

はじめて学ぶ シリーズ① ひきこもりの基本的理解

福井県総合福祉相談所
精神保健福祉課
ひきこもり地域支援センター
栗津 智真

1

福井県総合福祉相談所(福井県ひきこもり地域支援センター) 福井市光陽

体制:職員3名(内コーディネーター2名)

- ・電話相談
- ・来所面談
- ・親の会(学習会)(月1回)
- ・フリースペース(本人)(週2日)
- ・女子会
- ・支援者向け研修会、保護者向け講演会



- 令和2年4月～ 嶺南サテライト(若狭健康福祉センター内)
- ・相談(電話、来所)
- ・親の会(学習会)(月2回 小浜&敦賀)
- ・フリースペース(週1日)

2

本日の流れ

- 1 DVD ドラマ「カンパニユラの夢」上映(約35分)
 - ・ひきこもりとは、どんなものか
誰でもなりうるもの。決して、特別な人だけではない。
 - ・家族の悩み
 - ・ひきこもりからの回復に必要な親のかかわり
 - ・ひきこもりの方のご家族に、地域住民は何ができるか
- 2 ひきこもりの概要
- 3 質疑応答(約10分)

3

本日の流れ

- 1 DVD ドラマ「カンパニユラの夢」上映(約35分)
 - ・ひきこもりとは、どんなものか
誰でもなりうるもの。決して、特別な人だけではない。
 - ・家族の悩み
 - ・ひきこもりからの回復に必要な親のかかわり
 - ・ひきこもりの方のご家族に、地域住民は何ができるか
- 2 ひきこもりの概要
- 3 質疑応答(約10分)

4

ひきこもりの 概要

1 ひきこもりと言っても様々

- ・部屋からほとんど出ない。家族とも話さない。
- ・部屋から出る。家からほとんど出ない。
- ・コンビニ等には行く。ほとんど自宅。
- ・趣味の用事の時だけは外出。

2 定義 約6か月以上続く状態 (2010年ガイドライン)

5

ひきこもりの 概要

3 ひきこもり支援ハンドブック

～寄り添うための羅針盤～について

- ・2025年1月
約15年ぶりに国から新しい指針が示される

※ポイント

多様性・多義性を重要視
医療モデルから(加え)、社会モデルへ
積極的に(ひきこもりの)定義をしない
→定義ではなく、支援対象者として明記

6

ひきこもりの概要

4 ひきこもり支援の支援対象者

- ・社会的に孤立し、孤独を感じている状態にある人や、様々な生きづらさを抱えている状態の本人(それぞれ一人ひとりの状況は違う)やその家族。

<具体的には>

- ★何らかの生きづらさを抱え生活上の困難を感じている状態。
- ★家族を含む他者との交流が限定的(希薄)な状態。
- ★支援を必要とする状態。

7

ひきこもりの概要

ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～より

ひきこもり支援の「指針」の特徴と推移

10代・20代を中心とした「ひきこもり」をめぐる地域精神保健活動のガイドライン(2001) ①	ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン(2010) ②
「ひきこもり」はさまざまな要因によって社会的な参加の場がせばまり、就労や就学などの自宅以外での生活の場が長期にわたって失われている状態のことをさします。これは、なにも特別な現象ではありません。何らかの理由で、周囲の環境に適応できなくなった時に、ひきこもるということがありえるのです。このような「ひきこもり」のなかには、生物学的な要因が強く関与して、適応に困難を感じ「ひきこもり」をはじめたという見方をすると理解しやすい状態もあります。逆に環境の側にも強いストレスがあって、「ひきこもり」という状態におちいっている。と考えた方が理解しやすい状態もあります。つまり、「ひきこもり」とは、病名ではなく、ましてや単一の疾患ではありません。また、「いじめのせい」「家族関係のせい」「病気のせい」と一つの原因で「ひきこもり」が生じるわけでもありません。生物学的要因、心理的要因、社会的要因などが、さまざまな形で合せて、「ひきこもり」という現象を生むのです。ひきこもることによって、強いストレスをさけ、仮の安定を得ている。しかし同時に、そこから離れられなくなっている。「ひきこもり」は、そのような特徴のある、多様性を持ったメンタルヘルズ(精神的健康)に関する問題ということができましよう。	様々な要因の結果として社会的参加(義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交友など)を回避し、原則的には6か月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態(他者と交わらない形での外出をしてもよい)を指す現象概念 ^① と定義(概ね従来通り)。なおひきこもりは、「原則として統合失調症の陽性あるいは陰性症状に基づくひきこもり状態とは一線を画した非精神病的な現象とするが、実際には確定診断がなされる前の統合失調症が含まれている可能性は低いことに留意すべきである。(略)現に支援を必要としている、精神保健・福祉・医療の支援対象者としてのひきこもり」のことです。
【2つのガイドラインの共通点と特徴、そして課題】 当時の社会状況及び時代背景の影響を受けて、「ひきこもり」は現象概念であるとともに、精神保健・福祉・医療の支援対象であるという理解がされている。 ①次に当てはまらない本人の存在というひきこもりの多様性、並びにひきこもりは個別的で多義性がある。そのため「医療モデル」に加えて、および援助・支援に共通する有効な「社会モデル」が求められている。 →「ハンドブック」2025.4.1~	

