扉の向こうへ

第9部 ひきこもり大学の可能性 ①

県内で5月に開かれた「ひきこもり大学」。リュウは「出会い」への期待を胸に、会場へ向かった
＝甲府・県立愛宕山少年自然の家

動きだした当事者たち

経験を価値に変える

山梨発 ひきこもりを考える 59

「他人からは無駄に見える時間も、決して無駄ではない。あの時間があって、いま、将来が見通せるようになったんです」

ひきこもりの経験があるリュウ(25)＝峡中地域、仮名＝は、その言葉を支えにして生きてきた。与えてくれたのは「ひきこもり大学」。耳慣れないその〝学校〟の存在を知ったのは、昨年夏のことだった。

「ひきこもり大学とは…」。昨年8月16日、甲府・県立図書館で行われた、ひきこもりに関する講演会に参加していたとき、聞こえてきた言葉に体が反応した。急いで手帳にメモする。

〈ひきこもり大学／当事者が先生になる／授業料は参加者が払う／空白の履歴を価値に変える〉

すぐには理解できなかった。ひきこもりの経験は隠したい。どうして人前で大っぴらにできるのか。なぜ、ひきこもっていた間の「空白の履歴」がプラスに変わるのか。興味がわき、5日後に東京で開かれるという「ひきこもり大学」に行ってみることにした。

会場のカフェはぎゅうぎゅう詰めで、エアコンが効かないくらい熱気に満ちていた。当事者だけではなく、親や一般の人の姿もあった。講師役の男性は寺山修司が好きで、著作「書を捨てよ、町へ出よう」になぞらえて「家を捨てよ、島へ出よう」というテーマで話をすると聞いた。自分とは違う特別な人が話をするんじゃないかと、不安を覚えながら席に着いた。

講義が始まった。先生役が登場すると、胸にあった不安はすぐに消え去った。おっとりとした雰囲気の男性。中学3年から不登校で、大学卒業後は内定を辞退して、ひきこもったという。

男性は、当事者らが集う場での出会いから小豆島へ移住することを決めたと話した。「ひきこもっていたからこそ巡り会いがあった。この出会いを大切に、思い切って環境を変える。ひきこもり歴が役立つこともあるという思いも込めて」

とつとつと過去を語る男性。「他人からは無駄に見える時間も、決して無駄ではない」。冒頭の言葉は、ここで聞いたものだ。心が震え、いつか自分もあの人と「同じ場所」に行きたいと思った。体が高揚感に満たされた。

あれから1年。最近、またひきこもりがちになっていた。5月5日、この日甲府市で「ひきこもり大学」が開講されることを知った。いても立ってもいられない。もう一度、あの感情を味わいたいという思いに突き動かされた。スマートフォンをズボンのポケットにねじ込み、車に乗り込む。はやる気持ちを抑えながら渋滞を抜け、会場の県立愛宕山少年自然の家に着いた。ここに、どんな「出会い」が待っているだろう。胸が高鳴る。深呼吸を一つして、ゆっくりと扉を開けた。

◇

ひきこもってていた人が「先生」となり、その経験や知識を、他の当事者や親、支援者、関心のある一般の人に語る「ひきこもり大学」。過去に悩み苦しんだ人が、いま悩み苦しんでいる人を支える。社会から撤退した当事者の「空白の履歴」が、一転して価値を帯びる場だ。第9部は、「ひきこもり大学」の可能性を探る。〈「扉の向こうへ」取材班〉

＝特集「心を映す言葉」 9面

この連載へのご意見や感想をお寄せください。記事で紹介させていただくことがあります。郵便番号400-8515、甲府市北口2の6の10、山梨日日新聞社編集局「扉の向こうへ」取材班（ファクス055・231・3161、電子メールkikaku@sannichi.co.jp）。

扉の向こうへ

山梨発　ひきこもりを考える　60

第9部　ひきこもり大学の可能性 ②

きっかけは親と子の「対話」

話したら、歩み寄れた

ひきこもり当事者の「空白の履歴」に価値を見いだす「ひきこもり大学」。誰が、いつ、どのようにして考え出したのか。

2013年夏、都内で開かれたひきこもり当事者らの集いで、当事者の一人、トラジロウ(37)＝仮名、東京都＝が温めてきたアイデアを披露した。「当事者が講師になって、親や支援者にひきこもりの経験を伝える場。それが、ひきこもり大学です」

