



2021年度補正予算 独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成事業
家庭から社会までを包括的に支援するひきこもり支援アップデート事業活動報告書

2022年度 ひきこもり支援室ゆきわり 活動報告書

2022 Annual Activity Report



目次

- 1. はじめに 2ページ
- 2. 事業の概要 3ページ
- 3. 事業の内容と実績 5ページ
 - ① ゆきわり家族教室 5ページ
 - ② つながり広場ゆきわり(居場所) 11ページ
 - ③ 個別相談・家族相談 13ページ
 - ④ 社会参加体験 15ページ
 - ⑤ ひきこもり支援者討論会 16ページ
- 4. ゆきわりサポーター募集 24ページ
- 5. もりおかユースポート紹介 25ページ



はじめに

コロナ禍では、長期の外出自粛でひきこもり等の当事者の自立は遠のき、家族間で適切なかわり方がつかめずストレスを抱える家族が増えたように思います。アウトリーチ訪問、居場所活動の困難さも加わり、職を失った人たちが、ひきこもり・困窮者予備軍として潜在化したのではないかという懸念もあります。

15歳から40歳以上の狭義・広義のひきこもりをあわせた人口が、100万人を超すと推計されている中で支援につながる当事者は多くありません。ひきこもりの特性上、支援につながりにくいという事情はありますが、それを言い続けては支援が進展しません。私たちは現状の支援が当事者のニーズを受け止めていない可能性も検討しつつ、これまでのひきこもり支援をアップデートする必要があると考えました。

当法人では2013年に「ひきこもり等支援プラ

ザ“ゆきわり”」を開設し本人・家族の個別相談、アウトリーチ、居場所活動、家族会の開催などひきこもりの包括的な支援を行ってきました。その中でとくに支援において、家族の関りを含めた当事者の環境の調整と魅力的な居場所、そして居場所の中のダイナミズムが重要であると感じています。

本事業では、家族教育や社会とのつながりがもてる動的な居場所の提供、社会参加ためのワンステップとなるボランティアや職場体験の提供など包括的な支援を行うとともに、当事者家族の負担を軽減し、家族全体の福祉を向上させ、地域のひきこもり等に対する理解を深め、当事者の自立のための社会環境に働きかけ、ひきこもり等がいきいきと社会に関わり自立できる社会づくりを目指しています。



家庭から社会までを 包括的に支援する ひきこもり支援 アップデート事業

事業の概要

事業の目的

この事業は、ひきこもり及び現状社会参加できていない生活困窮者等が、いきいきと社会に関わり自立できるようにすること、当事者家族の負担を軽減し家族全体の福祉の向上を図ること目的に、ミニマム・インパクトモデルをベースに家族のかかわり方や役割を学ぶ家族教室や、緩やかに社会とのつながりを育み広げられる動的な居場所、社会参加ためのワンステップとなるボランティア体験や職場体験の提供など、ひきこもりや生活困窮者等で長期無業の方の自立をサポートするために、必要な包括的な支援を行う事業です。

あわせて、地域のひきこもり等に対する理解を深め、ひきこもりの支援者やサポートボランティアを協力事業所を養成するための支援者セミナー等を実施し、当事者自立のための社会環境を整えることを目指しています。

取り組みの内容

家族支援から、個別相談、アウトリーチ（家庭訪問）、居場所、社会参加体験（ボランティア、職場体験など）、就職支援、支援者養成とひきこもりの状態から居場所参加、社会参加体験、就職、自立までをスモールステップでサポートする包括的な支援を提供。ひきこもり支援の社会的理解を広め、協力者を地域で育てるための支援者養成セミナーも実施。

ゆきわり 家族教室

ゆきわり家族教室（ひきこもり家族教室）

ミニマム・インパクトモデルをベースにした、ひきこもり当事者家族向けのセミナー。全5回の講座で「ひきこもりの理解」から「地域のひきこもり支援機関について」、「家族のかかわり方」などを学び、実際に行動にうつして実践できる家族支援のためのセミナー。

午前コース・夜間コース 各5回 全10回実施

いわて県民情報交流センター アイーナ7階 岩手県立大学アイーナキャンパス

個別相談 家族相談

ひきこもり等の自立支援相談窓口とアウトリーチ相談

ひきこもり等の当事者及びその家族等へのアウトリーチ及びオンライン対応も含んだ悩み相談や心理カウンセリング、キャリアカウンセリング等の相談支援の提供。ひきこもり当事者家族の交流や情報交換、心理教育を目的とした家族相談会の実施。

個別相談、アウトリーチは随時受付

家族教室は毎月第3土曜日 10:00～12:00 開催

つながり広場 ゆきわり

つながり広場ゆきわり（居場所）

安心安全の居場所を提供するとともに、居場所での交流やパソコンや調理実習、内職、ボランティア作業などのプログラムを提供し、活動を通してエンパワメントを行います。個室型の居場所もあります。家から出られず居場所への参加もためらっていた方もぜひ！

毎週月曜～金曜、第2、第4土曜日開所 開所時間 10:00～17:00

お花見やクリスマス会など季節のイベントも実施しています。

社会参加 体験

社会につながる体験（社会参加体験）

安心して参加できるボランティア体験や職場体験、中間的就労（有償ボランティア）の場を提供します。家族や支援者以外の人たちと触れ合う機会を作り、活動を通じて体力向上や職業理解をすすめましょう。社会貢献活動は自己肯定感の向上も実感できます。

主な活動 盛岡駅前商店街合同駅前清掃、契約農家での農業体験など

法人の協力企業約140社で職場見学、体験が可能です。

地域サポーターの育成

ひきこもり支援者討論会

地域のひきこもり支援の向上を目指して、ひきこもり支援者を育成したい！支援者養成講座を実施して、ひきこもりに関する理解や支援の現状、当事者や家族とのかかわり方を伝えたい！でもそのまえに地域の支援者同士でひきこもり支援についてのコンセンサスをまとめておこう、と岩手を代表するひきこもり支援者が一堂に会して話し合いました。

ひきこもりを 家族のかかわりで 改善する

ゆきわり**家族**教室



ゆきわり家族教室

1. 開催日時

午前の部 土曜 10:00～

11/12 12/17 1/7

2/4 3/4

夜間の部 水曜 18:30～

10/12 10/26 11/2

11/30 1/11

2. 場所

岩手県立大学

アイーナキャンパス

(いわて県民情報交流センター「アイーナ」7階)

家族によるひきこもり支援をアップデートする

部屋や家庭に閉じこもってしまったひきこもりの当事者に、一番近くでサポートできるのが家族。家族のかかわり方を見直すことで、ひきこもり当事者を取り巻く環境を改善し、社会参加に向けた気持ちや行動をエンパワーメントができる関係づくりを目指します。

