

# 《チャイルドラインデータ資料》 2024年度・第3四半期 【集計データから、子どもたちの状況を読み解く】

特定非営利活動法人チャイルドライン支援センター

▶ 今期のテーマ「希死念慮」 ◀

▶ 2024年10月～12月のアクセス内容と分析 ◀

## 《第3四半期のテーマ「希死念慮」》

今回は「希死念慮」について調べました。希死念慮（自殺念慮）は、チャイルドラインの「深刻な悩み」の中でも常に上位です。ここでは過去8年間の「電話」のデータ集計を行い、傾向をみました。先日、発表された子どもの自殺者数は、近年の増加をさらに上回り「過去最多」の527人となりました。なぜ子どもが自殺に追い込まれるのか。この課題についてのヒントをチャイルドラインのデータから探ります。データは、主に「会話成立を分母とした割合」で集計しています。

### 《希死念慮》

#### ◆「希死念慮」の年度別割合

2016年度から2024年度の12月までの希死念慮の割合をしてみると、特に2023年度と24年度で上昇傾向となりました。特にこの2年は、過去と比較しても割合に変化があります。

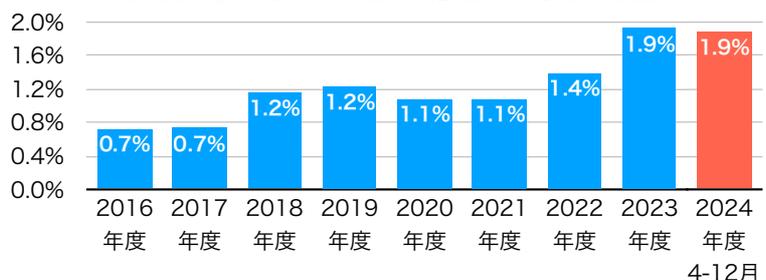
そもそもこのグラフは「会話成立全体」の割合からして2%にすぎないと

いう見方もできますが、2023年度においては「738件」、2024年度12月までにおいては

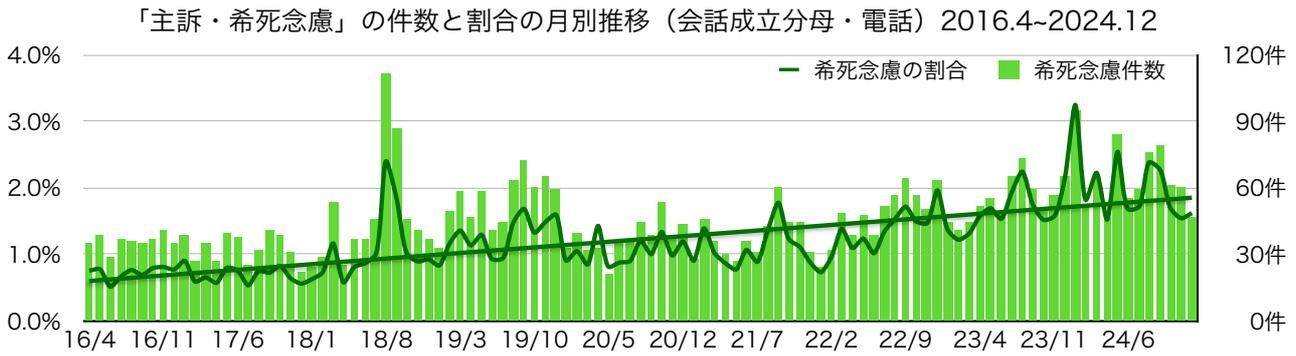
「568件」となっており、決して見過ごすことのできない数字です。冒頭でも触れましたが、子どもの自殺者は近年、増加傾向にあります。チャイルドラインで把握できるのは「自殺者数」ではなく「希死念慮を訴えている電話件数」となりますが、その傾向は、自殺者数とやや連動していることに注目したいと思います。

また、今回「チャット」の傾向も見てみました。分母数があまり多くなく、同じ子どもの複数回アクセスなどの関係もありグラフ掲載は省略しました。2018年度の希死念慮が2.4%だったのに対し、2023年は4.0%と、電話同様、増加傾向ではあるので今後の推移を気にしたいところです。

「希死念慮」の割合・年度別（会話成立分母・電話）



## ◆月別の推移（2016年4月～2024年12月）

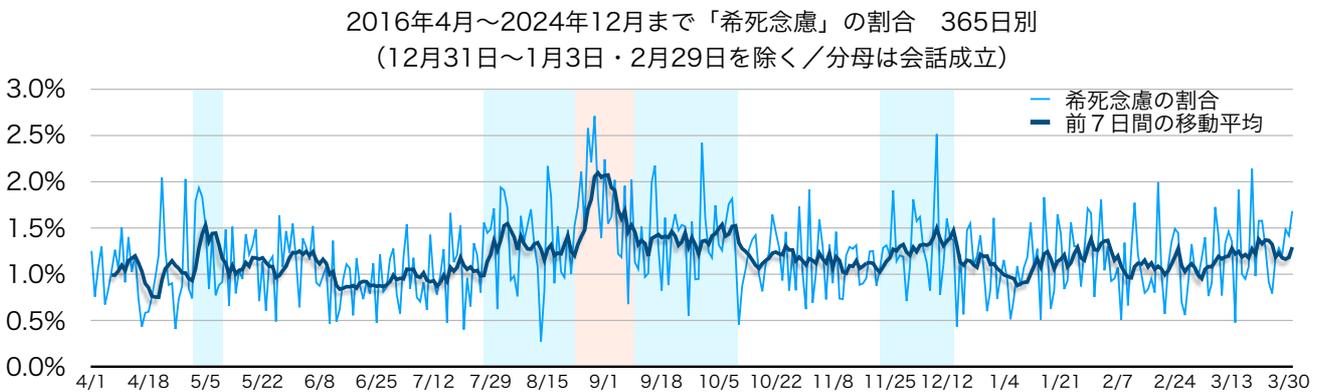


こちらは「希死念慮」を「年度別」ではなく、月別通期で推移をみました。棒グラフになっているのが月ごとの「希死念慮の件数」で、折れ線グラフが月ごとの会話成立を分母とした「希死念慮の割合」を示しています。また折れ線グラフには「傾向線（直線での傾向）」を加えています。

ところどころ上下の波があり、特に2018年8月や2019年度の夏から秋に掛けて、やや山がありますが、これは「9月1日の夏休み明けに関する自殺者数報道」の増加や、それに伴うキャンペーン等の実施によって増加した可能性があります。これらを除けば、2016年ごろは1%前後を推移していましたが、年度の集計同様、ここ数年で2%前後に上がっているのがわかります。また「コロナ禍」だった2020年度～22年度前半までは、若干ではありますが落ち着いた傾向も見られます。今後、この傾向がどう変化していくのか見守りたいと思います。

