

ひとり^{なや}で悩^へむ友達を減らしたい。

「つながりサポーター」を増^ふやすには？

(オンライン回)

^{かいさい}
開催日：2025 年 10 月 15 日（水）

目次

2025 年 10 月 15 日

実施概要	3
1班（小学生 6 名）	4
2班（小学生 3 名、中学生 1 名）	9

じっしがいよう
実施概要

- ・ テーマ
 - ひとりで悩む友達を減らしたい。「つながりサポーター」を増やすには？
- ・ 開催日
 - 2025 年 10 月 15 日（水）
- ・ 参加者
 - 小学生：9 名
 - 中学生：1 名
- ・ 形式
 - オンライン

ばん
1 班（小学生 6 名）

● つながりサポーターがどんな人か分かりましたか？

- ・ 自分たちに寄り添ってくれる人。
- ・ 周りの人に寄り添える人。

＜つながりサポーターがどんな人か分かりにくかったか？＞

- ・ そんなに詳しく書いていなかった気がする。孤独についての方が詳細に書かれていた。もうちょっと詳しく、どういことをするのか書いて欲しかった。

＜他の人は、つながりサポーターがどんな人か分かったか？＞

- ・ つながりサポーターは、困っている人がいたらつながったり寄り添ったりしてあげる人ということが分かった。困っている人がいて、声をかけてあげられる人がいなかったら孤独を感じて不登校になっちゃう人もいるのでヒーローみたいだなと思った。
- ・ つながりサポーターは若い人とかこどもを大切にす人だと思った。
- ・ 相談に乗ってくれる人だと思った。

＜養成講座の分りにくかったところはどこか？＞

- ・ 分りにくかったところはない。自分分は分りやすかったと思う。全体的に詳しく知れて良かった。いろいろな人の意見を聞くことができるのがいいなと思った。
- ・ 特に知りたいことはない。講座が何曜日にあるのか分らなかった。
- ・ 特になかった。分りやすかった。

＜つながりサポーターをやってみたいと思ったか？＞

- ・ 少しは思った。いろいろな悩みを聞いてその人の心を楽にできるのがかっこいいなと思った。
- ・ 相談に乗ってくれるところがヒーローみたいだなと思う。

＜自分が困った時にこういところに相談できそうだったか？＞

- ・ まあまあ。
- ・ 分りやすかったと思ったけど、ページ数が長いと思った。今の入ってタイプ（とか重視しているから）、さっと読めるもののがいいなと思った。

＜長いという意見があつたが、長さについてどう思ったか？＞

- ・ ページ数は確かに長いと思った。孤独とか孤立とかの説明のところは特に長くて分りにくかった。
- ・ 大丈夫。

- ・ 1 ページが短くなって思った。1 ページについてもっと話して欲しかった。

＜講座が長かったと思うか？＞

（全員挙手）

＜講座はもう少し短くした方が良かったか？＞

（全員うなづく）

＜資料について何かもっと良くした方がいいことはあるか？こどもの目線で見たとどう思うか？＞

（挙手でアンケート）

孤独について分かった人：6 人全員

孤立って分かった人、孤独との違いが分かった人：6 人全員

使っている漢字とかも分かりやすかった人：5 人

漢字が難しかったから分からなかった人：1 人

絵があった方が分かりやすかった人：1 人

イラストなど絵の分量はちょうど良かった人：3 人

＜資料について何か良くした方がいいことはあるか？＞

- ・ こどもにとって孤独って難しいから、高学年、低学年向けに分けた方がいいかなって思った。
- ・ もうちょっといろんな種類のイラストがあった方が、カラフルになって良さそうだなと思った。
- ・ ちょっと字が小さくて見えづらい。もっと大きい方が分かりやすいと思った。

