

# 《チャイルドラインデータ資料》 2025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

- ▶ 1・今期のテーマ「希死念慮」 ◀
- ▶ 2・2025年10月～12月のアクセス内容と分析 ◀

## 《1・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。

希死念慮に関しては、概ね、年に1回は、こちらの資料にて集計、分析を行ってきました。今回も、前回までの集計分析を踏襲しつつ、変化や傾向の有無を確認していく形です。

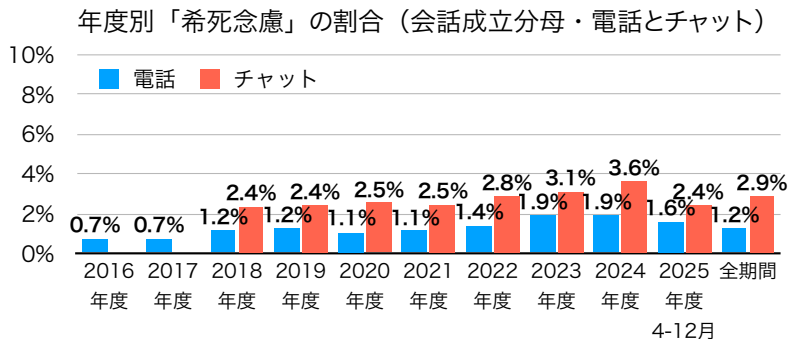
ここでは、基本的に2016年度～2024年度までの過去9年間の傾向をみています。

### ◆「希死念慮」の年度別件数と割合

2016年度から2024年度と、2025年度は12月までの速報集計です。今回は、チャットの集計を加えました。電話は2023・24年度にやや増加し、オンラインチャット（以下・チャット）も2023・24年度にやや増加している傾向でした。2025年度は途中ですので参考値ですが、電話とチャットそれぞれ前年度よりは低くなっています。また全体的に電話よりもチャットの割合が高いことがわかります。

チャットのみを見ると、2024年に割合・件数共に増加しているようにみえます。これは、特定の繰り返しアクセスしてきた件数を除いた補正值です。全体件数は多くないので、やや参考値です。

「チャットにおける希死念慮」の詳細については、次回以降にご紹介予定です。

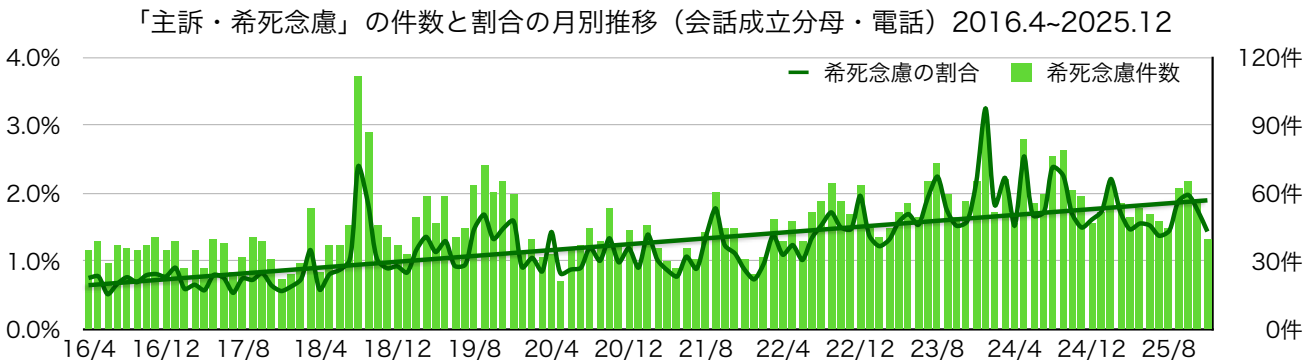


年度別「希死念慮」の着信件数（年度・電話とチャット）

年度と種別	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025 ～12月	期間 合計
電話	425	401	608	615	454	453	599	738	736	469	5,498
チャット	-	-	51	71	114	133	220	299	417	214	1,519

※電話は、2023年度から「ネット電話」の件数も含まれる ※チャットは、常設化した2018年度から集計  
※2023年度～2025年度については特定の繰り返し相談が急増したため、実態に近い相談者数ベースにデータを補正しています。

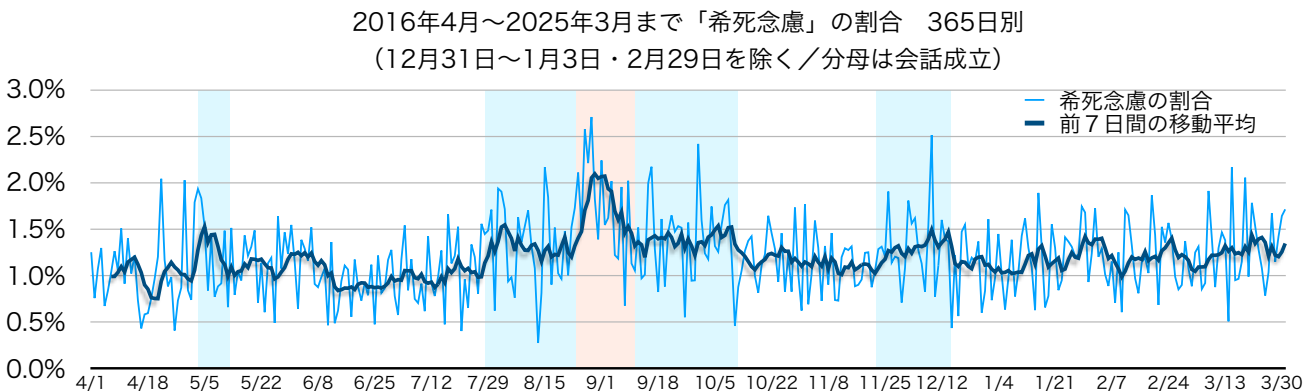
## ◆月別の推移（ここから電話のみ）



「希死念慮」を「年度別」ではなく、月別にして通期の推移をみました。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（直線傾向）」を加えています。

所々に上下の波があります。特に2018年8月や2019年度の夏から秋に掛けての山は「9月1日の夏休み明けに関する自殺者数報道」や、それに伴うキャンペーン等の実施の増加が影響している可能性があります。これらを除けば、2016年ごろは1%前後で推移しています。また、2022年4月頃から2024年4月ごろにかけて増加傾向で、その後はおおむね「横ばい」となっています。前回ご紹介した2024年12月までのグラフからさらに1年の推移をみると、ここ3年割合がやや高いままであることには注目したいところです。全期間を通しては「傾向線」をみるとわかるように、割合は上昇しています。

