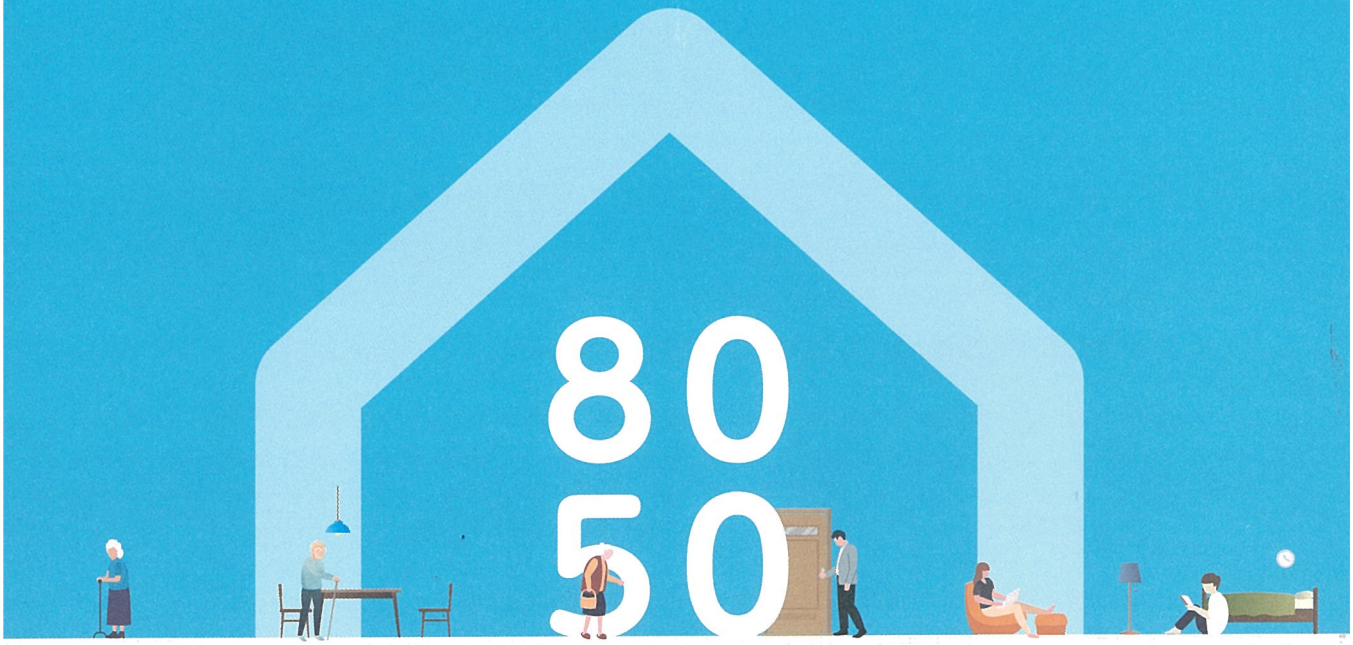
「80・50問題」って？

こどもの自立に悩む親御さんと共に



問題

に、
とりくんでみました。

一般財団法人若者自立就労支援協会

助成：WAM助成（社会福祉振興助成事業）

令和２年度　独立行政法人福祉医療機構　社会福祉振興助成事業

若者に
笑いと尊厳をの

K2グループが 8050問題に とりくんでみました

「8050問題」という言葉をご存じですか?

「80」代の親が「50」代の子どもの生活を支えるという問題です。

背景にあるのは子どもの「ひきこもり」「不就労」などの長期化です。

引きこもりという言葉が社会に出始める様になった1980年代〜90年代は若者の問題とされていましたが、約30年が経ち、当時の若者が40代、50代その親が70代、80代となっています。

こうした親子が社会的に孤立し、生活が立ち行かなくなる深刻なケースも目立ち始めています。

8050問題について取り組むと共に、「8050」予防として「7040」、「6030」での備え・取り組みをしていきたいと考えます。

この冊子の目的

本財団は、1989年から横浜の根岸を拠点として、不登校、引きこもり、非行、家庭内暴力、依存症等若者にかかわる様々な問題と向き合い、「生活」と「就労」の二面から、生きづらさを抱えた若者たちに対して、包括的な支援を行ってきたK2グループとK2グループの活動に子どもを託している親の集まりである「K2親の会」が主となって設立しました。

不登校・引きこもりの10代、20代が中心だった活動から30年が経ちましたが、思春期の一時期を一緒に過ごし、社会に出ていく人もいれば、生きづらさを抱えながら共に過ごしている人もいます。また、30代、40代から病気や様々な理由で引きこもりになる若者も増えています。

私たちにとって8050問題は新しい社会問題ではなく、不登校からずっとつながっている問題だと考えています。2020年から2021年にかけて、この問題について3つのプロジェクトを実施しました。ここでは、その一部をご紹介し、まだどこに相談に行けばよいか迷っている方、不安を抱えて悩んでいる方、また地域で見守る立場の方に手に取っていただき、必要な支援につながるきっかけになればと思っています。