● 不安な時や困った時、誰かに相談しようと思いましたか？

- ・ 自分の話を聞いてくれる人が世の中にたくさんいるんだなと思った。自分が困ったら家族に相談する。
- ・ 元々相談できるフリーダイヤルみたいなところは知っていたけど、新しくつながりサポーターっていうものを知って相談できる幅が増えた。
- ・ 自分は、漢字が苦手だったけど担任の先生とかいろんな人に相談に乗ってもらっていて、この会を通して、今度は自分が助けられるつながりサポーターになれるといいなって思いました。
- ・ 相談してくれる（できる）人がいると良いと思った。いつも気分が良い気持ちになりそう。家族や友達に相談できそう。

＜不安な時や困った時、周りに相談できるか？＞

- ・ 困ったら言える。誰かとけんかをして、他の友達に相談できると思う。

- ・ 自分は（相談できる人が周りにいそうなので）大丈夫です。友達とか家族とか先生には相談できそう。

＜相談窓口に相談することはどう思うか？＞

- ・ 学校でも相談窓口を習う。（電話を）かけたことはないけど、できそうだと思う。仲良い人とか友達の方が相談できそう。
- ・ やっぱ、知らない人や初めて会った人よりは信頼できる人や信じられる家族とかに相談するのが一番いいと思う。
- ・ 困っていないけれど、イラついたときは枕とかを投げる。

＜家族や友達の方が相談できるか？＞

（全員挙手）

＜講座を作っている担当課の人に聞きたいことはあるか？＞

- ・ なんで今回若者の居場所を作ろうと思ったのですか？なんでつながりサポーターを増やそうと思ったのですか？
- ・ 孤独って年齢関係なくいつでも感じるもの。大人だけじゃなくてこどもにもあることなので、孤独を感じている人に対して伝えたくてこういう活動をしています。（担当課の回答）

● （孤独や孤立を感じていそうな人がいたら）周囲の人に声をかけたりしようと思いませんか？

- ・ （声をかけることが）できそう。前に仲良い友達とけんかをして、今日仲直りしたから。けんかをしているときは人に声をかける優しさを忘れていたけれど、仲直りしたから大丈夫。
- ・ 孤独っていうのはすごく寂しいから、少しでも孤独の人が減ったらいいなって思いました。
- ・ 友達に助けてもらったから、自分も助けたいと思った。困っていたら声をかけて、グループに入れてあげるとかしたいなって思った。
- ・ 人見知りだから、初対面には話しかけられない。仲良い人以外は難しそうだなと思った。仲良い人とは交換ノートとかもやったことあるしできると思う。先生に話してあげることはできるけれど、悩み相談とかに乗ってあげるのは難しいと思った。
- ・ 初対面の人は難しいけど、ちょっとずつ仲良くなれば声をかけることはできると思う。仲良い人とは気楽に声かけられたりできるので、できそうだなって思う。
- ・ 難しい。初対面とか仲が良くない状態で声をかけると逆にちょっと傷ついちゃうと思う。仲良い人や家族とかだったら全然話しやすいと思うし、聞いてあげられる。

- ・ ちょっと話したことがあれば、ちょっと悩み相談を聞くくらいならできる。でも同じグループとかには入れられない。先生に言うてみることはできる。仲良い友達との関係も大事だし、（グループに入れてあげることは）ちょっと難しいなって思った。

<講座にあった通り、先生に話すことならできそうか？>

- ・ 家族とか先生とかは大人だから、知っていることが多そう。安心できそう。
- ・ 先生とか周りの大人に言うなら、初めて（話す人）とか関係なく話せると思う。
- ・ （先生や大人とは）年齢が違（ねんれい ちが）うので言いづらそうかなって思った。

● 他の人にもつながりサポーターになることをおすすめしたいと思いますか？

- ・ （つながりサポーターは）みんなを寄り添（よ）り添（そ）って助けてあげるヒーローみたいだから、最初はできなくても（少しずつ）声をかけてだんだんできたらいいなって思った。
- ・ おすすめしたいと思う。つながりサポーターが広まったら、みんなと仲良くなれそう。