23歳のとき、派遣社員として勤めていた会社の人間関係に悩み、辞職。自宅にひきこもり、いらだちを母親に向けたが受け止めてもらえなかった。ひきこもりの子をもつ親の会に出て「母が愛情を注いでくれない」と訴えても、会の代表から「そんなことはない」と否定された。

親と子で言い分や考えは異なるが、苦悩するいまの状態から脱したいと願う気持ちは同じ。にらみ合うのではなく、同じ方向を見つめる関係を築けないか。知り合いに声を掛け、第三者を間に入れた親子対話の機会を設けることになった。

12年7月、廃校の古い教室に約40人が集まった。最初は親と子が分かれて話し合い、出た意見を仲介者がそれぞれに伝えた。「将来が不安」「世間並みの生活に戻って」という親側の声に対し、子は「僕たちを信じていない」「親の年代の価値観を押しつけている」と反論。溝は深まるかに見えた。

だが、親子の直接対話が始まると雰囲気が変わった。相づちを打つ、意見を否定しない、という事前の約束が守られた会場は、いたわりの空気が感じられるようになった。当事者が生きづらさを伝え、親は苦しい胸中を明かし、双方が「そうだったんだ」と歩み寄れた。「革命的な日になった」と話すと、1人の母親がうなずくのが見えた。

小さな光を感じた。ひきこもりの言うことなんて、誰も聞いてくれない。そう思い込み、沈黙してきた当事者が発した言葉がこの日、意味を帯びた。マイナスでしかなかった「空白の履歴」が価値を持ったのだ。

「ひきこもり大学」を発案したトラジロウ。3月に開かれた講義で、両手を組んで講師の話に聞き入った　＝都内

当事者が「先生」になり、その経験を、親やひきこもりに関心のある人が聞く場をつくろう。大学のような場所だ。大学なら「学部」や「学科」があっていい。授業料は任意のお金を募金箱に入れてもらおう。ほかの当事者らの意見も取り入れ、構想を膨らませていった。

13年9月、都内のカフェで初めて「ひきこもり大学」が開講された。これまでに北海道や神戸などで計20回近く開かれているが、一つとして同じ内容はない。「生きていたいと思うようになりたい学科」「弱さでつながる学科」「大人の発達障害学部」「メンタルヘルス学部」「アダルトチルドレン学科」…。タイトルもバラエティーに富む。

今年3月に都内で開かれた講義は、性的マイノリティーの人が講師になった。周囲の偏見に苦しんだこと、心身のバランスが崩れて人前に出られなくなったこと、同じ境遇の人とつながることで「自分だけじゃない」と楽になれたこと。赤裸々な証言に、集まった聴衆はじっと聞き入った。

ひきこもった理由や期間は人それぞれで、悩みや苦しみもさまざま。当事者の数だけ「講義」がある。

「ひきこもり大学」の構想に着目したのが、ひきこもりを長年取材しているジャーナリストの池上正樹さん(52)。現在、運営をサポートする池上さんは、この取り組みに大きな可能性を感じている。「自分のひきこもりの経験が、いま苦しんでいる人の役に立つ。その実感が自信となり、当事者が社会参加に向かう糧になっている」

