

AUTUMN/2021

VOL.91

発行/(公財)東京都人権啓発センター

誰もが幸せを実感できる社会へ

TOKYO 人権



話してみない？

参加して学ぶ!

第2回シンポジウム

「ポストコロナ時代の
人権教育・人権啓発とは」

人権教育・啓発をめぐる世界と日本におけるローカルレベルの実践行動をつなぎ、ウィズコロナ、ポストコロナに向けてこれから進むべき道を探ります。

構成：基調講演、パネルディスカッション

開催方法：オンライン（ライブ配信）開催

[一部会場参加についても検討]

2021年12月頃開催予定

子供人権教室

「コロナ禍と子どもの人権」を
テーマにしたアートワークショップ

海外在住アーティストの協力を得て、オンラインで子どもの人権を学ぶアートワークショップを開催します。



2021年12月上旬開催予定

※詳細が決まり次第、東京都人権プラザホームページまたは(公財)東京都人権啓発センターホームページでお知らせします。

「新型コロナウイルス感染症と人権」
関連の取り組みのご紹介

公益財団法人 東京都人権啓発センターでは、「新型コロナウイルス感染症と人権」を令和3年度の重点課題として位置づけ、多角的な観点から「人権」の大切さを考える講座やイベントを順次開催しています。

誰もが不安にかられる今だからこそ、自分の言葉や行動が誰かを傷つけていないかをあらためて振り返り、「人権」を考え直すことが必要ではないでしょうか。

講座等を通し、差別や人権侵害に立ち向かうヒントを届けていきたいと考えています。

要事前申込み

参加費無料

オンライン開催

新型コロナウイルス感染症に関連した人権問題の専門電話相談も実施中です。詳しくは、裏表紙「EVENT 人権啓発行事のご案内とお知らせ」をご覧ください。

読んで学ぶ

人権学習資料

「“コロナ差別”と人権課題」

感染症に関連して陥りやすい思考から抜け出すヒントを共有するために、学習資料を制作しました。

こちらから無料でダウンロードできます。



啓発ポスター

人権意識の普及啓発に役立てるため、ポスターを作成しています。

ご希望の方にポスターをお分けします。企画広報課ポスター担当 TEL 03-6722-0083 までお問い合わせください。



実施済み
新型コロナ
関連イベント

- 都民講座：6/19(土)『コロナ禍における人権問題』 講師：志田陽子氏
- 8/20(金)『コロナ禍と外国人労働者』 講師：望月優大氏
- オンライントーク：8/23(月)～9/3(金)『コロナ禍で考えるいじめ問題』
- 登壇者：下村健一氏、山崎聡一郎氏、小森美登里氏
- 企画展：6/11(金)～8/5(木)『読む人権 じんけんのほん“感染症と差別”』
- 巡回展示：武蔵野市 8/12(木)～8/16(月)、八王子市 8/18(水)～8/24(火)『同上』

重点課題事業「新型コロナウイルス感染症と人権」特設ページは、こちらからご覧いただけます。



東京都が掲げる
17の人権課題

- 女性
- 子供
- 高齢者
- 障害者
- 同和問題(部落差別)
- アイヌの人々
- 外国人
- HIV感染者・ハンセン病患者
- 新型コロナウイルス感染症等
- 犯罪被害者やその家族
- インターネットによる人権侵害
- 北朝鮮による拉致問題
- 災害に伴う人権問題
- ハラスメント
- 性自認
- 性的指向
- 路上生活者
- 様々な人権課題

YouTube / 公財・東京都人権啓発センター

主催事業等に関する動画をアーカイブし、YouTube公式チャンネルで公開しています。是非ご覧ください。



動画一覧

都民講座「コロナ禍における人権問題」/都民講座「ゲイをカミングアウトした教員から今みんなへ伝えたいこと」等



公益財団法人
東京都人権啓発センター
〒105-0014 東京都港区芝2-5-6
芝256スクエアビル2階
TEL 03-6722-0082 (総務課)
FAX 03-6722-0084
https://www.tokyo-jinken.or.jp/