目次

ひきこもりや不就労の子どもを持つ親御さんの悩みとは? どのように支援につながればよいのか? …… 2

8050問題を考えるセミナー …… 3

❶ 8050問題を知る ＜ 講師：宮本みち子氏 ＞

❷ 8050問題と支援制度 ＜ 講師：巻口徹氏 ＞

❸ 8050問題と介護について ＜ 講師：木内菜穂子氏 ＞

❹ 8050問題とお金について考える ＜ 講師：相川裕里子氏 ＞

ピアサポートカフェについて …… 8

参加者の声　1〜3 …… 9

参加者のアンケートから …… 12

支援窓口のご紹介 …… 13

ひきこもりや不就労の子どもを持つ親御さんの悩みとは？どのように支援につながればよいのか？

ひきこもりや不就労の子どもを持つ親御さんの段階別の悩みと取り組み

	課題認識	対処法	資源の活用	継続
親御さんの悩み	子どもとの**コミュニケーション**がうまくとれてない。 どうして**ひきこもる**のか（働かないのか）わからない	どこに**相談**したらいいかわからない どんな**支援**があるのかわからない	必要な**アドバイス**がもらえない 良い**支援者**と出会えない	**老後・介護**の問題 **金銭的**な問題 親自身の精神的な**不安**
社会の対応と課題	● ひきこもりは家族の問題・責任とされている ● 親子の課題を一緒に支援してくれない ● 8050問題の予防のために、早期介入はしてくれない	● 相談窓口がわかりづらい ● 必要な情報が当事者に届いていない ● 窓口となる人の知識不足	● リードできる支援者が不足している ● 適切な支援機関がすくない ● 経験者の話が聴ける場がない	● 継続して関われるコミュニティーがない ● つながり続けるための社会資源がない
今回の事業でとりくんだこと	冊子	セミナー	セミナー	ピアサポートカフェ・居場所

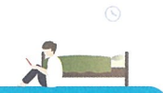
この事業の取り組みと目標

ひきこもり・不就労の子どもを持つ「保護者」や支援者

- 冊子づくり → より多くの人が正しい知識と情報を得る
- セミナー → 8050問題について学び必要な知識を得る
- ピアサポートカフェ居場所 → 同じような経験をもつ人との会話・居場所 → 不安の軽減、希望がもてる

→ 適切な支援につながることができる → **8050問題の予防**

8050問題を考えるセミナー



8050問題を考えるセミナー　① 8050問題を知る

「 8050問題の背景にある社会課題を考える～若者のアンダークラス化を防ぐために～ 」

講師：放送大学名誉教授　宮本みち子氏

今、日本では「支援を受ける側」の高齢者が増加すると同時に、「支援をする年齢層」の若年層に支援を必要とする人が増えている状況があります。
支援が必要な人たちを放置するのではなく、必要なサポートを受けながらでも、社会と繋がり支援をする側に立つ人を増やしていく必要があります。
では、なぜそのような状況になっているのでしょうか？

◆ミッシングワーカー　消えた求職者

リーマンショック以降、非婚・非正規・女性・中年期にあたる人たちのなかに、ミッシングワーカーが増えています。ミッシングワーカーとは、消えた求職者。つまり働くことを諦めている人々のことです。求職者の登録をしていないため、統計上失業者にカウントされていません。そのため、この人たちの数字は今現在の失業率に反映されないのです。ミッシングワーカーは先進国共通の現象のようですが、日本においても例外なく深刻化しています。

◆非正規の女性の問題

さらに非正規の独身女性たちの問題があります。コロナ以前から未婚の女性の非正規雇用の割合は上昇傾向にあり、しかも中年期に及んでいます。調査では「仕事」「老後の生活」「健康」「家族の世話・介護」「独身であること」などが現在の悩みや不安として挙がっています。
さらに2020年初頭から始まったコロナ禍に於いて、すでに6月の非正規労働者数は前年同月比で104万人減。女性がそのうち6割を占めています。特に中年前期に相当する35歳～44歳の女性が25万人減。最も大きな減少率でした。コロナ禍中で子どもの在宅時間が増え離職せざるを得なかった人、売上が大幅に減少したサービス業に従事していたため解雇された人。いつ終わるともしれないコロナ禍は、彼女たちのアンダークラス化（下層化）を加速させています。

◆共生保障という解決方法を考える

この事態を打開するために、何が必要なのでしょうか。
政治学者の宮本太郎氏によると、この超高齢者社会を支える側の現役世代の多くが、複合的な困難を抱え、経済的に弱体化し、支え手としての役割を果たせない局面に来ている。このような人々を支援し、「支え合い」を支えることに公的な制度の課題を定めていくなら、新たな展望も開けると提言しています。これが、共生保障という考え方です（宮本太郎著『共生保障〈支え合い〉の戦略』岩波新書、2017年）。
今の社会状況では、ひきこもりをはじめとする生活の諸課題が、本人やその家庭の自己責任として捉えられ、放置されがちです。これでは孤立し困窮する人が増えていくのは当然です。解決できない原因は社会という環境の側にこそ存在しているのです。当事者やその家庭は、「仕事」「衣食住」「社会参加」「関係性の構築」などの不足に悩んでいます。その解決に向けて社会が動き、また当事者自身が主体的に関与できる仕組みが「共生保障」です。個々の生活の質を高める新しい公共性の実現をめざすことが必要です。

◆生き延びるためのコミュニティ形成

『共生保障』の中で宮本太郎氏は、持続性のあるコミュニティの枠組みとして、生きがたさをもつ中高年世代たちでも生きられるコミュニティを作ることが求められていると語っています。

