



# 久喜市人権

編集・発行：久喜市人権擁護相談所 発行日：令和2年1月1日 No.48

## 人権を考える座談会

### テーマ「ひきこもり・不登校について」

## 誰もが安心して暮らせる『地域共生社会』をめざして

久喜市では、すべての人が孤立することなく、役割をもちながら、ともに安心して暮らせる住みやすい社会を目指しています。子ども達や若者をはじめとするすべての人が「自分らしく生きる」ことは大切であり、ひきこもり状態にある方を含む生きづらさを抱えている方々をしっかりと受け止める社会づくりが重要です。

そこで、ひきこもり状態にある方やそのご家族への支援に向けて、民間団体や行政で活躍されている皆様にお話を伺いました。

**司会** 私は、司会を務めます人権擁護委員の益山典子です。早速ですが、久喜市人権相談所の石田所長よりご挨拶をお願いします。

**石田所長** 人権相談所では、毎年様々なテーマで人権座談会を開催しております。本日は、「ひきこもり、不登校について」をテーマに開催いたします。

ひきこもりの状態にある方やそのご家族は、それぞれ異なる経緯や事情を抱えています。生きづらさと孤立の中で日々葛藤されていることに思いを寄せながら、時間をかけて寄り添う支援が必要です。手厚い支援に向けて「ひきこ

もり対策推進事業」の強化も図られていますが、「地域支援センター」の内容等、関係する皆様方のご意見を伺いたいと思います。

**司会** それでは、本日ご出席の皆様からお話をいただきます。初めに、さいたま方法務局久喜支局長の恒川様お願いいたします。

**恒川支局長** 法務省の人権擁護機関（法務局職員・人権擁護委員など）は人権相談所において地域の皆様の悩みごとや心配ごとについて相談に乗り、相談者の自主的な問題解決を援助しております。さらに、人権尊重の啓発活動

を通し、差別や偏見をなくすために取り組んでいます。



恒川支局長

本日のテーマのひきこもりにつきまして、相談が多くなっているのが現状です。ひきこもり状態の方が抱えている問題、それに対する専門の皆様への取り組みにつきまして、市民の皆様が理解が深まることを期待しております。

### ◆出席者及び人権擁護相談所員紹介◆

(敬称略・順不同)

出席者

さいたま方法務局久喜支局長

恒川 浩二

阿部真里子臨床心理オフィス所長

阿部真里子

特定非営利活動法人越谷らるる

埼玉県ひきこもり相談サポートセンター長

鎌倉 賢哉

久喜市適応指導教室室長

鎌田 充子

久喜市人権擁護相談所員(16名)

久喜地区

石田 晴久

益山 典子

金沢 光伸

原 莊子

栗橋地区

原田 政江

板東 恵子

坂田 幸江

鷺宮地区

未須 成子

池田 岩夫

橋本 久雄

松村 孝江

鈴木 大吾

鈴木 実

奈良 政利

中村喜美子

佐々木伸世

(この座談会は、令和元年8月26日に開催されたものです。)

## 「ともに生きる」大切さ

**司会** 特定非営利活動法人越谷らるるご埼玉県ひきこもり相談サポートセンター長の鎌倉

様お願いいたします。

**鎌倉** 「越谷らるる」の活動は、『子どもに寄り添う』『子どもから学ぶ』の視点を大切にしていきます。1つは、学校とちがう子ども達の居場所、フリースクールとしての「りんごの木」。2つ目は、若者の自立を応援する家、自立援助ホームとしての「ゆらい」。3つ目は、20歳以上の人の居場所、「ほっとりんご」。4つ目は、相談や情報提供を行う「ひきこもり相談サポートセンター」の4つの活動に努めています。

そのほか、親の会や講演活動をしていく中で、子ども達や大人の皆様が感じている辛さを共有し、学校や社会の価値観や枠組みにとらわれず、お互いの存在を認め合い、支えながら生きることに、子ども達も大人も「心地良いね」と言えることを大事に『ともに生きる』ことの大切さをみんなで実践していきます。

これらの実践を、広く社会に向けて発信していきたいと思っています。

## 不登校はどの子にも

### 起りえる

**司会** フリースクールのお話

もありましたが、久喜市における教育支援センター「適応指導教室」に關しまして、久喜市適応指導教室室長の鎌田様お願いいたします。

**鎌田** 久喜市には、青葉小学校内、菖蒲総合支所5階、栗橋健康福祉センターくりむ内、鷲宮総合支所4階の4か所に不登校児童生徒のための適応指導教室が設置されています。文部科学省の平成29年度調査では、不登校児童生徒数は、全国で小学生が約3万5000人、中学生が約10万9000人と増加傾向にあります。



