

厚生労働省 平成 28 年度社会福祉推進事業



生活困窮者自立相談支援事業における  
中高年ひきこもり者とその家族への  
効果的な支援に関する研究

報告書

平成 29 年 3 月 31 日  
一般社団法人インクルージョンネットかながわ

# 目次

I. 研究目的	1
II. 研究方法	3
(1) 調査概要	3
(2) 調査1：本法人の運営する生活困窮者自立相談支援事業の実践的フィールドワーク	5
(3) 調査2：先進的取組みに関するヒアリング調査	6
(4) 全体を見通し成果をまとめるための調査検討委員会	7
(5) 妥当性を検証するためのひきこもり経験者座談会 2017年2月6日実施	8
III. 抄録 調査データ	9
調査1：本法人の運営する生活困窮者自立相談支援事業の実践的フィールドワーク	10
(1) 鎌倉市内の全民生委員に対する質問紙調査	10
(2) 民生委員座談会概要	13
(3) 鎌倉市内の全地域包括支援センターに対する質問紙調査	15
調査2：先進的取組みに関するヒアリング調査	18
(1) 秋田県社会福祉法人藤里町社会福祉協議会	18
(2) 社会福祉法人グリーンコープ・グリーンコープ生活協同組合ふくおか	22
(3) 特定非営利活動法人 NPO スチューデント・サポート・フェイス (S.S.F.)	25
(4) 座間市福祉部生活援護課	28
(5) 町田市保健所保健予防課	30
(6) 社会福祉法人一路会 中核地域生活支援センターがじゅまる	34
(7) 特定非営利活動法人青少年自立援助センター	40
(8) 社会福祉法人総社市社会福祉協議会	45
(9) 社会福祉法人豊中市社会福祉協議会	48
(10) 公益財団法人沖縄県労働者福祉基金協会	52
調査1・調査2の総合的検証 ひきこもり経験者座談会	54

# I. 研究目的

実践的フィールドワークと先進的取組みを行う団体のヒアリング調査を通じて、生活困窮者自立相談支援事業において中高年ひきこもり者とその家族を効果的に支援していく体制や地域のあり方、自立相談支援事業所の関わり方等を明らかにすることを目的に行った。

平成27（2015）年度に生活困窮者自立支援制度が実施されるようになり、丸2年が経過した。生活困窮者自立支援制度は、「生活困窮者の自立と尊厳の確保」と「生活困窮者支援を通じた地域づくり」を目標にしている。そのため、経済的に困っている方だけでなく、社会的孤立状態にある方々も対象として、どのような相談も断らずに受けとめていく。また、声なき声を察知すれば、本人の求めがなくてもアプローチしていく。そして、一人ひとりの困りごとを解決する過程に寄り添い、人とのつながりを構築し、その人らしく活躍できる居場所や働く場と出会えるように支援しながら、誰もが住みやすい地域づくりに結びつけていく、とてもユニークな制度である。

生活困窮者自立支援制度の中核を担うのが、自立相談支援事業である。この自立相談支援事業による相談支援が始まってから、これまで、「高齢者」「障害者」「子ども」というような分野や領域別に行っていた相談窓口では、その存在に気づいたり、対応することが難しかった方々と出会えるようになった。「中高年齢化するひきこもり」の状態にある当事者は、まさにそのような人たちであるといえよう。

地域の人、民生委員・児童委員、また、様々な支援機関の支援者が、高齢の親とともに40代、50代になる無業のひきこもり者が生活していることに気づいても、これまでは、そのような人々に、時間をかけて支援をしていく制度や仕組みはほとんどなかった。また、高齢の親が生計を維持している間は、当事者自身が支援を求めることは少なく、こうしたことから、支援者が積極的にアプローチすることが難しい状況にあった、そのため、中高年齢化したひきこもり者は社会問題化してきた近年にあっても、いまだ潜在化していたと言えるだろう。

しかし、生活困窮者自立支援が始まり、各地でこれまで制度の狭間になってきた40代、50代の中高年齢化したひきこもり者やその家族が各地で具体的に顕在化してきた。この問題は「8050（80代の親と50代のひきこもり者）/7040（70代の親と40代のひきこもり者）問題」とも呼ばれ、支援困難事例の一つとして挙げられることになっている。中高年ひきこもり者は親世代が70代、80代となり、収入も不十分な中、長期にわたる本人の無職状態から、貯金も徐々に減っていき、世帯全体が生活困窮状態に陥りがちである。また、親亡き後に暮らしが成り立たず、ゴミ屋敷や近隣トラブルに発展するケースも見受けられる。本人の抱える課題は多岐にわたり、また年齢的にも就労自立は一段と難しくなっている。そのため各地で支援困難

となっており、中・高年齢ひきこもり者とその家族を自立相談支援事業所が核となり地域でいかに支援していくかを明らかにすることは急務となっている。新たな支援ニーズを持つ方々の存在を知った私たちは、本人、そして家族に、これからどのようにかかわることができるだろうか。そして、当事者が、ひとりの住民として、その人らしく生活していくことができる地域の土壌を、いかに創っていくことができるのだろうか。本調査研究はこうした目的意識の元に、地域の課題に向き合い、先進地域の事例に学び、ひきこもり経験者の声に教を請いながら、生活困窮者自立相談支援事業が何をすべきなのかを明らかにし、各地の実践を支えるテキストを作成することを目的としたものである。

## Ⅱ．研究方法

### (1) 調査概要

本事業では「本法人の運営する生活困窮者自立支援制度の実践的フィールドワーク」と、「先進的取り組みに関するヒアリング調査」の2つの調査を行い、双方の成果を比較対照しながら、生活困窮者自立相談支援事業において中高年ひきこもり者とその家族を効果的に支援していく体制や地域のあり方、自立相談支援事業所の関わり方等を明らかにした。調査にあたっては、生活困窮者自立相談支援事業の相談支援プロセスを踏まえ、本人のみならず世帯・家族全体のありようを理解し、包括的かつ継続的な支援をする前提で調査を行っていった。調査全体は以下の4つにパートに分かれる。

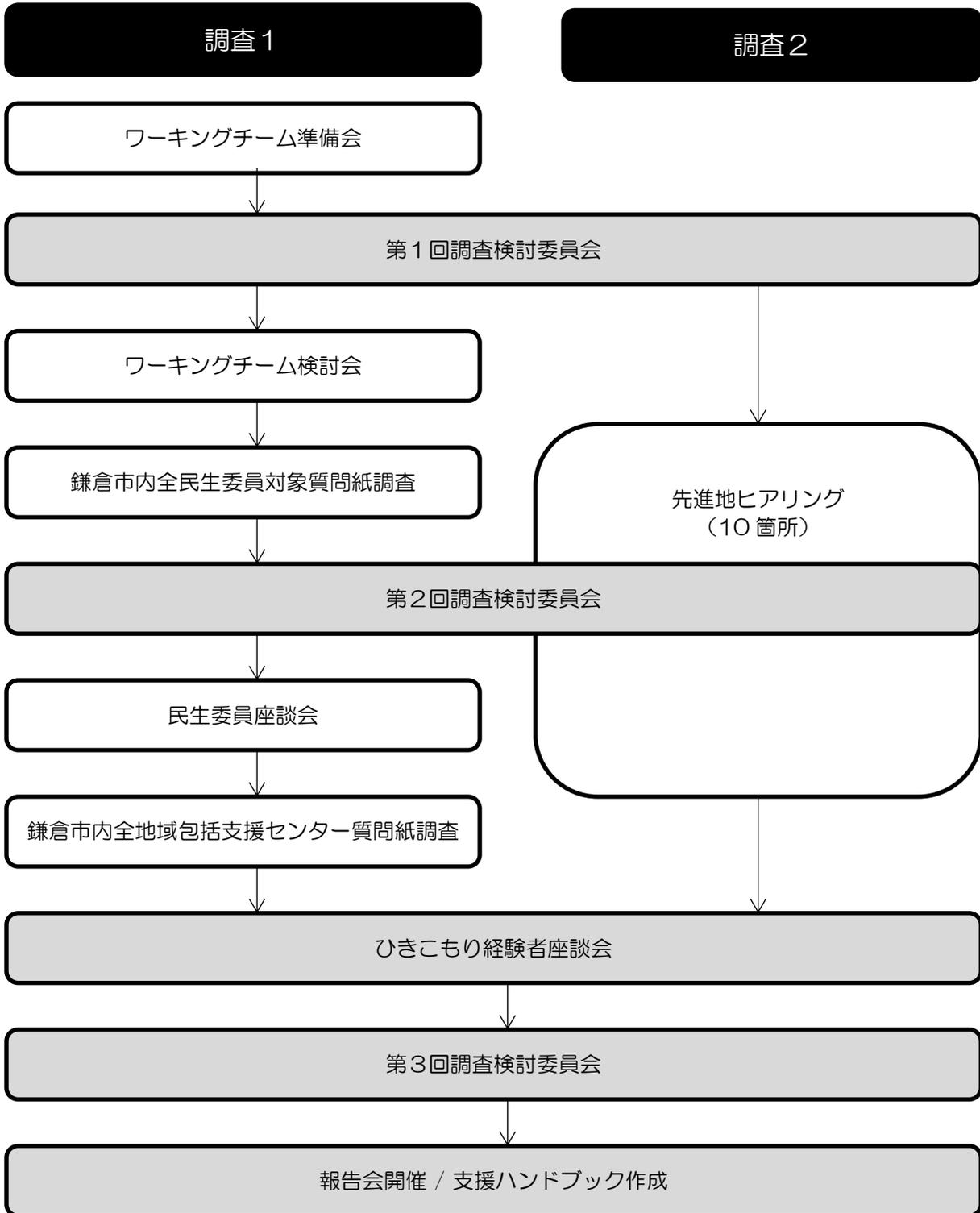
- (1) 調査1：本法人の運営する生活困窮者自立相談支援事業の実践的フィールドワーク
- (2) 調査2：先行的取り組みに関するヒアリング調査
- (3) 全体を見通し成果をまとめるための調査検討委員会
- (4) 妥当性を検証するためのひきこもり経験者座談会

調査1と調査2によって得られたデータと知見を、調査検討委員会やひきこもり経験者を交えた検討会で議論し、一連の支援プロセスとしてテキストとしてまとめていけるよう望ましい支援モデルをまとめあげていった。その際には、地域特性や団体の特性、事業スキームの特性も合わせて議論し、各地域で汎用性の高い形でまとめるよう心がけた。調査検討委員会は学識者及び先進的取り組みをしてきた支援団体で実際に支援に携わる支援員で構成した。

さらに、こうしてまとめあげた支援が、ほんとうにひきこもりの方々のための支援になっているのか、その妥当性を検証するためひきこもり経験を持ち、支援機関の利用を経て、現在就労等している4名のひきこもり経験者に協力をいただき、座談会を行なった。座談会では、これまでの調査で明らかになった支援方法について、経験者の率直な意見を聞いた。

最後に、検討委員会でさらなる検討を行い、研究成果をまとめ、報告会を開催、「生活困窮者自立支援のための中高年齢化するひきこもり者とその家族への支援ハンドブック」をまとめた。

# 研究全体のプロセス



## (2) 調査1：本法人の運営する生活困窮者自立相談支援事業の実践的フィールドワーク

本法人は平成 27 年度から鎌倉市で自立相談支援事業を運営してきた。新制度がスタートし、市役所、保健福祉事務所、地域包括支援センター、民生委員など多くの関係者から、これまで取り組みが充分できてこなかった困難事例として、長期にわたる中高年齢化したひきこもり者のケースが紹介されるようになってきた。その中で明らかになってきたのは、既存の制度の中でそれぞれが対応し、連携してきたが、事態がなかなか動いていかない現実であった。そこで、既存制度の連携では何が不足であったのか、生活困窮者自立支援制度が新たにできたことで何が期待され、何が変わってきたのか、また自立相談支援事業を通じて地域がどう変わっていくべきなのか、明らかにしていった。

研究は、多数の地域を対象とした短時間のヒアリングでは見えてこない地域の実情を深く探っていくことを目的とし、実践的フィールドワークの手法を用いて研究を行う。実践的フィールドワークは、実践の中での対象との関わりを通じて見えてくるデータを収集するため、生態学的に高い妥当性を有し、実践活動に有益なモデルを構築するために適した方法とされる。

調査は以下のデータを収集し、分析の対象とした。

- ・鎌倉市自立相談支援事業における 30 代後半以上の年齢となるひきこもり者とその家族の相談支援記録。
- ・準備会・ワーキングにおける地域課題の議論の記録

開催日	
2016 年 8 月 31 日	準備会
11 月 29 日	ワーキングチーム検討会

- ・鎌倉市内の全民生委員を対象とした質問紙調査 2016 年 10 月～11 月に実施
- ・鎌倉市内の民生委員 4 名による座談会 2017 年 23 日・31 日の 2 日間で開催
- ・全地域包括支援センターを対象とした質問紙調査 2017 年 1 月～2 月

なお、準備会・ワーキングチームの構成員は以下のとおりである。

委員	明石紀久男	一般社団法人インクルージョンネットかながわ/NPO 法人遊悠楽舎
	石居佳代子	鎌倉保健福祉事務所保健福祉部保健予防課
	石黒 知美	鎌倉市健康福祉部市民健康課
	鈴木 晶子	一般社団法人インクルージョンネットかながわ
	瀧澤 博	鎌倉市健康福祉部生活福祉課
	田代 美花	ひきこもり経験者 / NPO 法人遊悠楽舎 / 神奈川県立青少年センターひきこもり相談補助員

### (3) 調査2：先進的取組みに関するヒアリング調査

全国で先進的な取り組みを行い、実践を積み重ねている地域にヒアリング調査を行う。ヒアリング項目は、調査1の結果を参考に、現場の相談支援に根ざした項目を設定すると共に、当該地域が積み重ねてきたノウハウが引き出されるよう、自由に語ってもらう場面を設ける。ヒアリングの際に調査協力地域には実際に支援に携わる相談員等から話が聞けるよう依頼する。インフォーマントとなる相談員の意図するところを理解し、さらにヒアリング内容を深められるよう、ヒアリングには調査担当者に加え本法人の相談支援員も同席することとする。

ヒアリングによって得られたデータを分析し、調査1と同様、支援にあたって重要となるポイントや効果的な支援の進め方を明らかにする。

ヒアリング先は下記の通りである。

調査日	調査地	調査団体
2016年 12月9日	秋田県藤里町	社会福祉法人藤里町社会福祉協議会
12月14日	佐賀県佐賀市	特定非営利活動法人 NPOスチューデント・サポート・フェイス
12月12日	神奈川県座間市	座間市 福祉部生活支援課
12月15日	福岡県遠賀郡・鞍手郡・嘉穂郡	グリーンコープ生活協同組合ふくおか (福岡県自立相談支援事務所 (遠賀郡・鞍手郡・嘉穂郡) 運営団体)
12月22日	千葉県市川市	社会福祉法人一路会 中核地域生活支援センター「がじゅまる」 (生活困窮者自立相談支援機関窓口「市川市生活サポートセンターそら (so-ra)」運営団体)
12月27日	東京都町田市	町田市保健所 保健予防課
2017年 1月10日	東京都八王子市・福生市	特定非営利活動法人青少年自立援助センター
1月17日	岡山県総社市	社会福祉法人総社市社会福祉協議会
1月18日	大阪府豊中市	社会福祉法人豊中市社会福祉協議会
1月～2月	沖縄県 沖縄県那覇市 沖縄県沖縄市	沖縄県 那覇市 沖縄県就職・生活支援パーソナルサポートセンター南部 沖縄市就職・生活支援パーソナルサポートセンター

質問項目は以下の通りである。

- 地域特性
- 事業開始の経緯
- 事業スキームと地域との連携・協働状況
- 携わる支援者の経験・経歴・資格、人材育成の状況等
- 支援対象者と家族の状態像
- 困難事例および困難事例への対応ノウハウ
- 支援プロセスの概要
- 支援を進める上で大切にしている点
- 事業成果
- 具体的事例を通じた支援対象者や実際の支援の様子（※個人情報に差し障りのない範囲で）
- 印象深かった事例や困難事例、それらに対する取り組み（※個人情報に差し障りのない範囲で）

#### （４）全体を見通し成果をまとめるための調査検討委員会

調査１・２の調査計画及び収集データの分析を行い、のぞましい支援のあり方を検討するため、調査検討委員会を開催した。構成員は以下の通りである。

委員長	新保 美香	明治学院大学
委員	明石紀久男	一般社団法人インクルージョンネットかながわ／NPO 法人遊悠楽舎
	石井 正宏	NPO 法人パノラマ
	杉山 春	ルポライター
	鈴木 晶子	一般社団法人インクルージョンネットかながわ
	田代 美花	ひきこもり経験者 / NPO 法人遊悠楽舎 / 神奈川県立青少年センターひきこもり相談補助員
	長谷川俊雄	白梅学園大学
	武藤 啓司	NPO 法人リロード
事務局	圓藤 理江	一般社団法人インクルージョンネットかながわ
	吉野 克彦	一般社団法人インクルージョンネットかながわ
	黒川 祥子	ノンフィクションライター

開催日程は以下の通りである。

開催日	
2016年10月3日	第1回調査検討委員会
2016年12月21日	第2回調査検討委員会
2017年2月15日	第3回調査検討委員会

### (5) 妥当性を検証するためのひきこもり経験者座談会 2017年2月6日実施

最後に、支援が当事者のためになるものであるのか、その妥当性を検証するためひきこもり経験者座談会を開催した。参加者は、神奈川県立青少年センターのひきこもり相談補助員3名と、相談補助員の育成にも携わってきたひきこもり経験者1名の合計4名である。『ひきこもり相談補助員』とは、不登校・ひきこもりを体験したことがある者で、現在はそれぞれ社会との関わりを持ちながら、青少年センターの『かながわ子ども・若者総合相談センター（ひきこもり地域支援センター）』のスタッフとして委嘱し、相談業務や啓発事業に協力している者である。平成26年7月から、「ひきこもりを考える家族セミナー」や「青少年支援フォーラム・個別相談会」などで、自身の体験を語るなどの活動を開始している。

座談会でひきこもり経験者聞いた項目は以下の通りである。

- アウトリーチについてどう思うか？
- 話をじっくりする相手がいたか？そのことはどのようなものだったか？相談支援員はどんな存在だったか？
- 当事者会、フリースペース等居場所に行ってたか？どうして行こうと思ったのか？自分にとってどのようなものだったか？
- 働くことについてどう思っていたか？どう働き始めたか？
- 働くこと以外の今の居場所や繋がりはどうなっているか？
- 家族はどんな存在？
- 近所の人たちについてどう思っていたか？
- ひきこもった経験は自分にとって、どのようなものか？
- 今の健康度は？

## Ⅲ. 抄録 調査データ

## 調査1 本法人の運営する生活困窮者自立相談支援事業の実践的フィールドワーク

### (1) 鎌倉市内の全民生委員に対する質問紙調査

■2016年10月～11月にかけて民生児童委員協議会を通じて依頼し実施。

■調査用紙

#### 中高年ひきこもりに関する調査

所属地区 \_\_\_\_\_ 区

平素は生活困窮者自立相談支援事業にひとかたならぬご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。民生委員の皆さまがたの熱意あふれる活動に、心より敬意を表します。

この調査は、一般社団法人インクルージョンネットかながわが、民生委員のみなさまを対象に行うものです。鎌倉市内の中高年ひきこもり（おおむね30代から60代まで）がどのくらいいるのか、民生委員のみなさまが支援に関してどのようなことでお困りなのかを調査し、これからの鎌倉でのひきこもり支援を考えていくための調査です。また、本調査は、平成28年度厚生労働省社会福祉推進事業「生活困窮者自立相談支援事業における中高年ひきこもり者とその家族への効果的な支援に関する研究」の成果の一部として実施しているため、広く地域社会や全国の生活困窮者自立支援制度に携わる相談員に啓発に活用されるものとなります。

ご多忙の折大変恐縮ですが、調査の目的を御理解いただき、御協力くださいますようお願い申し上げます。御不明の点などがありましたら下記までお問い合わせください。

連絡先：一般社団法人 インクルージョンネットかながわ

担当：鈴木・圓藤

電話 0467-47-9291

協力：鎌倉市健康福祉部生活福祉課

(1) あなたが担当している地区の中で、ひきこもり状態にあるおおむね30代から60代までの人を何人把握していますか？

なお、ひきこもりとは、

1. 自室からほとんど出ない
  2. 自室からは出るが、家からは出ない
- という人に加え
3. 近所のコンビニなどには出かける
  4. 趣味の用事の時だけ外出する

という方も含みます。また、重篤な病気や障害をお持ちの方は除きます。

男性 \_\_\_\_\_ 人 / 女性 \_\_\_\_\_ 人 / 不明 \_\_\_\_\_ 人

.....(切り取り線).....

(2) (1)で回答した人のうち、もし鎌倉市内に対応できる相談機関・専門機関があれば紹介したい人は何人いますか？

男性 \_\_\_\_\_ 人 / 女性 \_\_\_\_\_ 人 / 不明 \_\_\_\_\_ 人

(3) (1)で回答した人うち、実際にこれまで相談機関・専門機関をご紹介した人は何人いますか？

男性 \_\_\_\_\_ 人 / 女性 \_\_\_\_\_ 人 / 不明 \_\_\_\_\_ 人

(4) あなたが上記のような状態の人について、困っている・困ったことはどんなことですか？あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 相談機関・専門機関などを紹介したいが、どこに相談していいかわからない。
2. 本人・家族が今の状態を隠そうとする。
3. 状態は把握しているが、どうアプローチしてよいかわからない。
4. 本人・家族等相談を受けたが、他の人には言わないで欲しいと言われている。
5. 本人・家族等に相談機関・専門機関を紹介したが本人がいかなかった。
6. 本人・家族からの相談を受け、相談機関・専門機関を紹介したが紹介先でうまくいかなかった。

具体的に紹介した相談機関・専門機関をお書きください

7. その他（具体的に書けることがあればお書きください）

※具体的に困っているケースに関してはインクル相談室鎌倉（TEL:0467-46-2119）までご相談ください。

.....(切り取り線).....  
※詳しいお話を伺える方はお名前とご連絡先をお書きください。後日ご連絡させていただくことがあります。

氏名： \_\_\_\_\_ 連絡先 \_\_\_\_\_

■調査結果

所属地区	回答数	地区
1区	15	旧鎌倉(十二所、浄明寺、二階堂、雪ノ下、西後門、扇ガ谷、小町、御成町(一部))
2区	17	材木座、大町
3区	23	由比ヶ浜、坂ノ下、極楽寺、佐助、長谷、稲村ガ崎
4区	17	腰越、七里ガ浜、七里ヶ浜東、津西
5区	15	筈田、常盤
6区	18	梶原、寺分、山崎、上町屋
7区	20	山ノ内、台、小袋谷、大船一部
8区	14	大船、岩瀬、今泉、今泉台
9区	18	岡本、玉縄、植木、城廻、関谷
10区	17	西鎌倉、手広、鎌倉山、津
無回答	1	
計	175	

	地区	1区	2区	3区	4区	5区	6区	7区	8区	9区	10区	計
(1)あなたが担当している地区の中で、ひきこもり状態にあるおおむね30代から60代までの人を何把握していますか？	男性	7	4	0	7	0	6	2	2	3	2	33
	女性	3	1	2	6	0	2	1	0	3	3	21
	不明	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
	計	10	5	2	13	0	9	3	2	6	5	55
(2)(1)で回答した人のうち、もし鎌倉市内に対応できる相談機関・専門機関があれば紹介したい人は何人いますか？	男性	0	0	0	2	0	0	0	0	0	0	2
	女性	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
	不明	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0	5
	計	1	0	0	2	0	0	0	0	5	0	8
(3)(1)で回答した人うち、実際にこれまで相談機関・専門機関をご紹介した人は何人いますか？	男性	0	0	0	0	0	2	0	2	0	1	5
	女性	0	0	1	1	0	2	0	0	0	0	4
	不明	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1
	計	0	0	1	1	0	5	0	2	0	1	10

(4)あなたが上記のような状態の人について、困ったことはどんなことですか？あてはまるものすべてに○をつけてください。	1区	2区	3区	4区	5区	6区	7区	8区	9区	10区	計
1. 相談機関・専門機関などを紹介したいが、どこに相談していいかわからない。	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	3
2. 本人・家族が今の状態を隠そうとする。	0	0	2	1	0	0	0	1		1	5
3. 状態は把握しているが、どうアプローチしてよいかわからない。	1	2	1	4	0	2	0	0	1	2	13
4. 本人・家族等相談を受けたが、他の人には言わないで欲しいと言われていた。	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
5. 本人・家族等に相談機関・専門機関を紹介したが本人がいかなかった。	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1
6. 本人・家族からの相談を受け、相談機関・専門機関を紹介したが紹介先でうまくいかなかった。	0	0	0	0	0	0	0	2	0	0	2
紹介先: インクル相談室1、保健所1、生活福祉課1											

7. その他(具体的にかけることがあればお書きください)

・訪問をするが会って話すことができない。
・この調査と同じくして市生き生き課より調査依頼あり(この夏より)担当地区まわりました、町会の世界等もながらやっていますのでここに書き込む?と云う人数も居りますが家族も居り又出入りの方々に伺ったうえこのアンケート出します。以前この様な件数受け持ち生活支援サポートセンターの担当者と連絡相談等してました。生保の人が多かったです。
・誰がひきこもっているか情報がなくわからない
・市役所、市社協、法テラスにも相談に乗ってもらったが進展はない模様。
・近隣の方が町内会に連絡し町内会から交番に連絡、交番からおまわりさんが来て下さって見まわりをして下さっていると伺っています。
・個人的なことはわかりません。
・本人が現状で満足していて家族もこのままで良いと言うのなら、そこに足を踏み入れなくても良いのではないかと。
・本人との親類関係があるので、心を開いてもらえるようにしたい。(うつ状態)
・相変わらず近隣から孤立しているにもかかわらず本人には現状に対して変化を望む様子が見られないこと。
・今は引越して担当区からは外れましたが、彼(40代後半)がいるために、母親が生活保護費を頂けず困っておりました。引越してから病院で「対人恐怖症」と診断されたようです。
・60代のひきこもりの人はいないと思いますが、70代のひきこもりの人はいます。
・何を相談すべきかが不明
・インターフォン越しの対応。ご近所との交際は無いようです。バス停で偶にお会いした人とは口を聞いたようです。
・ずっと家に居るとい話は聞いたことがあるが、実態はつかめていない。又、相談も受けたことがない。
・高齢の母とパラサイト・シングルに近い定職ほぼなしの息子の二人暮らし。母のケアマネージャーが苦勞している。(ひきこもりではなく、毎日外出している。)
・今はひきこもりの方に対応する余裕がありません。現在行っている活動を通し近隣のコミュニケーション拡大を計る事を優先します。

## (2) 民生委員座談会概要

陶芸の工房に通っていたお年よりの女性が、パタッと来なくなった。  
心配だったので訪問するようになったんです。  
訪問するようになって、生協のカゴがあったり、なかったりするの誰か居るのかな？とも思っただけなんです。  
介護度4で包括支援センターが支援に入っていたのでカンファレンスが開かれて、長女と次女が居ることがわかった。  
長女は関西の方に住んでいて、次女がお母様と同居している事を初めて知ってビックリしたんです。  
で2年後にそのお母様が亡くなる。  
それで次女が一人住まいになった。54歳になってます。  
お庭の植木が凄いいなくなって、もう森の様な状態でも入るのも大変な位の家になった。  
そして昨年後半ぐらいから、その次女が救急車を週に何回も呼ぶようになります。  
凄く不安になっているようです。  
で病院に行くんですけども、入院せずに帰って来る。それが繰り返されて消防の方も困ってしまってるんですけど、行かない訳にはいかないし病院に連れて行かない訳にはいかないし・・・で。  
お姉さんに連絡してもなかなか連絡が取れず困っていたら、消防の方が連絡出来る、ということだったので、であれば、民生委員の入り込むことではない、と思いました。  
ご本人(次女)が助けを求めているんです。  
お姉さんとも仲がよくないようで・・・。  
ご本人はなが〜いひきこもり生活を続けているわけです。

