

被災地見守り支援事業

第5章

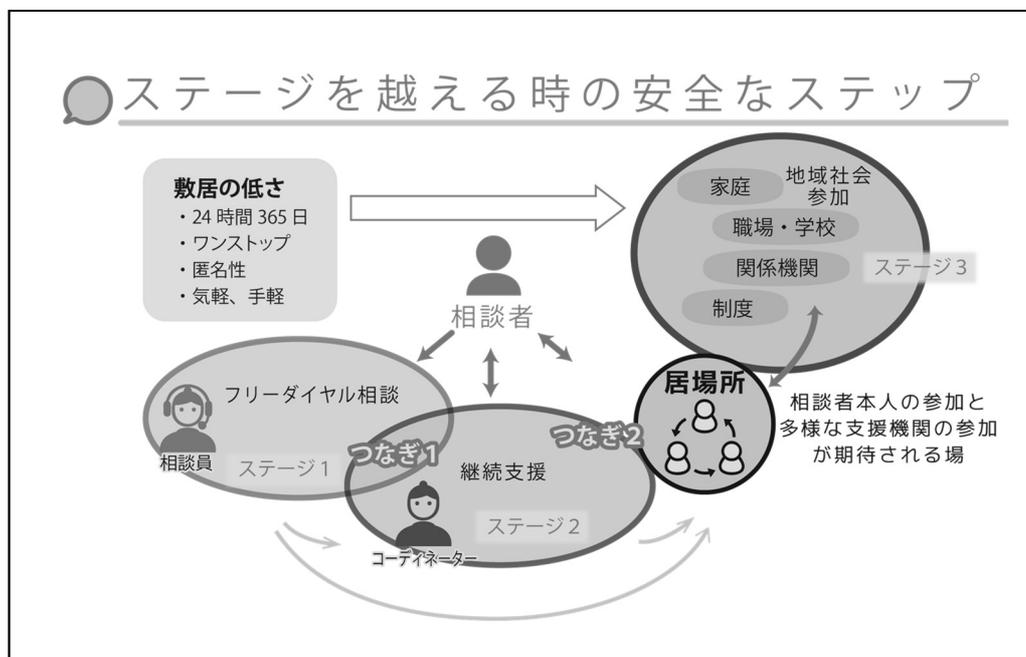
被災地見守り支援事業

【事業概要】

フリーダイヤルの相談から継続支援に移行した相談者が、すぐには地域社会につながらない場合も多い。そのような場合、電話や面談による継続支援とともにフォローアップの場として居場所が必要とされる。特に避難生活の長期化、災害公営住宅への転居、集会所の閉鎖等によって居場所の必要性が高い被災地3県では、電話相談に合わせて、平成28年度より、居場所事業を展開してきた。

よりそいホットラインの居場所とは？

よりそいホットラインにおける支援の仕組みは「3つのステージによる支援（平成 26 年度報告書 P. 26）」と整理されている。ステージ1は、相談の入り口であるフリーダイヤル、ステージ2は継続支援、ステージ3は地域社会にあたる。



ステージ1にあたるフリーダイヤル相談の大きな特徴のひとつに匿名性が挙げられる。誰にも言えなかった悩み＝誰にも理解されないと感じている悩みに相談員は耳を傾けながら、それに至る背景や経験に理解に努め、課題解決に向けて共に考え、時には助言等を行う。誰にも言えなかった悩みを理解されることが相談者にとって人とつながる大きなきっかけとなる。さらに継続的な支援が必要な場合は、相談者と合意形成した上で、匿名を解除してステージ2へ移行を進め、コーディネーターと相談を進めることになる。ステージ2は、フリーダイヤルの限られた時間では難しい多面的なアセスメントや人間関係を構築する。また、折り返し電話や同行、面談等を行い、相談者がステージ3へ進むプロセスに一定期間よりそうのである。

