

翔

開局 **40** 周年記念誌

社会福祉法人 福岡いのちの電話



〔表紙〕

書「翔」

平片真弓さん 大野城市在住 現在、春日高校・朝倉東高校書道講師

齋藤紫香先生に師事。読売書道展入選、朝倉市美術展大賞受賞。

教員書作展への出品や個展などを県内各地で開催。

高くどこまでも羽ばたくイメージで「翔」を書きました。

日本画「野ぶどう」

川野正子さん 福岡市在住

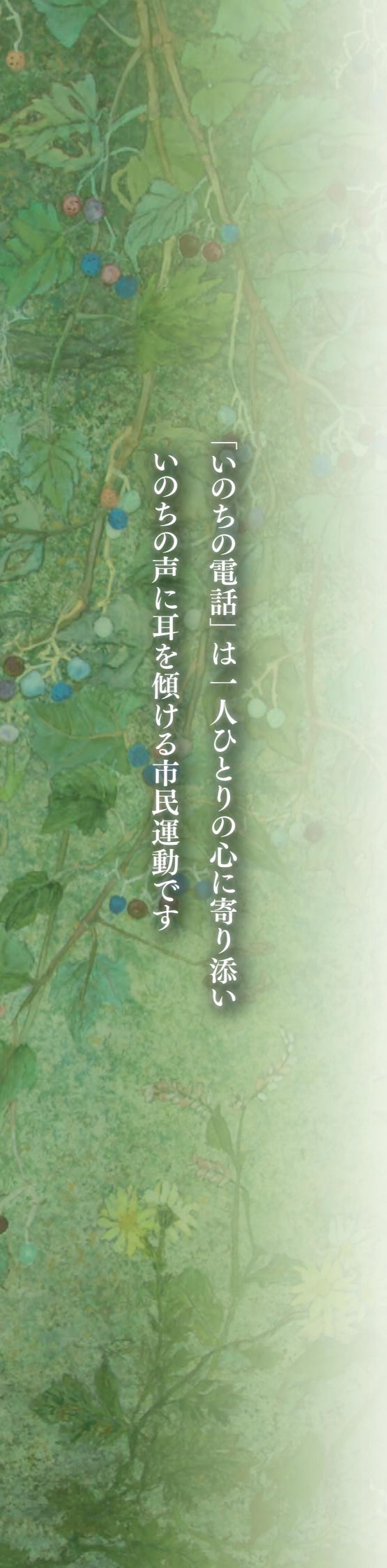
福岡県美術協会 日本画部門正会員



翔

開局 40 周年記念誌

社会福祉法人 福岡いのちの電話



「いのちの電話」は一人ひとりの心に寄り添い
いのちの声に耳を傾ける市民運動です

今日は私たちから、心のゆとりを奪ってしまうほどに激しく変動する狂ったような社会です。豊かな人間関係が失われつつある社会です。打ち明ける相談相手もなく、耐えがたい孤独の中で、解決の糸口も見い出せないまま、苦しんでいる人がどれほどたくさんいるか知れません。

「あの時、だれかに相談しておけばよかった」「あの時、相談さえしてくれたらなあ」こういう経験は誰にでもあります。このように私たちが悩んでいる時や問題を感じている時は、ただ話をするだけで心が軽くなるものです。そのような時、ダイヤルをまわしさえすれば、いつでも話を聞いて相手をしてくれる人が待っていてくれる— 一人で悩み苦しんでいる人のために、少しでも力づけ、苦しみをやわらげてくれる— そのような電話があつたなら、どうでしょう。それは確かに小さな動きかもしれません。しかし、ただ黙って何もしないよりは大きな力になれる— そんな思いが集まって「いのちの電話」が考えされました。

この一文は、1983年、福岡いのちの電話設立委員会がしたためた「設立趣意書」の書き出しだす。翌1984年、今に通じるこの思いは結実し、福岡いのちの電話が開局しました。

「いのちの電話」は源流をたどれば1953年、イギリスのロンドンで始まり、現在100を超える国で活動が展開されています。日本では1971年、東京で始まり、現在全国50センター5,800名以上のボランティアが相談員を務めています。福岡でも24時間365日無休体制で約170名の相談員が電話相談にあたっています。また、インターネットによる相談に応じるなど、通話者の要望に添うよう配慮しています。

さまざまな悩みや不安、危機に直面しながら、身近に相談相手がいない、あるいは知っている人には相談できない、絶望的な状況に追い詰められてしまった、そんな方々のために、相談員が日々、対応させていただいている。生きる力を失いかけたとき、どうぞ、電話をかけてください。相談員は、そのような方の味方です。それが「いのちの電話」の思いです。

「いのちの電話」の特色は

- 名前を言う必要はありません。
- 相談の秘密は必ず守ります。
- お互いの思想、信条、宗教を尊重します。
- 相談は無料です。
- 相談員は研修を修了し、認定を受けたボランティアです。
- いかなる思想、信条、宗教とも無関係です。

