

# 平成30年度就労準備支援事業従事者養成研修 —対象者別の特性理解(1)「ひきこもり」

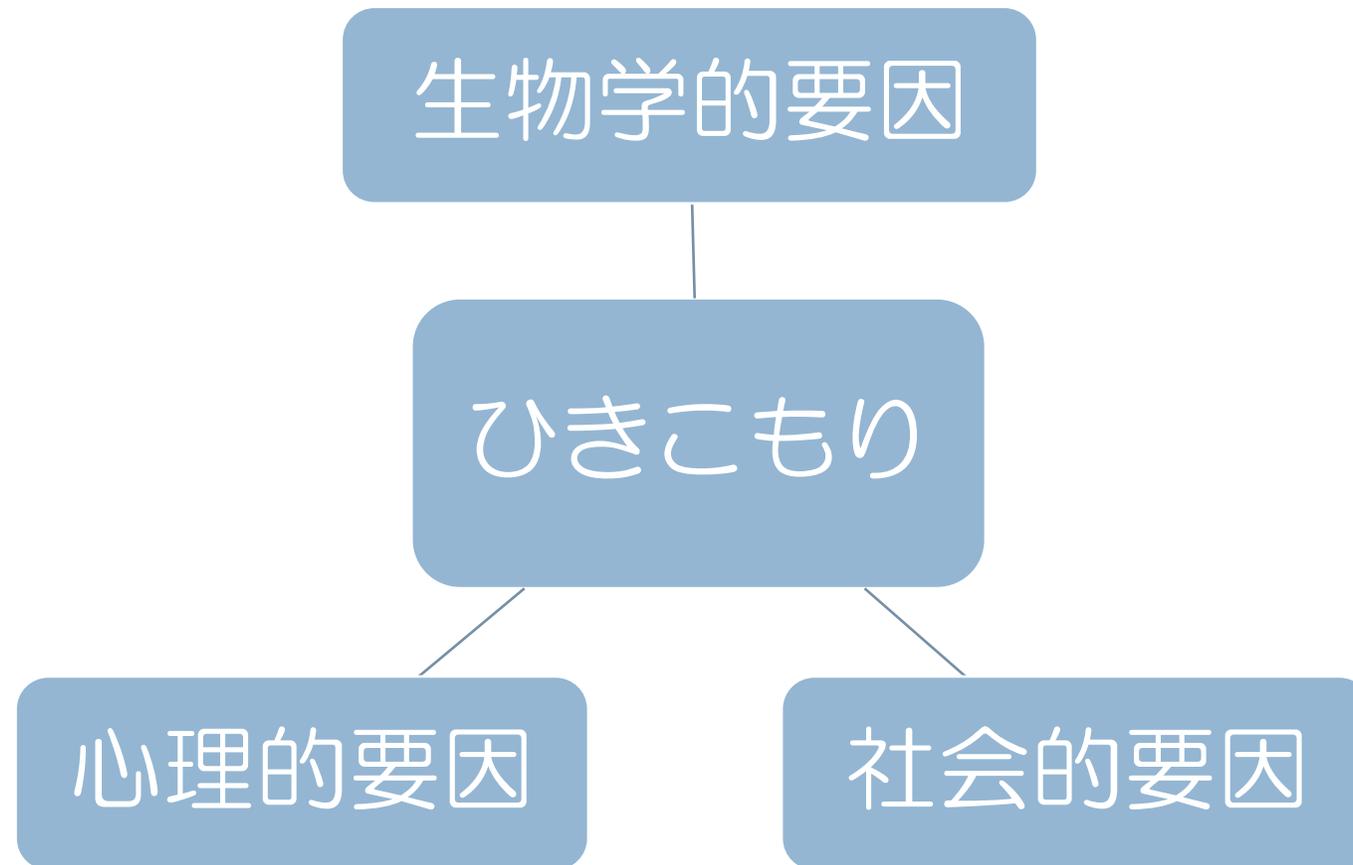
NPO法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク 田中 敦

1

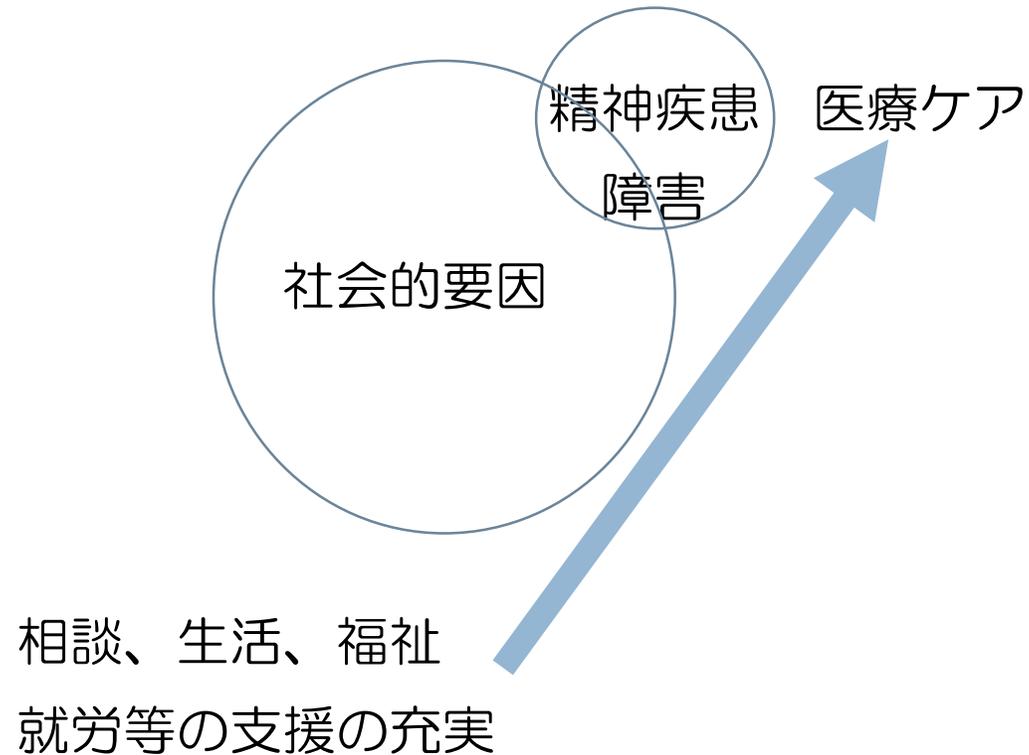
# 厚生労働省 ひきこもりの概念

- 厚生労働省「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」（2010.5.19）
- 「様々な要因の結果として社会的参加(義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊など)を回避し、原則的には6ヵ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態（他者と交わらない形での外出をしてもよい）を指す現象概念である」
- 「ひきこもりは原則として統合失調症のひきこもり状態とは一線を画した非精神病性の現象とするが、実際には確定診断がなされる前の精神疾病が含まれる可能性は低いことに留意すべきである」
- 6か月以上の科学的証明の課題（なぜひきこもりは半年以上なのか?）
- 対人関係性のみならず内面性の課題（徹底した自己排除による苦しさ）
- 過剰適応という名のひきこもり 就労の中のひきこもり（仕事をしていても心はひきこもり）
- 「するdoing」ことより「あるbeing」を認めることの大切さ