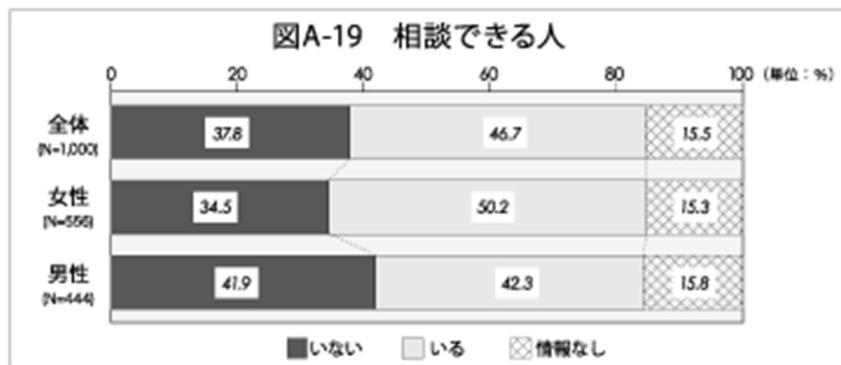
匿名性の意味

前述の様に、よりそいホットラインの重要な特徴として、匿名が保障され、個人が特定されることなく相談できることが挙げられるが、相談者の多くは、これまで周囲から理解されず、幾度も排除を経験している。電話をかけ悩みを打ち明ける場合、理解してもらえないかどうか分からないという大きな不安を抱えながら気持ちを吐露する。病気や障がい、失業や家族不和、人間関係の悩み、暴力被害などの悩みは、周囲に話すことで、受け止めてもらえる場合もあるが、逆に責められる、諭されることで、より精神的な負担を感じることも少なくない。中には、希死念慮が強い方や、生活保護を受けていることで、肩身が狭く誰にも悩みを相談できずに孤立している方もいる。よりそいホットラインの相談のインテークは、まずその気持ちを受け止めることから始まるが、理解してもらえたという安心感をベースにじっくり関係構築がなされることから、次のステージに移行するまでに1年以上の期間を要するケースは少なくない。

2. 5ステージの重要性

平成28年度の報告書によると、「相談できる人がいない」と答えた割合は全体の37.8%、特に男性では41.9%と高くなっている。その理由の多くは「孤立」であった。

また、一方「相談できる人がいる」と答えた相談者の半数以上は、“つながっているのは友人や知人、職場の仲間等ではなく、支援者のみ”であった。誰にも相談できず孤立している人、さらには相談できていても支援者としかつながっていない人の割合を足すと、実に全体の6割以上に上っており、実質的な孤立の現実が浮かび上がってくる。



平成28年度報告書 42P より引用

人間関係に大きな不安を抱え、長い間ひととの関わりを持っていない相談者の中には、社会復帰を目指すためにコミュニケーションのリハビリが必要になる時がある。社会生活はよりそいのステージに置き換えるとステージ3にあたり、支援者ではない多様な人々と職場や生活の場面でやり取りすることを意味する。よりそいの居場所は、そのステージ3の手前であるステージ2.5に位置すると言える。社会復帰のプログラムには、SST（ソーシャルスキルトレーニング）等、コミュニケーションに関して訓練するメニューはいくつも存在するが、特別プログラム化されておらず、対象者も限定されていない、日常的な対話や自然な場を通してコミュニケーションの練習ができる機会はなかなか存在しない。よりそいホットラインの相談では、対人面が課題となり、関係機関につなぐことが難しい相談者を社会資源の活用の前に（もしくは社会資源の活用と同時並行で）居場所につなぐことができる。居場所では、参加者同士のピアな交流を通して、人間関係構築するロールプレイの機会となる。

居場所開催実績

岩手センター居場所	54 回	延べ 313 名
仙台みやぎ地域センター居場所	51 回	延べ 376 名
仙台拠点居場所	24 回	延べ 107 名
福島拠点居場所	57 回	延べ 246 名

【居場所拠点の概要】

各居場所の活動内容は、以下のとおりである。「出入り自由・強制しない」といった「受容性」や「主体性」「協働性」に力を置く居場所づくりの特徴が見て取れる。

岩手センター コミュニティスペースつつmeet



環境

借り上げたアパートで定期的を実施

特徴

よりそいホットラインからつながった方や地域で居場所を必要としている方が対象。家庭的な雰囲気を大切にしている。母子など幅広い参加者がいる。スタッフは場づくりを行い、参加者同士が交流したり、支え合う場面が多く見られた。

