

女の子と若年女性にとっての居場所

～「わたカフェ」の現場での気づきから～



WATACAFE

わたカフェ

公益財団法人プラン・インターナショナル・ジャパン

国内支援事業グループ（「わたカフェ」運営担当）

15才から24才の女の子のためのカフェ



WATA
CAFE

わたカフェ



世界一安心できる場所、ありのままの自分でいられる。

居るだけで落ち着くことができる場所があることに、とても感謝している。

— 「わたカフェ」利用者の女の子たちの言葉

はじめに

居場所が女の子と若年女性にもたらす 安心感、自己肯定感

公益財団法人
プラン・インターナショナル・ジャパン理事長
池上清子



Profile

いけがみ きよこ

国際基督教大学大学院で修士号、および大阪大学大学院博士後期課程修了、博士(人間科学)を取得。国連機関とNGOで経験を積む。長崎大学大学院熱帯医学・グローバルヘルス研究科教授、日本赤十字社理事、公益財団法人アジア人口開発協会専務理事を歴任。2016年9月、公益財団法人プラン・インターナショナル・ジャパン理事長に就任。

新型コロナウイルス感染症が拡大した2021年。

10代、20代の女性の自殺が、感染拡大前の5年間の平均と比較してそれぞれ69.8%、47.4%増加したという報告に、ショックを受けた方も多くいらっしゃると思います(一方で、従来もっとも多かった働き盛りの男性の自殺は各世代で10%前後の減少が見られました^(※1))。

これらは、家庭が決して安心・安全な場ではない女性、雇用の調整弁として扱われ、経済不安に直面した女性、仲間とのコミュニケーションを絶たれた女性が追い詰められた結果と考えられます。

ですが、これらはコロナ以前から存在していた女の子・若年女性^(※2)を取り囲む問題が、コロナ禍によって一気に顕在化したにすぎません。

30年前と比較して、世帯収入の中央値は約100万円減少し^(※3)、家庭に余裕がなくなるなか、親や家族との不和、虐待が子どもたちを追い詰めています。なかでも、若年女性は性被害、性的搾取の対象になりやすく、望まない妊娠などの問題も抱えがちです。また、男女間の賃金格差・教育格差、若い女性に期待される古い社会規範が残るなか、家庭のみならず学校や職場でも生きづらさを抱えがちですが、人間関係の構築が困難な時代、こうした問題を一人で抱え込まざるを得ないケースも。行政支援が終了する18歳以上の場合は、なおさらです。

2020年8月。コロナ禍の真ただ中、プラン・インターナショナル(以下、プラン)は女の子と若年女性のための居場所「わたカフェ」を池袋に開設しました。生きづらさや不安を抱え、孤独を感じる女の子たちに寄り添うことを目的としてのことです。

ここに、私たちの活動を後押しし、解決の糸口となるデータがあります。

「自分の居場所」と感じることができる場所を「まったく持っていない」と回答した子どもと、「6カ所」と回答した子どもの「自己肯定感」は、それぞれ10.3%と72%と大きな差が見られました。「相談できる相手の存在」についての回答でも同じ傾向が見られました^(※4)。

私たちが「わたカフェ」を運営するなかでも、信頼できる場所と人につながっているという安心感が、自己肯定感に、さらには未来を生きていく意欲につながると、日々、確信を深めています。

本誌では、「わたカフェ」という現場をもっているからこそ見える女の子たちの不安や問題を可視化し、彼女たちの生の声をお届けするとともに、どのような「居場所」「相談事業」のあり方が、より安心感、自己肯定感をもたらすことができるのかについて掘り下げました。また、これまでの3年間で見えてきた居場所運営のノウハウ、スタッフの現場からの考察もともに一冊にまとめました。

私どものフロントラインのスタッフが、日々試行錯誤するなかで見出してきた知見を、日本の女の子・若年女性のための支援活動のさらなる充実、ひいてはすべての女の子の前向きな人生のためにお役立ただけでしたら幸いです。

出典:

- ※1:警察庁「自殺統計」より 自殺対策推進センター作成
- ※2:プランでは、15～24歳を若年女性と定義
- ※3:「国民生活基礎調査の概況」(厚生労働省)
- ※4:「令和4年版 子供・若者白書」(内閣府)

プラン・インターナショナルとは

子どもの権利を推進し、貧困や差別のない社会を実現するために世界80カ国以上で活動する国際NGO。創立は1937年。すべての子どもたちの権利が守られるよう、とりわけ女の子や女性への支援に力を入れています。日本の女の子にも安心・安全な居場所を届けるために、「わたカフェ」を運営しています。

Executive Summary

女の子と若年女性の生きづらさに寄り添う、居場所・相談事業の意義と役割

現代の女の子や若年女性の生きづらさについて、さらに居場所や相談相手がある解消にどう役立つのか。本書で扱うテーマについてのまとめをこちらにお届けします。

（女の子が抱える生きづらさとその原因）

貧困・生活困窮

- ・家庭の経済状況の悪化
- ・学費の上昇、奨学金返納

特に女の子が直面しがちな問題

- ・性被害、性的虐待
- ・望まない妊娠
- ・ヤングケアラー

孤独・孤立

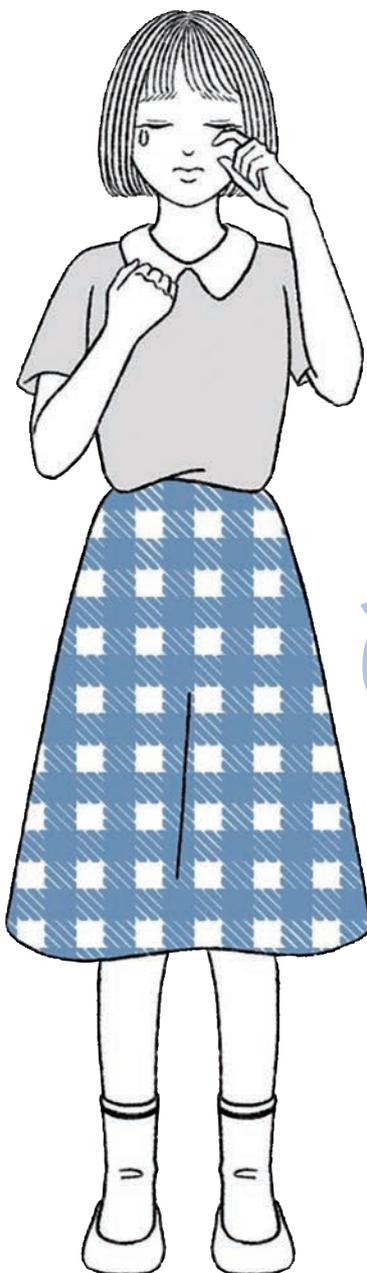
- ・親や家族との不和、家庭での暴力・虐待
- ・学校や職場などでの人間関係の困難さ

メンタルヘルスの不調

- ・不安、無力感、希死念慮
- ・うつ、適応障害、発達障害
- ・自殺

支援の少なさ

- ・18歳で行政支援の多くが終了
- ・居場所がない、頼れる人がいない



貧困家庭で育った。
引きこもり、高校卒業以来
何もしていない

通信制高校に通っている、
誰かと話す機会が欲しい

今月中にアパートを
出なければいけないが、
どうしていいかわからない

母子家庭で
家に誰もいないので、
なるべく遅く帰りたい

大学在学中、
仕送りだけではやっていけない。
将来に希望がもてない

生活保護を受けて単身生活。
将来が不安

精神的に不安定で
居場所がない

※これらは「わたカフェ」利用者から
集まった声の代表例です

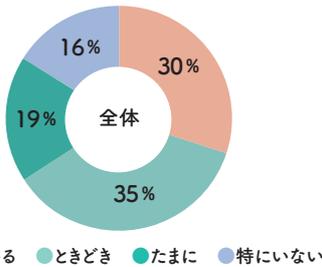
居場所や相談相手の意義と役割

継続的な相談先が増えることは心強い

(居場所は)いつも迎えてもらえる安心感があった

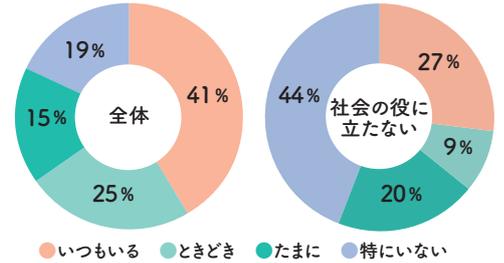
女の子たちは、複数の居場所や相談相手を求めている

- ・2/3の女の子が「困ったときに相談できる相手」が「いつも」または「ときどき」と回答
- ・それでも居場所を来訪している (→詳細は9ページ)



助けてくれる人の存在と自己効力感は相関関係にある

- ・「自分は社会の役に立たない」と感じている女の子の40%以上が、「緊急時に助けてくれる人がいない」と回答(回答者の女の子全体では19%)
- ・助けてくれる人の存在が、自己効力感につながると考えられる (→詳細は9ページ)



自信のない自分を受け入れてほしい

話をさえずらず最後まで聴いてもらえたり、こちらのテンポにあわせてもらえたりすると話しやすい

大人と話したい

※これらは「わたカフェ」卒業生の声の一例(→詳細は10ページ)と、スタッフ座談会(→詳細は17ページ)での現場からの所感です

居場所が、安心感や自己肯定感をもたらす

- ・そのままの自分を受容し、共感してもらえることを求めている
- ・それを得られることが、安心感、ひいては自己肯定感に (→詳細は18ページ)

