

若者を孤立させない 地域の人と人のつながり



あべ かなえ
阿部 華奈絵 さん

社会的養護退所後ガイドブック作成委員会「ゆでたまご」代表

日本国内にある612か所の児童養護施設には、約2万4500人の子どもが施設で暮らしている（令和2年3月末現在）。しかし、社会的養護施設退所後は、相談できる人が限られ、当事者が孤立してしまうことも少なくない。今回、施設退所後の若者支援を目的にガイドブック「ゆでたまご」を制作、公開する任意団体代表の阿部華奈絵さんにお話を伺いました。

（インタビューア：町 亞聖（まち あせい）：日本テレビアナウンサー、同報道局記者、キャスターを経て、フリーに。医療と介護を生涯のテーマに取材、啓発活動を続けている。）

町 地域活動を積極的にされていますが、その原点となったご自身の経験を教えてください。

阿部 小学校低学年の時から親から虐待を受けていました。いわゆるステップファミリーだったので、母親が再婚して義父の実の子どもが生まれてから私が邪魔になったのか殴る蹴るの暴力が始まり、中学3年で施設に保護されるまで続きました。ただ当時、私自身はそれが虐待だとは思っていませんでした。最初の頃は痛いし嫌でしたが、何年も続くと当たり前になってしまっただけです。

町 私も18歳の時に「ヤングゲアラー」の当事者になった時、やはり当たり前だと思っていました。

阿部 子どもは感覚として「何か違う」と思っているけど、それをうまく言葉にすることができません。例えば私の場合は朝のゴミ捨てで当番だった時に、小学生なのでつい起きられなくて忘れたりすると、「何でそんなこともできないんだ」と叱責され、自分の部屋にごみを置かれたり、ごみと一緒にベランダに放り出されたり…。一生忘れられないのは「おまえは社会のごみだ」という義父の言葉でした。

町 親が子どもにかける言葉ではないですね。

阿部 華奈絵 さん

高校3年間を児童養護施設で生活。そこでさまざまな事情を抱えた同世代と出会い、社会が抱える問題に関心をもち始める。2018（平成30）年、児童養護施設から自立する若者をサポートする任意団体「ゆでたまご」を立ち上げ、訪問介護や行政書士事務所におけるアシスタントなどを兼務しながら、活動を続けている。将来の夢は「近所のおばちゃん」。

阿部 否定され続けると「自分は人に迷惑をかけている」という思いに囚われて、どんどん自己肯定感が無くなっていきました。

●究極の選択

町 声をかけてくれる大人はいなかったのでしょうか。

阿部 小学校低学年の時に家を出したのですが、夜寝る場所がなく近くの家を助けを求めたらすぐに警察が来て、私の話を聞く前に「親を心配させちゃ駄目だよ」と言われてしまいました。この時に、私が嫌だと思って抜け出したことはわがままなのかもしれないと思ってしまいました。

町 安心できない家に戻されてしまうのは嫌ですね。そんな中で同級生が気付いてくれたそうですね。

阿部 挨拶をする程度で仲が良いわけではなかったのですが、同級生が偶然「顔どうしたの？」と尋ねてくれたんです。顔に大きな絆創膏を貼っていたのですが他の人は誰も何も言わなくて。恐らくその子は観察力があって気にかけてくれたのだと思います。「絶対にそれは転んだ傷じゃないから本当のことを言って」と学校の先生に話してくれて児童相談所につながりました。その数時間後には校

長室で「家に帰るか帰らないのか自分で決めて」と究極の選択を迫られました。

町 中学生でそんな選択を迫られるとは…。

阿部 親に知られたら殺されるかもしれない。まずは自分の身を守るために、家には帰らないと伝えました。「二度と家族には会えないかもしれないよ」と言われましたがすぐに決断しました。

町 その後はどうなりましたか。

阿部 一時保護されると学校に通えなくなるケースがほとんどなのですが、私の場合は里親の元で中学卒業まで暮らした後に児童養護施設に行きました。ですので無事に高校受験もできました。

