

## 『ひきこもり人権宣言』

### 宣言文

ひきこもることは、命と尊厳を守る権利の行使である。ひきこもる権利は、すべての人が行使できる基本的人権であり、これを不当に侵害することは許されない。

思うに、ひきこもることは、悪ではない。ひきこもり状態に至らせた背景こそが悪である。ひきこもり状態は、家族、教育、労働環境、対人関係といった複合的要因によって生ずる現象であり、その意味で社会的排除、社会的孤立という側面を持つ。ひきこもる個人のみを治療や矯正の対象とするべきではなく、まず家庭や社会の改善を考えるべきであり、ひきこもる個人は、その改善を要求する権利を有する。

したがって、差別と抑圧の歴史をひきこもり当事者の力で終わらせるために、ここに、ひきこもりの権利を定め、ひきこもりの人権を宣言する。

この人権を宣言するにあたっては、引き出し屋の被害に触れなければならない。引き出し屋とは、事前に情報提供や信頼関係の構築をすることなく、説得や拘束を使って当事者を寮や病院に移送し、本人が望んでいなかった生活環境の変更を強いる自立支援業者のことである。引き出し屋はTV番組に出演することで広く社会に認知されたが、この引き出し屋によって当事者が自立を強要された結果、餓死や自死を招いた事例が報道されている。

そもそも人権は、人々が命を懸けて戦い勝ち取ってきた歴史的所産である。しかしながら、ひきこもり当事者は、自立支援業者や業者と契約する家族によって、自由、生命、幸福追求の権利が一方的に奪われている。

そこで、ひきこもり人権宣言は、自立支援業者によって命を奪われた被害者、PTSDを患って苦しみ続ける当事者の無念を想起し、画一的に就労をひきこもりのゴールとする自立支援やパターンリスティックな政策ではなく、紆余曲折しながらも自分らしい生き方に向かって歩むリカバリーを求める。

自立とは、依存先を増やすことである。

希望とは、絶望を分かち合うことである。

ひきこもることは、生き抜く権利の行使である。

## 第1条 ひきこもる権利（自由権）

人は、ひきこもる権利を有し、これを行使できる。ひきこもる行為は、命と尊厳を守るために必要な自衛行為であり、十分に尊重されなければならない。

## 第2条 平等権

ひきこもり状態にある人は、人として平等に扱われる。人種、性別、信条、障害、年齢、経験によって、ひきこもる人は、差別されない。ひきこもり状態にある人とひきこもりを経験した人は、ともに等しくリカバリーに必要な利益を享受する。

## 第3条 幸福追求権

ひきこもり状態にある人は、幸福を追求する権利を有する。ひきこもり当事者は、自分らしく生きるために、自己決定権を行使でき、他者から目標を強制されない。

## 第4条 ひきこもる人の生存権

命と尊厳を守るために、ひきこもり生活の質が保障されなければならない。ひきこもり当事者・家族は、生活の質を確保するために、必要な手段を求めることができる。

## 第5条 支援・治療を選ぶ権利

ひきこもり当事者は、支援・治療を選ぶことができる。支援者は、適切な支援・治療のために、必要な情報を事前に提供し、当事者自身が選択できるようにしなければならない。ひきこもり当事者は、当然に支援・治療の対象者になるのではない。

## 第6条 暴力を拒否する権利

ひきこもり当事者は、不当な支援・治療・説得を拒むことができる。当事者の本心に反する働きかけは暴力的であり、ひきこもり当事者は、これを拒否できる。引き出し屋の説得による連れ去りは、決して許されない人権侵害である。

## 第7条 頼る権利

ひきこもり状態にある人は、人や社会に頼る権利を有する。自己責任論によって孤立し、ひきこもり状態を自分の力で抜け出せなくなった人は、人や社会に頼ることを否定されない。

※条文は、基本的人権の中で、特にひきこもりにおいて侵害されがちな権利を明記した。ひきこもる人の権利は、上記に限定されるものではない。

## 参考

熊谷普一郎『自立は、依存先を増やすこと 希望は、絶望を分かち合うこと』（TOKYO 人権 第56号（平成24年11月27日発行）

## ひきこもり人権宣言の解説

## ひきこもり人権宣言解説

### 1. 一段落目 ひきこもることは、命と尊厳を守る権利の行使

ひきこもり人権宣言は、ひきこもり当事者の人として当然に有すべき人権が踏みにじられている現状に鑑み、ひきこもり当事者・経験者によって作成されたものである。ひきこもり人権宣言が目指したのは、ひきこもる人にも人権があることを明らかにすることであり、ひきこもる人の人権を守るために必要な措置を社会に求めることである。

法学には照射効という考えがある。照射効とは、「直接何か力を加えるということではなくて、赤外線が体を温めるように、それがあることによってじわじわと、(中略)人々の意識が変わったりとか、法の解釈、運用の仕方が変わったりする、そのような形で何か社会に力を発揮していく」(木村草太,2019,p.44)ことである。世界人権宣言にはこの照射効の意義があり、社会が人権の問題に気が付けるようになった結果、「女性の権利、子供の権利、障がい者の権利などに発展し、それぞれの人権状況に即した人権条約ができてきた」(滝澤美佐子,2019,p.114)。したがって、ひきこもり人権宣言もひきこもる人が命と尊厳を守られ、幸福追求を可能とする権利を求める。

あらたな権利の生成には、「①社会の人々の要求行動があること、②要求された利益を保護すべきだとする価値判断が社会的に広く共有もしくは承認されていること、③既存の実定法体系と大きな矛盾なく組み込まれ法技術的に洗練されていること」(住吉雅美,2020,p.159)が必要とされる。ひきこもり人権宣言は、上記要件①の要求行動であり、ひきこもり当事者の切実な思いから始まった社会運動である。ひきこもる人の人権を保護すべきと社会が広く共有・承認したならば(②)、ひきこもる人の人権に法による実質的な保護を与えるべきと考える(③)。

### 2. 二段落目 ひきこもり状態に至らせた背景こそが悪

#### (a)社会モデルから考える

ひきこもりの人権侵害がこれまで許容されてきたのは、ひきこもる人は甘えや怠けなど社会的に許されない個人的要因に起因すると考えられてきたからである。個人の要因と考えたからこそ、個人を矯正する支援方法が許容され、引き出し屋のような人権侵害を伴う暴力が続いている。しかし、非正規雇用、パワハラ、セクハラ、過酷な労働条件で引き起こさ

れたメンタルヘルス、LGBTQ への差別、いじめなど、社会の不都合が理由でひきこもる場合、個人にのみ帰責させるのはおかしい。そのようなことが許されれば、社会が変わらなければならないことが見過ごされ、個人だけが不合理な社会に順応するよう求められる。ひきこもる人は、自らの意志でひきこもるのではなく、「社会によってひきこもらされている」と言えるのだから、ひきこもることで苦しんでいる人たちを助けるためには、変わるべきは社会という社会モデルが必要である。

#### (b) 家族が抱える世代間連鎖を考える

ひきこもり当事者は、家族の影響を受けて動けなくなっている場合がある。本人の個人的要因と思えることでも、家族が抱えてきた問題をひきこもり当事者が背負っている。虐待、貧困、しつけ、ネグレクト、トラウマ、PTSD など、ひきこもり当事者では解決できないこともあることから、ひきこもり当事者だけでなく、家族を含めて支援を考えていかなければならない。KHJ 全国ひきこもり家族会連合会の伊藤正俊共同代表は、「子どもが育つ環境は家族連鎖の中で起こっていることであり、家族支援はその問題にどのようにアプローチし、なぜひきこもりということが問題なのか、誰がどのように困っているのかの整理を一緒にしていく中で信頼関係を築くということ」(伊藤正俊,2020,p.678) と述べ、ひきこもることを個人の問題とせず家族連鎖の影響を考えていかなければならないとしている。

ただし、社会が親と子の一方が悪いとジャッジを下すのは避けるべきである。なぜなら、ひきこもる現象を個人や家族だけに還元することは不可能であり、社会の変化とその変化に対応を求められた個人と家族の事情が複雑に関係しているからである。このように、ひきこもる現象は、ひきこもる個人、家族、社会それぞれを考慮に入れる必要がある。しかし、ひきこもり当事者の動けなさ、命と尊厳を守るためにひきこもっていることを考えれば、まずは社会や家族から変化すべきである。

#### (c) ひきこもる個人は、家庭や社会の改善を要求する権利を有する

ひきこもりのゴールは就労であり、経済的自立であるという理解が一般的になされている。しかし、ひきこもり当事者に必要な支援は就労以前の支援であり、就労によって語られるひきこもり対策は、ニート対策になっている。就労の前には、家族関係の調整、ライフプランニング、トラウマや PTSD の対処、居場所を通しての人間関係の回復などがあるはずである。このように就労以前に必要な支援とは何かを考えていく場合、百人百様の当事者ニーズに沿う必要があることから、当事者は社会に改善を求める主体でなくてはならない。

また、家族関係で困難な事情があるならば、ひきこもり当事者は家庭の改善を求める主体でなくてはならない。なぜなら、親と子の力関係は、親のほうが強く、支配一被支配の関係が続き、当事者の主体性は脅かされ、対等な交渉・話し合いは困難だからである。ひきこも

ることは悪であるという価値観を社会とともに親子が共有している場合、子であるひきこもり当事者から声を上げて家族に変化を求めることは難しく、社会に変化を求めるとなればさらに困難である。

親の無自覚な支配性に関しては、「親が変われば、子供は変わる」というよく使われるフレーズにも表れている。これは、親も変わるから子供も変われという干渉めいた変化の圧力を子のひきこもり当事者に伝えてしまう。本当の変化を望むなら、親は支配・コントロールを自覚して手放し、子による主体性を尊重すべきである。不当な干渉によって本人のペースが乱されれば、当事者は安心してひきこもることができず、ひきこもり状態から抜け出すための力を蓄えることができない。そればかりか、親の影響から脱して主体的に自立の道を歩むことが困難になることもある。

8050 問題を考えるときに見逃してはならないのは「親が変わるのを待てば、子供は老いる」ということである。親が子供の変化を待つのが難しいように、ひきこもり当事者も親が変わるのを待つのは苦痛である。多くのひきこもり当事者は、親は変わらないと語り、親子関係が変わらないためにひきこもり状態から抜け出せなくなっている者もいる。変わらない親を抱え、ひきこもり当事者がひきこもり続けなければいけない状況を回避するためには、ひきこもり当事者に「自分のことは自分で決める」という当事者主権を認め、当事者自身で動けるように何ができるかを社会全体で考えていかなければならない。

#### (d) ひきこもらせ続ける背景にある自己責任論

ひきこもる状態を考えるときには、世にはびこる自己責任論に目を向けなければならない。ひきこもり当事者は、自己責任を取る形でひきこもっているとも言えるからである。誰にも頼ることなく自分の力で困難に対処しようとした結果がひきこもることなら、ひきこもることから脱出するためには、人や社会に頼ることが許されなければならない。しかし、人や社会に頼ることを阻むのが自己責任論である。

