

社会的養護経験を有する
社会的養護職員の実践ガイドブック
—当事者性を有する支援者へのアンケート調査をもとに—



- ・早稲田大学社会的養育研究所
- ・社会的養護経験を有する社会的養護職員研究会

目 次

1. はじめに	4
2. 調査結果	
2-1. 調査概要	5
2-2. 回答者属性	6
2-3. 就業動機・進路選択	10
2-4. 現在の職場での状況	13
2-5. 社会的養護経験の開示・役割期待	14
2-6. 当事者性の葛藤	28
2-7. 業務継続意向・支援体制	40
2-8. 社会的養護経験を有する支援者の声	46
3. 寄稿・インタビュー	50
4. おわりに	56

01 | はじめに

本ガイドブックは、「社会的養護経験を有する支援者による支援実践の実態と課題に関する調査」のアンケート結果をもとに作成しました。調査では、社会的養護経験を有する支援者の実践や思い、現場で直面する課題、必要とされる支援について、多くの声を寄せていただきました。

社会的養護経験を有する支援者は、自らの経験を活かして支援に携わることがある一方で、当事者としての経験もあるからこそ生じる葛藤や困難を抱えることもあります。

本ガイドブックが、社会的養護経験を有する支援者にとって、自らの経験や実践を振り返り、安心して働き続けるための一助となるとともに、社会的養護経験を有する支援者とともに働く人たちにとっても、人材育成や組織づくりを考える際の参考となれば幸いです。

早稲田大学社会的養育研究所とは …

2020年4月に早稲田大学の総合研究機構に設立された、社会的養育を専門とする研究所です。子どもの最善の利益を実現するため、研究・実践・政策を結びつけることを目的としています。詳細は当研究所ホームページをご確認ください。

▶ <https://waseda-ricsc.jp>

社会的養護経験を有する社会的養護職員研究会（略称：しゃかしゃか研）とは …

社会的養護の経験を持ち、現在は支援者として社会的養護の現場に関わっている人が集う研究会です。経験をもつからこそ感じる悩みや葛藤を分かち合い、互いに学び合いながら、よりよい支援のあり方を共に考える場を目指しています。

詳細は研究会 Facebook をご確認ください。

（「社会的養護経験を有する社会的養護職員研究会」で検索してください。）

02 | 調査結果

2-1. 調査概要

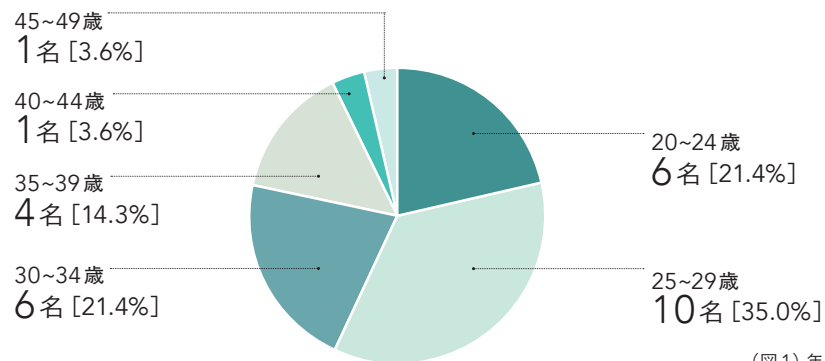
本ガイドブックは、社会的養護経験を有する支援者を対象に実施したアンケート調査をもとに作成しています。調査の概要は以下のとおりです。

調査名	社会的養護経験を有する支援者による支援実践の実態と課題に関する調査
調査目的	社会的養護経験を有する支援者の支援実践の実態や直面する課題、必要とされる支援を明らかにし、今後の支援体制の整備や人材育成、当事者支援のあり方について検討することを目的として実施しました。
調査対象	児童養護施設、里親家庭、ファミリーホーム、自立援助ホームなど、社会的養護下で生活した経験があり、現在、児童福祉や社会的養護に関わる仕事（児童養護施設職員、相談支援、里親支援など）に従事している方。
調査期間	2025年10月～2026年3月
調査方法	オンラインによる無記名質問紙調査
調査内容	社会的養護経験の概要、現在の職種、職務、当事者性を活かす実感や悩み、支援現場での葛藤必要とされる支援など（本調査は、早稲田大学「人を対象とする研究に関する倫理審査委員会」の審査を経て承認を得ています。）
調査実施者	荒川美沙貴（早稲田大学社会的養育研究所） 畑山麗衣（NPO 法人 GivingTree）

2-2. 回答者属性

本章では、本調査にご協力いただいた社会的養護経験を有する支援者の概要を紹介します。本ガイドブックで紹介する結果は、それぞれ異なる経験や歩みをもつ28名の方々から寄せられた声に基づいています。

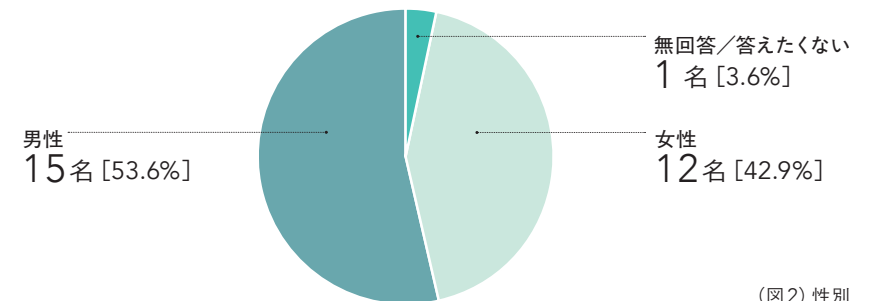
年齢 [回答者数 28名]



(図1) 年齢

回答者の年齢は20代から40代まで幅広く、特に20代から30代の方が多かったです。

性別 [回答者数 28名]

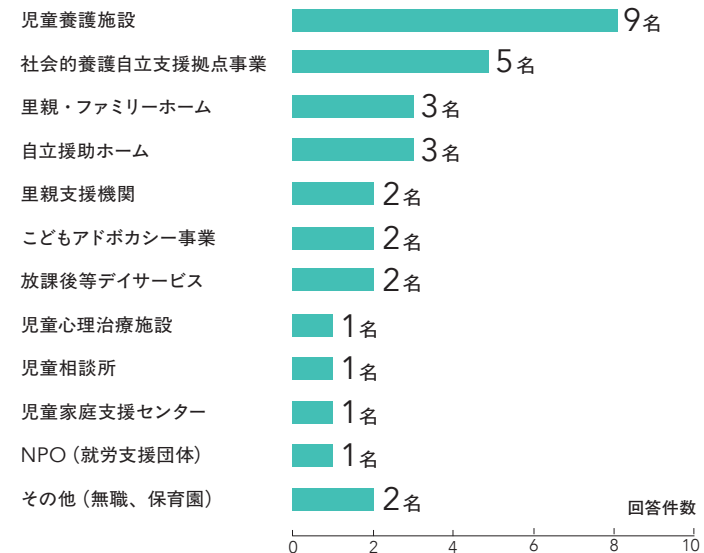


(図2) 性別

今回の調査では、回答者の性別は、男性15人、女性12人、無回答が1名であり、男性が少し多いものの、男女比に大きな偏りはみられませんでした。

現在の職場 (複数回答可) [回答者数 28名 回答件数 32件]

※複数回答のため、回答件数に対する割合で算出しています。



(図3) 現在の職場

回答者の現在の職場は、児童養護施設が最も多く、全体の約4分の1を占めました。次いで、社会的養護自立支援拠点事業、自立援助ホーム、里親・ファミリーホームなど、社会的養護に関わるさまざまな機関で勤務していました。

回答者の職種 [回答者数 28名]

※他の職種・役割を兼務している場合を含みます。

職種区分	人数 (名)
保育士	12
児童指導員	7
相談員 (相談支援員・支援員・コーディネーター・ソーシャルワーカーを含む)	5
心理士	1
児童福祉司	1
居場所スタッフ	1
宿直専門員	1
事務員	1
理事長	1
その他	1

(表1) 職種

回答者の職位 [回答者数 28名]

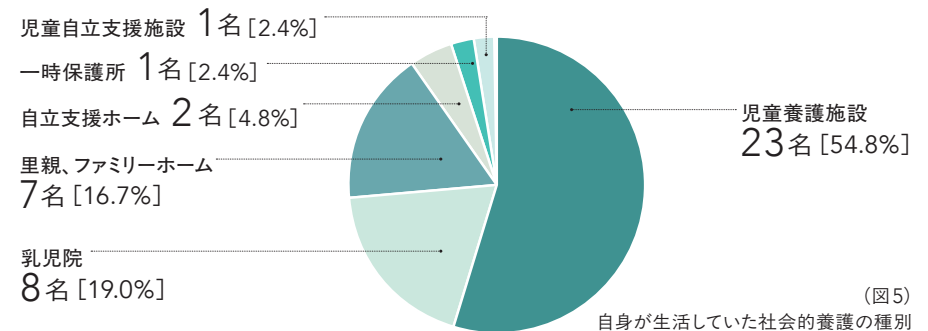
職位区分	人数 (名)
一般職 (職位記載なし・非常勤を含む)	22
リーダー職 (主任・フロアリーダーなど)	5
理事長	1

(表2) 職位

回答者の多くは保育士や児童指導員として一般職で働いていました。一方で、相談職や心理職など多様な専門職として働く人や、リーダー職や理事長など組織運営を担う立場にある人もいました。

自身が生活していた社会的養護の種別 (複数回答可) [回答者数 28名 回答件数 42 件]

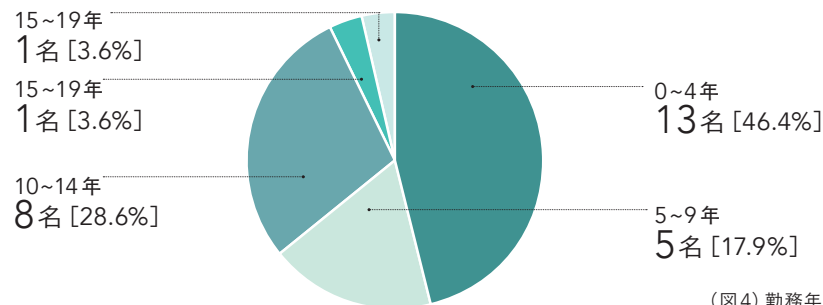
※複数回答のため、回答件数に対する割合で算出しています。



(図5)

回答者が生活していた社会的養護の種別では、「児童養護施設」が最も多く、次いで「乳児院」「里親・ファミリーホーム」でした。

勤務年数 [回答者数 28名]



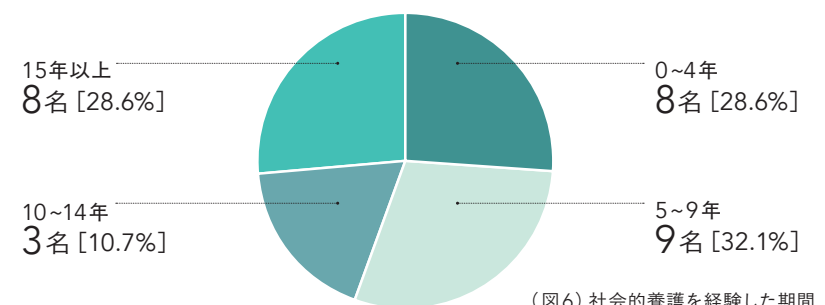
(図4) 勤務年数

勤務年数は「0~4年」が最も多く、回答者の約半数を占めました。一方で、10年以上勤務している人も約3割いました。



経験年数や役割はさまざまであり、社会的養護経験を有する支援者が、幅広い立場で働いていることがうかがえました。

社会的養護を経験した期間 [回答者数 28名]