愛知県豊中市の取り組みのように、初めからフルタイムで就労が難しい人でも、行政のサポート例えば企業見学・就労後のサポートなどの丁寧な出口支援があれば、人手不足の企業とマッチングして雇用の希望が双方叶うという好例もあります。社会的企業の普及や、新たな住宅政策も想定されます。
具体的な手立てとしては、市民活動を育て、地域課題への取り組みを行うNPOを担い手にすることは重要です。また、企業内での市民活動を発展させる取り組みなどが考えられます。

8050問題を考えるセミナー　② 8050問題と支援制度

「8050問題と生活困窮者自立支援制度」

講師：公益財団法人よこはまユース 常務理事・事務局長 / 前横浜市健康福祉局生活福祉部長　巻口　徹氏

8050問題ということで、ひきこもりのご家庭の懸念事項となる可能性の高い、経済的な不安に焦点を当て、3つのテーマからお話します。生活保護制度の基礎知識、生活困窮者自立支援制度の概要、8050問題への対応についてです。

1.生活保護制度の基礎知識

まずは生活保護制度に関する質問をします。「働ける人」「ホームレス」「扶養能力のある親族がいる人」「借金がある人」「持ち家のある人」は保護を受けられないのでしょうか?
答えはそのすべてが×です。世間ではまだまだ誤解されていますが、憲法第25条、生活保護法1条ではどのような生活をして生活困窮に陥ったのか、その原因で差別することはしないことを規定しています。生活保護には補足性の原理があり、あらゆることを活用しても最低生活が営めない場合に、最後の手段として適用される原則があります。若いのに働いていない、と医療機関からの診断書を求めるところもありますが、診断書はお金がかかるので本来は求めてはいけないのが原則です。

2.生活困窮者自立支援制度の概要

生活に困窮する人にはかつて生活保護しかありませんでした。この新しい制度は、2008年のリーマンショックに始まった金融危機の影響で大規模な労働者派遣契約の打ち切りと、それに伴う派遣業者による労働者解雇・雇い止めがあったことがきっかけです。
イメージとしては労働保険制度と生活保護制度の間に第2のセーフティーネットとしての位置づけです。
生活困窮者自立支援法第3条には、生活困窮者とは現に経済的に困窮するのみでなく、最低限度の生活を維持することができなくなるおそれのある者で、本人が困窮を訴え、本人に困り感があり、支援を必要としているかが根幹になります。もちろん、ひきこもりも対象になります。
制度の目指す目標は、①生活困窮者の自立と尊厳の確保、②生活困窮者を通じた地域づくりです。
自分の居場所や役割、働く場所、社会に参加する場を持ち社会的つながりを回復し、相談者自身が地域の担い手になるイメージです。孤立を防ぐ地域づくりが大きな特徴となっています。
〇横浜市の特徴
相談支援の窓口が区役所になっていて、直営で「断らない支援」がモットーです。内容は大きく分けて居住確保支援、就労支援、緊急的な支援、家計再建支援、子ども支援、その他支援です。その他支援は丸ごと地域共生社会の実現を目指し、単に制度の利用にとどまらずインフォーマルな支援も積極的に取り入れています。自立相談支援の中には、地域若者サポートステーションも含まれています。

3.8050問題への対応

『北風と太陽』は、横浜市の生活保護行政のなかでテーマとしていた支援のあり方ですが、8050問題も同様。太陽にならなければ、と考えています。
調査によると、中高年になってからひきこもり状態になった方は多く、40歳以上が57.4%(60歳以上17.0%)、半数以上が母と同居。高齢の親と同居、長期間にわたっている。きっかけは退職や職場関係が多く、「退職」36.2%　「職場になじめなかった」19.1%。そのうち正職員経験割合は70%で、働いた経験がある人が多いと言えます。
8050世代は若年者から引き続き長期化の問題がありますから、中高年の特性に応じた支援が必要です。若年者も同じですが仕事や職場が原因でひきこもった人に対して、原因を作った社会に逆戻りをさせる支援が果たして妥当なのかということをまず考えなければいけない。
現行の取り組みとしては、青少年相談センター。ひきこもり地域支援センターとしての機能があり、年齢にかかわらず相談受付をしています。区役所生活支援課、関連各課、国民健康相談センターも個別の課題に応じ相談を受けています。若年のひきこもりに対する継続的な支援のノウハウが青少年支援センターにはあるが、上の年齢に対する支援策がまだないのが現状です。
横浜市の「包括的な支援体制」としては、区役所を中心としてチーム支援の体制を作り、青少年相談センターやこころの相談窓口、健康相談センター、発達障害支援センターなど専門的支援機関がバックアップをしていく体制構築に向けて整備を進めていく予定ですが、コロナの影響もあり取り組みが遅れがちになっています。現在において具体的な形は提示できないものの、方向性だけでもご理解いただけたらと思います。
行政のみではこの問題は解決できません。地域の中で地域の機関を巻き込んで仕組みを作っていく必要があると思います。

8050問題を考えるセミナー　③ 8050問題と介護について

「介護現場から見えた8050問題」

講師 ： 特別養護老人ホーム和みの園　施設長　木内菜穂子氏

私のいる特別養護老人ホーム和みの園は、戸塚区東俣野町にある80床の施設です。
老人介護施設ですが、入所施設のみでなく、地域の子どもの居場所、美容室、セラピー兼カフェ、地域食堂があり、地域に開かれていることが大きな特徴です。
今回は介護現場では8050問題に関連して、どのようなことがあるか、地域とのかかわりあいでどのようなことがあるかを話したいと思います。