ひきこもり支援の起点としての家族

ひきこもりの支援のむずかしさに、家庭や部屋に閉じこもってしまった本人に、どうやったら援を届けられるかという問題があります。社会との交流を避けて他者とほとんど関わりを作らないようにしているひきこもり本人にどうやってアプローチしたらいいのか、それはひきこもり支援にとっては非常に悩ましい問題です。支援者がなかなか本人に接触しにくいという状況の中で、ひきこもり本人にとっての数少ない社会との接点になっている家族は、ひきこもり本人と支援者の窓口として、そして支援の入り口として、とても重要な意味を持っています。

一方で、ひきこもりの家族は、ひきこもりという想定外の事態を理解することも受け入れることもなかなか難しく、周囲に相談することもできないまま、手探り状態で関わりながらもあまり良くならない状況に頭を悩ませているというケースが少なくありません。支援の入り口どこ

ろか通常のコミュニケーションも難しくなったり、顔を合わせる機会も次第に減るなどして、本人の考えや希望も分からなくて右往左往してしまうなど、健全に機能できてない状態にあたりします。

今回の「ゆきわり家族教室」は、ご家族にひきこもりに対する理解を深めてもらいながら、これまでのかかわりを見直し、ひきこもり本人と



家族のコミュニケーションを再構築することを目標に構成しました。これまでのひきこもりの家族支援で伝えられてきた「見守る」や「よりそう」、「理解する」といった漠然とした心構えではなく、ひきこもりの本人との関係を改善するための具体的な行動に移せるプログラムを目指しました。本人と家族の接点を増やし、信頼関係を取り戻して家族が身近な支援者として、そしてひきこもり支援の入り口として機能し、ひきこもりの状態が好ましい方向に変化していくことを目的に実施しました。



ゆきわり家族教室の様子

ひきこもりを家族のかかわりで改善する5回の講座



夜と昼の二つのコースで開催

お仕事をしているご家族が参加しやすいように、平日夜のコースと土曜昼のコースの2つのコースを開催しました。

昼のコース、夜のコースをそれぞれ5回、全10回のセミナーを実施し、合わせて10名以上の方にご参加いただき好評を得られました。

ひきこもりについて理解することから、長期化する要因、現在提供されているひきこもりの支援の概要とその機能、ひきこもりの家族へのかかわり方など5つの段階に分け、実践的な内容を段階的に提供しました。

セミナーの内容紹介

ひきこもりの支援の内容や段階ごとの目標を図やグラフを使って分かりやすく紹介しています。なぜ、ひきこもりの支援で当事者の安心・安全が求められるのか、家族の関わり方が本人のメンタルや行動にどのような影響を与えるのか、講師の加藤が提唱するミニマム・インパクトモ

講師紹介 加藤 源広

10年以上に渡り、ニートやひきこもりの就労支援を中心に、当事者や家族の相談支援、家庭訪問（アウトリーチ）等のサポートに携わる。

キャリアコンサルタント、社会福祉士、公認心理師の国家資格を取得。就労・福祉・心理の分野から多面的な支援を実践。

- ・岩手県ひきこもり対策協議会委員
- ・もりおか若者サポートステーション所長
- ・特定非営利活動法人もりおかユースポート理事長



デルを使って解説し、これまでの家族のかかわりと照らし合わせながら実際に実践できるひきこもり支援講座を目指して構成しました。全講座終了後、フォローアップのための家族会を月1回のペースで開催しています。

一日目

ひきこもりを理解する

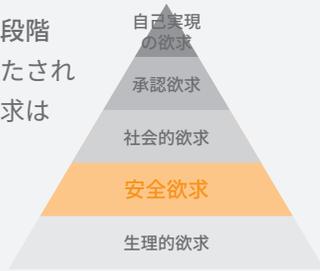
ひきこもりとはどのような状態か？
適切に関わるために、まずはひきこもりという状態について正しく理解することからはじめました。

国は『厚生労働白書』の中で、ひきこもりとは「様々な要因の結果として、社会的参加を回避し、原則的には6か月以上にわたっておおむね家庭内にとどまり続けている状態を指す現象概念」と定義しています。今回の講座では、ひきこもり

ひきこもりとはどんな状態か？

常に安心安全が脅かされている

マズローの欲求段階
下位の欲求が満たされ
うちは上位の欲求は
後回しされる



スライド② マズローの欲求段階

二日目

ひきこもりの課題と回復

ひきこもりの課題とはなにか？
本当にひきこもりは問題なのか？
ひきこもりからの回復のヒントを考えました。
ひきこもりの原因の特定は難しく、原因の究明が課題の解決につながるわけではありません。
家族にとってひきこもりが起こす問題行動（昼夜逆転、拒絶、暴言、暴力など）は頭の痛い問題で

ひきこもりからの回復

どうなったら回復なのか？



スライド⑤ ひきこもりからの回復

ひきこもりとは？

経過と結果に注目して、あらためて定義
しなおしてみる

ひきこもりとは

能動的または受動的に行った、他者との
交流を回避する選択が、意図した以上に
長期に渡り継続し、様々な悪影響が出て
いる状態。

スライド① あらためて見直した定義

に至る経緯と結果の視点からスライド②のよう
に定義しました。

ポイントは、当初必要だった回避行動が想定以
上に長引いてしまったということと、それによ
って精神状態や体調、環境に悪影響が出てい
るところです。休養や心のメンテナンス
のためのひきこもりは必要なものと受容しつ
つ、いかに長期化をさせないかという視点でひき
こもり支援を考えていきます。

ひきこもりの課題

求めているサポートは、安心安全を
脅かす攻撃と変わらない

ひきこもりの問題行動とは



スライド④ ひきこもりの課題

すが、問題行動の前には原因となる出来事があり
ます。本人が求めている助言や支援は場合に
よっては攻撃のように受け止められます。問題行
動は本人からのSOSかもしれません。

ひきこもりからの回復とは、就職して何年も経っ
ても気持ちはひきこもりの頃と変わらないと感じ
ている人もいます。どこで線を引くかは本人の判
断です。気持ちはひきこもりの頃と変わらな
くても納得して行動できるかが大事だと思います。

三日目

ひきこもりの要因と支援

当事者をひきこもりした要因について考えながら、どのようなサポートが効果的なのか考えます。

はじめから長期でひきこもろうと考えるひきこもりは多くありません。ひきこもりをはじめた後に受けた刺激でひきこもりは長期化するのです。ひきこもりの支援の代表的なものは家族支援、ア

ひきこもり支援の段階

- 1 安心の家族関係づくり
家族の支援
- 2 情報提供と意思決定
- 3 支援との接続・ラポール形成
ひきこもり支援
- 4 段階的な行動拡大
- 5 専門の支援機関による支援
居場所・就労支援・医療・福祉など