実施内容

パソコン練習/読書/近況報告/楽器演奏/気持ちの吐き出し/困りごとなんでも相談/社会資源マップ作り/散歩/世代の違う参加者同士の意見交流/ジェンガ・トランプ/子育ての悩み相談/履歴書作成サポート/進学についての相談/児童養護施設退所者対象の住居支援を行っている団体との交流/出張つつmeet（社会福祉協議会とコラボ居場所）/セクシュアルマイノリティの子どもを持つ親の交流会/昼食会/音楽鑑賞/壁飾り作り等

他者との関わりによって自分らしさを回復

障がいを抱えながらも今まで支援等につながる機会もなく、様々な問題を抱えた状態でフリーダイヤルにつながった相談者。フリーダイヤルでは「死ぬことばかり考えていた。」と語る。つつmeetに参加するようになり「ひとり暮らしがしたい」と話し、生活全般に変化が見られた。ひとり暮らしをしている他の参加者の話を興味津々に聞きプライベートなつながりを求めるなど、意思や希望を表現するようにもなった。居場所で他の参加者から多様な価値観や考えに触れることで、刺激を受け、行動する勇気も生まれた。地域活動支援センターに通い始め、恋人も出来、充実した日々を送っている。



つつ meet は家庭的な雰囲気



仙台みやぎ地域センター

環境

仙台みやぎ地域センター・・・仙台市内で随時場所を借り上げて実施

実施場所：星内科小児科、がらくら遊覧船、仙台市シルバーセンター、仙台市秋保ヴィレッジ、仙台市農業園芸センター、仙台市榴岡公園、登米市上沼りんご園等

特徴

就労中だが職場には居場所が無く、休日等に誰かと一緒に何かをしようと言った予定もない孤立状態にある方の為の音楽活動を通じた仲間や役割や出番づくりの場

実施内容

カホンの練習/カラオケや楽器遊びなどをしながらの茶話会/フェスティバル参加/音楽祭に参加/野外活動りんご狩り/仙台市宮城野区パフォーミングアーツ参加/仙台市若林区オータムフェスタ参加/仙台市太白区秋の収穫祭参加/女性団体の野外活動参加/食事をしながら前回の見学会の感想発表

活動を通じた生きる支援

「間違っても大丈夫」との言葉をみやぎピアサポートチーム七夕のメンバーからもらい緊張はしたようだが楽しんで初舞台をかざる。ボランティアで行ったドラムサークルアシスタントでも自ら観客に演奏体験してもらえよう声かけや楽器を手渡す様子があった。Iさんは演奏やボランティアで忙しかったが初めての参加でフィナーレに参加まででき夢のような時間だったと語る。音楽祭終了後皆でみやぎピアサポートチーム七夕の打ち上げに参加し、興奮を分かち合った。



仙台拠点(直接運営)

環境 連携団体の居場所、拠点事務所で実施

特徴 DV家庭で育った子どもや何らかの傷つき体験をした方が集える居場所づくり

実施内容

DV 家庭で転居、シェルターなどを経験したシングルマザーの児童、生徒に対して、夏休みに家族以外に地域とのつながる場、家族以外と過ごす時間を提供/料理を作り、食べながら話せる安心安全な場所を提供/虐待やDV、いじめ、パワハラ、セクハラなどによる傷つきを経験した人が、英会話を勉強するという目的をもって集まり、安全に安心して過ごす時間を提供



仙台コミュニティスペースよりみち HOMEY

放課後ご飯食べよう会

夜ご飯を作って、みんなで楽しく食べませんか??
お料理したり、わいわいお喋りしたり、宿題したり、..
毎月第3火曜日に開催の、自由に楽しく過ごす会です!!

第三回は・・・HOMEYさんとコラボでカレーを作ります!
そのあと、花火!