<つながりサポーターをやってくれそうな人はいるか？>

- ・ （やってくれそうな人は）いるかもしれないけど分からない。興味があるか分からない。おすすめはしたい。「つながりサポーターやってみない？」って聞く。
- ・ やってくれそうな子はいるけど、初対面でも話せる子がいるからその子には聞いてみるかも。もうすでにいろんな人に話しかけるような子。初対面でも緊張（きんちよう）とかしないで話せる子。その人には声をかけたらやってくれそう。
- ・ 貴重な体験になると思うから、他の人にもぜひやってほしいと思う。
- ・ やってくれそうな人は数人いるので、やりたかったらやってほしいと思う。初対面で話しにくそうとか、孤独（こどく）について分かりやすく説明するのが難（むずか）しそうだなって思った。
- ・ 仲良い人とかだと、気軽につながりサポーターの説明もしやすそう（やってくれそう）。
- ・ 1 人はいると思う。話し合いが上手な人とか。そういう人がこども若者（わかもの）★いけんぷらすにも向いていると思う。自分の意見を伝えられるとか、そういう人がいいと思う。

<孤独を感じている人がこの資料を見たときにどう思うか？>

- ・ 「何々が言われています」っていう固い表現（ひようげん）ではなくって、「何々ってこうだよ」というような柔らかい表現（ひようげん）がいいと思う。
- ・ 孤独（こどく）の人についての説明で、自分自身が「ひとりぼっち」「さびしい」がどういうふうに感じているのかが分かりにくい。孤立（こりつ）の方は分かる。けれど、何が孤独（こどく）なのか分かりにくい。
- ・ 口調（くこう）がもっと優しくした方がいいっていう意見（いけん）は確かにって思いました。学校とかでも、優しい口調（くこう）で説明された時の方がスッと入ってきたので。

- ・ せっかくイラストとかあるから、「学校の授業とかで孤独とか孤立について調べてみましょう」って箇所で、漫画とか使ったらもっと分かりやすいと思う。

<今日の感想>

- ・ 話し合って、つながりサポーターについてもっと関心が湧きました。
- ・ 今日の話し合いでつながりサポーターや色々なことを知れたから、このひろばで学んだことを学校とかに活かしたいと思った。
- ・ 孤独について、もう一度考える機会になったので良かったです。
- ・ 今日の全体を通して、こども若者★いけんぷらすは大事なんだなって思った。相談に乗ってくれるとか、人との関わりがいっぱいあるから（大事だと思った）。
- ・ 孤独についていっぱい知れてよかった。
- ・ 最初、「なんでこども若者★いけんぷらすを知ったか」という質問に「面白かったから」って言った。
（講座が）最初飽きてしまったけど、本当に面白いのでまたこども若者★いけんぷらすをやりたいって思った。

はん
2 班（小学生 3 名、中学生 1 名）

● つながりサポーター養成講座を受講して、つながりサポーターがどんな人か分かりましたか？

- ・ 大体の概要は分かった。（つながりサポーターとして）いつ何をやるかが分からなかった。
- ・ もう少しちゃんとした役職があるかなと思ったけど、ちゃんとした役職なのか「みんながそう（つながりサポーター）だよ」ってことなのか曖昧で分からなかった。
- ・ 何か役割があるかと思っていたけれど、講座を聞いて何か相談に乗る人なのかなと思った。役職を感じさせないような名前に変えた方が分かりやすいと思った。「つながりサポーター」って名前だと、何か特別な役職があるのかなと思った。
- ・ 分かったけど、詳しくは分からなかった。大体は分かった。どういことをつながりサポーターが発言するのか、何をやるのか分からなかった。