## ◆年間365日別の変化（2016年4月～2024年12月の日別累計）

「希死念慮」の電話を、1年365日別にして集計し、1日ごとの割合を見てみました。



まずグラフの解説です。薄い青色は会話成立を分母とした「日別割合」を示しています。件数と割合が一番少ない日は「2件・0.3%」（8/13）、一番多い日で「37件・2.7%」（8/29）でした。1日あたりの平均値は「13.6件・1.2%」、中央値は「13件・1.2%」となっています。

グラフをみるとわかるように、日別ごとの割合は、実施体制（回線数やトータルの開通時間などで）の影響や日や曜日による変化もがあり、ばらつきがあります。そこで変動をやや緩やかにしたのが、太い線で示した「前7日間の移動平均」（集計日から前の7日間＝1週間の合計を7で割った数字で、1日ずつらして集計）です。ここでは、集計範囲を広げることで、日毎のブレを少なくし、より傾向が見やすくなります。それらを基に、以下に3つの注目点を挙げます。

1つ目に注目したいのが、「1年中、希死念慮の電話は寄せられている」という点です。最近特に「夏休み明け前後」が注目されがちで、実際その時期に高い割合となっていますが、1年中を通して1%～1.5%前後の割合で推移しています。

上記を踏まえて、2つ目の注目は「高まる時期がある」部分です（薄ピンクの帯が目印）。特に2学期の始まる「9月1日前後」は（7日間平均）、他の時期よりも高い割合を示しています。ただ別のデータを捕捉すると、この時期の割合が顕著に高く出るのは「2018年と2021年度・22年度」に限られており、その他の年度は顕著な上昇はみられませんでした。

この背景にあるのは、自殺防止に関するキャンペーン等の広報啓発（チャイルドラインや他団体など）と、関連したメディア報道の影響や、同じ人が複数回アクセスしたことなど、チャイルドライン独自の活動に関する事で生じた影響を考慮に入れたいところです。とはいえ、そもそも自殺対策白書において「二学期のはじまり」の自殺者増加が示され話題になっていますから、大変重要な時期であることに変わりはないでしょう。

またチャイルドライン独自の活動要因による件数の増加は、別な意味を持つ場合もあります。キャンペーン等の広報に関しては、これまでつながりのなかった人へのアナウンス効果やアクセスするハードルを下げる効果も考えられ、また、新しい子どもたちとつながることができたというポジティブな要素と捉えることもできます。そして、同じ人が同じ時期に繰り返しアクセスする関係では、一度きりでなく継続的につながる・会話することで、子どもの抜け出す力（ある意味でのレジリエンス）を育む機会となっていると見ることもできます。これらの理由からも、この時期に、広報や啓発を強化することは意味のあることだと捉えたいところです。

3つ目に注目したいのが、9月1日前後以外の「上昇する時期」についてです。ある一定期間、上昇を示し、ややアクセスが増える時期があるのではないかという見立てです。（薄い青の帯が目印）

それは、①5月の大型連休、②7月の夏休み開始直後から、③2学期開始後の9月末まで、④11月末から12月上旬で、1年平均よりもやや上昇する時期がありました。この①～④の時期を通しての共通項は見られませんが、少なくとも「学校生活」に関連があるかもしれません。①の大型連休、②の夏休み、③の9月は、いずれも中長期の休みか休みの後です。また、④の秋から冬にかけては、11月等に文化祭や体育祭などの行事が一通り落ち着く時期なので、そこで「心の変化」が何かの形で現れてきているのかもしれません。いずれも仮説ですが、データが示す傾向にどんな意味があるのか、検討を重ねることが必要と思われる。

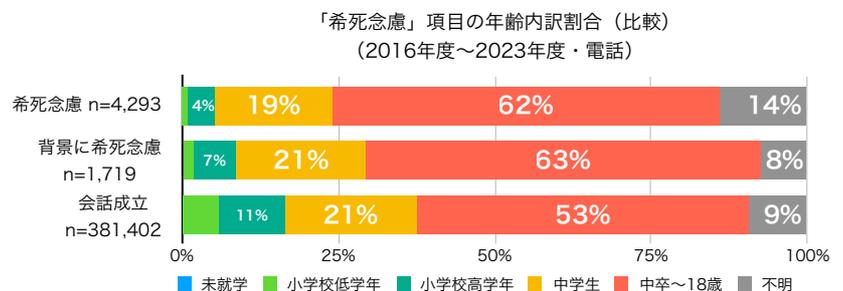
また「チャット」に関しては、日別ごとに集計すると該当件数が少なくなるため省略しましたが、年間を通じた希死念慮の主訴は「3%程度」で推移しています。

## ◆ 希死念慮の年齢割合

年齢の割合を見ました。中卒～18歳が62%と多く（小数点省略）、次に中学生19%、小学校高学年4%となっています。また主訴内容が別にあるが「背景に希死念慮」を抱いているケースも集計したところ、小学校高学年に違いが見られるものの

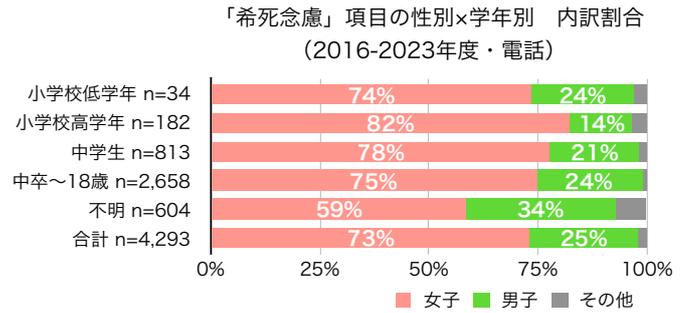
「主訴・希死念慮」の年齢割合と概ね

似た傾向にあることがわかりました。「会話成立」の全体と比較すると「主訴・希死念慮」「背景に希死念慮」ともに中卒～18歳の子どもとの割合が高くなっていることがわかります。



## ◆希死念慮の性別×年齢

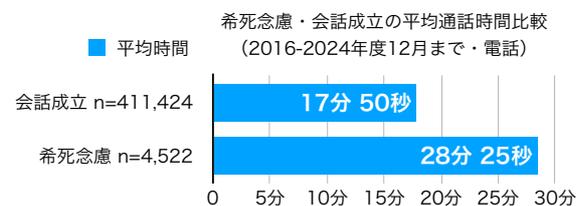
性別と年齢の相関を見てみると、小学生から18歳まで、希死念慮の訴えは女子が多くを占めています。ただ、男子の希死念慮が少ないと理解するのは注意が必要で、ここでは「チャイルドライン窓口相談でき、かつ希死念慮について話すこと」に関するハードルが、女子のほうが低い、と理解するほうが適切かと思われます。