次のステップへの準備をすることができる

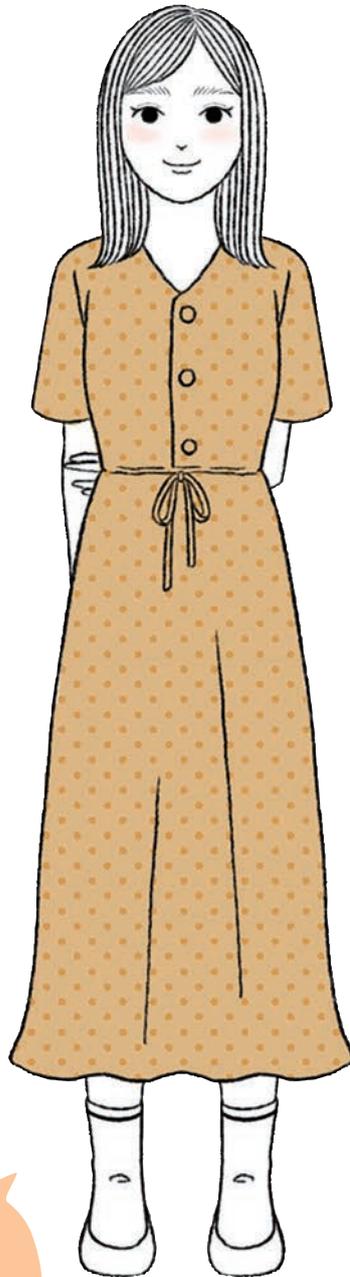
- ・居場所によって問題がすべて解決するわけではないが、そこに向かう意欲や知識を得られる (→詳細は20ページ)

感情的にならず、内容を否定しないで受け止めてもらえると安心できる

生活保護の受給、病院の受診ができるようになるなど、生活に変化が

女の子の人間関係構築のお手伝い役

- ・家族、学校、病院などは、女の子の日常を支えるアクター
- ・彼らとの関係構築を居場所がサポートすることで、女の子を支えることに (→詳細は20ページ)



女の子・若年女性の生きづらさ

～「わたカフェ」の3年間・約260人のデータから～

「わたカフェ」は、女の子と若年女性が安心して過ごせる居場所です。「生きづらさ」を抱える彼女たちが安心して過ごし、気軽に悩みを相談できる場の提供を目的に2020年に開設されました。居場所や相談相手を求めて訪れる女の子たちに寄り添い続けて3年。アンケートなどを通じて集まった約260人の女の子たちのデータからは、彼女たちの悩み、身近な人々との関係性などが浮かび上がってきました。ここに、生きづらさを抱える女の子たちの現状をご報告します。

「わたカフェ」の運営状況、特長

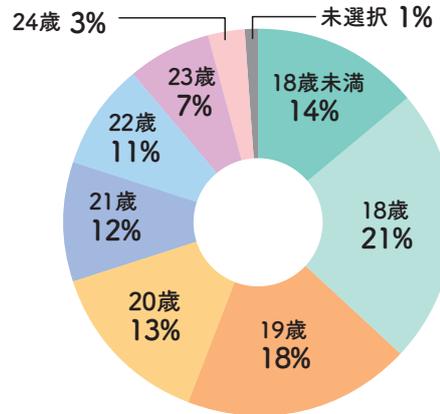
- 対象は15～24歳の女の子と若年女性
- 訪れる女の子は、その日の気分にあわせて自由に過ごせます
(おやつや食事をとる、読書をする、DVDを観る、宿題をする、昼寝をする、など)
- 希望者には、社会福祉士、精神保健福祉士、臨床心理士、助産師らが個室で相談に乗ります(来訪者の約50%が相談を希望)
- 月・火・木・金曜の13:00～19:00オープン
- 日中の過ごせる場所として、学校帰り、アルバイトに行く前などに利用する人が多くいます
- 月の平均利用者数(2024年2月末日)は149人、うちリピート率は約60.4%
- 初回来所時に社会関連性指標に基づくアンケートを実施しています

「わたカフェ」利用者のプロフィールと抱える課題

どんな女の子たちが、どのような悩みを抱えて「わたカフェ」のドアをたたいているのか。利用してみたの満足度は？ここでは、約260人の女の子によるアンケート結果をご紹介します。

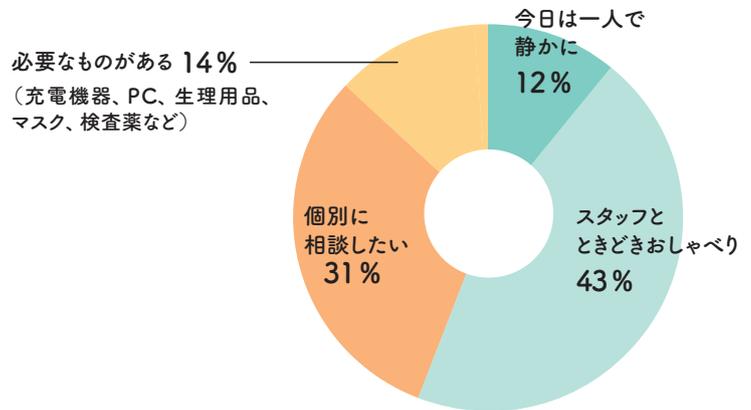
年代

18才～19才時に初回登録をした利用者が多く、高校卒業時、大学入学時など、環境の変化をきっかけとした来室が目立つ。



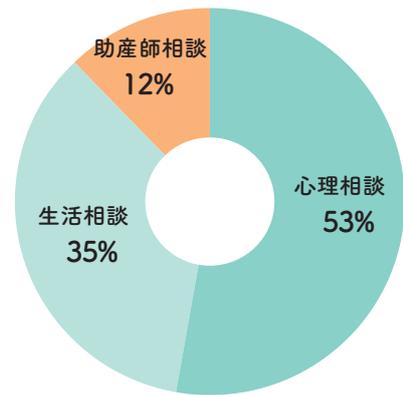
「わたカフェ」での過ごし方の希望

利用者には毎回、「過ごし方カード」を配布し、その日の過ごし方の希望を聞いている。「個別相談」や「スタッフとおしゃべり」の希望が多い。居場所としてのニーズだけではなく、誰かと話したい、悩みを相談したいなどコミュニケーションを目的の一つとした来室が多い。また「必要なもの」では携帯充電器の貸出しが最も多くなっている。



相談内容

心理相談を希望する割合が高い。進路、就職、家族関係・人間関係の不和などメンタル疾患を患う要因と、揺れ動きやすい年代であることから問題が複雑に絡まり、複数回の相談を要する利用者がほとんどである。

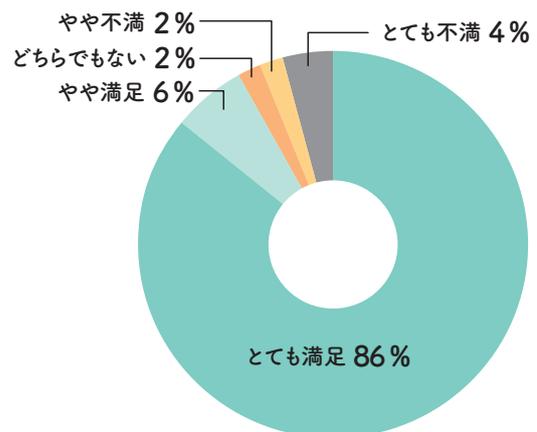


「わたカフェ」で自分の意見が尊重されているか

【フリーコメントから】

- ・安心感いっぱいの空間
- ・静かで落ち着いているし、だけど話もしっかり出来るのが良い
- ・悩みに寄り添ってもらえる
- ・何か話したい、モヤモヤしてる時に、一人で抱え込みやすい人ほど、利用してもらったら落ち着くような場所だと思う

わたカフェは安心して過ごせる場所になっており、概ね満足をしている利用者が8割にのぼる。プライバシーの配慮やスタッフの対応、自分の意見を尊重してもらっているという満足感を感じることができている。



社会関連性指標から見た、利用者の社会性と自己効力感

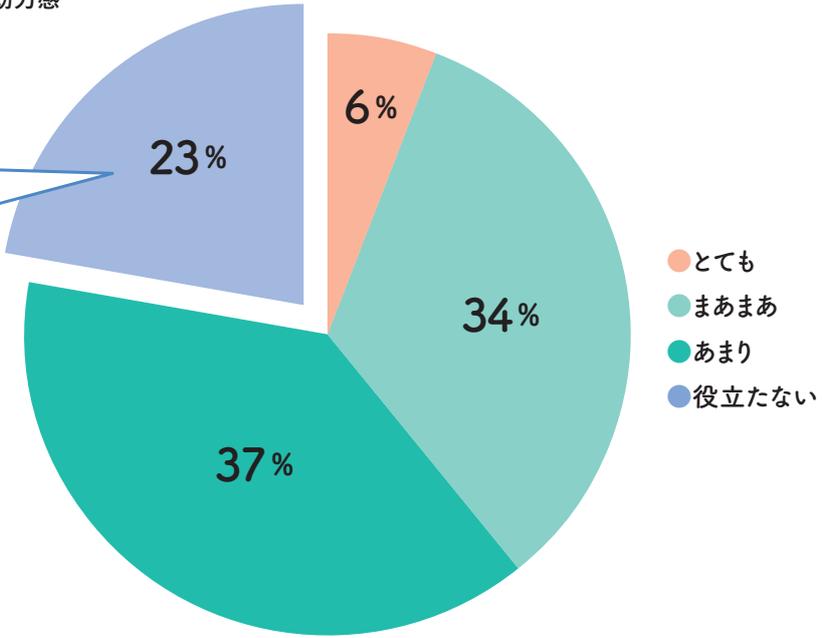
初めて「わたカフェ」に来所した際、女の子たちに社会関連性指標のアンケートに回答してもらっています。そのデータから、女の子と身近な人々、さらには社会とのつながりの濃度が見えてきます。社会とのつながりが自己肯定感・自己効力感にどう作用するのかも分析してみました。