## ◆年間365日別の変化（2016年4月～2025年3月の日別集計）



まずグラフの解説です。電話の薄い水色の折れ線は、会話成立を分母とした「日別割合」（条件付き割合）を示しています。割合が一番低い日で「0.3%」（2件）、一番高い日で「2.7%」（37件）でした（ちなみに、2.7%=8月29日）。ただ、件数では一桁の日が少ないため、日や曜日によって変化が大きくばらつきがあります。そこで変動をやや緩やかにして示したのが、濃い色の折れ線で示した「前7日間の移動平均」（集計日から前の7日間の合計を7で割った数字で、1日ずつずらして集計）です。ここでは、集計範囲を広げることでより傾向が見やすくなります。

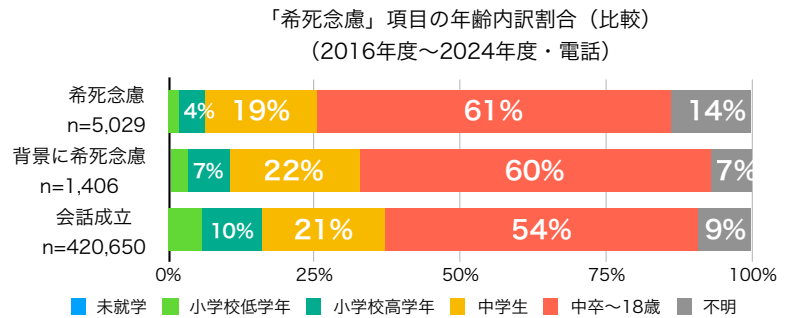
それらを基に、これまで過去2回、3つの注目点を挙げてきました。ひとつ目は「一年中、希死念慮の声は寄せられている」こと、二つ目は「長期休み明け、特に9月1日前後の上昇」、3つ目は「長期休み明け以外にも、いくつか高まる時期がある」です。

今回、2024年度分のデータを更新しても、それらの3つの特徴は大きく変わっておらず「学校生活上の変化」との関係が色濃く出ていると考えられます。希死念慮に至る背景は様々であることはすでにわかっていますが、直接的な反応やきっかけについては「学校生活」と関連していることが示唆されます。

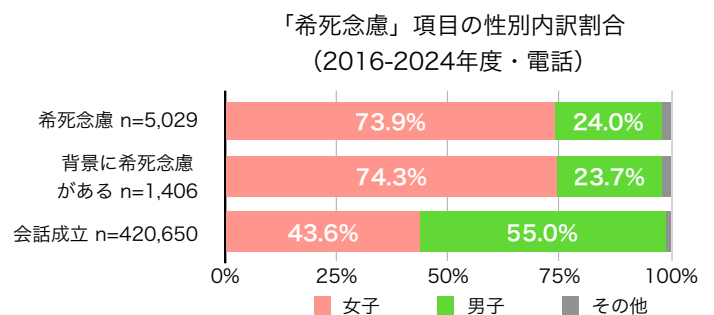
## ◆基本的な情報

属性などの基本的な情報についてまとめました。（電話のみ）

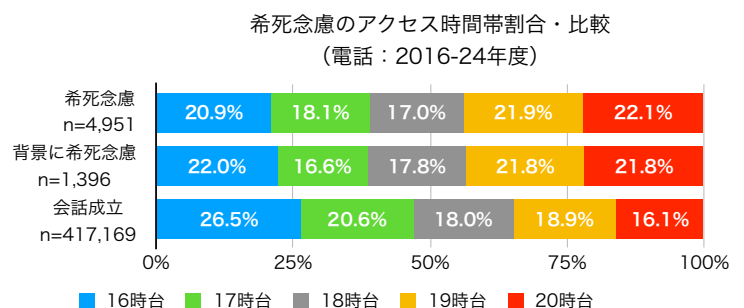
- 年齢** 年齢割合です。会話成立と比べて「希死念慮」の方が「中卒～18歳（≒高校年齢）」の割合が高くなっています。また「背景に希死念慮」についても会話成立の割合よりは「希死念慮」の割合の方に近いことがわかります。



- 性別** 性別割合です。会話成立と比べて「希死念慮」「背景に希死念慮」ともに女性割合が高い状況でした。これは前回の集計でも同じ傾向です。これは、厚生労働省の「自殺対策白書」に紹介されているNPOなどが運営するいくつかの相談窓口でも共通した傾向で、主にSNSを経由した相談に多いのですが、チャイルドラインにおいても、チャット全般も希死念慮も女性の割合が高く、またここで示している「電話」においても共通した傾向にあるということになります。

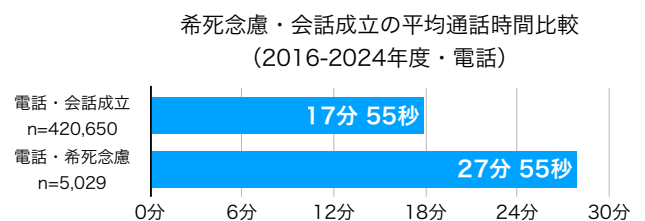


- 時間帯** アクセス時間の割合です。会話成立と比べて「希死念慮／背景に希死念慮」両方が、やや19時・20時台にアクセスする傾向にあります。会話成立の全体で見れば、低学年の子どもたちが早い時間帯にアクセスする傾向にあり、遅い時間帯ほど年齢が上がる傾向があるので、希死念慮もそれが関係している可能性があります。



※16時台～21時台以外の時間帯もキャンペーン等で実施していますが、ここでは基本的な開設時間だけに絞って集計。

- 平均通話時間** 平均の通話時間です。こちらも、前回のデータとほぼ変わらない傾向で、「希死念慮」ほど大幅に長くなる傾向にあります。深い悩みであることで、心境を言葉にするための時間や、背景の状況を聴くこと、経過や経験を聴くなど、多角的な部分で声を聴く・さぐるなどに時間を割く必要・割くことに結果的になった、などがあるためと考えられます。

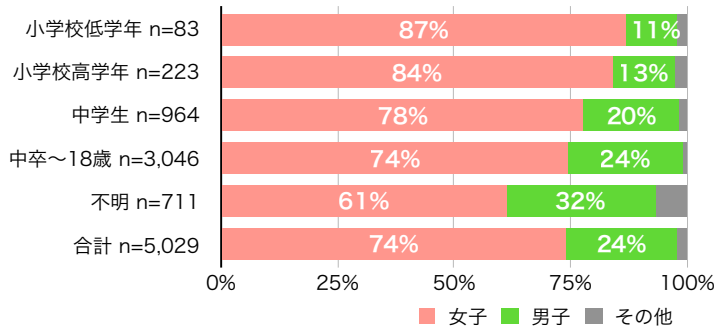


## ◆性別×年齢の比較

性別と年齢の関係です。

低学年ほど、女子の割合が高く、高学年ほど女子の割合は減り、男子の割合が増加するという傾向にありました。理由を探るには別な角度からの分析が必要になってきますので、この点は次回以降の分析で検討したいと思います。