東京都人権プラザ
TOKYO METROPOLITAN HUMAN RIGHTS PLAZA



TOKYO 人権

目次 CONTENTS

3 INTERVIEW

「支援する」ということは、その人が抱える困難に共に向き合うこと

NPO法人 TENOHASI 理事 ^{もりかわ} 森川 すいめい さん



7 子ども相談室

子ども向け

こんなとき、どうするの？

インターネット／SNS



8 解決！ユニバーサルデザイン

子ども向け

人権 世界へのトビラ



9 特集

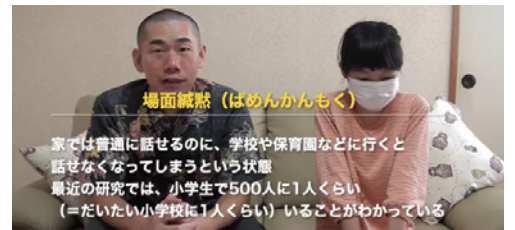
ヤングケアラー

一介護を担う子どもたち

10 JINKEN note

コラム「はなせる」を目指して

^{ばめんかんもくしょう}
一「場面緘黙症」とその支援



毎週土曜日
放送中！

蓮見孝之
**まとめて！
土曜日**

毎週土曜日 朝 7時～8時45分



(公財) 東京都人権啓発センターでは、人権問題をテーマに、リスナーに分かりやすく身近な話題を取り上げる人権啓発ラジオ番組を提供しています。

人権
TODAY

最近の放送テーマ ミャンマー料理を食べて、ミャンマーを知って、支援につなげるレストラン／差別と向いあう中学校教師を描く映画「かば」

番組名 | 人権TODAY「蓮見孝之まとめて！土曜日」内のコーナー
放送局 | TBSラジオ AM954kHz / FM90.5MHz
放送日時 | 毎週土曜日 朝8時20分頃から5分間
キャスター | 蓮見孝之さん、北村まあささん



「支援する」ということは、その人が
抱える困難に共に向き合うこと

NPPO法人
「ENOIAS」理事
もりかわ
森川すいめいさん

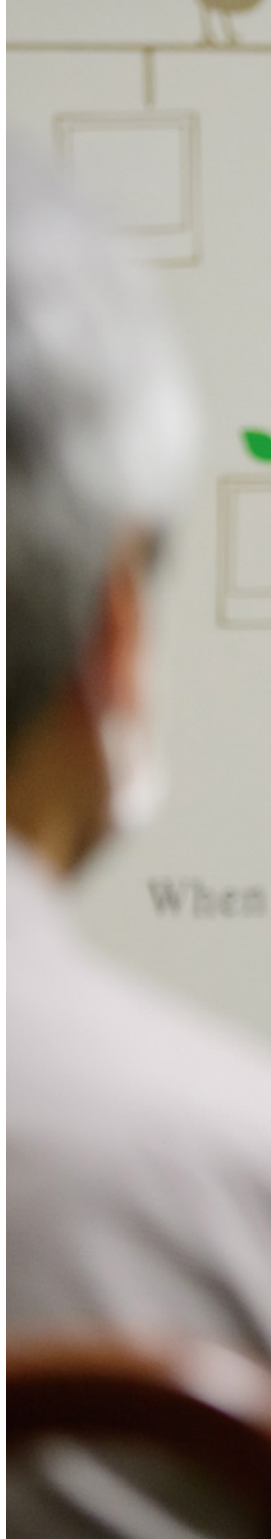


ソーシャルワーカーが中心になり 患者との「対話」重視のクリニック

本来、路上生活の状態の人であっても医療を含め福祉サービスを受けることはできます。けれども虐待の経験や、軽度の知的障害があったり、精神的に追い詰められていたりすることが原因で、自分の置かれている状況をうまく説明できず、自ら福祉とのつながりを諦めてしまう人も少なくありません。その結果、なかなか路上生活から脱することができない人もいます。医療についても同様で、医療者側にも「ホームレス」に対する偏見が存在し、必要な治療が受けられない人がいます。

そうした実情から、炊き出しや相談会の活動だけでは支援に限界があることはかねてから指摘されてきました。そこで、クリニックの創設を決意し、3年ほどの準備期間を経て2016年に実現しました。私たちの志を理解し参画して下さる医師を探すのに時間はかかりましたが、現在は、内科と精神科の医師4名で週2回診察を行い、ソーシャルワーカー4名と事務職員1名が勤務しています。

このようにして始まった「ゆうりんクリニック」（豊島区高松）は、医師が中心の施設ではなく、ソーシャルワーカーが前面に立って支援活動を行っていることが大きな特徴です。路上生活から脱することができた人も、訪問医療や看護、相談を受けるなど、その後もつながりを



東京の路上で暮らす人から 偏見が福祉や医療の機会を奪う



もりかわ・すいめい

1973年、東京都生まれ。明治国際医療大学を卒業後、鍼灸院を開業したのち、日本大学医学部に入学。埼玉県の病院での研修を経て、独立行政法人国立病院機構・久里浜医療センターに勤務。精神科医。現在は板橋区みどりの杜クリニック院長として日々患者との対話を続けている。また、ホームレス状態の人々を支援する特定非営利活動法人 TENOHASI 理事として豊島区で医療支援活動などを行っている。