〔電話相談〕

092-741-4343

●24時間年中無休(眠らないダイヤル)です

〔インターネット相談〕

<http://netsoudan.inochinodenwa.org>



久保千春
理事長
福岡いのちの電話

現代社会は、自然災害、国際紛争、物価高、少子高齢化、財政難、格差の拡大、経済原理の優先などが進み、政治・経済・社会全体が不安定化しています。近年の大きな出来事の一つが、新型コロナウイルス感染症です。

新型コロナウイルスは、2020年1月15日に国内で初めて感染者が確認されました。その後、多くの命が失われ、2024年8月までに累計13万2000人以上が亡くなりました。そのうち65歳以上の高齢者は約12万6000人で、全体の95.7%を占めています。2023年5月7日には感染症法上の分類が5類へ変更され、行動制限が解除されました。新型コロナウイルスは私たちの経済活動や社会活動に大きな影響を与えました。また、家族間のストレスが蓄積し、DVや虐待などの問題が増加しました。さらに、感染拡大の影響により、自殺者数が増加し、特に若年層の自殺が顕著となりました。

「福岡いのちの電話」は、一般市民のボランティアによる電話相談活動団体として1984年に発足し、2024年10月に40周年を迎えました。多くの方々のボランティア活動や支援によって、節目の年を迎えることができました。現在、約170名のボランティアが年中無休で年間約13,000件余の電話相談、メール相談約50件を受けています。相談内容は、うつ病や統合失調症などの精神疾患、孤独などの人生の悩み、家族関係の問題など多岐にわたります。特に、自殺を考える相談は全体の1割強を占めています。

40周年という大きな節目にあたり、「福岡いのちの電話」のさらなる発展と新たなスタートを目指し、次の方針を掲げました。

- 1) これまでの歩みを振り返り、福岡いのちの電話の意義を再認識する機会とする。
- 2) 福岡いのちの電話の活動を広く内外へ発信する。
- 3) 未来へつながる取り組みを推進する。

この方針のもと、以下の開設40周年記念事業を実施しました。

- 1) 40周年記念式典・祝賀会
- 2) 40周年記念誌の編集
- 3) 記念講演の開催
- 4) 募金活動

このたび、「40周年記念誌」を作成することができました。本記念誌が、「福岡いのちの電話」の歩みを振り返るとともに、今後の活動の参考となることを願っています。

祝 辞

「社会福祉法人福岡いのちの電話」が開局40周年を迎えられましたことを、心からお祝い申し上げます。

「福岡いのちの電話」におかれましては、開局以来長年にわたり、訓練を受けた相談ボランティアの皆さまが、身近につらい思いを相談できる人がなく、一人で悩み苦しんでいる方々のために、電話を通して相談相手となり、共に考え、寄り添う活動を行っておられます。

24時間、年中無休の体制で、年間1万3千件を超える電話相談に応じておられる約170人の相談ボランティアの皆さまや、広報活動などに携わられ、組織を支えておられる約30人の事業ボランティアの皆さまの熱意とご努力に、心から敬意を表します。

警察庁の自殺統計によりますと、本県の自殺者数は平成24年から減少傾向にありましたが、令和2年に増加に転じました。令和5年の自殺者数は951人と増加傾向が続いており、特に20歳未満の自殺者数の増加率が高くなっています。

自殺の多くは、追い込まれた末の死であり、背景には、精神保健上の問題、過労、生活困窮、育児や介護疲れ、いじめや孤独・孤立などさまざまな社会的要因があります。自殺に追い込まれるという危機は、誰にでも起こる可能性があり、社会全体の自殺リスクを低下させることが必要です。

本県では、令和5年に改定した「福岡県自殺対策計画（第2期）」に基づき、「福岡いのちの電話」をはじめとする団体、市町村、関係機関の皆さまと連携を図りながら、若年層向けのSNS相談窓口の設置、自殺未遂者に対する再発防止のための支援、身近な人のうつ病や自殺のサインに気づき適切な対処や専門機関へのつなぎの役割を担う「ゲートキーパー」の養成などに取り組んでいます。

誰も自殺に追い込まれることのない社会を実現するためには、「福岡いのちの電話」の皆さまのご協力が不可欠です。今後とも、本県の自殺対策に、より一層のご支援、ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

結びに、「福岡いのちの電話」の今後ますますのご発展ならびに皆さまのご健勝とご活躍を心から祈念しまして、お祝いの言葉といたします。



福岡県知事
服部 誠太郎

祝　辞



高島 宗一郎
福岡市長

「福岡いのちの電話」が節目となる開局40周年を迎えられましたことを、心よりお慶び申し上げます。

昭和59年の開局以来、40年もの長きにわたり、24時間年中無休で、自殺の問題をはじめ様々な悩みに対する相談を受け続け、多くの方の支えになっていただいたことは非常に尊いものであり、皆さま方のご尽力に深く敬意と感謝を表します。