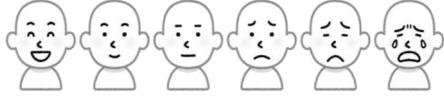
日時 8月15日(火) 17時～20時
※19時から河原で花火を予定
行かない人はよりみちに20時まで居られます

参加費 一般200円 高校生以下100円(花火代は別途)

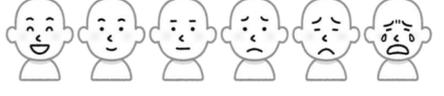
場所 仙台駅から徒歩5分 詳細は予約時

質問
ここに笑っている顔から、泣いている顔まで、順番にならんでいます。
この中から、今のあなたの心の中と一番ちかい顔を一つだけ選んで、○で囲んでください。
今の気持ちは、どんな感じかな?

来たとき



帰るとき



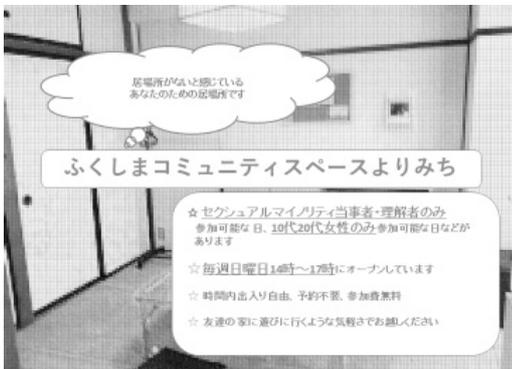
参加児童が来る前と来た後の心の変化を記録するシート

子どもが安心して活動する場

子どもたちの居場所は勉強会と合宿は、子どもたちが主体的に自分のやりたいことを提案し、子どもたち自身で意見を調整しながら進める形をとっている。面前DVや虐待を経験しているので、楽しい子ども時代の思い出作りと自分と相手も尊重する健全なコミュニケーションを意識し、場づくりをしている。元小学校の先生や男子大学生、医療従事者のスタッフが丁寧に対応し、自分を守るワークも取り入れている。学習面では、「ノコギリや金槌を使ったことがないから、夏休みの工作が作れない」との声があり、工具を準備し、使い方からゆっくり教えることもあった。家庭の事情を言わなくても、子どもたちはお互いに自分と同じような環境だとわかっているの、安心して様子が伝わる。合宿では「みんなで夜遅くまで、話をしたのが楽しかった」と感想も聞かれて、学校の友だちとは違った連帯感も生まれている。



福島拠点 よりみち(直接運営)



環境

拠点事務所で定期的実施。また不定期で出張よりみちを展開

特徴

セクシュアルマイノリティラインと若年女性ラインの専門性を生かして以下の様にあえて対象者に限定し、つながりやすくするクローズな場を提供したほか、誰もが来ることができるオープンな場も提供した。

- ・10代20代の方々に居場所を提供する
- ・セクシュアルマイノリティフレンドリーの当事者および理解者に居場所を提供する
- ・よりみちに興味がある人には誰にでも居場所を提供する
- ・戸籍または自認が女性の方限定にし、女性ならではの悩みなどを話しやすい場を提供する
- ・参加者が多い福島大学のそばのコンテナカフェに出張し、「よりみち」の広報をする

実施内容

「よりみちクリスマスパーティー」/セクシュアルマイノリティに関する意見交換会/食べながら、参加者とスタッフが一緒になって話す/お祭りに行く/ハロウィンの飾り付けをする/参加者とスタッフが一緒になって餃子作り/ベランダ菜園の準備/「よりみち NG ワード」をテーマに意見交換会/編み物のワークショップ

主体となつてつくる居場所

セクシュアルマイノリティについての勉強会を開催するため、参加者とスタッフが一緒に勉強会をどう進めるかの話をした。「個人的な話が聞きたい」「用語が知りたい」などの声が出たので、今後毎回何かテーマを設け、進める中で「世間話として恋愛のことをきかれるのが嫌」など、参加者は日ごろ言えないこともここで吐き出せているようだ。

