

令和8年度保健師中央会議
行政説明 資料6

令和8年度保健師中央会議の行政説明 ひきこもり支援施策について

厚生労働省 社会・援護局地域福祉課

ひきこもり支援専門官 佐野 茂樹

まずは、日頃...

ひきこもり支援に
ご尽力くださり、誠に
ありがとうございます



厚生労働大臣メッセージ（令和元年6月26日 根本厚生労働大臣（当時））

川崎市や東京都練馬区の事件など、たいへん痛ましい事件が続いています。改めて、これらの事件において尊い生命を落とされた方とそのご家族に対し、心よりお悔やみを申し上げるとともに、被害にあわれた方の一日も早いご回復を願っています。

これらの事件の発生後、ひきこもりの状態にあるご本人やそのご家族から、国、自治体そして支援団体に不安の声が多く寄せられています。これまでも繰り返し申し上げますが、安易に事件と「ひきこもり」の問題を結びつけることは、厳に慎むべきであると考えます。

ひきこもりの状態にある方やそのご家族は、それぞれ異なる経緯や事情を抱えています。生きづらさと孤立の中で日々葛藤していることに思いを寄せながら、時間をかけて寄り添う支援が必要です。

誰にとっても、安心して過ごせる場所や、自らの役割を感じられる機会があることが、生きていくための基盤になります。ひきこもりの状態にある方やそのご家族にとっても、そうした場所や機会を得て、積み重ねることが、社会とのつながりを回復する道になります。

また、ひきこもりの状態にある方を含む、生きづらさを抱えている方々をしっかりと受け止める社会をつくっていかねばならないという決意を新たにしました。まずは、より相談しやすい体制を整備するとともに、安心して過ごせる場所や自らの役割を感じられる機会をつくるために、ひきこもりの状態にある方やそのご家族の声も聞きながら施策を進めていきます。そして、より質の高い支援ができる人材も増やしていきます。

ひきこもりの状態にある方やそのご家族は、悩みや苦しみを抱え込む前に、生活困窮者支援の相談窓口やひきこもり地域支援センター、また、ひきこもり状態にある方が集う団体や家族会の扉をぜひ叩いて下さい。

国民の皆様におかれましては、あらゆる方々が孤立することなく、役割をもちながら、ともに暮らすことができる、真に力強い「地域共生社会」の実現に向けて、ご理解とご協力をお願いいたします。

国の施策として、ひきこもり支援のめざすところ…

① ひきこもりへの正しい理解の促進

「甘え」や「怠け」といった偏見をなくし、ひきこもりは誰にも起こりうる、そして、ひきこもらざるを得ない状況であること…そこには様々な葛藤があり、百人百様であることが理解される社会

② 誰もが孤立しない社会の実現・広域で連携した支援体制

年齢やひきこもりの期間、背景に関わらず、市町村が連携し、どこに住んでいても、安心して相談につながる環境が整備された社会…相談しやすい、相談してもいいという環境が重要

③ 切れ目のない支援体制の構築

家族、本人、地域、支援者がゆるやかにつながり続ける仕組みづくり。ひきこもり支援に関わる機関や人がひとつのチームとして動く“ネットワーク型”の支援”

④ 多様な選択肢と地域で安心して暮らし続けられる仕組みづくり

その人の歩みとペースに合わせて、自身で選べる道がたくさんある社会を目指します。居場所づくり、家族会、当事者会、地域活動への参加の機会…多様な選択肢を用意し、「自律」の道へ…

⑤ ひきこもり支援にかかわる人材の確保・育成・ケア

寄り添う支援は、人がつくります。安心して相談を受けとめられるように、支援者の育成研修の充実、支援者どうしのつながりなどを大切にします。

⑥ ひきこもり支援ハンドブックの周知

全国どこでも、同じ価値観と姿勢で支援できるように、「寄り添い」「気づきをひろう」「本人のペース」を大事にしたひきこもり支援ハンドブックを広めていきます。

こども・若者の意識と生活に関する調査結果

- 【目的】 こども・若者を取り巻く現状及び課題を的確に把握し、国及び地方公共団体におけるこども・若者育成支援施策や家庭・学校・地域・職域等におけるこども・若者育成支援の改善・充実に資する基礎資料を得ること
- 【調査対象】 ①10歳～39歳（令和4年4月1日現在）の男女 8,555人/20,000人（有効回収率42.8%）
②40歳～69歳（令和4年4月1日現在）の男女 5,214人/10,000人（有効回収率52.1%）
- 【調査期間】 令和4年11月10日～25日 郵送（オンライン回答併用）

（注）本調査における「広義のひきこもり群」の定義

「普段どのくらい外出しますか」という質問に対し、下記の1～4のいずれかであると回答し、かつその状態となって6か月以上である回答をした者

- 1 自分の趣味に関する用事の時だけ外出する
- 2 近所のコンビニなどには出かける
- 3 自室からは出るが、家からは出ない
- 4 自室からほとんど出ない

ただし、次の者を除く。

- ① 現在、就業中である旨の回答をしている者等
- ② 身体的な病気を現在の外出状況の理由としている者
- ③ 専業主婦・主夫・家事手伝いであると回答している者や出産・育児を現在の外出状況の理由としている者等のうち、最近6か月以内に家族以外の人と「よく会話をした」「ときどき会話をした」と回答している者

有効回答数に占める「広義のひきこもり群」の割合

	該当者数	有効回収数に占める割合
15歳～39歳	144人	2.05%
40歳～64歳 (40～69歳全体)	86人 (155人)	2.02% (2.97%)

（参考）過去調査における広義のひきこもり群の割合
平成27年度若者の生活に関する調査15～39歳：1.57%
平成30年度生活状況に関する調査 40～64歳：1.45%

「広義のひきこもり群」にある方の男女別割合

	男性	女性
15歳～39歳	53.5%	45.1%
40歳～64歳 (40～69歳全体)	47.7% (59.4%)	52.3% (40.6%)

（参考）過去調査における男女別割合
平成27年度調査（15歳～39歳）：男性63.3% 女性36.7%
平成30年度調査（40歳～64歳）：男性76.6% 女性23.4%

ひきこもり状態になった理由として、「新型コロナウイルスの流行」をあげた方の割合（複数回答）

15歳～39歳	18.1%
40歳～64歳 (40～69歳全体)	19.8% (20.6%)

※参考の過去調査とは質問項目が一部異なることから単純比較はできないことに留意

推計50人に一人と言われているが、支援を必要としている人、求めている人はどの程度含まれているか不明

広義のひきこもり群における現在の外出状況になってからの期間

15歳～39歳 (n=144)	割合	40歳～69歳 (n=155)	割合
6か月未満	—	6か月未満	—
6か月～1年未満	21.5%	6か月～1年未満	12.9%
1年～2年未満	16.7%	1年～2年未満	14.8%
2年～3年未満	15.3%	2年～3年未満	21.9%
3年～5年未満	17.4%	3年～5年未満	16.1%
5年～7年未満	7.6%	5年～7年未満	11.0%
7年～10年未満	4.2%	7年～10年未満	7.7%
10年以上	17.4%	10年以上	15.5%

なぜ、どのような理由で
退職したのか...
退職せざるをえなかった
のかがほんとの悩み...