持ち続け、継続的な支援を行うための「アサーション」としての役割も果たしています。

私が受け持つ精神科では、1対1で診察する従来の精神科の診療と異なり、「対話」を重視します。そのため、治療に関わる人も、患者や家族も、皆が輪になって座れるように、机や椅子がレイアウトされています。いわゆる「診療」という形ではなく、あらゆることを話題にします。住まいのこと、隣人のこと、家族のことなど、当人が困っていることすべてが対象です。「オープンダイアログ^{※1}」の有効性を学んでからは、対話の少ない以前のような診療はできなくなりました。

**支援体制が不十分なせいで
命が消えてしまいう理不尽さを
変えたい**

1995年の阪神淡路大震災の災害ボランティア活動に参加したことが、住まいを失った方とつながりを持つようになったきっかけです。自分にも何か支援ができないかと考え、当時京都で鍼灸を

学んでいたので、避難所で被災者にマッサージをしていました。

その後東京に戻り、思うところがあった医学部に入り直し、国際ボランティア活動を行う中で、新宿の路上で生活する人への支援活動に、最初は「遊びに行く」ような感覚で参加するようになりました。それが2000年頃です。

そのころ新宿での活動には様々な人たちが参加しており、支援の体制は比較的整っていました。一方で私の出身地である池袋には支援者がほとんどおらず、路上生活を送る人が他の同じような状態の人の安否確認のために夜回りをしたり、新宿で作られた福祉のチラシを配ったりしているような状況でした。

新宿であれば、路上で生活する人が病気になるっても、私たちが紹介状を発行すれば病院で治療を受けられます。ところが池袋にはそのような体制がなく、病気でそのまま亡くなってしまふ人もいたのです。新宿であれば助かる命が池袋では為す術もなく消えてしまふ。それが実情でした。

池袋でも医療相談を行いたいと考え、2003年に「TENOHASI^{※2}」という支援団体を設立しました。当時、池袋では住所を持たないと医療支援が受けられませんでした。住まいがあっても一部屋に25人、一人分のスペースは二段ベッドで畳1畳分のような住居ばかりで、療養環境としては劣悪でした。行政の担当者や医療者側に

※1 フィンランド発祥の新たな精神科治療の手法で「開かれた対話」の意。投票なしで治験者の85%に効果があったとする報告もある。

※2 「TENOHASI」とは、2003年に発足した当初の正式名称「地球と隣のはぴい空間池袋」を英語にして「The Earth and Neighbor of Happy Space Ikebukuro」の頭文字等をつけたもの。

よる「ホームレス」への偏見も根強く、医師の紹介状を持っていても門前払いされる始末です。強い憤りを感じ、福祉事務所に抗議に行ったこともあります。

TENOHASHI 設立当時は、路上生活を送るのは主に肉体労働に従事していた高齢の男性がほとんどで、働く場を失い仕事を探しながら野宿をしている人が多かったのですが、いわゆる「リーマンショック」以後、そこに「派遣切り」に遭遇した若い人が加わり、路上で暮らす人の実数はそれまでの2〜3倍に増えました。

昨今のコロナ禍でも、緊急事態宣言が发出された後、離職を余儀なくされ住まいを失った人たちが多く、炊き出しや相談会に来る20代の若年層も増えています。



住まいがない人のための医療相談会の様子 ©Kazuo Koishi



街頭での声掛けの様子 ©MdM Japan

ひきかえに尊厳を傷つけられる、そんな支援であってはならない

近年の傾向として、精神的に追い詰められ医療のケアが必要な人がさらに増えています。自殺念慮のある人や、適応障害、軽度の知的障害、発達障害がある人も多いことが分かってきました。そうしたことが理由で、施設での集団生活に適応できず、個室の住居を確保する必要のある人もいます。支援する側がそれを理解していなければ、住居を用意しても、環境に耐えられず路上に戻ってしまうこともあります。

こうした実態は、現在では支援者にとって共通認識となっていますが、当初私たちがそのように訴えても周りの理解が得られませんでした。支援者たちですら、「路上で暮らす人への差別や偏見を助長するおそれがある」と考え、こうした実態

をなかなか受け入れてくれなかったのです。そこで2年間にわたる実態調査を行い、そのことを実証^{*3}しました。これにより、随分と理解は進んできたと思います。

一方、今でも深刻な問題として、支援を受ける人の尊厳が色々な場面で傷つけられていることがあげられます。ネットカフェに寝泊まりしながら仕事をしている人が、相談会場で「自立する気がありますか？」と問われたということがありました。住まいはなくても、仕事をしているのです。自立する気がないわけがないでしょう。人としての尊厳が踏みじられるような支援などあってよいはずがありません。