スライド⑦ ひきこもり支援の段階

四日目

家族のかかわりと対応

ひきこもりが変わる家族のかかわり方とは？ ミニマム・インパクトセオリーをベースに解説しました。

ひきこもることによって生じる自己評価の低下などの悪影響は、ひきこもった後に周囲からの刺激により引き起こされたり、より深刻な状態になったりします。ひきこもる以前ならなにもなかった刺激がひきこもったことでつらく感じたり、ひ

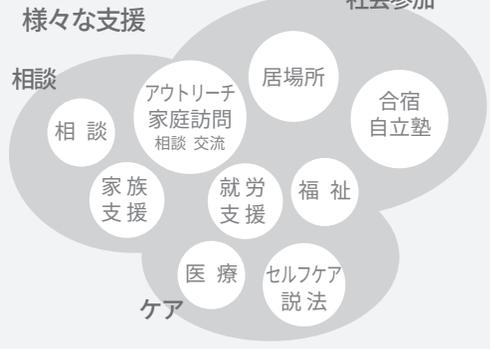
支援による変化の目標

自己評価を上げる



スライド⑩ 支援による変化の目標①

ひきこもりの支援



スライド⑥ ひきこもりの支援

ウトリーチ・家庭訪問や居場所でしょう。それ以外にも就労支援や医療や福祉によるサポート、別天地で集団生活する自立塾や合宿型のような支援もあります。

ひきこもり支援の段階の中で、家族が目指すのは「本人がひきこもりの支援につながるまで」と考えれば、取り組まなければならないことはシンプルになると思います。

家族による支援の実践

家族による支援の目標

- 01 安心安全をベースに、話し合える信頼関係を築く
- 02 他者との交流を促し、必要な支援機関につながる

スライド⑨ 家族による支援の実践

きこもったことで生じた環境の変化が悪影響を及ぼしたりするのです。

ご家族は、本人がなにも話してくれないから、してほしいことがわからない。わからないまま関わって溝が深まってしまうと話されます。そこには話してくれない以前にコミュニケーションの土台が出来ていない場合が多くあります。まずは、安心安全をベースに、家族で話し合える信頼関係を築くことから取り組んでみましょう。

五日目

支援の実践と振り返り

ひきこもり本人との関わりについて学んだ内容を実際に家庭で取り組んでもらいつつ、効果を振り返りました。

家族によるひきこもりの支援に七段階のステップを設け、一つひとつ段階を踏みながらかかわりを修正し、家族間の交流を深めていきます。

どのかかわり方がひきこもりの本人に対しどんな影響を与えていたのか確認し、悪影響を引き起こ

家族による支援の実践

- 01 自己評価を下げるかかわり
- 02 ハードルを増やすかかわり

スライド⑬ 家族による支援の実践

実績

ひきこもりの家族を対象に全日程5回のコースを、参加者の都合に合わせて参加できるように土曜日の午前に実施する「午前コース」と水曜日の夜間に実施する「夜間コース」の2コースを設けて実施した。午前コースに10人、夜間コースに5人、合わせて15人が参加し、延べ61名の参加者があった。夫婦で参加された家族も居り計12家族の参加となった。

夫婦で日をずらして参加するなど5回のセミナー

つくしの会

1. つくしの会とは

発達障がい者をもつ家族がお互いの近況報告・情報交換を行い、支援者によるアドバイスを含めて相互に支え合う場として実施している。

2. 実施状況

①月1回、10時～12時、場所は「ひきこもり支援室ゆきわり」にて開催

家族による支援のステップ

- 01 ひきこもりの理解
 - 02 関わりの意味の理解
 - 03 不適切な関わりを最小化
 - 04 日常の交流を増やす
 - 05 適切な関わりを増やす
 - 06 話し合い・情報提供
 - 07 よりそい・サポート
- 中間のかかわりを重ねることが重要

スライド⑫ 家族による支援のステップ

すかかわりをできるだけ減らすことが重要です。それだけで自己回復できる当事者もいると思います。お互いの交流が深まらないうちから助言やサポートをしても相手には届きません。日常の交流、を増やすところからスタートです。ご家族のかかわりで悪いかかわりだと思えば具体的に書き出して、そのかかわり方を減らすことに取り組みます。

すべてに参加出来なかった参加者もいたが、ほとんどの方が全行程参加した。途中から個別での相談に入り、他の支援機関につないだケースもあった。

	実人数	家族数	延べ人数
午前コース	10人	8人	43人
夜間コース	5人	4人	18人
計	15人	12人	61人

②参加者は、当事者の保護者、支援者（「ひきこもり支援室ゆきわり」及び障害者相談支援専門員）

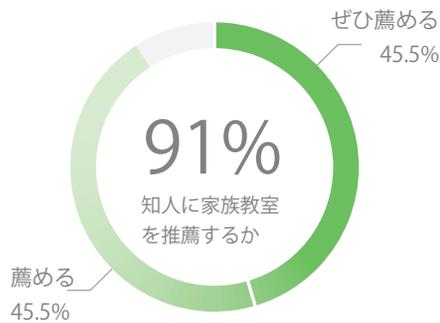
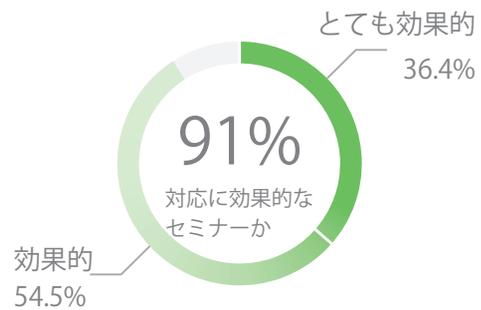
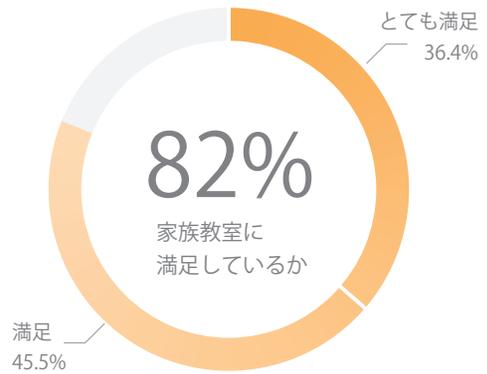
4. 実績

