

日本自殺総合対策学会 2024 年秋季講演会 開催レポート “家族という困難”を考える

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のではないかと、『家族』とはどのような機能と構造をもつ存在なのか。この問題意識と問いは、2024 年 6 月に行った「政策研究会」から発せられたものです。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いう指摘に答えるべく、2024 年秋季講演会では「家族」をテーマにし、開催することとなりました。

庇護の象徴ともいえる家族ですが、まさにその家族との確執によって孤立し、心の健康を蝕まれていく人たちが少なからず存在する現実から目を背けるわけにはいきません。またたとえ親密な関係にあっても、過干渉や過保護といった共依存には周囲はもとより当事者が自覚しづらいという側面があり、問題が複雑化する傾向にあります。

そこで、2024 年秋季講演会では、敢えてこうしたリスクが潜在する“家族という困難”に焦点を置き、機微なテーマであるゆえに対応が遅れがちであったこの問題にいかに取り組むべきか、学術研究や現場での活動から見えてきた課題について論じ合うために、田村毅さん（精神科医）、福本啓介さん（社会福祉法人 白十字会林間学校 あすなろサポートステーション 所長）による 2 つの講演と、その後、2 名のコメント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 11 月 27 日（水）zoom ウェビナーによるオンライン開催

講演 1：家族葛藤と自殺：精神医療の現場から 田村毅さん（精神科医、田村毅研究室代表）

講演 2：社会的養育のもとで育ったこども・若者の 18 歳以降サポートの現場から 福本啓介さん（社会福祉法人白十字会林間学校 あすなろサポートステーション 所長）

コメントーター：森丈弓さん（甲南女子大学教授）、渡辺ゆりかさん（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）

コーディネーター：岡檀さん（統計数理研究所 特任准教授、日本自殺総合対策学会理事）

司会進行：生水裕美さん（いのち支える自殺対策推進センター、日本自殺総合対策学会理事）

閉会挨拶：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）

参加者：学会員・一般参加者など約 468 名

■講演 1：田村毅さん（精神科医、田村毅研究室代表）の講演「家族の葛藤と自殺の現場から」概要 自殺の背景と家族

田村さんは、「家族は、われわれにとって本当に大切な存在で、愛情、生きる喜び、そして苦しいときにはお互いに支え合ったりと、なくてはならない存在だと思います。しかしその大切な家族というのが何かうまくいかななくなってくると、表裏一体、オセロのように黒に変えて絶望となる。」と言います。家族の中での葛藤、暴力、虐待、そのトラウマ・・・それらの結果として、最悪の状況としての自殺ということも起こり得ると指摘しました。特に、家族間の期待や役割が過剰に強調されることで生じる心理的負担が大きいと説明しました。



田村毅氏（精神科医、
田村毅研究室代表）

こうした状況を支援者がどのように受け止め、関わるかが重要であり、自殺予防においては安心して話せる場や信頼関係の構築が鍵であるとのことでした。

支援の具体例

田村さんは、自殺に至った事例をいくつか紹介しました。30代男性のケースでは、幼少期から父親から過剰な期待を受けて育ち、社会的には成功したものの、心の負担を抱え続けていました。彼の死後、家族との関係修復が課題として残り、支援者としてどのように家族をサポートするかを模索する必要があると語りました。

また、家族との関係が不安定な10代の少女の事例も紹介されました。この少女は家族との不和や学校での孤立感から自殺念慮を抱えるようになりましたが、信頼できる大人との関係性を築くことで回復の兆しを見せたというお話でした。

紹介いただいた事例に共通した点は、お互いのことを思い合っている素晴らしい家族でありながら、しかし家族の中にいろいろ葛藤や不安のため、その結果問題が生じているということでした。

「安心のつながり」の構築

田村さんは、自殺予防において「安心のつながり」（愛着、アタッチメント）を築くことが重要であると強調しました。安心のつながりとは、相手が自分の気持ちを受け入れてくれ、共感してくれる関係のことです。一方で、不安のつながりは相手に気持ちが届かず、否定されることで孤立感を深めてしまいます。支援者として、相手の気持ちを否定も肯定もせず、受け止めることが重要であり、専門知識がなくても人間としての感性を活かした支援が可能であると述べました。