人口動態統計によりますと、我が国の自殺者数は、平成22年以降、2万人台で推移し、令和元年は1万9,425人まで減少いたしましたが、コロナ禍が始まった令和2年に11年ぶりに前年を上回り、令和5年は2万1,037人となっております。また、福岡市の自殺者数は、平成25年以降、200人台で推移し、令和元年は220人まで減少いたしましたが、全国と同様に、令和2年以降増加傾向にあり、令和5年は280人となっております。

自殺者の減少に向けて、福岡市におきましても、令和5年度に改訂した「福岡市自殺対策総合計画」に基づき、「様々な分野におけるゲートキーパーの養成と支援」、「自殺未遂者支援、自死遺族支援の強化」、「若年層、児童生徒への自殺予防に資する教育の推進」と合わせて、新たに「女性特有の視点を踏まえた自殺対策」を重点的に推進する施策として位置づけ、さらなる自殺対策の推進に取り組み、「誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現」を目指しているところでございます。

この40年間で、家族構成や働き方などライフスタイルは多様化が進み、スマートフォンやSNSの普及によりコミュニケーションの取り方が変化し、人間関係の希薄化も進む中、「福岡いのちの電話」の皆様方は、たゆまぬ努力によって悩める人々の支えになり続けてくださいました。

悩みや不安を抱えた人に寄り添い、生きる希望へとつなげていく相談対応は、大変な努力とご苦労によって培われているものと推察いたしますとともに、皆様方の役割は、今後益々大きなものになると考えております。

今後とも、悩みや不安を抱いている人々の心の支えとなっていただきますようお願い申し上げますとともに、皆様方のご健勝を心から祈念いたしまして、お祝いの言葉とさせていただきます。

祝 辞

福岡いのちの電話の開局40周年を心よりお慶び申し上げます。

福岡いのちの電話は、1984年10月、全国19番目のいのちの電話として開局以来、社会福祉法人として、孤独な人、寂しい人に対して、ボランティアの皆様が1日24時間、眠らぬダイヤル、電話相談を続けてきて下さいました。担当して下さったボランティアの皆様、そのご家族、研修などの協力をしてくれた皆様、資金援助をして下さった皆様、その他、林幹男前理事長、久保千春現理事長を中心とする福岡いのちの電話に關係する皆様方の、この40年のご苦労、ご尽力には計り知れないものがあることでしょう。心より篤くお礼を申し上げるとともに労をねぎらいたいと思います。

皆様と共に活動している全国の日本いのちの電話連盟では、2007年よりの毎月10日自殺予防フリーダイヤル（毎月FD）、ナビダイヤル電話相談に加え、これまで2011年の東日本大震災の際の震災ダイヤル設置（福島の放射能の被害者対象予約制ダイヤルは継続中）、2020年からのコロナウィルスパンデミックの事態では同年6月より午後4～9時の毎日フリーダイヤルを開始（毎日FD、2025年度継続予定）、令和6年1月の能登半島地震でも「予約制ダイヤル」を実施しています。また、昨年度から新しい試みとして、全国50センターの協力を得て、9月10日の自殺予防デーから7日間、2025年3月の1週間、朝8時からの24時間フリーダイヤル相談トライアルを試行しています（9月度は架電約27,000件、約7,000件の相談、1日1,000件の相談！2025年度継続予定）。その他、インターネット相談、自死遺族支援の活動も関わるセンターで行っています。これらの活動に福岡いのちの電話の皆様も参加、ご協力をいただきており、大変ありがとうございます、40周年のお祝いと共に感謝する次第です。

福岡いのちの電話センターは、ここ数年約13,000件の相談電話（全国は約56万件）を受けて下さり、本年40周年を迎えるました。この40年を支えて来られた皆様に深く感謝いたします。ありがとうございます。私たちの相談活動は、地道な縁の下の力持ち的な目立たない活動ですが、孤独な人たちの隣人として何時でも何でも相談できる電話として、全国のいのちの電話連盟50センターの皆様と共に、これからもよろしくお願ひいたします。



堀
井
茂
男

一般社団法人日本いのちの連盟
理
事
長

祝　辞



道　永　幸　典

福岡いのちの電話後援会会長
西部ガスホールディングス株式会社代表取締役会長

福岡いのちの電話が開局40周年を迎えられましたことを、心よりお慶び申し上げます。40年の長きに亘り、24時間365日一日も休むことなく電話を受け続けてこられたボランティア相談員の皆様、並びにこの活動を支えてこられた役員・事務局の皆様のご苦労とご尽力に対し深く敬意を表します。

さて、新型コロナ感染症の発生から4年を経て、ポストコロナの時代となりました。パンデミックの脅威のなか、私達は様々な対策を講じ何とか耐えることができましたが、その対策が働き方の変化や慣れ親しんだ生活様式の変化につながり、その変化が新たなストレスの発生や戸惑いを生んでいます。

また、地球温暖化の影響と言われる毎年の酷暑や豪雨災害の発生、解決の糸口が見えない国際紛争や戦争などは私たちの経済活動に影響を及ぼし、雇用不安や生活不安により人々のストレスは益々蓄積される結果となっています。