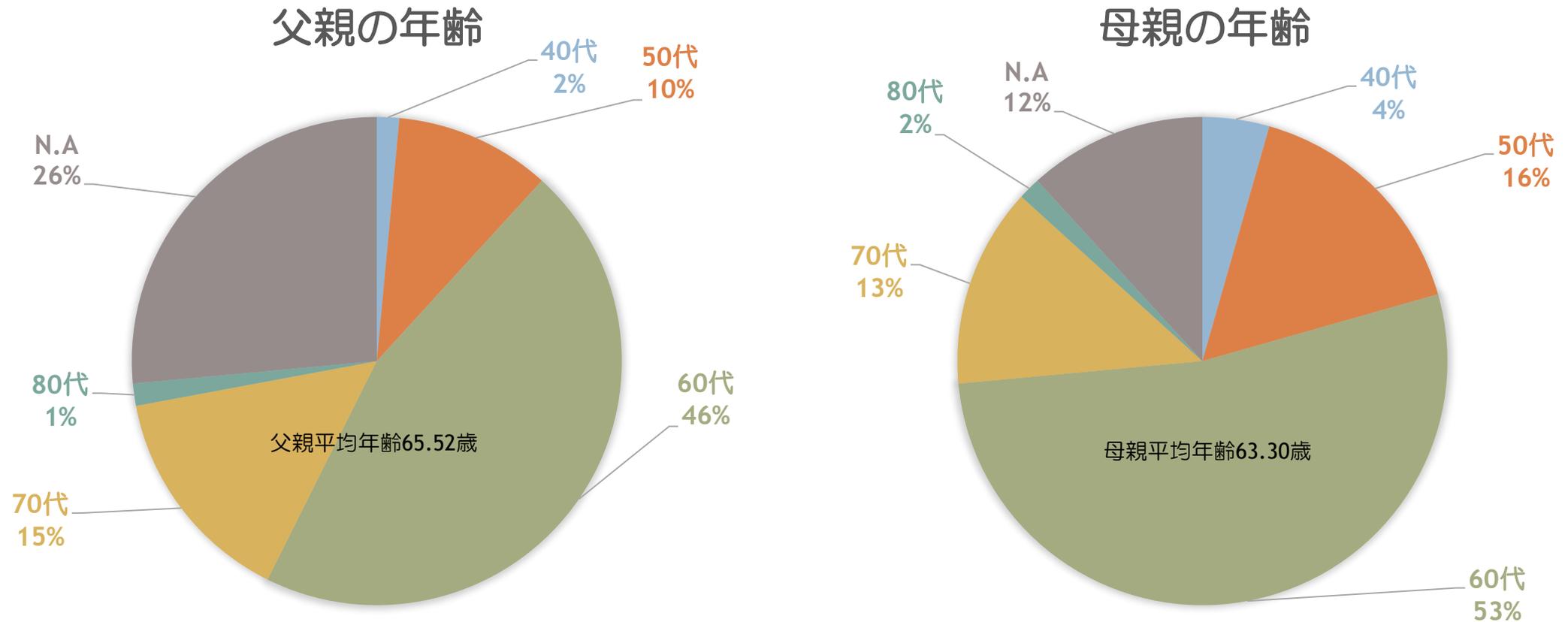
# ひきこもりをもたらす諸要因



# 多様化するひきこもりの理解

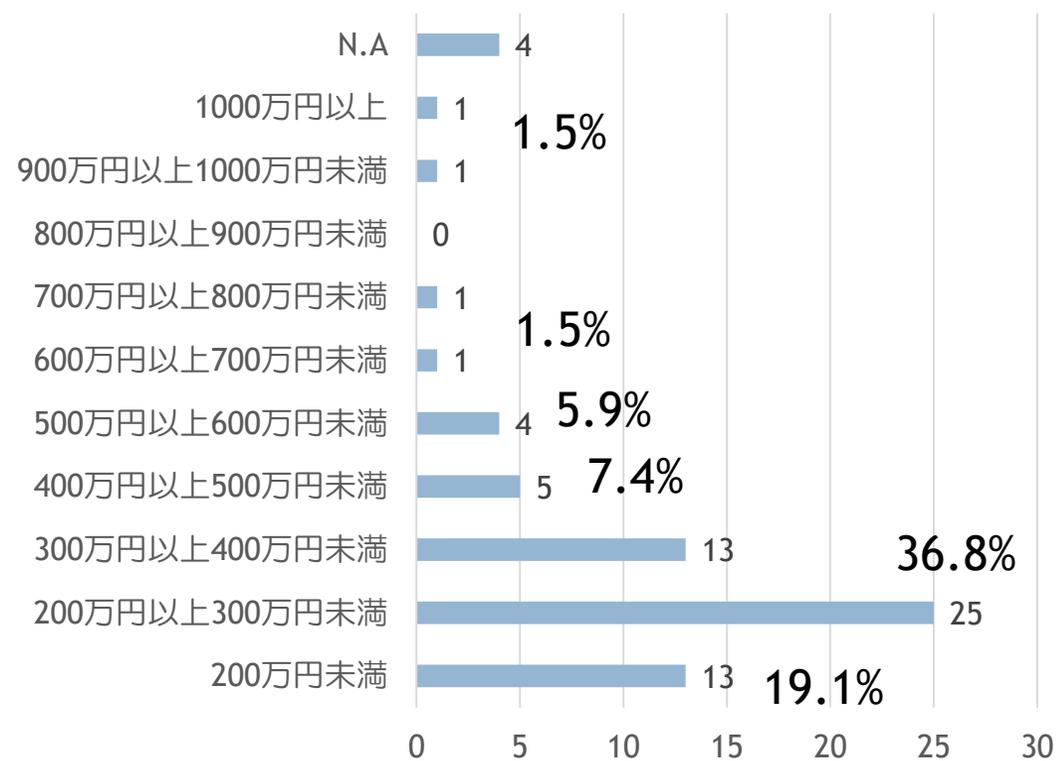


# 家族の年齢構成 N=68

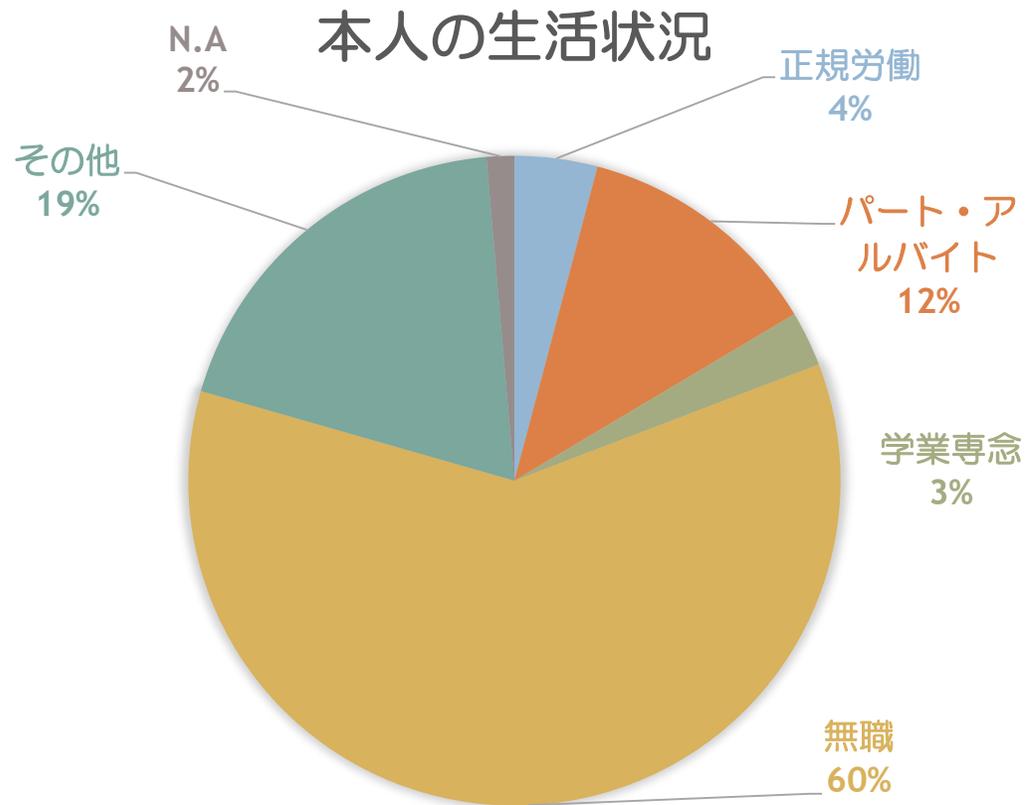


# 本人を支える世帯の年間所得収入 N=68

年間所得収入

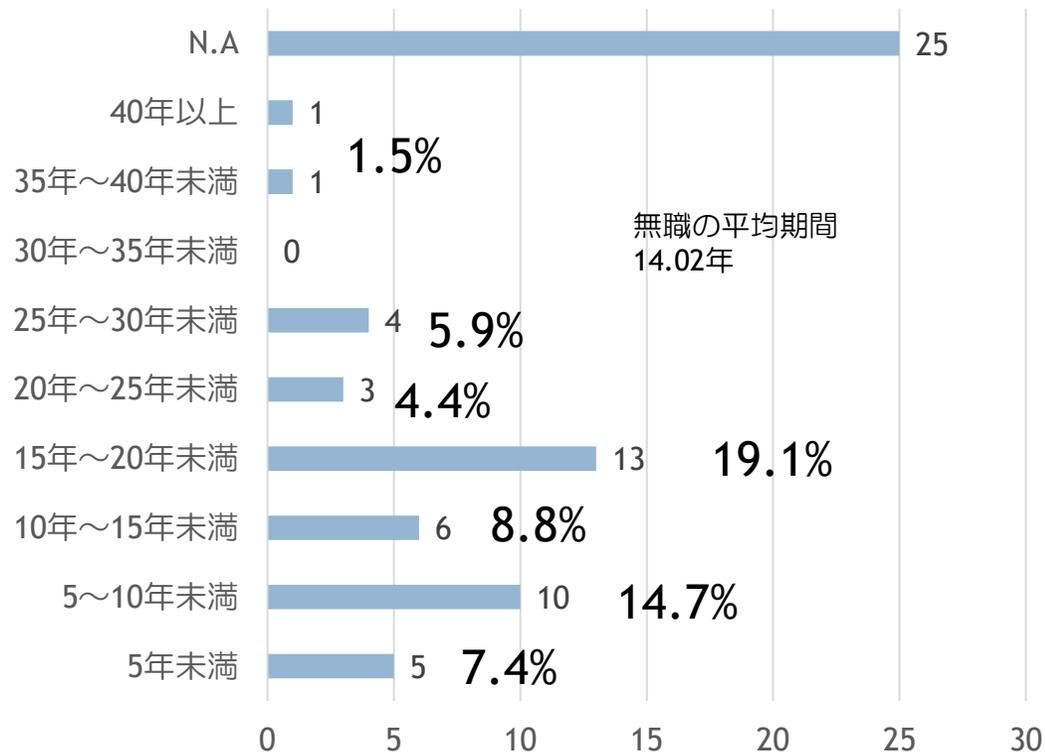


本人の生活状況

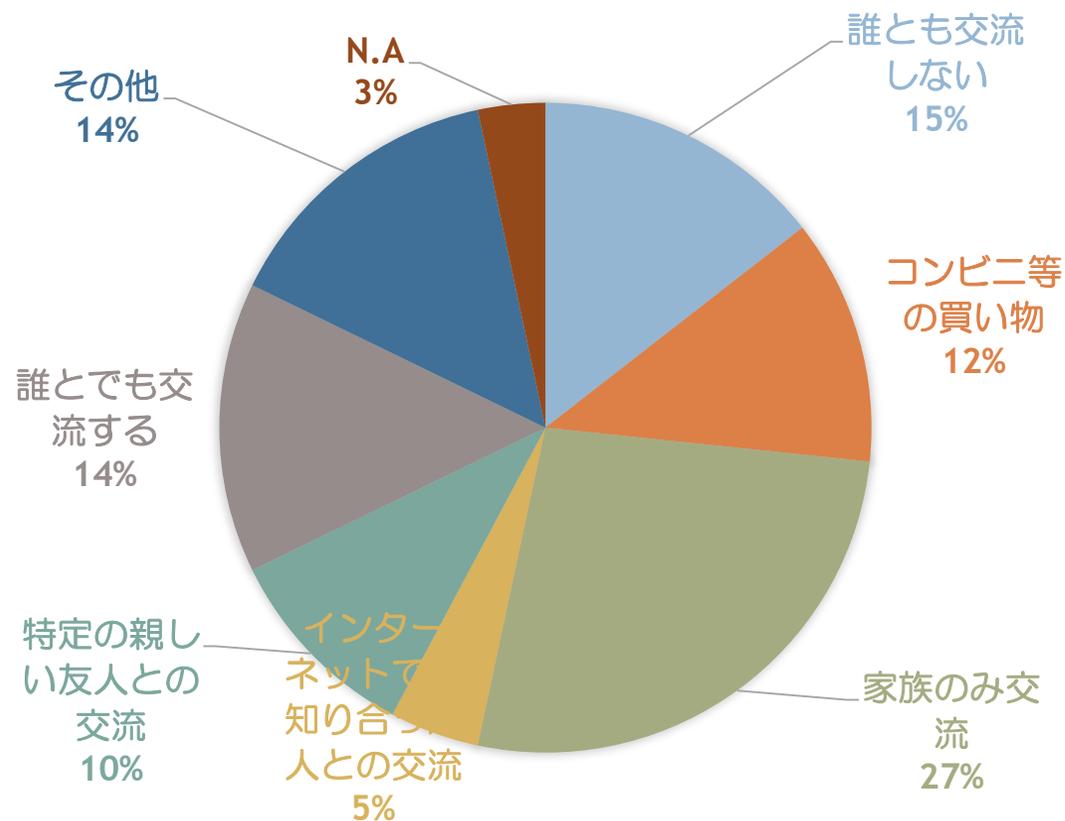


# 無職の期間及び社会交流状況 N=68

無職の期間



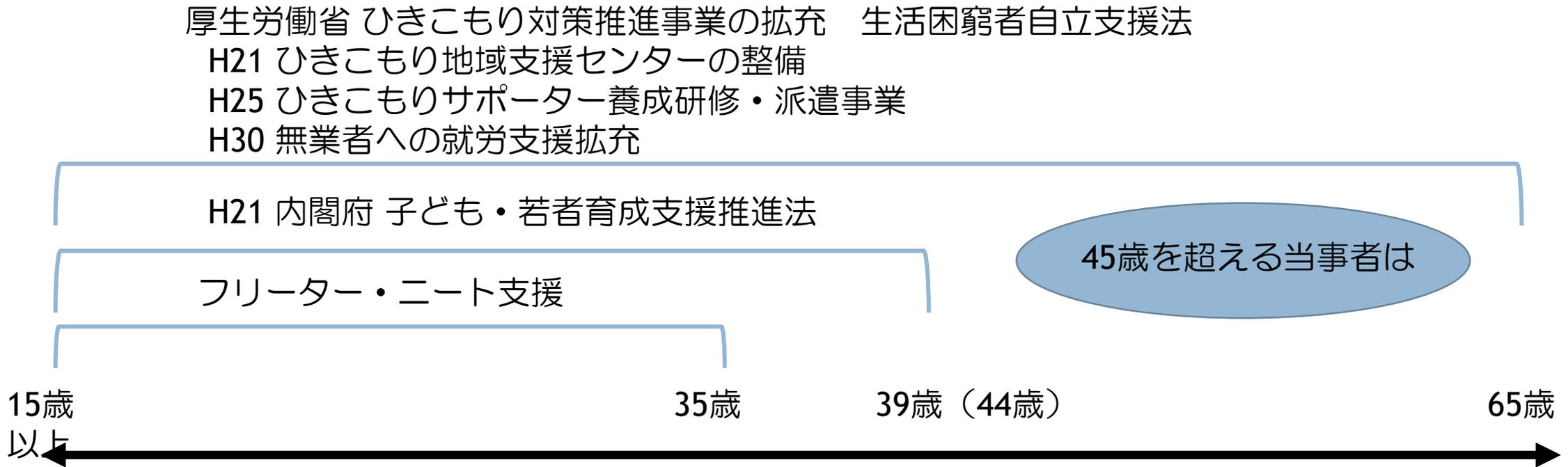
本人の社会交流状況



# ひきこもりの高年齢化する背景

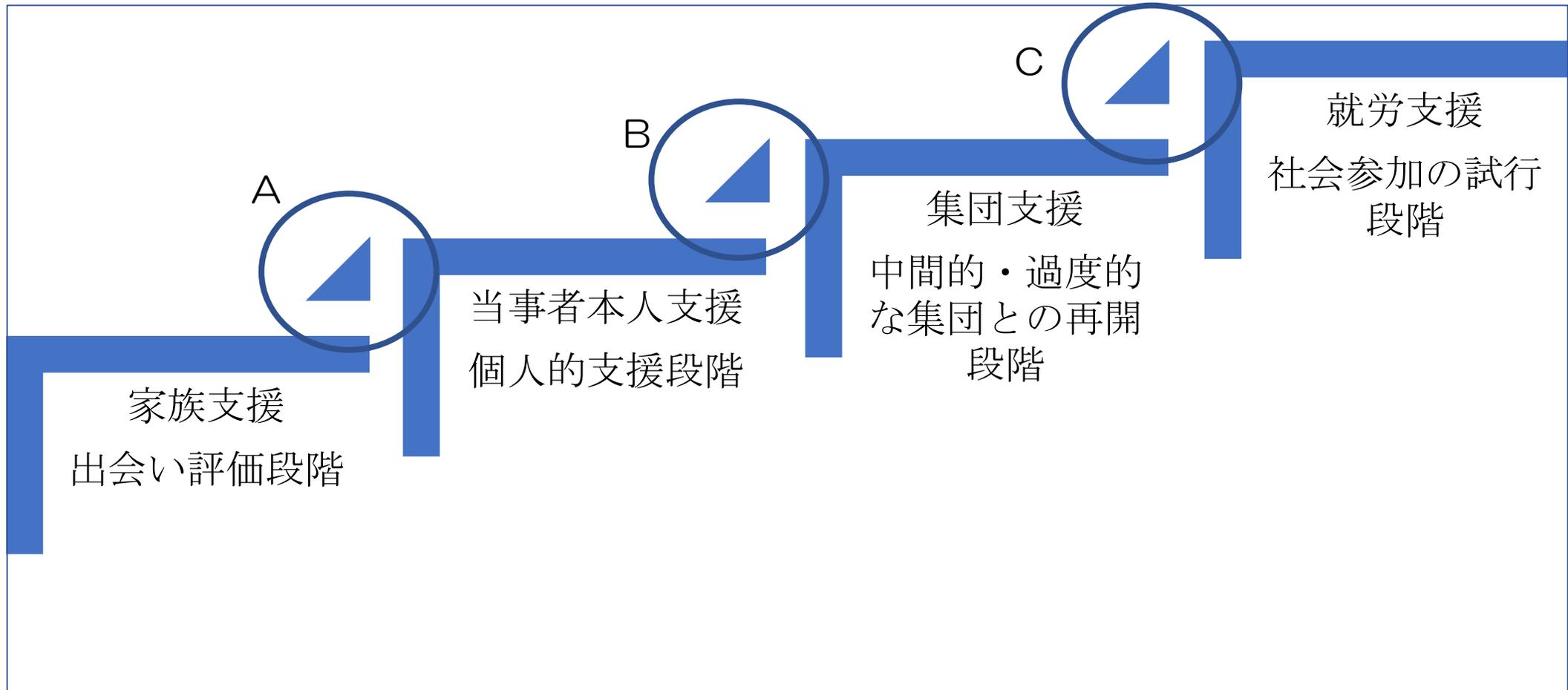