## ◆希死念慮の平均通話時間（比較）

通話時間の希死念慮と会話成立の最新比較です。全体を示す「会話成立」が17分50秒なのに比べて、「主訴・希死念慮」は28分25秒と大幅に長くなる傾向でした。

これは、希死念慮自体が深刻な悩みであることから、時間をかけて丁寧に聴く必要があること、子ども自身が発する背景を探る時間が必要なこと、内面心理を言語化していくお手伝いをする、必要な支援やつながりの必要性の検討など、環境面をさぐることなどに時間を割く必要があるためと考えられます。

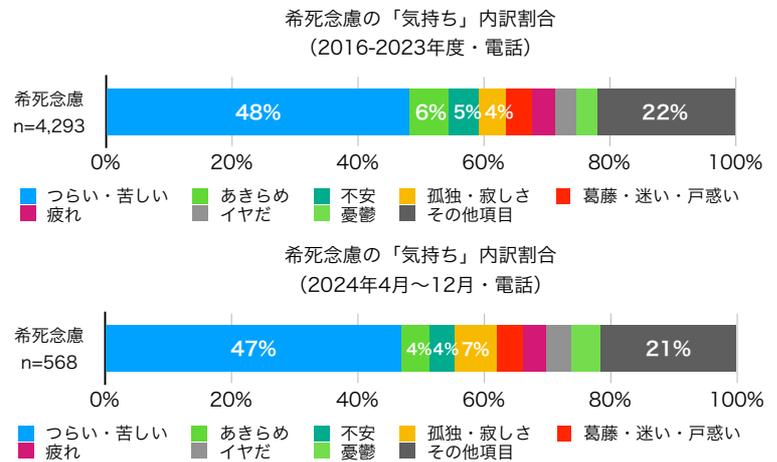


## ◆「気持ち」に関する傾向

「気持ち」項目を集計しました。

2016年度～23年度グラフと2024年グラフともに、約半数は「つらい・苦しい」となっています。また、多少の割合の違いはあるものの「あきらめ」「不安」「孤独・寂しさ」「葛藤・迷い・戸惑い」など、つらい・苦しい以外にも、さまざまな感情がうかがえます。

一方、別の角度で見るとさらに特徴が見えてきます。「会話成立の『気持ち』の各項目を分母とした希死念慮割合」のグラフ（次ページ冒頭）です。

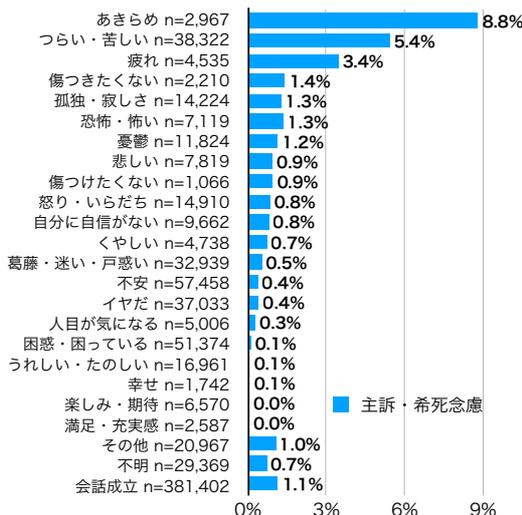


たとえば、2016～2023年度グラフの「あきらめ」の項目は会話成立では2,967件 (=n) で、そのうち「希死念慮」に該当する割合は「8.8%」となっています。続いて「つらい・苦しい」5.4%、「疲れ」3.4%、「傷つきたくない」1.4%、「孤独・寂しさ」1.3%と続きます。

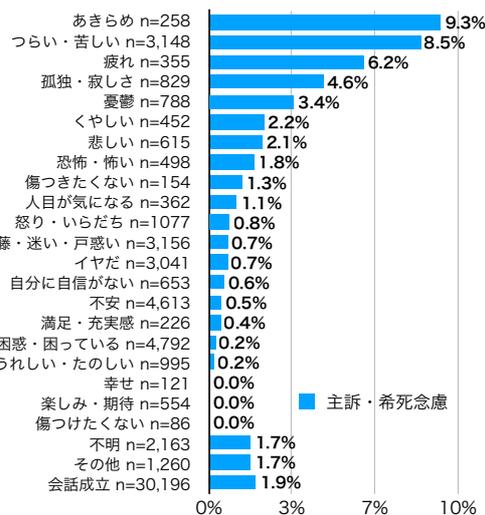
そもそも「会話成立」全体からみた希死念慮の割合は「1.1%」（グラフ一番下の「会話成立」）です。それに比べて「あきらめ」や「つらい・苦しい」「疲れ」などにおける希死念慮の割合は約3倍～8倍と開きがあるのがわかります。

また2024年の最新グラフも集計しました。2016-2023年度と違うのは、「あきらめ」は大きな開きはないものの、「つらい・苦しい」「疲れ」「孤独・寂しさ」「憂鬱」「悔しい」「悲しい」がいずれも割合に変化がある点が気になります。ただ、2024年の集計データ件数は大きくはないので参考値と見る必要があります。

会話成立の「気持ち」の各項目を分母とした希死念慮割合 (2016-2023年度)



会話成立の「気持ち」の各項目を分母とした希死念慮割合 (2024年4月~12月・電話)



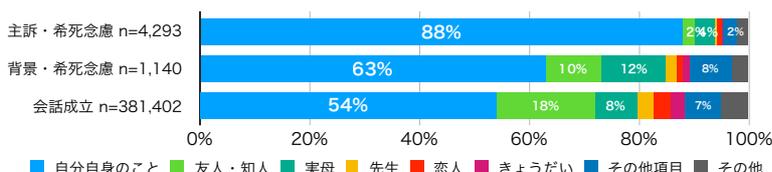
希死念慮を訴える声と、背景にある気持ちを探ることは、今後の自殺対策にも必要な課題と考えられることですので、今後も継続して分析を進めていきたいと思えます。

### ◆関係性

「関係性」項目を集計しました。「会話成立」に比べて「主訴・希死念慮」は「自分自身のこと」が88%と高い割合です。

※ 2024年度は、上記グラフと大きな変化がなかったため省略

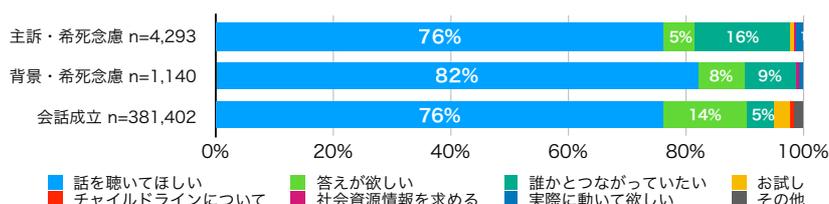
希死念慮の「関係性」内訳割合 (2016-2023年度・電話)