<具体的にどのような声かけをしたら良いかを知りたかったか？>

- ・ その方が詳しく分かって良いと思う。

● 不安な時や困った時、誰かに相談しようと思いましたか？

- ・ 自分はかなり前から AI のアプリを入れていて、人に相談しにくいことを相談していた。人に相談することが良い場合もあるが、AI の方が良いこともある。人に話しにくくて相談できない人も、AI があれば助けられると思う。人に相談するのは良いことだけれど、人に相談しにくい悩みの時は AI を活用している。
- ・ 自分の親が何でも親身になって聞いてくれる。困ったときはスクールカウンセラーに話を聴いてもらうこともあるけれど、親に相談できる。

<親に相談できないと仮定すると、みんなはつながりサポーターには相談できるか？>

- ・ 親にも言えないことを他の人に相談することは、ハードルが高いと思う。何か良い案があるかな。親にも言えないことは、他の人にも言えない。
- ・ 最近、友達によく相談される。その時に「こういう風に言ってみたら」と返事している。一発で解決できると良いけれど、相談しにくいこともあるので、先ほど意見が出た AI とかを活用すれば人に言いにくい相談は良いと思う。友達に「そういうのは親に相談してみたら」と言ったけど、「そういうこと（親に相談すること）はできない」と言われたことがある。

<不安な時や困った時、誰かに相談しようと思ったか？>

- ・ 相談しようとは思うんですけど、なかなか言えないこととかがあるから、それだったら別に自分で解決し

た方が早いかと思っていました。（相談窓口を知っていたとしても、）知らない人に相談するのはちょっとしにくいと思う。まずは、親か身近な友達に相談すると思う。

- ・ 自分は（周りの人よりも）親や友達に相談している方だと思う。いざ相談窓口^{まどぐち}に相談することを思うと、知らない人に相談することになるのでハードルがある。もう少し身近な人に相談したいなと思う。

＜周囲^{しゅうい}に相談できる人がいない人にとって、相談窓口^{まどぐち}はどのようなものを感じるだろうか？＞

- ・ 一時期^{いつら}辛いことがあったけれど、相談窓口^{まどぐち}はきれいごとと言われる場所だと感じた。きれいごとではなく、解決策^{かいけつさく}をくれたり愚痴^{ぐち}を吐き出せたりすると心が休まるなと思った。そういうときは、相談することを自分から拒^{こぼ}んじったりもする。でも辛いときは、「知り合いとかにも「何でそんなことを思うの」みたいな風に聞かれちゃったらどうしようかな」という不安で板挟^{いたはさ}み状態^{じょうたい}だった。そういう時に、相談窓口^{まどぐち}とかはさらに言いにくくなっちゃいそう。単に愚痴^{ぐち}を聞いてくれるだけの窓口^{まどぐち}だったら、話しやすい人もいると思う。
- ・ 孤独^{こどく}（を感じている）の人って、周りに相談しにくいって（感じているという）ことだと思う。周りの人が信用しにくいとかの悩みを持っている場合もあると思う。AI とかをうまく活用すると良いと思う。
- ・ 自分はそういう（孤独^{こどく}を感じる）状態^{じょうたい}になったことはないけれど、孤独^{こどく}になるとやさぐれるや悲しいという状態^{じょうたい}になりがちだと思う。相談窓口^{まどぐち}があると分かっているけど行きにくいと思うので、そこを解消^{かいしょう}することが大事だと思う。
- ・ 孤独^{こどく}の状態^{じょうたい}になったことがないので分からないけれど、もし孤独状態^{こどくじょうたい}になって話を聴いてくれる人がいても赤の他人だから（話しにくい）。話す勇気も必要だし、歳^{とし}の近い友達に聞いてもらった方が楽だと思う。赤の他人でも、対面式^{たいめんしき}じゃなくてチャット式なら気軽に良い。対面だと勇気がいるのでやらないと思う。