どうやって見つけて、どのような対策をするんですか？  
本人はひきこもっている訳で、本人の意思でひきこもって居る訳です。それでも出たい人だったら助けを求めるけれども、ひきこもりの場合っていうのはそれが幸せなんですよね。  
本人にとって。  
行政とか外とのつながりを望んでない方たちなんです。  
そうすると、どうやって助けるんですか？助けるっていうか。どういう対応が。

最後は、法律的にどうにかしなくちゃならない、となれば生活保護、最終的な最後は。

困れば、ですよ。  
でも何故か困ってないんですよ。  
土地も家もそのままですし売ってないしそこに住み続けてる。  
どうやって生活してるのかよくわからないですけど、困ってる感じではない。

困ってない人に、どうやってアプローチしていくのか？  
出してないものは、キャッチできないですよ。  
でも救急車呼ぶって、一人で住んで誰とも断絶してるって状況が不安になって来てる。  
身体のこと、精神的にも。ね。

救急車呼ぶってことは、病院を信頼してるのか、SOS出せば何とかしてくれるって信頼なのか、分からないですけどね。

でも困ってないって方の処って、寄せ付けたくないから「困ってない」って、言う訳じゃないですか。でも救急車を週に何回も呼んでるって、ほんとはかかわりたいんでしょうね。

だから拒否しつつ最近はちょっと不安なのかなっていう。このサインをどうしたらいいのでしょ。  
自分達が手突っ込んで、引っ掻き回すようなことはしたくないし・・・。

でも何処につないだらいいの、ほんと分からないんですよ。受け皿が欲しいです。  
ひきこもりの人の話からずれちゃいますけど、精神疾患のある方、居るんですよ。  
おとなしい、ご近所に迷惑をかけないタイプの方なら全然問題ないんですけども・・・  
自傷他害っていうんですか？卵投げつけたり、通る人に大声で罵声あげたり、ほんとに怖くて。  
警察呼んでも、現行犯じゃないと捕まえられないって。警察もあいだに入ってくれなくて・・・  
そのケアを何とかしてくれる団体をつくってほしいです。  
どうしようもないんですよ、結局近隣の方たちがまとまって「出てけ！」って。

責められるご家族の方も呼び出されたりなんだから、リストラにあたり、鬱になっちゃったりで、なんか凄い悲惨でしたよ。

結局最後は「出て行って欲しい」って、言わなくても本音はそうなっちゃいますよね。

でも問題はなにも片付いていないんですよね。

住民は理解もしたいと思ってるんですよ。だから何でこうなっちゃってるのか知りたい訳です。いま行政がこういうことをしてくれている、出来なくてもここ迄やってくれてるってことを知りたいんですよ。伝えて欲しいんです。

そうしたらしょうがないじゃないですか、お互いそこに住んでるんだから。やっぱりそこを理解して行こうと。ただそうすると今度は個人情報とかいわれちゃうんですよね。納得できないですよ。

自分が引っ越すか、相手が引っ越すかしか、解決策はない訳ですよ。

わたしが立ち会った、あのな〜んか嫌な気持ち。村八分じゃないけど。

### (3) 鎌倉市内の全地域包括支援センターに対する質問紙調査

■2017年1月～2月にかけて鎌倉市高齢者いきいき課を通じて依頼し実施。

■調査用紙

#### 中高年ひきこもりに関する調査

センター名 \_\_\_\_\_

平素は生活困窮者自立相談支援事業にひとかたならぬご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。民生委員の皆さまがたの熱意あふれる活動に、心より敬意を表します。

この調査は、一般社団法人インクルージョンネットかながわが、地域包括支援センターのみなさまを対象に行うものです。鎌倉市内の中高年ひきこもり（**おおむね**30代から60代まで）がどのくらいいるのか、地域包括支援センターのみなさまが支援に関してどのようなことでお困りなのかを調査し、これからの鎌倉でのひきこもり支援を考えていくための調査です。また、本調査は、平成28年度厚生労働省社会福祉推進事業「生活困窮者自立相談支援事業における中高年ひきこもり者とその家族への効果的な支援に関する研究」の成果の一部として実施しているため、広く地域社会や全国の生活困窮者自立支援制度に携わる相談員に啓発に活用されるものとなります。

ご多忙の折大変恐縮ですが、調査の目的を御理解いただき、御協力くださいますようお願い申し上げます。御不明の点などがありましたら下記までお問い合わせください。

連絡先：一般社団法人 インクルージョンネットかながわ

担当：鈴木・圓藤

電話 0467-47-9291

協力：鎌倉市健康福祉部生活福祉課

(1) あなたが担当している地区の中で、ひきこもり状態にある**おおむね**30代から60代までの人で把握している人がいますか？

なお、ひきこもりとは、

1. 自室からほとんど出ない
  2. 自室からは出るが、家からは出ない
- という人に加え

3. 近所のコンビニなどには出かける
4. 趣味の用事の時だけ外出する

という方も含みます。また、重篤な病気や障害をお持ちの方は除きます。

男性 \_\_\_\_\_ 人 / 女性 \_\_\_\_\_ 人 / 不明 \_\_\_\_\_ 人

(2) (1)で回答した人のうち、もし鎌倉市内に対応できる相談機関・専門機関があれば紹介したい人は何人いますか？

男性 \_\_\_\_\_ 人 / 女性 \_\_\_\_\_ 人 / 不明 \_\_\_\_\_ 人

(3) (1)で回答した人うち、実際にこれまで相談機関・専門機関をご紹介した人は何人いますか？

男性 \_\_\_\_\_ 人 / 女性 \_\_\_\_\_ 人 / 不明 \_\_\_\_\_ 人

(4) ひきこもりかどうかは分からないけれど、ここ 2 年ほど働いていなさそうなおおむね30代から 60代までの人で把握している人がいますか？

男性 \_\_\_\_\_ 人 / 女性 \_\_\_\_\_ 人 / 不明 \_\_\_\_\_ 人

(5) あなたが上記のような状態の人について、困っている・困ったことはどんなことですか？あてはまるものすべてに○をつけてください。

1. 相談機関・専門機関などを紹介したいが、どこに相談していいかわからない。
2. 本人・家族が今の状態を隠そうとする。
3. 状態は把握しているが、どうアプローチしてよいかわからない。
4. 本人・家族等相談を受けたが、他の人には言わないで欲しいと言われている。
5. 本人・家族等に相談機関・専門機関を紹介したが本人がいかなかった。
6. 本人・家族からの相談を受け、相談機関・専門機関を紹介したが紹介先でうまくいかなかった。

[ 具体的に紹介した相談機関・専門機関をお書きください ]

7. その他（具体的に書けることがあればお書きください）

[

]

※具体的に困っているケースに関してはインクル相談室鎌倉（TEL:0467-46-2119）までご相談ください。

【地域包括支援センター 回答集計結果】																			
地域	包括支援センター名	(1)			(2)			(3)			(4)			その他					
		男	女	不明															
鎌倉	鎌倉市社会福祉協議会	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	0	3・5	3ドア越ししか話せません。返事も少ない。	6.紹介した相談機関・専門機関	7.その他	その他記載あり	
		0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2				煮詰まっていること ○アパート代:父が何かあれば私えなくなる。 ○とらにも繋がりず。 ○弟、自立 ○妻:妹が精神で以前隣人にご迷惑をかけた。HPIには本人が行く気にならないうえに(石井) ○本人:胃がんで(自称)もう死ぬ。働きたい。
		2	1	0	2	1	0	0	0	0	0	1	0	0	3				
		0	2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	0	2				
腰越	聖テレジア	1	1	0	1	1	0	0	0	0	0	2	0	0	1・2・4				
	聖テレジア第2	2	0	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	2	6				
深沢	みどりの園鎌倉	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0					本人・家族に困っているという自覚がない事もあると思う。
	湘南鎌倉	2	1	0	3	1	0	0	1	0	0	0	0	0	5・6	保健所			
大船	きしろ(大船)	3	0	0	2	0	0	1	0	0	0	0	0	0					
	ふれあいの泉	4	3	0	1	2	0	0	2	0	1	0	0	3・5					
玉縄	さざりんどう鎌倉	1	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	0					状況:50代、両親と同居、二人とも介護保険対応中。本人"うつ"で治療中。包括として本人と接触したことはない。
	合計	16	8	0	8	4	0	5	2	0	6	3	0						
		24			12		7		9										

## 調査2 先進的取組みに関するヒアリング調査

### (1) 秋田県社会福祉法人藤里町社会福祉協議会（秋田県藤里町）

#### □地域特性

秋田県北部、白神山地の南玄関に位置する人口3,501名（平成28年12月末）の町。高齢化率42%の過疎の町。

#### □事業開始の背景

原点は「一人の不幸も見逃さない運動」として昭和55年度より開始したネットワーク事業。平成17年度より地域福祉トータルケア推進事業へと転換。1) 総合相談・生活支援システムの構築、2) 福祉を支える人づくり、3) 介護予防の為に健康づくり・生きがいづくり、4) 福祉による地域活性化、5) 次世代の担い手づくりの5つの柱で事業を行っている。現在、「福祉でまちづくり」を合言葉にした藤里町トータルケアとして運営している。

#### □「こみっと」の取り組み ネットワーク活動事業

「こみっと」支援事業は正式名称「引きこもり者及び長期不就労者及び在宅障害者等支援事業」。地域でこもっている人誰ですか、という視点に立って動けば、いろいろなことができるのじゃないかなと勝手に思っていた。トータルケアで始めよう。

弱者と呼ばれている方々だって、いろいろなことができる可能性がある、支援する側にも一人暮らし老人がなれるはず、そこを応援する、そこを事業として応援していく、その延長線上に若者支援、次世代の担い手作りとしての若者支援事業が、イメージでもあった。

ひきこもり問題を何とかしようという話ではなくて、ひきこもりがもっと、地域に暮らす方々と違いがなく、その方々が、ひきこもったまま一生終えたいと願っているかもしれないし、もしかしたらこのままで終わりたいと思う時があるかもしれないし、いろいろなメニューがあればもしかしたら地域に出てきたいと思うかもしれないし、そういう形の支援をしたいということで始めようとした。

デイよりもそういう自分の居場所がほしい？って言ったら、友達がいなくなっちゃったんだって、みんな。呆けたり死んだりして。だから行きたいところがなくなっているんだ。

バス待ちする場所はどこですか？商店街。例えば電気屋さん。商店街丸ごとサロンになってください。

可能な範囲で地域貢献、自由に参画できる場っていうような、そういう形でやってきた。

#### □「ひきこもり者支援ではなく、社会経験のいろは支援」

ここはひきこもり支援ではなく、ひきこもっていた間の社会経験のなさとかを埋めるための、自立していくための、そういう施設なんだ。

いろいろな団体に登録していただいて、下に、要するにいろいろな人が出入りする場所であってほしかったんですよ。

匿名性を保てない地域だから。

一番ハードルが高かったのが職員だったのかな。

職員というのはやっぱり学校の先生みたいなイメージがどこかにあって、従わなければいけない人であって、守ってくれる人じゃなくて。

職員にはいい顔しなければいけないっていうのと、自分と同列の話ができる、悩みを言ったりあれしたりできるんだけど、職員には変に思われたら嫌だからっていう。それに気づいていないのが職員だけだったっていう（笑）

声かけたり、普通に話してくださった方々がいたから、やってこれたし。

一般論としての「人が怖い」を、なんか切々と時々訴えるんだよね、仕事サボりたい時（笑）

「こみっとバンク」の活動 職業斡旋所な色合いが強く 要望に応じて、派遣して、お金を払うというその方式を 肉体労働は嫌がる（笑）。

シルバーバンクが持て余したような仕事が意外と来たりするので、そうすると、かなり抵抗しますよ、最初は。ブツブツブツブツ、今でも言ってるよね。突然憂鬱になってみたり、頭脳労働向きにできて人間に何をやらせるって騒いでみたり（笑）。

しよせん社協さんに作ってもらった仕事、みたいな、やり甲斐からいえば違う形になるのかな。そういうところで意外と。

#### □「所属に向けた、情報提供に徹する」

個別訪問をしてカウンセリングを始めるのではなく、頑張っ、情報提供してもよろしいですか、と言って OK をいただいて。その OK をいただいたのが、初年度 113 人の方がいらっやって。だから最初に、ひきこもりっていう方々をカテゴライズしなければいけないのかと思ったんですけど、できなかつたんですよ。

働かずうちにいる子供がいるというのが普通で、だから 2~3 年に 1 回働けば、あとお金が続く限り家にいるっていうタイプの方もいらっやらないわけではなくて、そういう方は、ひきこもり支援をやっているとえば「社協大変だな、頑張れな」っていうエールを頂き（笑）。周りから見れば立派なひきこもりなんです。ご本人が全然困っていらっやらない方いらっやるし。

支援がほしいと言った人、そして情報提供を続けてくれと言った人を、私たちの対象者でいいんじゃないのかという事で

ひきこもりじゃないと一生懸命主張する人のほうが多くて。でも所属するところのない人というのは、やっぱり何らかの支援がほしかったのかなと思う人たちが多かったです。

職員の指導よりも、同じ受講生仲間の、私年代のおばちゃんたちがすごくいい味だしてくれて、ひきこもり関係ないんです

「えっ、知らないの俺だけじゃなかった」っていう感じで、世間が常識として何でも知っていて、自分 1 人が何にも知らないんだとばかり思って一生懸命見栄張っていたのが、他人に聞けるようになるんです。「これ何？あれ何？」って聞けるようになれば、どんどん吸収していけるようになるし。

「あのおばちゃん受かるんだったら、もしかしたら俺でも大丈夫かも」

所属するところがない人に対しての支援というのが必要なのかと思ひ始めたり。

1 年目 2 年目はひきこもり等支援でいいんですけど、社会的経験のなさを埋める支援はいいんですけど、3 年目以降は、単に就職できていない人たち支援に持っていかないと。

福祉ではそれ以上ちょっとできなかったんで、なかなか苦しい支援になったかなあと思っている、無理矢理、町民全ての生涯現役を目指しているシステム作り事業、

弱者って呼ばれる方々がやる地域創生ではないんですよ。弱者と呼ばれる方々が担い手になれる地域創生じゃなければ、本物の地域創生にはならないんじゃないかな、町民全てが生涯現役を目指せるということに向けて

おじちゃんおばちゃんを講師にして、故郷体験カリキュラムとか、いろいろやってきたんですよ、今まで。そして今まで募集すると、だいたいひきこもりの人の応募があったんだけど、ひきこもりいなくなっちゃったから。町にいないだもんひきこもり。募集しても来ない状態になって、でも、町内外の人たちに向けて、来年度の落とし所、担当と詰めてるんですけど、町民の期待度はやたら高いです。失敗した時のほうが、地域住民の人、生き生きしている（笑）。ほらほらって言って。文句ひとつ言わせないようにやりたくなるんですけど、文句言ってるの嬉しそうに聞いているから（笑）。元気、元気に文句言ってるなあとか。文句言ってるうちはこの人元気だなあとか。人と接するのが嫌いな人だとか苦手な人だというイメージがあったりしたけど。違うなあ。もう飢えてるもんね、接したくてたまらない人たちだったという。

#### □「対等な、あくまでも横の関係が生み出すもの」

ワーカーをどんどん減らしている形です。その方が、上手く回っていました。ワーカーが、一生懸命一生懸命自立させようと頑張ってる時は、不思議な空気が生まれてたんですけど、シルバーの、ウェイターのおじさんが仲間としてやってる時は、ちょっとドキドキする場面もありましたけど、自立は普通に。

職員は「そうなんだー」って聞き始めるけど、ウェイターに頼まれているおじちゃんは「忙しいのよ、頑張って運んで！」って（笑）。

判断力のない人とみなさずに入ってほしいとワーカーさんにいった時点で、私はそれは徹底できてるものだと最初思っていたら、そこを混同してしまうと、やっぱり信頼取るのも難しいのではないのか

親御さんが何か助けてほしいことがあったら、もしできれば保健師さんを紹介したり、私どもは本人の話を聞きたいんだということは、一生懸命一生懸命お伝えしながら。でも、そうしても、行けば、まず横にいて、お母様が説明するというケースも、滅茶苦茶多いです。

どっか弱い人達を支援しなければいけないと思っていれば、就職できると思ってない、本気で就職させる気にならない。

お話を聞くのが仕事だと思ってしまったら、いや、その人ダメになっていっちゃうよ。もし能力あったとしても、働く意欲があったとしても、ここが居心地いい場所になってダメになっちゃう。

職員がアウトと思っているということは、私から言えば、就職できる人たちだと思っていないだろ、就職させようと思ってないだろ、ということで！どんどん普通に説明して、就職していくのを見たら、何でああやって子供相手にするようなことやってたのか、後で信じられなくなる。だから初年度組が残っちゃったっていうのは、しょうがない。

#### □「自立を阻害する“オヤツ(親)”の存在

子供さんが楽しく自立しそうになると、パニック起こしてくる。困り込みたい親御さんがいて、それをどうこうっていうのは難しいし、それが40とか50歳とかになってそれだとすれば、もう、いいのかなこれ。だって無理矢理切り離すことがいいのか悪いのか、よくわからなくなるのですよね。そういう方が何人かいらっしゃるよね。

お母様がもう少し口出ししなければ、自立できる可能性がまだまだあるのになっていう方が、けっこういらっしやったりして。それはきついね。

優しい気持ちになって下さいは無理でも、お互い一緒に住んでなければいけないんだったら、どこだったら我慢できるか妥協点を見つけて歩くのが、地域で一生暮らしていくコツかなみたいに。

そういう話だったら、保健所も納得できるし、本人に、もう全て生活を変えましょうなんて言っても無理でも、ここらだったらできるみたいなの、もしあれば。  
見えないと思うんだけど。

□「家の中から、地域の中へ」— まとめて変えて —

観念の世界を医療モデルと捉え、目の前の現実の中に所属感を獲得していく取り組みを福祉モデル(福祉的支援)と位置付け取り組まれた結果、地域で生活する多様な方々との関係がつくれ、自活への道が開かれていった実践のお話しであった。

## (2) 社会福祉法人グリーンコープ・グリーンコープ生活協協同組合ふくおか

(福岡県福岡市・遠賀郡・鞍手郡・嘉穂郡)

【福岡県自立相談支援事務所運営】

### □ 地域特性

福岡県遠賀郡 4 町（人口：95,951 人（いずれも平成 27 年 2 月現在）、鞍手郡 2 町（25,072 人）、嘉穂郡桂川町（13,961 人）を管轄。

### □ 事業開始の経緯

- ・平成 26 年 6 月から生活困窮者自立支援法施行前のモデル事業で開始。
- ・市は直営。郡は委託で 4 ヶ所相談を受ける事務所を置いている。平成 27 年 6 月から子どもの支援に特化した「子ども支援オフィス」を設置。

### □ 事業スキームと地域との連携・協働状況

- ・福岡県生活困窮者支援制度の中で実施。
- ・自立相談支援員 3 名、子ども支援オフィス相談員 2 名、高校生就学継続訪問相談支援員 1 名、家計相談支援員が 1・5 名。生活費に困っている、債務があるという方は、家計相談支援員と一緒に初回から相談をすることができます。また、各町役場、社会福祉協議会、就労移行支援事業所、ハローワークの就労自立促進事業のナビゲーターと連携している。

### □ 携わる支援者の経験・経歴・資格、人材育成の状況等

- ・平成 28 年度より、自立相談員の一日研修を 4 回実施。各事務所の主任相談員がカリキュラム作りを実施。内容や知識については、まずは自分たちで検討し、アンケートを取りながら改善していく予定。外部研修も積極的に活用していきたい。

### □ 困難事例および困難事例への対応ノウハウ

- ・本人及びその家族にひきこもりだという意識がない（解決策が見いだせていない）

### □ 支援を進める上で大切にしている点

- ・本人が相談したいタイミングと合わないが、相談できる場所があるというアピールは必要。必要な情報を本人のもとに届ける、情報提供を重ねることによって、相談してみようという気持ちになられるのではないかと思います。
- ・本人から自分はひきこもっているという言葉は出ない。本人はひきこもっているということを認めたくないし、他者に口にしてほしいくないという思いがある。ご飯食べさせてもらって、親のお金で暮らしている事は、第三者から言われなくても本人が一番分かっている。相談員は配慮が必要と思う。
- ・病院の待ち時間や車の移動時間のときに、本人が話したがらない様子があれば敢えて声をかけない。沈黙だが、同じ空間に一緒にいて同じ経験をしている。当たり障りのない会話はするけれども、初回からズカズカと

その人の内面には入っていかない。(一方、相談室で話しをするより狭い車の中のほうが、「そんなことまで言わなくても」というようなことも、お話しされたりする。)

- ・手紙を差し上げて、次回の自宅訪問時に伺いたいことを連絡した。手紙の内容については相談員同士で相談して、独りよがりの支援にならないようにした。
- ・連携した就労移行支援事業所は利用の前に自宅訪問をされる。家のなかに入って見てみないと分からない親子関係などの情報を共有する事ができている。

#### □ 印象深かった事例や困難事例、それらに対する取り組み

30代男性。家族構成は両親60代、3人兄弟の一番上。第二人は自立している。世帯収入29万円、父の年金と父母のパート代が収入源。

両親は14年間の長男のひきこもりについてどこにも相談されたことがなかった。両親の様子を見かねた弟が保健福祉環境事務所のひきこもり相談室に相談。両親は保健福祉環境事務所より紹介された精神科に連れて行っていたが、4か月後に本人から行っても意味がないと受診を拒否されていた。

福祉事務所からの紹介で自立相談支援事務所に繋がった。両親と面談を重ねた上で本人には初回から就労移行支援事業所(カリキュラムや取り組みの仕方など細かに実施するので本人に合うと判断した。)の支援員とともに自宅訪問を実施した。

初回は3人で訪問した。まずは就労移行支援事業所の女性の相談員が対応することとした。居室をノックしたところ、初回からドアを開けてもらった。自宅訪問した事がきっかけとなり居室から1階にご飯を取りにこられるようになった。

初回訪問の際は母親が、相談員と話したい様子があり応答した。1階のリビングの話声は必ず2階には聞こえていること、本人は親の気配や足音に敏感であることから、次回からは両親の話は事務所で聞くことにした。自宅訪問時は本人と話した後はそのまま帰るようにした。

母親も誰かに話したいという気持ちを抱えてあり、相談後はスッキリした様子が見えた。また両親には就労移行支援事業所の見学やひきこもり研修会を案内した。本人の支援だけではなく、一緒に生活されているご家族の支援も並行してできた事が良かったと思っている。

就労移行支援事業所に見学にお連れしたかったが、車で片道30分かかることを考えまずは、車で5分の事務所訪問を提案した。この14年間で両親と病院に行くことだけしか外出されなかったが、一緒に車に乗って来てもらうことができた。

初回面談は5分で終わったが、困りごととして、「健康のこと」に丸が付いていたので、病院受診を提案し同行することが出来た。何回目かの自宅訪問で帰るときに握手をお願いして応じていただいた。手を握って「よろしくお願いしますね」と言ったら、笑顔になられたのが「大丈夫だ」と思え、信頼関係ができたと感じられた。

医師には事前に14年間ひきこもりであることへの配慮をいただけるように情報を届けた。初回の病院受診は、患者が少ない午後一番にして頂き、他者の視線を感じることなく、ストレスなくスムーズに受診できた。結果、心配されていた身体面は健康であるということが分かり、本人がとても安心された。そこで就労移行支援事業所の見学の提案をしたところ、スムーズに利用につなげることができた。

現在は、就労移行支援事業所に週に3~4日通所されている。順調で笑顔も見られ会話のキャッチボールもできている。生活のリズムが整いつつあり、遅刻、欠席もないと聞いている。

公共交通機関を利用しての通所は困難であるが、最初の数ヶ月間は就労移行支援事業所が送迎をしてくれる。徐々に段階を踏んで電車を使うなど利用しやすいように環境を整備してもらっている。

交通費が捻出できない方もいるので、自宅の前から送迎してもらえるというのは現実問題として大きい。(郡部は就労移行支援事業者 B 型事業所に通所の交通費の補助金がない。) また就労移行支援事業所ではお昼のお弁当が提供されるので、それもプラスな面となってちょっとした誘いのきっかけになる。(お弁当づくり、配達、パソコン入力などがそこの利用者の仕事になっており、就労の場になっている。)

#### □社会福祉法人グリーンコープの就労支援事業

##### ◆生活困窮者自立支援施設 抱樸館福岡～第 2 種社会福祉事業 無料定額宿泊施設～

- ・運営主体：社会福祉法人グリーンコープ。協力団体：NPO 法人抱樸。2010 年 5 月開設。入居者が共同生活を営みながら、就労訓練や各種自立支援プログラムに基づいて、自立した生活が送れるように支援。自立後も継続的にサポートし、ホームとして支え続けていく施設を目指す。
- ・生活全般の支援（安心できる衣・食・住）、仕事に就くための支援、社会的資源につなぐための支援、債務、法律問題の解決、からだところの健康を担う。

##### ◆ファイバーリサイクル事業

- ・2010 年事業開始。「生活困窮者の自立支援」「国境を越えた子育て支援」「衣類のリユース・リサイクルの広がり」を目的として、グリーンコープの組合員などから届けられる衣類のリユース・リサイクルの取り組みを通して、事業に取り組む。抱樸館福岡の入居者などを対象に、届けられた衣類の仕分け・梱包作業などを通して、生活リズムを取り戻し、仲間意識を育て居場所をつくり、コミュニケーション力をつけ、意欲を持って社会に出て働くための就労訓練を段階的に行う。

### (3) 特定非営利活動法人 NPO スチューデント・サポート・フェイス (S.S.F.)

#### (佐賀県佐賀市)

##### □ 地域特性

・佐賀県：10市10町、人口約85万人

有効求人倍率は、平成24年度0.79、平成25年度0.92、平成26年1.03と上昇傾向にあるが、全国平均には届いておらず厳しい雇用情勢が続いている。

・佐賀市：人口237,506人（平成22年国勢調査）

##### □ 事業開始の経緯

平成15年NPO法人化。平成18年度より地域若者サポートステーション事業、平成21年度より子ども・若者総合相談センター業務及び指定支援機関業務委託、平成25年度より生活困窮者自立促進支援モデル事業（佐賀市）等の事業で実施。

##### □ 事業スキームと地域との連携・協働状況

アウトリーチノウハウを中核事業として、自立に至るまでの総合的な支援事業を展開する。家族と力を合わせて環境を整える家庭教師方式（関与継続型）のアウトリーチで培った専門性の高い支援ノウハウ、複数分野の専門職によるチーム対応と重層的な支援ネットワークを活用し、全国トップレベルの相談実績をあげる。県子ども・若者総合相談センターは子ども・若者の相談が中心、出口のさが若者サポートステーションは全国上位の実績を収めつつ、年々取り組みを発展させている。佐賀市生活自立支援センターは着実に実績をあげ、適切な役割分担と連携により県全体としての受け皿を拡充し困難を抱える当事者に対して信任を得ている。（佐賀市においては年齢関係なく支援ができる。）

地域若者サポートステーション事業により構築されたネットワークを基盤に佐賀県の子ども・若者育成支援地域協議会を展開する。子ども・若者育成支援推進法に基づく法定協議会において、県内唯一の指定支援機関としての信認を受けるなど中核機関に位置づけられ、全県域で「ワンストップ型」に近い相談サービスを提供する。法定協議会以前より、「自分たちでできないことはできないと言う」を方針に主義主張にこだわらない700団体の情報ネットワーク「青少年サポートネットワーク in SAGA」を作っていた。