町 保護されるのは遅かったけれど絶妙なタイミングだったと。施設での暮らしはどうでしたか。

阿部 私にとっては天国でした。毎日自分のタイミングでお風呂に入れますし、以前は歯磨き粉やトイレットペーパーなどの「消費が早いのはお前のせいだ」と言われ、常に怯えながら暮らしていて…。暴力を振るわれないことが驚きでした。

町 理不尽な言いがかりですね。

阿部 「勉強をしても意味がないから弟と妹の面倒を見る」と言われて勉強も禁止されていました。

た。そんな状況から解放されてやりたい環境だったのでですが、逆に「これ以上わがままは言えないな」と。

町 贅沢だと感じてしまった。

●ゆでたまご

阿部 大学進学のためにバイトで100万円貯めました。しかし、家賃や生活費はどうするのかと、周囲に反対された時に強く押し切ることができませんでした。

町 進学するにはどうすべきかを一緒に考えて欲しかったですね。

阿部 「働いてから進学を考えたら」と勧められましたが、最初の就職先は長時間労働が当たり前で、とても勉強できるような環境ではありませんでした。

町 我が家も弟が経済的理由で進学を断念しているのですが、働きながら受験の準備をするのは簡単なことではないですよ。

阿部 社会課題の構造はどれも似ています。閉鎖的な空間で特定の人とだけ関わる環境が感覚を麻痺させ、長時間労働や児童虐待が起きてしまうのだと思います。

町 おかしいと思っただけでも、おかしいと言えなくなりますね。

阿部 だからこそ「社会課題は人とのつながりで解決できる」と私は考えています。19歳の時に取

り組んだのが児童養護施設や里親家庭から巣立つ若者のためのガイドブック「ゆでたまご」*1の作成です。そもそも施設出身の子どもたちは自立するために必要な情報を知らないので選択肢がありません。ネット社会だから情報は簡単に手に入ると思うかもしれませんが、だからこそ安全かどうかも含めて自分で調べる力が必要です。

町 このガイドブックで一番伝えたいことはなんでしょうか。

阿部 選択肢があるということ、もうひとつは施設出身であることに縛られず色々な生き方があるということですね。施設での暮らしは私の人生のほんの一部でしかなく、「施設出身の阿部さん」ではなく「阿部華奈絵」なんです。メディアでは施設出身の若者が「過酷な人生を乗り越えて社長に」といった極端な事例やネガティブなケースを取り上げがちですが、ガイドブックではごく普通のロールモデルを紹介しています。

町 こだわった点は。

阿部 さまざまな支援団体や相談先を掲載しており、民間団体に関しては自分たちがリアルにつながっていることを条件にしたので、自信を持って紹介できます。

町 ガイドブックを広めるためにどんなことを。

阿部 当事者に直接届けられたら良かったのですが、まずは児童養護施設のコーディネーターを中心に、都内の全施設に配布して里親さんにもお渡ししました。施設の職員さんたちは、忙し過ぎて子どもたちに情報を届けられていない。また子どもたちを保護している立場ですので、知らない団体は紹介できずにいます。その壁をどうやったら壊せるかというところ、やはり大切なのは「信頼」と「安心」です。当事者による発行というところで信頼していただき、かつ営利目的ではないので受け入れてもらえたのだと思います。

●制度が整っても：

町 改正「児童福祉法」*2が、来年4月に施行されます。

阿部 これまでは児童養護施設にいられるのは原則18歳（最長22歳）まででしたが、この年齢制限が無くなります。18歳になったから一人で生きていけと言われても容易ではなく、仕事が続かず生活に困窮することが問題となつていきます。自立するための準備期間がもう少しあればと思います。現場の施設長に聞くと、制度が進み過ぎて体制が整っていないという心配の声が上がっています。

町 そもそも22歳まで施設で暮

らせている人も少ないのでは。

阿部 進学しても施設にそのまま残れるケースは稀です。22歳までの延長を行っている施設はほんの少数で、年齢制限撤廃が本当に実現可能なのか疑問です。虐待件数も増え、一時保護施設も児童養護施設もいっぱいなのに。