掲載日：2015年06月09日／1面／紙面頁001
紙面・記事・写真・イラスト等の無断掲載・転用はお断りします。Copyright 山梨日日新聞社

扉の向こうへ

第9部 ひきこもり大学の可能性 ③

山梨発 ひきこもりを考える 61

存在を認められた喜び

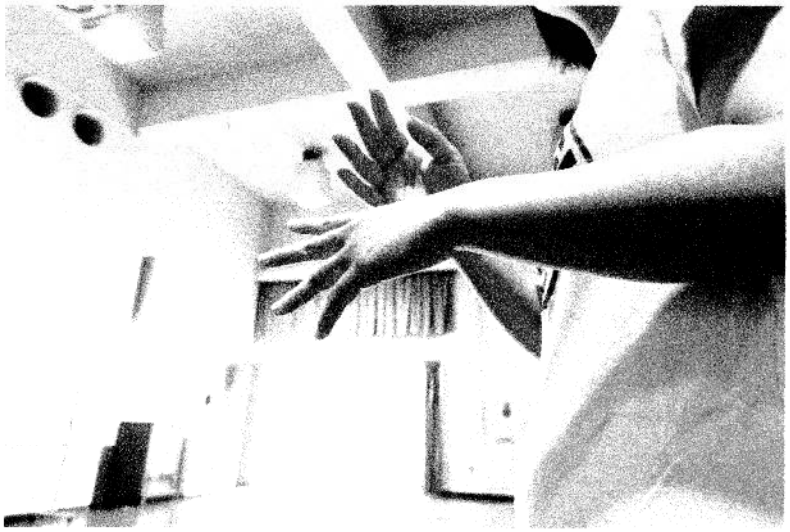
裏方でも「ありがとう」

当事者が主役になる「ひきこもり大学」。運営を支えるスタッフの中にも、当事者の存在がある。

キャンプファイアの火が、揺らめいていた。5月5日、甲府市の愛宕山にある広場。この日開かれた、県内初の「ひきこもり大学」に参加した当事者や経験者が、火を囲んで談笑したり、カップラーメンをすすったりしている。運営に携わった当事者のアキ(44)＝仮名、国中地域＝の姿も、その中にあった。

5年半前に仕事を辞め、ひきこもりになった。親しくしていた同僚から突然無視され、人格を否定するような言葉を浴びせられた。理由は思い浮かばない。相手の怒りに触れないよう、ひたすら空気を読む毎日。いつしか感情を表に出さなくなっていた。

一人で過ごす時間は、真夜中の大海原をゴムボートで漂流するような気分だった。40半ばになり、どこに向かっているのか。不安に震え、つながりを求めて当事者の集いに足を運んだ。だが、どこも「居場所」とは感じられなかった。30代、20代が多く、話題が合わない。将来の考え方も違う。それでも誰かとつながっていたくて、みんなが連絡を取り合っているインターネット電話のグループに加わった。



「ひきこもり大学は、形のない居場所」。アキはいま、就職活動を始めている ＝甲府・県立愛宕山少年自然の家

あるときから、「ひきこもり大学を山梨で開こう」という話題が中心になった。未知のイベントだったが、当事者が「財産」として経験を語る場と聞き、興味がわいた。話の輪の中にいただけなのに、いつの間にか運営スタッフの一人に数えられていた。

「夕飯はどうしよう」「宿泊予約は」。準備を進めるにつれ、ネット電話の向こうから困り切った声が聞こえてきた。そのたびにコンビニエンスストアに宅配を依頼したり、施設の下見に向かったり。頼まれたわけではないのに、気付けば自分にできることを考えていた。

イベント当日。イスや机を並べ、準備を済ませた。予想より多くの人が集まった会場で、当事者たちが経験を語り始める。その姿を見て、自分には「ひきこもりです」と人前に立つ勇気はないと思った。表舞台に立てる人がうらやましい。ただ、いまの自分の役割は彼らを支えること。裏方に追われた一日は、あっという間に過ぎた。

開催から12日後、都内で反省会が開かれ、ネット電話で参加した。主催者の声が聞こえてきた。「アキさんが縁の下の力持ちとして、支えてくれたおかげです。ありがとうございました」。ほかの当事者からも同じ声が寄せられた。

「えっ」。思わず口に出した。講師を務めた当事者のように、大役を果たしたわけではない。仲間として協力するのは当たり前。手伝ったのは誰でもできる簡単な仕事ばかり。それなのに―。パソコンの向こうから届く感謝の言葉が、驚きと喜びを伴って心にしみていく。ずっと抑えてきた感情がわいてきて、くすぐったかった。

「ひきこもり大学」では、居場所もあって、役割も与えられて、とてもうれしかった。当事者たちが集まって一つのことをやりとげたことは自信に、贈られた謝意は自分の存在が認められた証しになった。この経験はきっと、未来の自分を支えてくれる。

反省会では、9月に再び甲府で「ひきこもり大学」を開くことが決まった。「また、協力してもらえますか」。主催者の問いかけに、「はい」と声を出して答えたアキ。いま、次の居場所を見つけようと就職活動を始めている。

掲載日:2015年06月10日／1面／紙面頁001
紙面・記事・写真・イラスト等の無断掲載・転用はお断りします。Copyright 山梨日日新聞社

扉の向こうへ

山梨発 ひきこもりを考える 62

第9部 ひきこもり大学の可能性 ④

自作の詩 音楽に乗せて

外に届いた、秘めた思い

「ひきこもり大学」は、講義名や内容を講師となる当事者が自由に決めることができる。5月9日、東京・高田馬場駅から10分ほどのビルの一室で行われた、「ひきこもり大学自己表現学部×布団の中のアーティスト～五月病を吹っ飛ばせスペシャル～」と銘打ったイベントも、その一つだ。

