

日本自殺総合対策学会 2024 年政策研究会  
孤立する若者を中心としたネットワークの「効果」と「限界性」から自殺対策を考える  
開催レポート

社会的孤立等の影響による自殺リスクの高まりが懸念されています。孤独・孤立に関する個人の悩みは複雑化・多様化し、相談窓口は分野やエリアに応じた様々なものが存在しているものの、各主体のみでは複雑・多様な課題への対処に限界があります。相談支援を求める当事者等の立場からは、様々な相談窓口があるが故に適切な相談窓口を探すことができず、結果、相談を諦めてしまうケースも考えられます。

そこで、「2024 年政策研究会」では、社会的孤立・孤独の問題について、名古屋市を拠点に、孤立する若者への伴走型支援を行っている渡辺ゆりかさん（一般社団法人 草の根ささえあいプロジェクト 代表理事、日本自殺総合対策学会理事）による講演と、その後、2 名のコメンテーターを交えたディスカッションを行いました。

開催日・方法：2024 年 6 月 25 日（火）zoom ウェビナーによるオンライン開催

講演タイトル：孤立する若者を中心としたネットワークの「効果」と「限界性」から自殺対策を考える

講演者：渡辺ゆりか氏（一般社団法人 草の根ささえあいプロジェクト 代表理事、名古屋市子ども・若者総合相談センター 統括責任者、日本自殺総合対策学会理事）

参加者数：240 名

抄録はこちら→[抄録.pdf](#)

講演：孤立する若者を中心としたネットワークの「効果」と「限界性」から自殺対策を考える

（概要）

■草の根ささえあいプロジェクトの取り組み

「草の根ささえあいプロジェクト」では、名古屋市を拠点に、孤立する若者への伴走型支援を行っています。団体設立のきっかけは、2011 年の経済的困窮や社会的孤立が深刻化した時期に、光が届かない「孤立の川」に陥る人々を救いたいという思いからでした。試行錯誤を重ねながら、名古屋市の子ども若者総合相談センターの委託業務を軸に支援活動を展開し、生きづらさを抱える若者に寄り添い、地域ネットワークを駆使した支援を行っています。



渡辺ゆりか氏（草の根ささえあいプロジェクト 代表理事）

■「孤立の川」と支援のアプローチ

渡辺さんは、支援の核心にある「孤立の川」という概念をもちいて現在の若者の取り巻く状況を説明してくれました。120 人へのインタビュー調査を基に、孤立に至るプロセスを示した上で、「日本の社会はその川を越えてしまうと、その川の向こうからまたこちら側に戻っていくという『やり直しが難しい社会』」であるといいます。その孤立の川を渡ってしまっ、人から遠ざかれば遠ざかるほど最低限の人への信頼を失っていき、（助けてと SOS を出した時に誰かが応援してくれた経験もないので）またこの落ち込んだ状況から助けてという勇気を持たず、諦めの谷という谷を越えた時に自分の命をおしまいにしてしまったり、あるいは孤立してしまったりすることがわかってきたことを伝えてくれました。孤立は本人

の責任ではなく、個人特性や環境要因が重なった結果であり、生育歴や社会との乖離が理解されず、誤解や排除が繰り返される中で孤立が深まることも指摘しました。その上で、若者が「諦めの谷」を越えて自ら命を絶つケースの背景に、社会のやり直しの難しさや支援の届きにくさがあると語りました。

### ■戦後、日本の3つの暗黙の掟と呪い

渡辺さんは、「戦後、日本には3つの暗黙の掟ができて、まだそれが呪いのように残っていると思っている」と続けます。その3つの呪いとは、1つは強くあれ。2つ目が効率よくあれ。3つ目が人に迷惑をかけるな。昔の時代の、戦後の時代の大人たちが作った、その頃に必要だった掟が、まだ亡霊のように世間という実態のないところにあちこちに仕掛けられているように感じるといいます。渡辺さんの前にいる若者たちは、真面目さゆえに、「呪いをむちゃくちゃキャッチして、必死に強く効率よく自分を鍛え、勉強し、人に迷惑をかけず、学校のルールを守り、小・中・高・大と出て、35歳までに正社員にならないと人生が終わると本気で思っている。それらの厳しい呪いに耐えた後、実際に社会にデビューした時、その王道、小・中・高・大、正社員という王道が、もう自分たちは守ってくれるものではないとふと気づく。恐怖に駆られて頑張ってきたんだけど、その結果、その仕組み自体は、自分を守ってくれるものではないし、そもそも形骸化していて、それが叶いすらしなないという絶望」に直面し、加えて、家族機能の低下やコロナウイルスの流行もあり、若者が助けを求めるつながりがどんどん希薄になり、孤立が増えているといえます。

### ■ネットワーク型支援の理念と実践

こうした状況では、支援者も孤立しがちであると言います。今までの相談支援のあり方では若者を支えきれずに、思いのある支援者ほど自分自身の能力や限界やスキルの不足に責任を感じて、一人で問題を抱えて支援者自体が孤立を感じるようになることも課題です。困難を抱えた若者を取り巻く二つの孤立（若者の孤立と、その支援者の孤立）が、くっきりとしてくるといいます。