このようななか「福岡いのちの電話」の皆様は「心身の悩みを抱え一人で途方に暮れている人々を少しでも力づけ苦しみを和らげる」との設立時の思いを守り続け、この度開局40周年を迎えられました。

今日では約170名の相談員の皆様が年間約13,000件の相談に対応しており、その中には緊急を要すると思われる内容も1割程含まれているとお聞きしております。またインターネットやSNSでの相談、災害避難者専用ダイヤルの開設等、時代に合わせて新たな取り組みを積極的に実施されています。

その皆様をご支援するため平成6年に設立された「福岡いのちの電話後援会」も本年で32年目を迎えます。これまで長きに亘りご協力を頂いている後援会メンバーの皆様にもこの場をお借りし厚く御礼申し上げます。これまで同様私たち後援会はその設立目的である「福岡いのちの電話」の財政的基盤の安定を目指して、企業・個人へ呼びかけを行い寄付会員の拡大に努めるとともに、チャリティイベント等を実施し積極的に支援してまいります。「福岡いのちの電話」が今後も社会的使命を果たし、ボランティア相談員を始めとする関係者の皆様の活動がますます充実していくことを心より祈念いたしまして祝辞といたします。

40年の歩み



受信統計に見る「福岡いのちの電話」の40年

福岡いのちの電話は、1984年10月に開局し、当初4時間の受付体制でスタートした。その後、同年12月から8時間体制に、1985年9月から12時間体制にそれぞれ延長し、1988年12月から24時間体制に、以後いわゆる「眠らぬダイヤル」として活動を続けてきた。2024年10月に40周年を迎えた。

(1) 受信件数の推移

福岡いのちの電話の受信件数の40年間の推移は、図1のとおり、1988年の24時間体制への移行、1995年の2回線から3回線への電話回線の増設など、相談体制が整うに従って、受信件数が増加し22,000件から25,000件の間の実績が1989年から2006年まで18年間続く。しかし、2004年以降は減少に転じ、最近10年間は13,000件前後で推移している。これまで累計で77万6千件余りとなっている。

これは、主に相談のうけ手である実働相談員の減少、養成者数の伸びが大きな要因の一つとなっていると考えられ（図7参照）、電話相談員の養成が引き続き課題となっている。

また、男女別の推移をみると、発足当初から男性からの電話が多かったが、最近10年間では男女均衡の状態が続いている。なお、2023年から、「かけ手が男でも女でもないと自認している場合や相談員が性別不明とした場合など」は「その他」とすることになっており、2024年は70件がその他となっている。

(2) 自殺傾向のある相談割合の推移

受信件数に占める自殺傾向のある相談割合の40年間の推移は、図2のとおり、2016年まで右肩上がりに増加している。その後、減少に転じたものの10%超で推移しており、また、男女別にみると、圧倒的に女性が多い傾向が続いているなど、いのちの電話の活動が、本来の目的に沿ったものになっていると考えられる。

図1 受信件数の推移

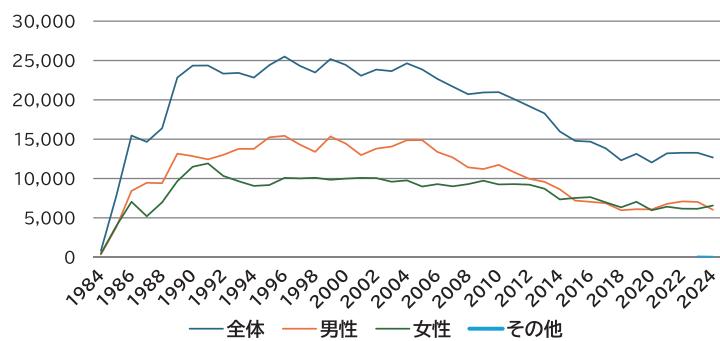
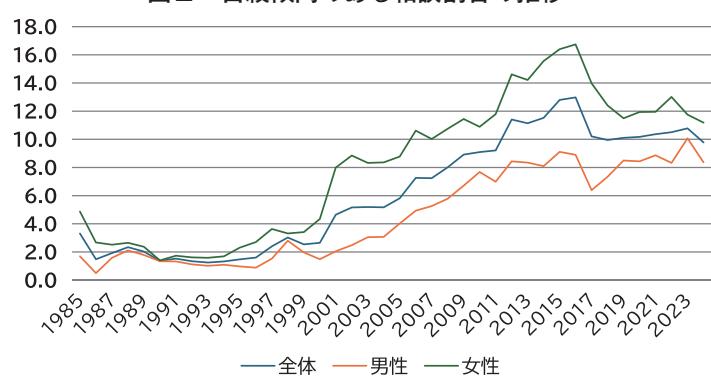


図2 自殺傾向のある相談割合の推移



(3) 年代別に見た受信傾向

年代別の受信件数について、1994年（開設10年目）、2004年（同20年目）、2014年（同30年目）、2024年（同40年目）における変遷を見ると、図3のとおり、10年目、20年間に多かった10代～30代が減少し、最近では40代～60代が増加している。若年層の電話離れの傾向が一因とみられる。