(図6) 社会的養護を経験した期間

回答者が社会的養護のもとで生活した期間はさまざまであり、約4割が、10年以上社会的養護で生活していたと回答しました。

こども家庭庁 HP (2026)によると、現在の入所児童の平均在籍期間は5.2年、10年以上在籍している児童は14.9%だそうです。時代の変化もあるかもしれませんが、本調査での回答者は、比較的在籍期間が長い人が多いようです。

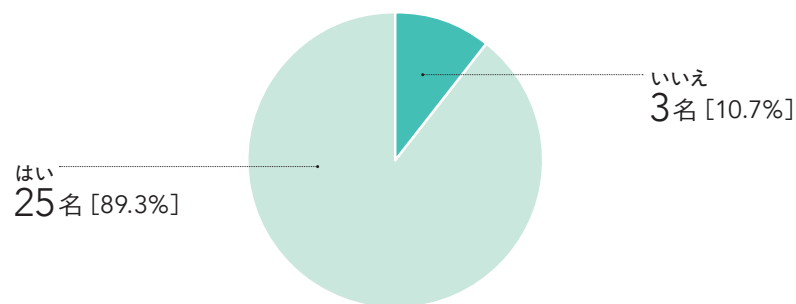


2-3. 就業動機・進路選択

社会的養護経験を有する支援者が社会的養護の現場を選んだ背景には、どのような思いや経験があるのでしょうか。

本章では、社会的養護職員を目指したきっかけや就業動機、就業経験、就職活動時の社会的養護経験の開示についてお尋ねしました。

社会的養護経験が、社会的養護職員を目指すきっかけとなったか [回答者数 28名]



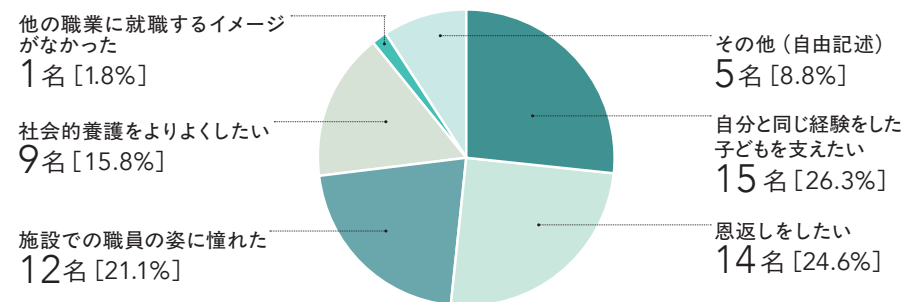
(図7) 社会的養護経験が社会的養護就業動機に与える影響

回答者の約9割の人が社会的養護の経験が社会的養護職員を目指すきっかけになったと回答しています。

社会的養護職員を目指すきっかけとなったもの(複数回答可) [回答者数 25名]

[回答者数 25名 (ひとつ前の質問で「はい」と答えた人のみ) 回答件数 57件]

※複数回答のため、回答件数に対する割合で算出しています。



(図8) 就業動機の内容

その理由(自由記述)

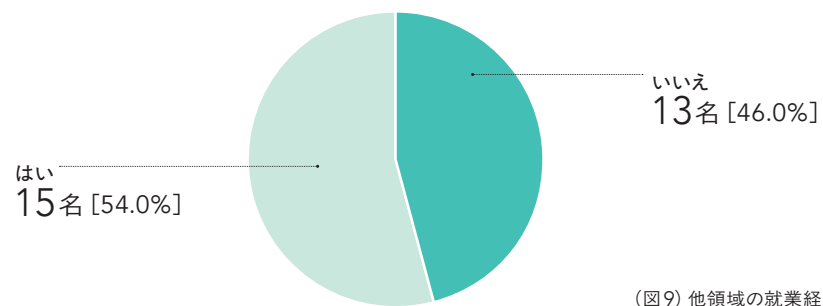
- ・レッテル貼りやスティグマの問題が悔しかった。(1名)
- ・団体ないの先輩に誘ってもらえたから。(1名)
- ・担当の児童福祉司と一緒に働きたかった。(2名)
- ・仕事を見ており勤務の想像がしやすかった。(1名)

社会的養護職員を目指したきっかけとして最も多かったのは「自分と同じ経験をした子どもを支えたい」(26.3%)であり、次いで「恩返しをしたい」(24.6%)、「施設での職員の姿に憧れた」(21.1%)、「社会的養護をよりよくしたい」(15.8%)でした。自由記述では悔しかった思いがきっかけとなったと回答した方もいました。

今回の回答者の多くは、社会的養護経験を、進路や職業選択に影響を与えた経験として捉えられていることがうかがえました。



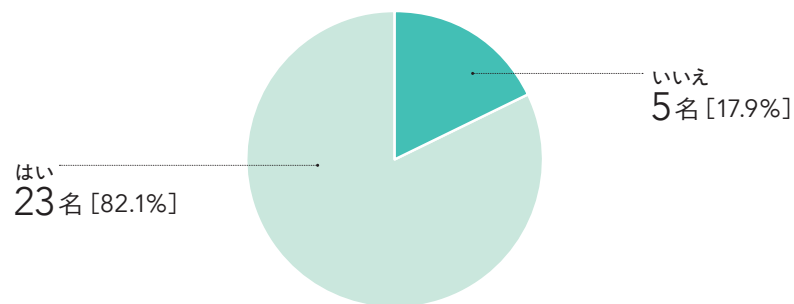
社会的養護領域以外で働いたことがあるか [回答者数 28名]



(図9) 他領域の就業経験

回答者の半数強が社会的養護領域以外で働いたことがあると回答しました。

就職活動時に社会的養護経験を有することを就職先に伝えたか [回答者数 28名]



(図10) 就職活動時の社会的養護経験の開示

回答者の約8割が就職活動時に社会的養護経験を伝えていました。



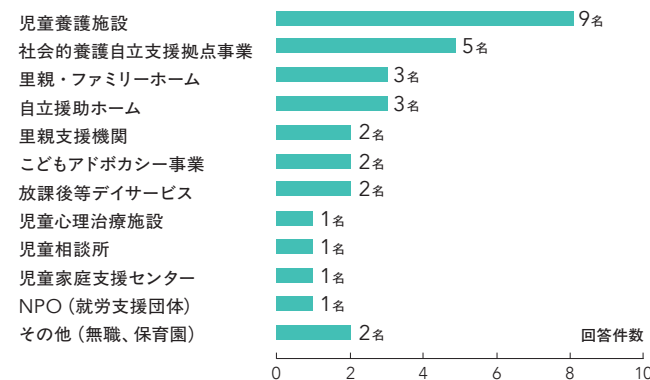
就活時に伝えるかどうかは、就職希望先が社会的養護等の福祉関係かそうでないかも変わるかもしれないと思いました。

2-4. 現在の職場での状況

本章では、回答者が現在どのような職場で働いているのか、また、自身が生活していた場所との関係についてお尋ねしました。

現在の職場 (複数回答可) [回答者数 28名 回答件数 32件]

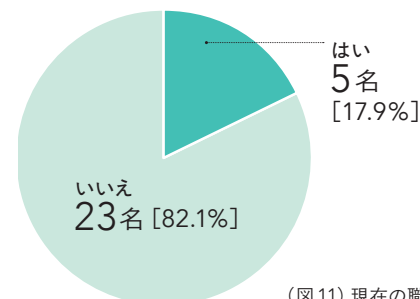
※複数回答のため、回答件数に対する割合で算出しています。



7 ページに
同じ図が
あります

(図3) 現在の職場 (再掲)

現在の職場は自身が子どもの頃に生活したことがある場所か [回答者数 28名]



回答者の約8割は子どもの頃に生活していた施設等ではない機関で勤務していました。入所施設で働いている人は16名なので、16名中5名が子どもの頃に生活した場所で働いているようです。

(図11) 現在の職場と社会的養護経験との関係

2-5. 社会的養護経験の開示・役割期待

社会的養護経験を有する支援者として働く中で、自身の経験を周囲に

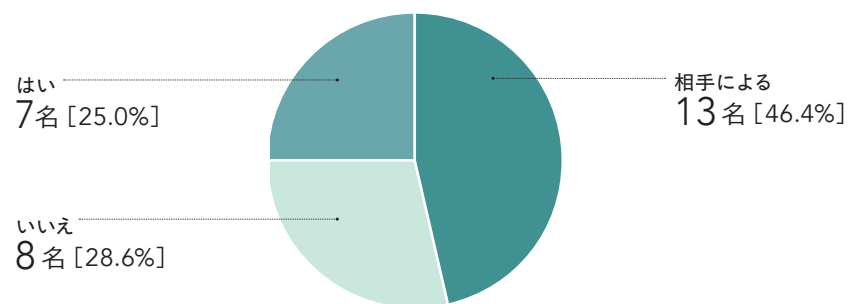
伝えるかどうかは、多くの人が向き合うテーマの一つです。

職場の同僚や上司、支援対象者など、誰に、どのような場面で、

どこまで伝えるのか。その選択は、働く環境や支援対象者との関係、

自身の考え方など、さまざまな要因によって異なります。

支援対象者（職場で関わる子どもや親など）に
社会的養護経験を有すること等自身の経験を伝えているか [回答者数 28名]



(図12) 社会的養護経験の開示の有無 (対支援対象者)

今回の調査では「相手による」と回答した方が約 4.5割でした。

支援対象者に応じて開示を判断している方が多いようです。

その理由（任意回答・自由記述）

【「はい」と回答した方】

- ・ 経験が強みだと思っているため。
- ・ もう隠すことでないから。
- ・ 経験を通して伝えると話が入りやすい。
- ・ 他の職員が伝えていた。
- ・ 話してるうちにバレた。

【「いいえ」と回答した方】

- ・ 伝えていいか分からないため。
- ・ なんでも自己開示していいものではないと前職（児童養護施設）の時に言われており、ケース等は吟味している。
- ・ 隠すことでも無い事実だし、予めオープンにしておく事実でも無い。何の目的も無く公にしている周りからの先入観（ポジティブ面もネガティブ面もが邪魔をする可能性もある。ただ、今このタイミングでこの人に自身の経験等を伝える必要性や意義があると感じた時には材料にする可能性もあると思う。
- ・ 支援を行う上でその情報は必要じゃないと判断したため。
- ・ 職業倫理上伝えてはならないため。
- ・ かえってよくないことが起こることを避けたいため。