8

7

8

ひきこもりの概要(全国)

5 15歳～64歳 ※内閣府調査2022

- ・全国 約146万人 (5年前115万人)
※コロナの影響、40～64歳まで女性が52.3%、50人に1人
- ・人口に対するひきこもりの割合
15～39歳=2.05(1.57)% 40～64歳=2.02(1.45)%
- ・生涯で一度はひきこもり経験がある割合=1.2% (2010)
- ・総世帯の0.5%(25万5千世帯)

9

ひきこもりの概要(福井県)

6 県内の状況

- ・県内 15～64歳 約 8270人(推計)
- ・不登校 小中学生 約 1400人(R4推計)

※推計は、R4.10.1現在の福井県推計人口を使用

10

ひきこもりの概要

7 県の相談機関

ひきこもり



福井県
ひきこもり地域
支援センター

不登校



福井県
・教育総合研究所
・嶺南教育事務所

11

ひきこもりの概要

8 市 町 (ひきこもり相談窓口)

R1.9全市町窓口設置

福井市	敦賀市	小浜市	大野市	勝山市	鯖江市
福祉政策課 福祉総合相談室 よりそい	地域福祉課	地域福祉課	福祉課	福祉課	福祉総合相談室
あわら市	越前市	坂井市	永平寺町	池田町	南越前町
福祉まるごと相談室	福祉総合相談室	福祉総合相談課	福祉保健課	保健福祉課	保健福祉課
越前町	美浜町	高浜町	おおい町	若狭町	
障がい生活課	健康福祉課	保健福祉課	すこやか健康課	子育て支援課	

12

ひきこもりの概要

9 原因、きっかけ

いじめ 学校や職場の人間関係、受験就職の失敗、失業、病気、親子関係

- ・原因となることがあってすぐにひきこもるわけではない
- ・長い時間、我慢して耐え続ける
- ・どうしても我慢できなくなって、、、

朝起きれない・誰とも話したくない
そんな気持ちになってしまうケースがよくあります。

- ・複数の要因が重なっている、はっきりしないケースも多い。

13

ひきこもりの概要

10 ニートとは

(Not in Education, Employment or Training, NEET)

- ・イギリスで出来た言葉
- ・就学・就労していない、また職業訓練も受けていないことを意味する
- ・15歳～34歳までの非労働力人口のうち通学・家事を行っていない者
- ・「若年無業者」と呼称している。

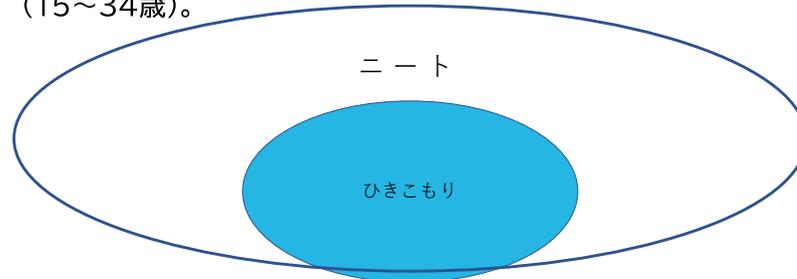
参考:ウィキペディア

14

ひきこもりの概要

11 ひきこもりはニートに含まれる(ほぼ)