＜対面式ではなく、チャット形式の方が話しやすいか？＞

（全員うなずき）

● （この講座^{こうざ}を踏^ふまえて）周囲^{しゅうい}の人に声をかけたりしようと思いましたか？

- ・ 仲の良い友達^{なや}が悩んでいることが多くて、相談によく乗っていた。今日の講座^{こうざ}の内容^{ないよう}を参考にして、友達の辛い気持ちとかちょっと楽にしてあげられるんじゃないかな。自分は参考にしてぜひとも他の人とかにもやってあげてほしいと思ったし、他の人でも（自分と同じように）思ってくれる人はいるんじゃないかと思いました。
- ・ 悩み^{なや}を聞くことはあまりない。あまり相談されない。悩んでいそうな人がいたら、「どうしたの？」くらいは声かけようと思った。
- ・ みんなから相談してくれるので、もっとたくさんの人から聞きたいと思ったし、自分からも聞いていきたと思った。
- ・ 今回の講座^{こうざ}で、孤立^{こりつ}している人は寂^{さび}しいと感じている人が多いと知った。悩^{なや}んでいそうな人やクラスで

浮いている人には声をかけたいと思った。

＜周りに孤立している人はいるか？＞

- ・ 学校にはいないけれど、習い事で前に一緒だった子（がそうだったかもしれない）。習い事にもあまり来ていなかったり、他の子としゃべっていなかったりした。結局習い事を辞めて行っちゃった。他の生徒と異性だったからかもしれないけれど、今日の講座を踏まえて、あれは孤立していたのかなと思った。
- ・ クラスの休み時間で、グループに分かれているが1人になってずっと席に座っている子は1人か2人いる。そう(1人でいるのが好き)ではなさそう。本当は入りたいグループがあるのかもしれない。自分はその人と全然話したことがないので分からないし、声をかけることは難しい。きっかけがあればだけれど、他の友達と話していた時にわざわざその人に話しかけるのはちょっと難しい。「どうしたの？」くらいは聞くと思うけど、孤立になっている子は聞きにくい。好きで孤立になっているわけではないと思う。人に聞かれることも（その人にとっては）おせっかいになるし。
- ・ 前のクラスで、周りの子たちから嫌われている子がいた。クラスの大半が嫌っていた。その子が他の子に何かしたというわけではないが、周りの子たちが嫌っているから話しかけにくかった。ちょっと変わっていた子だった。接し方もアレかなと思って（声がかけられなかった）。

＜周りから相談が多いと話していたが、相談に来られない状態の子は周りにいるか？＞

- ・ いる。身近な人に相談したけれど引かれてしまった人は、他の人にはもう相談したくないなどになっているのではないかと思う。自分も苦手だなと思う人がいる。それはみんなからも苦手だと思われる子。そういう子からの相談に乗ったら相談に結構来てくれるようになった。苦手だからと引かないで、1回相談にのってみると良いと思う。

● 他の人にもつながりサポーターになることをおすすめしたいと思いますか？

- ・ はっきりとした「ここに来てください」という固定的な役職ではないなら、自分は（つながりサポーターになっても良い。ただ、他の人におすすめするなら、「周りの人の相談に乗る」ってだけで良いならすすめる。大変な役職ならばすすめる勇気はない。（大変な役職ではないという）今日の講座の話ならば、すすめられる。大丈夫。
- ・ 周りに困ってそうな人がいても、なかなか上手く助けられなかった経験がある。だから、つながりサポーターになって、周りの人を助けてあげられる人になりたい。周りにすすめるかという、「こども若者★いけんぷらすに参加している」ということを聞いて、もし明らかに悪意で「何それ」みたいに言ってくる人がいたらというのが不安。（だから）周りにそういうの（こども若者★いけんぷらすやつながりサポーター）をすすめられるかという、そういう事情も踏まえてすすめられない。（ネガティブに）思われたら怖いと思って、周りの人にこども若者★いけんぷらすのメンバーであることは言っていない。
- ・ 困っている人や孤独になっている人がいれば、自分はつながりサポーターになりたい。でも、周りの人にはすすめない。相談にのることに興味がある人にはすすめるけれど、漫画家やパティシエなど他の

