

若者の望まない孤独を予防する取り組み ～若者たちのこころの居場所・つながり～

特定非営利活動法人サンカクシャ
代表理事 荒井 佑介

「今日泊まる場所がありません」「所持金が尽きてしまい困っています」20歳前後の若者たちからこのようなSOSがほぼ毎日寄せられています。私たちは、親からの暴力などで親を頼れない15歳から25歳くらいの若者の居場所作りや住まいのサポート、仕事のサポートを行うサンカクシャというNPOを運営しています。望まない孤独を予防する取り組みとして、私たちの活動を紹介しながら現場から見えることをお伝えできたらと思っています。

公的支援から取りこぼされる若者たち

そもそも私たちのところになぜ若者からの相談が寄せられているのかというと、以下のような理由が挙げられます。

- ①若者たちは助けてくれるところを知らない。
- ②行政機関などにうまくつながれなかった。
- ③行政機関や公的機関に相談することに抵抗がある。

特に20歳前後の若者たちからの相談が多いのですが、18歳までの子どもや若者を対象とした支援施策はあるものの18歳を超えると、途端に支援が減ってしまいます。社会的養護も少しずつ対象年齢を拡大していることやこども家庭庁の発足など様々な動きはありますが、依然として18歳を超える若者への公的支援は不足しています。

また、若者たちが生活や家庭のこと、学校、仕事のことなど困った際に、行政機関に相談することができた若者もいます。その際に、無機質な役所で、親身に話を聞いてもらえなかった場合、もう相談なんかしないと諦めてしまう若者も多くいます。若者たちも自分たちの置かれている現状がわからなかったり、うまく説明ができなかったりすること多いため、「相談」をするという行為は若者にとってハードルが高い行為と言えます。「役所は住民票を発行してくれるくらいしか知らなかった」と、そもそも支援をもらえるという認

識すらない若者も多くいます。

こうした背景の中、若者たちはSNSなどで助けてくれる人と繋がろうとします。例えば、即日入居可能なシェアハウスであったり、身分証がなくても稼げる仕事の紹介であったり、困りごとを抱え追い詰められている若者と積極的に繋がろうとする人たちもいます。SNSにはそうした情報に溢れているため、貧困ビジネスであったり、今でいう闇バイトみたいなものにつながっていく若者も多く存在します。

様々な情報の中から、SNSで見かけて法人が運営しているからと安心してサンカクシャに相談をする若者や、友人の口コミ、各種メディアに取り上げていただいた情報を見て、若者たちは私たちとつながります。

若者たちとつながる工夫

私たちは、つながることが難しいと言われる若者たちとどうしたらつながることができるか日々模索しています。今ではありがたいことに、若者支援の必要性が少しずつ認識されてきているのでテレビや新聞などのメディアに取り上げていただく機会が増えましたが、若者たちはSNSから情報を収集することが多いので、SNSでの情報発信にも最近力を入れ始めました。

若者たちは、人となりがわかったり、その人の価値観などが見えると親近感を感じ、相談をしたくなるのか、YouTuberや配信者などに悩みを相談したり、質問をしたりします。一方で行政の相談窓口などは、誰が話を聞いてくれるのかわからない、年齢の離れた価値観の違う人が話を聞いてくれる傾向にあり、敬遠する若者も少なくありません。

SNSでの相談窓口も増えていて、若者たちのニーズを少しずつキャッチできてはいますが、SNSの相談窓口によるかと思いますが、女性の利用率がどこも高い傾向にあり、男性の相談を

キャッチするアプローチに関してはまだまだ工夫の余地があります。

私たちは、各種 SNS を活用しながら、できるかぎりスタッフの顔や人となりが見えるような発信、サンカクシャの活動内容などが見えるような発信を心がけて、少しずつ SNS 経由で相談をもらえるようになってきています。最近では、相談も増えてきているため、LINE 相談の初期対応に生成 AI を活用するアプローチも取り入れ始めています。