広義のひきこもり群における外出頻度が低い状態となった 最も大きな理由

15歳～39歳	割合 (単一回答)	40歳～69歳	割合 (単一回答)
退職したこと	14.9%	退職したこと	42.2%
人間関係がうまくいかなかった	14.0%	新型コロナの流行	17.0%
新型コロナの流行	12.3%	病気	14.8%
病気	10.5%	人間関係がうまくいかなかった	6.7%
中学校時代の不登校	9.6%	介護・看護を担うことになった	5.2%
妊娠したこと	7.0%	就職活動がうまくいかなかった	1.5%
その他	9.6%	その他	9.6%

小学校から大学（専門、短期含む）までの不登校合計

18.5%

広義のひきこもり群の方が相談先に求めること

15歳～39歳	割合 (複数回答)	40歳～69歳	割合 (複数回答)
相手が同じ悩みを持っている、持っていたことがある	36.8%	無料で相談できる	27.7%
無料で相談できる	36.1%	相手が同じ悩みを持っている、持っていたことがある	26.5%
相手がカウンセラーなど心理学の専門家である	31.9%	相手先が公的な支援機関である	23.2%
匿名で（自分が誰かを知られずに）相談できる	29.9%	相手が同世代である	20.6%
SNSやメールなどで相談できる	27.1%	相手がカウンセラーなど心理学の専門家である	20.0%

※参考の過去調査とは質問項目が一部異なることから単純比較はできないことに留意

ひきこもり支援の考え方（定義など）

ガイドラインにおける定義

「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」（平成22年5月）による定義

（厚生労働科学研究でとりまとめ、主任研究者：齋藤万比古氏 国立国際医療研究センター国府台病院）

様々な要因の結果として

社会的参加（就学、就労、家庭外での交遊など）を回避し、原則的には6カ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態を指す現象概念（他者と交わらない形での外出をしてもよい）

ひきこもりは現象や状態像であって、その人そのものではない

例えば、〇〇で「ひきこもり状態にある人」、〇〇により「ひきこもり状態」を選んだ人、「ひきこもらざるを得ない状態」など

本人は“生きるため”にひきこもり状態にならざるを得ない
いつか元気になって、自分もできることをしたい、働きたい、活躍したいなど
ひきこもっている間、悩み、考え、苦しんでいる…

“生きるため”のエネルギーを貯めている→同時に消費している可能性も…
まずは、エネルギーを貯めることができる環境の整備が必要な場合がある…

「ひきこもり＝問題」ではなく、ひきこもりによって
社会とのつながりなどがなく、悩み、考え、苦しんでいることを理解



ひきこもり支援対象者の考え方（「ひきこもり支援ハンドブック」から）

◆「ひきこもり支援」の対象者を広く捉えています

「ひきこもり」に対する考え方、捉え方が一般化され、ガイドラインの定義に当てはまらない対象者が多くいる現状となっています。生活困窮者自立支援制度や、地域共生社会の実現に向けた地域住民を広く支える仕組み作りも始まっているなか、「ひきこもり状態」にある人は、多様な分野、年齢、世帯で見られるようになり、その定義化は困難です。

ひきこもり支援における対象者とは

社会的に孤立し、孤独を感じている状態にある人や、様々な生きづらさを抱えている状態の人（一人ひとりの状況は違う）であり、具体的には

○何らかの生きづらさを抱え生活上の困難を感じている状態にある

○家族を含む他者との交流が限定的（希薄）な状態にある

○支援を必要とする状態にある（自ら支援を求めることができない場合もある）

本人やその家族（世帯）です。その状態にある期間は問わない。

生きづらさとは、その人自身が感じている固有のものであり、他者がその生きづらさの有無やその大小を判断することはできない。またその期間によって支援の必要性が変わるものではない。さらに、支援を求めている場合だけではなく、自ら支援を求める声を発することができない場合もあることから、**支援者は声に出せない潜在的なニーズを、関係機関等と連携し対話を通じて確認していくことが重要。**

支援モデルの変遷（「医療モデル」から「社会モデル」へ）

ひきこもり支援は、、、

これまでの歴史的な経過をみると、「ひきこもり状態」は「個人」の問題として捉える「医療モデル」の下で、医療的な支援や体制整備が進められてきた。

昨今、8050問題、生活困窮など、、、

生きづらさを抱えた方々を支援対象として広くとらえ、社会の側の環境整備を求める「社会モデル」の視点を加えた取組が求められている。

1960年代～

「学校恐怖症」から「不登校」
（個人の問題として対応策が始まる）

2000年代～

精神医療、精神保健を中心
とした支援の仕組みの構築
（個人に対する医療的な支援体制の整備が開始）

○ひきこもり地域支援センターを
都道府県・政令指定都市へ整備
（精神保健福祉センター、保健所圏域）

2020年代～

8050問題、女性のひきこもり、生活困窮、
いじめ、パワハラなど、この状況を作った
社会への働きかけ
（医療モデル＋社会モデル）

- 身近な市町村域における相談窓口の設置
- 国・都道府県による市町村の後方支援
 - ・地域社会の理解促進のための広報啓発
 - ・人材養成研修
 - ・支援者ケア

ひきこもり支援の取組状況

ひきこもり支援の相談窓口の設置状況等

令和2年10月に、ひきこもり状態にある方など社会参加に向けた支援を必要とする方への、自治体における支援体制の構築に向けて、市区町村及び都道府県において取り組むべき事項として、①ひきこもり相談窓口の明確化・周知、②支援対象者の実態やニーズの把握、③市町村プラットフォームの設置・運営について依頼している。

依頼内容	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度	備考
相談窓口の明確化	1,053 (60.5%)	1,273 (73.1%)	1,430 (82.1%)	1,487 (85.4%)	1,560 (89.6%)	1,741自治体
うち周知の状況	790 (75.0%)	1,077 (84.6%)	1,237 (86.5%)	1,320 (88.8%)	1,438 (92.2%)	明確化している自治体のうち、 周知している数及び割合
実態把握調査	517 (28.9%)	777 (43.5%)	931 (52.1%)	1,005 (56.2%)	1,064 (59.5%)	1,788自治体
市町村プラットフォーム	589 (33.8%)	1,003 (57.6%)	1,205 (69.2%)	1,319 (75.8%)	1,354 (77.8%)	1,741自治体

単位：自治体

ひきこもり支援推進事業実施自治体

※生活困窮者自立相談支援事業費等負担金及び生活困窮者就労準備支援事業費等補助金

ひきこもり支援の体制整備は、平成21年から都道府県・指定都市に「ひきこもり地域支援センター」を設置し、30年に整備が完了。令和4年度には、基礎自治体における相談窓口の早期設置と支援内容の充実に向け、ひきこもり地域支援センターの設置主体を市区町村に拡充、さらに新たなメニューとしてひきこもり支援ステーション事業を創設した。

		令和4年度	令和5年度	令和6年度	令和7年度
ひきこもり地域支援センター事業	(都道府県)	47	47	47	47
①相談支援、②居場所づくり、③ネットワークづくり、④当事者会・家族会の開催、⑤住民への普及啓発を総合的に実施	(市区町村)	38	52	58	67
ひきこもり支援ステーション事業		87	93	110	129
①相談支援、②居場所づくり、③ネットワーク作りを一体的に実施					
ひきこもりサポート事業		85	120	155	164
計		257	312	370	407