家族以外との人間関係を持たずに自宅にひきこもっていて、就学・就労・職業訓練をしていなければニートともカウントされる(15～34歳)。



15

皆さんにお願いしたいこと

1 ひきこもり、不登校について、正しい理解を

(ドラマの中で)

- ・息子さんがね・・・あれよ。働いてないみたいなの。もう10年以上。親御さんの年金を当てにして。大変よね。
- ・心配よね。気をつけて。事件とか、そういうのあるとあって、聞くから。

- 決して悪いこと。恥ずかしいことではない。
- 様々な原因が重なって心のエネルギーがなくなる。
- 心が弱い人だけがなること？
- どんな人でもなりうること。(社交的な人、リーダー的な人でも)

16

皆さんにお願いしたいこと

2 ひきこもり、不登校について、正しい理解を

- 周りにいる家族、親がなかなか受け入れられない。
- 「甘えているんじゃないか?」「怠けているんじゃないか?」
- 家族や周りの人が、誤った対応(指示、命令、叱咤激励、正論)をすると逃れにくく、長期化。
- ゆっくり休ませることが大切だけど、いつまで続くのか不安。
- おそらく、多くの家族は同じ様な行動をとる
(決して特別な家だけのことではない)。

17

皆さんにお願いしたいこと

3 ひきこもりがちな方のいると思われる親御さんに何が出来るか

- 他県のひきこもり調査(民生委員の方の声)
 - ・隣近所の関りが薄れ、知らないことが多い。また、知られたくないことは相当親しい間でも打ち明けようとしない。ふとしたことで困り事を知っても声をかけるのが悪い気がして、踏み出せない。
 - ・近所なので、かえって声をかけにくい。
 - ・家族の方から 大丈夫 と言われてしまうと、何もできない。
 - ・民生委員の活動対象が主に高齢者なので、若い人の実態はなかなか分からない。

18

皆さんにお願いしたいこと

3 ひきこもりがちな方のいると思われる親御さんに何が出来るか

- ・無理に聞き出そうとしない。日頃の世間話の中で、余程、信頼関係があれば、話してくれるかも。
- ・リーフレット(相談窓口、親の会、フリースペース)
- ・情報を伝えることは、難しい。「余計な心配しないでください!」
- ・回覧板(当たり障りが少ない)
- ・もし、話をしてくれたら、「よかったら、一緒に親の会、相談機関に行きませんか。」でも、慌てない。急がない。

19

ホームページ

○福井県ひきこもり・不登校支援情報サイト

- ・相談窓口(県、市町)、県内学習会(親の会)、フリースペース、SNS相談先等の情報掲載



県内の学習会(親の会)、フリースペース

- ・近年、県内の学習会(親の会)、フリースペースが増加

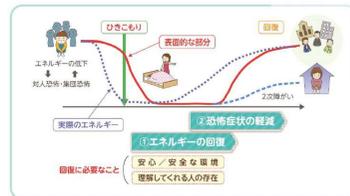
	学習会(親の会)	フリースペース
福井・坂井	やよい会、ほっこりの会、不登校・ひきこもり回復学習会	福井スコール、フリースペースここ、フリースペースきずな、フリースペースこむふく、福インクル学園
丹南	ぬくもりの会、いっぽの会	フリースペースいっぽ(鯖江、武生)
敦賀・美浜	敦賀親の会、カラフル不登校カフェ、はじめの一歩	若狭子ども・若者サポートセンター、美浜ふりーすくーる、マイプレイス Tsubomi
小浜	育つ会	

20

家庭支援(親支援 伝えていること)

- ・子どもの心をゆっくり休ませる。
 - ・仕事、学校に行くように言わない。
 - ・正論、指示命令、叱咤激励をしない。
 - ・「そう」「そうなんだね」挨拶、声掛け
 - ・やりたいことを認め、応援する。
 - ・先回りをしない。アドバイスは慎む。
 - ・子どもの気持ちを感じ取るように心がける。
 - ・子どもが「自分は幸せだ」と感じる人生を。
-
- ・親は家族会、相談に参加。続ける。
 - ・あきらめない。遅すぎることはない。
 - ・親自身が楽しめる何かを見つける。

ひきこもり・不登校からの回復の経過



アンケート用QRコード



本日中にご回答ください 🐞