### 3. 三段落目 差別と抑圧の歴史をひきこもり当事者の力で終わらせる

#### (a) 抑圧について

抑圧とは、「特定の集団に属していることを理由に、個人（または集団）に対して不当な行為や政策が行われた場合に起こる。これには、人々が公正な生活を送り、社会生活のあらゆる面に参加し、基本的な自由と人権を経験し、自己と集団を肯定する感覚を養う方法も含まれ（中略）平和的または暴力的な手段によって、信念体系、価値観、法律、生き方をほかの集団に押し付けること」である(坂本いづみ,2021,p.21)。

上記定義に沿って考えると、ひきこもる人は、ひきこもることを理由に、犯罪予備軍などの偏見や差別につながるイメージ操作を TV 番組などで広く行われただけでなく、年齢制限で社会復帰の道が閉ざされていたニート対策である就労支援をあてがわれ、ひきこもらざるを得なかった個人は基本的な自由と人権を経験することも、肯定する感覚を養う方法もなく放置された。ひきこもることも良いという価値観や、ひきこもり当事者を守る法律はなく、暴力的支援団体によって連れ去られる人権侵害は後を絶たない。ひきこもることの価値や生き方は社会によって否定されたままである。よって、ひきこもる人々は抑圧されてきたと言うべきである。このような抑圧下で、ひきこもり当事者は社会の批判を内面化し「悪いのは自分」という自責・自罰に縛られ、ひきこもりから抜け出せずに来た。

#### (b) ひきこもり当事者の力

Anti-oppressive(social work)practice(反抑圧的ソーシャルワーク)は、「社会の中での力の不均衡を認識し、その権力構造、そしてその結果として起きている抑圧を是正するために、変革の促進に取り組むこと」(前掲書 p.12) が目標とされ、「生活に困っていたり、生きにくさを経験している人たちの状況を、まず当事者の立場から理解し、問題を抑圧という視点で構造的に分析することで、複数のレベルから解決に向けてアプローチする」(前掲書 p.13)。抑圧下では、ひきこもり当事者と協働する中で解決策を見つけていくことが求められる。

#### 4. 四段落目 引き出し屋

引き出し屋については、例えば以下のような記事がある。

朝日新聞『ひきこもりの息子、すがった先は悪徳業者だった 母の後悔届かぬ返事』

<https://www.asahi.com/articles/ASPCN4DG4PCMULEI014.html>

Yahoo!ニュース『問われる引き出し屋の自立支援(1) 脱走者が「捕獲」される町で』

<https://news.yahoo.co.jp/byline/katoyoriko/20201024-00204321>

引き出し屋を扱った TV 番組の様子は、以下の記事に詳しい。

ひきこもり新聞『関西テレビ『訳あり人の駆け込み寺』公開質問状』

<http://www.hikikomori-news.com/?p=3228>

#### 5. 五段落目 一方的に奪われるひきこもり当事者の権利



ひきこもり当事者には、奪われてはならない人権があるはずである。しかし、家族と支援業者が契約を結ぶことによって、一方的にひきこもり当事者の諸権利が奪われてしまっている。措置入院、医療保護入院には必要とされる手続きが定められているにもかかわらず、民間の支援業者は説得だけでひきこもり当事者を連れ出している。そのため、ひきこもり当事者の権利を擁護する仕組みがないことが問題となる。

アメリカにおいては、連邦法と州法において精神障がい者の権利擁護に関する法律が存在し、不適切で不明確な非自発的収容をなくすために、患者の権利擁護者（Patients'Rights Advocate:PRA）が存在する。

「PRA は本人に非自発的入院やその流れに関する情報提供を行う。七十二時間後に任意入院、あるいは退院に至らなかった場合、十四日間の強制入院が継続される。この時点で PRA にも連絡が入り、そこから四日以内にさらに強制入院を続けるかどうかについて、「認定審査聴聞」(certification review hearing) が行われる。この聴聞は病棟内の会議室や専用室の部屋で行われ、裁判所から指名された法律家、もしくは一定の資格を持つ専門家が郡の合議体から選出され、聴聞員となっている。その際、病院側からは当該患者が強制治療を続けなければならない経緯が申し立てられ、PRA は患者の側に立ってそれに反論する」(竹端寛 2013,p.113)。

このように、アメリカにおいては、強制入院時における患者の権利擁護システムが存在する。日本では、「厚労省が設置した「新たな地域精神保健医療体制の構築に向けた検討チーム」が二〇一一年六月に出した報告書『入院制度に関する議論の整理』において「本人の権利擁護のための仕組みとして、入院した人は、自分の気持ちを代弁し、病院などに伝える役割をする代弁者（アドボケーター）を、選ぶことができる仕組みを導入するべきである」と提起され」(前掲書 p.121) ている。支援業者は、措置入院、医療保護入院に該当しないひきこもり当事者を連れ出しているのだから、精神障がい者の場合と比較し、より人権侵害の度合いが大きい。自宅から連れ出されたひきこもり当事者の権利を擁護するアドボケーター及び権利擁護システムは必要である。

## 6. 六段落目 リカバリーについて

国立精神・神経医療研究センターの HP では、「リカバリー」という言葉自体は非常に多義的で、最近ではリカバリーを「臨床的リカバリー」と「パーソナル・リカバリー」という区分でわけて整理し、特に後者の「パーソナル・リカバリー」については、個人の主観的な人生観なども入っており、単純な症状や機能の回復だけでは達成されない側面が含まれる

としていた。上記 HP 上で紹介されていた図では、希望する人生の到達を目指すプロセスがパーソナル・リカバリー (personal recovery) であり、このパーソナル・リカバリーは、他者との関わり、将来の希望などの主観的リカバリー (Subjective recovery) と、一人暮らし、就労などの客観的リカバリー (Objective recovery) に分けられていた。『本人のリカバリー 100 の支え方 精神保健従事者のためのガイド』では、人としてのリカバリー (Personal recovery) とは、「個人の態度や価値 (本人にとって大切なこと)、感情、目標、技術や役割が変化していく過程のことで、これはとても個人的で、人によって異なる過程」(Mike Slade,2016,p.6) とされる。つまり、「当事者 (精神保健サービスユーザー) の価値観を基軸にしながらか成された支援や治療の過程をリカバリー (あるいは主観的リカバリー) と呼び、リカバリーを重視して行われる支援実践はリカバリー・アプローチ」(熊谷普一郎,2018,p.4) と言う。

ひきこもり当事者グループひき桜 in 横浜で活動するひきこもり経験者の Toshi さんは、「10 年のひきこもりを経験して、5 年働きましたが、回復なんてしませんでした」(Toshi,2021,p.672) と語り、現在までのプロセスを、「過去を否定して「回復させる」ものではなく「傷を抱えたまま、そのまま歩めば良い」というもの」(前掲書) としてリカバリーに沿って解釈している。

ひき桜 in 横浜が作成した当事者主体によるピアサポート学習会「ひきこもりピアサポートゼミナール」実施報告書では、「リカバリーは、紆余曲折しながらも自分らしい生き方に向かって歩いていくことなので、順調にいかないことも多々あります。その過程も経て「自分にとって幸せで豊かな生活」を実現していければ、それは十分にリカバリーが進んでいると言えます」(p.63) と解説している。

就労は客観的なリカバリーを達成できるが、主観的リカバリーを達成できるかは不明である。自立支援業者のパターナリスティックな介入自体が、パーソナル・リカバリーを阻害するとも言え、画一的な就労支援ではなく、リカバリーに沿った支援が望まれる。そして、自立支援業者が命を奪った事実や、PTSD を患って苦しみ続ける当事者がいたことを忘れてはならない。

## 7. 七段落目 自立とは、依存先を増やすこと

ひきこもり支援が就労支援になったのは、家族や社会への依存を絶ち経済的に独立することが自立であると考えられているからに他ならない。しかし、自己責任論を内面化し、独力で対処しようとした結果がひきこもり状態であるなら、必要なことは、誰かに頼ることで

ある。

東京大学の熊谷普一郎准教授は、「健常者は何にも頼らずに自立していて、障害者はいろいろなものに頼らないと生きていけない人だと勘違いされている。けれども真実は逆で、健常者はさまざまなものに依存できていて、障害者は限られたものにしか依存できていない(中略)実は膨大なものに依存しているのに、「私は何も依存していない」と感じられる状態こそが、“自立”といわれる状態」(熊谷普一郎,2012)とし、自立は、依存先を増やすこと、希望は、絶望を分かち合うこと、だとする。

ひきこもり当事者は、身体障害とはことなり、人間関係を失い社会から孤立しているに過ぎない。しかし、身体障害者が健常者に近づくように訓練を強いられ、施設や病院での生活を求められた歴史は、社会復帰させるための就労訓練が課され、引き出し屋によって施設に連れ出すことが許されているひきこもり当事者の現状と酷似する。したがって、自立生活運動で権利を獲得し、社会モデルのもとバリアフリーが進んだ社会で身体障害者が自立できたように、ひきこもり当事者にも依存先と権利が必要である。

ひきこもることは、頼ることができなかつたひきこもり当事者が、取らざるを得なかつた手段である。8050 問題、9060 問題の渦中にある家庭は、当事者が働くことはおろか、生きていくことすら難しい。だとすれば、ひきこもつた期間は、厳しい現実直面した当事者とその家族が懸命に生き抜いてきた証である。頼ることが許される社会を現実的な希望にするために、こうしたひきこもり当事者、家族の絶望を皆が分かち合う時が来たと思えてならない。

## 8. 第1条 ひきこもる権利

ひきこもる人は、家族以外の人間関係を失い社会参加していない状態の人を指すが、「生命の危機を感じ、自分を防御する手段として、ひきこもらざるを得なく」(池上正樹,2014,p.12) なつた人たちである。そのため、ひきこもる権利を保障することは、決して奪うことができない命と尊厳を守ることに繋がる。また、ひきこもり状態は、家族、教育、労働環境、対人関係といった複合的要因によって生ずる現象なのであるから、ひきこもる権利の行使は、ひきこもらざるを得なかつた背景を照らし、社会的排除、社会的孤立という社会の問題を社会の側で解決するよう促す効果がある。

ただし、人権は絶対無制約ではない。家族の権利と衝突する場合は、ひきこもる権利は調整される。家族や社会は、対話の中で「本人の真剣な叫び・問いかけに“耳を澄ませる”こと」