最近毎回参加してくれているKさんは「勉強会、普段気になっていることを聞けたり、自分の考えていることを話せて楽しかった。時間がもっと長い方がいい」と話した。



【居場所参加による変化】

以下の表1、2は、平成29年度中に参加を始め、平成30年3月時点の参加者の変化について、4か所の居場所で計11名のヒアリング等を元に項目別にまとめたものである。

表1は、居場所に通うことによって、フリーダイヤルに電話する回数の変化を表している。HさんやYさんのように、居場所の参加によって孤立感が軽減し、フリーダイヤルへの架電が大幅に減った、もしくは架電しなくなった相談者もいた。バーチャルな電話相談からリアルな居場所へつながることで実質的な社会参加として居場所の意義が見て取れる。

表1 フリーダイヤル架電の変化（回/月）

	参加者名 (仮名)	居場所参加以前	居場所参加以降 (H30年3月末)
1	Hさん	10	3
2	Tさん	2	1
3	Aさん	2	2
4	Dさん	4	1
5	Oさん	4	1
6	Yさん	2	0
7	Wさん	—	—
8	Cさん	—	—
9	Bさん	—	—
10	Kさん	—	—
11	Mさん	—	—

※7～10の参加者はよりみち（福島拠点）のフリーダイヤルではなくSNS等の広報を通じて参加

表2では、居場所を通じて、課題の解決に必要な関係機関とのつながりの変化を表している。特に生活困窮者自立支援窓口等につながり、そこから医療や弁護士につながるケースが多かった。居場所は単に時間を過ごすだけでなく、適切な社会資源につながる、または情報を互いで交換できる機能も有している。児童養護施設で育ち、自立に向かっている若年女性の参加者が、これから働いて一人暮らしをしたいという同世代の参加者に経験や相談先の情報をアドバイスする場面も見られた。

表2 参加者がつながった社会資源数の変化(箇所)

	参加者名 (仮名)	居場所参加以前	居場所参加以降 (H30年3月末)
1	Hさん	1	1
2	Tさん	3	6
3	Aさん	3	4
4	Dさん	3	5
5	Oさん	3	6
6	Yさん	2	4
7	Wさん	1	4
8	Cさん	6	7
9	Bさん	1	3
10	Kさん	2	2
11	Mさん	1	3

表3～6は、平成29年度4月以降に参加を始めた時点と平成30年3月末時点の参加者の変化について、4か所の居場所で計11名のヒアリング等を元に項目別に5段階(設問6のみ3段階)で表したものである。

表3を見ると、居場所に参加するようになってから他の社会参加も概ね増加傾向にある。仕事を始める、地域活動支援センターに通い始める参加者が現れ始めた。他者の変化に刺激を受けて、視野が広がり、力を蓄え一歩踏み出したことが理由として考えられる。一方で、踏み出したものの、うまく行かずに居場所に戻ってくる参加者もいた。

表3 居場所以外での社会参加の変化(箇所)

1. 全く参加しない 2. 数か月に1回程度 3. 月に1度程度 4. 週に2、3回
5. 日常的に活動している

	参加者名 (仮名)	居場所参加以前	居場所参加後 (H30年3月末)
1	Hさん	1	4
2	Tさん	2	4
3	Aさん	2	5
4	Dさん	5	5

5	Oさん	2	5
6	Yさん	3	5
7	Wさん	4	4
8	Cさん	5	5
9	Bさん	5	5
10	Kさん	4	4
11	Mさん	5	5

※7～11 のよりみち（福島拠点）の参加者に関しては、元々社会参加に積極的である方が多く、コミュニティを併用しているため、この項目で変化は見られなかった。

表4からは、頻繁に希死念慮を抱く状態から、居場所でスタッフへ気持ちを吐露し、他の参加者とピアな関係でつながることで、次第に希死念慮が少なくなる様子が見えてくる。

居場所外でも連絡を取る様子も見られ、孤立感、孤独感の軽減が変化の理由と考えられる。

表4 希死念慮の変化

1. 毎日頻繁 2. 数日に1回 3. 週に1程度 4. 月に数回 5. 数か月に1回

	参加者名 (仮名)	居場所参加以前	居場所参加後 (H30年3月末)
1	Hさん	無し	無し
2	Tさん	2	5
3	Aさん	4	5
4	Dさん	5	5
5	Oさん	1	5
6	Yさん	1	5
7	Wさん	無し	無し
8	Cさん	無し	無し
9	Bさん	無し	無し
10	Kさん	不明	不明
11	Mさん	無し	無し