##### □ 携わる支援者の経験・経歴・資格、人材育成の状況等

深刻化・複合化する問題に対処するために産業カウンセラー、キャリア・コンサルタント、臨床心理士、社会福祉士、精神保健福祉士、教員免許、支援コーディネーターなど複数分野の専門職によるチーム対応（一人に二人以上）を原則としている。20代～70代の各世代の支援員を雇用し、支援に抵抗感を持つ当事者の対応には関係性の重視と世代的条件（徹底した危機管理の下、関係性を重視した「お兄さん」「お姉さん」的支援員（ナナメの関係性）の活用）も考慮している。

10年以上に渡り、教育、医療、福祉共通に必要な分野を仕組化し、平成23年度より内閣府のアウトリーチ（訪問支援）研修事業を受託し、座学だけでなく、映像化した具体的な事例を通じたグループワーク等を実施している。

## □ 支援対象者と家族の状態像

複数の支援機関の支援を受けたが、うまくいかなかったケースが多い

(対人トラブルが多く、相談意欲が非常に低く、相談支援への拒絶感、警戒感を持っている)

## □ 支援プロセスの概要

### ◆ 支援介入困難度等による役割分担と複数の専門職によるチーム対応

- ・ 導入レベル：地域ボランティア及び有償ボランティア（大学生、大学院生、地域人材等）
- ・ 標準レベル：「選抜研修制度」を経て採用された職員（常勤・非常勤）
- ・ 熟練レベル：各事業の相談責任者レベル

### ◆ アセスメント指標「Five Different Positions」によるエビデンスに基づいた根拠ある支援

- ・ 複数分野の専門家によるチーム対応を実現する「共通言語」としての「対人関係」「メンタル」「ストレス」「思考」「環境」についての簡易的アセスメント指標によるコンセンサスづくり

### ◆ ストレス耐性に着眼した中間的なトレーニングメニュー

- ・ 個別対応から小集団活動、集団活動、社会参加への段階的以降

#### 1. オーダーメイドの個別プログラム

興味関心、趣味、性格、相性等を総合的に判断しマッチング。人目への配慮など、安全と安心が確保された小集団の形成

#### 2. 集団活動への段階的以降による抵抗性の向上

楽しみ、関係性をつくりながら、依存を産まない展開による人間関係の適正化

#### 3. 「興味関心」から「実用的プログラムへの転換」

地域の幅広い職種を集め、就労体験を随行支援し、仕事の価値を感じ、自己有用感を高めながら、本人の考え方の癖を知り修正していく

### ◆ 効果的な訪問導入を図るための事前準備における「3段階のプロセス」

#### 1. 事前情報の収集と分析

一般的な相談情報だけでなく、支援経験やその反応、興味関心、家族との関係性などの事前準備が訪問の成否を決める

#### 2. 支援者としての自己分析及び環境確認

周りの人が見る「自分」を知り、自分の体験、得意・不得意などの整理をし、支援者個人としてのかかわりの範囲・限界の設定し、限られたチャンスを活かす

#### 3. 支援対象となる若者への「生きる」情報の提供

「個人的」なつながりを意識し、「困り感」「必要性」、「興味・関心」に必要なツールを用意し、支援者としての関係性を構築する

## □ 支援を進める上で大切にしている点

### ◆ 複数の支援機関の支援を受けてうまくいかなかったケース（拒絶感、警戒感）に対するアプローチノウハウ

- ・ 多くの専門職のチーム対応、世代的条件を加味した関係性重視

### ◆ エビデンスベースト・アプローチ

- ・ アウトリーチの特性を生かした調査研究で「根拠」に基づいた責任ある支援

### ◆ 組織的、地域的限界も真摯に受け止め、全国規模の連携協力体制を構築

・「どんな境遇の子ども・若者も見捨てない！」責任を持った支援を実施するための積極的な連携を可能とする総合的な自立支援体制の構築

◆価値観のチャンネル合わせ

・事前情報を基に必要な話題やツールを用意する。何がヒットするかわからないので資格ガイドブック、釣り道具、ボクシングのグローブとミットなど全部用意しておく。

□ 事業成果

派遣先の9割以上から学校復帰、脱ひきこもり、進学、就職等の改善の報告があり、当該分野のNPO法人としては県内他に類を見ない全国トップレベルの相談実績をあげている。

□ 具体的事例を通じた支援対象者や実際の支援の様子

家族関係などの事前の分析が大事になり、親子関係が影響している場合もあるので、成人している場合には、兄弟、姉妹に話を聞くこともある。親も支援に来てもらいたいから嘘を言ってしまう場合もある。

35歳男性のケースでは、対人関係に恐怖感を持っている状態だった。ネット依存、教職員に対する恨みがあった。親子関係も崩れ、周りからも孤立していた。

親は本人が同意しているとのことだったが、本人を無視していただけであった。（「嫌だったら言え」と言い、言わなかったから「同意した」と。）そのことでトラブルはあったが、本人がやっているゲームがわかったので、そのオンラインゲームのチャットで導入を図った。

一人だけ幼馴染の友人が通えていることが分かったので、先に友人とコンタクトを取り、友人になって、そこから紹介してもらった。その他、誰からもアクセスできない状態だった。受験失敗、親子関係が悪化していることがわかり、すごく真面目な子で祖母とだけ話すこともわかった。年金手続きがわからず、祖母を通じて接点をつくった。

親の失業による生活困窮をきっかけに携帯ひとつでできるネットパトロールの内職を紹介した。誹謗中傷などが書かれたネット掲示板などを見つけて報告してもらおう。それをSSFが業者に掛け合って削除してもらおう仕組みを作った。

## (4) 座間市福祉部生活援護課（神奈川県座間市）

### □ 地域特性

東京から南西に 40 キロメートル圏内、横浜から西へ約 20 キロメートルのところであり、神奈川県ほぼ中央に位置している。

- ・人口：128,661 人（平成 28 年 4 月 1 日現在）
- ・世帯数：56,181 世帯（平成 28 年 4 月 1 日現在）
- ・生活保護率：19.48%（平成 28 年 4 月 1 日現在）
- \* 神奈川県の一般市の中では最も高い
- \* 単身高齢者世帯が急増。497 世帯（H24 年 4 月）⇒723 世帯（H28 年 4 月）

### □ 事業開始の経緯

- ・生活困窮者自立支援制度施行に伴い、平成 27 年 4 月に開始。

### □ 事業スキームと地域との連携・協働状況

- ・座間市生活困窮者支援制度（自立相談支援事業・住居確保給金・子どもの学習支援事業・無料職業紹介事業を直営）の中で実施。

### □ 主な連携先：

- ・家計相談事業（座間市社会福祉協議会に委託）
- ・ユニバーサル就労支援事業（社会福祉法人中心会）
- ・かながわライフサポート事業（神奈川県社会福祉協議会）
- ・介護保険課地域支援係と連携し、地域包括ケア／介護予防・生活支援サービスに係る協議体立ち上げを推進

### □ 携わる支援者の経験・経歴・資格、人材育成の状況等

- ・資格：社会福祉士
- ・経験：行政の障害窓口、高齢者の施設の相談員、障害とケアマネ、生活保護のケースワーカー
- ・人材育成：OJT 中心。セオリーがなかなかないところがあるので、個別にどうしていいかと悩みながら一緒にやっている。

### □ 支援対象者と家族の状態像

- ・契機としては、ひきこもりの相談は、比較的少ない。地域包括ケアや実際に金銭的に困っているという相談の中で、ご自宅に行きつてわかるケースが多い。
- ・鬱や統合失調症などの精神障害を患っているケースが多い。ダウン症であるケースもあった。ほとんど通院していない、制度につながっていない場合や親や親戚も同様の症状を持っていて食費もほとんどなく一人である場合もある。
- ・同様の親子関係がある。本人に話をしたいが、母がそこに介入するため関係つけない。家族関係が非常に煮詰まってしまっている。

#### □ 支援プロセスの概要

社協が隣接しており、家計相談事業の際に事業利用の可能性がある場合はできるだけ初回相談時から同席し、相談後にアセスメントの擦り合わせをするようにしている。

生活困窮者の自立支援の事業は、地域のネットワークが必要になってくる。介護保険の協議体などを一緒にいまやるかたちになっているので、例えば生活支援サービスなどを一緒に取り組んでいくことがこれからの課題。

#### □ 支援を進める上で大切にしている点

地域包括ケアと生活困窮者支援の窓口の関係性が大切になる。座間は市域が狭くて、比較的その顔が見える関係で一緒に動ける。事業説明等を実施したが、一番は個別の事例が出てきたときにとにかく一緒に動くというところ。研修会などは、個別の事例が出てきたときの話しやすさをつくるということが重要だと思う。最初は分からないことも多かったが、今は事例を積み重ねて来ているので、気軽に相談しあう関係が築けてきて、逆に助けられている部分もある。

#### □ 困難事例および困難事例への対応ノウハウ

親と子どもの二人だったりすると親が抱えてしまう。親は困っているが、触れてほしくないというかたちになってしまい、それ以上入れずずっとそのまま変化がない。様々な所から断絶して、非常に家族というものが煮詰まってしまっている。適当な水分が補給されないまま、ぎゅうぎゅう煮詰まり、蒸発して、すごく濃くなっちゃって、どろどろになってしまう。そこをどうやって崩せばいいのかを考えている。

他の問題が少し改善すると、家の中が少しずつ動いて変わっていく。どこかつなぎ先や居場所、専門機関の情報を入れることができ、その家庭にとってタイムリーであればきっかけにもなる。ただし、つなぎ先が少ないので、時々連絡をして様子をうかがうことにとどまってしまっている。

居場所などに行くと変化がある。あるときは緊急入院で離された。離すことが大事。

40代男性。親の年金を使い込んでしまう。年金が出ると出かけて、1~3日で戻ってくる。あとはずっと家にいる。最初はライフラインが止められちゃうなど生活が苦しいとあって相談に来た。もともと金銭的に逼迫し引越したので、周りにも知り合いがいない状態で、2人だけで孤立してしまっていた。また縦につながった六畳二間で物理的にも逃げ場がなく、煮詰まっていた。

ライフラインが止まっても文句を言いながらも、母は「いや交通費で困ったらいけないから」「弁当が食べられなかったらいけないから」と言ってお金を渡してしまっていた。

最初はなかなか会えなかったが、行くと徐々に呼ばれて話しをするようになり、最初は怒鳴られることもあり怖かったが、一年ほどかかりいろいろな話しをするようになった。

地域包括ケアと訪問することにより、少しずつ風が入っていった。本人も母も身支度するようになり、家の中も片付けるようになり、お茶を用意して花を飾るようになり。その間、母の話などいろいろな話しをするようになった。

## (5) 町田市保健所保健予防課（東京都町田市）

### □ 地域特性

- ・人口：約 42 万 7000 人（2015 年 4 月 1 日現在）
- ・一昔前は団地の町だったが、現在は郊外の住宅地。市内の交通網はバス中心。
- ・商業施設は多少あるものの、就労先は少なく、都心に仕事を求めて出ていく人が多い。
- ・就労、働く場づくりに取り組んでいる団体は少ない。
- ・約 60 件/年の新規相談がある。

### □ 事業開始の経緯

- ・保健師が行う個別支援の中で、思春期のひきこもり相談が増え、定期的、継続的に親からの相談を行っていた。
- ・2003 年度、親の孤立防止のため、親のグループの活動を開始。
- ・2006 年度、居場所作りのため、本人のグループの活動を開始。
- ・2011 年 4 月、町田市保健所が政令市となり、町田市の基本計画「まちだ未来づくりプラン」の前期実行計画である「町田市新五か年計画（2012 年度～2016 年度）」の重点事業「困難を抱える若者の相談・支援の充実」を掲げ「ひきこもり者支援体制推進事業」の取り組みを開始。
- ・ひきこもりが「怠けている」と否定的に捉えられ、正しく理解されていない状況では、親も本人も相談につながりにくい。まずは、市民の「ひきこもり」に対する意識を把握する必要があるとの議論から、2012 年度、20～64 歳と対象者とした、市民意識調査「若者者の自立に関する調査」を実施。
- ・2013 年度、当事者調査を行い、どういう支援がよかったか、どういう時に介入してほしかったか、どんなことが辛かったか、どんな気持ちだったか等、10 名からの聞き取りを実施。
- ・調査を経て、現在は、相談先に気軽に相談できるネットワーク作りに取り組んでいる。

### □ 事業スキーム

「町田市新 5 年計画（2012 年度～2016 年度）」の重点事業として、以下の(1)～(3)を実施。

#### (1) 一般市民意識調査

- ・身近にひきこもっている人がいる、相談窓口がないという回答が多かった。
- ・どんなサービスがあるか知っている人はいたが、実際利用したことのある人は約半分。支援が必要な市民に、既存の支援機関の情報が届いていないこと、情報は得ていても利用につながっていないことが明らかになった。情報提供の工夫や、ニーズに応じた相談支援機関の整備など、相談しやすい体制作りが必要であることが確認できた。

#### (2) 民生委員・児童委員意識調査

- ・ひきこもり者の家族がその状況を外へ発信しないこと、関係が近いからこそ相談しづらいということもあり、民生委員・児童委員へはあまり情報が入らず、相談につながってくるケースも少ない。

- ・民生委員・児童委員だからではなく、一住民としてひきこもりを把握していても、家族からの発信がないと、支援もできないという場合も多い。

### (3) 社会資源調査（精神保健・医療分野）

- ・調査前に、連絡調整と聞き取り事項のフォーマット作成をし、保健師が2名体制で市内や都内外の医療機関等を一か所ずつ訪問して、情報を聞き取った。
- ・調査結果は、活用してもらえよう、東京都内の保健所等に郵送配布した。

## □ ネットワークの構築

- ・80代の親が突然、30年間ひきこもっている50代の息子について、自分が亡くなった後の相談をしに来て、家庭訪問して息子に会うと、知的な課題があったというケースがあった。もっと早く介入できたのではないかという思いを持って、ネットワークの構築に取り組んでいる。
- ・「若年者の自立に関する調査報告」発表後、さまざまな取材や問合せを受けた。ひきこもりの問題に対し、何かしないといけないという点は共通しているという印象がある。
- ・「町田市新5カ年計画（2012年度～2016年度）」の重点事業の3本柱に沿って、保健所が主体となり、何をどう展開していくのか、関係機関への声掛けをした。
- ・調査に加え、シンポジウムや講演会の開催、リーフレットやチラシの作成、町内会・自治会を通しての全戸回覧、町内会掲示板での掲示等、相談窓口の周知に努めた結果、市民からの相談件数は増加した。
- ・重点事業としては2016年度で終了。2017年度からは培ってきたネットワークを活用しながら、通常業務の精神保健福祉事業としてのひきこもり支援を行っていく予定。

## □ 地域との連携・協働状況

- ・町田市内のひきこもり支援や若者支援を行っているNPO団体等との連携
- ・最初は、居場所づくりや障害の就労支援事業所などを行っているNPO団体、福祉機関、保健医療分野が主だったが、教育や就労支援などへも少しずつ声をかけながら、徐々にネットワークを拡大してきた。
- ・社会資源調査を通して、医療機関やNPO団体に声をかけ、現在は年4回、自主的なネットワーク会議を主催。
- ・事例検討だけでなく、現在は、どんなメンバーがいればこの取り組みができるかなどを、分野ごとに具体的に共有しながら、分科会的に議論し、その結果をまた全体で共有するという方法で実施。
- ・顔の見える関係が構築されてきたので、会議以外の場面でも、互いにやり取りしながら相談対応している。

#### □学校との連携

・個別支援の相談の中で、中学校や高校の時に親の育て辛さがあったり、不登校になっていたりして、いろいろと相談に行っていたが、義務教育が終わるとともに関係が切れ、しばらく間を空けて、20～30代に就労の課題でまた相談に上ってくるという状況があった。切れ目を作らない支援のためにも学校との連携が必要であり、個別支援でのやり取りを通して、学校ともネットワークができつつある。会議体としても参加してもらっている。

#### □就労支援における連携

・就労支援事業所での就労体験を繰り返す中で、一般就労か、障害者枠での就労か、医療とも連携しながら、事業所の意見、本人の意向も踏まえて、アセスメントしていつている。

#### □ハローワーク・若者サポートステーションとの連携

・若者サポートステーションには、就労体験等、さまざまな相談にのってもらっている。本人にいくつか相談先を提示する中で、本人が希望すれば、一人で行ってもらったり、同行したりしている。

#### □生活困窮者の相談事業との連携

・個別支援の中で、必要な時に連携を図っている。  
・生活困窮者の相談窓口の担当者が、ひきこもりのネットワーク会議のメンバーとして参加しているため、一つのケースを一緒に考えるという機会が増えた。

#### □携わる支援者の経験・経歴・資格、人材育成の状況等

・保健師、精神の専門医、ひきこもり相談人（心理職）

#### □支援対象者と家族の状態像

・統合失調症の陰性症状や知的や発達課題があるのか、社会的なひきこもりなのか等、その背景によって、相談につがってくる機関は異なる。親の心配から相談につながる場合も多い。  
・本人グループの活動への参加を希望するなど、本人が一步を踏み出そうとしても、ひきこもり状態に対して理解が得られず、家族関係に起因して困窮状態に陥っている場合もある。  
・40代、50代のひきこもり者は、経済的には安定しているケースが多く、生活困窮としてよりも、親が今ある財産を今後どうしていったらいいかという相談の中や、高齢者虐待で親を分離させた後、一人残され生活ができなくなるといった問題の中で、あがってくる場合が多い。  
・親グループの活動では、家族の対応の振り返りを1つの目標にしているが、グループミーティング内で、あるテーマを決め、自分の中で深めてIメッセージとして伝えてもらうようにしても、Iメッセージで伝えることが難しい場合が多い。

#### □ 困難事例および困難事例への対応ノウハウ

- ・ゴミ屋敷や近隣トラブルになるケース。直接的または間接的に情報収集をした上で、生活破綻があって、生命の危機があると判断される場合や、健康課題がありそうだと判断される場合は、生活援護、高齢福祉などの関係機関と連携して、タイミングを調整しながら、保健所も一緒に介入している。

#### □ 支援プロセスの概要

- ・ひきこもり相談について、保健所だけでなく、どの窓口に行ってもある程度アセスメントができ、ネットワークの中で一定のひきこもり支援ができることを目標にしている。
- ・アセスメントが適切にできておらず、例えば、発達の課題があってもこの社会復帰施設では難しいのではないかという場合でも、その事業所でずっと抱え込むことにならないよう、アセスメント基準を標準化し、ネットワークで適切な支援機関につなげることを目標にしている。

#### □ 支援を進める上で大切にしている点

- ・ひきこもり者は、統合失調症の陰性症状や発達障害、パーソナリティ障害があるなど、さまざまな背景を抱えている。ただ本人の希望に沿うだけでは難しい場合は、相談を継続しながら、積極的に医療につなげるという方針を取ることもあるが、基本的には本人の希望を理解し、それに沿いながら進めていくことが、効果的な支援と考えている。
- ・就労がゴールではなく、就労した後のフォローも必要だと思う。障害者支援のサービスでは、フォローアップ体制が比較的整っているが、民間の就労実習ではその期間だけで終わってしまうので、その点が今後の課題だと思う。

#### □ 事業成果

- ・支援のネットワークが構築されてきている。
- ・ホームページを見たり、講演会を聞いたりして、相談に来られる方が増加している

## (6) 社会福祉法人一路会 中核地域生活支援センターがじゅまる (千葉県市川市)

【市川市生活困窮者自立相談支援機関窓口「市川市生活サポートセンターそら (so-ra)」運営】

### □ 地域特性

- ・人口：約 48 万 1000 人（2017 年 1 月末日現在）
- ・昭和 50 年代前半までは漁師町。地区によって地域性が大きく異なる。
- ・市内に大きな企業や事業所はなく、市内での主な勤務先は、役所、金融機関、介護福祉系など。
- ・大きな工場が移転し、現在はその跡地が商業施設になったり、宅地開発されたりしている。
- ・障害者に対して、比較のおおらかに受け入れる土壌がある。国立精神・神経センター国府台病院（現・国立国際医療研究センター国府台病院／日本版 A C T のモデル事業を実施）があること、昭和 30 年代前半、街の真ん中に、全国で 3 番目の市立の知的障害者の特別支援学校ができたこと、親の会の活動が活発で、社会的なステータスも高く、信頼を獲得していること、精神科の病院がある光景に街の人が比較的慣れていること等が理由だと思われる。
- ・多少のことは、なんとなく「しょうがないよね」という雰囲気、問題にはなっても、排除には至らない。地域で徘徊しているような人がいても、なんとなく「ああ、いるよね」というだけで済む。警察もトラブルをその場で納めてくれる場合が多い。
- ・支援者の存在も社会的に認知されていて、住居探しに関しても、家賃を支払ってくれ、何かあった時に支援者に相談できるのであれば入居可という場合が多い。
- ・ニュースタート、セカンドステージ、セカンドスペースなどの団体が、ひきこもり支援、居場所づくりを行ってきた。

### □ 事業開始の経緯

- ・半年間、柏市と海匝地域でモデル事業を行った後、平成 16 年に千葉県内で一斉に「中核地域生活支援センター」が開始された。
- ・同じ頃、在宅の障害児等の療育を支援するための「障害児等療育支援事業」が、国庫補助から一般財源化されたため、その分野で支援を行っていた法人や、それらの法人で働いていたスタッフが千葉県中核地域生活支援センターに入ってきた。
- ・千葉県ではフロンティア精神を持った人材が多く、ソーシャルアクションの力が培われていたが、さらに、県庁内外で働く人たちが出てきたり、各地で行ったタウンミーティングで民間のネットワークができたりしていた。
- ・市川市でも、障害は障害、子どもは子どもと縦割りだったものが横につながり出し、それらが積み重なり、中核地域生活支援センターの形へとつながった。
- ・市役所に相談窓口がなかったり、本人を連れてくるよう言われたりして、「どこに相談に行ったらいいのかわからない」という相談が多く入り、平成 16 年の開始当初は、がじゅまるで受けていた全ケースの 3 分の 1 がひきこもりのケースで、年代もさまざまだった。

#### □ 事業スキームと地域との連携・協働状況

- ・中核地域生活支援センターがじゅまるが、生活困窮者自立相談支援事業を受託し、「市川市生活サポートセンターそら (so-ra) 」を運営
  - ・24 時間 365 日体制で、子ども、障害者、高齢者等の対象を限定せず、制度の狭間や複合的な課題など地域で生きづらさを抱えた方に対して、分野横断的に幅広く受け止め、包括的な相談支援・関係機関のコーディネーター・権利擁護・市町村等のバックアップ等の広域的、高度専門性をもった寄り添い支援を行っている。
  - ・市川市役所や国立精神・神経センター国府台病院（現・国立国際医療研究センター国府台病院）等の精神科からつながってくるケースが多い
  - ・精神科が主幹となる可能性のあるケースでは、保健所の嘱託員相談に持ち込み、一緒に事例検討をし、治療が必要な場合には精神科につなぐ
  - ・保健所からの提案により、平成 23 年頃から、契約で動いている職員が保健所と嘱託の契約をし、一緒に座ってインテークを取るという「つなぐ医療」という事業が始まった。結果、病気だと診断されると保健所と一緒に動いて、通院先につなぎ、つないだ後診断がつけば、治療やがじゅまるで地域支援につないでいくという方法をとっていた。
- 診断が見つからないケースについては、当時は就労支援のノウハウがなく、課題となっていたが、平成 27 年にそらができ、就労支援担当を雇用したことで、少しずつ対応が進んでいる。

#### □ 携わる支援者の経験・経歴・資格、人材育成の状況等

- ・開始当初、職員 2 人分しか予算がつかず、法人持ち出しで運営。窓口が混乱したため、予算要求により 2 人から 6 人に増員。増員した相談支援員（就労支援担当）は、ひきこもり支援の団体が運営する若者サポートステーションの元職員。
- ・現在は、就労支援担当のノウハウを他のスタッフも共有できるように、何ケースか就労支援担当と一緒に動いて道筋をつけ、じっくり進めていく部分のがじゅまるで担当し、動きが出てきた時には、そらにつないでプラン化していくという方法で進めている。
- ・ケースを通して動きながら、人材育成を行っている。
- ・組織の中だけだと煮詰まるので、研修等に行かせることはある。がじゅまるでは、日中に全員集合して、受けてきた研修内容やケース共有をする時間を設けている。
- ・一人で抱え込まず、人と話すことで、理解を深めることが大切

#### □ 支援対象者と家族の状態像

- ・40 代のひきこもり相談が多い。
- ・親の介護等で離職した後ひきこもり状態になっていたり、本人の病気等で長期間働くのが難しく、就職と退職を繰り返してきた人など。転職回数が多く、就業経験はあるが、今動けなくなっているという様子の人が多い。
- ・自分の経歴等ができあがっていて、いろいろと固まってしまっている人が多い。それにつき合いながら、新しい可能性を提示したり、一緒につきあって見学に行ったりしながら、本人の納得が行くゴールを作っていくことが必要
- ・周りの人が進んでいっている中、自分だけ何もうまく行かずに立ち止まっていて、どんどん差がついていくという焦りを強く持っている人が多い

#### (家族との関係)

- ・「親のせいでこうなった」という思いがある人もいる。その状態から仕事など違うところへ目を向けて行くことが難しく、時間がかかる。
- ・両親が子どもを手放せない問題なのか、本人が困る前に親が先回りして、困りごとを取り上げてしまい、その結果、本人は問題を先送りしてしまっている。本人に問題を戻していけるように支援しているが、親とかなり話をする必要があり、親は家を出ると言いながら戻ってしまう場合が多いので、行きつ戻りつ進めている。
- ・子どもから親へのDVがあり、家族が一時的に退避する場合、多くは他の子どもなど身内が少し協力したり、経済的に多少余裕がある場合にはビジネスホテルに泊まるなどしている。
- ・子どもを手放せない母と、自身が立派な職業についていて「こうあるべき」という考えが強い父。せっかく仕事が決まりかけたのに、父が「そんな仕事はやめろ」と口を出し、またひきこもりになるようなケースもある。
- ・家庭を顧みてこなかった親が、退職等を機にふと振り返ると、家庭内でひきこもりの問題が起こっていて、本当は自分たちでもっと何かできたんじゃないか、過去の失態を取り返したいという意識があるようなケース、子ども自身が親の求めるモデルに乗ることができず、やりたいことが見つかるまで親ががんばって支えるので中途半端なことはするな、と枠にはめられ、動けなくなっているようなケースがある。
- ・家族の状態像は、①家族の資産・経済的な蓄えがあるかどうか、②本人の状態・障害の有無、③親子関係、の組み合わせによって、ある程度類型化できるのではないかと考えている。

#### □ 困難事例および困難事例への対応ノウハウ

##### 【ケース1】

アスペルガー障害のある40歳前後男性。結婚歴・離婚歴あり。生活保護を受給。

自称ナルコレプシーで、家から出られず、外出するとすぐに救急車を呼んでしまう。

あちこちにSOSの電話をかけていて、がじゅまるにつながった。

精神科に受診同行し、関わる中で、精神科医にもこの支援機関とは組めるかも知れないと思ってもらえるようになり、そこからいろいろな展開が始まる。ケースを通じて関係機関と顔が見える関係になり、ネットワークが広がっていった。

まず本人とコンタクトを取り、少し粘り強く付き合い、本人の理解を取りながら周りのつながっている資源にあたっていき、本人に関わりながら、見立てをしていった。

障害者支援課のワーカー、生活保護のケースワーカー、ヘルパー、がじゅまる職員とで自宅を訪問し、本人に悩みごとや考えてることを全部書き出してもらい、KJ法を使って、みんなで本人の考えていることを整理する等、一つひとつ突き当たりながら進めていった。