単位：自治体

身近な基礎自治体におけるひきこもり支援の充実

より身近な市町村域における相談窓口の設置と支援内容の充実を図り、これを都道府県がバックアップする体制を構築

市町村域

ひきこもり支援に特化した事業（令和7年度：340市区町村）

段階的な充実

I ひきこもり地域支援センター（令和7年度：47市区町）

47都道府県 + 20政令市 + 340市区町村

①相談支援、②居場所づくり、③地域のネットワークづくり、④当事者会・家族会の開催、⑤住民への普及啓発等を総合的に実施

II ひきこもり支援ステーション（令和7年度：129市区町村）

ひきこもり支援の核となる①相談支援、②居場所づくり、③地域のネットワークづくり等を一体的に実施

III ひきこもりサポート事業（令和7年度：164市区町村）

ひきこもり支援の導入として、任意の事業を選択して実施

重層的支援体制整備事業

地域住民の複雑化・複合化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制を構築

属性を問わない相談支援、参加支援
地域づくりに向けた支援 等

生活困窮者自立支援制度

（福祉事務所設置自治体）

自立相談支援事業

アウトリーチや関係機関への同行訪問
関係機関へのつなぎ 等

就労準備支援事業

就労準備支援プログラムの作成
ひきこもりの方がいる世帯への訪問支援等

○市町村への準備支援

新たに支援開始を検討している市町村の準備費用（実態把握経費、居場所等の拠点の修繕費、備品購入費など）へ手厚く補助（※次年度、センター等の実施が条件）



ひきこもり地域支援センターのサテライトの設置



都道府県から市町村への財政支援と支援ノウハウの継承
※原則2年後に市町村事業に移行

支援イメージ

～「多様な支援の選択肢」×「多様な主体による官民連携ネットワーク」～

取組の幅



連携機関の幅



精神保健福祉センター・保健所

家族会
当事者会

NPO
法人

市町村

社協

サポ
ステ

その他
関係機関

市町村プラットフォーム

多様な取組や関係機関の連携を活かして一人ひとりの状況に応じたオーダーメイドの支援

全ての自治体に対して、ひきこもり相談窓口を明確化や市町村プラットフォームの設置を依頼している

（明確化自治体数）
1,560/1,741自治体
（89.6%）

（市町村プラットフォームの設置自治体数）
1,354/1,741自治体
（77.8%）
※令和6年度末時点

後方支援

立ち上げ支援
市町村訪問支援

ひきこもり地域支援センター

相談支援、居場所づくり、地域のネットワークづくり、家族会・当事者会の開催、住民への普及啓発に加えて、市町村等への後方支援と支援者研修等を総合的に実施する

市町村等への
後方支援

関係機関の
職員養成研修

多職種専門
チームの設置

等

②支援の質の向上
③支援者のケア

①社会全体の
気運醸成

国

①ひきこもりに関する地域社会に向けた広報事業

ひきこもり支援シンポジウム、全国キャラバンの開催
ひきこもり支援情報をまとめたポータルサイト運用 等

②人材養成研修事業

ひきこもり地域支援センター職員等を対象とした初任者向け・中堅者向け研修の実施

③ひきこもり支援コミュニティ（支援者支援）の構築

支援者が抱える悩みの共有や相談できる場などの提供等を通じ、支援者をフォローアップ



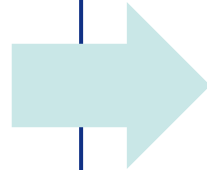
厚生労働省

都道府県（指定都市）域（67都道府県市）

ひきこもり支援の「指針」の特徴と推移

10代・20代を中心とした「ひきこもり」をめぐる 地域精神保健活動のガイドライン（2001）

- 多様性をもったメンタルヘルス（精神的健康）に対する問題
- 年齢の限定（10代・20代）
- 精神保健課題として位置づけ



ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン （新ガイドライン）（2010）

- 原則的には6ヶ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態を指す現象概念と定義
- 幅広い年齢層への支援
- 現に支援を必要としている、精神保健・福祉・医療の支援対象
- 医療的な支援が必要であることを示唆する内容

ひきこもり支援は、社会情勢や取り巻く環境が大きく変わる中で、本人や家族の背景等も多様性を帯びるようになったことから、「新ガイドライン」におけるひきこもり支援では、全面的に支援することが難しい状況が生まれた。

ひきこもり支援ハンドブック（2025）

- 病気や障害等、本人自身に問題があるといった視点ではなく、それに加えて、その人を取り巻く環境や社会との関係上に課題があり、その調整によって課題を改善する考え方を採用
- 医療が必要である人も含めて、さまざまな相談支援や居場所活動を必要としている人を対象としたひきこもり支援の具体的な指針を記載
- ひきこもり支援に従事する支援者が、伴走支援にあたって大切にしてほしい共通の認識を記載

【令和6年度 厚生労働省 社会福祉推進事業】ひきこもり支援にかかる支援ハンドブックの策定に向けた調査研究事業 ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～概要

R7.1.31に自治体宛通知

【ひきこもり支援ハンドブックの目的・背景】

- ◆「ひきこもり状態にある人やその家族」に関わる全ての支援者が、支援にあたっての参考（拠り所）となるよう、支援を行う前提や基本的な考え方（価値や倫理）、支援のポイントなどを網羅的に掲載。
- ◆「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン（2010）』以降、**ひきこもりに関する支援の指針は示されておらず、社会情勢や取り巻く社会環境が大きく変わる中で、現状の課題を踏まえた新たな指針**が求められている。※ガイドラインとは併用を想定
- ◆ひきこもり支援に従事する支援者が、支援を行う際の共通認識として理解しておくべき内容を記載しており、このハンドブックに記載されている内容をもとに、支援を受ける本人やその家族等との対話を通して、より良い支援を実現していく。

ひきこもり支援の対象者と目指す姿

支援の対象者

- 社会的に孤立し、孤独を感じている状態にある人や、様々な生活上の困難を抱え、家族を含む他者との交流が限定的（希薄）な状態であり、かつ、支援を必要とする本人及びその家族。
※**その状態にある期間は問わない。**

目指す姿

- ひきこもり支援では、本人及びその家族自身の意思で今後の生き方や社会との関わり方などを決める「自律」を目指す。※**社会参加の実現や就労はプロセスであり、そのみが支援のゴールではない。**
- 相談支援機関は本人及びその家族の「尊厳」を守り、寄り添いながら丁寧な相談支援を実施する。また、一人ひとりの思いを受け止め、本人や家族のペースに合わせたオーダーメイドの伴走型支援を継続。

ひきこもり支援における価値や倫理

価値や倫理

- ひきこもり支援においては、①ひきこもり状態にある本人を「人として尊厳ある存在」と認識し背景等を理解する（人間観）、②社会に対する捉え方を理解する（社会観）、③本人の意思を尊重する（支援観）3つの考え（価値）を共通基盤として支援を行い、さらに、それを前提として行う行動（倫理）を原理・原則（支援の拠り所）とする。

求められる姿勢

- 「敬意と労い」「尊重し、共に考える」「一歩ずつ支援する」「家族は本人支援に影響を与える存在」という支援者として求められる4つの姿勢。

支援の留意点

- 「本人と家族の意向は異なる」「広く社会に働きかける」「支援者は一人で抱えない」「支援の強要に注意する」「エンパワメントやコーディネート」「精神疾患や発達障害の正しい理解」という支援を行う上での6つの留意点。

ひきこもり支援におけるポイント

支援のポイント

- ひきこもり支援は、本人やその家族の背景が様々であり、それぞれに応じた支援も多様であるため、各自治体で実践されている支援のポイントを網羅して掲載。
- 具体的には、①対象者とのコミュニケーション、②意向の確認、③意向を反映した支援の計画と実行、④支援の入口と出口、⑤家族間の関係性、⑥支援の制度や体制、⑦支援者のエンパワメントの7つの項目、50のポイントで整理する。

事例で見る支援のポイント

- 支援の実践場面ごとの事例を掲載し、支援のポイントを解説。
- 具体的には、ひきこもり状態が長期にわたる事例をはじめとして、11パターン（30事例）を、年齢や性別、世帯状況の違いで仮想設定し、支援のポイントを整理する。

第2章 ひきこもり支援の対象者と目指す姿

(2) ひきこもり支援の目指す姿 【自律】

- 相談を受けた機関は、本人やその家族の尊厳を守り、寄り添いながら丁寧な相談支援を提供すること、一人ひとりの意見を受け止めて本人やその家族のペースに合わせたオーダーメイド型の伴走型支援を行い、適切な距離感で関わり続けることが大切です。(小さな変化に目を向けることが重要!)

ひきこもり支援において目指すべき姿は...

★本人のペースに合わせながら、本人やその家族が、自らの意思により、自身が目指す生き方や、社会との関わり方等を決めていくことができるようになること（自律）。【意思の尊重・自己決定】

★自律とは、本人の尊厳や主体性、自尊感情を回復する意味であり、その自律に向けたプロセスを本人と支援者が共有しながら一歩ずつ進むことを目指すもの。自律の形は一人ひとり違うものであり、決まったものはない。(ひとり一人の通過点が無数に存在する。その先に本人の望む未来が...)

