

厚生労働省「平成28年度生活困窮者就労準備支援事業費等補助金  
社会福祉推進事業」

# ひきこもりの実態に関する アンケート調査報告書

特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会  
2017年3月



## 目 次

はじめに	1
第一部 本人調査	3
1. 目的	
2. 調査方法	
3. 結果	
第二部 家族調査	23
1. 目的	
2. 調査方法	
3. 結果	
第三部 自由記述	57
第四部 全体のまとめ	113
おわりに	123
参考・引用文献	124

資料



## 図表一覧

### 第一部 本人調査

- 図1-1 現在のひきこもり状態
- 図1-2 過去のひきこもり状態
- 表1-1 本人回答者が住んでいる場所
- 図1-3 本人回答者の年齢
- 図1-4 本人回答者の性別
- 図1-5 同姓に対して感じる性的魅力の有無
- 図1-6 ひきこもりの程度
- 図1-7 本人回答者と親の同・別居
- 図1-8 別居している本人回答者の別居期間
- 図1-9 ひきこもり初発年齢
- 図1-10 ひきこもり期間
- 図1-11 支援・医療機関の医療状況
- 図1-12 現在の各状況についての不安
- 図1-13 5年後の各状況についての不安
- 図1-14 家庭外の社会的交流
- 図1-15 家庭内交流
- 図1-16 価値に沿った行動
- 図1-17 社会参加
- 図1-18 支援・医療機関を利用する抵抗感
- 図1-19 社会参加への困難感の程度

### 第二部 家族調査

- 図2-1 現在のひきこもり状態
- 図2-2 過去のひきこもり状態
- 表2-1 家族回答者が住んでいる場所
- 図2-3 家族回答者の続柄
- 図2-4 家族回答者の年齢
- 図2-5 ひきこもり本人の性別
- 図2-6 ひきこもり本人の年齢
- 図2-7 ひきこもり本人と家族回答者の同・別居
- 図2-8 支部への所属
- 図2-9 外出日数

図2-10	ひきこもり初発年齢
図2-11	ひきこもり期間
図2-12	支援・医療機関の利用状況（本人）
図2-13	支援・医療機関の利用状況（家族）
図2-14	現在の各状況についての不安
図2-15	5年後の各状況についての不安
図2-16	支援・医療機関を利用する抵抗感
図2-17	社会参加への困難感の程度
図2-18	ひきこもりの程度
図2-19	社会参加の幸福感
図2-20	家事の幸福感
図2-21	子育ての幸福感
図2-22	社会活動の幸福感
図2-23	家計の幸福感
図2-24	コミュニケーションの幸福感
図2-25	愛情の幸福感
図2-26	仕事・学校の幸福感
図2-27	感情面のサポートの幸福感
図2-28	全体的幸福感
図2-29	日ごろのひきこもり本人とのかかわり
図2-30	場面1
図2-31	場面2
図2-32	場面3
図2-33	場面4
図2-34	場面5
図2-35	場面6
図2-36	場面7
図2-37	場面8
図2-38	場面9
図2-39	場面10
図2-40	場面11
図2-41	場面12

#### 第四部 全体のまとめ

- 図4-1 ひきこもり本人の平均年齢の推移
- 図4-2 ご家族の平均年齢の推移
- 図4-3 ひきこもり期間の推移
- 図4-4 高年齢化事例の特徴：ひきこもり本人の年齢（家族調査）
- 図4-5 高年齢化事例の特徴：ひきこもり本人の年齢（本人調査）
- 図4-6 高年齢化事例の特徴：40歳未満の方のご家族の続柄
- 図4-7 高年齢化事例の特徴：40歳以上の方のご家族の続柄
- 図4-8 高年齢化事例の特徴：ひきこもり期間
- 図4-9 高年齢化事例の特徴：現在および5年後の状況に対する不安（家族調査）
- 図4-10 高年齢化事例の特徴：現在および5年後の状況に対する不安（本人調査）
- 図4-11 高年齢化事例の特徴：社会参加困難感
- 図4-12 高年齢化事例の特徴：ひきこもりの程度





## はじめに

本報告書の目的は、当会の支部に参加されている家族やひきこもり状態にある人の実態と長期高年齢化の影響を明らかにすることでした。そのために、現在、ご本人自身あるいはご家族の観点からひきこもり状態にある人の実態についてアンケート調査を行いました。

本報告書によって示された知見が、今後のひきこもりの理解と支援の発展の一助となればと考えております。

本年度の調査では、ご家族 399 名、ひきこもり経験者 119 名の協力が得られました。当会では、多くの家族・ひきこもり経験者のご協力をいただき、このような全国規模の調査を 14 年間に渡って実施しており、他にはない貴重な知見を提供し続けています。

KHJ 全国ひきこもり家族会連合会が 2004 年から毎年調査を続けているということは稀にすばらしいことだと思います。そして、そのアンケート調査により私たちは長期化、高年齢化の傾向が続いている事に危惧を持っていました。今回の報告は裏付けになる貴重な報告となります。

最後に、本調査の実施にご協力くださった KHJ 全国ひきこもり家族会連合会の各支部の会員の皆様、各支部の代表の方々に心より感謝を申し上げます。ご協力くださった皆様のご厚意を無駄にしないよう、本調査の結果を広く普及、活用していく所存です。

なお、本調査は、厚生労働省の平成 28 年度社会福祉推進事業「長期高年齢化したひきこもり者とその家族への効果的な支援及び長期高年齢化に至るプロセス調査・研究事業」の助成を受けて実施することができました。ここに記して御礼申し上げます。

平成 29 年 3 月吉日

特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会

共同代表 伊藤 正俊 中垣内 正和



# 第1部 本人調査



## 1. 目的

本調査は、ひきこもりの長期高年齢化の影響を明らかにすることを目的としています。

## 2. 調査方法

### (1) 調査対象者

特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会（以下、「家族会」とする）の支部が平成 28 年 11 月～平成 29 年 1 月に開催した月例会において調査を実施しました。月例会参加者のうち、調査協力の得られた 119 名の回答が分析に用いられました。

### (2) 調査内容（注：調査内容の詳細は、巻末の資料を参照してください）

①基礎情報 本人調査に回答した方（以下、本人回答者）に関する以下の情報について回答を求めました。

- ・現在のひきこもり状態の有無
- ・過去のひきこもり状態の有無
- ・現在住んでいる都道府県
- ・年齢
- ・性別
- ・同姓に対して感じる性的魅力の有無
- ・現在のひきこもりの程度
- ・家族との同・別居
- ・ひきこもりの期間
- ・支援・医療機関の利用状況

### ②生活状況について

- ・各状況に対する現在の不安
- ・各状況に対する 5 年後の不安
- ・生活状況
- ・支援・医療機関を利用する抵抗感
- ・社会参加に関する困難感

### (3) 調査手続き

調査の趣旨に関する文書を読んだ上で、調査協力に同意された方のみが調査用紙に回答をしました。調査の趣旨に関する文書は、調査用紙から切り離して、持ち帰っていただくように依頼しました。

回答者には，月例会において調査用紙と返信用封筒を配布し，返信用封筒に入れて郵送にて回収をしました。

結果

(1) 現在のひきこもり状態

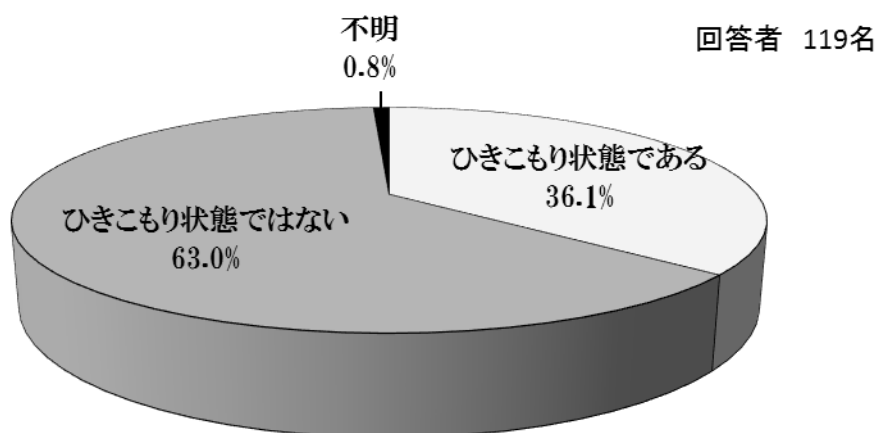


図1-1 現在のひきこもり状態

図1-1に、本人回答者の現在のひきこもり状態について示しました。現在ひきこもり状態である方が36.1%、現在ひきこもり状態ではない方が63.0%、不明が0.8%でした。

(2) 過去のひきこもり状態

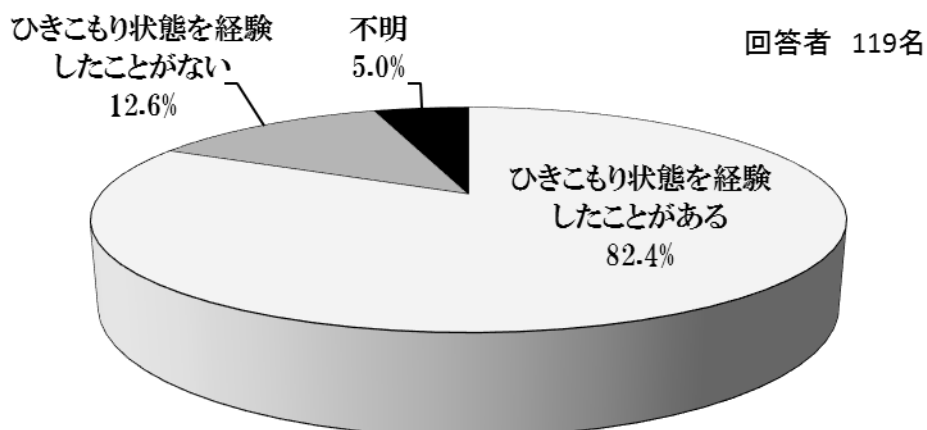


図1-2 過去のひきこもり状態

図1-2に、本人回答者の過去のひきこもり状態について示しました。過去にひきこもり状態を経験したことがある方が82.4%、過去にひきこもり状態を経験したことがない方が12.6%、不明が5.0%でした。

(3) 本人回答者の住んでいる都道府県

表1-1 本人回答者が住んでいる場所

地方	都道府県	人数	地方	都道府県	人数		
北海道・東北地方	北海道	2	近畿地方	三重県	1		
	青森県	4		滋賀県	0		
	岩手県	0		京都府	0		
	宮城県	2		大阪府	1		
	秋田県	2		兵庫県	7		
	山形県	9		奈良県	0		
	福島県	0		和歌山県	0		
	関東地方	茨城県		0	中国地方	鳥取県	1
		栃木県		5		島根県	0
		群馬県		1		岡山県	1
埼玉県		2	広島県	1			
千葉県		16	山口県	3			
東京都		8	四国地方	香川県		5	
神奈川県		2		愛媛県		1	
中部地方	山梨県	1		徳島県	0		
	長野県	1	高知県	6			
	新潟県	14	九州地方	福岡県	0		
	富山県	2		佐賀県	0		
	石川県	0		長崎県	0		
	福井県	0		熊本県	0		
	静岡県	4		大分県	1		
	愛知県	10		宮崎県	0		
岐阜県	1	鹿児島県		0			
		沖縄県		0			
		不明	5				
		記入なし	0				
		合計	119				

表1-1に示したとおり、本人回答者が住んでいる場所は29都道府県（24都府県）に分布しています。各地方の割合としては、北海道・東北地方が16.7%（12.8%）、関東地方が29.8%（33.7%）、中部地方が28.9%（15.1%）、近畿地方が7.9%（24.4%）、中国地方が5.3%（2.3%）、四国地方が10.5%（9.3%）、九州地方が0.9%（2.3%）となっています（カッコ内は昨年度の値）。

昨年度よりも各地方に幅広く回答されていることが分かります。また、都道府県単位では、昨年と同様に千葉県に回答者が特に多いことが分かります。この県では、家族会が運営している居場所に本人回答者が多く参加しているものと考えられます。



(4) 本人回答者の年齢

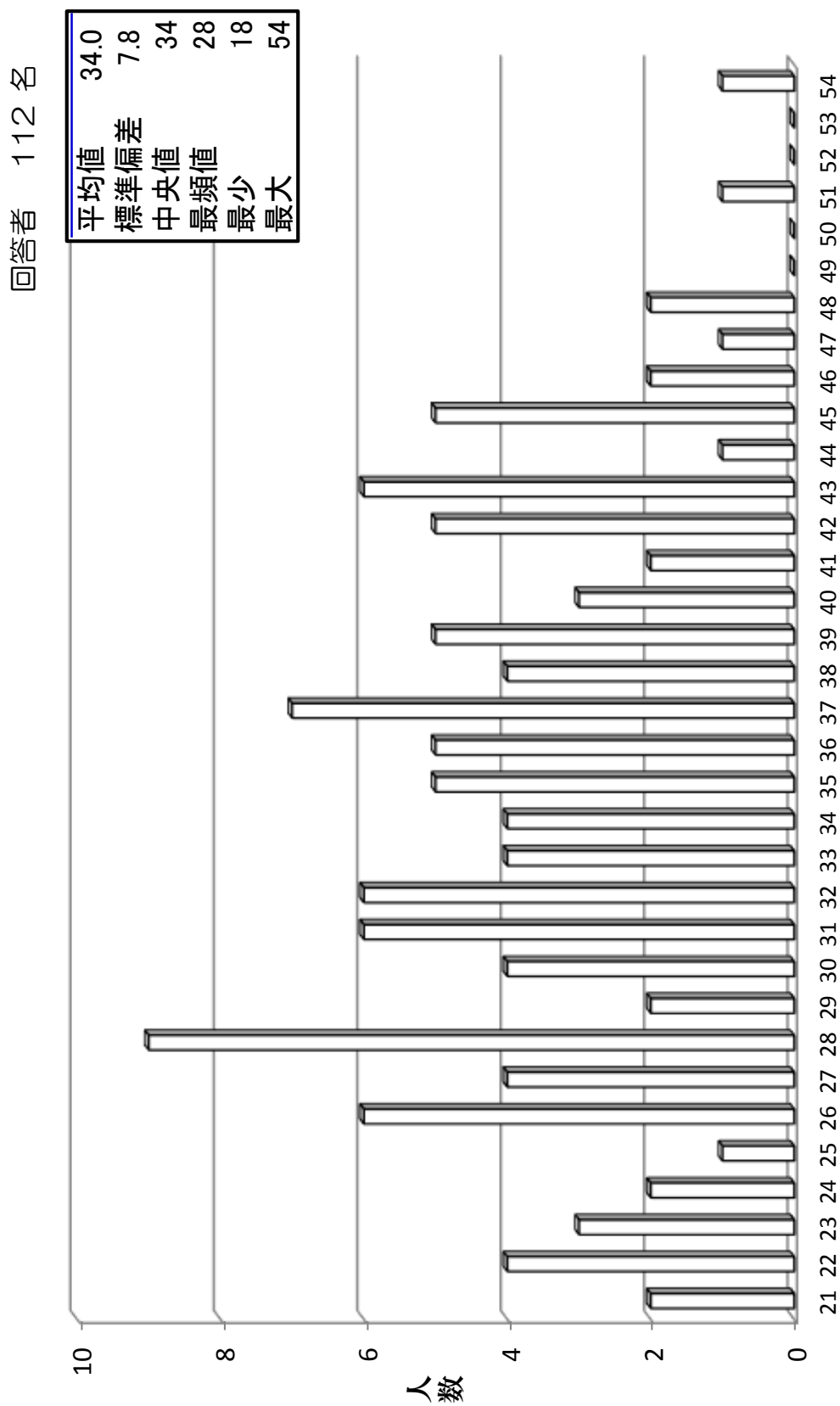


図1-3 本人回答者の年齢

図1-3のとおり、本人回答者の平均年齢は34.0±7.8歳(35.6±7.5歳)であり、最年少が18歳(21歳)、最年長が54歳(54歳)でした(カッコ内は昨年度の値)。

(5) 本人回答者の性別

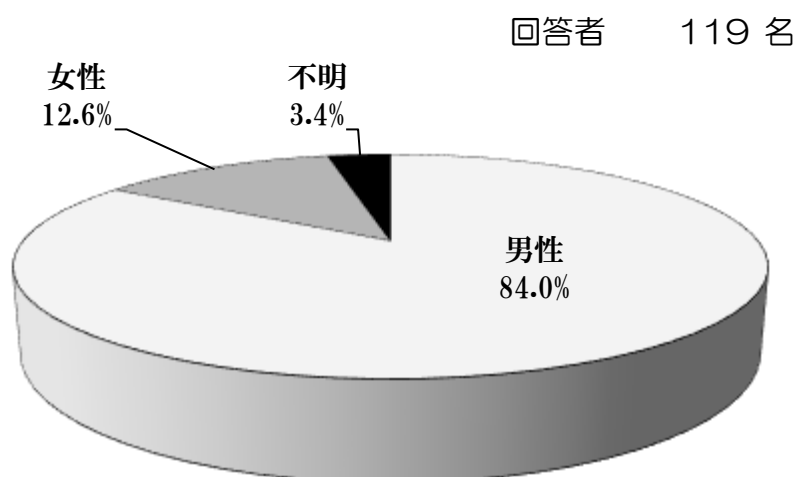


図1-4 本人回答者の性別

図1-4に本人回答者の性別を示しました。男性が84.0%(81.4%)、女性が12.6%(18.6%)でした(カッコ内は昨年度の値)。家族調査の結果よりもやや男性の割合が多いことが分かります。

(6) 同姓に対して感じる性的魅力の有無

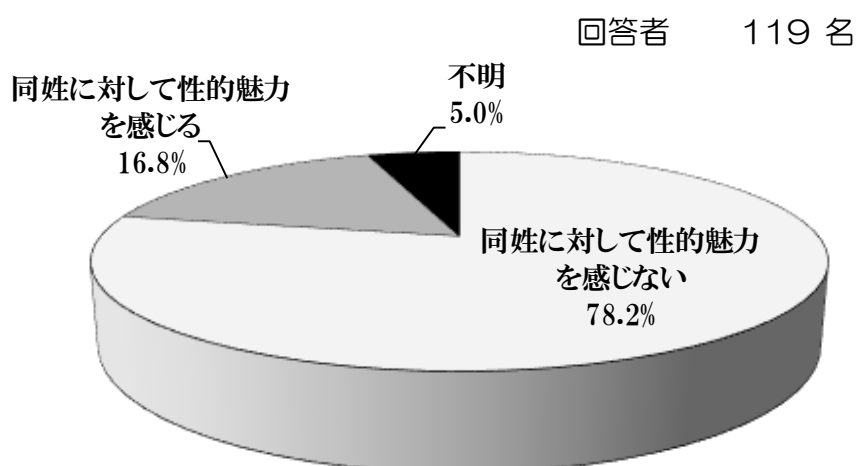


図1-5 同姓に対して感じる性的魅力の有無

本人回答者が同姓に対して性的魅力を感じるかどうかについて、図1-5に示しました。同姓に対して性的魅力を感じないと回答した方が78.2%、同姓に対して性的魅力を感じる方が16.8%、不明が5.0%でした。

