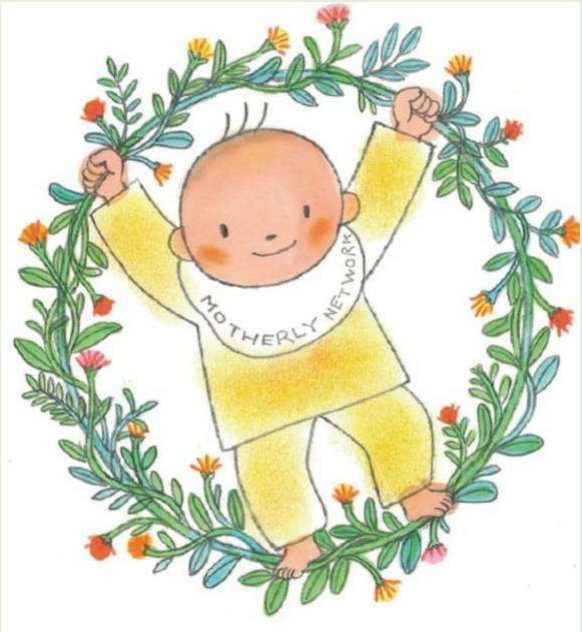
環（わ）の会の

テリングってどんなもの？

vol.4　～テリングを巡って聞こえてきた声～



認定 NPO　環（わ）の会

https://wa-no-kai.jp

はじめに

この冊子を手に取って下さった方は、どのような方でしょうか？
子どもを迎えて、これから、テリングをどうしよう、と思っている方でしょうか？
子どもを育てているけれど、「真実告知」ができずに悩んでおられる方でしょうか？

環の会では、縁組により迎えた子どもを、大切な子どもとして温かく育てることができるように、子どもを迎えた、その日から「テリング」により、声かけをしながら育てることを勧めています。

実際に、そのように育てられた「子ども」たちも、親になる時代になりました。
「刷り込まれた！」と本人たちは言っていますが、血が繋がっていないことを大前提にして、家族となっています。
まだまだ、人生を歩む途上にある「子ども」たち、そして親たちではありますが、そんな家族のようすについて、多くの方に知っていただきたいと思います。

＜子どもたちに必要な「真実告知」って、何でしょうか？＞
こども家庭庁を始めとして、多くの機関が「子どもが小さい頃から、真実告知をしましょう！」と推奨しています。

環の会では、「告知」という、一方通行で一時的な情報伝達ではなく、「あなたは、大切な大切な私たちの、待ちに待っていた子ども」「〇〇さん（産みの親）が守り抜いてくれた大切な命」「〇〇ママ（産みの親）が、あなたの幸せを願って、託してくれた子ども」ということを、日常生活の中で、伝え、さらに、子ども自身の気持ちを聞きながら、誠実に応じていくことを「テリング」と呼んでいます。
「真実告知」を英訳した「telling」ではなく「tell+ing（進行形）」つまり日常生活の中で話し続けましょう、という意味合いで、「テリング」と呼んでいます。

「具体的にどうしたらいいか、わからない」という声が多く聞こえてくるため、「こんなふうにしては、いかがでしょうか？」ということで、小冊子「環の会のテリングってどんなもの？」を令和5年(2023年)より3回にわたり、発行しました。

それに続き、今回は、テリングを巡って聞こえてきた声を、お届けします。
縁組によって子どもたちを迎えた家族、縁組によって今の家庭で過ごしている子どもたちに、心を寄せていただければ、嬉しく思います。

お読みになってのご感想、ご意見、「これ、よかった！」とか「我が家では、こんな感じですけど…」「僕の場合は、こうだよ…」などあれば、環の会の事務局宛て、お知らせください。皆様の声を基に、この冊子を、さらに続編に繋げていきたいと考えています。

それでは、第4弾の冊子、「テリングを巡って聞こえてきた声」をお届けします。

予想以上に、特別養子縁組が認知されている？！

環の会では、年1回、シンポジウムを開催しています。シンポジウムの企画も運営も、育て親の方々が担当しています。

令和8年(2026年)3月のシンポジウムは、「知って、特別養子縁組！」ということをテーマに決めました。開催に先立ち、環の会の育て親の方々を対象に、アンケートをしましょう、ということになり、意見を募ったところ、興味深い意見が寄せられました。