- アルバイト以外の就労経験を持つ事例はほとんどない（斎藤環,1998）⇒就労経験を持つひきこもりが拡大し誰もがひきこもりになりうる社会へ
- 就労経験を有するひきもり当事者は社会経験歴があるがゆえに第一歩を踏み出せない人たちがいること⇒自分より年齢の年下の人に支援されることに対する屈辱感など
- 年々加齢していく自分の年齢によっていったんルールから外れた人たちがもう一度戻れるチャンスが狭まっていること⇒仕事は選ばなければ必ずあるという言葉は、あなたにはもう選択できる余地がないなど
- 児童福祉や高齢者福祉があっても青年期や成人期福祉が未整備の現状であること、また労働環境の変化により企業福祉の衰退がもたらすセーフティネットが極めて脆弱であること⇒ひきこもり当事者を既存の仕組みや空いているポストに、はめ込む支援となり、当事者の特性に見合った就労になりにくい状況など
- 中高年ひきこもり当事者の自分は何をしたいのか、どうしたいのかわからないという方向感覚の弱さ⇒人並みに働きたい、しかし自分を偽ってまで働きたくないというせめぎ合いの中で、もがきながらひきこもり続ける実態

# 現行のひきこもり支援体系図



近年さまざまな法制度が整備されてきたが、残念なことにその主たる支援内容のおもむきが相談支援や就労支援にかかわるものに置かれ、ひきこもり当事者がお互いリカバリーを促進していくためにも必要不可欠な本来求められる居場所支援やピアサポート活動がまだまだ不足している課題が残る。

# ひきこもり支援の諸段階に求める支援



# 当NPOにおける主なる活動の沿革

- 1999年 9月 1日 任意団体として発足
- 2000年 5月 1日 会報「ひきこもり」を隔月年6回刊行
- 2002年 4月 1日 ピア・アウトリーチ活動を開始
- 2007年 4月 1日 当事者会「SANGOの会」を開設
- 2010年 3月 4日 特定非営利活動法人として設立
- 2010年4月1日 サテライトSANGOの会運営事業を展開
- 2013年4月1日 ひきこもり地域拠点型アウトリーチ支援事業に拡充
- 2016年10月12日 北海道ひきこもり当事者連絡協議会の設置
- 2018年6月1日 公設民営の居場所「よりどころ」運営業務