(7) ひきこもりの程度

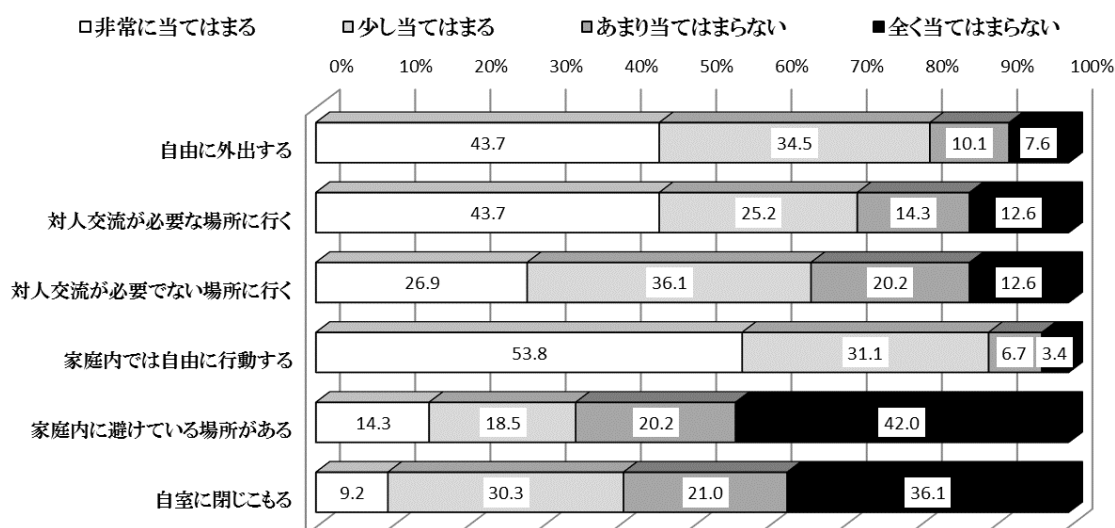


図1-6 ひきこもりの程度

図1-6のとおり、「家庭内では自由に行動する」について「非常に当てはまる」もしくは「少し当てはまる」と回答した方は84.9% (88.0%)、「自由に外出する」について「非常に当てはまる」もしくは「少し当てはまる」と回答した方は78.2% (81.0%)という結果となりました。ひきこもりの程度については、家庭内では自由に行動でき、外出も自由にできている人が多いと言えます。家族会に参加している本人回答者の方は、ひきこもりから回復してきている人が多いことが分かります。また、「自室に閉じこもる」について「非常に当てはまる」もしくは「少し当てはまる」と回答した方は39.5% (47.0%)でした (カッコ内は昨年度の値)。

(8) 本人回答者と家族の同別居

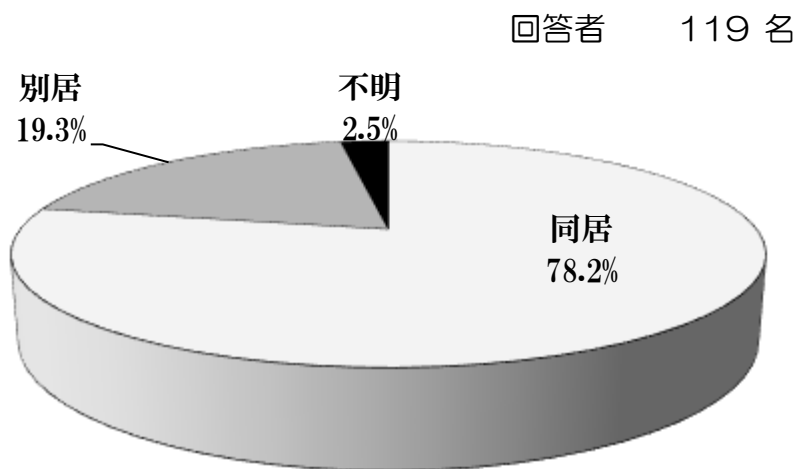


図1-7 本人回答者と親の同・別居

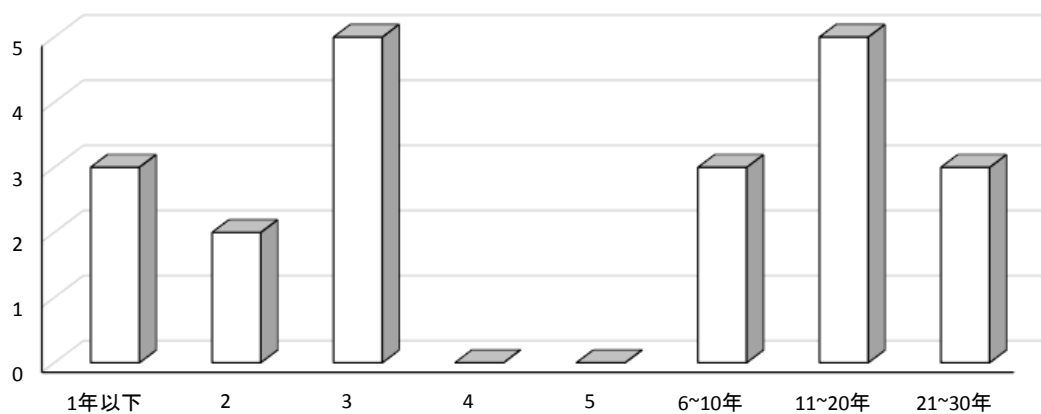


図1-8 別居している本人回答者の別居期間

図1-7のとおり、本人回答者と家族の同別居に関しては、同居している人が78.2% (66.3%) であり、別居している人は19.3% (33.8%) でした (カッコ内は昨年度の値)。昨年度よりも、同居している方の割合が高く、また別居している方の割合が低い結果になりました。

また、図1-8のように、別居している人は別居期間が1~3年以内の比較的短い人と11~20年、21~30年と比較的長い人の両パターンが多いことが分かります。

(9) ひきこもりの初発年齢

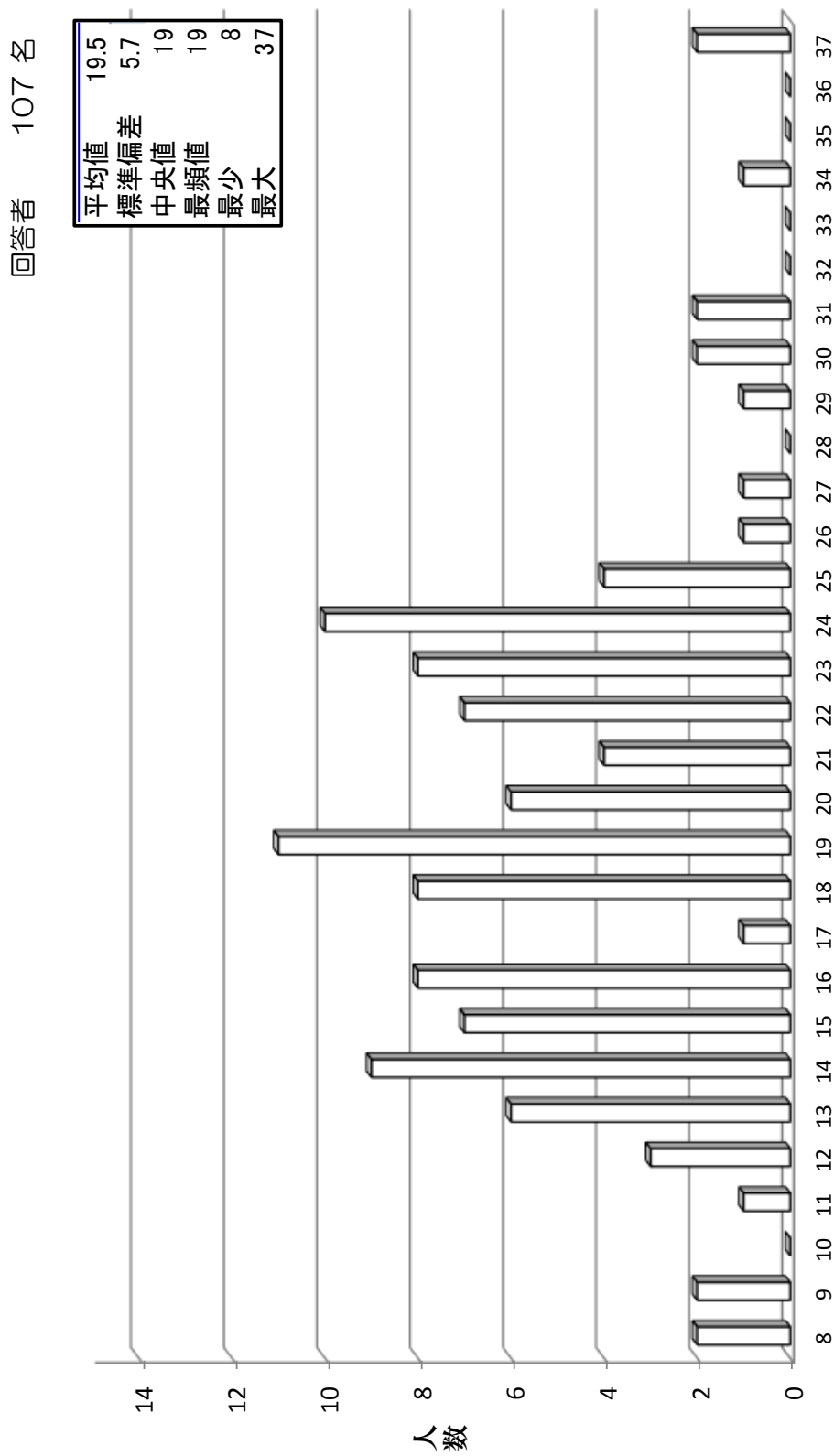


図1-9 ひきこもり初発年齢

図1-9のとおり、ひきこもりが始まった時期の平均年齢は、19.5歳（19.7歳）、最年少が8歳（4歳）、最年長が37歳（50歳）でした（カッコ内は昨年度の値）。昨年度の調査と比べると、ほぼ同様の結果でした。また、約半数の人が20歳未満でひきこもり状態が生じていることが分かります。

#### （10）ひきこもり期間

図1-10に、ひきこもり期間について示しました。平均6.4年（8.1年）、最小が1ヶ月（1ヶ月）、最大は39年（30年）でした（カッコ内は昨年度の値）。昨年度の調査と比べると、平均が約2年短くなっていることがわかります。一方で、最大期間は9年長くなっています。また、25.2%の方が10年以上のひきこもり期間でしたが、昨年度の調査よりも低い割合でした。

回答者 103 名

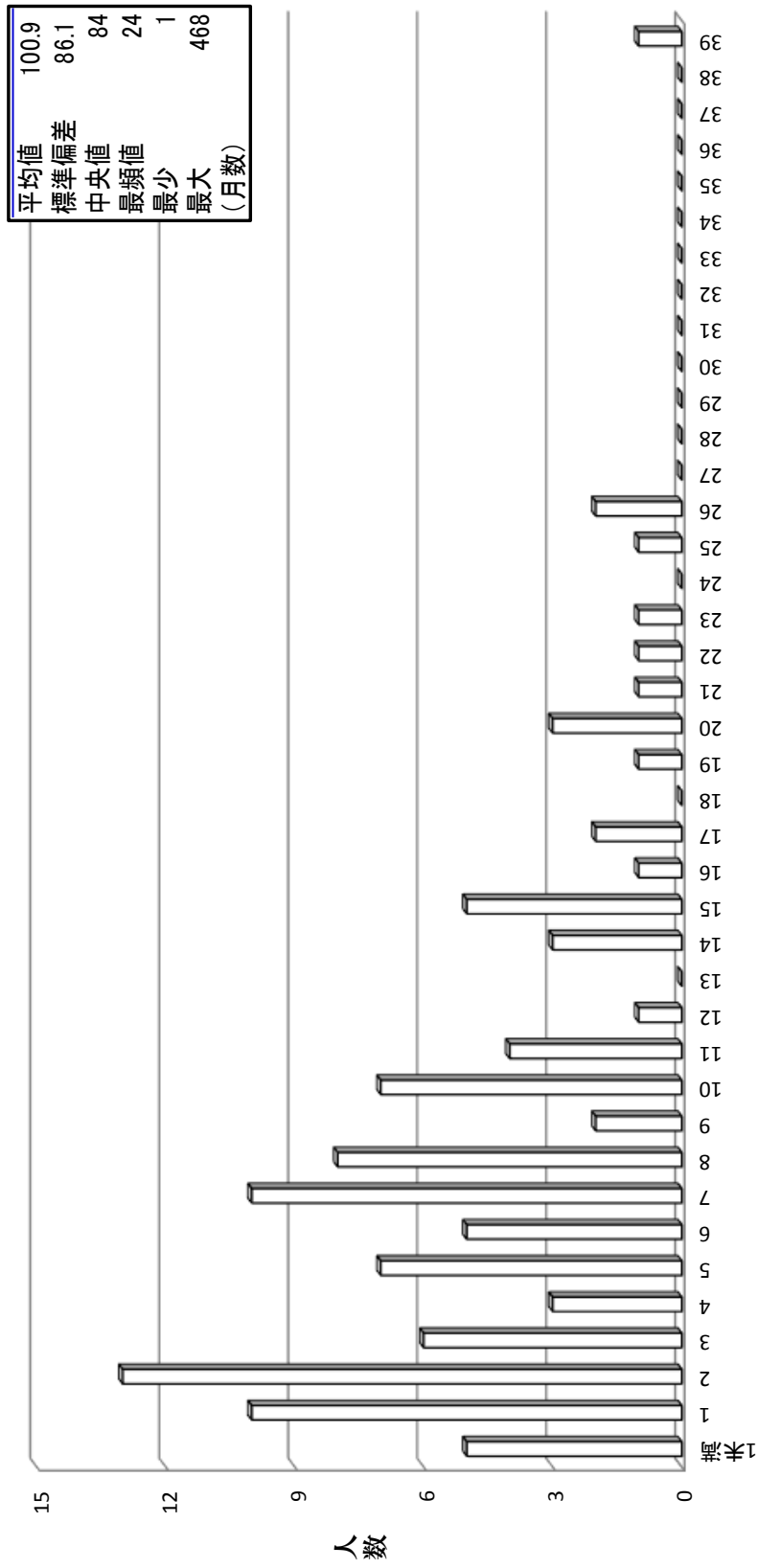


図1-10 ひきこもり期間(年)

(11) 支援・医療機関の利用状況

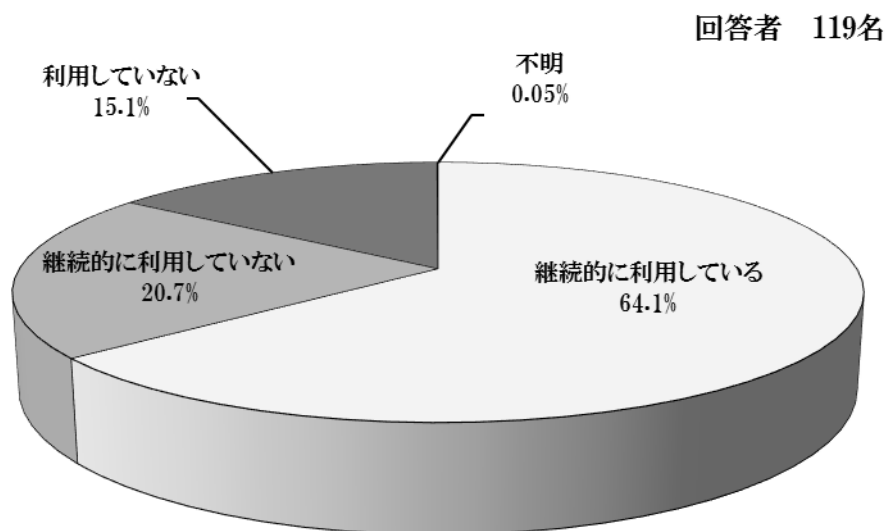


図1-11 支援・医療機関の利用状況

図1-11のとおり、支援・医療機関を継続的に利用している人が64.1%、利用しているが継続的ではない人が20.7%、利用していない人が15.1%でした。家族調査の結果と比較すると、継続的に利用している人の割合が多く、利用したことがない人の割合は少ないことが分かります。

(12) 各状況についての不安

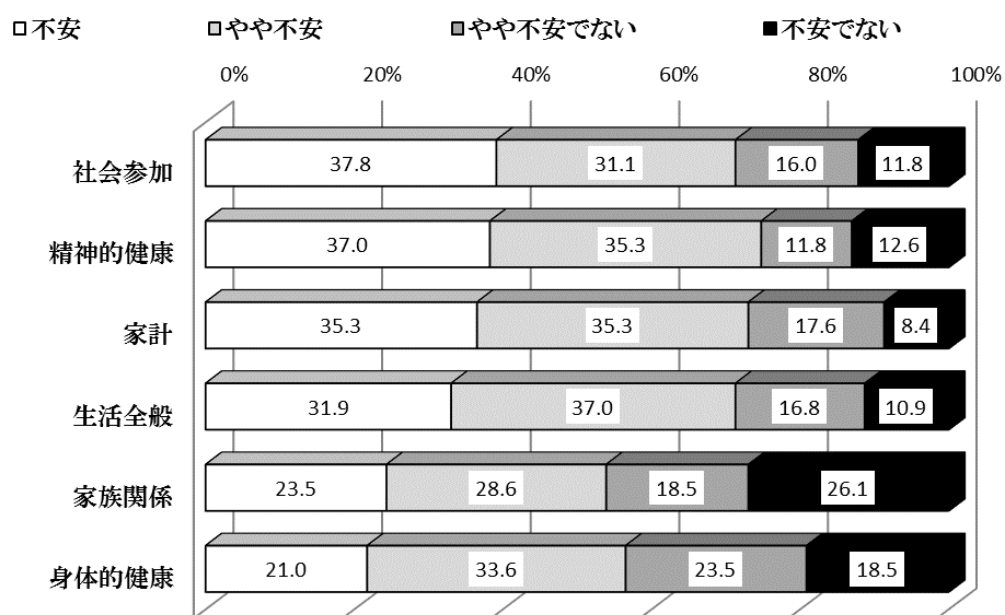


図1-12 現在の各状況についての不安



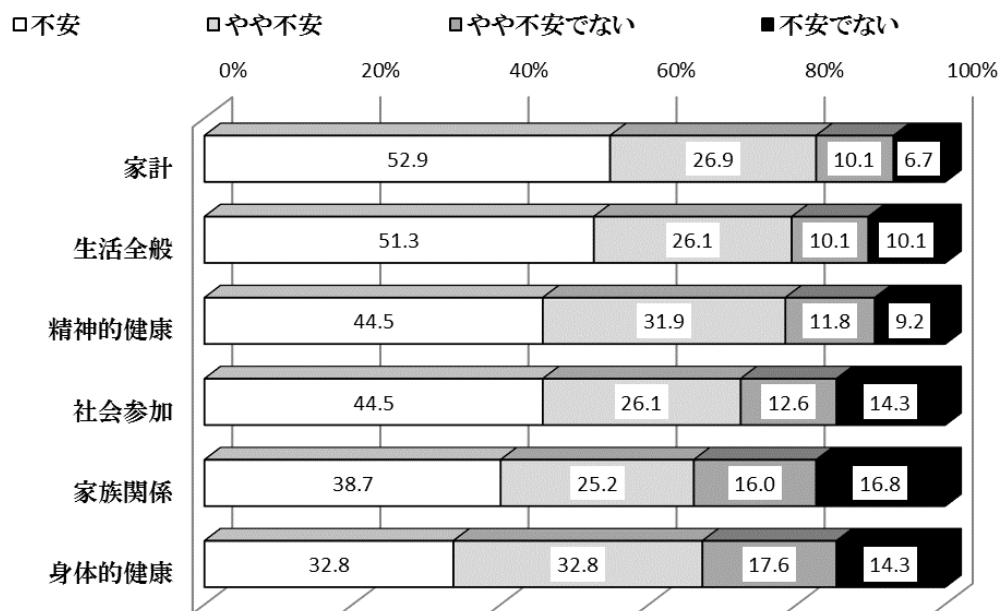


図1-13 5年後の各状況についての不安

図1-12と図1-13に、各状況に対する現在の不安と5年後の不安について示しました。現在の不安については、精神的健康について「不安」あるいは「やや不安」と回答した方がもっとも多く72.3%でした。次いで、家計について「不安」あるいは「やや不安」と回答した方が70.6%、社会参加と生活全般についての「不安」あるいは「やや不安」と回答した方が同率で68.9%でした。

5年後の各状況についての不安は、家計について「不安」あるいは「やや不安」と回答した方がもっとも多く、79.8%でした。次いで生活全般について「不安」あるいは「やや不安」と回答した方が77.3%、精神的健康について「不安」あるいは「やや不安」と回答した方が76.5%でした。

現在の不安と5年後の不安ともに、いずれの状況においても「不安」あるいは「やや不安」と回答した方が半数以上を示しています。また、現在よりも5年後については不安の強度が高まっていることがわかります。