若者が来たくなくなるような場づくり

提供する支援メニュー作りにもつながるための工夫をしています。例えば、居場所作りに関しても、ありがたいことに家具屋さんが内装の提案や家具を無償で提供していただくなどサポートをしてくれたおかげもあり、おしゃれな空間が出来上がっています。

「サンカクキチ」と名付けた居場所は、毎週 4 日、14 時から 21 時まで開放し、みんなで一緒にご飯を食べたり、ゲームをしたり、床で寝転がって談笑したり、自宅のリビングのような居心地のいい場を作っています。ゲームが好きな若者のために、ゲーミング PC を 8 台、企業から無償で提供していただき、豪華なゲーム部屋も作っています。今では毎回、定員を超えるくらい若者の利用が増えていきます。

このサンカクキチでは、月に 2 回だけですが、「ヨルキチ」という深夜帯の居場所作りも行っています。深夜は若者が不安定になりがちで、なおかつ公的な相談窓口も閉まっています。若者たちから深夜に抱える不安などの話を聞いて、ヨルキチの取り組みを始めました。

また、新型コロナウイルス感染拡大のタイミングで住まいを失う若者からの相談が増えたことから、「サンカクハウス」というシェアハウスの取り組みも始めました。「家出しました」「どうしても家にいたくない」といった若者からの相談が日々寄せられており、安心して過ごせる場所のニーズの高さを感じます。

そのほか、働く自信がない若者のために「サンカククエスト」といった仕事の体験の機会の提供など仕事のサポートも行い、サンカクシャ全体で 450 名ほどの若者を 30 名の有給スタッフ、50 社

を超える企業でサポートする体制を作っています。

私たちは、1 人の若者の「これがしたい」「これがほしい」という声に耳を傾け、必要なサポートをこれまで作ってきました。若者たちが欲しているものを形にし、その情報が若者たちに伝わると自然と相談は増えるのかもしれませんが。

望まない孤独を予防するための「遊び」

最後に、一番大事なことをお伝えします。私たち大人や支援者は、ついつい若者たちの自立をサポートしようとか、彼らの抱えている課題を解決しようと支援をしてしまいます。若者たちを見ていると、自立よりもまず先に、受け入れてくれる人や一緒にいてくれる人を求めていると感じます。また、生きていきたいといった意欲みたいなものを失っていることも多いため、まず元気になっていくことが必要ではないかと日々感じます。

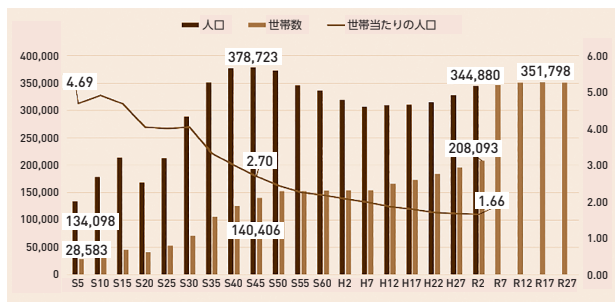
そこで私たちは「遊び」を大切にしています。毎週のように車であちこち旅行したり、フットサルをやったり、キャンプに行ったり、卓球大会に出たり、一緒に銭湯に行ったり、スタッフのカレンダーが毎週のように楽しそうな予定で埋まっています。特におすすめはバンジージャンプです。怖いけど、勇気を持って 1 歩踏み出して飛べたという経験はすごく自信になるのか、バンジージャンプを飛んだ若者たちは大きく変化していきま。バンジージャンプを飛ばず「プライドがボキボキに折れた」としばらく音信不通になった若者もありました。今ではすっかり元気を取り戻していますが。

真面目に彼らに寄り添うことも大切ですが、若者たちと一緒に楽しい時間を過ごす、これが彼らの一番求めていることのような気がしています。身近で関わる私たちがいつも楽しそうに生きている姿が一番彼らに影響を与えるのではないかと考えています。私たちが若者たちとの関わりを一番に楽しみ、楽しい人生を送る。こうした姿をこれからも見せていけるように、楽しくいられる工夫を積み重ね活動をもっと広げていこうと思っています。