町 保護される子どもが増えれば職員の負担も大きくなりますね。**阿部** 子どもを見守りながら勉強を教えたり運動をしたり、ご飯も作りますし何でもやるんです。さらに子どもからの相談を受けたり業務報告も行う。そんな施設の職員さんが余裕を持って安心して働けるようにサポートする環境や仕組みが不可欠です。

町 職員さんに余裕がなければ子どもに影響してしまいますね。

阿部 職員だけではなく全ての大人に当てはまりますが、子どもに対して「何かあったら相談してね」と言っている大人が誰かに相談もできていないのではと思います。私は自分の悩みを色々な人に相談するようにしています。

町 私もあまり人を頼れない性分なので反省です。

●継続的支援と人のつながり

阿部 施設職員の離職率はかなり高く、継続的に子どもを支援す

* 1) ゆでたまごガイドブック

<https://yudetamago-up.jimdofree.com/ゆでたまごガイドブックこちら>

* 2) 厚生労働省「令和4年6月に成立した改正児童福祉法について」

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kodomo/kodomo_kosodate/jidouhukushihou_kaisei.html

ることが難しくなります。児童養護施設にいる子どもは生まれた時から成長を見守る大人がほとんどいない状況に置かれています。

町 途切れ途切れになっていると。

阿部 私は「ぶつ切り支援」と呼んでいます。一番大切なことは施設出身か否かに関わらず、細く長く関わり続けてくれる親以外の特定の大人の存在が、結果的に心の支えになると思います。

町 そう言えば私と弟、妹を見守ってくれたのは母の親友の「山田のおばちゃん」でした。でも現実的には施設に居ながら地域の人とつながることは難しいのでは。

阿部 守られているからこそ厳しいです。施設職員とは連絡先の交換もできません。一番頼られて相談先でもあるはずの施設ですが、私も退所した後に施設に遊びに行こうと思つて電話をしたら「入つて良いか分からないから会議で確認するから待つて」と言われました。一般家庭では子どもが家に帰つてくるのに会議しませんよね。

町 帰りたいけれど帰れないということですね。施設を出た後の大きな問題は何でしょう。

阿部 「孤立」です。私にとって良い環境から18歳で突然一人になったのが一番しんどかった。人

とのつながりができたからこそ「本当に自分は頼る人がいない」と孤独感が大きくなりました。誰かと会っていても常に虚しさや耐えられない苦しさがありました。

町 それ現在の様々な活動につながっているのでしょうか。

阿部 孤独死しないためにはつながりがあった方が良いと思います。イベントや勉強会に通い必死に動き回っていました。なかなか孤独感は消えませんでした。ですがある日夜空を眺めていた時、私もこの満月のように心が満たされていると感じたんです。一人でいても孤独を感じなくなつた理由は何か。広く浅くでもいいから色々な人たちと出会い、関係性を構築できているのが大きいと思います。

町 人とのつながりに救われた。

阿部 18歳までの私をずっと見てきた大人はほとんどいませんが、18歳以降の方が人生は長いですよ。そこから色々な人とつながつておけば長い付き合いになると思つたんです。自分にとって安心できる存在が増えることで必然的に孤独感がなくなりました。

町 それぞれの活動の共通点は。

阿部 実は私は小学校の時から授業中に椅子に座っていられない子どもでした。また一つのこと、過集中になる傾向があつて、それ

が最初に就職した会社での長時間労働にもつながってしまったのだと思います。こんな自分を雇ってくれる職場なんて他にないから、身を削つて働きますみたいな思考になつていました。今は「一緒に何ができるかを考えましょう」と言ってくれる職場で働きたいと思つています。デイサービスや訪問介護の仕事もしていますが、行政書士事務所のアシスタントをしながら行政書士の資格取得の勉強もしています。

