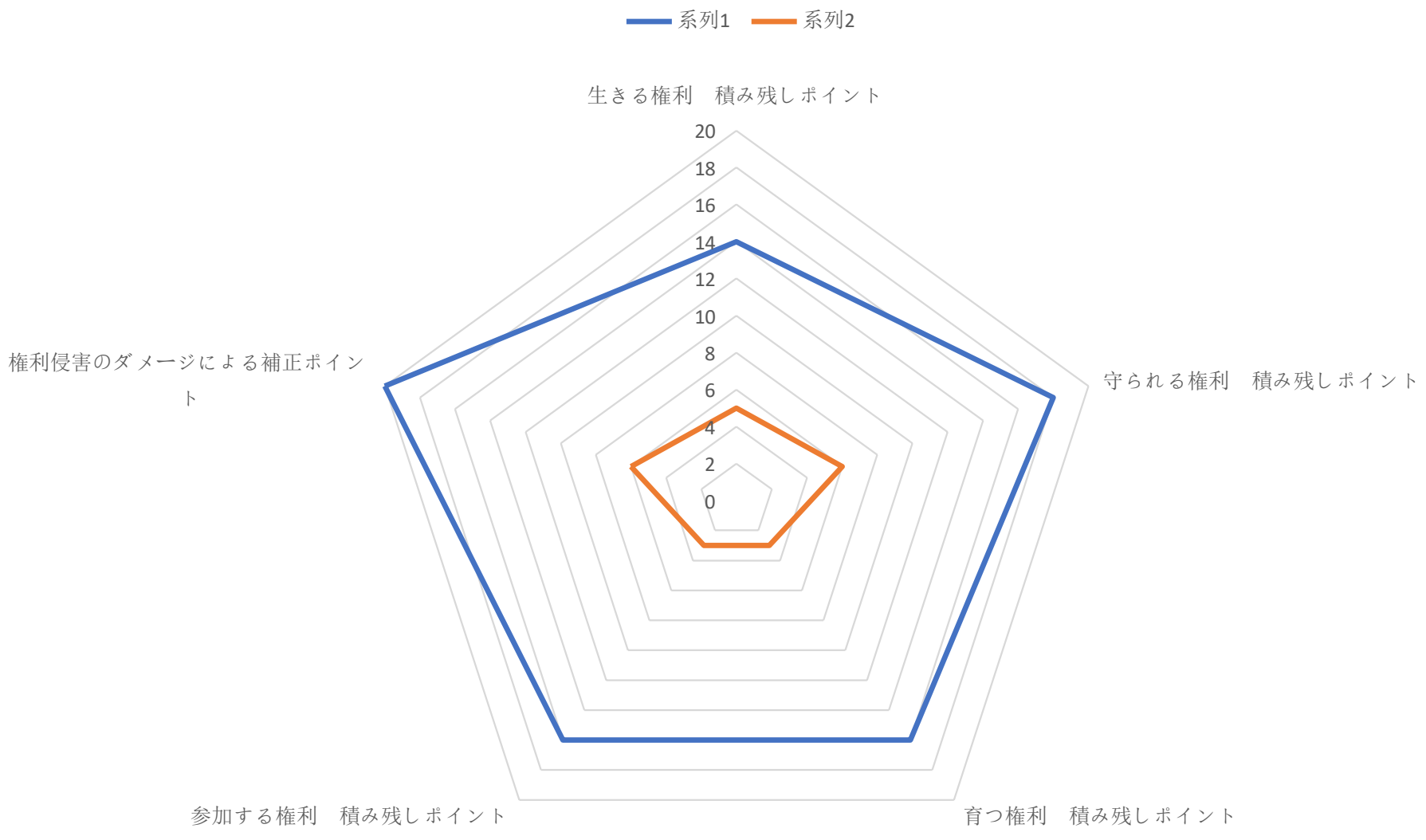

9
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

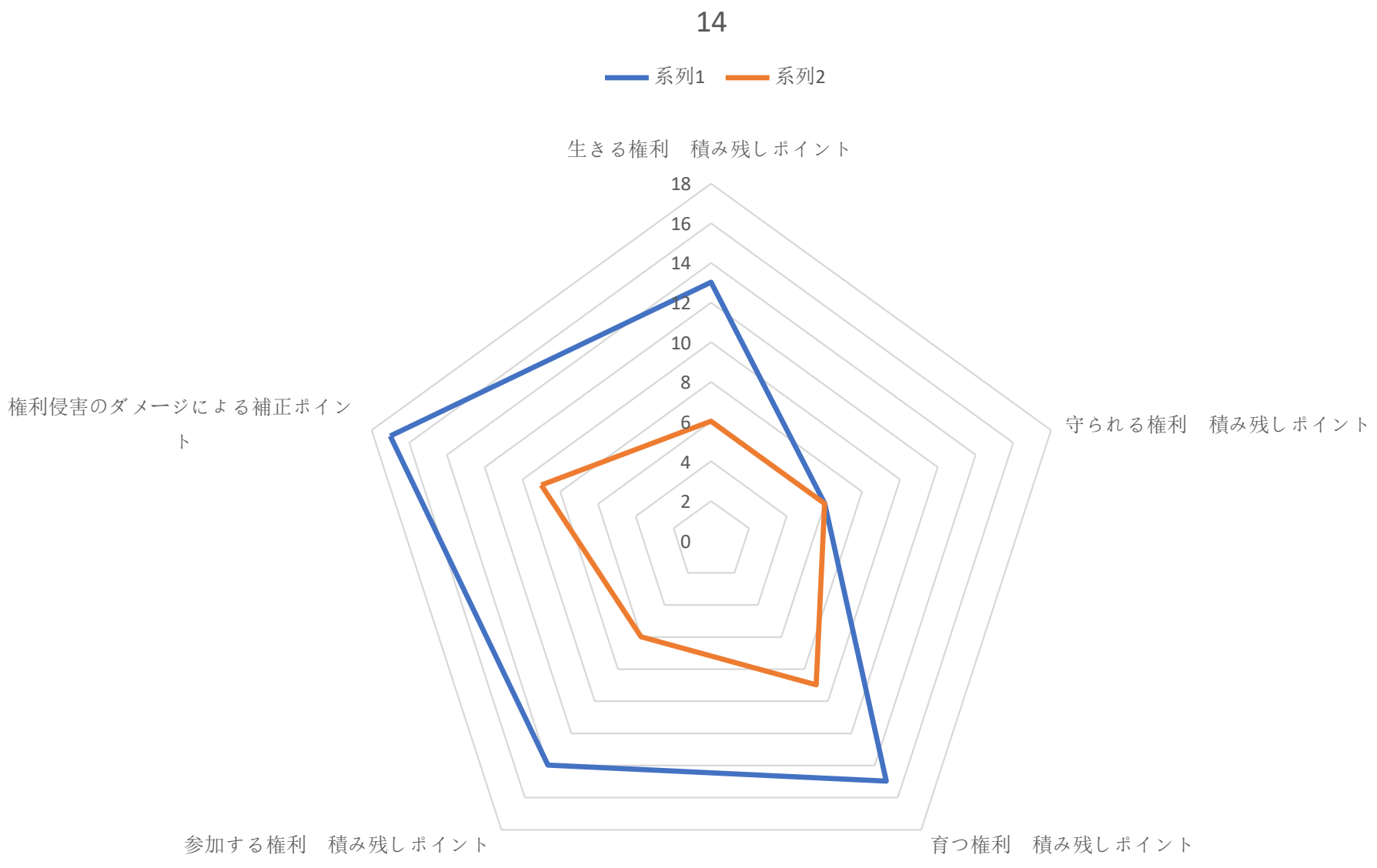

10
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

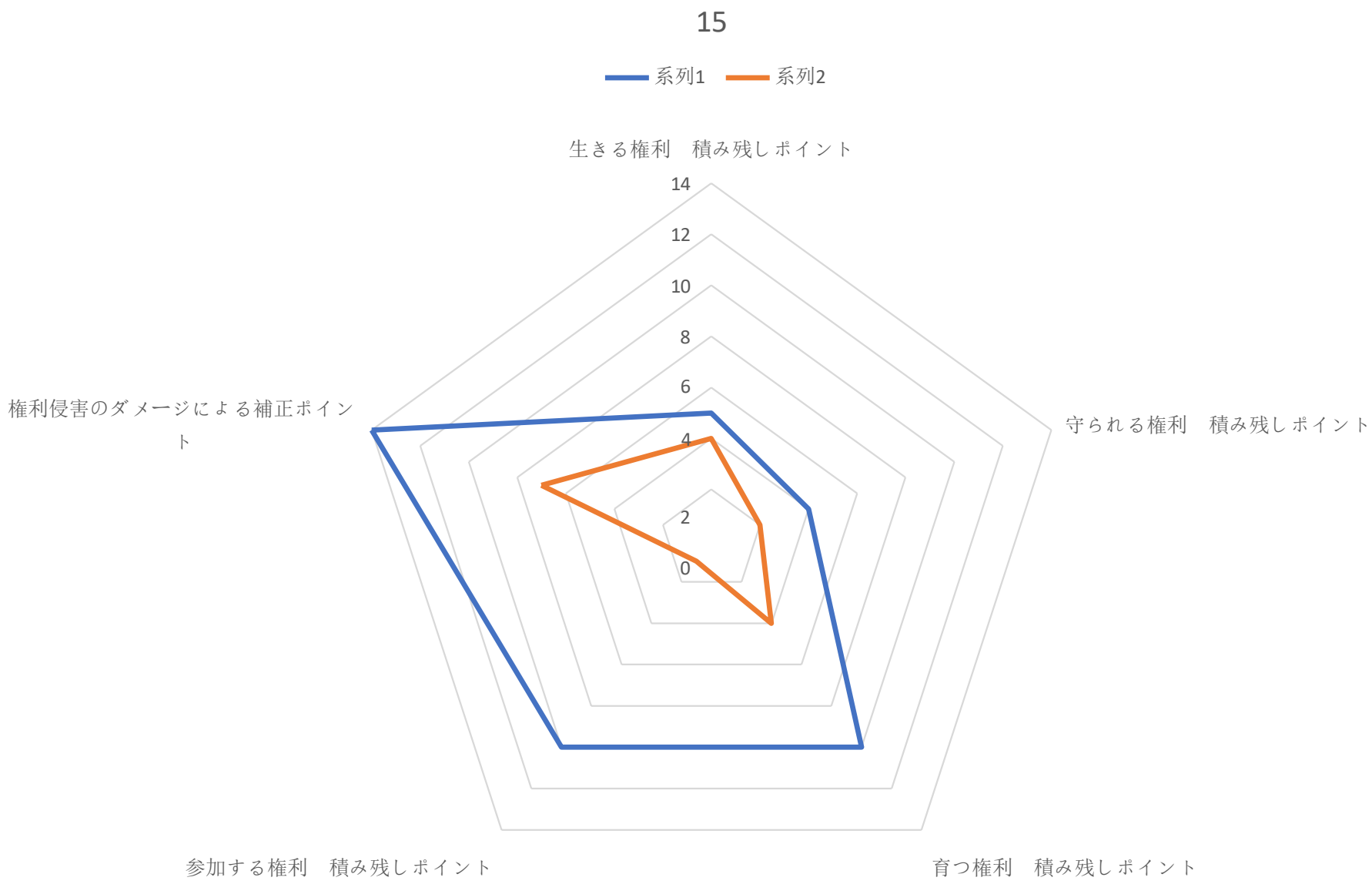

11
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

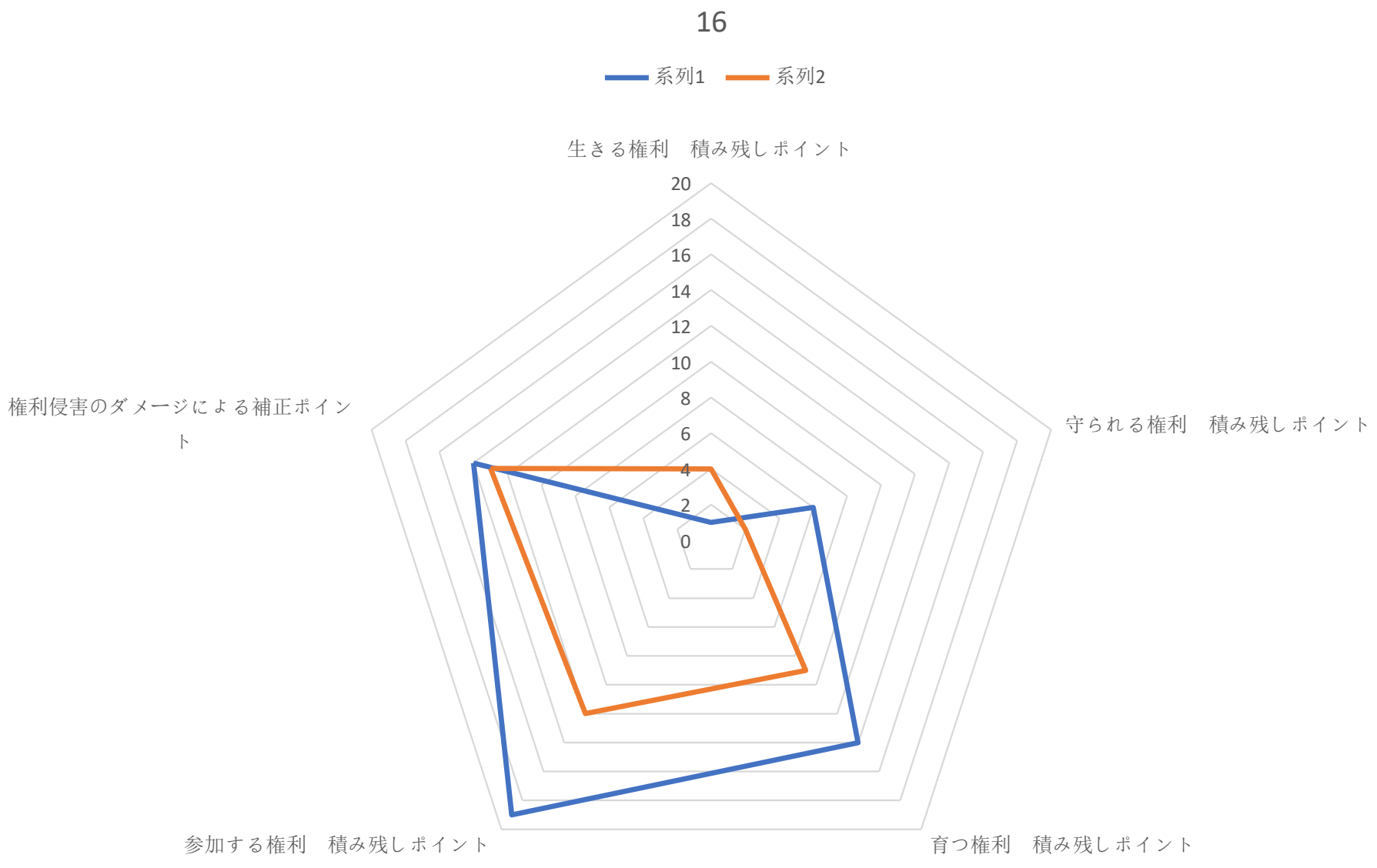

12
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

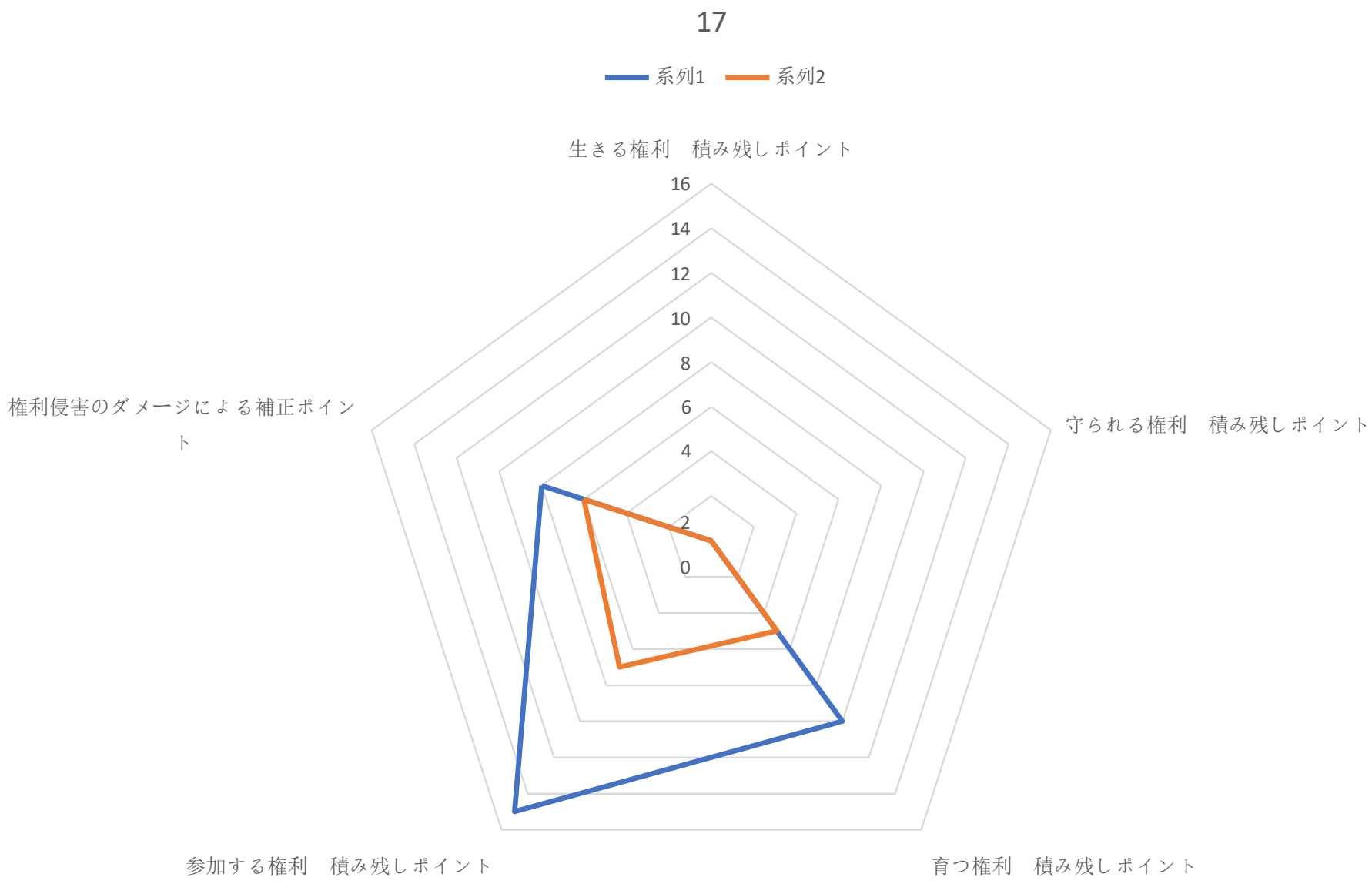
13

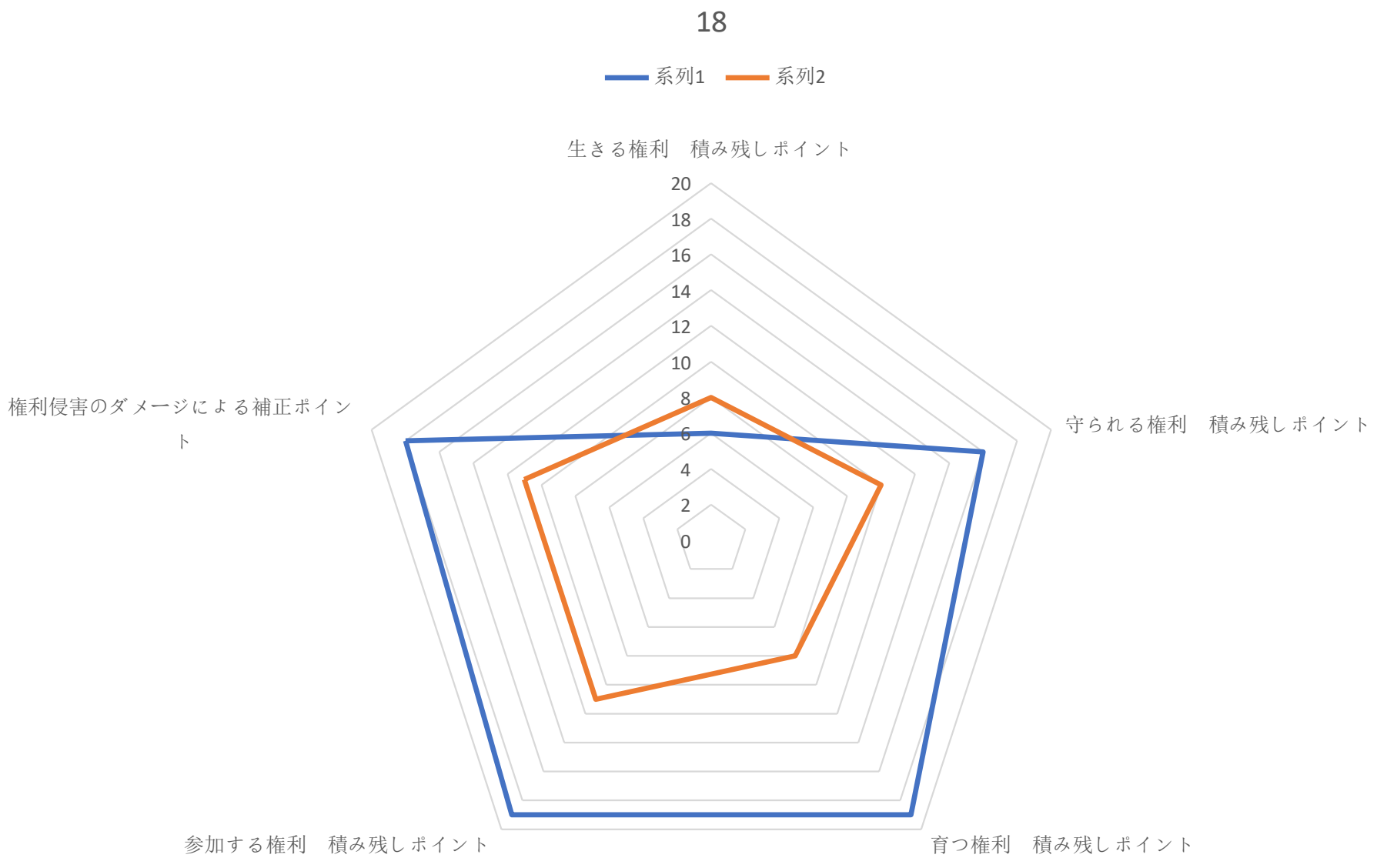

系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

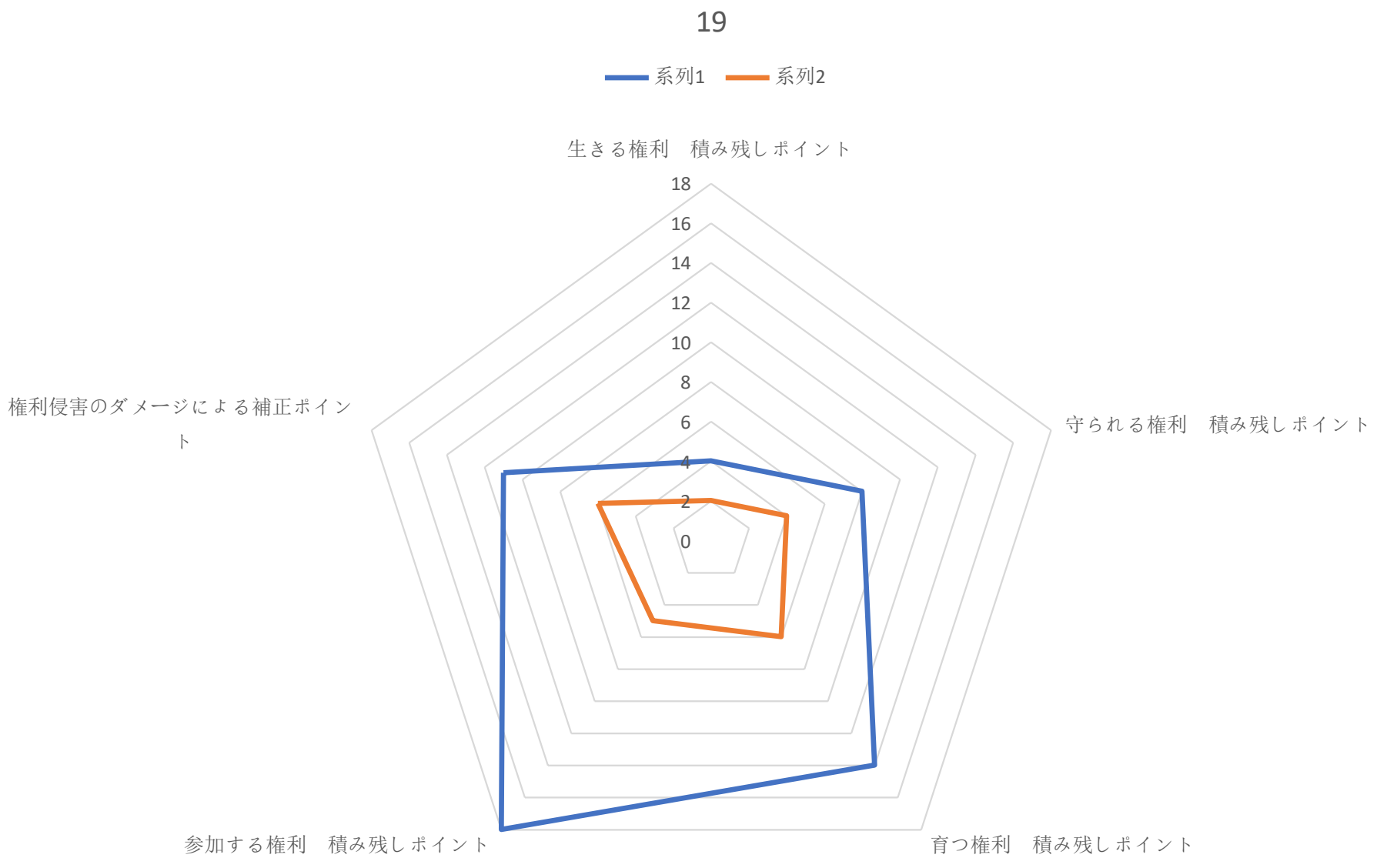

14
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

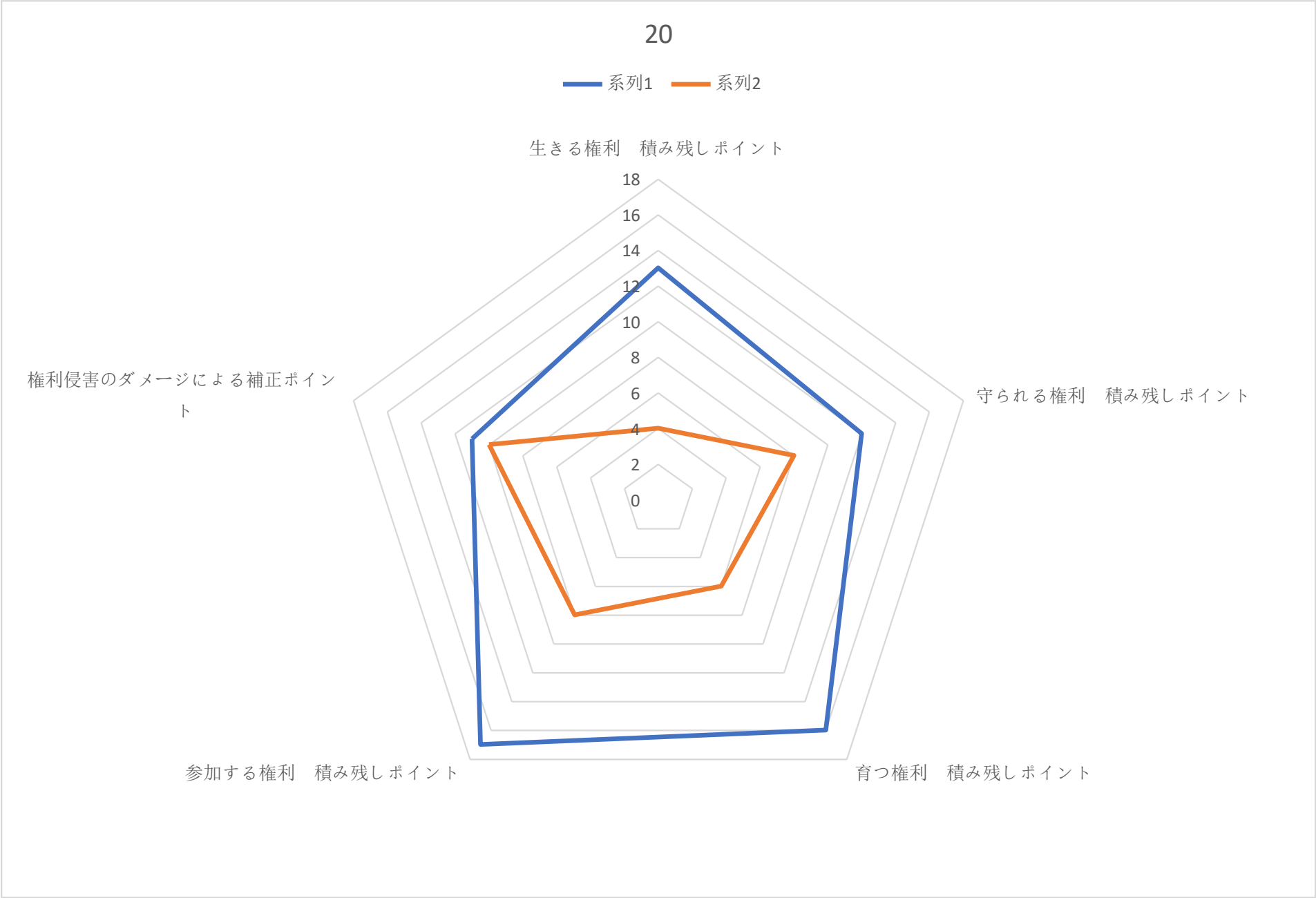

15
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
14
12
10
8
6
4
2
0


16
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0


17
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
16
14
12
10
8
6
4
2
0
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント


18
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
20
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0


19
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0


20
系列1
系列2
生きる権利　積み残しポイント
守られる権利　積み残しポイント
育つ権利　積み残しポイント
参加する権利　積み残しポイント
権利侵害のダメージによる補正ポイント
18
16
14
12
10
8
6
4
2
0

③住まいの提供について意見があれば、自由にお書きください

71件

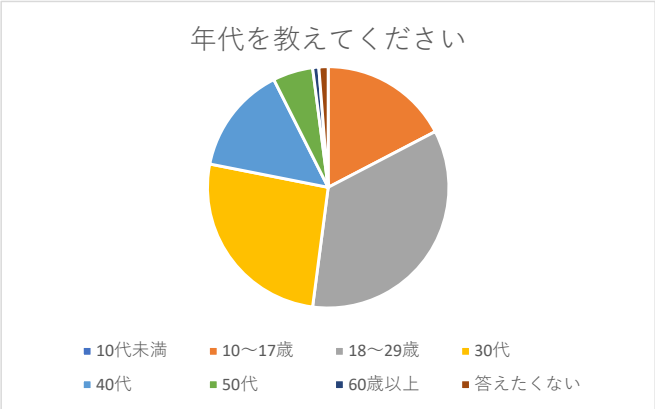
1	精神障害者が住める家が欲しい
2	こどもに悩んでるからこどもに必要
3	お一人様が病気や高齢になってから物件借りるのは大変難しい。
4	空き家もそうだが、高齢の独居世帯が多くなっているという話も聞こえてくるので、その辺りとの連携。学生への住まい提供などをニュースで見たことがあったが、高齢者も学生もお互いに良い影響を受けていた。空き家なら権利の問題、独居世帯であれば相性の問題など課題はたくさんあるが、活かしきれていなかったり、足りない部分があったりするもの同士でお互いのニーズを補える可能性はありそう。
5	40代過ぎて実家暮らしが恥ずかしいしかと言って障害者なので収入も少なく独り立ちが難しい現状…これを打破するために安価な住まいの提供などがあれば安心して暮らせると思っています。
6	誰でも障害を負う可能性があり少子高齢化も進んでいる。 安心して生活するために昭和に建てられた古いアパートではなく耐震耐火設計でエアコンも付いてるバリアフリーの小奇麗なマンションやアパートが増えれば良いと思う。 生活保護の住宅扶助より高い部屋が多いのが現状。住宅扶助の金額を上げて欲しいです。
7	全国に何ヵ所かあれば良いと思う。 住まいを提供し続けるための資金が安定して得られるのであれば、良いサポートだと思います。(資金的に不安定だと、サポートが継続できなくなるので)
8	なるべく部屋の間の壁を厚くしてほしい。音に敏感な人には薄いと逆効果になってしまうと思う。
9	このようなことを早く知りたかった
10	利用者が未成年だった場合は親権の問題があるため児童相談所でさえ立ち入れない。また成人していたとしても親族からの攻撃から本当に守り切れるか疑問。
11	きっとこのような住まいの提供が始まれば一定の批判はあるだろうしルール作りも大事だと思うが、必要な人はたくさんいるように思う。
12	提供して頂いていることに気が引けたりして、環境などに不満があっても言い出せない人がいるのではないかと思うので、環境ついての不満や要望を定期的に尋ねるようにする。 私の場合ですが、支援者をうまく頼れない、相談できないので、支援する側から尋ねてもらえると助かる。また、話を他人にから直に聞いてもらうスタイルだと、緊張したり、嫌われたくなかったり、相手を試したりする…ので、アンケートに記入するようなスタイルだと心の負担が軽くて善いかもしれない。
13	衣食住が確保されていることと、金銭的な心配がないことは、落ち着いて自分のことを考えるうえで絶対必要だと思う。 逃げたいけど逃げられない、今の生活を変えたいけど変えられない、そういった人にとってこのような制度はかなり需要があると思う。 できれば「安価」ではなく、「使いたい人は全員無料」。そうでないと、自分は条件外かもしれない…と踏みとどまる人が続出しそう。
14	(1)のようなサポートがあればぜひ利用したいと強く思います。ですが同時に、今後の生活や身内との関わり、そういった施設内での人間関係等について不安に思う気持ちもあります
15	ネットなどで住所を公開していると襲われる可能性があると思う。けれど存在を知ってもらうためにはネットの利用は不可欠だとも思うので、難しい。
16	音が怖くて引っ越しがなかなかできなかった。安心できる住居というのはけっこう難しいと思う。
17	仕事をして、給料を得ることが必要なので、地域の企業への協力呼びかけましたらどうでしょうか。今は在宅など他人と関わらずに仕事をすることも可能だと思います。

こえサーチ第26弾　死に死にたいほどつらい状況にとって必要な社会の仕組み

1　年代を教えてください

242件

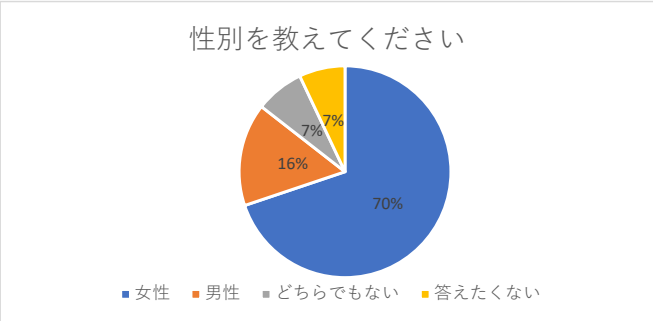
	回答数	割合（%）
10代未満	0	0.0
10～17歳	42	17.4
18～29歳	84	34.7
30代	63	26.0
40代	35	14.5
50代	13	5.4
60歳以上	2	0.8
答えたくない	3	1.2
計	242	100



2　性別を教えてください

242件

	回答数	割合（%）
女性	169	69.8
男性	38	15.7
どちらでもない	18	7.4
答えたくない	17	7.0
計	242	100



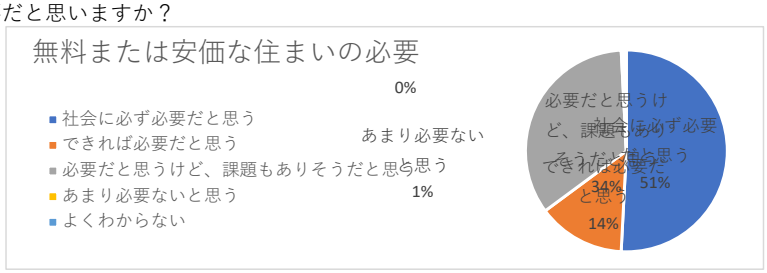
3　以下のような社会的なサポートについて、ご自身の気持ちに近いものをそれぞれ選んでください

(1) 無料または安価な住まいの提供

①あなたはこのような社会的なサポートが必要だと思いますか？

242件

	回答数	割合（%）
社会に必ず必要	123	50.8
できれば必要だ	34	14.0
必要だと思うけ	83	34.3
あまり必要ない	1	0.4
よくわからない	1	0.4
計	242	100



②あなたは、このような社会的なサポートを使いたいと思いますか？

242件

	回答数	割合（%）
今すぐにでも使い	56	23.1
できれば使いた	54	22.3
今は必要ないけ	34	14.0
今は必要ないけ	80	33.1
使いたくない	6	2.5
わからない	12	5.0
計	242	100

③住まいの提供について意見があれば、自由にお書きください

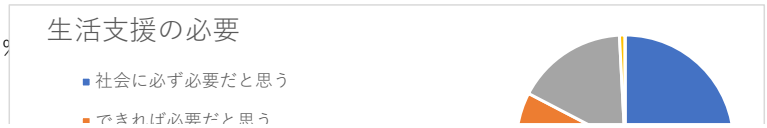
自由記述71件

(2) 生活支援

①あなたは、このような社会的なサポートが必要だと思いますか？

242件

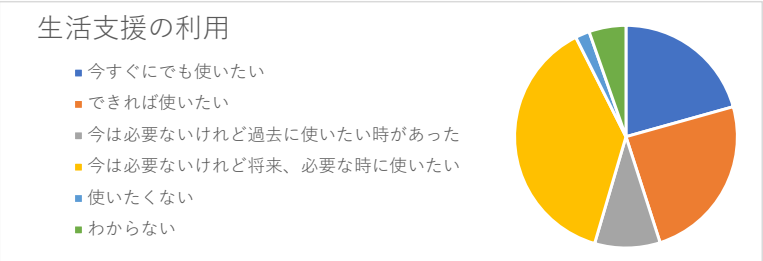
	回答数	割合（%
社会に必ず必要	127	52.5
できれば必要だ	73	30.2



必要だと思うけ	40	16.5
あまり必要ない	2	0.8
よくわからない	0	0.0
計	242	100

②あなたは、このような社会的なサポートを使いたいと思いますか？
242件

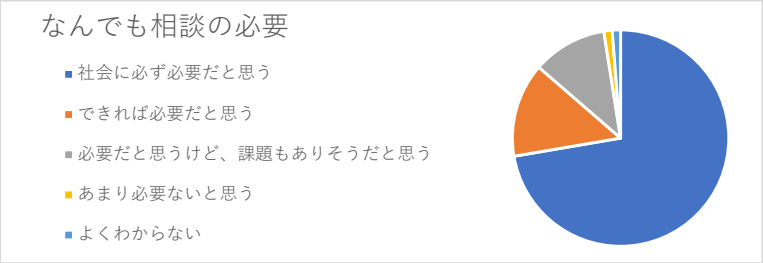
今すぐにでも使い	50	20.7
できれば使いた	59	24.4
今は必要ないけ	23	9.5
今は必要ないけ	92	38.0
使いたくない	5	2.1
わからない	13	5.4
計	242	100



③生活支援について意見があれば、自由にお書きください
自由記述63件

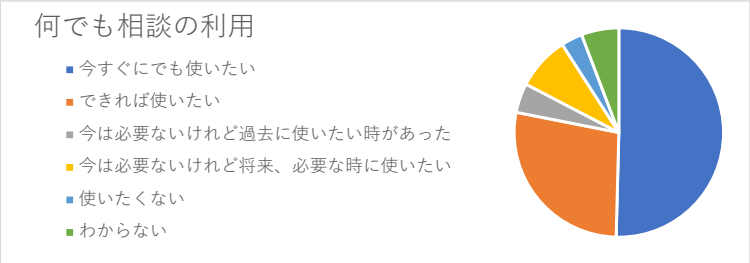
(3) 何でも相談
①あなたは、このような社会的なサポートが必要だと思いますか？
242件

	回答数	割合（%
社会に必ず必要	175	72.3