### ◆つながった動機

つながった動機について集計しました。「話を聴いてほしい」が会話成立同様8割近くを占めています。一方「誰かとつながっていたい」は、主訴・希死念慮と会話成立を比較すると11ポイントの開きがあり、希死念慮の特徴といえます。

希死念慮の「つながった動機」内訳割合 (2016-2023年度・電話)



### ◆まとめ

- ✓ 希死念慮割合：この8年で上昇傾向。暫定値の2024年も前年と同水準で高い。
- ✓ 月別の推移：傾向線を見ても、上昇傾向であることが示された。
- ✓ 365日別：「前7日間の移動平均」では、
  - ① 希死念慮に関する内容は、1年中寄せられていることを重く捉えたい。
  - ② 1年中寄せられる前提の上で「9月1日前後に高まる時期がある」。年別に見ると3つの年のみで顕著。背景には広報啓発の影響、同じ人の複数回アクセスの増加などが関係していると考えられるが、そもそも「自殺者数」が多いことから、総じてこの時期の発信はポイントとなっている。
  - ③ 中・長期の休みの始まりや2学期のはじまり、学校行事が落ち着いたころなどに、「上昇

する時期」がある。これらは、学校生活に関連している可能性もあり、何らかの意味がないか、注視したい。

- ✓ 年齢：「中卒～18歳」が半数以上を占めた。「会話成立」との比較では、「中卒～18歳」の割合がやや高くなっていった。
- ✓ 性別：「女性」の割合が全体としても高く、年齢クロスを見ても、小学校低学年から中卒～18歳まで総じて高くなっている。
- ✓ 平均通話時間：「会話成立」全体よりも「希死念慮」が10分半、長くなっている。希死念慮自体が深刻な悩みであることから、時間をかけたやりとりが必要で、結果的に長時間となっていると考えられる。
- ✓ 気持ち：「つらい・苦しい」が5割近く、次いで「あきらめ」「不安」「孤独・寂しさ」「葛藤・迷い・戸惑い」などが続く。2024年も似た傾向。  
気持ちの希死念慮割合について、各項目で比較すると「あきらめ」が8.8%とトップで、「つらい・くるしい」5.4%、「疲れ」3.4%、「傷つきたくない」1.4%と続いている。2024年の比較では、「つらい・苦しい」「疲れ」「孤独・寂しさ」「憂鬱」「悔しい」「悲しい」にいずれも変化があり、今後継続して注目したい。
- ✓ 関係性：希死念慮に関する内容はそもそも「自分自身のこと」を選択する流れなので、割合が高い。
- ✓ つながった動機：「話を聴いてほしい」が、会話成立全体と同じく高い。一方、「答えが欲しい」に関しては「会話成立」の割合と比較して9ポイント減り「誰かとつながってほしい」が11ポイント増えていて、違いがあった。

今回のテーマである「希死念慮」は、昨年も集計を行いましたので、1年後の継続したデータを今回、ご紹介した形です。前年度と継続して割合が高くなっており、最新の「子どもの自殺統計」を照らしても、直接の関係はわからないものの、似た傾向にあることは気にしておきたいところです。

その他のデータに関しては、昨年と比較すると概ね似たような傾向にあるようですが、「気持ち」に関する項目にはやや変化もあるので、注視していきたいところです。

また、「365日別」の集計においても、希死念慮独自のアクセス増加時期の特徴がみられます。これらを参考にしながら、今後のチャイルドライン活動や、社会の子ども支援にもつなげていく材料としたいところです。今後も集計、注視を続けたいと考えています。

## ◆子どもたちの声 ※個人が特定されないようプライバシーに配慮して再構成しています。

- ❖ 6年生のときからリスカしてる。中2のときしてるところをお母さんに見られ、何かというときすぐ「またリスカするんでしょ！」と言って私の部屋に入ってきたり、引き出しの中を勝手に開けたりする。今日はちょっと外に出るだけなのに「ト一横に行くの!？」って。ト一横なんて行かないのに。お母さんが怖い。ほんとうに死にたい。
- ❖ 死にたい。今日はぜったい死のうと思ってクスリ全部のんだ。ふわふわしてる。お金なくなっちゃったけどもう死ぬからいいの。早く死にたい。私なんかブサイクだし性格ブスだから死にたいってずっと思ってた。
- ❖ 学校でいじめられていて、毎日、死にたい気持ちになる。迷惑かけているし、友だちいないから話せない。心配させたくないからお母さんには話せない。
- ❖ 家と学校が苦手。いつも死にたいししんどいって思っている。大きい音が苦手だし人の表情もすぐく気にしてしまう。自分はゴミだし生きる価値ないと思う。リスカとかアムカレグカなどで気を紛らわしている。親には病みアピヤンデレと言われてる。

※病みアピヤンデレ⇒病みアピールしてくるヤンデレ（精神的に病んでる状態）

- ❖ 入学した高校に通えなくなって、その時にずるいとか、産まなきゃよかった、死にたいなら死んだら？と母に言われて、本音は確かに死にたいけれど、死んだところで母はわかってくれないだろうな、と思って今のところ死なずにいる。
- ❖ 面倒くさい人にならないようにするには、どうしたらいいですか？自分には未来がない。何もいいことがない。母親との関係が上手くいかない。ずっと死にたいと思っていて、遺書を書いた。遺書を見た母親が泣き崩れて、何も話がで

きなかった。今ある鎖を一旦解いて、親に嫌われて、呆れられたらいいと思った。遺書を書いたときは、死ぬしかないと思っていたので、辛かったけど今は、自分を守るために死のうと思っているので、辛くない。

- ❖ 学校に行きたくない。授業中に先生に叱られた。その後自分が先生を嫌っている、無視していると、別のクラスで先生が言いふらした。クラスのみんなから自分は悪者扱いされている。過去にこの先生からお尻を触られることもあった。先生に会うのが辛い。もう限界。死ぬことも考えている。何処にも逃げ場がない。誰にも相談できない。

# 《データ資料概要と注意点》

## 2024年10月～2024年12月のアクセス内容、データベースを集計し分析

チャイルドラインに寄せられた子どもたちの声にどのような傾向があるのか。チャイルドラインにおける“データベース”等を基に、集計しまとめました。

- ・ 期間：《2024年度・第3四半期》2024年10月～2024年12月（速報値）
- ・ データ集計日：2025年2月20日

・ 集計数（分母）：

【トラフィックデータ】（電話とネットでんわの発信件数・チャット書き込み件数の合計・今回使用データのみ掲載）

	24年 1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	合計
発信件数	31,930	30,126	26,398	28,710	29,269	32,481	34,064	32,553	37,219	32,136	31,424	25,368	371,678