# ひきこもりピアサポーターの活動内容

## 在宅支援

- ピアサポートによる①相談支援活動事業②訪問相談活動事業
- 在宅当事者への緩やかな絵葉書によるピア・アウトリーチ支援など
- ネットミーティング（グループチャット・skype, zoomなどのビデオ通話）
- 希望者には家族面接対応実施（完全予約制）

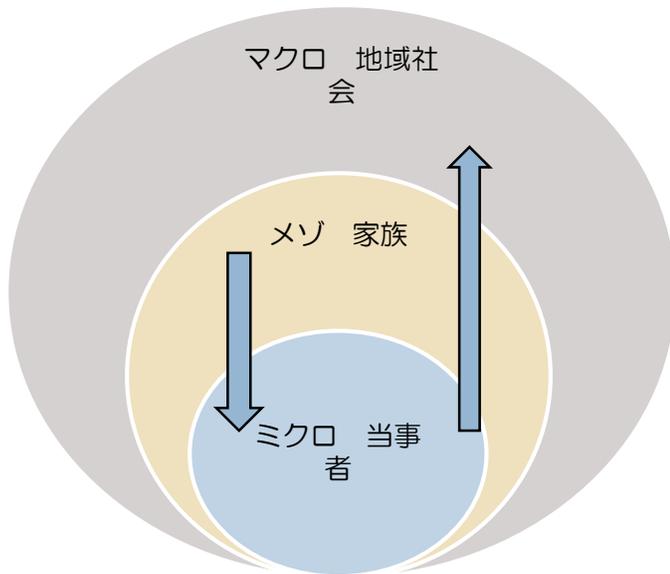
## 居場所支援

- ピアサポートによる③自助グループ運営事業④広報出版事業
- 当事者会「SANGOの会」（毎月2回／初心者例会・通常例会）
- 例会外企画（札幌市内の地域をめぐる登山などアウトドア活動）
- 会報「ひきこもり」通信（年6回隔月発行／電子版・紙媒体版）

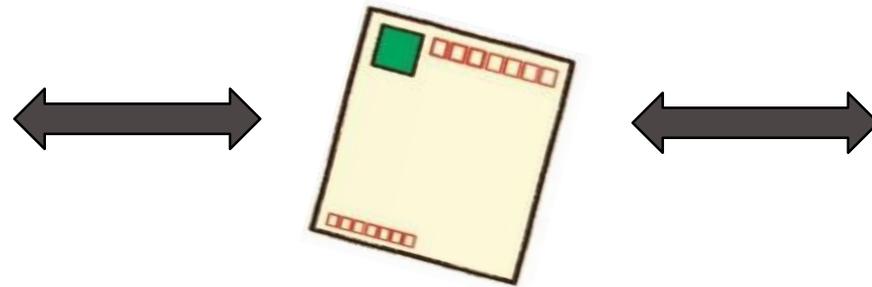
## 社会参加支援

- ピアサポートによる⑤講演会イベント開催⑥中間的労働⑧他団体との連携構築
- 当事者の外部講師派遣や当NPO主催イベントへの参画活動
- 市社協協同による軽作業従事（毎月2回）やICTを活用した在宅ワーク活動支援
- ひきこもり地域支援センター等への協同（ひきこもりサポーター養成協議会・よりどころ運営）

# ピアサポートによる手紙を活用した ひきこもり地域拠点型アウトリーチ実践体系



- ①. 社会資源が乏しく地域内で孤立しやすい当事者のもっとも近い地域にピアサポーターが出向く（サテライト事業）
- ②. 当事者としての家族の支援を通して当事者本人に最小限の同意を得る見返りを求めない手紙を郵送（緩やかなアウトリーチ）
- ③. 当事者が安心して集まることができる自助会創設（社会資源の開発）

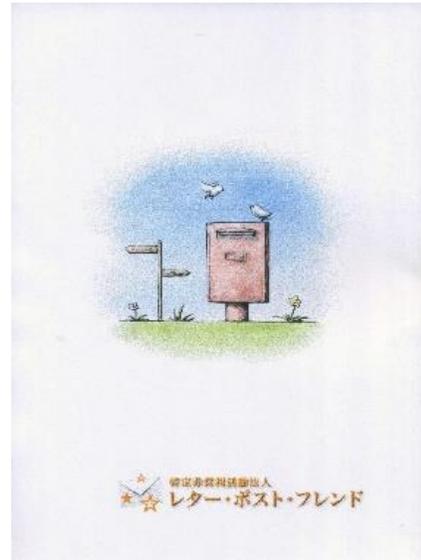


ひきこもり  
ピアサポーター

# 双方無理のない緩やかなつながりを 手紙を活用したアウトリーチ

## ピアサポーター

- ①. 守秘義務
- ②. 個人差出名で送る
- ③. 返信を求めない
- ④. 学校や仕事のことは触れない
- ⑤. 絵葉書や切手には工夫を凝らす
- ⑥. 相手の興味関心事を重視する
- ⑦. メッセージは短信につとめる
- ⑧. 情報を提供する
- ⑨. 旅先などから送る
- ⑩. 担当者を無断で変更しない



## 家族

- ①. 本人にピアサポーターを説明する
- ②. 必ず本人から最小限の同意をえる
- ③. 声掛けをして届いた絵葉書を渡す
- ④. 絵葉書を媒介して世間話をする
- ⑤. 返信を強要してはいけない
- ⑥. 受け取った絵葉書を詮索しない
- ⑦. 反応などを参与観察してみる
- ⑧. 本人の様子を客観的に整理する
- ⑨. ピアサポーターに状況を伝える
- ⑩. 利用を継続するか意思確認する

