

若者の孤独の解消に向けたツール開発の提案

香川県立観音寺第一高等学校 2 年 床田雅弥

1 問題の所在

経済社会の構造変化の中で、社会的に孤立し生活困難に陥るという新たな社会的なリスクが高まっており、包摂的な社会を作っていくことは、私たちにとって重要な問題である[1]。この論文では、若者にとっての「包摂的な社会」に向けて、今私たちができることについて論じていきたい。

現在、若者の死因の第一位は自殺である[2]。若者が様々な問題に直面した時に孤立しているのかもしれない。10 代の自殺率も高く、現在、10 代の自殺原因の一位は、学校問題だ[3]。また、18～22 歳の自殺念慮・未遂原因でも、学校問題が最も大きい割合を占めており、その 49%がいじめである[4]。

困難に直面した際、若者たちは誰に相談しているのだろうか。男性は「両親や祖父母」、「学校（時代）の友人」、「恋人」、「カウンセラー・相談員」、「学校（時代）の先生」と続き、女性は「両親や祖父母」、「学校（時代）の友人」、「恋人」、「カウンセラー・相談員」、「学校以外の友人」と続いた[5]。「不特定多数がみられるサイト」と「会員制サイト」については、「不特定多数がみられるサイト」の相談率の方が高く、なおかつ 10 代・20 代、特に女性の特徴的な相談先と言える。しかし、相談率自体は 0～4%であり、「学校（時代）の友人」、「恋人」、「学校（時代）の先生」、「カウンセラー・相談員」に比べるとかなり低かった[5]。このように追い詰められた若者は、身近で大切な人や専門家であるカウンセラーに相談している割合が多いことがわかる。

近年、スクールカウンセラーの必要性が訴えられ、その数は増えており、配置率は 93.7%と高い水準である。しかし、配置しているとはいえ配置時間が短く、間接的支援や予防的支援ができていない状態にあるという[6]。こういったカウンセラーの人員・時間不足の解決に対して、私たちが直接的に作用することはなかなか難しいと考える。実際に若者が相談している割合も 6%ほどで、身近で大切な人と比べて少ない[5]。

自殺していった若者たちは、身近に相談しようと思える人がいなかったのではないか。特に、学校を卒業した 20 代の若者には、スクールカウンセラーはなく、専門家につながることはより一層困難になるだろう。若者たちの自殺を防止するために、特に若者には身近なところで人との繋がりをつくることのできる機会が与えられるべきだと考える。

2 解決策のアイデア

私は、今年アメリカに行った。色々と驚いたことがあったが、中でも驚いたのは知らない人同士の会話がが多く、フランクであることだ。コンビニの店員との碎けた会話だけでなく、トイレの手洗い場での「やあ！調子はどう？」といった会話もあった。日本ではあまり考え

られないが、アメリカでは日常のようだった。そしてその会話を実際にやってみたが、話しかけるのを受け入れてくれた時は、とても楽しかった。こういった日常の他愛もない会話を small talks と呼ぶそうだ。この small talks を、日本でも、人との繋がり形成に活用できるのではないかと考えた。

しかし、残念なことに、この small talks を行うにあたって障壁となるのが、相手に嫌がられることを恐れる気持ちや勇気が出ないことである。そこで、私は、この話しかけるハードルを下げるようなツールを開発したいと考えている。

そのツールを、仮に Talkn (talk + token) と名付けた。これは、人々との会話をより快適なものにする、アプリと連携したリストバンドである。

この Talkn の最も重要なところが、話したいか否かの意思を可視化する、裏表で色の違うリストバンドである。例えば、話したいなら赤、話したくないか1人でいたいなら青といった具合で意思表示をする。リストバンドの裏表はすぐに切り替えることができるため、会話への意欲の変化にも柔軟に対応することができる。このような意思表示を一般化することで、話したい人同士が話せて、話したくない人が一人の時間を邪魔されない、皆が快適な状態を作り出せると考える。さらに、アプリと連携することで、次の3つの機能を付けることができる。

第一に、位置情報から会話したい人を探すことができる。これによって、Talkn 利用者が見つけにくい場合でも見つけやすくなり、会話したいときに会話を始められる。

第二に、会話する相手と、自分のプロフィールを共有できる。これによって、会話の話題が見つかりにくい時に、お互いが楽しめる話題を提供できるだけでなく、会話後に見て、会話を振り返って楽しめる。