「予想以上に、特別養子縁組が認知されていると感じたことはありますか？」という項目に対して、下記のような意見が寄せられました。

・ 周りに普通養子縁組や児相からの預りを経て子どもを迎えている人が数人いて、お話会を開きましたが、意外と人数が集まって、養子縁組全般に興味がある人が結構いました

（長男7歳、次男5歳の母親）

・ シンプルにどのような縁組か知っている人が意外と多かった。

（長女16歳、長男13歳の母親）

・ 同世代だと、自分も考えたことがある！という人がわりと多い。

（女児10歳の母親）

環の会は、平成3年(1991年)設立以降、特別養子縁組を選択肢に加えた相談事業を行い、育て親の募集をしていますが、設立当時は、子どもを迎えるかどうか、夫婦で話し合い、考え、極めて高いハードルを越えるために、大きな決断が必要でした。

それに比べて、令和8年(2026年)の現在、ステップファミリーが増え、養子を迎えて育てている外国人家族に接する機会も増え、ドラマや映画、コミックでも特別養子縁組が取り上げられ、さらに、厚生労働省とこども家庭庁が広報を進めた結果、子どもを迎えるかどうかについても、比較的容易に決断できるようになっているようです。また、今回のアンケートを見ても、育て親家族の周りで、特別養子縁組を知っている人がいることが分かりました。

やっぱり、特別養子縁組は認知されていない…

そうは言っても、さまざまな意見がありました。

・ 2人から『〇〇家にこれて幸せね』と言われた。また若い世代は特に偏見がないと思った。
　年配の人に言ったときは『変なこと聞いてごめんね』と謝られたが、嫌な気はしないし、時代の差だと思う。
（長男3歳、次男1歳の母親）

・ 職場の上司に、伝えたら、複雑な家庭という印象で誤解をされた。特別養子縁組を全く知らない人には、徐々に段階をえながら、伝えていった方が良い。
（長男5歳、長女4歳の父親）

・ 迎えたばかりの頃、支援センターで、他の保護者に特別養子縁組で迎えた話をしたら、一瞬でその方から笑顔が消え、娘から自分の子どもを離し守るように抱き寄せ黙ってじっと娘をみていた。
　来季、幼稚園に入るにあたり、園長先生に特別養子縁組であることを伝えたのですが、特別養子縁組、普通養子縁組、里子を混同しているようでした。
（長女3歳の父親）

　世代、あるいは人による理解度の違いは、多くの育て親の方が感じているようです。もっともっと多くの人に、縁組による家族について、知ってほしいと願うばかりです。
　この冊子を手にしている皆様は、どのように感じているでしょうか？

『環の会のテリングって、どんなもの？』をお読みになってのご意見

普通養子として育ったご経験をお持ちの若林朋子さん（富山市在住、ライター）が、「Vol.1」と「Vol.2」をお読みになって、ご感想をお寄せくださいました。

今、この冊子を手にしている方にも、お知らせしたいと考え、若林さんの了承を得て、掲載いたします。

■たくさんの人に読んでほしい

『テリングって、どんなもの？』の2冊は薄いけれど、とても重要な内容だと感じました。この冊子は、たくさんの人に読まれるべきものだと思います。「はじめに」に書かれている通り、テリングは産みの親に関する情報の伝達だけではなく、「産みの親が守り抜いてくれた大切な命」というニュアンスを伝え、育ての親は子どもの気持ちを聞きながら誠実に対応し、養育家庭が子どもの安心できる場所として機能していくことが何より大切だと思っています。

そして、それを理屈ではわかっていても、日常生活の中でどのように質疑応答していくかは、皆さん、悩んでいらっしゃるに違いないと思うので、具体的なテリングの事例が書かれていて分かりやすい冊子だと思います。

養子の立場の方のコメントを集めた2冊目がとても素晴らしいと思いました。2ページの「大当たり確定親ガチャの引き直しをした」とのコメントは、とても率直でわかりやすい表現です。こういうふうに自分が置かれた状況を、ユーモアを持ってとらえられているのは、この方の魅力であり、強さだと思います。

また、9ページの「皆さん自信を持ってください」というコメントは、私も同感です。私の体験としては、何があっても（例えば親子間の大げんかなど）「育ての親との関係を解消したい」と思ったり、家出など育った家を否定するような行動をしようとしたりしたことはありません。縁組した親との関係が、かけがえのないものであるとわかっているからです。

また、一旦「育てることを諦める」という決断をした産みの親との関係を「何とか（回復）したい」とは考えませんでした。そう考えることを私は「（育ての親に対して）申し訳ない。バチ当たりだ」と思いました。でも、DNA上の親きょうだいについては「知りたい」「会いたい」と思いました。