鎌田室長

文部科学省は、不登校について「どの子にも起りえること」と捉らえることが必要であると云っています。不登校やひきこもりは、本人や家族にとつて大きな苦しみです。本来あるはずの能力を発揮できないひきこもりの状態は、本人にとつてはもろろん、社会全体にとつても大きな損失なのです。適応指導教室は、様々な要因や背景によって学校に行きた

くても行けない児童生徒が、適応指導教室になら行つてみようか、と思つたとき通う所です。

子ども達は、意欲を持つて自分のやりたいことを見つけた時、動き出すものです。子どもが持っている力や可能性を信じていることが、子育てに大切なことだと思ひます。

## 様々な制約から解放され、自然の中で「心」を鍛える

**司会** 久喜市では、小中学校にスクールカウンセラーが配置され、スクールソーシャルワーカーが巡回しています。関係課には臨床心理士の皆様が、それぞれのお立場で「心」の相談業務に当たつておりますが、専門でいらつしやいます阿部真里子臨床心理オフィス所長の阿部様お願いいたします。

**阿部** 私は、本年度から久喜市保健センターで「不登校・ひきこもりの親の集い」のファシリテーターをさせていただいております。

春日部市に、創業27年目の相談室を構え、臨床心理士、公認心理師、産業カウンセラーの資格を持つカウンセラーが、専門的な

カウンセリングを行つています。総じて、大人も子どももかつては、当たり前前に生活の中で鍛えられていた心や身体が、経済発展や科学技術の進歩により、生活が便利になり、「現実体験の不足」から、大人も子どもも脆弱（ぜいじゃく）に育つようになってしまいました。

そのため、「現実対処能力」が減退し、些細な事柄でもストレスとなり、心身に様々な症状が出るようになりました。そこで、私共では、カウンセリングと並行し「現実性獲得訓練」と称して、自然の中で無理なく少しずつ現実体験を増やしていく試みをしております。

その結果、現実体験を増やしていきますと、様々な症状や問題の解決に大きく役立つことが分かつてきました。

## 行動の全てが、その子が生きていくためのプロセス

**司会** それぞれのお立場から、お話をいただきました。人権擁護委員から質問をお願いいたします。

**人権擁護委員** 「洋服を着ました。ご飯を食べました。鞆の用意できました。あとは、家を

出ただけの状態になつてゐる。：みんなが行く学校、あとは足を踏み出すだけなのに、足が鉛のように重くて動かない。みんなが当たり前前に出来ることを、どうして自分は出来ないの。」我が子の悲痛な相談を母親から受けたことがあります。どのようしたらよいのでしょうか。

**阿部** 精神的にギリギリまで追いつめられたとき、このままいくと心が壊れてしまうので、人間の身体は良く出来ていて、朝起きられないといった症状が起きてきます。極度のプレッシャーを回避しようとするのです。

気が付いたらお昼の1時くらいに目覚めて、「今からでは学校に行けない」、「今日は行くつもりだったのに・・・」と、後悔するが、翌日はまた、朝起きられないという状態が繰り返され、なかには昼夜逆転してしまう事例もあります。

しかし、昼夜逆転にも大事な意味があり、親としては「朝早く起きて登校してほしい」と思うかもしれませんが、心身がまだ十分には回復していないというサインで、決して焦らず、無理をさせないで、十分な休養と少しずつのりハビリにより、心身の回復をゆつくり促していく必要があります。



阿部所長

大切なことは、しっかりと、不登校やひきこもりの現状（問題点）を親子で受け止め、今後「どうなつたらいいか」、「どうなりたいか」をできるだけリアルにイメージしていくことです。はつきりしたイメージが湧かなければ、「今よりも少しましな状態」は何かと、理想や希望を思い浮かべてみると良いです。

### ありのままに受け止めて

**人権擁護委員** ひきこもり状態に関して、もう少し理解をしたいのですが、教えてくださいますか。

**鎌倉** ひきこもりの状態は、様々な要因が背景になって生じます。

昨年度の40歳以上の方の調査では、全国で推計61万3000人との調査結果があり、ひきこもりが長期化、高齢化しているという大変深刻な状況にあります。

厚生労働省では、平成21年

度から、ひきこもりに特化した、第1次相談窓口としての機能を有する「ひきこもり地域支援センター」を全国の都道府県、指定都市に整備を進めています。私共でも、埼玉県から委託を受け、ひきこもりからの第1歩を支援する窓口の役割を担っております。

