

## IV 「ひきこもり当事者調査」を振り返って

### 1. 調査を通じて見えてきたこと

#### ① 誰でも“ひきこもり”になる可能性がある

今回、調査対象となった10人のうち、「小中学校の義務教育期間まで不登校ではなかった」という人は5人であった。高校や大学までは勉強や部活動を行い、ごく普通に生活していた人が、就職活動や職場での人間関係等の問題につまずき、自宅にひきこもってしまうというケースも見られた。

ひきこもりについては、家庭環境や本人の甘え、精神疾患等、様々な要因が指摘されるが、現代社会においては決して特別なことではなく、誰もがひきこもりになる可能性があるということが示唆される。

#### ②ひきこもり期間の当事者の気持ちと親の役割

我が子が不登校やひきこもりの状況になると、多くの親は混乱し、子どもに対して叱責したり、「学校に行きなさい」、「就職しなさい」と促したりする。一方、当事者の気持ちとしては、ひきこもりの状況に満足している訳ではなく、将来に対する不安や親に対して申し訳ない気持ちを抱えている人が多いが、親から干渉や叱責を受けると精神的なストレスがますます増長していた。今回の調査では、本人の気持ちが落ち着いていない時期に相談機関等につなげようとしても逆効果であり、支援のタイミングの見極めが重要であるということが把握できた。親は、支援機関につながり第三者の助言を受けながら、子どもの気持ちの変化や状況を見守り、行動化のタイミングを見逃さないことが大切である。

#### ③支援機関とのつながりと意義

調査対象者のひきこもりの原因は様々であるが、共通して「対人関係が苦手」「自己肯定感が低い」「初対面の人と話すのが苦手」等の発言がみられた。小学生の時から不登校の人もおり、生活体験の乏しさや人間関係の狭さがうかがえるが、支援機関とつながった後、グループ活動等を通じて人との関わり方や距離のとり方を学べたという人が多い。支援の導入期は不安を感じる当事者もいるが、支援者との信頼関係を築きながら、少しずつ社会と関わっていくことが必要である。

#### ④義務教育段階からの途切れ・隙間のない支援と関係機関の連携の必要性

義務教育段階での不登校児童・生徒の情報は学校や教育委員会で把握できているが、中学卒業時に進路未決定の生徒や、中学卒業後にひきこもりになってしまった人の情報は把握が難しいため、支援につながりにくい。義務教育段階において、通信制高校や様々な支援機関等の社会資源について情報提供し、途切れ・隙間のないサポートを図っていくことが大切である。また、ひきこもりの予防、早期発見・早期支援の観点から、保健所だけで

はなく、医療、福祉、学校教育、子育て支援、地域等、様々な組織と連携を図りながら、多面的に取り組んでいくことが必要である。

## **2. 今後のひきこもり支援に向けて**

### **①心の健康づくりやひきこもりの問題に関する啓発**

ストレスの多い現代社会において、心の健康づくりの重要性が指摘されており、学校や職場においてもメンタルヘルスの取り組みが一層強化されている。広く市民に対して心の健康に関する啓発を行い、心の病気についての知識やストレスへの対処方法、相談支援機関の情報等を提供することが大切である。ひきこもりについても、「決して特別なことではなく、すべての人にとって身近な問題である」と伝えることで、ひきこもりへの正しい理解や地域での見守りにつながることが期待される。

### **②ひきこもりの支援に関する情報提供**

ひきこもりへの支援に関して、様々な相談窓口や支援機関があるが、必要な人に必要な情報が十分に届いていないと考えられる。ひきこもっている本人は混乱や不安を抱えた状態であり、支援機関について調べる余裕がないことが多い。家族へのきめ細かな支援が本人の安定や回復につながる可能性があるため、様々な媒体を通じて家族に情報を提供し、早期発見、早期支援につなげていくことが必要である。

### **③子育て支援、学校教育現場へのフィードバック**

ひきこもりの若者にみられる生活体験の乏しさや自己肯定感の低さ等について、現在子育て支援や学校教育に携わっている関係機関等に伝え、それぞれの事業・活動に反映することにより、ひきこもりの予防につながることが考えられる。

また不登校の子ども達については、義務教育終了後の状況を把握することが難しくなるため小中学校との情報共有が大切であり、義務教育段階から支援機関と連携していくことが重要である。

### **④支援のノウハウやデータの蓄積、活用**

町田市保健所では、これまで親グループ及び本人グループの活動支援、訪問相談支援等のひきこもり支援を行ってきた。これまでの活動は、組織として困難ケースの検討、調整を重ねながらも、保健師等の専門職がそれぞれ個別に担当ケースに対応してきた。

今後の支援においては、「面接シートのフォーマット統一」、「対応ケースの一元化（データベース化）」、「困難ケースに係るケースマネジメント会議の定期的な実施」等により、支援活動において獲得された知見やノウハウ、社会資源の情報等を、組織として共有し、活用することが期待される。また蓄積されたケースを詳細に分析することにより、対象者の特性等が把握でき、今後の支援活動の展開につなげることが可能となる。

## **⑤地域ネットワークの構築**

ひきこもりの当事者や家族を早期に発見し、社会的自立に向けた支援につなげるには、医療、福祉、学校教育、子育て支援、就労支援、生活保護、地域等、様々な組織と連携して横断的なネットワークを構築することが重要である。これは、会議等を新たに立ち上げるということではない。既存の会議（町田市保健所においては「ひきこもりネットワーク会議」）に、様々な関係機関から参加してもらうことにより、より重層的な支援が期待できる。

また保健所から既存の会議（民生委員・児童委員の会議、市内小中学校の学校長の会議、医師会の会議、商工関係者の会議等）に積極的に出向き、情報交換を行うことも重要である。

「ひきこもり支援」というテーマを入口にして、地域の中で小さなつながりを重ねていく中で、町田市の子ども・若者を社会全体で見守り、育む機運を醸成していくことが求められている。