支援者の課題と限界

田村さんは、自殺予防に携わる支援者自身の心理的負担についても触れました。支援者が自らを守るための仕組みやケアが必要であり、支援の中で孤立しないためのネットワーク作りが重要であると訴えました。また、家族支援や自殺予防における秘密保持や情報共有の境界線についても慎重に考える必要があるということをお話してくれました。

田村さんは最後に、自殺予防支援は決して簡単ではないが、相手との安心な関係性を築くことができれば、大きな力となると述べ、支援者の役割を再確認しました。

児童相談所に対する評価・応援

参加者からの「児童相談所の福祉の地域差と実装等で期待することについての意見を聞きたい」という質問に対して、田村さんは東京都・群馬県それぞれの児童相談所や病院と共に活動した経験を踏まえて次のようにコメントしました。

「児童福祉の分野はすごく大変だと思います。事件が起きると『児相は何をやっていたのだ？』といった社会的に批判の対象になることもあると思いますが、それはやることが困難でそうそう簡単じゃないんですよ。皆さんすごく一生懸命なさってますし、もちろん限界もありますし、支援のしにくさもあります。支援の方向性としては、児童福祉施設の活動を利用して、家族の安心感、つながりによる家族の力は諦めて、家族から取り出して社会の中でつながりをつくっていかうという考え方もありますね。一方で、やはり家族を立て直して家族の力を生かしていかうという考え方もあります。その両方の大きく分

かれたアプローチがありますが、児童相談所の場合にはその分岐点にあつて、家族を取り出した方がいいのか、それとも大丈夫なのか、判断します。これはすごく困難な作業ですね。その判断って簡単にできるものではないと思います。そういう中で、児童相談所の皆さんはとても頑張ってるんじゃないかと思えますし、そして児童相談所は、孤立しがちだと思うんです。学校現場とか医療現場とか、あるいは当事者から、『何をやってるんだ』みたいな批判的なメッセージを結構受ける機会多いような気がします。だけど私としては、それは、とんでもないと思います。もちろん限界がある中で頑張っていると思いますので、どうぞ誇りを持って活動をなさっていただけると、私はとても嬉しいです。」

■講演 2: 福本啓介さん(社会福祉法人白十字会林間学校 あすなろサポートステーション 所長)の講演「社会的養育のもとで育ったこども・若者の18歳以降サポートの現場から」概要

社会的養育の重要性と現状

福本さんによれば、日本では虐待対応件数が2000年の虐待防止法制定以来増加の一途を辿っており、現在では年間20万件以上に達しています。そのうち、一時保護所に入る子どもたちは約1割であり、その中からさらに施設入所する子どもは7分の1程度と、非常に少数で、多くの子どもたちは虐待を受けながら家庭で生活を続ける現状があると指摘しました。

また、児童福祉法が18歳までを対象としていることに限界があり、18歳以降の支援が十分でないため、多くの若者が経済的、社会的に不安定な状況に置かれ自立に失敗してしまうケースが多いとのこと。この背景には、里親や施設を出た若者が頼れる場所や人が限られている現状があると説明しました。



福本啓介氏(社会福祉法人白十字会林間学校 あすなろサポートステーション 所長)

あすなろサポートステーションの取り組み

福本さんは、自身が所長を務める神奈川県にある「あすなろサポートステーション」での取り組みを紹介しました。ここでは、社会的養育を受けた若者が18歳を過ぎても頼り先を持てるよう、相談支援や住居支援、精神的ケアを提供しています。福本さんによれば、こうした取り組みのおかげで、施設を出た若者がホームレス状態に陥るケースが減り、頼り先が0か1かではなく、1か2かそれ以上かとなってきたのが大きな価値だろうということでした。

また、相談方法としてアウトリーチを重視し、若者が自ら相談するエネルギーがない場合、訪問や同行を行い、中間地点での面会を通じて信頼関係を築いています。これにより、相談しやすい環境が整えられていると語りました。

相談内容としては、住居を失ってしまっている相談も非常に多く、他にもお金のことも多いとのことでした。本当に経済的に不安定な中、社会に出ていくことになり、自分の財布だけで自分を育てなければいけないという難しい状況にあると言います。成人年齢が18歳になってから、10代で自己破産の案件も沢山あるそうです。加えて、忘れていけないのは精神的な不安に関する相談も非常に多いということでした。