第三に、ゲームのように、楽しめる要素を盛り込むことができる。話した人数によって称号を獲得してプロフィールに載せられたり、話す時間によってキャラクターが成長していたりというものを考えている。この機能によって、話しかけるモチベーションを高めることができる。

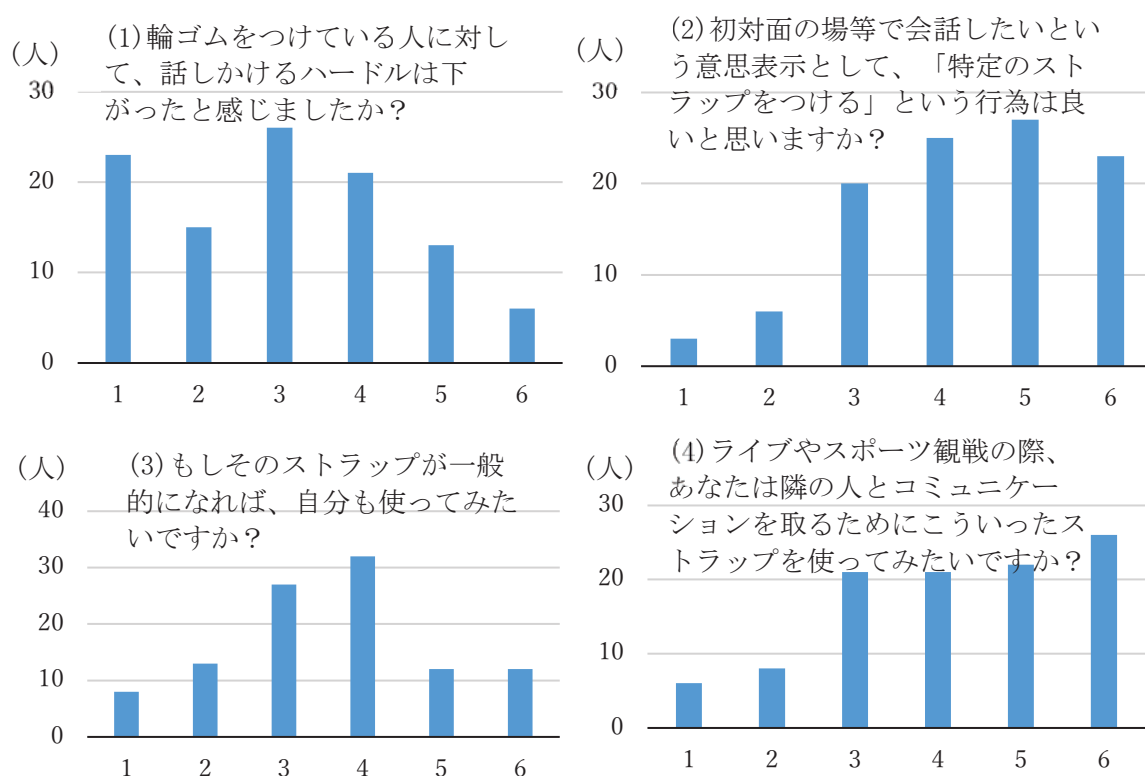
このツールは人と話したいと思っている人だけでなく、そうでない人の思いを可視化することができ、それによって人々は、自分の今ありたい状態を明確に表示することができる。そして、そのありたい状態を実現することができる。

また、私たちは、お互いに気持ちよく small talks を終わられるような共通の言葉を、事前に決めておきたいと思っている。会話の最後の言葉が肯定的な言葉であれば、会話を終わりたいという意思を伝えるハードルが下がるだけでなく、会話の後の満足感が高くなることも期待できる。

そのように、人々の居心地の良い状態が実現されていくと、人々の幸福度が増すだけでなく、人々の生活に余裕が生まれ、社会全体の雰囲気良くなっていくと考える。

3 アイデアの実施に向けた調査

このアイデアは、実際に実現することができるのか、また、このような意思表示は会話の数に影響するのかについて、学校の同学年の生徒全体に呼びかけて協力を募り、調査を行った。調査日は、生徒が自由に移動することができるクラスマッチが行われる2日間に設定した。便宜上、会話したい生徒のみ、腕に色のついた輪ゴムをつけてもらい、輪ゴムをつけている生徒には積極的に話しかけてよいと呼びかけた。その状態で2日間のクラスマッチを過ごしてもらい、終了後にアンケートを行った。アンケートには104名の回答があった。その結果を以下に示す。なお、回答は1の「全くそう思わない」から6の「とてもそう思う」の6件法でとっている。