◆「特養は終の棲家」

介護保険制度は2014年の制度改正により、特別養護老人ホームの入居要件が要介護度3以上に引き上げられ、寝たきり、車いす、ご家族がお世話できない方が優先となりました。
そこから取り残され、自宅で過ごさざるをえなくなってしまった方たちのご家庭にこそ、この8050問題に関する課題が見え隠れしています。本当は困っている方が特養に入れず、家の中で孤立してしまえば、支援者の目が届かず家庭の事情が見えにくくなります。結果、ニーズの掘り起こしをしていくことへの敷居が高くなってしまったのです。

◆「介護現場から見えたこと」

介護現場に長年おりますと、年代別にそれぞれ見えてくる課題があります。
まず7040は病病介護。親子ともども治療が必要な状態を指します。70代の親御さんは40代の子どもがひきこもりで、世話があるため自分の治療に専念できないということがあります。また40代の子どもさん世代はまだご自分のお子さんの年齢が若く、子育てに追われるうちに病院に行けず、重篤な状態になりがちです。また40代のお子さんがひきこもるご家庭では70代の親御さんが倒れていても手遅れになりがちなのです。
次に8050ですが、こちらは認認介護と呼びます。ご両親がお互いに認知症ということに気づかずに暮らしていて、子どもも徐々に進行する親の認知症に気づかないでいる。
両親ともにいよいよ金銭管理が難しくなったところに、施設入居が決まり、子どもと引き離されてしまうことに。縦割りの行政はお子さんへのケアはしないので、自宅に残されたお子さんが金銭感覚のなさゆえに年金を使い込んでしまうことも。
最後に9060ですが、ずばり老々介護です。子どもも親も老いて、心身ともに高齢になってくる時期です。90代になると高齢になり過ごしてきた期間が長いのに加え、すごくお元気なことも手伝って感覚がマヒしてしまい、ご自分やご家族が高齢であることのリスクへの自覚がないご家庭もしばしばあります。

◆「8050問題にあたる事例紹介」

私たちがこれまでの地域の中で出会った、ひきこもりのご家庭の事例についていくつか紹介します。

<ケース1>
ガン末期の看取り期に入った母を看る場所がなく施設につながったケースです。息子さんは母の病を受け容れられないのか、病床の母に「早く帰ってごはんを作ってほしい」と訴え続けていました。
特養への入居をきっかけに職員が地域に入り込むことで、閉ざされて窮状に陥っていた家庭が少しずつ開いていきました。その後ひきこもりの息子さんは、職員の誘い掛けで掃除や草むしりなど少しの間はボランティアに来てくれ

ることもありました。このように少しでも介入できたことは、ただご本人の介護だけを行うのではなく、そのご家庭全体にアプローチしたことで、職員たちが「地域の中で役に立っているんだ」という実感になっていると思います。

<ケース2>
近所の方の民生委員さんへの相談で、ポストに手紙があふれていて呼び鈴を押しても返事がない。それが始まりでした。80代のご両親が認知症になっていて、40代の無職の息子さんがひきこもっているらしい。連絡をくれる知人親戚もいたが、元々温和な方たちなので、短い近況のやりとりでは認知症が進んでいることに気付かれなかったのです。
息子さんはアルバイトを転々としていたようで、私たちが知った時点ですでに10年以上無職ということでした。まずはご夫婦の支援から関りが始まりました。ご夫婦だけを施設に入れたのみでは、ご長男が孤立してしまう。そこまで考えなければこの先様々なことが起こってくるのです。

<ケース3>
こちらも民生委員さんからの相談でした。高齢の男性のもとに敬老の日のお祝いを届けに行ったところ、毎日注文が入ることに違和感を抱いていたマクドナルドの配達員さんと居合わせ、それがきっかけとなりました。実はそのご家庭は母亡き後、父と長男で二人きりの生活をしていたのでした。
ペットボトル、新聞、漫画、マックのごみ、家の中は分別されてはいるものの、捨てきれないごみが山のようになっていました。便利屋さんに依頼して処分すると、2tトラックにいっぱいの量になりました。
息子さんは長年コーラとマックしか食べない生活から重度の糖尿病に罹っていました。結局息子さんのほうが先に医療が必要となり、介護保険を受給して入所されるということになりました。

◆「たった一人のためでいい」
私たち和みの園の合言葉は「たった一人のためでいい」です。今目の前にいる、たった一人のこの人のためとたくさんのサポーターが助けてくれる。すぐには解決できないからこそ一緒に悩んでほしい。
ご本人を差し置いて、福祉関係者、専門家だけで物事を進めず、一緒に物事を決めていくこと。多数決もせずに、福祉職のしがらみや専門家としての固定観念や制度に縛られず、ご本人が支援に上手に乗れるように組み合わせていきたいと考えています。

8050問題は、まだまだ課題として認識され始めたばかりで、政治としてはグレー扱いです。
介護、若者支援のどこにも合わさりきらない。曖昧な色合いの今だからこそ上手く組み合わせることもできるのではないかと考えています。個々のニーズを考え合わせると、定型の支援に当て嵌め、解決していくことは難しい。支援が決めつけにならないよう、クエスチョンを世の中に提示していきたいと考えています。