できれば必要だ	34	14.0
必要だと思うけ	27	11.2
あまり必要ない	3	1.2
よくわからない	3	1.2
計	242	100



②あなたは、このような社会的なサポートを使いたいと思いますか？
242件

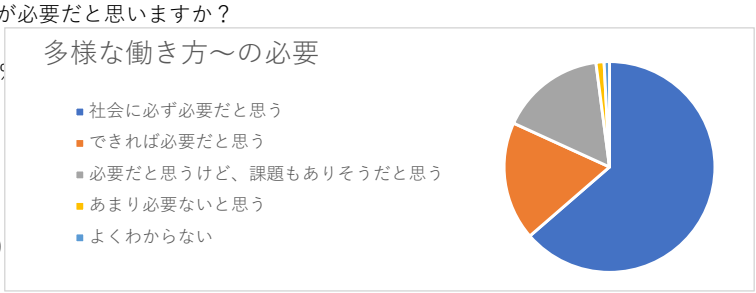
今すぐにでも使い	122	50.4
できれば使いた	67	27.7
今は必要ないけ	11	4.5
今は必要ないけ	20	8.3
使いたくない	8	3.3
わからない	14	5.8
計	242	100



③相談支援について意見があれば、自由にお書きください
自由記述84件

(4) 多様な働き方による就労または就労のための体験や実習
①あなたは、このような社会的なサポートが必要だと思いますか？
242件

	回答数	割合（%
社会に必ず必要	154	63.6
できれば必要だ	44	18.2
必要だと思うけ	39	16.1
あまり必要ない	3	1.2
よくわからない	2	0.8
計	242	100



②あなたは、このような社会的なサポートを使いたいと思いますか？
242件

今すぐにでも使い	63	26.0
できれば使いた	59	24.4
今は必要ないけ	22	9.1
今は必要ないけ	77	31.8
使いたくない	9	3.7
わからない	12	5.0
計	242	100

③生活支援について意見があれば、自由にお書きください
自由記述60件

(5)活動プログラムの機会提供や共同開発

①あなたは、このような社会的なサポートが必要だと思いますか？

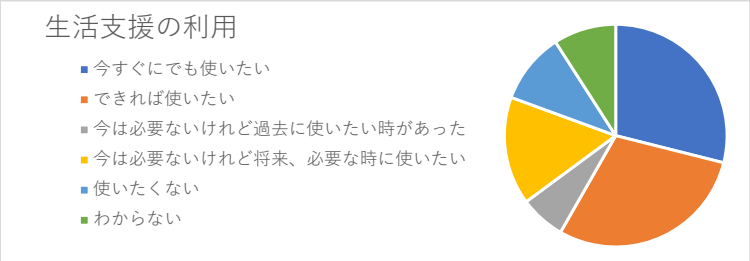
242件

	回答数	割合（%
社会に必ず必要だ	110	45.5
できれば必要だ	72	29.8
必要だと思うけ	37	15.3
あまり必要ない	13	5.4
よくわからない	10	4.1
計	242	100

②あなたは、このような社会的なサポートを使いたいと思いますか？

242件

今すぐにでも使い	70	28.9
できれば使いたい	71	29.3
今は必要ないけ	16	6.6
今は必要ないけ	38	15.7
使いたくない	25	10.3
わからない	22	9.1
計	242	100



③活動プログラムについて意見があれば、自由にお書きください

自由記述52件

(6)その他、必要なこと

自由記述162件

③生活支援について意見があれば、自由にお書きください

63件

1	話を聞いてくれて味方をしてくれる人が欲しい
2	自立させるためには方向を示してあげフォローしながら必要だと思う
3	自分が介護保険、自費ともで使っている。当り前だとは思ってなくて、来てもらう方に感謝している。
4	今でも取り組み自体はあるだろうが、支援側の負担が大きくなり過ぎたり、受ける側で不満が溜まったりと、バランスを保つのが簡単でないように思う。すれ違いやトラブルを防ぐ為に、人員の確保やそれに見合う報酬はもちろん、支援を受ける側にも納得出来る線引きを慎重に行うのが必要と思う。
5	炊事洗濯などはできるので金銭的な面で少し余裕があるぐらいの支援をしていただければとても助かり心の安定にもつながると思います。具体的にだと食料、簡単なものとかでも良いのでレトルトなものとかでも助かると思います。
6	定期的な家庭訪問で孤独死を防げると思います。
7	プライバシーの保持を、しっかりやって欲しい
8	人との相性もあると思うので支援を受ける人の考える相手とギャップが少なくなるような仕組みがあると良いと思う。
9	行政手続きについて、うつ病になってから難しい文章を理解できず、何をいつ提出するなどのタスク管理ができないため、その辺りを手助けしてもらえると大変助かる。
10	生活において何に困っているのかをしっかり聴いてほしい。対話で伝えるのは苦手な人には、アンケートなどを活用。 私の場合は、困っているけど、悩んでいるけど…その話はきっと認めてもらえない、社会人としてこんなことを話すことはいけない、こんなこともできない自分が恥ずかしい…などと思い込みの癖が染み付いていますから、相談や支援を受けること自体のハードルが高くあります。
11	精神障害年金の申請を一人で行いましたが心身共に驚くほど疲弊しました。本当に一歩も動けない、全く外に出られない支援が必要な方ほど申請が行いにくい仕組みになっています。改善されるべきです。
12	障害とまでいかなくても、極端に苦手なことがあって生活に不自由している。支障が出ている。という人にとって、非常にありがたいシステムであり、現状打破のきっかけになると思う。
13	文章を読めない状態がつづいているので、行政などの手続きのような作業を手伝っていただけたらありがたいと感じます、、
14	行政手続きは今すぐにでも助けてほしい。
15	介護保険と同じように見える
16	精神が病む、死にたいとなっている状況は無気力に陥っている。本当は出来る出来ていたが故に助けてほしいと言えない。 対人の聞き取りだけではなく、紙アンケートなどでの聞き取りも気楽で効果的かもしれない。
17	心の病に理解がある人がどれくらい集まるのかなと思う
18	起きられない、お風呂に入れないなどの時に理解して話をするだけでも手伝ってほしい
19	難しいけれど、２４時間対応だとありがたい
20	できない時は本当にできないので少しでも支援があるとうれしい
21	精神障害2級ですが、家族と住んでいるので、共有スペースは掃除できないので、家事援助を使っても、ほとんど意味がないとのことで、落ち込んでます。
22	普通の人ならいいが私みたいな感情の起伏が激しいコミュ障だと支援者との相性が合わなかった時に怖い
23	でも障害者認定されてないギリ健常者は使えないんでしょ？
24	やりたいけどできないということを相談できる場所が欲しい

25	苦しく無気力なときに、助けが必要。家事や身の回りの事が、もっともっと簡単になる方法があればいいのに。
26	どこまで手伝ってくれるのかわからないと利用しにくい
27	すばらしいサポートだと思うが実施にはいくつか考えておかなくてはいけないことがあると思う。①頼むことが一番のハードルであるため、どのようにアウトリーチするか。②サポートを受けられる対象のボーダーラインにいる人に対して、該当せず受けられない場合でも、別の支援を案内するなどして支援を弾かれたという経験を持たせないようにすること。そのためには別の支援政策との連携が重要だと思う。
28	支援する側は、介護職員初任者研修やハウスキーパーの資格や支援する前の研修が必要だと思う。
29	結局資金が足らないと思う
30	私自身もasdの傾向があるようで、今は日常生活くらいはじぶんで送れていますが、以前は公にとても恥ずかしいことをしていたことがたくさんありました。今でも発言には恥ずかしいことを言ってしまったと思うことがあるので、指導してくれたり、相談にのってくれる人がいたらいいのにと思います。
31	いま一人暮らしをしたいと思っているのですが、何から始めれば良いか、実際に一人で生活していけるだけのスキルがあるか自信が全くないので、家探しから生活のサポートまでトータルで支援してくれる仕組みをまさに必要としています。
32	お金稼げないから障害金で食べてる。
33	例えば自宅に住むことが難しく既に一人で生活している（身体的障害はないがHSP等で人と暮らすことが難しい）人に対し、生活費の補助等、あるいは免除等があると自立の後押しになるのではと思う。
34	都道府県を越えて連携が必要。今は全国がガラパゴスです。出来ているのは貧困の問題が大きい都会の身に感じます。また国の補助が必要です！！地域を越えて国民が声を上げて問題意識を持ち団結をして国に訴えかけていく必要があります。国は一方的にプロパガンダを推進して弱者は徹底差別と徹底排除と抹殺。強者だけの冷酷な選民思想社会を推進したいようです。
35	以前訪問看護、現在は居宅介護のみを使っている。以前訪問看護側の都合で事業所変更になり、タメ口で話す看護師になったのをきっかけに訪問看護を止めた。事業所都合でなるべく休みなく利用をしてもらえるように言われるのが辛かった。居宅介護は今の事業所とヘルパーではそのような問題はないが、ニュースを見ると事業所とヘルパーの質が気になり、変わってしまったらどうしようという不安がある
36	自分が支援を受けてもいいのか悩んだ時に、その事をまず相談できたらいいと思います。
37	メンタルを病んでいたときに、働けなかった。頭が働かずに福祉に繋がれなかった。
38	家に上がられるのが少し気になります。片付いてないし古いので、家の中をジロジロ見られないか心配です。訪問看護師さんがそういうプライベートに入り込んで来るタイプだったのでトラウマです。
39	いっしょに存在しているという感覚が安心を生むし、他の人といっしょにやると自分はどうしてうまくいかないかを理解できるからいいと思います。でも、教えようという態度がそれではダメだということを作りやすいので、そこには注意がいると思います
40	できましたら弱っている人の気持ちに寄り添ってくださる方に関わっていただきたいと思います。
41	付き添ってくれる人に対してまで疑惑を向ける人もいるため、信頼関係を築くことが必要だと感じました。
42	土日も利用できるようにしてほしい。平日働いていると、福祉を利用したくても利用できないこともあるので。
43	本当は親や家族がその役割を担うべきであり、そうなった結果不要になる福祉として現段階では必要だと思う
44	お金がなくても貸与という形で通院できるようにしてほしい。働き出して、貯金ができたらそこから計画的に返済できるようにしてほしい。