【データベース】（入力件数・今回使用したデータのみ掲載）

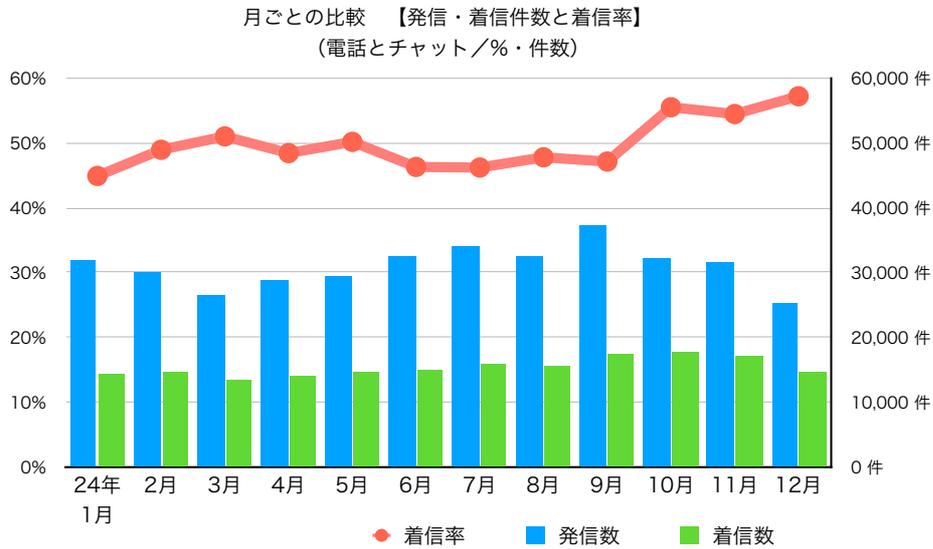
	24年 1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	合計
DB全体	13,684	13,995	13,118	13,497	14,216	14,412	15,031	14,881	16,911	16,765	16,568	13,683	176,761
会話成立	3,604	3,769	3,852	4,010	4,252	4,235	4,450	4,255	4,451	4,603	4,834	3,893	50,208

※（DB全体）は会話成立、会話不成立、無言、大人等を含んだ全体集計数 ※他資料とはデータが異なる場合がある。

- ・ 表記の定義：
  - 「%」＝上記項目の分母（集計した数）の割合
  - 「件」＝データベースに入力されたアクセス・会話件数
  - 「ポイント」＝パーセントポイント（他の%をポイントとして比較）
- ・ データの種類：【トラフィックデータ】 電話＝NTTコミュニケーションズ、  
ネットでんわ＝独自開発プログラム、チャット＝AI.BiSから取得  
【データベース】 電話・チャット＝「受け手」が感じた内容を子どもが特定できないようプライバシーに配慮し、データベースとして集積
- ・ データの性質：「速報値」である。そのためデータの誤入力や重複、未入力データがある等、今後、修正が生じる可能性がある
- ・ データの注意点：各データの小数点をまとめる際に集計上の誤差が生じるため、グラフのデータと他のグラフデータに数字の違いが生じる場合がある
- ・ 報道関係の皆様へ：この資料でのデータは速報値で、今後、集計結果が変わる可能性があります。  
データ・資料について取材、引用の際は、チャイルドライン支援センター（連絡先最終ページ）までご一報ください。

## 《トラフィックデータ／発信数・着信数》

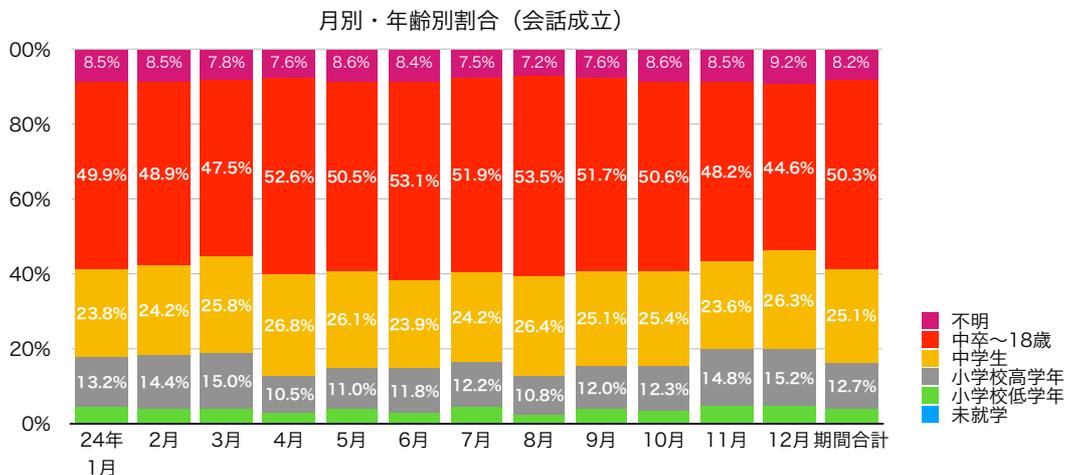
トラフィックデータの発信数・着信数（電話とチャット）の、最近の3ヶ月は、着信率が10ポイントほど上昇した。これは「電話」の着信率が上がったことによる影響。1年間の推移を見てみると、10月、11月までは大きな変化は見られないが、12月に発信数（主に電話）が減っている。12月の変化は前年同月とも比べても変化しているので（14ポイント近く上昇）、注目したい。理由は現時点では不明。



## 《データベース・年齢（会話成立）》

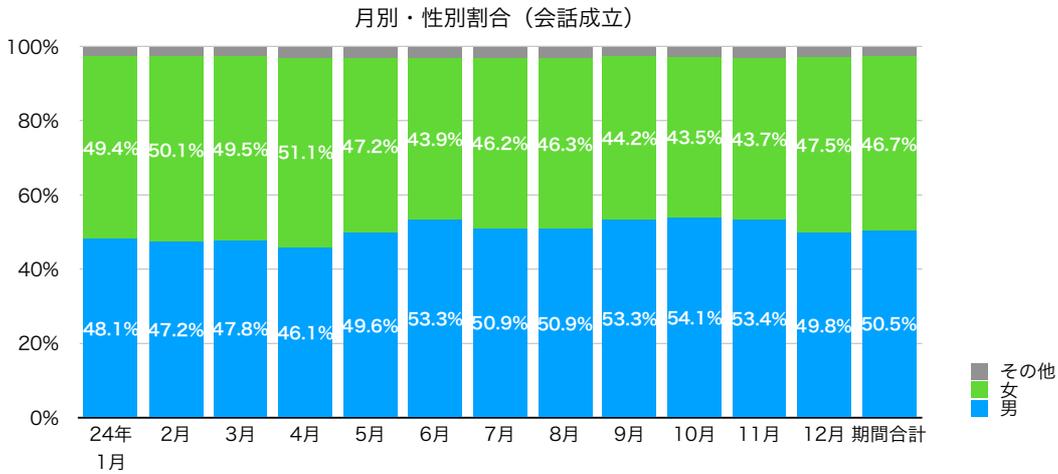
ここからはデータベースの「会話成立」（電話とチャット・以降のデータも同様）に絞ったデータを紹介する。まず「年齢」別の集計から。

