

# ひきこもり状態の当事者と高齢両親の関係（8050世帯）が変化した家族支援の事例

北海道  
沼田町

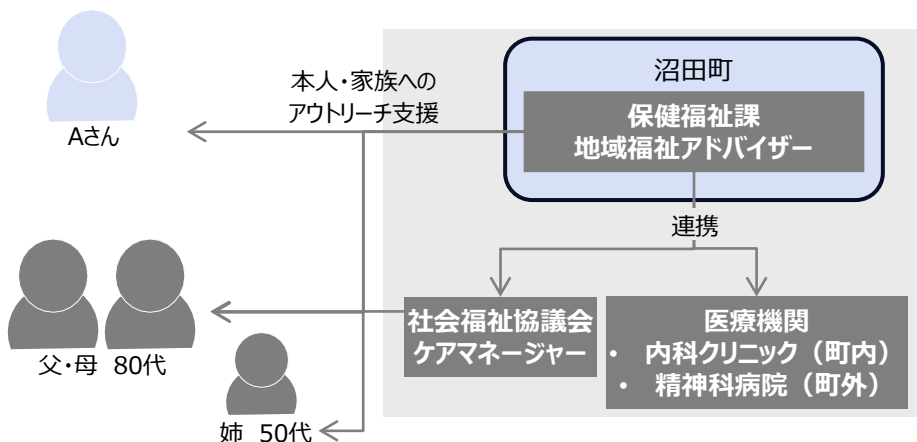
## 基本情報

性別：男性、年齢：50代（以下、Aさん）

経緯：

- 父が脳梗塞の発症後に脳血管性認知症と診断され、年金生活となった。
- 同時期にAさんも心身の不調（顔面神経痛、頭痛、手足のしびれ等）を訴え、ひきこもり状態となった。
- 父の介護認定の申請のため、両親が町役場を訪れた際、Aさんに関する相談があったため、支援へつながった。

## 体制



- Aさんは同居している両親との3人家族。姉は当事者・両親とは別市に住んでおり、主にAさんの通院の送迎をしている。支援の結果、町外の専門病院の受診ができるようになりきょうだい交流ができている。
- 沼田町では保健福祉課に地域福祉アドバイザーがおり分野横断的な支援相談業務にあたっている。
- 保健福祉課では認知症の父への支援をする社会福祉協議会のケアマネージャーとの連携や、Aさんへの医療的支援のために町内外の病院・クリニックとの連携をしている。

## 支援者・当事者（家族）の声

### 支援方針の検討にあたって

- ご両親は息子さんの状態を「普通の生活」と思いたい気持ちと、現状を認めたくない気持ちの両方があり、自分たちの複雑で不安な気持ちを否定せずに聞いてほしい思いがあるのかもしれないと感じました。
- 訪問支援を行うものの、Aさんとは直接会うことができていません。直接Aさんの気持ちを聞いていないため、ひきこもりの理由や困り感などが分からず、十分に寄り添うことができない不安感がありました。

### 今回の支援にあたって工夫したこと

- 「Aさんに直接会えなくてもよい」という柔軟な姿勢を持つようにしました。最初から全てを支援の成果につなげようと焦らず、自然な風の流に乗って支援を進めることを大切にしました。具体的には、ご両親の趣味の活動に自分が出向いて参加し、ご家族の日常生活の中からAさんの状況を間接的に把握するようにしました。また、遠方に住んでいるお姉さんが病院の受診同行に協力的だったことも、大きな支えでした。
- 当町の特徴として、人口2,700人という小さな町ならではの強みがあります。町全体が家族のような関係なので、町民の情報が入ってきやすいのです。ご両親が町内のスポーツ活動に参加していることを知り、私も顔を出しながらご家族の情報を得るインフォーマルな活動をしていました。また支援者側の体制も同じく、人数が少ないからこそその風通しの良さがあります。保健福祉課は20名体制で縦割りがなく、連携しやすい環境であることが助けになりました。
- 家族それぞれが支援先とつながっているかに関わりの中で意識していました。結果的に、父親は通所での気分転換がはかられ、母親はレスパイトの時間の確保ができました。家族が気軽に相談できる場として、保健福祉課が窓口となれたことがよかったです。

### ひきこもり支援を進めるうえで普段から大切にしていること

- 焦らないことと、当事者の意向に沿うことです。支援のチャンスは意外と日常生活の中に落ちているもの。一つ一つの小さな課題にまず着目し、Aさんのペースや流れの中で進めていくことが、ご本人とご家族の安心につながると感じています。