また、自殺傾向のある相談の年代別の変遷について、2004年（20年目）、2014年（30年目）、2024年（40年目）における変遷を見ると、図4のとおり、40～60代の相談が多くなっている傾向を反映して、2024年では50代、40代の順となっている。

(4) 相談分類別の傾向

2012年から相談分類が変更され、人生、思想・人権、職業、経済、家族、夫婦、教育、対人、男女、身体、精神、情報、その他の13分類になった。

相談内容の傾向について3年間隔で男女別にみると次表のとおり、当初から、男女ともに孤独などの「人生」やうつ病などの「精神」が多くなっている。男性では、次いで身体疾患などの「身体」や「その他」が続き、女性では、「家族」や「対人」が多くなっている。なお、2023年から性別に「その他」が追加されており、2024年は70件となっている。

男性

| 年（件数） | 第1位（件数） | 第2位（件数） | 第3位（件数） | 第4位（件数） | 第5位（件数） |
|-----------------|-------------|-------------|--------------|-------------|-------------|
| 2012年 9,969件 | 人生 2,063 | 精神 1,582 | その他 1,550 | 身体 1,197 | 家族 1,009 |
| 2015年 7,202件 | 精神 1,407 | 人生 1,243 | その他 1,035 | 身体 790 | 男女 711 |
| 2018年 5,964件 | 人生 1,116 | 精神 1,056 | 家族 668 | その他 656 | 身体 562 |
| 2021年 6,780件 | 人生 1,454 | 精神 1,194 | その他 919 | 身体 676 | 家族 616 |
| 2024年 6,034件 | 人生 1,330 | 精神 1,102 | 身体 760 | その他 636 | 家族 612 |

図3 年代別受信割合の変遷

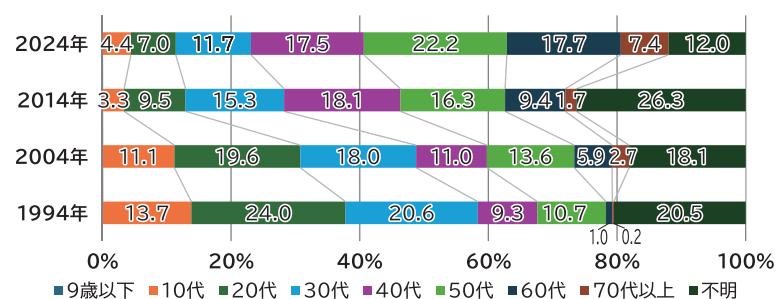
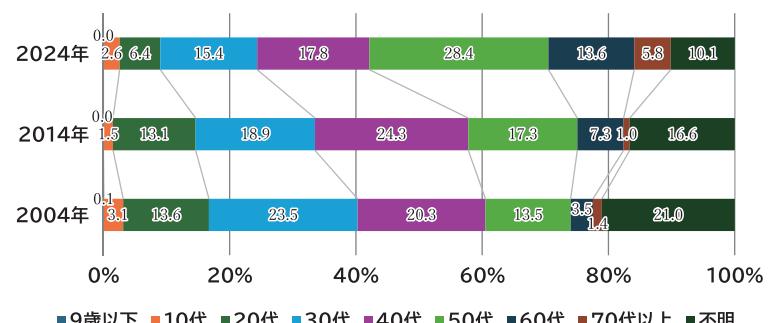


図4 自殺傾向のある相談の年代別変遷



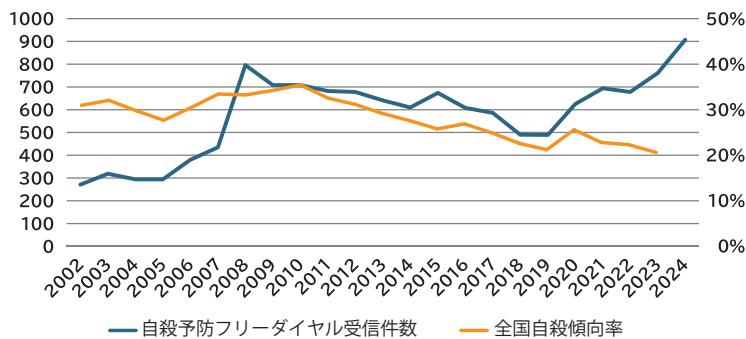
女性

| 年(件数) | 第1位(件数) | 第2位(件数) | 第3位(件数) | 第4位(件数) | 第5位(件数) |
|-----------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-----------|
| 2012年 9,224件 | 精神 1,931 | 人生 1,727 | 家族 1,357 | 対人 1,108 | 男女 744 |
| 2015年 7,536件 | 精神 1,781 | 家族 1,309 | 人生 1,192 | 対人 924 | 身体 511 |
| 2018年 6,364件 | 精神 1,535 | 人生 1,078 | 家族 1,059 | 対人 761 | 身体 409 |
| 2021年 6,417件 | 精神 1,500 | 人生 1,127 | 家族 1,067 | 対人 890 | 身体 477 |
| 2024年 6,571件 | 人生 1,457 | 精神 1,285 | 家族 903 | 対人 877 | 身体 543 |