1年間の月別推移の割合は、やや変化はあるものの（12月）、この3ヶ月も中卒～18歳が高かった（約5割）。



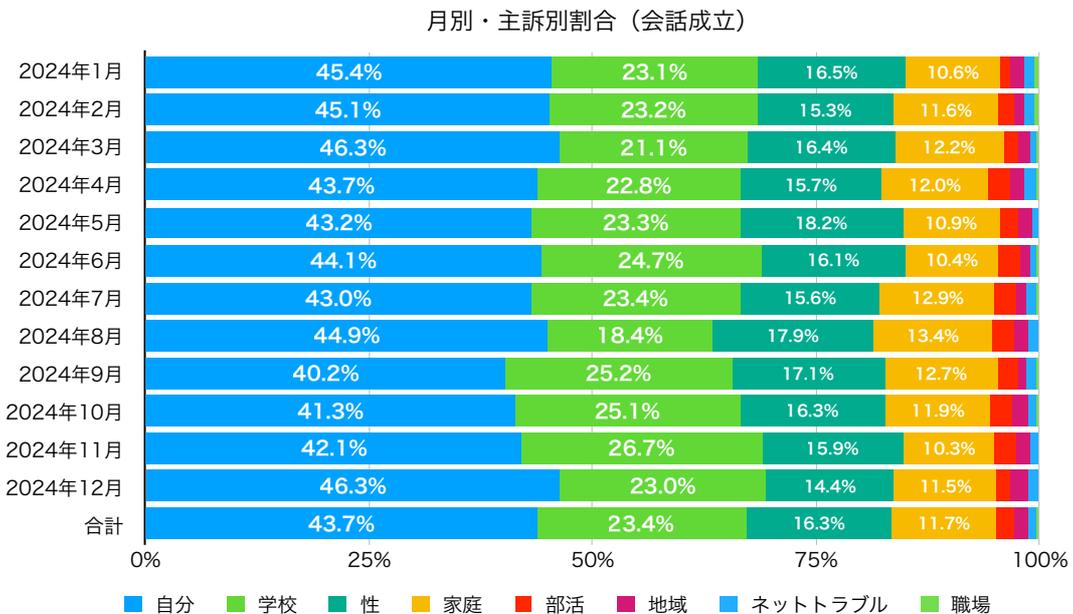
## 《データベース・性別（会話成立）》

データベースの「会話成立」の中の「性別」を1年間の月別推移で集計した。男女ともに割合に大きな変化はないが、6・9・10・11月に男性の割合が増加している。



## 《データベース・主訴【大項目】（会話成立）》

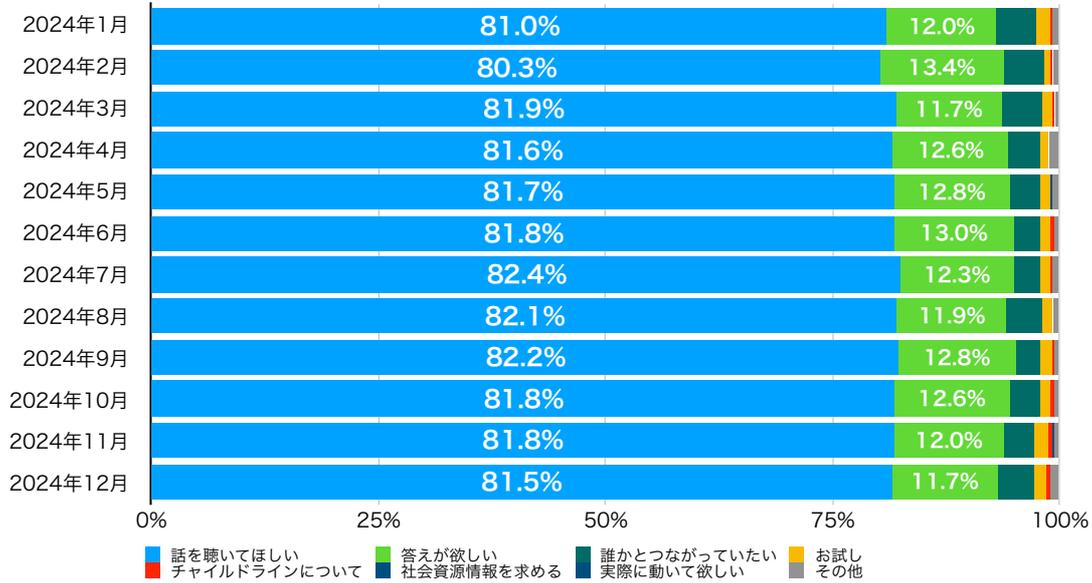
データベースの「会話成立」の中の「主訴【大項目】」を1年間の月別推移で集計した。この3ヶ月は、12月に「自分」の割合が増加するものの、概ね全体と大きな変化はなかった。