8050問題を考えるセミナー　④ 8050問題とお金について考える

生きづらさを抱える若者と年金について「障害年金のあらまし」

講師 ： 社会保険労務士事務所AIコンサルティング　特定社会保険労務士　相川裕里子氏

数年前からひきこもりの支援をされている方からのご紹介で、ひきこもりの方の障害年金の請求をすることが多くなっています。ひきこもりの方はうつ病、躁鬱、統合失調症などの病名のつくものだけでなく、発達障害で、こういう状況って障害年金の対象になるの?というようなご相談も増えています。親御さんからご依頼のあることも多いですし、10代からひきこもっていて、30歳前後～半ばぐらいまでに、「このままじゃいけない」とご本人が自ら私のところに電話をかけてきて、「障害年金ってどうなんですか?」という相談を受けるようなこともあります。

【セミナーのポイント】

◆障害年金とは
年金は保険制度。働けなくなり、お金を稼ぐことができなくなったという場合であれば支給の対象になる。
高齢者になって働けないとき→老齢年金。
家族の働き手が亡くなったとき→遺族年金。
病気やケガで働けないとき→障害年金。障害年金は20歳から原則65歳になるまで請求ができる。

◆障害者年金なのか?
正式名称は「障害年金」。国が定めている障害の状態というのは、必ずしも障害者手帳を持っている人を指すのではなく、日常生活に不自由がある状態を言う。
日常生活を送るのにちょっとサポートが要るとか、常にサポートが要る。あるいはすごく軽い人だと、日常生活にサポートは要らないのだけれど、フルタイムで働くことができない。或いはできる仕事が限られている。軽い仕事だったらできる等々。日常生活を送るのに不自由があるということ。

◆20歳前からの病気・けがでも請求はできる
生まれつきの障害である知的障害の方や、20歳前からの病気がある方やケガをした方なども請求の対象になります。20歳になった時点である程度不自由な状態があれば、障害年金の請求ができるようになっています。
20歳の時点では不自由さが軽く、その時は請求できなかった。あるいは請求して不支給という結果だとしても、その後どんどん悪化していったという場合は、65歳までであれば何回でも請求にトライできます。
不自由さや症状が重くなった時点で請求したら受けられたというケースもあります。

◆障害年金に必要な診断書
申請に必要な医師の診断書は8種類あります。
1. 眼、2. 聴覚・鼻腔・平衡・咀嚼・嚥下・言語
3. 肢体、4. 精神、5. 呼吸器、6. 循環器、7. 腎臓、肝臓、糖尿病、8. 血液・造血器、その他
特にひきこもり状態の方に関係のあるところでは、うつ病、躁うつ病、統合失調症、この代表的な3つの疾患と強迫性障害は障害年金の対象になります。
また障害年金は病名より病状が重視されますが、精神疾患については、病状も病名も見られます。病名が不安障害、神経症であれば原則的には対象にならないなど、その方の個別の状況で見ていきます。

◆等級について
（詳しくは年金機構HPの「障害認定基準」をご参照ください。）
1級は活動範囲が寝室。労働できない、日常生活で常に援助が必要。
2級は活動範囲が家屋内。労働できない。日常生活で援助が必要なことがある。
3級はフルタイム労働に体が耐えられない。軽労働しかできない。日常生活はできる。
※3級は障害厚生年金にのみ認められている等級。

◆大切なこと
備えましょう。障害年金の審査はほぼ、書類審査だけで決まってしまいます。
証明書類は取っておきましょう。受診前に保険料の状況を調べて必要な手続きをしておきましょう。払えない時は免除、猶予の手続きをしましょう。未納は絶対に避けましょう。遡って2年間であれば免除・猶予の手続きはできるので、あきらめないで後付けでも必ずやってください。未納はぜったいに避けましょう。
できるならコミュニケーションがきちんと取れるお医者さんに診てもらいましょう。
障害年金の診断書では、医師が日常生活でのどのような困りごとがあるのか、踏み込んだ診断書が出来上がらないと、障害年金の認定対象になりません。コミュニケーションをしっかりして、日常生活にまで踏み込んで聞いてくれる医師にかかることをお勧めします。

障害年金請求にかかる相談先は年金事務所、街角の年金相談センターです。私の事務所でも初回は無料相談を1回30分程度で行っています。

セミナーではより具体的に詳しく事例等を含めてお話いただきましたが、
ここでは簡単な概略のみ記載しています。詳しくはご著書を読まれるか、直接ご相談ください。

相川裕里子氏　ご著書の紹介

「最強の社会保障」と言われる「障害年金」。多くの人が誤解をしているが、障害年金は、「障害者手帳」をもつ人だけのものではない。マンガと図解、やさしい講義調の説明で、障害年金のポイントを解説。心身の病気やケガで働けなくなった人、家族を支える本。

世界一やさしい障害年金の本（日本語）単行本 – 2018/1/30
相川 裕里子（著），春原 弥生（イラスト）

ピアサポートカフェ（親サロン）

不登校・ひきこもり・発達凸凹・家庭内暴力などの悩みを持つご家族の為の「ピアサポートカフェ」を実施しました。

ピアサポートカフェとは…

同じような課題をもつ家族同士、スモールグループになって悩みや経験談を語り合う、カフェ形式の場です。

グループの中には、必ずピアサポーターとしてK2家族会のメンバーに入ってもらい、「先輩」の話を聞いたり、互いに共感したりされたりしながら、悩みの吐き出しや、情報交換をする場になります。

ここでは、お話を聴き、経験談を話す「ピアサポーター」として参加された親御さんの声をご紹介します。

計9回、112名参加（2020年7月～21年3月実績）

当事者の親御さんの声

当事者の親御さんの声　1 Mさん（母）

Q： お子さんが引きこもりになったきっかけを教えていただけますか?