### (13) 家庭外の社会的交流

図1-14に家庭外の社会的交流について示しました。「よくある」あるいは「ときどきある」と回答した人がもっとも多かった項目は「自ら外出する」(81.5%)でした。その一方で、もっとも少なかった項目は「他者を遊びに誘う」(29.4%)でした。

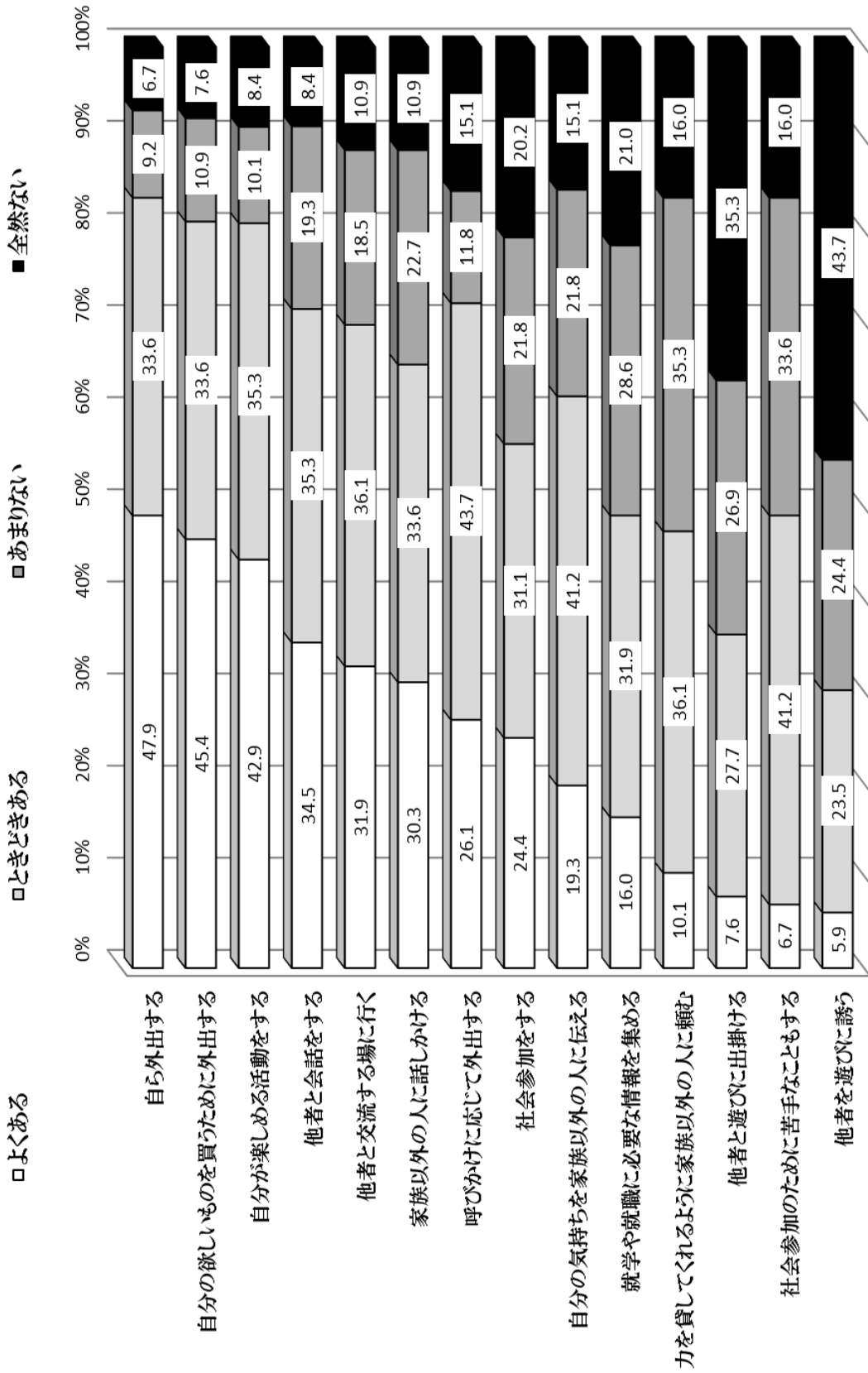


図1-14 家庭外の社会的交流

### (14) 家庭内交流

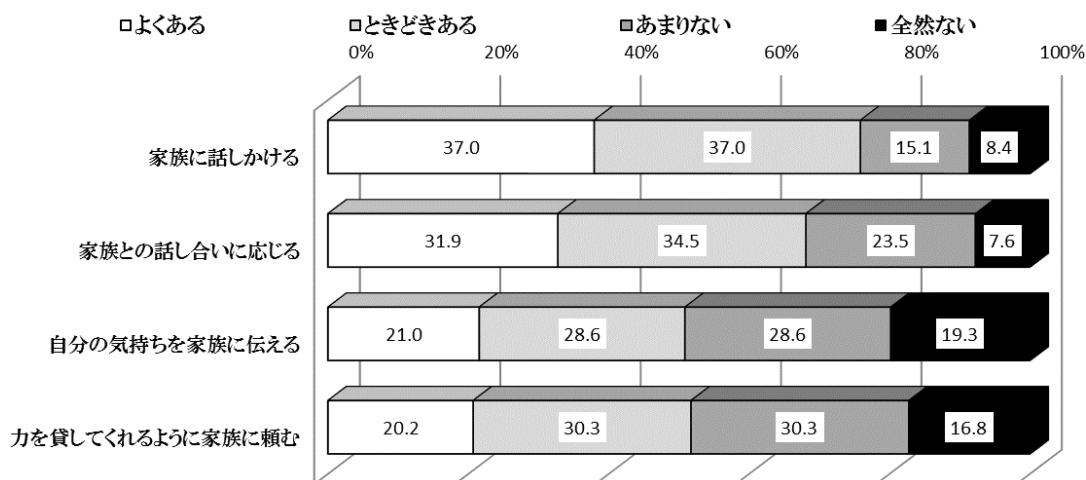


図1-15 家庭内交流

図1-15のとおり、家庭内交流について「よくある」あるいは「ときどきある」と回答した人がもっとも多かった項目は「家族に話しかける」(73.9%)でした。その一方で、もっとも少なかった項目は「力を貸してくれるように家族に頼む」(50.4%)でした。

### (15) 価値に沿った行動

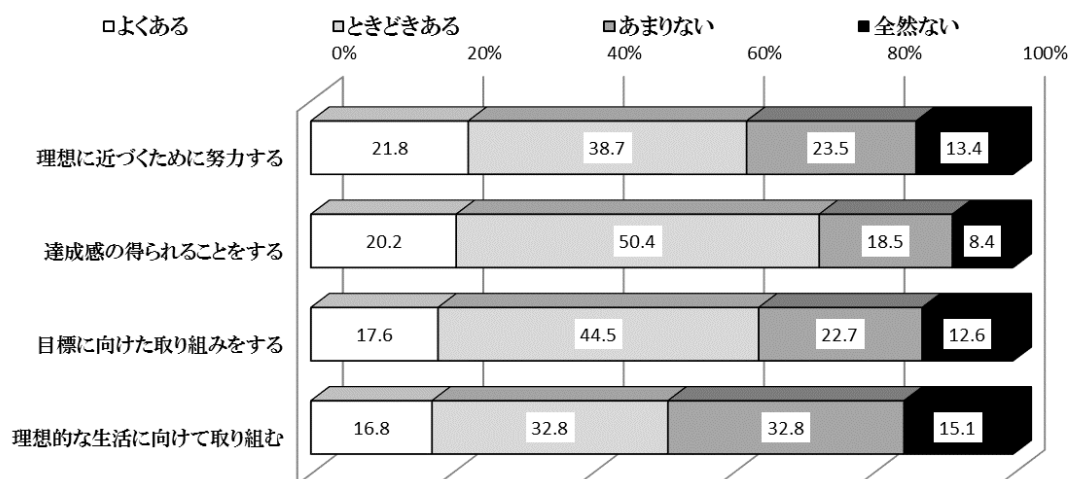


図1-16 価値に沿った行動

図1-16のとおり、価値に沿った行動について「よくある」あるいは「ときどきある」と回答した人がもっとも多かった項目は、「達成感の得られることをする」(70.6%)でした。その一方で、もっとも少なかった項目は「理想的な生活に向けて取り組む」(49.6%)でした。

(16) 社会参加

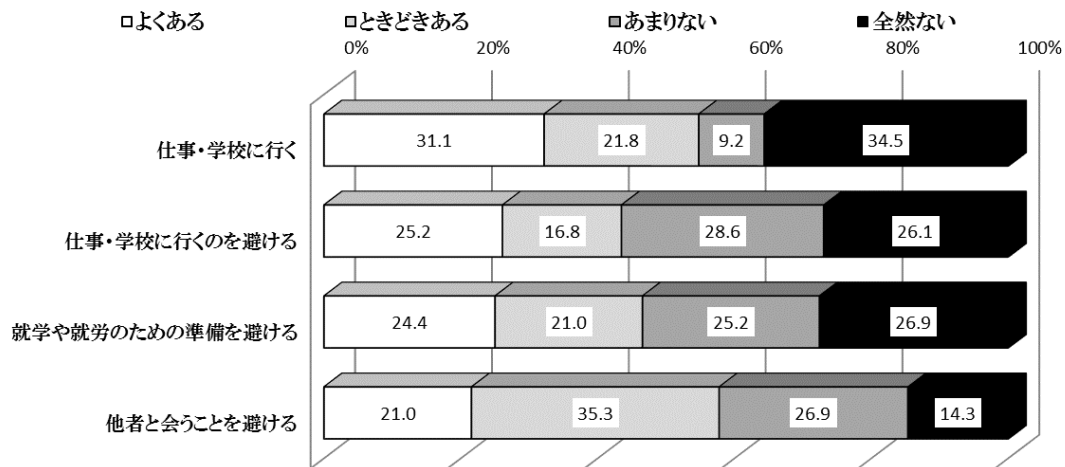


図1-17 社会参加

図1-17のとおり、社会参加について「よくある」あるいは「ときどきある」と回答した人がもっとも多かった項目は「他者と会うことを避ける」(56.3%)でした。その一方で、もっとも少なかった項目は「仕事・学校に行くのを避ける」(42.0%)でした。

(17) 支援・医療機関を利用することに対する抵抗感

回答者 113名

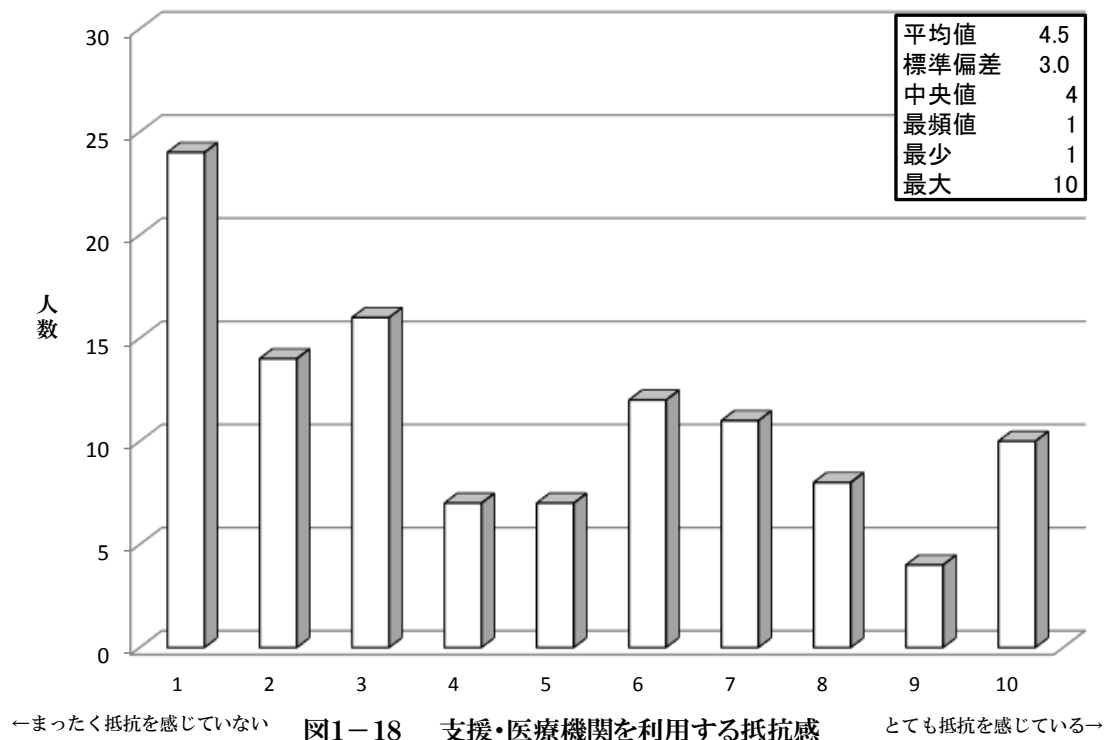


図1-18に、支援・医療機関を利用することに対する抵抗感について示しました。10段階で3以下と回答した人は46.2%となり、支援・医療機関を利用することに対して抵抗を感じていない人が多いことが分かります。その一方で、19.5%の人が8以上と回答しており、これらの方は支援・医療機関を利用することにとっても抵抗を感じていると考えられます。

(18) 社会参加に対する困難感

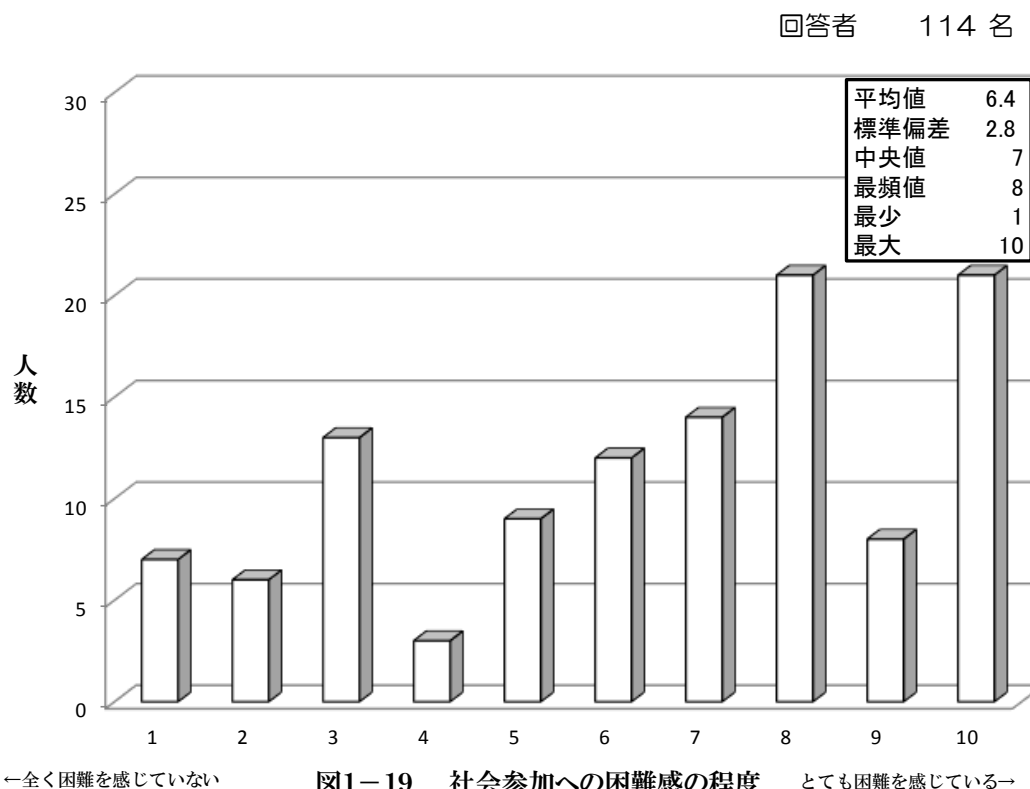


図1-19に社会参加に対する困難感について示しました。平均は10段階で6.4でした。3以下と回答した人は22.8%にとどまり、その一方で8以上と回答した人は43.9%でした。社会参加についてとても困難を感じている人がとても多いことが分かります。



## 第 2 部 家族調査





## 1. 目的

本調査は、ひきこもりの長期高年齢化の影響を明らかにすることを目的としています。

## 2. 調査方法

### (1) 調査対象者

特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会（以下、「家族会」とする）の支部が平成 28 年 11 月～平成 29 年 1 月に開催した月例会において調査を実施しました。月例会参加者のうち、調査協力の得られた 399 名の回答が分析に用いられました。

### (2) 調査内容（注：調査内容の詳細は、巻末の資料を参照してください）

①基礎情報 家族調査に回答した方（以下、家族回答者）及び、ひきこもり状態にある人（以下、ひきこもり本人）に関する以下の情報について回答を求めました。

- ・現在と過去のひきこもり状態
- ・家族回答者が住んでいる都道府県
- ・家族回答者の続柄
- ・家族回答者の年齢
- ・ひきこもり本人の性別
- ・ひきこもり本人の年齢
- ・家族回答者とひきこもり本人の同・別居
- ・支部への所属
- ・外出日数
- ・ひきこもり初発年齢
- ・ひきこもり期間
- ・ひきこもり本人の支援・相談機関利用状況
- ・家族回答者の支援・相談機関利用状況

### ②生活状況について

- ・現在の不安と 5 年後の不安
- ・支援・医療機関利用に対する抵抗感
- ・社会参加への困難感の程度
- ・ひきこもりの程度
- ・社会参加の幸福感
- ・家事の幸福感

- ・社会活動の幸福感
- ・家計の幸福感
- ・コミュニケーションの幸福感
- ・愛情の幸福感
- ・仕事・学校の幸福感
- ・感情面のサポートの幸福感
- ・全体的幸福感

### ③ひきこもり本人とのかかわりについて

- ・日ごろのひきこもり本人とのかかわり
- ・場面1：ひきこもり本人に「わかったわかった」と言われたので、家族回答者が「そう言われると嫌な気持ちになるよ」と叱った後の、「わかったわかった」と言われる回数。
- ・場面2：ひきこもり本人に「黙ってろ」と言われたので、家族回答者が会話をやめてその場から離れた後の、「黙ってろ」と言われる回数。
- ・場面3：ひきこもり本人に将来のことを追求していたが、自分の素直な気持ちを話してくれたので家族回答者が追求をやめた後の、素直な気持ちを話してくれる回数。
- ・場面4：家族回答者が笑顔で話していたが、ひきこもり本人に「黙ってろ」と言われたので、笑顔をやめた後の、「黙ってろ」と言われる回数。
- ・場面5：ひきこもり本人が「おはよう」と言ったので、家族回答者が「そう言ってくれてうれしいよ」と褒めた後の、「おはよう」と言われる回数。
- ・場面6：家族回答者が腹を立てて怒った顔をしていたが、ひきこもり本人が真剣に考えてくれたので、怒った顔をやめた後の、真剣に考えてくれる回数。
- ・場面7：ひきこもり本人に「うるさい」と言われたので、家族回答者は「そう言われると嫌な気持ちになるよ」と叱った後の、「うるさい」と言われる回数。
- ・場面8：ひきこもり本人に「わかったわかった」と言われたので、家族回答者が悲しい顔をした後の、「わかったわかった」と言われる回数。
- ・場面9：ひきこもり本人が「ありがとう」と言ってくれたので、家族回答者が「そう言ってくれてうれしいよ」と褒めた後の、「ありがとう」と言われる回数。
- ・場面10：家族回答者が腹を立てて怒った顔をしていたが、ひきこもり本人が「心配してくれてありがとう」と言ってくれたので、怒った顔をやめた後の、「心配してくれてありがとう」と言われる回数。

- ・場面11：家族回答者が笑顔で話していたが、ひきこもり本人に「死ね」と言われたので、笑顔をやめた後の、「死ね」と言われる回数。
- ・場面12：ひきこもり本人が「ごはんおいしかったよ」と言ってくれたので、家族回答者が「そう言ってくれてうれしいよ」と褒めた後の、「ごはんおいしいよ」と言われる回数。