自分は社会に何か役に立つことができますか

自分が社会の役に立たないと考えている利用者が多く、「あまり」「役立たない」を合計すると6割になる。年齢的による部分もあると考えられるが、自己効力感が低い利用者が多い。

● 社会関連性指標とは
地域社会の中での人間関係の有無、環境とのかかわりの頻度などにより測定される、人間と環境とのかかわりの質的、量的側面を測定する指標です

社会の役に立たないと答えている23%の対象者を自己効力感が低いととらえ、以下にクロス集計を行った



家族・親戚と話やメール（ラインやアプリのDM含む）などの交流をする機会はどのくらいありますか

全体

頻度	割合
ほぼ毎日	54%
週2度くらい	12%
週1度くらい	15%
月1度以下	19%

「自分は社会の役に立たない」と回答したグループ

頻度	割合
ほぼ毎日	48%
週2度くらい	6%
週1度くらい	16%
月1度以下	30%

● ほぼ毎日 ● 週2度くらい ● 週1度くらい ● 月1度以下

「社会の役に立たない」と思っている利用者は家族と話す機会が少ない

職業や仕事（アルバイト含む）、学生、ボランティア、家事など決まった役割がありますか

全体

役割	割合
いつもある	64%
ときどき	15%
たまに	5%
特にない	16%

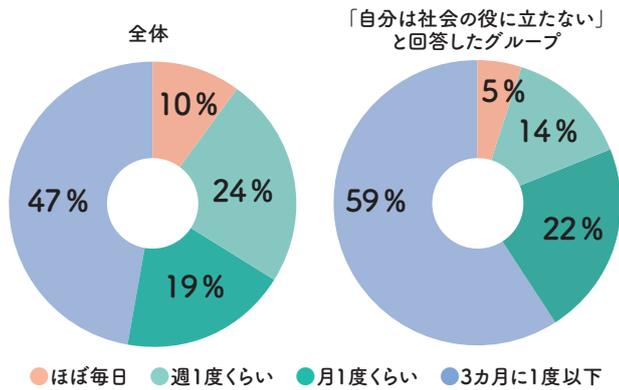
「自分は社会の役に立たない」と回答したグループ

役割	割合
いつもある	52%
ときどき	22%
たまに	2%
特にない	24%

● いつもある ● ときどき ● たまに ● 特にない

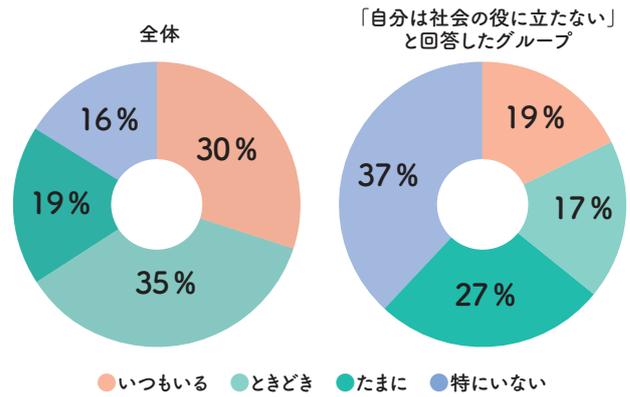
学生が多いため、役割を持っている利用者が6割超であるが、「ときどき」「たまに」「特にない」という利用者も3割いる。「社会の役に立たない」と考えている利用者は決まった役割がないことが多い。「ときどき」「たまに」「特にない」を合わせると50%弱になることは見逃せない

オフ会や習い事、サークル、ボランティア、ミーティングなどに参加する機会はどのくらいありますか



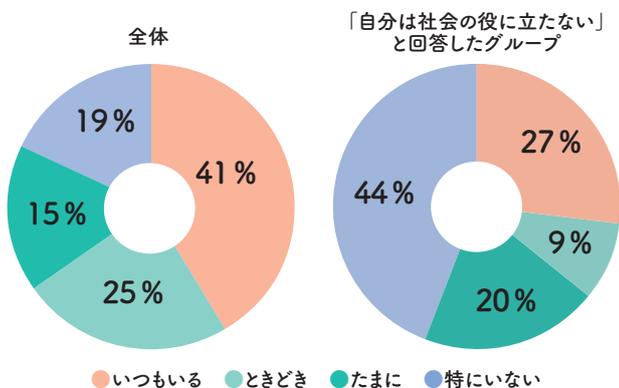
実際に人と会う機会は「3か月に1度以下」が半数を占め、普段会う人が少ない傾向がどちらのグループにも見られた。特に「社会の役に立たない」と感じているグループではその割合が大きかった。

困った時に相談にのってくれる人がいますか



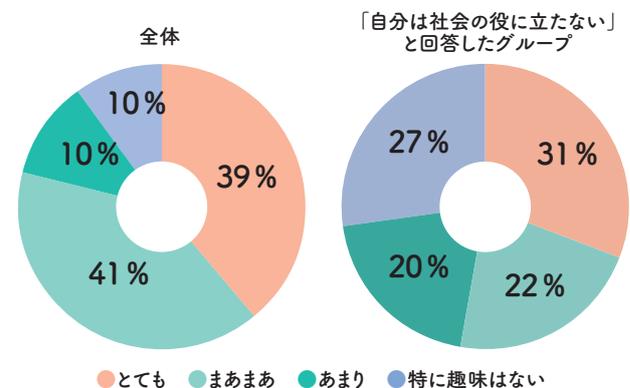
全体で、相談にのってくれる人が「いつもいる」利用者が3割、「ときどき」まで含めると65%になる。相談にのってくれる人はいるが、それでも「わたカフェ」に来て話したい、相談したいという利用者も多く、専門スタッフに相談したいニーズがある。「社会の役に立たない」と考えているグループでは困った時に相談にのってくれる人が「たまに」「特にいない」を合計すると6割にのぼる。人とのつながりの少なさが自己効力感に影響していることがわかる。

緊急時に手助けをしてくれる人がいますか



全体では、緊急時に手助けをしてくれる人をもつ利用者は非常に多く、6割以上だった。一方で、「社会の役に立たない」と考えているグループでは緊急時の手助けがないと答えた人が4割以上になり、孤立していることがわかる。

趣味を楽しむほうですか



「社会の役に立たない」と考えているグループでも趣味を楽しんでいる利用者が3割おり、それなりに自分の趣味をもっている。一方で、「特に趣味はない」と回答している割合は全体に比べて2倍以上となっている

Key Findings

データから見える「わたカフェ」の利用者像と自己効力感について

- 相談先があり、家族との交流、趣味もあるにもかかわらず、相談内容は精神的な相談が多く、つらさを抱えている
- 自己効力感の低い利用者は、家族との交流も少なく、相談先もあまりない。つまり、社会的なつながりや相談先が増えることによって自己効力感も上がっていく可能性がある
- 誰かと話したいと思っている利用者が多い

→ 「わたカフェ」を利用する女の子たちは、リアルな居場所と相談相手を求めている

「わたカフェ」を利用した女の子の声から見える 居場所・相談員に期待すること

これまでお伝えした通り、居場所や相談相手の存在が、困難を抱える女の子や若年女性たちの安心感や自己肯定感につながり、自らの人生を自らで選択していこうという気持ちにつながると考えられます。けれども、その居場所や相談相手により、逆に彼女たちの不信感につながることもあります。そこで、対象年齢を超えて「わたカフェ」から卒業していく女の子たちに、「相談員に期待する姿」「相談をやめようと思ったケース」などについてインタビューしました。彼女たちの実際の経験と正直な思いをお届けします。



「インタビューに答えてくれた女の子たちのバックグラウンド（背景）」

卒業時のインタビューのなかから、本誌では特に4つの質問への女の子たちの回答をご紹介します。彼女たちの回答の意図や思いへの理解を深めていただくために、このページでは女の子たちが「なぜ」「どんな風に」「わたカフェ」とつながっていたかの背景を以下のようにお伝えします。

- ①「わたカフェ」を利用するようになった理由、背景、きっかけは？
- ②どんな時に、どんな風に「わたカフェ」を利用していたか。またその印象は？

Aさん

- ①「死にたい」「失踪したい」。そんな自分の気持ちを話せる場がなくて辛かった。ネット検索で見つけ、利用するように。
- ②心理相談をメインに、また勉強する場所として、週に1~2回利用。一人だと辛くなってしまうが、「わたカフェ」でなら勉強していて辛くなった時にスタッフと話をして落ち着くことができた。

Bさん

- ①仕事とお金のことで困っていて、相談できる場所をネット検索して見つけた。また、精神科を探しており、その相談もしたかった。住んでいる場所からのアクセスがよかった。生活保護の受給（「わたカフェ」のサポートによる・編者注）前は、他の支援機関から食料を送ってもらったり、LINE相談などしていた。
- ②相談を目的として利用。女性しかいないので、「めっちゃよいな」と思った。男性は怖い。

Cさん

- ①別の機関で支援を受けていた時の友人から誘われて。支援に頼ってばかりでいいのかと遠慮してしまったりで、最初は積極的に来られなかった。
- ②（「わたカフェ」）に行くとき迎えてもらえるから安心感があった。距離が近いために「うるさいな」と思ってしまう支援機関もあるが、「わたカフェ」は気軽に来て話せるから「心のお守りの存在」だった。自分でがんばって無理だったら相談に行ける場所。

Dさん

- ①ネット検索で知った。「女の子の居場所」を強調されていて、自分が当てはまるのか分からず、初めは行くことに抵抗があった
- ②（「わたカフェ」）に行ってみたら、スタッフ全員の自己紹介があったり（有資格者だということも信頼できた）、トイレに意見を書いて入れるボックスや避妊具が置いてあったり、「利用者同士で遊ぼう」と言われることもないしで、きちんと運営されていると感じた。
食事の内容が決められないとき、病院の行き帰り、生活応援品が欲しいとき、一休みしたいときに利用していた。婦人科の相談もでき、「転院したら」と言ってくれて救われた。