A： 息子は中学2年の時不登校になり、サポート校へ行きましたが続かず、フリースクールにお世話になりました。その時に相談したところでは「待ちましょう」と言われてきました。本人をみていると、自分から何か決めるタイプではなく、そのアドバイスには疑問を持っていました。私自身も決断できず、20歳まで様子を見ようと思いました。環境を変えないといけないと思いました。とにかく外に出そうと思ったんです。
一時的に楽になっても 心に塊があるような感じでした。

Q： その時の家での様子はどんな感じでしたか?

A： 息子は家にいても邪魔にならないので、家のこともやってくれるし、困らないんです。私自身も慣れてくる。辛いから慣れるしかないんですね。
でもおかしいと思ってた。常に危機感を持っていました。
このことで何もしなければこのまま行くな‥と思っていました。

Q： 何が支援につながるきっかけになりましたか?

A： ここでセミナーを聞いたときに「親が決断しなさい」と言われて、ああ、そうなんだと思いました。息子は年齢的には大人ですが、中身は幼く、不登校のままの精神年齢のままなので、親の決断が必要なのだと納得しました。

Q： お父さんはいかがでしたか?

A： お父さんは息子がいつかはなんとかなるだとうと思ってたと思います。
支援団体に預けようということも反対していました。
息子とお父さんはあまりにも違うので理解ができなかったのだと思います。

Q： 今回のピアサポートカフェではお話を聞いていただく立場として関わっていいただきました。皆さんの様子はどうでしたか?

A： みなさん迷われていて、ここにたどり着いたという感じでした。多分、こういう状態になると親も居場所が欲しいと思います。悩みを打ち明けたい、話したいという方が多いと思います。
普通に子供が学校や社会に出ている人と悩みの次元が違うので、しんどくなってしまいますよね。
親御さんは子供のことを聞いてほしい。相談に行っても本人を連れてきなさいて言われてしまうので･･･。連れてくることができないから辛いということがなかなか理解してもらえないですからね。

Q： ピアサポートカフェの良いところはどんなところですか?

A： 答えを求めないで聞いてもらえるのがまず一番ですね。まずは自分のことを知って欲しいし、受け止めてほしいと思います。
私自身がいろいろなところに行って、医療的なところも行ったりしましたが、相性もありますので、居場所のような場所が欲しかったです。

Q： 来られた方にどんなアドバイスをしましたか?

A： アドバイスということではないですが、子供をいつまで見れるか分からないので早いうちに行動したほうがいいと思います。
それと、皆さんとにかく話をまず聞いて欲しいので、話を聞くことに徹しています。

Q： セミナーに参加されてどうでしたか?

A： 介護現場からのお話は本当に切実な問題ですね。 他人事ではなく感じました。
アクション起こさない方が楽なんですよ。親がアクションを起こすのはエネルギーがいります。本人も出にくいし、親もエネルギーがなくなってしまいますから、何か行動するのなら早い方がいいと本当に思います。

Q： ご自身の経験から何かメッセージをお願いします。

A： 家に子供がいると親から丸見えですよね、本人は奥底では親から自立したいと思っていたと思います。でも親はどうしようもない、なので誰かに託すしかないと思いました。
親にできるのはそこまでかなと思っています。

② Oさん（母）

Q： Oさんにはピアサポートカフェで聞き手となっていただいていますが、ご自身がこちらにつながるきっかけを教えていただけますか？

A： 息子は11歳の頃から不登校・ひきこもりになり、動き出すまでに15年かかりました。
当時、学校の先生に不登校の親の会を開いて欲しいとお願いし、母親の会ができて、そこでMさんと知り合い、こちらに連れてきてもらったのがきっかけです。

Q： 母親の会はどんな場所でしたか？

A： 母親の会があったからここまでやってこれたと思います。
家にいると私自身がずっとストレスが溜まるし、誰かに話したいので、吐き出す場が欲しかったですね。当時はゴミを捨てに行けなかった時期もありました。
いっぱいの助けがあってここまで来れたと思いますね。

Q： 息子さんがひきこもりになった頃のことを教えてください。

A： 普段から思ったことを言えない性格で、直接本人からはきいていませんが、学校でもいじめなど色々とあったのだと思います。きっかけは姉が不登校になりその2か月後ぐらいには本人も学校にいかなくなっていました。そこから15年、長く引きこもり生活が続きました。

Q： 家ではどんな感じだったんですか？

A： 一緒に出かけたらとアドバイスを受けたり、本人に外の空気を吸わせてあげたいと思いましたが、私自身もあまり出かけないので、簡単ではなかったですね。とにかく本人の笑顔がみたくて、家の中でふざけてみたりとか、面白いことを言って笑わせようと、冗談を言ったりしましたね。笑ってもらったらすごくうれしいんですよね。
本人は1人の世界にいたので、暗い部屋に辛そうにしていたので、その時の顔が忘れられないです。
あとはできるだけいろんなことを頼るようにしました。何かにつけて家の事をお願いしたりして・・・。そうしないと私もやってられなかったですね。私自身も暗くなってしまって。