そもそも日本の精神医療の現場では、本人の同意のないまま入院させられ、身体を拘束されたり過剰な投薬をされたりする事例が存在します。そのような環境から逃げ出して路上生活に戻る人もいます。

すし、拘束や投薬を続けた結果、病院内で命を失ってしまうこともあります。

医療の現場には治療をする側と受ける側の間に、過剰な力関係が存在します。しかし、本来、医師と患者は立ち位置が違っただけで、人としては対等であるべきでしょう。その理想と現実の隔たりに葛藤を感じていた頃、「オープンダイアログ」に出会います。初めて聞くその言葉に、私はすぐに魅了されました。

支援「してあげる」のではなく、ひとりの人として対等に向き合う

オープンダイアログという考え方を知った私は、急速^{キョク}フィンランドに赴き、その発祥の地であるケロプダス病院で研修を受けました。近著にも詳しく書きましたが、トレーニングの対話の中で、私自身が自分の過去と向き合うことになり



*3 「東京都の一地区におけるホームレスの精神疾患有病率」(『日本公衆衛生雑誌』2011年・58巻5号)

支援する人とされる人が
対等に向き合い心をひらいて対話する
それだけで人は癒され治療していく



ました。その一つは父との関係でした。家庭内での暴力。心に負った傷は蓋をしていただけで大人になっても癒えていなかったこと。そして母の死に目に会えなかったこと。こうした家族との関係を同じトレーニングへの参加者に聞いてもらいうちに、私自身、長い間苦しんできた傷が少しずつ癒え、心に着ていた鎧よろいを脱ぎ去ることができたのです。そこから、周囲の人への接し方がガラリと変わりました。自然に心が開けるようになり、スタッフや患者さんとも本当の意味で心の通う関係を築くことができるようになったと思います。オープンダイアログを学びに行った私自身が、その効果の大きさを実感して帰ってきました。

オープンダイアログの特徴は二つあります。一つ目はその名の通り「オープン」であること。患者さんがいない場所でも、その人について話し合われることも、ましてや重大な決定が下されたりすることはありません。

二つ目の特徴は「対等」であることです。医師と患者、あらゆる専門分野を通じて支援する人や家族など、すべての人が対等です。医学的な専門知識に基づく見解だけが特権的に尊重されることはなく、治療に参加しているすべての人の発言が、等しい価値を持つものとして扱われます。

医師を中心とする強固なヒエラルキーをもって確立された現代精神医療の現場では、患者や家族の声がとても弱く、そ

の運営に患者や家族の声が反映されていません。今の医療現場に必要なものは、そういった声であり、対等な関係性です。

オープンダイアログはその性質上、医師のみが関与する度合いを低くし、看護師、作業療法士、精神保健福祉士、保健師、ヘルパー、ケアマネジャーなど、様々な支援者たちによる対話の実践ができるはずですが、今後、日本の保険医療制度の中でオープンダイアログを運用していくためには、様々な乗り越えるべき障壁が出てくるかもしれません。しかし、「日本スタイル」のオープンダイアログが広まっていく可能性さえあると期待しています。

私はその一つの実践の場として、他の支援者とともに、この「ゆーりんクリニック」での活動を続けていくつもりです。

インタビュー 坂井新二・吉田加奈子（東京都人権啓発センター 専門員）／編集 杉浦由佳／撮影（表紙・2〜6ページ）百代

「真の支援とは何か？」へのヒントが詰まった森川さんの著書



右／共著『ハウジングファースト 住まいからはじまる支援の可能性』（山吹書店）
左／『感じるオープンダイアログ』（講談社）

子ども相談室 ☺

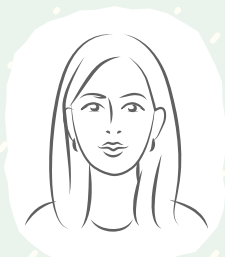
こんなとき、
どうするの？

【テーマ】

インターネット／SNS

インターネットやSNSは、便利な半面、攻撃的な書き込みもあり、自分や友達の秘密が他人に知られてしまったり、危険も多く、深刻な悩みにつながってしまったりがあります。トラブルに巻き込まれたり、深く傷ついたりしたとき、どうすればよいか、いつしよに考えてみましょう。

ナビゲーター



東京都人権啓発センター
専門員 吉田 加奈子



Q

SNSで友達にひどい書き込みを
されていて辛いです。どうすれば良いですか？



相談できる電話

- 東京都いじめ相談ホットライン
0120-53-8288 (24時間受付)
- 24時間子供SOSダイヤル
(いじめ以外の悩みごとOK！)
0120-0-78310