##### 【ケース2】

市営住宅で父と二人暮らし。5年程無職だったが、生活費はギャンブルでなんとか得ていた。父が他界し、住宅を出ないといけなくなったが、退居できず、相談につながる。

就労支援をするものの、なかなか本腰を入れて求人に応募できなかつたり、応募してるが書類がちゃんと作られていなかったりして、就職がなかなか決まらない。

本人との関わりを増やしてサポートしていき、ようやく本人も本腰入れて動くようになって、最近やっと就職が決まった。

やる気がなかなか出ないという人も多いが、不安で一步を踏み出せないという人が最も多く、その人たちを後押しすることが難しい。漠然とした仕事のイメージしかないので、本人が興味を持った仕事を一緒に調べていたり、可能であれば見学などに同行したりしている。

一度決まったらその仕事をずっと続けないといけないという本人の強い思い込みに対し、そんなことないよという話をしながら、本人の不安のハードルを下げて、挑戦しやすくするなど心がけている。

今後は、すごく手間暇はかかるが、つなぎ先を少しずつ開拓していきたい。

### 【ケース3】

キーパーソンがいないケース。

父は他界し、認知症の母、発達障害が疑われる兄、知的障害の妹の3人暮らし。

家はゴミ屋敷状態だが、人を噛む犬がいて、家の中に入れない。

妹が統合失調症も発症し、心配した作業所から相談につながる。

兄を捉まえて話を聞いたところ、10代の頃から精神科を受診していて、統合失調症の診断もついているが、不安定雇用で働いていることがわかった。

保健所、障害関係の部署と一緒に自宅を訪問し、母と兄を説得して、最終的には在宅鑑定で妹は措置入院。申し立てをして母と妹に後見人をつけ、兄はハローワークにつなげて、転職の支援と、生活全体のキーパーソンとしての役割を果たすための支援をしている。

### □ 支援プロセスの概要

- ・把握手段は多様。単身ひきこもり者は、家賃滞納で大家から市役所に連絡があるなどして、把握につながる。持家で親が仕送りしていた場合には把握しにくい。
- ・障害者の相談支援機関、保健所、病院（ACTチームなど）と連携することが多い。保健所の動きがよく、嘱託医相談と一緒に訪問するなどしている。
- ・障害や疾患に対するアセスメントをしっかりとした上でつないでいる。
- ・就労準備支援は、今は、サポステで利用していた職業体験場所などを利用しながら、少しずつ関係を広げている。利用者自体はまだそれ程多くない。
- ・つなぎ先は軽作業の工場、介護関係、スーパー、小売り業、清掃業など。現在、障害のある人たちができる仕事を取ってきて、一緒にするという仕組みを少しずつ作っていた人とつながり、その仕組み作りに参加しているよう、動きを作っている。
- ・今後は無料職業紹介事業の許可も取って行く予定

### □ 支援を進める上で大切にしている点

- ・担当は原則2人体制とし、複数人でチームを組んで対応。一方では本人とどう向き合うかというアプローチをし、他方は周りから情報を集め、本人の生活歴から、今どうしてこうなのか、何に捕われているのか等、本人のストーリーを織りなして、本人が見えてくるようにしている。
- ・親子の場合、親と子を分けて、それぞれに対応し、まわりから固めて形で行っている。

- ・フリースペースや就労支援の場など、出ていった先の居心地がよすぎて、そこから動かない人がいることに対し、（サポステにいた時は）居心地をよくし過ぎないように、そこに留まってしまうないように気をつけてやっていた。
- ・居心地がよすぎて、外に出ていけない居場所でも困るが、ひきこもりから就労支援につなげた後、家と職場の往復だけでは、生活の潤いが見つけられずもたない。がんばるための、地域の居場所が必要。
- ・中高年の方の居場所が作りづらい。「男の料理教室」など、仕事とは違った切り口での活躍の場を作りたいと思っている。
- ・親から相談が入り、ひきこもり者にアウトリーチする際、本人と親との信頼関係がない場合は、親からの情報はそのまま信用しない。親からの情報だけであたかも知っているかのように本人に接すると、本人を傷つけることになる。  
すでにつながっている関係機関があっても、本人と直接会えた後は、基本的には本人に、連絡を取ってもよいかどうかの了解を得た上で、連携を取っている。
- ・チームで回していくようにしている。組織内での人員の確保が難しい場合、ケースをつなげてきた関係機関と一緒に訪問したり、何度も報告したりして、関係機関を逃がさないようにしている。とにかく一人で抱え込まないことを徹底していく中で、自然と職員も育っていくと思う。

#### □ 事業成果

- ・ひきこもり支援について、常に困難事例はあるが、それが入ってきた時に手を付けようがないと思うケースはそれ程はなくなってきた。どこのチャンネルを使いながら、どう動いていったらいいかや、切迫性がなくタイミングを見計らって置いておく場合も含め、がじゅまるでの今までの対応などを、ケースの相談に対して助言をすることもある。
- ・地域自立支援協議会ではグループスーパービジョンの場づくりをしていて、困難事例もその検討事例として持ち込んでいる。生活困窮者自立支援の方でも事例検討の場を立ち上げていきたい。そのような仕掛けがあれば、大がかりな仕組みがなくても、今あるリソースを少しだけ上に広げたり、ノウハウを相互に使えるようになれば、なんとかやっていけるのではないかと思っている。
- ・保健所と一緒にインテークする中で、生活支援とは異なった、こういう見方があるのかと勉強になった。

#### □ 具体的事例を通じた支援対象者や実際の支援の様子

##### 【ケース1】

ひきこもり男性の家族からの相談

父は元は大企業の取締役で、退職後も再雇用で働いていたが、投資により借金が膨らみ、経済的破綻として相談につながった。

話を聞いていく中で、息子は家から外出することはできるが、自立できず、父が抱え込んでいて、手放したらいいのかわからないという状態であることが判明。「息子のために少しでも多く資産を残しておかないと心配」という理由で、投資をし、経済的破綻に至った。

相談では、最後まで息子とは会わず、ずっと親に関わり続けた。

#### 【ケース2】

ゴミ屋敷で、近隣トラブルになっているケース。

大きなお屋敷がゴミ屋敷状態で、近隣住民からの苦情が民生委員を通して社会福祉協議会に入り、社会福祉協議会からハローワークに相談がきて、生活困窮差自立支援につながった。

所有している駐車場だけで、十分な収入があると思われる。家の中の荷物は、傘、ビニール袋、破った紙など物別によって荷物が分けられており、その様子からも統合失調症が疑われる。

#### 【ケース3】

家が行政執行（差押え）となった70歳前後男性について、執行官がいくら言っても動かない、動けないということで、がじゅまるにつながった。

軽犯罪で刑務所に入ったり、出たりを繰り返している息子に対し、親「一人前にしてやる」と言ってお金を出し、経済的に破綻。

#### 【ケース4】

父と息子の二人暮らし。ゴミに押し出されて、家にいられなくなり、ぼーっと門の前で座ってる姿を、近所の人々が心配して報告があった。

→近隣からの苦情が出て、結果地域からの排除となるのは、親自身が地域と軋轢があった家。親が地域とうまくやっていれば、皆が「〇〇さんの息子さん？」というように心配して、何とかしてあげたいと動いてくれる。日頃から地域の人とのつきあいがあれば、情報もあちこちから集められて、匿名ではなく名前のある個人として不審人物にならずに済む。

## (7) 特定非営利活動法人青少年自立援助センター（東京都八王子市・福生市）

### □ 地域特性

#### ◆八王子市

人口：約 56 万 3000 人（2016 年 12 月末日現在）

2015 年 4 月に中核市に移行。

市役所のある八王子駅周辺の地域、相模原市寄りの東南部（生活の基盤は相模原市・多摩市にある）、高尾周辺の地域等に分断されている。

マンションの多い八王子駅周辺の地域は、比較的若い、新しい住民が多く、生活困窮の相談はあまり多くない。

一方、高尾周辺の地域エリアは、一軒家で昔から住んでいる方が多く、生活困窮の相談が多い。

市内の端から端まで車で 1 時間以上かかる程、面積が広く、窓口まで遠いため、相談に行けない人もいる。

市役所から離れた南大沢の地域からはほとんど相談がなく、住民はより近いサポステを利用。

家族が同じ市内や比較的近くに住んでいても、一人暮らしをしているという人が比較的多い。

#### ◆福生市

人口：約 5 万 8000 人（2016 年 1 月 1 日現在）

多摩若者サポートステーションへは、福生市内よりも、北東の埼玉県や東村山市などからくる相談が多い。

米軍の基地がある影響もあり、アメリカ、フィリピン、ペルー、ベトナム、ネパールなど、外国にルーツのある人が多く住む。親が仕事で来日した後に子どもを呼び寄せる場合が多く、日本語がまったく話せない、そのため学校に行っても勉強がよくわからないという子どもたちがいる。

八王子市、福生市ともに、多摩地域では、都内まで出られる距離であっても、立川までが生活圏で、立川を越えて都内の方には行きたくない、できるだけこの地域で働きたいという人が多い。

### □ 事業開始の経緯、事業スキームと地域との連携・協働状況

- ・福生市推薦により、多摩若者サポートステーションを運営
- ・八王子市推薦により、八王子若者サポートステーションを多摩サポステサテライトとして運営
- ・八王子市からの委託により、就労準備支援事業（生活困窮者自立支援）を実施
- ・八王子市からの委託により、若年無業者就労促進事業を実施
- ・八王子若者サポートステーションが、就労準備支援事業、若年無業者就労促進事業と連携しながら事業を行っている
- ・2017 年度から、ひきこもりがちな子どもを対象とした訪問型の学習支援事業を受託予定
- ・八王子市から就労準備支援事業を委託された際、長期化しているひきこもり者などを社会につなぐ部分を中心に支援してほしいとの依頼があった。八王子市から委託を受け、株式会社パソナが運営している「就労アシスト八王子」の就業支援事業とは棲み分けもはっきりしているため、連携しながら、就労に近い人はそちらにつなぎ、すぐに就労することが難しい場合は、反対に紹介を受けたりしている。
- ・就労アシスト八王子では、求人開拓員が地域の求人を開拓。一般就労がかなり難しい場合でも、勤務日数など条件について交渉してもらい、経験した求人にちょうど入ることができたという場合も多い。

- ・企業開拓では、単に数だけ増やしていくのではなく、情報交換会を設けて、実習で協力してもらっている企業に集まってもらい、若者が雇用につながるためにできる取り組みについて、地域の大人と一緒に考えてもらうなど、いかにしっかり運用していくかに力を入れ始めている。協力企業の半数は、元々地元で、若者を育てたいという思いがあり、半数は若い人を雇いたいという思いがあり協力。サポステの職場実習等に協力してもらい、実習を重ねる中で互いの希望があれば、就労につなげてもらう場合もある、
- ・協力企業は、介護や廃棄物の中間処理、工場の製造関係の軽作業、調理など多様で、約 40 か所。
- ・ハローワーク八王子との連携により、サポステの適職診断等を受けるよう窓口から紹介され、つながってくるケースもある。
- ・最近八王子市内に多くできてきている、福祉サービス関係の事業所、特に就労移行支援事業所は、定期的に全部回り、特徴やサービス内容を把握するようにしている。事業所からもサポステの適職診断を利用したいという相談があったり、居場所づくりとして行っているレクリエーションに参加してもらったりしている。
- ・ひきこもりの家族会をしている保健所とも連携し、保健所から情報を得たり、家族会で話す機会を作ってもらったりしている。
- ・最近はお親が介護関係の手続きをする中で、無職の中高年齢の子どもが家にいることがわかり、相談につながる場合もある。

#### □ 携わる支援者の経験・経歴・資格、人材育成の状況等

- ・30～60 代。就労準備支援担当者の資格要件として、キャリア・コンサルタントは置いているが、そのほか必要な資格や経歴は特にない。
- ・来た若者をもう一回地域に帰すというところで近隣の事業所での職場実習に最も力を入れているため、団体に入った後で育成していつている。

#### □ 支援対象者と家族の状態像

- ・サポステの新規登録者は毎月 25～30 名程度。
- ・パソコン講座などを実施すると、一気に利用者が増えるが、すぐに就労できる人や一般の就職活動をしている人は、あまり相談を求めておらず、講座のみ利用していくという人も多い。
- ・八王子市就労準備支援事業の利用者は、生活困窮者と生活保護受給者で半分ずつ。生活保護受給者は動き出しが難しい場合が多い。一方、生活困窮者でかなり切迫している場合は、準備ができればすぐに就職活動をしていきたいという人が多く、動き出しは比較的スムーズ。
- ・相談者の 2 割は精神障害者手帳を所持し、心療内科等を受診しているケースを含めると 5 割程は精神的な課題がある状況。最近には特に、精神疾患があり手帳を持っていても、福祉サービスや社会資源に繋がっていない人が多い。障害福祉のサービスを必要とする人はまずつなぐようになっているが、何かしらの理由でつながってこなかった人たちを、きちんと必要な社会資源につなげていくのには、かなり時間がかかっている。
- ・ひきこもりの相談は、長期化、高齢化している。親元において、就労経験がなかったり、就労したがその後途切れてしまったりするケースが多く、少し情報提供すれば動けるといったケースは圧倒的に少ない。
- ・支援の進み方は、年齢やひきこもり期間の長さというより、タイミングによる。ひきこもりが長期化していて、いよいよ動かないといけないというタイミングが来ている人もいれば、まだひきこもりははじめの段階で、本人の中で整理がついてない場合には、期間が短くても動くことが難しかったりする。

- ・長期化している場合、今の状態で10年、20年と安定してしまっており、動きだすタイミングがなかなかないので、親や家族との連携の中で、もう一度本人が葛藤するタイミングを意図的に作っていくことが必要。
- ・八王子市は学生が多い。地方から東京に出てきて、就職が決まらず、4月、5月に相談に来る人が毎年いる。遠方から母と一緒にきてきたりもする。親からの仕送りで、そのまま一人暮らしを維持できてしまい、家族がいつも見ている訳でもないで、本人の動く意欲が高まっていきにくい。家族と協働できず、本人が拒否したらそこで相談も終わってしまうため、難しいケースが多い。働きたくないと明言しているような場合もあれば、地元で働き口がなかったり、周りの目が気になって帰れないという場合もある。
- ・進路未決定の大学生や中退者の親が相談に来ることもあるが、親の価値観が凝り固まっていて、結果本人が何もせずに数年働いていないというケースも多い。親世代が望む生き方と、本人の希望する生き方に相当のズレがあると思う。

#### □ 困難事例および困難事例への対応ノウハウ

- ・親がいる環境でひきこもっている場合は、基本的に家族の協力がなかったり、親が対応を丸投げしてくるようだと、うまくいかないケースが多い。どこかでケジメをつけたり、期限を区切って約束をきちんと守ってもらったりするのに、第三者がいくら言っても効き目はなく、最終的に親の役割。親を固めるのに時間がすごくかかっているのが実情で、家族との共同作業で進めていくことが年々難しくなっている。
- ・本人に会えないところから始まるので、「親が心配して相談に来た」という訪問する根拠、正当性が確固たるものでないと、その訪問自体がよくわからないものになってしまうが、最近は訪問しても、相談に来た親自身が本人の言い分をそのままのんで、結局元通りになり、途中でうまくいなくなるケースがとても多い。1年なら1年と期限を決めて動く場合、同じ方法は2回とれないので、1年後には何かしらの措置を取らないといけませんが、そこを曖昧なままにしてしまい、どんどん長期化するケースもある。親さえ固まれば、何等かの方法で本人にアプローチして伝え、親の想いも最終的には伝えたくて、本人の動きを促していくという方法自体は、変わらずに行っている。
- ・本人も明らかに親にヘルプを出しているが、自身では相談に行けないようなケースの場合は、初回訪問から本人に寄り添う形で、親とは分けて入っていく。本人が親と会話もできておらず、本人の状態がほぼわからないで親だけが相談に来ている場合は、親の心配に寄り添って入っていくしか方法がないのではないかと考えている。

#### □ 支援プロセスの概要

- ・基本は2人体制で訪問。
- ・就労準備支援でまず、本人の状況をおおむね確認し、すぐにアルバイト等何らかの仕事に就けるという状態で、活動していけるような心の準備が整ってきたら、就労アシスト八王子に繋いでいる。そこでの就労支援が厳しければ、就労準備支援事業と併用する等している。

#### □ 支援を進める上で大切にしている点

- ・嘘をつかないこと、身分をはっきりさせること、できること・できないことをはっきりさせることは基本として大切にしている。
- ・訪問時に、親から、例えば民間団体ではなくて、役所の職員のフリをしてほしい等の要望がある場合があるが、そういった要望には応えない。最終的にこれからどうしていくのかという場面で、「すべてはあなた自身

の人生だ」ということに本人に直面してもらうためには、こちら側に嘘やうしろめたいこと、突っ込まれるようなことがなく、ちゃんと理屈を積み重ねていっていることが必要

#### □ 事業成果

- ・昨年度当初は、就労までに時間のかかる人の方が多いという印象だったが、最近は少し減ってきた。2週間毎に発行される市報に毎回掲載してもらい、地域内にある程度情報は伝わっているため、相談に来られる方はある程度来られたと思う。
- ・保護者相談も月2～3件に減少。

#### □ 具体的事例を通じた支援対象者や実際の支援の様子

- ・実家の持家で一人暮らしをしていて、十数年外出していない60代のひきこもり男性。近所に住む妹が食料を届けていたが、妹夫婦も歳をとり、面倒が見きれなくなって、市役所の窓口相談つながったケース。十数年寝たきりのような状態でひきこもっていたため体力がなく、就労は厳しいが、本人の希望により、生活保護を受給しながら、少し清掃の仕事も行っている。
- ・動き出しは、家庭の価値観や育ってきた環境、気持ちに左右されると思う。

#### □ 印象深かった事例や困難事例、それらに対する取り組み

##### 【ケース1】

70代の両親と40代のひきこもりの姉妹の4人暮らし。

姉は高校卒業後、数年間就労していたが、その後は無職。妹は中学卒業後、地域の手伝いなどをたまにするくらいで、就労経験なし。

収入は年金のみのため生活が苦しく、母が市役所に相談し、訪問に至る。ていねいに説明をして、今できることを提案していった。

姉妹は、社会生活の経験の乏しさにより、受け答えも小学生のような幼い印象。

断る気力があまりなく、流れに乗るようなタイプの姉妹だったので、月1～2回訪問し、いくつか提案していくと、あまり拒否的にはならず進んでいった。

相談を受けてから1年以上経って、姉はセミナーなどをいろいろ受けた後、3か月間生活困窮者自立支援の就労訓練事業を利用。動く力、自信が少し程度ついた様子で、次は就労アシスト八王子を利用して、まもなく仕事が決まる予定。

妹は姉の動きをモデルに、職場実習を利用して、少しずつ少しずつ動いて行っている段階。

##### 【ケース2】

本人は知的障害があり、障害者の職業能力開発校を中退後、昼夜逆転の生活になっており、母が市役所に相談してきた。

数回訪問はしたが、母自体受入れができるような状況でなく、どうにかしたいけれど、まだ子どもだからと思っている様子で、今すぐ何かしなければというような焦りも感じられなかった。

あまり動きがないまま、就労準備支援の期限1年間で支援自体は終了となった。

### 【ケース3】

母子家庭で、母の職場の寮で、母、30代の次男、20代の長女の3人で暮らしていたが、母が病気で退職すると同時に、寮から出ていかなければならなくなり、自立している長男の家に同居。

その状況を長男の会社の上司が見咎めたことから、次男と長女を自立させるため、母が二人をワンルームのアパートに転居させ、家賃を支払っていた。二人とも社会経験が無く、お金もなく、着るものはいつも同じ、十分に食事も取れていない状況だが、本人たちはその状態に慣れてしまっていて、困っていない。

食べ物がなく、フードバンクを利用したり、備蓄の非常食をもらったりしているが、本人は状況を嫌がっておらず、人懐っこさも手伝って、なんとなく楽しそうに暮らせてしまっている。

相談につながってから1年半、ずっとそのままの状態、何かあると逃げてしまったり、嫌になると来なくなったり、電話も持っていないため連絡がつかなくなったりしている。

知的障害の手帳を取れるよう現在進めており、今後福祉のサービスにつながっていけそうだが、本人に動こうという気がない場合に、こちら側が強制して何かすることはできないので、難しいと感じている。

## (8) 社会福祉法人総社市社会福祉協議会（岡山県総社市）

### □地域の特性

- ・総社市は、岡山県の南西部に位置し、人口は68000人余り。元々は岡山、倉敷のベッドタウンという位置付けが強かったが、最近は企業誘致ができており、大型の工業団地などもある。そのため、パート労働などは、足りなくて困っている企業などもある状況。
- ・平成17年に三市村が合併して今の総社市になる。その時に、元々清音村にあった地域ケア会議を、全市で小学校区単位で設置していた。また、福祉委員という独自の制度があり、合併してから本格的に力を入れてやってきており、現在575人おり、45世帯に1人ぐらいの配置。

### □事業開始の経緯

現在、障がい者基幹相談支援センター、障がい者千人雇用センター、権利擁護センター、生活困窮者自立支援事業の4つのセンターを一体的に運用している。弁護士も常駐。生活困窮単体では4名配置。最初の取り組みは障がい者基幹相談支援センター。平成17年に、旧総社市と山手村、清音村という3市村が合併。それぞれ取り組みがベースにある。人口6000人の清音村では、村が非常に福祉に力を入れおり、顔が見える福祉というのをテーマにしてやっていた。障がい者の支援もちょうど合併する1年前に、特に、精神障がいの方を支援をして行こうということで、精神保健福祉士を社協で雇用。それがベースにあって、合併後もその事業と地域活動支援センターのI型の事業を引き継ぐために市の方に投げかけてできたのが、基幹センターの元となっており、それがスタート。21年からそこに発達障がいの専門職員も入れ、そこで、かなりこの基幹の部分が増えた。次に、総社市長の熱い想いで出来たのが、千人雇用センター。こうした事業をしているなかで、障がいのある方の権利擁護の課題が出てきて、その部分に特化した取り組みが要るだろうということで、市と検討会を作って出来たのが権利擁護センター。権利擁護センターは総社市の単市事業としてやっていたが、この体制ではとてもできない、というなかで、その次に出てきたのが生活困窮の取り組みとなっている。生活困窮と一体的に運用することで、権利擁護も厚くなった。

### □事業スキームと地域との連携・協働状況

ひきこもりは、現状では地域の人も立ち入ってはいけない課題になっている。家族の方ももう触れないで欲しいという雰囲気もかたくなにあるので、そうではなくて社会全体の深刻な福祉課題だということを理解してもらおうというコンセプトで取り組みを進めている。

元々社協の目標に立ち返ると、全ての住民が支援の対象であるのだから、制度の狭間にある方も見逃してはいけない、ひきこもりの方も対象であるという姿勢で取り組んでいる。行政課題にするために、まず調査をして数をはっきり出して、市に投げかけることにした。市も今「全国屈指の福祉先駆都市」を目指しており、総合計画のテーマの柱の1つとしてひきこもり部会を設けて取り組むことになった。調査をした中でひきこもりの方が、市内に最低207人はいるとわかった。ひきこもり支援等検討委員会を、行政を巻き込み、いろいろな関係機関と連携しよう、ということを目的に平成27年8月に作った。具体的には実態を把握することと、支援の方策を組み立てようというのが目的。構成委員は民生委員と福祉委員。これまで、福祉委員と民生委員が連携して活動をしてきたなかで、信頼関係もできてきた。そこに、そのひきこもりの課題を投げかけて、協力してもらって取り組みを進めようというのが、大きな特色。他の構成員は行政、保健所、若者サポートステーション等。そのな

かで、ひきこもりの定義、調査者養成・支援者の養成、実数実態把握、支援資源検討、調査結果の分析まとめの、5つのワーキング・グループを作った。

本会では「義務教育修了後であって、おおむね6か月間以上、社会から孤立している状態の方」を、ひきこもりと定義した。この定義の元で調査をするために、民生委員・福祉委員に、ひきこもりについての理解をしていただくために、平成28年1月に研修会を2回実施。

支援については、この検討委員会を通じて、相談窓口を作る、支援者を養成する、情報提供する、居場所を作る、就労支援をしていくという、この5本柱で組み立てる方向性を出した。相談窓口は「ひきこもり支援センター」というのを作ろうと検討している。支援者の養成は、今年度からひきこもりサポーター養成講座を実施。

#### □携わる支援者の経験・経歴・資格、人材育成の状況等

社協の中で、相談員と地域担当の職員は特に分けておらず、人事異動で、地域支援も個別支援もどちらもやる。どちらもできるというのが基本の姿勢でやっている基本的には、みんな基礎資格として社会福祉士か精神保健福祉士か保健師を持っている。弁護士もいる。職員研修もしているが、追いついてはいない印象。

#### □支援事例

ひきこもり支援に取り組むきっかけとなった、出会いとして事例がある。両親は2人とも障がいのある方で、20代の子どもさんがひきこもっている家族。それから、88歳と58歳の2人暮らしで、お母様は認知症が出てきて、そのお母様に対応していると、よく見ると58歳の娘さんがおられ、家の中はゴミ屋敷状態。お母様にはもう10数年も総社市社協独自の無利子即金の少額の貸付けをしてきた。よく聴くと、このお母様に年金が入るとどうも第三者が抜き取っているようだと言った。そこから支援に入った。担当者が玄関先まで行くが、中には絶対入らせてくれなかった。そこで関係者でケース会議をする中で、まず、そのなかでひきこもっている精神障がいのある娘さんがいて。約30年間、保健師も会っていないというような状況だとわかった。

とにかく、何とかお金がなくなるのを防がないといけないうというので、お母様に説明して、日常生活自立支援事業を利用することで、何とかまずお金を搾取されることから防ぐことができた。その中で、夏にお母様が熱中症で1週間に3回倒れ、1か月入院することに、その間に娘さんとなんとか出会うきっかけを作った。そのきっかけは、食糧支援のために確保している非常食を娘さんに食べてもらって、ちょっとアンケートを書いて下さいというもの。それで、娘さんにやっと出会うことができて、やっとドアが開いたら、家の中がゴミ屋敷状態だった。それで、最低限のゴミをまず除きましょうということで、今回は社協と市と包括支援センターの職員で、ほぼ1日かけて、片付けた。

ケース会議をして、お母様は介護保険料を払っておらず介護保険サービスを使えないが、娘さんは障害福祉のサービス投入という形で、ホームヘルパーを入れた。生活困窮でいただいた冷蔵庫、調理器も電気調理器を持ち運んで。何十年ぶりに水道も開けた。

ここから先が大事でこの親子の住んでいた団地は民生委員が病気で退任していて後任がいなかった。そのため福祉委員もいなかった。そこでエリアを少し広げて、小学校区くらいで行なっている小地域ケア会議という地域にある問題課題を話し合う場にこのケースの事を知ってもらった。まず、このままではやはり、この地域を守ることはできない、ということで、皆さん方に話し合っていたいただいた結果、福祉委員がまず6名誕生した。福祉委員ができたおかげで、地区の社会福祉協議会がやっている給食サービスという、1人暮らしの方に給食を届けるこのサービスも復活。その中で民生委員さんが要るということで、民生委員も誕生した。そこからその団地の中

に、小地域ケア会議よりもっと小さい団地のケア会議ということで話し合う場ができて、2か月に1回、その団地の中にある方のいろいろなケースを出しながら、その方をどう支えるかというような取り組みまで広がった。

## (9) 社会福祉法人豊中市社会福祉協議会（大阪市豊中市）

### □地域特性

- ・人口：約 39 万 6000 人（約 17 万 2000 世帯）（平成 29 年 1 月現在）
- ・北西部には大阪国際空港があり、交通の便もいい。
- ・弁護士や医師、転職してきた大企業のサラリーマンなど所得が高い階層が集まる高級住宅街もあり、市内に「南北問題」とも言える所得格差がある。