表5、6から、特定のひとにしか関わられなかった方が、他のコミュニティに属する様になったケースが多く、他者には明かせなかった悩みや話題を共有し合える変化が見られた。誰もが来ることができる居場所という文言はよく耳にすることがある。しかし、マイノリティであることによって社会的排除を経験したひとが気軽に足を向ける居場所は非常に少ない。特に専門ラインを有したよりそいホットラインだからこそ創ることができた福島拠点よりみちは、セクシャルマイノリティを対象とすることで居場所に安全性や専門性を確保している。

表5 他者との関わりの変化

1. 全く関われない 2. 特定の1人となら 3. 新たなひとと関わられた
4. 他のコミュニティに参加した 5. 他者との関わりに不安感が薄くなった

	参加者名 (仮名)	居場所参加以前	居場所参加後 (H30年3月末)
1	Hさん	2	4
2	Tさん	2	4
3	Aさん	2	5
4	Dさん	4	5
5	Oさん	2	5
6	Yさん	2	4
7	Wさん	5	5
8	Cさん	4	4
9	Bさん	1	4
10	Kさん	5	5
11	Mさん	1	4

表6 他者には明かせなかった悩みや話題の共有

1. 全く話せない 2. 特定のひとに話せる 3. 居場所で仲間に話すことができた

	参加者名 (仮名)	居場所参加以前	居場所参加後 (H30年3月末)
1	Hさん	2	3
2	Tさん	1	3
3	Aさん	2	3
4	Dさん	2	3
5	Oさん	1	2
6	Yさん	1	2
7	Wさん	3	3
8	Cさん	2	2
9	Bさん	1	2
10	Kさん	2	2
11	Mさん	1	3

居場所の参加者に対する支援の経過や変化を事例として紹介する。

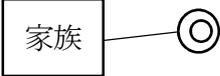
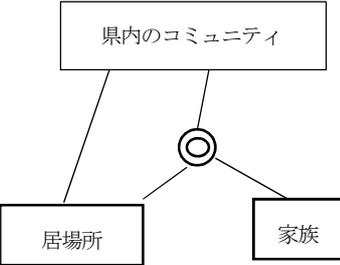
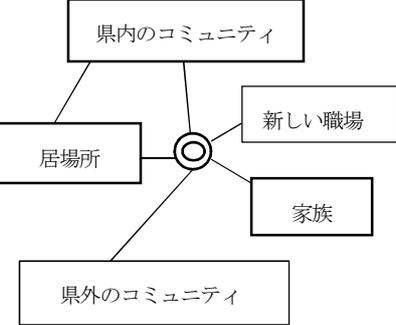
どの事例も自身もつ経験や感覚を生かせる場づくりを意識していることがわかる。電話相談よりもリアルな人間関係を構築し、更にそれだけではなく、参加者同士の間接的なコミュニケーションにも触れることでエンパワーメントが促進されていることが読み取れる。更にエコマップの変化でもわかる様に、居場所に通う様になってから、居場所以外のリアルなつながりが増えていることも重要な点である。尚、すべての事例は個人が特定されないように細部を改編している。

事例1 過去のトラウマ経験や子育ての悩みを居場所で共有

項目	内容	
年代・性別	50 代後半、女性	
特徴的な属性情報	夫のDVで娘を連れて家を出る。精神疾患を患い入院。自傷行為を繰り返す。	
相談内容	娘が高校になってから母子で暮らし始める。娘と生活のペースが合わないと自傷行為が辞められない。私は虐待やDVにあってきた。病気が辛い時のことも思い出されて苦しい。	
支援経過	相談者の過去のトラウマ体験や娘との生活についての悩みを聞いてくれるひとは誰もいないため、継続支援の折り返し電話で相談者の語りを繰り返し聴く。実際に会って話がしたいということで居場所につながった。とにかく否定はせず、アサーティブにスタッフが感じたことは伝えながら関係構築をする。対スタッフだけでなく、参加者との会話からも安心感をもらえている。生活の局面が変わった時には都度報告を受け、情報提供など必要な支援を行った。	
つながりの変化 (エコマップ)		
居場所に参加前	居場所に来始めた頃	現在