## 《データベース・動機（会話成立）》

データベースの「会話成立」の中の「動機」を1年間の月別推移で集計した。全体として「話を聞いてほしい」が大きく割合を占めている。

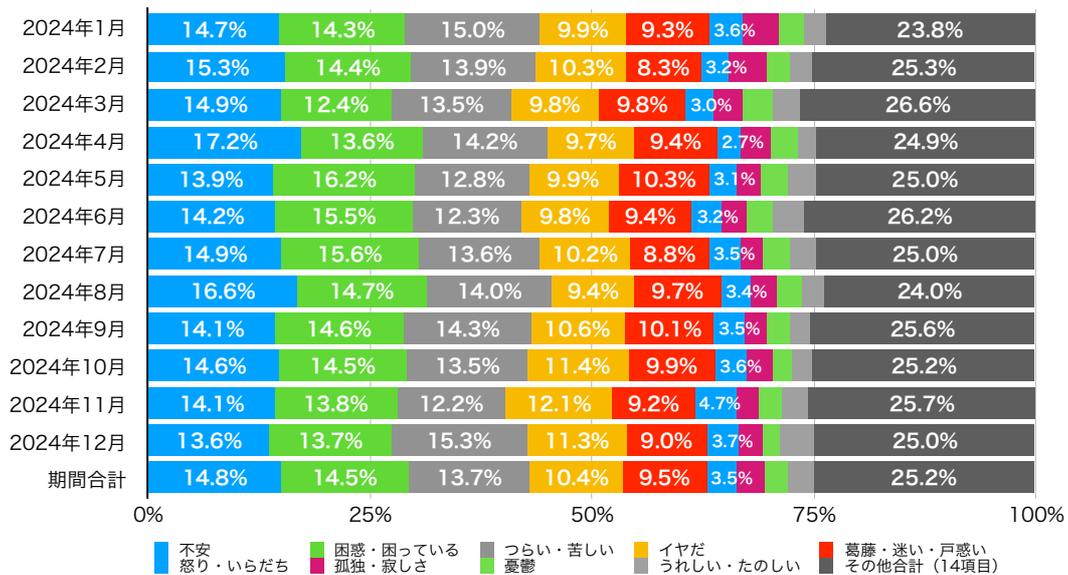
月別・動機別割合（会話成立）



## 《データベース・気持ち（会話成立）》

データベースの「会話成立」の中の「気持ち」を1年間の月別推移で集計した。最近の3ヶ月に多少の変化が見られるが、大きな変化はなかった。

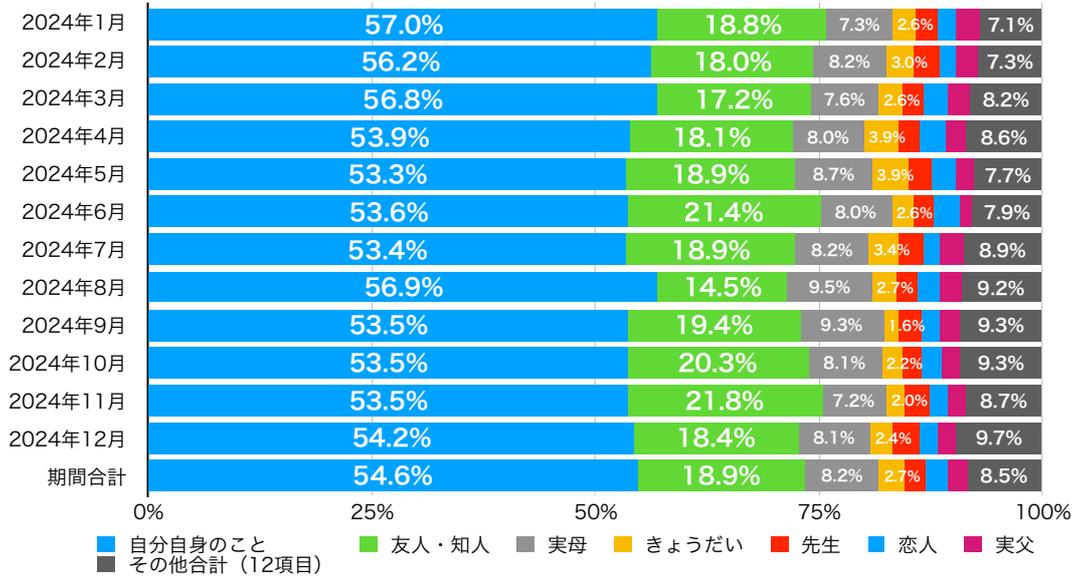
月別・気持ち別割合（会話成立）



## 《データベース・関係性（会話成立）》

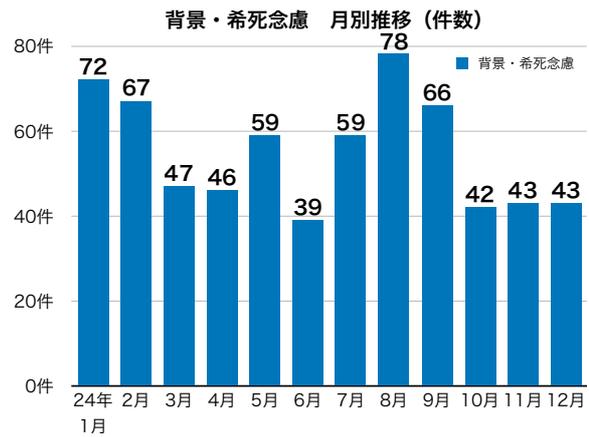
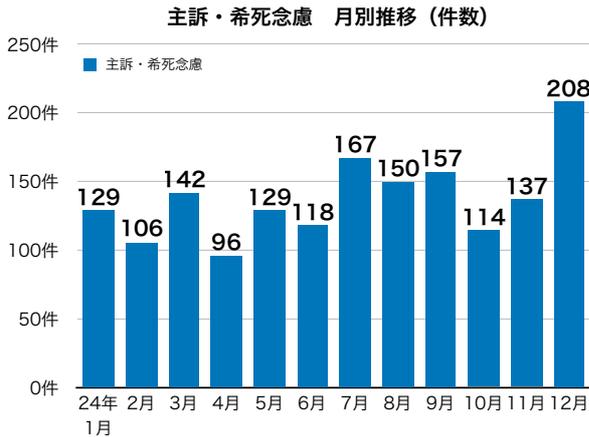
データベースの「会話成立」の中の「関係性」を1年間の月別推移で集計した。全体として「自分自身のこと」の割合が多い。月別では、10・11月に「友人・知人」が若干増えたが、大きな変化はなかった。

月別・関係性別割合（会話成立）



## 《データベース・「希死念慮」(会話成立)》

データベースの「会話成立」のうち、「主訴・希死念慮」と「背景・希死念慮」の件数をそれぞれ1年間の月別推移で集計した。集計数が少ないので参考値ではあるが、主訴・希死念慮は1年間の推移ではやや件数が増加しているように思われる。また12月については208件と大幅に増えているが、これはチャットにおいて複数回アクセスしていると思われるケースが考えられるので、推移を見る必要がある。