【「相手による」と回答した方】

- ・ 子どもとの関係性や、場面に応じて。
- ・ 私との関係性や児童の年齢による。
- ・ 場合によっては、伝えることが距離を 縮めすぎる要因になるため。
- ・ 個人情報の開示による関係構築が求められていない職場のため。
- ・ 上司から伝えないように言われている。
- ・ 子どもによっては反感を買うこともあり、必要に応じてしか経験したというカードを切らないようにしている。関係が近くなることもあるが、トラブルになることもある。
- ・ 伝えることでのメリットとデメリットが両方あり、伝えた方がメリットがある子かどうかの見極めも必要なため、必要ある子にしか伝えていない。
- ・ 聞かれたら答えるがこちらから積極的に話す形式は取っていない。
- ・ （施設に）住んでた頃にいた子なので。
- ・ 状況によって伝えることもあれば伝えないこともある。

支援対象者に社会的養護経験を開示しているかの回答を、勤務年数でわけて集計しました。

勤務年数区分	はい	いいえ	相手による	合計
0～4年	4	4	5	13
5～9年	1	3	1	5
10～14年	1	1	6	8
15年以上	1	0	1	2
合計	7	8	13	28

(単位:人)

(表3) 勤務年数による社会的養護経験の開示状況 (対支援対象者)

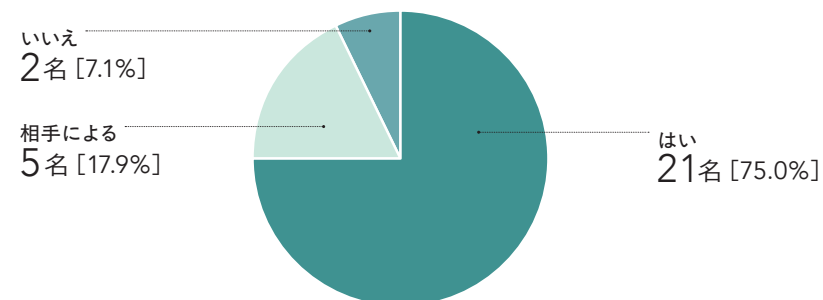
勤務年数によるちがいは見られませんでした。

支援対象者に対しては、関係性や場面、支援関係への影響を考えて、開示を判断していることがうかがえました。



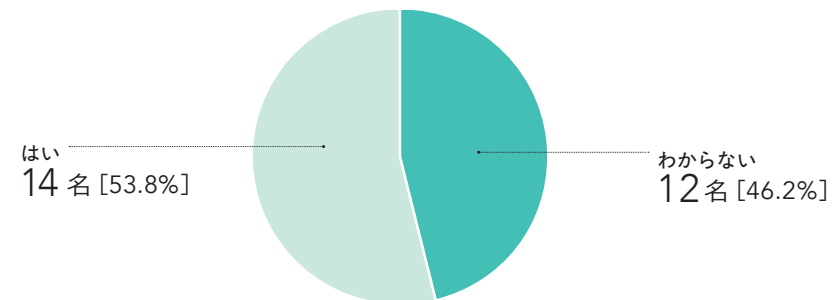
近年では、社会的養護の経験をもつ相談員や支援者が、自らの経験を公表して活動する機会も増えています。「同じような経験をした人になら話してみたい」と感じる方にとって、相談につながるきっかけになることがあると思います。

現在、同僚や上司に社会的養護経験を有すること等自身の経験を伝えているか
[回答者数 28名]



(図13) 社会的養護経験の開示の有無 (同僚や上司)

社会的養護経験を有することを職場に伝えて (開示して) よかったと感じるか
[回答者数26名 ※ひとつ前の質問で「はい」「相手による」と回答した方のみ]



(図14) 社会的養護経験を開示してよかったか (同僚や上司)

※「いいえ」の回答はありませんでした。

回答者のうち、「開示しているか」に「はい」「相手による」と答えた人を合わせると、約9割ほどの方が場合によっては職場に社会的養護経験を伝えているようです。また、約半数の方が「伝えて (開示して) よかった」と回答しました。

開示の理由（任意回答・自由記述）

【「開示してよかったか」に「はい」と回答した方】

- ・ 経験が強みになっているため。
- ・ ケアリーバーとして、一意見として頼ってもらえている。
(ただし自分の考えや意見が正しいとは限らない旨は必ず前置きしている)
- ・ 詮索されなくてすむから。
- ・ 別に隠すことでもないから。
- ・ 当事者経験スタッフとしての活躍の機会をもらえるから。
- ・ 当事者としての意見を必要とくださる場でお話させていただくことがあるから。
- ・ 会議で意見を聞かれやすい。
- ・ 意見を求められる。
- ・ 年齢的に若いが見解や想いを受け取りやすくなっていると思います。
- ・ 職場の方々は社会的養護に対しての理解がすごくある方々なので伝えて良かったと思う。
- ・ 子ども達とより親しい関係で話すことができるから。

【「開示してよかったか」に「わからない」と回答した方】

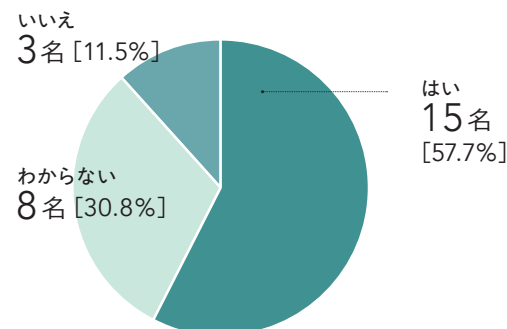
- ・ いい思いも悪い思いもまだ経験していないため。
- ・ 大学説明の資料として使用された経緯がある為。
- ・ 配慮していただけることもあるが、気をつかわせてしまうことや、偏見もありどちらがいいかはわからない。
- ・ 相手の受け取りまで確認をしていないから。
- ・ 伝えたからと言って特に何かあったわけではないため。
- ・ 他の職員と同等に扱ってくれるため。経験者ってだけで偏見で関わる人も中にはいる。
- ・ 社会的養護の経験が現場にいきてるとは感じていないため。

【「開示していない（いいえ）」と回答した方】

- ・ 特に話さなくてもいいかなと考えている。
- ・ 支援者からレッテル貼りをされた経験があり、怖くなった。
自分のアイデンティティは「当事者」だけではなく、無限なものであると思えるようになり、「顎にはくろがある」くらいのものになったから。（自身が家族を形成し、第二子を持ったあたりからそのようなスタンスに変化）

社会的養護経験を有するがゆえの役割を期待されていると感じるか

[回答者数26名 ※ひとつ前の質問で「はい」「相手による」と回答した方のみ]

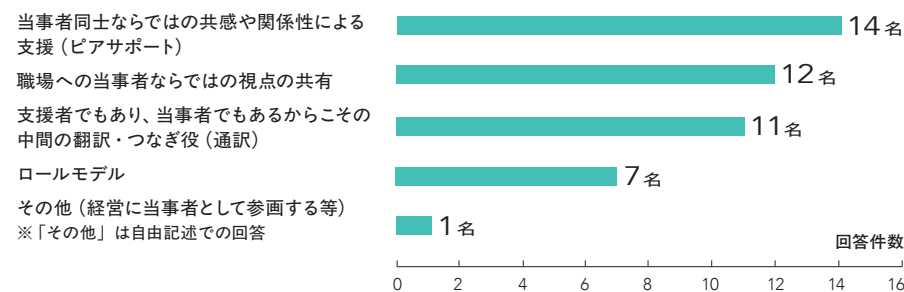


回答者のうち、職場に社会的養護経験を開示している人の中で、社会的養護経験を有するがゆえの役割を期待されていると感じている人は、約6割でした。

(図15) 当事者性への役割期待

どのような役割を期待されているか（複数回答可）

[回答者数15名 ※ひとつ前の質問で「はい」と回答した方のみ 回答件数45件]



(図16) 当事者性への役割期待の内容

期待されている役割として多かったのは「経験者同士ならではの共感や関係性による支援（ピアサポート）」が14件で最多でした。続いて、「現場への当事者ならではの視点の共有」が12件、「支援者でもあり、当事者でもあるからこそその中間の翻訳・つなぎ役（通訳）」が11件、ロールモデルは7件でした。

今回の調査では、社会的養護経験をもつことへ役割期待はあるものの、開示には難しいバランスがあることがうかがえました。次のページでは、経験を開示する際の考え方の一例を紹介します。



しゃしゃか研に参加してくださった人にも、
社会的養護経験の開示についてお聞きしました！

※個人の特定を避けるために、一部内容を加工しています。

A
さん

自分の経験がなにか役に立つかなと思って社会的養護の仕事に就いたので、同僚に言いたい気持ちもあるけれど、どういう反応がくるかわからないから言えないです。

B
さん

職場では、自身に社会的養護の経験があることは伝えていません。支援に関する話題の中で同僚の考え方や価値観に触れることがあり、そのたびに「もし自分が経験を開示したら、このように見られたり思われたりするのではないか」と不安を感じています。

私は子どもの頃に生活していた施設で就職をしました。当時は「実家がなくなるのではないか」と思いながら働いていましたが、職員のわたしと退所者のわたしを職員が分けて接してくれていたの、そのように感じることなく過ごしていました。

入職1年目のとき、先輩職員から「職員になってみて、職員の気持ちもわかるでしょ」と言われました。その言葉は職員としてではなく入所児童だった私にかけられたような気がして、少しむっとしました。自分にはその言葉の答えを見つけることができず、ずっと心に引っかかり、モヤモヤしたまま働いていました。

5年目くらいになると、今までの自分の経験を「強み」として支援に活かすことができるようになり、同僚の職員からも認められるようになってきた（職員としての自分の居場所を感じれるようになった）と感じました。そして7年を超えた今では、「確かにあの頃（1年目）は、子どもの目線に立ちすぎていたな」と思えるようになりました。

そう思えるようになったのは、その時々所属との関係性や自身の気持ちの部分に関係していたと思います。

開示についても、職員としての立場で、子のメリットになる場合や相手との関係性によって使い分けています。心理的な安全性やバウンダリー、信頼関係は開示において重要なキーワードになってくると思っています。

COLUMN | Iさん

C
さん

「自分も社会的養護で育った」と子どもに開示することで、職員（大人）としてだけじゃない親密な関係になる難しさがあります。こどもに好かれないという自分の思いで、それを武器にしすぎて問題になっていることもあるらしいです。職員であるという意識も大事だと思います。

D
さん

自分は開示してよくなかったことがないです。養護施設にいないことにネガティブな思いを抱える子がいたり、将来の明るい感じを想像できない子がいて、養護施設出身でも暗いことばかりじゃないということを伝えたいと思いました。子どもは社会的養護出身かどうかより、自分に寄り添ってくれているかを見ていると思います。

E
さん

「親に会ったらどうなるんだろう」「児相にも職員にもわかってもらえない」と悩んでいる子がいました。少しでも安心につながればと思い、自分の経験を伝えました。それをきっかけに、「わかってくれる人」として関係が近くなりました。一方で、距離が近くなりすぎないように、チームで関わるなどの工夫もしました。

私は児童養護施設の就職面接で、自分が社会的養護を経験していることを伝えました。住み込みで働く関係で、身元証明や保証人のこともあり、伝えないという選択は難しい状況でした。採用の連絡をいただいた際には、「ぜひ経験を活かしてほしい」と言ってもらいました。その後、職員研修でスピーチをすることになり、私が社会的養護を経験していることを多くの職員が知ることになりました。一方で、子どもたちには伝えたらどうなるのか自分の中でイメージがついていなかったため、伝えませんでした。