45	・精神面で寄り添うことができ、適切な対応ができる支援員を揃えるのは難しいのではないか ・支援員に対する研修や勤務条件のばらつきを無くす必要がある
46	疲労感や無力感がひどくて、簡単なことでも無理だと感じて、できない家事が多いので助かります。食事後の片付けとか忘れがちなので(やるべきである食事をこなしたので、脳が安心して業務終了しちゃう感じでぼんやりしちゃう)、声かけていただくだけでも、思い出せてできそうです。
47	行政手続きについて、身の回りの法律や経済、申請しないともらえないものなどについても学べたら良いと思います。
48	泣きたくなったり、自傷したいときにスタッフさんがいた場合、どんな対応をされるのかが心配だと思った。
49	今まで生活支援の人に心無いことを言われてきたので、こういうサポートは必要だけれど、障害に配慮した言葉を使える人にしてほしい。
50	今利用し始めたばかりだが、利用して良かったと思っている。悩んでいる人は沢山いると思うので、もっと利用しやすくなると良いと思う。
51	お金を払ってでも助けてもらいたかった事があったので、行政サービスや無償じゃなくても、そういう支援があると助かります。
52	利用をするのに相談しやすくしてほしいです。
53	お金の管理方法を点検、指導してもらいたい
54	寄り添う人、が、必要だと思います。 支援を必要としてる人は心がギリギリでいっぱいだと思うので一緒に考えて寄り添ってくれる人がいれば少しでも希望が見えてくると思います。
55	ホームヘルプとかグループホームとか、似たような制度はある。でもその制度を使うには手帳や受給者証がいる。助けが必要ですって烙印を押されないと助けてもらえないような制度では使いにくい。今社会の中でドロップアウトしそうで、でもまだしてないギリギリの所にいる人も使えるようにしてほしい
56	この手のサービス、あるにはあるらしいんですが地域が限定されるのとやはりお金の問題が……。とりあえず既存のサービスで対応範囲を広げるのが現実的かも。僕が退院した時はエリア外で使えなかった。めちゃくちゃ辛かった……。1年目どうしたらいいか分からずバイトでクッタクタになりながら泣いて人参を生でかじっていた。
57	担当者との相性次第という気もする。
58	年齢による衰えを強く感じて不安です、生活支援は今後助けて欲しい時が必ずあると思います
59	知り合いや周りの目が怖いので使いにくさがある
60	子育て支援。 連鎖を生まないためにも、親を支援してほしい。
61	統合失調症一級です。もっとお金に余裕があればと思います。
62	生活スキルがないから、あれば利用したい
63	騙されたりからかわれたり、脅しや攻撃、いたずらや搾取の的にされやすく、また被害に遭ってもそれを相手に分かるように伝えることが出来ないので、行政だけではなく理解ある弁護士に相談できる支援もあれば助かります。実際に犯罪の被害に遭って相談しても、警察がこちらに対して差別や偏見を持っていて、相手にしてくれないことがあるので。

③相談支援について意見があれば、自由にお書きください

84件

1	田舎だと支援組織自体がない、あったとしても知的障碍者や高齢者を対象にしたものばかり。居場所がない。使える支援も施設もない。保健師に相談したらひどい言動をされ、就労支援センターに相談し「後日連絡します」と言われたが10年近くたっても梨のつぶて。地方で消滅危機都市と言われている自治体の支援レベルは酷いのが現状。お給料をもらってやっているとは思えないようなことをする支援者もいる。
2	信用出来る人が欲しい
3	辛い辛過ぎる
4	行政、医療、介護だけで対応出来ない事はあり、専門や個々の経験が違えば違う目線で意見を貰えるので、次の気付きに繋がり問題に対応出来る事もあった。
5	アドバイスがほしい場合とただ吐き出したい場合とで大きく分かれると思うが、そこがはっきりしているならAIとの会話でも効果はあるように感じる。死にトリのアプリを使っていて、コメントの当たり外れに関わらず癒されたり割り切れたり、良い方に心が動く部分が多かった。
6	自分は不安の強い鬱病なので仮に一人暮らしを始めても不安が消えることはないと思っています。なので定期的に現状などを話せる安心できる話を吐き出せる場所があればとてもありがたいと思います。、
7	就労継続支援施設などにいる福祉系の国家試験合格者が生活支援が相談に乗ってもらえたら心強いです(経験済み) SSTも受けられたら自信もついて社会復帰も出来ると思います
8	相談相手になるスタッフ側に高度な知識が必要だと思いました。
9	自分は40代だが、相談機関は若者か老人向けが多くてどこに相談していいか迷う。チャット参加で若者ばかりだと、居場所がないなと感じる。
10	相談内容にもよりますが、必要に応じて警察や弁護士、証拠集めのため探偵などにも繋がりを持っておく必要があると思う。
11	うつ病を抱えながら医療従事者になることについて相談したかったが、同じ境遇の人に出会えず何も問題をわかってもらえなかった。もっといろんな人がいたら適切な助言がもらえたかもしれない。
12	学校用のパソコンでも相談できるようにしてほしい
13	困っているけどどこに行けばいいかわからない、誰にも相談できない、とにかく「どうしよう」と悩んだことがある（悩んでいる）ので、、何でも相談していい場所があったら助かると思った。 特に相談相手を選べたり交代できたりするのがありがたい。
14	自分が話を聞いて欲しい時に、話を聞いてくれる環境作りをして欲しい。
15	いのちのでんわはパンクしている。悩みを相談したりぐちを話せる人が誰もいないので、とにかくなんでもいいからはなしあいてになってくれるサービスがあれば本当にありがたい。
16	自分の本当の気持ちは友人にも家族にも話せないので、こういう場所は必要。
17	期待を持たせないでほしい。
18	話を聞くだけ系のものならいらない
19	できれば深夜でも使えるようにしてほしいです。 夜が一番悩み事が多くなってしまうので…。
20	繋がらない時が多くてしんどい、取り敢えずAIでもいいから返事して会話して欲しい
21	今後年齢的に不安が大きくそれも見越して相談したり、不安の時にチャットでやり取りが出来ればありがたい
22	すぐ連絡とれるようなLINEなどのツールを利用できるとありがたい。 相談内容によっては、専門家などの紹介、また一緒に相談させてほしい。
23	相談相手の人手が心配

24	魅力的だが……、正直なところ、未だに人に相談したときのダメージを引きずっているため、そういう仕組みがあったとしても、どうやってもう一度勇気を出して繋がったらよいのか、話したらよいのか分からない。
25	話を聞く側の主観が入るのが怖い。こころの電話にかけて主観で話されて嫌な気持ちになったことがあるので。
26	でも普通の自殺ダイヤルでさえ人材不足だしたらい回しだし、こういうカウンセラーが1時間1万円とか取る内容、公的補助で受けられるわけないよね
27	今、近くの心療内科や精神科を受診したいと電話しているけど、どこもいっぱいでどうしたらいいのかわからない。この宙ぶらりんな状況だと死にたい方向にすぐに転がっちゃう
28	まず味方になって欲しい。最高の味方に。これ以上、自分を苦しめてこない味方に。話したいけれど、アドバイスを聞くことが、死にたいほど、苦しい事も理解して欲しい。
29	相性で選べるという点は重要だと思うが、どのように相談員を確保しかつ心身の健康をまもりつつ配置するかのサポートが重要と思う。
30	誰にも伝えられないことを、簡単に吐き出せる場になってほしい。それが、社会人だけでなく学生も簡単に相談できるような仕組みにしていただけるとなおありがたいと思う。
31	24時間365日どんなことでも気軽に安心して相談できると嬉しい。
32	曜日を気にせず相談できたり、色々な相談方法があればいいなと思う
33	相談した相手によっては却って傷つく相談員は講習等を行い適切に応対して欲しい
34	地元の自治体で社会福祉士によるなんでも相談を受けていますが、私に起きている心の問題は恐らく病的なのに、社会生活は一見すると自立しているのでなかなか理解されにくいなと感じています。通院していた病院とはトラブルがあり、転院のために他院へアクセスしたら、2ヶ月待ちの専門病院へ行くよう言われてしまいました。病院にも、その付属のカウンセリングにも、その間通うことができません。じぶんに必要な支援が何かも分からず、通院できないでいるうちに薬の量が増え、不安が増大しています。働いているので昼夜問わず相談できるところがあったらいいのに。
35	いま相談できる人があまりおらず、困ったとき、不安なとき、しんどいときなどにすぐ話のできるサポートがあると助かります。
36	チャット、電話、手紙など、相談方法の選択が出来るといいと思います。
37	私、柔道着着てみたい。
38	相談員が秘密を守れるのかどうか。 対応できる相談を資格や免許で段階別にしてほしい。雑談がしたいときとカウンセリングと就労の相談は別のほうがよい。 また、相談員側が要支援者の相性や相談内容によって担当を外れたりより適した窓口に取り次ぎやすい環境の整備
39	家族や同僚に自分のつらい気持ちを相談しても「みんなそうだよ」と言われてしまうことが多いので、そういった話題への適切な返答に慣れている窓口は欲しいと感じている。
40	このような支援は絶対必要です。県によって取り組みはバラバラ。私の住んでいる県は全く問題意識が無く冷たくあしらわれるので最悪です。県や市町村を越えた連携が絶対必要。
41	傾聴も技術がいる。声色に変化がなく相槌だけだとこの人は作業として相談を受けているのかと思うことがある。また文字だけの相談でも、あまりいい印象を持てなかった場合もある。相性によって代えられると人気のある人とない人と分かれる可能性がある。その場合をどうするのか。
42	「一緒に考える」人がいるだけで生きようと思えるから、ためらうことなく相談できる場所があったらいいなと思います。
43	電話がつながりにくいので困っている。
44	ネガティブなことは友達に相談しにくい

45	困っている事については聞いて貰いたいけど、プライバシーがどこまで守られるのか不安です。信頼出来る人に出会う事の難しさも知っているので、ご縁があったら助かりますが最悪ダメージ受けて終わる…って事もあるので大変な作業かも知れません。
46	1人で抱えないですむ環境、話そうと思ったときに安心して話せる相手がいるということ自体が必要だと思います。
47	以前このような趣旨の相談期間に相談させていただいたことがあるのですが、大変申し訳ないのですが、私には上から目線で寄り添っていただけなく、とても心が傷ついた思い出しか残っていません。 相談員さんの方も研修などを積まないといけないなどの事情があるかとは思うのですが、資格がなくても寄り添うことができるお気持ちをお持ちの方はたくさんいらっしゃるかと思います。 資格など関係なく、できれば弱っている人間の心に寄り添って下さる方にお話を聞いていただきたいと思いました。
48	過去にいのちの電話にかけて逆に嫌な思いや悲しい思いをしたことがあります。そうならないための配慮とは非常に難しいことだとは思われますが、人にあった対応が出来たら利用したいです。
49	相談される側の人が相談されることを負担に感じたり、共倒れしたりしない工夫が必要だと思う
50	病院等だと子供だけで行ったりできないから子供だけでも相談できるようにしてほしい
51	職場にジョブコーチがつくように、人生のコーチがいた方が安心します。人間関係が狭い人間の人生の指針は自分で決めにくいのでこのような制度は是非導入してほしい。
52	相談する窓口は多ければ多いほど助かります。合う合わないはあると思うので、交代できるならお互い楽かもしれません。
53	ボランティアではなく、経験を積んだ正規職員を配備して欲しい。人によっての対応のばらつきがあると、安心して相談できない。
54	カウンセラーさんとお話するとき、1対1でなく、1対3くらいで考えてみたい時があります。 沈黙が怖くて、余計に話しすぎることを防止できそうです。
55	女性相談員さんがいてほしい
56	どういう所にそういった相談所があるのかわからない
57	親にも言えない悩みを聴いてくれる存在は、精神的に安心できるので使いたい。夜中に急に泣きたくなることがあるので、２４時間対応（電話やチャットで）だとありがたい。
58	相談を受けて「そうですねー、大変ですねー、困りましたねー」という相槌を打つだけでは相談をする意味がないです。出来れば「こういうサポートがあります」などというように打てば響くような回答をしてくれると助かります。
59	障害者や病名の人はある程度そういった窓口が用意されているが、その枠から外れた人、または事情により診断を受けられない人は同じような苦しさを抱えていても相手にされない事が多い。出来れば対象者をカテゴリーで絞らずに相談を受けて欲しいと思います。
60	ラインとかでも相談できたらいいなと思います。
61	ChatgptなどのAIBOTでもいいです。
62	自分が相談したいときに必ず繋がるようにできれば良いと思う。
63	ただの傾聴ではなく建設的アドバイスがあるなら、必要だと思う。
64	話を聞いてもらうことは気持ちを軽くできると思います。可能であれば２４時間対応だと良いと思います。暗いことを考えるのは夜が圧倒的だと思うので。
65	発達障害で、家族と仲が無縁な時、１人で友達もなく、生きる人もいると思う。
66	話を聞くのが下手な人ばかりで、上手に話を聞いてくれる人も「こういうスキルで話を聞いていると思わせてくれてる」って透けて見えてしまう。講習を受けたんだなという背景は見せないで気を使わないで話せる場所や人がほしい

67	役所によっては女性相談員というポジションがあって似た相談をできるのですが(自分は戸籍の閲覧制限の関係で年1面会してもらってます)この窓口、全部の役所に存在してて欲しい。困ったら役所のここ！っていう状態、ハードルはいくら下げてもいい。とにかく繋がるための仕組みになればいいのに。なんで1部地域にしかないのか。人材の確保が難しすぎるからか。
68	スキル、考え方、経験、金銭感覚など幅広い相談員が揃っていたら嬉しい。
69	男性というカテゴリに入れられる人の場合は｢男らしく｣｢弱みを見せては行けない｣といった社会からの圧力によって、本人が自力で解決できる以上の問題やストレスを抱える場合があります。しかも、そうした人たちは、こうした相談所が自分たちにとって不必要である（かのように）思い込んでいることがあると思います。なので、こうした人達は、相談できるプラットフォームを作っても利用せず、バタバタと死んでいくだけなんじゃないかなと思います。しかも、本人たちも自分がどうして死にたくなっているのか分かっていないので、死後の検証も進まないんじゃないかと思います。
70	私の場合、保健センターの面談と、障害者地域相談支援センターで間に合っているような気もする。
71	1人で考えるのに限界を感じます、是非相談したいです
72	このような相談場所はなかなか探してもないのであればではなく必要だと思います。行き場がなくならないようにと思ってます。
73	きっとそれで救われるひともいるかもしれないけど、 自分的にはなぜかうさんくさい気がしてしまって相談しにくい っていうのと、相談して親や知り合いにバレたくない
74	こういった相談事は時間が要る…というか、継続的な相談が大事かと思います。また、相談相手は運営側で勝手に変えず、利用側が選べるようにあり、長く定まった相手とある程度の信頼関係を築けるようにしていけたらいいな、と。
75	結局「相談すること」がめちゃくちゃ高いハードルになっている場合もある（どうせ理解して貰えないと思っている とか）し、相談することすらできない/やらない状態が最悪だと思うので、そういう人たちの辛さのはけ口になる為にはどうしたらいいのか というのも考えるべきことだと思う。
76	相談する練習を小さい時から出来る仕組みがないと相談できる時にちゃんと話せない人とか話しちゃダメと思う人がいると思う
77	お役所仕事のような、土日祝休みで平日も9～16時みたいな相談時間や、いつまでも電話が繋がらないような電話相談ではなく、もう少し寄り添ってほしい。
78	リストカットする人って、なんで手首切るの？痛くない？跡になるよ。
79	そんな簡単に相談出来るとは思えない。信用出来ないし、他人なんて信用出来ないから。
80	無料で対面で話せる場所がたくさんほしい
81	本当に解決してくれるのか不安です。ただ話を聞いてくれるだけなら、いのちの電話等の既存の窓口の拡充にすぎず、そしてただ単に話を聞く窓口が増えただけでは本質的な解決までは辿り着かないから。
82	現行制度と大体一緒だと思う
83	相談って一時的にはスッキリするが、結局根本は何も解決しない。
84	匿名で２４時間相談できるところが欲しいです。場合によっては悩みに専門的な所を紹介してもらえるとありがたいです。

（4）多様な働き方による就労または就労のための体験や実習

60件

1	就労=社会復帰とする考え方に疑問を持つ。
2	障がい者支援と同様の支援を、過去にダメージがある人・自信を失っている人支援として提供して欲しい。完全に元気がなくなってからセーフティサポートを得ても、さらに自信がなくなるだけだと感じます。
3	変なのしかない
4	感染対策が心配なので、オンラインでもできると嬉しい。
5	大切だと思う
6	B型就労を使ったことがあるが、利用者間で目的のギャップや、作業の内容と調整、工賃、紹介先など、地域や事業所によっては課題が有り過ぎるように思う。社会や経済の発展、問題の多様化に、制度や施設側が置いてきぼりを食らっている感もある。1の住まい提供などと絡めて、エリアを絞って集中的に支援を拡充し、可能であればそこに当事者を集めても良いのかもしれない。
7	自分はB型の作業所から特例子会社へ就職できました。その間は金銭的な不安がずっーと付き纏い今でも付き纏っています。就労＝お金につながるのでその方々にあった就労支援はとても大切だしこれからもっと増えて欲しいです。
8	就労継続支援B型＆A型事業所の工賃の賃上げ。近隣の理解。企業の障害者雇用が増えれば良いと思う。ただ、これからはAIが人に取って代わる時代。 政府が推し進めるムーンショット計画やらメタバースなど全く新しい形の就労形態に沿った支援が必要だと思う。
9	安心して働ける就労先を見つけることはとても難しいので(働き出してからしかわからない)、このような就労支援があるとありがたいと思います。
10	就業後のフォローも必要だと感じる。
11	就労移行支援事業所がこの役目を果たしていると思う。私自身も過去に利用し就職した。
12	10年近くバイトすらせずに職歴も無いまま40になるクズでも受け入れてくれると嬉しい
13	働く能力はあるのに空白期間が長くてどこも雇ってくれない、何から始めればいいのかわからない等現在進行形で悩まされています。 また、フルタイム勤務が「週5、8時間」を指す事に疑問と不安を覚えます。 また、若い世代が低賃金で使い潰されている現状です。 自分も低賃金で長時間働き、趣味や息抜きに使うお金も時間もなくどんどん動けなくなりました。周りの友人（20代）も毎日死にたい、何の為に働いているかわからないと言っています。低賃金の長時間労働がもたらす危険性についてもう少し我々の立場になって考えてもらいたいです。
14	就労支援というと健常者、一般向けと障害者向けの両極端で、グレーゾーンは行き場がなかったので、そういった人の受け皿になりそうで非常に良いと思う。私もこういった支援を受けたい。
15	すでにある程度このようなサービスはあると思うが、現実的にそこまで余裕のある企業は少ないのでは。何か社会の根本的なところでおかしな構造があると思うが頭が悪くわからない。
16	上の方にも書きましたが受け入れる企業が必要
17	職場体験とか言いながら、具体的な話を詰めずに現場に放り投げるのはやめてほしい。
18	送迎サービスが欲しい
19	使いたいが年齢的に今後働くためのスキルを身につけて自信をもって復帰したい
20	私自身、働く必要がない
21	でも障害者しか使えないし、これを使うと障害者認定されて（差別的な社会が悪いとはいえ）社会的に死ぬだけでしょ？
22	人間関係が仕事の内容よりも折れやすいから、いろいろとできる方が絶対にいい。生活保護をもらいたいとは思わないのに働けないのはつらい

23	自分は、抑うつ状態で遅刻欠勤が増えてしまう。遅刻欠勤で迷惑にならない方法が欲しい。 また、ストレス解消方法を用意して欲しい。人間関係でストレスが溜まって苦しい。人間関係そのものも、なんとか改善して欲しい。
24	職場でどのような配慮が必要か、本人もわかっていないこともあると思う。そういったことを相談できるといい。
25	就労先の給与体系が明確かどうか、就労先で何かトラブル(職場環境や人間関係等々)に見舞われた時に対処してもらえるかどうかが課題であると思う。
26	支援して就職した先がブラック企業だったら意味がない 斡旋するならその会社の内部調査を徹底して欲しい
27	病気の有無によらず、困難感の有無によって支援がうけられる仕組みが必要と思います。
28	これまで仕事が長続きせず就職に何度も困ってきたので、これからは多様な働き方を考えていきたいと思っており、このような就労支援があればぜひ受けたいと感じました。
29	就労移行支援で就職しました。よい環境で感謝しております。職場の方々もご自分のお仕事にプラスして支援もすることが多いのでサポート専門のスタッフが配置されるのが理想ですが予算などの関係から難しいとかんじます。
30	体験就労でのミスマッチが続いた場合を想定した生活の変化の対応や失敗体験にしない工夫
31	HSPの気質から今の仕事で働きづらさを感じているが、職場に相談しても理解を得られないため、一般向けではなく、精神的に生きづらいと感じている人に向けた就労相談があると助かると思う。
32	県によって企業のカラーも体質もそれぞれなので難しいですが、企業数も少なく就業が簡単でない田舎は大損をしています。田舎ゆえにブラック企業も野放しで最悪です。
33	就労支援B型の工賃を上げてほしい。交通費支給も全国一律で必須にしてほしい。病気でなかなか働く時間がないと働いても昼食代や交通費で無くなってしまう
34	何年も社会に出ていないけど働きたい気持ちがある時に伴走してくれる人がいることはとて心強く、頑張ろうと思えると思います。
35	過去に仕事に対する強いトラウマを抱えており、この支援で解消できそうだと思った。
36	今まで使っていた所は交通費等自己負担でかなりキツかったです。お金持ちじゃないと通えない感じでした。（お金持ちは通わないだろうけど，）最後まで利用する事も出来ず無駄遣いに終わってしまったので、利益目的なら辞めてほしいです。あと賃金は見直して貰いたいです。あれでは到底生活出来ないです。
37	働くということや人や社会の役に立つということが、お金を稼ぐということとイコールになることに疑問を持っています
38	トランスジェンダーへの配慮
39	健常者からの風評被害がありそう
40	ある一定の資格習得のための勉強期間や、公務員試験のための勉強期間がほしい。
41	一般社会に戻るにも何かと爪弾きにされて辛い。健常者と一緒にならなくてもいいから、社会的な居場所が欲しい。
42	今すぐ就労支援活動を手伝ってほしい
43	生きていく上でお金は必要だから就職支援は大切だと思う。自立するためにも長続きする職業を選ぶことが大事だと思う。
44	出来れば家にいながら働けるような、リモートワークの拡充もお願いしたいです。働きたいと思うけれど、環境の要因で外へ出れない人もいます。
45	就労支援を使って徐々に慣れながら就職したかったが、家族の収入による制限があり、本当は利用したかったが利用できなかった。制度はあるのに利用できないという仕組みをなんとかしてほしい。

46	報酬面の改善は必要。行政サポートの金額と合わせて、1人で生きられる目処を立てられないようでは、毒親等の悪環境がある人の支えにならない。
47	主治医やカウンセラーなど当事者の状況に詳しい人が積極的に関与できる仕組み
48	過去に市町村の障害者支援窓口で同じような支援を受けました。ただ、障害や病気が無ければ受けられず、社会保険の関係で公務員(共済組合)は支援対象外となっていたので、退職してようやく支援が受けられました。必要な人に必要な支援を、対象外となる人を可能な限りつくらないで行う仕組みがあって欲しいです。
49	自分でどんな働き方が向いてるかわからない人にアドバイスする人がいてほしいです。
50	障害者も家族が持てるような収入が欲しい
51	何の仕事に就いてもすぐ辞めてしまう人だと、就労環境以前の問題がある気がする。
52	障害の有無に関わらず生きずらさを抱える人がバイト感覚で働ける所を作りたかった。急に来れなくなったり辞めてしまった後に、冷静になって戻ってきてどこが悪かったのか、どうした良かったのか、今後似たようなことがあった時にどうしたら良いのかを一緒に考えられる働き口を作りたかった
53	ハロワさんの対応の悪さをどうにかして欲しいです……。別組織でやって結局ハロワとか別の所にパスしても対応悪くてダメになる可能性が怖い。既存の組織をどうにかすべき。別組織として立ち上げてもいいかもしれませんが潰し合いになりそうで……。
54	サポステは年齢制限がある。無職からハローワークまでの間の年齢制限なしの支援は欲しいと思う。
55	香害、感覚過敏などで、様々な人と働きづらい。働きたいけれど体調が悪くなる方達にも、区分分けしてもらえると良いと思います。
56	今は仕事ができていますが将来が不安です、もしもの時には支援を受けながら働ける制度があればとても安心できます
57	障害者の就労施設のような『働くのにお金がかかる』ということがないようにしてほしい。
58	サーティワンで働きたい。
59	今、誰でも大概、転職も再就職も難しい事を考えたら無理がある制度だと思う。
60	本人のやりたい仕事とできる仕事が釣り合うような職種を探す制度か、無理をさせない程度にやりたい仕事に釣り合うようにスキルを磨く制度が欲しい。