Eさん

- ①家出中で、夜泊めてくれる人のところに行くまでの時間繋ぎに使っていた。
- ②気持ちの整理や報告を聞いてもらったりできた。

インタビューの手法について

- 「わたカフェ」の利用対象年齢は15~24歳のため、25歳のお誕生日を迎えた卒業時に面談し、「これまでの『わたカフェ』との関わり方」「『わたカフェ』の利用を通じての自身の変化」「改善してほしいこと」などをインタビューします。紙のアンケートなどでは分からない、個人の思いや変化などを聞いています。今回は、「相談員に期待する姿」などについても追加でヒアリングしました
- 個室で、有資格者（社会福祉士、臨床心理士など）が個別にインタビューします
- 「答えたくない質問には答えなくて良い」「いつでもこのインタビューをやめることができる」ということをあらかじめ伝えておきます
- 彼女たちの声を、個人が特定できない形で公にすることについて、了承を得ています

Q1. 「わたカフェ」利用前と現在で状況に変化はありましたか？ それはどのような変化でしょうか？

これまで、死にたい気持ちを自分が否定していたし、言い訳にしていると思っていた。死にたい気持ちを消したいと思っていた。「わたカフェ」で死にたい気持ちを話していくうちに、死にたい気持ちをなくすことがゴールじゃないと思えるようになった。長年付き合いしてきたものだから消せるわけがない。上手く付き合い合っていこうと思った。良い意味で諦めになった。

第3の安全基地ができた。

生活が変わった。生活保護の受給と病院（精神科、婦人科、内科）に受診できるようになった。

家を出て一人暮らしをするようになった。母に家を追い出される前に外に行ったり、なんとなくふらふらしたり、そんな毎日が終わった日は、突然だったけど、沢山の人に助けてもらった。助けてもらう自分を少しだけ許せるようになった。

自分の考え方や意識の向きやすいところを気づかせてもらった。専門的な意見が役に立った。

シェアハウスを出て、一人暮らしを始めた。

「わたカフェ」だけが要因ではないけれど、継続的な相談先が増えることは心強かった。脅かされる存在から離れることができて、親のことも話すことができた。友人にも話していたが、そうなるとうちの親がひどいかみたいな話になってしまったので、フラットに話を聞いてくれる相談員の存在はありがたい。



Q2. これまでに話を聞いてもらった大人で「話しやすかった」「話せてよかった」という経験はありますか？

相談支援機関Bで、「幼少期の経験を話していい」と言われ、自分の辛さや痛みに気づけた。

現在、通院しているクリニックの女性医師は、否定しない人で話しやすい。

相談支援機関AのLINE相談は、20代前半のスタッフなので友人感覚で話しやすい。

予備校の心理士。浪人時代に助けてもらった。心理士は自分の助けになると思えた。「ここではどんなに死にたいと言ってもいいから、生きてほしい」と言ってくれた。自分と同じ深さで考えてくれた。「わたカフェ」の心理士は、私の気持ちをいつも正確に把握してくれて受け止めてくれた。気持ちに寄り添ってもらえたから、安定して生活できていた部分がある。人生に否定的でも、その態度を否定しないでいてくれる安心感があった。相性が良かった。

相談支援機関Cで、「自分の気持ちを持っていていいし、言ってもいい」と言われ、意思表示をしていいのかと思えた。

相談支援機関Dで、「自分は間違っていなかったんだ、相談していいんだ」と思えた。

支援機関Eは、テンションが高くて、こちらがひと通り話してから助言してくれる。さえぎられないと気分がいい。

話せなくても待ってくれて、最後まで「なんにも言えなくても、「またね」と言ってくれた方と話したときに、私の代わりに感情を持ってくれた方たちには感謝している



Q3.

逆に自分の気持ちを話すのは止めようと思った経験はありますか？

家族の不安定さを学校の女性の教師に相談したら、「そういうひどい母に育てられた女の子は、同じような子育てをするんだよ」と言われて、不信感を覚えて、相談しなくなった。

支援機関Aでは、正論しか返ってこなくて、分かってもらえないと思った。スタッフに「私、その座り方が気に入らない」と言われた。本当にこっちを思ってくれていたなら、そんな言い方はしないのではないかと思った。

具合の悪い時にどこか居場所に行きたくて、支援機関Fに連絡をしたら、「他の利用者に危害を加えられたら困るから、落ち着いたら来てほしい」と言われた。落ち着いたら行かなくても大丈夫なのにと考えた。利用者に対してどこかで下に見ている。

支援機関Eに親をかばうスタッフがいて、その人は変えてもらった。親の擁護をされると「この人にはもう言わない」と思った。

お世話になったことがある施設に行ったら、自分の趣味をバカにされ、気持ち悪いと言われた。また、お金がなくて病気が悪化して大学に行けなくなったのに、「大学には行かなくていい」と言われて終わった。

最初に通院したメンタルクリニックの男性の医師が怖くてトラウマになった。

大学の心理士さん。死にたい気持ちを打ち明けても掘り下げてもらえなかった。いつも生活ができているかとか勉強ができているかとか表面的な話ばかりだった。だから内面的な気持ちを話すのは止めようと思った。

痴漢や父からの性的虐待を友人に相談した時に、他の人にはおろされたり、ちやかされたりした経験があった。友人から「痴漢されたってことは、女として見られたってことじゃん。よかったじゃん」と言われ、相談しなくなかった。

母との出来事で絶望していた時にスタッフが迎えに来てくれたけれど、「大丈夫です」と断ってしまった。「こんなにやっているのにそんなことを言わないで」と強い口調で怒られて、さらに絶望した。

支援機関Gは、なかなか返信のこない相談機関。ようやく連絡がついて自分の話ができたと思ったら「あなたの話はとても面白い」と言われた。面白い話でなくても聞いてほしいと思った。

「話せるときにおいで」と言ってもらえるのはうれしかったけれど、忙しそうにされていると、時間を多くもらってしまうのが申し訳なくて、「大丈夫」ってことにしていました。



Q4. どんな環境だったら 自分の悩みを話そう、意見を言おうと思うでしょうか？

「わたカフェ」は、スタッフが女性ばかりで、誰にも聞こえない状況で、ニックネームで話せるのがすごく良かった（自分の名前が好きではないので、本名がバレるのが嫌）。

話の主導権をくれていたら話せたかも。自分の聞きたいことだけを聞こうとして沈黙を待ってくれなくて、テンポよく話を進めていたので話せなかった。死にたい気持ちがあると言っても、違うことを言ってきたりして、予想斜め上の答えが返ってきていたから、そこ（死にたい気持ち・编者注）に触れてくれたら話せたと思う。

自分は人に頼るのが苦手だし、自分から言うのは苦手。関わる時間が増えたら話せるようになる。相手に不快に思われていないか常に心配なので、大丈夫だと分かると安心して話せる。

絶対に女性がいい。
男性でも半年以上仲良くなればいいが、痴漢されて相談したときに、「自分も触りたい」と言われて、苦手になった。

否定せずに対話をしながら、傾聴してもらえる。

うそでも時間のあるふりをしてくれるか、時間をはじめに決めてもらったり、名前を呼んでもらえたりすると話しやすかったです。

あきらかに間違っていること以外は否定しないでほしいと思う。感情的にならないでほしい。存在を否定しない、趣味を否定しないでほしい。趣味とかは変えようのないことなのだから。



「Recommended ぜひ実践して」と 「Not recommended やらないほうがいいこと」

- 女の子たちは、何を伝えたらよいかを迷いながら大人に非常に気を使いながら話している
- 相談員は相手が思ったように話してくれないと「話を聞いたけれど話さなかった」など相手側の問題ととらえてしまいがちだが、聴く側の姿勢で心の開き方は変わってくる

このインタビューから浮かび上がった支援する側があらためて心がけるべき共通のポイントをここに、「Recommended ぜひ実践して」と「Not recommended やらないほうがいいこと」として整理します。

下記にあげたことが常に当てはまるとは限りませんが、私たち相談員が相談者の気持ちをしっかり聴くことができているのだろうか謙虚に問い続ける姿勢が重要です。

Recommended ぜひ実践して

- まずは相手を丸ごと受け止め、否定せずに話を最後まで聴く姿勢
- 話が聴けて良かったのフィードバック
- 感情的にならずに、出てくる言葉に耳を傾ける
- 表情は優しく、柔らかく
- 支援者側からすると、反論をしたくなる、注意をしたくなる場面はある。しかし、そこは何のために話を聴いているのか、彼女たちとの信頼関係を築くための一歩なのだということを理解する
- 一度で解決できることは少ない。時間をかけることを念頭におき、味方になる覚悟を持って話を聴く

Not recommended やらないほうがいいこと

- 最後まで話を聴かずに遮り、自分の意見を言う
- これまでの行動の意味や裏にある事情や努力を聞くことなく否定する
- ソワソワする、時計をみる
- 忙しそうにする、または忙しいと何度も言う
- 周囲に話が聞こえる環境で話をする
- 信頼関係ができないうちに質問攻めにする

番外編「プランに協力するユースからの意見」

プランは若者の声や意見を活動に反映させるべく、高校生、大学生、専門学校生、20代の社会人からなるユース・グループとともに活動しています。「社会をより良くするために貢献したい」と考えて積極的に活動に参加している彼らですが、「相談員」に求める姿は、「わたカフェ」利用者の女の子たちと、非常に共通していることが見て取れました。ここに、その一部をご紹介します。

