いま聞く Interview

ひきこもる人 その心の声は

池上正樹さん　ジャーナリスト

いけがみ・まさき　1962年、神奈川県生まれ。大手通信社勤務を経てフリーのジャーナリストに。「大人のひきこもり」「ルポ『8050問題』」などひきこもりをテーマにした著書多数。NHKドラマ「こもりびと」「ひきこもり先生」の監修を務める。多くの当事者や家族の相談にも乗り、現在はひきこもり家族会の全国組織である「KHJ全国ひきこもり家族会連合会」副理事長。

関わりを避け息を潜めるように生きる――。そんなひきこもり状態にある人（15～64歳）はいま、全国に146万人いる。「外からみえない」「声を上げない」人の話を聞き続けるジャーナリスト池上正樹さんは「その心の内を知ってほしい」と語る。

（高橋淳）

ひきこもる人は、いまだに「家族に甘えている」「働かないで楽をしている」と言われることが多いが、「それは全くの誤解。実態はまるで違います」と強調する。

「では、ひきこもりとは何か。「過酷な状況を生き延びるための防御反応であり、そんな状況はいつ誰に訪れてもおかしくありません」と語る。

例えば、学校や職場でのいじめやハラスメントで尊厳を傷つけられる。厳しい労働環境で心身の健康を脅かされる。様々な事情が重なり他人が怖くなると、人との関わりを避けざるを得なくなる。「それでも自死を選ぶのではなく、何とか生きようとしている。それがひきこもっている人の心の内です」

そうした実情を踏まえた上で、ひきこもり状態からの回復には何が必要なのか。まずは、傷ついた心と体をじっくりと癒やすことだが、実際は本人や家族は、社会的なプレッシャーにさらされ続けている。

働かないのはいけないこと、親の収入に依存し迷惑をかけている……。何より本人が「ふがいない自分」を責め、苦しい思いで日々を送る。「これではいつまでも気持ちが休まらず回復は遠のく」と指摘する。

「話を聞いて」次々と

ひきこもりの取材を続けて28年。きっかけは1990年代後半。フリーの記者になって間もなく、学校現場を取材すると話をできない子どもに出会った。特定の場所や状況で話せなくなる不安症「場面緘黙」だった。小学生の500人に1人の割合で見られ、不登校につながることも多い。「子どもの頃の私も場面緘黙で、小学校の6年間は学校で誰とも話せませんでした」

そんな子どもとの出会いをきっかけに『ひきこもり』について調べていくと、孤独や悩みを抱えていた子ども時代の記憶や体験がよみがえってきた。ひきこもり問題に本格的に取り組むジャーナリストの先駆けとなった。

二十数年前は今以上に「ひきこもるのは本人の問題」「育て方が悪い」と考える風潮が強かった。関心も低く雑誌に企画記事を提案しても実現のハードルは高かった。

転機の一つが2009年、ビジネス誌のオンライン版に半年間の予定で始めた連載記事だ。記事へのアクセス数が常にトップの状態が続いた。ひきこもりをテーマにした記事が他にないなかで、当事者やその家族たちが、パソコンや携帯電話で読んでくれた。

記事の最後に連絡先のアドレスを記すと、「話を聞いてほしい」と訴えるメールが次々と寄せられた。連載「『ひきこもり』するオトナたち」（ダイヤモンド・オンライン）は、10年以上続いた。

自治体の対応に格差

取材を続けてきたこの30年近く、ひきこもる人が増え続ける問題に対応できない福祉行政の姿を目の当たりにしてきた。

ほとんどの福祉窓口の職員は傾聴はしてくれる。だが、何をしたらいいかは教えてくれない。職員たちもどうしたらいいか分からない様子だった。親が相談に行くと「本人を連れてきて」と言われることも多い。それができないから苦しんでいる親子をたくさん見てきた。

厚生労働省は09年から、都道府県と政令指定市に、一次的な相談の窓口となる「ひきこもり地域支援センター」を設けた。22年にはそれを拡充し、市町村単位に窓口を置く「ひきこもり支援ステーション」事業などを始めた。だが、全国1724自治体のうち、新たな事業に手を挙げているのは1割強の210余にとどまる。

根拠となる法律がなく、支援するかどうかは自治体の裁量となる。なかには、独自の施策を打ち出す熱心な自治体もある一方、ほとんど関心を示さないところもあり、地域間で格差が大きいのが実態だ。

深刻な問題も起きている。追い詰められた親たちは、インターネットで「引き出し屋」と呼ばれる民間業者にたどりつく。親と高額な契約を結び、本人の意思と関係なく部屋から連れ出し、寮などで集団生活をさせるビジネスだ。環境になじめず、脱走したり心身を病んだりするなどのトラブルが絶えない。契約した親を恨み、家族関係が悪化したとの報告も寄せられている。

「ひきこもっていても皆、それぞれの人生を必死に生きている。勝手に知らないどこかに連れ出されることなど許されて良いはずない」。実際には、本人が警察に逃げ込んでも業者に連絡され、連れ戻される例も多い。「根底にあるのは、ひきこもりが『甘え』や『怠け』だという偏見です」

誤解がとけてほしい

いま支援関係者が注目するのが、ひきこもりに特化した法律制定の議論だ。自民党では「ひきこもり基本法（仮称）」の制定に向けた有志の検討会も設けられた。国や自治体に支援への取り組みを促す理念法が想定され、副理事長を務めるKHJ全国ひきこもり家族会連合会も試案を出すなど後押ししている。

病気でも障害でもない、福祉制度のはざまにあるひきこもりの支援が、法律によって国や自治体の責務と位置づけられることは重要だと考える。法制化の議論を通じて「ひきこもりが決して自己責任や家族の責任でないと啓発されてほしい」と願う。

ひきこもらざるを得ずに苦しむ本人や孤立する家族はいまも増え続けている。社会が向き合う課題だが、増加のスピードに比べて国や行政の取り組みは遅い。外から姿が見えにくく声を上げる人も少ないため、問題が表面化しにくいことが背景にある。

取材を通じて接してきたひきこもり状態の人たちは、人を押しのけて上昇することを潔まなかったり、繊細で感じやすかったりして、生きる苦しさを自ら引き受けてしまうという。「でも、それは弱さではなく、その人の優れた特質でしょう」

一人一人の気持ちに共感できる福祉人材が増えてほしい。人はその存在を認められることで、踏み出す力を得られると考えるからだ。「解決」を目指すのだけが支援ではない。「大切なのは伴走し、つながり続けることです」

「甘え」ではなく「生きるための防御」　誰にでも起きうること 支援促す法律を