③活動プログラムについて意見があれば、自由にお書きください

52件

1	人が怖くて参加できない
2	話すのが苦手なので、話さなくてもいいという環境やプログラムがあれば嬉しい。
3	やってもらいたい
4	ここに書いている事が役に立つかもしれないと思った。経験談を読んで思ったのは、同じような人がいる。他人には理解してもらえないはずの言葉があるだった。
5	コミュニケーションに飢えている人も多いと思うが、住んでいる場所や経済状況、抱えている悩みや疾患など、現実での集まりを避けたい人も一定数いると感じる。
6	B型作業では年配の方々が多く自分のような中年世代はなかなかそういったプログラムに参加しづらいという、恥ずかしさやそういった感情がありました。参加はしたいけどなかなか難しい…そういったのものがなくなればすぐに参加したいです。これは自分の性格の問題なので自分を改善しないと難しいと思います。申し訳なく思っております。
7	気軽に楽しく参加出来る多様なプログラムがあればいいと思います。
8	身近に参加できる場所があるといいなと思います。
9	精神疾患など問題を抱えている人が集まるといざこざになりやすい。距離が近すぎて共依存になる危険もあるため、課題が多いと思う。
10	人間関係でトラブルが生じそう。また運営のための財源はどうなるのかといった疑問もある。
11	対面は嫌です。女性は外見がすべてですからここでも嫌な思いをしたら立ち直れない。 姪は外見のことで就職面接で女社長に圧迫され何度も自殺未遂をして、今は50キロダイエットして、やっと外に出られるようになりました。それが日本なのです。
12	オンラインで参加できるものが増えて欲しい
13	もっと具体的な内容がわかれば意見てきますが今の表記ではなんとも言えない
14	体がだるいので、家にいて、Zoomなどで参加したい
15	自分はとにかく人といることが怖いので参加はできませんが、あったら助かる人は多いと思います。私自身は参加すると考えただけで死にたくなります。
16	精神障害者とかの人が、税金でこういうのに行ってる中、自分は会社にバレないよう自立支援も使えずに精神科治療を受け続けていて本当にキツかった。精神障害者の人は勝手に来なくなったりして、本当に気楽でいいなと思った
17	例えば、認知症の集いなら、あって、うつ病にも集いがあって。なんにもあてはまらない自分には、世界のどこにも居場所がない。 そんなのは、やめて。誰でも行けるものにして。
18	交流はオンライン上だけでいいと思う
19	活動場所が遠いと行けないので、イベントに参加しづらい。イベントの参加人数が少人数だと良い。イベントの参加先で宗教の勧誘があったり、詐欺にひっかかることがないように、参加者の素性が明確だと良い。イベントの途中退席しても大丈夫で、話したくない人は話さなくても良いような人も参加できると有難い。
20	様々なプログラムの中から自分にとって必要なものを選択できると、とても有意義な支援になると思います。
21	デイケアや地活などとは異なるのか気になります。
22	プログラムはなにをしてくれる？若いうち

23	活動プログラムは絶対必要。私は家族を亡くして孤立孤独ですが、この辺りの事で手薄くコミュニティが無くて拠り所がありません。田舎のリア充な人達以外は基本的に差別されて排除されます。また異業種交流会と称した詐欺勧誘のサークルが広域に存在します。仕事関係やプライベートな友好関係で人間関係を広げようと頑張りましたが、他人を闇に落とす心無い者達に深く傷つきました。報われない孤独で慢性的に苦しんでいます。
24	義務教育以外の教育も充実させるべきだと思います
25	どうしても高齢者にばかり手厚い公共の運動や文化施設で、障害者割引や障害者向けの運動・文化プログラムの実施、障害者団体の施設利用の優遇などを図るべき。昔在籍していたスポーツ系の自助グループで施設利用や運営費で難儀していた。
26	人と関わることが怖くて、相談もできないからなんとか一人で日々生きていると視野も狭くなり、そこから抜け出す方法もわからなくて生きるのが辛くなってしまう。そんな時に少しでも人と接する場があれば本当に助かるだろうなと思います。
27	駅の近くでやってほしい。
28	結局参加したくても費用や交通の不便さがあると難しいです。田舎は特に限られた人しか活動しづらいです。
29	生きづらさや自分や周りのことを知る機会は必要なことかもしれません
30	活動の周知をすることと、参加者のプライバシー保護を両立しなければいけないと思う
31	居場所づくりはやってみたいし、参加したいです。（でも、どこに行っても、なんとなく馴染めない感が残るのは、個人的な感覚なんでしょうね。）
32	活動によって働くことや、社会活動へのハードルを下げて欲しい。
33	時々、急に人が恐ろしく感じられることがあります。 自分から話しかけることならできても、話しかけられると怖いパターンが多めです。 自分から話しかけたい、話しかけられるのはいやな人は赤、 話しかけられるのは大丈夫だけど、話しかけるのは無理な人は黄色、 どっちもオッケーな人は青みたいに色のついたバッジで区別できたらすごく安心して参加できそうです。
34	私もそう言う活動がしたい
35	心では参加したいと思っても人が怖くて、自分は参加できないと思う。
36	普段他者と疎遠になっているので、交流出来る、学ぶ場がある作ることは必要なことだと思う。
37	都市部や一部地域にはありそうだけど、近くないと通いづらくなったり、選択肢に入らないと思う。また、そういった会があっても、積極的に案内がないとせっかく利用したくても分からないままになってしまうと思う。
38	生きづらさを抱える人にも色々な人がいるので調整が難しいとは思うが、個々の状態・状況にマッチする形でそういう場があればぜひ利用したい。
39	ピアサポーターになりたい
40	お金がかかったり、親の承諾が必要なら無理だった。自分は、障害基礎年金で、スーツ、交通費を得て、職業リハビリテーションセンターに通いました。
41	精神に課題のある人達や手帳を持ってる人たち、そういう人たちに理解のある福祉関係の人たちだけで固まってしまっては利用しにくい。自分がそういう人だと認められないと行けない。もちろん自認は必要だと思うけど。それから活動の際にコミュニケーションを取らなければならないのかと思うと気が重い。初回は話さなくていいとか、紹介もしないからふらっと入ってきていいとか、気負わなくていい活動がほしい

42	こういうコミュニティ、共通点があるからという安心感があるので何かしらあって欲しい。今めちゃくちゃな夢物語でも技術が発展してできることも出てくるかもしれないし、時代は変わるので。したいことはねぇ、口にしなきゃ形にもならないんですよ。何か案を出す時に「恥ずかしいんですが…」ってよく言う方いるんですけど「そんなことないよ……！」って私は言いたい。情報共有しよう。今後のために。
43	サポステは年齢や職のあるなしで利用制限がある。制限のないものが欲しい。
44	誰も彼もが沢山の人と一緒にスポーツが好きだと思わずに、沢山の人とやるのが苦手な人が、よくあるメインのスポーツではない、簡単でボールが怖くない、やさしいスポーツにしてほしい。
45	使いたいけれど、そもそも田舎住みなので周りにないのと、 親や知り合いにバレるのが怖い。 オンラインなどになっても声などでバレてしまいそうだから使いにくい
46	精神障害者のデイサービスみたいで嫌だ。
47	工賃(給料)が少ない。
48	他人と一緒と言う時点で無理。
49	ないよりはあった方がいいと思うが、人と関わることそのものが生きづらさの種になっている人もいるので、万人に有効とは限らないと思う。
50	こういう企画はかなりの確率でマルチや宗教が入ってるので怖くてなかなか行けない
51	茶話会やスポーツだけでなく、ボードゲーム会と言った楽しみながら会話を弾ませるような集まりがあれば参加するかもしれない。
52	少人数での集まりが良いです。

(6)その他、必要なこと

162件

1	個人の問題ではなく社会の問題として制度をスピーディーに見直し続ける力
2	自分が助けられるべき存在であるという認識
3	相談しやすい環境と適正な援助（金銭面も含む）
4	居場所が欲しい。
5	当事者同士で話したりゲームをする集まりや、自分に最適な職業を見つける事が出来る制度。
6	自殺の動機の多くが経済的な問題のため、住居や食料の提供、あるいは社会復帰への手助けが必要と思う。 また、社会的孤立も一因となっているだろうから、退職や退学した人たちがまた社会とのつながりを持てるような場所があると安心できるのではないか。 ただ、当人たちに情報を届ける難しさや財源、人材の確保等越えるべきハードルも多いと思う。
7	無敵の人批判するなら安楽死施設作ってほしい。自殺を社会問題扱いするくせにどうせ健常者じゃない人間は助けないんだから、せめて楽に死なせてほしい。
8	金。とにかく金。金がないと鬱が悪化する。
9	理解のある方への相談と、似た境遇の方と積極的に話せる場も必要だと思いました。 また、そのような状況の方でも受け入れてくれる職場があればいいなと愚考します。
10	とにかく「生活」ができる状態にして、うんとその辛さと向き合えるようにすること。今できないことはパスできるならパスして、ふと次のステップが見えてくるまで本人に任せられること。必要に応じてすぐ専門家に繋げられること。それを邪魔する人から遠ざけられること。例え家族だろうとなんだろうと邪魔するものは敵ですので……。書いてて思ったんですが、法律に守られてるのと同時に法律によって行きづらくさせられてる感じあるなぁって思いました。やはり運営が人だからですね。そろそろ血の繋がり至上主義みたいな法律の生臭い部分変わって欲しいですね。私みたいな苦しみを味わう人がいなくなればいいのに……(全部ここらの法律のせい)
11	差別するのが辛い
12	金銭面での経済的な支援に加えて、つらい気持ちを共有できる他者の存在や居場所などの社会的な支援もセットになったサポートが今の自分には必要です。
13	はっきり言ってまずお金。物理的な余裕(安心)があっての次のステップ。
14	定期的に声をかけてくれる人(状況をチェックして見てくれる人)
15	私にはただただ誰とも会わず喋らず静かにいられる安全基地が必要です。どんな支援も誰かに申し込みをしたり面談をしたりしなければ利用できないことがつらいです。だから自治体の支援も受けられずにいます。ひとと会わず喋らずにすべて手続きができるならいいのですが。
16	安楽死制度。老後のために金を貯める人生が限界なので最悪希望も金もなくなったら気軽に人生を終えられる社会になれば、心を病む人は減ると思うし、私自身もっと今を楽しんで残りの人生を明るく生きられると思う。切実に安楽死制度が欲しい。
17	自分の今の状況を考えると、環境を変えたいというのが大きい。周囲の目や実利、利権の問題なども生じるだろうから、かなり難しいように感じるが、最低限の住環境や生活の保障など、支援の拡充された福祉特区のようなものが有れば良いなとは思う。
18	安楽死の条件付きの合法化。自分は思いつかない。
19	自身の生存を無条件に認められる (保証される) 環境

20	暖かい環境、人との丁度いい距離感
21	特にこれといったつらいことがあったわけでもないけれど、ただなんとなく生きるのがつらくて死にたくなってしまいます。誰か助けてほしいと願うけれど、今の状況は自分が怠けた結果なので、助けを求めてはいけないんだと自分に言い聞かせています。でもどうしても一人は寂しくて苦しくて、居場所が欲しくなってしまいます。 助けを求めてはいけないなんてことは気にせずに、助けてと声を上げれば済むことはわかっています。 自分の強い自己否定のせいでこうなっていることもわかっています。 私のような人間でも、助けを求めやすい仕組みがあったらいいのになあと思います。 長々と自分語りすみませんでした。
22	ただ聞いてくれる人が欲しい。 全く縁のない人に。 アドバイスは欲しくない。 だけど生きる意味を納得できるほど論理的に説明してくれるなら聞きたい。
23	相談して、必ず返事が返ってくる仕組み
24	昼夜逆転した引きこもり時代は深夜2~5時間が苦痛でした。気を紛らわせるテレビも休止、医者も相談窓口もやってない。動画サイトで思考を止めて生き延びていました。朝7時に眠くなり17時に目が覚めるので医者にも行けず困っていました。
25	人と話す場所。
26	いつでも気軽に安心して相談できる場所。逃げ場。清潔な生活環境。良好な人間関係。いじめや虐待を受けている子どもたちが学校や親から逃げられる場所。寄り添ってくれる大人。
27	一緒に考えていくれる人
28	死にたい人は死ねる安楽死制度。生きるのが辛くて苦しかったから、せめて最後だけでも安らかに死にたい
29	外見にも仕事にも年齢にも関係ないところが欲しいです。会社では「あのおばはん」扱い。それが日本です。生きていたくなくなります。
30	多様性を認め合えるような社会づくり。私は高校生ですが、学校で多様性が大事だの、互いを尊重しましょうだの、言葉では学習しています。ですが、生徒は平気で（無意識で？）差別発言をしたり、マイノリティ（私的にはマイノリティという言い方もあまり好きではないのですが、、）の人々を侮辱するような言葉を使う人がいます。そこで私が言いたいのが、たとえ国や地方自治体が差別をなくしましょうだとか、他者を認めましょうと国民に言ったとしても、その受け取り手である国民の一部はその重大さを分かっていないということです。また、そのような人たちは幼い頃から親にそう躾けられたのか、インターネットで覚えたのかは分かりませんが、無意識的に偏見を持ち、無意識的に差別をして人を傷つけていると思います。長くなってしまいましたが、日本に限らず世界の人々の意識がガラリと変われば（まあ現在の感じでしたらあと何百年かかるんだろう、、、、という感じですが）多様性を認め合い、偏見や差別で苦しむ人、死にたいと思う人が減るのではないかと思います。（勿論死にたい理由は人それぞれで、差別や偏見が無くなったところで死にたいと思わなくなる人は限られていると思いますが　　実際私は差別が理由で死にたいと思っているという訳ではありませんしね　）
31	居場所と理解してくれる人がいたら死にたい気持ちが減るのかなと思います。
32	誰かに自分の気持ちを受け止めてもらい、それを通じて、それほど追い込まれている自分の気持ちと状況に気づくことだと思います。
33	話を聞いて、一緒に辛い気持ちを解消する方法などを考えていくことが必要だと思います。
34	周囲からの気遣い（つらい状況に気づいてほしい）

35	お金や自分の感情や思っていることなど何も気にせず何も偽らず全てをありのままいつでも吐き出せる場所、思い立った時に助けをすぐに求められる場所
36	結局お金があれば割となんとでもなる。相談で必要な物や事が分かってもお金が無くて結局手が出せない事が多すぎる。
37	必要そうなものは今までのアンケートにいくつかあったので、それ以外では ・ぐずぐずに煮くずれた野菜のお粥など、食べやすく栄養のある食事 ・抱き締めて、自分の実在を確かめられるぬいぐるみ (人が怖い時、化身としてぬいぐるみに話しかけてもらい、ぬいぐるみとして返事することもできてよい) ・お風呂に入れない時のための水のいらないシャンプーや汗ふきシート ・いつ買って食べても味が変わらない栄養食(味覚の異常を確認できるし、変化しないものは安心) ・ルイボスティーなどノンカフェインでお砂糖入ってない暖かい飲み物 です
38	必要なのは、アドバイスじゃなくて、共感とかだと思う。
39	死にたいを受け容れてくれる居場所(ネット、リアル関係なく)。家族や友人には言えない本音を安心して吐き出せて、必要に応じて相談できる場所があるだけだけで状況は良くなると思う。
40	もっと簡単に、誰でも相談できるような環境を作る必要があると考えている。例えば、これは変えようがないことだが家族の理解、学校や職場で「つらい」と言うことができる環境。日本ではカウンセリングを受けることは社会不適合者だ、一緒にいるとおかしくなると言うような考え方や風潮がある。ここまで過激ではなくても、これに似たようなものはあるだろう。そのせいで、ただひとこと「つらい」と言うことができない。学生なら尚更、相談することのできるような場所が必要なのだ。それができないから思い詰めてしまう。以上のことから、誰でも簡単に気持ちを吐き出せるような、簡単に相談できるような環境を作る必要があると考える。
41	その場限りで、タイムリーに慰め合える関係。それを可能にしてくれる場が欲しい。 その場限りというのが重要。
42	最初の頃は、寄り添うこと、話を深くまで聞くことが必要だと思う。 家族など近しい人である程、励ましたり、尻を叩きたくなる気持ちもあるだろうが、周りが本人と同じくらい一緒に考えていく、そして、本人のできることや精神状態に合わせてステップアップできる環境を整備していくという姿勢が大事だと思う。
43	安楽死サポート。自分のような死にたい人間はまずこれを求めてしまって、それ以外に希望を見出せない脳になっているかと思います。
44	経済的な自立支援、いつでもアクセス可能な相談場所
45	死にたいほど辛い状況に対して必要なのは、体の不調、心の不調、金銭的不自由、孤立（または孤独感）を全て速やかに取り除くこと。
46	２４時間対応の病院や相談機関、相談ライン、相談チャット、電話相談が増えてほしい。
47	声に耳を傾けること 自分の話を聞いて貰えないということは非常に苦しいことだと思う
48	主な不安は衣食住やスマホ等インフラを維持できる経済力だけれど、同時に趣味や娯楽への執着が強いのでマスメディアや行政の打ち出すモデルロールでは重要視されていても自分は優先しない内容を整理する客観的な視点。また、自立した生活を営む上で不足している要素を指摘､習得する機会がほしい。 今回のアンケートで提案された内容はとても理想的なものだったので、行政福祉とて実施される日がくればよいと感じます。
49	一人でがんばるのではなく、みんなに支えられること
50	安楽死。

51	つながれる誰かがいるというのは、大切だと思います。ＳＮＳで一言でも返してくれる人がいると、嬉しいです。一人ぼっちになると、そのまま消えてしまいそうになるので。たくさんいる「生きづらい」に共感する人たちが、安全に繋がれたら良いなと思います。 さらに空想的に願うなら、なんとなく近しい人を、なんとなく見出せる、ＳＮＳ上の巨大ピアグループみたいなのがあればいいのにな、と思います。いろんな問題はスペクトラム状に連続的に広がっていて、本当に近しい感覚になれる人に会うのは稀なので。もう在るのに僕が見つけられてないだけならごめんなさい。
52	安楽死もしくは大金、自分を肯定してくれる人
53	一時的に仕事を休めるシステム
54	どうしたら死にたいという思いを楽にできるか、本当に結論までじっくり考えてくれる人が必要です。既存の相談窓口は、時間が決まっていたりしてじっくりと話ことはできないし、ただのはけ口みたいな場だと思います。個人的にですが、話して楽になることはないし、話を聞いてくれるところがあっても一般的な回答ばかりで、とてもなにも変わらなかったので。
55	話を聞いて寄り添ってくれる誰かが必要だと思います。ただ、死にたい私たちが甘えすぎないよう近くなりすぎないようううまく立ち回ってくれる夢のような人がいたら、と思います。国も逃げ場所を提供してもらえたらと思います。
56	親の理解
57	人と人の繋がり、経済的支援、仕事、職場の人に対しての思いやり
58	安楽死制度。苦しまず確実にこの社会から消える手段。 上記のさまざまなサポートも素晴らしいとは思うが、サポートする側の精神的な負担が大きすぎるように思う。死にたい、消えたいという言葉、態度を聞き続け見続けるのは家族でさえしんどいもの。サポートの担い手・財源を確保できるのか？
59	やはり支援に尽きると思う。声をかけるだけでなく、それに伴うサポートがあって助けになると思う。
60	深夜対応の相談サービスや集まり。
61	我慢して我慢してついに加害者になってしまった自分は、社会的には犯罪者だから、もう死んだ方がいいんじゃないかと思ってしまう。誰にも相談できない。知らない奴に事件のこと言われるのがしんどい。
62	中退でも低学歴でも、恥ずかしいと思わなくていい社会になって。外見とか無職とか、何も後ろ指さされず外を歩きたい。 いつでもやり直せる社会であって欲しい。学校続けるのが精神的にキツかったから、もっと、低年齢から、働ける資格イロイロ取れる教育であって欲しかった。行けなくても、リモートで卒業できるとか、して欲しい。 図書館等で無料で、専門的な勉強もっとできる社会であって欲しいとも思う。 職業によって給料差ありすぎ、頑張っても人並みな幸せな生活もできないとか、あんまりだ。 ハラスメントなどの、ヒドイ状況の、加害者改善プログラム。加害者に変わって欲しいから。 被害から、立ち直る方法。 被害受けてから、自分には価値がないと思えて仕方ないから。 共感や傾聴を、小さい頃から、学校で皆学んで、もっと優しくなればいい。 ツラいなこれおかしいなって思ったことを言える場所があって欲しい。 家族間の調整。家族で傷つけ合ってばかりだから。 夫婦間の調整(やり直しの方向で)。女性相談所等では、離婚方向推しなので。

63	気軽に利用できる安楽死制度や苦痛なく死ねる薬以上のものはないと思います。死にたいほどつらい人間にとって、「いつでも死ねる」という安心感に勝るものはないです。死と、それがもたらす一切の無と静寂こそが心の安全基地になります。親も兄弟も配偶者も、財産や社会制度も、死を超えるような絶対的な安寧を与えることはできません。「いざとなったら痛みも苦しみもなく死ねる、だから今日一日だけ、今この一瞬だけ生きていよう」という選択を一瞬ごとに繰り返して、ようやく生きることが出来るものなのだと思います。
64	現実をうけとめさせ、受け入れてもらう
65	安楽死制度
66	お金があったら映画を見たり本を読んだり刺激を受けることができるから、結局必要なのはお金だと思う。
67	逃げ場所、逃げ道、相談相手、逃げる選択肢、
68	どこも混んでいて、どこにも声が届かないのが残念でした。身勝手ですが、あまり、苦しまずに死ねる方法を教えてくれる人が、いたらなと思います。主人や子供には心配をかけるので相談できない。
69	孤独にさせない環境、言いたいことを自由に相談できる専門家の存在
70	相談というよりも同じ思いを抱えて生きてきた共感者の方が必要だと思う
71	とりあえずの指針。行動目標。すること。社会貢献に繋がるならなおよし。理由は考える気力すらないのに生きる価値がないことだけをひたすらにつきつけられてしんどいから。せめて何も考えずとも参加するだけで社会貢献に繋がる場があれば少しは楽になれるのかなって思った。
72	経済的な不安を取り除く事がどれだけ回復に繋がりやすいかという事を理解していただきたいです。 「ゆっくり休んで」と言われても生きているだけでお金がかかる世界です。治療費や光熱費、食費、これが払えない事でさらに症状は悪化します。そして自殺します。私も何度も経験しました。 また一度社会の歯車から外れてしまうと「普通」に戻る事がとても大変です。 それは現在の社会が求める普通の水準があまりにも高いからです。週に5日8時間以上で働き続ける事、障害がない事、空白期間がない事、資格がたくさんある事、とにかく若い事、などあげればキリがないほど社会の求める普通の水準の高さに毎日絶望しています。しかしもらえる給料はどんどん減っています。若い世代の「〇〇離れ」は全て貧困からきています。 働けば働くほど税金が引かれる事については頑張れば頑張った分だけ認められる社会になって欲しいと思います。
73	精神・発達などで初診日が20歳未満または国民年金加入状態だった時には基礎年金2級からしか受けられず、働いて止められることに不安が強く見受けられます。財源的に難しいと思いますが3級もあればとても助かります。
74	私は働く能力も働く意欲もありません。実現不可能、自己中心的な意見ですが、極論を言えば働かなくても生きていける社会が欲しいです。働かずに生きることが許されないなら、死ぬ権利を与えるべきです。
75	誰にも知らずに、安心できる環境を作ること。
76	サポートというよりは、いっしょに生きていく、いっしょに生きているということができる環境や人が必要なのだと思います
77	わからない。死ぬ時は死ぬと思う。
78	安楽
79	相談出来るところとか相談出来る人をもっと増やしてほしいです
80	お金、孤独感の回避、つながりや居場所のあること。

