

第44号 (12月) 2016年 12月1日	七里ヶ丘子ども若者支援研究所 <b>それが社会参加だ!</b>	住所:鎌倉市七里ヶ浜東2-31-12 連絡先:090-7212-4055 Email:qq5656r9@happytown.ocn.ne.jp 編集長新舛秀浩 発行責任者滝田衛
---------------------------------	------------------------------------	--

～27日(日)午後第1回「ひきこもる深層について語り合ひましょう」を終えて～

## 外へ出ることの意味 ひきこもる心と社会背景

涌井貴暁



当日は私の話を聞きに来てくださりありがとうございます。少しでも皆さんの力になればと思っております。

私も今回改めて、ひきこもる深層について子どもの頃からの自分を振り返り考えてみました。ひきこもってしまった根っこみたいなものは「子ども時代から知らず知らずのうちに作られていたのでは?」と思ったからです。

私の場合、子どもの頃から自己肯定感が低く、そこからくる周りの目、つまり周りの人の自分への評価がいつも気になっていたように感じます。なので周りからの評価が高くみられるであろう自分を作り、それを演じて毎日を過ごしていたのでしょ

う。もちろん親(上司の様な存在)の前でも。常にビクビクしながら、本当の自分を必死に隠していました。本当の自分とはとにかく暗くて陰気、そんな自分が大嫌いだったので、みんなの前でワザと面白く転んでみたりして笑いを取り、心の安定を保っていました。しかし大人になり、転職など人生の大きな壁にぶつかり、今まで隠し続けてきた“暗くて陰気な”自分が、マグマのように一気に噴き出したのでした。私の自己肯定感は一気に下がり、人の目が極端に気になり、人と会うことが怖くなってしまいました。自己肯定感の極端な低さ、これがひきこもるポイントではないかと思えます。自己肯定感の低さは親子関係が作り出していたと考えています。

第2回「ひきこもり、親子関係を話し合ひましょう」(12月11日)へ続きます。

### コラム風

涌井さん(38歳ひきこもり当事者)の4回連続講座が始まった。親御さん6人、同世代&当事者5人、応援団3人がひきこもり体験に耳を傾けた。「少し前までは、昔の“おどけて明るく見せる”自分に戻ろうとしていた。今はひきこもり経験の自分が好き。前の自分には戻りたくない」と語り始め、高卒後就職・転職、自



死未遂の後「死」と向き合い25歳からひきこもった苦闘を吐露した。理由は自分にも親にも分からない。ようやく何かに縛られ、自分と戦っている自分に気づく。

外に出ることを通して自己肯定感のなかった自分を知り「優しい自分が好きだ!」と言える自分に再会。参加者から「外(自然 人との出会い)に出ることに共感」「自己肯定感ではなく自己受容が大切と思う」と声をもらい、「ひきこもりを通して自分を発見できラッキー、ひきこもり続けることは“もったいない”」との結語で終了。迷い悩み立ち止まる、極めて人間的な行動。自分と向き合い「自分らしい生き方って何だろう?」と深く問う＝深層に直面する。この素直で優しい行為を「ひきこもり」と排除する社会制度の罪、市民社会を改めたい。(滝田衛)

## 11月20日応援団会議 涌井 & 龍崎さんの事業といじめ問題議論！

涌井貴暁さんの講演会、龍崎明信さんの夢中を写真で応援する写真集のプレゼンから会議が始まりました。川辺悟史さんは市の障がい者祭りでボランティア、川辺順子さんは映画「聲の形」から負の感情がいじめ加害者を生み出すことと子育てに余裕をもちたいと。村上ハルさんは福島生まれ、横浜に転向したいじめ問題にふれ、涌井さんもいじめとは大人の問題であると。龍崎さんは選択をせず責任を取ろうとせず何もできない現状に憂い、島根さんはお孫さんが



が自転車事故後に息子(孫の父)が「自分と向き合うチャンス」の一言に感動。何と、島根お孫さんが龍崎さんの知り合い！ 安川有里さんは地球環境を考えてもらう原点の取り組みへ、初参加の橋本由美子さんはカナダ留学支援のピンチをチャンスへ。新舛は会員の伊藤さんに誘われみんなの運動会へ(下記)、滝田さんは「いじめ不登校解決市民サミット」具体を最終提案。次回は12月18日(日)です！(新舛秀浩)

それぞれの風

## みんなちがってみんないい運動会

11月12日逗子アリーナで行われた逗子市スポーツの祭典2016イベント、誰でも参加できるよ！「みんなの運動会」に行ってきました。ラジオ体操から始まり、障害物競争、パン食い競争、玉入れ、誰もが親しみやすいプログラムでした。皆、懸命に競争し、笑顔で楽しく参加していました。男女別、年齢別、障がいの有無によって参加者がエントリー、競技は行われていました。

印象的だったのは車イスレース。スタッフの人が懸命に車いすを押す姿は、素敵だと思いました。もしかしたら、障がいの有無に関わらず皆が車いすに乗り、車いす体験をしながら競争できたら、より楽しめたのではないかと思います。

日常的には、障がいのある方と接する機会が少ないのです。障がい者を差別するつもりはなくても、普段接していないことから戸惑い、結果、差別的に接してしまうことがしばしばあると思います。しかしこの運動会では、子どもとの接し方、高齢者とのかかわり方、障がい者との向き合い方について、言葉を越えた何かがあったような気がしました。

もちろん言葉で議論し理解することも大事でしょう。しかし、この運動会に参加する、ただそれだけで「みんなちがってみんないい」を、肌で感じる事ができました。このような場が「日常にあればいいな！」と思えた運動会でした。開催するまで様々な人や団体が準備し、多くのボランティアの人々が汗を流され、そんな力があってこそこのイベントと感じました。(新舛秀浩)



【ご参加ください】  
 応援団会議・作業は横須賀・市民サポートセンターで行います。  
 誰でも参加できます。途中参加・中座歓迎です。

12月研究所開設日程 相談時間10時～16時 土日訪問はご相談

4日(土)	ファミリーホーム講演会	12日(月)	相談室
5日(月)	相談室	13日(火)	他事業
6日(火)	他事業	15日(木)	フリーラウンジ
8日(木)	フリーラウンジ	18日(日)	応援団会議 ※忘年会のようなもの
9日(金)	他事業	20日(火)	他事業
11日(日)	ひきこもり講演会②	27日(火)	発送作業日 pm2時～