家族より

- 息子が、自分の気持ちを誰かに聞いてほしいと話すようになりました。

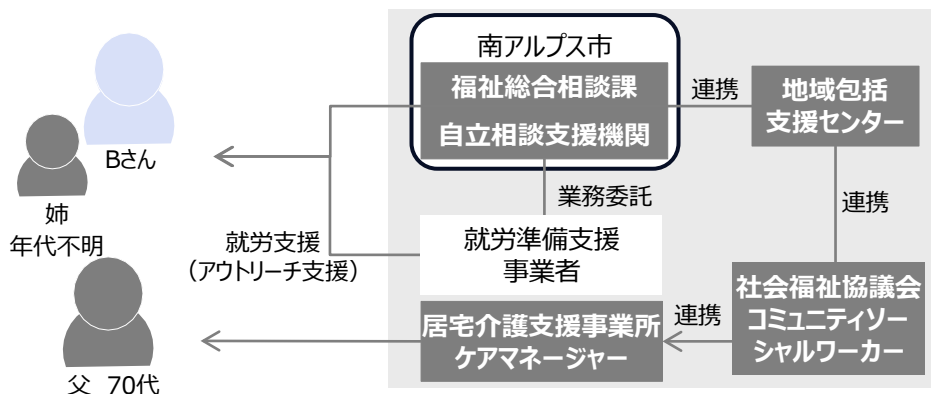
### 基本情報

性別：男性、年齢：30代（以下、Bさん）

経緯：

- 地元の小学校を卒業後、中学校に進学するも、環境変化に適応できず、不登校となった。定時制高校へ進学し、卒業した。
- いくつかのアルバイトを経験（期間はいずれも数ヶ月～1年程度）するものの、就労が続かず、ひきこもり生活となった。
- 父の物忘れがひどくなったことから、姉とともに相談に訪れた地域包括支援センターでひきこもり支援につながった。

### 体制



- Bさんは同居している父親との2人暮らし。姉は結婚しBさん・父親とは別居。
- Bさんへの支援は自立相談支援機関、地域包括支援センターが主となって各所と連携している。就労準備支援事業者は、生活困窮者自立支援法における支援調整会議で支援方針を決定し、Bさんへの就労準備支援を行っている。
- 地域包括支援センター、ケアマネージャー、コミュニティソーシャルワーカーは、Bさんの父親の支援者である。Bさんの就労支援と父の介護の両立のため、支援方針のすり合わせを行うことを目的にケース会議を開催している。

### 支援者・当事者（家族）の声

#### 支援方針の検討にあたって

- 父親の認知症の進行をきっかけに、Bさん自身も現状を打破し就労したいという気持ちが強くなっていました。面談ではまじめな性格が伺えることから、順調に支援が進むと思われましたが、父親の介護と病状の変化が大きな壁になりました。認知症の父親は公的支援を拒否しており、Bさんが介護をする必要がありました。そのため、病状が悪化しBさんが介護に専念する際には就労準備支援を一時中断しなくてはいけませんでした。
- 家族の介護に直面すると、支援が多岐にわたり、関わる支援者が多くなります。Bさんへの支援と並行して、医療や介護などの父親の支援者との連携、情報共有、支援の熱量のすり合わせに時間がかかりました。

#### 今回の支援にあたって工夫したこと

- Bさんの思いを最優先で応援するという姿勢を崩さないようにしました。
- 状況が複雑化し、就労準備支援が中断した際も、気持ちが離れないよう、定期的に連絡を取り続けました。中断したから終わりではなく、「また進められる状況になったら一緒にやろう」というメッセージを伝え続けたのが功を奏しました。Bさんの就労意欲や、自立したいという思いが高まっていたことがきっかけとなり、アルバイト就労を開始することができました。

#### ひきこもり支援を進めるうえで普段から大切にしていること

- どんなに家族の課題が複雑でも、あくまで主役はご本人です。「ご本人の意向に沿った支援」の提供という視点を忘れないよう気を付けています。就労は支援の終結ではないため、本人の様子を見守りながら父や本人に何かあったときに一緒に考えられる立場として関わり続けたいです。
- ひきこもり支援は、一つの支援機関の力では解決できない課題が多いため、複数の支援機関と協力し、日頃から顔の見える関係を築いておくことが鍵になると感じています。