「DNA上の親族への思いと、育ての親に対する思いは、そもそも比較対象とするものではない。子どもの心の中では明確な線引きがある」と、社会一般の人に知っていただきたいと思います。養子や「赤ちゃん取り違えの当事者」などが登場して「実の親に会ってみたい」などと発言したことが報じられると、Yahoo!ニュースなどでは「育ての親に対する恩を忘れたのか」などとコメントされることがあります。そんな時、「育ての親には感謝した上で、DNA上の肉親を知りたいと思っているだけなんだけどな」と言いたくなります。

■お子さん？　お孫さん？　どっち？

私は生後間もなく、産みの母が他界したことで富山県内の乳児院に預けられ、半年ほどで現在の両親のもとに迎えられました。私が10歳の頃、我が家に遊びに来た父の友人が、父に対して「お子さん？お孫さん？どっちですか」と聞いたことがありました。私と父は44歳離れていますので、当時50代半ばだった父と私の関係を疑問に思ったのだと思います。父は「子どもです」と言った後、さっと話題を変えました。

私は当時、自分が養子であることは知っていましたが、知らないふりをしていました。父も、私の前では、そのようなことには言及したくなかったのでしょう。でも、もし幼い頃にテリングができていたとして、このように聞かれたときに、両親が毅然として、その友人に「血縁関係はないけれど、養子縁組という制度で親子になったのです」と言ったら、どうだったでしょうか。おそらく父の友人は「余計なことを聞いてごめんなさいね」と言ったと思います。

もし、毅然とした態度で本当のことを、親の側からでも、もっと言えば、子どもの側からでも言えたら、社会の特別養子縁組に対するイメージは変わっていくと思います。

でも、なかなかこういう場面で本当のことは言えないものだと経験上、知っています。私がその父の友人の立場だったとしたら、「深い事情があるにせよ、10歳の子どもにきちんと生い立ちを説明し、それを受け入れて

前に進んでいる家族は尊いなぁ」と感じるでしょう。今、当事者に求められているのはこういうことだと思います。

過日、NHK朝の連続テレビ小説「おむすび」を母と一緒に見ていて、私が「緒方直人、お父さんの緒方拳とそっくりになってきたなぁ」とつぶやいたら、母がしばらく沈黙した後、「お母さんだってあんたが小さい時、あんたとよく似ていると言われたよ」と言いました。私は両親に全く似ていないことを悩んだことは一度もないのですが、「母はあったのかもしれないなぁ」と思いました。でも、顔形は似ていなくても、性格や物の考え方は、私、両親ととても似ているのです。それで十分だと思っています。私は父のように頑固で不器用、母のように（自分に甘い部分も含めて）優しい。そんな自分を気に入っています。

さらには、この母と先日ある飲食店に入った時、同席した初対面の男性から突然、「おニ人親子なの？全く似ていないね。娘さんはお父さん似なんだね」と言われました。この時は突然だったので、特に何も言わず、やり過ごしてしまいました。こういったケースが一番、対応に困ります。平静を装う演技力が求められます。

■誰に伝えるのか、伝えないのか

養子であることを誰に踏み込んで話すのか、たとえ聞かれても、やり過ごすのか。この微妙な、さじ加減は、親子で考えていくのだろうし、親と子にとって「その人」がどんな存在なのかによって違うので、悩む部分もあるかと思います。親子間で「勝手に言ってほしくなかったのに（親または子が）言ってしまった」と思うこともあるのかもしれません。その都度、話し合っていくしかないですよね。

私の事例から遡って「どうすればよかったか」と我が家のルールを考えてみれば、我が家に招いた人に対しては言っても良い、外出先での突然の不意打ちはスルーするというのが良かったのかもしれません。その家庭、家庭で何かルールがあればいいですね。でも、ルールを決めていても、それを超えてくるような現実が起こることもあります。

こんな時、子どもにとって困るのは「芝居をさせられている」と感じることではないでしょうか。そういう状況に追い込まれれば理不尽と感じるかもしれませんが、親子で口裏を合わせて芝居をすることは、それほど苦痛ではないように思います。妙な連帯感が生まれます。芝居を積み重ねるとどんどん上手くなりもしますので、それはそれで良いことかもしれません。

育ての親からテリングがなされず、成人した後で、第三者から「実は血縁関係がない」と知らされ、最悪のケースに至った事例を知っています。逆に、里子で子どものころから誠実にテリングを重ねていたにもかかわらず、あるタイミングで長年会えなかった産みの親を訪ねた後、言動に傷つき、最悪のケースに至った事例を知っています。だから何が正解なのかは私もわかりません。