(丸山康彦,2014,p.220) ができるかが問われる。

## 9. 第2条 平等権

ひきこもる人は、メディアを通して危険で存在が許されないかのように表現され、犯罪予備軍と伝えられたこともある。「特定の間類型に向けられた嫌悪感・蔑視感情」(木村草太, 2018,p.93) を差別、「特定の間類型に向けられた誤った誤認」(前掲書 p.94) を偏見とするなら、ひきこもり報道に見られた表現は、差別と偏見に該当する。年齢によって支援を受ける資格を制限した場合は、年齢による不平等な取り扱いなので、これも平等に反する。また、ひきこもり経験者はリカバリーの過程で定義上のひきこもり当事者から外れてしまうため、定義から外れた後もひきこもったことで困難を抱え続けるひきこもり経験者は、ひきこもり当事者と同様に考えていくことが必要になる。

## 10. 第3条 幸福追求権

幸福追求で、自己決定は欠くことができない。なぜなら、「自己決定権が基本的人権の一つだとされるのは、人が幸福を追求する基本的な権利を有しており(日本国憲法13条)、この幸福追求の条件の一つとして、各人が自己の意志と責任において自己の人生を生きていくことが欠かせないからである」(笹倉秀夫,2002,p.145)。

## 11. 第4条 ひきこもる人の生存権

ひきこもる権利における社会権を明記した。社会権とは、「ハンディキャップを負っている人々に法的な支援を施すことによって、生活を支え活動上の実質的な平等を実現しようとする」(前掲書,2002,p.140) ものである。また、「近代民法が自由競争とその結果に対する自己責任を原則にしているのに対し、社会権は、自由競争の制限、真の自由競争のための基盤づくりをし、かつ自由競争の結果に対し社会的連帯の立場からの手当てをする」(前掲書)。

ひきこもる人と家族はともに高齢化し、経済的にも困窮している。生存に不可欠な支援は必要である。そもそも、ひきこもり状態は、命にかかわる危険な状態でもある。よって、ひきこもり当事者の生活の質を上げることで体が生存権につながると考えていくべきである。例えば、インターネットやスマートフォン、居場所までの交通費、外出するために自由に使える金銭など、ひきこもる人が社会参加できる給付が、家族の負担を減らし、ひきこもり当事

者のリカバリーを促すはずである。

困りごとが解決し、楽しみができ、心配事がなくなった「楽で楽しく安心なひきこもり生活」へと進展していくことを「ひきこもりQOLの向上」と言う。ひきこもる人の生活の質は、生きる喜び、楽しさまで高められるべきである。

## 12. 第5条 支援・治療を選ぶ権利

患者が医師から説明を受けたうえで治療を選択することをインフォームドチョイスというが、ひきこもりの支援においても十分な説明を受けたうえで選択できるようにしなければならない。しかし、支援と治療は、ひきこもり当事者に必ず必要なものとはいえず、支援・治療につながらないことも選択できなければならない。また、選択できるほどの適切な支援が求められるのであり、画一的な就労支援だけでなく、ひきこもったままでも生き抜く支援などもあっていいはずである。例えば、8050問題でファイナンシャル支援を考えると、就労したとしても「生涯獲得賃金はそれほどの金額にならず、トータルでの資金状況にはあまり影響しない」(村井英一,2020,p.740)のであり、「徐々にでも社会復帰できて、その延長線上に就労が視野に入れば良いぐらいの心構えの方が本人も家族もあせらずに済む」(前掲書 p.741)と指摘されている。

## 13. 第6条 暴力を拒否する権利

本来、説得は暴力とは言えない平和的な交渉として認識される。しかし、ひきこもり支援において説得は、相手を連れ出すための都合のいい手段として用いられ、長時間の説得や自宅への侵入を用いて同意が強要されている。本人が精神的苦痛を感じていることを表明することすら難しいひきこもり当事者に対しては、会うことの暴力は厳密に考えねばならず、謙抑的であるべきである。例えば、事前の連絡のない訪問、直接会うこと、長時間の声かけなどは、当事者への負担が大きいため制限されうるはずである。「人は、説得ではなく納得しないと動かない」(竹端寛,2013,p.53)のであり、ひきこもり当事者に対して暴力になる説得は、ひきこもり当事者が当然に拒否できる。

## 14. 第7条 頼る権利

ひきこもることは、自分の力だけで対処しようとして陥った孤立である。自己責任論が強

い社会では、ひきこもり当事者も家族も助けを求めることは難しい。しかし、自立は、依存先を増やすことである。人を頼ることが、ひきこもり当事者・家族に必要となる。

アルコール依存症の自助グループでは、12 ステップと言われるプログラムを使って、自分の力で人生をコントロールすることをやめ、人に頼ることで回復する。なぜなら、彼らは、「人を信じられず、人に頼れないからこそ、覚せい剤やアルコールに依存している」（小林桜児,2016,p.56）のであり、「基本的な他者への不信感から適切に周囲に助けを求めることができず、単独行動だけで何とか負の感情に対処しようと」（前掲書 p.75）してきたからである。「さまざまな生きづらさから生じる負の感情に対して、自己治療的なアルコールや薬物の使用、あるいはギャンブルなど、他者との感情の交流が一切ない、単独で完結する行動以外に対処する方法を持っていない」（前掲書 p.74）ことがアディクトの原因とされる。

ひきこもることは、人に頼れなくなった人が自己治療的にとらざるを得なかった単独で完結する行動と言えるから、依存症の回復のように、人を頼ることが認められるべきである。

ひきこもり当事者・家族は、自分たちの力だけで抜け出そうと努力すれば、アルコール依存症や薬物の依存症のように、いつまでも抜け出せないループにはまるかもしれない。だとすれば、内面化された自己責任を手放し、頼ることを始めなければならない。自立と希望は、頼る権利から生まれるはずである。

ただし、頼る権利は、頼れる社会を求める。なぜなら、「「依存先を増やす」というメッセージが当事者に向けたものであると誤解されると、弱さをオープンにして「助けて」と言う義務が個人の側にあるといった新しい自己責任論になって」（熊谷普一郎,2019,p.235）しまうからである。したがって、頼る権利は、頼れる社会が実現することによって実質化される。個人を矯正・更生させて社会に順応させるのではなく、変わるべきは社会という考えが頼る権利でも必要となる。

## 15. 結語 加害性に向き合うことができるか

ひきこもり人権宣言は、「障害の社会モデル」に沿って考えてきた。「障害の社会モデル」は、「障害を個人に起こった悲劇と捉えず社会的差別や抑圧、不平等の問題と考え、「変わるべきは社会」とする点に特徴がある」（竹端寛,2013,p.18）。ひきこもる人は、自分の意志でひきこもっているのではなく、社会や家族の影響を受けてひきこもらされているのだから、ひきこもる背景を考えて、個人だけでなく社会や家族に目を向けなくてはならない。

ひきこもることを個人の問題とし、社会や家族によってひきこもらされていると理解しないのであれば、社会や家族は、ひきこもっている人々に対する加害性に気が付くことは難しい。これは、ひきこもり当事者の加害性の方が、家庭内暴力や経済的負担などの形で分かりやすいためである。しかし、ひきこもり当事者の加害性に責任を問う者は、同じく自らの加害性にも目を向けることが公平である。TV番組でひきこもる人を連れ出す引き出し屋が繰り返し取り上げられ賞賛されたのは、ひきこもる人々に対する蔑視・嫌悪感情が社会の人々に存在しなければ説明できない。家族が、ひきこもる人々に対し説教や叱責で追い詰めたり、ひきこもる人を恥だとして社会に助けを求めなかったのならば、これもひきこもりへの蔑視・嫌悪感情があったと言わざるを得ない。ひきこもる人々をより一層ひきこもらせるのはこの差別意識なのであるから、社会や家族は自覚のない加害性に向き合わないといけない。

ひきこもる人々は、語る主体ではなく、語られる客体であり、自分の人生の責任を自ら引き受けることができる主体ではなく、社会に対する責任を他から負わされる客体だった。こうした抑圧下においては、ひきこもる人々は、権利を主張することができなかった。したがって、ひきこもり人権宣言は、ひきこもり当事者が自らの人生を引き受け、主体的に生きることができるように権利を定めたのである。ひきこもる人の権利は、奪われてはならない。

## 参考文献

木村草太 (2019) 世界人権宣言の今日的意義 世界人権宣言採択 70 周年記念フォーラムの記録. 国際書院

滝澤美佐子(2019) 世界人権宣言の今日的意義 世界人権宣言採択 70 周年記念フォーラムの記録. 国際書院

住吉雅美 (2020) あぶない法哲学 常識に盾突く思考のレッスン 講談社現代新書

伊藤正俊 (2020) ひきこもり ―ひきこもり― 就職氷河期からコロナウイルス時代を見据えた全世代型支援 (臨床心理学 第 20 巻第 6 号).金剛出版

坂本いづみ (2021) 脱「いい子」のソーシャルワーカー―反抑圧的な実践と理論. 現代書館

竹端寛 (2013) 権利擁護が支援を変える -セルフアドボカシーから虐待防止まで. 現代書館  
国立精神・神経医療研究センター ※更新され参照時の文章と図は変更されている

<https://www.ncnp.go.jp/nimh/chiiki/about/recovery.html>

Mike Slade (2016) 本人のリカバリー100 の支え方 精神保健従事者のためのガイド,  
<http://plaza.umin.ac.jp/heart/archives/100ways.shtml>

Toshi(2021) ひきこもり ―ひきこもり― 就職氷河期からコロナウイルス時代を見据えた

全世代型支援 (臨床心理学 第 20 巻第 6 号).金剛出版  
割田大悟 ひきこもり当事者グループ「ひき桜」 in 横浜 (2019) 当事者主体によるピアサ  
ポーター学習会「ひきこもりピアサポートセミナー」実施報告書  
熊谷普一郎 (2012) TOKYO 人権 第 56 号 (平成 24 年 11 月 27 日発行)  
池上正樹 (2014) 大人のひきこもり 講談社現代新書  
丸山康彦 (2014) 不登校・ひきこもりが終わるとき, ライフサポート社  
木村草太(2018) 臨床心理学 増刊第 10 号-当事者研究と専門知 (臨床心理学増刊 第 10  
号).金剛出版  
笹倉秀夫 (2002) 法哲学講義,東京大学出版会  
村井英一 (2020) ひきこもり ―ひきこもり―就職氷河期からコロナウイルス時代を見据  
えた全世代型支援 (臨床心理学 第 20 巻第 6 号).金剛出版  
小林桜児(2016)人を信じられない病---信頼障害としてのアディクション, 日本評論社  
熊谷普一郎(2019)「助けて」が言えない SOS を出さない人に支援者は何ができるか, 日本  
評論社



**ひきこもり人権宣言に寄せて**  
**～作成メンバーによる寄稿文～**

# 『暴力的「ひきこもり支援」によって当事者や家族 が殺されないために』

文：上田マコト

今回のひきこもり人権宣言は、主に、暴力的「ひきこもり支援」の問題を訴えたいという気持ちを込めて、憲法で保障されている、ひきこもり当事者が当然持っている基本的人権についてまとめられたものです。宣言には、特別なことは書かれていません。もしこの宣言を見て(もしくは聴いて)何か革新的なものを感じるなら、それは、今まで、ひきこもり当事者が当然持っている基本的人権が当然のように侵されていたということです。