「希死念慮」項目の性別×学年別 内訳割合 (2016-2024年度・電話)

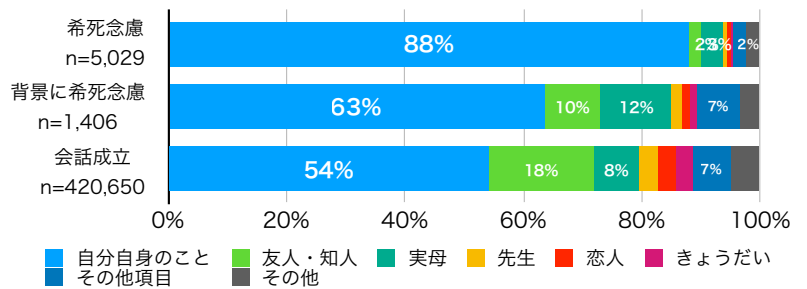


## ◆関係性の比較

関係性の割合です。「希死念慮」は、圧倒的に自分自身の割合が高い傾向にあります。「背景に希死念慮」についてはやや会話成立と似たような割合になっていました。「背景に希死念慮」については別に主訴があり、その背景に「希死念慮も背景にあるのでは」という場合の記録しており、結果「友人・知人」や「実母」などの項目が含まれる形です。

「希死念慮」が「自分自身のこと」の割合が高いのは「死にたい」という気持ちが前面に出てくることが多く、まずその子ども自身の気持ちを受け止めることを大事にしているというスタンスで耳を傾けているから、ということが言えるかと思います。

希死念慮の「関係性」内訳割合 (2016-2024年度・電話)



## ◆気持ち

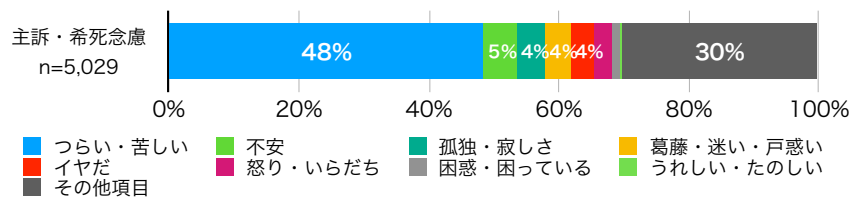
「気持ち」項目です。

「希死念慮」に関しては「つらい・苦しい」が一番多く半分を占め、続いて「不安」「孤独・寂しさ」「葛藤・迷い・戸惑い」「イヤだ」の順となっています。また2025年度については「つらい・苦しい」が半分ですが、「あきらめ」「イヤだ」「不安」が続ぎ、違う傾向となっていました。

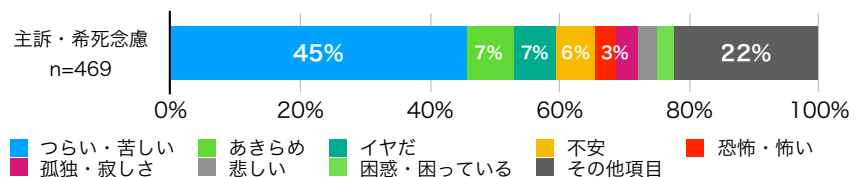
一方、集計方式を変えて、「会話成立の『気持ち』の各項目

の数を分母とした希死念慮割合」を示しました（次ページ）。2016～2024年度のグラフにおいては、「あきらめ」が高く8.9%、ついで「つらい・苦しい」5.7%、「疲れ」3.7%と続きます。また、2025年度の12月までの暫定でも集計してみますと概ね似た傾向ではあるものの「あきらめ」が少しポイントが高くなり10.9%であることがわかりました。年間通しての結果を見てみなくてはわかりませんが、集計をおこなっている印象では、近年「つらい・苦しい」よりも「あきらめ」の増加が目立ってきている傾向にありそうです。これが何を意味するのかの議論も必要です。

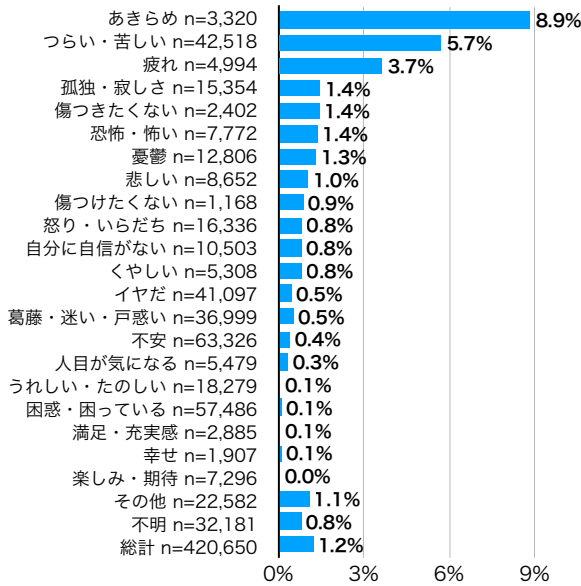
希死念慮の「気持ち」内訳割合 (2016-2024年度・電話)



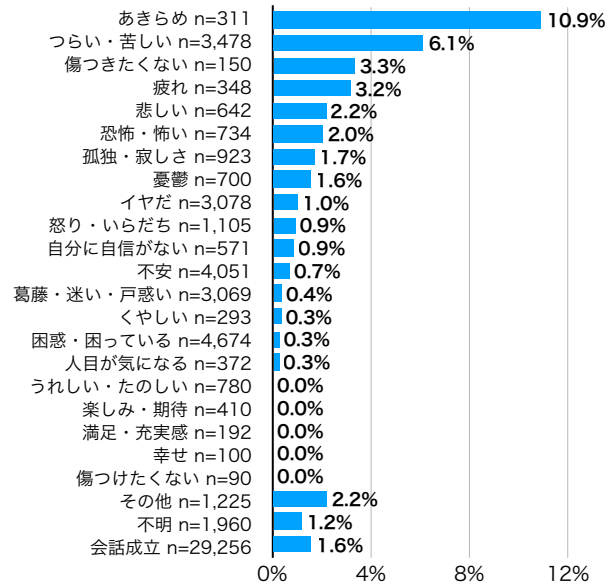
希死念慮の「気持ち」内訳割合 (2025年4月～12月・電話)



会話成立の「気持ち」の各項目を分母とした希死念慮割合  
(条件付き割合・  
2016-2024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  
(条件付き割合・  
2025年4月～12月)