81	私が死にたくなる理由としていじめがあるので、人間性の教育が何よりも一番必要だと感じる。自由な考えがあってもちろん良いのだけど、人を傷つけ苦しめることはしてはならない、やってしまったなら素直に謝罪し態度を改める。これが普通だと考えているが、大人になってもわからない者が私の周りには多くいる。根本的に解決を図ろうとしなければ、いくらサポートがあっても限界がある。 日本ではいじめに合うと、何故なのか被害者側がいつも苦しみ泣き寝入りばかりさせられている。辛くても、信じてもらえるか、傷つけられるのではないかと信頼して相談できる所もない。また被害者側に問題があるという考え方、自分も同じ目に合いたくないから加害者側にという考えや行動がいじめを助長している。被害者を問題視する点を改善していくべきとも思う。 いじめの場合は、被害者が居場所を変えるのではなく、加害者(例え集団であっても)側に居場所を変えさせ、サポートを受ける人が我慢することや無理することなく、気持ちが安心安定できるようにすることも大事
82	以前ドラマで見た発達カフェのように、死にトリカフェがあって、ふらっと立ち寄れるようになるといいなと思います。 トリコミュで、医師やカウンセラーとの関係がうまくいかないという主旨の書き込みを時々見たので、医療機関とうまくつながれるようなサポートがあると良いと思います。私は現在の主治医に満足していますが、たまたま偶然当たりが良かっただけだと思うので、引っ越しなどで病院を変わる可能性を考えると恐怖でしかありません。
83	経済的余裕と心理的安心
84	逃げること。
85	死にたくてもなかなか死ねない。 でも死ない限り生きなければいけない。 生きている限り、前向かないといけない。 生きている限り、生活しなければならない。 何もしなくても失うものがなく、とりあえずいる場所があったら、もう少し死にたい状況の自分を許せるのにと思う。 今、妻として夫を支えパートに行き、子供を育てている母として家事をやり、それを休むわけにいかない。 休む日があっても、時間は決まっている。 結局休憩はできず、息継ぎしてるみたいな状況が苦しい。
86	安心感を与えてくれるもの。ひとりじゃないと感じれるもの。心配ではなくて愛してほしい。だけど干渉しすぎず、そっとしておいてもほしい。褒めてほしい。
87	女性が一人でも生きられる社会、仕組み
88	まず話を真剣に聞いてくれる人、 絶対に否定せずに聞いた上でなにか行動を起こしたり、休んだり、自分のできる範囲で少しでも気持ちが楽にすること。
89	肉体的病気でなく、肉体的に健康だとしても、死にたい人は安楽死が選択出来、希望すれば安楽死出来る制度が欲しい。

90	誰かと接している事ではないかと思います。きっと追い詰めらているのかなと思って。どんなささいな事でも聞いてもらえたり同じような環境の人と話が出来れば自分一人ではないと少しホッとする時もあるのではと思います。 僕もそんな時もあります。
91	とにかく死にたいです、日本でも安楽死したい
92	※親や夫、親族からの物理的暴力、暴言などの精神的暴力から、妻やお子さんが安心して避難できる場所。 ※学校でいじめられている場合、まず第一がいじめてるやつを排除すること。 なかなか進まない取り組みに、学校に行かなくても、そこへ行けば卒業資格が得られること。文部省が理解すること。 ※人と接するのが苦手な人が働ける場所。 ※こつこつとやるけれど、ワイワイするのが苦手な人の働ける場所。 はあ、みなさん、大変なことも受け入れてお仕事をされているのに自分はなんてだめなのだろう。
93	世間の目とか、民族全体に染み付いているので、解決不可能だと思っている。 妥協策として、他の国に住んでみる、とかだと思っている。 しかし実行するのは勿論難しいし、他国が本当に良いのかもわからない。 自分が難なくできることは他人も出来ると思っている。自分ができないことは当然他人はできないので、できる者は排除する。 この思考回路を無くすような働きかけが、辛いと感じる人数を減らしていくには、必要だと思う。 現状は、質問項のように、対症療法的にケアするしかないのも分かるし、寧ろ自分が欲しいが、このままだと後顧の憂いは断てないと感じる。
94	まず初めにつらい気持ちを聞いてくれて、寄り添ってくれる人。家族や親戚、近所の人には話せないことを抱えている方が多いかと思いますので、第三者的な立場で判断していただける方が理想かなと思います。 まだまだコロナ禍が落ち着かない状況ですので、文字だけの繋がりだけでも良いのですが、欲を言えば顔を見ながらお話できる環境が全国各地にあると良いなと思います。 その次のステップとして、同じ気持ちを持った方とのふれあいの場所があると良いなと思います。 シェアハウスのような本格的な住居を設立するにはかなりの時間と経費が必要だと思いますので、ふらっと寄れるような居場所的な集まりを少しずつ開催することができると良いなと思いました。 死にトリさんでも不定期に開催されていますが、まだまだ利用できない方も多いと思います。理想は全国各地にこのような場所があると良いのですが、現実はなかなか難しいですよね…
95	孤独を感じ支援を求める人の一人ひとりを覚えていること。執着をしないこと。
96	信頼できる人や相談できる所が欲しいです。
97	周囲のサポートと休養、お金(労働や社会情勢に見合った賃金が適切に支払われること)、誰でも気軽に就労支援が受けられて生活できる給料がもらえる仕事につけること。

98	即時繋がれるプロの相談先、金銭面含む生活全般の補助。 最終的には自分で自分を生かせていると本人が思えるようになれるともっといいと思う。 先々まで見据えた長い目のサポート体制が必要。 周りに支えられて…と普段から言えるような、恵まれた環境にいる人は限られていると思う。 いきなり手厚い対応をされても、人を信じられずに離れて行く人もいるかも。 まずは追い詰められている人をプロが最悪の状況から救い出し、物質的な補助でひとまずの生活を担保し、信頼を得てから更なるサポート、自律への支援等に繋げて行けたらいいのではないでしょうか。
99	対等に相談できる相手
100	入院したいと思ったことがありました。でも入院はしんどすぎます(持ち物全て奪われる、スマホ禁止、拘束、仕事に行けないなど)。入院に近い施設があって1か月くらい入れて、生活を頼れて、人と話ができて、そこから仕事にも行けたらいいのにと思っていました。
101	自分の場合はとにかく実家から出たい、お金が必要、お金を貯めて安価な住める場所や月に一回など話を聞いてもらえる場所があれば死にたいとは思わなくなると思います。わがままな意見で本当に申し訳ないですが現状こんな感じです。
102	お金
103	自分の存在を認めてくれるとこ
104	理想はその人の好きにしたいことができることが一番だと思う。食べたいものを食べて行きたいところに行って好きな時に寝て夜更かししてお風呂に入らない等 自由も必要。自分で決めて行動する。期限を決めない。ほっといてほしい時もある。一定期間定時連絡だけみたいな。ちょっとした労働。などもあると良いな。 集団生活は嫌だなぁ。 料理や手作業や農業や編み物、魚を捌く、裁縫、自転車修理、割れた食器の金継ぎ、髪を切る、など生きていく上であると良い能力、自分一人でも出来る能力を教えてもらえる。 でもきっと、そんなことは無理だろうなぁと考えてしまいます。仕事としてサポートする人がいるということは何かしらの結果を求められるだろうなぁと思う。管理観察されるのかなぁとも思う。仕事や組織のイメージ。 世間もこんなこと許しはしないだろうし。 線引きも難しそう。きっと誰でもということではないだろうから、審査？観察や質問攻めなどありそう。 本当にダメな時は行くだけで精魂尽きてるだろうなぁ。 敷居は高い。 でも利用するしないは別として、何かしらあるというのは生きていくのに励みになる。 これからの若い人たちへの。
105	信用できる人がそばにいる事、安心感が得られる環境が必要
106	安楽死制度、いつでも死ねるのがお守り代わりになるため
107	誰かに迷惑をかけたくない、悲しませたくないという気持ち
108	社会的サポート
109	同じような人と交換日記をする 仲良くなれば生きたいと考えられる
110	死にたいのを理解してくれる人(身近な人等に)、怖いなと思わずに気持ちを話せる場所(ふわっと寄れるとことか?)、うつなどを知らない人に知らせること

111	一番良いのは、身近にいつでも話を聞いて、支えてくれる人がいること。それがなければ、死にたいほど辛い時、電話でもチャットでもオンラインでもいいが、必ず繋がれる人がいること。
112	非現実的だけど全てから一時的に逃げられる場所と状況
113	死なせてあげること
114	自傷や過食に代わる安全な対処法を教えてくれるもの。
115	認めてくれる人、もの、満たしてくれる何か。 ぼんやりだしよくわからないけれど、そんな人が居てくれたら、ものがあったら、すごく楽になるのかなって。でも、ただ認めてくれるだけだと、なんとなくワガママになりそうな感じで。だから、よくわからない
116	逃げ場をつくること。市町村に最低でも一つ辛い人や苦しい人が集まれる場をつくった方がいいと思う。できるだけ正体がバレないように。
117	死にたいほどつらい状況を理解してくれる人、そして手を差し伸べてくれる人
118	本気で寄り添ってくれる人。非常に過酷なケアプランの中でも最後まで付き合ってくれる人。本当の信頼ができる人。
119	社会に、特に子ども世代の子がひとりでも受けられる支援が必要です。親と子も人付き合いですから、合う合わないはあると思うのです。絶望的な状況が重なっていった際、この親の血を自分が引いていることで将来が非常に暗くなっている私のような人間もいます。合わない親から、子どもが自分から離れられるシステムがあってほしいです。誰でも、他にも居場所があるんだ、と思えれば少し生きやすくなるのではないかと思います。
120	しっかり話を聞いてくれる相談相手。辛い状況に応じた打開策。
121	逃げられる場所
122	①いつでも話をきいてくれる場所がほしい、気軽に電話したりラインしたりしたい ②夫へ、それは精神的DVで妻を傷つけていると進言する人、機関がほしい。 本人に自覚させたいが親も亡くなっていて社会的地位も高いため誰もそれをする人がいない。
123	生活や家庭事情、個人の気質など人の心も様式も多様化しているにも関わらず、世間は「みんな同じだから」「君だけ特別扱いは出来ない」といった同調圧力が強く、理解のない他者が多いと感じる。それが一番の生きづらさのように感じる。 夢物語とは思うが、生きづらい人がたくさんいるという現実を知って、生きづらさを与える発言をしない人が増えてほしいと思う。
124	人に合った対応が求められると思うので全ての人を立ち直らせるのは難しいと思う。しかし少しでも多くの人を救ってほしいです。
125	鬱やパニック障害。大丈夫だよ。がんばってるよ。と誰かに認めてほしい。母親業、妻業、パート、内職、頑張ってるよ。お疲れ様。と認めてほしい。 子供の頃から認めてもらえなかった。いまも認めてほしい。誰かに。誰でもいいから、その一言がほしい。
126	死にたいほどつらい、と思ってもいいということ。行動に移さなければいい。死にたいという気持ちを否定しないことが分かれば、結構楽になる。 病院にかかるのが1番大事だ。行ってしまえば知識も増えるしつらさについて学べるが、ハードルが高いらしい。そのハードルも下げたい。 死にたいくらいつらいのは大抵薬物療法でなんとかなるので、精神科や心療内科の通院をおすすめする。精神科5年目の意見だ。
127	信頼できる人と安定した生活環境
128	365日24時間対応のロボット、AI、自動応答サービス　辛いタイミングで吐き出したいのに、時間外や混雑で繋がらないと本当に苦しい

129	本当の支援。口だけの助けたいはいらないから、本当の支援が必要。上辺だけの優しさならいらないし、自分たちの都合の優しさはいらない。無性の愛とまではいかなくても、裏切られない優しさが必要。
130	いつでも、親身になって相談を聞いてくれるところがほしい。1人で悩んでも、どこに相談して良いのかわからない。
131	死にたい消えたいは消えない24時間ずっとある　楽に死ねるなら死にたい
132	人や社会との本当に意味での強い繋がりです。孤独だからこそ必要なものと強く感じています。行政的な軽薄な形式だけの支援や繋がりはあっても所詮は冷たく意味がないです。
133	希死念慮が薄れるような根本の解決が必要になってくると思います。社会に参加できるよう慣らしていくのはその後かな
134	安楽死制度
135	お金。最低でも100万は欲しい。
136	死にたい時その瞬間にアプローチするのは難しいが、そうでない時、少し気持ちが和らいだ時に関係を作れる仕組みがあれば、死にたい時に少しでも支えになるのではないかと思う。とにかく行くだけ、同じような状況の人と居るだけでもいいという場所があったらありがたい。年齢や婚姻、職の有無で制限はしないで欲しい。
137	死にたいほどつらい状況になる原因はいくらでもあり無くすことは出来ないどころか増えていく。必要なのは自己肯定感を高め生きがいを発見する能力の開発だろう。死にたい人はつらいものを掻き集めることに長けているから、きっとその逆も出来ると思う。 人生の模範的回答などないことを認知しておくことも大切かと。他者や社会が示す幸せではなく、自分自心が求める幸せを意識できるように。 不幸を沢山知る死にたい人達は転じて幸福になる方向性も沢山あるはずだ。
138	辛いけど「助けて」と言える場所がなくて、「今日死のう」「明日死のう」って辛い毎日を終わらせることを考えて過ごす毎日の中に、少しでも人と話をして笑顔になれたらまた頑張ろうと思えるから、やっぱり人との繋がりは大事なんだと思っています。 辛い気持ちを持っている人となかなか繋がれないので、我慢して我慢して普通を装って毎日死にたくて、だから気持ちを出せる場所、支え合える場所が欲しいです。
139	まずお金。会社の人との付き合い。
140	若いうちに旅行したいし、でも母は還暦超えてれるし、フジテレビも見たい。観覧車に乗りたい。
141	死ぬ選択肢
142	今も相談機関があるとか言いますが、大体のところは十分な受け容れがなく、看板だけになっている場合も珍しくありません。相談しようと思ったら東京むけの相談窓口でしかないこともあります（その窓口のせいではないです）。 一歩踏み出したり、次のステージに行く時に声掛けしてもらえることで死ななくて済む人もいると思います。 ただ、死にたいときは本当に何故生まれてしまったのか、せめて静かに安楽死できないのかと思ってしまいます。 都市部では電車の人身事故がしょっちゅうあって、それも聞くたびに辛いです。
143	死にたいという状況にお金の問題は大きいと思います。月に数万円でも助けがあれば、しんどさを我慢して働かなくて良くなると思います。障害年金、生活保護はハードルが高いです。 しんどい時に休めて、心配不安が少なくなる援助があればいいなと思います。

144	今あるネット相談やいのちの電話だと、見るからに優先順位を立てて、話の聞き方も「理想的な傾聴の姿勢」「死にたいんじゃなくて、死にたいほどつらいと言い換える」みたいなマニュアルが透けて見える。もっと楽に話を聞いてくれる場所が欲しい。友達に話すようにフラッと死にたいと言いたい。そのあとすぐ晩御飯の内容を話せるくらい楽な姿勢で聞いて欲しい時もあるのに、話を聞いてもらうためには今すぐ死ぬ危険性を見せたり、相手が望んでる言葉が見えたりして話したいことが見えなくなってしまったりする。そうしたら本当に死にたくなって、どうしたらいいのか分からなくなる。もっとお互いが楽に構えられるような場所がほしい
145	物理的な場所
146	岐阜に帰りたい。
147	理解するとまでは行かなくても「理解しようとする姿勢」くらいは求めてもいいんじゃないかなと思う
148	上記の発想と重複しているかもしれないのだが……。 　居ることが許される場所、居ることから始められる、相談も出来て徐々に自分の可能性を開拓できる、そういう場があったらなと思う。
149	気持ちを否定せずに話を聞いてくれる、一緒に解決策を探ってくれる人が必要だと思う
150	辛い気持ちを受け止め、親身に相談に乗ってくれることができる人に会いたい。辛くてどうしようもない時、仕事など活動休止できる仕組みが欲しい。お金がかからず、経済的に裕福ではない家庭の人でも安心して無料で様々なサービスを利用できること。辛いとき一時的に逃げる場所が欲しい。(駆け込み寺のような女性が安心して安全でいられる居場所)。家族や家庭環境、お金に縛られず、自由にやりたいことができる社会制度や仕組みが必要。
151	明日への不安を無くすこと
152	お金
153	無理、一生考えながら生きないといけないと思います
154	親の介護、自分の老後、今後の日本など将来への不安が大きいです。特に老後不安が大きく、認知症や長生きのリスクが怖いです。日本でも安楽死制度ができればよいのにと強く思います
155	貧困で出来る事は限られていて、鬱もあるので何かの活動に参加する事自体ハードルが高く感じています。ご飯を食べ風呂に入るだけで精一杯の毎日です。繋がりや支援は必要だと思うけど、決められたものしかなかったりすると辛いです。問題は多種多様であるように、多様化して貰えると助かります。
156	個人情報や、めんどくさい登録などそうゆうのをなくして、顔を合わせないチャット相談や、顔を合わせて話したいオンライン相談を実施して欲しい。そしてそれが無料。
157	人生を支えてくれるような存在や制度。あるいは合法的な安楽死制度。
158	その人に寄り添う姿勢。逃げ道を複数用意する。 本人にとって毒となる人間から引き離す行政を含めた周囲の協力。
159	どんな自分でも受け入れてくれる、安心できる居場所が必要
160	春の陽だまりのような安全基地。信頼できる人がいるコミュニティ。自分をこの世に引き止めてくれる鎖のように、生きる意味を与えてくれる何か。
161	・解決が不可能で生きる方が苦しく支援を受けられない状況もあるので、安楽死を認める法律とその方法の開発 ・働かなくても、あるいは無理なくできることをしていくという方法で、安全安心に暮らせる衣食住の提供が、老年期以外の人にもあること
162	死にたい気持ちを理解してくれる人と安心出来る環境。

夜更けの深～い
勉強会のお知らせ
「心的外傷と回復」ジュディス・ハーマン

若者の応援をしていると、これでもかと遭遇する理不尽な暴力被害や抑圧経験
もうそれしかないのでは？と思うほど、繰り返し出会う中で、その長期間にわたる影響もまた、関わりの中で直面化させられます。そして、同時にそのことによって人間が学ぶこと、育つこと、連帯することの可能性と力も感じるのです。そのことについて、きっと同じく感じてまとめてくれたのだろうと勝手に思っているのが、ハーマンの「心的外傷と回復」です。何度学んでも、気付くことがあり、納得し、そして現実に戻る勇気と希望をくれるこの本を、同じようにこの問題に直面化する方たちともに学びたいと企画しました。ゆっくりと学ぶことができるよう、ちょっと常識はずれな時間帯に設定していますが、ご容赦を…
2014年に初めて学んだ時、渦中の若者に自らの体験を教えてもらうことで学びがとても深くなりました。今回も若者は世代交代をしていますが、前回同様に当事者の若者もともに学んでいきます。

心的外傷と回復とは…？

本書はつながりを取り戻すことに関する本である。
すなわち、公的世界と私的世界とのつながりを取り戻す本である。
レイプ後生存者と戦闘参加帰還兵との、被殴打女性と政治犯と、多数の民族を支配した暴君が生みだした強制収容所の生存者と自己の家庭を支配する暴君が生みだした。
隠れた小強制収容所の生存者とのコミュニケーションを図る本である
（序文より）

【日程】

第1回	12月9日(金)
第2回	15日(木)
第3回	20日(火)
第4回	23日(金)
第5回	27日(火)
第6回	1月4日(水)
第7回	7日(土)
第8回	10日(火)
第9回	日程未定

毎回23時から1時間程度を予定。
第9回日程はみんなで調整

お問い合わせ・参加希望はこちらから

連載　若者たちとの学び合い　【日置真世】

サバイバルスキルからライフスキルへ

――サバイバーは、サバイバルスキルは身につくけれども、ライフスキルは身につかないんです。死なないためのスキルと、よりよく生きていくためのスキルは違うから。

今年の夏、アスクに問い合わせがあった。通信セミナー「私を生きる」スキルのシリーズを、「生きづらさを抱える若者たちと共に行なっているプロジェクトの中で受講したい」という。詳しく話を聴いて、活動の多彩さに驚いた。

問い合わせをくれた日置さんは、FMくしろの番組で上記のように語っている。長年の活動から出てきた言葉だ。取り組みを報告していただく。（編集部）

「当事者になる」プロセス

私は北海道釧路市在住のソーシャルワーカーとして、二十年ほど、多様な生きづらさを抱える人たちの権利擁護や地域づくりに携わってきました。十年ほど前から自分を含めて一緒に活動する仲間のことを「生活当事者」という言葉で表現しています。

「当事者」という言葉は幅広い意味で使われていますが、どこか特別な立場の人を押し込め、そうではない人との壁を作ってしまうような気がして使うことに抵抗感がありました。一方で、社会の課題について自分のこととしてとらえる「当事者意識」には意義を感じていました。そこでひらめいたのが「生活当事者」です。

誰もが自分の人生を生きる当事者ではありますが、私はある事実や属性ではなく、「当事者になる」プロセスが実は大切だと思っています。何らかの障がいがあるとか、依存症であるとか、被害者であるとか、病名がついているとかいないとか、ある状態であれば当事者なのかというとそうではありません。自分の人生の主人公として、今の社会の中に生きている人とのつながりを意識して初めて「当事者」になると私は考えています。

そういう意味では、私が関わってきたのは、たくさんの人たちが当事者になるストーリーです。それは、社会の一員になることであり、社会参加が保障され、存在を尊重しあう地域づくりのプロセスなのです。

「支援」を受ける側の違和感

私がこうしたことを明確に意識したのは、長女（現在二十八歳）に重度の障がいがあるとわかり、娘とともに療育という福祉及び教育の対象となったことがきっかけでした。

支援を受ける立場になったときの何とも言えない後ろめたさや嫌な感じはずっと私の中に引っ掛かっています。それは支援に不満があったからではありません。むしろ、私と娘が受けた療育はとても質が高く、感謝の気持ちもたくさんあります。でも（だからこそ）、違和感がありました。

それは今振り返ると、毎日が自分の気持ちや望みに耳を傾けて過ごすのではなく、期待される答えを出さなければならないプレッシャーや、今がんばらなければ何かを失ってしまいそうな焦りのようなものがあったからだと思います。

一方、療育機関の利用と同時期に出会った親の会の活動では、真逆の感覚がありました。自分の感じていることや考えることを素直に言えて、時間を忘れて、日々の子育ての喜びも失敗も夫たちに対する不満も心置きなく話せました。仲間とのおしゃべりやお便りづくりなど「面白そう」と思ったことに取り組むまさに主体的な活動によって自分に元気が充電されるのがわかりました。

障がい、子ども、ひとり親家庭、不登校、貧困などの枠で対象化されて支援を受けることは、それがどんなに質のいい支援であっても、それだけでは人は元気になれない。その人の人生の主人公になる応援が必要なのではないか？　と思ったのです。

自立を迫られても……

私はスクールソーシャルワーカーとして、またNPOの支援現場で、多くの生きづらさを抱えた若者たちと出会ってきました。子ども時代の過酷な生活環境や、その独特の個性から、自分らしく成長する機会が保障されなかった若者たちです。貧困、虐待・DV、親の精神疾患、犯罪被害、加害、そして自身の発達障がい、トラウマや依存など複数の課題を抱えている人が大半です。

彼らといろいろなことに取り組む中で、二〇一四年に冊子を作りました。タイトルは『「自立」その前に…』。

この冊子は「自立しなければ」「自

立をしなさい」と迫られても、なかなか自立に近づけない、逆に自立から遠ざかり、自信を失っている若者たちと議論しながら、「人が自立をするためにはそれ以前に土台となるものが必要だ」ということを、経験からまとめたものです。

その過程で、「支援」という上下関係を感じさせる言葉に代わって「相互自己実現」という表現が生まれました。また、議論の中でWHOが提唱しているライフスキル概念を知りました。若者たちのつまずいていたのはまさに「ライフスキル」でした。

若者たちの「サバイバルスキル」

若者たちの話を聴き、長年関わっていくと、弱さや課題がある一方で、不思議なたくましさや力を感じていました。「よくぞ、その境遇の中で生き抜いてきたよね」という敬意の念です。同時に、生き抜いてくる中で身に付けてきた数々のスキルについて知りました。それが「サバイバルスキル」です。

あまりにも現実がつらいので、そこから逃れるための解離。

あるいは奥底にあるさみしさや孤独や恐怖から目をそらすため、リスカ、OD(過量服薬)、ギャンブル、ゲーム、インターネット、出会い系、恋愛、アルコールなど、いろいろな物事の力を借りる依存のバラエティ。

傷つかないように根本的な要因を絶つ引きこもり。

拒絶される前に拒絶をする逃避行動や、傷つく前に相手を傷つけてしまう攻撃……などなど。

自分でも本当はやめたくてもやめられない、苦しくて仕方がないのに、周囲からはその苦しさを理解してもらえず、責められ、課題と言われてしまいます。

関係性の中で育むもの

けれどそれらはすべて、若者たちがたった一人の力でたどり着き、獲得した、生き延びるための大切なスキルなのです。若者たちとともに学び、過ごしているうちに、それを一方的によくないことだと言って批判し、改善を求めることがどれほど残酷なことか気づいていきました。