暴力的な「ひきこもり支援」施設の無法ぶりに多くの人が気づき、おかしいと声をあげ始めています。数年前から少しずつ状況が変わってきました。そうした施設を運営する団体による、人権も社会的常識も無視するような拉致・誘拐・監禁等の手口から彼らは「引き出し屋」等と呼ばれ、報道で目にする事も以前より増えてきました。

このような宣言は、私達がやらなくても誰かがやるでしょうし、今もこれからも、多くの人がこの問題についておかしいと感じ、声をあげるでしょう。もしこの宣言を見て(もしくは聴いて)、賛同されるならば、あなたなりの、暴力的「ひきこもり支援」はおかしいという声をあげてください。そのような声が現状まだまだ足りません。ひきこもりに対する無知や偏見は根強いです。ひきこもりは怠け者だ、施設にぶち込んでも構わない、罰を与えるべきだ、更生させるべきだという無知と偏見に満ちた声が聞こえてきます。

暴力的「ひきこもり支援」施設被害者の方は(多くの犯罪被害者と同じく)トラウマやPTSDを抱えています。声をあげることもできず、誰も信じられず生きる事を余儀なくされた人がたくさんいます。声をあげることができる人はごくわずかです。暴力的「ひきこもり支援」施設が刑法違反ならなぜもっと声をあげないのか、という声もあるかもしれませんがそれは被害者の脳が被害体験を思い出す事を(生存・自己防衛本能によって)拒否するからです。悪夢をみたり、フラッシュバックが突然起きたり、脳が制御不能になるのです。当然の事を主張することができなくなるのです。とても恐ろしいことです。

私達はこの宣言を基に、今まで暴力的「ひきこもり支援」業者を「(ひきこもりからの)救い出し屋」等と褒めちぎってきたメディアに対して、「ひきこもり報道ガイドライン」を提案し、ひきこもり当事者や家族が、暴力的「ひきこもり支援」業者の餌食にならないよう、各メディアに対して呼びかけていく予定です。また、最近やっと、暴力的「ひきこもり支援」

施設への抗議の声があがり始め、法的規制の必要性が叫ばれていますが、現状では、未だ具体的な議論が始まっていません。今こうしている間にも、暴力的「ひきこもり支援」業者の、とても「支援」と呼ぶに値しないような活動に、ひきこもり当事者と家族の大切な時間とお金が使われています。

私達は一刻も早く、実効性のある形での、暴力的「ひきこもり支援」活動への法規制が行われることを望んでいます。今後も、そのための活動を行なっていく予定です。

長文になりましたが、最後まで読んで頂きありがとうございました。

# 『宣言にあたっての基本理念』

文：藤原秀博

## ①【宣言にあたっての基本姿勢】

『私たちは、自らの人生をより良いものにしようと、日々行動してゆく』

今回の『人権宣言』を發布するにあたっては、私たちひきこもり当事者・経験者自身が、まず、自身の生き方を問い、自らの姿勢を明らかにした上で、宣言を行うことに意義があると、私は考えました。

人権宣言と言っても、私たちの側が、一方通行の姿勢に終始しては好ましくありません。

たとえば、Aさん宅に車イスのBさんが訪問したとします。その障がい者のBさんが、「なぜこの家は段差だらけなんだ！差別だ！障がい者を尊重する気持ちがない！平等に考えられない醜い家主だ！」

と、頭ごなしに上から目線で怒鳴ってきたとしたら…。AさんはBさんの言葉を素直に受け入れられるでしょうか。確かに同じ人間として、足の不自由な人を尊重して、車イスの人でも過ごしやすい環境にしたいものです。Bさんの主張は決して間違っていないと思います。しかし、Bさん自身はAさんのことを尊重していると言えるでしょうか。健常者のAさんにだって事情があります。車イスの人のためにスロープをつけたり、段差を減らすなどのリフォームをしたくても、金銭的な事情があったり、Aさんができる範囲は限られているのです。

民主主義を主張する側が、まず民主主義であろうと努力する姿勢がなければ、本当の民主主義には近づけないし、多くの人々に受け入れてはもらえません。そうでなければ民主主義は磨かれないと考えます。法律も同様です。法律を作って終わりでは、本当の幸せな社会には近づけません。法治国家の中で国民一人一人がどのような志しをもって生活するかが、最も大切です。

つまりは、ひきこもり人権宣言を出して、主張して終わりにするのではなくて、人権宣言を出す私たちが、この人権宣言の内容そのものを生きることが大事だと考えます。私は、元ひきこもり当事者でありながら、今は会社員であり、支援者でもあります。コピー1枚、ボールペン1本も経費として提出し、お客さまに頭を下げて千円を稼ぐことがどれだけ大変なことかを痛感しています。会社員として一般社会のルールを学びながら、常に自分の生きづらさの問題に向き合って、「ピアサポーター」（当事者・経験者として、似たような状態にある人たちを支える人）としても精進する日々です。それ故に、過去に「苦しいひきこもり状態を生み出してきた、“考えのくせや生活習慣など”」からリカバリーしていく自分と、世

間のルール（社会常識）のバランスに苦しむことが多々あるのです。私は常日頃その両面を見つめて、自分を内面から成長させることと、社会の一員として生きる努力と行動をしながら、「今この時」を精一杯生ききるつもりです。もう「生きてるアリバイ作り」をする自分からは卒業します。苦しみや死にとらわれている自分が、必死でそこにいることを演出して酔いしれて、パソコンに向き合うのはごめんです。

社会に向かって、ひきこもり状態の苦しさへの理解や、当事者の権利を主張するならば、同時に、ひきこもりで苦しむ当事者も「ひきこもりが理解されない厳しい現実社会」を受けとめる努力をし、当事者側も、社会の一員として自分なりのペースで何かを変えるように努めてゆく、この両面をバランスよくとる姿勢が大事だと考えます。そのためにも当事者は、「過度な防衛行動」は、自分だけでなく周りの人も傷つけているという現実を、少しずつ受け止めながら成長していくことを望みます。一般社会に適応できずにいた私だからこそ気づけるような、社会の問題点が多くあるのだと思います。人々には理解されにくい、ひきこもる人が、自身の生きる姿勢を見直し、自分を成長させながら人権宣言を出すことで、社会の中にひそむ「心の繋がりの貧しさ」について訴えていきたいのです。

## ②【タイトルの説明】

まず、ひきこもり人権宣言というタイトルですが、これは決してひきこもる人すべてを代表したものではありません。あくまで、われわれ暴力的「ひきこもり支援施設」問題を考える会が独自に作成した、宣言にすぎないという事を私から伝えておきたいです。この宣言は、作成に携わった当事者・経験者メンバーと協力者、意見を寄せてくれた当事者の仲間、そして、宣言の内容に「賛同する人々」のものだと考えています。たとえ作成に直接に関わってなくても、宣言の主旨に賛同される方は、「ひきこもり」の中に加わっていただければと思います。姿や年代、立場は違っても、離れていても、内容に共感できたあなたは、心のどこかで繋がっている「仲間」だと、私は考えるからです。

逆に言えば、「こんな宣言は反対だ！こんな幼稚で愚かな宣言はダメ！間違っている！勝手に宣言するな！」と感じる人々がいて当然だと思います。今回のひきこもり人権宣言は、私たち考える会が独自に作成したものです。ひきこもる人は千差万別であり、10人いたら10人の事情があります。当事者の声に対しては、『[聴くこと]の難しさと[語れなさ]』※が背中合わせになっている「ひきこもり」という領域で、私たちがひきこもる人すべての代弁者の役割を果たそうとする方が高慢であり、そもそも不可能だと考えます。そのような姿勢で宣言を出すより、逃げ道や言い訳と誤解されようが、これは当会のひきこもり人権宣言であって、決してひきこもる人全体を代表する宣言ではないということを明示しておくことが大切だと、私自身は思いました。この宣言は、あくまで、世の人々に向けて、ひきこもりへの理解を深め、ひきこもりの仲間たちがより良く生きるきっかけになれば、という思

いから作ったにすぎません。たまたまほかに誰も作っていなかったから、私たちがまずはじめに世に出すことにしただけの話です。すべてのひきこもりの人たちの声を代表していて、かつ誤ることのないような宣言を提示できる存在がいるとしたら、それは神しかいないのではないかと思います。この宣言が正しいかどうかではなく、この宣言によって、ひきこもる人への見方が変わるきっかけになり、誰かの意識改革に繋がってくれたら幸いと思うだけです。

※参考資料：<http://www.webchikuma.jp/articles/-/675>(ひきこもり支援論 石川良子)

### ③【ひきこもり人権宣言を作った理由】

この人権宣言は、いわゆる 8050 問題、高齢化したひきこもり当事者とそのご家族の苦境につけこんで、人権侵害的なビジネスを行う業者はもちろん、メディア、行政、支援団体、社会、家族、当事者などに対して、ひきこもっている本人たちの権利を求めるものです。

家族や周りに世話になりながら、ひきこもる生活を続ける人が多いのが現実だと思います。だからこそ、われわれはまず、自身の意識と行動変革をする必要性を理解したうえで、ひきこもっている状態を肯定して、同時にひきこもる当事者(同志)に向けて宣言するのです。人間にとって「ひきこもること」は、時には必要であること。そして、人がひきこもる原因は、決して個人の問題だけではないこと。周囲や環境、それによって生じた病気やトラウマなど、様々な理由から起きる「社会問題」であることを主張します。つまり、ひきこもっている状態は必ずしも「悪」ではありません。だからこそ、何びとも、**ひきこもっている状態を理由に人権を侵害されてはいけない**のです。

ひきこもりについての正しい理解、当事者や家族の苦しみについて社会の理解を深めることは、あくまで目的の一つに過ぎません。ひきこもり人権宣言は、決して社会に向かって訴えるためだけのものではないと私は考えています。ひきこもる本人や家族こそが、宣言の精神を正しく理解しなければ、新しい道は開かれませんが、当事者は、「ひきこもっているから私たちは社会不適合者だ」といった狂気に襲われることのないように。そして、家族の方が人権宣言の第7条を行使する際、1～6条を理解していたならば、少なくとも引き出し業者のような所には依頼しなくなると思います。当事者や家族こそ、己を曇り眼鏡で見ないことから、道は開けていくのです。当然の権利を侵害しない・させないという、「自分自身の意識改革」に繋げてほしいです。

人は、「温かいけれど、理不尽な社会に生かされている運命」を受け入れた時こそ、そ

の次に何かをする可能性が生まれてくると思います。(周りの状況も含めた) 自分の運命に対して覚悟ができた時、「今やるべき行動」「自他共にためになる行動」が伴ってくる気がします。