【3歩進んで2、3歩下がるなど、状況はさまざま...その都度、通過点を一緒に共有することが重要!】

- 自立→目に見える:就労など目に見えるから目標にしやすい。ただ、自らの意思なのかは見えない。
 - 自律→目に見えない:見えないからこそ戸惑い。でも大切。自身で考え決定し行動すること
 - →その決定は様々な「人」頼って導きだしてもいい! 自律=頼らない ではない。
 - 悩み(支援者)と悩み(当事者・家族)の共有の重要性→共に考える。
- ※緊急性の有無は重要!! 意思は最大限尊重するが、危険があれば積極的に関与する必要もある。



第3章 ひきこもり支援における価値や倫理

支援者として求められる姿勢と支援にあたっての留意点

★ 本人やその家族が、やっとの思いで相談につながった際に「相談員」が安心して相談できる存在であると理解していただくための姿勢4つ！

★支援に、決まった支援やゴールはなく、オーダーメイドの支援が必要！

○ 支援者として求められる4つの姿勢と、6つの留意点を示しています。

<姿勢>

①敬意と労い

支援に繋がったことに対する労いや相談することができたことに敬意を払う

②尊重し、共に考える

本人も家族も、それぞれが自身の人生を歩むための支援が必要。支援者の思いを押しつけない

③本質を見極め、一歩ずつ支援

本人や家族の気持ちの「ゆらぎ」に付き合い、寄り添いながら支援する

④家族は、本人の生活を支え影響を与える存在

家族も本人の思いを理解するプロセスが必要であり、家族への支援は大きな意味を持つ

<留意点>

①本人と家族の感じる課題、意向は違うもの

②広く社会に働きかける視点を持ち関わる

③支援者は一人で抱えない

④支援の強要に注意する

⑤エンパワメントやコーディネートを心がける

⑥精神疾患や発達障害を正しく理解する

【参考資料】

- ・ ひきこもり支援の歴史
- ・ ひきこもり支援ハンドブック50のポイント一覧
- ・ ひきこもり支援の関連予算事業
- ・ ひきこもり支援推進事業実施自治体一覧
- ・ ひきこもりVOICESTATION
 - こもリアル（ショートドラマ紹介）
 - 全国キャラバン紹介
- ・ 支援者ケア事業紹介
- ・ 共同生活型支援チェックリスト

ひきこもり支援の歴史

時期	主な取組や出来事など
1970年代 以前	1960年(S35) 日本児童精神医学会（現日本児童青年精神医学会）設立 「学校恐怖症」「登校拒否」についての研究が進む、中学生の不登校の増加 1965年(S40) 国立国府台病院児童精神科内に院内学級設立
1980年代	1985年(S60) 東京シューレ（日本初のフリースクール）開設
1990年代	1990年(H2) 内閣府『青少年白書』で「若者の非社会的問題行動の一つとして「ひきこもり」が掲載」 1991年(H3) 「引きこもり・不登校児童福祉対策モデル事業」開始（メンタルフレンド） 1998年(H10) 『社会的ひきこもり』（斎藤環著）発刊 ➡以降、「ひきこもり」という言葉が一般的に 1999年(H12) KHJ全国ひきこもり家族会連合会発足
2000年代	2001年(H13) 『10代・20代を中心とした「ひきこもり」をめぐる地域保健活動のガイドライン（暫定版）』策定 2003年(H15) 『ガイドライン（最終版）』発表 内閣府「青少年育成施策大綱」発表 「若者自立・挑戦プラン」 2005年(H17) 「若者自立塾創出推進事業」➡2009年(H21)事業仕分けにて廃止 2006年(H18) 「地域若者サポートステーション設置」 2009年(H21) ひきこもり地域支援センターを都道府県・政令指定都市へ整備開始
10年代以 降	2010年(H22) 子ども若者育成支援推進法施行 内閣府「若者の意識に関する調査（実態調査）」推計 69.6万人と発表（15歳～39歳） 厚労省『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』発表 2015年(H27) 生活困窮者自立支援法施行 2016年(H28) 内閣府 実態調査において、推計54.1万人を発表（15歳～39歳） 教育機会確保法が議員立法により成立、施行 2018年(H30) 生活困窮者自立支援法改正➡基本理念規定の創設、定義規定の見直し 厚労省 「ひきこもりサポート事業」開始 内閣府 実態調査において、推計61.3万人を発表（40歳～64歳） 2020年(R2) 厚労省 市町村プラットフォーム設置要請（地域福祉課長通知） 2021年(R3) 厚労省「重層的支援体制整備事業」開始（R2の社会福祉法改正によりR3施行） 2022年(R4) 厚労省 ひきこもり支援推進事業拡充➡ひきこもり地域支援センター等の設置を市町村へ拡充 2023年(R5) 内閣府 こども・若者の意識と生活に関する調査結果 推計50人に一人の割合を公表 孤独・孤立対策推進法成立（2024年（R6）4月施行） 2025年(R6) 厚労省 社会福祉推進事業において「ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～」作成

第4章 ひきこもり支援のポイント

ここでは、項目ごとにひきこもり支援の「50のポイント」をまとめています。ポイントの詳細は全体版をご確認ください。

ひきこもり支援の「50のポイント」

「ひきこもり支援の多様性」に関するポイント

- <ポイントその①>支援対象、その背景、支援内容は多様
- <ポイントその②>自らの意思により、生き方や社会との関わり方などを決めていく支援
- <ポイントその③>様々な機関や他の支援者とチームを組み実施
- <ポイントその④>支援につながるための広報・周知は重要
コラム:家族支援と家族会

「ひきこもり支援の流れ」に関するポイント

- <ポイントその⑤>支援は周知・広報から相談受理、状況・背景の把握、アセスメント、実施とモニタリング、フォローアップが基本
コラム:ひきこもり支援につながるまでのハードル～支援対象者に情報を届ける上での留意点や工夫～
コラム:ひきこもり状態の多様性を理解したひきこもり支援の必要性

「対象者とのコミュニケーション」に関するポイント

- 信頼関係をベースにしたコミュニケーション
- <ポイントその⑥>対象者とコミュニケーションを取る上で重要となるのは信頼関係
場面別の適切なコミュニケーションを行うためのポイント
- <ポイントその⑦>「本人に会えない場合」
- <ポイントその⑧>「本人と連絡が取れない場合」
- <ポイントその⑨>「本人との面談の約束にキャンセルが続く場合」
- <ポイントその⑩>「支援者による働きかけに対して本人から特段良い反応がない場合」
コミュニケーションの手法やツール
- <ポイントその⑪>家族支援を継続することが重要
コラム:家族支援と心理的手法
- <ポイントその⑫>アウトリーチ型(訪問型)の活動による支援の重要性と侵襲性
コラム:ピアサポーターの活動(経験者としての関わり)
- <ポイントその⑬>電話相談、メール相談、SNSを用いた相談
- <ポイントその⑭>本人や家族から聞き取ったことを整理してまとめるためのシート(アセスメントシート)等を用いる
支援対象者に関する情報の取扱いにおける留意点
- <ポイントその⑮>支援対象者に関する情報を他の支援機関等と共有