ひきこもりになると、他者とのつながりが極端に細ってしまう。それは、自分の思いを誰かに伝えたり、共有したりする機会が乏しくなってしまうことでもある。だが、直接会うことが難しくても、インターネットでつながれば、自分の意見や作品を発表したり、互いに認め合ったりすることができる。ネット上の創作活動から生まれた自己表現の場。それが「布団の中のアーティスト」だ。

イベント会場は入り口付近まで人で埋まった。群衆の中に、モモコ(23)＝仮名、都留市＝の姿があった。

小学校のころから欠席がちで、中学校には1日も登校できなかった。「なぜ私ばかり」と苦しんだが、県内にできた当事者の集いに参加し、「私だけじゃない」と前を向けるようになった。この日、両親に頼んで車を出してもらい、2時間以上かけて会場に来たのには特別な理由があった。

数カ月前のこと。「布団―」の考案者で、シンガー・ソングライターの「哲生」から、フェイスブックを通じて依頼があった。「詩を提供してくれませんか」

心が波立つとき、感情を言葉にしてノートに書き留めてきた。いくつかの言葉をつなぎ合わせて詩にすることで、不思議と心は落ち着いた。ひきこもりの当事者や親の会で詩を書いていることが知られると、参加者の間で評判になった。

一方、中学で不登校になり、10代の大半をひきこもり状態で過ごした哲生。他者とのつながりを取り戻すきっかけになったのが音楽だった。いまは当事者が作った詩や曲を歌にして発表している「元ひきこもり」に、人づてにモモコのことが伝わった。

「次の曲の詩は、モモコさんという方が作ってくれました。ひきこもっていて、いろいろ悩んでいる気持ちを言葉にしてくれました」。数ある中からモモコが選んだ詩のタイトルは、「涙」。哲生が歌う様子を、両手でしっかりと握ったスマートフォンで撮影する。

〈涙はほんの少ししょっぱいの　心に流れると痛いの　塩はほんの少ししみるの　心につけると痛いの〉

哀愁漂うメロディーで奏でられる自分の詩。大勢の人が聞き入ってくれている。イベントの様子はネットで中継されていた。いま、世界の「誰か」ともつながっているんだ。こんな日が来るなんて。気持ちが高ぶり、呼吸が乱れるのが分かる。手に持ったスマートフォンの画面がぶれそうになるのを、懸命にこらえた。

演奏が終わると、大きな拍手が降ってきた。

イベント後の懇親会で、哲生が声を掛けてきた。「また、詩ができたら見せてもらえませんか」。はい、とすぐに返事をした。音楽に乗せて、たくさんの人に、遠くの人に、自分の思いを届けることができた。また、書こう。そして、伝えよう。私もちゃんと"外の世界"とつながっているのだから。

哲生が歌う様子を撮影するモモコ。スマートフォンを持つ手が震えるほど、自分の気持ちが高ぶっているのが分かった　＝都内（撮影・木下澄香）

掲載日：2015年06月11日／1面／紙面頁001
紙面・記事・写真・イラスト等の無断掲載・転用はお断りします。Copyright 山梨日日新聞社

扉の向こうへ

第9部 ひきこもり大学の可能性 ⑤

山梨発 ひきこもりを考える 63

苦しんでいる人に伝えたい

大丈夫 経験が糧になる

この1年で、山梨県内の「ひきこもり」をめぐる環境は大きく変わった。当事者の「居場所」ができた。家族会が生まれ、民間による支援が広がり、県は相談窓口の設置に動きだした。そして、ひきこもりの期間に価値を見いだす「ひきこもり大学」が19日、甲府・県立図書館で開かれる。講師として演台に立つのが、元当事者の永嶋聡さん(45)＝北杜市＝だ。

4月28日、永嶋さんは山梨学院大の竹端寛教授(40)に招かれ、大学の講義室にいた。「地域福祉論」の講義で、ひきこもりの経験について語るためだった。

昨年9月、ひきこもりに関する新聞記事に実名で登場して以来、生活は劇的に変わった。ほとんど誰とも関わらない暮らしから、一気に視界が開けたように人間関係は広がっていった。

巡り合ったのは同じ境遇の当事者だけではない。民間の支援者や行政の福祉部門の担当者とも出会い、それが縁で福祉社会学を専門とする竹端教授とも面会した。「講義で話しませんか」と竹端教授に誘われて、「当事者の実像が伝わるならば」と承諾した。