#### ④【愛のある繋がり】

親と子、支援者と苦しむ者、社会の中で人と人との「愛ある繋がり」とは何なのでしょう。「愛」という言葉を「関心」に置き換えてみてください。愛ある繋がりとは、その人へ関心をもった繋がりとも言えると思います。結論ありきで説得させるための繋がりではなく、「この人はなぜ今ひきこもっているのだろうか」という関心を抱いたうえで、この人権宣言を読んでいただけたら幸いです。

家族や支援者が「ひきこもっている人(わが子)」を何とかしたいと、心配して起こした行動は、本当に「ひきこもってる本人」のためになっていることなのでしょうか。一度、「ひきこもる我が子の将来を心配している」という、不安や恐れが肥大してないか、自分自身を見つめてみてください。

ひきこもっている人には、ひきこもりたい理由、ひきこもらなければならない理由があります。同時にどんな理由があってもひきこもり続けていたとしても、ひきこもることが「生きづらさの解決策」として健全であるとは思えない「底つき体験」を迎えて悩みながら身動きがとれない人も多いのです。そして、ひきこもる人がいる家族は、自分自身の人生についても不安に思うでしょう。家族自身が、自分の不安や恐れを取り除きたい気持ちから、引き出し業者に頼ったりすることがひきこもり問題をより深刻にしている場合があるのです。

つまり、ひきこもる当事者も家族も、「問題の震源地」は自分の中にあることを認識すべきだと思います。とくに無意識で、就労ありき・社会復帰という条件をつけている人は、不安や恐れが強すぎていて、現実が見えなくなっている状態かもしれません。

人には、「自覚なく人を利用してしまいう傾向」があります。ひきこもる人に対して、「我が子の将来のために」「ひきこもり支援のために」と、就労など社会復帰という結論ありきで接してくる人は、自分が無意識にそのような傾向がないか、一度考えていただけたら幸いです。

親御さんは、「ひきこもるわが子がいる私の人生を何とかしてほしい」気持ちで、ひきこもる本人と接していませんか？

支援者は、「自分たちが利益を得て優位にたちたい」気持ちで、ひきこもる本人と接していませんか？

家族はまず、自分自身の心が安定しなければ、本当に「ひきこもるわが子」のために、見守ったり、手伝えることは難しいと思います。距離の近い家族同士だからこそ難しいのです。

それ故に、ひきこもる人を抱える家族自身が、自分の不安や恐れを何とかしたくなった時には、外部へ相談することは大切です。各家庭の中に潜むひきこもり問題の解決には、第三者が介入する「家族支援」は最も重要です。ただし、本当の「家族支援」とは、家族の不安を取り除くために、多額の経費で強引にひきこもる子を引き出そうとする業者のことではありません。家族の不安を取り除くために、第一に家族の方自身のケアを手助けしてくれることだと思います。家族自身が、「自分の中にある不安や苦しみとどのように向き合っていくか」、それを支えてくれるのが、本来の家族支援であり、家族会や支援者の役割です。とくに家族会では、ひきこもる子を抱えた人同士の分かち合いは、大きな共感や力、苦しみからの解放への糸口に繋げてくれると思います。

ひきこもっているわが子のための～ひきこもり支援～と謳（うた）いながら、ひきこもっている本人の心を置き去りにした繋がりや、愛＝関心が少ない支援と言わざるをえないと考えます。家族の中に、ひきこもっている人がいたとしても、自分自身の心が「不安や恐れ」に埋没していなければ、平気で人権侵害を行うような引き出し業者の手を借りることはないはずで、ひきこもる当事者も家族も、たとえメディアで引き出し業者が取り上げられたとしても、それをどう受けとめて、本当に良いかどうかの最終判断を自分自身でできる状態に変わっていかなければ、根本的解決には至らないのです。

「ひきこもり」を安易に問題に結びつける風潮が社会にはあります。しかし、ひきこもっている本人も家族も、「自分自身が成長するために起きる出来事」と捉える道もあります。それは、自分が思い描いていた理想とは全然違うことが多いのです。たとえば、キャリアや世間体にこだわり過ぎて生きてきた親ほど、子どもがひきこもって相談できずに苦しんだりします。逆に、ひきこもる生活によって心の底では苦しんでいる本人も、ひきこもらないと生きていけない自分自身について、目を向けなければいけない時期があります。だからこそ、われわれはひきこもる自分と向き合っ、肯定しながら成長し、自身の人権を守って、家族や周囲との関わりも諦めたくないのです。



## ⑤【ひきこもって苦しむ同志たちへ】

諦めたくなるよ。自分にも、周りにも、社会にも…。だけど、弱くて臆病で無気力な私は、生きる力を身に付ける手段があることを知った。私は生きづらさの要因は、自分の中にあるトラウマと外的環境があると考えた。そして、精神的、身体的、魂からの回復を実践してきた。末期癌の両親の介護・葬儀をして見送った。それから、ひきこもり問題を生む外的環境要因にも切り込み、今は同志と連携して社会活動をしている。

手遅れと思ってもいいから、弱くてもいいから、次の言葉を読んでくれ。

『まず、あなたの中にも生きる力（凄いエネルギー）が眠っていること。そして、あなたに合った「生きる力が湧き出す手段」があり、どこかにあなたの「仲間」がいるということ。』  
それだけを伝えたい。

社会は自分の思ったとおりになんか助けてくれない。「問題だらけの社会」だからこそ、そんな社会に馴染めない自分に恥じることなんてない。同時に、「問題だらけの社会」で生きる覚悟を、いつか決めてほしい。そして、自分の力を信じ、仲間と居場所作りへと歩んでほしい。

私も、「命の教育」なんて学んできたとは言えない。人は生物を殺して生き続けているという事実に向き合おう。平凡な思想は光だけをもとめたがるが、「闇を抱き抱えて光を求める覚悟」が重要だ。暗黒の毎日でもいいから、とりあえず、生きて歩いてみて。すぐには会えないかもしれないけど、あなたを理解してくれる人は必ずいるから…

⑥【すべてのひきこもりのためのひきこもり人権宣言（白紙）】

A large, empty rectangular box with a thin black border, occupying most of the page below the title. It is intended for the content of the 'Declaration of Rights for All Hikikomori'.

## ⑦【すべてのひきこもりのためのひきこもり人権宣言(補足)】

この人権宣言を作ったメンバーは、みなかつては苦しいひきこもり状態にありました。しかし、今はひきこもりの渦中にあるわけではありません。先述したように、元々ひきこもり当事者であった私たち自身にも、「ひきこもり当事者の実像」について多くを、適確に語ることは困難です。あくまで私たちは自身の、それも今の時点での、過去と現在を振り返ったうえでの、気持ちや経験を話すことしかできません。ひきこもる状態は、説明が極めて困難であり、それぞれの個人的な事情や外的環境要因があるからです。だから私たちは、どこかでまた違う、われわれのものとは別のひきこもり人権宣言がどんどん作られてほしいと考えています。

ひきこもりの実態について、一部の当事者・経験者が当事者全般を代表して語るなんて不可能で、かつてひきこもり状態を経験した人が、いま現在ひきこもっている人を導くこともできないと私は考えます。その人の人生は、その人自身が考えて決めて歩むものです。他人が口を挟むものでもありません。ただ、どの分野でもピアサポーター、つまり似たような経験をした人たちの声は重要で、苦しむ当事者の問題解決の糸口になります。苦しいひきこもり状態から抜け出した私たちの姿が、いま苦しんでいる誰かの道標になるようであれば幸いです。

私はひきこもり支援については、必ずしも支援する側と支援される人、という風に分けては**考えません**。ひきこもり支援とは、あくまで一人の人間と人間の真剣なぶつかり合いから生じるものだと思っています。つまり、ひきこもり問題の解決は、ひきこもる人を変えたり、排除して済むような手ぬるいものではないということです。この社会でひきこもりがなぜ生まれるのかという問題に目を向ける必要があると同時に、人間や社会の在り方そのもの、強いては生きる意味や価値を問うほど奥深く、また正解のないものだと考えています。故に、ひきこもり人権宣言の本当の意味での完成・完結は、私たちや一部の人だけでできるものではなく、サクラダファミリアのような存在なのかもしれません。私たちは一般社会のルールから外れた存在だからこそ、少数意見や声をあげられない、今ここにいないひきこもる人々、異なる意見を持った当事者の人たちの存在を思い続けたいのです。

## ⑧【結語】

もし、ひきこもっている人に感情をぶつけるのであれば、恨みや恐れより、愛や慈しみであってほしいと願っています。ひきこもりを端から否認・排除する人は、自分自身が社会から落ちこぼれるのではないかという恐怖を心の奥に抱えています。決められたルールから外れることを許さない人たちが作る社会は、自分や身内が生き残るために醜い争いを生むでしょう。パンデミックが起こった2020年から現在、世界は今までの常識を見直して、新

しい生活洋式を考えるようになりました。そして、自分だけがウイルス感染しないようにするのではなく、ひとりひとりが他者に感染させないように努力する姿勢こそが、結果的に事態の収束に繋がると呼びかけたのです。自分だけが良ければいいという発想から、他者を思いやる姿勢こそが、自分たちの住みやすい世界を取り戻せるのだという思いに変わることでも、人々はウイルスとの共存へと歩んでいます。社会に適応できない人間を思いやる姿勢こそが、社会から落ちこぼれても生きていけるといふ、ゆとりある社会を作り出して、結果的に自分や身内を救うことになるかもしれません。

このひきこもり人権宣言が現在の常識では理解されなかったとしても、いつの日か、世の人々に関心を持っていただければ幸いです。ひきこもっている人は、あくまで、「今の社会に適応する力」が弱まっているに過ぎず、ひとりひとりには実は秘めた力を持っていると私たちは考えています。人間と社会が怖くて仕方がなかった私たちですが、ともに活動してくれた仲間たちと、この人権宣言に賛同を頂いた方々と共に、「ひきこもる権利」として、自身が幸福を追求する権利を訴えたいです。

当会のひきこもり人権宣言について、これを稚拙で相応しくないと批判する人がいても、それも個人の思想の自由なのです。そもそも私たちが、人権に関わるような大層な宣言を出すなんて、正直言って恐いです。しかしながら、私たちは正直に恐いと伝えながら、行動することを選びました。有志が集い、私たちなりに謙虚で内気で思いやりの姿勢を保ちつつ、時にぶつかりあいながら、作業を進めてきました。この活動が、少しでも、誰かの助けになればと、願って。そして、宣言を出して主張して終わりにするのではなく、人権宣言を出す私たちが、この宣言の内容そのものを生きるようにするのです。さらに家族にも、社会にも役立つためにはどうすればいいのか。トラウマケアができる支援者が少ない（支援者支援が弱い）こと、家族ケア、ひきこもりを生み出す社会環境への対策が必至です。私たちひきこもり経験者、ひきこもりの当事者自身、家族自身、地域、国がそれぞれの役割を果たしながら連携できる取り組みが生まれるよう願っています。少なくとも、苦しんでいるひきこもり本人と家族の受け皿が、引き出し屋と呼ばれるようなビジネス目的の業者にならないように。ひきこもる本人と家族が、さらに苦しい道に迷い込むことがないように願って、今この「ひきこもり人権宣言」を発表します。