第4章 ひきこもり支援のポイント

ひきこもり支援の「50のポイント」

「意向の確認」に関するポイント

意向を確認する際のポイント

<ポイントその⑯>本人を支援の主体として意向を確認

場面別の対象者の意向の確認のポイント

<ポイントその⑰>「本人のニーズが明確ではない場合」の意向確認

<ポイントその⑱>「本人のニーズが変化した場合」の意向確認

<ポイントその⑲>「家族をとおして本人の意向確認をする場合」の意向確認

「対象者の意向を反映した支援の計画・実行」に関するポイント

支援のゴールはどう設定するか

<ポイントその⑳>自らの意思により、今後の生き方や社会との関わり方などを決めていくといった「自律」の実現

支援の進め方のポイント

<ポイントその㉑>本人の「自律」をサポートするためのモニタリング

<ポイントその㉒>支援はスモールステップで進める

<ポイントその㉓>キーパーソンを見極める

<ポイントその㉔>支援対象者の疲弊や焦燥感、葛藤を理解し伴走支援を心がける

<ポイントその㉕>本人が困難な状況におかれていることを注意深く確認

<ポイントその㉖>支援を進める前の準備段階の工夫が重要

<ポイントその㉗>支援の実行とモニタリングは繰り返し行う

支援体制の構築

<ポイントその㉘>多機関・多職種の支援者同士でつながり合った支援体制を検討

<ポイントその㉙>支援者の異動や退職時にスムーズに引き継ぐための工夫

場面別の支援の実行についてのポイント

<ポイントその㉚>「支援が中断する場合」の対応

<ポイントその㉛>「支援対象者が変化を望まない場合、消極的な場合」の対応

<ポイントその㉜>「支援対象者が支援を拒絶する場合」の対応

<ポイントその㉝>「親亡き後を見越したサポートをする場合」の対応

<ポイントその㉞>「家族以外からの介入がある場合」の対応

「ひきこもり支援の入口（支援の開始）と出口（自機関での支援の終わりや他機関への支援のつなぎ）」に関するポイント

ひきこもり支援の入口（支援の開始）

<ポイントその㉟>本人や家族から丁寧に意向を聞き取り支援に必要な情報を詳細に把握する

<ポイントその㊱>本人や家族の状態をしっかりと把握し緊急対応の必要性を判断する

ひきこもり支援の出口（自機関での支援の終わりや他機関への支援のつなぎ）

<ポイントその㊲>自己決定したゴールに到達し次のステップにつないだ場合も、支援対象者とゆるやかにつながり続ける

第4章 ひきこもり支援のポイント

ひきこもり支援の「50のポイント」

「家族間の関係性」に関するポイント

家族間の関係性に目を向ける

<ポイントその③⑧>本人と家族の関係性を把握した上で支援を組み立てる

<ポイントその③⑨>本人と家族の間で意向やペースが異なる場合

<ポイントその④⑩>家庭全体が困難を抱えている場合

<ポイントその④⑪>経済的な問題にも発展する可能性がある場合

場面別の家族間の関係性に目を向けた対応のポイント

<ポイントその④⑫>「本人と家族が不和、関係が不安定である場合」の対応

<ポイントその④⑬>「家族への攻撃的言動や、家庭内暴力がある場合」の対応

「支援制度や支援体制」に関するポイント

ひきこもり支援で連携・活用する分野や法律、事業の整理

<ポイントその④⑭>様々な支援制度との連携を図りながら支援する

支援体制のポイント(連携編)

<ポイントその④⑮>連携先となりうる機関や専門家の情報収集に努める

コラム:地域の課題に応じた地域支援の推進～高知県ひきこもり地域支援センターの取組～

コラム:医療機関との役割分担と連携①

コラム:医療機関との役割分担と連携②～児童精神分野における例～

支援体制のポイント(相談支援以外の取組編)

<ポイントその④⑯>「地域のかかわり」に関する支援体制づくり

<ポイントその④⑰>「居場所支援、居場所づくり」に関する支援体制づくり

コラム:ひきこもり支援における周知・広報の手法

コラム:当事者会や家族会の運営支援～ひきこもり支援における協働～

コラム:当事者団体と専門職の協働体制での当事者会・家族会支援～居場所「よりどころ」～

「支援者のエンパワメント」に関するポイント

支援者の抱える困難

<ポイントその④⑱>支援者が健康で、やりがいをもって働き続けることができるために

困難を軽くするための工夫～支援者自身の成長のために～

<ポイントその④⑲>支援者をエンパワメントする工夫が大切

<ポイントその④⑳>支援者ケアの視点と取組の重要性

ひきこもり支援の関連予算事業

事業名	事業内容（令和8年度）	R8予算額
自治体におけるひきこもり支体制構築への支援（生活困窮者就労準備支援事業費等補助金）		
1. ひきこもり支援推進事業	市町村プラットフォームの設置など、地方自治体におけるひきこもり相談支援体制の更なる充実にに向けた取組を推進するため、以下に掲げる取組に対する補助を実施。 ①都道府県及び市区町村において、相談支援事業及び居場所づくり事業等の取組の全部又は一部を実施することにより、ひきこもり状態にある本人や家族からの電話、来所等による相談に応じて適切な助言を行うとともに、居場所づくりや地域における関係機関とのネットワークの構築等を実施（ひきこもり地域支援センター等の設置・運営等）。 ②都道府県において、市区町村（指定都市を除く）における本事業の立ち上げ支援。	15億円
ひきこもりに関する普及啓発、ひきこもり支援従事者の支援の質の向上、支援者のケア等（委託事業）		
2. ひきこもりに関する地域社会に向けた広報事業	地域におけるひきこもりに関する理解を深め、ひきこもり当事者やその家族が孤立せず、相談しやすい環境づくりを促進するため、ひきこもり支援に関する情報をまとめ情報発信するポータルサイトの運用、全国各地でのキャラバン活動の実施、イベントやパネルディスカッションの開催などを実施。	1.2億円
3. ひきこもり地域支援センター職員等への人材養成研修・広報事業	多様で複合的な課題を有するひきこもり状態にある方とその家族への支援が適切に行える人材の養成を図るため、ひきこもり支援に携わる新任职員や中堅職員等に対して、養成研修を実施。 併せて、ひきこもり支援に関する先進事例等を整理の上、周知・広報等を実施。	0.2億円
4. ひきこもり支援における支援者ケア事業	ひきこもり支援従事者が、複雑・複合化した課題や長期化する支援において抱える悩みの解消・抑制を図るため、ひきこもり支援従事者同士のコミュニケーションの場を設置し、オンライン上において有用な情報交換等を気軽に行える取組を実施。	0.3億円
5. ひきこもり支援における共同生活型支援に係るガイドライン等の開発・調査業務	効果的に共同生活型支援を実施する取り組みについて実践事例の効果を収集・検証し、事業運営の透明性の確保など、その活動を総合的に評価できる事項を示したガイドライン（骨子）等を整理。	0.6億円

令和7年度ひきこもり支援推進事業実施自治体（生活困窮者自立支援事業補助金）

都道府県・政令市除く
黄色の網掛けは中核市
赤字はR7新規自治体

ひきこもり地域支援センター 47自治体			
北海道	石狩市	神奈川県	鎌倉市
	幕別町	新潟県	柏崎市
岩手県	北上市	富山県	富山市
秋田県	横手市	静岡県	掛川市
栃木県	鹿沼市	岐阜県	岐阜市
群馬県	渋川市	愛知県	安城市
	安中市		西尾市
東京都	千代田区		東海市
	新宿区	三重県	豊明市
	文京区		みよし市
	台東区		伊勢市
	墨田区	兵庫県	松阪市
	目黒区		鳥羽市
	世田谷区		いなべ市
	中野区	奈良県	赤穂市
	杉並区		穴栗市
	板橋区		尼崎市
東京都	足立区	岡山県	明石市
	江戸川区		西宮市
	武蔵野市	福岡県	生駒市
	調布市		総社市
	日野市	福岡県	高梁市
	西東京市		八女市
	八王子市		