(5) フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」

厚生労働省の国庫補助事業によるフリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」は、日本いのちの電話連盟主催で2001年12月に始まった。福岡いのちの電話は発足当初から毎月10日に24時間体制での受信を続けている。福岡いのちの電話における受信件数の推移は、図5のとおりとなっている。また、2024年は、9月10日(国際自殺予防デー)からの1週間中で可能な範囲で受信しており、受信件数が増えている。全国の受信件数に占める自殺傾向のある電話の割合は、電話全体(10%程度)よりも2倍以上となっている。

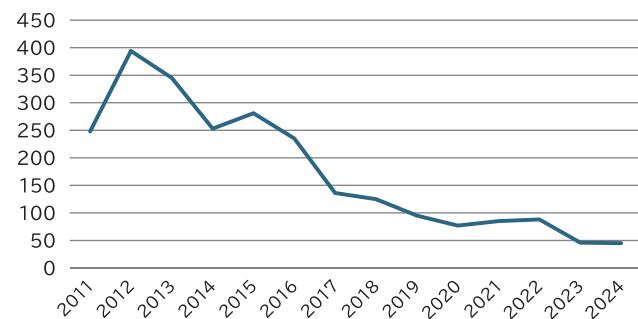
図5 自殺予防フリーダイヤル受信件数・全国自殺傾向受信率の推移



(6) インターネット相談

いのちの電話インターネット相談は、東京いのちの電話で2006年10月から開始され、福岡は2011年4月から参加している。インターネット相談は、2017年10月にシステムが更新され、希望される場合には3回までの継続相談が可能となった。また、2025年4月に電話と同様に一期一会への変更等大幅な改定が計画されており、相談件数の増加が期待される。2023年の相談件数に占める自殺傾向のある相談の割合は36.8%と電話(10%程度)と比較して高くなっている。

図6 インターネット相談受信件数の推移



(7) 相談員の歩み

40年間で養成した相談員の総数は、1,118名に上る。開局当初から10年間は、養成講座を年2回あるいは3回開催しており、毎年30名以上を養成していたが、1995年以降は年1回の講座開設となり現在に至っている。養成数の減少傾向が続き、常態的に20名を下回っており、養成数の増加が喫緊の課題となっている。

一方、実際に電話を受けて相談活動に従事している相談員の実働数をみると、開局5年目の1989年から2007年まで200名台を維持していたが、その後減少傾向となっている。24時間（年中無休）体制を維持するためにも、実働相談員の大幅な増加が必要となっている。

図7 相談員養成数の推移

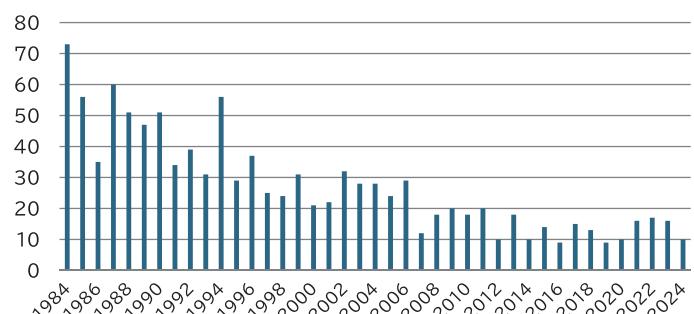
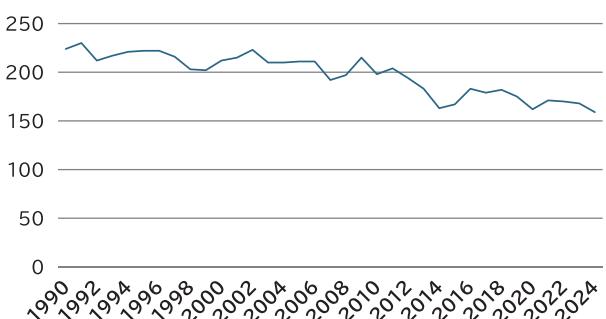


図8 相談員実働数の推移



特別企画

開局40周年記念講演

誰もが助けてもらえる社会に

一般社団法人「若草プロジェクト」代表呼びかけ人 **村木厚子さん**

福岡いのちの電話開局40周年の記念講演会が2024年10月26日、福岡市・天神のレソラホールで開かれました。講師は元厚生労働事務次官で、生きづらさを抱える人々への支援の輪を広げる市民活動に取り組んでいる村木厚子さん。「若草プロジェクトの活動と孤立・孤独」と題して講演されました。村木さんは2009年、郵便不正事件に関与したとして大阪地検に逮捕され、5カ月余り拘留生活を強いられましたが、冤罪だと分かり無罪が確定しました。その時の体験などを踏まえ「困難に陥っても誰もが助けてもらえる社会づくりを」と呼びかけました。講演の要旨を紹介します。