# 会報「ひきこもり」通信

<http://letter-post.com>



在宅にいても無理なく社会参加し、地域の理解啓発を図る

# 当事者会「SANGOの会」

- 写真は非公開

- 写真は非公開

初心者例会は少人数

通常例会にはゲストも



# SANGOの会例会外企画 体調

- 写真は非公開

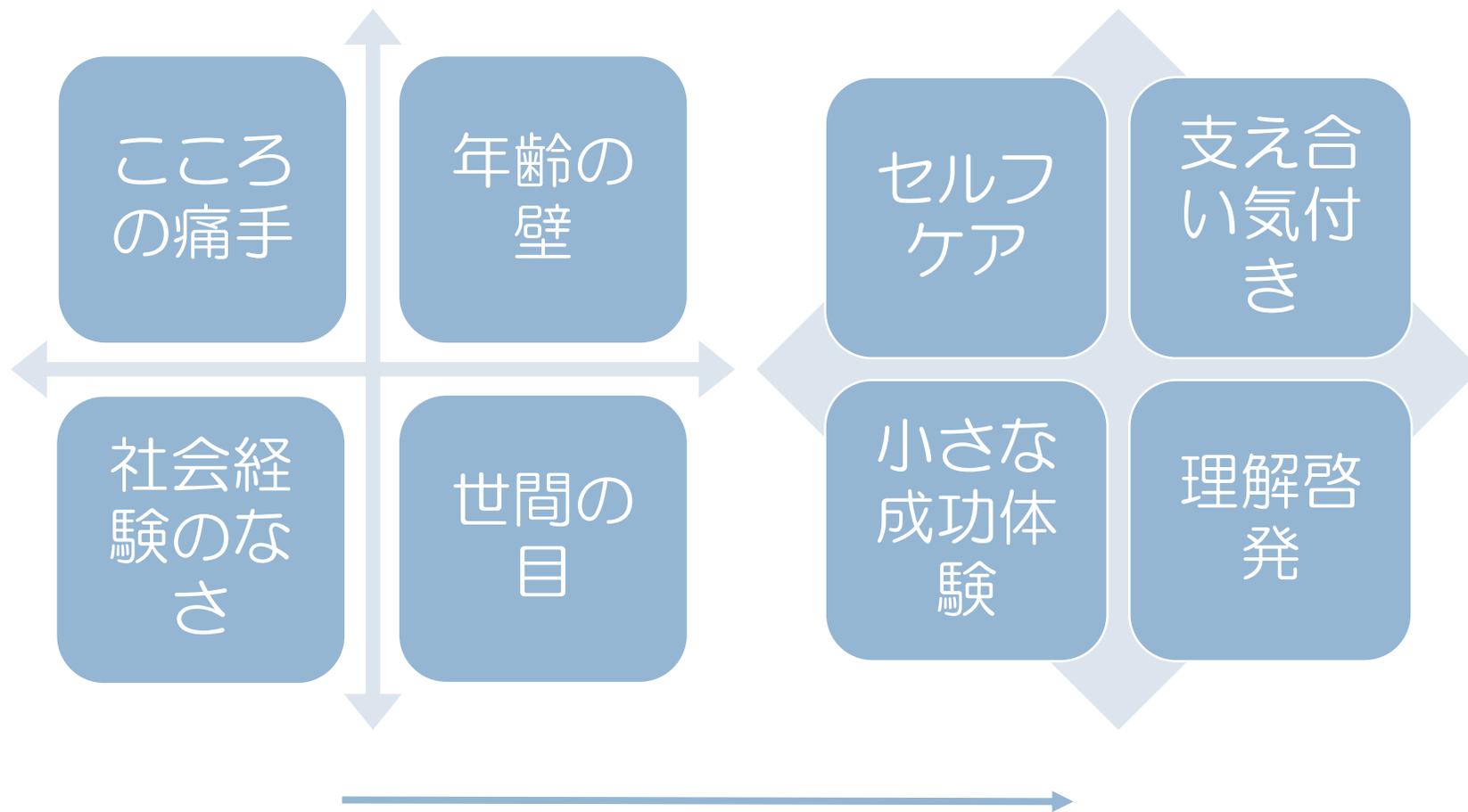
- 写真は非公開

健康づくりというよりは「体調」を整える トレッキングやストレッチ

# SANGOの会例会外企画 中間労働

- 写真は非公開
- 社会福祉法人札幌市社会福祉協議会 ボランティア活動センターのDM便作業受託（2010年1月～）
- 参加した当事者には実費弁償1回につき現金500円支給される 月2回開催
- 当事者だけではない職業人との交流が楽しみ

# 当事者による居場所支援の目標

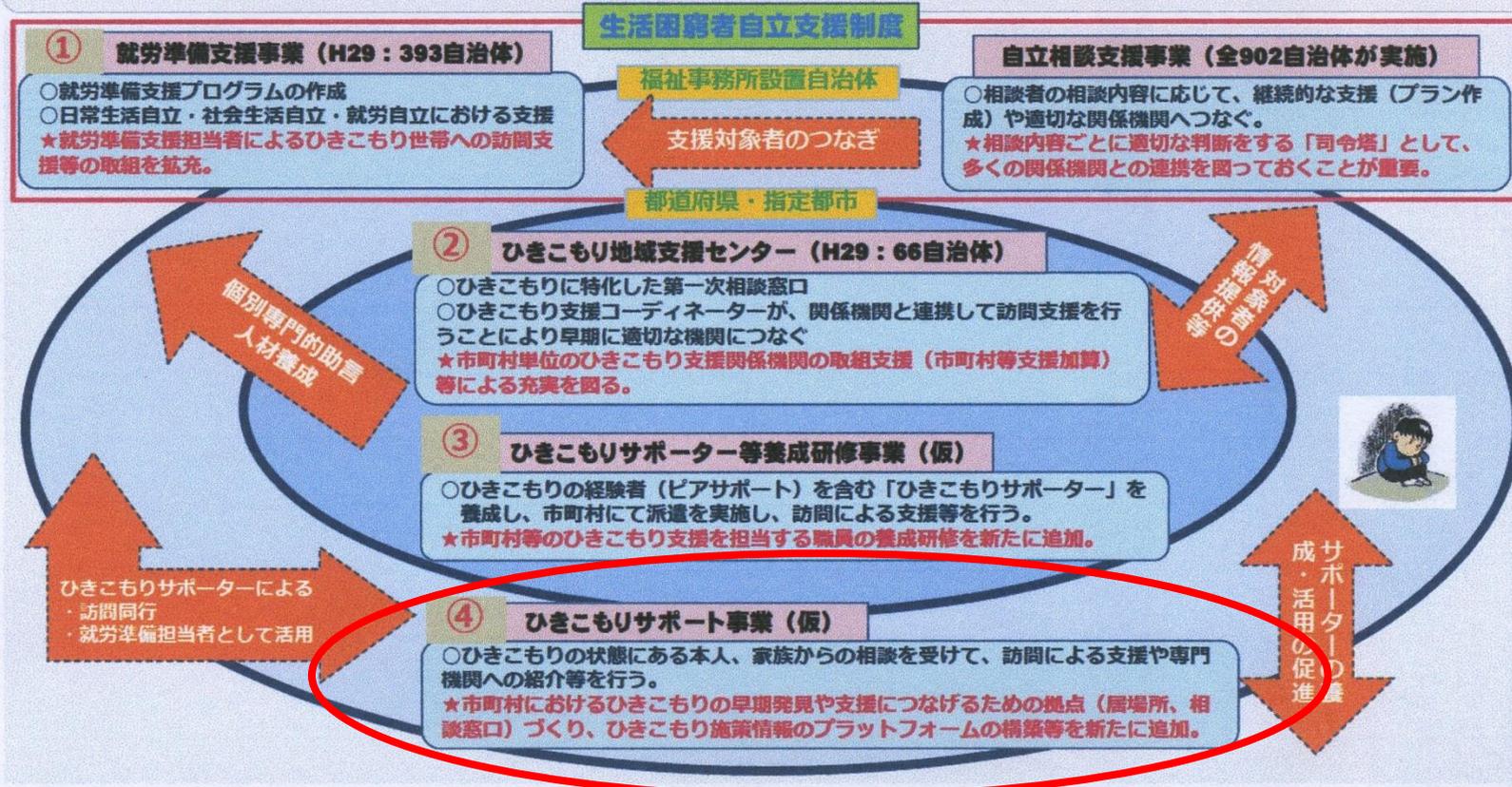


# 就労準備支援・ひきこもり支援の充実 ひきこもりサポート事業

## 就労準備支援・ひきこもり支援の充実

((1)地域におけるアウトリーチ型就労準備支援事業/(2)ひきこもり対策推進事業の強化)