ひきこもりには、①「往路」と言われ、傷ついた体験等をきっかけに社会的関係（学校や会社）から撤退しようとする時期：頭痛、腹痛、強迫神経症的な症状等心身に様々な症状が出て、自己防衛のため休むようになる時期と、次の②「滞在期」では、社会的な関係がなくなつてから自己治癒をしていく時期：今の自分とありたい自分との折り合いをどうつけるか、自分が自分と関わる時間です。この時期は自分はダメだと思いい、自身の中で葛藤します。そしてこの辛い長い時間が過ぎると③「帰路」と言われ今の自分を受け入れ、再び何かをしようと思う時期が来るというプロセスがあります。

この中で大切なことは、『本人が安心して生活』を送ることが、ひきこもり（不登校も）から復帰するための全ての土台になります。

さらに加えますと、私共でも

大切にしていることですが、同居している家族が（両親はじめ祖父母も）一枚岩になって本人と向き合うことです。ひきこもっている本人の思いや状態を、ありのままに受け止め、否定的に見ないで、課題と一緒に向き合っていくよう努力することです。

**阿部** 相談ではお母さんが一人で悩んでいるケースも多くあります。これまで、仕事の多忙さのために、子どものことをつい母親だけに任せてしまい、今さら、子どもと「どう向き合っているかわからない」と悩んでいるお父さんもいます。

子どもの問題は、お父さんが子どもを理解し、新たな関係を築き、成長を助ける良いチャンスにもなります。専門家の意見を聞きながら、お父さんがお母さんと協力し、子どもがひきこもりから脱した事例もあります。

### 子どもに対する親のあり方関わり方

**人権擁護委員** 私のことを少し、言わせていただきたいと思

います。息子が高校1年の6月、心も体も苦しくて学校へ行けないことがありました。親子で悩みましたが、その経験を通

して、私が気付きましたことは、自分の中に根強い偏見があったということでした。

しっかりと勉強して、良い学校へ行つて、良い大学へ行つて、ある程度の安定した企業へ就職しないと幸せな家庭が築けない。その路線に自分の息子を乗せたい。愛情ではあつたのですけれど、そういう偏見があつたのだと気付いたのです。

自分達は、直接息子にはプレッシャーをかけないようになっていますが、心の中にはそんな価値観がありましたから、息子は敏感に感じ取つていたのでしようね。

高校に行けなくなつてしまつた時に、私の描いていたルールから脱線してしまつたなど、脱線という感覚を私は持つてしまつたのです。

私達親の世代には、学校へ行かないと、もうほかに全くつながらなかつた、画一的なルールしかなかつたので、学校へ行かないことが問題ではなくて、も

うどこにもつながらないということが問題だつたわけですが、それは、脱線ではなかつた筈なのですが、当時の私はそんな風感じていました。

幸い息子の時代には、通信制の大学だとか、フリースクール等、幾つかのルールがありまし

たから、元気を取り戻して、自分からのルールで行こうかという気持ちになれば、進めるなというところが見えたので、良かったと思つています。

先程からお話を伺い改めて、本当にいろいろなルールを伸ばしていつてくれるんだなと心強く思いました。

**鎌倉** その通りだと思つています。良い大学に行つて、良い会社就職するのが子どものしたこととは限りません。そういった子どもに育てた自分に満足したいという親のエゴが優先されることもあるように思つています。



鎌倉センター長

子どもは、自分で自分の道を切り開いていくのです。親は、それを応援して、見守る思いでいてほしいです。

親という存在は、子どもにとっては頼りになる一方で、プレッシャーにもなります。愛情が深いだけに「こう育つて欲しい」、「こうあるべき」という親の思い・願いは、その期待に応えられない場合、子どもは傷つき、苦しみます。

親のよかれは、時として子どもを  
追いつかぬかもしれません。

一方で、親も不安です。見守  
る、応援するといっても、しんど  
い状態の子どもにどう関わってい  
いか、親も悩むと思います。そう  
した際に、ぜひ相談機関や親の会  
などを利用してほしいです。