その後、児童養護施設や自立援助ホーム、退所後支援など、複数の職場を掛けもちして働くことになりました。担当する子どもや若者の年齢が高くなると、「職員がどのように生きてきたのか知りたい」という子もいました。そうしたときは、その子の状態や状況に合わせて、その子の役に立ちそうだと思う部分だけを話すようにしました。

当時は、仕事の面でもプライベートの面でも心配なことがあり、当事者としての活動はなるべく匿名で行い、インターネットなどには極力出ないようにしていました。今は、自分の経験を開示することで何かが生じたとしても、「それも自分の人生の一部だ」と思えるようになり、媒体によっては実名でも活動しています。関わっている子どもや若者がインターネット検索しているかはわかりませんが、本人が聞きたいと言ったときに伝えるようにしています。

COLUMN | Mさん

COLUMN

25年ほど前に児童養護施設に就職しました。当時は、社会的養護の経験があることに対する風当たりが今よりも強く、経験を開示することは難しいと感じていました。就職活動でも、自分が社会的養護経験者であることよりも、大学4年間続けた新聞配達の評価してもらい、その推薦状をきっかけに就職することができました。当事者としてではなく、一人の社会人として認めてほしいという気持ちが強かったのだと思います。

就職して3年目頃、信頼していた主任には自分の経験を話してもいいかなと思い、初めて打ち明けました。主任は「そうだったんだね」と自然に受け止めてくれました。

その後、30代になった頃、その主任から「職員研修で自分の経験を話してみないか」と声をかけられました。信頼している人からの提案だったので、「話してみようかな」と思い、自分の生い立ちをスピークアウトという形で伝えました。

それをきっかけに、さまざまな研修で話をする機会が増え、今では地域では自分の経験を知っている人は多いのではないかと思います。とはいえ、開示できるのはやはり信頼している人に対してですし、研修や当事者が集まる場でなければ、あえて自分から話すことはありません。最近、自分の経験をオープンにして活動している人も増えてきて、「すごいな」と思いますし、時代が変わったのだと感じます。一方で、今の時代は、開示したからこそその悩みや葛藤もあるのではないかと思います。

PROFILE

合木啓雄 さん

中高生の約6年間を児童養護施設で過ごす。大学卒業後、香川県の養護施設で10年ほど職員として働く。2011年自立援助ホーム「若者独立塾 丸亀おひさま荘」の職員になった。2013年に施設長、2017年にNPO法人「丸亀街づくり研究所」の理事長に就任。自立援助ホームのほか、ショートステイやアフターケア、アドボカシー事業を実施している。



COLUMN

私は高校生の頃から当事者活動をしていたので、関係者のほとんどが、私に社会的養護の経験があることをすでに知っている状態でした。よかれと思って、そのように先に紹介されることもあったので、それなら自分から伝えたほうがいいのか、と思っていました。

開示していて楽なのは、嘘をつく必要がないことです。いろいろと聞かれたとしても、「児童養護施設で育っているの」とひと言伝えれば、それ以上聞かれないことが多く、その点では気が楽です。

難しい点は、年齢を重ねても、地元ではいつまでも「○○ちゃん」という見られ方から抜けられないことでしょうか。また、自分の経験にもとづく一個人の意見であっても、「当事者が言うのだから間違いない」と受け取られてしまうことがあります。そのため、「あくまで一個人の考えですよ」ということは、意識して伝えるようにしています。

PROFILE

中村みどり さん

Children's Views & Voices 副代表。乳児院・児童養護施設を経験、2001年社会的養護経験者の居場所活動 CVV (Children's Views & Voices) の立ち上げに携わり、現在、副代表を務める。長年 ソーシャルワーカーとして里親支援にかかわり、現在は NPO 法人全国子どもアドボカシー協議会の理事長を務める。



自分の経験を開示することで、相手との関係性が近くなることがあります。開示したいと思う時には、「なぜ伝えたいと思ったのだろう」と考えてみてください。

経験を開示するかどうかには正解はありません。「誰に」「どこまで」「何のために」伝えるのかを考えながら、自分の気持ちも大切に、自分で選ぶことが重要です。

迷ったときには、信頼できる人に相談したり、少し時間をおいて考えたりするのもよいでしょう。

下の表は、しゃかしやか研のなかで話した、開示について考える際の一例です。

誰に話す？	どこまで話す？	何のために？
関係が浅い人・ まだ信頼関係が十分ではない人 (知人、顔見知りなど)	無理に伝える必要はない	自分の安心・安全を守るため
継続的に関わる人 (同僚、上司、友人など)	必要な範囲のみ伝える 例) 社会的養護で生活していた ことのみ伝える	行き違いを減らすため
信頼できる人 (親しい同僚、信頼できる上司、 親しい友人、パートナーなど)	自分が話したい範囲で伝える 例) 社会的養護での経験や 思いも含めて伝える	信頼関係を深めるため
支援対象者 (こども、若者など)	支援対象者の利益を考えながら 必要な範囲を伝える	支援対象者の支援のため
研修・講演など	研修や講演の目的に応じて 自分の決めた範囲を伝える *個人情報に注意	学びや啓発、 経験を社会に伝えるため

上記はかなり簡潔にした一例です。自分の気持ちやペース、関係性、タイミング、状況など、考えることはたくさんありますが、自分で選んで、決めることが大切です。



特に支援対象者への開示においては、専門職として、その人にとっての「利益」とは何かを慎重に考える必要があります。開示が相手のためでなく自分のためになっていないか。自分の経験を押しつけていないか。などを振り返る必要があると思います。

開示に正解はなく、ひとりひとり「誰に」「どこまで」「何のために」伝えるかは異なると思います。よければ皆さんも、考える際には下記のシートをご活用ください。

誰に話す？	どこまで話す？	何のために？

自由記述の回答でもありましたが、「社会的養護経験は別に隠すものではない」という考え方もあり、ひとりひとり異なります。自分に合った方法をぜひ見つけてください。



COLUMN

障害福祉領域でのピアサポートは、
このようなことに配慮して実施されています！

障害福祉領域では、社会的養護領域よりも早くからピアサポート活動（同様の経験をしている仲間同士の支えあい）が行われてきました。社会的養護の経験があり、社会的養護の支援者として働く場合、必ずしも「ピアサポーター」として働いているわけではないかもしれません。それでも、自分と近い経験をもつ人を支援するという点では、他領域で積み重ねられてきたピアサポートの考え方や実践はとても学びになります。

特に精神障害領域では、1930年代から始まったとされ、現在ではピアサポーター専門職を対象とした研修なども行われています。今回は、そのテキストを参考に「自分の経験をどのように活かし、どのようなことに気をつけながら相手と関わるのか」について、以下に紹介します。

ピアサポートでは、「同様の（近い、似たような）経験」があるからこそ、語りにくい経験を語ったり、聞いたりすることができることがあります。そして、「このように考えるのは自分だけではなかった」と感じることで、孤独感が和らぐこともあります。障害などによって最もつらかった時の気持ちや、そこから解決に向かうきっかけ、どのような支援を受けてよかったかといった経験者の言葉は、同じような状況にある人にとってヒントや希望になることがあるようです。

また、困っていることを支援者にうまく伝えられず悩んでいる人に対しては、気持ちに寄り添いながら、一緒にメモをつくって考えを整理したり、必要に応じて一緒に伝えたりするなどのピアサポートもあります。

一方で、似た経験があるからこそ、気をつけるべきこともあります。つい「わかる、

わかる」と、自分の経験を重ねて、その人の気持ちや状況を決めつけて聞いてしまうこともあるかもしれません。

自分の経験は相手を理解するヒントにしつつも、いったん脇に置き、目の前の相手自身を理解しようとする姿勢が大切です。

また、「Iメッセージ」を意識することも大切です。「あなたは〇〇ですね」と相手を決めつけるのではなく、「お話を聞いて、私はこう受け取りましたが、合っていますか」など、自分の受け止めとして伝え、相手に確認することもいいかもしれません。

「同じような経験があるからわかる」と思うだけでなく、「似ていても、一人ひとりの経験は違う」ということを忘れずに関わることで、そのバランスを大切にしていきたいと思います。

参考文献：基礎研修テキスト改訂版 vol.1
（令和3年度厚生労働省障害者総合福祉推進事業）
文責：荒川美沙貴（早稲田大学社会的養育研究所）

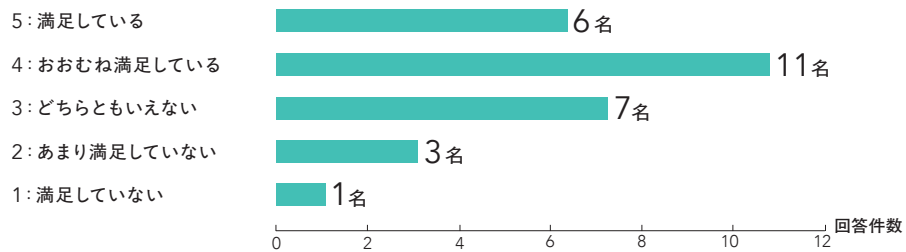
2-8章で、回答者の皆さんが
寄せてくださった声も大変参考になります！
あわせてぜひご覧ください。



2-6. 当事者性の葛藤

社会的養護経験は、支援の現場で利用者に寄りそう力や共感する力として活かされることがあります。一方で、自身の経験があるからこそ、仕事の中で悩んだり、気持ちが揺れたりすることもあるのではないのでしょうか。この章では、社会的養護経験者が働く中で感じやすい「当事者性の葛藤」について、回答者から寄せられた声をもとに考えていきます。

現在の業務に満足しているか [回答者数 28名]



(図17) 現在の業務満足度

約6割、17名の回答者が「満足している」「おおむね満足している」と回答しています。
「どちらとも言えない」と回答した方は7名で約2.5割、
「あまり満足していない」「満足していない」と回答した方は4名で約1.5割でした。

現在の業務に満足しているかの回答を、年齢や勤務年数にわけて集計しました。

年齢区分	不満 (1・2)	どちらでもない (3)	満足 (4・5)	合計
20～24歳	1	1	4	6
25～29歳	3	1	6	10
30～34歳	0	2	4	6
35～39歳	0	2	2	4
40歳以上	0	1	1	2
合計	4	7	17	28

(単位:人)

(表4) 年齢と現在の業務満足度の関連

勤務年数区分	不満 (1・2)	どちらでもない (3)	満足 (4・5)	合計
0～4年	3	2	8	13
5～9年	1	1	3	5
10～14年	0	4	4	8
15年以上	0	0	2	2
合計	4	7	17	28

(単位:人)

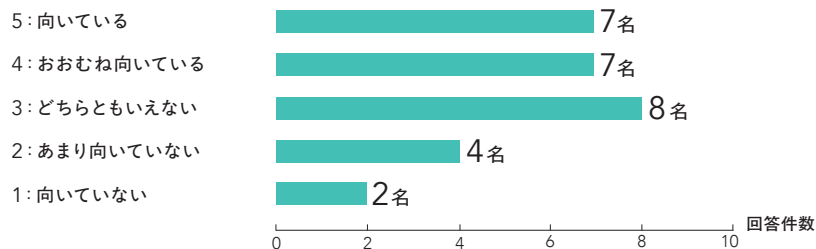
(表5) 勤務年数と現在の業務満足度の関連

30代以上の回答者は、
「満足していない」「あまり満足していない」を回答した人はいませんでした。
同様に、勤務年数が10年以上の回答者も、
「満足していない」「あまり満足していない」と回答した人はいませんでした。