でも、私個人の考えでは、「しっかりテリングをしましょう」と伝えておられる「環の会」の方針に賛同します。なぜなら、真実を知って動揺した子どもが何をするかは、ある程度、想定できますが、隠し続けて子どもがいつ知るかヒヤヒヤし続けるのは養親さんにとって、しんどいでしょう。動揺した子どもが何かをしでかす場合、対応すべきタイミングが全く読めないと、対策を取ること自体がとても難しくなります。また、嘘を抱えた家庭は、暗いものになりがちかもしれません。

■トラウマに対抗し得る愛情と「好きなこと」を

私の両親が真実告知をしたのは、私が20歳の時でした。「環の会」の方針からすれば「遅すぎる」と批判されるでしょう。私としては「もっと早くすべき、というのが今のやり方だ」と母には伝えました。ですが、その時代、その時代で、縁組に関わる人たちは、一生懸命考えて決断をしてきたのですから、両親を軽蔑するなどということは、ありません。

過日、中部地区の、ある児童精神科医を取材しました。この医師はトラウマケアの専門家で、非常に興味深い話をたくさん聞きました。取材を終えた後、「例えば、子どもが幼い頃、記憶になかったとしても、実の母親と

離れるような体験をした場合、それはトラウマとなりますでしょうか」と聞いたら、「トラウマとなり得る」と言われました。

私は産みの母の死の記憶はありませんが、自分の中でそれがトラウマとなっているかもしれないと感じたことはありました。人の死に過剰に落ち込むことがあるからです。そこでトラウマへの対策を聞いたところ「愛された経験や楽しかった記憶、好きなこと、好きなものに夢中になる時間です」とおっしゃいました。私は自分でも自覚しないうちに、それなりにトラウマに対抗し得る愛情を受け、またそれなりにトラウマに対抗できる経験（私はスポーツが好きです。夢中になる時間を持っています）を培ってきたように思います。

「環の会」では、親御さん同士がつながり、子どもさん同士がつながり、それぞれ学び合い、情報を共有し、みんなで話し合う。そのような場を持っておられて、とてもうらやましいと思います。私も遅ればせながら世代の異なる養子当事者と交流しています。60代の先輩に対しては「30分だけ私の話を聞いてください」と言って、話を聞いてもらったり、70代の先輩には「返事は気が向いたときでいいので」と言って、メールを送ったりしています。先輩方からは手厚く、ご支援いただいています。お二人はいずれも、いつも素晴らしい助言をくださいます。私としては受け止めてもらっただけでも、気持ちの整理がつきます。ピアサポートは、長く私が求めていたことでした。養子当事者の皆様におかれましては、世代の違う当事者同士のつながりを、一人か二人でもいいので持っておくと、人生は歩きやすくなると思います。

■パラドックスを生きるのが養子

かねてより、里親制度や特別養子縁組に携わる方たちの情熱や思いやりは素晴らしいと感じています。ですが、（物事を多方面から検討するまで、まだ成長していない）子どもの視点からすると、産みの親と子の離別を「理不尽だ」と考えるかもしれません。子どもは自己中心的にものを考えますから。

ある時、私の母が「あなたを産んだ母が死ななければ、それは一番良かったのだよ」と言ったことがありました。この言葉を私は、どう受け止めていいか分からず、複雑な心境になりました。育ての両親との出会いには本当に感謝しています。縁組は、産みの母が亡くなり、実の父が私を手放したからこそ得られた出会いなのです。では、産みの母が死んだから良かったかというと、そうではないでしょう。このパラドックスを生きるのが養子や里子なのだと思います。あらためて「パラドックス」の意味を調べてみると、「一見すると矛盾しているように見えるが、深く考察すると真実や深い意味が隠されている論理的な問題や状況」とありました。まさにそれです。自分は幸せだし、養親を愛している。養親から愛されている。ただし、血はつながっていない。その事実や矛盾を受け止め、受け入れていくことは、後になって人生の財産となったように感じます。世の中には理不尽なことがあり、一筋縄ではいきません。大人になると「矛盾する二つのことを成立させねば」と思うことは多々あります。自分の生い立ちと向き合うことは、ある種のトレーニングとなりました。ただし、成長過程にいる子どもにとっては養子縁組という概念を、「理解を超えている」と感じる時期もあるかもしれません。

だからこそ、特別養子縁組や里親支援に関わる人たちは、産みの親と子どもの離別につながる要素を、少しでも社会から排除しようと動き続けてくださることを願っています。予期せぬ妊娠を防いだり、シングルマザーを支援したりするなどの取り組みが社会で十分に行われることは、子ども（成人した私たちも含め、産みの親との離別を経験した人たち）に対して安心をもたらすように思います。