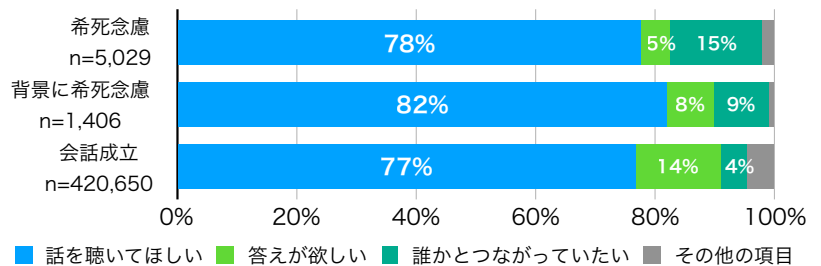


### ◆つながった動機

つながった動機です。

「話を聴いてほしい」が80%前後を占め、会話成立全体と同様ですが、「誰かとつながってほしい」は、会話成立が4%に対して、「希死念慮」割合は15%と11ポイントの開きがあります。逆に「答えがほしい」は「希死念慮」は低くなっています。なぜ「話を聴いてほしくて・つながってほしい」のか。この背景を深掘りする必要があるようです。

希死念慮の「つながった動機」内訳割合  
(2016-2024年度・電話)



### ◆まとめ

- ✓ **件数・推移**：電話・チャット共に2023～24年度にかけて増加傾向にあり、全期間を通した傾向線も上昇している。特にチャットは電話よりも希死念慮の割合が高く、2025年度も続いている。
- ✓ **月別・365日別**：希死念慮の声は年間通じて寄せられるが、夏休み明け（8月29日に最大2.7%）など、学校生活の大きな変化の時期に上昇する。長期休み明けの報道やキャンペーンの影響も受けやすく、学校環境との関連が色濃い。
- ✓ **年齢**：「中卒～18歳」の割合が、一般相談と比較して高い。希死念慮が背景にある相談についても同様の傾向があり、この年代における心理的負荷の大きさが示唆される。
- ✓ **性別（年齢との関係も）**：全体として女性の割合が高いが、これはSNS相談等の全体的な傾向と一致する。一方で、低学年時は女子の割合が高いものの、年齢が上がるにつれて男子の割合が増加していく特有の変化が見られる。
- ✓ **時間帯**：19時～20時台のアクセスがやや多く、高学年層の活動時間と関連している。
- ✓ **平均通話時間**：通話時間は一般相談より大幅に長い。深い悩みを言葉にし、背景を丁寧に探るための傾聴の重要性が反映されている。

- ✓ **関係性**：主訴が希死念慮の場合、対象は圧倒的に「自分自身」である。「死にたい」という切実な個人の訴えや状態をまず受け止め、耳を傾けるスタンスが関係している。
- ✓ **気持ち**：「つらい・苦しい」が約半数を占めるが、注目すべきは「あきらめ」の増加である。2025年度速報では10.9%に達しており、従来の苦痛を超えた気持ちを抱える子どもが増えている可能性に注視が必要である。
- ✓ **つながった動機**：「話を聴いてほしい」が8割と最多だが、「誰かとつながってほしい」の割合が一般相談（4%）に比べ15%と高い。解決策や答えよりも、孤独を埋めるための「つながり」を求めている傾向がある。

今回の分析から、希死念慮は、期間を通して考えると長期的にやや上昇傾向にある課題であることが再確認できます。特に「あきらめ」という感情の増加や、特定の時期（休み明け）の突出した反応は、子どもたちが置かれている社会的・教育的環境の厳しさを物語っています。「つながってほしい」という切実な動機に応え、変化する子どもたちの心境（特にあきらめへの移行）をどう捉えていくか、今後も継続的な深掘りと議論が求められていると思われます。

#### ◆希死念慮を中心とした子どもたちの声 ※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。

- ❖ ずっとしんどい、話すのもしんどい。
- ❖ 生まれつき障がいがあり、学校でもいじめられている。死にたい。
- ❖ 自殺未遂が5回。今度こそ成功したい。なぜなら何もかもイヤだから。親には知られたくない。
- ❖ 信じていた人に裏切られて死にたい。こんなこと言ってごめんなさい。
- ❖ 大学受験に失敗して、不安感が強くなってしまった。母親との関係も悪くなって孤独。情緒不安定になり病院に行った。ただ話を聞いて欲しくて電話した。
- ❖ 疲れた。色々疲れた。勉強や友人関係に。朝と夜、よく死にたいって思いがよぎる。昼間は学校でまぎらわすことはできるけど夜は寝られない。ずっと寝ていたい。でも休むと課題が溜まるから休めない。
- ❖ 死にたい。精神科に通院しているが、次の受診まで待てない。入院したいけどできるのかな。入院すると親に迷惑かかっちゃうかな。
- ❖ 精神病で家にいる。薬もたくさん飲みながら治療している。母は以前より理解してくれて信じてくれるのが嬉しいけど、母に迷惑かけていることは悲しい。ここでは初めて楽しく話げできた。よかった。
- ❖ 死にたいの。
- ❖ 最近、あんまり生きていたくないなと思う。自殺も試みてみた。救急車を呼ばれたりした。
- ❖ 難しい。学校に行くのが。生きるのが難しい。
- ❖ パニック障害で息が苦しい。親は兄弟を気にかけて自分の存在は恥ずかしいと思っている。頑張れというけどもうがんばれない。もう死ぬしかないと思ったけど、聞いてもらえてちょっと落ち着いた。
- ❖ 中学のころから希死念慮がある。自己肯定感がない。自分をコントロールするのに努力がいるのだけど、コントロールする自信がない。
- ❖ 学校・家どちらにも居場所がない。いじめと親からの暴力があって、親から「産まなきゃよかった」と言われる。つらい。
- ❖ 学校に行くと先輩からイヤなことを言われるので、今はあまり学校に行っていない。自分なんか死んだ方がいいと思う。
- ❖ 死んでしまいたいと思っていた。不安な気持ちがつよい。でも勇気をだして電話できてよかった。
- ❖ 自殺はどれも苦しそうで実行できないが、イヤなことばかりで、この先いいこともなさそう。だから死にたい。
- ❖ 希死念慮と将来のやりたいことへの希望がいつも共存していて、疲れる。
- ❖ 夕方になると死にたくなる。動画見たりして気を紛らわせるけど、ひどい時はなにも楽しくなくてぼーっとしてる。

## 《2・2025年10月～12月のアクセス内容と分析》

### 2025年10月～2025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：《2025年度・第3四半期》2025年10月～2025年12月（速報値）
- ・ データ集計日：2026年3月20日

- ・ 集計数（分母）：

【トラフィックデータ】（発信件数・今回使用したデー

	25年	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	22,857	19,209	24,087	27,339	30,577	28,455	29,960	28,678	30,005	29,126	34,945	29,319	334,557