私が拘置所に入れられていた時、毎日3度の食事を運んできてくれたのが、作業服を着た女の子たち。いつもまじめに働く、ほんとにかわいい子たちでしたが、刑務所に入っている子なんです。何の罪を犯したのかというと、最も多いのは薬物、次が売春だそうです。

非常に厳しい状況に置かれた子が薬に逃げ、悪い大人につながってしまい薬漬けにされ、薬を買うお金のために売春に走ったり強制されたり。そこに行き着く前に何とかならないのかと思いました。

それから正月は、簡素でもおせちが食べられる拘置所で過ごしたいと、無錢飲食や万引などの罪を犯す人もいるというのです。刑務所で服役している人のデータを調べてみると、高齢者や知的な障害のあるような人がたくさんいて、中学卒業以下の学歴の人も多い。私たちは刑務所に入れられ

ているのは、悪くて怖くてずる賢いやつなんだろうと思いがちです。私も拘置所で受刑者を見かけると、最初は怖かったんです。でも途中から、全然怖くなり、さまざまなハンディキャップを負った人たち、というイメージが一番近いと感じられるようになりました。そこでそうした人々が早く福祉につながって犯罪に走らなくて済むようになる活動を立ち上げ、もう10年以上になります。

子どもの頃から苦労する人たち

また、犯罪に走ってしまう手前で、子どもの頃から苦労している人がいるという現実が、日本の社会にはけっこうあります。他の多くの子どもと同じような生活ができない、相対的貧困の状態にある子どもは6人から7人に1人、1人親家庭だと2人に1人と言われています。家庭で虐待を受けている子もいて、やがて進学率にも響いてくる。

日本の場合、子どもたちの8割は高校以上の学校に進学しますが、例えば生活保護を受けている家庭の子は約4割、1人親家庭だと親御さんがものすごく頑張っているんですが約6割、親からの虐待などに遭って施設に来た子は3割ほどしか進学できていません。



そこで瀬戸内寂聴先生や少年事件に多く携わった大谷恭子弁護士たちと、特に気になっていた女の子たちの支援に取り組むことにしました。4人の姉妹が性格は全然違ってもそれぞれ自分の道を見つけていく若草物語のようにならいいねと考え、「若草プロジェクト」と名付けました。

街中を夜さまよい歩いたり、家出をしたり、ましてや売春や薬物に手を出すなどとなれば「悪い子」とレッテルを貼られてしまいます。だけど、なぜ、そうせざるを得なくなったのかを勉強してみると、困難に対して1人で闘うしかなかった子なんだ、ということが、よく分かるんです。

「相談してくる子は偉い」

そんな子たちに関わる活動の一つが、若い人とつながりやすいLINE相談です。コロナ禍の時、女性の自殺が増えました。多かったのは主婦と高校生。経済がストップし、ステイホームを強いられたことで、自分では稼げず他に頼るしかない、家庭内のあつれきにさらされているといった、元々あった問題に拍車がかかったと考えられ、この潜在的な課題をどうにかするためにも、相談においでよ、と言わなければならぬと思いました。

ただ、助けが必要な子たちは友達や先生、親には「相談しない」と言うのだそうです。まず、お説教されそうな気がするそうです。それから、ふだんの人間関係が変わってしまうリスクを思ってちゅうちょする。相手が大事な人であればあるほど逆にちゅうちょしてしまう。だから、人間関係でもしろ距離があって、ちょっと斜めの関係で、でも信用できる大人がとても大事ということでした。

取り組む中で、相談ボランティアを務める女子大生が、こんなことを言いました。「相談してくる子は偉い」と。その子らは今の自分の状況があまり良くないと違和感を抱いていて、それを言葉で表現できる。そして、身も知らない相談員にそれを説明した上で最後に助けてくださいと求める。これも勇気が要る。「これが全部できて初め

て相談でしょ」と。相談を受けるということは、それくらい高いハードルを相手に求めるということだと気付かされ、反省しました。

ですので相談ではなく、おしゃべりができる場所を東京の街中に作りました。なんとなく調子が悪いときに行っていい場所だと分かるんじゃないかなと考えて「まちなか保健室」と名付けました。学校の外にある保健室なので、不登校であっても卒業しても訪ねてもらえる場所。

このように、拘置所で見聞きした体験が元になって、自分の中で市民活動が広がっていきました。

自尊の気持ちを取り戻す

さて、巻き込まれた事件で無罪が確定した私は、職場に復帰して携わったのが生活困窮者対策でした。そうした人たちには、いろんな困難が重なって起きていること、社会、人とのつながりが切れているという共通点があることが分かり、刑務所にいた人たちもそうだったんだと思いました。