今回の回答者は、
経験を重ねるにつれ業務に満足している方が多いようです。



現在の業務に向いているか [回答者数 28名]



(図18) 現在の業務適正感

回答者のなかで最も多い回答は「どちらともいえない」でした。
約半数の回答者が「向いている」「やや向いている」と回答しています。

現在の業務に向いていると感じているかの回答を、
年齢や勤務年数にわけて集計しました。

年齢区分	向いていない (1・2)	どちらでもない (3)	向いている (4・5)	合計
20～24歳	0	3	3	6
25～29歳	5	0	5	10
30～34歳	1	2	3	6
35～39歳	0	2	2	4
40歳以上	0	1	1	2
合計	6	8	14	28

(単位:人)

(表6) 年齢と現在の業務満足度の関連

勤務年数区分	向いていない (1・2)	どちらでもない (3)	向いている (4・5)	合計
0～4年	1	4	8	13
5～9年	4	0	1	5
10～14年	1	3	4	8
15年以上	0	1	1	2
合計	6	8	14	28

(単位:人)

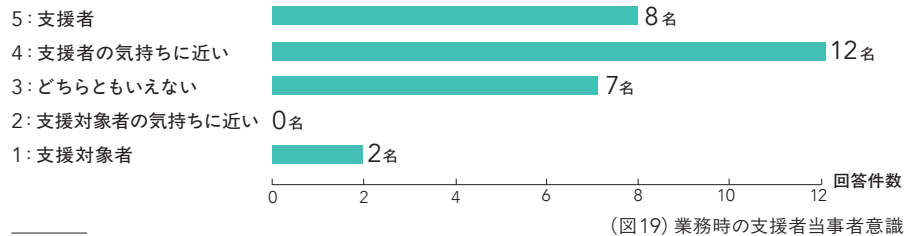
(表7) 勤務年数と現在の業務満足度の関連

「あまり向いていない」「向いていない」と回答した方6名のうち、
5名は20代後半でした。今回の回答者のなかでは、
20代後半で悩んでいる方が多いようです。
勤務年数においても、「あまり向いていない」「向いていない」と
回答した方6名のうち4名が5～9年の方でした。

この頃は勤務年数を重ね、
悩みが増える時期である可能性があるかもしれません。



働いている時の気持ちは「支援者」か「社会的養護当事者（支援対象者）」の
どちらの気持ちに近いか [回答者数28名]



回答者のうち約7割の回答者が、
働いているときの気持ちは「支援者」「支援者の気持ちに近い」と回答しています。
「どちらともいえない」と答えた方は約2.5割で、どちらの気持ちも持って働いている人もいます。
「支援対象者の気持ちである」と答えた方も1名いました。

働いている時の支援者当事者意識の回答を、
年齢や勤務年数にわけて集計しました。

年齢区分	支援対象者寄り (1・2)	どちらでもない (3)	支援者寄り (4・5)	合計
20～24歳	1	1	4	6
25～29歳	0	4	6	10
30～34歳	0	2	4	6
35～39歳	0	0	4	4
40歳以上	0	0	2	2
合計	1	7	20	28

(単位:人)

(表8) 年齢と業務時の支援者当事者意識の関連

勤務年数区分	支援対象者寄り (1・2)	どちらでもない (3)	支援者寄り (4・5)	合計
0～4年	1	4	8	13
5～9年	0	2	3	5
10～14年	0	1	7	8
15年以上	0	0	2	2
合計	1	7	20	28

(単位:人)

(表9) 勤務年数と業務時の支援者当事者意識の関連

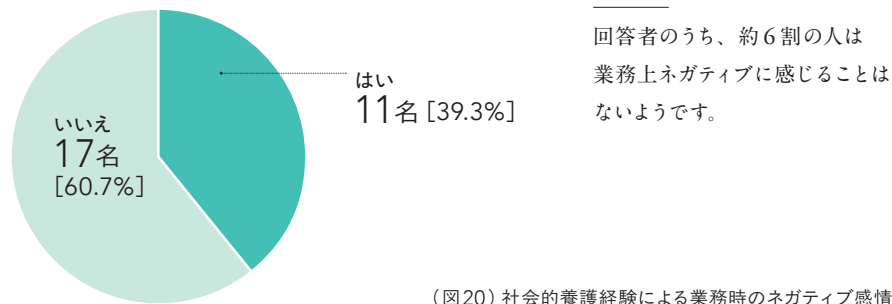
年齢で見ると、35歳以上の方は全員が「支援者寄り (4・5)」と回答していました。
経験年数で見ても、10年以上勤務している方10名のうち9名は「支援者寄り (4・5)」と回答し、
1名が「どちらでもない (3)」と回答しています。

今回の回答者は、経験を重ねると、
当事者寄りというよりも支援者寄りの気持ちになる方が
多い傾向がうかがわれました。



社会的養護経験があることで業務上ネガティブに感じることもあるか

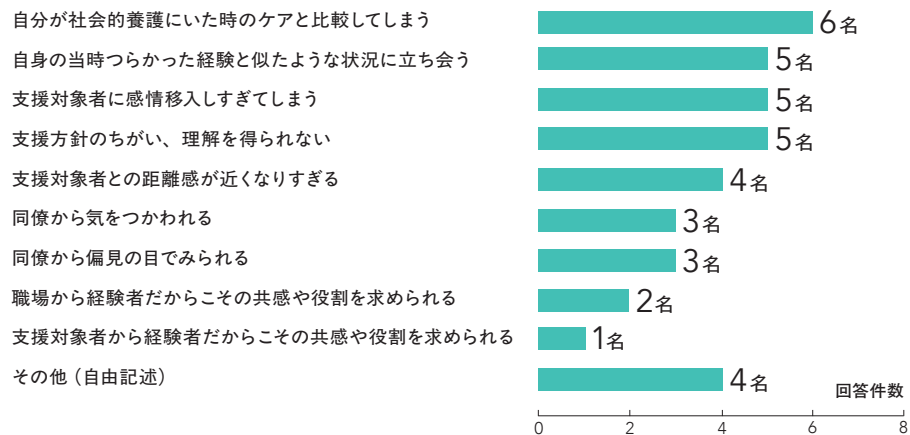
[回答者数28名]



(図20) 社会的養護経験による業務時のネガティブ感情

社会的養護経験があることで業務上ネガティブに感じること(複数回答)

[回答者数11名 ※ひとつ前の質問に「はい」と回答した方のみ 回答件数38件]



その他(自由記述)の主な内容 ※要約して記載しています。

- ・当事者として国や自治体の委員になった際に釘を刺すような発言を受けた。
- ・同僚と考え方が異なるのではないかと疑心暗鬼になった。
- ・利用者情報が支援のため詳細に共有されていることを知り、複雑な気持ちになった。
- ・支援者が子どもの悪口を言っていることにショックを受けた。

(図21) 社会的養護経験による業務時のネガティブ感情の内容

今回の回答者の約6割は、社会的養護経験によって業務上ネガティブな気持ちになることなく働いているようです。一方で、自分が育った頃と現在では支援の制度や環境が変化しているため、その違いに複雑な思いを抱く人もいます。また、利用者と自分の経験が重なり、当時の気持ちを思い出したり、感情移入したりすることをネガティブに感じる人もいます。当事者としての感覚と支援の考え方や関わり方にギャップや違和感を覚えたり、偏見に戸惑ったりする声も寄せられました。

社会的養護経験があることで業務上ネガティブに感じることもあるかの回答を、年齢や勤務年数でわけて集計しました。

年齢区分	はい	いいえ	合計
20～24歳	1	5	6
25～29歳	6	4	10
30～34歳	1	5	6
35～39歳	2	2	4
40歳以上	1	1	2
合計	11	17	28

(単位:人)

(表10) 年齢と社会的養護経験による業務時のネガティブ感情の関連

勤務年数区分	はい	いいえ	合計
0～4年	5	8	13
5～9年	3	2	5
10～14年	2	6	8
15年以上	1	1	2
合計	11	17	28

(単位:人)

(表11) 勤務年数と社会的養護経験による業務時のネガティブ感情の関連

他にも、社会的養護での生活期間が、業務上ネガティブに感じたことがあるかとの関連についても集計しましたが、特にちがいはみられませんでした。

先程、「業務に向いていると感じているか」での分析でもそうでしたが、25歳～29歳ごろは、社会人としてもいろいろなことがわかってきた時期でもあったので、私もいちばん悩んでいた時期だったように思います。今思えば、その悩んだ時期があったからこそ、その後ちょうどいいバランスを見つける手がかりとなったようにも思います。



しゃしゃか研に参加してくださった人にも、
ネガティブ経験の対処法についてお聞きました！

※個人の特定を避けるために、一部内容を加工しています。

F
さん

子ども家庭福祉の制度が充実したり、支援方法が変わったりするなかで「自分もこういう支援を受けたかったな」と思うことがあります。自分が苦労した経験があるからこそ、「同じような苦労をしてほしくない」という思いもあります。うらやましいという気持ちも抱えながら、前に進んでいくしかないのかな、と思っています。

G
さん

自分自身も難しさを感じてきた自立や進路選択の場面で、子どもが葛藤している姿を見ると、感情が揺れることがあります。先輩に相談したとき、「自分事にしすぎているかもしれない。この子自身は、そう思っていないかもしれないよ」とアドバイスをもらいました。少し俯瞰して見たり、適度に力を抜いたりしながら仕事をするのも大切だと思うようになりました。支援の仕事は難しいけれど、考え続けられる、正解のない、おもしろい謎に出会ったなどと楽観的に思うようにしています。

H
さん

自分が過去につらい思いをした場面と似たような状況になると、怖くなったり、不安になったりすることがあります。以前は「支援者なのに、こんなふうに感じるのはダメだ」と思っていました。でも、そう感じるのも自然なことだと思えるようになり、「自分はよく頑張ってきたな、えらいな」と、自分をほめるようにしています。信頼できる先輩によく相談もしています。あとは、よく寝て、よく食べて、身体を鍛えています。いざというときに瞬発的に動けるように身体づくりをしておくことも、安心につながっています。

J
さん

専門職として研修を受けるなかで、子どもの課題や問題行動が説明されると、まさに自分のことだなとショックを受けたりします。マイナスにとらえずに、自分自身の自己覚知を含めて、支援のヒントにいかせるかもしれないと思うようにしています。