#### 当事者より

- 就労準備支援事業を利用し始めたことで、前向きになることができました。

# 不登校経験のある若年女性の当事者に対し本人の意向に沿った丁寧な支援をした事例

長崎県  
対馬市

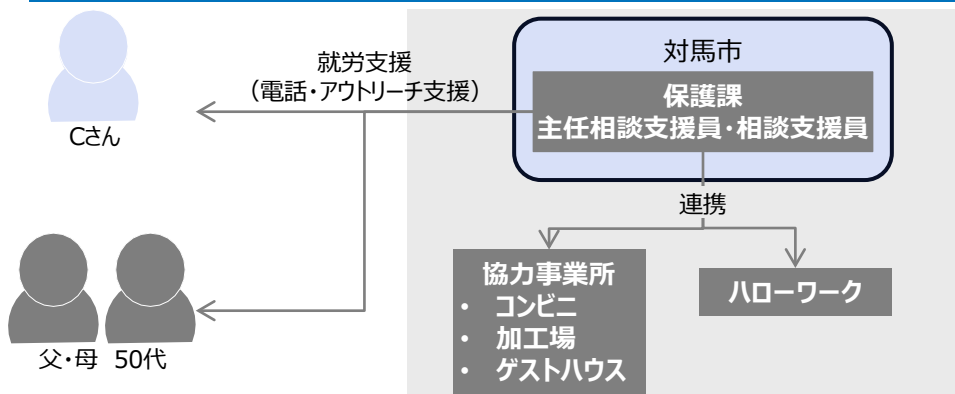
## 基本情報

性別：女性、年齢：20代（以下、Cさん）

経緯：

- ・ 中学生の頃、周囲からの期待と自己のギャップに苦しみ、うつ病を発症した。高校へ進学後にいじめを受け、1年の途中で退学し、パニック障害も発症した。
- ・ 退学後は通信制高校に再入学した。在学中にドラッグストアや製材事業所で働くものの、長続きしなかった。運転免許を取得後、本屋で働くことを目指して面接を受けるが不採用。失敗の不安から求職活動が進まず、ひきこもり状態となった。
- ・ 母の同僚から市の就労支援の紹介があり、母と来所したことで相談につながる。

## 体制



- ・ Cさんは同居している両親との3人家族。両親はCさんのよき理解者であり、家族仲は良好である。
- ・ 保護課（福祉事務所）に設置している生活困窮者自立支援制度に基づく相談窓口でひきこもり支援を行っている。相談窓口では、ハローワークや地域の協力事業所と連携し、日頃から協力事業所での求職者情報など就労支援に関する情報を交換している。
- ・ ハローワークではPC基礎訓練講座を提供しているほか、協力事業所では職場見学を通じた就労支援を行っている。

## 支援者・当事者（家族）の声

### 支援方針の検討にあたって

- ・ Cさんのペースと私たち支援者側の時間的な制約とのバランスが難しかったです。ひきこもり支援、特に就労支援では、準備から就活、合否まで当事者からの反応を待つ「間」を大切にしたい関わりが必要です。市の職員である支援員には異動があり、支援に終わりがあるとい現実があります。Cさんのペースを尊重しつつも、残された時間の中で区切りをつけなければならないという葛藤がありました。

### 今回の支援にあたって工夫したこと

- ・ 支援が途切れないよう、継続性を確保することを心がけました。具体的には、異動の可能性のある正規職員だけでなく、会計年度任用職員にもCさんへの支援の考え方や方針を細かく引き継ぎ、切れ目のないサポートを維持できるように努めました。
- ・ 「信頼関係の構築」のためにマニュアル通りではなく、人間味のあるコミュニケーションを大切にしていました。Cさんは、通信制高校を自分の力で卒業した経験があり、もともと努力を惜しまない、素晴らしい力をお持ちでした。Cさんがどんな人なのか、相手に興味を持ち、初回面談でお互いの自己紹介をするなど、自分にも興味を持ってもらえるような関わりを心がけました。
- ・ その結果、本人が支援をされる経験を通じて自分も支援をする側になりたいとの希望を見つけ、福祉分野の支援員として就労へつなげることができました。

### ひきこもり支援を進めるうえで普段から大切にしていること

- ・ 「適切な助言のバランス」がポイントになると考えています。ご本人の持つ努力の力を最大限に引き出すためにも、今回はCさんの希望や意向を尊重しつつ、客観的な視点から適切なタイミングで助言を行うというバランスを常に意識するようにしました。支援者という立場ではありますが、本人との関わりのなかで私自身も一緒に成長をさせてもらっています。

### 当事者より

- ・ PC訓練に通い始めたあたりから、「明らかに生活習慣や顔つきが変わった、福祉事務所に支援してもらえてよかったね」と両親も話していました。両親は私が働くことそのものより、頑張っている姿勢自体がすごいことだと今でも喜んでくれています。そういったきっかけくれた両親には感謝しています。