「傾聴してくれる姿勢、否定から入らない、柔らかい表情、あいづちを打ってくれる人などが話しやすい」

「にこにこしてくれる感じ、ほめてくれる人は話しやすい」

「日頃の信頼関係が大切、相談するまでの関係性」

「雑談をしている中で話せそうなら話したりする。急に悩みを話すのは難しい」

「次の人が待っていたりすると話づらい。気を使ってしまう。忙しそうにされると話ができない」

「言語化できない自分の気持ちをつらつら話し、『つまりこういうことなんだね』とまとめられると話し足りない感じがする」

「困ったことがあった時にはチャットGPTを利用した。顔を見せる必要もなく、いつでも気軽に話ができた。返答も役にたった」

「学校は閉鎖的、距離が近すぎてかえって話ができなかった。友人からどのように見られているのかも気になってしまう」

居場所スタッフ座談会

女の子に信頼してもらうために 必要なこと・姿勢

「わたカフェ」では、有資格の相談員たち（全員、女性）が女の子や若年女性の相談に乗っています。リピートして利用する女の子も多く、相談員たちは時間をかけて、一人ひとりの異なる背景や抱える課題に応じて、ていねいに対応しています。

現場で日々、女の子たちに向き合うスタッフだからこそ感じる「居場所の意義・役割」「相談員としての姿勢」「信頼関係を築くために必要なこと」などを、座談会形式でお届けします。



「わたカフェ」スタッフ紹介

M

社会福祉士、精神保健福祉士

更生保護施設、子ども家庭支援センター、女性シェルターに従事。自立支援や生活支援などソーシャルワーカーとしてさまざまな生活サポートや相談業務に携わった。

M

保育士・社会福祉士

一般企業での勤務を経て、児童養護施設に勤務。様々な事情で家庭での養育が困難な子どもや虐待されている子どもなどの保護、養育、自立支援に携わった。

K

臨床心理士、公認心理師

児童精神科クリニック、スクールカウンセラー、適応指導教室等で心理士として勤務。その後、児童相談所にて児童心理司として勤務。

J

助産師、看護師、養護教諭、 産業カウンセラー、思春期保健相談士、 性教育認定講師

病院で助産師、企業の健康管理部門で看護師として従事した後、養護教諭として学校保健室に勤務。その後、学校や企業などでの講師活動を行いながら、「わたカフェ」に携わっている

R

臨床心理士、公認心理師、 精神保健福祉士、社会福祉士

精神科病院ソーシャルワーカー、ロンドン郊外のDrop in Centerにて1年間ボランティア。帰国後、EAP会社でのメンタルヘルス支援や企業のカウンセリングルーム、女子大の学生相談室、メンタルクリニックでのカウンセリングに従事

「安心して話ができる場所」を求める女の子たち

一女の子たちが抱える生きづらさは前述のとおりですが、**主な要因はどこにあると感じますか？**

R：コミュニケーション能力重視の時代、というのはひとつの要因かと思います。学校になじめない、社会になじめない、という子たちが本当に増えてきています。

M：仕事でも以前のような単純作業がなくなって、すべてがAI化するなか、若い子たちは以前よりずっと、完璧さを求められている気がします。

M：さらに、自立をすごく求められる時代だと思います。核家族が増え、共同体がなくなるなか、「すべてを自分でしなくてはならない」「自立できないとダメな人間なんだ」と若い人たちが思い込まされている。家庭に余裕がない、そんな家庭をバックアップする機能がないのだと思います。

M：そこに拍車をかけるように成人年齢が引き下げられました。「自己責任」という名のもと、「18歳になったのだから、ひとりの大人として自分で生きて行きなさい」と国が言っているのを感じます。失敗しても再チャレンジする機会がなかなかない。例えば、一度休学したら奨学金がなくなるなど復学が難しかったりします。

R：「わたカフェ」には大学生が結構多いのですが、大学のキャリア相談などにも積極的に行っています。女の子たちは皆まじめに将来を考えている一方で、社会に出ることに非常に強い不安も抱えています。ブラック企業に入ってしまうのではないかと、自分の時間をすべて仕事に捧げなければならないのではないかと。

K：そもそも、大人の女性が生きづらさを感じています。「女性は周囲をケアする人」「ニコニコと静かに何でも受け入れるべき人」でなくてはいけないと思込まされている。そんなお母さんや女性たちを見てきた女の子たちも、「自分らしく生きることはダメなこと」と思込まされているのかも。進路や就職を決める際、「自由にしていよいよ」と言われても行く先のイメージが狭められていて、しかもそれが幸せそうではないというか。

—「わたカフェ」で、女の子たちが見せてくれる顔は？

J：私は学校の保健室に勤務していたことがあります。大きな違いは、「わたカフェ」スタッフである私たちは、学校や家での行動、成績などの情報を一切入手できないということ。さらに、学校と違って「相談した内容が親に伝わってしまうのでは？」「内申に響くのではないかと？」と心配する必要もない。だからこそ、女の子たちは安心して自分の主観のみを話してくれます。

M：外では評価されるので、「ちゃんとした自分でいなくてはならない」というプレッシャーを、女の子たちの話の節々

から感じます。「わたカフェ」は、そんな彼女たちが評価を気にしないで話せる場所なんだろうと思います。

R：学校や家庭という、彼女たちの日常から切り離された「居場所」はとても意味がありますよね。それから、「キャラ問題」です。普段はとてもまじめで問題のない子としてふるまっているけれども、それはがんばって作っているキャラ。本当は嫌なことや不満を言いたいけれど、できない。また、別のキャラにはなれないと自分を縛っているのかも。「わたカフェ」なら、自分を縛っているキャラから抜け出して、話ができるのでは。

M：学校でも家でもない所で、大人に甘えに来ているのだなと感じます。本当の自分を出せるかどうかを最初はすごくうかがっているのが、第一印象とその後の印象が違ってくる子がよくいます。最初はともしっかりしているように見えたのに、実際は全然違って、「こんなダメな私でも受け止めてよ」と甘えてくる子も。

M：一方で、普段あまり言葉を発しなかったような子が、自分の力でシェルターに入ったり、働き始めたり。実は力をもっていて、驚くこともあります。「評価をくださることはない」「違った顔を見せることができる」ということが逆に、力を発揮することにつながるのかもしれない。



—利害関係のない“第三の場所”だからこそ、できることは？

J：あくまで“本人主体の寄り添いができる”ということでしょうか。

M：もちろん本人の主観だけだと、周囲への影響が大きかったり、社会に出て自分も損をしたりすることもあるかもしれませんが、全体を整理して「何がいけないのか？」を伝えることもあります。その際は、ひとりよがりの支援にならないように、他のスタッフと相談して進めます。

R：多職種のスタッフがいるので、そこは安心できますね。1つのケースを巡っても、複数の職種の視点でスピーディに相談しあって方向性を出せる、いわば専門職のチームプレーで対応できるのは心強いです。

「あなたの味方であると伝える」ことで、女の子の思いを引き出す



一個別相談に乗る際に、心がけていることはありますか？

K：初回の個別相談は「この子と話すのはこれが最初で最後かもしれない」という思いで臨みます。「理解してもらえなかった」「相談するに値しない」と思われたら、もう二度と来てくれないかもしれませんから。女の子たちに試されている、とも言えるかもしれません。「どんなことを期待しているのか」「どんなことが聞けたらいいのか」など、彼女たちの思いを引き出すようにしていますが、最後になってもいいように、でもできれば次につながるように、こちらから最低限伝えるべきことは伝えるようにしています。

J：私は、基本的には傾聴の姿勢でいます。あと、明確な助言を求めているのか、今日は聴いてほしいだけなのか確認しながら話を聴くようにしています。

R：私が心がけているのは、共感することです。そして、「あなたの味方である」と会話のなかで表現できるようにしています。すると、今までは価値観を押し付けられたり、怒られたりするだけだったけれど、「この人は自分の話を聴いてくれるかも」と、心を開いてくれることがあります。

K：私も、「でも」などの否定的な言葉から始めないようにしていますが、共感の姿勢を示すには大事ですよね。そして、肝に銘じているのは「益なくしても、不快でないように」ということ。女の子たちの「不快の地雷」を踏んでしまったら、「わたカフェ」のみならず、他の支援機関にも行かなくなってしまうかもしれない。それは避けなければなりませんから。

M：私も、傾聴と受容を意識するようにはしていますが、質問しすぎないように気を付けています。

K：聞きすぎないこと、そしてこちらからも伝えすぎないこと。そのバランスが大事ですね。

M：相談の際に、「ちゃんと話さなくてはならない」「汚い言葉を使ってはいけない」と思い込んでいる子が結構多いと思います。すると、話したいのに言葉が出てこない。「うまくしゃべれなくてもいいから、思っていること言ってみて」「どんな言葉を使ってもいいよ」「まとまっていなくてもいいよ」と伝えると、その子の本当の気持ちが出てくる。私たちはその言語化を手伝っているのだと思います。

R：言語化が苦手な子は多いですね。本人もうまく言葉にできない気持ちや考えを引き出し、一緒に整理をする。個別相談はそれがとても大切な作業だと思っています。

K：そんな子には、「あなたの話、よく分かるよ」と伝えることもあります。「伝えること」「言葉にすること」に自信をもってもらえば、それは「わたカフェ」以外の場所でもきつと役に立つから。さらに、そんな女の子たちにとって、相談をしに来ること自体がとてもチャレンジングなことだと思うのです。だから、「がんばって、よく来たね」という言葉を伝えています。もうひとつ、よくかける言葉は「この時間はあなたのための時間だからね」です。女の子たちは相談に乗ってもらうことに、とても遠慮の気持ちをもっているから。遠慮しなくていいのです。