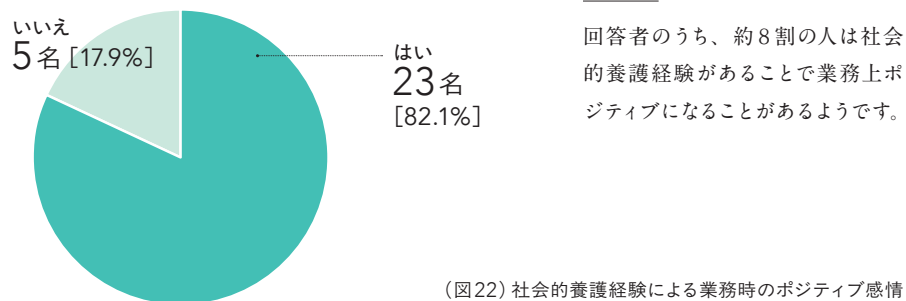
K
さん

子どもの言うことも、職員の言うこともわかるなどと思い、板挟みのような気持ちになることがよくあります。組織の一員として、思ったままに動くことはできませんし、「職員として言わないといけないでしょ」と指摘され、つらく感じたこともありました。どちらの気持ちもわかることを自分の強みとして、できるだけ柔軟に考えながら関わっていきたいと思っています。

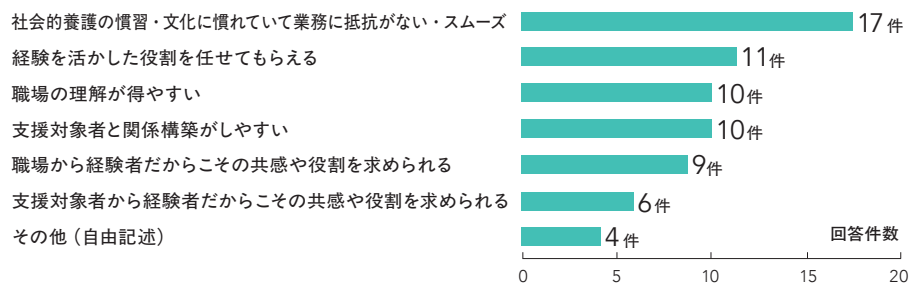
L
さん

子どもに感情移入してしまい、つらいと感じることはこれまで何度もありました。その際、「子どもと私は違う人間」だということをかなり意識するようにしています。気が楽になるわけではありませんが、自分を説得するような感覚です。長年勤務するなかで、一番つらかった時期は乗り越えました。今では、つらいと感じたときに、どう感情を整理していけばよいか自分なりにわかっているので、以前に比べると気持ちを抱え込むことは少なくなりました。

社会的養護経験があることで業務上ポジティブに感じることがあるか
[回答者数28名]



社会的養護経験があることで業務上ポジティブに感じること（複数回答可）
[回答者数23名 ※ひとつ前の質問で「はい」と回答した方のみ 回答件数64件]



その理由（自由記述）

- ・ いろんな場面で想像がしやすい
- ・ 自分のなかで内発的動機づけ・課題意識が明確
- ・ 職場以外の職員との情報交換や関係構築に役立つ
- ・ ステークホルダーとのコミュニケーションに活かされる

本調査の回答者の約8割は、社会的養護経験によって業務上ポジティブに感じることがあると回答しています。特に社会的養護の慣習・文化に慣れていることや、経験を活かした役割を担えること、支援対象者や職場との関係構築のしやすさが多く挙げられ、社会的養護経験が支援実践における強みとして活かされているようです。

社会的養護経験があることで業務上ポジティブに感じることがあるかの回答を、年齢や勤務年数でわけて集計しました。

年齢区分	はい	いいえ	合計
20～24歳	1	5	6
25～29歳	8	2	10
30～34歳	5	1	6
35～39歳	3	1	4
40歳以上	2	0	2
合計	23	5	28

(単位:人)

今回の回答者の方においては、年齢、勤務年数によるちがいは明確にはみられませんでした。

(表12) 年齢と社会的養護経験による業務時のポジティブ感情の関連

勤務年数区分	はい	いいえ	合計
0～4年	11	2	13
5～9年	4	1	5
10～14年	6	2	8
15年以上	2	0	2
合計	23	5	28

(単位:人)

他にも、社会的養護での生活期間が、業務上ポジティブに感じたことがあるかとの関連についても集計しましたが、特にちがいはみられませんでした。

(表13) 勤務年数と社会的養護経験による業務時のポジティブ感情の関連

社会的養護で育った経験があることで、悩んだり、難しさを感じたりすることもあります。でもその一方で、「この経験があったから、この仕事でできていることもあるな」と感じることもあるように思います。

特に今回、28名のうち17名が「社会的養護の慣習や文化に慣れていて、業務に抵抗がない・スムーズ」と回答していたことが印象的でした。社会的養護のなかで過ごしてきた時間や経験は、なくなるものではありません。それが仕事のなかで強みになったり、誰かとの関係づくりに活かされたり、やりがいにつながったりすることもあります。これまでの経験が、今の自分を助けてくれることもあるんだと思います。

COLUMN | Rさん

2-7. 業務継続意向・支援体制

本章では、対応に戸惑ったエピソードや、業務継続意向、あった方がいいと思う支援などをお聞きして分析を行いました。安心して働き続けるための人材育成や組織づくりのヒントにお役立ていただけると嬉しいです。

子どもや職場からの言動でどのように対応したらいいか戸惑ったエピソードがあれば教えてください（任意回答）

寄せていただいた声を、似たもので分類しました

① 家族・生い立ち・当事者性について聞かれる／開示のジレンマ

- ・打ち明けていない、職場の人から、家庭のことを聞かれることがある
- ・家族のこと、出身地を聞かれなぜ東京に来たのか等聞かれると答えざるを得なくなる
- ・親とのエピソードを子どもに聞かれ当時は戸惑った
- ・言動で困った経験ではないが、こちらが当事者経験を開示するかどうかのジレンマがある。
- ・（子どもからの質問）先生のお母さんどんな人？
- ・親との関係について
- ・「社会的養護を経験していない幸せそうな人には施設で生活する気持ちはわからない」と言われた（その子はなにか注意されればどの職員にもそう言っていた）

② フラッシュバック・トラウマ反応・感情の揺れ

- ・これは果たして「フラッシュバックしているのか」「子どもの私なのか」「支援者として言ってるのか」どの角度から伝えているのかたまに混乱する時がある。ただそういう混乱がある時は大体が睡眠不足であるケースばかりなので、理解はしている・・・
- ・自分を虐待していた人とそっくりの言動をしている人に対応するときにフラッシュバックした

③ 当事者経験を持つ支援者への偏見・役割葛藤

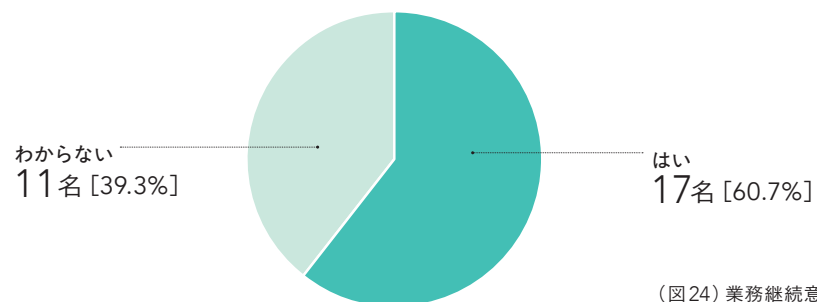
- ・「あなたは当事者だから、支援者にはなりきれないね。あなたには（社会的養護分野で、直接処遇は）できないね」と、地域の重鎮の方に言われた。のちに、「当事者として成功できる人は一握り。自分を助けるために受益者を利用している。誰のための支援なのか」と、やんわりとその方のブログに書かれた。
- ・私の働いていた職場は「支援者は支援者であって、そこに当事者目線への重要視は少ない」ところだったので、あまり当事者の経験を活かした働きはできなかった。支援者としてのルールもたくさんあり、子どもと大人の物理的な距離、子どもが夜（フラッシュバックなどで）泣いてしまった時は「夜だからそうなるんだよ。おやすみ」と言って離れる、など、当事者としては理解し難いものもたくさんあり苦しかった。

④ 子どもへの支援で感じる難しさ

- ・こどもの直面している気持ち（進路決定、家族）に寄り添うが、自分も体験として、時間が解決してくれる問題もあり、なかなか話をしても解決まで見い出せず戸惑うことが多い。
- ・（子どもの発言）早く施設出て働きたい。高校なんてただの無駄
- ・（子どもの発言）死にたいと思ったことはあるか

⑤ 職場・人間関係での戸惑い

- ・住んでいた所だが上司にあたるため敬語でいけば良いのかいつも通りでいけば良いのか分からなかった。
- ・虐待や喪失や分離の影響等をまったく理解していない職員の子どもへの対応が嫌だった



(図24) 業務継続意向

回答者のうち、約6割の人は「働き続けたい」と回答しました。
約4割の人は「わからない」と答え、迷いがある方もいました。
「いいえ（働きつづけたくない）」と回答した人はいませんでした。

その理由（任意回答・自由記述）

【「はい」と回答した方】

- ・大変な事も多いが、同僚やこどもと話していると頑張ろうと思える環境で仕事をできているから。
- ・天職だと感じている。自分にしか出来ない立ち位置や役割があると思う限り居続けたい。
- ・使命感課題意識が明確にあるから。
- ・社会を変えたいから。
- ・子どもたちを立派な大人にするため。
- ・息をすることと同じだと感じているから。
- ・他の仕事に興味はない。ゆくゆくは施設長となり福祉の業界で力を発揮したい。
- ・この仕事しかしてこなかったこともあるが、お世話になった方たちと同じ業界に入れることに誇りを持つてゐるため。
- ・おもしろいから。社会的養護を良くしたい。
- ・これまでの経験を活かして、困っている子どもたちを支援したい。
- ・保育士と幼稚園教諭の資格をいかしたいから。
- ・子ども達の成長を見守りたい。子ども達と関わり続けたい。
- もっと、この業界のことを知りたい学びたい。

【「わからない」と回答した方】

- ・辛いことも多いため
- ・今は福祉・教育の分野が向いているのかもしれないけど、別の商材でPRやマーケティングをしてみたいと思ったから。別の分野にも興味・関心を持ち続けることで、依存先の分散を図っている。
- ・命に関わるような経験をしたからこそ命をかける!というほど没頭していたが、経験を重ねるにつれ気づくことも増え、それが痛みと感じるようになったから。一方で社会的養護の温かさやかけがえなさに感動することもあり、少しずつ深刻になりすぎずに仕事ができているようにも感じるため、このままいけば心的外傷後成長につながる気もしているため。わからない。
- ・自分には対人援助が向いていないと思うため。
- ・社会的養護以外の世界も見て、自分の経験にしたい。現在の仕事は自分の特性とは合っていないと常々感じているが、仕事の中で自分自身の整理が出来ている部分もあるので、完全に辞める決心をつけることは難しいとも感じている。
- ・慢性的に人手不足で、1人休んだら迷惑のかかるような会社で私は勤められないから。
- ・まだ時間があるので考えながら仕事していこうと感じます。

今後も働き続けたいという意向を、社会的養護経験による業務上の感情でわけて集計しました。

	働き続けたい	わからない
自身の社会的養護経験による業務上ネガティブな経験がある	3	8
自身の社会的養護経験による業務上ネガティブな経験はない	14	3
自身の社会的養護経験による業務上ポジティブな経験がある	13	10
自身の社会的養護経験による業務上ポジティブな経験はない	4	1

(単位:人)