### (3) 調査手続き

調査の趣旨に関する文書を読んだ上で、調査協力に同意された方のみが調査用紙に回答をしました。調査の趣旨に関する文書は、調査用紙から切り離して、持ち帰っていただくように依頼しました。

回答者には、月例会において調査用紙と返信用封筒を配布し、返信用封筒に入れて郵送にて回収をしました。

結果

(1) ひきこもり本人のひきこもり状態について

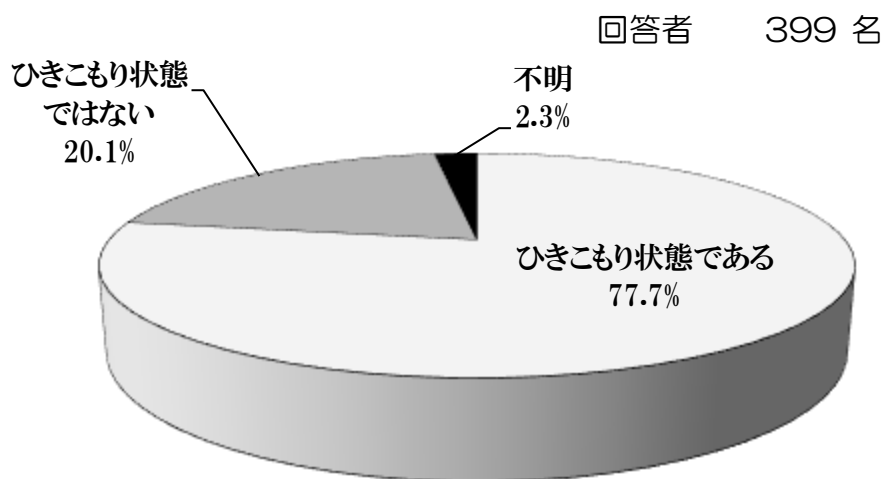


図2-1 現在のひきこもり状態

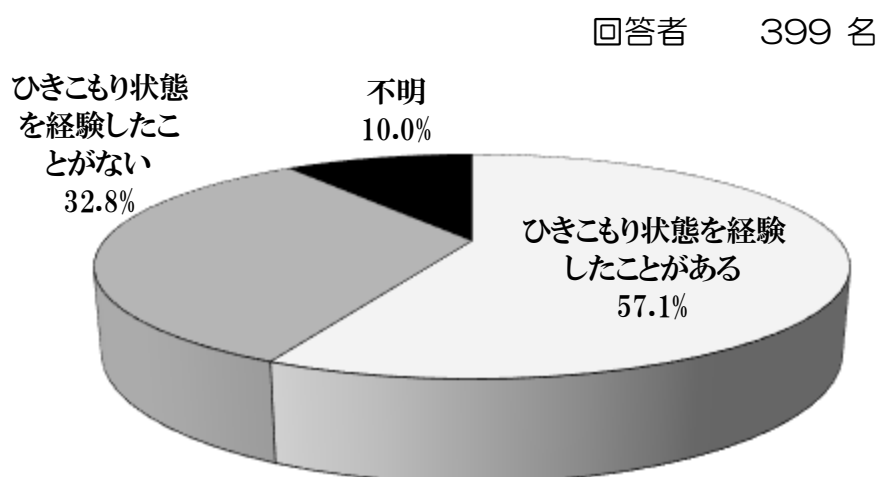


図2-2 過去のひきこもり状態

家族回答者にひきこもり本人の現在のひきこもり状態について回答していただいた結果を図2-1に示しています。「ひきこもり状態である」が77.7%、「ひきこもり状態ではない」が20.1%、不明が2.3%でした。また、過去におけるひきこもり状態の経験の有無については、「ひきこもり状態を経験したことがある」が57.1%、「ひきこもり状態を経験したことがない」が32.8%、不明が10.0%でした。

(2) 家族回答者が住んでいる場所

表2-1 家族回答者が住んでいる場所

地方	都道府県	人数	地方	都道府県	人数
北海道	北海道	14	近畿地方	三重県	2
	東北地方	5		滋賀県	0
関東地方	岩手県	0	京都府	0	
	宮城県	1	大阪府	8	
	秋田県	4	兵庫県	5	
	山形県	8	奈良県	0	
	福島県	6	和歌山県	0	
	茨城県	1	中国地方	鳥取県	0
	栃木県	16	島根県	0	
	群馬県	7	岡山県	6	
	埼玉県	27	広島県	9	
	千葉県	48	四国地方	香川県	17
東京都	15	愛媛県	13		
中部地方	神奈川県	14	徳島県	1	
	山梨県	5	高知県	14	
	長野県	0	九州地方	福岡県	17
	新潟県	26	佐賀県	0	
	富山県	9	長崎県	0	
	石川県	10	熊本県	1	
	福井県	0	大分県	2	
	静岡県	26	宮崎県	3	
愛知県	30	鹿児島県	6		
岐阜県	4	沖縄県	3		
			不明	11	
			記入なし	0	
			合計	399	

表2-1に示したとおり、家族回答者が住んでいる場所は36都道府県（35都道府県）に分布しています。各地方の割合としては、北海道・東北地方が9.8%（10.2%）、関東地方が33.0%（29.8%）、中部地方が28.4%（31.3%）、近畿地方が3.9%（6.0%）、中国地方が5.2%（7.7%）、四国地方が11.6%（9.1%）、九州地方が8.2%（6.0%）となっています（カッコ内は昨年度の値）。千葉県や愛知県、埼玉県、静岡県、新潟県は回答者が特に多いことが分かります。これらの県では、家族会に家族回答者が多く参加しているものと考えられます。

(3) 家族回答者とひきこもり本人との続柄

回答者 399 名

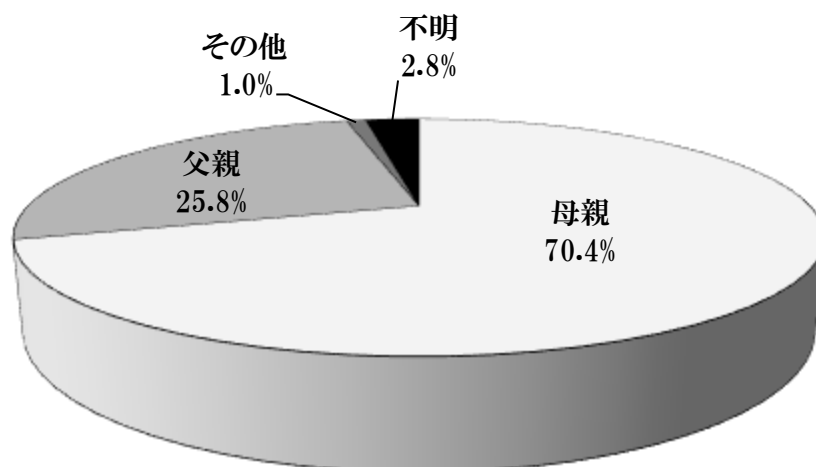


図2-3 家族回答者の続柄

家族回答者とひきこもり本人の続柄は、母親が 70.4% (73.3%), 父親が 25.8% (24.7%), その他が 1.0% (1.6%), 不明が 2.8% (0.3%) でした (カッコ内は昨年度の値)。その他の回答としては祖母, 姉, 弟などが見られました。

(4) 家族回答者の年齢

家族回答者の年齢を図 2-4 に示します。家族回答者の平均年齢は 64.1 歳 (62.8 歳) であり, 最年少が 39 歳 (30 歳)、最年長が 87 歳 (83 歳) でした (カッコ内は昨年度の値)。昨年度と比べると, 全体的に年齢がやや高年齢化していることが分かります。

有効回答者 386 名

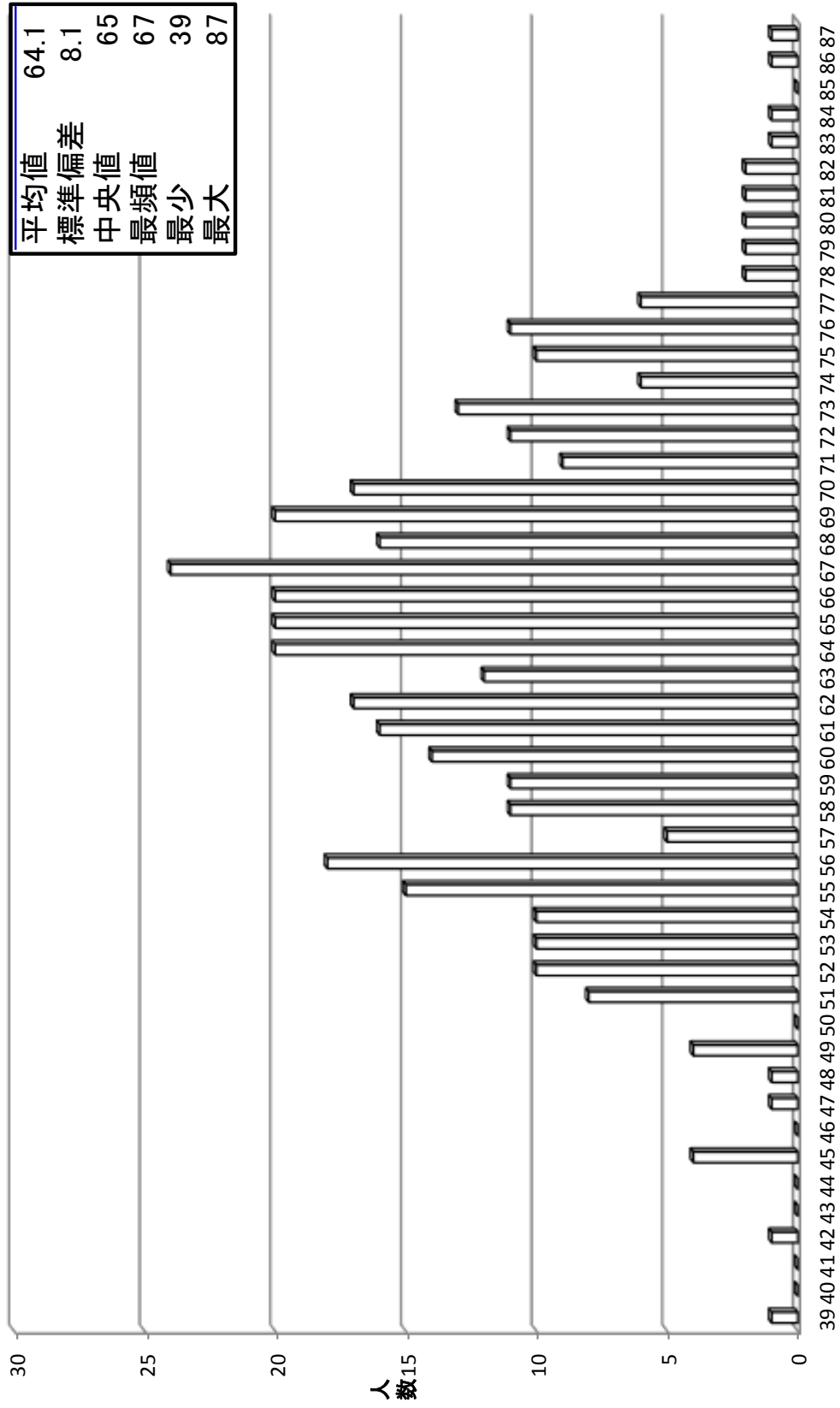


図2-4 家族回答者の年齢

(5) ひきこもり本人の性別

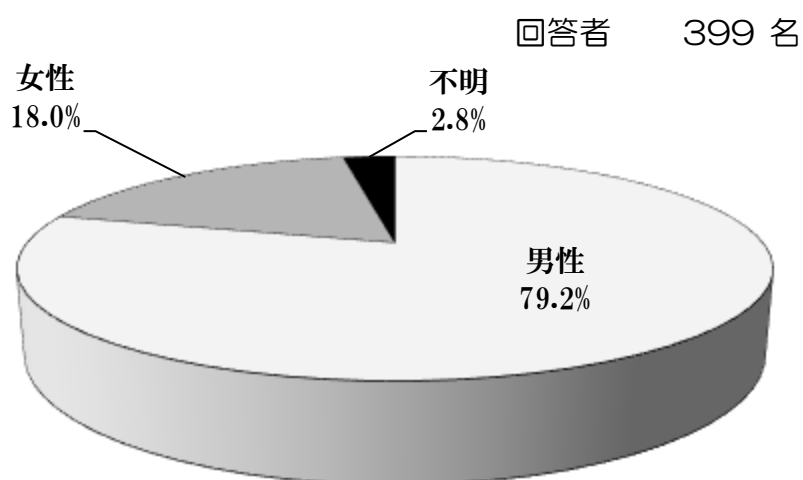


図2-5 ひきこもり本人の性別

ひきこもり本人の性別については、男性が 79.2% (79.5%)、女性が 18.0% (20.5%)、不明が 2.8% (0.0%) でした (カッコ内は昨年度の値)。昨年度とほぼ同様の割合であることが分かります。また、調査開始以降、一貫して男性が多いことは、ひきこもりの一つの特徴であると言えます。

(6) ひきこもり本人の年齢

ひきこもり本人の年齢は、平均年齢 33.5 歳 (32.7 歳) であり、最年少が 11 歳 (12 歳)、最年長が 65 歳 (57 歳) でした (カッコ内は昨年度の値)。



有効回答者 379名

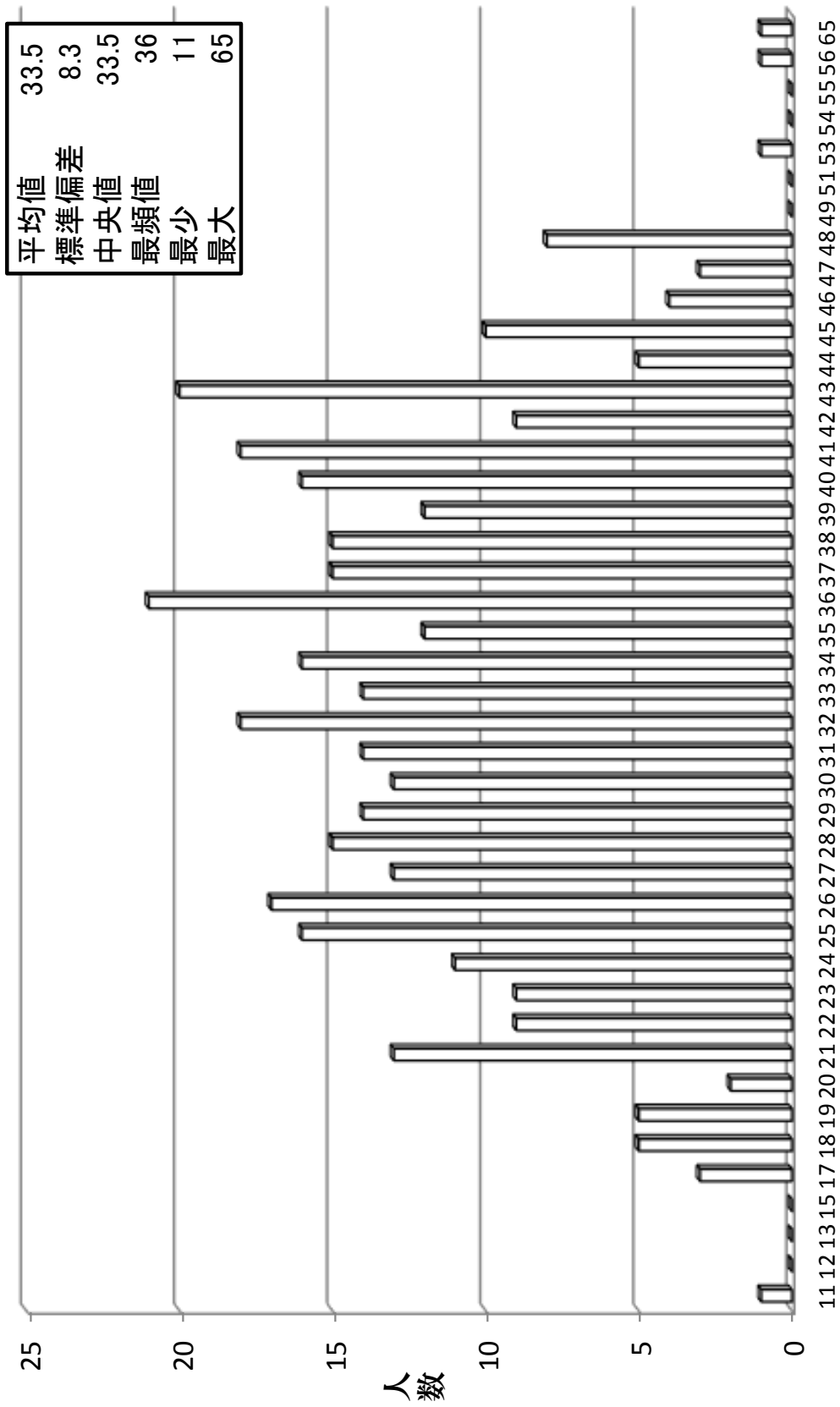


図2-6 ひきこもり本人の年齢

(7) ひきこもり本人と家族回答者の同別居

回答者 399 名

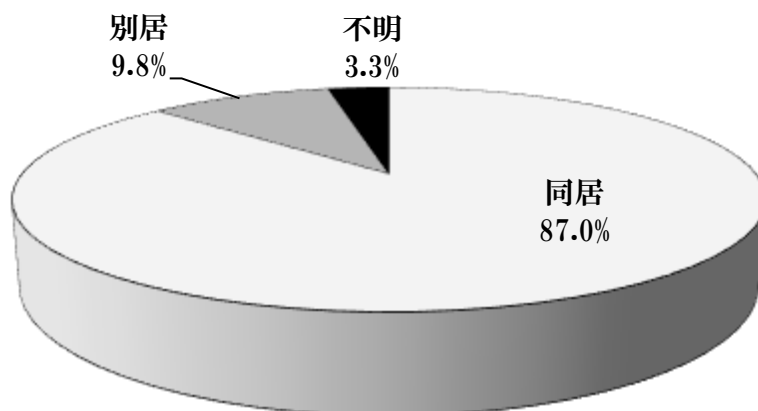


図2-7 ひきこもり本人と家族回答者の同・別居

図2-7に示すように、ひきこもり本人と家族回答者の同別居については、同居している人が87.0% (89.8%)、別居している人が9.8% (10.2%)、不明が3.3% (0.0%) でした(カッコ内は昨年度の値)。昨年度と同様に、同居の割合が極めて高い結果となりました。