「サバイバルスキル」の最大の特徴は誰も教えてくれない環境の中で一人で生み出したという点です。

一方、「ライフスキル」は、生活の中でモデルになる人と一緒に過ごして身に付けたり、丁寧にわかるように教えてもらうなど、尊重してくれる人、信頼できる他者がいて、獲得するものです。つまり、人との関係性の中で協働的に育むものです。

そうした「ライフスキル」を身に付けるために、私たちは手探りで活動してきました。それを前述の冊子の中で「相互自己実現のための活動メニューの森」として表現しています。

連載の次回からは、具体的に取り組んできたことについて、若者たちと一緒にお伝えしたいと思っています。

「相互自己実現のための活動メニューの森」より抜粋

合宿・研修や視察の旅行

生活困窮の若者たちは不登校などから修学旅行などの経験も限られます。一緒にご飯をつくって食べたり、夜更けまで話し込んだり、いつもとは違う場所での出会いやちょっとした挑戦も埋め込まれた非日常の体験は、とても重要なのです。

シェアハウス

経済面や家事などもシェアすることで一人の負担を減らすメリットがあります。一緒に生活するための話し合いや役割分担など、ライフスキルを学ぶ機会にもなります。ただし、挑戦してみて、協働運営の難しさを実感。多くのサポートの必要性がわかりました。

フィードバック研究会

感じていること、考えていることを率直に出し合い、自分を知ったり、他者を知ったり、自分と周囲、社会について振り返るミーティングです。「釧路の若者たちの語りは強い」とよく言われます。語る力は自己実現にとってパワーとなることを実感します。

インタビュー式本人中心事例検討会

生活困窮の若者を中心にして、参加者が順番に質問し、若者に答えてもらう繰り返しによって、生活や悩みを掘り下げていきます。支援者よりも若者同士の方が鋭い質問をしたり……立場を超えた議論ができます。

中間的な就労・企画活動

法人が運営する農園を活用して、販売・加工・カフェ運営に取り組みました。少しはお金になり、本格的なアルバイトではなく失敗も許される。そんな中間的な働くメニューは必要不可欠です。

企業実習

安心や自信がストックされたらいよいよ「仕事」。でも、なかなか続かないのが共通した悩みです。そんな時に、企業に事情や状況を理解してもらった上で、実習のチャンスがあると大助かり。一人一人の状態やねらいに応じてプランを立て、受け入れ企業との橋渡し役がいることがとても重要です。

連載《第3回》「死にたい」の取扱説明書【日置真世】

サバイバルスキルからライフスキルへ

――サバイバーは、サバイバルスキルは身につくけれども、ライフスキルは身につかないんです。死なないためのスキルと、よりよく生きていくためのスキルは違うから。

北海道釧路市在住のソーシャルワーカー、日置真世さんは、FMくしろの番組でこう語っている。長年の活動から出てきた言葉だ。これまでの多彩な取り組みと、そこで出会った若者たちについて、綴っていただく。（編集部）

「死にトリ」サイト

ネットの居場所ポータルサイト「死にトリ」は、厚生労働省の自殺対策事業の一環として補助金を得て二〇一九年八月に開設しました。「死にたい」とネットで検索するような状況の人たちが社会参加をする機会になるよう試行錯誤しながら、運営をしています。現在、コンスタントに一日平均一五〇〇名ほどのユーザーが訪れていますが、昨年の六月には一日で一六万人以上が一気にアクセスし、サーバーがダウンするほどの反響を呼びました。

「死にトリ」の由来は「死にたい」の取扱説明書（トリセツ）です。この発想が生まれたのは三年ほど前、若者たちとTwitterでの自殺対策パトロール事業に取り組んだ時でした。

私自身は、それまでたくさんの生きづらさを抱える若者たちと関わってきましたが、「死にたい」「消えたい」という訴えについてあまり触れる機会がありませんでした。経済的な悩みや家族関係、依存の問題など、具体的な課題と向き合うことの方が多かったからです。しかし、Twitterパトロールをやりながら、改めて若者たちに話を聞いてみると、ほとんどが「死にたい、消えたいと思ったことがある」と答えました。若者たちはツイートに隠されたつらさを読み取るのが得意でした。

また、Twitterには「病み垢」と呼ばれるアカウントがあり、ある種のコミュニティが形成されていることがわかりました。そのコミュニティの共通のキーワードが「死にたい」という言葉なのです。私たちはそのキーワード「死にたい」について解明すべく、活動を深めていきました。そこで行きついたのが「死にトリ」でした。

4つの苦しさ

「死にトリ」サイトの中でもダントツ人気のコンテンツが「つらチェック」です。九〇の質問に答えていくと「なぜ、死にたくなるのか？」についての分析結果が見られます。

Twitterでも「よく当たる」と評判のつらチェックですが、それもそのはず、「死にたい」「消えたい」「つらい」とつぶやくアカウントについて、若者たちと議論を重ねて作ったからです。

たくさんのアカウントを見ていくうちに、「死にたい」「消えたい」の背景にある苦しさを、大まかに四種類に整理することができました。

『愛し愛される普通の人間になりたいけど、そうなれない人生なら要らない』

家族や友だち、パートナーなど親密な人間関係に幸せを感じたいけれど、それができない苦しさです。

家族を失った悲しみ、一人ぼっちで誰も自分を愛してくれない絶望、モテない人生なんて無意味でみじめだという気持ちなどが挙げられます。

『自分の力を発揮して夢を叶えたいけど、それができないなら生きる意味がない』

人の役に立ちたい、有用感、達成感を得たいのに、それができない、できないどころか逆にお荷物になっている、迷惑をかけているという苦悩です。

メンタルの不調を抱えて働くことができない、発達障がいなどでできることが限られたり偏っていたりして、失敗を繰り返し、仕事が続かない、何をやっても怒られたり否定されたり……というものです。

『雑多な社会で生きなければならないけど、そんな社会で生きていくのは耐えられそうにないから消えてしまいたい』

心穏やかに生きていきたいのに、世の中はものすごく刺激が多く、とにかく日々の生活の中でいろいろなことがしんどいという苦しさです。

音や光、人からの感情や発信など、いろいろな刺激に対して敏感で、日々ストレスを感じ、とても疲れてしまう

ネットの居場所ポータルサイト　死にトリ（「死にたい」のトリセツ）　https://shinitori.net/

ような人たちのつらさです。明確な理由がないのに、学校に行けない、仕事に行けない若者たちの多くは、その苦しみを周囲から理解されず、自分自身も「自分の我慢が足りない」と自分を責めていました。

『〇〇の求める理想の子にならなくては・なれる気はしないが、なるしかないけど、解放されるイメージも元気もないから死にたい（殺されたい）』

幼少期の暴力や抑圧経験による苦しみです。病み垢の多くは、幼少期に信頼すべき身近な大人から受けた暴力被害についてつぶやいています。特に性被害は深刻で、匿名で同じ悩みを持つ者同士がつながれる病み垢で語られている実態に、被害が潜在化していることを痛感しました。

負のスパイラルを止める

これらの「死にたい」に共通しているのが「理想と現実のギャップ」です。4つのタイプのいずれも**「〇〇したいけれど、現実には違う」**という苦しみなのです。また、多くの人が一つではなく複合的なギャップを抱えていることがわかりました。もう一つ共通しているのは、「理想が高すぎる」「努力不足や能力不足に絶望する」などと、個人の願望や努力の問題ととらえ、強く自己否定をしていることでした。

それは病み垢だけではなく、一緒に活動している若者たちも同じでした。「自分が悪い」と自責したり、「どうせ、自分なんて」と自棄になるのがデフォルト（自分にとって通常の状態）なのです。強い自己否定や後ろめたさに苛まれ、その結果、苦しい現実から逃れるために事実を受け入れられず、依存や自傷などのサバイバルスキルを駆使して生き延びる人たちもたくさんいます。こうした手段は時に社会不適応の評価を受けます。批判されたり、困った結果になっても自業自得だと責められたり、自己責任論で片づけられてしまうこともあります。まさに負のスパイラルです。

社会の理解や支援の不足が生み出す苦しさを個人が引き受け、その苦しさを何とかする自助努力がさらに個人にダメージを負わせるのです。私たちは「死にトリ」を通じてその負のスパイラルに歯止めをかけるべく、正しい理解と支援が広がるために何ができるかを模索しています。

生きづらさは社会の問題

そのために私たちが大切にしているコンテンツが「経験談」です。死にたいほどつらい気持ちをありのままに綴った原稿を募集し、掲載しています。

一年半余りで約三五〇の応募があり、そのうち、承諾を得た約一七〇の原稿がサイトに紹介されています。年代や内容や分量は実にさまざまですが、いずれも過酷な権利侵害や排除された経験が、自己否定や自責の念や反省の言葉とともに書かれています。寄せられた経験談にはすべてスタッフが感想を書き、返信することになっています。その際に大切にしている気持ちを一人の若者がまとめてくれました。

・私は感想を書く時、相手を仲間だと思っている。一緒に社会を変えたい、変えられると（多少は）信じている。
・本人の持っているパワーに気づけるように、表現を工夫する。投稿者は、人として「つよくてまともな」人間だと信じている。絶対に相手を弱い存在として扱わない。本来のパワーや経験を、社会で生かせるような環境づくりをどうしたらいいか、一緒に考える。
・断定的な表現は避ける。強く主張したい内容だけは、あえて断定する。
・自分の価値観と、客観的事実を切り分ける。自分の価値観は、アイメッセージで伝える。
・わかったふりをしない。わからないことは想像し、質問する。
・生きづらさを社会問題の表出と捉えている。問題を解決するのに貴重な情報、アイデアを一番よく知っているのは本人だと信じているので、それを伝えてもらおうとしている（本人の生きづらさと社会問題との関係を、自分なりに解釈して示したうえで、本人はどう考えるか、アイデアを求める）。
・自分と似たような逆境体験をしている人に対して感想を書くときは、自分の感じ方と相手の感じ方を切り分けるように意識している。
・苦しむこと、悲しむこと、絶望することを否定しない。それを一つの権利として、今の社会環境での自然な反応として尊重する。絶望できるほど「まともな」センサーを発揮して、ありのまま発信してくれることが、とても大切だと思っているし、そこに敬意を持っている。
・本人が内在化して苦しんでいる、社会の固定化した価値観を探して外在化する。別の視点に視野を広げる。ただし本人を責めない、考えを否定しない。アイメッセージで伝える。
・自分が社会の固定化した価値観を内在化していないか、偏っていないか、偏った常識を反映した言葉遣いをしていないか、気をつける。

●以下のようなことを言わない。

多様性を否定する／平等な権利を否定する／誰かの人格を否定する／優生思想／男女二分論／自己責任論／資本経済至上主義／働くべき／家族神話＝家族は仲良くすべき、助け合うべき／恋愛、結婚は良いこと／子育ては親がするもの／行き過ぎた個人主義、能力主義／成長すべき／努力すべき／稼ぐべき／個人の努力を褒めたり勧めたりする

これは、私たちが活動を通じてずっと秘めてきた気持ちそのものです。

個人の高望みや努力不足のため生きるのがしんどいのではなく、社会の固定化した価値観が知らないうちに個人の権利を侵害し、特に社会的に弱い者を追い詰めていきます。私たちはそれを忘れたくないし、そのことを多くの人たちと共有したいと思っています。

連載 《第2回》若者たちが「師匠」【日置真世】

サバイバルスキルからライフスキルへ

――サバイバーは、サバイバルスキルは身につくけれども、ライフスキルは身につかないんです。死なないためのスキルと、よりよく生きていくためのスキルは違うから。

北海道釧路市在住のソーシャルワーカー、日置真世さんは、FMくしろの番組でこう語っている。長年の活動から出てきた言葉だ。これまでの多彩な取り組みと、そこで出会った若者たちについて、綴っていただく。（編集部）

リスカの師匠　ひとみ

私は北海道釧路市在住ですが、現在ともに活動している若者メンバーの多くと出会ったのは十年ほど前、スクールソーシャルワーカーとして相談に出向いていた札幌市の定時制高校です。

当時はスクールソーシャルワーカー活用事業がスタートしたばかりで、必要性や専門性が理解されるには時間がかかり、手探り状態でした。

その中で、定時制高校だけは様子が違っていました。貧困・虐待・DV・メンタルの問題などを抱えた生徒たちも多く、養護教諭を中心としたチームで教員の職域を超えた支援・介入が行なわれる中、学校でできることの限界にも直面していました。そのため「これだ！」とばかりに次々と生徒たちを紹介してくれたのです。

私はそのころ、釧路で若者の生活支援も展開していたため、中退や卒業で学校を離れたあとを見据えた相談先としても、頼りにされたようです。

そんな中で出会ったひとみは、「リストカット・OD（過量服薬）」について多くを教えてくれた、私の師匠の一人です。

精神科への入退院を繰り返し、家にも居場所がなかったひとみは、養護教諭の「退院後は釧路へ行ったほうがいいよ」という勧めに従い、移住をしてきました。後になって、「あの時は、どんなに怪しい勧誘であっても言う通りにしたと思う」と振り返っています。

幸せなリスカ計画

そんなひとみを支えてきたのがリストカットです。二年ほど前にひとみはリスカについてこう書いています。

リスカとの付き合い始めから十年ほど。関係性を考えると三通りくらいあった気がします。

一つは見てほしい、かまってほしい発信の「アピール」リスカ

（主に母や支援者に対して、自分の快不快がわからず、言葉にできずにリスカすることで、わかってもらおうとしていた）

二つめは病気に感情を支配されての「感情暴走」リスカ

（精神疾患状態な時は、その病気自体に感情や自分自身を支配されたりして切ってしまうことがあった）

三つめは自分でストレスの対処法として使用する「リフレッシュ」リスカ

（切った痛覚を感じることは、ビールのシュワシュワ感を感じるのと似ている。たぶんおじさんがお酒飲んでリフレッシュみたいなのと一緒）

最初の六年ぐらいは一つめと二つめのミックス。このリスカは不幸せなリスカで、自分を傷つけたし、周りへの発信としても迷惑がられるだけ。

ここ四年くらいは、三つめのリフレッシュリスカで生きようと考えています。リスカをやめる計画ではなく「幸せなリスカ計画」。これは支援者向けの研修で経験を話した時にもらった言葉です。

リスカは本当にコスパがいい。アマゾンで五本二八四円のカミソリがあるだけでお守りになって、一本三ヵ月くらいもつ時もある。基本的には他者を巻き込まないし、日常生活に支障が出ることもない。

傷が……とかいうけど、お酒飲んでも体壊すことあるしなぁ。

精神的に落ちた時に何故そうなったかを理解して対処する方法を自分で見つけられる日まで、切り替えの一つにリスカがあってもいいと今は思っています。必要な時は適切にリスカに頼りながら、卒業できる日を待ちたいところです。

ギャンブル依存の師匠　だいすけ

「リスカはコスパがいい！」と得意げに言うひとみに、「コスパが悪い」と散々いじられてきたのが、同じ定時制高校の先輩だいすけです。

定時制高校を二十歳でなんとか卒業

したものの、将来が見えずにひきこもっていました。卒後のひきこもりを予想した先生が、卒業直前に私に引き合わせました。人を信用しておらず、相談することの意味も見出していなかっただいすけは、冷やかし程度に私に会ってくれましたが、半年以上たって、本当にどうにもならなくなってようやく、先生に連絡をし、釧路に来ることになりました。

だいすけのサバイバルスキルは「ギャンブル（スロット）」です。

「だいすけにとって、ギャンブルとは何か？」と聞いてみたところ、以下の表現が返ってきました。

金がかかる名医にもなれば、金をくれる魔法にもなる。
生きてる実感を得られる。
無限に思考し追求できる。
家族のようなもので、居心地がいいし、気づいたらギャンブルに帰ってくる。
勝ち負けが自分を評価するわかりやすい指標になる。勝てば正義。負ければ悪。

だいすけは、感情に任せて暴力をふるう父親におびえて子ども時代を過ごしました。母親が殴られたり自分が理不尽に怒られたりしても、どうすることもできずにじっと耐えて、ひたすら怒りに触れないように神経をとがらせていました。書字が苦手だったこともあり、テストも時間内に終わらせることが難しく、成績のよい姉と比較されて、テストが返ってくると父親に何時間も正座をさせられたそうです。

そして、思春期になると自分も父親のようになるのではないかと、自分の感情に対する恐怖を抱くようになったと言います。

幼少期から抱えていた不安や緊張、封印した怒りの感情、どうにもならないとあきらめて周囲に相談することもしなかった失望など、ネガティブな感情を抱えて、一人行きついたのがギャンブルだったのだろうと思います。

表現し発信する場「フィバ研」

ひとみもだいすけも釧路に来て最初のうちは不安や周囲への不信が強く、問題行動を起こしたり、周囲をてこずらせたりしていました。しかし、いろいろな人たちとの関わりや、理解してくれる大人も増え、少しずつ自分を取り戻していったように思います。二人が自立に向けて明らかに進んだきっかけとなったのが、「フィードバック研究会（通称フィバ研）」です。

フィバ研は、生きづらさを抱えた若者たちと支援者が、支援する・されるという立場を抜きにして、一つのテーマにもとづいて率直な意見交換をする価値観の交流の機会です。研究会と言っても、とてもゆるく何となくみんなで集まり、「それって、どういうこと？」「何でそう思うのか？」など、自分の考え方や感じ方と向き合いながら話していくだけのシンプルなものです。

過剰適応して生き抜いてきたひとみは、自分の感情がわからず、意見も見つけられず、かといって周囲の顔色を見ても指標となるサインがなくてとても戸惑っていました。それを重ねるうち、次第に、自分の表現や発信ができるようになりました。

だいすけにとって、課題を内在化したまま向き合うことは自己否定につながります（こんな問題がある自分はダメなんだ）。また、自分を評価する立場の人に対して不信感や恐怖感を抱いていました。ですから、課題を外在化する（問題と自分を切り放し、その問題について客観的に分析し、語る）研究会スタイルがマッチしたのです。

ひとみは時々調子を崩しながらも、生活保護の生業扶助でヘルパー資格や運転免許を取得するなどして、介護現場で力を発揮し始め、今ではNPO法人地域生活支援ネットワークサロンの支援現場で、頼れるマルチプレイヤーとなっています。

だいすけは、人の話を聴く仕事に興味を持ち、連携している団体の電話相談の仕事に就くことができました。人生の大先輩の年配相談員をうならせる感性を発揮しています。

二人ともそうした本業の傍ら、一昨年から若者たちと始めた共同生活のコミュニティに関わり、他に行き場がなく自立援助ホームにたどり着いた十代の若者たちのメンター（助言者）役や世話役もしてくれています。

サバイバルスキルの副作用

二人は出会った頃の姿からは想像できないくらい順調に見えます。しかし一方では、サバイバルスキルの副作用に今も苦しむ様子が見られます。

ひとみはセルフケアが苦手です。かつてコスパがよい対処法だった「リスカ」は、もう効かなくなってしまったそうです。自分の力で自分を癒すことができなくなってしまった。周囲との関係やライフスキルを学ぶことを通して、自分を許せるようになったり、境界を引けるようになっても、セルフケアだけは「無理！」と言います。

苦しいのはだいすけも同じです。「今年は新型コロナでパチンコ店が営業休止だから、自然と行かなくなった」と笑っていたと思ったら、やっぱりまた行くようになり、「みんな『何やってんの』『またギャンブル』と思うだろう。でも俺、こんなに頑張っているのに」と言います。だいすけが日々エネルギーを費やす葛藤との闘いは孤独で周囲からは理解されにくいのです。闘いから生じる行き場のない不安や焦りは「もう、こんなの終わりにしたい＝人生おしまいにしたい」という逃避モードに発展してしまいます。

○

私たちがやるべきことは、サバイバルスキルを「よくない」と評価することではなく、なぜそうなるのか理解しようとすること、関わり合い、学び合うことではないでしょうか。サバイバルスキルは、わかっていてもそう簡単に手放せるものではないことを二人の十年の歩みが教えてくれます。

連載 《最終回》「サバイバー研究会」の取り組み【日置真世】

サバイバルスキルから ライフスキルへ

――サバイバーは、サバイバルスキルは身につくけれども、ライフスキルは身につかないんです。死なないためのスキルと、よりよく生きていくためのスキルは違うから。

北海道釧路市在住のソーシャルワーカー、日置真世さんは、FMくしろの番組でこう語っている。長年の活動から出てきた言葉だ。これまでの多彩な取り組みと、そこで出会った若者たちについて、綴っていただく。（編集部）

「通信セミナー」をやってみよう

私たちは二〇二〇年度から三年間の助成金を受けて「若者自立プロセス資源化モデル事業」というプロジェクトに取り組んでいます。社会のいろいろな課題によって自立したくてもなかなかできない若者たちが苦労している中で、どのような支援や活動機会などがあれば、そうした若者たちが少しでも生きやすく、社会の貴重な資源として力を発揮できるのか、実験的な実践に取り組みながら検証するものです。

プロジェクトが始まってすぐ「サバイバー研究会」という活動ができました。メンバーの中でも過去のトラウマの後遺症が強く残っている顔ぶれが集まり、自分たちの生きづらさについて文献など情報を探しながら理解を深めていきました。

メンバーが身につけ、日々発揮しているのが「サバイバルスキル」であることにはすぐに納得。では、その逆は

と調べていたところ、WHOが提唱した「ライフスキル」概念を見つけ、チェックリストを掲載しているASKのサイトにたどり着きました。「私を生きる」という通信講座の存在を知り、試しにみんなでやってみよう！ となりました。二〇二〇年の夏のことです。

プロジェクトは、単に既存の講座を受講するだけでは目的を達成できません。みんなで取り組む中で気づいたこと、変化や学びを、今後の活動プログラムを考えるための参考にしていくことを目指しました。このセミナーは生きづらさを持つ当事者だけではなく、支援者にも役立つという触れ込みだったので、いわゆる支援者の立場のメンバーも一緒に取り組み、人が自分らしく生きていくための普遍性を探り、支援する側にとって必要なことを探っていくことにしました。

通信セミナーなので遠隔メンバーにも参画を呼びかけたところ、あっという間に二五名ほどの協働学習グループが編成されたのです。

セミナーのテキストには基本、一人ひとりのペースで取り組み、「確認シート」を返送するタイミングもそれぞれとしました。同時にチームメンバーは定期的にミーティングを行ない、進捗状況の共有や学びについて確認、議論する機会を設けることにしました。

毎月三のつく日（三日、十三日、二十三日）にミーティング。釧路市内のメンバーは集まる会場を設けますが、Zoom配信もするので、市内のメンバーも遠隔メンバーもオンラインで参加可能です。会場でもオンラインでも、発言するもよし、聞いているだけでもよし、それぞれのコンディションに応じて自由です。ただし、月一回程度でフィードバックフォームによる意見や感想を送ること、必要に応じて個別面談に参加してもらうことにしました。つまり、プロジェクトとして効果検証のフィードバックをすることが参加の条件というわけです。

九月にスタートし、年度内にすべての講座を終える予定としました。

境界を学ぶ絶大な効果

最も反響が大きく、議論が盛り上がったのは講座1の「境界と人間関係」でした。初回のミーティングの最後に「境界川柳」を作ってみましたが、それぞれの経験がリアルに盛り込まれていました。二回目に実施したアンケートで「『境界』について学んだことが生活や仕事などの場で役立っていますか？」と聞いてみたところ、回答した二三名のうち五名が「具体的に役立っていることがある」、一二名が「何となく役立っているような気がする」と多くの人が手ごたえを感じていることがわかりました。

「ノーと言えない、断われない」悩みを抱えているメンバーが多いこともわかりました。なぜ断われないのか理由も納得し、ミーティングで他の人の意見を聞くことで、自分と似たようなメンバーに安心し、違う考えのメンバーの意見に気づきを得ていきました。

自分が育ってきた環境や人間関係を学んできたプロセスを振り返ることもできました。一ヵ月後のアンケートで家族の中で演じてきた役割について聞いたところ二三人中「特に役割を演じていない」のが五名に対して「調整役」一一人、「優等生」一〇名、「世話役」九名、「問題児」六名、「いないふり」四名と、多くのメンバーが複数の役割を演じていました。そうした気づきはアンケートでも語られました。

●日々の生活の中で「ああ今は〇〇の境界に侵入されている」などと気づくようになった。

●境界を知ったので、断わることが楽になった。

●取り組む前は、自身が相手に与える影響を重く考えていましたが、感情や責任には境界があることを学び、思考が少し軽くなりました。

●わりと短期間で日常生活に変化が感じ取れたなぁと思います。境界を上手に引けるようになった、というよりは、振り返ってこういう境界は侵略しちゃうなぁとか、自分はここの境界が大事だから境界に入ってこられたからイライラしたんだな、みたいに境界を軸に考える頻度は増えたと思います。もう一つ。普段から自分のキャラや相手が求める「私像」を勝手に想像して維持しようとして、苦しくなっていたことに気がつきました。