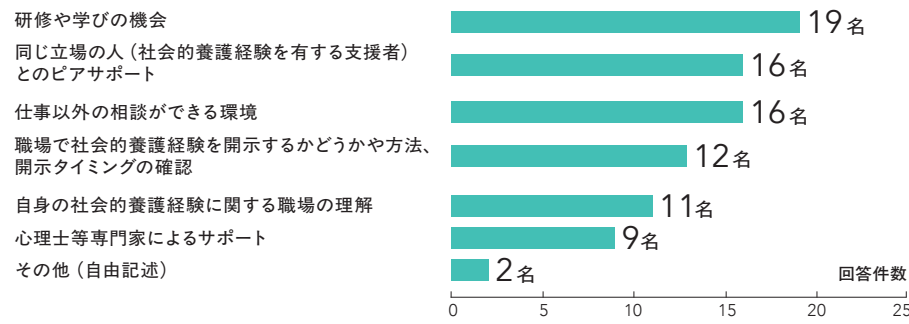
(表14) 業務継続意向と社会的養護経験によるネガティブ感情、ポジティブ感情との関連

- ・自身の社会的養護経験による業務上ネガティブな経験はないと回答した人の多くは、「今後も働き続けたい」と回答している人が多いようです。
- ・自身の社会的養護経験による業務上ポジティブな経験はないと回答した人の5名のうち、4名は「今後も働き続けたい」と回答しています。



上記から、自身の社会的養護経験による業務上のネガティブな経験は、仕事の継続意向に関わると考えられます。次の項目ではサポート体制についてお尋ねしていますのであわせてご覧ください。

社会的養護経験を有する支援者として働くにあたって、あった方がよいと感じるサポート(複数回答) [回答者数 28名 回答件数 85件]



(図25) 社会的養護経験を有する支援者として働くにあたって、あった方がよいと感じるサポート

その他(自由記述)の主な内容

- ・「当事者」「支援者」以外の側面の自分自身である時間、関係性、環境。人との繋がりだけではなく自然や音楽、芸術も含む。
- ・特別なサポートは必要ない。それが特別な意味を示さないの。それこそ一般家庭で育った人達が就職する時のように自然な形で受け入れてほしい、そういう現場であってほしい。サポートしてほしいと思って現場に飛び込むのは甘いと思う(厳しい価値観かもしれないけれど)。

(表15) 社会的養護経験を有する支援者として働くにあたって、あった方がよいと感じるサポート

最も回答が多かったのは「研修や学びの機会」(19件)でした。社会的養護経験者としてだけではなく、一人の支援者として専門性も高めたいというニーズが大きいです。その他、「同じ立場の人のピアサポート」(16件)、「社会的養護経験の開示へのサポート」(12件)、「職場の理解」(11件)、「心理等専門家によるサポート」(9件)など、自身の当事者性に関するなんらかのサポートを希望している方もいます。また、「仕事以外の相談ができる環境」(16件)や、その他(自由記述)の内容からは、特別扱いよりも自然な受容を望む声もありました。

社会的養護経験を有する支援者が働き続けるためには、専門職として成長できる機会と、自身の経験を安心して受け止めてもらえる職場環境の双方が重要であるように思われます。また、必要な支援は求めつつも、「特別扱い」ではなく、一人の職員として自然に受け入れられることも同時に重要かもしれません。



2-8. 社会的養護経験を有する支援者の声

本章では、社会的養護経験を有する支援者の皆様ご自身、

「社会的養護経験を持つ人が社会的養護で支援者になることについてどう思うか」

をお尋ねしました。

社会的養護経験をもつ人が 社会的養護で支援者になることについてどう思うか。(自由記述)

寄せていただいた声を、似たもので分類しました。
とても参考になるご意見をまことにありがとうございます！

① 当事者経験は支援の強みになる

- ・ 本人が（選択し）納得しているのであれば良いと思う。社会的養護の領域において子どもや組織に対しても良い効果があるように思う。けど、そのためにも当事者性を有する支援者のサポートを行える体制をしっかりと整える必要がある。
- ・ 恩返しの意味でも自身の経験を次に繋げる意味でも有意義なことであると思う。
- ・ 一般的にはとても素晴らしい意味のある事だと思う。やっぱり経験者にしか分からない思いはあると思うし、ただ同じ経験者だからといって全てが共感できる訳でも無いけど、やっぱり周りの実務者達や子ども達にとって、そういった存在は大切だと思う。ただ、自分が当事者だからといって変に驕らず、一意見として出る事や抑える事も必要なコントロール力だと感じている。知識や理論で対応出来ない事が起きる事が子ども家庭福祉の世界なので、直感や経験を元に展開出来る支援は強みであると思う。
- ・ なりたいと思う人は少ないが、子どもの気持ちを理解できて、他職員よりも観る視点や考え方、寄り添いがしやすいと感じる。
- ・ とても良いことだと思う。経験をしているからこそ分かるものがあると思う。
- ・ とても良いことである

② 本人の選択・キャリアの幅も大切

- ・ 仕事の選択肢の一つとしては良いと思う。自分の人生を見つめ直す時間や、考える時間としては良いと思う。働く中で、この分野以外での仕事もあると思えると楽かもしれない。
- ・ 良いことだとは思いますが、人と役割は選ぶことになると思います。経営戦略部門、またマネジメント部門に大きく力を発揮することになると思うので、必ずしも現場 100%に留める必要はないんじゃないか？と思っています。
- ・ 当事者が支援者をする事へのスティグマが解消されてほしいです。それと同時に、すこしそらした分野で働くことも、とてもアリだと思うので、心が疲れたら少し離れることも大切にしていけたら。人生長いし、世界も広い！
- ・ 様々な職業を見た上で支援者になることに対しては、否定しませんが、職業の選択肢がないままで支援者を目指すということには課題を感じます。

③ 自己理解・自己覚知・割り切りが必要

- ・ 良いと思うが、自己覚知ができていないと難しいと思う。職場以外に相談できる人やピアの関係が重要だと思う。
- ・ 視野狭窄にならないよう、実践と学びと研究を通じて、自己覚知をし、支援者として携わっていく、もしくは実践を重ねながらレベルアップしていける支援者であれば良いが、偏った思想や、可哀想という思い、自己の経験の反面教師のような形での社会変革を求めて支援者になるのであれば、支援者にならない方がいいと思う。あくまで支援の質、ウェルビーイングの為に働けるようでありたい。
- ・ どういう場面でどういう感情になり、それが支援対象者および自分を傷つけていないかをよく検討し様々な方法で対処することが大事。そこを乗り越えれば、人間としても職員としても懐の深い人物になれると思って頑張っています。
- ・ ある程度の割り切りがないと自分の事と重ねてきつくなると思うので、自分との折り合いがつかない人は支援者になるのは辛いのではないかなと思う。また、経験者として支援者になるのも武器になるので諸刃の剣だと思う。
- ・ 気持ちとしては半々。期待値が高い人より上手くないこともある。割り切れない人には向いてない。

・当事者が支援者側面を持つ時、1番重要なのは、当事者自身の過去、そして実親との関係性（距離感）に、本当の意味で整理がつけられているか。また、自身の過去や経験と、目の前にいる子どもや親の背景や現状をしっかりと切り離して一歩引いて客観的に捉えられるか。憧れや正義で、この世界に入ってみたものの、現実と理想はおそらく違うことの方が多いかもしれない。そんな時トラウマやフラッシュバックで、その支援を壊してしまった時、一般の人が関わるよりはるかに両者にとって被害は大きいものになる事が予想出来る。そんな悲劇を生まないためにも、整理が重要だと考える。

・反対でもあり賛成でもある。子どもと自分の経験を重ねてしまう人は向いていないと思うし、自分は自分、相手は相手と割り切れるならやってもいいと思う。ただ、同じ経験をしたからこそわかることもあるのも事実。同時に時代の流れもあるため、自分の時にこーだったから今の子どもこーだろうと憶測で判断してしまう職員は向いていない。

・生い立ちや親への思い含め、自分の中である程度整理ができている状態でないと難しいこともあるのではと思う。

・経験をもてば誰もが出来る仕事じゃないと感じのめり込まないように気を付けて欲しいなと思います。

・子どもの気持ちがわかることは大切ですが、大人との理解をし合うことは難しいと今も思います。あとは、自分の固定概念だけにとらわれず、いろんな知識を増やしていくことは変わらず大切だと思いました。

④ 傷つきやトラウマとの向き合い方・リスク

・更なる傷つきに繋がると思う。自分が大きく傷つく覚悟が必要である。

・いい経験になるし肯定的だが、子どもを「利用者」として見なきやいけなかったりアセスメントしたりする機会もあるので、「私はどう思われてたんだろう」と気になる人は気になると思うしショックを受ける人もあると思う。私は父母居らず出身施設が実家代わりだったので同業者になれて嬉しい反面、出身施設との関わり方が分からなくなった。

⑤ サポート・ピア・バーンアウト対策が必要

・働く中で、自身の経験を思い出し、辛くなることも多いです。開示も難しく、そういった時に、気軽に話せる人が少ないです。でも、当事者だから、分かることはあると思います。当事者が支援者として働くには周りの理解やサポートは不可欠であると感じます。

・自身の生い立ちに向き合う時間も多少出てくると思うので、経験の有無に限らず支援者の支援が必要になってくると思います。自分が認められる環境で頑張って欲しいです。

・本人が（選択し）納得しているのであれば良いと思う。社会的養護の領域において子どもや組織に対しても良い効果があるように思う。けど、そのためにも当事者性を有する支援者のサポートを行える体制をしっかりと整える必要がある。

・自分自身のトラウマも支えてくれる人がまわりにいるのなら有りだと思う。

・バーンアウトせずに働いて欲しいと思う、またバーンアウトしても全て嫌にならないような仕組みがあるといい。

・良いと思うが、自己覚知ができていないと難しいと思う。職場以外に相談できる人やピアの関係が重要だと思う。

⑥ 応援したい

・自分の経験を生かして頑張ってほしい。

・お互い子どものために頑張ろう。

・応援したい。

調査にもひとこと寄せてくださった方もいました。ありがとうございました！

・パンフレット楽しみです。当事者支援者の、ZINE（日常の写真と、エッセイ集。ゆるいやつ）も、素敵かもしれません。

・これからの若い子たちのために研究を生かしてもらえると大変ありがたいです。ありがとうございました。

・今後、研究に協力出来ることがあれば、参画させていただきたいです。今後ともよろしくお願い致します。

皆さんのひとつひとつの考えや声に、大変勇気づけられました！
本当にありがとうございます。



社会的養護経験を有する社会的養護職員を応援してくださる方よりメッセージをいただきました。
また、社会的養護経験をオープンにしてさまざまな支援を行っている方に、
インタビューを行いました。

畠山由佳子先生より

経験とは人それぞれユニークで個別なものである。だからこそ貴重であり、同じ経験をしていても、人によりその意味付けは違う。そしてその経験を色づける感情も、人により違う。経験は記憶の中にそこで感じた感情とともに保存されていく。記憶の中にある過去の経験は思い起こしたときに、多かれ少なかれ、その時に感じた感情を呼び覚めます。経験が持つ意味を再解釈したとしても、感情は上書きされず、生々しく溢れ出て今の自分を飲み込むときもある。

