



# Webライター 山口恵理香さん

↑神田キャンパス8号館の屋上にて

## 心弱くても、自分らしく生きる。その道筋を示したい。

心が弱いから、くよくよと考える。でもそれはマイナスばかりではない。自問自答を重ね、ノートに書き連ねた言葉の数々が糧となり、人の共感を呼ぶ文章を生む。14歳で「適応障害」になった山口恵理香さんが売れっ子Webライターになるまで、その紆余曲折の道のりをお伺いした。

やまぐち えりか

1990年、東京都生まれ。2013年、専修大学法学部卒。就職したNPO法人を3カ月で退職し、フリーのWebライターに。著書に『不登校だった私が売れっ子Webライターになれた仕事術』（2019年、自由国民社）。趣味はヨガ。

クライアントの要望に応じて、Webサイト掲載用の記事を書く。テーマはライフスタイル、恋愛、美容が中心。多い時には月300本以上の記事を執筆。1000字程度の原稿を早ければ1時間で書き上げるという。

「陽の当たる部屋でジャズを聴きながら黙々と記事を書くというワークスタイルが性に合っています。少し変わり者の私にとって」と山口さん。

中学のときに「適応障害」を発症し、その生きづらさは今も抱える。繊細さゆえに、人一倍傷つくことも多い。そんな山口さんが、自分らしさを保ちながら、自分らしさを発揮できる仕事として選んだのがWebライターだった。

### いじめから不登校に。 再生のきっかけは専大との出会い

中1のときにいじめに遭った。人と群れるのが苦手で、周りとの距離をおいて付き合っていたら、いつしか仲間外れにされた。友達だと思っていたクラスメイトから夜中に届いたメール。「死ねよ」。ほかにもいくつも心をえぐるような言葉が続いた。

学校に行けなくなった。心療内科で下された診断は「適応障害」。ある出来事をきっかけにストレスに耐え切れなくなり、心身に不調が表れる症状だ。

中学はフリースクール、高校はサポート校に、なんとか通った。普通に学校に通えない自分を責め、自分に



↑大学時代、SKVの仲間と川崎市総合防災訓練に参加（右端）



↑大学卒業式の後、SKVの同期と記念撮影（前列中央）



↑大学時代、SKVの仲間と神田キャンパス周辺の清掃活動（中央）

幸せな将来があるのかを不安に思う日々。

立ち直りのきっかけは、専修大学との出会いだった。オープンキャンパスに参加して直感した。

「この大学に通いたい。きっと通うことになる」

中1で止まっていた勉強を取り戻すのは大変だったが、猛勉強の末、法学部に合格。目標を達成したことが自信になった。そして、念願かなって入学した専修大学での生活は期待を裏切らないものだった。

「大学での4年間は、それまで失ってきた学校生活を取り戻すかのような密度の濃いものでした」

人と群れるのが苦手な山口さんにとって、一人で過ごすのも、友達と過ごすのも自由な大学は居心地よかった。そして所属したボランティア団体SKVでは、かけがえのない交友関係を築くことができた。「仲間内で意見の衝突やけんかもありましたが、いじめや陰口などはいっさいありませんでした。私の感情的になって泣いてしまう面や、メンタルが弱い面も、個性として受け入れてくれた。不登校で引きこもっていた私が、いつのまにか自分の意見を積極的に言えるようになっていました」

## 組織に属さず、フリーランスの道に

Webライターとして、取引先との打ち合わせや交渉など、今では難なくこなすことができる。だが、大学卒業

後の就職先では、社会人として当たり前のことに躓いた。

電話が鳴るたびに動悸がする。先輩に声をかけられるたびに身構えてしまう。マイペースな仕事ぶりは周りの反感を買った。ストレスに耐え切れず泣き出して早退することもあった。やがて朝起きられなくなり、欠勤が増え、わずか3カ月で退職。

「このまま引きこもりになっていくのかな」

自暴自棄になっていると、母親が笑顔で「自宅で働けるお仕事を見つけたら？」。新しい世界が開けた。

もともと自分の思いを書き綴ることが好きだった。フリーランスとして文章を書くことを仕事にしたいと思った。だが実績がない。最初は単純なデータ入力の仕事から始め、そこで企業と関係を築き、少しずつライティングの仕事を得られるようになる。

「最初は読むに値しないような内容だったと思います。でも、書くことは楽しかった」

月収10万円にも届かない生活からのスタート。平日は欠かさず書店に通いアイデアを探した。休憩時間はタイマーで管理するなど、書くことのスピードアップを心掛けた。日頃感じたこと、思いついたアイデアはメモ帳に書いた。びっしりと文字で埋まったメモ帳の数と比例するかのように、収入は伸びていった。

「適応障害」という生きづらさがあったからこそ、たどり着いた現在地。「正解だった」と肯定する。

「私が生まれてきた使命は、心弱い人でも自分らしく生きられるような、そういう道筋を示すことだと思っています。そう思えるようになったら、辛いことがあってもブレなくなりました」

新たなビジネスも展開している。これまで日々の考えを書き綴ってきたメモ帳を一般向けにデザインし、「おひとり様会議用紙」として商品化。売上は順調だという。さらに、ひとりの居場所を確保できる「パーソナライズ・カフェ」などのアイデアもあって、事業化を視野に準備を進めている。