# 『「リカバリー」と「ひきこもり生活の質」』

文：丸山康彦

## 宣言作成にたずさわって

当会が結成されてからしばらくの間、私は「いいことをやっている当事者仲間がいるな」と共感しつつ傍観していました。ところが、思いがけず共同代表の方々から人権宣言作成班に加わるようお誘いを受け、末席に連なることになりました。

私は高校時代の不登校と大学卒業後のひきこもりを経て、現在不登校・ひきこもり相談室「ヒューマン・スタジオ」を個人で運営しています。相談に来るのはほとんどがご家族とりわけ親御さんであることから、相談業務や家族会、メールマガジンの執筆配信などを通じて親御さんが本人の望む接し方をできるようにサポートしています。

ただ、そのような立場だと「どうやって親御さんに当事者の心理や当事者に合った接し方を伝えるか」で日々精いっぱいにならざるをえず「ひきこもり当事者の人権」という社会的観点に立って訴えることを後回しにしがちになっている自分が、ずっと心に引っかかっていました。

たとえば、コロナ禍の2020年に給付された特別定額給付金について、ひきこもり状態であることを理由に一方的に配分を拒まれ、ほかの家族と違う扱いを受けることのないよう、5月に談話\*を公表したのですが、ここでも人権問題としてではなく、あくまで本人の心理状態への影響を懸念する内容に終始しています。これに対し「これは心理状態云々の前に人権問題として訴えるべき事案だ」という趣旨の意見が当事者から出ました。至極当然だと思います。

このように「当事者の人権」という観点から再考すると、ひきこもり当事者への見方の多くに人権感覚が欠落していることに気づきます。たとえば引き出し業者に連行された当事者が「あなたのような『未成熟子』には何も言う資格はない」などと言われたという話\*\*は、まさに人権侵害の典型例でしょう。

\*<https://blog.goo.ne.jp/husta/e/40e8b16501834bd7cdc8c7da0368c035> 丸山康彦『特別定額給付金の取り扱いに関する緊急談話』ヒュースタ日誌

\*\*[https://www.huffingtonpost.jp/entry/social-withdrawal\\_jp\\_5d75c4b6e4b07521022ed02a?ncid=other\\_email\\_o63gt2jcad4&utm\\_campaign=share\\_email&fbclid=IwAR3Bk1P09eTpytqE46X0pTX0R6eNBMMThe6ZKmgEv\\_sxy6pTpkFHSbMz3c](https://www.huffingtonpost.jp/entry/social-withdrawal_jp_5d75c4b6e4b07521022ed02a?ncid=other_email_o63gt2jcad4&utm_campaign=share_email&fbclid=IwAR3Bk1P09eTpytqE46X0pTX0R6eNBMMThe6ZKmgEv_sxy6pTpkFHSbMz3c)

有馬知子『「連れ去り、監禁、脱走」…。ひきこもりの支援と称し、テレビ番組にも出演していた団体の実態とは?』ハフポスト日本版編集部

## 第2条と第4条について

さて、この人権宣言に私が盛り込んでほしい文言はふたつありました。ひとつは「リカバリーの権利」、もうひとつは「ひきこもり生活の質を追求する権利」です。

前者は第2条に、後者は第4条に盛り込まれました。

まず前者ですが「リカバリーの権利」と言うと、多くの方は「リカバリーは回復のことだから回復＝就労は義務だけど、まあ権利でもいいか」といったとらえ方をするのではないのでしょうか。しかし「リカバリー」の意味は「文字どおりの回復＝元に戻ること」ではありません。リカバリーの本来の意味は「自分らしい生活を自己選択し、自分なりの人生を歩んでいけるようになること」(ひきこもり当事者グループ「ひき桜」in 横浜主催「ひきこもりピアサポートゼミナール」テキスト)なのです。これは第3条の「自分らしく生きるために自己決定権を行使でき……」へとつながっています。

次に後者ですが、これはひきこもり状態の人が送っている生活を「ひきこもり生活」ととらえ、その質を確保する権利のことです。すなわち「ひきこもり生活をやめる義務」ではなく「ひきこもり生活を楽で楽しく安心できるものに変えていく権利」ということです。

相談や家族会をやっていると「虫歯なのに歯医者を受診できない」「床屋に行けないので外見がひどくなってますます外出できなくなる」などの困り事、「ゲームにのめり込んでいくけど楽しくない」「やりたいことがあるのに孤立していてできない」などの楽しめなさ、「行政手続きができない」「将来が不安で仕方ない」などの心配事、といったことが重なり、健康や生きる張り合いが失われているとよく聞きます。私はこれを生活の質(QOL)が低下した状態だととらえています。そこで、困りごとが解決し、楽しみができ、心配事がなくなった「楽で楽しく安心なひきこもり生活」へと進展していくことを「ひきこもりQOLの向上」と言っています。

とくに「自分には楽しむ権利がない」と思っている当事者が少なくないと感じます。そのため「ひきこもっていても楽しんでいい」「家に居ながらにして楽しんでいい」という意識を当事者に持ってほしいとつねづね感じていたところです。

また、当事者がひきこもり生活の質の向上をめざすには、地域のそれぞれの立場の方々の理解と協力が必要ですから「必要な手段を社会に求めることができる」と規定しているわけです。そのため社会の側が、ひきこもり当事者に求められる手段を揃えることができるよう、私も研究を進めているところ\*\*\*です。

\*\*\*<https://hkst.gr.jp/interview/17515/> 丸山康彦『ヒューマン・スタジオ まるさん ひきこもりQOL追究の旅！「ひきこもり×おしゃれカフェ」編』ひき☆スタ

## **終わりに**

前述のように、ひきこもり状態の人々の人権意識はそれぞれです。ただ、人権意識が低い当事者の多くは、もともと低かったのではなく、ひきこもり状態にあるなかで低下していったと見るべきでしょう。本宣言を、社会の意識を変える手立てのひとつとするだけでなく、当事者各自が幸福に向かって歩んでいく糧にしていいただければ、なお幸いです。

# 『青森のこもりびと戦記 ～ひきこもり経験を通して人権とは～』

文：下山 洋雄

私は「ひきこもり」という言葉に違和感を持っていました。それは否定的な印象が強いからです。「ひきこもり」という言葉は、世の中の風潮に沿った排除の目線を含んでいて、当事者や家族を苦しめます。肯定的な言葉に変換すると「こもりびと」「巣ごもり」などが思い浮かびます。

私はこのひきこもり人権宣言の作成元である「暴力的支援施設問題を考える会」が立ち上がる以前、平成26年6月ごろからですが、ひきこもりの当事者や親御さんたちから「引き出し業者から法外なお金を請求されてどうしていいか困っている」「引き出し業者が来て自室の部屋をバールでこじ開け、業者に同行してきた医師が当事者に鎮静剤を打ち、収容施設に連れられたが、隙を見て逃げ出してシェルターに助けを求めた」などの相談を相次いで受けるようになりました。そこから、地方で、同じく暴力的支援施設問題を考えていくための会をたちあげました。今回のプロジェクトに先立つ形ですが、ひきこもり当事者の権利宣言や報道ガイドラインを地方から発信していこうと、私の地元の当事者仲間ですでに話合っていたのです。

それを文面化するにはものすごい労力と時間を要しますが、この権利宣言を作るときに、ひきこもり経験のある知り合いの弁護士がおっしゃられていたことがあります。それは、私たちのための権利宣言ではなく、ひきこもる当事者ひとりひとりに通用できるオリジナルな権利宣言が一番必要と。

地方の実情は、東京圏に住まわれる方々が想像される以上に厳しく、周囲の目、世間の目、家族の価値観による縛りが強くて、ひきこもり当事者が声を上げることは容易ではないのです。

具体的に言えば、「ひきこもりは怠けである」「ただ飯食って、金にもならない。」「ひきこもらず働け」「家を出てホームレスになれ」「働かないもの食うべからず」などと言った声が大きくて、私たちの声なんてこれっぽっちも聞いてくれないのが切なくなります。

これまで当事者・経験者が公の場で声を挙げると、必ず周囲は十把一絡げで否定してきました。

「働きもしないクセに何を言っているんだ」と話しを聞くどころか、聞く耳すら持てない支援機関の方針に対して、違和感を覚え、戦ってきました。

私は屈することなく、地道に相手と対話することにより、少しでもひきこもりへの偏見を



払拭する活動を続けました。

私は幼い頃から親の思うように育たず、父親から虐待を受け、小学時代には教師の体罰を受け、中・高校時代の不登校とひきこもりを経て、現在は経験者相談員として、ひきこもりの全国的な家族団体である KHJ の青森県支部「さくらの会」を運営しています。当事者・経験者が家族会の運営に関わるのは極めて少ないと思います。相談に来るのはほとんどが親御さんであることから、相談活動や家族会を通じて親御さんは本人の主体性を重んじた接し方をできるようサポートしています。

地方の親御さんには当事者の気持ちや当事者に合った関わり方を伝えることに苦勞していますが、「ひきこもる本人の人権」をいつも意識してきました。ひとりではどうてい世の中を変えるのは難しいですが、当事者仲間がいれば、それも乗り越えていけると確信しています。

私も丸山さんと同じく「いいことやってるな」と共感しつつ傍観していましたが、思いがけず共同代表の方々から、人権宣言の作成グループに加わりませんかというお誘いを受け、微力ながら私も名を連ねることにしました。

2016年4月に、テレビ朝日の『ビートたけしのTVタックル』という番組で、いわゆる引き出し業者がひきこもる本人の同意を得ずに、部屋のドアを壊して、当事者の部屋の中に強引に押し入る光景が放送されました。私はこの放送を観て恐怖を感じ、テレビ朝日の放送センターへ抗議の電話を致しました。ひきこもる本人の同意を経ず、親が勝手にそのような行為をしたことはひきこもり当事者経験者や視聴者にとっても、人権侵害に当たります。またこの問題に関して、2016年4月に、ひきこもり当事者の仲間数名で記者会見を行いました。私もその記者会見に同席した一人です。記者会見に出たことにより周囲の人たちに叩かれるのではないかと不安を抱えながら出ました。

しかし、地元に戻って見たら意外と共感してくれ、「下山さんが勇気を振り絞って、メディアの前でその声を届けてくれたことに意味があるんです」との声をいただきました。社会にひきこもり当事者の声を届ける運動のうねりを広げられるきっかけになったと思います。

とくにご家族は、「ひきこもるあなた方の気持ちが理解できない」、と語られます。当事者と家族とが、同じ気持ちを分かち合うことは確かに難しいでしょう。しかしながら、ひきこもる彼ら彼女らの気持ち、そして家族の心痛な気持ちに深く寄り添えて、それぞれの生き方を尊重できる場が必要です。