【データベース】（件数・今回使用したデー

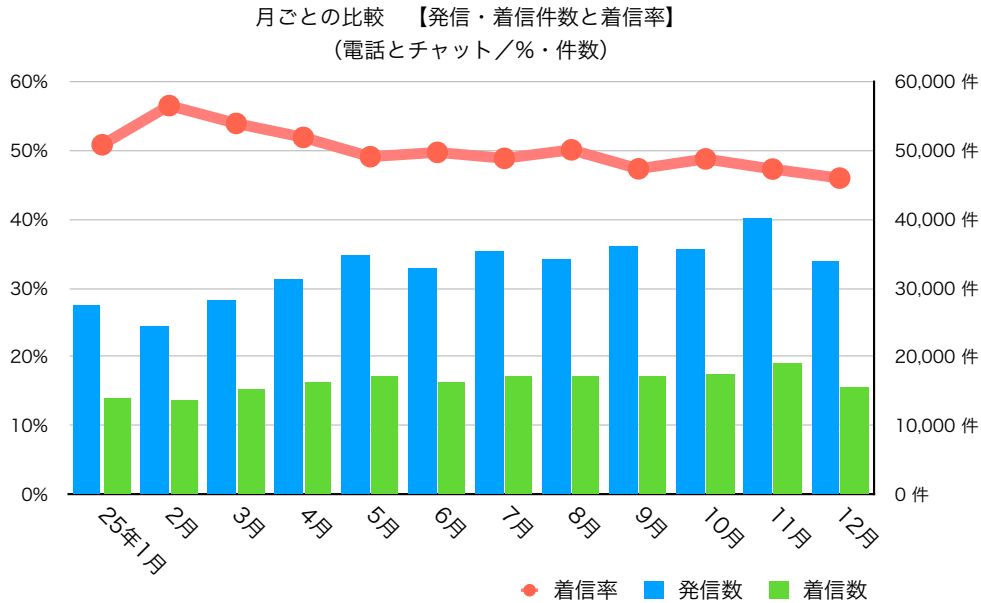
	25年	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	合計
DB	13,360	12,953	14,244	15,473	15,968	15,491	16,075	15,671	15,899	15,544	17,071	14,594	182,343
会 録	3,898	3,823	4,125	4,314	4,337	4,343	4,525	4,234	4,323	4,333	4,059	3,731	50,045

※（全体）は会話成立、会話不成立、無言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】 「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。

## 《トラヒックデータ／発信数・着信数》

トラヒ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、発信数が5月～やや多い水準が続いているのが継続中。1年間推移では、着信率は発信数が多い影響か下がり傾向継続中。

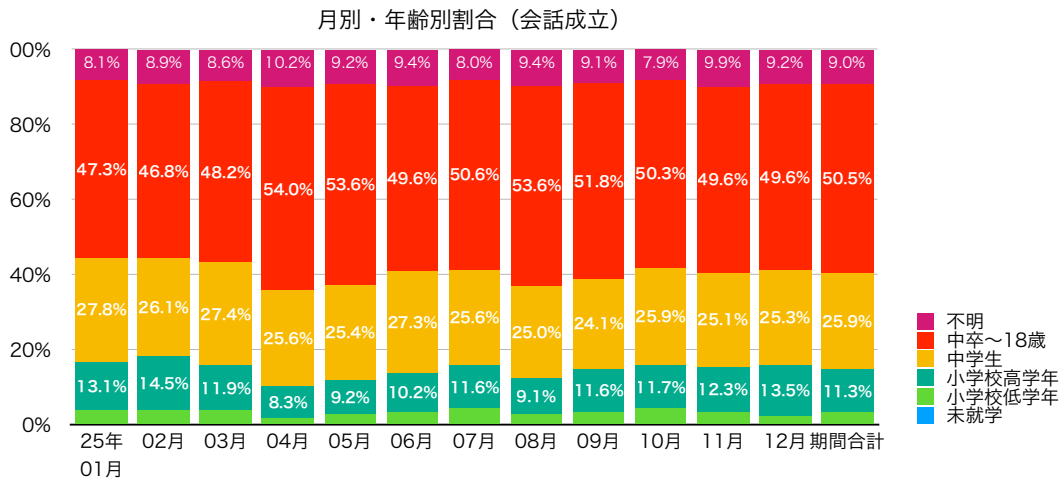


## 《データベース・年齢（会話成立）》

(ここから電話とチャット合計のデータ・以降のデータも同様)

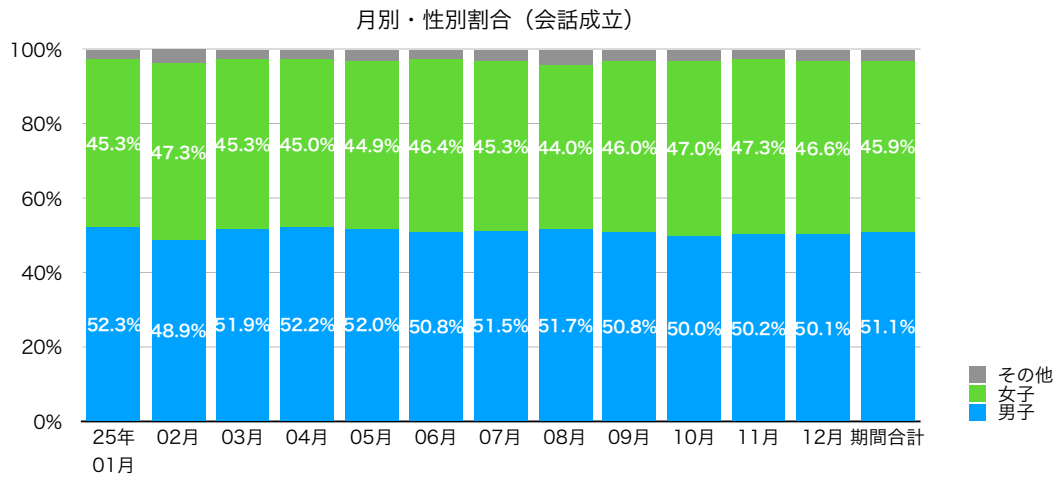
ここからはデータベースの「会話成立」に絞ったデータを紹介します。まず「年齢」別の集計から。