### □豊中市のひきこもり者の特性

- ・豊中のひきこもりパターンは大きく分けて 2 つある。ひとつは、所得が高い階層でのひきこもり。進学志向が高く、進学や就職でつまづいたり、大企業に就職した後に精神的に傷ついたりして、不登校やひきこもり、ゴミ屋敷状態になってしまうようなケースもある。そうした状態になっても親に経済力があるので困窮することが少なく、親が 70 歳、80 歳になるまで問題が表面化しない。
- ・もう一方は、貧困の連鎖によるひきこもりで、親の貧困により、学校での学習も十分に身につけておらず、就職も難しくなるようなケース。この中には知的障害とのボーダーのような人たちも含まれる。こうした人たちは生活保護を受けて暮らし、両親が亡くなった後も生活保護を受け続けるが、生活能力がないので生活が破綻して、ひきこもりから出て来ざるをえなくなることもある。

### □中高年ひきこもり者の顕在化

- ・豊中市社会福祉協議会（以下、豊中市社協）は、民正委員など地域のネットワークから様々な相談があがってくる。8050（まちまるごうまる）、7040（ななまるよんまる）と言われる問題についても、相談できるということをもみな分かってきて、地域からこうした問題が吸い上げられてくるようになった。
- ・豊中市社協では、そうした実態を受けて、ひきこもっている人たちの親の会をつくって、悩みを話し合っている。現在親の会に 81 人来ているが、その多くが、ひきこもっている子どもは 40 代や 50 代である。
- ・この子どもたちが便利屋事業など、豊中市社協で行っている就労事業で動けるようになってきている。
- ・そのことを様々な会議で話すと、「近所で心配な子たちがいる」という話も出てくる。そして「社協に相談してみたら」と声をかけてくれ、当事者から電話がかかってくるようになった。また、メディアで紹介されたことで、40 代、50 代の子どもがひきこもっている親が匿名で連絡をくれるようになった。そこから、つながって、アプローチしていている。

### □事業開始の経緯

- ・豊中市社協は、昭和 58 年に法人格をとり、昭和 62 年から本格的に動き出した。平成 7 年の阪神淡路大震災後、イベント中心の地域づくりから小地域ネットワーク活動の取り組みを始めた。全小学校区でふれあいサロン、食事サービス、子育てサロン、地域の見守り活動を展開するようになった。現在、17 万世帯の 1 万 2,000 世帯を見守っている。
- ・また平成 7 年から、校区福祉委員会という小学校区を面的に見る組織をつくった。子どもの問題、障害の問題、高齢の問題など、その地域に住んでいる人をみんな丸ごと受け止めるという組織である。平成 16 年からは 200 人ぐらいの人たちが、地域の見守りを行う組織をつくっている。民正委員も、自発的に手を挙げた地域の人たちも入っているこうした組織は他にはない。現在、市内 38 のうち 18 校区で実施している。

- ・見守りは、一人暮らしの高齢者の見守りから始め、次は高齢者の老々介護も見守るようにした。そして次に出てきたのが 8050 問題だった。
- ・もっとも端的に出てきた問題は、親が亡くなった後、40 代、50 代の子どもたちが、生活力がないままゴミ屋敷で暮らしているという問題。市役所に相談に行っても市役所は縦割りなので、生活保護でもない、障害者でもない、ということになるとどの課も対応できない。しかし生活ができていないのは事実であり、見守りを一生懸命続けたが、それだけでは問題は解決できなかった。
- ・コミュニティソーシャルワーカーという、地域の問題を全部引き受けるワーカーが豊中市内に配置され、併せて、ライフセーフティネットの仕組みがつけられた。小地域ネットワークで 200 人ぐらいの住民のボランティアがご近所の SOS をキャッチし、小学校区ごとの「なんでも相談窓口」につなげる。住民とコミュニティソーシャルワーカーが地域を一軒一軒見て歩くローラー作戦もやっている。
- ・CSW がバックアップし、行政と事業所と市民が参加する「地域福祉ネットワーク会議」というのを年 2 回開催して課題を共有している。行政は高齢、障害、児童、消防など多部署が集まる。「地域福祉ネットワーク会議」で連携することで解決できる問題は連携して取り組むが、解決できない問題は、豊中市の「ライフセーフティネット総合調整会議」という課長の会議で取り上げて協議してもらう。
- ・「地域福祉ネットワーク会議」の中で、高齢の親とひきこもりの子どもの世帯の対応や、精神障害のある母子世帯への支援など、連携することで対応できることが出てくる。市役所は何ができて、施設は何ができて、住民は何ができるか、などを話し合っている。
- ・平成 23 年に、ひきこもりの人たちはどのような経過をたどってきたのかを考えたとき、学齢期からからひきこもったのではないか、不登校だったのではないかと思われるケースもあった。そこで、スクール・ソーシャルワーカーや教育委員会などとも連携を行うようになってきた。
- ・さらに生活困窮者自立支援制度が始まってからは、緊急対応で小口資金の貸付を行ったり、フードバンクの仕組みづくりを提案してきた。
- ・ひきこもりの人たちの中には発達障害の人もいる。発達障害の人たちに対しては、平成 21 年に家族会をつくり、結局子どもたちの行き場がないのが問題だということで、平成 23 年に発達障害の当事者の居場所「豊中びーのびーの」をつくった。当初は緊急雇用創出基金の一環で、当事者をスタッフとして雇用したが、目的はあくまでも彼らの居場所をつくるということだった。緊急雇用創出基金以後の、4 年目からは、国の社会的居場所事業などを活用し、2 時間働いたら 1,000 円を渡すことにしたが、今は人数が増えたので 500 円にしている。活動費も足りないので、野菜を売ったり、パソコンでチラシづくりを請け負ったりしながら、活動費を捻出している。

#### □「豊中びーのびーの」のプログラム

- ・「豊中びーのびーの」には今 80 人ぐらいが来ている。一般就労できた卒業生が 30 人ぐらいになり、今来ている人たちもそこを目標にしてがんばっている。
- ・緊急度は低いが、就労までの距離が遠いというのが 8050 問題の特徴。本人に困り感があまりないので、支援が難しく、特別なプログラムをつくらないと、なかなか解決にいたらない。
- ・こうした人たちに対しては、アウトリーチして、居場所にまず参加してもらうことが大事。しかし、家に居るよりも居場所に行くことに、何かインセンティブがないとなかなか来ない。2 時間来たら家でお母さんにお金をもらうより、自分で自由になるお金が入るよって誘った。

- ・プログラムは園芸とか、パソコンとか、手作りとか、曜日によって決めているが、全員やってること別々。それぞれの趣味や能力を活かし、手作りの日などは、折り紙が好きな人は折り紙でコサージュつくったり、縫い物ができる人は縫い物をするなど、その人その人の能力を伸ばす支援を行っている。ひきこもっている人が音楽が好きだと聞いたら、その人のために音楽隊をつくると言って誘いに行ったり、将棋がうまかったら将棋のことをやってもらえるプログラムをつくって参加してもらおうというようなことをやっている。入り口のところで、自己肯定感を引き上げるため工夫をしている。
- ・プログラムを通じて、掃除をすること、食事をつくること、挨拶をすることなど、生活をきちんとできるようにしている。
- ・朝来て、帰るといえることができるようになってきたら、スポーツレクリエーションなどいろいろなことやるが、それも豊中市社協のネットワークの中で協力してくれる人がいる。靴下を選別する内職やポスティングなど、請け負っている仕事もかなりある。
- ・その次は、就労体験で、豊中市内にいくつかの協力事業所や協力店舗をつくって行って、送り出していくってようにしている。

#### □生活困窮者自立支援制度との関わり

- ・生活困窮者自立支援制度ができて、豊中市では、暮らし再建パーソナルサポートセンターをつくった。これは行政と民間でいっしょに取り組んでいるセンターで、行政が直営で行っている就労支援中心の事業と、豊中市社協が行っている困窮者の早期発見や生活支援、一般社団法人キャリアブリッジが行っている若者サポートステーションと連携した若者を主とした支援がある。
- ・豊中市社協には、地域のいろんなネットワークで多様な相談がどんどん集まるので、多様で、しかも 8050 みたいな世の中からちょっと隠れてる問題もどんどん来る。行政の暮らしパーソナルサポートセンターでは就労支援を行っているが、就労が難しい人は豊中市社協につながってくる。そしてある程度、就労のところまでたどりつくようになったらまた、行政のパーソナルサポートセンターに戻して就労につなげてもらうようにしている。

#### □中高年ひきこもり者への支援方法

- ・現在は就労できるようになった 50 代の男性は、大学の途中からひきこもるようになって、20 年ひきこもっていて、1 年半前に出てくることができた。彼の両親が 1 年半前に亡くなって、もうどうにもならなくなって、「なんでも相談」のチラシを見て、相談してきた。親がお膳立てしている間は出てこない。でも、家でお金を渡さなかったら暴れたり、虐待が起こることもある。子どもの精神年齢は思春期のままで止まっているが、親のほうは体力が弱っていき、子どもに対抗する力もなくなるから、言われた通りお金を渡してしまう。
- ・こうした相談を、地域包括支援センター受けたら、親御さんには老人ホームに入ってもらおう。息子を追い出せって言っても出ないから。でも親は息子のことが心配で家に戻ってしまう。「息子さんの自立は絶対引き受けます。」「親御さんが家を離れることを大事なんです。」っていうことをしっかりと伝えない限り、親は子どもから離れることができない。
- ・子どもが 20 代、30 代のときならば、親にこうやって動いてくださいっていうと動いてくれるが、子どもが 40 代、50 代になってしまうと、親は相談には来ても動かなくなってしまふ。80 代にもなるともう変えていく元気がない。その場合は見守っていて、親が病気になる時や亡くなったときなどに一気に介入するようにする。

- ・長くひきこもっていると今の時代の生活についていけない。だから親が困っていることも一種の虐待かもしれない。その子の人生を何年間も、周りの大人が見て見ぬふりをしたという、たくさんの大人の裏切りがあったの現在なのだから。他方で、親には「もう十分がんばった」と言ってエンパワーメントしてあげることが大事だが、70代、80代になると、自分が生きていくことに精一杯でもうなかなかエンパワーできない
- ・ひきこもり者の支援は住まいのところから支えないと、結局家に戻ってまた崩れてしまう。家族がみんなで力合わせて家を借りるというようなことをやれないかなどと話をしている。

#### □地域ごとの支援手法

- ・地域というのは、管理的側面と包摂的側面と両方ある。地域で本人側に立って福祉的側面で支える人たちをどう育成するかっていうのは大事なこと。
- ・もう一つは当事者の組織化が重要。同じ悩みを持っている人たちを中心に専門職が助言して、学習しあう、いわゆるピアなカウンセリングをしていくような体制をつくる必要がある。大阪には、昔から障害者の会など当事者の会がたくさんある。
- ・地縁力が強い地域だと、同級生の中に本人にアプローチできる人がいるのではないかなどということを入り口にすることもある。逆に、メディアやネットなどを使ってアプローチしていったほうが効果的な地域もある。それぞれの地域の在り様によって、アプローチの方法は異なる。家庭訪問するとき、誰と一緒にいったら、このケースは門を開けてくれるのだろうか、みたいなことも地域によって違う。そんなのこともみんなで共有しながら考えていっている。
- ・出口のところの社会資源をどんなふうにつくっていくのかということや、誰に声かけたらどういうことができるかということも、それぞれの地域の住民の中に入っていないと見えてこないと思う。

## (10) 公益財団法人沖縄県労働者福祉基金協会（沖縄県・那覇市・沖縄市）

- ・沖縄市 就職・生活支援パーソナルサポートセンター（生活困窮者自立相談支援事業所）
- ・那覇市 就職・生活支援パーソナルサポートセンター（生活困窮者自立相談支援事業所）

※沖縄県労働者福祉基金協会は沖縄県からも生活困窮者自立支援事業を受託し、運営しているため、町村部の様子も合わせて聞かせていただいた

### □地域特性

沖縄市は人口 14 万人の沖縄県第二の街。人口集中度は高い。市役所の周辺に古くからの住宅が集中し、東部とかは比較的新しい地域。新しい地域のほうが若い人たちも多くすみ、困窮している、家賃が払えなくなったというような相談が、パーソナル・サポート・センターへ寄せられている。

那覇市は人口 万人の沖縄県第 1 の都市。都市部の地域に関しては、民生委員が居ない、不在地域もあるため、活動に地域差がある。住民は元々那覇の人も居るし、戦後他の地域から入った移住者、さらにその後の移住者、最近の移住者とさまざまな住民が住んでいる。自治会加入率も 3 割以下と地域としての難しさもある。

### □事業スキームと地域との連携・協働状況

生活困窮者自立相談支援事業を委託を受けて運営。常勤相談員と非常勤の臨床心理士が。心理士も自宅訪問に同行することもある。

さまざまな専門機関や行政、保健士等と連携。子ども若者みらい相談プラザ sorae で話を聞いてもらうことも。若年だと地域若者サポートステーション等もあるが、40 歳を過ぎると生活困窮者自立支援が中心となることも多い。中高年齢のひきこもり者になると相談が高齢福祉課から来る場合が多い。民生委員とも連携。団地単位で情報を届けるなどのアプローチをすることもある。

### □携わる支援者の経験・経歴・資格、人材育成の状況等

相談員の多くが内閣府パーソナル・サポート・サービスモデル事業から継続して経験を重ねている。資格としては社会福祉士を持つ者などもある。前職は、介護、生活保護、障害福祉などの現場。他に一般企業経験者もいる。

### □困難事例および困難事例への対応ノウハウ

上司と相談をして、ケースの内容を見た上で、誰が対応したほうが適任かというところを協議して、担当を決めている。訪問は二人で行うようにしている。相談・訪問に加えて、就労準備支援事業を活用している。就労準備支援のプログラムは作り込まれていて、全体の目標があるが、それとは別に、本人の目標を設定して、取り敢えず一回でも参加すればいいという形もありにしている。きっちりと全体のプログラムとして話すと、そこで引いてしまうので。基本は本人に合わせて、本人が無理なく参加できるように、自由にしていっていいという形。

本人でできる範囲でまずはスタートして、次のステップに進む。病気や障害のある方も、それを通じて、行く気になったので病院に行ったり、こんな仕事だったらできるが手帳が必要だろうと話したり。就労準備を経ていくことで障害の気づくということも往々にして有るので、その中で、「一般じゃ厳しいかな」と本人が話したら、「じゃあちょっと違うのもあるよね」と本人が決定していけるようサポートしている。そう意味で、就労準備支援事業は意欲を喚起するだけでなく、気づきの機能と見極めの機能を持っている。なお、沖縄県からも就

労準備支援事業を受託し、広範囲をカバーする運営もしているが、送迎をすることで本人が遠くて物理的に来られないことがないようにしている。

#### □支援対象者と家族の状態像

現在、沖縄市は商店街の人たちが高齢化し、その子どもたちがそのままひきこもっているという事例がある。世帯収入は年金、軍用地、地主としての収入等。生活はできる状況。そのため、安定しており、困り感が無いため出てこない。支援につながるきっかけは、親が来たり、来て欲しいという要請があるなど。親が倒れて救急車で運ばれて、病院から連絡があったりなど。支援が進んだのは、両親が入院せざるを得なくなり、もう本人も働かなくてはいけないという気持ちになったケース。まず、訓練から始まって、次いで仕事に就く段階に今進んでいる段階の方がいる。

ひきこもった原因として、前の会社でのいじめやパワハラ等があり、メンタルがダウンしてこうひきこもっているなど。県外に出て働いていた人がそうした状態になって沖縄に帰ってくるケースも多い。そこにひきこもっている間にアルコールが関わってくる場合もある。そうであっても、本人は病院に行かないので、パーソナルサポートセンターの臨床心理士と「ちょっと話してみない？」というところからきっかけを作り、少しずつ繋げて行こうかなという段階の方々は大勢いる。

実際にゴミ屋敷になってしまうケースもある。両親が認知症になるなどして、本人たちが手も出さないし、声も上げないので、周りが言ってくる形でしかケースとして上がってこないことも。

#### □支援事例

##### ケース1：高齢の母親と二人で暮らしの事例

本人は、怪我が原因で、ひきこもった状態で、母親が生活に行き詰まっていた。母親だけが生活保護を受けることにして、家を出て行くことに。本人は、これまで母親の年金で生活していたが、できなくなったので自ら少しずつ仕事を始めるようになった。

##### ケース2：兄弟3人が全員ひきこもっていたケース

高齢の両親と40代・30代の子どもが居り、3人ともずっとひきこもっていた。何らかの病気、疾病があると思われたが、支援については家族・本人ともに希望しない。親は自分たちが面倒見るから仕事しなくていいよということで、長年経過していた。年数を重ねるうちに「もう何言っても聞かない」と気力をなくし、諦めている。関わりに難儀している。

## 調査1・調査2の総合的検証 ひきこもり経験者座談会

参加者：ひきこもり経験者4名 Aさん（女性）、Bさん（男性）、Cさん（男性）、Dさん（男性）

インクル相談員3名：Eさん（女性）、Fさん（男性）、Gさん（男性）

- E 皆さんに正直なところのことを教えていただきたいなと思って今日はいくつかの質問、これについてはどう思う？とか。自分の経験した中ではこうだったよ、とかですね、そういったことを、聞かせていただけたらと思っています。
- F 支援をしている側のいろいろな団体からは、それなりに話を聞いてきたんだけど、それを受ける側というか、「それ支援になってないじゃん」という、そういうこともきつとあるんじゃないかと。「ストップひきこもり」みたいな、そういうどうにもならない、「ひきこもりは危険」「放置は危険」みたいな、そういうのを平気で出している団体もあったりするから。支援を提供する側とそれを受ける側では、やはり随分感覚が違っちゃってるかもしれない。
- E ちょっとズレてやしないかというところを、きちんと検証したいなというふうに思っているところがあるので、率直なところを聞かせてもらえればと思います。
- E ひとつ目の質問は、「アウトリーチ」というやつなんです。これはひきこもり支援で言うと、家に自分が来てねと言っていないのに、家を訪ねて来るというそういう支援が世の中にたくさんありますよね。それがきっかけになる人もいれば、いやそんなものはとんでもないとかですね、いろんな状況があると思うんですけど。皆さんがひきこもっている状態から、実際そういう人が来たとか、あとお手紙が来たとか、お電話が来たとか、自分として誰か相談したいと言っていないのに、何かもし誰かからのアプローチを受けた経験があればその経験とか。
- E ちなみに確認をさせていただくと、Aさんは前もちょっと聞きましたけど、いろいろな出来事があって出てきたと。
- A はい。
- E Cさんは手紙が来たらしいと聞いています。Dさんはそういうのってありました？誰か、ひきこもり状態から動くきっかけとか・・・。
- D まず僕は、中学2年で不登校からひきこもりになったんですけど、その時の2年と3年の担任は、それはアウトリーチと言うのかわからないんですけど、家に来ましたね。パソコンのこととか話した記憶があるんですけど。正直言ってその時の担任はあまりよくない。
- F Dさんとしてはそんなに話したい相手ではなかったということ？
- D 個人的な感情ではなくて、やはりクラスをまとめる人としては、ちょっと欠けていたのかなという気がしますけど。それは置いておいて。最初はそういうのがあって。僕ずっとそのあと高校は通信制行って、中退しずっとひきこもっていて。27ぐらいのときに、アウトリーチという、お手紙をもらったり、支援者が訪問というのはないです。僕の場合は。うちの母がずっとそういった支援団体を探しててくれて。それを教えてもらって。自分から行ったという感じです、僕の場合は。
- F Cさんはあれだよな、僕が手紙を出したんだよな。まあ、お母さんが僕のところに来ていたというのが。
- C Fさんからの手紙、行く前ですよ、居場所に。
- F そうそう。いや違う。僕が出してからユースプラザに来たんだよ。
- C あ、です。たぶんその頃、行く気がなかったし、読んでない。

- F 手紙を読んでない。(笑) でも読んでないのに、なぜ居場所に来たの？
- C そこぐらいしか行くところなかったし。
- F その居場所は、僕が出した手紙で知ったというよりは、お母さんから聞いて知っていたの？
- C そうですね。だと思います。
- D その居場所に入ったんですか？
- C そのの。
- D そのの。
- F お母さんがすごく「困った困った」と言って相談にみえてて。じゃあ、手紙出しましょうと。またお母さん電話するんだけど切っちゃう。出ない。とかそういうふうになっていて。死んじゃうんじゃないかとすごく、周囲からすごい心配されて、お母さんがね。「そんなの放っておいちゃダメだよ」とみんなに言われたみたいで。「死んじゃうわよ」みたいな。
- C 大きなお世話です。
- F その大きなお世話に私は与してしまった。
- E 手紙来たときも大きなお世話という感じでした？
- C でしたね。正直言って。
- D 俺を放っておいてくれという感じ？
- C そうですね
- A その手紙をずっと結局読まずじまい？
- C 行ったあとに読んだ気がする。
- F んー、なるほど。面白いね。
- 一同 笑
- F なるほどね、そうか。それでさ、結構ちょっと間が空いたじゃん。一年ぐらい。
- C その時にも手紙・・・。
- F そう、うん。手紙出した。
- C 読んだか覚えていない。
- F あ、本当？
- C はい。
- F なんか見学会、水族館だかなんだかさ、どこかに。
- C 水族館行きました。
- F 行ったよね。あのへんからなんとなく、わりとちょこちょこ顔出してという感じになったんじゃないかな。その前は私が手紙を出して一回来たけど、そこから一年ぐらい間が空いちゃって。そこからまた手紙を出して、そういうイベントというか、その時ちょっと来てくれて。
- C そうですね。はい。そこからちょっと話す人が出来たし。行ってみようかなと思って。2週に1回ぐらいは。
- F なるほど。話す人って誰？
- C 名前覚えていないです、もう。
- F どんな人？スタッフで？
- C スタッフじゃないです
- F スタッフじゃなくて？来てる子で？そうか…。来ている人で話すのは楽だったの？

- C そうですね。その人は。
- E 話しやすい人が1人いたという感じなんですね。お2人とも親が探してきたところに行ってみたわけですよ。それって行くときってどんな気持ちで行ったんですかね？
- D 怖いですよ。最初本当、気分悪くなっちゃいますからね。狭いアパートの一室を借りているような団体で。途中で場所が変わったんですけど。結構距離が近くて。僕もCさんと一緒にたまたま話せる人がいたというのが継続して関わる大きな要因ですね
- F DさんはXさんのところなんだよ。
- E Xさんのところ、確かに狭いですね。私も行ったことがあります
- D 6年前、震災の時期に場所が代わりまして。カフェをやっていますね、1階では。居場所は行ってないんですよ。カフェの手伝いをやっているんですけど。
- F 話せる人がいたんだ、そうか。
- E 行くときは、お二人とも自分でひきこもっていて、なんとかしなきゃみたいな気持ちがあったから行った、という感じなんですか？
- C そうですね、はい、自分は・・・。
- D そうですね。タイミングというか。そういうタイミングだったんじゃないですか。僕わりと、いつも話しているんですけど、両親が駄目になっちゃって。それで。内的要因というか、外的要因とかどっちかわからないんですけど。それとたまたま自分の気持ちというか、出ていってもいいかなとか、出て外との関係、外との人間関係を何かしら持たなきゃ駄目かなという気が起きたというだけですね。
- E ご両親にちょっと事情が出来て。
- D はい、事情が出来まして、はい。
- E Aさんもお家族の事情ですもんね？
- A そうですね、はい。自発的に出たというよりは、出ざるを得なくなったという形ですね。
- D そんな感じですね。ちょっと安心してひきこもってられない形になったという感じです。
- E 逆に安心してひきこもっていられたら、そのまま、まだ何年もひきこもっていた気がします？
- D そうだったかもしれないですね。30代になっても。まあ今でもほとんど用事がないとひきこもっているんですけどね。ただ外との関係はないままだったんじゃないかという感じはします。
- A 安心してひきこもれていたわけではないので、いずれ出たというか、私の場合は。何かどうにか、ここから抜け出すか、消えるかみたいな感じだったので。
- F 抜け出すか、消えるかね。
- A 事情としては、まあ、家の事情で出ざるを得なくなって、ということでしたけど。それがあって良かったなど。きっかけとしては大きく。家族全体が解体されるような出来事なので。それがなければ、ずっと苦しい中に、ひきこもっていたのかなとは思いますがね。
- E Cさんは別に何かそんな大きなことがあったわけではなく？
- C そうですね。具体的に何かあったわけじゃないですけど。まあ、親は定年でどうのこうの言ってきたり。自分結構長くひきこもっているなというのがあったので、そろそろ・・・。
- E 何年ぐらい？
- C 10年ぐらい。
- E 10年ぐらい、でそろそろ・・・。
- C なのでそろそろ外に出てなんとか、外との関係を持てるようにというふうに思って、行きましたね。

- E AさんとDさんは家族で同居？親御さんと同居？
- A はい。
- D 同居です。はい。
- E Cさんは？当時は？
- C 一人暮らし。
- F 今も一人暮らしだもんね。
- E ずっと一人暮らしでひきこもって、いました。
- F ひきこもると言っても、自分でなんか買物して、食事作って・・・。
- C そうですね、買物とかは外に出て。
- F ただそこで、いわゆる会話をして、交流するみたいのはほとんどないわけだね。
- C ないですね。
- F ないよね。
- D 一人暮らしでひきこもっているというのは、それは生活力ある。(笑)
- F すごい料理上手いよね。
- A 生活力のあるひきこもり。
- F でも、結局は孤立しているというか。誰とも話さないし。お金払ったりとか、二言三言とかそういうのはあるかもしれないけど。いわゆるその知り合って、誰かとちょっと話が出来て、あ、何か外の人と話せているみたいな、そういう感じというのは、なかったということだね。1人で、孤立した状況で、暮らしていたわけだね。
- C はい。
- F この間もちょっと話したけど、福生に行ってさ、話を聞いたら、いますごいそういう大学生が多いと聞いて、びっくりしたんだよ。みんな放っておいてくれて。
- C だいたい同じ。(笑)
- F 親からの仕送りだけで、孤立して暮らしている人が。大学出たけど就職しないで、そのままいるか、いったん就職したけど、すぐ何ヶ月かで辞めちゃって、そのままひきこもっているって言うんだよ。ひきこもっていると言っても、出ないわけじゃなくて。コンビニで弁当買ったり、作っている人も中にはいるかもしれないけど。
- E 生活力のあるひきこもり。
- F そう生活力のあるひきこもり。
- E もしなんですけど、親がひきこもっている途中に、こういう団体の人が家に来るよと来たら、どうだったと思います？会った？
- D ないですね、僕はないですね。
- E でももし来たとしたら、その人と会ってお話が出来た？どんな気持ちだったですかね？ちょっと想像して。
- C 無理ですね。家に上げないし。
- D もし入ってきたとしたら。お地藏さんですよ。聞きませんよね。わかりません。その人によりますよね。
- E その人による。
- D ただやはり今の自分の状態と当時の状態も違うので、ちょっと想像出来ないですけど。

