

【東北駆け込み寺だより 2025年10月1日号 第61号】気仙沼の高校生がつくる、温かな居場所「CoCoカフェ」

一般社団法人 東北駆け込み寺
2025年10月2日 11:20

みなさんこんにちは。東北駆け込み寺です。

今回ご紹介するのは、宮城県気仙沼市の高校生による、中高生の居場所「CoCoカフェ」です。
2023年10月に開設した東北駆け込み寺気仙沼相談室は、気仙沼で高校時代を過ごした相談員の「高校生の時は悩みを相談できる場所もなく、真っ暗だった」という言葉がきっかけでした。同じように気仙沼の高校生の悩みがきっかけとなり発足したCoCoカフェとは、東北駆け込み寺の大学生がCoCoカフェを訪れ交流するなどして、繋がりがあります。

今回はそのCoCoカフェを立ち上げた高校生、吉田美咲さんにお話をうかがいました。

笑顔でいられる居場所を

美咲さんは高校1年生のとき、登校すると動悸や涙が出るようになり、学校に行けなくなった経験があります。明るく、人前で話すのが好きだった美咲さんは、「もう以前の自分に戻ることができないのでは」と不安だったといいます。
転機となったのは、通信制高校への見学でした。先生から**「美咲ちゃんは何がしたい？」と問いかけられた言葉**で、「**自分が何かをしていいんだ**」「**自分の未来があるんだ**」と気付くことができたのです。

転校し、また元気に高校に通えるようになった美咲さんは、「あの頃、誰かと話せる場所が欲しかった」という思いをもとに、自分と同じような境遇の中高生が気軽に来られる、サードプレイスづくりを目指すようになりました。

そして昨年10月、CoCoカフェがスタートしました。カードゲームをしたりお菓子を食べたりしながら、普段話せない思いや悩みを話すことのできる場になっています。同じ高校に通う生徒とチームを組んで運営し、月に１～2回程度のペースで開催しています。



「辛かったころの自分と同じように、学校に違和感を感じたり孤独を感じたりしている高校生が、ここに来ること、ここで誰かと会って会話をすることを目標や楽しみにしている。少しでも笑顔でいられる空間を届けていきたい。」

こだわりは、参加者同士の距離を近くすることです。机と椅子が配置された空間は、相手と距離が生まれてしまいます。そのためCoCoカフェはいつも**床に座れる場所で開催し、近い距離で同じ目線でいられる空間**になっています。公民館の和室などを借りて開催していますが、いつでも借りられるわけではないため、条件に見合う場所の確保が難しいという課題もあります。それでも力を合わせて運営し、**わいわい笑い声が響いている空間**ができることに喜びを感じています。

美咲さんはCoCoカフェの活動を通して人の心に触れる機会が多くなったことで、自分自身の変化も感じています。「今までは相手から一歩引いていないと、相手の感情にのみ込まれてしまっていた。今は相手にも自分にものみ込まれない。自分の感情をコントロールすることができるようになったのは成長。」挑戦を通して、どんどん逞しくなっています。



「全国マイプロジェクトアワード」に出場するなど、美咲さんの思いは多くの人に届いている

気仙沼で出会ったたくさんの面白い大人に支えられた美咲さんは、「**相手の心を受け止め否定しない大人になりたい**」と力強く話してくれました。中高生はまだ成長途上で、接する大人の言葉によって、環境・人生が左右されるものです。「自分が否定されている環境にいると、その外の大人に助けを求めるのは難しい。」と美咲さんは感じています。

「大人が笑えば、子どもも笑うんです。一歩踏み出せない人に、どうか指一本でもいいから、差し伸べてほしい。」美咲さんの強い願いです。

美咲さんは現在高校3年生。卒業後は大学進学のため気仙沼を離れることになりますが、これからも居場所づくりを続けていきたいと話していました。今後の挑戦も、応援しています！

↓CoCoカフェのインスタグラムはこちらから

Login • Instagram

Welcome back to Instagram. Sign in to check out what your fri

www.instagram.com

【10月の展示案内】



　居場所ギャラリー「PERTiCA」にて、今月はアート・インクルージョン所属のアーティストKASUMIさんの作品を展示しています。
　躍動感あふれる人物や生き物、乗り物などを描いた作品の数々を眺めながら、ゆっくりとした時間をお過ごしください。入場無料ですので、どなたさまもお気軽にお立ち寄りください。



ペルティカ PERTiCA

青葉通一番町駅南１出口から徒歩約2分

map.yahoo.co.jp

【助成金採択のご報告】

　この度、「みやぎ生協福祉活動助成金」の助成団体として当団体「東北駆け込み寺」を採択していただきました。心より感謝申し上げます。いただいた助成金を大切に活用し、より一層、相談活動に励んでまいります。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。



【イベント情報】

東北駆け込み寺いろは横丁相談室開設5周年記念セミナーを開催します

日時　2025年11月2日（日）13時～15時
場所　仙台市市民活動サポートセンター　セミナールーム
演題　「いのちを繋ぐ言葉の力」～相談者に寄り添うということ～
講師　認定NPO法人ロージーベル理事長　大沼えり子さん

講師をしてくださる大沼えり子さんは、DJやシンガーソングライターとして活動しながら、保護司として少年たちの更生に尽力されています。少年院を訪ねた経験をきっかけに2008年にNPO法人「ロージーベル」を設立し、苦しむ少年たちが心安らぐ居場所となる「少年の家」の提供をはじめ、少年の更生と健全育成のための活動を展開しています。

東北駆け込み寺の相談員がロージーベルの活動に協力するなど、大沼さんと当相談室は交流があり、今回ご講演いただく運びとなりました。エネルギッシュな大沼さんの貴重なお話をぜひ聞きにいらしてください。

〈編集後記〉

今回特集した「CoCoカフェ」の吉田美咲さんへの取材は、短い時間ではありましたが熱量がぐっと心に届きました。美咲さんの願いは、共に活動する高校生や周りの大人に、確かに届き、伝播していると思います。誰にでも居場所があることの尊さを、美咲さんのひたむきな姿が力強く示してくれています。

今回も最後までお読みいただきありがとうございました！

取材・文／岡根史歩

【東北駆け込み寺 2025年9月の相談状況】

相談内容	件数
こころの問題	22
家庭内問題	7
孤独・寂しい	6
仕事・職場問題	4
DV/家庭内暴力	2
いじめ	2
友人・人間関係	2
住宅問題	2
近所トラブル	1
生活全般	1
その他	1
総計	50

性別	人数
男	18
女	30
不明	2
総計	50

年代	人数
10	0
20	4
30	7
40	23
50	10
60	3
70	0
80	2
不明	1
総計	50

【賛助会員のご登録や寄付金を募集しています】

　東北駆け込み寺では、相談員ボランティアによる無料の相談活動を行なっています。これからも悩みを抱える人に寄り添い、背中を押すため、賛助会員の登録や寄付にご協力いただけますと幸いです。
　寄せられた寄付金は、複数ある相談室の維持、相談を受ける電話料金、広報、その他消耗品等に活用させていただきます。詳細は下記のリンクよりご覧ください。

東北駆け込み寺の無料相談活動に賛助会員登録又はご寄付をお願い致します。（会員登録の場合は登録画...

私たち東北駆け込み寺は、「たった一人のあなたを救う」をモットーに、どんな問題でも全て無料でボランティア相談員が悩みを抱える

congrant.com