1年間の月別推移は、この3ヶ月も中卒～18歳が高かった（約5割）。多少の割合変化はあるが大きな変化とまではいえない。



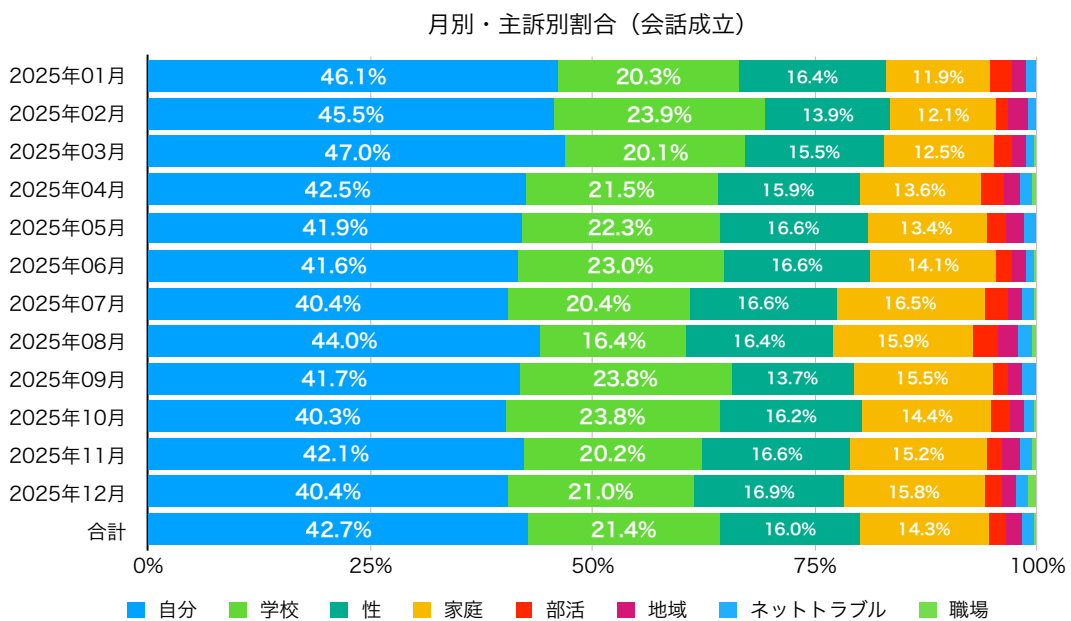
## 《データベース・性別（会話成立）》

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かった。



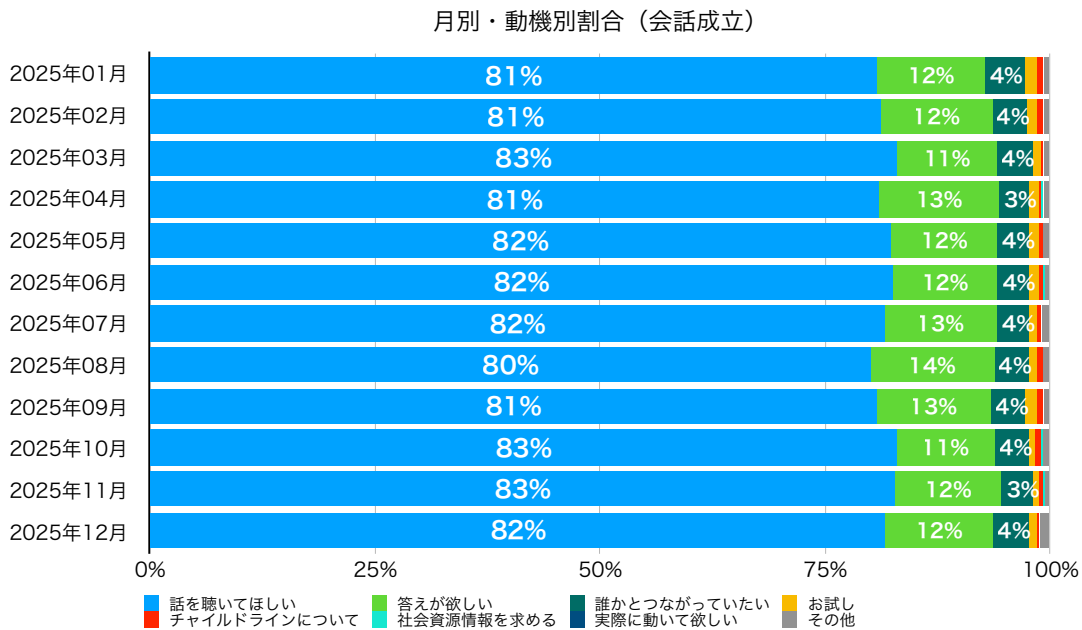
## 《データベース・主訴【大項目】（会話成立）》

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、前の3ヶ月との比較しても、小さな変化はあっても大きな変化はなかった。