これらに対して、草の根支えあいプロジェクトでは、「徹底したネットワーク型」で対応しています。ネットワーク型というと、相談に来た若者を、例えば引きこもりだったら引きこもり支援センター、障害があれば障害者福祉支援センターというふうのリバースするだけと思われがちですが、渡辺さんのやり方はその発想としては真逆で、「徹底した伴奏型をネットワークでやっていく」というものです。

一緒に若者のためにチームになって一肌二肌脱いでくれる地域のあらゆる人々とつながるというイメージで活動を行っているということでした。たった一人の若者のために一人ずつオーダーメイドのチームを作る営みを繰り返しているというものです。

### ■合言葉は「専門性より関係性」

「若者の専門家は、専門性をきちんと発揮して、その方が生き延びる、まず生き延びること、死ななくて済むこと、脅かされてなくて済むことを応援するものです。でもそこから一緒に生きていく必要があるのは、ずっとその方の横にいるのは専門家ではないということが、そのネットワークの肝であり、重篤化する前に地域の方の優しさと私たちの専門性のできることの持ち寄り力で力を合わせ、若者を孤立させないということを目指している」と渡辺さん。地域の住民や企業を巻き込み、柔軟に対応する手法を紹介いただき、その結果、地域に「誰も取りこぼさない網の目のネットワーク」を構築し、支援者自身も孤立を乗り越える希望を得られるとお話くださいました。

## ■家族機能の低下と支援の限界

最後に渡辺さんは、支援の限界とともに「家族の機能低下」の深刻さを挙げました。コロナ禍以降、家族問題が若者の孤立を加速させており、家族に代わる支援を行っても、根本的な孤独感や悲しみを埋めるのは難しいと述べました。家族の役割に関する新たな研究や概念の構築が求められるとの指摘をいただきました。

### (コメント・質疑応答)

渡辺さんの講演に対して、椿広計さん（統計数理研究所所長、本学会理事長）をコーディネーターとして2名のコメントーター、特定非営利活動法人 OVA 代表理事・本学会の理事の伊藤次郎さんと、高知県自殺対策推進センター主幹・本学会の理事の政木舞子さんのコメント・質問がありました。

伊藤さんは、家族の代替機能や地域コミュニティの重要性について意見を述べ、政策が制度化や予算に依存しすぎないことの重要性を強調しました。

政木さんは、居場所支援が持つ本質的な価値について言及し、支援者が直面する限界性や負担軽減の工夫について渡辺さんに質問を投げかけました。

## ■特定非営利活動法人 OVA 代表理事・本学会の理事の伊藤次郎さん

OVA 代表理事・本学会の理事の伊藤次郎さんは、家族の代替機能や地域コミュニティの重要性について意見を述べ、「家族の代替機能みたいな、あるいは友達以上、家族未満みたいな言葉もありましたが、そういったものを政策的にとか社会としてどういうふうにやっていけばいいとお考えですか。核家族化も進んでいて家庭内での支えの機能も落ちていて、都市部に住んでいると地域というものがあるという実感も若者はないようにも思います。家庭そのものが非常に私的のものなので、公が介入するというのは虐待が起こっているとかそういうときは直接介入できますが、基本的には間接的に何らかの政策とかしかできない。家庭とか家族とかの力が弱まっていく中で、この家族の代替機能をしているような隣人、あるいはこういう運動とかを増やしていくためには、どういったことが必要であるとお考えですか。」と質問しました。

渡辺さんからは、「そもそも家族というコミュニティ自体がいつごろ発生して、どうしてこんなに濃いドメスティックになっていったのか、私は研究していきたいなというふうに思う。思想的にやっぱりソーシャルファミリーという概念をもう少し誰もが受け取りやすい形で、家族がある人とない人でいえば、ある人が豊かで恵まれていて、いい人生が送れるということではない形のメッセージをしていく必要があるのかなと思っています。

また、決定的な孤立に陥る前に小さな傷を癒していくようなコミュニティが、自分の都道府県内にあるいは自転車で行けるぐらいの生活圏の中に必ずあるという状態を作っていけるといいなと思うんですね。その時に政策として多分やってはいけないのが、こういうコミュニティを増やすためにこういう制度を作って予算を作りましたみたいな形にしてしまわないことのような気がするんです。私たちがインタビューしたい場所は全てがその型というものから始まったのではなく、地域の人と楽しく誰も困らない暮らしがしたいというふうに思った人たちが、野の花が咲くようにその土地の地に種を植え、その独自の文化性を花開いたからこそ多様なんですよね。そうしたところがきちんと持続可能になるような経済的な



伊藤次郎氏（OVA 代表理事）

エンジンをどのようにするかということが大事なんじゃないかな、そういうところが小学校区にあるいはそれより小さい単位で転在すれば家族という機能の呪いというのが少し解けていくんじゃないかなというふうに伊藤さんのコメントを受けて感じました。」とお話がありました。