- ◇ 30年度予算案において、福祉事務所設置自治体単位で実施する**就労準備支援事業において訪問支援等の取組を含めた手厚い支援を充実**させるとともに、**ひきこもり地域支援センターのバックアップ機能等の強化**（広域で設置されるひきこもり地域支援センターにおける市町村への支援等）を図り、相互の連携を強化する。
- ◇ これにより、広域だけでなく、より住民に身近な市町村でのひきこもり支援を充実・強化し、隙間のない支援を実現する。



# ひきこもりに関する集団型支援拠点設置 運営業務（札幌市委託事業：H30年6月～）

- 「よりどころ」組織体制と主な機能
- ①.ひきこもり当事者本人やその家族が安心して集まり同様な仲間との情報交換等の交流が可能な自由度の高いフラットな「居場所機能」
- ②.センターの専門職相談員派遣により参加者の困りごとや個別的な相談に対応し例会活動にも専門的な立場から助言等を行う「相談機能」
- ③.ひきこもり当事者やその家族が次の一步を踏み出すことに有益となりうる知識の習得や研修（家族心理教育など）といった「学び機能」
- 上記機能を円滑に実施するために当NPOはセンターと恒常的に連携し、協同して本事業の企画・人選・支援方法・プログラム等の検討をすすめる。

# 「よりどころ」【当事者会】

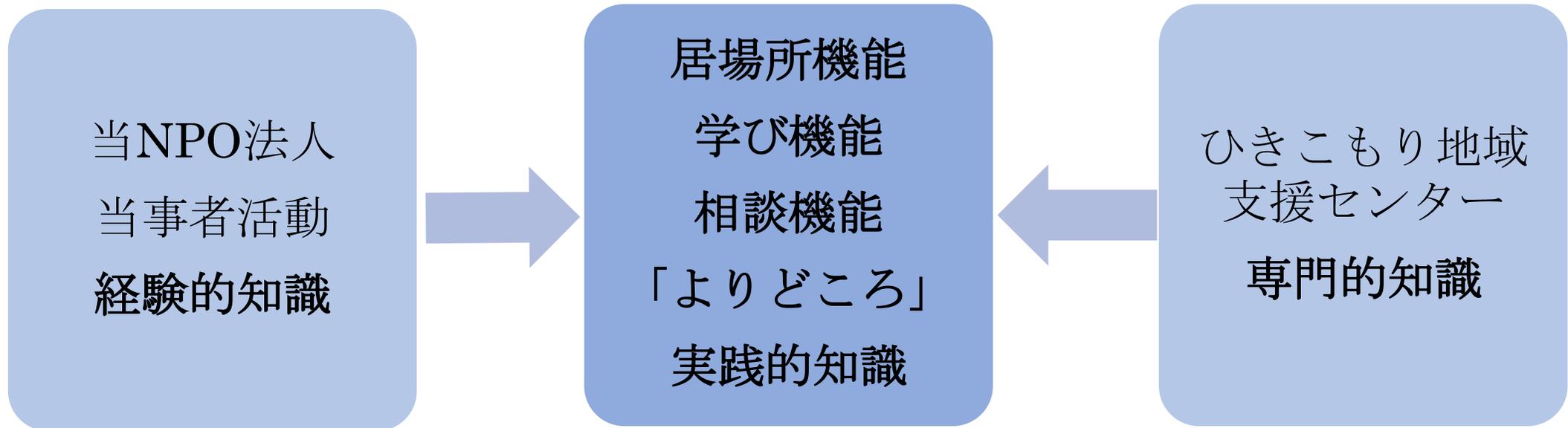


# 「よりどころ」【親の会】

図-8-2. 「よりどころ」【親の会】以外の利用状況について N = 21



# 当事者団体と専門相談機関との協同による実践



# ひきこもりサテライト・カフェ

公益財団法人大和証券福祉財団第24回ボランティア活動助成金事業  
札幌圏域ひきこもり居場所支援拡充事業

## ひきこもりサテライト・カフェ in 苫小牧

これまでひきこもり当事者を支えてきた親の高齢化によって家族を支えていく仕組みから地域で支えていく仕組みへの転換が求められています。家族対応の行き詰まり感やひきこもり当事者が抱える思惑を打開して少しでも楽になることができる場を創りたいと考えています。そのことが社会的孤立を防ぐことにつながります。

そこで当NPOでは、苫小牧市の地域にアウトリーチすることにより当事者やその家族を支えていくことが可能な居場所づくりをすすめていくことにしました。ここではそれぞれの参加者が有益になりうるさまざまな情報を提供しお互い支え合い学び合える関係性ができればと考えています。どうぞお気軽にご参加ください。

- 開催予定
- 第1回 8月 8日 (木) ひきこもりサテライト・カフェ①・事業説明懇談会
  - 第2回 8月 13日 (木) ひきこもりサテライト・カフェ②
  - 第3回 10月 11日 (木) ひきこもりサテライト・カフェ③
  - 第4回 11月 8日 (木) ひきこもりサテライト・カフェ④
  - 第5回 12月 13日 (木) ひきこもりサテライト・カフェ⑤
  - ※いずれも午後2時～4時まで 出入り自由
- 会場 第1回のみ 苫小牧保健センター会議室 (苫小牧市若葉町2丁目2番21号)  
第2回～第5回 苫小牧市民活動センター4階会議室 (苫小牧市若葉町3丁目3番8号)
- 対象 ひきこもり当事者及びその家族など
- 参加費 無料 事前申込不要、直接会場にいらしてください
- 主催 特定非営利活動法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク
- 共催 苫小牧市、児童総合支援センター・小牧地域保健課 (苫小牧保健所)
- 後援 苫小牧市社会福祉協議会、苫小牧市民生生活支援センター・福祉支援事業所サポート・(オリーブ)の会 (不登校の会)、北海道新聞社、苫小牧民報社
- 問い合わせ先  
(事務局) ☎064-0824

札幌圏域ひきこもり居場所支援拡充事業

## ひきこもりサテライト・カフェ in 小樽

これまでひきこもり当事者を支えてきた親の高齢化によって家族を支えていく仕組みから地域で支えていく仕組みへの転換が求められています。家族対応の行き詰まり感やひきこもり当事者が抱える思惑を打開して少しでも楽になることができる場を創りたいと考えています。そのことが社会的孤立を防ぐことにつながります。

そこで当NPOでは、小樽市の地域にアウトリーチすることにより当事者やその家族を支えていくことが可能な居場所づくりをすすめていくことにしました。ここではそれぞれの参加者が有益になりうるさまざまな情報を提供しお互い支え合い学び合える関係性ができればと考えています。どうぞお気軽にご参加ください。

- 開催予定
- ※1月 4/18 事業説明懇談会
  - ※2月 5/16 ひきこもり サテライト・カフェ①
  - ※3月 6/6 ひきこもり サテライト・カフェ②
  - ※4月 7/18 ひきこもり サテライト・カフェ③
  - ※5月 8/15 ひきこもり サテライト・カフェ④
  - ※6月 9/19 ひきこもり サテライト・カフェ⑤
  - ※7月 10/17 ひきこもり サテライト・カフェ⑥
  - ※8月 11/21 ひきこもり サテライト・カフェ⑦
  - ※9月 12/19 ひきこもり サテライト・カフェ⑧
  - ※10月 1/16 ひきこもり サテライト・カフェ⑨
  - ※11月 2/20 ひきこもり サテライト・カフェ⑩
  - ※12月 3/20 ひきこもり サテライト・カフェ⑪
- いずれも午後2時～4時まで ●出入り自由  
開催会場 小樽市総合福祉センター4階和室  
利用対象 ひきこもり当事者及びその家族など  
参加費 無料  
主催/特定非営利活動法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク  
後援/小樽市・民生生活支援センター・福祉支援事業所サポート・(オリーブ)の会  
特定非営利活動法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク  
[事務局] ☎064-0824 札幌市中央区南一条1丁目3番8号  
TEL 005-5890-7048 e-mail info@npo-seet.com  
URL http://letter-post.com/