Q： 今は息子さんがK2にきて、お母さん自身変わったことはありますか？

A： 今はね、大声で笑えるようになりましたね。今までのはなんだったのっていうぐらいに・・・。今は少しその時の記憶が薄れているぐらいですね。

Q： 息子さんが出てくるきっかけになったのはどんな事ですか？

A： 直接的にはパソコンが壊れたことがきっかけでした。
本人も何か動き出したいと思っていたんだろうと思いますが、部屋でパソコンをしていたので、父親が今度パソコンを買うときは自分で働いて買えよと言っていたんですよね。
本人はパソコンを買うために何かしたいと言い出したので、このチャンスを逃さずにK2に一緒に相談に行きました。
もっと、いままでも沢山タイミングはあって、たくさん逃していたと思います。でもその時のチャンスを逃していたら、5年、10年同じ状態だったかもしれません。
もっと早く気づいてあげられたら良かったのですが。

Q： ピアサポートカフェに聞き役として参加していただいています。どんな場ですか？

A： 私自身が共感してもらったり、支えられてきたので、どこにもつながりがない人達にちょっとでも力になれればと思って参加しています。
大変な思いをされた方が来られていて、すごいなと思いますし、自分の話をしたらすごく共感してもらったりして、お互いに泣いたりすることもあります。一緒に泣けるっていいですよね。私自身、いろんなカウンセラーのところに泣きに行っていました。
私はお話を聞くのは好きなので、聞くことはいくらでも聞けると思っています。

Q： いま悩んでいる方に伝えたい事はなんですか？

A： そうですね、あまり我慢しないで、ため込まずに、吐き出せるといいですよね。
でも、誰にでも言えることではないので、こういうところにきて話して欲しいですね。
あとは、私は何度もタイミングを逃して長引いてしまったので、きっかけを逃さずに動けるようにつながりを作ってもらいたいなと思います。

③ Fさん（母）

Q： お子さんの事を教えていただけますか？

A： 高校までは手のかからない子でした。大学受験前ぐらいから、もやもやしていたのだと思います。視野が狭い、そこしか見えていない、というのがその頃からありましたね。
大学は案の定いけなくなり、そこから家に引きこもっていました。
家ではご飯は食べるし、特に困ったことはなかったものの、心の病気だと思い、心療内科も行きました。

Q： 支援機関につながってからはどうでしたか？

A： 本人は嫌がっていたのですが、私自身はやることは全てやったという気持ちがあったので、ここで逆戻りは嫌だと思いました。
その時は本人の発達特性みたいなものも分かっておらず、暫くしたら治ると思っていたので、支援機関での様子を知って、だんだんと理解してきたという感じです。

Q： ピアサポートカフェに参加していかがでしたか？

A： 自分の時を思い出し、しんどいだろうなと思いますね。私の時ととても似ている人もいます、色々とお話して前向きになって帰られるとよかったなと思います。
話を聞いてもらえるというのはありがたかったなと思います。皆さん抱えていると感じるので。

Q： Fさんも抱え込んでいましたか？

A： 私も当時は仲の良いお友達には全部は話せなかったですから。
今は息子の事を理解して支援してくれるところと繋がってから、実は・・・と友達には話したりできるようになりましたね。いざとなったら相談できる所があるという安心感があってやっと話せるようになるのだと思います。

Q： その時はどこに相談できるかわからなかったですか？

A： とにかくわからないし、公的なところに行ったら、相談員さんには「待てばいい」と言われるばかりでした。暴力はなかったですが、壁に穴をあけるとか、コップをガチャと置いたり、家の中の雰囲気はしんどかったです。能天気な私でも辛かったですね。

Q： K2につながろうと思ったきっかけは何でしたか？

A： 縁を求めていろんなところに行っていましたが、それをうまくつなげてくれたと思います。今まで相談に行ったところでは、私にどうすると質問が多かったですが、
ここでは本人に、直接話しかけるというか、本人を動かすための声掛けをしてくれました。　本当にうまくタイミングを合わせてくれたと感じています。
それと、雰囲気が明るかったですね。カウンセラーとか相談機関とはちょっと違う雰囲気でした。

Q： これから相談やピアサポートカフェに来られる方へのアドバイスはありますか？

A： とにかく頼って、なんでも相談して、抱え込まないで、と言いたいです。
色んな人がいるのがここの強みだなと思います。
ここにきて驚いたことは「人間だから相性がある」と言われたことです。
「合わないスタッフがいる」とは他の支援機関では言わないと思うので、正直な団体だなと思ったんです。ピアサポートカフェでもいろんな経験をした親がいますので、合う、合わないがあるかもしれませんし、なんでも解決はできないかもしれないけど、聞いてはもらえるところです。きいてもらえる事は私の経験上とてもありがたくて、まずは話に来てもらえたらと思います。本当に抱え込んでしんどいと思うので、辛さや苦労を半分こしてもらえる人がいるよと伝えたいですね。

参加者の
アンケートから

「8050問題を考えるセミナー」感想

当事者・保護者

8050を自分のこととして
考えることが出来ました

親がいなくなったら、親がいても一人暮らしした時には、等々生活費について心配していましたが、いろいろと制度があることが分かり良かったです。

すごくわかりやすく参考になりました。又、自宅に居る、息子に対して、社会の流れ等を考えながら、広い視野で見ていきたいと思いました。

今からの自分の身体の老化を考えると、不安になり気持ちが持つかと不安になりますが、前向きに進んでいこうと思います。

息子でひきこもりがいますが、いざとなればそこを頼ってもよいのかと思いました。

もっと親も学んでいかないと
いけないなと思いました。

支援者

本日のテーマの真っ只中にいます。中高年のひきこもりの方に対し、自分に何ができるのか手探り中ですが、ひとつのはしごとなれるよう努めていきたいです。ありがとうございました。