町 さらにボランティア活動も。

阿部 近いうちに世代を超えた人たちと焚き火イベントを、三鷹（東京）で開催する予定です。また勉強会などで話し合ったことを文字やイラストを使って記録する「グラフィックレコーディング」もやつていてたまに講座で教えています。あと小中学校に通う子どもたちへのICT支援*3も行つています。

町 忙しい中で行政書士を目指す理由は何か。

阿部 ブラックな職場や詐欺に遭う経験をしました。法律を知つていけば自分を、そして他の誰かを守るができます。さまざまな事情を抱えた人たちを徹底的にフォローすれば必ず世の中は良くなる。私は思っています。

* 3) 小中学校を訪問し、児童・生徒が一人1台所持するタブレット端末を使い、ICT（Information and Communications Technology = 情報通信技術）を活用した授業のサポートのこと。

町 その姿は同じ境遇の子どもの
たちの勇気につながっているの
は。

阿部 実は私がこうして話が
きているのは、自分の経験を発信
していた先輩のおかげなんです。
自分の考えを言ってもいい、進学
できることなどを教えてもらいま
した。それが「ゆでたまご」を始
めるきっかけにもなりました。

町 知ることは全ての人にとっ
て大切ですね。

阿部 そもそも、私が保護され
る前も、施設を出て自立した後も
私は地域で暮らしています。だか
らこそ地域の人たちの理解やフォ
ローは必要不可欠です。

町 「地域」がキーワードです
ね。
阿部 三鷹では、学校と地域住
民などが力を合わせて学校の運営
に取り組むコミュニティ・スクー
ル（学校運営協議会制度）の委員
活動が活発なのですが、この委員
さんが先述の焚き火イベントを中
学校とつないでくれて、授業の一
環として校庭でやることができま
した。

町 施設と地域との橋渡し役
が居てくれると良いですね。

阿部 学校と児童養護施設は閉
鎖的な構造がよく似ています。地
域には実はユニークな人たちがた

くさんいるけれど上手くつなげ
ていません。CS委員さんのよう
に地域と施設を出入りできる立場
の人がいてくれたら心強いです。

町 何かしたいと思っている大
人はどうしたらいいでしょうか。

阿部 「とりあえず」飯行こう
これが私が今までに一番嬉しかつ
た声かけです。「何かあったら相
談して」では究極に悩んだ末に取
り返しのつかないことになってい
ることもあります。普段から話し
やすい関係ができていたらと思
います。

●夢の力

町 若い人たちにメッセージを
お願いします。

阿部 ぜひ夢を叶えている人に
会いに行ってみてほしい。夢を叶えた
人は「大変だよ」と言うかもしれ
ませんが、誰かの夢を「そんなの
無理」とは言わないと思うん
ですよ。

町 私が母の介護を続けられた
のはアナウンサーになる夢を諦め
なかったからです。夢の力は大き
いと実感している一人です。

阿部 地域のネットワークを持
つ人がいると「こんな人がいる
よ」と子どもと大人をつなげるこ
とで、夢を叶える手伝いができる

のではないのでしょうか。

町 ちなみに華奈絵さんの叶え
たい夢はなんですか。

阿部 「無人島事業」です。ず
っとアウトドアに関わって自然の
良さを伝えたいと思っていました。
町 焚き火のイベントともつな
がっているんですね。

阿部 まずは行政書士の試験に
合格できるように頑張ります。そ
していつか自分の夢を叶えて、さ
らに周りにいる人たちの夢も叶っ
ていたら最高です。



●社会的養護退所後ガイドブック 作成委員会「ゆでたまご」

[https://yudetamago-up.
jimdofree.com/](https://yudetamago-up.jimdofree.com/)



※後記 実は華奈絵さんと私は「ゆでたまごガイドブック」の内容を更新してデータで届けようという新たな活動を今一緒にしています。「お節介なおばちゃん」を目指している彼女に肩書を聴くと「町の不便屋です」とのこと。なぜなら不便な状況の中では人はつながらざるを得ないから。焚き火もその仕掛けの一つです。「誰もが夢を見ていい」ということを教えてくれている華奈絵さん。夢が叶うように私も応援していきます。