公益財団法人大和証券福祉財団第24回ボランティア活動助成金事業  
札幌圏域ひきこもり居場所支援拡充事業

## ひきこもりサテライト・カフェ in 北広島

これまでひきこもり当事者を支えてきた親の高齢化によって家族を支えていく仕組みから地域で支えていく仕組みへの転換が求められています。家族対応の行き詰まり感やひきこもり当事者が抱える思惑を打開して少しでも楽になることができる場を創りたいと考えています。そのことが社会的孤立を防ぐことにつながります。

そこで当NPOでは、北広島市の地域にアウトリーチすることにより当事者やその家族を支えていくことが可能な居場所づくりをすすめていくことにしました。ここではそれぞれの参加者が有益になりうるさまざまな情報を提供しお互い支え合い学び合える関係性ができればと考えています。どうぞお気軽にご参加ください。

- 開催予定
- 第1回 8月 2日 (木) ひきこもりサテライト・カフェ①・事業説明懇談会
  - 第2回 8月 6日 (木) ひきこもりサテライト・カフェ②
  - 第3回 10月 4日 (木) ひきこもりサテライト・カフェ③
  - 第4回 11月 1日 (木) ひきこもりサテライト・カフェ④
  - ※いずれも午後3時～4時30分まで 出入り自由
- 会場 第1回のみ 北広島市芸術文化ホール会議室1 (北広島市中央6丁目2番地1)  
第2回～第4回 さたひろしま暮らしサポートセンター3階和室 (北広島市中央3丁目6-4 三和ビル2F)
- 対象 ひきこもり当事者及びその家族など
- 参加費 無料 事前申込不要、直接会場にいらしてください
- 主催 特定非営利活動法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク
- 共催 北広島市、さたひろしま暮らしサポートセンター-ぽると  
障がい者生活支援センター-みらい
- 後援 地域活動支援センターMHC北ひろしま、北海道新聞社

# 就労を踏み出す土壌づくりとしての居場所

- 社会にも個人にも家族にも「余裕」そのものが見失われ、他者に対して攻撃的な要素が強くなりやすくなっている。こうした状態から自分を護るひきこもり当事者がまずは「安心」できる環境整備が求められ、就労を踏み出す土壌づくりとして自助会などの「居場所」の役割がとても重要となってくる。この「居場所」活動がさらに発展して「中間的就労」へと展開していく。「居場所」からさまざまな事業が創り出され、かつ運営母体として機能し、事業体そのものがひきこもり当事者にとって活躍する「居場所」になっていく可能性を秘めている。
- 「居場所」にはとくに決められたプログラムはなく、いつ来てもいつ帰っても構わないし、その場で語りたくなければ聞き役に徹することであってもよい場でもある。逆に話し手ばかりではなく聞き役がいる、ということが「居場所」では必要な働きを果たしていることが多くその場のよい雰囲気醸し出すことがある。「居場所」では決して否定されることも肯定されることもなく「ありのまま」の自分を受け止めてくれるところである。そこでは同じような仲間が集い自分だけではわからなかった新たな情報や刺激、勇気を得ることも少なくない。そして仲間同士の受け止められる行為（ピアサポート活動）を通していったい自分が何をしたいのか、これからどうしていきたいのか、その思いを少しずつ言語として表出していくことができるようになっていく。

# 就労準備支援に欠かせない居場所支援

- 今日「居場所」にはさまざまなひきこもり当事者やそのたち親和性をもつ人たちが多く集まる。毎日就労できない自分自身に爆発寸前まで悩み続けたひきこもり当事者がその「生きざま」を示すだけでもかけがえのない存在であり生き方であることをその仲間たちから学び、一般就労だけが就労の道ではないことに気がつき、社会からの価値観に縛られ続けてきた心が解き放たれ自分が今できることに当面取り組めるようになったというケースも見られる。私たちNPOの実践もまた立派な社会的な仕事であると思えるようになったという。こうしたNPO活動そのものにも社会一般に通じる対等な就労としての「対価」が認められていくことができればひきこもりに対する見方や考え方も変わっていく。
- 「居場所」はこうして就労に踏み出すさまざまな力を蓄えていく重要な場であるが、残念なことに今日においては地域の中でひきこもり当事者が元気になるために必要な、彼らが何回でも失敗しても認められ安心して過ごすことができる「居場所」は、現時点いかなる社会制度にも位置づけられていないのである。そのためほとんどの「居場所」は理解ある無償ボランティアの人たちによって運営されており、資金繰りに苦しめられていることも多い。「居場所」づくりを就労準備支援にとって欠かせないものとして制度的に位置づけていくことが今後の課題である。

# 社会的な役割をもち力を発揮できる場と関係性を地域に創出する

- 新しい当事者はソーシャルワーカーからエンパワメントされるほど弱い存在ではない。ソーシャルワーカーから見て、まだ彼らが弱いように思えるのなら、それは新しい当事者の強さに気づいていないためであろう。
- 開発する力強い創造的な当事者を社会も専門職も未だに迎え入れる準備が整っていないのである。

岡知史（2014）「SHGとの協働—当事者ととともに福祉を開発する」（有斐閣）

- ひきこもり支援とは、ひきこもり当事者が本来持つ力を活かす支援ができるかどうかにかかっている。いくら相談支援を拡充しても彼らの活躍できる場面を地域に創り出していくことができないければ、本当の意味での支援とはなりえないのではないだろうか。
- 彼らの潜在化された能力を活躍できる地域と関係性を創り出し、どう顕在化していくか。これこそがこれからのひきこもり支援の重要な指標になっていくであろう。「対象者」「利用者」⇒「参画者」「主体者」

田中敦（2014）「苦労を分かち合い希望を見出すひきこもり支援」（学苑社）

# ご清祥ありがとうございました

苦勞を分かち合い  
希望を見出す  
ひきこもり支援

— ひきこもり経験値を活かすピア・サポート —

田中 敦 著  
レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク

本体 1800 円＋税  
A5 判 ● 156 ページ  
● ISBN978-4-7614-0762-9

ひきこもり者の思い

自立するということは、普通に学校や仕事に行けなくなってしまった私たちにとって何よりも難しく不安に感じることもある。当然のように収入を得ている人に理解することは、なかなかできることではない。だから、それがわかる人たちで、新しい道を開拓していきたい。

今、全国各地でもがき苦しむひきこもり者が一人でも多く元気になり、彼らのすばらしい経験値を活かして、それぞれの地域で活躍していく日がくることを切に願ってやまない。

学苑社 Tel 03-3263-3817 info@gakuensha.co.jp 102-0071 東京都千代田区富士見 2-14-36  
Fax 03-3263-2410 http://www.gakuensha.co.jp/ ▶▶▶ 最寄りの書店へご注文ください