竹端教授に促され、およそ30人の学生が並ぶ前に座った。人前で緊張する性格は変わらない。20歳以上も年が離れた若者の視線がこちらに注がれる。手と足が震えているのが分かる。気付かれないよう、静かに話し始めた。

小学校で不登校になり、中学を卒業してから20以上の職を転々とした。人間関係に疲れて仕事を辞める、の繰り返し。40歳でひきこもった。自室の8畳間が世界のすべてだった。「物理的には生きているが、社会的には終わったと思っていた。でも、完全に自分をあきらめることはできなかった。役割や貢献できる場に飢えていた」

飾らず、気負わず、ありのままを語った。「ひきこもり」という言葉のイメージやレッテルにとらわれることなく、一人の人間としてひきこもりの本人を見てほしい。指先の震えは収まっていた。

後日、竹端教授から学生のリポートが送られてきた。「何事も見て、聞いて、理解することが大切だと思いました」「経験者だからできること、伝えられること、伝わることがあると思います」。肉声を届けることの重みを知った。

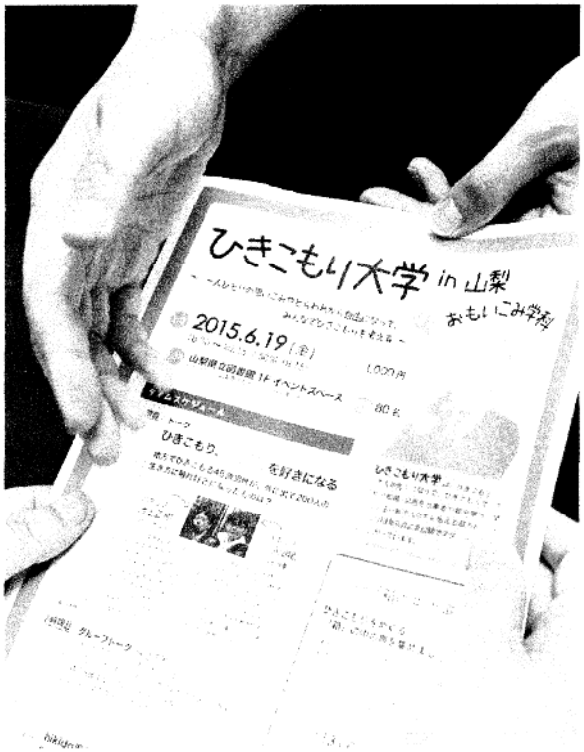
もう「ひきこもりの過去」を隠すことはしない。自作の名刺の裏面に、ユーモア交じりに経歴を書いた。「40歳で行き詰まり、働くことから撤退し、ひきこもり状態になる。45歳になり、何の役割も持たない自分に耐えかねて、仕事を自ら作り出すべく俗世間に復帰する」。初対面の人でも名刺から話題が広がった。

意気込んで買った500枚の名刺を収容できる分厚いファイルは、5分の1近くが埋まっている。どこに行くにも手提げかばんに入れて持ち運ぶ。名刺を見ると、相手の顔と掛けてくれた言葉が脳裏によみがえる。「私が出会ったひきこもりの人はみんな〝ふつう〟。怠けじゃない。居場所がないだけ」―。一人一人との出会いが、かけがえのない宝物だ。

「ひきこもり大学」で伝えたいことがある。5年、ひきこもった。ひきこもりがあるから、いまがある。失ったつながりは、もう一度再生できる。まだ見ぬ、いまも苦しんでいる当事者へ。大丈夫、きっとうまくいく。

（第9部おわり）

〈記事は清水悠希、戸松優、木下澄香、前島文彦、写真は広瀬徹が担当しました〉



6月19日に甲府市で開かれる「ひきこもり大学」のチラシ。講師を務める永嶋聡さんは当日、思いの丈を語るつもりだ

この連載へのご意見や感想をお寄せください。記事で紹介させていただくことがあります。郵便番号400-8515、甲府市北口2の6の10、山梨日日新聞社編集局「扉の向こうへ」取材班（ファクス055・231・3161、電子メールkikaku@sannichi.co.jp）。

掲載日：2015年06月12日／1面／紙面頁001
紙面・記事・写真・イラスト等の無断掲載・転用はお断りします。Copyright 山梨日日新聞社