ステーション事業 129自治体					
北海道	釧路市	山梨県	富士川町		みなべ町
	帯広市		甲府市		日高川町
青森県	津別町	長野県	安曇野市		白浜町
	三沢市		恵那市		上富田町
宮城県	むつ市	岐阜県	各務原市		すさみ町
	岩沼市		藤枝市		那智勝浦町
秋田県	大館市	静岡県	刈谷市		太地町
	米沢市		稲沢市		古座川町
山形県	鶴岡市	愛知県	東郷町		北山村
	長井市		亀山市		串本町
	南陽市	三重県	伊賀市		和歌山市
	庄内町		明和町		南部町
福島県	会津若松市	滋賀県	湖南市		鳥取市
	白河市		宇治市		益田市
	喜多方市	京都府	京田辺市		大田市
茨城県	取手市		岸和田市		奥出雲町
	水戸市	大阪府	豊中市		津和野町
栃木県	小山市		枚方市		松江市
	さくら市		洲本市		瀬戸内市
埼玉県	秩父市		豊岡市		倉敷市
	和光市		川西市		三原市
千葉県	越谷市		丹波市		尾道市
	習志野市		朝来市		府中市
東京都	浦安市		淡路市		庄原市
	品川区		太子町		東広島市
	荒川区		香美町		廿日市市
	国立市		姫路市		海田町
	東大和市		奈良市		宇部市
	多摩市		海南市		山口市
	稲城市		橋本市		萩市
	大島町		有田市		周南市
	御坊市		田辺市		山陽小野田市
	新宮市		新宮市		うきは市
神奈川県	座間市		紀の川市		五島市
	綾瀬市		岩出市		佐世保市
	長岡市		紀美野町		宇城市
新潟県	新発田市		かつらぎ町		合志市
	小松市		九度山町		中津市
石川県	能美市		高野町		宮崎市
	中能登町		広川町		
	鯖江市		美浜町		
福井県	越前市		日高町		
	坂井市		由良町		
	池田町		印南町		

サポート事業 164自治体							
北海道	稚内市		飯能市	山梨県	山梨市		市川町
	江別市		本庄市		北杜市		福崎町
	紋別市		春日部市		茅野市		神河町
	増毛町		上尾市		塩尻市		佐用町
青森県	陸別町	埼玉県	戸田市		御代田町		天理市
	弘前市		入間市		飯島町		御所市
岩手県	遠野市		志木市		山形村		湯浅町
	奥州市		久喜市		白馬村		有田川町
	洋野町		川越市		長野市		伯耆町
宮城県	気仙沼市	千葉県	松戸市	岐阜県	飛騨市		浜田市
	丸森町		成田市		富士宮市		江津市
	利府町		佐倉市		伊東市		雲南市
	大和町		南房総市		袋井市		川本町
	大郷町		山武市		菊川市		邑南町
	女川町		船橋市		森町		吉賀町
秋田県	南三陸町		中央区		春日井市		津山市
	鹿角市		大田区		犬山市		玉野市
	大仙市		北区		大府市		赤磐市
山形県	酒田市		葛飾区		岩倉市		鏡野町
	高島町		青梅市		長久手市		竹原市
福島県	田村市		昭島市		豊橋市		世羅町
	伊達市		町田市		岡崎市		福山市
	南会津町		東村山市		一宮市		防府市
	西郷村		国分寺市		志摩市		長門市
	矢吹町		狛江市		菰野町		下関市
	棚倉町		藤沢市		多気町		徳島市
	矢祭町		横須賀市		紀北町		鳴門市
	塙町		小千谷市		日野町		三好市
	石川町		十日町市		亀岡市		三豊市
	古殿町		村上市		長岡京市		綾川町
茨城県	ひたちなか市		佐渡市		南丹市		多度津町
	守谷市		魚沼市		木津川市		高松市
	かずみがうら市		津南町		久御山町		太宰府市
	神栖市		高岡市		大山崎町		新宮町
	笠間市		射水市		池田市		遠賀町
	利根町		氷見市		富田林市		佐々町
栃木県	真岡市		小矢部市		大阪狭山市		日田市
	宇都宮市		南砺市		宝塚市		出水市
群馬県	富岡市		朝日町		小野市		日置市
			加賀市		養父市		霧島市
			金沢市		たつの市		名護市
					播磨町		豊見城市

令和7年度 都道府県による
立ち上げ支援事業実施自治体
東京都（7自治体）
島根県（1自治体）
熊本県（2自治体）
※リストに含まれている



みなさんご存じですか？【ひきこもりVOICE STATION】

ひきこもりVOICE STATIONは、ひきこもり当事者や経験者、家族や支援者の声をシェアすることで、互いに理解しあい、学びあって、**地域に暮らす誰もが生きやすい社会をつくることを目指すコミュニティサイト**です。

今、ひきこもり当事者は、推計146万人（内閣府調査）。

「結局、怠けてしょ。」「親の甘やかしては？」

「仕事しなくてうやまいし。」そんな声は、誤解であり偏見です。

ひきこもりは、誰にでも起こりうること。

当事者の様々な思いに触れ、ひきこもりへの理解を深め、

誰もが生きやすい社会・地域づくりについてみんなで考えませんか？

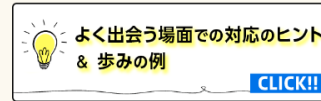
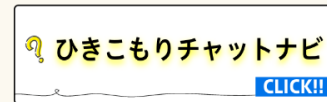
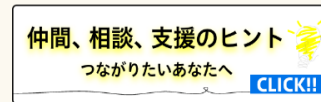


ひきこもりへの理解をすすめる
アニメーション

PICK UP



NAVIGATION



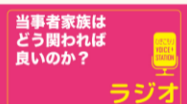
contents 当事者・経験者の声に触れよう



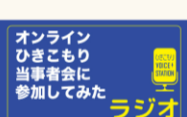
演出家宮本亜門さん



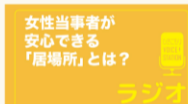
“HIKIKOMORI” ANYONE? 展が8月上旬よ



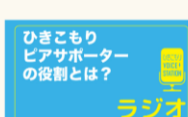
ラジオ



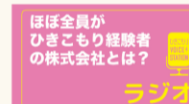
ラジオ



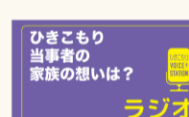
ラジオ



ラジオ



ラジオ



ラジオ



全国キャラバンin 滋賀「今わたしにできること」〜多様な立場からの関わり方〜



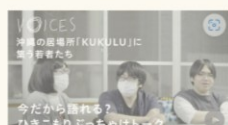
ヒヤダインさんからのメッセージ



佐々木一医師からのメッセージ



海谷一郎さんからあなたへ



ひきこもった時、つらかったことは? きっかけは?



イジメから不登校・ひきこもりへ。20歳で居場所につながる仲間との起業を目指す



人生がひらけた ひきこもり女子会への参加から



父との関係、自身の離婚、生きている意味がないと思っていた自分が音楽と出会って変化した



人とつながって 農業と出会って 生きる楽しさを知った



もっとオンラインでの仕事が増えたいの。プログラマー講師として伝えたい事



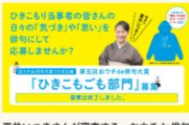
30年間のひきこもり生活って? 回復するきっかけは?