一相談に乗って、展開が開けたケースは？

M：以前、こんなことがありました。社会的養護出身で、高校を中途退学して働いている女の子が日常の会話のなかでポロっと「進学したい」と言いました。「これは本人が大事にしたいと思っていること」と分かり、そこから個別相談につながりました。スタッフ皆で支えて高卒認定の試験を受け、見事、合格！他にも同様の事例があります。個室での個別相談も大事ですが、日常の対話（場面面接）のなかでこそ本音が出たりします。それを言ってもらえる関係性や雰囲気を作ること、本音を見逃さないことが大事だと思います。「わたカフェ」は、そういう関係性を育みやすい環境だと思います。

R：「わたカフェ」では毎回、来たときに「今日はどう過ごしたいか？」を「過ごし方カード」というものに記入してもらいます。そこには「個別に相談したい」という項目もあるのですが、実はそこにチェックを入れることも躊躇してしまう子もいるのではないかと考えています。ですから、日常での声かけが大事になるんです。それが個別相談の申込や信頼関係の構築にも徐々につながっていくんですね。

K：何回も来て、そして雑談もいろいろしてからやっと個別相談につながる子もたくさんいますよね。相談するかどうか、そのタイミングはいつか、などを様子を見ながら決めていくことができるのは「居場所」だからこそで、とてもいいことだと思います。

「居場所」の存在が、女の子の「自信」と「日常を生きる力」を後押しする

—9ページのアンケート調査結果で、すでに「相談相手がいる」と答えている女の子が6割います。そんな中での、「わたカフェ」のような「居場所」の役割は？

M：「わたカフェ」に来る女の子たちの場合、医療機関や他の支援機関など、すでにつながっているケースが多いですね。ほかにも、家族や友だちはいるし、学校にも通っている。それでも、冒頭で話したように、「自分の別の顔を出せる」「他では話せない悩みを話せる」場所や関係性を求めているのでしょう。

R：おそらく相談先によって、相談内容を選んでいるのだと思います。相談できる人や機関が複数あって使い分けられていることは、いいことだと思います。

M：「わたカフェ」は、複数の支援機関と彼女たちの「つながり」を底支えする役割も大きいですね。

J：そんな中で、私は医療機関や他の支援機関の方針を崩さず、尊重する対応を心がけています。でないと女の子たちが混乱してしまう。例えば医療機関に疑問や不安があるのであれば、「じゃあ、こんな風に質問してみたら？」「こんな風に希望を伝えてみたら？」とコミュニケーションの取り方を提案したりもします。

M：そう、その子が進むのを後押しする役目、本人の気持ちを聴きながらフォローするのが役目なのだと思います。さらには、女の子だけではなく、女の子を支えるいろんなアクターたちを後ろからフォローする役目も。

R：「わたカフェ」はあくまで「日常的な居場所」。1カ月もしくは2週間に一度しか行かない医療機関よりも、日常生活の方がずっと長い。そこを支えるのが「わたカフェ」のような「居場所」で、それがあから他の存在にも前向きに向き合えるようになるというか。

K：人間関係のお手伝いや交通整理も私たちの役目ですね。



—あらためて、「わたカフェ」のような「居場所」の意義はどこにあると思いますか？

K：「自分が苦しいこと」をただ知ってもらうだけでも安心感を得られるものですが、ここには「聴くよ」という大人がいて、話せること自体が大きな安心感をもたらしていると思います。



J：ここに来る女の子たちは、「大人を求めている」と感じます。家族のなかで、安心できなかったり認められなかったりした子たちは、大人に話を聴いてほしいのですね。

M：幼いときに、大人や家族との深い絶対的な安心感を得られなかったことが要因としてありますね。その時の分を取り戻したい。それを体験しないと先に進めないのだと思います。

J：そんな女の子たちは、非常に些細な事でも褒めてほしいのです。小さな事でも褒めてあげるととても喜んで、次のステップに行けるようになるんですね。「これができた！」と言って、次の段階に行く。



R：大人に話したいというもうひとつの要因として、「答えがひとつだと思っている」ということがあげられるのではないのでしょうか。ネットで調べられるし、友だちにも訊けるけど、曖昧なまま。「大人に訊けば、確実な答えが得られるし、早い」と思い込んでいる。本当は大人も答えが分からないこともたくさんあるのですが。

M：そこで、「大人も答えをもっていないよ」「そんなの知らないで生きてきたよ」と伝えると、みんな安心する。「大人も完璧じゃない」って話をすると、喜んで帰っていきまますよね(笑)。

K：自分の辛さを言語化できない、原因が何か分からない。そんな子たちにとって、特定の目的なく何となく相談に行くことができる場所は貴重だと思います。病院、学校、職探しなどは、どこも明確な目的をもって相談をしなくてはならないですから。相談に乗る側も、例えばですが「不登

校の子を(本人の意思に反して)通学させなくては」といったゴールを最初の段階から課されていない。つまりお互いが利害関係にない、「フェアな場所」なんです。だから、安心して過ごしてもらえる。

K:さらに、外の社会とは切り離されている場所だからこそ、「お菓子いらない」「これ食べたい」など、構えずに本音を発言できます。嫌われることを恐れる必要はないし、ここで嫌われたっていい。それは、外の社会でも本来、発言したっていいこと。つまり、「外の社会での人間関係の練習」をしてもらえる場所でもあると思います。

R:「わたカフェ」で、学校の先生でも、親でも親戚でもない大人と会話することでガス抜きして、安心感、ひいては自信を得て前に進んで行くことができるようになるという点。「第三の居場所」の意義はそこにあるのだと感じます。

J:未来の話ですが、コロナ禍でリアルなコミュニケーションが極端に少なかった若者がこれから社会に出ていくタイミング。これから何か問題が出てくるのではないかと危惧しています。「居場所」の存在はますます必要になってくると思います。



—最後に、スタッフの皆さんが大切にしていることを教えてください

M:いろいろな女の子がくる場所ですので、「このケースはこうだろう」という思い込みをもたないように心がけています。もちろん経験は大事ですが、それがその子の可能性を

狭めることのないようにしています。

J:自信のない子が多いので、「わたカフェ」のなかで、少しでも自信をつけていってくれたらいいなと思いながら接しています。

M:指導的に一步踏み込まなくてはいけない場合でも、「あなたのためになる選択をする必要があるよね」「あなた自身で選ぶんだよ」「手伝うよ」というのを、指導的ではなく、寄り添う形で伝えるようにしています。「なぜこの子はこう考えるのだろうか?」というのをすごく丁寧に考える。そのスモールステップを大事にしています。

R:自分の価値観を捨てて、まずは相手を理解することに、すごく時間をかけることが大事なんだろうと思います。そしてこれまでのその子の努力を認め、肯定することで、また「わたカフェ」に来てくれることにつながる。例えば、他の機関に一度勇気を出して相談に行き、否定されたと感じ、裏切られた思いを抱えている子も多くいます。「わたカフェに行けば理解してもらえる」と思える場所になるように日々、向き合っています。

K:話を聴いてくれる大人、見守ってくれる大人がいる。「世の中捨てたもんじゃないな」と思ってもらえたら。心理士としてだけでなく、一個人として、「私はこういう人間だよ」というのを見せて、フラットな関係を築けるように。そんななか、いろいろな人がいて、皆があなたのことを考えているよ、と伝わるという点だと思います。



Key Findings

「居場所の意義、あるべき姿」

- 「居場所」には、「病気を治す」「具体的な案件を相談する」などの特定の目的がなくても行くことができる。そこにいる大人とは利害関係がなく、評価されることもない。女の子にとっては、安心して話ができる数少ない場所
- これまで家庭で認められたり尊重されたりした経験が少ない女の子たちは、大人と話したがっている。そして認めてほしい。些細なことでも肯定することで、自信や自尊感情を得て、次のステップに進んでいく後押しになる
- 言語化が苦手な子が多い。「うまく話せなくてもいい」という声かけで安心できる子も。相談員は、彼女たちが抱える思いを言語化するお手伝い役でもある
- 女の子たちは、大人の顔色や振る舞いを気にしており、相談に乗ってもらうことを躊躇している。「この時間はあなたの時間だよ、何を話してもいいよ」という声かけや態度は安心を引き出す
- 個別相談につなげるためには、日常の声かけが重要。そこで信頼関係を築き、女の子の希望や悩みをキャッチする
- 居場所には、女の子を取り巻く複数の支援者・機関とのつながりをフォローアップする役割もある。それにより、女の子はより安心して周囲との関係構築をすることができるようになる

専門家の視点から

『自己責任論ではなく、女の子の問題の可視化と理解を』

法政大学 現代社会福祉学部 助教

岩田千亜紀 氏



Profile

いわた ちあき

法政大学現代福祉学部助教。社会福祉学博士。専門はソーシャルワーク・プログラム評価・障害者福祉。長年、国際協力分野での評価・調査研究に従事。近年は、発達障害の母親の子育て支援や、障害者等への性暴力被害者支援に関する研究等に取り組む

肯定されることが、 新しい一歩を踏み出す力に

—「生きづらさ」を抱える若年女性のための居場所や相談事業のもつ意義や役割について、どのようにお考えですか？

若い女性のための居場所についての調査結果では、利用者の皆さんから「安心感がもてる」「自分がいてもいい場所ができた」「避難場所ができた」「ひとりじゃないと感じることができた」などのコメントが寄せられています。居場所で新しい出会いがあり、優しくされて自分も優しくなれる。「自分は生きていてもいいのだ」と肯定できることで、新しいことを乗り越える勇気を得ていく。居場所には、そんな力があります。