A

友達同士でも、あなたが嫌だと感じたら、それは「いじめ」です。「いじめ防止対策推進法」という法律があり、学校や国、保護者には、いじめから子どもを守る責任があります。また、子どもには誰でも「守られる権利」があり、すべての子どもが安心して生活できるようにしなければなりません。家族に話しにくければ、学校や習い事の先生、親戚や相談窓口など、信頼できる大人に勇気を出して相談しましょう。
早く笑顔を取り戻せますように。

もっと知りたい！

“子どもの権利”って知ってる？「子どもの権利条約」を読んでみよう！
https://www.unicef.or.jp/about_unicef/about_rig.html



子ども向けページへの問い合わせ・ご意見

https://www.tokyo-jinken.or.jp/publication/contact_tj.html ……▶

ピクトグラムは、日本語では「絵文字」や「絵単語」などといい、文字に代わる絵のことです。デザインから意味がわかるので、文字を読めない人にも理解しやすく、遠くからでも認識しやすいことが特長です。

解決！
ユニバーサルデザイン



日本では1964年の東京オリンピックをきっかけに広まったよ



Q

日本で使われているピクトグラムを集めてみたよ。駅やお店で見かけるものが多いね。外国の人の意見や最近の社会状況をふまえて生まれたものもあるよ。いくつかわかるかな？



① 電話機 (イコノグラフィック) ② 階段 (イコノグラフィック) ③ 食器 (イコノグラフィック) ④ 禁煙 (イコノグラフィック) ⑤ 温泉 (イコノグラフィック) ⑥ 礼拝所 (イコノグラフィック) ⑦ マスク (イコノグラフィック)

※JIS (日本工業規格) より

身の回りにあるものを観察してみよう。今回はピクトグラムを見てみましょう。

人権 世界へのトビラ (全8回) 国境を越えて、人権を守る Vol.1 「ヒューマンライツ・ナウ」



今、国連の掲げるSDGs (持続可能な開発目標) に注目が集まっています。その前文には、「誰一人取り残さない」「すべての人々の人権を実現する」と書かれており、人権の視点が盛り込まれています。人権とは、国境で区切ることのできない概念です。人権についての世界的なルールが書かれた「世界人権宣言」に

は、「人はみな、生まれながらに自由」と書かれています。この宣言と照らしてみても、現状はどうでしょうか。こちらの新コーナーでは、世界の人権問題の解決に取り組む団体を取り上げ、世界で今のような人権問題が起こっているかを知り、どう解決できるのかを考えるきっかけにしたいと思います。

注目の一枚



「新しい国をつくるため」と目を輝かせて人権教育を受けるミャンマーの若者たち、2009年 (提供: ヒューマンライツ・ナウ)

ミャンマーでは軍事政権のもと、人権について語ることが許されない時代が続いてきました。そんな中、ヒューマンライツ・ナウは、ミャンマーの若者に人権教育を行ってきました。2011年の民主化以降、自由が広まりつつありましたが、今年2月、再び軍によって政権が奪われ、市民への弾圧が続いています。私たちもSNSなどで声を上げることで「国際社会は見捨てていない」とメッセージを送ることができます。

国際人権NGO「ヒューマンライツ・ナウ」
2006年に発足した日本を本拠とする日本で初めての国際人権NGOです。法律家、研究者、ジャーナリストなどが中心に活動し、国連にも働きかけをしています。



考えてみよう

2015年にアウンサン スーチー議長率いる野党の国民民主連盟が勝利した際、選挙議席数の獲得割合はどのくらいだったでしょうか。

- ①過半数
- ②2/3
- ③3/4



た/え ©: ぎん

※ヒューマンライツ・ナウは「世界こどもの日映像スピーチコンテスト」を開催します。現在応募作品を受付中。詳しくはコチラ <https://hrn.or.jp/speech/> (締切: 9月30日)

特集 ヤングケアラー



—介護を担う子どもたち

障害や病気のある家族や幼いきょうだいで、高齢の祖父母などの世話をする「ヤングケアラー」の存在が知られ始めています。ヤングケアラーとは、家族の中で本来は大人が担うようなケアの責任を引き受けている18歳未満の子どものことをいいます。自身の成長や学校生活、進路などにも影響が及ぶほか、周囲からも孤立しやすいヤングケアラーについて、成蹊大学文学部現代社会学科教授の澁谷智子さんにお話を聞きました。