中野区における孤独・孤立対策の取組について

中野区地域支えあい推進部地域包括ケア推進課
課長 河村 陽子

1. 中野区の人口の特徴について



中野区の人口は2024年1月1日時点で337,377人となっており、20代30代の転入が多いことがひとつの特徴となっています。また、65歳以上の高齢者人口は、全人口比の19.85%と微減傾向にありますが、75歳以上の後期高齢者人口は高齢者人口比56.8%と増加傾向になっています。

今後の区の将来推計人口では、令和17年頃に約35.2万人でピークを迎え、その後は減少に転じると予測されています。令和2年の老年人口(65歳～)割合は20.2%だったものの、令和32年には3人に1人が高齢者となり、年少人口(0～14歳)、生産年齢人口(15～64歳)の人口割合は緩やかに減少となると予測されています。(図参照)

2. データで分かる孤独・孤立

区では、「令和2年度(2020年度)暮らしの状況と意識に関する調査」を、15歳以上64歳以下の区民10,000人を無作為に抽出し実施しました。そこでは、「孤立していると感じる度合い」や「心配事や愚痴を聞いてくれる相手」「誰にも相談しない理由」について調査を行いました。

3. 区のこれまでの地域包括ケアシステムについて

区では団塊の世代が後期高齢者となる令和7年

を見据え、誰もが住み慣れた中野区で尊厳を持って自分らしく暮らし続けられるよう、中野区版の地域包括ケアシステムの構築を目指してきました。特に、地域の保健福祉の相談拠点である「すこやか福祉センター」と、区民の気軽な相談窓口である「区民活動センター」の職員が「アウトリーチチーム」を組み、地域の相談支援体制の整備に取り組んできています。

その後、新型コロナウイルス感染拡大等により、地域包括ケアの多くの取組も中止・縮小・延期などを余儀なくされ、地域活動の再開と継続が、大きな課題となりました。社会情勢は大きく変化し、社会的孤立や孤独に苦しむ人が増え、以前には顕在化していなかった地域での課題や、新たな課題を抱える人に対する支援が求められています。

4. 今後の孤独・孤立対策について

このような状況を踏まえ、団塊ジュニア世代が高齢者となる2040年に向けて、更に地域包括ケアシステムを深化させ、孤独・孤立対策に取り組む必要があります。取組のひとつには、孤独・孤立対策のプラットフォーム化があります。これまで、区では地域包括ケアシステムを構築するために、町会や民生委員、医師会、歯科医師会、薬剤師会、社会福祉協議会や、警察や消防署等といった様々な地域団体との連携を図ってきました。これまでの連携を継続しつつ、更に地域包括ケアを進めるためには、民間企業・NPO法人等との連携を強化し、孤独・孤立対策のプラットフォーム化をすすめる必要があります。区では今年1月地域包括ケア推進パートナーシップ協定(NIC+)を新たに創設し、地域包括ケアに資する取組を民間企業等と進めています。そういった取組をとおして、区の孤独・孤立対策を進めたいと考えています。

東京都 こころの健康だより No.141 令和6年10月発行

発行 ◆東京都立中部総合精神保健福祉センター広報研修担当

〒156-0057 世田谷区上北沢二丁目1番7号 電話

03-3302-7704 FAX 03-3302-7839

◆東京都立精神保健福祉センター調査担当

〒110-0004 台東区下谷一丁目1番3号 電話

03-3844-2210 FAX 03-3844-2213

◆東京都立多摩総合精神保健福祉センター広報計画担当

〒206-0036 多摩市中沢二丁目1番地3 電話

042-376-6580 FAX 042-376-6885

登録番号(5)14

(次号は令和7年2月発行予定です)