(8) KHJ 全国家族会連合会支部への所属

回答者 399 名

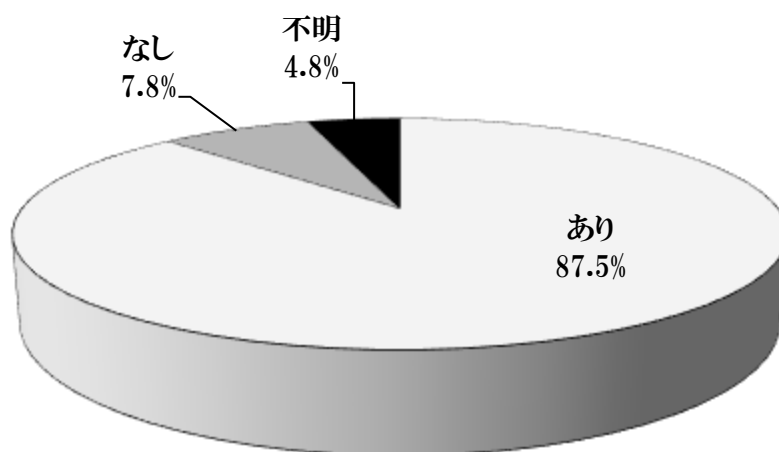


図2-8 支部への所属

図2-8に家族回答者がKHJ全国家族会連合会へ所属しているかについて示しました。所属している人が87.5% (92.0%)、所属していない人が7.8%

(7.7%), 不明が 4.8% (0.3%) でした (カッコ内は昨年度の値)。家族回答者のほとんどが支部に入会していることが分かります。

### (9) 1ヶ月の外出日数

有効回答者 374 名

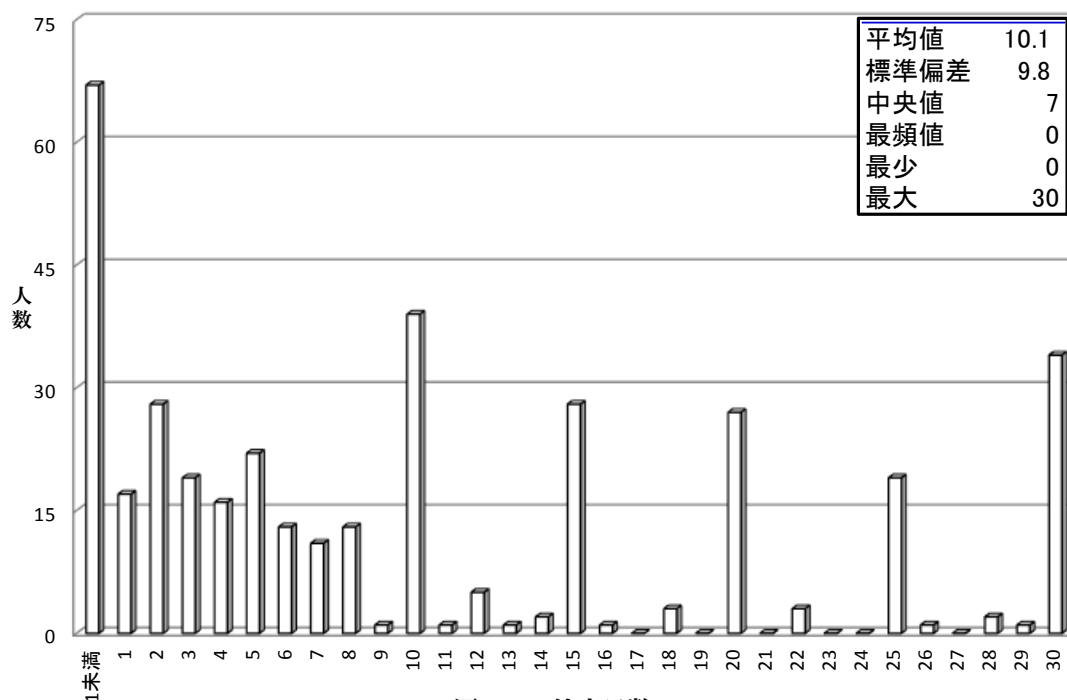


図2-9 外出日数

図2-9に、ひきこもり本人の1ヶ月の外出日数について示しました。「毎日」外出している場合、「31日」外出している場合は、「30日」として示しました。外出日数の平均は10.1日(11.3日)、最少は0日(0日)、最大は30日(30日)でした(カッコ内は昨年度の値)。もっとも多い回答は0日であり、家族回答者が抱えるケースでは、まったく外出しない人が多いことが分かります。

### (10) ひきこもりの初発年齢

ひきこもりが始まった時期についての平均年齢は19.8歳(19.4歳)、最年少が3歳(7歳)、最年長が46歳(43歳)でした(カッコ内は昨年度の値)。最も多かった時期については、成人を迎える20歳でした。

有効回答者 376 名

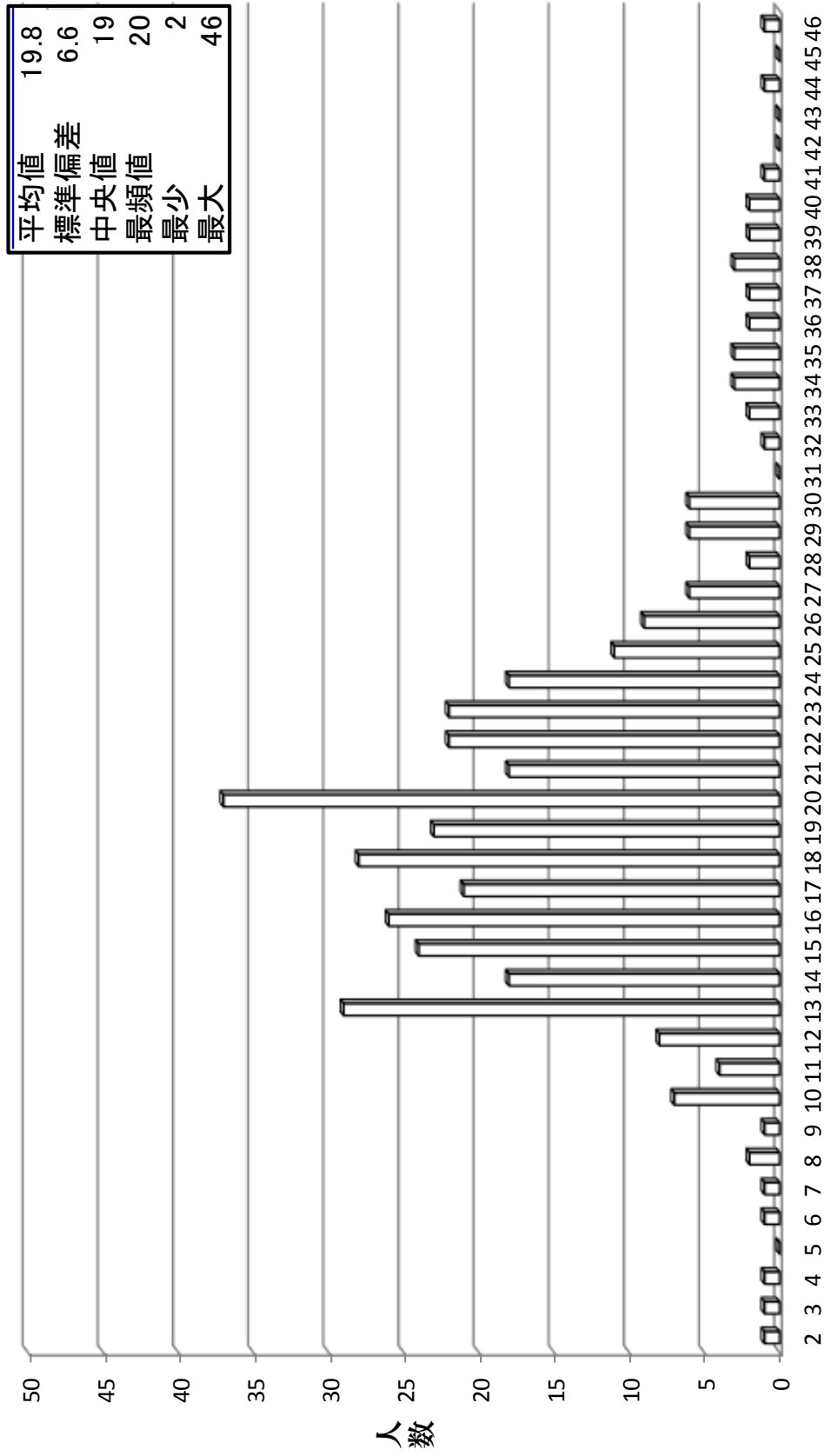


図2-10 ひきこもり初発年齢

(11) ひきこもり期間

有効回答者 368 名

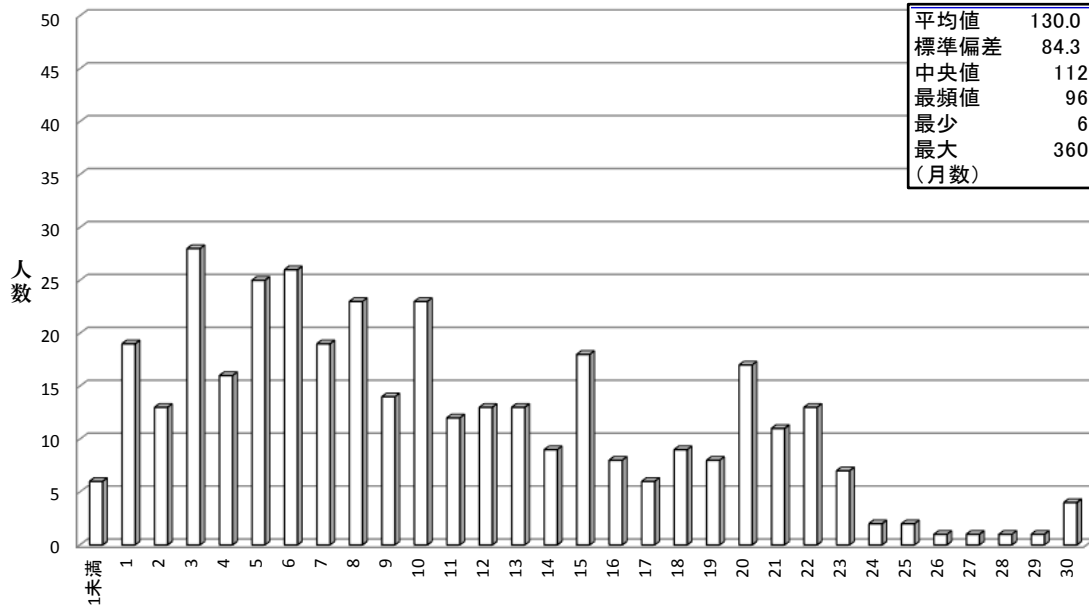


図2-11 ひきこもり期間

図2-11にひきこもり期間について示しています。平均は10.8年(10.8年)、最小が2ヶ月(1ヶ月)、最長が30年(40年)でした。平均ひきこもり期間は昨年とほぼ同じ期間でした。

(12) 支援・医療機関の利用

回答者 399 名

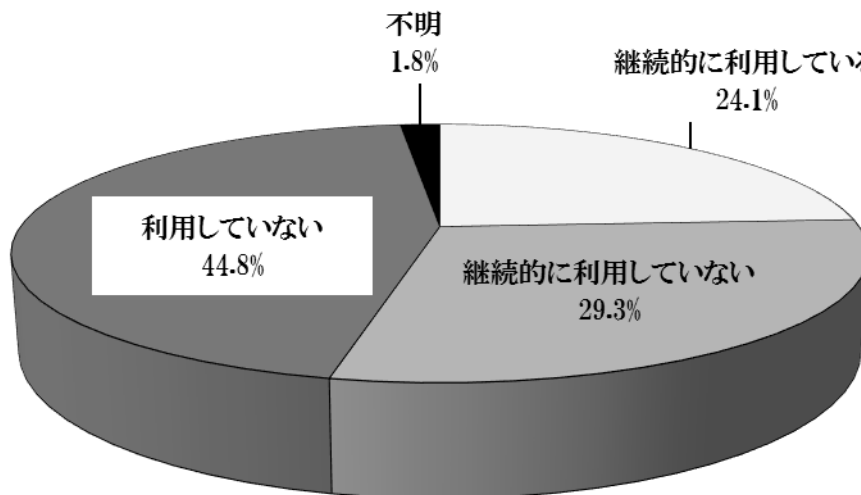


図2-12 支援・医療機関の利用状況(ひきこもり本人)

回答者 399 名

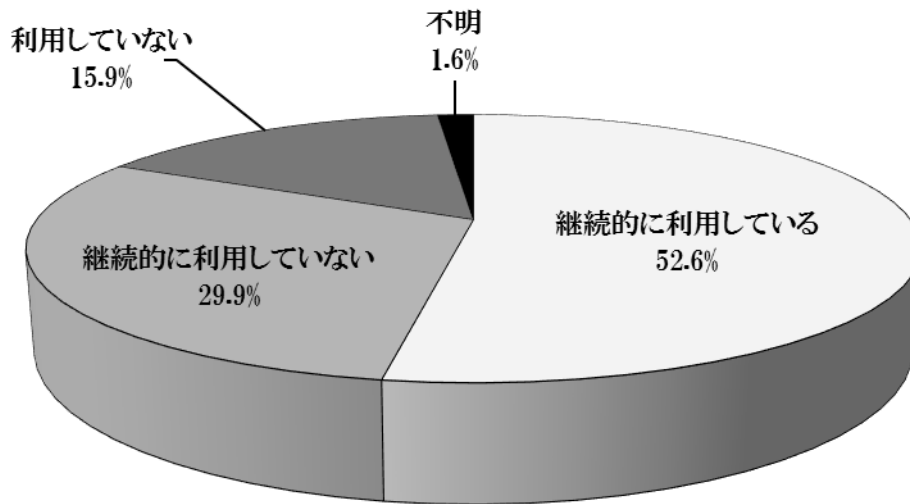


図2-13 支援・医療機関の利用状況(ご家族)

図2-12から、ひきこもり本人の支援・医療機関の利用については、利用している方が51.6%、そのうち継続的に利用している方が24.1%、継続的に利用していない方が29.3%、また、利用していない方が44.8%、不明が1.8%でした。

家族回答者の支援・医療機関の利用については、利用している方が78.2%、そのうち継続的に利用している方が52.6%、継続的に利用していない方が29.9%、また、利用していない方が15.9%、不明が1.6%でした。家族回答者の多くが支援・医療機関を利用していることが分かります。

#### (13) 各状況についての不安

図2-14と図2-15に、各状況に対する現在の不安と5年後の不安について示しました。

現在の不安については、生活全般に対する不安が最も強く、「不安」あるいは「やや不安」と答えた方が合わせて69.7%でした。次いで身体的健康に対する不安が65.9%、精神的健康に対する不安が64.9%、家族関係に対する不安が61.9%、ご本人との関係に対する不安が60.4%、家計に対する不安が59.6%でした。5年後の不安については、こちらも生活全般に対する不安が最も強く、「不安」あるいは「やや不安」と答えた方が合わせて84.5%でした。次いで身体的健康に対する不安が83.7%、家計に対する不安が81.7%、精神的健康に対する不安が77.4%、ご本人との関係に対する不安が73.9%、家族関係に対する不安が73.4%でした。現在の不安と5年後の不安ともに、いずれの状況においても「不安」あるいは「やや不安」であると回答した方が半数以上を示しており、現

在よりも5年後においてその割合は大きく増幅しています。

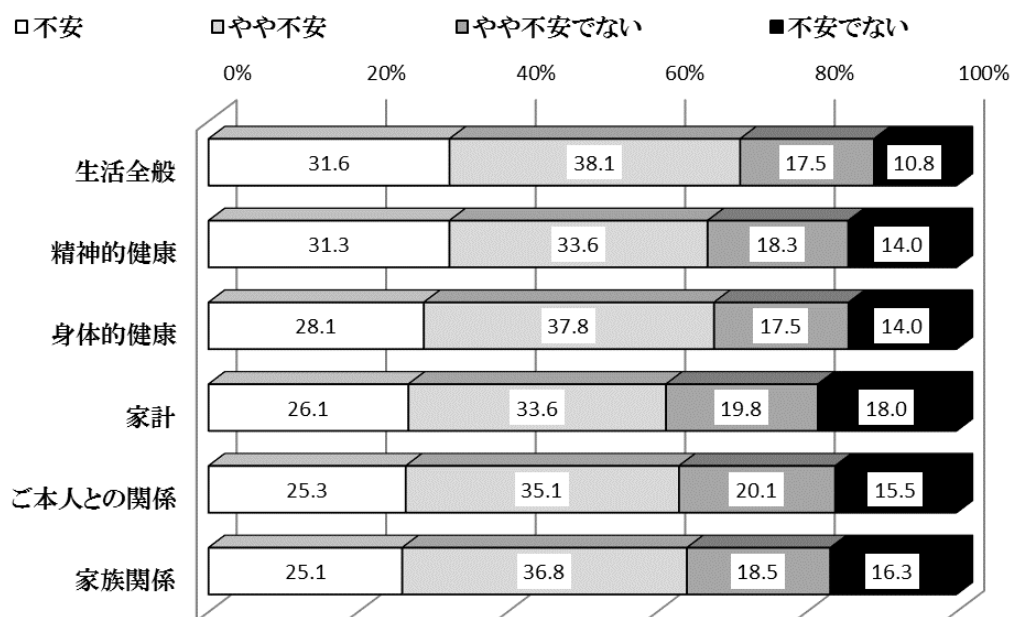


図2-14 現在の各状況についての不安

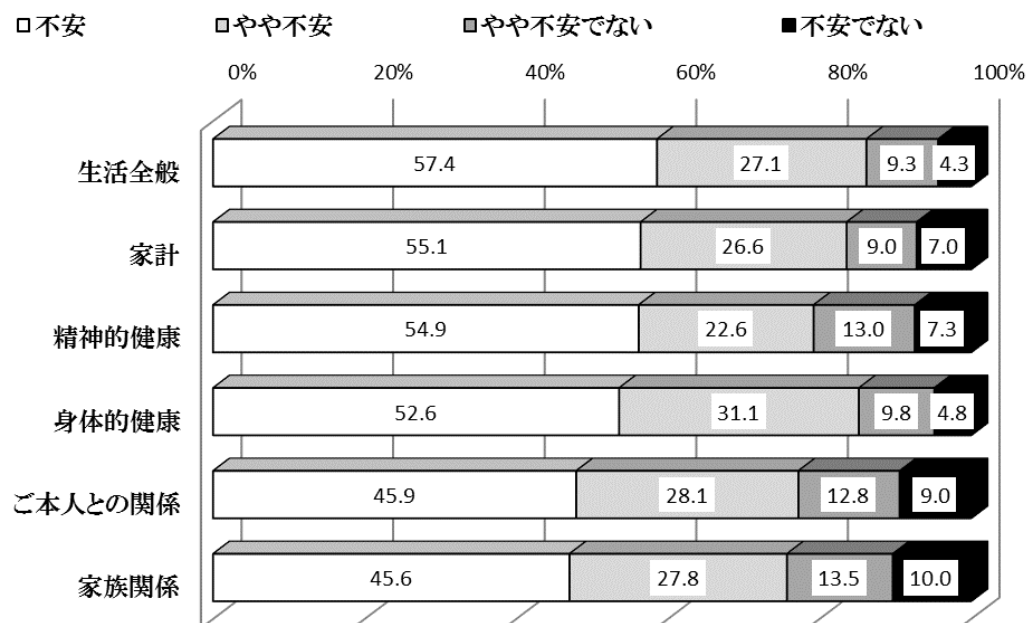
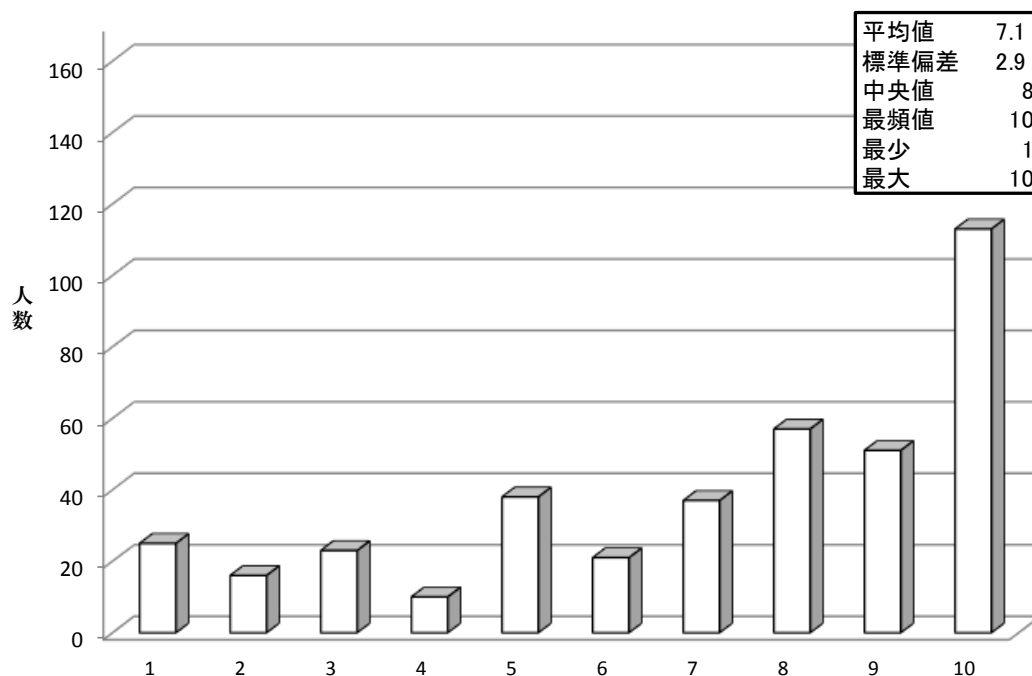