家族も先行きが見えず、追いつめられた状態で焦って引き出し業者に依頼しているという現実があります。

親が今の気持ちをさらけ出せる家族会という場が大切だと思います。

さて、この人権宣言に私が盛り込んでほしい文言がひとつありました。第6条の暴力を拒否する権利です。

### **第6条 暴力を拒否する権利**

**ひきこもり当事者は、不当な支援・治療・説得を拒むことができる。当事者の本心に反する働きかけは暴力的であり、ひきこもり当事者は、これを拒否できる。引き出し屋の説得による連れ去りは、決して許されない人権侵害である。**

「暴力」というと「身体的暴力・精神的暴力・性的暴力」がありますが、私は「虐待」を含めてもいいと思います。

引き出し業者だけではなく、家族や当事者・経験者同士の暴力も含む「誰もが暴力を拒否する権利」、と言い換えてもよいかもしれません。

これについて、福井大学の友田明美教授が「虐待を長期に渡って受け続けたり、見たりすると脳の一部が委縮したり、変形する」という研究報告\*があります。

\*<https://tomoda.me/resources/Kouensiryoku.pdf>

「子ども虐待と脳の発達」福井大学子どもこころの発達研究センター教授 友田明美

### **結びに**

ひきこもり当事者の人権意識は千差万別なので、統一したものではなく、それぞれに応じた人権意識が必要だと私は思います。ひきこもり当事者による人権宣言により、社会意識の変革を促すだけでなく、当事者ひとりひとりが幸せに暮らせるように、少しずつでも前に進んでいければと願います。

# 『人権宣言作成余話』

文 : Jonathan Livingstone

はじめに。

わたしは、ひきこもり人権宣言作成グループの一員として、当初より活動に参加した。しかし、作業を進める中で、宣言の方向性に対して疑問が生じ、また個人的な心境の変化に見舞われたこともあって、いったん作成グループの中核とは距離を置くことになった。

人権宣言の発表にあたって、そうした所感と、わたしの角度からの見解も頂きたい、との要望を同志たちより頂いたので、その旨を簡潔に記すことにしたい。

まず宣言のターゲットに関して疑惑が生じた。

そもそも、現状では、われわれひきこもり当事者の公的権利は別段否定されていないし、当事者全般を取り巻く人権状況が危機に瀕しているわけでもない、ということに気がついた。それどころか、ひきこもっている人たちの尊厳を否定しがちなのは、他ならぬ当事者自身であり、自らに対し不断の抑圧を加えているのはまさに当人自身であり、また他の誰にもまして、ひきこもりの人々に激しい差別と憎悪の念を向けるのは、一部の当事者、経験者、および何らかの面で、ひきこもり者と通じる心性を持たれた人々である、と。

そうであるなら、社会以上に、まず当事者同胞を念頭に置いて、そうした自己否定と抑圧の悪習を改め、自らの尊厳と権利の自覚に至るよう、覚醒を促すメッセージを表明することが先決ではないか、と考えるに至った。

また当事者として宣言を発する以上、ひきこもりという在り方に現実に伴う加害性——多くの場合、周囲の人々に心理的・経済的・社会的負荷をもたらしている——を認め、これをまず肯定した上で、ひきこもり行為のもつ意味や可能性を明言する途を取るべきではないか、との考えるに至った。

一部の人々に敵視されたり、結果として周囲に苦しみを与えているのは、望ましくはないが、それはそれとして構わず、そうした事態がわれわれの尊厳を損なうこともないので安心してよい、と。

もちろん、ひきこもり支援の名目で、一部の業者が行っている拉致・監禁・強要脅迫などは、人権以前に明白な犯罪的行為であって、社会的に認知された時点で法的な取り締まりの

対象とされる類の事柄であるのはいうまでもない。

また、ひきこもり状態自体も、明確な精神的・身体的疾患が原因で発生している希少な場合を除いては、いわゆる精神医療の対象になるようなものではなく、ましてや、たんに邪魔だからとて周囲の人々の都合で、措置入院を謀ったり・強制治療に及ぶなどもってのほかである、というのは自明であるが。

他方で、われわれが目下ひきこもり状態に留まっていることへの、ある種の社会的な許諾を得るために、実際以上に弱さを装ったり、当事者の生きづらさ等をことさらに強調する方式は、結局自他を欺く方向にほかならず、われわれの実情に即したやり方ではなくなりつつあることを公にしておく必要も感じられた。

わたしとしては、今後のわれわれの活動の基軸は、ひきこもり者にありがちな弱さ・動けなさ・つまらなさの意識から隔たった所に据えられなければならぬ、と予感しているのだが……、先進的な同志たちの間でも、こうした姿勢が普及するにはなお時間を要すると観取し、プロジェクトに一定の距離を置きつつ、関わることにしたのである。

# 『来たるべき同志たちへの通信』

文 : Jonathan Livingstone

今回の人権宣言へのわたし自身の所感は、先の稿で述べさせていただいた。

こちらでは、この文書を目にすることになったみなさんに、および、なお潜伏中の同志たちと、また未来に現れるであろう同志たちに向けて、通信を送ることにしたい。

## この文書を手に取りられた方々へ

まず今回の人権宣言プロジェクトの直接の由来であるが、一部の業者による、支援を名目としたひきこもり当事者の略取誘拐、脅迫、強要、詐欺的契約といった犯罪が横行する現状に憤りを発した有志たちにより、こうした行為に対する「NO!」の意志を、公に表明する目的で発起された。

近頃ではつと知られ始めているが、このような悪質な業者への委託は、多大な金銭的損害のみならず、当事者とその周囲の人たち（主に家族）との人間関係に取り返しのつかないほどの打撃を与えかねないことを、どうか留意していただききたい。

もともと、そうした危難に見舞われたことがきっかけとなって、本人及び周囲の状況が好転と見える方向へ向かった、という例も皆無ではないのだが、そうしたケースは例外的で、再現性が全く確認されない現象であって、それを根拠にそのような手法を用いることを正当化するのはいくらでも明言しておかねばならない。

わたしの知る範囲でも、多年に渡って支援活動が続けられてきた方々は、倫理面以上に、失敗した際の危険が大きすぎるとして、こうした暴力的な手法には押しなべて反対の意を示している。

また宣言本文で宣べられている内容は、現代の社会において、およそ常識や公序良俗とされているものと大意においては差はなく、その意味では目新しいことは何も述べられていないかと思う。

多年に渡ってひきこもり生活を続けられ、固有の心理状態に置かれていると、ご本人も周囲の方も、往々にして自身の社会的・人間的権利と価値を忘却されてしまう傾向があるので、こうした基本的な事項を改めて告知知らせ、意識を喚起する目的を兼ねていると思われる。

そうした意味では、この宣言の精神を実体化してゆくのは、みなさん一人一人の任務とも捉えられるだろう。

## 現在ひきこもられている方々へ

残念だが、今現在、深いひきこもり状態にある方々に対して、われわれができることは何もない。10年、20年とひきこもられている方々にとって「悲観せずに希望をもって～」「生きているだけで価値が～」といった文言が、いかに無意味であり、空疎に響くものであるかは了解しているつもりだ。

だが、それ以上に、みなさんが、ひきこもり程度の苦境では本当に精神を損なわれてしまったり、また人生を一挙に投げ捨てられるような挙などは決してされないだけの強さを有されていることも、われわれは知っている。

過去の人生において、個人的にどのような傷や痛みを被られたにせよ、そうしたことで、みなさんの本来の高貴さが損なわれたことは、これまで一度としてなかったことは、われわれには今や明らかである。

また、われわれひきこもり者と、そうではない、いわゆる自立した社会経済的生活を営まれている人たちとの間には、本質的な相違などは存在していない、ということも確認した

広い意味での職業上の能力や経験に基づく相違はあるが、それらを除けば、別段われわれが、そうした方々より根本的に「劣っている」とか「欠けているものがある」、という事実は見当たらない。

ここ数年、多くの当事者の方々と非当事者の方々にお会いし、お話をさせていただいたかぎりではそうであった、というよりなかったのがこれは証言しておく。

わたしとしては、現在の自身のこうした理解の背景にあって、外的状況とは関係なく、ひきこもりが問題であることが既に終結したある領域について、一人でも多くの方に知っていただきたいと思っているのだが……、これは残念ながら、伝達することはできないようだ。よってあいまいな言い方になるが、余計な誤魔化しなどせず、みなさんが苦しみの中で燃え尽き、力尽きて倒れる日が来るまで、静かにひきこもり続けられていれば、そのような変容が訪れるかもしれない。

……これは心理的にも社会的にも絶望的な状態に、超長期に渡って留め置かれることを意味するのだが……、が、そのように生まれついている方ならば、どのような苦痛に見舞わ

れようと、ひきこもり生活を続行されるであろうし、現に今も、そうした状況で孤軍奮闘されている同志たちが無数に存在することをわたしは知っている。

そうした方々は、文字通りのハードコアである。苦しみはとても大きい、それが誰かに理解されるとか、受け止められるなどとは信じていない。寄り添われることを望まない。そもそも自身の重荷を誰かに背負ってもらうことなど不可能だと、最初から判っている。自ら拷問にかけられるが、時が来るまで退くことは、決してない。選択の余地はないことを無意識にでも理解されている。そうした方々の表向きの無為・不毛さの背後に、どれほどの冷厳な意志が存在するか知れば、人々は畏れるだろう。

われわれひきこもり者の核心を為すのは、実にこのような方々である。「火と鋼鉄」により無情に鍛え上げられ、いまや暴力をも獲得しつつある、まことに力強い同志たちだ。それに比べれば、われわれなどは、少しだけ先に世に姿を顕した半端者にすぎない。

冒頭で述べた通り、われわれにできることとてないが、とりあえず、みなさんの静かなひきこもり生活を妨害する勢力、今回問題となっている引き出し業者などはその典型であるが、そうした者たちには今後われわれの周囲から消えていただく予定である。

また、ひきこもり者を批判し否定する方々もおられるだろうが、それはその方々の自由であり、決して阻止されてはならない権利である。そうした指摘なり、批判的な見解に関しては、われわれにとって有用で、当を得たものであれば耳を傾けるし、そうでなければ黙止する。必要な場合、事情など説明申し上げるだろうし、度を越して害ある攻撃に近づくようであれば、そうした行為にふさわしい応酬など受け取っていただくだろう。

同様に、支援者の方であれ、元・当事者であった活動家の方々によるものであれ、ひきこもられている方々が囚われがちな、弱さの意識の上に何事かを築こうとする一切の試み、意図に関わらず、結果としてそのような弱さを存続させ、利用することになる方策の、根本的な無用性を暴くつもりだ。