困っている人を支援しようと思ったとき、一番大事なことは、ご本人が自尊の気持ち、自分を大切だと思える気持ちを取り戻すことだと分かってきました。「どうせ私なんか」と自分に否定的なままだと、いくら支援をしても穴の開いたバケツに外から水を汲んでいるようなもの。その穴になっているものを塞いで、「いや、自分はまだやり直せるかも」「自分にはいろいろハンディがあるけど、支援があれば頑張っていける」「自分は一生懸命やって力尽きただけで、一生懸命やった自分は偉かったんじゃないかな」と自信を取り戻してもらうことが大事。だから上から目線の支援は駄目なんですね。

生活困窮者に自立してもらえるよう支援の仕組みを整える法律をつくる中で、自立とは他人に頼らないことではなく、たくさんのものに頼れるようになることという考えに触れました。最初は内閣法制局が「そんな漠然としたことを法律にする

とか、政策にするとか、あり得ない」と理解してくれませんでした。今では「孤立が困窮の原因になる」と法律に書かれるまで理解が進み、内閣には孤立孤独担当大臣もいるようになりました。

自分はなぜ頑張ったのか

事件の取り調べと裁判を通じて、「自分はなぜ頑張ったのか」を考えれば、社会の中で誰もが助けてもらえるような社会をつくれるかもしれない」と、考えました。

一つ目は、プロの支え。私の場合は担当弁護士でした。いのちの電話のように、職業ではないけれどプロフェッショナルとしての人の力もすごく大きいと思います。

二つ目は、自分を信じてくれる家族や友人など、周りの人とのつながり。

拘置所で、まだ面会ができないときにも弁護士に託して、励ましの手紙をたくさんもらいました。面会所の仕切りのアクリル板に押し付けるようにして見せてくださった色紙には、真ん中に「真実を貫け」と書かれて、友達の名前がいっぱい書かれていました。

三つ目は、苦しい中でも私にはまだ何か役割があると思えるプライド、尊厳です。

逮捕されて5日か6日目だったか、ふと「ここは娘のために頑張らなきゃ」と思ったんです。将来、娘たちが、何かつらいことがあったときに「お母さんも頑張りきれなかったから、私もダメじゃないか」と思うのか、「お母さんはちゃんと頑張り切れたから、私もできるに違いない」と思うのか。その違いは大きいぞ自分の役割を思ったんです。

さらに、人間は励まされたり支えられたりするだけでは元気になれず、逆に人を励ますことができるようになると元気が出ることも知りました。

私が職場復帰して半年後、東日本大震災の被災地、福島に、防災大臣のお供で出向いたときのことです。大きな避難所で大臣が一人一人に「大丈夫でしたか、大変でしたね」「できることを全力



でやりますから」と励まして回られていました。すると、後ろにいた私に気付いた被災者の方が「あ、村木さんだ。良かったね、よう頑張ったね」と。それも次々と。何て強くて優しい人たちなんだって思い、東京に帰って堀田力さんに、その話をしたんです。元特捜検事で「さわやか福祉財団」の理事長をされている方で、堀田さんは「村木さん、良いことをした」と褒めてくださったんです。「福島の人は、みんなに励まされ、支えられ、それは大事なことなんだけど、人はそれだけでは元気になれない。逆に村木さんを励ますことで、ちょっと元気になれたと思うよ」と。困難な人たちが、誰かのために何かができる、というここまで関わり続けてこそ、本当の支援なのだろうと思います。

最後、頑張れる力になった四つ目は世間、名も知らぬ人が温かく見守ってくれたこと。事件の裁判で大阪に通っていた頃、無罪を訴えてはいても、最初はびくびくしていました。私の顔は、新聞やテレビでさんざん報道されています。それも悪い人相の写真で…。でも、新幹線の新大阪駅で降りると、売店のおばちゃんがお釣りとレシートを私に渡しながら「頑張りなさいよ」と。タクシーの運転手さんも降車時に飴ちゃんをくれながら「頑張りなさいよ」って。

娘と2人で大阪に泊まった夜、お好み焼き屋に入ったら、隣に座った賑やかなグループの人たちが「どっから来たの?」と気軽に声を掛けてきて、

別に私が誰だとか詐索することもなく、事件なんて全く関係のない雑談で、始終すごく盛り上がったんです。で、「お先に」と会計を済ませ、店を出ようとした時、背後から「が～んばれよ～」と大きな声が聞こえてきて。直接関係ない、見知らぬ人が温かく見守ってくださるんだ、と、ちょっと嬉しかったです。水難事故で冷たい水の中に落ちて、あっという間に体温を奪われてしまうではなく、長いこと浮かぶことができて、とにかく助けを待っていられるような世間の温かさは、本当に大事だと思っています。

プロの支援、周囲の支え、自分でも何かできるというチャンス、世間のぬくもり、これらが揃つて初めて、人は苦境から何とか立ち直り、生き延びることができます。そういう意味では、刑務所に入った人たちや、夜中に公園に遊びに来ている子たちの背景にちょっと関心を持って、私たちと地続きにいる人だと見られるかどうかが大事。一人一人を孤独にしない、孤立させないということを、みなさんの頭の片隅に置いていただけたら、とても暮らしやすい社会になるかなと思っています。