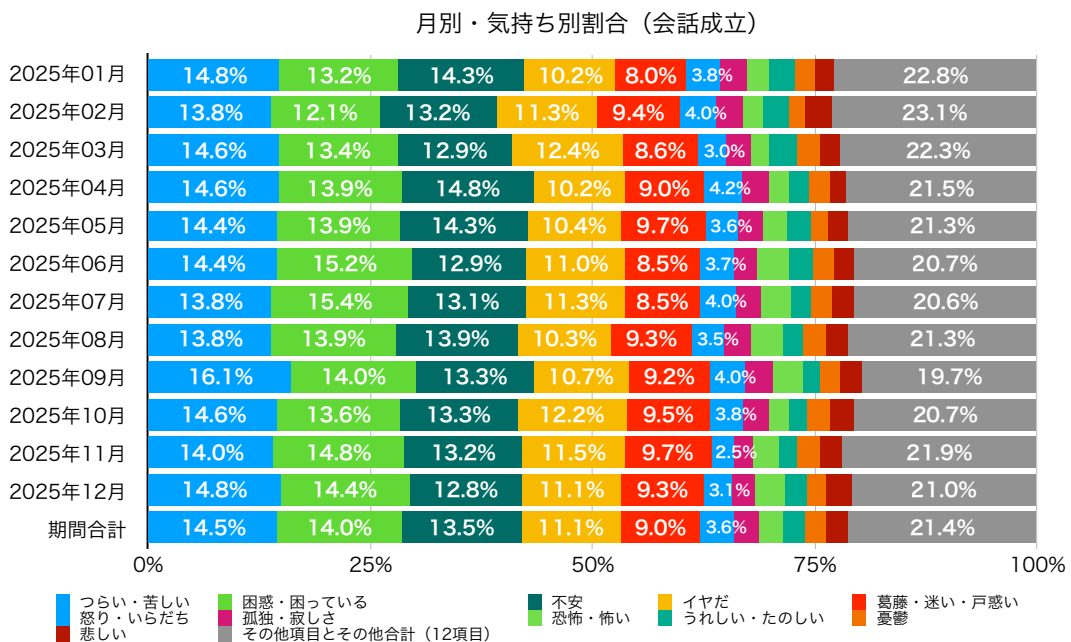
## 《データベース・動機（会話成立）》

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」が大きな割合を占めている。



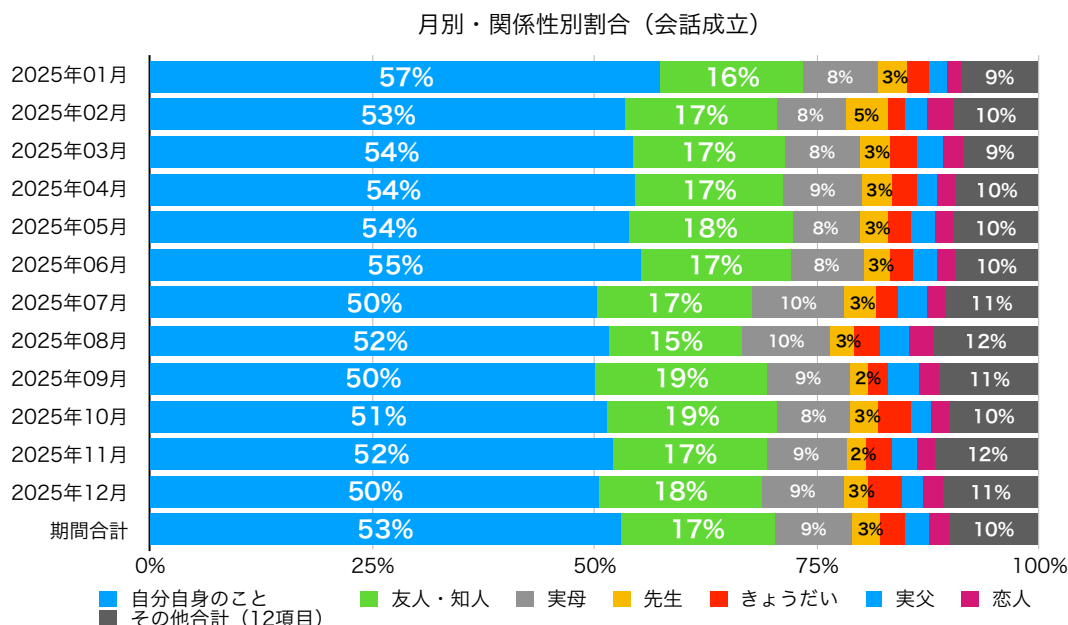
## 《データベース・気持ち（会話成立）》

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ヶ月は多少の変化はあるものの、大きな変化はなかった。



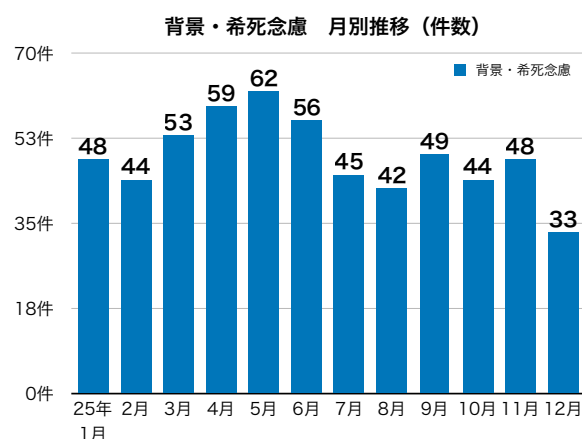
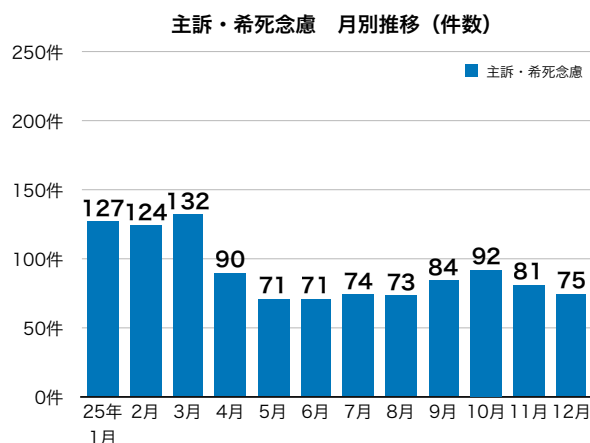
## 《データベース・関係性（会話成立）》

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」の割合が多いが、この6ヶ月間はその割合が少し下がった。



## 《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年間の推移では件数が減少している。背景・希死念慮は前四半期よりは減少している。



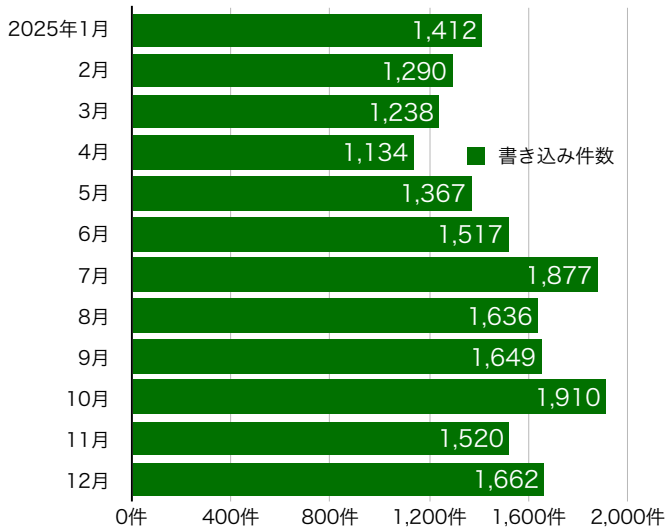
### ＜希死念慮などに関する事例＞

▶ 今回は、メインテーマが「希死念慮」なので、事例はそちらにまとめています。ここでは省略します。

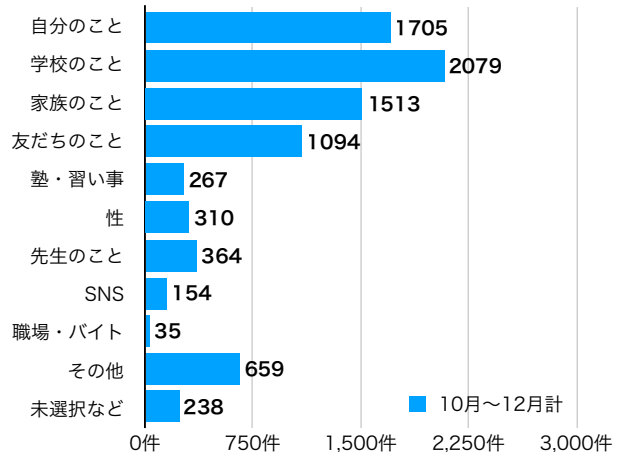
## 《「つぶやく」に寄せられた声の傾向》

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月と10月に書き込みが増えている（理由は不明）。つぶやいた内容のジャンルは、多い順に「学校のこと」「自分のこと」「家族のこと」「友だちのこと」となっている。

【つぶやく】書き込み件数・年月推移  
(2024年10月から2025年9月)



【つぶやく】テーマ別・複数選択 件数  
(2025年10月から12月合計)