大塚なな子さんの仕事。ある日突然、心の病。そしてひきこもり。



10.22ひきこもりVOICE STATION全国キャラバンin TOKYO デジタルムービー



夏井いつきさんが審査する、おうちde俳句大賞「ひきこもり部門」



家族会の代表・田口ゆりえさん×KKH池上正樹さん



臨床心理士東郷間人さんからひきこもり当事者の皆さんへ



松山ケンイチさんと荻上直子さんからあなたへ



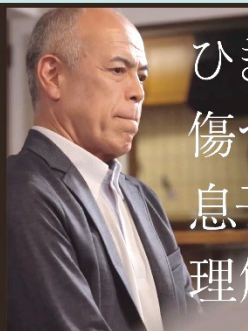
ラジオ

東京学芸大学准教授 福井里江さんにお話を伺いました。(パート1)

ショートドラマ「こもリアル」

ひきこもりの体験談をドラマ化！！ぜひ、みてほしい！！

【特別限定公開】こもリアル(全6話)/出演 田中要次 国仲涼子 他/監督 山田英治/実話をもとにしたショートムービー



ひきこもっているのは、
傷ついた自分を守るため？
息子のこと、
理解できていなかった。



壁の向こうの声、聴こえますか？
『こもリアル』
全6話配信中
ひきこもりボイス 検索
"HIKIKOMORI" ANYONE? 展
他人事にもいかに自分も

「学校に行くのは当たり前」
常識に囚われていた私が
娘を苦しめていた。



壁の向こうの声、聴こえますか？
『こもリアル』
全6話配信中
ひきこもりボイス 検索
"HIKIKOMORI" ANYONE? 展
他人事にもいかに自分も

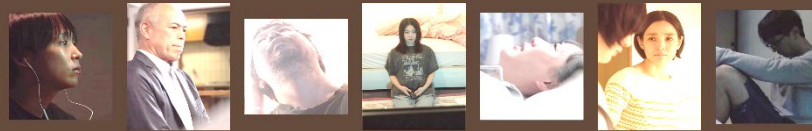
ひきこもって9年。
私は生きている価値がない女。
学校に行ったり、仕事や恋をしたり
みんなが普通にできることが
私にはできない。



壁の向こうの声、聴こえますか？
『こもリアル』
全6話配信中
ひきこもりボイス 検索
"HIKIKOMORI" ANYONE? 展
他人事にもいかに自分も

壁の向こうの声、
聴こえますか？『こもリアル』

くみり
田中要次 / 国仲涼子
竹中直人 / 宮崎あや / 高橋かおり
荒川ひなた / 山崎育三郎 / 谷口夢実 / 佐久間由衣
伊藤千佳 / 大久保佳代子 / ほか



全6話配信中 ひきこもりボイス 検索 "HIKIKOMORI" ANYONE? 展 他人事にもいかに自分も

「ひきこもりは、ただの怠け」
世間の声が、
息子の生きる力を
奪っていった。



壁の向こうの声、聴こえますか？
『こもリアル』
全6話配信中
ひきこもりボイス 検索
"HIKIKOMORI" ANYONE? 展
他人事にもいかに自分も

太陽の光が
何もしていない自分を
責めているようで、
怖かった。



壁の向こうの声、聴こえますか？
『こもリアル』
全6話配信中
ひきこもりボイス 検索
"HIKIKOMORI" ANYONE? 展
他人事にもいかに自分も

ゲームをするのは、
楽しいからではない。
先の見えない人生について
考え続けるのがツライから。



壁の向こうの声、聴こえますか？
『こもリアル』
全6話配信中
ひきこもりボイス 検索
"HIKIKOMORI" ANYONE? 展
他人事にもいかに自分も

今年も全国キャラバン実施！詳しくはWEBサイトをチェック！！
【<https://hikikomori-voice-station.mhlw.go.jp/event/>】



ひきこもり経験者と話そう。
誰もが生きやすい地域について。



ひきこもり
VOICE
STATION

当事者・ご家族の
思いを伝える！
ひきこもり
ボイス川柳募集！



2026年8月22日(土)～11月14日(土)

全国6都市で 開催！ 大阪府大阪市/青森県青森市/岐阜県岐阜市/
山梨県甲府市/岡山県岡山市/宮崎県宮崎市

ひきこもり
VOICE STATION
フレンズが参加！



宮本亜門
演出家・ひきこもり
VOICE STATION
クリエイティブプロデューサー・
ひきこもり経験者



山田ルイ53世
芸人、
ひきこもり経験者



まいきち
インフルエンサー！
ひきこもり経験者

～ひとりで抱えこまない支援へ～
支援者同士が相談できる場をつくり
ひきこもり支援の輪を広げていく

一人ひとりに
合わせた支援を
行うために
ヒントがほしい

支援について
職場以外の
いろいろな人とも
相談したい

新しい取り組みや
他市町村で
うまくいっている
取り組みが知りたい

ひきこもり支援
に関する
イベント情報や
ニュースを知りたい

ひきこもり
支援の輪

ひきこもりの複雑化・複合化

きっかけや理由、困りごとは人それぞれ

支援における選択肢の多様化

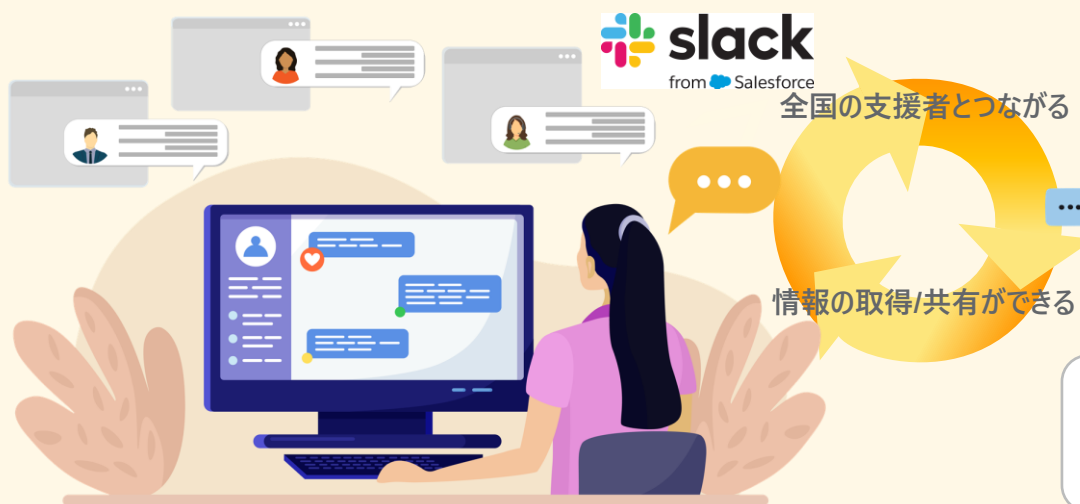
ひきこもり支援の正解はひとつではない

2 ひきこもり支援における 支援者ケア事業

なにをしているの？

最新情報が
チャット上でいつでも確認できる

全国の支援者と
オンラインで直接つながることができる



ZOOM開催



ミーティングID: 942 0804 8681
パスワード: 856823

聞いただけ参加OK
事前予約は要りません
お気軽にご参加ください！

毎月開催！都道府県ひきこもり御担当者に、
情報提供しています。**是非ご参加ください！**

ひきこもり支援コミュニティ（Slack）

支援者同士が気軽に相談・情報共有できるチャット（匿名可）



ひきこもり支援を語るCafé

遠隔でも参加できるオンライン開催の支援者交流会

- 支援の中で意見が分かれて困ったときに、匿名で相談した
- 得られた情報を周囲に共有したり、支援や企画のヒントにしている
- 厚労省の人に気軽に質問や相談ができるので、とても助かっている

- 様々な視点で話を聞けて、質疑応答から気づかされることも多かった
- 他地域の取り組みを知り、自分たちの支援を振り返ることができた
- 顔出しをしなくても話がきけるので、参加しやすかった



難しいケースを
“ひとりで
抱え込まない”で
分かち合える場

必要な知識に
“すぐ届く”
支援の迷いに
ヒントが得られる場

経験値が共有され、
“自分だけで解決
しなくていい”
みんなと一緒に
考えられる場



悩みを言葉にでき、
支援者自身も安心
して立ち止まること
ができる時間

他地域の実践から
自分の支援を
見直すヒント
が得られる場

視野が広がり、
多様な支援を
自信をもって
提案できる
ようになる環境

コミュニティ



Café

ひきこもり支援者にとってのヒントを共有し
当事者・家族一人ひとりに合った多様な支援をすすめていく

共同生活型支援チェックリスト

本チェックリストは、共同生活型支援を行う事業者が運営体制や活動内容を自らチェックし、広く一般の方々への情報公開（見える化）を図ることで適正な事業運営を推進するとともに、共同生活型支援への参加を検討しているひきこもり状態にある本人やその家族、共同生活型支援への参加を提案することを検討している自治体等のひきこもり相談窓口及び関係機関等の担当者が、当該事業者の運営体制や活動内容等を確認することで当該事業への参加を判断するための目安とすることができるなど、トラブルの未然防止やひきこもり状態にある本人の意向に沿った適切な事業者選択に資するものである。