	参加実家族数	参加延べ人数
実数	3家族	25家族

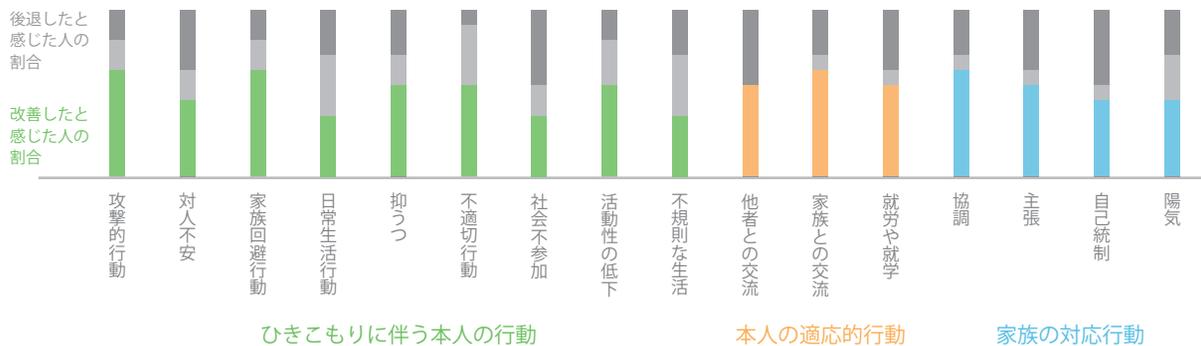
ゆきわり家族教室 参加者アンケート 集計結果

ひきこもり家族セミナー

参加者	全 15 名
開始日アンケート回収数	15 件
回収率	100%
最終日アンケート回収数	11 件
回収率	73.3%



ゆきわり家族教室参加前後の変化



参加者の声



参加して、心の不安に新たな知識が加わり、穴が少し埋められたような気がしました。

今までのかかわりが復習できてとてもよかったです。期待せず、あきらめず待ちたいと思います。

研修にはもっと時間をかけてほしかったです、毎回楽しみにしておりました。

自分の態度が悪影響を与えていたかもしれないと反省するところがあった

家族としてできることを頑張りつつ、次のステップへ進める時を待ちたいと思います。

本人が感じていること、自分が発している言葉や態度の意味を、もう一度見直してみようと思いました。夫と一緒に参加してくれたことがとてもうれしかったです。

ひきこもりの状態についてよくわかった。

親として感情的になりがちで、子供との会話に配慮することが難しい。意識しないで安全を危うくするような会話をしていたかも。

自分の中にあるひきこもりへの偏見に気付かされた。子どもの目線で感じてみようと思います。



居場所

つながり広場ゆきわり

○開所時間

月曜～金曜 および

第2第4土曜日

10:00～17:00

若者の懇話会

スモールタウントーク

○開所時間

第1土曜

10:30～12:00

第4月曜

14:00～16:00

つながり広場ゆきわり（居場所）

フリースペース「つながり広場ゆきわり」

他者との交流、季節ごとの行事や料理体験など社会参加に向けてのステップとして利用してもらえる安心・安全な居場所

内容と実績

- ・全体で179回開所し、延べ306名の利用者があった。
- ・6月から場所もあらたに盛岡駅前に移転し、開所日も増えたことから前年度よりも多くの方に利用していただいた（前年度：135名）。
- ・活動内容として、お花見や、ハロウィン、クリスマス会など季節の行事を実施。

参加目的があった方が居場所を利用しやすい方に向けて、居場所参加に魅力を感じてもらうための様々なプログラムを実施した。

○調理体験『みそ汁DAY』

実施回数7回 延べ9名参加

毎回みそ汁の具材を変え、季節によって色々な食材に触れながら調理する機会とした。一つの



つながり広場ゆきわり（居場所）

料理をみんなで作り上げていくことで、他の利用者や、スタッフとの交流も多いイベントとなっている。

○『お散歩DAY（野外レクリエーション）』

実施回数4回 延べ14名参加

月に1度、歩いて行ける範囲での盛岡市内の散歩や、展望台などに出向いた。

外に出ることで季節を感じ、リフレッシュする機会となった。



居場所には個室のスペースも

○『野外レクリエーション』

実施回数 2回 延べ参加者数 6名

バッティングセンターや、公園に行き、キャッチボールやバドミントン、フリスビーなどの体力づくり、スポーツを通しての交流をはかった。

○『クラフト DAY』

実施回数 8回 延べ 12名参加

羊毛フェルトや樹脂粘土を使った創作、段ボールで作る財布の創作など。細かい作業が好きな方にとって毎月参加するイベントとなっている。

スモールタウントーク（若者の懇話会）

社会復帰に不安を感じる方、日中の居場所を探している方、ゆるやかなコミュニケーションを求めている若者同士の懇話会



居場所の様子

内容と実績

- ・全体で 20 回実施し、延べ 84 名の利用者があった。
- ・聞きたいことなどのテーマを持ち寄り、それについてみんなで考えたり安心して意見を出し合う場となっている。
- ・よかったこと探し” や順番に自分の話したいことを話す、誰かが話しているときはしっかり聞く、見学やパスもできるなど SST(ソーシャルスキルズトレーニング) の要素を取り入れている。
- ・参加者の中には、家族以外の人との唯一の交流の場となっているケースもある。



お散歩 DAYの様子

- ・公式ラインなどの SNS を使った周知が強化され、居場所を求める人たちへの周知の可能性が広がった。(新規見学者 4名)

【その他】

○ゆきわり通信

年に 2 回、2 月と 7 月に発行し、各支援機関や寄付にご協力いただいた方に支援内容や活動内容、利用者の声など記載し周知している。今年度は 2 月と 7 月で各 250 通、合計 500 通を寄付金に協力してくれた方や関係機関に郵送した

ひとり一人の 課題と 向きあう

個別相談・家族相談



相談窓口

つながり広場ゆきわり

○ 開所時間

月曜～金曜 および

第2第4土曜日

10:00～17:00

アウトリーチ・家庭

訪問は図時。

家族相談会

○ 開催日時

毎月第3土曜

10:00～12:00

自立支援相談窓口とアウトリーチ相談

◎ 個別相談

・ 実施内容

ひきこもり等の当事者及びその家族等へのアウトリーチ及びオンライン対応も含んだ相談支援を行った。スタッフ（家族心理士・公認心理師）が担当し、ケースによっては、他スタッフが同席した。

各ケース毎のアセスメントをもとに、家族療法、心理教育、ブリーフセラピー、システムズアプローチ、オープンダイアログ等のアプローチを実施した。

・ 実績

	実ケース数	実施回数
件数	26 ケース	97 件

・ 成果

家族が来談したケースでは、「気持ちが落ち着いた」、「接し方のヒントやアイデアをもらえた」、「具体的なアプローチができた」、「会話が増え

た」、「本人との関係が良好になった」等の変容が報告された。

また、本人が来談したケースでは、「居場所につながり、楽しかった」、「大学を卒業することができた」等の報告があった。

・ 課題

今後の課題としては、他事業所とのさらなる連携強化、および、本助成終了後も継続して相談の枠組みを確保する等があげられる。

◎ アウトリーチ

・ 実施内容

スタッフ（家族心理士・公認心理師）1名が担当し、ケースによっては、他スタッフが同行した。当事業単独による各住宅の訪問支援（家族療法、オープンダイアログ、ブリーフセラピー等）以外に、他事業所との連携のもと出張相談、技術支援、居場所訪問の実施も行った。