(方面の仕事) になりたい人にはすすめないと思う。

- ・ 周りの友達をこども^{わかもの}若者★いけんぶらずに誘っているけれど、なかなかやってくれる人がいない。つながりサポーターも同じように、どのように説明したらみんながやりたいと思うのかなと考えている。多くの人に知ってもらいたいけれど、どうしたらみんながやりたいって思ってもらえるのだろうか。

● (養成講座^{こうぎ}のテキストで) 分かりにくかったところはあるか？

(「今日、学習すること①」のページに対して)

- ・ ここが結構^{けつこう}大事。つながりサポーターとは何かを強調して、しっかり読んで欲^ほしかった。
- ・ 「できる範囲^{はんい}で」じゃなくて、「日常^{にちじょう}」とか「身近なところ」という言葉を使ったほうが、難^{むずか}しいことってイメージ^{ふっしよく}を払拭^{はら}しやすいんじゃないかと思います。

(「今日、学習すること②」のページに対して)

- ・ 「孤独^{こどく}や孤立^{こりつ}が悪いというわけではありません」っていうのが大事なポイントだと思うので、もうちょっと強調した方がいいんじゃないかって思います。
- ・ 字を濃くするとかで強調したらよいと思う。

(「「孤独^{こどく}」ってどんなイメージ？」のページに対して)

- ・ 左上の絵がどういうものか分かりにくい。
- ・ おしゃれそうなイメージで、孤独^{こどく}とは逆^{さか}に感じる。
- ・ 光があるから逆^{さか}に人がいそうな感じがした。
- ・ 光のある空間の中で自分が 1 人だけでいるから孤独^{こどく}なのかなって思った。

(「「孤独^{こどく}」の感じ方は人それぞれ」のページに対して)

- ・ 講座^{こうぎ}のはじめにも似た^にようなことを言っていた気がする。
- ・ 何回も同じことを言っていると飽^あきてくる。
- ・ 配色を変えた方がよい。オレンジが多いから。
- ・ 目立たせたい部分はオレンジではなく別の色を使うとか、工夫したら分かりやすいと思う。

(「困^{こま}ったときはどうする？」のページに対して)

- ・ 「教科書を忘^{わす}れた友達が困^{こま}っているがどう声をかけて良いか分からない」は、左側のものとちょっと話題^{わだい}がずれてる気がする。
- ・ 教科書に絞^{しぼ}らなくてもいいと思います。もう忘れ物全般^{わす もの ぜんぱん}で良いと思う。
- ・ 「何か困^{こま}っていきそうな友達に」という風に変えたらよいのではないか。
- ・ 確^{たし}かに。なるほど。

(「周りの人の悩みや困りごとには？(例)大人に事情を伝える」のページに対して)

- ・ 「スマホで相談できるチャットボットがあるらしいよ」をもっと主張した方が良い。大事。
- ・ ここを強調出来たらよいかもしれない。(テキストの)最後にも載っているかもしれないけれど。

<他に、養成講座のテキストへの意見はあるか？>

- ・ 気をつけるポイントというか、例えば「話を聞いてもらうだけでも楽になる」とかそういう大事なポイントが1つのページにまとまっているのがあると、より覚えられるかなって思いました。

<今日の感想>

- ・ みんなの意見を聞いて楽しかった。つながりサポーターのことを詳しく分かって良かった。
- ・ 参加したかった回に参加出来てありがたかった。今後の自分の学校での活動に活かしていきたい。
- ・ 相談に対してとても関心があったので、この回に参加できてうれしいし、みんなの斬新な意見に刺激を受けた。
- ・ つながりサポーターの役割を知らなかったけれど詳しく知ることができたし、自分もつながりサポーターになろうと思った。今後(つながりサポーターが)広がっていったら良いなと思った。