—「わたカフェ」の利用者の女の子たちの2/3が、「他にも相談相手がいる」と答えています

スタッフの方も言っていました、相談内容によって相手を選んでいるのですね。「友だちには知られたくないことはここで相談しよう」「専門的なことを知りたいから資格のある人に」というふうに。そこまで緊急性が高くないケースの女の子もたくさんいるかもしれませんが、いつなんどきトラブルに直面するか分かりません。10代後半から20代前半の女の子がもっとも性被害を受けやすいというデータがあります。自由度が増すこの年頃は、危険度も増すということ。日頃から、居場所や相談相手につながっているということは、リスクの回避や最小化につながる大事なことです。

—「居場所」「相談事業」で留意すべきポイントは？

まずは、女の子たちが「行きたい!」と思える場所にするからです。明るくて、安心感があること。また、スタッフの皆さんは質問しすぎないなど、利用者の方とほどよい距離感を保つこと。そして何よりも、「否定しないこと」が大事です。最初から悩みを打ち明けてくれる人は少な

いですから、長い時間をかけて信頼関係を構築していかなくてはなりません。「自分は尊重されている」と感じてもらえるよう、寄り添っていく。個別相談は、とかくパターン化しやすいですが、相手によって個別化していくことも必要ですね。

—「否定しないでほしい」という声は「わたカフェ」の女の子からも寄せられています

「この人なら理解してくれる」と思って心の内を明かしてくれる、その判断基準は「自分の話を否定しないで聞いてくれるかどうか」なのです。今の女の子や若年女性は、自信のない人が多いからでしょう。友だち同士でもぶつかり合うことはしませんし、「大人からの、その子のために思った愛のムチ」なんて通じません。

行政やNPOは、 多職種連携、多機関連携を

—行政やNPOに期待するポイントは？

昨今は、行政の方も様々な取り組みを始めていて、すばらしい流れだと思います。一方で、まだ古い意識や改善できたらいい仕組みが残っています。

まずひとつ目として、心理士や社会福祉士、助産師、医師、保育士、教師などの多職種連携、行政、学校、病院、NPOなどの多機関連携の仕組みを作ることが必要です。というのも、問題は複雑化しており、複合的な困難(家庭や学校などでの問題、見えにくい障害)を抱えた子どもも多にいるからです。高齢者や障害者を支える機関との連携も必要な場合もあるかもしれません。その子の家族全体への支援、学校を巻き込んだ支援が必要であるにもかかわらず、行政組織は縦割りのまま。当事者のニーズに即した総合的な支援が望まれます。

—既存のアクターを上手につなぐ体制作りが必要なので すね

そうです。その上でふたつ目ですが、24時間対応の窓口を設けるなど、公的支援の拡充が必要です。民間との連携をする場合も、しっかり予算をつけるべきです。夜中に女の子がSNSで「行き場がない」「死にたい」などと呟いてSOSを求めたときに、見知らぬ男性とつながってしまって事件に発展するなどのケースも相次いでいます。私たちは、そうした男性が付け入ることができないような仕組みを作っていく必要があります。

また3つ目として、行政には当然、福祉職ではない方もいらっしゃいますから、こうした課題に専門的に関わることのできる人材育成も必要となりますね。とはいえ、これらには予算の確保が課題ですが。

「地域を一緒に作っていく人」 としての若年女性

—さきほど、「古い意識が残っている」とおっしゃって ましたが

これは、4つ目ですが、支援する側の意識の問題です。従来、若年女性はルールや規制で「管理」される対象とみなされてきました。例えばですが、「性産業従事者をいかに更生に向かわせるか?」という視点です。それでは女の子たちは「居場所」も「相談」も利用しません。「支援」の対象として、彼女たちの意思が尊重される必要があります。

「地域の安全を脅かす存在」「困った存在」と見なすか、「大切な地域をともに支える人材」と見なすかで、大きく変わってきます。

—「古い意識」は、私たち一般市民にもあるかもしれませ ん

はい、若年女性への偏見は広く社会にあります。「家父長制のもとでの庇護の対象」だったり、「性の商品化の対象」と見なされたり。「労働力」と見なされ、メンタルヘルスに問題があって働けなくても「若いのだから働きなさい」と生活保護を受給できなかつたり。そんな彼女たちの抱える問題は表面からは見えにくく、公的な支援を得ることも難しいです。そこに、「自分が助けてあげているんだ」という意識で付け込む男性がいるわけです。

—私たちにできることは?

女の子の問題と背景の可視化、そして理解でしょうか。例えば、ホストに貢ぐ女の子は家庭などで問題を抱えて

いるかもしれないなど、居場所のない女の子たちの多くは、長年、蓄積された家庭での問題のしわ寄せを受けているケースが多いのです。ところが、私たちからはそうした背景は見えなため、自己責任論で責められてしまいます。

そこでプランのような団体やメディアには、見えない問題や背景を可視化していただきたい。一般市民の方々も、それを理解し、「見て見ぬふり」「自己責任論」ではなく、社会全体で女の子だけではなく家族ごと支えていくことができるようになっていけばと。

若い人たちに合わせた支援で、 好循環を生み出す

—外に出るのが億劫という女の子たちのケアも課題です
9ページのデータを見ると、「わたカフェ」利用者の女の子の16%が「困ったときに相談に乗ってくれる人がいない」と回答しています。「わたカフェ」に来ることができた段階で、支援への希求力が高いのにもかかわらずです。ということは、悩みや問題を抱えている女の子のなかで、相談相手がおらず、どこにもつながっていない割合はもっと高いかもしれません。こうした女の子たちをいかに支援できるかは、今後の大きな課題です。

—有効な支援策のアイデアがあれば、ご教示ください
なかなか支援につながらない人は、人に会うことの心理的ハードルが高いと思います。けれど、そんな人でもほとんどの人がSNSは使っています。そこで、「オンライン上の居場所作り」なども一案だと思います。孤独感や孤立感を抱えていても本当の自分をさらけ出せない女の子たちがオンライン上で参加できる、「本音で語り合える場所」作りもいいかもしれません。従来の方法ではない、今の若い人たちの感覚に合わせた支援が求められていると思います。

—最後に、「わたカフェ」の活動への期待などお聞かせく ださい

「わたカフェ」卒業生のなかからロールモデルになれるような人が現れたら、身近な存在として後に続く女の子たちの励みになりますね。さらには、後輩のケアに関わってもらえるなどすれば、本人の自己効力感の向上にもつながります。活動を続けていくなかで、そうした好循環やいつながりが生まれてくると、素晴らしいと思います。

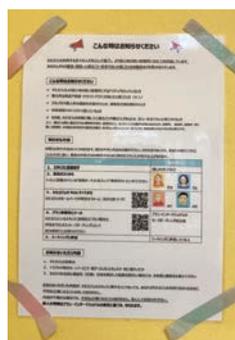
—ありがとうございました

女の子が安心&リラックスできるように！ 「わたカフェ」から 居場所運営のTips集

「わたカフェ」では、訪れる女の子や若年女性がリラックスして心地よく、安全に過ごすことができるように、随所に工夫や配慮をこらしています。ここに主だったものをご紹介します。ぜひ、居場所運営のご参考にしてください。



スタッフ紹介、シフト公開
相談したい悩みに合った専門スタッフの勤務日を確認することもできます



『セーフガーディング』のお知らせ
プランでは、あらゆるハラスメント、搾取や虐待から子どもたちや活動の関係者を守るためのガイドライン『セーフガーディング』に関するグローバル・ポリシー』を定めています。ここでは、利用するにあたって心配事、不安、不快な出来事があった場合、すぐに通報する権利があること、その通報先や手段を掲示しています



生活応援品

食料、化粧品、日用品などから5アイテムまで、2週間に一度、受取可能



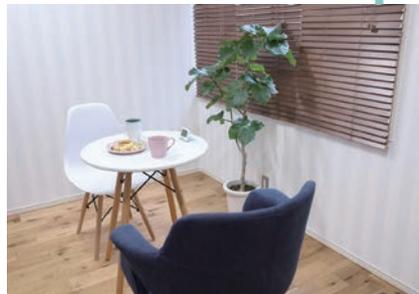
靴箱の上に、冬はカイロ、夏は汗拭きシート
帰りのコミュニケーションツールとして活用しています

Tips その①

配置や内装に女の子のための配慮を
「わたカフェ」の見取り図はこちら。内装は、利用者と同じ年代のプラン・ユース（プランとともに活動する若者たち）が考えてくれました。