また、それぞれの質問に対して肯定的に答えた人(4~6 と回答)の割合を以下に示す。

質問番号	(1)	(2)	(3)	(4)
肯定的に答えた人の割合(%)	38.5	72.1	53.9	66.4

(1)から、輪ゴムによって話しかけるハードルが下がった人が一定数いることがわかる。輪ゴムをつけるだけでこれだけの効果が見られたので、製品化すれば、もっと効果を増やすことができるのではないだろうか。

(2)(3)から、ストラップ等によって会話したいという意思表示をすることに肯定的な人は多く、使ってみたい人は過半数である。需要は十分にあるだろう。

(4)から、特にライブイベントやスポーツ観戦での会話のために、意思表示となるものを

使ってみたい人は多いことがわかる。イベント時のほうが需要は高いと考えられる。

4 残された課題

このアイデアを実現して普及させ、持続可能なものにするためには、収益化することが必要であるとする。学校やライブ会場など小規模な集団から徐々に広げていくことや、広告とマッチングさせることなど、いくつかアイデアは浮かんでいるが、越えなければならないハードルはいくつかある。また、輪ゴムの実験の時には、「会話したい意思表示の指標」としては見つけづらいとの指摘が多数あったので、製品が見つけやすいものにしていく必要があるだろう。

5 おわりに

SNS が普及した現代社会では、自分と同じ考えや価値観にばかり触れることで、考え方が凝り固まったり、自分の意見は正しいと思いこんだりするエコーチェンバー現象などが問題になっている[7]。対面でのコミュニケーションをしていると、必ず異なる価値観の人ともコミュニケーションを取ることになる。そのような人とのコミュニケーションによって、互いの考え方は多様化する。すなわち、多様な考え方や価値観の人々が受け入れられるような社会に、一歩近づく。これは包摂的な社会に向かって進んでいることそのものではないだろうか。

小さな一歩かもしれないが、人々が気軽にあちこちで small talks をしていくような仕組みを作り、包摂的な社会に近づけていくためにこれからも考えていきたい。

<参考文献・引用文献>

[1] 厚生労働省資料 “死因順位別にみた年齢階級・性別死亡数・死亡率・構成”

<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/suii09/deth8.html>

(2024. 8. 31(閲覧日))

[2] 厚生労働省資料 “社会的包摂政策を進めるための 基本的考え方”

<https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi/2r9852000001ngpw-att/2r9852000001ngxn.pdf>

(2024. 8. 31(閲覧日))

[3] 厚生労働省 “若年層の自殺をめぐる状況”

<https://www.mhlw.go.jp/content/rlh-2-3.pdf>

(2024. 8. 31(閲覧日))

[4] 日本財団 “日本財団いのち支える自殺対策プロジェクト『日本財団第 3 回自殺意識調査』報告書”

https://www.nippon-foundation.or.jp/app/uploads/2019/03/wha_pro_sui_mea_11-1.pdf

(2024. 8. 31(閲覧日))

[5] 日本財団ジャーナル ” 子ども・若者に自殺を考えさせる多くの原因は「いじめ」 ”

<https://www.nippon-foundation.or.jp/journal/2019/28707>

(2024. 8. 31(閲覧日))

[6] 内閣官房

鹿児島大学大学院臨床心理学研究科 准教授 スクールカウンセラー 公認心理師／臨床心理士／博士（心理学） 吉村 隆之

“学校におけるこどもへの支援に関する現状と課題”

https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/kodomo_seisaku_yushiki/dai3/rinji_siryou2.pdf

(2024. 8. 31(閲覧日))

[7] BE PLANNING “SNS 時代に気をつけたい「エコーチェンバー現象」とは？問題点、対策について解説” (2024. 7. 19(更新日))

<https://www.sowelleber.jp/beplanning/content/sns%E6%99%82%E4%BB%A3%E3%81%AB%E6%B0%97%E3%82%92%E3%81%A4%E3%81%91%E3%81%9F%E3%81%84%E3%80%8C%E3%82%A8%E3%82%B3%E3%83%BC%E3%83%81%E3%82%A7%E3%83%B3%E3%83%90%E3%83%BC%E7%8F%BE%E8%B1%A1%E3%80%8D/>

(2024. 8. 31(閲覧日))