初の全国調査から明らかになったこと

国は2021年4月、初めての全国実態調査の結果を発表しました*。これによると、公立中学2年生の17人に1人、全日制の公立高校2年生の24人に1人が「自分が世話をしている家族がいる」と回答。そのうち4割強が「ほぼ毎日」で、中学2年生がケアにかける時間の平均は平日一日あたり4時間でした。この調査結果について澁谷さんは「中高生が同世代と同じ生活を維持しながらケアを担うことの大変さがよく表れている」と言い

ます。そして「昔から家族の世話をしている子どもはいた」とはいても、昔と今とでは、進学率も産業構造も地域社会のサポート状況も違います。子どもの視点に立って現状を捉える必要があります」と指摘します。

家族をめぐる社会状況の変化

少子高齢社会へ変化する中で、子どもが否応なく家庭内のケアに組み込まれる状況は増加しています。「高齢者、精神疾患などのケアが必要な人口が増加する一方で、共働きが進み、大人が家のことにかげられる時間は減少し、世帯当たり人員は1950年代に比べて半分程度に減少しています。家族の中でケアに割ける時間も人も減っているにもかかわらず、依然として日本は『家族』を福祉の担い手として期待しています」。

家にも地域社会にも代わりにケアを頼める大人がいなければ、子どもがその役割を負うこととなります。ケアの内容は個々の状況によって違いますが、年齢相応の「家のお手伝い」の範囲を超えていることが珍しくありません。「例えば、子どもが『死にたい』というお母さんの話を夜中に聞いて、その相手をしていれば、朝いつも通りに起きて学校に行くのは難しくなってきました。一方で、専門職はそうした子どもを『介護の担い手』として捉え、子どもが大きくなって家を出るという選択をしようとした時に『お母さんの安定のためにはそばにいたほうが』と言う状況もしばしばあるようです。その高校生の立場に立って本人の悩みを一緒に考えてくれる人がいないのです」。

ケアによって失うもの

ヤングケアラーの中には、ケアに疲れて、学校の成績が下がったり部活に充分関われなくなったりする子どももいます。「これまで、ケアをしていることに周囲が気づいても、学校に行けているなら大丈夫と思われがちでした。しかし、子どもたちが本来なら発揮できる力を、どのようにサポートすれば花開かせることができるかを考えていくことが大切だと思います」。それは「子どもの権利」の視点から福祉制度を考え直すことだと澁谷さんは指摘します。

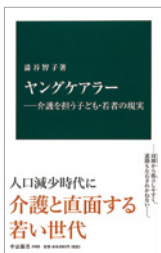
前述の国の調査では、当事者は必要な支援として「学習のサポート」「自由な時間が欲しい」「相談できる相手」などをあげています。しかし「特にない」との回答が多く、5〜6割がケアについて誰かに相談した経験がありませんでした。その背景を、ヤングケアラーについて研究する大学院生の長谷川拓人さんは次のように解説します。「一般的に中高生くらいの子どもは、大人と話すことを面倒に感じるのではないのでしょうか。また、家庭内のケアの経験を他人に話すことは、大人

であっても難しいことだと思えます。ケアする日々が当たり前になっていて、自分が大変な状況にいることに気付いていない場合もあるかもしれません。ヤングケアラーの中には『放っておいてほしい』『普通にみてほしい』などの理由から、あえて相談しない子どももいます」。

ヤングケアラーの視点に立った支援を

国は今後、福祉や介護、教育関係者などへの研修や自治体による現状把握を進める方針です。澁谷さんは子ども向けの情報発信がない点も課題にあげます。「学校で子どもたちにヤングケアラーについてわかりやすく説明するだけでも良いと思います。ヤングケアラーは四六時中支援が必要でも、ケアを投げ出したいわけでもありません。まずは本人の話を聞く姿勢が重要です」。

高齢化が進み、誰もが介護の当事者となる時代を迎えるなか、ケアを家族の問題から社会の問題へ転換し、これまで顧みられなかったヤングケアラーについて社会全体で理解を進める必要があります。インタビュー・執筆 林勝一（東京都人権啓発センター 専門員）



『ヤングケアラー — 介護を担う子ども・若者の現実』 澁谷智子著（中公新書）

*厚生労働省と文部科学省が連携し、学校や全国の中高生などを対象に実施した実態調査『ヤングケアラーの実態に関する調査研究報告書』による。

JINKEN note

Column | 一人ひとりと丁寧に向き合い、寄り添う

誰にとっても過ごしやすい社会とは？



「はなせるTV」チャンネルのYouTube 配信画面

「はなせる」を目指して 「場面緘黙症」とその支援

「話したいのに話せない」に 寄り添うこととは

家族とは自然に話せるのに、学校・会社といった特定の場所や状況では話せなくなってしまう。そうした「場面緘黙」と呼ばれる症状に悩まされている人たちがいます。なぜ、このような症状が出て、そしてどのようにすれば改善が可能なのでしょうか。場面緘黙の研究者であり、「信州かんもく相談室」を立ち上げて場面緘黙症の人たちへの支援を行う長野大学社会学部教授の高木潤野さんにお話を聞きました。