個別相談室

プライバシーを守りつつ、リラックスできる空間に。声が外にもれることはありません

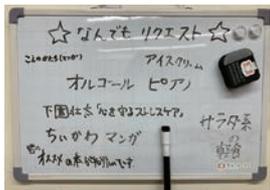
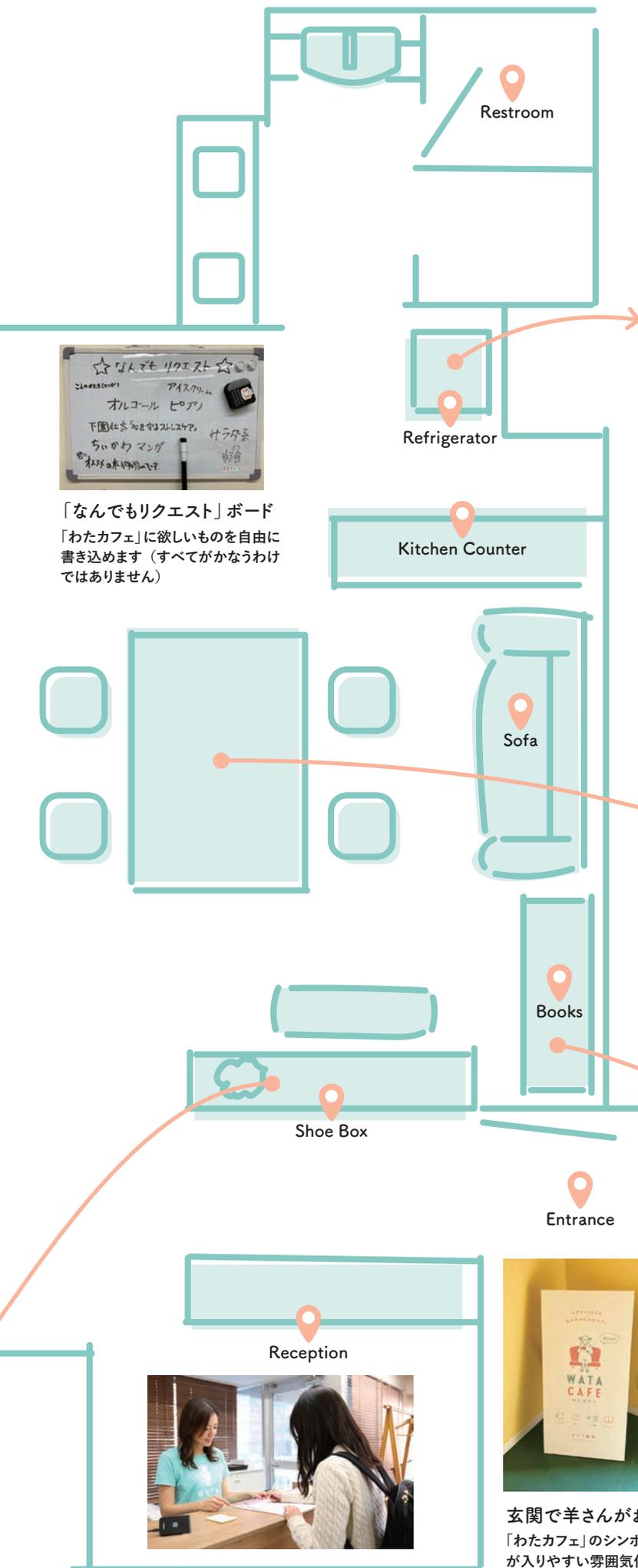


Counseling Room

1人掛けの椅子で 自分だけの時間を

誰にも気を遣わずに、読書や宿題をしたり、ボーっとしたり





「なんでもリクエスト」ボード
「わたカフェ」に欲しいものを自由に書き込めます（すべてがかなうわけではありません）



トイレには生理用品と避妊具
自由に使用、持ち帰りできます



冷蔵庫・冷凍庫には、飲み物と食料
冷凍食品は各自、電子レンジで温めていただきます



おやつセットと温かい飲み物
お代わりは自由です!



中央に大きな4人掛けの机
クリスマスやひな祭りなどの際、
ここで皆でごちそうを食べたり、
ゲームをしたりします



玄関で羊さんがお出迎え
「わたカフェ」のシンボル、羊さん
が入りやすい雰囲気作りに一役



本棚には、漫画、文芸書、
カードゲームなど
性教育、トラウマケア、働き方など
がテーマの書籍を設置。リク
エストに応じることも



Tips その②

初回は身分証明書を登録

初めての来訪の際、学生証や交通系ICカードなどの身分証明書の提示・登録をお願いしています。これは、利用対象の年齢であることを確認するため。2回目以降は毎回、受付時にこの登録したカードをかざしてもらうことで入室可能となります。



Tips その③

「過ごし方カード」にその日の希望を記入

毎回の来訪時に、「今日、ここでどんな風に過ごしたいか?」をカードに記入します。「ひとりで静かに過ごしたい」「ときどきおしゃべりしたい」「個別に相談したい(こころ・からだ・生活・その他)」など、希望の項目にチェック。スタッフは要望に沿って対応します。



Tips その④

「言いにくいこと」は、トイレにある意見ポストに

「わたカフェ内で嫌なことがあった」「ここを変えてほしい」。スタッフに直接言いにくいことは、トイレに設置した所定の用紙に書いてポストに投函してもらうことに。誰も見ていないトイレなら、ポストに入れやすいとの配慮からです。もちろん、匿名でOKです。



Tips その⑤

たまにイベントを実施

「女性のライフコース勉強会」を実施して自分の生き方や身体に向き合ってもらったり、「プロのネイルアーティストさんの協力でネイルサロンを開催したり。学んだり、リフレッシュしたりしてもらいます。

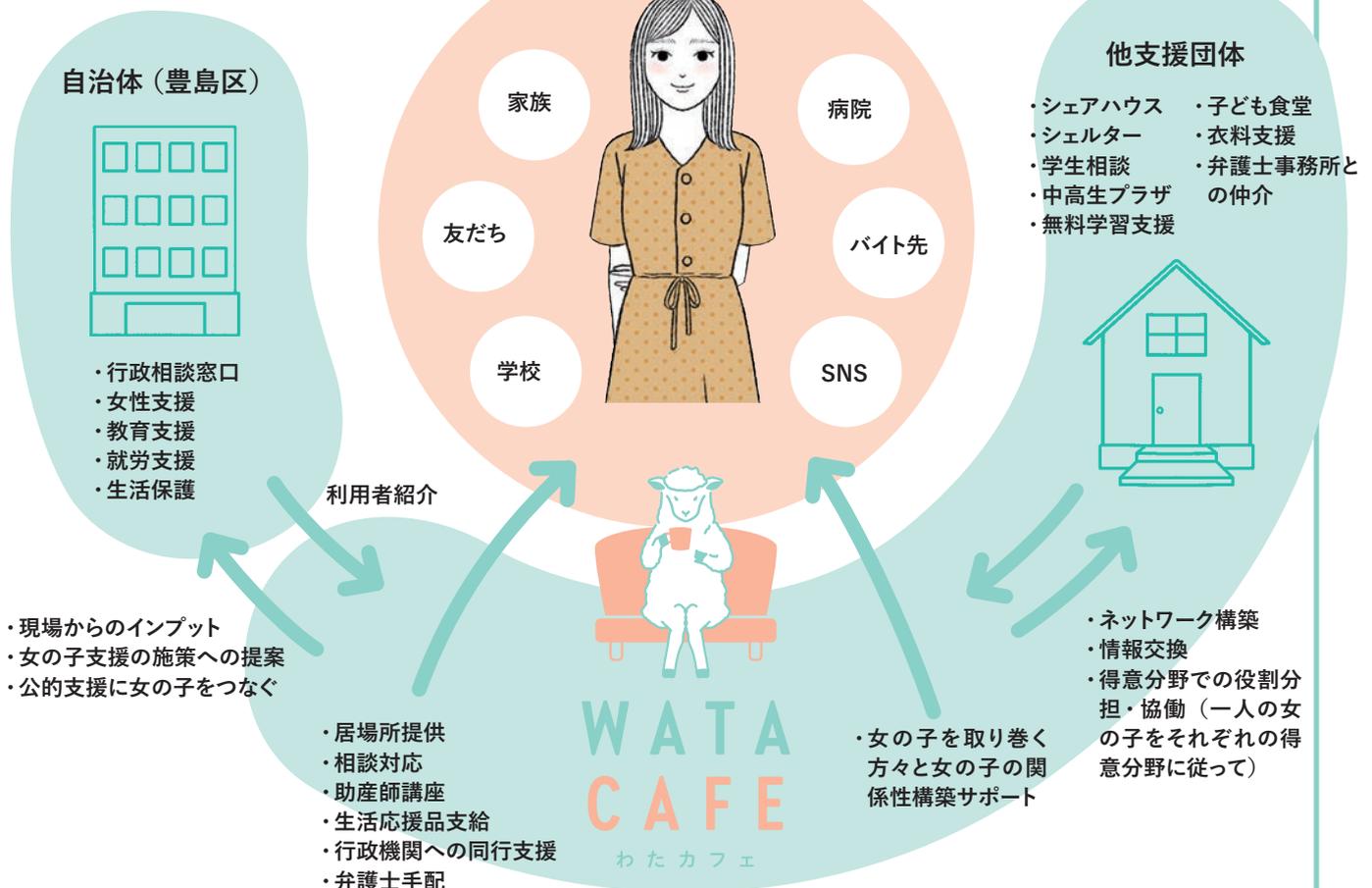


Tips その⑥

ステークホルダーと連携

女の子を支えるには、あらゆる支援機関との連携が欠かせません。女の子を取り巻くアクターたちと、それぞれの得意分野や立場に応じて役割分担しながら協働します。

女の子の日常に関わる人々



女の子と若年女性支援、 また居場所運営に携わっていらっしゃる方、 ご関心をお持ちの皆さまへ

- 「わたカフェ」をご見学いただくことができます
(オープン時間以外。事前の予約なしでの見学はお受けできません)
- 女の子と若年女性の抱える生きづらさ、彼女たちのための居場所運営や
相談事業のノウハウなどについての講演依頼もお受けしております
- 生活応援品なども随時、お受けしております。
ご提供いただける物品につきましては、事前にご相談ください
- ご寄付はこちらよりお受けしております

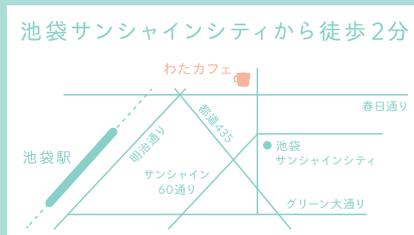


**WATA
CAFE**
わたカフェ

見学、講演依頼、物品寄付などのご希望の方は、
下記までご連絡のうえ、ご相談ください。

わたカフェ
TEL : 03-6786-3084
watacafe@plan-international.jp

わたカフェ
〒170-0013
東京都豊島区東池袋2-50-1
加藤第7ビル2F
TEL : 03-6786-3084
<https://www.watacafe.jp/>



WATA
CAFE
わたカフェ

公益財団法人プラン・インターナショナル・ジャパン
〒154-8545 東京都世田谷区三軒茶屋2-11-22
サンタワーズセンタービル10F
www.plan-international.jp