実際の支援事例

福本さんは、養育者を転々とした後、施設に入った18歳の若者の事例を紹介しました。この若者は施設

を出た後、住み込み就職をしたものの、1年後に消耗し、自傷行為を行うまで追い詰められていました。福本さんが訪問した際、その生活環境は劣悪であり、本人がいかに努力して「いい子」であろうとしてきたかが痛感されたそうです。その後、この若者は傷病手当を受けて休職し、医療保護入院を経て地域生活へ移行する支援を受けました。サポートにあたっては、7社もの関係機関・団体等（住宅と生活費のために生活保護、居住支援法人、障害福祉サービスを使うために相談支援事業所 B 型、地域の中で地域と支援をつなぐコミュニティソーシャルワーカー、薬の管理や悩み事を聞いてくださる訪問看護等）との連携・分担を行い、最終的には、地域とのつながりが生まれ、8年という時間をかけ、それがこの若者の「帰る場所を持つことができた」という言葉につながりました。とにかく頼り先を増やしていく、このことを大切にして活動を行っているとのこと。

福本さんたちが支援の際に大事にしているのが「ケースクロージングの後」です。「もう専門性としての支援はここまでだよ。でもまたご飯食べに来たりだとか、誕生日にどこかラーメンでも一緒に行こうかなんていう繋がりを絶やしていないです。関係性も含めて、お仕事というのは私たちは大事にしています。」と言います。いつでもケースが再開できるように、関係性は絶やさないので。

また、子どもたちが地域社会の中でこの人と生きていたいと思う人に、まだまだ依存先、所属先があるうちに会えることが大事で、地域の中で「あすなろ」も一つの地域資源でだと位置づけています。

子どもたちをめぐる環境と支援

福本さんは、現在の児童福祉が子どもたちに「自立を余儀なくさせる」状況にあると問題視しています。令和6年の児童福祉法改正による年限の弾力化などの改善も進んでいますが、依然として支援の選択肢や資源が不足していることを課題としました。「児童福祉がきちんと自立支援というのに力を入れていなかったために、貧困・虐待の再生産につながっているという現実」を指摘しました。

これに対して、地域の中で頼り先を増やすことが重要であり、支援者やボランティアに限らず、地域社会全体で若者を支える取り組みが求められると強調しました。

本人主体の多様な自立を支援することで、孤立や孤独を防ぎ、社会とのつながりを築くことが重要であると訴えました。支援計画を作るときには、必ず本人参加、本人の主体、本人が自分から選んでいくということを大事にしているそうです。

大切にしていること

福本さんは、「『困ったらおいでね』っていう言葉を、うちのスタッフは禁止にしているんです。」と言います。利用者が暮らしてきた生活というのは、電気・水道が止まっても、お金がなくとも、本人からしたら当たり前で、「困ったら」の尺度が支援者とは違う。このことを意識した上で、「ご飯食べれなかったら LINE に頂戴ね」とか「仕事を辞める前に連絡頂戴ね」とか「病院行くだったら一緒に付き合うよ」というふうに具体的に言うことにより、支援につながれていると言います。

また、「支援しない場」も大切にしているそうです。毎週土曜日にご飯を食べれる場を設けてはいるけれども、「楽しくもつまらなくもなく、当たり前の安心な場という中で『支援されていない』という中で暮らせているというのを実感してもらおう。支援者によって構造は作っていても、支援していない場をととても大事にしています。」ということでした。

支援者のケア、「何もしない」意味

「何より私たち支援者が潰れてしまっはいけないので、支援者のケアの場を作るということで、一つの季節に1回「スナック」を開いています。」と福本さん。福本さんがスナックのママになり、支援者が脱力する場を作っています。

また、本人が調子よく回復に向かっていると、ついつい支援者が、どんどん手を出しがちだけれども、「『何もしない』ということをする。」ということも意識しているそうです。「『この子には専門性はもう必要ないかもしれない』という時には、しっかりと引いて、支援されてない状態を目指しているということです。この支援されていない状態が続いていることは、いつか本人の解決志向が起こる中で、「うまくできてた時」という歴史になるはずだと考えているそうです。

支縁

最後に、“しえん”は「支援」という「援助を支える」ではなく、「支縁」という大事なこの世とのご縁・この世での人とのつながりの「ご縁を支える」という言葉としてとらえている、と講演の最後にお話しいただきました。