データなどで現状を整理、再確認することができた。具体的なアクションについて別の機会があればもう少し知りたいと思った。

社会問題として捉えていた8050問題をぐっと身近に感じるとともに、わかりやすいご説明で理解しやすく知識の整理をすることができました。

こんなに地域の人達のことを考えてくれている施設があるとは思わなかった。このような施設がもっと増えると心強いと思う。

高齢となった当事者やそのご家族を、地域で見守りをお願いするにも、その地域の方も高齢化などで組織力も弱まってきているという話があり、NPOや地域組織の活性化も併せて行っていく必要があるのだなと感じました。

現状の課題を歴史から捉え考えることは大事です。仕事上で生かしていきます。

共生保障という言葉には共感しました。地域支援、地域づくりを進めていく困難さを常々感じています。地域で支えていく、支える側を増やしていくにはどうしたらいいのか、これからの課題だと考えています。

ピアサポートカフェ感想

参加前は義務感のような気持ちがあり、しめっぽく暗いイメージを持っていましたが、明るい場所で人が多い事に驚きました。同じような立場の人が、多くいらっしゃることで、少し安心感を持ちました。

スタッフの方が参加者それぞれに声かけをこまめに行って下さり、安心感がありました。色々な手段をその人のパターンに合わせて提案して頂けるのがすごいと思いました。

話を聞いて下さりありがとうございました。何をして良いかわからなかったのですが、具体的に行動指針を示して頂き、ありがたいです。

自分の気持ちを共感して頂ける場所でしたので、安心してお話できました。具体的なアドバイスもしていただき感謝しています。

自分がやらなければならないことを、他の人の話を聞いて自覚することができたが、どうすればいいかまだ迷っています。

40才まであとわずかだということもあり、アドバイスだけでも聞ければ、という気持ちでした。とても親身になって頂き、感謝しております。夫との話も合わず、自信がありませんがよく考えてみます。

子どもに対して感情移入してしまい、一緒に重くなっていましたが、開きなおる対応がとれる様したいと思いました。どうすれば良いか戸惑う事が多々ありますので、引き続きアドバイスをうかがいに行きます。

不登校・ひきこもりなど生きづらさを抱える子ども・若者と家族のための相談はこちらへ

K2総合相談電話
（K2インターナショナルグループ）

若者自立就労支援　共同生活
無料総合相談● ☎ 045-750-0039
相談電話受付時間 ●月曜～土曜 11:00～19:00
（日曜・祝日休み）
HP●https://k2-inter.com/

湘南・横浜若者サポートステーション

神奈川県鎌倉市小袋谷1-6-1　2階・3階
開所時間●月～金　10時～18時　（祝祭日は休館）
お問い合わせ● ☎0467-42-0203
厚生労働省委託事業
働く事や自立に悩む若者と家族のための相談室です。
対象●15歳以上49歳以下で働くことや自立を目指している方。
どの地域からでもお越しください。
HP●https://shosapo.com/

よこはま南部ユースプラザ

〒235-0016 横浜市磯子区磯子3-4-23　浜田ビル2Fトイザらス2F
開所日時●月曜日～土曜日 11時-19時（土曜日は相談室のみ開所）　日曜日・祝日・第3月曜日・年末年始はお休みです。
対象●横浜市内にお住まいのおおむね15～40歳未満の若者およびその家族
利用料● 無料
お問い合わせ● ☎045-761-4313
HP●https://nanpla.jp/

ユースサポート・ユースワーク藤沢

〒251-0053 神奈川県藤沢市本町1丁目12番17号Fプレイス5階
開所時間 ●火曜日～金曜日:10時～18時(最終相談受付:17時)土曜日:10時～15時(最終相談受付:14時)
休館日●日・月・祝日　12月28日～1月4日
「ユースサポート・ユースワークふじさわ」では、ニートやひきこもり状態など困難を抱える若者の自立に向け、個別のプログラムを作成し、ひとりひとりに応じた細やかな支援を行います。
対象●藤沢市民で、概ね15歳以上40歳未満の方とその家族の方となります。
※40歳から44歳までの方とそのご家族や保護者の方も、是非ご相談ください。
HP●https://yw-fujisawa.com/

生活困窮者自立支援窓口
（各区役所 福祉保健センター 生活支援課まで）

「なかなか仕事が見つからない」「家計のやりくりに悩んでいる」等の様々な事情により生活にお困りの方が周囲から孤立することなく安定した生活が送れるよう、お一人おひとりの状況に応じた包括的な支援を行う窓口です。

青少年相談センター（ひきこもり地域支援センター）

対象●市内在住のおおむね15歳から39歳までの青少年とその家族
※厚生労働省「ひきこもり地域支援センター」として、ひきこもりに関する一次的なご相談は、年齢にかかわらずお受けしています。
開所時間●月曜日から金曜日（土曜日、日曜日、祝日、年末年始はお休みです）8時45分から17時
お問い合わせ● ☎045-260-6615（相談専用）