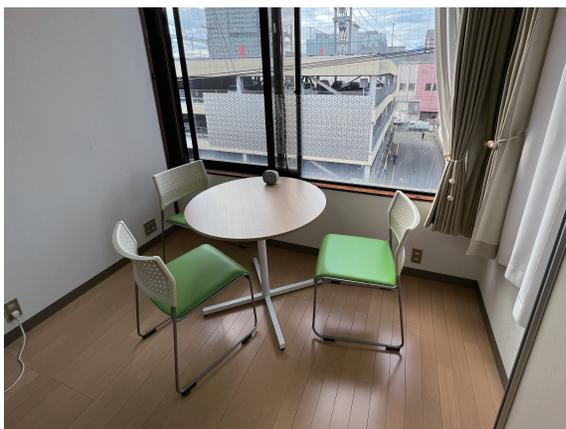
・実績

	実ケース数	実施回数
件数	13 ケース	49 件

・成果

利用者からは、「家事を手伝うようになった」、「通信制高校に転学できた」、「就活の準備を始めた」、「進路の情報が得られた」、「家族間のトラブルが減った」、「家族関係が良くなってきた」、「居場所訪問ができて良かった」、「頼れる相談機関につながった」、「本人へのアプローチのアイデアが得られた」、「地域の資源に関する情報が得られた」等の報告があった。

また、他機関との連携が強化され、地域ごとの包括的支援体制整備への一助として貢献できた。



相談スペース

・課題

アウトリーチ支援は家庭や自室に訪問するなど侵襲的な支援になり易いため、利用者側の抵抗も大きく支援に入れるケースは多くない。また、訪問の際に求められる配慮や利用者や環境のアセスメントに相応の経験やスキルが求められるためアウトリーチを行える人材の確保や養成も難しい。支援にかかる時間に加え訪問に要する移動時間も必要のため負担が大きいのもアウトリーチ支援の課題である。今後、コストとのバランスを図りながら支援をいかにして継続して維持していくかが課題。

◎ 家族相談会

・実施内容

毎月1回、ひきこもり当事者家族を対象に当事者家族の心理教育と心理的安定を図ることを目的に、セミナーや情報交換の場を設けた。担当スタッフ（家族心理士・公認心理師）の他にボランティアスタッフ2名により遂行した。ひきこもりの理解と対応の基本について、心理教育の既受講者グループであるため、ステージアップとしてのピアグループカウンセリング、オープンダイアログ、またトピック的な心理教育も実践した。年末には、クリスマスと忘年会を兼ねた親睦会も開催した。

・実績

	実施回数	実参加家族数	延べ参加家族数
件数	14 回	8 家族	57 家族

・成果

参加者からは、「楽しく、役に立つ話が聞けた」、「ここでしか話せない事情を共有してもらえた」、「家族として、本人が就労するための援助ができた」、「ライフプランについてのアイデアがもらえた」、「障がいについての理解が得られた」、「具体的な接し方について話し合うことができた」、「本人の今の状態を受け入れることができるようになった」、「本人との関係が良くなってきて、本人の前向きな行動が増えた」、「本人が居場所や中間就労の場に出るようになった」等の報告があった。

・課題

個別相談、新規参加者対象の家族教室、他機関事業との連携を図りながら、対象者家族が参加しやすいよう流れのある支援体制を構築していくこと。

本助成終了後の事業継続維持



社会につながる 自立につながる 体験

社会参加体験

社会参加体験

盛岡駅前清掃ボランティア
週1回実施

農業体験(12～3月冬季休)
週1回実施

高齢者等の生活支援
以来の都度随時

その他体験活動
随時

※参加の際にはボランティア保険への加入が必要になります。

社会につながる体験（居場所）

ボランティア体験などを通じて社会とつながってみる

盛岡駅前商店街の清掃ボランティアや農業体験などを実施。その他、随時行われるボランティア活動や体験活動などに参加した。参加の際に社会人ボランティアに同行していただくなど、スタッフだけでなくボランティアの受け入れ先の方やほかの参加者等と交流の機会を設け社会参加体験の一助とした。

ひきこもり当事者がオンラインで支援活動に助言を行うひきこもり当事者シンクタンクなども検討し、SNS等で情報発信し反応を伺ったが、参加希望者がなく、実施には至らなかった。

○内容と実績

盛岡駅前清掃ボランティア 31回 68名参加

農業体験（冬季休み）30回 64名参加

盛岡市社会福祉協議会主催 盛岡市福祉作文・福祉標語作品集入力ボランティア 1回 1名参加

盛岡市共同募金委員会 赤い羽根共同募金街頭ボランティア 1回 1名参加

盛岡市社会福祉協議会当事者居場所『晴天なり』主催そば打ち体験 1回 1名参加

高齢者等の生活支援 24回 28名参加

○振り返り

もりおかユースポートで取り組んでいるニートひきこもり等の就労支援事「もりおか若者キャリアサポートセンター」と連携して既存の資源やネットワークを活用して実施できた。

連携する団体に、事業について周知し参加できる取り組みがあった場合には声をかけていただくよう体制を整えた。



農業体験の様子



ひきこもり支援者討論会

1. 開催日時

2022（令和4）年1月18日（日）13時30分～16時

2. 場所

いわて県民情報交流センター「アイーナ」団体活動室

5. 次第

- (1) 基調提案（20分）
- (2) 討論（90分）
- (3) 参加者発言（15分）
- (4) アンケート記入他

4. 基調提案者

加藤源広（NPO もりおかユースポート理事長）

ひきこもり支援のスタンダードを探る

地域サポーターの育成のための方向性を考える

ひきこもりについて8050問題をはじめして種々の課題が山積する中で、さまざまなひきこもり支援が行なわれている。しかしながら明確な指針をもった有効的な支援が一貫性と連続性をもって行なわれているとは必ずしも言えず、長期化と高齢化の問題の歯止めはかかっている。そうした地域の現状のなかで、サポーター育成を行う側が明確な指針と有効な支援の方向性を確立・共有することが必要であり、それをもって地域の幅広い方々へのサポーター育成に

つなげることができると考える。

以上の視点より、盛岡をはじめ県内各地で先進的・積極的にひきこもり支援に取り組んでいる方々による討論会という形で議論を深めたいと考え、「討論会—ひきこもり支援のスタンダード化・共有化をめざして—」を行った。