- E 中学校の先生が家庭訪問ですよ。来て。話すのはどうでした？担任としてどうかは別として、話す相手として。
  - D 先生として、という感じじゃなかったですよ。何ぶん 20 何年前なので、よく覚えていないですけど。当時パソコンに興味を持って。親に買ってもらって。その先生は美術の教師で、Apple が好きな人で。それ関連で話していたような記憶があるんですけど。
  - E 来ても会わないという感じではなかった。
  - D 感じではなかったですね。
  - F Dくんのがっちりひきこもっていた 3 年ぐらいの記憶がほとんどないという・・・。
  - D ああ
  - F 紫のジャージで 3 年間過ごしたみたいなの
  - D それはたぶん他の人だと思うんですけど
  - F え、嘘。何かほら、ひきこもっていた時のことを覚えていなくて。その当時自分はどうだったかと、お母さんに聞いたという有名な・・・。
  - D 3 年間？
  - F 3 年間じゃない？
  - A 年数は違うかも。
  - F 違うかもしれない。
  - A あとから聞いたらそんな格好だったというのをお母さんから聞いたみたいなの。
  - D 要は冬場での薄い格好であったり。破けても気にしなかったりという。そういう感じでずっとずっといたという・・・。
  - A 昔のこと過ぎて思い出せないというのと、がっつりいっちゃっているときのことは、本当にすぼっと忘れていたというか。抜けているわけではないんですけど。じゃあその時の心情をと言われても、何か真っ暗に塗りつぶされている感じなので。それはあるかもしれない。
  - D 再現出来ない。
  - E 自分にとっては特別な時間というか、今の自分とはかなり断絶した自分？
  - D 断絶はしていないかなという感じですね。
- (Bさん到着)
- E 今話しが始まったところでございます。アウトリーチってどう思う？とか。出てきたきっかけとかを伺っておりました。ちなみにAさんは自分がひきこもっている時に、家に訪問に来る支援者が来たらどうだったと思います？
  - A えっと。誰が呼んだかというのが大きいと思います。母親が呼んだのか。兄が読んだのか。兄のことは今でも没交渉なので。兄が呼んだのだったら逃げましたね。なんだかんだで、部屋にこもるというか。ぎりぎり母親がまだ信頼出来るじゃないですけど。基本的に本当にひどくこもっていたときは、家族のこと自体信頼していなかったの。信頼していない人に何をされても無理ですという。ましてや一番信頼のおけない、どうにかしてやろう、無理やり何かを仕掛けてくる兄からのことだったら、頑として逃げたと思います。ただ物理的に逃げる場所がないので、お地藏さんというか。
  - E お地藏さんですね、キーワードは。
  - A お地藏さんどころか、何か石になるというか。ぐっとうその時間を耐えるというか。心にどんどん逃げる、中に中に逃げていくことしか出来なかったんじゃないかなと思います。

- E Bさんは? どうやって出てきたかと…
- B 出てきたか、からいきましようか。ぼくは大学を卒業したあと、就職活動がうまくいかず、25 ぐらいまでですね。外出は可能だけれども、対人接触はないというひきこもり生活だったんですが。きっかけで言うと、とてもどうにかしたいと思っていた時期で、偶然ひきこもりという言葉を知ったときに、当時斎藤環さんぐらいいしかなかったんですが、この人のところに行ったらなんとかなるかも。医療だからどうこう、民間支援だからどうこう、というのは正直こだわりがなくて、自分が救われるかどうか、だけだったんですが。言っていることが一番しっくりきたのが斎藤さんだったので。行ける距離でもありましたので。じゃあ行ってみよう。そういうふうに言うと、親御さんたちにはね、すごいですねとか。わかりしレアケースかもしれません。ただすごく葛藤とか逡巡はあって。インターネットで調べたりはしたけれども。やはりここにしようか決めてから、行動起こすまで3~4週間かかりましたから。そんなに簡単なことではないですね。あと訪問のことにに関して言えば、僕は訪問のサポートを受けた経験はまったくないし。こちらからしたことも今のところないんですけども。必ずしも否定的ではないんです。侵襲的で怖いなという気持ちはあるんですが。やはり自力でどうにかできない時って、誰かに、何かスーパーマンが来てなんとかしてくれないかな、みたいなところがあるので、否定的ではない。たださっき人だとおっしゃった方がいましたけど、ぼくはどちらかと言うと時期。タイミングです。どういうことかと言うと。僕3年ぐらいこもっていましたが。前半の方って自力でどうにかしてやると。意固地になっているんですね。たぶんそういう時に訪問の人がぼんと来られても、拒否反応しか起こせないんですね。ところが後半の方になってくると、これ自力で無理だろうみたいな空気が漂ってくるわけですね。その時に実はこんなものがあるよと来たら、ぐらっと動いちゃうかもしれない。ところがこの場合のたぶん呼ぶのは親だと思うんですが。問題は、僕がどっちの気持ちでいるのか、傍から見たらわからないことなんです。良かれと思って呼んじゃったら、よくないタイミングでドカーンみたいな。つまりそこで何がいうかという、家族間のコミュニケーションで、意思疎通が取れているかどうかか鍵になると思うんです。それが出来ないから第三者に頼りたい、になると思うんですけど。ちょっと待ってくれと。というのが僕の思いです。
- A 直接は言われなかったんですけど。兄が母とか叔母とかにどこか探せとは言っていたみたいで。自分は探さないんだという。(笑)
- B 確かに。
- A 不思議な話なんですけど。家にいるなら、いるでいいから、なんか稼げることを探せと言って。仕事はあれやこれや言ってくるんですけど。そこから出るみたいなことに関しては、例えば病院に行くとか、なんかは、探さずに、ちゃんと探してやれみたいな指示を与えるみたいな。変な状態だったので。
- D それはすごく嫌だったでしょ。
- A 嫌だった。なんだこの人はと。
- E Dさん、じゃあ行ってみようと、親御さんが探して来たところに行ってみたということですけど。その時の親子の関係って、事情もあるけれども、勧めてくれたのは親だったというのは自分の中ではありだったんですかね?
- D Bさんが仰ったように時期というのが、ちょうどそれと合っていたと思うので。ぼくの場合、学校行かなくなって13年経っていましたが。たまたま家がそういうことになったのと。自分の気持的なこと、タイミングが合ったんじゃないかと。ただスムーズ、ぜんぜんスムーズにいったわけではなくて。1~2回「居場所」に行ってから、ちょっと自分、駄目かも知れない。ちょっとシラフじゃ駄目かもしれないという。(笑)
- F 少し浴びてから(笑)、ひっかけてから(笑)。

- D お医者さん行きましたね。
- E なるほど。Cさん出て、自分で動いたということですけど、そのタイミングとか。あと情報としては親御さんから居場所の情報が入ってきたんですよね。その辺の気持ちはどうでした？
- C そうですね、自分では、その頃どうにもならなくなっていたので。なんかどこか行けば、道が拓けるかなという気持ちがあって。手紙が来てたからというのものもあるのかな。あまり覚えていないですけど。そこに行ってみようという。
- F たまたまその繋がる先が、たぶん手紙が来てた先だというか、他にどこかがあれば、そっちへも行ったかもしれないということだよな？
- C そうですね。
- F そこしかなかったから、まあじゃあ、とりあえずここにという感じで、その居場所に来ていたということかな？
- C そうですね。他があったかどうか覚えていないですけど。何かあった気がする。親がいろいろ手紙なんか送りつけてきて。それも見ないで放置ですけど。
- F そのまま開封せずに積んであるという感じ？開けるけど、またこれかみたいなの、それぐらいの感じ？
- C そうですね。
- E Fさんの他にも手紙を送ってきた団体とかってあったんですか？
- C 手紙はないと思いますね。
- E なるほど。
- D 僕は団体の人からは手紙もらっていないですけど。家でまったく喋らないもんですから。母親が随分手紙を書きましたね。辛いんで読まないです。
- B 僕からお二人に聞きたいんですけど。直接の面と向かってのコミュニケーション出来ない時に、やはり手紙とかメモとかでやり取りすること、する人、親御さん多いんですけど。そういうのが来た時って、どういう気分なのかなと思うんです。わりと嬉しいのかもしれないし、嫌だ嫌だななのかもしれないし。
- E 大きなお世話みたいな。(笑)
- F Dくんは、なんか、辛くてそれ読めないよ。
- D 話さないような状態だったので。
- E メモとかというよりも、しっかり？
- D しっかりね。
- B それ、ちっちゃいメモだったら気分変わりますか？
- D 1、3行とか。読みたくなくてもつい読んでしまう。
- E つい目に入っちゃうぐらいの。(笑)
- D 分量だったら、読んでしまいますよね。
- B なんでも僕がそれを聞いたかという、がつつり書かれていると重い。
- D 重い。めちゃくちゃ重い。
- B でも親御さんはためにために、もう…となるから、たぶんそうなるので。
- D そうなんです。散々そういう思いをさせてきたかもしれない。
- F 筆談でもさ、メモで、ほとんどさ、事務的な、今日こうでこうだから、こういうことがあるけどよろしくねとか。ひきこもっている子に、いわゆる事務的な連絡みたいな、そういうメモのやり取りというのは結構聞くけど。そういうがつつりというのは。

- E がつつりお手紙。
- F 最近はそういう話をあまり聞かないけど。
- A 切々と書かれたら。
- F ね。切々と書いた世代というのは・・・。
- E 辛いよね。
- A 辛いなあ。
- F ちょっと前の世代なのかなという気がする。いまの世代の人たち、そんなに書かないんじゃないかと思う。いい加減にしろよとか、そういうことは書くかもしれないけど。
- A メールきそうですね。
- E メールきそう。
- F 書かないからメールなんだよね。
- D LINE ですよ。これはちょっと守秘義務があることなので、ちょっと曖昧にしておくんですけど。実際には LINE。当事者と親御さんの間で、LINE という時代になっていますね。LINE しかない、そういう話になっていますよ。
- A それはいいの？直接は会話しないけど、LINE 上は会話してくれているからいいのか？LINE になっちゃう・・・。ねえ。
- E どうなのでしょう。
- A どうなのでしょうね。
- E 聞いてみたいところですね。
- G 何言ってくるかというのがわかっている感じなんですかね。そうするともう、シャットアウトしているところに来て、受け入れられないのかなと思ったりもしたんですけど。
- D うわ、心配しているよ、という。心配しているというのが、最初の冒頭の部分だけ読んで、あ、もうだめって。
- 一同 笑
- E 重い、無理というところですよ。
- D あ、ごめん、ごめんと。畳んでしまっておくという・・・。
- E 次の質問で、CさんもDさんも、最初居場所の、フリースペースみたいなところに出ていますよね。BさんとAさんはそういうのは使っていた？デイケアでも。
- B 僕は一番最初は、居場所、デイケアを使っていたんですけど。順番として言うと、最初お医者さんだったんですね。お医者さんの次に、カウンセラーさん。臨床心理士の方、病院付きのカウンセリングだったんですけども。たくさん話したいことがあって、それをどこか話せる場所ないか、別の所を紹介してもらつつもりでお医者さんに行ったら、「うちの病院にあるからうちで使えば？」みたいな。で使うようになって。その後と同じ病院の中のデイケア。デイケアは医療行為になるわけですけども。だから安かったんですけど。
- E 保険が効くような感じで。
- B 僕にとって最初の居場所は病院の中のデイケアがひとつと。あと大昔になくなってしまったんですけども、精神保健福祉センターでやっていた、若者グループというのが昔ありまして。そこに、これがタダなんです。通ってまして。その後、民間の自助グループとか使っていました。
- A 私は居場所は行ってないですね、そういう意味では。いきなり、がつつり言うと、いきなり生活に困ったので、まず役所行って。保健所というか。そこで、そんな状態であるなら、うちの嘱託のお医者さんに診ても

らって、で病院。相談というかたちでは、神奈川女性センター。それはメールで予約が出来たので。電話しないで済むというのが大きくて。メールで予約して当日行って。結構しっかりがつつり聞いてもらったので。いいんだ言ってもというのがあって。同時期にサポステの方に、それもネットで見つけて。ただそこは電話しなければいけないので。電話して、声震わせながら電話してみたいな。でもサポステはもう就労しなきゃということの方が強かったので。で、すぐ面談。でもその当時まだ、居場所的なものはなくて。当事者だけがつつり会うみたいなのはなかった。サポステナイトとかいうのがあったので、それに2回ぐらい行ったかな。あとは就労じゃないワークで、アートワークというのがあったので。アートワークが結構私は救いになりましたね。当初あまりそこに居る人たちと、2人がさっき言ったみたいに、そこにいたら、話せる人がいたから、通える動機になったというのはなくて。相談者の人、支援のアートワークの先生と、というのが最初でしたね。

- E アートワークが救いになったというのは、どの辺が良かったり、参加しやすかったり、何かあったんですかね？
- A なんと言ったらいいんだろう。もともと絵が好きだったというのもあって参加したんですけど。こうつくりなさいとか、正解がないものを体験出来たんですね。正解がないことをしていい、ということで、自分を解せたというのが一番。こんなに自由に、こんなに何の正解もなく、百点を貰おうと思った絵じゃないものを、表現というか、そういう体験をしたことがなかったので、すごい解れましたね、気持ちか。
- E サポステナイトはどうでした？
- A サポステナイトは、興味深いというか、こんなにいろんな人がいるんだなということと、あとはみんな若いと思って。
- E 物理的に自分より若かったんですか？それとも言っていることが若かったんですか？
- A いやいやいや。みんなが若かった。もともとサポステ私、その当時ギリギリの年齢で電話しているので、もう物理的にみんなが年下なので。
- D 数字だけですよ。
- A 数字だけなんだけど、実年齢を言わないでおこうみたいな感じの。ちょっとの緊張と。でもそこがきっかけで年齢問わず仲良くなれて、今も仲良くしている子がいるので。面白かったけど。ただそこってやはりその場限りなんですよ。スタッフさんがいて、だから安心してその時間、だから。テーマもありますしね、喋るね。
- E 支援者さんがいてというところだと、Bさんのデイケアというのも、ちゃんと医療のスタッフがいるという場所ですよ？
- B そうですね。安心感はありました。一回20人ぐらい参加者がいるんですけども。スタッフさんがいたい4人ぐらいですね。看護師さんやら心理士さんやら、いろいろなんですけれども。最初って不安なので、ケアしてくれるとか。話すの苦手だけど、なんかスタッフさんだったら話やすいとか、困ったらそこに行けるというのがあって、非常に有り難かったですね。一年ぐらいいいかな、参加していると、物足りなくなってきたんですね。どういうことかということ、お客さん的に世話される関係という感じになるので、それが物足りなくなると、もっとこんなことをやりたいとか、提案したりとか。自主的にファミレスでどこか行こうとか。そんなことをやっていると、飽き足らなくなってくる。そこで出てきたのが、自分たちでグループ作っちゃえということになった。でもグループ作りは最初から出来たわけじゃなくて。やはり前段階があって、力がついて、コップに水がたまって。だから、じゃあ物足りないから、何かやりたいけど、でもバイトするのは怖い。じゃあその間で出来ることと言ったら、グループ作るぐらいしかなかったんですよ。だからやったんですね。

スタッフがいるということで、安全が確保されているというところは大きいし。他方で、自由に出来ない部分もあるので、言い方あれかもしれないけど、成長が阻害される部分もなくはないのかなと思います。

- E 両面ある。
- B もっと苦労したいと思ったんです、その時。今でも覚えています。
- E ー。
- B なぜならこの先もっと苦労するだろうから、まあ今のうちにやっておこう。
- E 面白い。入口が医者診察、そして次にカウンセラー、じっくり話す相手がいるという、そういう支援者の存在、じっくり話す支援者の存在って、どんな存在でした？
- B とても有り難かったですね。僕は支援者をおある意味使い分けをしたんです。三位一体みたいな感じなんですけど。一番てっぺんにお医者さんがいて、お医者さんは診察時間短いじゃないですか。全体をコントロールする人。僕はカウンセリングすごくやりたくて話したい。だけど医者に言われたんです。「カウンセリングだけじゃ駄目だよ。身体も動かさないと駄目だよ。デイケア行きましょう」みたいな。最初は何を言っているのかわかってよくわからなかったんですけど。後ですごく納得しました。頭だけ使っていると、そこはね、出来るんだけど、行動が伴わない。実体験が伴わないということになるんですけど。デイケアで起こったことを、「この間こんなことがあって」というのをまたカウンセリングで話して。整理したものを実体験に持って行って。車の両輪みたいに自然に出来たんですけれども。たぶん僕はそれは両方バランス取れたのがよかったなと思っています。つまりひとつの支援の形が万能、すべてに有効ではおそくないだろうとは思ってますよね。
- E グループを作って、まあそれは働くのはハードルが高い、その間に、働くってどんな風に見えていたんですかね？
- B 一言で言うと、「怖い」ですよ。それは何が怖いっていう具体性のあるものじゃなくて。漠然と怖い。精神科医の香山リカさんが昔書いた本で『就職がこわい』という本があるんですけど。怖いはひらがなで書かいてあるんですけど、そのタイトルを見たときに、これだと。漠然と怖いんですよ。書かれていることも本当に当時の自分の気持ちのままだったので。
- E それが働くようになって。すごい働くじゃないですか。すごい働くんですよ。Bさん。なんでこんな働くようになっていったのかなみたいな。なんでこんなに働き者になっちゃったんですか？
- B たぶん元々わりかし生真面目だということ。あとは働いている方が、僕はね、僕はですが、働いている方が楽なんです。こもっているより。
- E その楽になった分岐点ってどこだったんですかね。働いた方が楽みたいな。
- B たぶん2つあると思っていて、1つは。
- F こもっているより、働いている方が楽って面白いね。
- B 立場というか。身分みたいな。所属でもいいです。役割でもいいです。ひきこもっている時って、何にもないじゃないですか。
- D そうですよ。
- B ただのブー太郎みたいな。ただの無職。
- D 後ろめたいということしかないです。今でもそうですけど。
- A 所属のなさ……。
- B そう。所属がないというのが、こんなに心細いものかと。大学を卒業して無職になったときに本当に思いましたけど。それがとても…。その所属なりが出来たこと。あとは、やはり単純に収入ですよ。僕一番最初にやったお仕事って、週3日1日5時間だったので、月の収入だいたい7万円ちょっとだったんですよ。なの

で別にそれで食べられる額じゃないじゃないですか。でも、なんか、なんかやっているんだというふうに。自分のことをオーケーと思えるようになった。それが2005年なんですけれども。その変化を一番僕強く感じたのは、その年の春に桜が咲くじゃないですか。僕桜の花が大嫌いで・・・。

- D どうして？
- B いろいろと象徴するじゃないですか。
- D はい。
- B みんなどんどん次のステージに進んだり。卒業したり。もう呪わしいんですけども。働きはじめて、桜を見たときに、なんとも思わなくなったんですね。
- D なんとも思わなくなったんですね。嫌じゃないぞ。
- B そう、嫌じゃない。それまでは、お花見する人がいるじゃないですか、酒盛りする人が、もう気がしれなくて。夜桜だけ、みたいな。夜桜は優しいです。
- A 夜桜は優しいんだ。
- E 最初の仕事ってどうやって始めたんですかね？
- B これはね、人の紹介です。僕あの、さっき自助グループやったときに、働くのが怖かったからやったって言ったじゃないですか。働くの怖いから、人間関係つくるところばかり、回り道してやったんですね。で、いろんな、まあ当事者の人も集まれば、家族の人にも会ったり。お医者さんとか、支援者の人とか。段々知り合いが増えるんですけども、その中に神奈川の支援団体の人がいて。ちょっと仲良くなったときに、「ねえねえ、やってみない」と言われて。「まあ、いっかな」とうっかり思っちゃったんですね。
- A うっかり。(笑)
- E うっかり。
- B たぶんやれる自信がついていたんだと思います。その時には。自助グループの運営も、いろいろあれ大変なんですけど、やったり。勉強会やったりして。でもなんでお給料ないんだろうなみたいな。結構仕事量あるのに。「なんか出来るんじゃないか」と思っちゃったんですね。でも声をかけてくれなかったら、やっぱり怖くてやれなかったです。
- E じゃあハローワーク行って就活してみたいな。
- B あんな恐ろしいところ。
- A ハローワークなんか怖くて行けませんよ。
- B あんなところね・・・。
- D 行けません。
- E 行けない？
- A 息苦しくなるし、苦しくなるし、目眩はするし、あそこはなんだろう。
- D サポステ1回だけ行って相談して、なんか工業系の製作するのに興味がありますと言ったら、結構本格的な工業地帯の・・・。
- A がつつりの方を。
- E がつつりなものを。
- A 紹介されちゃって。
- D 一日体験して、ちょっと単純に遠いなというか、通えないなあとなりまして。一回きりで途切れちゃっています。
- B それは相談員さんの聞き方が悪い。Dさんは悪くない。

- D いやあ。
- A いきなり飛びすぎて。
- E Bさんが2時半までだというので、駆け足でさらに聞いてみると。働く、所属が出来たわけじゃないですか、働くということで。でもそれ以外の居場所とか、職場以外の繋がりとか、そういうのって、今でもありますか？
- B ありますね。僕はそれがなかったら10年間働き続けられなかったと思うぐらい、すごく助けられた、ですね。具体的に何かと言うと、むかしのデイケアとか、自助グループとかで会った、同じ経験をした仲間がいるんです。僕より年は10ぐらい上の人もいれば、10ぐらい下の人もバラバラなんですけど。みんな結構働いたり、あるいは障害者手帳を持って働いたりとか、いろいろやっているんですけど。みんな忙しくなるので年に1回とか、2回とかぐらいしか、もう会えないんですけども。彼らと会うと何が安心かって。やはりひきこもったあとに働く独特の辛さというものを共有できるんですね。
- D その時期をね、共通体験みたいな。
- B 共通体験があるというのは、これは彼らじゃないと分かち合えないものなので。本当に行き詰ったときには、SOSを出すわけです。要は「飲みに行こう」と言うんですけども。喋るわけです。大して飲めないのに笑。例えばどういうことかと言うと。僕は働き始めたのは30歳で。20代のとき、まあ、ほぼほぼ働いてないんですね。スコーンって空洞があるんですね。でも年齢だけは30代だから、それなりのことをしなきゃいけないのかな、みたいに思っちゃったり、期待されたりするわけです。でも僕の足元にはガラーンと空洞があるので、非常に不安定なんですね。なんかあるとすぐに崩れちゃったり、崩れかけたりする。それをまあ、どうにかしながらやってるんですけど。このしんどさってないよね、みたいな話が出るのはやっぱり彼らだから。じつは昨日もそんな中の1人と、ちょっとバスケットに行こうかと言って、バスケット見て、ちょっと喋っただけなんですけど。そんな、助けられています。
- D プロリーグですか？バスケットのあの、始まったやつですよ？
- B その友だちが好きだったので、ちょっと解説してくれと言って無理くり誘って。
- E もう1回、たまにはひきこもりたいと思ったりはしないんですか？
- B これがですね、僕はないんですよ。
- F ひきこもる方が辛いから？
- B うん。ひきこもりたい人もいるという人も、やっぱり話を聞いて、聞くから。僕みたいな人ばかりじゃ、決してないんですけども。本当になくて。この違いはなんだろうとちょいちょい考えるんですが。なんだろう。やりきったのかなみたいな。
- E ひきこもりをやりきった感じ？Bさんにとってひきこもっていた経験で、どういう経験だったですかね？自分のこう、生活とか人生にとって。
- B 一言で言うと挫折だと思っています。ひきこもったからとても良かった、とは思えなくて。やっぱり挫折なんです。どう見ても。でも避けられなかっただろうなと思っています。どういうことか。僕大学の就職活動が、まあうまくいかなくて。ひきこもっちゃったんですけど。じゃ仮にあのときに就活がうまくいったとしましょう。どこかに勤めました。でもね、続いたイメージがどうしても持てないんですね。30で潰れたか35で潰れたかわからないけど、絶対に必ず来たと。それは僕は例えて言うなら、親知らずとか盲腸みたいなものだろうと。ならず逃げ切れる人もきっといるだろうけど。早く捕まるか、遅く捕まるかの違いだけであって。僕は絶対捕まる人だったから。じゃ早い方で、まあ良かったのかなと思っています。僕がそのひきこもりの経験を完全には肯定的に捉えられないのはなんでかと言うと。やはり僕の同級生とかは、結構いい会社に入

って、いい収入を取って、福利厚生大変充実してみたいな。子どもが3人もいてとか。僕はひょっとして、うまくいったら、ああいう生活になれたかもしれないのに、やっぱりなれなかったじゃんとか、手届かないじゃんとか。という後悔というか、残念な気持ちでずっとあるので、やはりそれを両手をあげて、ひきこもってよかったですよとは、とても言えないですね。ちょっとの間車買っちゃってさ、とか言いたいですもん。

•一同 笑

- E そうだね。車買っちゃってさ。
- B 家族も増えたから大きいやつにしたんだけどとか、まあ言えないですもんね。
- A うわー、知らない世界だわという・・・。
- E その辺の手が届かなかったこの感じと。今の、でもこう、日々働いて、いろいろ暮らしていて、ひきこもっているときよりも楽という・・・。
- B はい、楽です。
- E 今の自分との間って。自分としてはどういうふうに捉えているというか、折り合いをつけているというか？
- B うーん、こういう風にしかならなかったなって。ここにしか辿り着かなかったけど、ま、ここに辿り着いたんだから、まあいいかなって。
- E まあいいかなって。
- B あと僕、今でも残っているのは、いくつかのときかな。26 ぐらいの時なんですけれども、高校と大学時代の友人と、に言われた言葉があるんです。その友人は、大学院まで出て、大手のゼネコンで設計の仕事は今でもやっています。僕の親友と呼べる人で。はじめて僕がひきこもりという言葉を使って、自分の状態を説明したのが彼だったんです。やはり否定されるのが怖いからすごくドキドキしながら言ったんです。そしたら、後日メールがきまして。「お前、いい経験してるな」と言うんです。ぜんぜん否定しないんですね。あろうことか、「俺も負けてられないな」という風を書いてあったんですね。

•一同 へー

- B 一瞬間おかしいのかなと思いました。大学院卒、どこそこの大手ゼネコンに行ってみたいな。そのときに、なんか自分の持っていた価値観でちょっと崩れたんですよ。「あれ、何が良かったってわからないかもね」と。僕あれあまりにも嬉しくて、当時パソコンのメールなんですけど、印刷してしばらく壁に貼っていました。なくしたけど。本当に嬉しかったです、これ。
- D それ書けるって相当すごいですよね。
- B 言おうと思って言った言葉じゃないのは読んだらわかるので。本当に自然にこいつ思っているんだなと思って。
- F それだけその彼も苦労しているんだね。深く感じているということだよ。だからそういう風に言ってるんだよね。ゼネコンで大変な思いをしているんだよね。きつとね。
- E あと、そこの間の、家族との関わり、親との関わりとか、そういうのって、こもっていたときは両親同居？
- B 僕は両親と同居で、兄弟がいないので、3人同居家族だったんですけれども。当時は父親が会社勤めしていましたので。父親を避け、母親とはそこそこコミュニケーション取れるという、ありがちな関係で。やはり父親をとにかく避けていましたけど、働きはじめてだいがなんか…、違うな、お医者さんにちょっと言ってもらって、それで少し平穏になって。でも僕が30になる手前に、母親が突然ブチ切れまして。それまでは静かだった母親が。ある日、なんかもう、決意満載な感じで、これからどうするんだって。

- D 僕は20になる手前で、それはありました。
- B ありました？
- F どうするつもりだと。
- D 通信制の高校を3年から4年という感じで、ありました。
- B めっちゃ怖かった。
- D めっちゃ怖かった。
- B 最高怖かったですよ、もう。
- E へー
- A 急に来た。
- D たまっていたものが全部。
- B たまっていたものが噴火したんですね。あ、ためてたんだ、みたいな。ごめんみたいな。
- E ごめんという感じだったんですかね？
- B いや、今だからごめんと言えますけど、もう当時は怖くて口きけないですよ。だからもう家出て友だちのところ片っ端、3人立て続けに相談して。言ってくれて結果的にはよかったんですけど。タイミング間違えたらやばかったと思うんですけどね、あの関わりは。でもその後働き始めてからは、うちは基本的に家族仲いいだなということに気がつきました。一時的に悪くなっていただけで、戻ってしまえば。当然相性がありますけれども。基本的に仲もいいし、親戚とかにも非常に恵まれていて、僕の強みは、やはり家族とか親戚とか、そういうためがあるところに生まれ育ったこと。もしこれがなかったら、もっとかなり苦しくなっていただろうなど。僕はそれが当たり前だと思っていたので、自分基準だから。でもいろいろな人とお会いする中で、決してそれはスタンダードじゃないんだということに気づいて。家庭が壊れている人、貧困の人、あ、恵まれていたんだごめん、みたいな。それに気づけたのは、ちょっとよかったなと思います。
- E ご近所の目とかがって気になったりしていました？
- B めっちゃ気になっていましたよ。なりますよね？
- D ご近所というか、そうですね。まず…、うちは集合住宅なので。玄関出た瞬間に、出くわす可能性が。
- E おお
- B 昼間やばいですよね。
- D やばいです。
- B 夜にしか出歩けなくなるとか。平日昼間問題って20年前ぐらいからある言葉なんですけど。どうするのみたいな。「へいひる問題」と言うんですけど。
- E サポステナイトとかでもやっていましたよね、「へいひる問題」。
- B 「へいひる問題」どうするみたいな。
- E 平日の昼間どうするんだという。
- D やはり近所の人。あとは知らない人でも通りすがりで道端で向かってくると、ちょっと直角に曲がっちゃったりとか。あとは親戚友人ですよ。8年ぐらい僕は親戚と会えなかったですから。
- E 今となってみると恵まれていると思っている親戚でも当時は会えなかった？
- B 会えなかったです。なんと説明したらいいのか。祖母が亡くなる、危篤だということになるまでは、ぜんぜん会えなかったですね。
- A そこはやはり男女差あるんですかね。私わりとそんなに怖くなかったというか。
- B ご近所が？