図2-15 5年後の各状況についての不安

#### (14) 支援・医療機関の利用に対する抵抗感

回答者 391 名



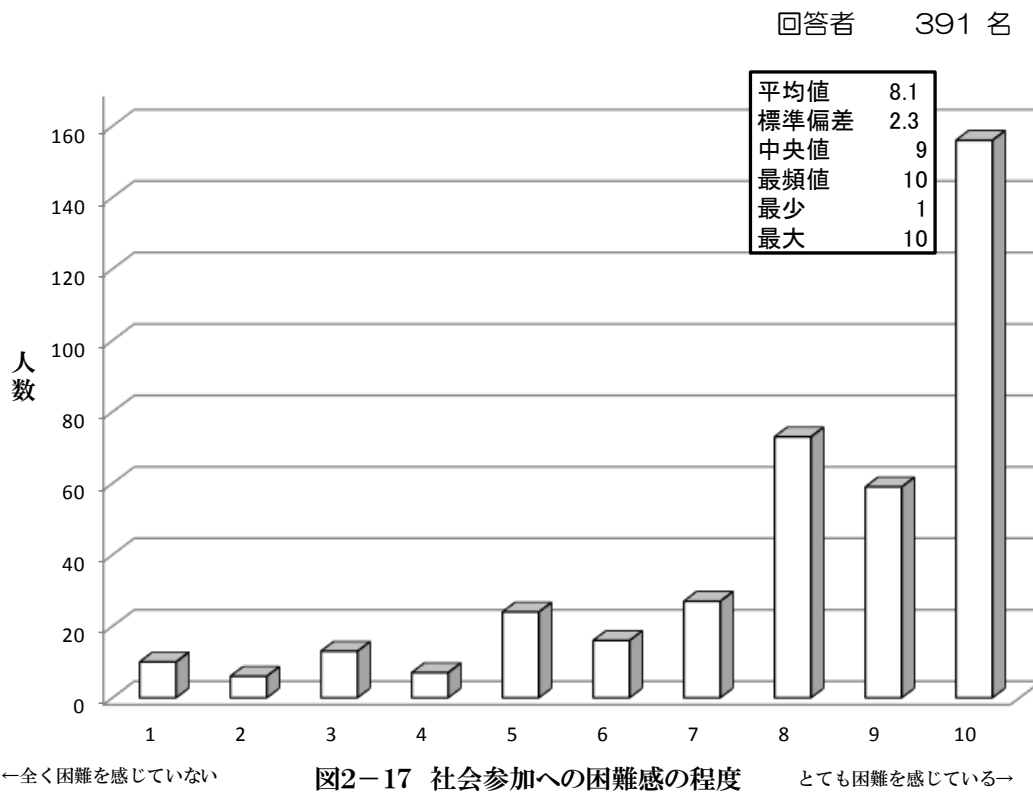
—まったく抵抗を感じていない 図2-16 支援・医療機関を利用する抵抗感 とても抵抗を感じている—

図2-16に、ひきこもり本人が支援・医療機関を利用することに対して抵抗を感じていると思うかについてご家族に回答していただいた結果について示しました。平均は7.1でした。また、半数以上を占める56.5%の方が10段階で8以上と回答しました。これらの方は、支援・医療機関を利用することにとっても抵抗を感じていると考えられます。

#### (15) 社会参加に対する困難感

図2-17にひきこもり本人が社会参加に対して抱いている困難感の程度を示しました。平均は8.1でした。また、半数以上を占める73.7%の方が10段階で8以上と回答しました。これらの方は、社会参加に対して強い困難を感じていると考えられます。回答者の多くの方が、とても困難を感じていることが分かります。





(16) ひきこもりの程度

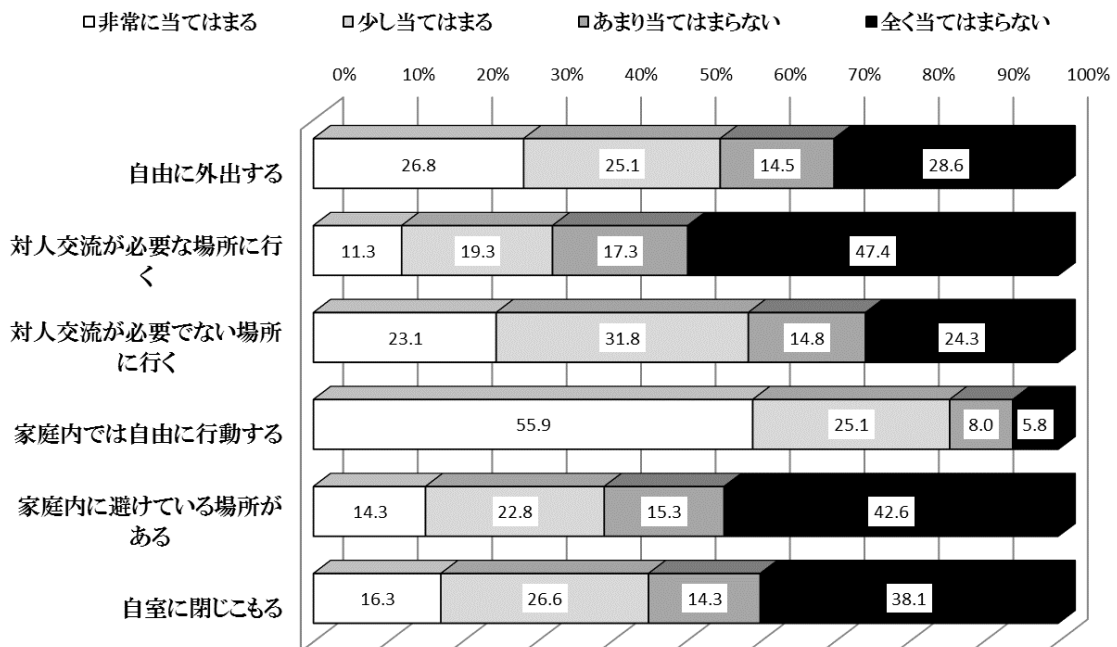
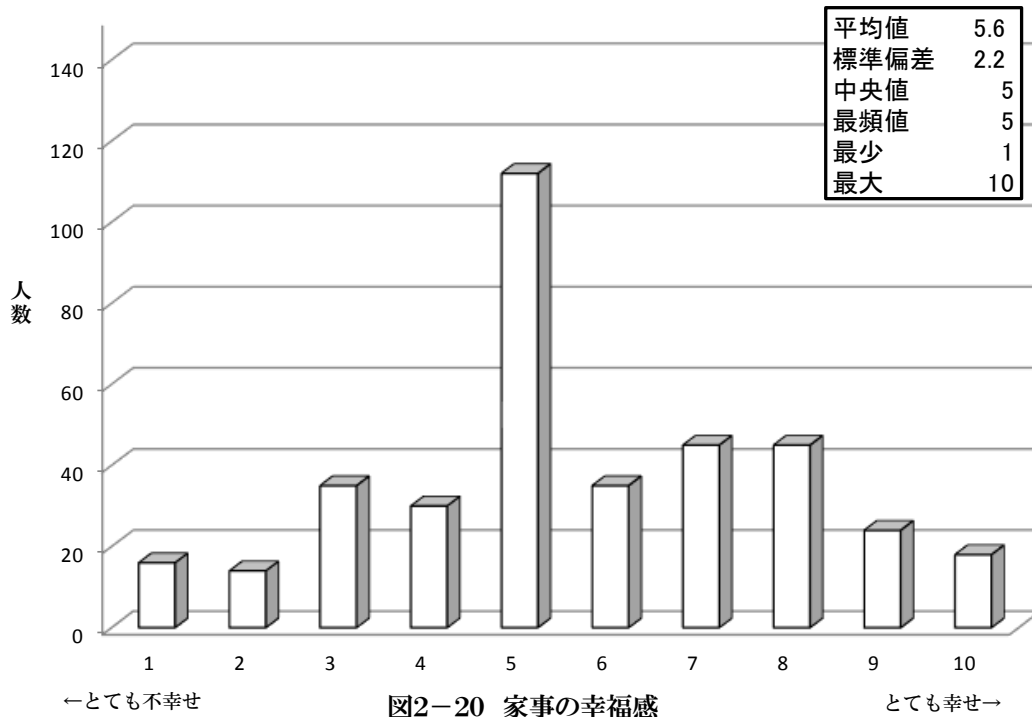


図2-18 ひきこもりの程度



回答者 374 名



(19) 子育ての幸福感

回答者 356 名

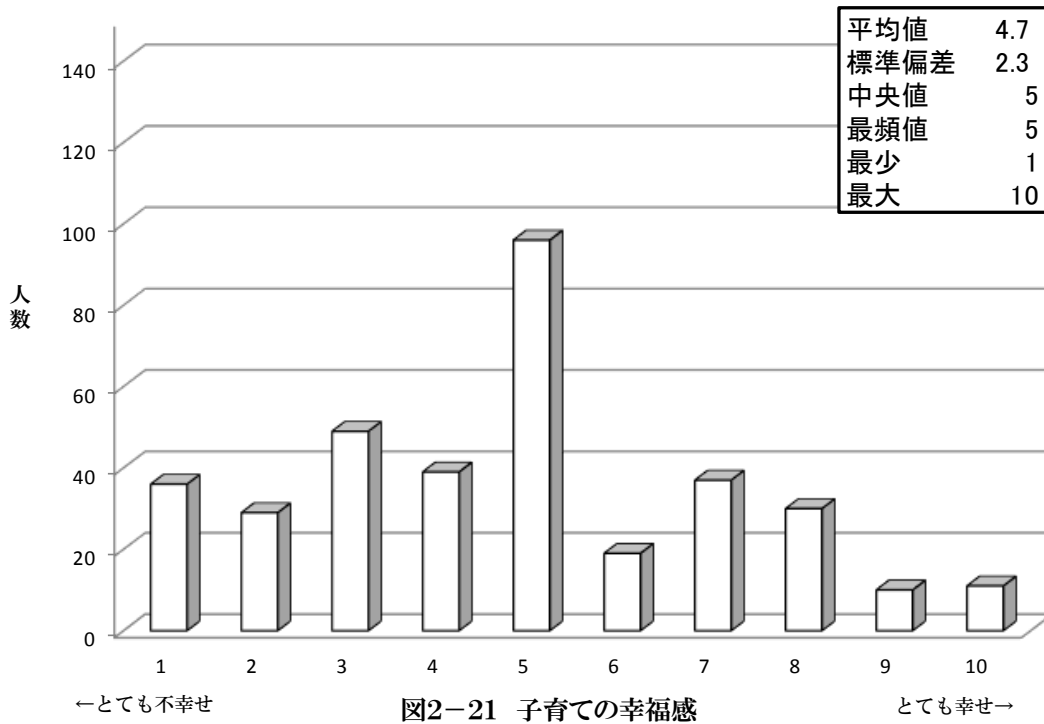


図2-21のとおり、子育ての幸福感については、10段階で5と答えた方が27.0%ともっとも多く、どちらとも言えない状況であるとも言えます。しかし、平均を見ると4.7と半分を下回っており、不幸せと回答している方は多いことが示されました。

## (20) 社会活動の幸福感

回答者 373名

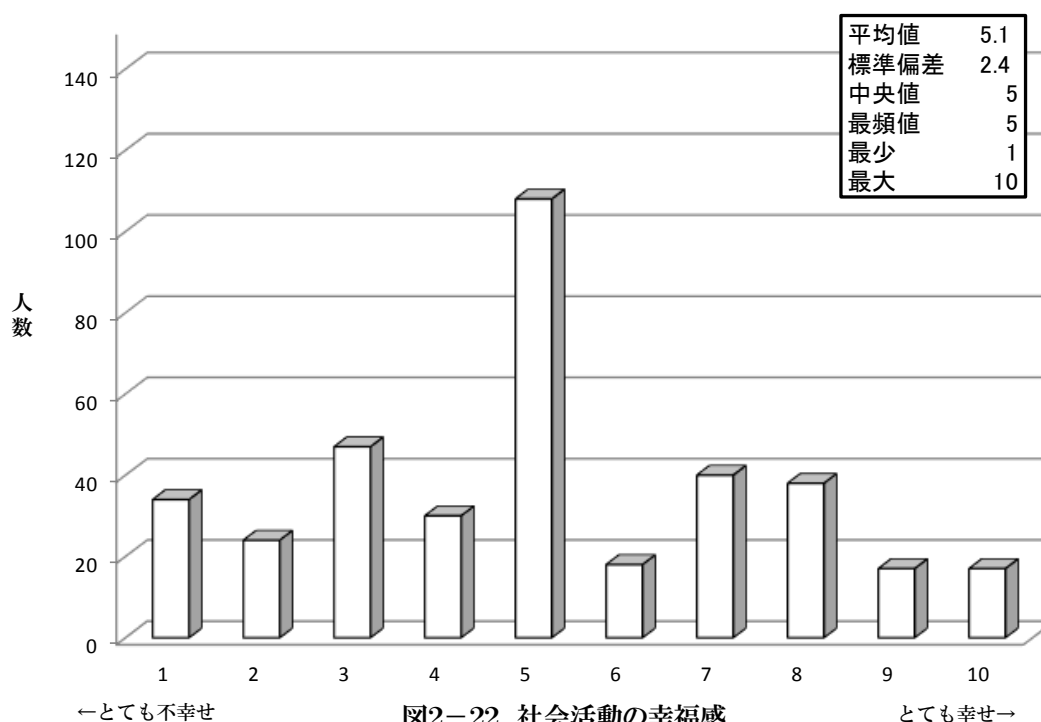


図2-22のとおり、社会活動の幸福感は、40.8%の方が10段階で3以下と回答していることが分かりました。これらの方は、家事について幸福感が低いことが予想されます。また8以上と答えた方は19.3%にとどまっており、とても幸せと回答している人は少ないことが示されました。

## (21) 家計の幸福感

図2-23に家計の幸福感について示しています。こちらも10段階で5と回答した方が最も多いですが、平均は4.8と半分を下回っています。また、3以下と回答した方は28.2%と、家計に関しては不幸せと回答した方が多いことが示されました。