場面緘黙症は、不安症の一つとして考えられており、幼児期から児童期に多く発症すると考えられ、小学生では500人に1人程度の割合で症状が見られると言われます。症状の原因と進行について、高木さんは次のように解説します。「緊張しやすい体質や、話しづらく感じる環境などが原因として考えられます。自分から援助要請を出しづらいことや、周りの大人が困り感を抱きにくいことから対応が遅れ、症状が長期化してしまう場合もあります」。

改善には「話せた」という 成功体験が重要

改善するための手法として、段階的に話せる場面を広げていくというアプローチが有効だと高木さんは言います。「『学校で話せない』という症状の場合、例えば『普段話せる母親と二人で誰もいない教室で話す』からスタートして、条件を変化させつつ『話せた』という成功体験を増やしていくという方法があります。一人ひとりにあつた方法を考えて練習を行っていくことで、症状を改善させることができます」。

高木さんは、2020年7月に、動画投稿サイトYouTubeで「はなせるTV」チャンネルを開設しました。当事者の中学生が話す練習の過程や症状の解説などの情報を発信しています。「場面緘黙について私のところに相談に来る子どもたちは、保護者が情報収集に熱心で、環境に恵まれていることが多いですが、皆がそういう状況にあるとは限りません。また、不登校になる子どもたちの中には、実は背景に場面緘黙の症状を有する場合があります。YouTubeでなら、相談に来られない子どもたちにも支援を届けることが出来るのではないのでしょうか」と、高木さんはチャンネルを開設した経緯を語ります。



「はなせるTV」マスコットキャラクター はなT

一人ひとりの「声」を聞いて

もし、身近な人の場面緘黙の症状に気が付いた場合、どうすればよいのでしょうか。「まずは正しい知識を身に着けることが大切です。場面緘黙の症状は、うるさい場所が苦手だったり、人一倍刺激に敏感だったり、一人ひとり違います。繊細さゆえに生きづらさを抱えてしまうことも多いです。一番大事なのは、本人の気持ちをよく汲み取ること。その上で、学校、家族、専門機関のそれぞれが連携し、周りが一体となって支援することが改善への近道です」と高木さんは言います。

日本は欧米に比べ場面緘黙の研究者が少なく、認知度が低いこともあり、社会的支援が進んでいないのが現状です。しかし、私たちが場面緘黙に悩む一人ひとりと丁寧に向き合い、意思疎通を図ろうとすることが、症状の改善には何より必要です。そうすることで、話すことに難しさを抱える人たちの思いに寄り添うことができます。「基本は、きちんと人の話を聞いて、理解しようと対話を重ねること。誰にとっても過ごしやすい社会という視点が大事」と高木さんは呼びかけています。



※1 米国精神医学会 (APA) が定めた「精神障害の診断と統計の手引き」2013年改訂版 (DSM-5) の診断基準による。

※2 梶正義・藤田継道 (2019) 『場面緘黙の出現率に関する基本調査 (4)』による。

※3 成人してからも症状が続く場合や、二次的な障害を同時に有することもある。

9月は東京都自殺対策強化月間です。

様々な人権課題

東京都では、9月を自殺対策強化月間として、「自殺防止！東京キャンペーン」を展開しています。期間中は電話相談の受付時間延長など、関係機関等と連携し、さまざまな取り組みを行います。**お問い合わせ** 東京都福祉保健局健康推進課 TEL 03-5320-4310

話してみよう 糸口見つかるから

●こころの悩み等についての電話相談（期間中の特別相談）

東京都自殺相談ダイヤル～こころといのちのほっとライン～

日 時 9月16日(木)～20日(月)(各日24時間)

電話番号 0570-087478



電話相談

日本いのちの電話連盟

日 時 9月10日(金)(8:00～翌8:00)、9月10日以外(16:00～21:00)

電話番号 0120-783-556 (フリーダイヤル)

有終支援いのちの山彦電話 一傾聴電話一

日 時 9月の火・水・金・土・日・祝日(各日12:00～20:00)

電話番号 03-3842-5311

●自死遺族のための電話相談（期間中の特別相談）

全国自死遺族総合支援センター

日 時 9月23日(木)～25日(土)(各日10:00～20:00)