なお、「討論会」の際には、討論の幅と有化を広げるために討論者以外のひきこもり支援に携わる方々が「参観者」として参加した。

以下、本討論会について報告する。

「討論会—ひきこもり支援のスタンダード化・共有化をめざして—」（報告）

I 開催趣旨

8050問題をはじめとして種々の課題がある中で、さまざまなひきこもり支援が行なわれていますが、明確な指針をもった有効な支援が一貫性と連続性をもって行なわれているとは必ずしも言えないのではないのでしょうか？そこで、

ひきこもり支援のあるべき姿を探り、それを支援者間で共有することによって支援の有効性を高める一助にしたい。

それを、少人数で時間をかけて意見を交わす「討論会」という形式で行う。

Ⅲ 基調提案 提案者：加藤源広（NPO もりおかユースポート理事長）

1. 基調提案概要

（1）ひきこもりと支援の現状

全国の15歳から39歳まででひきこもり状態にある方の人口が、狭義のひきこもりで17.6万人、広義のひきこもりで54.1万人、8050問題に象徴される中高年のひきこもりも全国で61.3万人、岩手県でも狭義、広義でそれぞれ1.6千人、4.9千人のひきこもりがいと推計され、無視することのできない社会問題となっております。

そのような状況の中で、国や自治体によるひきこもり支援の取り組みや、地域のNPOや民間団体等による居場所の運営、アウトリーチ、ひきこもり家族のサポートなどの活動が広がり、ひきこもりに対する支援も少しずつ充実してきていると感じます。

（2）求められる支援とは

一方で、それらの支援につながる当事者は決して多いとはいえません。それぞれの支援の現場では提供する支援にマッチし現状を改善されていくなど成果を出されていると思います。しかしながら、それらの数を総合してもひきこもりの全体の1割にも達していないのが現状なのではないでしょうか。確かにひきこもりの方は外に出ない、他者とのコミュニケーションに強いストレスを感じるなど、支援に繋がりにくい特徴があります。しかし、繋がりにくいから、難しいからしょうがないという現実がある一方で、現状の支援が当事者のニーズにマッチしていない可能性も含め、どうやったら今ある支援につながっていない当事者が支援にアクセスしてくれるのか、改めて当事者が求める支援がどういったものなのか検証する必要があるのではないのでしょうか。

（3）ひきこもり支援をシンプルに

ひきこもり支援の課題に支援の難しさ、複雑さがあると思います。ひきこもりは「6ヶ月以上にわたって家族以外の他者と社会的交流を持たない人」と定義されているとおりに状態像であり、個々の当事者が抱える悩みや不安、障害や病気などの課題を表してはい

2. 基調提案

「基調提案」参照

「ひきこもり支援の課題」（基調提案より抜粋）

- ①支援につながる当事者が少ない — 利用者の少なさをどうとらえるか？—
- ・そもそも出てこない人だからしょうがない？
 - ・現状の支援が当事者のニーズに合っていない？

- ②ひきこもり支援の支援者、資源の不足、偏在 — ひきこもり支援の複雑さ、あいまいさ—
- ・範囲、目的が明確でない。
 - ・プロセスが不明確
 - ・検証、共有が難しい。

IV 討論

討論は、以下の次第で進行した。

- ① 自己紹介及び現在抱えている課題について
- ② 支援のありようについて、及びその課題についての共有
- ③ ひきこもり支援の共通項をさぐる。

※以下は、話し合われたことの要点

■支援課題の共有

- ・ひきこもりたい人は好きなだけ休養してもいいと思う。そこで、長期化する中で不具合が出る（肯定感が下がる、人との交流がとれないなど）が問題となり、サポートが必要となる。
- ・本人の何とかしたいという動機づけがないところに壁がある。長期化、不具合化のなかで「何もできない」と思いこむところがみられる。動機づけるための関りが必要。
- ・本人は休みたい、家族や支援者は何とか動いてほしいと考える。両者にギャップがある。
- ・長期化しない前の、早期からの支援が大切。義務教育段階での支援が卒業時点で途切れてしまう場合が多くみられるので縦の連携が必要。
- ・精神、発達、知的などの課題をベースに持っている人の場合は、しっかりアセスメントをして関わる必要がある。
- ・人とのつながり、信頼をやり直す事がひきこもり支援のポイント。そのための生き直しの場、つながり直す場をどう作るか。

■支援の共通項

- ・家族が変わっていくことの大切さ。家族の心のケアの大切さ。
- ・本人が困り感や何とかしたいという気持ちを持つことが重要：本人が今の困り感を話せる機会づくり、関係づくり。本人が自分のニーズや好きなことに気づくことへの支援。
- ・家族は未来をみて、本人は今しかみていないという時間軸のギャップをうめること。
- ・人と人とのつなぎ直し：本人に合わせたアプローチ。楽しめるメニューから始める。支援者も本人も好きなことを持ちよって互いにマッチングする機会をつくる。
- ・ひきこもりの方が高齢者のサポートに入ったときなどに「ありがとう」と言われることで自信につながる。支援する一される関係から、相互に支援しあう関係づくりが大事。
- ・スペシャリストだけでなく、地域のサポーターを増やすこと：サポーターが自分の得意なことでは支える。地域の人がたくさん関わっていくことが大切。



相談スペース

V アンケート結果

○アンケート記入者17名

1. 全体を通してのご感想

大変有意義だった。	12名
有意義だった。	5名
どちらでもなかった。	0名



2. 討論会を通して、感じた点について（自由記述）

(1) 良かった点

- ・いろいろな立場の支援活動がわかった。支援の多様性、色々な支援者が関わることの有効性がわかった。
- ・他の方の考え方が聞けた。今後の活動に生かしたい。
- ・改めて難しさを感じたが、方向性が確認できた。
- ・様々なケースに接している方々が事例を交え、それぞれの考えを交えた話しが聞けた。
- ・ひきこもり支援について、多くの機関が集まって課題等を共有できたこと。沢山の機関が関わっていくことが大事ということを再確認できた。
- ・各分野からの実態に即した状況を伺うことが出来、「ひきこもり状態にある方」への支援について統合的に考えることができた。



実際に支援に当たっている方々の具体的な事例を聞いて勉強になった。

討論者がそれぞれの立場で問題意識を持って話されていて良かった。



- ・様々な立場から、支援していて感じる課題の共有ができていたこと。討論の中で出た支援方法を別の機関でも参考にしたいという意見があり、支援のバリエーションが増えるきっかけになっていたこと。
- ・支援者も様々な課題を抱えながら行なっていることがわかった。自分もどういった支援をしてよいのか分からなかったが、良いヒントをいただいた。
- ・支援者育成が課題だ。私どもの法人でも同じ。世代交代をどう実現するか難しいところです。
- ・様々な立場の方の実践が聞いて面白かった。
- ・ひきこもり支援のコアメンバーが一堂に会した場をつくっていただいたこと。
- ・いろいろなことを行なっている人達が集まっていて良かった。
- ・本人支援の具体的な資源を少し知ることができた。

