



総領支所地域振興室 専門員
繁藤 千由香

ひきこもり 支援

保健医療課健康推進係
☎0824-73-1255

ひきこもりとは、「さまざま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、家庭外での交遊など)を回避し、原則的には6カ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)」といわれています。(「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」より)

内閣府の調査によると…

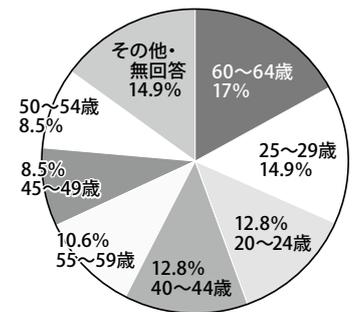
中高年のひきこもりは推計 61 万 3 千人で、その半数以上が7年以上ひきこもっていると報告されており、ひきこもりの高齢化、長期化が浮き彫りになりました。

また、この調査では、子どもの頃からひきこもりの状態が続く人のほか、定年退職により社会との接点を失ったり、職場や人間関係でうまくいかなかったり、何らかの挫折体験がきっかけになっているという結果が出ています。

ひきこもりになったきっかけ (上位5つ、複数回答)	
退職した	36.2%
人間関係がうまくいかなかった	21.3%
病気	21.3%
職場になじめなかった	19.1%
就職活動がうまくいかなかった	6.4%

(注)40～64歳、内閣府調べ

ひきこもりの状態になった年齢



ひきこもり支援

ひきこもることは決して悪いことではありません。何かに失敗したり、人間関係がうまくいかなかったり、その環境になじめないとき、「誰にも会いたくない」「自分の一番安心できるところに居たい」と思うのは当たり前のことです。しかし、社会から離れ、自分だけの空間にこもる期間が長くなると、本来その期間に得られるはずの体験ができないことで、社会に適應する力が低下する恐れがあります。

ひきこもりを「放っておけばなんとかなる」「家に居たらいい」と安易に判断せず、本人の状態を見極めて、本人に合った支援をしていくことが必要です。大切なのは、**本人が安心していられる居場所があること、一歩踏み出したいという人には適切な支援を行うこと**です。

ひきこもり支援の第1歩は本人への理解

まずは寄り添い、支援者との信頼関係を築くことで、本人も冷静に自分自身と向き合うことができるようになります。支援者から見て最良と思われる情報提供であっても、本人にとっては受け入れられないこともあります。その反応に応じて支援の方向性を少しずつ調整し、少し遠回りになっても本人の自発性を待つということも大切な支援です。

ひきこもり支援のゴールは「社会参加」

たとえ就労につながらなくても、地域社会で自分らしく、人との適度な関わりを持って生きていけることが目標ではないでしょうか。



社会資源

ひきこもり地域支援センター、精神保健福祉センター、医療機関、保健所、市役所、地域若者サポートステーション、ハローワーク、学校など、さまざまなきっかけから関わりがもてる社会資源があります。また、「家族の会」や「支援者の会」は、学習や情報の共有を通して、本人・家族の理解を深めています。庄原市でも、各地域で相談窓口の設置やひきこもりの理解を深める活動が広がっています。

※市内の支援者の会で、本人の体験をもとにした絵本「トンネルの出口～掘るのはだれ?～」が作成されましたのでご紹介します。(関連記事 19 ページ)