電話番号 03-3261-4350

電話相談

グリーンケア・サポートプラザ

日 時 9月7日(火)～10日(金)(各日12:00～16:00)

電話番号 03-3796-5453

※東京都の「自殺防止！東京キャンペーン」についての情報は、こちらの特設ページでもご案内しています。



東京都人権プラザ企画展

障害者

「みんなのスポーツー可能性のフィールドへ」

東京2020大会の経験を踏まえつつ、様々な障害者スポーツに関する展示を行うことにより、「みんな」がスポーツに参加できる社会について考える機会としたいと思います。

展示

会 期 2021年9月22日(水)～2021年12月24日(金) (予定)

開室時間 9:30～17:30 日曜休館(祝日は開館)

内 容 解説パネル・実物資料の展示等

会 場 東京都人権プラザ 1階 企画展示室

人権問題都民講座

障害とスポーツをテーマにした企画(予定)

講座

日 時 2021年10月(予定)

会 場 東京都人権プラザ

※詳細は決まり次第、東京都人権プラザホームページ等でお知らせいたします。

障害者

東京都人権プラザでは、4種類の人権相談を実施しています

様々な人権課題

① 一般相談(月～金)

土日祝を除く・全て無料

② 法律相談(火)

③ 「インターネットにおける人権侵害」に関する法律相談(木) 要予約

④ 新型コロナウイルス感染症に係る人権問題に関する専門電話相談(月～金)

電話相談

日 時 ①③④9:30～17:30 ②13:00～16:00

電話番号 ①③ 03-6722-0124

② 03-6722-0126

④ 03-6722-0118

※相談時間、受付方法等の詳細は、こちらからご覧いただけます。



東京都人権プラザ(指定管理者:(公財)東京都人権啓発センター) 港区芝2-5-6 芝256スクエアビル TEL 03-6722-0123

※新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止の観点から臨時休館および会期変更の可能性がございます。

(公財)東京都人権啓発センター賛助会員募集のご案内

個人賛助会員 一口 2,000 円

団体賛助会員 一口 30,000 円

皆様とパートナーシップを築き、人権意識の高揚、人権問題の解決に向けて、ともに手を携えてまいりたいとの趣旨から賛助会員制度を設けております。趣旨にご賛同いただき、是非ご加入下さい。

問い合わせ TEL 03-6722-0082

(公財)東京都人権啓発センター 総務課まで)

団体会員の皆様

(公財)東京都農林水産振興財団
(公財)東京都中小企業振興公社
(株)首都圏環境美化センター
(一財)東京都人材支援事業団
(株)ミライト・テクノロジーズ
東京都中小企業団体中央会

東京都下水道サービス(株)
(公財)東京都歴史文化財団
(一財)東京都営交通協力会
(一社)東京都信用組合協会
(一社)医療大麻 dot オルグ
東京人権啓発企業連絡会

(公財)東京都学校給食会
(一社)東京環境保全協会
(株)東京国際フォーラム
東京臨海高速鉄道(株)
(株)東京エイドセンター
(公財)東京しごと財団

東京交通サービス(株)
東京都住宅供給公社
東京都職員信用組合
東京都商工会連合会
東京臨海熱供給(株)
(株)東京ビッグサイト

(公財)東京観光財団
(公財)東京税務協会
東京都立大学法人
(一財)東京都弘済会
自治労東京都本部
(株)東京交通会館

東京食肉市場(株)
NPO 法人 TEOS
東京港埠頭(株)
(株)ゆりかもめ
(順不同)

編集後記 | 「黒い雨」訴訟で住民へ「救済」の道が開かれました。新たな証言や証拠とともに歴史が覆るといのは、この件に限りません。感染症、オリンピック、そんな今を生きる日常の中で、新しい考えを知ること、取り入れるのを恐れないこと、自分が正しいと信じるものを疑ってみることが大事かと。そうやって進歩していけばいい。日々、鍛錬あるのみと感じています。

誰もが幸せを実感できる社会へ

TOKYO 人権

Vol.91 2021年秋号 2021年8月31日発行(年4回発行)

制作 株式会社ブックマーク

発行 公益財団法人 東京都人権啓発センター

〒105-0014 港区芝2-5-6 芝256スクエアビル2階

TEL 03-6722-0085 FAX 03-6722-0084

https://www.tokyo-jinken.or.jp/



マルチメディア DAISY 版を作成しています。ご希望の方は(公財)東京都人権啓発センターまでお問い合わせください。「DAISY (デイジー)」とは、視覚障害などさまざまな理由で活字を読むことが困難な方のための、デジタル図書です。

この冊子は再生紙を使用しています。