2. 討論会を通して、感じた点について（自由記述）

(2) 気になった

- ・当事者の声の取り入れ方をどうしていくのか。本音の引き出し方、信頼関係の作り方など考えていくことが多いと感じた。
- ・個々のケースごとに支援方法・寄りそい方が異なるため、支援者側のふところの深さや経験値が必要になってくると思われ、支援者育成も時間がかかるもののかなと思った。
- ・スクリーンにメモが写っていたが、折角だから内容が見えるようにして欲しかった。
- ・居場所について具体的によく分かった。
- ・民間でボランティアで支援している立場にとっては、有用な点が少なかった。
- ・おっ！と思ったのはメンタルフレンドなる制度があること。調べてみたい。



セミクローズドであるということ。経験者がいてもよかったかも。

(3) その他

- ・討論会というより、情報共有会というような暖かい場だったので、今後もタイトルが違って、こういう場があってもよいかなと思った。
- ・市民への周知、啓発が大切だと思うが、時間がかかりそう。
- ・概念的なたとえが多くて理解しづらい部分があった（困り感、時間軸・・・）。
- ・公的支援の現場の話聞くことができ良かった。
- ・参観者の発言の機会が少ない。その話題の時に意見を言えると良い。

地域の人材不足がいわれる中で、地域に負担をかけるのはどうかと考えています。



- ・当事者や家族の直接的な意見が討論のなかでなかったこと。
- ・ひきこもり支援のゴールは果たして何かというところ。人が幸せに暮らすことが一番ではないかと思う。
- ・本人は自分探しを求めているところがあると思う。何が好きなのか、何が出来るかも分からなくなっている中で、自分のニーズが分からない人がほとんどです。一緒に考え、一緒にゆれて、迷ってくれる人（支援者、サポーター、誰でもよい）がいると、今回提示された支援につながるきっかけになるのでは？
- ・意外に時間が足りなかったですね。
- ・主催者が構想していることをもっと伺いたかった。

一律に「何か」を提供するとかつくるのは難しいかと思うが、支援のカタチづくりの大きなヒントになったと思う。



3. ひきこもり支援に関しての要望や課題等について（自由記述）

- ・ 支援活動にお金がつくといいですね。
- ・ 活動参加がお金になる事がキーワードになり、これらが肯定感アップのポイントにもなると感じた。
- ・ 早期発見、地域からの声を集めやすい仕組みづくり。
- ・ 対象者（親、本人）へのアプローチ自体がオーダーメイドで多様なものだと思うが、まずは既存資源を共通認識して、無いものをどう実現していくかだと思う。



ヤングケアラー、子ども食堂、学習支援など、他の支援との連携についても積極的に考えていけると良い。

多様な支援者の方々の悩みや課題を理解することが出来た。



- ・ 地域づくり、地域とのつながり。
- ・ 既にある資源の活用
- ・ ひきこもり支援に関わっているみなさんの集まりが定期的にあるとよいと思う。
- ・ 弱さを表面に出せるのはよっぽど強い人だと思う。まずはそれを言い出せるように、「対人」というものもあるが「場の空気」という力の大きさもあるのではなかろうかと思う。
- ・ 「あなたがあなたのみままでいい」ともっと伝えていきたい。

VI 成果と課題

1. 成果と課題

(1) アンケート結果は「大変有意義」7割、「有意義」3割であり、参加者にとって有意義な会であったと言える。自由記述からも「ひきこもり支援のコアメンバーが一堂に会して課題等を共有できた」「様々な立場の方々の意見や具体的な資源を知ることができ、方向性が確認できた」等の肯定的な評価が得られている。

ファシリテーターのコメントからも、討論会を通して「支援者の姿勢について」「家族支援について」「ひきこもりの見方について」の共有ができたことが示される。

(2) 今回の討論会を通して支援のあるべき姿を支援者間で共有することは一定程度出来たと言えるが、開催趣旨に述べた「有効な支援が一貫性と連続性をもって行われる」までには至っていないとは言えない。今回の討論会を手始めとしてこうした機会を繰り返すことによって更に内容を深め、実践やサポーター育成につなげていくことが必要であると考えられる。



VI 成果と課題

1. ファシリテーターからのコメント

ひきこもり支援の従事者によるダイアログ

狩野俊介（岩手県立大学社会福祉学部）

「討論会」では、討論者がそれぞれのひきこもり支援における経験知をお盆の上に出し合うような対話（ダイアログ）、そして討論者及び参観者がその内容を共有できることを目指しました。そうした「討論会」でのひきこもり支援における共通項について、ファシリテーターとしての内なる対話を記してみたいと思います。

1) 一つは、ひきこもり支援における支援者の姿勢についてです。私自身も一人の支援者ですが、多くの支援者には当事者の社会参加や自立のために積極的に支援したいという思いがあるはずです。しかし、その一方で、本人の支援してほしい/困っているという思いの芽生えを待ち、育むかかわりが求められます。そのため、支援者には自らの思いに折り合いをつけ、当事者の思いを中心とした支援による不確実性への耐性が必要になります。

2) 一つは、ひきこもり支援における家族支援についてです。ひきこもり支援では、家族の相談から開始することが多く、家族の変化が本人に影響を与えることが期待できます。それは、家族を支援することで家族と本人の関係がつなぎ直され、家族による本人に対する直接的なかわりかかわりが変化する場合もあれば、家族の変化の背景にある支援に本人が関心を持つ場合もあるでしょう。そうした家族支援の際には、誰が何に困り、どのような解決をイメージしているのかに加え、現在、未来といった時間軸を意識することが重要になります。

3) 一つは、ひきこもり支援における“ひきこもり”の見方についてです。「討論会」から、“ひきこもり”はその人が生きづらさを抱えていることを知らせるアラーム、“ひきこもり”は支援される立場だけでなく支援する立場になれることで結果的に支援を受ける立場になるということです。このように捉えることで、多様で柔軟な支援を展開できると考えています。

以上、簡単ですが「討論会」で共有できたと思っている内容を記載いたしました。これらは、それぞれの支援者において当たり前の内容であったかもしれませんが、言語化して語り、共有する機会は少なかったのではないのでしょうか。今後も支援者、そして当事者やその家族を含めてダイアログを行える機会が設けられることを期待しています。

ゆきわりサポーター募集中

ひきこもり支援室ゆきわりの活動を支えていただけるサポーターさんを募集しています。地域にお住まいの方、大学生・高校生等でボランティア活動に興味のある方、ひきこもりや不登校の支援や居場所、地域づくりの活動などに興味がある方、ぜひご参加ください。