子どもとの関わりの不安や迷い  
を安心できる第三者に話すこと  
で、少し気持ちが軽くなるかもし  
れません。そうしたつながりを大  
切に長い目で子どもに関わること  
が、現状をよくしていくことにつ  
ながると思います。



市民まつりでの啓発活動

## 必要なのは

### 「周囲の温かなまなざし」

**人権擁護委員** 平成28年に文  
部科学省から、「不登校児童生  
徒への支援の在り方について」  
という通知文が出ました。その

中に、ちよつと堅苦しくなりま  
すが、「不登校とは、多様な要  
因・背景により、結果として不  
登校状態になっているという  
ことであり、その行為を問題行  
動と判断してはならない。不登  
校児童生徒が悪いという根強  
い偏見を払拭し、学校・家庭・  
社会が不登校児童生徒に寄り  
添い、共感的理解と受容の姿勢  
を持つこと。このことが、児童  
生徒の自己肯定感を高めるた  
めにも重要であり、さらには、  
周囲の大人との信頼関係を構  
築していく過程が、社会性や人  
間性の伸長につながり、結果と  
して、児童生徒の社会的自立に  
つながることが期待される」と  
いう内容ですが、少し補足をお  
願いたします。

**鎌田** 平成28年末に教育機会  
確保法が公布され、先ほどの文  
部科学省の通知文も踏まえて、  
平成29年3月末に改訂された  
小中学校の学習指導要領に、初  
めて、不登校児童生徒への配慮  
について記載されました。登校  
という結果のみを目標にする  
のではなく、児童生徒や保護者  
の意思を十分に尊重しつつ、児  
童生徒が自らの進路を主体的  
に捉えて社会的に自立するこ  
とを目指すことが必要とされ、  
不登校に対する理解や対応に  
ついて転換期に立っていること

も言えます。  
「学校へ行けるのが当たり  
前」と決めつけないで、学校だ  
けでなく、適応指導教室はもち  
ろん、地域社会の様々な所を学  
習の場として、社会全体で子ど  
もたちの心の安定とやる気や  
コミュニケーション力の向上  
を図って自立を助けていきま  
しょうということだと思いま  
す。

**司会** 皆様から、大変貴重なご  
意見をいただくことができました。  
恒川支局長、石田所長よ  
り感想をお願いいたします。

**恒川支局長** 大変貴重なお話  
を伺わせていただき、ありがと  
うございました。改めまして、  
ひきこもりの状態にある方や、  
不登校に関する理解を深める  
ことができました。

特に、偏見をなくさなければ  
いけないこと。ひきこもりの現  
状を受け入れ、自分らしく生き  
るために、多様な選択肢の中か  
ら、適切な居場所を求めること  
が大切であることなど、印象深  
い内容でした。

また、人権相談におきまして  
も、専門の機関につなぐことが  
できますので、遠慮なくご利用  
いただきたいと思えます。さら  
に、埼玉県ひきこもり相談セン  
ターでは、秘密厳守で電話相談  
もできますので、ご活用いた

きたいと思えます。

人権擁護機関の啓発活動と  
して、地域の皆様にも、人権に  
対する理解を少しでも深めてい  
ただけますよう、今後もこのよ  
うな機会を設けていきたいと  
思います。



小学校へ人権冊子【種をまこう】を配布した様子

**石田所長** 本日は、皆様方から  
有意義なお話を伺うことがで  
き、私達、人権擁護委員も多方  
面にわたりまして、理解を深め  
ることができました。

どなたにとりましても、安心  
して過ごせる場所や、自らの役  
割を感じられる機会があるこ  
とが、生きていくための基盤に  
なります。ひきこもり状態にあ  
る方やそのご家族にとっても、  
そうした場所や機会を得て、  
日々積み重ねられることが、社  
会とのつながりを回復する道  
になると信じています。

また、不登校状態にある子ど  
も達が、自分の自尊心を削ら  
ないで「こんな自分でもダメ  
じゃない」、「学校以外でも学

## 人権相談・女性相談（無料）

■久喜地区	原則毎月10日	13時15分～16時15分
■菖蒲地区	原則毎月第3水曜日	13時30分～15時30分
■栗橋地区	原則毎月第3木曜日	13時30分～15時30分
■鷲宮地区	原則毎月第4月曜日	9時30分～11時30分
問合せ	市役所人権推進課または 各総合支所総務管理課人権推進係	

※この冊子は62,000部作成し、一部当たりの単価は3円です。