当事者性を持ちながら、自分が過去にいた立場と同じ対象に向き合うことは、自分の中に今もある「生きられた経験 (lived experience)」とどう向き合うかの挑戦でもある。経験は専門性を担保するが、経験を引き出し専門性として応用する時に、記憶にあった感情と一緒に溢れ出ることもある。その感情は自分の心に痛みをもたらしこともあるが、同時に強さをもたらし。当事者性を持ちながら社会的養護の現場で働

くことは、自らの身を守りながら、自分の中にいる「小さい頃の自分」と向き合いながら、目の前のこども達や、現場の体制や法制度に対峙することになる。自らの心を守る鎧を身にまとい、「小さい頃の自分」を今の自分を支える味方にしながら、その痛みを「専門性」という強さに変換することは大変な試練だ。だから仲間が必要なのだ。

このしゃか研のお手伝い（力になっているかは不明だけど）を依頼されたときは、本当に光栄だった。上に書いたような想いで現場に出たものの、ボロボロになってしまった人を何人か知っているからだ。「生きた経験」をもちながらその経験を武器にして、社会的養護にいるこども達に向き合い、寄り添い、時には一緒に傷つき、そして共に強くなる。そんなしゃか研にくるみんなを、私は心から尊敬している。現場で傷つき休みたい時、誰かに気持ちを共有したい時、アドバイスをもらいたい時、そんな時にしゃか研にふらっと来て、そこで話して、休んで、労わられてほしい。

あなたのやっていることはとてもとても尊く、とてもとても大変なこと。だから、ここに来て、一緒にしんどさを分け合い、うれしさを倍にしあいましょう。

PROFILE

畠山由佳子 先生

どんな風に社会全体がこどもを守り、家族を支えることができるのがテーマに、現場の実務者やこども、家族のあらゆる「生きられた経験 (lived experience)」を大切にしながら研究を続けていきたいと思っています。アイデンティティは研究者というよりもソーシャルワーカー／よりよいこども家庭福祉再構想のための活動家。関西学院大学人間福祉学部社会福祉学科でソーシャルワーカーを養成しています。



PROFILE



山本昌子さん

1993年生まれ。生後4か月から2歳まで乳児院、2歳から18歳まで児童養護施設、18歳から19歳まで自立援助ホームで生活した経験を持つ。

児童養護施設出身の成人を振袖や袴で写真撮影でお祝いするボランティア団体「ACHA プロジェクト」代表。2021年、虐待環境から逃れた子どもの心のケアの義務化・拡充を求める署名活動を実施し約4万人の署名と提言書を厚生労働省に提出した。2023年、虐待された経験者の「リアルな声」に迫ったドキュメンタリー映画「REAL VOICE」を制作、公開。2024年、取材した若者の声をさらに深く聞き、著書「親が悪い、だけじゃない 虐待経験者たちの REALVOICE」を出版。児童養護施設出身の3人で「THREEFLAGS -希望の狼煙-」というYoutube 番組も発信中。

山本昌子さんにインタビューをさせていただきました！

**Q 子ども家庭福祉に関わる仕事を
したいと思ったのは、
いつ頃からですか？**

小学校6年生の頃からです。同じような経験をした子どもの力になりたいという気持ちがありましたし、自分がお世話になった児童養護施設の職員を尊敬していたことも大きかったです。それと同時に、「児童養護施設を変えたい」という思いもありました。自分の中にあった怒りや、「これはおかしい」と感じていたことを、何かいい方向に変えたいという気持ちが強かったんだと思います。当時、施設内虐待について声を上げていた渡井さゆり（※1）さんの活動を知って、「自分の声が世の中を変えることもあるんだ」と感じたことも覚えています。

※1：渡井さゆりさんは、2000年代初め

頃設立されたNPO法人「日向ぼっこ」の代表であり、自身も児童養護施設施設で育った経験のある当事者です。社会的養護の当事者活動で活躍していました。

**Q 児童養護施設で働くことを
目指していたのでしょうか？**

そうですね。でも、途中で「すぐに働くことが本当にいいのか」と考えるようになりました。専門学校で保育の勉強をしていたときに、「当事者意識が強い」と言われたことがあったんです。私は施設職員のチームワークのよさを尊敬していましたし、自分もその中で働きたいと思っていました。ただ、育ての親から、「あなたは、自分の居場所に戻りたいだけなん

じゃない？」と言われたことがありました。その言葉は大きかったです。自分が子どもの頃にいた施設と、そこで支援する側になることは別なんだ、と考えるようになりました。自分自身のバランスを崩してしまったら、かえって子どもに悪い影響を与えるかもしれない。まずは職員という立場を理解したり、少し第三者的な視点を持ったりする必要があると思って、ボランティアとして関わっていた時期もありました。

**Q ご自身が児童養護施設で
暮らしていたことは、
周囲にどのように伝えていましたか？**

私は幼稚園の頃から、ほとんど隠したことがありません。「私は私だから」という感覚があったと思います。ただ、それができたのは周囲の大人たちのおかげでもあります。施設の先生が、必要に応じて学校や保護者に説明してくれていました。そして子どもである私たちにも、「あなたたちが悪くて、ここにいるわけじゃない」と説明してくれていたんです。そうやって自分の置かれている状況を肯定してもらえていたから、施設で暮らしていること自体で大きく傷つくことはありませんでした。施設歴も長かったので、私にとってはそれが当たり前の生活でした。施設の育ての親や

他の子どもたちを本当の家族のように思っているし、活動的にもプライベートがあまりない状況なので、オープンであることを強みにもしています。

**Q 当事者として活動する中で、
「期待されている」と感じることは
ありますか？**

「児童養護施設出身者としてできることは何だろう」ということはずっと考えていました。自分は比較的恵まれた施設で育ったと感じています。だからこそ、「自分だけが恵まれているいいんだらうか」「してもらったことを、今度は自分が返したい」という思いもありました。施設職員への研修などで自分の経験を話すのも、「自分が与えてもらった環境には意味があった」と伝えたいからです。

**Q 当事者として活動しながら
支援することについて、
難しいことはありますか？**

私が児童養護施設出身であることをオープンにして活動しているので、「この人なら分かってくれる」と思ってくれることがあります。

それ自体はうれしいですが、期待値が高すぎて、「そこまでの期待に応えられているかな、あまり期待しないでほしいな」と思うこともあります。

また、自分がなにか失敗をしたら「養護施設出身者全体のイメージダウンにつながるのではないか」と感じてしまうことがあります。本当は一人ひとり違うので、そんなことはないんですが。

Q 当事者として活動することのモチベーションはなんですか？

活動が生きがいだということがぶれたことはないです。進路を決めるときには活動できたらいいなと思っていたので、人生でやりたいことを早く見つけられて幸運だなと思います。

Q 支援の仕事をしていると、ご自身の生い立ちを意識する場面がありますか？

あります。子育て支援をしていて落ち込んだり、人とのコミュニケーションがうまくいかなかったりすると、「これは児童養護施設で育ったからなのかな」「愛着形成の問題なの

かな」と考えることがあります。でも、最近では、「これは当事者だからなのか、それとも自分自身の課題なのか」と一度考えるようにしています。何でも生い立ちのせいにしてしまうと、そこで考えることが終わってしまうからです。それも育ての親の影響が大きいです。育て親は、私が何かうまくいかなかったときに、「親のせいにする権利はある。でも、本当にそれだけが理由なのか、一度考えなさい」ということを言ってくれる人でした。何か問題や困難が起きたときに、生い立ちや親を理由にすることはできる。でも、それで終わってしまったら、前に進めない。「じゃあ自分はどうするか」を考えたいです。

あとは、子どもの頃には気づかなかったけど、支援をしていると「あれ（支援者の関わり）は支えてくれていたんだな」と気づくことがあります。逆に、「子どもの頃の自分は少し偏っていたんだな」なども気づいたりします。気づきがつらいこともあるので、安心して気持ちを吐き出せる仲間や、チームで支援することがとても大切だと思います。

Q 当事者が子ども家庭福祉の支援職を目指すことについて、どう思いますか？

応援したいです。ただ、他にも選択肢はあ

るので、使命感には縛られないでいてほしいです。それに、この仕事をするなら、自分自身の経験とも向き合わなければならないと思います。支援がうまくいかなかったとき、相手の人生にも影響するかもしれない。その重みもわかっていないといけないと思っています。私自身もとても難しいのですが。

Q 当事者が支援職を目指す際に大切なことは何でしょうか？

急がないことだと思います。「早く支援する側にならなきゃ」と思わなくていい。まず、自分自身のことと向き合って、できるだけ安定した状態で仕事に入ることが大切だと思います。当事者だからこそできることもあるけれど、当事者だからこそぶつかる壁もあります。

Q 最後に、子ども家庭福祉、社会的養護の支援者全体へ伝えたいことはありますか？

私は子どもの頃に育ての親がやめないでくれたことが嬉しかったです。もちろん、現場が大変なもの、そうは言っていられないこともあると思います。それでも、子どもにとって

「この人はまだいてくれる」ということには、大きな意味があります。自分がそうしてもらったからこそ、私も、できる限りやめない自分でありたいと思っています。それを実現するためには、支援する人も、一人で背負わなくていいように、サポートが必要です。特に、二次的な傷つきは当たり前ですし、メンタル面のケアについては、恥ずかしいことじゃなくて当たり前という感覚で、もっと手厚くなってほしいとずっと思っています。子どものためを考えるなら、その子に関わる大人が安定して働けることも、同じくらい大切だと思っています。

本ガイドブックでは、社会的養護経験を有する支援者へのアンケート調査や寄稿、研究会を通して、支援の現場で感じている思いや葛藤、実践の工夫を紹介してきました。

そこから見えてきたのは、「社会的養護経験を有する支援者とはこういう人である」という一つの姿ではありませんでした。

経験を開示する人もいれば、開示しない人もいました。経験を強みに感じる人もいれば、葛藤を抱えながら働いている人もいました。一人ひとり異なり、正解はないように思いました。

本ガイドブックで紹介した内容も、「こうあるべき」という答えではなく、自分自身や職場を振り返るための一つの視点として受け取っていただければ幸いです。

また、アンケートや寄稿を通して多くの声を寄せていただくなかで、同じような経験や問題意識をもち、それぞれの場所で悩み葛藤し、実践している方々がたくさんいることを感じられたことも、私たちにとって大きな励みとなりました。調査にご協力くださった皆様、寄稿やインタビューにご協力いただいた皆様に、心より感謝申し上げます。本ガイドブックをとおして、たくさんの方に皆様の声を読んでもいただけることを、とても嬉しく思います。

また、本ガイドブックの作成にあたり、ご助言やご協力をいただいた関係者の皆様、素敵なデザインをくださった本郷かおるさんに、心より感謝申し上げます。

最後に、本調査およびガイドブック作成は、日本財団の助成を受けて実施しました。深く感謝申し上げます。

社会的養護経験を有する社会的養護職員の実践ガイドブック
—当事者性を有する支援者へのアンケート調査をもとに—

発行年月：2026 年 8 月

発行：早稲田大学社会的養育研究所、社会的養護経験を有する社会的養護職員研究会

デザイン：本郷かおる (switch point)