居場所活動

毎週、月曜から金曜日に開所しているつながり広場ゆきわりでは、ひきこもり等の居場所や当事者の交流イベントなどを開いています。

- **お手伝いしてほしいこと**
- 参加者との交流 ・ 体験活動補助
- 不登校やひきこもり等の学習支援、話し相手
- 学習会、研修講師、企画提案など



社会参加体験

ボランティアや職場見学、職場体験を受け入れていただける事業所やいっしょにボランティアに参加していただけるサポーターを募集しています。

- **お手伝いしてほしいこと**
- ボランティアや職場体験等の受入れ
- ボランティアの送迎
- 体験活動への参加、同行など
- 交流イベント企画提案など



地域支え合い事業

一人暮らしのお年寄りのサポートや地域のイベントのお手伝いなど、地域のくらしや交流のお手伝い。

- **お手伝いしてほしいこと**
- 高齢者生活支援の参加、補助、同行
- ボランティアサポーターの送迎
- 作業の技術指導など
- 行事、イベント参加の提案など



その他のサポート

ひきこもり支援室ゆきわりでは様々な方面から活動をサポートしていただける方を募っています。

- **お手伝いしてほしいこと**
- ゆきわり活動の企画提案など
- 印刷物やホームページ等のデザイン
- 経理・税務など専門的支援
- 活動資金、物品の提供などの寄付

あなたの寄付が、ゆきわりの活動のちからに

ゆきわりの活動は民間の助成金や寄付金によって運営されています。教材や食材、機材などの物品や運営資金の寄付もお願いしています。

寄付受付
口座

特定非営利活動法人もりおかユースポート 【トクヒ）モリオカユースポート】
郵便振替口座 02230-0-140719 岩手銀行盛岡駅前支店 普通口座2088351

※ 郵便振替にてご寄付の際には、通信欄に「ひきこもり」とご記入ください。ひきこもり支援への寄付になります。

— もりおかユースポートの活動 —

若者支援



もりおか若者キャリアサポートセンター

もりおかユースポートが運営する、就労や自立に困難を抱える若者の自立を総合的に支援する若者支援の拠点

● もりおか若者サポートステーション

就労や自立に困難を抱える15歳～39歳の若者と40歳～49歳の就職氷河期世代の長期無業者を中心に就職の支援を行います。

通信制高校や中退や進路未決定で卒業が見込まれる生徒や学制の支援もしています。

■ **対象地域** 盛岡広域、久慈広域、二戸広域
花巻広域、北上広域、宮古広域、釜石広域

■ **支援内容** 履歴書指導、面接対策、キャリアカウンセリング、就労相談、就活支援、職場体験、ボランティア体験、出張相談、出張セミナー、カウンセリング、各種セミナーなど様々なプログラムを実施して若者の就職支援を行っています。

地域若者サポートステーション事業は、厚生労働省が実施する岩手労働局の委託事業です。

● みやこ若者サポートステーション

みやこ若者サポートステーションは、もりおか若者サポートステーションが宮古市に設置する沿岸の若者の支援拠点です。

もりおか若者サポートステーション同様、若者と氷河期世代の方の就労支援を行っています。

● ミ・ポルトいわて

(岩手県社会的養護自立支援事業)

様々な理由で児童養護施設や里親の元で生活し、高校卒業を機に公的な支援から離れ、保護者や親族からのサポートなしに、一人で自立して社会人生活や進学を目指さなければならない子どもたちがいます。

そのような子たちを22歳までの間、生活や自立の支援、就労支援、就労継続支援、当事者の情報交換と交流の居場所、住居(シェアハウス)の提供などを行ってサポートしています。

ひきこもり支援



ひきこもり支援室ゆきわり

ひきこもりや不登校等の当事者及びその家族を対象に、本人及び家族への相談支援、アウトリーチ(家庭訪問)、家族会、家族教室、居場所活動、ボランティア等の体験の支援を行っています。

ひきこもり支援者セミナーや各種講演会も企画・運営しています。

子ども支援

子ども・地域よりあい広場
「わっこの家」



子どもの居場所・子ども食堂活動を中心に、小学生の学習支援、地域住民対象の茶話会、郷土料理・手仕事などの体験会、高齢者の生活支援活動、地域のイベントのお手伝いなど、子どもと地域をつなぐ活動を行っています。



学びの広場TOMO
(盛岡市・滝沢市)

家の状況により学習の環境が整わない家庭の中学生を対象に、盛岡市と滝沢市の公民館等で定期的に学習の支援を行っています。

フリースクールもりさぼ



何らかの事情で通学することに困難のある子どもたちを対象に、個別で学習支援を行っています。ひとり一人が安心して自分のペースで学んだり、自立に向けたキャリアの学習のサポートも行います。

外出の機会をつくり、生活のリズムを整えるための居場所としても活用できます。

生活困窮者支援

盛岡市生活困窮者就労準備支援事業

盛岡くらしの相談支援室(盛岡市生活困窮者自立支援相談窓口)を利用されている方で、とくにきめ細やかな自立就労支援を必要とされる方に、キャリアカウンセリング、就労相談、就活支援、職場体験、ボランティア体験、各種セミナー等のプログラムを提供して就職支援を行っています。

中間的就労支援

生活困窮者就労準備支援事業の利用者等で、まとまった期間の体験活動が就労支援に有効と思われる方を対象に、就業体験、ボランティア体験、農業体験などを有償ボランティアとして提供しています。



特定非営利活動法人もりおかユースポート

もりおかユースポートは、若者の支援のために結成されたNPO法人です。岩手に若者が社会へ船出するための拠点を作りたい。そんな願いをこめて「若者の港」=「ユースポート」と名付けました。

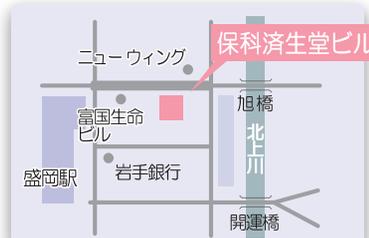
現在は若者支援をはじめ、ひきこもり支援、子ども支援、子どもの学習支援、生活困窮者支援、社会的養護支援など幅広い世代の支援を行っています。

連絡先
問合せ先

〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通16-15保科済生堂ビル3階
TEL:019-613-3457 FAX:019-625-8461
E-mail:mail@my-port.jp ホームページ:http://my-port.jp



MAP



2021年度補正予算

独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成事業
家庭から社会までを包括的に支援するひきこもり
支援アップデート事業活動報告書

発行 特定非営利活動法人もりおかユースポート
所在地 岩手県盛岡市盛岡駅前通16-15
保科済生堂ビル3階

TEL:019-613-3457

Email:mail@my-port.jp

URL:http://my-port.jp

発行年月日 2023年3月