感情のトイレ説

十一月から講座2「『わたしメッセージ』と感情」に取りかかりました。すると、これまで感情に蓋をしてきたメンバーの中には続けることがしんどくなる人も出ました。定期的なミーティングは、そうしたしんどさも受け止めあえる機会です。

私たちは「感情」の本質について「本質観取」という手法を使って整理をしました。そこで導かれたのが「感情のトイレ説」です。感情は赤ちゃんの「快・不快」から始まって、自然に出てくる生理現象であり、その処理方法は身近な対人関係と密接に結びついていて、出す場面をどう持つかが生き方に関係するのだという説でした。これは、多くのメンバーに響きました。

のびのび育ったメンバー（数少ないですが）は「感情は源泉かけ流し」、逆に抑圧してきたメンバーは「密閉容器で厳重に保管してきた気がします」と表現しました。

子育ての中ではトイレットトレーニングと同じことが感情でも行なわれる必要があるのではないか、と議論は進み、感情の出し方やタイミング、場所を、安心できる相手から教えてもらえる経験が大切だろうという話に。「よく出したねと褒められる時期があり、いつどこでどのように出したらよいか覚えていくプロセス」が必要なんだ！　ということに気づいたのです。

するとメンバーからは「小さい頃、トイレのタイミングで怒られたことあります」「私には中学まで母というトイレがあったのに、高校になって使用禁止になったのでつらくなったのかも」「私は下剤が必要かも。強制的に出さないといつも限界」などと次々と「私の感情のトイレ事例」が出ました。あるメンバーが「私は、身近にトイレがなかったから、ノートに自分の気持ちを書いていた。ノートがトイレだったのかも?」と発言したところ、「それって、すごい適切なトイレだと思う。自家発電までしているエコなトイレ！」と、大いに盛り上がりました。

ジェネレーション・ギャップ

年度末に講座3「セルフケアと人生設計」に入りました。複数のメンバーから違和感が寄せられるようになりました。内容を聞くと、どうやら時代背景の違い、それに伴う価値観の違いへの違和感だということがわかりました。私たちのメンバーの多くは二十代です。しかも、親や親たちの世代に価値観を押しつけられたことで苦しみ、そこから解放されたいと願い、活動をしていました。セルフケアが苦手で、先の目標を描くことはできない世代にとっては、目標設定を迫られることに圧力を感じたのです。あるメンバーは最後のアンケートにこう書きました。

（教材の中には）家族神話、恋愛神話、成長神話、男女二分論みたいなものが色濃く、時代錯誤な感覚が強かった。（中略）また、現在の社会の個人主義・自己責任論の強さ（それがスタンダードな思想として浸透していること）を再認識させられた。共同的・社会的な思想や生活様式は、本来の人間のあり方なのに、むしろ異端になってしまっていると感じた。個人が社会的な考え方をすればするほど、共同的な生活をしようとすればするほど、現在の「社会」からは排除されるようなジレンマがあると思った。

私は自分の心身と生き方をもって、現在の社会の病理を表出していると思ってきたし、今もそう思っている。しかし、世間の多数派（この教材も）は、「問題は私のもの」だと言う。これが自己責任論であり、これまでもこれからも私が闘っている対象なのだと理解した。

今の社会の課題と自分たちが抱えている生きづらさの関係に気づき、そこに向き合ってきた私たちにとって、この通信セミナーは課題をより明確に理解把握する大きなきっかけや貴重な機会になりました。

効果があったと実感する理由は多くのメンバーが言う通り「ミーティング」の存在です。加えて仕事や活動というコミュニティの中で「境界」「感情」「セルフケア」などについて共通言語が持てたことでした。まさに最後のアンケートにある「共同的・社会的な思想や生活様式」が身近にあったからに他なりません。この体験を次にどう生かしていくのか、それぞれのメンバーが感じて、考え、模索しています。その経験を共有する場をこれからも共につくるために活動は続いていくのです。

学校ソーシャルワーク研究　第17号　2022　p63-p76

反抑圧的実践に求められる抑圧を分析する観点
—当事者の語りに基づく分析を通して—

大　友　秀　治

【論　文】

反抑圧的実践に求められる抑圧を分析する観点
—当事者の語りに基づく分析を通して—

大　友　秀　治

要旨：抑圧や差別が生じる構造的障壁に対するアプローチとして反抑圧的ソーシャルワークの必要性が指摘されている．しかし，抑圧や差別を経験した当事者の立場を理解するという反抑圧的ソーシャルワークの特質に着目し，学校の組織や文化から子どもが受ける抑圧の構造や影響を分析する視点や，当事者の視点から日本のソーシャルワーク実践の現状を見直すための分析や考察は，まだ十分に進められていない．そのため，本研究では，抑圧や差別などにより生きづらさを抱える若者の置かれた実態を理解し，その当事者の語りや視点から反抑圧的実践に求められる抑圧を分析する観点を明らかにすることを目的とした．

そこで，若者支援施設に関与している若者を対象に，ライフストーリーに関するインタビュー調査を行い，生きづらさを抱える若者の実態や背景について分析した．その結果，社会構造的な抑圧が連鎖し複数の困難性が個々に顕在化・内面化されている動態や，抑圧を分析するための具体的な見立ての観点が明らかとなった．

キーワード：反抑圧的実践，ライフストーリー，ナラティブ

1．先行研究の課題と本稿の主題

ソーシャルワーク（以下，SW）のグローバル定義では，個人・家族・小集団・共同体・社会のあらゆるレベルにおける変革と，その介入のための戦略や政策的枠組を意味する開発が強調され，周縁化・社会的排除・抑圧の原因となる構造的条件に挑戦して，社会を変革するSWが再定義されている（IFSW2015）．そのため，分断と格差を助長する新自由主義社会や統制を強める管理主義的な社会，コミュニティの崩壊や家庭以外の居場所の喪失，会社や行政組織における非正規雇用の常態化，序列化が進行する学校の包摂力低下などのメゾ・マクロ要因の探究も重要となる．

2021年11月30日受付／2022年5月2日受理
Shuji OTOMO
北星学園大学社会福祉学部
E-mail：s-otomo@hokusei.ac.jp

しかし，スクールソーシャルワーク（以下，SSW）を含む日本のSWでは，このような抑圧や差別が生じる構造的障壁を分析して，批判的・変革的に働きかけるアプローチは，グローバル定義が「中核」として位置づけるほど主要な役割となっていないのではないだろうか．むしろ，自己責任化を強調する社会変動によって福祉の名の下に貧困と貧困者を社会構想の構成要件から排除する役割を福祉が政策的に正当化しつつあり，SWが「排除の尖兵」としての役割を果たしつつあること（伊藤2009：1-2），ケア（社会的利他主義）よりもコントロール（社会的規範）に偏重したSWは貧困・社会的排除に対峙するために機能しているとは言えない状況であること（石坂2018）など，社会経済や文化，政治的な課題に対抗してSWが十分にその機能を発揮できていないことが問題提起され続けている．

このような状況に対して，反抑圧的ソーシャ

ルワーク（anti-oppressive social work practice：以下AOP）の必要性が指摘されている．AOPは，ヨーロッパにおける女性支援や児童福祉，移民，外国人労働者支援といった領域で展開されるポピュラーなSW実践である（児島2019：19）．AOPは1980年代にイギリスで始まり，1990年代から理論化や体系化が進み，2000年代にはイギリスやカナダのSW教育の軸として採用され，アメリカでもテキストが刊行されるようになっている（坂本2021：13）．

AOPとは，抑圧された人々の経験と見解を考慮に入れ，人道的および社会的正義の価値観に基づいた，批判的な社会科学理論を利用した急進的なSWのアプローチである（Dalrymple and Burke2006：7）．また，ベインズのAOP実践モデル（Bains2017）を中心に海外における多くのAOP研究を分析し紹介している坂本によると，具体的には，生活に困っていたり，生きにくさを経験したりしている人たちの状況を当事者の立場から理解し，問題を抑圧という視点で構造的に分析することで，複数のレベルから解決に向けてアプローチするSW実践理論と実践法である（坂本2021：12-13）．また，ここでの抑圧とは，「特定の集団に属していることを理由に，個人（または集団）に対して行動や政策が不当に行われた場合に発生する．これには，公正な生活を送り，社会生活のあらゆる側面に参加し，基本的な自由と人権を経験し，自分自身と自分の集団の肯定的な感覚を育む方法を，人々から奪うことが含まれる．また，平和的または暴力的な手段を通して，信念体系や価値観，法律，生活様式をほかの集団に押しつけることも含まれる」（Bains2017：3）と定義されている．

以上のように，AOPはグローバル定義とも親和性のある理論と実践として捉えることもできるが，日本における先行研究は少なく，歴史的・理論的な考察や海外動向の分析，理論的・実践的な視点の提示などに限られている（坂本2010；二木2017；児島2019）．また，抑圧や差別を経験した当事者の立場を理解するというAOPの特質に着目し，当事者の視点から日本のSW実践の現状を見直すための分析や考察も，まだ十分に進められていない．SSWに関する先行研究においても，専門職としての身分保障の脆弱さや（山下2016），雇用環境や配置形態の実態と課題（土井2016），学校組織との軋轢などの実践展開における困難性（有本2019）などは比較的多く報告されているが，学校の組織や文化から子どもが受ける抑圧の構造や影響を分析する視点，スクールソーシャルワーカー（以下，SSWer）自身が教育行政や学校組織から抑圧される構造のなかに組み込まれる可能性，さらには，SSWerが子どもや保護者などに対して抑圧を再生産する装置として機能してしまう危惧などに関する考察はほとんどなされてない．

以上の先行研究の諸課題を今後探究していくに当たり，まず本研究では，抑圧や差別などにより生きづらさを抱える若者の置かれた実態を理解し，その当事者の語りや視点から反抑圧的実践に求められる抑圧を分析する観点を明らかにすることを目的とする．ここで言う分析の観点とは，反抑圧という一見大きすぎて捉えどころが難しい印象を抱くアプローチに対して，問題を抑圧という視点で構造的に分析する（坂本2021：12-13）際に実践において参照できる具体的な見立ての観点を意味する．以上により，子ども・若者を対象とするSWがAOPを志向する際に，どのような視点や方法でSWerが自身の実践を反省的に省察しながら，いかに当事者と共に社会の変革と開発を推進していけばよいかについて，具体的な手立てを提供することに寄与できるものと考える．

2．研究方法

若者支援を中心に取り組んでいるZ法人に関与している若者を対象に，ライフストーリーに関するインタビュー調査を行い，生きづらさを抱える若者の実態や背景について分析し，考察した．

調査においてZを選定した理由は，当事者同士がそれぞれの経験を尊重し，多様な意見を交わし合い，当事者と専門職が対等な立場で支援のあり方を模索し実現していくための環境を意図的につくり出しているためである．既存の社会資源の限界を見直し，当事者が主体となって新たな社会資源開発を進め，当事者の視点から社会変革を目指している組織でもある．また，はじめは支援を受ける立場であった当事者が，徐々に支援のあり方を協議する場に参画し，スタッフとして採用されZにおける重要な業務を担う人材となっているという特性も，本研究の目的を明らかにする上で重要な要素として捉えた．以上から，生きにくさや支援を受けたときの違和感などを率直に共有しながら支援のあり方を模索している若者たちの語りを通して，支援される・支援することの意味や，当事者の立場から反抑圧実践を検討する視点を見出すことができるのではないかと考えた。なお，筆者とZの直接的な接点はなく，知人を介して紹介いただいている．

調査協力が得られたの3名の内訳は以下の通りである（表1）．

インタビュー調査は，2021年3月に行い，総時間数は約4時間半であった．全ての音声データを逐語録に文字化した．以上から得られたデータを，個人が特定される情報を削除し，発言内容の意味は変えずに簡略化したライフストーリーとして構成した．また，それを基にテーマ的ナラティブ分析（Riessman2008＝2014）を行った．なお，ライフストーリーのなかで示すことができなかった語りの一部を，「～」（A氏）とも述べている，のように表記して分析の中でも補足的に用いている。

テーマ的ナラティブ分析を選択した理由は，グラウンデッド・セオリー・アプローチのように複数の事例に共通するコアとなる概念を抽出し仮説を生成することとは異なり，個別事例にみられる主観的意味の世界を理解することを目的に，それに関わるカテゴリーを筋の読み込みから展開してくるテーマとして抽出する手法だからである（灘光ほか2014）．そのため，若者の生きづらさとその背景となる抑圧や差別などの状況は，共通点もあれば個々による差異も予想され，一人ひとりのオリジナルな語りの流れと文脈を重視して，当事者の置かれている現実と背景を読み取り理解するための適切な手法であると判断した．また，2020年度に開催された北星学園大学Macro Social Work翻訳研究会に3回参加するなかで，マクロSWの概念やスキルの捉え方などの，マクロ実践を理解するための枠組みに関する着想を得た。さらに，分析に当たっては，2021年10月に実施された北星学園大学社会福祉学研究会にて報告し，複数の研究者から助言と指導を受けている．

なお，倫理的配慮として，北星学園大学研究倫理委員会の承認を得て（2021年2月17日），調査実施に当り研究の趣旨や結果の活用や報告，プライバシーの保護についての配慮を説明し，同意を得ている．また，録音機器やメモの使用許可を得て，データ収集を行っている．また，本研究は，2020・2021年度北星学園大学特定研究費（「人びとが抱える生活課題の解決に貢献するマクロ領域実践の研究」）の助成を受けたものである。

表1　調査協力者の属性と現在の役割業務

	性別	年代	Zとの関係期間	現在のZ内での主な役割業務
A氏	男性	30代	10年	電話相談事業コーディネーター
B氏	女性	20代	1年	ネットの居場所事業，インターネット環境の整備
C氏	男性	30代	14年	放課後等デイサービス支援員補助

3．ライフストーリーとテーマ的ナラティブ分析と考察

（1）A氏（30代，男性）

①ライフストーリー

父のDVや借金などにより，両親が離婚．定時制高校在学時から生活保護世帯となり，母と姉と生活する．姉は大学に行くため生保には内緒で同居していた．母が自分を自立させたいと考え，高校卒業後に生保には内緒で働いた．内緒で働いている事がばれたら返還請求されると思い，働くことが苦しくなり仕事をやめた．その後，約1年間，ひきこもりの生活となった．この期間がこれまでの人生で一番つらかった．生活保護から脱して自立し，働くことが難しかった．自分のなかでは選択肢がなく，相談できる人もいなかった．

卒業前に進路について学校に相談したら，サポステ（地域若者サポートステーション）も関わってくれ，SSWerも紹介してもらっていた．それを思い出し，卒業後1年ぐらい経って自分から先生に相談した．でも，相談という形式でもなかった．雑談というような．すると，SSWerがまた高校に来るから，話してみない，と言われ，再会した．

SSWerは具体的な話をしてくれた．住む場所があること，仕事もあること，ほかにもできることがあること．その場では答えを出さなかった．半年間，紹介されたZに行っても大丈夫かどうか探っていたかもしれない．そして，半年後，先生に自分から連絡した．もうどうしようもなくなっていたので，解決するとは思っていなかったが．苦しくて，連絡が出来る場所が先生しかなかった．Zを見学して，ここしかないと思った．しかし，来たくてきた，という感じではなかった．死ぬか，Zに来るか，その二者択一だった．

Zでは，まず，一軒家のシェアハウスに住むことになった．その後，Z内でいろいろな制度を使って，4年間に何度か転居した．これまでで一番良かった．まず，親から離れられたこと．親は自分がいるだけで心配して，自分にとってはそれが苦しかった．だから，ストレスから離れられたと感じた．また，Zでは，実家での生活スタイルで，自分のペースで生活できた．メンタル的にも急にアルバイトはきつかったので，就労の準備制度を使って自分のペースで準備をした．自分を知ることや，他者を知ることを，緩い感じのペースで．スポーツもした．休むときは休む．こうして，自分のペースで社会とかかわれた．それから職業訓練に進んだので，社会との関わり方について，自分のペースができた．自分を取り戻せた．

この頃から，仕事ではないが，Zが開催した研究会に参加した．当事者と支援者が混ざって，自分自身を研究する研究会．自分は人への不信が強いタイプなので，支援者と同じ立ち位置で話せたのは良かった．自分自身のことを話すのは苦手だったが，自身を研究材料とした方法では話しやすかった．就職するとはそもそも何なのか，などについて疑問を持った高校生や若者と一緒に，就職について考えた．就職活動への違和感を話した．この活動が大きかった．

この研究会のほかに，生活困窮者支援法の制定に関連して，当事者参画型の支援について検討する取り組みに関わらせてもらった．全国の支援機関を10カ所以上，訪問させてもらった．いま振り返ると，自立に必要な要素とは，実家から離れる，離れた先で食事が摂れる，居住が安定している，自分のペースで社会と関わることができる，などだと思う．その後，Zが関係する仕事に就職した．相談事業のカルテ入力（相談支援事業所におけるケース管理補助業務）は今も行っている．徐々に，コーディネーターアシスト，コーディネーターとなった．

そして，Zとは離れて，2年間一人暮らしをした．一人暮らしを選択したのは，パートナーと同居するため．仕事はZの相談事業を続けた．シェアハウスに住みながら，ギャンブルで浪費してしまって．生活も乱れた．それを変えようと思った．Zのスタッフとは会い，関わりは継続していた．

その後，Zに戻り何度か転居して，現在のシェアハウスに至る．今も，自分と他者との境界線や，自分の感情について知る，どのように目標を立てて生きていくのか，について探究している．その都度，何らかの気づきを得られている．

②テーマ的ナラティブ分析

＜苦しいのに打ち明けられない＞

A氏は，現状を打開したいという思いは持ちつつも，自身の状況を言語化することが苦手な上に，相談に対する躊躇があり，心境を打ち明けられない状態が長く続いていた．

「自分がこの先，自立したいという思いはあった．しかし，それを解決したいが，どうすればよいか分からず，なんとかしようと思えば思うほど，苦しかった．周囲からはただ引きこもっているように見られる．誰にも相談できない．働け，としか言われない．母親との関係もこじれた．」（A氏）

A氏は，もともと自分自身のことを話すのが苦手で，人に対する不信感が強い傾向があった．高校の進路相談において，担当の教員が熱心が故にA氏の進路を勝手に方向づけてしまうという苦い経験もしている．おそらく，自分の思いや考えとは異なる指示に対して，異論を唱え，互いの主張を交換しあうコミュニケーションはできなかったものと推察される．クライエントが語ることが全て真意とは限らないにもかかわらず，額面通りに受け取り，勝手な解釈をしてしまい，それに対しクライエントも否定せずに受け入れてしまう（大谷・田中2018：9）ことが生じていたと考えられる．

寡黙で人間関係を回避する傾向にあるクライエントに対して，ニーズを表出しない，援助の必要性を理解していない，などと安易に解釈してしまうことがある．さらに，生活保護の受給者に対しては，自立支援を推進することが前提となり，就労へのニーズを確認するプロセスを重視するよりも就労支援を促し既存のサービスを積極的に利用するよう指示・命令的なコミュニケーションが展開されがちとなることも問題視されている．実際に，A氏は，「相談だとひどい目にあう」，「生活保護のケースワーカーと関係も難しく良好でなかった」（A氏）とも述べており，相談援助が自分探しの試行錯誤過程を疎外する要因として逆機能する場合があることが示唆される．

援助要請行動に関する先行研究では，援助要請を実行しない「回避型」は，自助努力により問題対処を行う積極的・自律的な回避がある一方で，他者の力を借りることができず対処に対する困難を経験しているという可能性もあることが報告されている（永井2019：285）．このようなスタイルを持つ人は，拒絶への恐れはないものの，良好な人間関係を有せず他者との距離が疎遠である可能性があり，抑うつ傾向も高く，援助要請ができるようになる基盤としての関係性構築支援が必要な場合も少なくない（永井2019：285）．つまり，援助要請行動を主体的に起こさない人の中には，A氏のように自立したい，そのために力を借りたいという主訴を明確に持っているにもかかわらず，それを適切に表出できる関係性を喪失し，苦悩の淵を彷徨っている場合があることを，A氏の語りから理解することが重要である．

また，生活困窮世帯において進路に希望が持てず主体的・能動的な選択がなされにくい（野尻2021）という，生活困窮者が直面する社会的排除による影響を批判的に分析することも求められる．

＜石橋を叩いて相手を確かめる＞

A氏は，＜苦しいのに打ち明けられない＞状態が続くなかでも，自分なりに打開しようと＜石橋を叩いて相手を確かめる＞試みから，相談相手の反応を手探りしている．

「高卒後も，高校の先生が気にかけてくれ

ていた．先生とはつながっていた．メールでちょくちょく探り探り話していた．」

「でも，相談という形式でもなかった．雑談というような．」（A氏）

「相談だとひどい目にあう」（A氏）と考えたA氏は，上記のように相手の反応を確かめながら，相談を持ちかけない方法で関係性の構築を模索している．卒業後も関係性を維持することは，教員と生徒という「タテの関係」ではなく，大人同士の「ヨコの関係」を築く機会ともなる．卒業したA氏との関係性を継続するあり方は，教員個人の努力によるものか，学校組織としての取り組みかは不明であるが，自分を理解してくれ立ち戻ることのできる居場所と関係性が絶えないことは，A氏にとって非常に重要であったと考えられる．全ての卒業生をリアルタイムでフォローすることは現実的に不可能であろうが，再接続ができるチャンネルを開いておくというシステムを学校の機能に位置づけることは，十分に議論する余地があるものと考える．

また，何かを指示するのではなく相手の存在に関心を寄せるという教員の関わり方も奏功している．アウトリーチなどのアプローチに比べると，見守りや寄り添いは消極的な関わり方として捉えられがちである．しかし，A氏の語りからは，自分を脅かさないその中立的な関わり方が，その後のA氏の生活の進展を支える土壌ともなっている．ただ寄り添うことが持つ積極的な意味を再確認することも求められる．

時に，クライエントは，周囲に分かりにくい表現で自分の気持ちを伝え，意識的・無意識的に真意を伝えないことがある（大谷・田中2018：9）．A氏の場合は，主訴を敢えて表現しないメールや雑談という形として現われている．そのため，クライエントの口調や表情から，本当に言いたいことは異なっているかも，という「ひっかかり」の感覚を持ち，クライエントが「いや，あなたの理解は違うよ」と素直に伝えられる関係性を構築すること（大谷・田中2018：9）を意識的に実践していくことが必要である．

＜自己否定による自己変革＞

A氏は，社会のなかで自立して生きられないのは自分自身に責任があるとして，＜自己否定による自己変革＞をしなければならないと思い詰めている．

「もうどうしようもないと感じ，生きるだけでもいいものなのか迷い，苦しかった．」

「体調を崩したが，それは自分自身のせいだと思っていた．」

「全て自分が悪かったのかなと思っていた」

「Zに来た頃は，自分が間違っている，自分がおかしいとばかり思っていた．直さなくてはいけない，と．自己否定をして何かを変えようとしていた．」（A氏）

A氏は，引きこもっていて社会につながっていない自分の存在価値を否定し，体調不良の原因さえも自己管理不足と捉えるなど，全ての困難性を自己責任に引きつけて思考している．何とかその状況を脱してZにつながったときでも，「しかし，来たくてきた，という感じではなかった．死ぬか，Zに来るか，その二者択一」（A氏）とまで，精神的に追い込まれていた状況であった．

社会全体で自助努力の重要性が叫ばれ，負い目を持たざるを得ない心理状況となる生活保護制度の中にもそれは浸透している（井出2021）．自己否定し罪悪感を心の中に刻んでしまい，追い詰められている人々の声を代弁し社会に問うことが必要である．A氏は，Zにおいて，支援者と当事者が共に自分自身を研究する取り組みを通じて，自分自身について語り，どのようなストレスを抱えているかについて気づき，就活に対する違和感を共有することなどから「自分は全うなんだ．自分のやりたいようにやればいいんだ，と考え直すことができた」（A氏）と自分を取り戻している．そして，「これまでZと関わってきたのは，どこかで社会で変わればいいなと考えてきたから．そして，自分自分も生きやすくなればいいな，とも思っている．Zでは，そのようなところにたどり着く距離が近いように思えた．生きやすくなるための答えが自分のなかで整理された」（A氏）とも述べている．社会への小さなわだかまりを排除せず他者と共に問い直し，人それぞれのペースで社会との関わり方を模索する，一見遠回りと思えるような試みが，自己否定を繰り返すA氏を確実に支え，後押しする実践となっている．

（2）B氏（20代，女性）

①ライフストーリー

もともと衝動性や多動性があった．物事に納得できないことが多かった．学校で，どうしてこんなことをやるんだろう，なぜ先生はそんなことを言うのだろう，と．学校は楽しいこともあったが，辛い場所だった．中学は“しっかり”不登校だった．登校拒否だから，と開き直っていた．中学1年の1学期，微熱が続き，検査入院をした．間もなく夏休みなった．学校について行ける感じがしなく，嫌だと思った．

一方，高校と大学は楽しかった．高校には，しっかりとした図書館があった．高校は読書を勧める文化があり，海外文学や本文学，エッセイ，評論，社会学など，あらゆるジャンルを読んだ．その内容を議論する仲間とも出会い，少なくとも意見は，どんな意見を表明してもいいんじゃないかという雰囲気だった．また，拒否されることもない関係性だった．