- A ご近所で、たまたま私は、いま振り返るとひきこもっていた時のご近所さんが、一番優しい人たちだったんですよ。それまでひきこもっていない小学校だ、中学校だ、高校だの頃のご近所さんは、家族単位で険悪な状態にあったので、ご近所付き合いがなかったのに。越して違う家に住んだら、お向かいさんとかお隣さんとかが、すごいいい距離で、あ、気にかけてくれてるな、でも突っ込んでこない。
- E あー、突っ込んでこない。
- A ちょうどそのうちは柿の木があったり、梅の木があったりするような家だったんですよ。借家でしたけど。自然に手伝いに来てくれるみたいな。やっていると、あ、そんな脚立じゃ危ないよみたいな感じで。もう定年されていたのかな。おじさんもおばさんも。自然に、私がどうしていつも家にいるのかみたいなことはとくに何にも触れずに。当たり前。だから買物に行く時とかも、伯母と2人で行くんですけど。自分がでも、まあ、シャットアウトしているから、まわりの目を気にするも、気にしないもなく、ぼつぼつと歩くだけで。伯母がいたおかげかな。一緒に買物に行けるんですよ、女二人同士って。娘は。母と娘みたいなのは一緒に買物に行っている、あんまり違和感がないんですよ。そのスーパーでの空間で。だからなんとなく隠れられているというか。だから平日昼間女子はそんなに…。母さえいればみたいな、伯母さえいればみたいな。
- E 育休中の男性でさえ。
- A そうそう。
- E 大手を振って、俺育メンと大手を振ればいいのに。なんかすごく居心地が悪いとか聞いたことがありますね。
- A なんとなくスーパーの中でも、お父さんが子供連れて、「あ、珍しい」みたいな、やはりあって目がいつちゃうけど。それがたぶんないんですよ。それはラッキーだったかもしれない
- E 集合住宅でもう開けた瞬間誰かに会うかもしれない、はずがい出るにはプレッシャー？
- D ですから、ほとんど出ていませんでした。最長で一年間はまったく家から出てないです。関連づけて何か言おうと、口挟もうとしていたんですけど。Bさんの話の流れでなんかあったはずなんですけど、忘れまして。
- E・G 思い出したら。
- E Cさんは一人暮らしで、結構買物とか出ていたわけですよ？
- C だいたい行くとしたら土日に。
- B わかるわかる。
- A 平日は避けるんだ。
- C 平日は暗くなってから。
- E やはり平日昼間だ。
- F 「へいひる問題」だね。
- E 「へいひる問題」。
- B 僕床屋混んでいるの承知で土日に行っていました。
- E 床屋って結構ハードル高くないですか。お仕事なにされているんですかとか。
- B それが怖くて。
- F いまそれで 980 円とか 1,000 円とかのカット屋さんが流行っているって。
- E 何も聞かない。とつとつと切ってくれるから。
- F 何も聞かないから。15分で終わらせてくれるから。
- D 行っています私。
- E やっぱり。

- A なんだろう。美容院 1,000 円カットに行っても話しかけられましたよ。美容院だけはそう言えば、今日お仕事じゃないんですか、とか言われましたね。女子でも。向こうはいろんな年齢層を見ているから。この年齢の感じで、この平日に、結婚もしてなくて、美容院？というのは休みかなみたいな。「ちょっと今日はお休み取れたので」みたいな嘘ついて笑。まずまずでも行けなかったですけどね。髪長くてもいいやみたいな
- D 髪長くてもいいやってなりますよね。今も結構長いんですけど。覚えているのは、ひきこもっている時に、本格的にひきこもっている時期、髪切りに一念発起して行くんですけど、なぜか「バンドやってるんですか?」。そんな感じだから。
- 一同 笑
- E 伸びてるから?
- F 素晴らしい。
- B 乗っておきましょう、それ。
- E Cさん髪切りに行っていました?
- C 最初の頃はまだ行っていましたが、そのうち行かなくなりました。
- E バンドマンみたいな?
- A 自分で?
- D 結構、重度な人になると、セルフカットになりますよね。知り合いにもいますけど。
- B 僕も知り合いで、切らないので、お尻まで髪の毛がいていた人います。ひきこもりの人の自助グループで会うんですけど、異様過ぎて誰も話しかけられない。
- E 自助グループに行くときに、例えばそれこそ髪切らなきゃとか、服どうしようとか、何喋ろうとか、行くまでにいろんなことって考えました?
- C いや、そこは、実際にその、そうだったら考えないですけどね。ただ服は別に新たに調達はずに。家にあった親が買って来た、比較的ボロくないので、なんとか。傍からみたら明らかにおかしいんでしょうけど。当時の自分から見たらいい感じという。でも今でも本当服にお金使ってませんよ。
- B どこかに出かけるにも、やはり服装がとか、髪がとか、他の人なら、普通の人ならまったく気にせずに通り過ぎられることが全部ハードルで。だから外に出て行けないんだ、というところをちょっと知ってほしいんですけどね。
- D そうですよ。お外に出るには、まずお風呂入る。まず重要なところでお風呂入る、髭剃る。髪ボサボサになっていますけど、今。髪ボサボサになっていない状態にする。食事をとる。歯磨く。この結構な段階をふまないと、外まで、外出まで。それを世の中の大多数の人が当たり前に行っていると思うと、すごいなという感じがしますね。
- B そこをスキップして、はい、外に出ましようとか、働きましようと言われても、不安なことがあり過ぎて。例えば二十歳から 20 年ぐらいひきこもっていた人とかだと、自動改札がないわけですよ、昔。切符の買い方がさっぱりわからないのに、塾行く小学生がピーと通るわけですよ。そのときにガーンとなると。
- A 浦島太郎みたいな。
- B ある種、生活訓練みたいなところからやっていかないといけないんですけど。
- F そうだよな。
- B 大人であるだけに、ぱっとまわりの人が就労に飛びついちゃうので。
- A ぜんぜんそこは違いますもんね。
- B その人が何を求めているのかをちゃんと聞かないと、チグハグになっちゃうなと思います

- A 私は一回就職して、挫折して、ひきこもって。なんですけど。本当にひどい時って、面談に行く朝にお風呂みたいな。とりあえず面談だから、相談員さんに、家から電車乗って、その間にというのがあるから。前日の夜から、明日何時に起きて、そのお風呂に入る着替える時間を逆算するから、面談の時間は午後という。起きれないですし、に設定してもらって。それがだんだん逆算が、面談の時間が午前中に行けるようになると、私行けるようになっているという。だんだん働いていた頃の自分に、ちょっとずつ自分の生活の部分、戻せてる、戻せてる、みたいな。そのやり直しをする時間はたしかにとっても私も必要でしたね。
- F なるほど。
- E Cさんどうでした？自炊はしたりとか、お一人だから、生活のいろいろはされていたわけですけど。居場所に行くとなって、ハードルになったことってありました？
- C 居場所に行くで思いついたんですけど。最初に行ったきっかけが、親がうるさいから一回行っておけば静かになるだろう。
- E 一回行ったら静かになりました？
- C 多少満足するだろうと思って。静かになった気がします。
- E 行くまで大変だったとか、準備がとかというのはありました？あまり記憶ないですか？
- C 電車で一時間半ぐらいで、遠いぐらいですかね。あとは、その頃ってたまに新宿とかたまに行っていたんですよ。買物とか。
- D 何しに？
- E 土日ですか？
- C 土日に。新宿が、学生の時よく行っていたんで、本屋とか。あまり買わないですけど。
- D 紀伊国屋？
- C 紀伊国屋。なのでとくに、そういう出かけるので苦労というのはなかった気がします。
- A 平日の昼間でさえなければ。(笑)
- E それを考えると、やっぱり自炊したり、お一人暮らしで自分で買物出たりいろいろしていたのは、大きかったんですね？きっとね。2人はこう、フリースペースとか、居場所に行って、居場所って自分にとってはどんな場所でした？最初はね、それぞれ話せる方がいるから続けて。
- D それだけじゃなくて、BさんとかAさんのお話と共通するものがあったって、デイケアは行ってないんですけど。やはりそういったところで、ちょっとした作業したり、SSTはろくに参加していないんだけど、一、二回ぐらいだったり、共通のというか、一緒になんかやるというのを、そこでやったので、それは大きい体験であったと思います。ぼくもBさんと一緒に、そこで共通の体験をした人たちとは今でも、その団体とは、離れたところで付き合いがありますね。
- E 二人の聞いていると、SSTなり、ネットワークなり。
- D あとお菓子づくりやってました。
- E 何かメニューがあるというのは行きやすいんですかね。
- B 楽しいんですけど、ちょっと次のがあるので。
- E ありがとうございます。後日いろいろ確認させていただくのがあると思いますが。ありがとうございます。
- B もちろんです。
- F 気をつけてね。
- D 忙しいですね。

- A SSTで思い出したんですけど、私はサポステでSSTも出たいですと言ったら、Aさん必要ないよねと言われて。え、私はやりたいのにみたいなの。
- E 私がやりたいんだから、出させてよみたいなの。
- A 何段階か確かプログラムがあって、一個は無理くり出させてもらって。
- E そうね、担当誰だった？とか言って・・・。
- A Zさん
- E あー、お父ちゃん、そうか、おじいちゃんだよ。
- A なんだろう、あんまりプログラム、積極的にあのプログラムもこのプログラムも出たい出たいやらなきや、やらなきやと出たいとがあって出て。とにかやっていたんですけど、SSTは…うーん。
- D 参加してみてどうでした？
- A 参加してみて、確かにこれじゃないかもと思いましたけど。実際の場면을ロールプレイングでやってみましょうなので、なんだろう、でもSSTのそのお題じゃないところで、そこに参加している人と相談したり、喋ったりしなきゃいけないことがSSTになった。という感じでした。居場所、だいぶ経ってジョブトレだ、何だというのを重ねて、私も居場所というところに行くんですけど。居場所でのそれこそさっきBさんが言っていた、運営するみたいなの、何するが、実践的なSSTになっていた。その場は結構、学生時代のやり直しをやっぱりさせてもらっていた。
- E ふーん。
- A その時の仲間とかからすると、Aさんが学校で発言出来ない人だったなんて信じられませんかと言われるんですけど、いやいや皆のこの場があったおかげなんだよと散々言うんですけどね。やり直しさせてもらいましたね、居場所でいろんなこと。
- E DさんはSSTはどうでした？
- D SSTですか。似たようなのに、なんですかね。ボイスワークがあったりして。僕ちょっと、どもりを持っていて、どもるんですけど。すごい頭の中で、どもらないような言葉を選んで話しているんですよ。いつも。だから自然とすごい言葉を選ぶ人間になっていて。ちょっとそういった特性があると自分で思っている。じっくりこなかった。SST、ロールプレイですよ。場面を想定して…。じっくりこない。自分は本格的に社会性がない人間ではないのかもしれないと思ってしまったり。でもこれ必要な、このSSTというプログラム、自分はじっくりこなかったんですけど、必要な人は確かにいるよなという感じはしました。どうですかね。自分は社会性あるから、社会スキルあるから大丈夫です、そういう意味ではなくて。自分に必要なプログラムではないかなという感じはしました。じっくりこないというか。
- E 出たこと自体は、大きかった？
- D どんなもんか、一回でも出ておいたら、どんなものかなというのがわかった。
- E Cさんは、さっきFさんが言ったので、一回行ったりなんか、水族館と言いましたっけ？出かける日があったり、他にもどんなものに参加していたんですか？
- C 普段は卓球とか麻雀ぐらいですね。ほぼそれをやりに行っているだけだったんですけど。
- F でもその居場所で知り合った人とはわりと話が出ていたのかな？麻雀やったり卓球やったり、時間は共有していた？
- C その場では、ですけど。
- F その場では、ね。やっぱり、そういうところで僕もそうだったけど、なんとなくやっぱり、心が開かれてくるといふか、なんて言うのかな、緩んでくるというか。ちょっと温かくなってくるというか、そういう感じ

がやっぱりあった？今までのこもっているという生活から外に出て、外の人と繋がったという感じというのは、どういう感じだったんだろう？

- D 本格的に繋がりが出来たなと思ったのは、居場所終わったあとに飲みに行ってから。
- E あー
- D はい。
- F かなりプライベートな共有したというか、一緒に時間を過ごしたという。
- D しかもサイゼリヤでね。安いんですよ。
- A 定番。
- D もう行きませんがね。あれを居酒屋代わりに使っちゃいかなですよ。
- E 安いですよ。
- D 安いんです。
- A 安くてね、ワインとかもあるからね。
- E アホみたいに安いワインが出てきますよね。(笑)
- D アホみたいに安い。(笑)
- F Cくんはどうだったの？
- C その居場所ではなかった気がしますね。
- F そんな感じじゃなかった感じがしてたけど。こっちの居場所に来てからどうだったの？手伝ってもらってから長いじゃん、結構。
- C そうですね。
- F 居場所として関わっているということ言えば、そこの方が圧倒的に長いでしょ。当時はさ、いま木曜日1日になっちゃったけど。火木土とやっているときだったよね。ちっこいの来てたしね。
- C その頃はまだ小学生が来ていたので。
- F あの頃はだから、もう無理くり俺にやらされてた感じだったの？
- C 一応その、役割を果たそうという思いで。
- F なるほどなるほど。結構その、サッカーはいいけど、キャッチボールはしんどいとかいろいろあったよね。
- C 球を120kmぐらいで投げる子がいたり笑。それはきつかったですね。
- F 怖いだよ笑。高校生が投げる球取れないよ。
- A それはふつうに怖い。(笑)
- D 120km!
- A 遊びのキャッチボールじゃない。(笑)
- E 本気だ。(笑) その辺いま話を聞いていると、働くというのに向けて、居場所から働くみたいなのところの垣根が緩いというか。Dさんもいまカフェ手伝ってらっしゃるって仰って。
- D 手伝ってるだけですけどね。
- E うん。なんかこう就労的なもの？ジョブトレーニングをAさんやっているけれども、二人もなんかこう、自分の参加していた居場所から、まあ就労といえば就労だよねみたいな。さっきのBさんのこんなに動いているのにお金出ないのかよみたいな、じゃないけれども。居場所の活動から自然に、一般的に考えれば働くというのに近いようなことをされているような気がしたんですけど。皆さんそれぞれが働くなってどういうふうにか

えていたり、いま有給の仕事をしてるのかどうかとかですね、それについてどう思っているのか。働くことについてもお伺いしたいなと思ったんですけど。

- D Cさん？
- C ふつうの就職ってやはり面接というのがある。それがやっぱりひきこもっていたときからハードルが高いなと思っていたので、今はそういうのがなく、知り合いの知り合いという感じで、働いたり出来るので。それは気が少しは楽ですね。
- E こちらでもバイトしてもらっていますけど、その前にも他の居場所とか、そういうところの繋がりや、バイトしたりとかして？
- C そうですね、やはり生活費のためというか。一番かな。
- E いま生活費ってどうしているんですか？
- D 生々しい話ですね。
- E すみません、生々しいことを聞いてしまって。お一人暮らしなのでつい気になってしまって。すみません。
- A あとで割愛して。
- D 僕も言いますから。
- A 言いますよ。(笑)
- F 僕も言いますからって。(笑)
- C 今は障害者の短期入所という、一泊泊まったりするところがあるんですけど、そこの夜勤を入ったり。今日も行くんですけどこれから。
- A これから！
- E お疲れ様です。これから！
- C そこが一晩泊まれば1万する。そのへんが大きいですかね。
- F そこもあれだよな、事業所というかね、その中でパソコン仕事、介護保険の・・・。
- D 事業所？
- F NPO 法人で、僕の知り合いが理事やっているんだけど、高齢者の、グループホーム。
- D 同名の？
- E じゃなくて、一字ちがい。
- D 似ていて紛らわしいですね。ほかのもググると別のがいっぱいある。
- A 似たようなのが出てくる。
- F その事業所の中での広がりというのはさ、別に僕がどうのこうのと言うんじゃなくてさ。Cくんがあそこにいる中で、中の人たちとの関係の中で、手伝ってくれない？みたいなことが。そうだよな？
- C 3年ぐらいやっているのかな。信頼されているのかわからないですけど、お願いされたりとかありますね。
- F そういう感じだよな、本当に。
- D 信頼されている感ありますか？
- C かなという気が。(笑)
- E 信頼されているの？と聞かれたら、うんと自信もって言いにくいですが、ちょっと謙遜も。(笑)
- D そういう感じがあるから、やっていける？
- C 最初は障害者がいて、あと、ぜんぜん関わったことがなかったの。

- D ここにいますけどね、一応障害者ということになっている人間が。わからないですよ、本当に病院・・・。
- E Dさんは？
- D まずどういふことをやってきたかと言うと、いわゆるバイトとか就職とかはないです。ほんの短期で居場所の人に紹介されたすごい短期、じゃないな。居場所に来ている親御さんが紹介してくれた短期の倉庫で一週間ぐらい作業に関わりました。
- G ごめんなさい。話の途中で。
- D 倉庫で一週間ぐらい作業をやったり、それで一応お給料はいただきましたね。それと、今までやってこって、ほとんど交通費だけでやっているんですよ。一回千円とか。政治家の事務所でボランティアをやっ。それも交通費程度でしか出ていなかったんですけど。ほとんど選挙関係の広報のピラを、折り曲げて封筒に入れてとか、そういうことをやったりとか。ちゃんとした月給をもらって決まった時間に出て、決まった時間に帰りたいのはやってないですね。今やっている活動も、相談補助員はまあ別としまして、さっき言いました、カフェの手伝いもですね、1ヶ月に1回だけ、役所でお弁当を作って、役所で販売という、それだけ手伝っているんですけど。それも一回千円程度の交通費だけでやっていて。これ交通費だけでやっているってすごいなと思いながら。結構しょうもないなと思ったりするんですよ。割に合っていないなと。あとは収入は相談補助員関係ですね。他には、そうですね、僕、病院行って、診断書書いてもらったんですよ。鬱病ということになって。そうは見えないでしょとでも。でもなんだろうなあ、一応、僕、ひきこもりになった13歳とか14歳とか正式に診断をされていないけど、あれは思春期性の鬱だろうという。それ今でも治っていないでしょうという感じがしますね。勝手な感じですけど。それでなぜか、たまたま当たりの先生を引いたのかもしれないんですけど、最初、3級と診断されて、いろいろやっていくうちに2級で障害年金が降りますということになって。どうやって生活しているかという、自分の年金と母親の厚生年金。別れたので少なくなっているんですけど。あと母親がパートやっているので、そのお給料。わりと貧困な方だと思います。
- E そうですよ、ぎりぎりですよ。
- D でもいつも言っていることがあって。基本的にすごい儉約なんですけど、儉約。
- E うん、儉約して。
- D 儉約してるんですけど、夕飯だけはちゃんとお金かけようねという感じですね。夕飯だけは。そこだけは譲らないようにしようねという感じですね。
- E なるほど。月に一回行っている、そのお弁当の販売とかというのは、どうですか、ちょっと割に合っていないなという？
- D 割に合っていないんですけど。まあ。毎月1回なら、まだこんなもんかなという感じがしますがね。一応就労の前段階というかたちでそういうのをやっていると思うんですけど。1、2年やって、週1、2回入っている人もいますよ。正直それってどうなのという感じがしますよね。いつまで・・・。
- E その辺で、じつはもうちょっと繋がりがあって、ちゃんとお金が出るんだったら、もうちょっとじつは、Dさんの中で働けそうな気はしてたりするんですか？じつは。
- D 面接とか履歴書とかにハードルを感じている。実際受けに行ったことあるんですよ。自分の住んでいる地域に新しくドラッグストアがオープンするということで、じゃあ応募してみようかと。そりゃ落ちますよね、普通にね。ああもういいかなと、それで。なんですかね。こういうのはすごい甘えなんですけど、ここでやってみないと。こっちからいろいろ用意して雇ってくださいと言うよりは、実際にやっているカフェの手伝いも相談補助員にしても、声かけてもらったからやっているだけで、そういうアバウトと言っちゃアバウトなんです

が、ここでやってみないかねという、そういうのがあれば、やる気です。あと働くこととか、生活のお金とか、Bさんとか仰ってましたけど、後ろめたさを感じなくて済むみたいな、それが一番大きいですね。社会人になるというか。社会、一応僕もほんの少しはそういう相談補助員もそうなんですけど、少しはそういうところに入っているんで、少しは後ろめたさを、ほんの少しだけ感じなくなっているんですけど。でもやっぱり大部分は後ろめたさをでも占めていて。お金、お給料が一番じゃなくて、結構大きいんですけど、後ろめたさを感じなくて済むというのが、一番大きいんじゃないかという気がしますね。働くことって。あとはやはり役に立っているとか、社会の一部になっているという実感もあるんでしょうけど。後ろめたくないというのが大きいんじゃないかなと。個人的にはそう思っています。

- E ちなみに年金ということなんですけど。例えば障害の方の就労の事業所を使ってみようとかって話ってたことって、誰かから提案されたりとか、あるんですか？
- D とときそういう話はしますけど、障害者のいわゆる作業所。こう言っちゃなんですけど、僕はエセ障害者みたいなところがあるので。本格的な方にちょっと申し訳ない感じはありますよね。不正受給みたいな。
- A そんな・・・。
- D 現実的な話、そういうところの障害者の作業所みたいな、凄まじいですよね。時給 200 円とかそういう世界ですよ。なので、あと親とたまに話すのは、市役所で障害者枠で相談してみない？って。何回も話しているんですけど。今のところはそういうこともせずに、きていますね。
- E なんとなく自分の中では、例えば「これお願い」とかって人との繋がりの中で、仕事がそこにあったら、なんとなくやれそうな感じの気持ちにはなっているわけですよ。そのチャンスが今うまいかたちで繋がっていないというか、気持ちとチャンスが。
- F そうだよ。
- D 呼ばれればやりますよ、みたいな感じではいます。呼ばれればやりますよ、みたいな。
- A そこにちゃんとその有給で、交通費じゃなくて、ボランティアじゃなくてということ。
- E 時給 200 円じゃなくて。ちゃんと仕事としてあるというか。
- D 安くてもいいんですよ、本当に。ただ交通費だけとかそういうのは。
- A 違う。
- F そうだよ。
- D 毎月 10 万届かないぐらいでも、いいんですけどね本当。現実的な金額では。週 3 日、毎月 7 万ぐらい。そういうのがいいなという気がしますよね。はい。本当週 3 労働とか、パートタイム就労みたいな。それぐらいのかたちのはいいなと思います。声かかればやってみたいという気がしますけど。
- F やはり人繋がりというか。面接でどうの、あるいはなんとか枠のどうたらという、いわゆる公的な。
- E 仕組みみたいな。
- F そういうので行くと、やはりあれを出せ、これを出せ、この書類の、という話になるけど。そうじゃなくて。人づてのちょっとこういうのがあるんだけど、手伝ってみたいみたいな話から、環境が用意されているところにぼんと入っていけるというような。作業自体はできるんだけど。そこにいる人達との関係、その環境の中に自分がいられるかどうかというのが一番本当は大きいんだよね。
- D さっきの政治家の事務所でボランティアでやっていた件で、やはりそういうところですから。インターンの大学生が入ってくるんですけど。しかも一丁前にスーツ着て。は一。嫌な感じ。
- F 笑

- D ちらっとちょっと書類を扱う作業をやっているものですからね、彼らインターンが、ちゃっかりともらっているというようなを見ちゃうんですよ。しょうもないなという感じになりますよね。
- A そうだね。働くの怖かったもんなあ…。さっきBさんの話を聞いているときに、私高卒なんですけど。高校卒業するときにすごい怖かったんですよ。漠然とした怖さ。所属がなくなっちゃうので。私も就職も進学も決まっていなかったから。どうしよう、怖いという。でもその時はでもどうにか面接も行く元気があって。どうにか就職、パートとかをしたんですけど。あの時じゃあ、なんで出来たんだろうなと思って。あの時出来た…。本当に怖かったのに。なんで出来たんだろうなとちょっと考えて。答えは出ないんですけど。いまジョブトレやっているときも、そのあと資格を取りにも行くんですけど。その時はやはり、そうですね。正規で働いていないけど、ジョブトレしているし私いま、という落ち着かせ方。資格取って次につなげようと思って勉強しているし、という、やはり所属をしている安心感で行っている。じゃあそのジョブトレ先に、就職とか、終わって、資格取って、じゃあ面接となると、ハードルが一気に気持ちの中でぐわっと上がるんですね。一回就職して何してと、その時には何度も面接とかも経験しているし、履歴書を出して受かるという経験もしているのに、怖いんですよ。面接って。だから結局今も、ジョブトレでなんだとか、資格取ったところとは、ぜんぜん関係なく、結果、誘ってもらったところで働いているので。顔が見えるところで、ここでだったら、この人だったらと、段々知り合いが増えていったところで、あ、いられるかもしれないというかたちで働いているので。今まだに求人広告とか見ると、気持ちわるくなる時があるし。「みんな元気にアットホームな会社です」、とか言われると、なわけないから、そんなわけないというのと、そんな明るくアットホームなところに入っていけないと思うんですよ。「元気で楽しくやってます」みたいなのに、いや入っていけないなど。そうならなきゃいけないの無理だなと思うから。あのキャッチコピーはやめたほうがいいのかと思うことが。あと「かんたんな仕事です」も。
- D 嘘です。
- F 笑
- A うそうそ。ないないと思う。やはりそこに誰がいるのかが怖いのもかもしれないですね。その先にいる人が、面接に出てくる人がどんな人だろう。あれはもう嫌だ。ハローワーク行くのが怖かったのも、こんなに働けない、働くのを怖がっている自分が、頑張っている仕事を探している人たちの中に混ざっちゃいけないと思った時期があって。
- D ああ、そうですね。
- A こんな真面目に、頑張っている人たちの中に、ちょっとその失業保険をもらうための嘘で、検索機を動かしている私なんかいちゃだめと思って。
- E 真面目や。
- A 今考えると馬鹿だなと、真面目だなと思うんですけど。なんかごまかせなくて。いられなかったですね…。
- F Bさん、生真面目って言ってたよ。
- A さっき障害の話とかも出ましたけど、資格を取りに行った時、給付金が出るやつだったんですよ。10万出ます。それも大きかったからそれに行ったんですけど。でもそれもハローワーク通わなきゃ行けないので。私も手帳があるので、こっちの窓口じゃなくて、手帳を持っている人の方の窓口に行くと。「その資格で障害者枠で仕事はないです」、と言われちゃうんですよ。だからオープンにしますか、クローズで活動しますかというのがまたそこで出てきて。クローズで行くと、私をわかって働かせてもらえるわけではないし。オープンで行くとなくて。それこそ作業所とかなんかになっちゃうから、すごい極端な選択肢しかなくて。働き口に。ここがぜんぜん。