＜つぶやかれた内容＞（投稿者が「公開してもよい」を選択したものの。個人が特定されないように編集の上掲載）

- ❖ 「自分ばっか」と責めてしまい、しんどくて生きるのが辛い。病院に行けば怒られ、将来を否定され、母の気遣いはあっても、その感覚が気持ち悪く感じる。朝起きられず不登校。友達の相談も薄っぺらく感じ、すぐ泣いて同情される人を見ると、自分だけが悩んでいるようでムカついてしまう。人生を変えてもっと楽に生きたい。
- ❖ 幼少期から「中学に上がる前に死のう」と思っていた。去年から死ぬる場所を把握したり、夜中に外に出るなど行動に移したけど、いざとなると怖くて動けなかった。生まれ変わりを信じて転生したい姿を手紙に書いている。12月までに死んでやる、だってそうじゃないと、私の計画が変わってしまうから。
- ❖ 泣き虫な自分が嫌で、学校を休み家出を夢見ている。パパは何でも自分で決め、私の好きにさせてくれずしつこくて大嫌い！ 勉強も頑張っているのにもっとやれと怒られ、やる気が出ない。メイクが好きだけど結局泣いて消える。なんでこの世界に生きているんだろう？ 自分がいなくても一緒？
- ❖ 親の機嫌ですべてが決まる。都合のいいことばかり一方的に言われ、言い返せば「うるさい」と一蹴される。大人の方が偉いの？ 理不尽に怒る前に自分の行動を見てほしい。一日立場を逆にして子供の気持ちをわかってほしい。
- ❖ 才能がない自分が嫌。こんなだから親にも見捨てられるんだよね…。生まれてこなければよかった。全部どうでもいいから死んでやり直したい。誰か、助けて。こんな私でも必要だと言って…見捨てないで。離れていかないで。
- ❖ 誰にも愛されない人生ってさ、ほんとうはないほうがいいのにさ、親の「妹優先」の考えまじやめて。きつい、辛い。私に対しての扱いが意味わかんない。私って嫌われ者？ まじ、大人に見て欲しいわ。
- ❖ 家庭内暴力で一時保護を経て祖母宅にすんでるの。迷惑をかけたくなって、泣くことができないの。リスカしててそれが担任にバレて、親に言われて、おばあちゃんにもばれた。「普通の子みたいにしなさいよ」と言う親に、私の体傷つけたのあんたでしょと言いた

かった。でも怖くて言えなかった。誰にも相談できず、何が辛いのかも分からぬまま一発で死ぬる場所を探している。でも田舎にわるわけなくて、なんのために生きているのか、何のために学校行っているのか、何のために明るく振る舞っているのかわかんない。

- ❖ 学校の先生が厳しくて怖くて、毎日行きたくない。親に相談しても「大丈夫大丈夫！」とすぐに話を終わらされてしまう。学校に着くと呼吸が荒くなる時だってあるのに、安心できる場所がどこにもなくなってしまった。自分の居場所ってなんだろう。疲れたとしか言えなくなった。
- ❖ 受験生なのに、毎日夜遅くまで妹2人の世話をさせられているのがつらい。両親は赤ちゃんを置いて遊びに行き、帰ってくれば「掃除ができていない」と文句を言うので疲れた。勉強したいのに時間がない。子供である私の負担を分かってもらえないのが一番辛い。最近は泣きながらお世話をしていることがほとんどだよ、、、。
- ❖ 一人称を「僕」にしたいけど、「痛い人」って言われるし、生きづらい。「私」と言うたびに消えたい。母が勧めるスカートを拒否し続けてきたが、制服を履く間ずっとイライラしてる時期とかあった。卒業後は二度とスカートは履かないと決めている。ジェンダーレスを押し付ける風潮も嫌いだから、主張しづらいけど。。。
- ❖ 肢体不自由って、ほんと辛い。何をやるにも誰かに頼まなければならないし、頼むのにめっちゃ気をつかってしまい逆に辛い。体に制限あるだけでも辛いのに頼むのも辛いのは正直終わってる。散歩したくても親の同行が必要で、一人は危ないと制限される。入院したせいで勉強もわかんないし、クラスにも馴染めないし、イライラしても何も変わらないのはわかってるのに、こういう感情になっちゃう。こんな自分が嫌い。
- ❖ 7歳の弟からの暴言や暴力をしてきて辛い。「死ぬ」「価値ない」などといってきます。でも、親は弟の味方。私が限界で弟を殴ってしまった時は必死で止めたくせに。弟の思い込みが強いのか、注意したら発狂して叫び出す。家でも学校（不登校）でも居場所がない。もう死にたいです。

- ❖ 離婚後、親権を持った父が殴ってくる。兎相に行きたいけど場所がわからない。自分の住んでるところにあるのかもわからない。学校でもいじめられてて、上履きに画鋲を入れられてから履けなくなった。親戚が同じクラスにいるけど陰口を言われる。人生がクソすぎて笑えてきた。ほんとに助けて。
- ❖ 母親の「オシャレ」を押し付けなくてほしい。おしゃれしなさいって言ってスカート履かせようとするのなんなの？ おしゃれなデパート行くからって。私にとってオシャレとお母さんにとってのオシャレは違うの。自分の物差しで人を測らないで欲しい。私は私。お母さんはお母さんなんだから。オシャレなズボン私が持ってない？ 私はオシャレだと思ってるんだけど。そういうところほんとやめて欲しい。私はお母さんの着せ替え人形じゃないんだから。
- ❖ 母は暴言や嘘をつき、僕を「理想」に当てはめようとする。体育祭も途中で帰っちゃったね。最後までみてほしかったな。なんのために練習頑張ったんだろうね。学校に行けず過呼吸になった僕を無理やり連れて行こうとする日があったよね。あの日ね、初めて過呼吸になって、無意識に泣いてて僕も辛かったんだよ。なんで理由もなく学校に連れていくの？ 強引に引っ張らないで。そんな目で見ないで。僕は頑張っているのに。ちゃんと僕を見て。お母さん。お願い。
- ❖ この前15歳になった。親に「受験頑張ってるね」「受かってね」って言われたけど、私は高校に行きたくない。人間関係が嫌い。大の不得意。トラブルばっか起こす性格だからなおさら行く意味ない。行けなかったら家を追い出すんだって。じゃあ私はどっか遠いところで行って飛んでくるかな。だってどうせ誰も認めてくれないんだから。許してくれないんだから。じゃあもう諦めてもいいじゃん。どちみち人生つまんないし、詰んでるし。私はもういいんだ。死にたいわけじゃない。生きたいわけでもない。はっきりしない答えの中で生きてるからなおさら嫌だ。さようならが出来るんだっいたらしたい。でも勇気がない。だから、出来ることをしてでもいいからほんの少し生きてみるか。

**【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/>