大学は，先生も学生も“変な人”ばかりだった．高校まで，私は，学級で一番変な人と思っていたが，大学では自分は中ぐらいだったと思う．目立たない変な人もいれば，目立つ変な人もいる．卒業したいまも，先生に自分の書いたものを見てもらっている．大学では，だいぶ生きやすかった．一方で，大学では鬱傾向にもあった．自傷行為もしていた．悩みには，家庭のことも多かった．父にはパワーがあって，嫌だと思っていた．父は思い通りにいかないと怒るタイプだった．

大学卒業後に就職したところは「やりがい搾取」のブラック企業だった．打ち合わせなどで，夜の9時でも突然電話かかってくる，などが普通だった．休職もして，辞めた．その後も，上司との折り合いがつかない，業務の課題に追いつかないなどの理由から，転職と退職をいくつか繰り返した．そのようななか，一度，ネット相談でZとつながっていた．相談だけでなく，イベントの提案や生きづらさの体験談なども投稿していた．生活に行き詰まったため，地元にいるメリットやデメリットも考えて，オンラインで誰とでもつながれるので，どこにいても変わらないと思い，Zに来た．

もともと頑固で，やりたくないことはやりたくないタイプ．特に，人に対して悪いことをしていると思うと，耐えられない．それでも頑張らないと，と自分に言い聞かせてきた．交感神経を優位にして頑張るけれども，思考に偏っていくこともあった．休めない．ゆっくり考えることができなくなる．しかし，Zに来て，マインドフルネスを始めてみたら，「コペルニクス的転回」だった．身体の感覚が分かった．これまで，身体と共に生活したことなかったんだ，と気づいた．考える活動だけだった．身体はお荷物．食べる程楽しいという感覚は，相当意識しないとならなかった．身体からしか知ることができないことがあるのに，身体を無視していた．Zは，自分のいるところから始めることができる．ここはダメです，と線引きはしない．頑張らないやり方でやるのがいい，と本来の自分に戻った感じがする．

現在は，ネットの仕事を中心に過ごしている．困ったときは，小説や詩を書いている．そこに現れている価値観や思想を他者と共有したい．Zで関わる人たちにそんなヒントをもらい，Zという場で参与観察している感じもする．でも，考えるとエネルギーを使うので，考えて休んで，また考えて．その過程で書き留めている．分かることは世界とつながること．私と自然，私と

私の身体の外にあるもの，思考と実感など，どれもが必要．

今後も，身体と併走していきたい．実感を持って．考えは部分的なものと理解しながら，考え続けたい．もっと他者に話してみたい．Zでは，話をできる人たちに会えていて，嬉しい．例え，話が合わないとなったとしても，トライ・アンド・エラーを繰り返し，可能性を模索していく．そのような環境と出会うことができて幸せだと思う．

②テーマ的ナラティブ分析

＜道理が引っ込む社会からの疎外感＞

B氏は，自分が不正義と感じる事々が世間では問題視されず，そのような忖度する社会からの疎外感を抱えていた．

「中学2年生のとき，ある先生が，男子が群れていることに対し『おまえらホモかよ』と言って笑わせていた．今でもずっと覚えていて，気がかりである．先生にとって，生徒はどう見えるのか．この子はいい子，この子は悪い子．何でそうなんだろう．」

「話をしすぎて，人との断絶を感じることもあった．自分の持論を熱く語っていたら，『正しいかもしれないけど情が感じられない』と言われたことがある．」

「小さな企業に就職した．柔軟な会社だったが，悪徳商売のようなことをやっていた．『ここは騙す会社なんですね』と言っても通じない．意気地が無い，と思われた．…中略…上司の社員に対するひどい扱いやパワハラ，自分だけ成功しようとする人が嫌で仕方がなかった．そして，自分自身とも折り合いがつけられなかった．」

「今までいたところでは，世界のことを考えているだけで変な人と思われてきた．昨日のテレビの話をするような感じで，『これに気づいたんですよ』などという話はできなかった．」（B氏）

物事に納得できないことが多かったB氏にとって，学校生活も例外ではなかった．学校は辛い場所となり，不登校も経験している．学校のなかで感じた違和感や疑問は，現在も解決できない問いとして繰り返されているという．B氏のような，日常生活への素朴な疑問や既成概念に対する問い，何が正義であるかという哲学的ともいえる問いは，学校生活や日常生活では一般的に軽視されがちである．学問が本来持つべき学び問う活動は，学校教育において基盤になっておらず，既成概念を反復的に身につける学習観が未だに中心的な位置を占めている．学習塾や参考書類は多様さを増しているように見えても，結局は膨大な既成概念をいかに分かりやすく，楽しく覚えるかという消費活動に歪曲されている．

B氏の持つ純粋な問いは正当に扱われることはほとんどなく，学校生活がうまくいかないのは「自分のせいだと思い，自身を責める方向に」（B氏）向かっている．あるがままの自分を受け止め向き合ってくれる関係性を喪失したときに，行き場のない感情や思考が自責へとベクトルを変えることは，先述の＜自己否定による自己変革＞を強いられたA氏とも共通性があるようにも考えられる．

幸いにもB氏は，高校や大学では率直な意見を言い合える仲間や教員と出会い，文学や芸術を通した表現のなかで自分自身を定義づける試みができている．しかし，大学卒業後は，忖度できない異質な自分の社会での立ち位置を見失い，自分自身とも折り合いがつかない混沌としたなかで転職を繰り返すなど，社会生活は混乱したものとなっている．

自傷行為や仕事が継続しないなどの不適応の背景には，自分なりの正義や，普段は見過ごされがちなことに対する疑問，社会へのネガティブな感情や思考などを現すことを抑圧されている場合があることを，B氏の経験から理解することが求められる．また，B氏は，「最近の若者には，お互いに何となく“ふわっと”分かり合えれば，コミュニケーションをしていると感じている人が多いのではないだろうか」（B氏）とも語っている．「みんな仲良し」を強要する社会（樋口2021）を，批判的に捉える問題提起として真摯に受け止める必要がある．

＜既存の価値観で排除されることのない存在価値＞

B氏は，既存の優勢な価値で判断されずに，存在するだけで報われる社会となるべきであることを，自身の経験から強調している．

「生きづらさを，（個人的な）心の問題と言っている人が世間にはいる．どういう価値観から生じているのかが分からない，という支援者の人に対して不信感を持ってしまう．Zでは，生きづらさに至る話を，それぞれが普通に話し合うことができている．そんなことが許される環境が，社会には少ないのではないか．」

「社会と世界はイコールではない，この社会がすべてではない，と気づいた．社会は，評価や判断をするのが一般的．でも，その社会にいるからといって，評価や判断を私自身がされることは，実は当たり前のことではないと思う．」

「Zでは，生産もして，自分にも還元される．まずは，実践が大事だと思う．“いる”ことだけでも意味がある．中にはいたくないと思う人もいるかもしれないけれど．しかし，いてはいけない存在，と決して言わないところから，どう活動や生活していくかが大切にされている．他者に対して良い・悪い，高い・低いなどという権利ないと思う．それぞれの人の性質の違いはあるかもしれないけれども．そこにいる人をジャッジしないやり方が大切．」（B氏）

これらの語りにあるように，B氏は，生きづらさがもたらされる要因を個人の問題から社会構造の影響による問題として捉えるべきであることを，自身の経験を通して強調している．B氏は，マクロSW実践の重要な要素である，当事者が「いる」ところから始めるという原点と，多様な背景を持つ人に対する謙虚さについて（Netting et al. 2017：61-63），自身を含めZに集う当事者の立場をまさに代弁していると言える．

また，Zでは，誰でも発題でき，自由に参加し，思い立ったテーマについて意見交換ができる研究活動も，当事者からの発案に実践されている．そこでは，例えば，身体と感情と社会との関連性や，社会正義や真実についての探求など，当事者の体験と社会的な問題を結びつけた議論や考察が進められている．こうした活動を通して「普通を装って生きることをあまりしなくてよくなった」（B氏）とも語られている．このような率直で多様な意見が尊重される関係性と，既存の価値観を相対化して社会を俯瞰する実践は，当事者視点による社会参画のあり方を考える上で参照すべきものであろう．

（3）C氏（30代，男性）

①ライフストーリー

幼い頃から嫌なことを嫌と言えなかった．良い顔をするときもある．家庭環境による影響もあった．児童養護施設を高校卒業時に退所し，地元に近いZでの生活を紹介され，グループに入居した．はじめは就労支援に通いながら生活していた．その後，友達から仕事を手伝ってほしいと頼まれて，就労支援を辞めた．しかし，仕事が長続きせず，半年間ひきこもった．それから就労支援に戻っている．

Zから紹介されたアパートに入居した．スタッフは自分の生活に不用意に入ってこないから信用できる．でも，必要なときには関わってくれる．引きこもっていたら誰かが来てくれていた．そんな生活を10年ぐらい続け，Zの資源のなかで住むところを転々とした．介護の手伝いをしたり，就労継続支援A型を利用し，放課後等デイ

サービスの支援員補助をしたりした．その合間に，保育の専門学校にも通った．

今，住んでいるところのとなりが高齢者もいるグループ．そのおじいちゃんと一緒にお風呂に入ったりする．引きこもりがちな自分にとって，おじいちゃんのおかげで自分も綺麗になれる．Win-Winの関係にあると思う．

自分は人間関係が苦手なので，下手に関わることはしないようにしている．最近も，若者に関してだけは苦手．児童デイサービスでは，高校生がたくさんいる．保育などの子どもは可愛いと思うのに，ここでは可愛いと思えない．でも，同じ子どものことだと割り切ったら，苦しくなくなった．

今後は，スタックから一人暮らししては，と提案されている．これまでいろいろな経験をしてきて，これからは一人暮らしの方向が，生活がちゃんとできるようになったり，仕事にも良い影響があるのではないか，と考えている．もし，一人暮らしをしたら，ペットが飼える．爬虫類のヤモリやトカゲを飼ってみたい．動物が好き．人間以外は好き．人間の若い人だけが苦手かもしれない．子どもは別だけども．それでも，最近は，子どもや若者を統合できるようになった．強いて言えば，高校卒業後から20代が苦手と言える．児童デイサービスでは，高校生とも話すことができるようになった．Zで学んでいることが大きい．引きこもっている人で爬虫類を飼っている人がいるので，行ってみたい．今は本で我慢しているが，ペットが飼えることを目標にすれば，そのためだったら生活も頑張ろうと思うかもしれない．

②テーマ的ナラティブ分析

＜自他をはかることへの苦手＞

C氏は，周りに良い顔をして振る舞ううちに，自身の感覚や他者との距離感をはかることが苦手となっていた．

「自分で辛いということを認識できていないときもある．そんなときは，『抱え込んでいるな』と気づいてくれる．または，辛さを隠そうとしたときなども，気づいてくれる．長い間いるからもあると思う．そういうときは，自分でも言えなくなっている．突っ込んでくれて，ようやく話せるようになるときもある．」

「人との距離感をはかるのが苦手．スタッフがはかってくれることもある．『近づきすぎだよ』など．離れ過ぎることもあれば，近づき過ぎてしまうこともある．自分自身を見ながら，試行錯誤している．」（C氏）

C氏は，家庭環境による影響もあり，幼い時から嫌なことを嫌と言えず，周囲の人に対して良い顔を繕って生き抜いてきている．そのような生活を送ってきたためか，自分自身の身体状況や感情への気づきが麻痺したような状態となり，辛い感覚を認識できないときがあると語っている．その一方で，辛い状態を認識できていても「極限まで我慢する」（C氏）ことを重ねてしてしまうこともある．そのため，Zに来てからも，引きこもりの生活や，若者からの誘いを断れず苦しむことを経験している．このような自分自身を認知することへの苦手とともに，他者との距離感をはかることへの苦手も同時に抱えている．自分自身をケアし労り，他者との距離感を適切に保つという，自他を捉えることに関する複合的な困難さを持っていることが語りから推察される．

このようなC氏にとって，Zでの生活は，「居心地がいい．同じような経験をしている人が多いので，触れたくないことは聞かない配慮をしてくれる．突っ込んでこない．同情をされることもない」（C氏）ものとなっている．また，上記の語りにもあるように，抱え込みに気づき，人との距離感について助言してくれる関係性が生活の支えになっている．さらに，「抱えきれなくなったときに話せるなら，我慢したらいいと助言してもらっている」（C氏）と言うように，

極限まで我慢するC氏の特性を排除するのではなく，それも受け止めた上でお互い配慮し合う関係性が構築されている．自他への認知を個人特性としてのメタ認知の低下問題と捉えれば，その認知・心理状態を訓練して向上させるというアプローチも存在する．しかし，C氏の特性をネガティブなものとして矯正するのではなく，類似の経験を有する当事者同士がその経験を活かすことで，その特性を内包した生活が実現できている．このような当事者ならではの気遣い合う「共感的コミュニティ」によってC氏の生活が豊かなものとなっている．これらは，専門職とクライエントという権力関係ではない，「家族ではないけれど，気の利く親戚のおばちゃんのような人たち」（C氏）という，身内に近い対等な関係性と各々の自律性により成り立っている．揺らぎを抱えながらも，特性を排除し蓋するのではなく，受け止め包み込み，ストレングスとして活かすパートナーシップとしての関係性が構築されている．

4．総合考察

ここからは，A氏からC氏のライフストーリーとテーマ的ナラティブ分析における全体像から，抑圧とその影響を総合的に考察する．

抑圧には，様々な抑圧の連鎖や，複合差別として捉えられる交差性（intersectionality）があり，抑圧を受けている人の間にも，様々な抑圧が重なり合い複雑化した差異があるとされている（坂本2021：14）．また，マクロレベルとミクロレベルの社会的関係が抑圧を生み出すこと，つまり，マクロレベルの社会関係とは政府とその経済的・社会的・財政的・国際的な政策，宗教的・文化的機関，国際貿易などで，ミクロレベルの社会関係には社会的規範や日常の慣行，職場固有の方針とプロセス，価値観，アイデンティティ，いわゆる「常識」が含まれ，これらの社会的関係は人によってつくられ，多くの集団や個人の継続的な抑圧を生み出すとされている（Bains2017：5）．

先述の分析と考察においても，例えば，A氏は，生活保護世帯であるだけでも，生活困窮や進路選択などにおいて様々な不利が重なりあっている．それに加え，A氏の場合は，学校での一方的な進路指導や，働いて自立することへの強要を受けている．さらに，親の離婚や自身のひきこもり，メンタルヘルスの課題なども加わった状況であった．

ほかにも，B氏における父親の権力や教員の差別，会社の不正義，C氏の「いい子」を強要される家庭環境など，本研究における若者らは，社会的規範や「常識」的な抑圧を，複合的で，かつそれぞれに差異のある抑圧として受けていると言える．

これらの背景には，多様性に不寛容で自己責任が強調されるマクロレベルの社会関係が，新自由主義的な社会的・経済的な政策などによって形成され，日常的な社会規範や価値観であるミクロレベルの社会関係にまで広く深く根付いてしまっているという，社会構造的な抑圧が影響していると言える。例えば，学校教育では偏差値や障害の種別・有無により序列化・分断化される政策が未だに継続されている．教育現場においても「良い高校」「良い大学」に入学するための受験システムへの追従が最優先され，既存の社会のなかで生き抜き経済的な自立を確保するための円滑なコミュニケーション力や柔軟性，適応力を獲得することに価値が置かれている現状が優位に存在する．

これらの上と下からのステレオタイプ化された構造的な圧迫によって，A氏は経済的な自立への理想と自身の現実との狭間で葛藤し，就活において適応できず引きこもることを＜自己否定による自己変革＞のように存在否定してしまっている．B氏も社会に忖度できない違和感と「普通を装って生きる」ことの間で揺れ＜道理が引っ込む社会からの疎外感＞によって自責の念を蓄積している．C氏が嫌なことを嫌と素直に言えず周囲の人に対して良い顔を繕って生きてきた背景にも，負の感情や異質な意見を表

明することが許されないミクロとマクロの社会関係が日常生活に網の目のように浸透していたことが推察される．このような抑圧による影響は，生きにくさやモヤモヤした違和感，やりきれなさ，絶望感として現われてくる（坂本2021:11）．本研究では，ひきこもりや自己否定，希死念慮，依存，関係性の喪失や不安，あきらめ感のなど，テーマ的ナラティブ分析で見出された各テーマが重なり合って現われていると言えるであろう．このように，社会構造的な抑圧が連鎖し複数の困難性が個々に顕在化・内面化されている動態が3氏の語りから考察された．

さらに，上記のような様々な抑圧による影響に対して，既存の社会や常識から逸脱している個人特性として十把一絡げに支援者が捉えてしまう危険性もテーマ的ナラティブ分析のなかで示されている。逸脱や不適応のように見える子ども・若者を「特性のある子」や「障害受容のできない子」，「支援拒否ケース」，「困難事例」などとラベリングすることが，さらに抑圧を強化してしまうのである．A氏が受けた熱心な指導が，当時の状況下での教員として当然な指導であればあるほど，その正当な指導にも従えない自分に対してA氏はさらに絶望感を抱いていたかもしれない．B氏が「（生きづらさが）個人的などういう価値観から生じているのかが分からない，という支援者の人に対して不信感を持ってしまう」と語る背景にも，多数派から構成される社会構造と社会関係に疑問を持たず問題を個人に矮小化することに無自覚な支援者像が想定される．C氏が「触れたくないことは聞かない配慮をしてくれる．突っ込んでこない．同情をされることもない」とZでの関係性を語る裏には，周囲とは異質な自分を特別扱いして同情する「悪気のない」思いやりが，自身の置かれた状況をよりネガティブに捉えるスパイラルを形成していたのかもしれない．

以上のように，本研究の目的である当事者の語りや視点から反抑圧的実践に求められる抑圧を分析する観点として，個々の抑圧状況がいかに複合して影響しているか，それぞれにどのような個別的な差異があるのか，それらの抑圧がどのような現われてとして表出されているか，あるいは抑圧に従順しようと内面化させているか，違和感や表出しにくい内なる声を表明することがいかに阻害されているか，などの観点から見立てることの重要性が明らかになった．そして，個々の状況に応じて抑圧が抑圧を生む構造を分析し，その重なりがいかなる影響を与えているかを考慮することの必要性も，テーマ的ナラティブ分析から示唆された．これらにより，先行研究では不足している，学校の組織や文化から子どもが受ける抑圧の構造や影響を分析する視点や，支援者が子どもや保護者などに対して抑圧を再生産する装置として機能してしまう危惧に関する考察が一定程度深められたものと考える．

5．本稿の意義と今後の課題

本研究は，先行研究の課題を踏まえ，抑圧や差別などにより生きづらさを抱える若者の置かれた実態を理解し，その当事者の語りや視点から反抑圧的実践に求められる抑圧を分析する観点を明らかにすることを目的とした．若者の語りからライフストーリーの抽出とテーマ的ナラティブ分析を行った結果，様々な抑圧の連鎖や重なり合いが背景にあり，生きづらさや絶望感などに影響していることが明らかとなった．

AOPに対する批判として，目標が高すぎて抑圧を取り去ることは不可能に思えてしまうことや，構造的な変革を求めるあまり当事者が直面している困難さの解消やSWerと当事者とに目標の齟齬が生じることなどが指摘されている（坂本2021：20-22）．これに対し，本研究では，当事者の抑圧による影響を理解した上でSWerが自身の実践を反省的に省察する視点を提示することができたと考える．

一方で，AOPを志向していくために，本研究における若者個人やその家族，関係する学校や会社などの組織，地域などに対して，歴史的・社会経済的・文化的・空間的・政治的・個人的要素がどのような相互作用によって構造的障壁となり，差別や抑圧がもたらされているかの批判的検討は十分ではなかった．自己責任化と格差をもたらす構造的障壁に対する探究を深め，当事者と支援者とが協働して社会変革に着手していくための方向性を明らかにする必要がある．また，SSWer自身が教育行政や学校組織から抑圧される構造のなかに組み込まれる可能性とそれによる実践への影響に関する考察までには至らなかった．以上を，Z以外の当事者組織や支援者側も調査し，本研究結果との異同を比較して，AOPを志向するための抑圧に関する分析方法について，さらに探究していきたい．

引用・参考文献

阿部彩（2008）『子どもの貧困：日本の不公平を考える』岩波書店.

有本知可（2019）「マインドフルネスによるスクールソーシャルワーカーの学校現場での実践における主観的変容：スクールソーシャルワーカーのエンパワメントを目指した探索的研究」『学校ソーシャルワーク研究』（14），47-63.

Bains, D.（2017）*Doing Anti-Oppressive Practice: Social Justice Social Work*, 3th Ed., Fernwood.

Dalrymple, J and Burke, B.（2006）*Anti-Oppressive Practice: Social Care and the Law*, 2th Ed., Open University Press.

土井幸治（2016）「全国におけるスクールソーシャルワーカー事業の実態」『学校ソーシャルワーク研究（報告書）』，3-26.

伊藤文人（2009）「ソーシャルワークと近代社会：ジグムント・バウマンの社会理論をてがかりにして（特集 福祉文化の思想）」『現代と文化』（120），1-33.

石坂誠(2018)「貧困・社会的排除に対峙するソーシャルワークについての一考察」『佛教大学大学院紀要』（46），81-98.

樋口裕一（2021）『「嫌い」の感情が人を成長させる：考える力・感じる力・選ぶ力を身につける』さくら舎.

井出英策（2021）『どうせ社会は変えられないなんてだれが言った？：ベーシックサービスという革命』小学館.

IFSW International Federation of Social Workers（2015）「ソーシャルワーク専門職のグローバル定義」https://www.ifsw.org/wp-content/uploads/ifsw-cdn/assets/ifsw_64633-3.pdf（2021年9月26日アクセス）

児島亜紀子（2019）「反抑圧ソーシャルワーク実践（AOP）における交差概念の活用と批判的省察の意義をめぐって」『女性学研究 Women's Studies Review』26，19-38.

三島亜紀子（2015）「ソーシャルワークのグローバル定義における多様性（ダイバーシティ）の尊重：日本の社会福祉教育への『隠れたカリキュラム』視点導入の意義」『ソーシャルワーク学会誌』30，1-12.

灘光洋子・浅井亜紀子・小柳志津（2014）「質的研究方法について考える：グラウンデッド・セオリー・アプローチ，ナラティブ分析，アクションリサーチを中心として」『異文化コミュニケーション論集』（12），67-84.

永井智（2019）「援助要請スタイル間の差異に関する探索的検討」『教育心理学研究』67（4），278-288.

Netting, F.E, Kettner, P.M., McMurtry, S.L and Thomas, M.L.（2017）*Social Work Macro Practice*, 6th Ed., Pearson education.

二木泉（2017）「ソーシャルワークにおける反抑圧主義（AOP）の一端：カナダ・オンタリオ州の福祉組織の求人内容と組織理念を手がかりとして」『社会福祉学』58（1），153-163.

野尻紀恵（2021）『子どもの隠された貧困とスクールソーシャルワーカーの役割』大学図書出版.

大谷京子・田中和彦（2018）『失敗ポイントから学ぶPSWのソーシャルワークアセスメントスキル』中央法規.

Riessman, C. K.（2008）*Narrative Methods for the Human Sciences*, Sage.（＝2014，大久保功子・宮坂道夫監訳『人間科学のためのナラティヴ研究法』クオリティケア.）

坂本いづみ（2010）「多文化社会カナダのソーシャルワークとグローバリゼーションの影響」『ソーシャルワーク研究』36（3），198-204.

坂本いづみ（2021）「反抑圧的ソーシャルワーク（AOP）とは何か：概論と方向性」坂本いづみほか『脱「いい子」のソーシャルワーク：反抑圧的な実践と理論』現代書館，10-33.

山下英三郎（2016）「スクールソーシャルワークの動向と基本的な考え方」山下英三郎監修『子どもにえらばれるためのスクールソーシャルワーク』学苑社，11-26.

Perspective on Oppression for Anti-Oppressive Practice : Analysis Based on the Narratives of Oppressed Parties

Shuji OTOMO

Anti-oppressive social work practices are considered as a necessary approach to structural barriers that cause oppression and discrimination. However, the analysis of the structure and impact of oppression on children from the perspective of school organizations and cultures has not been clarified. In addition, analysis and consideration for reviewing the current state of social work practices in Japan from the perspective of concerned parties have not yet sufficiently advanced. Therefore, the purpose of this study is to understand the actual situations of young people who experience difficult living due to oppression and discrimination, and to clarify the analysis from their narratives and viewpoints.

An interview survey is carried out on the life story of oppressed young people in youth support facilities, to enable the analysis and consideration of their actual situations and backgrounds. As a result, the dynamics in which social structural oppression is chained and multiple difficulties are individually manifested and internalized, and the viewpoint of concrete ideas for analyzing oppression have been clarified.

Key words : anti-oppressive practice, life story, narrative