- D 中ぐらいのがないですよ。
- A もっといっぱいこの、真ん中のこう部分がすぼっと抜けているというのをそこで感じて。だから、本当、ツテで今は収入を得られているというのは、私は本当にラッキーだなとは。そこで苦労しているから。
- E その辺で時間が、そろそろ時間になってきてしまったんですけど。最後の2つ質問があって。ひとつはひきこもっていた経験で、先ほどBさんにも聞きましたけど、自分にとってどんなものだったのかということと、あとは今の皆さんの健康度は？という、Fさんからのご質問がありました。
- A 健康度ですか・・・。
- E どうでしょう。ひきこもっていたこと、自分にとってどんなものだったのかと、健康度。
- F 別に100点満点とかそういうのじゃなくていいですけど。
- E 明るく元気な100点満点じゃなくてもいいんですけど。
- F 何が健康かということも含めて。まあそこそこ、Bさんなんか、自分のいいところ悪いところ、やれることとやれないこととか。ダメはダメとしているし。そういう意味での健康度というのかな。それが最後の、ひきこもっていた経験ということと健康度。どうでしょう？
- D 誰から？
- A うーん。さっきのBさんのいづれどこかでなっていたらというの、ああ私もそうだったなあと思う。それこそ、いいなあ、早くにやったんだという感じが。聞いていてあったんですよ。ひきこもりの相談補助員とかで、お母さん方が、高校生の娘がとか、中学生で不登校でってなると、私気がつくと言っていることがあって、「早くてよかったですね」って。いま気がついて、いま嫌だということを表示出来ているのってすごく素敵ですよ。私はそこを無理くり無理くりやっちゃって、この年になって、30目前でひきこもったので、30代でひきこもっちゃったから、さっきのBさんが言っていた手が届かないものいっぱいあるんですよ。変な話、まだBさん大丈夫。男の人はね、まだ子どもつくれるんですよ。私もう子どもは無理だ。結婚するとかパートナーを見つけるのは、やれるかもしれないけど、出産育児はもう完全な諦めというか、ない選択なので、そういう意味では、ああ、もったいないというか。やはりだんだんね、まわりに結婚しました、子どもがいて、いま高校生の子がいるという同級生もいるし。習い事行かせて大変なのによって逆に「ああ、そろそろひきこもりの方が不安な時期だね」みたいなね。(笑)なるぐらいで。だから、きっと私も人生の中で、あったら時期があんな時期で。やはり挫折で。ただ挫折しなければいけなかったらと思う。挫折したことで、いろんな何かは削ぎ落とされたというか。いい形でその時まで張っていた気を降りることが出来たというか。降りることが出来なかったら、たぶん死んじゃうという選択にっていたかもしれないので、ひきこもれてよかったとは思いますが。通過しなきゃいけなかったんでしょね。です。はい。
- F どうですか？
- D ぼくもだいたい一緒ですね。自分の性格とか性質とか、それと、それに加えて、環境とか、周囲、出会う人とか、物事とか、それ考えたら、まあひきこもるよねと。自分という人間、どういうのかなと。無駄に真面目だったりとか。無駄なところで真面目だったりとか。力抜くべきところで力抜けないみたいな。そそういがあるので。遅かれ、中学でぼくの場合なって。言ってしまうとドロップアウトですよ、落ちこぼれ、落ちこぼれ。Aさん仰ったみたいに、落ちてしまってよかった。その点については、落ちて、まあ何ていうか、自分見つめ直し期間でもありますし。まあなるべくしてなったんだと。たればを考えたらしょうがないなという。こういう人生なんだって受け入れるしかないなと。それにそんな、そこまでなんですかね。あと普通そんな、普通と言っちゃなんですけど、ひきこもりなんてありますよ、普通にありますよみたいな感覚に。実

際に、当事者のグループに参加したり。なんか結構いるじゃないって。自分と似たようなタイプもぜんぜん違うタイプも。なんですかね、自分以外の人を見て、何だろう、普通に、言ってしまえば単なるドロップアウトなので。良いか悪いかと言ったらわからないですけど、ひきこもってよかったです、とは言えないですね。受け入れますけど。ひきこもって良かったですとは、ちょっと言えません。そこはBさんと一緒であって、違うところでもあって。Bさんは他の可能性、成功した可能性で、でも根本的には一緒なのかな。何だろう。生産性がない生活よりは、生産性がある生活のほうが、何か面白そうというか。あとやっぱり単純にすっぱりと抜けているのはありますよね。年月が。それは一緒だと思います。Bさんとか、Aさんとか、たぶんCさんもそうなんだと思いますけど。ある年月がすっぱり抜けているというのはずっとありますよね。それは今でも現在進行形かもしれない。それはわからないですけど。ちょっと今は曖昧な立ち位置なので、わからないですけど。

- F Bさんが20代すっぱり抜けていると言っていたけど。
- A 土台がない。
- F 土台がないと言っていたけど。なんかそういうのって、いろんなところで、いろんな人の、いろんな子たちの話を聞くと、そういう感じ。
- D ぼくは10代半ばから20代前半がすっきり抜けていますよね
- E Cさんはどうです？
- C そうですね。自分、20代半ばぐらいから30代半ばぐらいまですっぱり抜けていますけど。まあ、その頃やっぱり、ひきこもっていなかったら、どんな生活が出来たのだろうという思いはありますけど。というのがあるので、あまりひきこもって良かったというのは、まったくないですけど。まあでも、その前から、何というか、何かが、行事がなきゃ出かけないし、なきゃ家で遊んでいるだけだ、というのもあったしで。そこで、その前に仕事辞めて本当に開放された気分になって。どこにも出かけなくなって、家でずっと、というのがはじまりで、そこからずっと家にいたわけですけど。その時やっぱり、もっとすぐに再就職というか、出来ていたらなという思いもありますよね。うん。まあでも、そのあと居場所に行くようになってから、いろいろな人に会ったりして、そういうのがなかったら、会わなかったよねという人もいたりしたし。そこら辺はどうか、良かったのか悪かったのかというのはありますけど。
- F なんかほら、みんなわりと、どこかに繋がっているという、所属しているという、そういうのってのは、仕事辞めて、何か所属感よりも開放感というか、今ね。もうこれでどこにも行かなくてもよくて、家にいられるみたいな、一人暮らしで、全部自分が背負わなきゃというか、家事も何も全部引き受けなきゃなんないわけだけど、それでも開放感があって。所属するということよりもその方がなんか楽だったのかな。その時って
- C その時はそうですね。
- A なるほどと思っちゃった。
- C 一年でいろいろな短期間、職場をまわったので、ちょっと知り合っても別の所行って。あったので、また人間関係を最初からやり直し。ちょっと仲良くなったかなと思ったらまた別の所だったので、それをやらなくていいんだというのがあったりして。
- F Bさんはさ、ひきこもっているよりも、働いている方が楽というふうに言っていたけど、そうではない？
- C そうではないです。
- F ひきこもっているほうが楽？
- C それはぜんぜん。

- A 私も。私もさっきBさんの話を聞いてて、えー、私今でもひきこもってられるなと思ったけど。所属感というのって、持たされちゃっている。所属してなきゃいけないと言われてる感じだから。そこから開放されるという、私も仕事辞めたすぐは、「あ、今日会社に行かなくていいんだ」というそのほっと感は確かにあって。本当はね、また働かなきゃいけないし、という焦燥感みたいのも一個あるんだけど、行かなくていいんだという安堵感みたいな、開放感は確かにあったなと思い出して、いま。
- E Bさんって休みの日もすごい出かけてるですよ。だけど、例えば休みの日ぐらいはひきこもりたいわとか、完全ひきこもりじゃないんだけど、ちょっとそういう気持ちになったりもしないのかなと。もちろんアクティブだから。
- A 泳いでないと死んじゃうマグロみたいな。
- E そうだね。あれはマグロだね、たぶん。
- D 意識してそうならないように、ちょっと一日休んじゃうと、また前みたいな…。意識して避けてるんじゃないですか？
- F そういうのもあるかもね。あるかもしれないよ。うん。ある種そのことに対する恐怖みたいなのがね。確かにそうかもしれない。なんかさ、何だろう、皆の話を聞いていてもそうなんだけど、やっぱりさ、両面。表と裏がさ、常にこう錯綜しているというかさ。所属もあった方がいいんだけど、でもそこから開放されるというさ。その何ていうか、こう、さっきの高校出てさ、就職も何も実際決まっていな。その時には所属感欲しいと思ったわけじゃん。
- A 許されないんだもん。
- F 仕事終わって、辞めてぱっとあれした時には、開放されたさ。俺もよくそのアルバイトやって、もうこんなところ嫌だと思って、2〜3日でさ、無断で辞めちゃうというさ、その働いた分のお金もらいにも行けないで、辞めちゃうということ、何度も経験しているけど。でも、その時って気持ちいいんだよね。「はあ〜辞めた、もうあそこに行かなくていい」って思うさ、楽ちゃんの方が。「そんなこと言わないでね、3日働いたんだから、働いた分金もらってこいよ」というふうに兄貴に言われても絶対行かなかったもん。
- D 何歳ぐらいの時ですか？
- F え？
- D 何歳ぐらいのとき？(笑)
- F 10代。10代から20代のはじめぐらい。結構バイトをさ、いろいろこう、当たりハズレで。
- E Fさん、大丈夫ですか？面談が。
- F あとお願いします。相談の面談が入っているから、ちょっと戻ります。お疲れ様です。
- E お三方大丈夫ですかお時間。
- A Cさんは次が。
- C 6時まで。
- E 一個質問しそびれていて、相談というのを受けていたか。相談員みたいな。Zさんのあと、。Bさんがさっきカウンセラーがいてとか、医者がいて、要は個別の相談をしたり、診察をしたりする支援者というのは皆さんついていました？
- 一同 お疲れ様です、ありがとうございます。
- E もしついていたとしたら、どういう存在だったかというも、教えてもらえると嬉しいなと思います。
- A 個別の支援者？

- E そうですね、例えばFさんの相談とか、で受けていたら、Fさんてどんな存在だったのか。お父さんがいなくなったあとのほうが喋りやすいかもしれない？(笑)
- G 話をじっくりする相手ということであればいいのかなと。別に相談とかね、ということじゃなくて。そこが結構キー。
- A 私も使い分けじゃないですけど、病院の先生は病院の先生で。サポステではZさんで。そのあとZさんお辞めになっちゃったから、そのあと若者相談室で、VさんとかFさんに会って。ぜんぜんタイプが違う人達に出会っているの。アートのWさんとかにも会っていますけど。どんな存在…。すごく失礼な言い方をすると、あ、100%は伝わるわけではないんだからという諦めが出来た。話をして、伝わっていないなという傷つきとかもあるんですけど、それは当然だなという、ことも出来たというか。とくにお医者さんに関しては、私ひきこもる前にも、お医者さんいくつか自分でいろいろ探して行ってたんですけど、そこで本当に嫌な先生に会ってしまっていて、医者不信みたいなのも一回あってからのお医者さんだったので、最初からちょっと距離を置く感じだったんですけど。わりとなんだろな。今までの医者イメージが悪過ぎたおかげで、今も主治医で、行ってもらってますけど、あまり過度の期待をせずに、この距離感で付き合ってくれて有り難いなあと。ちょうどいい感じで付き合ってるかなあと。わかってもらおうわかってもらおう、というふうなことはしない。とりあえず、いろいろ、アレルギーの薬とかも出してくれる先生なので。心療内科・精神科だけど、花粉症の時期に花粉の薬くれたりとか。
- D いいですね。
- A あまり変に薬を増やしたり減らしたりとかしないというんですか？そういうのでちょうど、私のニーズに合った先生に出会えたので。医療としてはそうですね。サポステのZさんに関しては、お話していると、のどかな時間だと、私も午後から行ったりするので、お昼のあとだったりすると、「あ、眠いんだな」みたいな笑。最初はだから、久しぶりの外で、全くの他人と話してるときに、ああ、私の話きっとつまらない、こんなくだらない話をしてごめんなさい、みたいな思いもあったんですけど。だんだんそんなことを考えている自分も、違うなと。あ、Zさんてこういう人なんだなという感じがあったり。
- E まさに。
- A だって私がメガネをかけているのも、あれ、Aさんメガネかけてるんだ、似合うねと言われて。最初に会った時からかけているみたいな。(笑) ある意味私の中でいろいろなカルチャーショックを…。でもタイミングだったんだと思うんですけど。あ、そんなもんだなと思えたので、よかったというだけかもしれないですけど。本当にね、そういうのがあってからのVさんとFさんがまた強烈で。
- E そうだね、個性的な。
- A うまく言えないですけど。二人共ぜんぜん支援者じゃない方で。とくにVさんは、相談のブースでこんなパーティーの息苦しいところ嫌だよ、と言っちゃう人だったから。言っちゃうんだみたいな。僕もこんなことがあって、あんなことがあってねって、Vさんの方が喋っているみたいな。(笑) でもそれが、なんだろう、今まで、今日この2週間、よしこれを喋って、こうでこうでこういう風に伝えるんだという準備を打ち砕いてくれて。あ、相談ってこういうことじゃないんだって。2週間準備してるんだけど、2週間は自分で振り返っていて、相談に行った時に、そこで雑談のように話して、中で、なんか自分の中で引き出される、なんか感じる、揺れるものがあるって、それを家に帰るまでの道のりでじっくり味わって、また2週間過ごすという。話している時間が大事なんじゃなくて、前後がとても気持ちがいいものなんだ、という風なのが思えたので。型破りな人に出会えたので私はたまたま。良かったなというか。そうですね。そういうことに、じっく

り、人に出会えたので。相談の仕方を勉強出来たというか。こう使えばいいんだというのを学べた。人と話すとき。…存在ですかね。はい。

- E Dさんは？
- G 追加の質問が…。
- E あ、わかりました。
- D 僕はですね、相談というのは、主治医の先生と毎月話すぐらいで。とくになんか変わったことありますか、どうですかって、状態いいと思います、みたいな。そんなやり取りぐらいしかないんですけど。最初に精神科に行った時、初めてです、本人が来るのは初めてですって。だからそうなんだって感じはして。で、まあ、とくにこちらのことを否定もせず、現状のまま言い訳ないよねという感じで。否定も肯定もしない感じで。出すお薬も自分の、生活、睡眠のリズムがごちゃごちゃということ伝えてたら、睡眠薬を最低限だけ出してくれる感じで。そんなに変わらなかったの、継続して、8年ぐらい継続してたんですけど。もう最近ではとくに話すこともないので。お薬を出してもらっただけの人で。雑談したり。でもやっぱり8年ぐらい、経過を見てもらえているというのが、すごいあって。それはわりと大事なのかなと。
- A そうですね。
- D それ以外にとくに、サポステも一回行ったきりなので。あとはNPOでも。近くに居場所がオープンするにあたって、利用者は一回面談を受けなきゃいけないというので受けましたけど。それっきりで終わり。あまり相談というのは。もともと僕わりと自分のこと訴えたいという感じではないので。あまりそういうのがないので、それだけです。お医者さんと会うぐらいで。本当は相談したほうがいいのかもしれないんですけど。あまり話したいというか、自分のこと、わからないですよ。
- E 経過を見てて、知っている人がいるという、その存在感みたいなのはいいんですかね？
- D それはいいです。
- A 確かに担当がころころ変わられたら無理ですね。私もZさんが辞めるとなった時に、じゃあ担当変えますかって。いや知っている方ではあったんですけど。ジョブトレで会っている方だったけど。えっと、どうしようかなと思いましたが。長くサポステ通っていて、知っている人になるのに。あれなんでだろうな。その時はもうPSに行っていて、相談の内容が変わっていたというのもあって、VさんとかFさんに引き継いで貰っていたから、というもあるんですけど。じっくりその人というのが大事かもしれないですね。Fさんだって、私が相談室に初めて行った時のあの顔から知っているわけだから。もうどんな恥のかきようも、いまさら恥ずかしいこともないというか。知ってくれているから、安心してじゃあ、わかってきているから、じゃあ、「この仕事だったらいんじゃない？」「こういうのやってみたら」と言ってもらえるわけで。う～ん。それが大事ですかね。
- E 知ってくれている人だから、いろいろ言ってくれるのも入ってくるような感じもありますかね？
- A そうですね。信頼できるというか。逆にちゃんと反抗もできるというか。
- E なるほど。
- A 信じてもらえているし、信じているから。ちゃんと嫌だと言える。いい子にならないで済むという関係。
- E すごい大事ですね。CさんはFさん相談というのはして？
- C 継続相談は全くしていないんですけど。最初に居場所に行って、相談しに行くということで行って。その後はたまに居場所に行ったら、適当に来てくれみたいなことになって。一応話をしには行っていたんですけど。別に自分からそんなに相談ということもほとんどなく。もともと相談なんてして何になるという感じで行

っていたので。あと他にはFさん以外別に相談したことないですし。でも居場所行かなくなったら、とくに他に誰にも何もありません。

- E こっちの居場所に行ったら別にはFさんに話をするわけでは？
- C ふつうに世間話的なことで。それが相談に近いかもしれないですけど。それぐらいですかね。はい。
- D 定期的に会って、世間話をするだけでも相談なんじゃないかなと。
- A そうそう。Vさんそんな感じだったから。
- E Fさんについては、そんなにがっかりじゃないけど、ずっと経過を知っている人という、いま二人が言ったような感覚ってCさんにもありますか？
- C そうですね。うん。最初のころからずっと知っているということで。ひきこもりの頃から。
- A いないから、いないから。(笑)
- C 見守ってもらっているのかなという・・・。
- E うん。なるほど。そうなんですね。ちなみにFさんからの追加質問は？
- G 流れに合っていないんですけど。なんか怖いという言葉、結構出てたんで。何が怖いのか。怖いって何なんだろうみたいな、が追加で出てきたみたいなんですけど。
- C ちょっとトイレに。
- E どうぞどうぞ。そうだよ。長くなってきました。
- A 私もその後に行きたいと思います。
- E お菓子でもつまんで。
- D ありがとうございます。
- E 私つまんじゃおう。私これ好きだからつまんじゃおう。
- G 「あの時の怖い」とか、という話もあったし。
- A その段階段階で、怖いが違う怖いですよ、確かにね。一口にただ怖い、同じ怖いじゃなくて。いろんな怖いがあつた。今も怖いがありますからね。じゃああの時の怖いと今の怖いは何が違うんだろうとか、ということですよ。
- D 文字とおり恐怖というのがあつた。不安というのがありますよね。
- A 相談にはじめて行かなくやというか、行こうというか、行くとなつたときの怖さは、怒られるんじゃないかという怖さですね。なんか言われるんじゃないかというか、否定的なことを。まあ、自分をずっと否定して生活しているので。それが当たり前になつてしまっているから。行つても、その先で何をどう突っ込まれて怒られるんだろうみたいな怖さ…、ですかね。この時代の空白だった、抜け落ちていって、私はひきこもっているときは、ぐちゃぐちなものが詰まっている時間だと思つていて。抜け落ちていっているというのは、履歴書的に抜け落ちていっているんですよ。世間的な所属から抜け落ちている空白という意味での不安定さの怖さというのであれば、またなんか抜け落ちていっている、空白と言つても、何にもないというのは、社会が何にもないよねと言われるから、社会から言われる空白であつて、自分の中ではみっちり詰まっちゃっているから。そのギャップの怖いかもしれない。他人の目の怖さですね。評価される怖さ。
- E お二人は怖い？
- D やっぱり変化に対してのものかな、怖いというのは。やっぱり変化がほとんどない生活なんです。それが覆される可能性があることに対して、不安というか怖いというか。そういうことなのかなと。変化に対してだと思つた。
- C 僕ですか？

- E いいですか。
- C 相談補助員というのをやっけていながらちょっと、みんなの前で話すのはあんまり、ですかね。
- E なんか人の目って。。
- C 評価されるみたいなの。
- D 僕の場合、ある時期から、どうでもよくなってきました。
- A 吹っ切れたなんかあるんですか？
- D きっかけとかないですけど、別にいいじゃない、別に。どこにでもいるひきこもりのおっさんだよ僕は、という。別にいいよそれでって。そう思えました。
- A ひきこもる前と、ひきこもって、出てきて、何年かこういる自分の違いは、たぶん、恥かいてもいいやと思えるようになっている。
- D それはありますね。
- A 居場所でのやり取りとかの中で、年齢がいろいろ違う中で、出来ないことがあっても、甘えられるとか、相談するとか、なんか、あ、許される、あ、笑って済ませるとか。恥がかけるようになったというのは居場所では大きかったかもしれないです。実年齢で言ったら、私その居場所で最年長だったので、一番ちゃんとしてやりきってないんじゃないかなと、世間的に思われるその年齢で出来てないんじゃないだろうこととかみたいなのを、自分の中で設定していたものがすごくあったんだろうと思うんです。それを何なんだかわからないですけど、自然に崩れた場所だったんですよ。すごく楽になれて。自分を笑い飛ばせるというよりは、出来ないことは出来ないと言える。助けて、これ出来ないから一緒にやると言える、こんな楽だったんだ、という。そういう意味ではそこは怖くなくなった。今まではそれが怖かった。言えずにいたんだなど。振り返ると、学生時代とかに、テスト前とかに、「これが出来ないから教えて」とか言っても、「え～出来るでしょ」みたいな。本当の自分の、数学でも赤点取っているような自分なのに、「いやいや、ほらほら、見てみて、赤点取っているんだよ。だから教えてよ」とは言えなかったんですよ。勝手にまわりが出来ている子で思われてる、それを自分で剥がせなくて、恥かきから。教えてほしいけど、赤点は言えない。だから、自分で恥かきなかつたんだあって。出来てないやいけなくて。そこから外れる怖さ。
- D 周囲から勝手に出来ている子だと思われていたというのは、ぼくも心当たりがあって。ぼくの場合は中学で終わりなんですけど。そういうの嫌ですよ。
- E いま聞いていたら、真面目に考えていて。よくひきこもり支援で、例えば中高年のひきこもりを支援しようみたいなことになったときに。本人が困っていないというのが、一番支援が大変だとか言ったりしているんですよ。でもなんかこう、皆さんの話を聞いていると、自分の中でこの情報が来たから行ってみようとか、親の手前行ってみようもあったかもしれないし。いつかこのままじゃいけないなってどこかに何か持っていたような気がして。それってこう、あまり困っていないひきこもりの人と、自分たちが違うのか、それとも、もしかしたら表面上は、傍から見たらそういう風に見えるのかもしれない。何か別に何も困らずひきこもってましたという、なんかそういう感じに見えていたのかもしれない。よく言われるところの、ひきこもっているんだけど、本人は困ってなくて、まわりが困っている、なんて言われ方をして、それと皆さんのお話との間にはかなりギャップがあるような感じがしたんですけど、それってどう思われますか？率直に。
- D やはり、そこが一番すごく、悩ましい問題だなということだと思うんですけど。正直わからないです僕。
- E 自分の中ではどこか困って、何とかしたいという思いがやはりありました？

- D 本人、当人がそういう時期にあるか、そういうタイミングにあるか、そういう気持ちにあるかという。そこで支援する側も受ける側も、なんか決まるような気がするんですけど。それが漠然と、それぐらいしか漠然と出てくるのがなくて。それぐらいしかわからないですね。ちょっとそれすらもどうかかわからないんですけど
- A 何に困っているかという。
- D ああ、それですね。
- A 困り感というのは捉え方が違うのかもしれないです。ひきこもっていることが問題だとされる、人と繋がっていないことが問題だって、まわりは思っているから、困っているだろう、繋がれなくて困っているだろう、なのかもしれないけど。本人は繋がれていなくてもいいや。
- D 世の中にはたぶん人と繋がりが。
- A わりと1人で生きていることに抵抗がなければ、適度に収入があって、適度に外に出れていれば、確かに本人は困っていないですよ。
- G 食べものもあれば、本当に何も困っていないと思っているなら。
- A それが安定している形の人もあるかもしれない。必ずしも誰かと繋がらなきゃとか、所属しなきゃという焦燥感を持っていない人もいるのかもしれないし。どこかで諦めたのかもしれないし、捨てたとか、なのかもしれないんですけど。私は逃げたかったので、あの関係から。そういう困り感だったから。人と繋がりたいというよりは、この関係から逃げる、あともうぐちゃぐちゃで、経済的にもうどうにもならないから、じゃあやっぱり自分で、という困り感が、襲ってきたら、自分の中から。Cさんが言ったように、衣食住揃ってれば困らないよね、という人も確かにいるんだよねきっと。
- E 継続的に居場所通い始めたときは、少しは困っていたということなんですか？
- C そうですよ、このままだと将来まずいなというのがあって。
- E 将来まずいなというのが。
- C そうなのは思っていたので。その前から思っていましたけど。
- A 突っ込んで聞いていいですか？ 将来まずいというのは、どうまずくなっちゃう？
- C 親が死んだら。
- E 家賃とか？
- C 家賃とか。
- A 経済的にまずい？
- C 経済的にまずい。
- A 孤立して寂しくてまずいの？
- C それは別に。
- A そっちは平気なんだ(笑)
- E どちらかと言うとお金、お金かなみたいなね。
- C お金。
- A 割り切れちゃう人は、それこそ生活保護があるからとか、慣れちゃえば、ひきこもっている事自体は困っていない人がたくさんいるかもしれないですね。
- E そうですよ。ありがとうございます。
- G 逃げたいというのもひとつの困りごとというか。そうなんだよね。
- A この環境、この関係から逃げたい。
- E でもそうすると、ひきこもりというのは、それに対するひとつの、うん、解決策だったわけですよ？

- D 世捨て人みたいな感じで、みんながみんな、脱したい人は多いでしょうけど、100%ではないんじゃないかという。
- E それで言うと、Cさんの、将来お金どうしようみたいなところさえ、あと割り切れちゃえば。
- C まあ、お金だけでもないんですけど、やっぱり。このまま年とっていくというのがやっぱり不安だし。自分は何をやっているんだという思いもあったし。
- E でも聞いていると、自分自身が思っている困り感と、まわりの困り感が一致しないみたいなところが結構あるのかもしれないですね。ありがとうございます。最後に健康度。今の健康度。何点ぐらいかなあ？
- D 点数ですか…。
- E 100を満点とすると、何点ぐらいですかね。
- A 点数むずかしいですね。
- D まず大きい病気をしていなくて、こうして出かけられる。
- A マイナスになっちゃう時も、日もあるし。100点はないですね、とにかく。
- E ここ一週間ぐらいで平均してみたらどうですか？
- A 平均点ですか(笑)
- E 平均点ぐらいで。
- D ただ本格的に瀕死に人のこと考えると、そんな低い点数をつけられない。
- A そうなんです。点数つけるってなるとやっぱり対象を、他のこの人に比べたら、あの人に比べたらが出ちゃうので、だから…。
- D 相対になっちゃうんですね。
- A 過去の自分と、という感じですかね。こもっていた頃を…、でもこもっていた頃、もうマイナス何点なのかわからないぐらい。
- D 自分自身の…。
- A 自分自身の流れの中での…
- D 絶対評価ですからね。
- G 感覚的にいきましようか。
- A ね。あの…、ほどほどに元気ないです。
- D 60点。
- E Dさん60点。
- A 点数出た。ああ、60、ほどほどですね。なるほど。
- D 半分以上、かな、でもそんなでもないです、みたいな感じです。
- C 70で。
- E 70ぐらい。
- A 私も50、60点かな。ほどほどに元気がないというか。100目指していない。
- G でもなんかいま聞いていて、それがいいというか。そういう意味では。
- A そういう意味では100。そうかもしれないですね。
- G そうそう。そういう感じがした。自分らしいというか。
- A はい。
- E じゃあ、皆さん、質問は以上でございます。本当にお付き合いいただいて、ありがとうございました。3時間の長丁場になりましたが、ありがとうございました。大変良い時間になりました。

**生活困窮者自立相談支援事業における中高年ひきこもり者とその家族への  
効果的な支援に関する研究 報告書**

※厚生労働省「平成 28 年度生活困窮者就労準備支援事業費等補助金 社会福祉推進事業」

発行日：平成29年3月31日

発行：一般社団法人インクルージョンネットかながわ

〒247-0056 神奈川県鎌倉市大船1-23- 19 秀和第5ビル3階B

事務局 電話：0467-47- 9291

FAX：0467-47- 9290

相談 電話：0467-46- 2119

本報告書の文章、写真等の無断転写・転載を禁じます