※Co・・・よりそいホットラインコーディネーター

事例2 性の悩みや経験が役立つ居場所の意義

項目	内容	
年代・性別	40代 MtF	
特徴的な属性情報	ホルモン治療中、戸籍変更予定	
相談内容	女性として働いていたが、職場で戸籍の性別（男性）について広まってしまい辞めることになった。セクマイの集まりにはそれまで過去に数回行った程度で、働き始めてからはまったく関わっていなかった。周りにも完全に女性として認識されているためセクマイの友人もおらず、自分の性のことで悩んだ時に話せる人がほしい。	
支援経過	よりみちには友人を作りに来ており、コミュニケーション能力も高かったので、居場所のスタッフが介入しすぎず好きに話せるようにした。自分が話すのではなく人の話を聞きすぎているか心配になる時もあったので、人が少ない時にスタッフが様子を見て気持ちを話せる場を作ることもあった。似た悩みを抱える人も多かったので、参加者の前でホルモン治療や性別適合手術について話してもらう機会も作り、10人以上の参加者の前で話したことが本人の自信にもつながった。	
つながりの変化（エコマップ）		
居場所に参加前	居場所に来始めた頃	現在
		

※MtF・・・Male to Female の略。身体的には男性であるが性自認が女性のひとのこと

事例3 変化を生む居場所の活動や関わりの刺激

項目	内容	
年代・性別	30 代前半 女性	
特徴的な属性情報	休職中 コМПレックスが強い	
相談内容	仕事への復帰を望むもこだわり等から折り合いがつけられずにいる。職場・病院（内科や精神科等）・家族の不和に対しても不信感を募らせている。理解者が周りに居らず、よりそいホットラインを居場所とすることで悶々とした気持ちを紛らわせていた。	
支援経過	フリーダイヤルから継続支援による折り返しを繰り返したが、変化がなく、引きこもり人との関わりが無かった為、居場所に誘った。時折、参加者との衝突もあったが、大好きな楽器演奏をきっかけに徐々に元気になってきた。数か月後に仕事が決まり、オシャレをして来所した。その後は数か月に1度の訪問となった。	
つながりの変化（エコマップ）		
居場所に参加前	居場所に来始めた頃	現在

よりそいホットラインが実施する居場所の大きな特徴は、匿名の状態では話せない悩みを相談し、理解された安心感をもって居場所で交流する。しかもひとりではなく、他の参加者にも自分の悩みを聞いてもらい、時には自分が悩みを聞く。よりそいの居場所に通っていたTさん（40代F）は数日に1度希死念慮を抱くほど体調が良くなかったが、現在では数か月に一度、何かあった時だけ希死念慮が浮かぶ程度だという。Tさんは「居場所は、私が支えますよと言われるわけでもないけど、横にいてゆっくりでいいから一緒に行こうと言ってくれている感じがした。社会に出ていく前は不安がいっぱいで、今の自分が社会に出た時のことを考えると、不安なイメージしか浮かばなかった。でもここに通って、他では話しにくいことや色んな話をしていく中で、社会に出ていった時のことをシュミレーション出来たし、その中で社会に出る覚悟を決めることが出来た。諦めずにいることとか、社会に出る為には力がある。それを保つための力がもたらされた場所でした。」と語っている。

相互の関わりを通して人間関係に対する恐怖感や自信の無さを徐々に払拭できるよりそいの居場所は、

匿名の電話相談（第1ステージ）から匿名を解除した相談者に対する継続支援（第2ステージ）を通して、慎重に信頼関係を築いた後の居場所（第2.5ステージ）でリアルな交流につながる。居場所は、よりそいならではの“プロセスによりそい支援”として、地域社会（第3ステージ）に向かう一歩手前で重要な役割を持っていることを意味している。