個人的な善意や共感に発したにせよ、そうした仕方は、われわれを本当に援けるものとはならないどころか、無用の苦しみを温存させるだけだからだ。

実際、みなさんがひきこもりからの回復へ向かわれるのであれば、そのような傷や弱さへの妄執は間違いなく消し去られるであろうし、逆にそうした移行を援ける試みにこそ、われわれは与し、協働すべきであると、わたしは確信している。

そして、遠くない将来、そのような回復を経て、変容を遂げた分子たち、——それは元・

当事者であるか、支援関係者であるか、またそれ以外の別の分野の人々をも含むかもしれない——による、ひきこもり当事者・経験者たちと、社会とを、旧来とは別の仕方では結ぶような新たな試みが到来することを切に待望しつつ、筆を置くことにする。

以上。

現在と未来のすべてのよき同志たち、この領域に関わりを持たれている方々、また地球人類におけるわれわれの全同胞へ、この通信を送る。

2020年某日 ひきこもり者の証人にして伝令 Jonathan Livingstone



## 付 録

## 1 人権宣言補録

### 【ひきこもり人権宣言の日を作りたい】

文: 藤原秀博

私たちは、このひきこもり人権宣言の発表日が、そのまま『ひきこもり人権宣言の日』として記念されるようになったらと、思っています。もしくは、たくさんの当事者・経験者・家族・関係者でそうした記念日を決めて、世界中のひきこもっている人たちの人権について考える日ができてほしいと考えています。

日にち自体はあくまで当会からの提案であって、具体的にどの日・どんなかたちになっても構わないのですが、とりあえず「ひきこもり人権宣言の日」が誕生し、認知されていってほしいと願っています。もっと言えば、毎年ひきこもり人権宣言の日に、宣言の確認や更新を行うイベントが催され、社会全体で「ひきこもりの人たちの人権」について考える時間が共有されるようになれば嬉しいです。

### 【解説集を作ることにこだわった理由】

文: 藤原秀博

世の中に適応できずに、ルールから外れて、ひきこもっていた仲間たちとともに、「今までの社会常識にはない人権宣言」を作りたい。学者や専門家など優秀な人材が作るような、立派で整った文言を並べることは私たちにはできないかもしれない。しかし、「私たちが心の奥でずっと求めてきた人間愛を、不器用で不細工でもいいから自分なりにこの活動に詰めこんで、世界初の、他にどこにもない人権宣言」を作りたい、とあって本格的に活動をスタートしました。

ひきこもり人権宣言は、障がい者や子どもの人権よりも、人々に理解されにくいものではないかと思い、作成初期から解説集を作る話が出ていました。当会では長い時間をかけて様々なかたちで意見公募して、それらの意見を反映させながら複数案が作られました。その後、KHJ 全国ひきこもり家族会連合会、ひきこもり経験者の弁護士や有識者のアドバイスも受けて、一本化へと努力を重ねていきました。同時に、ひきこもり人権宣言の名に相応しく、どんな少数派の意見もボツにしない宣言作りを模索しました。さらに、このひきこもり人権宣言を出しっぱなしで終わらせるのではなく、社会に活かされる願いを込めて、解説集を作ることになりました。

## 【ひきこもりとは何か？の一例】

### (A) 専門家が定義する”ひきこもり”の一例

文：藤原秀博

一般的にひきこもりとは、外出の有無ではなく、6ヶ月以上にわたり就労・学業など社会参加を回避し自宅に留まる現象を指している。2010年に厚生労働省により発行された「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」の定義の中には、「原則として統合失調症の陽性あるいは陰性症状に基づくひきこもり状態とは一線を画した非精神病性の現象としているが、実際には確定診断がなされる前の統合失調症が含まれている可能性は低いことに留意すべきである。」と記載されている。ひきこもる本人は、「ただすることがないだけ」「家にいるのが好きなだけ」「人を避けているわけではない」「ネットでは人と交流している」と訴えて、支援を求めないケースも稀ではない。海外でも多くの国で、ひきこもりに類する現象が報告されている。

ひきこもりの方がいる世帯は全国で約200世帯に1世帯(約26万世帯、全世帯の0.56%の割合)と言われている。2010年代以降の日本に明るみになった8050問題は、長期化したひきこもりに関する社会問題である。以前からひきこもり状態の若者が存在していたが、これが長期化して親も高齢となり、収入や介護などの問題が発生している。これは80代の親と50代の子の親子関係の問題であることから「8050(はちまるごーまる)問題」と呼ばれるようになった。親にはすでに収入がなくなっている状態であり、様々な理由から外部への相談も難しく、親子で社会から孤立した状態で、状況は深刻化している。

### (B) ひきこもり当事者が社会に発する”ひきこもり”の一例

文：Jonathan Livingstone、藤原秀博

『ひきこもりは珍しいことではない』

現代社会の環境において、ひきこもりは誰もがなりうる状態で特別おかしなことではない。対人的・社会的ストレスに対して、心身の生存のための自衛手段で、安全本能の延長と考える。

『ひきこもりは排除されるべき存在ではない』

ひきこもりは状態を表し、「病気」でも「悪」でもなく、決して排除される必要のあるものではない。ひきこもる人も基本的には正常な理性と判断力を有する人間であり、当然一人の人間として尊厳をもつ。

### 『ひきこもりは千差万別である』

ひきこもる人は、「国籍・人種・民族・宗教・肌の色・年齢・SOGIESC（性別・性自認・性的指向・性表現・性的特徴）・健康状態・経験・障がい・ひきこもりの度合い(家族との価値観の不一致も含む)・生活状態・雇用形態」などに関わらず存在して、様々な要因を抱えている。

### 『ひきこもる人の中には困難を抱えている人がいる』

ひきこもる人の多くは、これといった障害を有さないが、伝統的な社会通念からすれば、一般的な成人のあり方からはずれた存在であると見られる。ひきこもる人の中には未来を描けない恐怖にとらわれたり、ひきこもり状態が長期化することによって病気を発症することも少なくない。ひきこもる本人が苦しんでいる場合、またはひきこもり状態によって本人や家族が苦しんでいる場合は、適切な支援が必要である。そして、ひきこもり当事者、ときに経験者も、何かしらの語りづらさの問題を抱えている。

### 『ひきこもる人はよりよき生を望んでいる』

ひきこもる人も、よりよい人生と生活を望んでいる。ひきこもり状態であることを、本心では望んでいない人も多い。反面、ひきこもりの要因は千差万別であり、それぞれの状態の把握は容易ではない。精神疾患との関連性がある場合もあり、故意に動かないのではなく動けない、と言う方が正確な状態の人もある。人との直接の交流を避けられる場所でしか生きられない状態の人が多く、各自の事情はあるにせよ、ひきこもりながら今日一日を精一杯生きているのである。回復を切望している人も多し、可能なかたちで社会参加を望む人も少なくない。自室や家庭の外の公共的生活や、労働過程への参加、経済的自立を目指して活動する人も多いが、その活動が親や周囲の人々のニーズと合致するかは別の話である。

### 『ひきこもる人は社会の問題点を開示する』

ひきこもりの問題と真剣に向き合い、解明することを通して、それを生み出してきた社会の問題点が見えてくる。必ずしも、ひきこもる人を変えたり、治す必要があるわけではない。スマホやゲームなどを使うことで部屋に一人でいても、ある程度の承認欲求が得られて、買い物すら行かなくても済む便利な資本主義社会。正規就労が難しい社会状況や過酷な労働環境、ドロップアウト後のサポートが少ないシステムなど…。

## 2 インフォメーション

### 【「暴力的『ひきこもり支援』施設問題を考える会」について】

文: 藤原秀博

#### ヴィジョン

『当会のヴィジョン』

(1) 暴力的「ひきこもり支援」施設などの問題点を追及して、被害をいかに食い止めるかを考えて活動する。

(2) ひきこもり状態についての研究を深め、解決のためのより良い道を探求し、その成果を社会に広報する。

(3) ひきこもり当事者が安心して、健やかに成長し、社会人として幸せに生きることを支援できるシステムの構築を目指す

『ヴィジョンの基礎となる想い』

ひきこもり当事者(状態)について、正しい理解を広げるとともに、ひきこもっている人たちの人権を尊重し、寄り添っていく社会の実現を目指す。そのことにより当事者が健全な成長を遂げられるようになると同時に、社会全体のより豊かな発展に寄与する。

#### 基本的な考え方

『以上を成り立たせる社会福祉に関する考え方』

社会福祉の目的は、ひとりひとりの「人間」の幸せを考えることであり、個人の幸福追求が結果的に社会全体の幸福につながる、という思想にもとづいている。

※『ノーマライゼーションという考え方』

「困っていない私」が「困っている他人」を助けてあげるのではなく、ハンディを抱えた人たちにも住みやすい社会を目指すことが、他の全ての人のにとっても住みやすい社会の実現につながるのだ、という信念。

#### 『当会の目標・行動計画(2020年時点)』

- (1) ひきこもり当事者の人権宣言の作成をする。
- (2) ひきこもり報道ガイドラインの作成をする。
- (3) ひきこもり当事者・経験者一人一人の声を聞いて、真の解決策を研究する。
- (4) 暴力的「ひきこもり支援」施設の問題点に関する情報集積をして明確化させる。
- (5) 暴力的「ひきこもり支援」施設問題や、より良いひきこもり支援について学ぶためのイベントを適宜開催する。
- (6) 専門家・メディア・行政その他各方面の理解と協力を得て、暴力的「ひきこもり支援」施設に対する法規制化に向けた取り組みをする。
- (7) ひきこもり当事者が、安心して健全に成長し、社会人として幸せに生きるための実践とその方法を考究する。

#### 『当会の構成員と班』

当会はひきこもり当事者・経験者並びに、暴力的「ひきこもり支援」業者により PTSD その他の精神的・社会的・身体的被害を被られた方々により構成されている。私たち人権宣言作成班のほか、報道ガイドライン作成班やひきこもり支援研究班、被害者の班など複数の班が存在する。

#### 『代表(共同)』

上田真人・木村ナオヒロ・藤原秀博

### 3 謝辞と追記

#### 謝辞 ～作成に協力していただいたみなさんへ～

今回の『ひきこもり人権宣言』の作成に当たっては、たいへん多くの方々の支援を頂きました。国内はもちろん、全世界のひきこもり当事者のみなさん、ご家族のみなさん、支援関係の活動を行われている方々や、マスメディア・放送関係のみなさん、その他社会運動、政治活動、福祉関係、アート方面などの各領域において、それぞれにご活動に従事されつつ、ひきこもりの現象に関心を向けられていた方々のご協力なしには、人権宣言がこうしてかたちとなることはありませんでした。ここに改めて感謝を述べさせていただきます。

## **追記**

### 人権宣言の転載について

- ・本人権宣言の条文及び解説文に関しては、本文の改変や恣意的編集を行わないかぎりにおいて、一部または全体に渡っての、自由な転載・引用・複製を許可する。
- ・各解説書と付録部分に関しては、通常の著作権法上に準じた取扱いとする。