共同生活型支援：自宅から離れたひきこもり状態にある本人に対し共同生活を取り入れながら伴走型の支援を行うこと

<共同生活型支援チェックリスト>

- 事業者が運営体制や活動内容を自らチェックした結果をホームページ等で閲覧することで、共同生活型支援への参加を判断する際の効率的な情報収集や複数の事業者の比較検討に活用

II. 安心・安全な共同生活型支援の提供（参加）のためのチェック項目

1. 共同生活型支援の申込等の契約手続き

(1) 申込・契約にあたり必要な情報や説明の手続き

(チェックの観点)

- 相談時から利用開始時までの流れにおいて、事業者は本人及び家族に対し、契約締結の判断に必要な情報を丁寧に説明することで、（家族をとおして）本人の意思を確認できるタイミングを持つことが重要である。
- なお、事業者においては、説明すべき内容をリーフレットやインターネットに公開、あるいは、あらかじめ書面で用意するなど明確化していることが望ましい。

No	チェック項目	評価	チェックした理由や補足事項（自由記述）
	申込の相談窓口や見学、体験についての情報が公開されている（リーフレットやインターネット等で確認できる）。		
	申込の相談窓口や見学、体験を通して、本人や家族が、共同生活型支援の参加や申込について相談できる機会がある。		
	公開情報や、申込の相談、見学、体験を通して、共同生活型支援におけるルール、禁止事項等の説明がある。		
	申込・契約の流れや手順、申込・契約にあたっての必要書類が明確である。		
	申込・契約にあたり、共同生活型支援の期間やかかる費用（追加料金も含む）の目安、解約方法、解約条件の説明がある。		

(2) 共同生活型支援に参加することの同意取得

(チェックの観点)

- 共同生活型支援の参加前に行う訪問支援（アウトリーチ）も同様に、事業者は本人及びその家族の意向を確認してから行うことが重要である。
- 例えば、本人が意向を示さない、あるいは特に良い反応を示していない場面では、まずは共同生活型支援への参加ではなく、家族を通じて電話やメール、アウトリーチなどを行いつつ、本人の意向を確認した上で参加いただくプロセスが大事である。

No	チェック項目	評価	チェックした理由や補足事項（自由記述）
	共同生活型支援に参加することについて、必ず、家族だけでなく、本人に対して直接意向の確認がある。		
	共同生活型支援に参加することについて、本人が拒否する意向を示した場合に、それを無視して無理やり参加させることはしない。		
	本人と家族の意向に相違がある場合はすぐに契約を行うことはせず、本人や家族と事業者の両者において、検討する猶予がある。		

<共同生活型支援の類型>

- どのような類型（種類）の共同生活型支援を行っているか分かるように、5つの視点から支援内容の類型を整理

III. 共同生活型支援の類型

ここでは、どのようなタイプの共同生活型支援を行っているかを確認するために、5つの視点から支援内容の類型を整理した。あてはまるものに事業者自らが「チェック」した内容をもとに、どのような共同生活型支援を行っているか、どのような共同生活型支援に参加できるかを確認する際の参考とされたい。

【視点1】支援プログラムの特徴	
生活再建型	社会参加促進型
生活リズム改善を核にしたプログラム	地域活動（ボランティア・外出・就労体験）を核にしたプログラム
補足事項（自由記述）	補足事項（自由記述）
起床・作業・運動等の構造化された生活が中心	本人が希望するプログラムを選択して参加
補足事項（自由記述）	補足事項（自由記述）
共同生活や集団活動を行うことで社会性の向上を目指す	段階的に地域に出て社会参加を促す
補足事項（自由記述）	補足事項（自由記述）

【視点2】公的サポートの要素	
制度連携型	交流促進型
福祉制度の活用を重視	地域資源の活用を重視
補足事項（自由記述）	補足事項（自由記述）
公的な資格や承認を得たサポートを多く含む	地域活動も多く取り入れ、地域コミュニティの中で実施する活動が主
補足事項（自由記述）	補足事項（自由記述）
自治体や医療機関、学校、サポステ等の支援機関との連携が強い	地域コミュニティで多数の人の交流を促進する
補足事項（自由記述）	補足事項（自由記述）

【視点3】所在地の特徴	
都市型	地方型
活動場所・共同生活場所が都市部にある	活動場所・共同生活場所が地方にある
補足事項（自由記述）	補足事項（自由記述）
事業者や商店等と協働して活動を行う	自然環境を活かした農作業等の活動を行う

<参考情報 過去の法律実務による具体的事例>

- 弁護士との協力を得て、これまでの法律実務において悪質事業者に対応した事案等を踏まえ、留意する必要があると考えられる事例を例示

(参考情報) 過去の法律実務による具体的事例

本留意事項は、共同生活型支援チェックリストの取りまとめに委員として参画している弁護士の協力を得て、これまでの法律実務において、いわゆる「自立支援」を謳う悪質事業者に対応した事案等を踏まえ、留意する必要があると考えられる事例を例示したものである。

共同生活型支援への参加を検討中、あるいは参加中の本人及びその家族はもとより、自治体のひきこもり相談窓口や関係機関等の担当者においても、この留意事項に照らして、事業者の対応に違和感や気になる点がないかをあらかじめ確認し、一つも該当する場合は、契約・参加を再検討・中止するなど、参考情報として積極的に活用していただきたい。

なお、本留意事項は当事者や家族への注意喚起を主な目的としており、悪質な事例を網羅的に記載できているわけではないが、「事業者との契約内容と利用時の対応が異なる」、「途中で解約できない」等、本留意事項に掲載されている事例の一つでも当てはまると思われる対応を事業者から受けた場合、本人及びその家族は、安全確保を最優先の上、「消費者ホットライン」（局番なしの188）を活用し、消費生活センター等へ相談するほか、まずは自治体や関係機関等のひきこもり相談窓口へ相談することが望ましい。その際、自治体や関係機関等の窓口担当者、本人やその家族から丁寧に相談を聞き取った上で、悪質事業者からの被害防止のため、継続して対応することが大切である。

1. 宣伝方法

- ホームページなどで、「絶対に自立する」「ひきこもりが必ず治る」といった誇大な表現や、著しく事実と相違する情報を与える、又は必ずしも虚偽ではないが、十分な根拠がなく人を誤認せたりするおそれがある広告をするような宣伝を行っている。

2. 参加にあたっての本人の同意

- 人 shouldn't いる場合に「音痴が起きる」としてこざからこれを強調して恐怖心を抱かせる。
- 本人の明確かつ真摯な同意を得ずに参加させる。親子の十分な話し合いの機会をえず、「本人を騙してでも連れてくるように」等と保護者や家族を促し、本人の同意なく強制的に参加させる。

3. 契約及び費用

- 参加者が契約終了する意旨を表示した場合にこれを認めない。
- 長期間の契約を結び、その契約を口実に解約することを一切認めない。
- 多額の解約金金を定め、事業主解約を困難にさせる。
- 契約時の説明とは異なる、あるいは必要な支援を行っていないにも関わらず、高額な追加費用を請求する。

4. 従属関係の構築及び過剰な労働負荷

- 睡眠時間を極度に削ったり、不要な投薬などにより、参加者が施設に従属しやすい意識状態にする。
- 施設の監視下におき、施設の長や経営者の崇拜を求め、その家族・親族の世話をさせる。
- 施設の管理下で、過度な長時間作業、重労働または危険な作業をさせる。