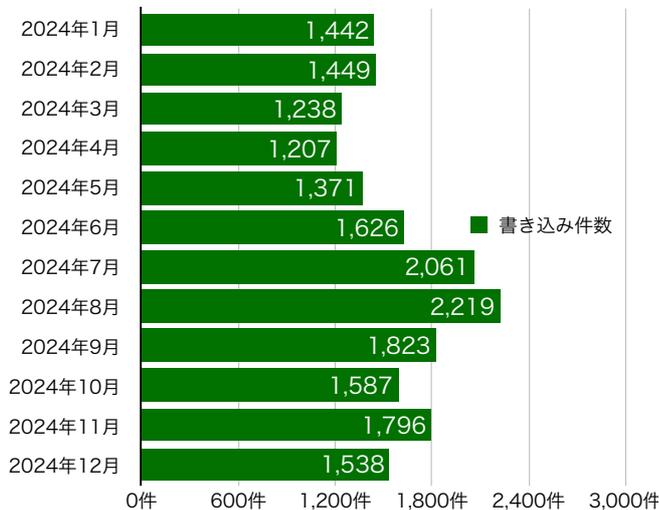


\*こちらで紹介していた事例は、今回のテーマである希死念慮の欄に合わせる形で記載いたしました。

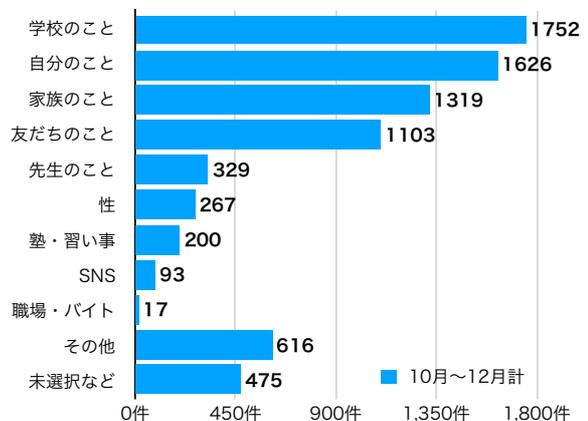
## 《「つぶやく」に寄せられた声の傾向》

こちらは、ウェブページ上の「つぶやく」に寄せられた声を集計した（属性などは自己申告・記入）。件数は、7～9月に増加していたが、10月～12月については落ち着いてきている。つぶやいた内容のジャンルは、順に「学校のこと」「自分のこと」「家族のこと」「友だちのこと」などとなっている。

【つぶやく】書き込み件数・年月推移  
(2024年1月から2024年12月)



【つぶやく】テーマ別・複数選択 件数  
(2024年7月から9月)



<つぶやかれた内容> (投稿者が「公開してもよい」を選択)

- ❖ 学校では体操服で登校してるけど、それで精神的に安心できてる訳じゃない、制服着てる時よりはマシだけど…、堂々と学ラン着て学校生活送ってたかった。何も楽しくない、自分は男でいたいのに男として友達になってほしいけどそんなこと言うと憧れちゃった系とか、ちゃんと本気で受け止めてくれない人が多いから言えない、別にこのことを恥ずかしいことかと思ってないけど、やっぱり周りからの反応が怖い
- ❖ 終業式始業式、一年の終わりと始まり。めっちゃ行きたくない。終業式は、学校に行きたくないだけ。すっごい嫌だ。友達に会いたくないし人にも会いたくない。ほんとに嫌だ。最後ぐらい行こうって思うけど行きたくない。始業式はもっと行きたくない。クラス替えがあって、またどうせ学校行かないのに。わざわざ会うことなんてない。中学卒業したら、通信制の高校行くんだもん。無理に人に会うことなく自分のタイミングで生活して自分で勉強するんだもん。行きたくない。行きたくない。行きたくない。はあああああ好きなことだけをして生きていきたい。苦痛な人間と対面したくない。
- ❖ なんで親の命令は絶対100%聞かなきゃいけない？ 意味が分からない。もしそれが犯罪行為だとしても従えて頭おかしいじゃん。多少の暴力でもしつければ許容されるなんていつの時代？ 今はれっきとした法律違反。なぜ生きてるのかわからない。自分にとって大切な人を悲しませたくないから今は生きてる。はっきり言って死にたいけど、まだ死ねない理由がある。成人したら、幸せな人生を…大切な人と歩めるように。
- ❖ 早く学校辞めたい／部活しんどい／今週は休み一個もないし／来週も一個もない／再来週は試合前／何が楽しいんやろ／こんな最悪な部活入らんかったらよかった
- ❖ 周りに私の全てを否定されているような感じがする。私にはなんの取り柄もないし、生きがいも無くなってしまった。ほんとに何も出来ない人間なんだなあと自分でめっちゃ思ってる(笑)／昔は毎日毎日大好きな絵をたくさん描いてたけど、誰にも褒めてもらえないし 絵の習い事したいと言ったら、そんな事する暇あったら勉強しろって めっちゃ怒られたし。才能も無いので絵を描くのは辞めた(笑) (?\*?'?w?'\*?) 中学生にもなって何してんだろ 。部活にも入らないで毎日スマホばっか。通知表もオール2だしよお… やっぱ生きたくねえわ
- ❖ もう直ぐ夏でリスカを誰にも言えていない。バレたらどうしよう…
- ❖ みんなのつぶやきを見て私よりとてとても苦しんでいる子がいるんだと思った。なぜいじめられなきゃいけないんだろうなぜ差別されなきゃいけないの？ なぜ…みんながみんな優しくいけば差別やいじめはなくなるんじゃないか？ 辛い思いをしている人に心から頑張ると伝えたい。
- ❖ なんでセーラー服着なきゃいけないの？ なんで遠足の班とかで男子の班に入ったらいけないの？ 俺だって好きで女子になったんじゃないよ ふざけんな 体は女子でも、俺は男だよ 男として生きたいよ
- ❖ 両親はお金をくれないくせに、朝昼夜のご飯を作ってくれない／祖母から月10000円を貰うけど、朝昼夜の食費には全然足りない。食費以外にも趣味、遊び、衣服、日用品、文房具とかにもお小遣いから出さないといけない。原則バイト禁止の高校だし、お金足りないご飯も満足に食べれない。だけど兎相にも相談出来ない 親に怒られるのはわかってる家が貧乏でしんどい 早く働いて毎日3食お腹いっぱい食べたい。

#### 【つぶやき～希死念慮に関するもの】

- ❖ 別に私が死んでも誰も悲しまない 心からこんな私を必要としてくれる人はいない 私が心に雨が降っていても傘をさして 寄り添ってくれる 人がいるかも知れないけど私の周りにはいない 私は自分でポロポロな傘をさすしかない。私の心はもやもやで真っ黒それでも私は人に傘をさし続けた。私がいると家族は笑い声なし。私が居ないと素敵な笑い声がたっくさん。私は死のうと思う。
- ❖ 死にたいんじゃないじゃなくて消えたい。ずっとネットの世界に居たい。救われたい。
- ❖ なんでなんだろう、すぐ死にたくなる死ぬことばかり考えてしまう。みんなから自ら離れてしまう。離れても何もいいことないのに、みんなは気遣ってくれる、それはとても幸せなことなのにその人たちからも距離をとってしまう、自分なんか生きてるから…みんなに謝りたい、存在して生きててごめんなさい、早くいなくならなくてはいけない
- ❖ 理由もなく死にたいなくなっちゃってどうしようもなく消えなくなってしまう…リスカやODがやめれなくてやめないといけないうのにやめれない。夜の暗い時間は、どうしようもなく不安になって寝れなくても、夜の方が過ごしやすく感情がぐちゃぐちゃになってしまう。

**【この資料に関する問い合わせ】**

制作・著作：特定非営利活動法人チャイルドライン支援センター  
〒162-0808 東京都新宿区天神町14 神楽坂藤井ビル5F  
メール：info@childline.or.jp 電話：03-5946-8500  
ウェブサイト：<https://childline.or.jp/>