回答者 373 名

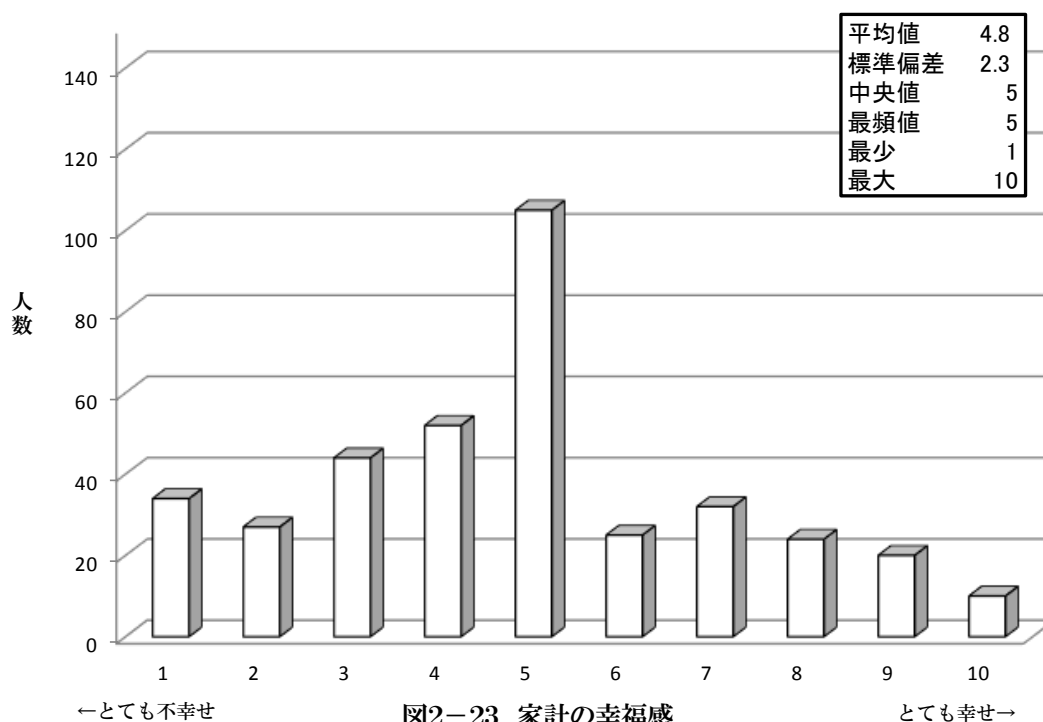


図2-23 家計の幸福感

(22) コミュニケーションの幸福感

回答者 372 名

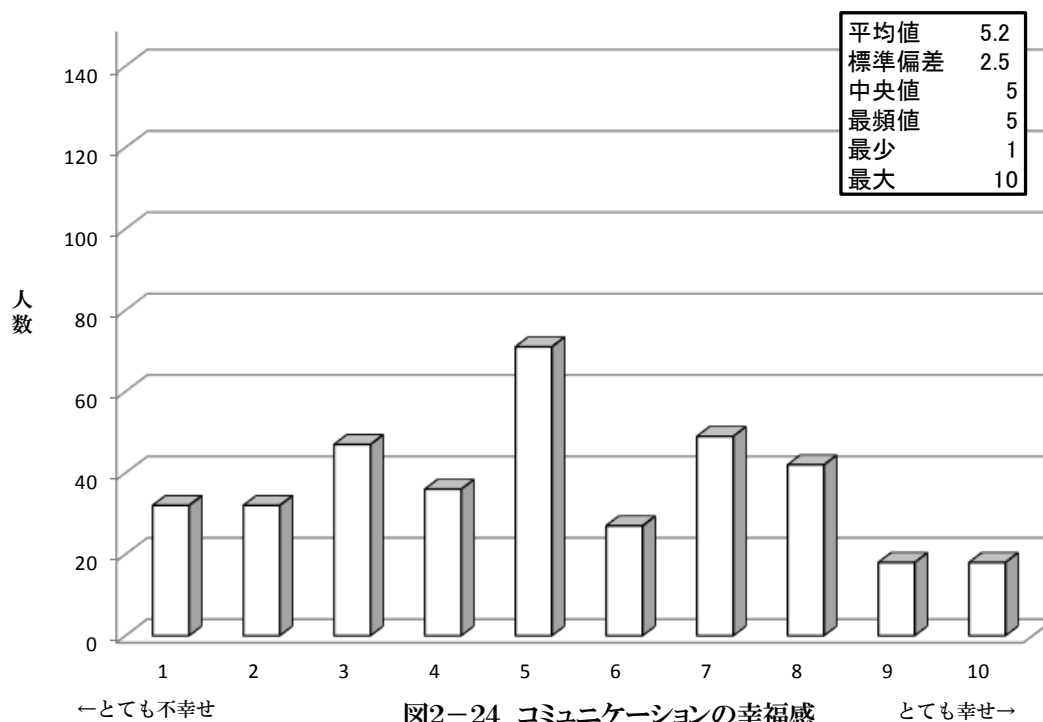


図2-24 コミュニケーションの幸福感



回答者 350 名

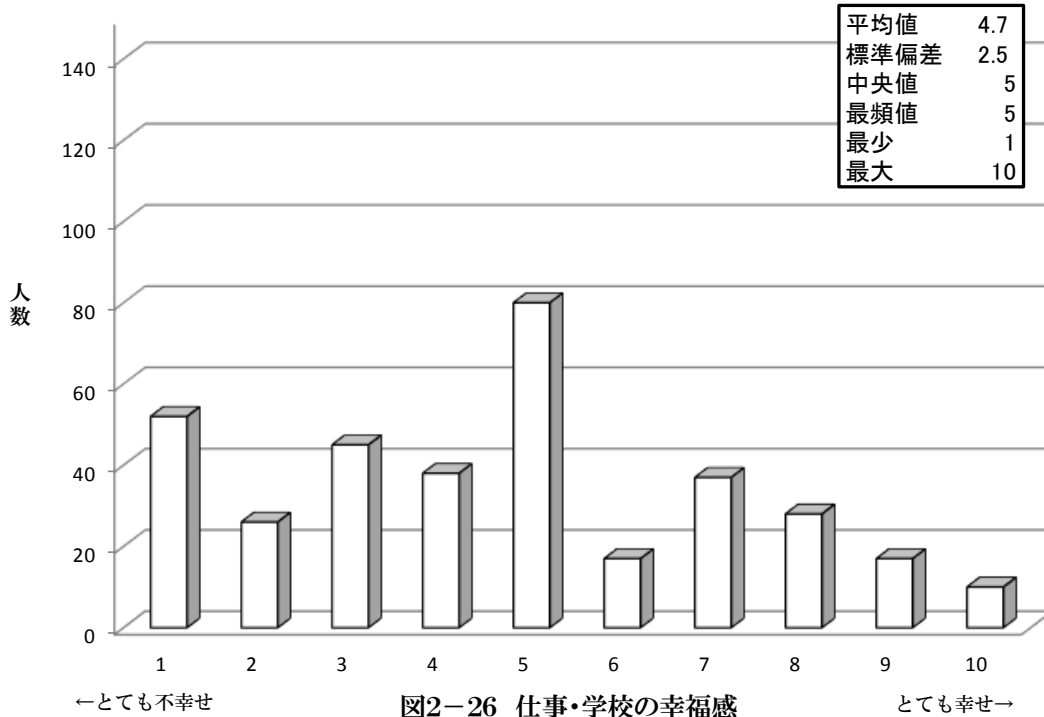


図2-26 仕事・学校の幸福感

(25) 感情面のサポートの幸福感

回答者 370 名

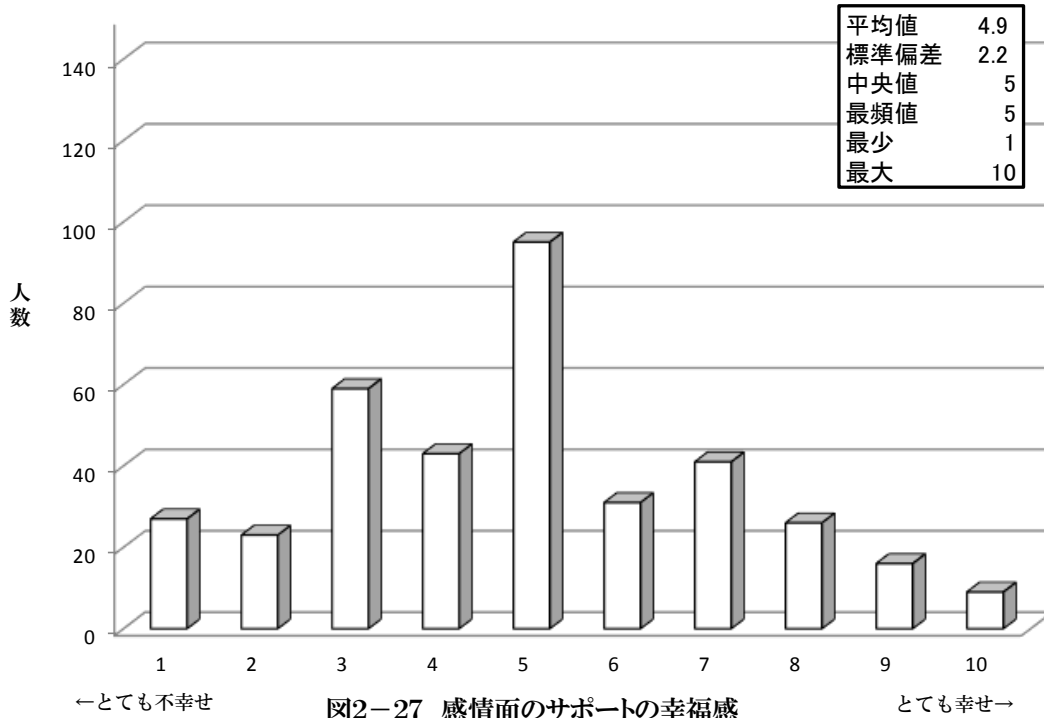


図2-27 感情面のサポートの幸福感

図2-27のとおり、感情面のサポートの幸福感は、29.5%の方が10段階で3以下と回答していることが分かりました。これらの方は、家事について幸福感が低いことが予想されます。また8以上と答えた方は13.8%にとどまっており、とても幸せと回答している人は少ないことが示されました。

## (26) 全体的幸福感

回答者 375名

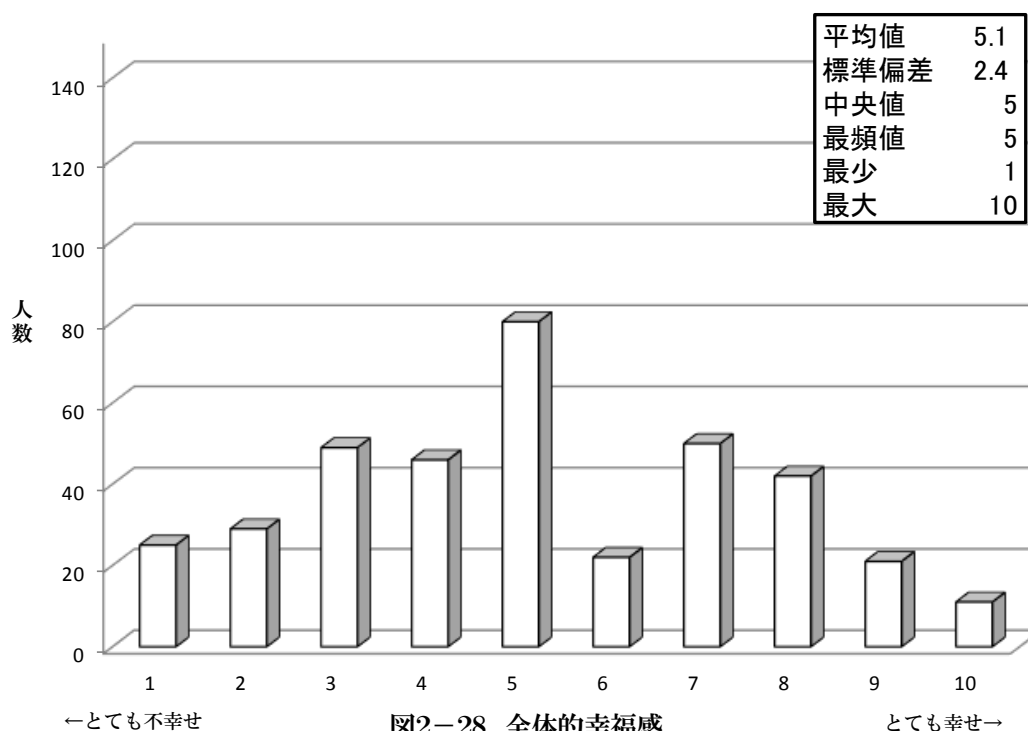


図2-28に全体的幸福感について示しました。10段階で5と回答した方が21.3%ともっとも多く見られました。平均は5.1となりどちらともいえない状況にあることが分かります。一方で、27.5%の方が3以下と回答しており、これらの方は全体的幸福感が低いことが予想されます。また8以上と答えた方は19.7%にとどまっており、とても幸せと回答している人は少ないことが示されました。

## (27) 日ごろのひきこもり本人とのかかわり

家族回答者とひきこもり本人との日ごろのかかわりについて図2-29に示しました。「しばしばあった」あるいは「時々あった」と回答した人がもっとも多かった項目は、「ご本人が真剣に考えてくれる」(51.9%)でした。その一方で、もっとも少なかった項目は「ご本人から『死ね』と言われる」(6.0%)でした。



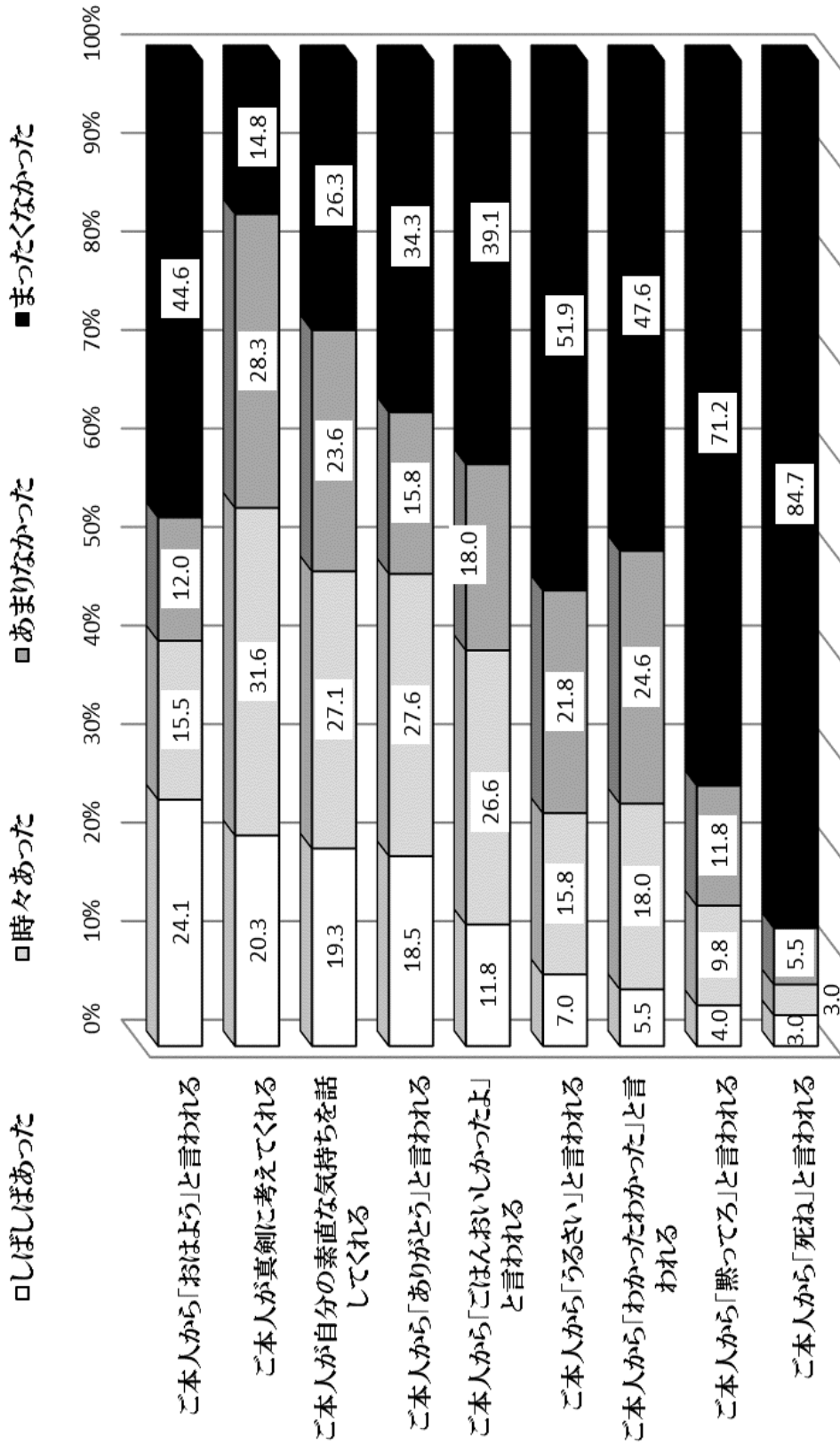


図2-29 日ごろのひきこもり本人とのかかわり

(28) 場面1

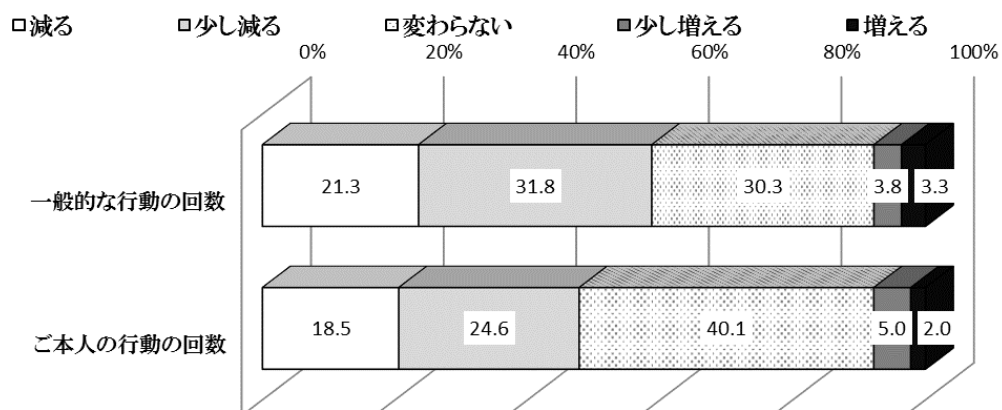


図2-30 場面1

図2-30に、『ひきこもり本人に「わかったわかった」と言われたので、家族回答者が「そう言われると嫌な気持ちになるよ」としかった』という対応後の「わかったわかった」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、53.1%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、43.1%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。

(29) 場面2

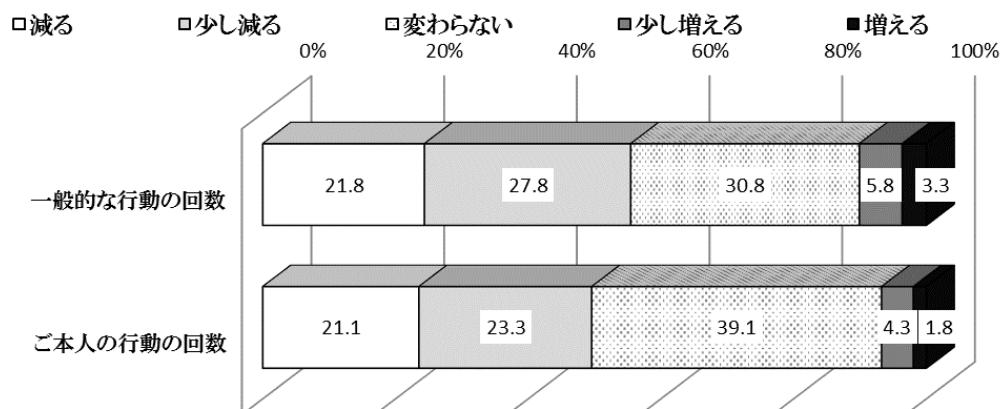


図2-31 場面2

図2-31に、『ひきこもり本人に「黙ってろ」と言われたので、家族回答者が会話をやめてその場から離れた』という対応後の「黙ってろ」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、49.6%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、44.4%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。

(30) 場面3

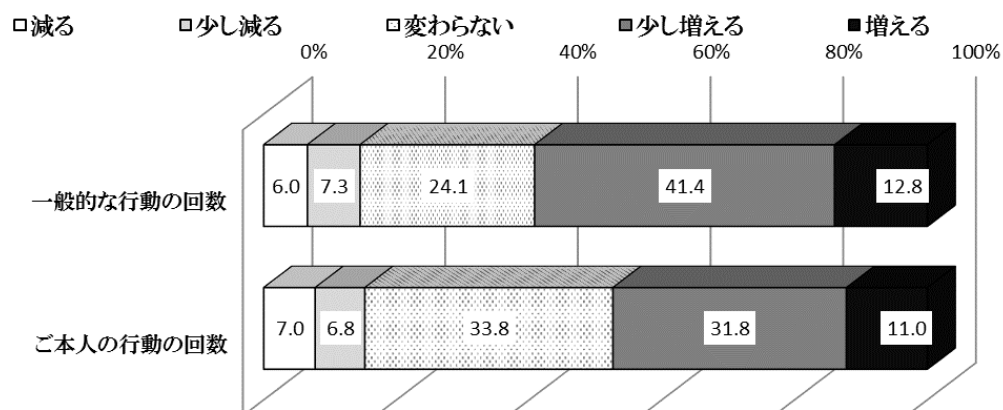


図2-32 場面3

図2-32に、『ひきこもり本人に将来のことを追及したが、自分の素直な気持ちを話してくれたので、家族回答者が追求をやめた』という対応後の、ひきこもり本人が素直な気持ちを話してくれる回数について示しました。一般的な行動の回数については、54.1%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、42.9%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。

(31) 場面4

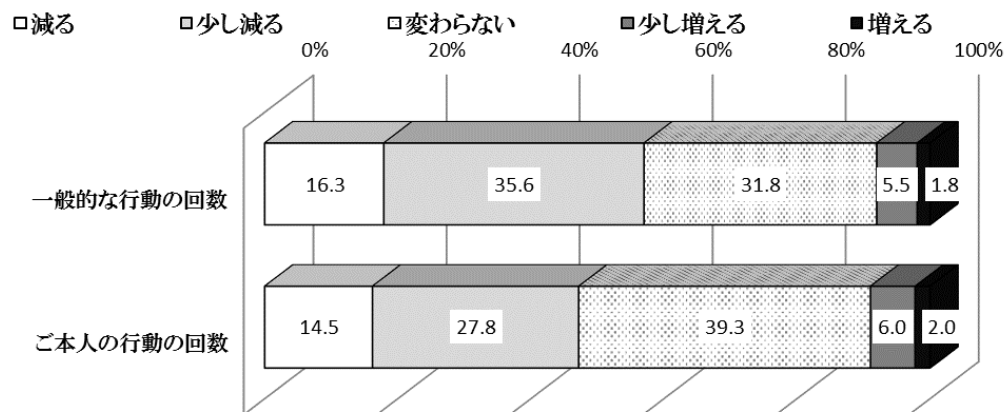


図2-33 場面4

図2-33に、『笑顔で話していたが、ひきこもり本人に「黙ってろ」と言われたので、家族回答者が笑顔をやめた』という対応後の「黙ってろ」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、51.9%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、42.4%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。

(32) 場面5

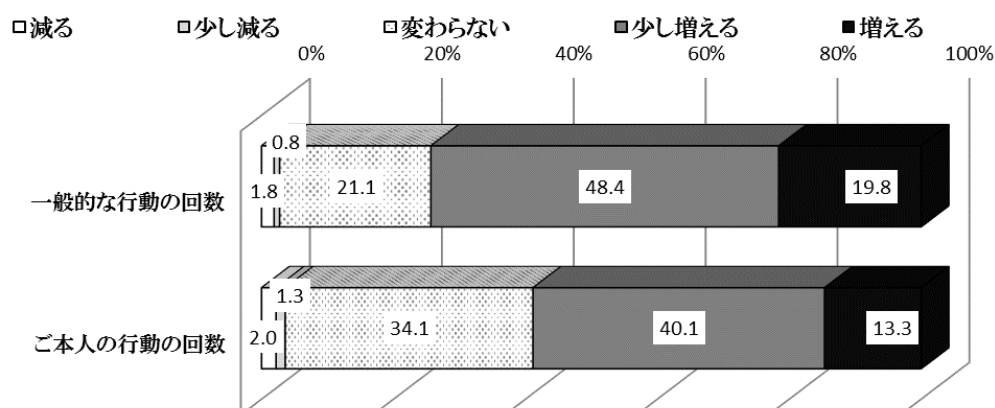


図2-34 場面5

図2-34に、『ひきこもり本人が「おはよう」と言ってくれたので、家族回答者が「そう言ってくれてうれしいよ」と褒めた』という対応後の、「おはよう」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、68.2%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、53.4%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。