以上、思いつくままに書きました。この文章は、個人の体験です。当事者の皆さんはそれぞれ、思いがあろうかと思います。あくまでも、私の思い、私の家族の歴史です。私の父は2020年に93歳で他界、母は92歳で健在です。どうぞ「環の会」の養親の皆様におかれましては、長くお子さんの行く末を見守っていってくださることを願ってやみません。

若林さんからは、さまざまな視点からご意見をお寄せいただきました。お読みになって、いかがだったでしょうか？

最後の部分で、環の会の育て親の方へ向けてのメッセージもいただきましたが、さまざまな機関で、子どもを迎えられた育て親の方々にも、ご参考にしていただければ、と考えます。

環の会が提唱している『テリング』

「環の会が提唱している『テリング』に関する検討と提言」（環の会、2008）より一部改変

＜テリング＞

子ども本人のルーツを知る権利を守るということは、育て親と子どもに信頼関係が育まれているからできることです。育て親は、産みの親の存在を、子どもを迎えたときから伝え続け、子どもの思いに耳を傾け続けることが大切です。

そのことを環の会では「テリング（Telling ： Tell+ing）」と呼んでいます。「真実告知」を英訳して、テリングと称しているのではありません。

「テリング」は、ある時、ある瞬間をさすものではなく、育て親と子どもの信頼関係に基づくもので、生き方の姿勢そのものであり、連続的な関わりです。

子どもが乳児の時のテリングは、育て親の練習期間になります。その子のルーツである産みの親の存在をめぐる何気ない会話が日常的にできることにより、子どもは、父や母が産みの親を大切な存在であると考えていることを知ることができるでしょう。子どもは、産みの親の存在について育て親と話ができるし、育て親が産みの親のことをどう受け止めているかについて聞くことができます。

テリングで伝えたいこと

「テリング」を行うにあたっては、まず、「テリング」する側の人が、自分の心の中に、産みの親に対して、優しく、温かい気持ちを抱いているかを確認することが大切です。

命をかけて子どもの命を守った産みの親がいること。そのおかげで子どもは無事に生まれてくることができたこと。産みの親には事情があって、育てることができなかったこと。子どもは望まれて生まれ、望まれて家族になったこと。皆に愛されているからこそ、新しい両親と出会えたこと。子どもは、産みの親のおなかの中にいたことを知っています、その思いを大切にしようとすること。子どもを信じ、子どもの気持ちに耳を傾けること。

子どもも大人もお互いの存在を尊重すること…。

「テリング」はこういう方法が一番正しいという形はありません。

どんな時、どんな場所、どんな人にもありのままでいましょう。そして何よりも、子どもの今日までのこと、現在の状態、そして未来のすべて、ありのままを大切なものとして受けいれ、愛し育むことです。

もし、あなたが迎えられた子どもだとしたら、両親にどう接してもらいたいでしょうか。

自分について何を知りたいでしょうか。自分に置き換えて考えてみるのも大切だと思います。

「テリング」は勇気のいることです。努力も相手への思いやりも必要です。人間同志の心が結びついたからこそ家族になることができます。

一方的に行うことではありません。子どもの年齢に応じて、工夫し、いつも、お互いの気持ちを大切にし、関わり、交流し続けることです。

おわりに

　テリングを巡ってのいろいろな思い、感じていただけたでしょうか？
　子どもと共に過ごす時間が、豊かなものになるように、そして、新しい家庭で過ごした「子ども」の方々が生きやすい社会にするために、この冊子がいくらかでも役に立てれば、嬉しく思います。

　これまでに発行した「環の会のテリングってどんなもの？」（小冊子3種類）をご希望の方は、環の会事務局まで、ご連絡ください。
　また、ホームページ上でもご覧いただけますので、ご活用ください。

テリングってどんなもの？

vol.4　～テリングを巡って聞こえてくる声～

令和8年(2026年)3月25日　初版第1刷発行

発行者 ： 認定特定非営利活動法人（NPO法人）

第2種社会福祉事業（東京都）

環の会（わのかい））

環の会事務局

〒161-0033 東京都新宿区下落合4-23-13-502

TEL：03-3951-7270

https://www.wa-no-kai.jp/

E-mail：wa@wa-no-kai.jp

印刷所 ： 三永印刷株式会社

＊本誌記載内容の無断転載を禁じます。

Motherly Network

Since 1991