#### ■高知県自殺対策推進センター主幹の政木舞子さん

高知県自殺対策推進センター主管・本学会の理事の政木舞子さんは、居場所支援が持つ本質的な価値についてコメントした上で、「限界性というところとも関連してくるところかなと思うのですが、支援の中で関わっていた方が、これまでに6名残念ながら、自分の命を断たれた方もいるというお話を最初にしてくださって、私たちもそうならないように、日頃から関わりは持っていてどうしても直面することがあったりする。そういう状況に直面すると、なかなか本当にこれに関わりは良かったんだろうとか、次にモチベーションをつなげていくことだったりとか、バーンアウトしないためにどうしていくかって、



政木舞子氏(高知県自殺対策推進センター主幹)

非常に悩ましくて葛藤するところですが、そういったところを渡辺さんを始め、関わっていらっしゃる皆さんは、どうやって維持したりとか、保っていらっしゃるのか、次につなげていらっしゃるのかなというところを、もしお聞きできたらありがたいなと思いました。」と問いかけました。

これに対して渡辺さんからは、「大事な人を亡くした私たちがどのようにしているかということですが、必ずみんな、その方がどんなふうに生きて、私たちがどんな時間を一緒に過ごしたのかということ、語り合う会をします。私たちは個別担当制で、1人の支援者が50人から80人ぐらいのケース担当をもって、日々のケースワーク、面談、動向、アウトリーチ、社会資源開拓、全てを任される。でもいつも言っているのは、『その1人の相談者さんは、担当があなただけ、そうではなくて、草の根ささえあいプロジェクトで優しくしていく若者の1人であり、ひいては地域や日本全体で優しくしていく若者の1人なんだ』ということです。なので、その個別担当が必死で命を連ね投げ止めようとして、でも亡くしてしまったことの絶望は計り知れないんですけど、それでも支援者のうちのスタッフに、どのような人生を送った彼女だったのか、彼らだったのか、何が好きで何に脅かされていて、何に喜び、何ににんまりしたり喜んだり楽しんだりして、どんな風にその十何年、二十何年を生き抜いたのかということの語ってもらっているんです。その中で、他にも面談に来た時お茶を出したり、一緒にボランティアさんとテニスをしたり卓球をしたりということもありますので、少しでも関わったメンバーはそのエピソードも語ります。その上で、私たちができたことって何だったんだろう、届いたことって何だったんだろうという話をした後に、それでも届かなかったこと、こうできたかもしれないということをみんなできちんと分かち合って、今まで苦しんで、でも前を進もうと思っている若者にきちんと伝えていこう、還元していこうというふうに話し合います。それは本当に一日がかりで、全員で集まって顔を付き合わせて話し合います。そういう場合は内部で語りをした後に、きちんと外部機関にお声掛けをして、一番大事にしてくださった、その子を一番大事にしてくれたAさん、Bさん、地域の方も呼んで同じように語り合って、彼らの人生がきちんとそこに確かにあったということを確認し合うことにしています。繰り返して、彼らが生きたことをいつも確認し合っていますかね。それが正しいかどうか、やり方として正しいかわからないけど、その団体によってやり方はあると思います。」とお話されました。

### ■リカバリーの具体例と地域の役割・支援者の負担

質疑応答では、多くの参加者が具体的な課題や提案を共有しました。「若者支援におけるリカバリーの具体例」に関する質問では、渡辺さんが孤立経験者の回復プロセスを紹介し、信頼できる大人との出会いや、小さな成功体験を積み重ねることで自己肯定感を高めていく重要性を示しました。特に、地域の居場所が提供する「役立ち感」が、若者に新たな希望と力を与える事例には、多くの賛同が寄せられました。

「支援者の負担軽減」についての意見交換も行われました。渡辺さんは、「支援者自身が孤立しないためには、地域住民やボランティアの力を活用し、支援を共に担う仕組みが必要」とし、その具体例として、「支援者がネットワーク型で地域を巻き込む活動」をお話しいただきました。参加者からも「実践可能なモデルケースとして参考になる」とのコメントがありました。

### ■今後への期待

最後に渡辺さんは、「支援の限界に向き合いながらも、地域の力を信じ、新しい支援の形を共に模索したい」と結び、参加者に共感と次への行動を促しました。

### ■コーディネーターの椿広計さん(統計数理研究所所長、日本自殺総合対策学会理事長)から

日本社会は戦後、「強さ」や「効率」を追求してきた結果、地域の支え合いのネットワークが失われつつあるのではないかという指摘がありました。渡辺さんの活動は、地域の独自性を生かしながら、孤立する人々を支えるネットワークを構築する好事例であり、こうした活動・機能の重要性を浮き彫りにしているとも言え、地域コミュニティの再生が普遍的な課題であることを改めて認識しました。

自殺総合対策学会としても、家族問題への取り組みなどの課題に向き合い、政策研究や講演会を通じて、自治体やNPO法人と連携しながら解決の糸口を探っていきたいと思います。今後も、渡辺さんの提起した疑問や課題に真摯に向き合い、いただいた疑問点、その他諸々については学会の方少しでも答えられるような活動を展開していければと思います。



椿広計氏（統計数理研究所）

(了)