■ディスカッション・質疑応答

2つの講演が終了したのち、岡檀さん（統計数理研究所客員准教授）がコーディネーターとなり、コメントーターの森丈弓さん（甲南女子大学教授）と渡辺ゆりかさん（草の根ささえあいプロジェクト代表理事）からコメントと質問がありました。

森丈弓さんのコメント・質問とやり取り

森さんは、かつて少年鑑別所や刑務所での勤務経験を踏まえ、家庭環境の影響についてコメントを述べました。犯罪や非行に走る少年たちの背景に家庭内の虐待や不和があることに触れ、重い事例では、いきなり犯罪を行うのではなく、家庭の中で例えば父親が酒乱で暴れているなどの、虐待があり非行に走っているというのをよく目にするのを指摘しました。「外に向かって何か発散していくような人たちを、非行臨床では見ていたと思います。一方で、そうではなくて内に向かって自分を傷つけていくというか、そういう内在化の方向に行く事例が非常に一般のところの問題になっているということ、本当にひしひしと感じさせていただきました。」とお話しされました。



森丈弓氏（甲南女子大学教授）

森さんは、世代間の伝達とか再生産という点について触れ、犯罪・非行の現場でそういったことを見た経験があり、精神科医療、児童福祉とも共通点があるという点を指摘しました。その上で、「世代間で連鎖するメカニズム」の解明がどの程度進んでいるのかを問いかけました。

さらに、刑務所で面会が来ない受刑者が自殺に至るケースが多いというデータも紹介し、家族の繋がり的重要性を強調しました。

田村さんは、家族との関係修復が困難であることを認めつつも、地域の中で安心できるつながりを築くことの重要性を強調しました。

福本さんは、こうした世代間連鎖のメカニズムについては研究が進んでいる一方で、支援者としてできることは限られているとし、長期的な視点での支援の重要性を指摘しました。

両者とも、家庭環境の影響を緩和するための支援体制の整備が必要であることを述べました。

渡辺ゆりかさんのコメント・質問とやり取り

渡辺さんは、「田村先生がおっしゃった『心を受け取る安心のつながりを作っていくこと、そこから本人のリジリエンスの力を信じて生き延びていくということ』を、私たち支援者も本当は信じてはいるんです。先生の話聞いて、『やっぱり信じていいんだ』」という思いを強くし、コツコツとそのつながりを作っていくしかないという思いを語りました。

そのうえで、渡辺さんは2つの質問をしました。1つは、安心なつながりが形成されたにもかかわらず、それでも自殺に至ってしまうケースについて、支援の限界や改善点をどのように捉えているのかということです。もう1つは、「支援者の自身の心をきちんと知ってケアしていく」ということについて、「支援者自身がセルフで何かできることにおいて、心がけていらっしゃる事、お感じになっていることがあれば教えていただきたい。」と問いかけました。

田村さんは、安心なつながりを築いても救えないケースについて、その結果を受け入れる覚悟が必要だとしつつ、支援者自身のメンタルケアの必要性も指摘しました。

福本さんは、支援の限界を認識しつつも、支援者が孤立せず、持続可能なネットワークを築くことが重要であると答えました。



渡辺ゆりか氏(草の根ささえあいプロジェクト代表理事)

コーディネーターの岡檀さんから

岡さんは、コーディネーターとして、登壇者の発言を整理し、以下の重要な論点を提示しました。

- ・家族の「困難」を再定義：「家族は庇護の象徴である一方、葛藤や孤立の温床となる場合もある」と指摘しました。特に、家族内での役割分担や期待が固定化されることで、一部の家族メンバーが過度な負担を背負う状況が問題視されると述べました。「この負担を軽減するためには、家族の外部に相談できる窓口を整えることが必要」と提案しました。

- ・共有された課題：「家族、地域、支援者の三者が連携するモデルの構築が孤立や自殺を防ぐ大きなステップとなる」と強調しました。特に、地域社会と家族がどのように役割を分担し、連携していくかを具体化することが今後の課題であると述べました。

ディスカッションの最後に、家族支援の課題は一筋縄ではいかないが、「小さな成功例を積み上げ、それを地域や社会全体に広げる努力が必要」と締めくくりました。



岡檀氏(統計数理研究所 特任准教授)

(了)