(33) 場面6

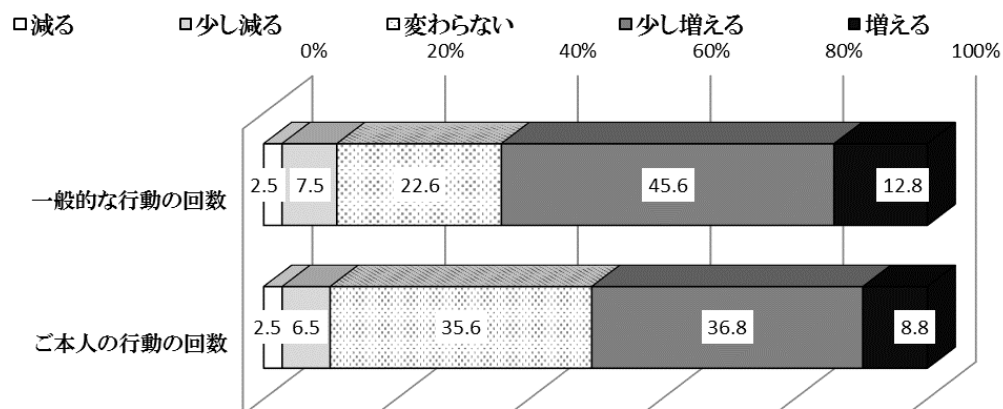


図2-35 場面6

図2-35に、『家族回答者が腹を立てて怒った顔をしていたが、ひきこもり本人が真剣に考えてくれたので、怒った顔をやめた』という対応後の、真剣に考えてくれる回数について示しました。一般的な行動の回数については、58.4%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、45.6%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。

(34) 場面 7

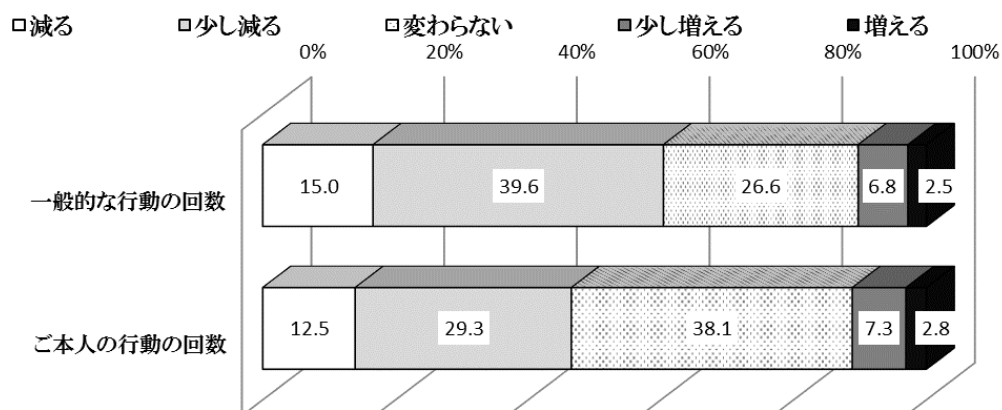


図2-36 場面7

図2-36に、『ひきこもり本人に「うるさい」と言われたので、家族回答者が「そう言われると嫌な気持ちになるよ」としかった』という対応後の「うるさい」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、54.6%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、41.9%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。

(35) 場面 8

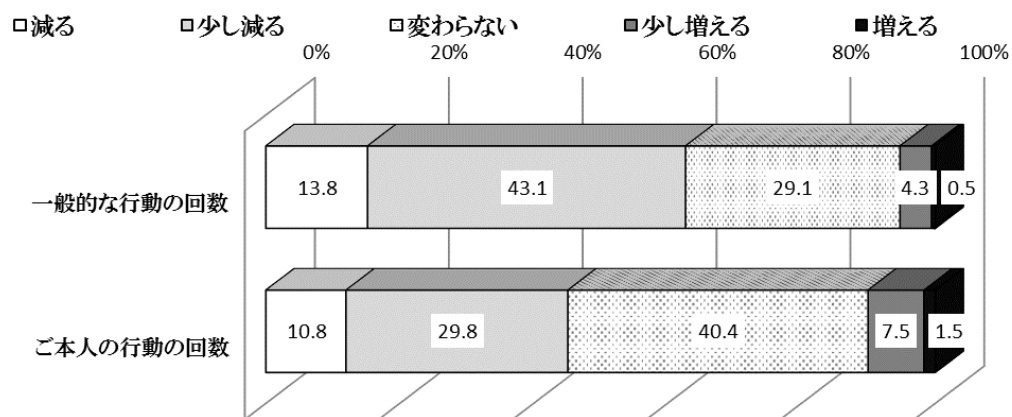


図2-37 場面8

図2-37に、『ひきこもり本人に「わかったわかった」と言われたので、家族回答者が悲しそうな顔をした』という対応後の「わかったわかった」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、56.9%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、40.6%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。

(36) 場面 9

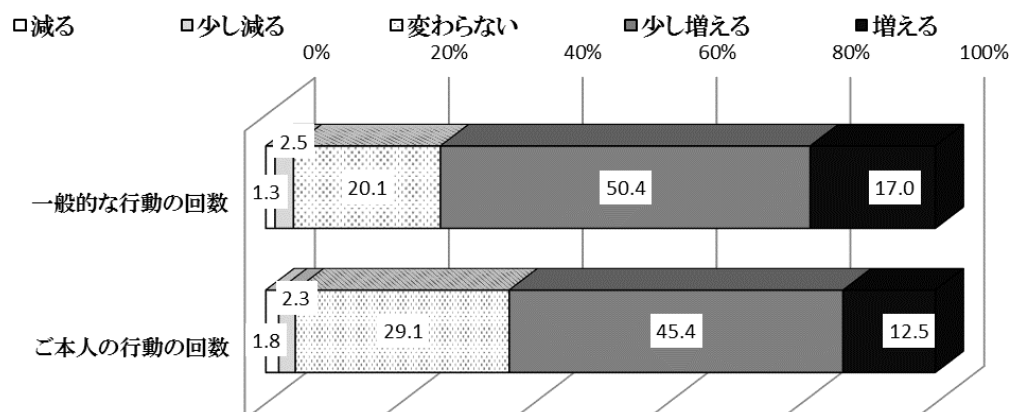


図2-38 場面9

図2-38に、『ひきこもり本人が「ありがとう」と言ってくれたので、家族回答者が「そう言ってくれるとうれしいよ」と褒めた』という対応後の、「ありがとう」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、67.4%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、57.9%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。

(37) 場面 10

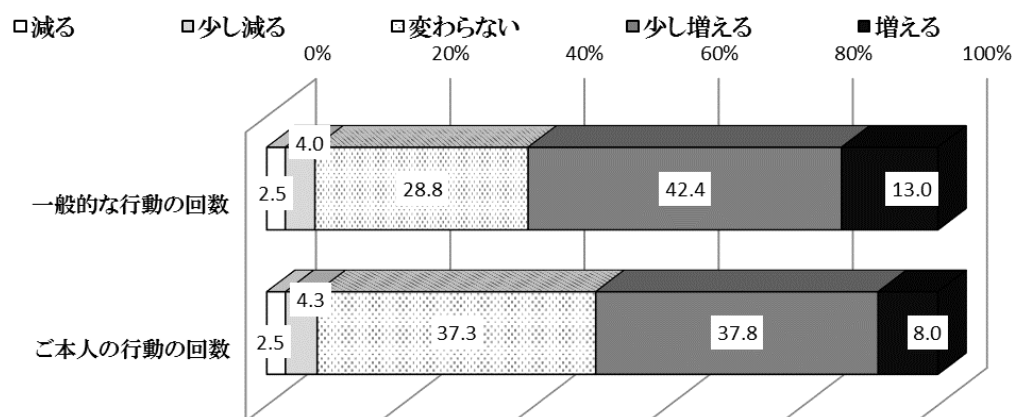


図2-39 場面10

図2-39に、『家族回答者が腹を立てて怒った顔をしていたが、ひきこもり本人が「心配してくれてありがとう」と言ってくれたので、怒った顔をやめた』という対応後の、「心配してくれてありがとう」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、55.4%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、45.9%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。

(38) 場面 1 1

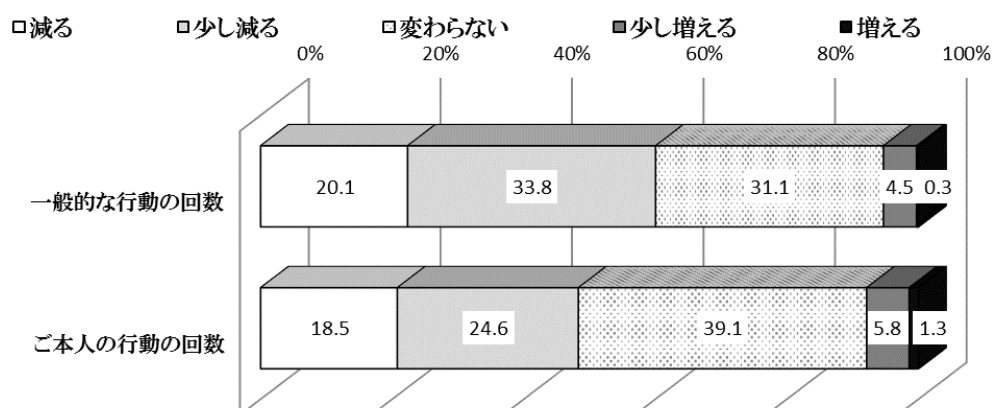


図2-40 場面11

図2-40に、『笑顔で話していたが、ひきこもり本人に「死ね」と言われたので、家族回答者が笑顔をやめた』という対応後の「死ね」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、53.9%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、43.1%の方が「減る」あるいは「少し減る」と予測していました。

(39) 場面 1 2

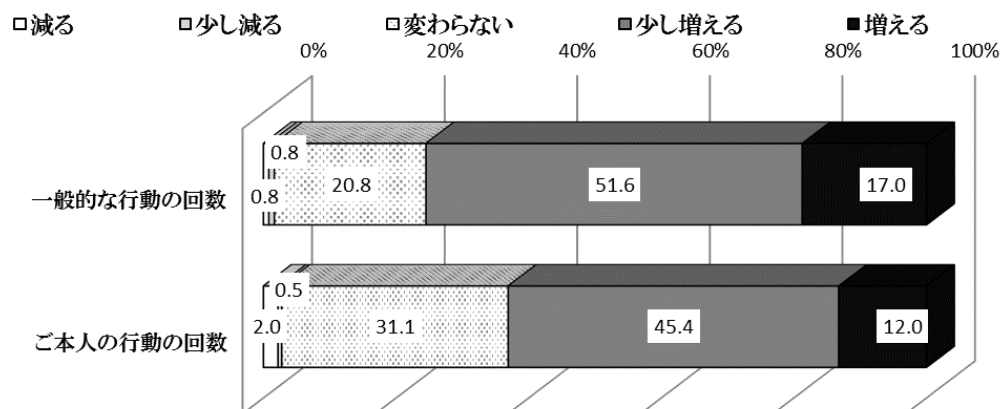


図2-41 場面12

図2-41に、『ひきこもり本人が「ごはんおいしかったよ」と言ってくれたので、家族回答者が「そう言ってくれるとうれしいよ」と褒めた』という対応後の、「ごはんおいしかったよ」と言われる回数について示しました。一般的な行動の回数については、68.7%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。また、ひきこもり本人の行動の回数については、57.4%の方が「増える」あるいは「少し増える」と予測していました。





## 第3部 自由記述



自由記述では、以下のことについて回答を求めました。

#### 本人・家族回答用

I. ひきこもりの長期高年齢化を防ぐために期待する支援を自由にお書きください。

II. あなたがご本人に言った言葉のうち、本人が喜んでいて(嫌がっていた)ことはどんなことですか?①どんなとき, ②何を言って, ③どう喜んでいてか(どう嫌がっていたか), を自由にお書きください。

以下には、それぞれの質問についての回答を本人回答者、家族回答者に分けて記載しています。自由記述の内容は、実態を示すため記載された内容を忠実に再現していますが、個人が特定できないように記述の趣旨が損なわれない範囲で編集しています。なお、大半の自由記述は掲載しておりますが、記述の量や重複を考慮し、掲載されていない自由記述もあります。また、読み取ることの困難であった記述は「●」で示しています。

I. ひきこもりの長期高年齢化を防ぐために期待する支援

#### 本人回答者

##### ○支援体制に関して

- ・ 地域、国、県がバラバラな支援をするのではなく(縦つながりのような支援)、横つながりの支援をしていくことが大切ではないかと思います。ある市町村で画期的な取り組みが行われていれば、それを共有し、他の市町村にも広げていく。1箇所、1地域で成功している支援方法を共有し、全県的に広げていく方法などをとっていけば、より早い問題解決につながるのではないのでしょうか。
- ・ 障害者支援では就労支援事業所がたくさんある。札幌などでは300もある。ここではすでに障害者の取り合いになっている。この社会資源を使わない手はない。このA型B型移行事業所の中から研修参加を募集し、ひきこもりの方を支援してもお金を入るようにする。現在は障害者でないと利用できないが、門戸を広げる。スキルの高い事業所には訪問もやってもらう。障害のほうには余るほど社会資源がある。これを使わない手はない。ひきこもり支援の社会資源をこれから作るには、金欠でかつ迂遠すぎると思う。
- ・ 認知症の対応のようにケアマネージャーがひとりひとりについてどのよう

な支援が必要かを調べてもらい、支援につながるようにしてほしい。チームでその人を支えるしくみができてほしい。

- ・ ①地域包括支援センターや障がい者相談支援事業などとの連携。②ピアサポーターを派遣する（親サポーター当事者サポーターも含めて）③ピアサポーター、フォローアップ研修、養成研修を行ってほしい。
- ・ ひきこもりになったキッカケが色々とあるので、出来るかぎり色々な入口（窓口）がある支援を作してほしい。
- ・ 女性のひきこもりの人は男性を苦手とするようなので、男子完全禁制のサポート施設を多くするべき。（特に職員も女性に限定すべき）
- ・ 病院や就労支援だけの連携だけでなく、地域や企業の協力も必要だと感じています。
- ・ ピアサポ、当事者同士の活動、支援機関のよこのつながり。
- ・ 暴力や生命の危機がある場合は多少強引な方法も必要かと思っています。
- ・ アウトリーチなど、ひきこもりが支援者と出会う機会があること。
- ・ 「何かをする」じゃなく、「余計な事をしない」方向の支援
- ・ 少しずつ社会的活動に参加することを支援する。
- ・ ひきこもりサポーター事業
- ・ 自立支援サービスの多様さ
- ・ 「きっかけ作り」

#### ○収入を得られる活動、就労支援

- ・ 仕事をしていないひきこもりやニートの状態でも、一時的には引け目を感じる必要のない社会の空気になっていれば理想的ですが、やはり仕事をしていくことは必要なことだとは思うので、少しでも出て来やすい場所、人とのかわりがあるって、社会に繋がりやすいようにする支援があって、そこから社会復帰や、最終的には就労に向けての仕組みが整うといいなと思います。障害者に限らず、少なくとも収入を得られる継続可能な雇用環境があれば。可能ならば親から当事者に一緒に暮らすことが出来なくなったことを伝え、離れることが有効だと思う。
- ・ 特定分野において、他人に勝るスキルをお持ちの方々もいます。（B型作業所などの交流で）その人すべてを平等にみて、仕事をさしていただく場を作って欲しい。
- ・ 個人で金銭を稼げるシステムを確立するための研究、支援。雇われて集団で働くのは困難。
- ・ いきなり一般就労ではなく、中間的就労（リハビリ）を出来る場所が必要だと思う。

- ・ 就労支援が若者に限定されており、39歳までなど年齢制限があり、受けられないでいる。40代以上にも支援がほしい。
- ・ 就労支援：就職先や就職試験、面接などのサポートやアドバイスがほしい。
- ・ 雇用形態にブランク枠を導入すれば、就労の不安を和らげることができる。
- ・ 就労移行・就労継続支援の利用の斡旋、またその事業者の認知度の向上。
- ・ 就労についてサポート（相談）してくれる場所があったらいいなと思う。
- ・ 単純作業労働の場を作る。親から離れ自立支援の寮（？）
- ・ ひきこもり当事者専用の就労斡旋の場
- ・ 就労支援の情報を役所などからハガキで伝える。
- ・ ひきこもりに理解ある人からの就労支援
- ・ 就労機関

### ○居場所の確立/増加

- ・ 安心して訪問でき、相談や話ができる居場所が増えること。長期高齢化のひきこもり、元ひきこもりの外出も出来るようになった人達が行ける、そこに特化した感じの職案・相談所の様な場所
- ・ 支援センターなど気軽に行くことができる居場所があったらいいなと思う。ちなみに私はひきこもりの自助会に行っています。すごく大切な場所です。
- ・ 40、50代以上に限定した居場所等を増やす。（若い人と同じところに行きたくない、という意見を良く聞いたため）
- ・ 自宅から歩いて（自転車）で行ける位のところに集まれるフリースペース。
- ・ 自分の気持ちを何でも話せる場所があると心強い。
- ・ 居場所、ピアグループ、安心して参加できる場所
- ・ 安心して転がり込める場所の確保。
- ・ 気軽に行けるフリースペース増やす
- ・ 「行く理由」がある場所
- ・ 色々な人に出会える場所
- ・ 自由にいける場所がある
- ・ 居場所の整備

### ○訪問支援の確立/増加

- ・ 最初はお宅訪問で話をするぐらいにして続けていくうちに、当事者が心を開いていくような、辛抱がいるけれど、そういった支援。そこから医療機関、居場所へつながればよいと思います。
- ・ 自分の場所は訪問支援で外の世界との道が開かれたので、訪問支援が良いと思います。

- ・ 積極的に自宅を訪問する→ひきこもりしている本人と話し合う。
- ・ ACT（訪問医療）を全国的に広げてほしい。とくに愛知県や岐阜県。
- ・ 訪問による当事者、その家族の支援
- ・ 訪問できる人が増えて欲しいです。
- ・ 家庭訪問。

### ○心理面/対人面/コミュニケーションのサポート

- ・ こどもの頃からの自尊心を守る。精神的な安定感を持てるスペースを作る。長期間ひきこもって作られた不適応感を自信に変えられる心理的なアプローチが必要に思う。精神病者が増えてしまうような気がする。
- ・ ひきこもる理由も原因も様々であるだろうし、自分にはわからない。ただ、自分の場合は心のうちを吐き出せる信頼できる相手が必要だったのかもしれない。
- ・ 行政等で収入がない場合（1年間）に様子を確認するなど社会とのつながりを断絶させないことが必要だと思う。
- ・ 意識改革：自分に自信が持てるようになる機会、人間関係の構築やコミュニケーション方法を学ぶ機会がほしい。
- ・ 身近な家族とコミュニケーションを良くとり、他人の話をよくきき、コミュニケーションを図る。
- ・ 人と人との関係を切らさないことが重要。
- ・ コミュニケーションの訓練、自立支援

### ○ひきこもりについての理解の促進

- ・ 「社会的孤立」と真剣に向き合う。孤立して自分が困難になっていることをふまえた対応。まかり間違っても、なまけている、本人の意欲の問題とすべきでない。
- ・ 世間のひきこもりに対する理解。働かなければならないと言う風潮の変化
- ・ 社会が分かってくれ、話しやすい環境を作ってもらいたい
- ・ 認知行動療法の勉強会の場が多く作られること。
- ・ ひきこもりは悪くないことを社会に認知させる。
- ・ ひきこもりに関する知識、情報の共有

### ○個別支援体制の確立

- ・ 個々の状況に応じた丁寧な支援。スモールステップできるチャンスが欲しい。高年齢になると相談するだけでも無様な自分をさらけ出すよう思うように行動できないことも多い。高年齢に特化したセクターが欲しい。

- ・ 住●のよう感じで、なかなか殻から出られない人に対する対処
- ・ 本人の興味のあるものを与えられたり訪問したりしてほしい
- ・ 人に合わせた支援（様々な）
- ・ 段階に応じた適切な支援。

### ○経済的支援

- ・ 金銭的な援助（公的に←ここがぬけていてはムリ。小額の援助があれば早い段階で社会参加できたかもしれない。物事がゆっくり考えられない。きれいごとでは生活できません。お金は親頼み、親一本はダメ。社会的ひきこもりです。家族だけの問題ではないはずです。）+中間就労などの機会（今ある支援）
- ・ ベーシックインカムを導入してほしい。
- ・ 金銭的支援。
- ・ 経済的なこと。

### ○家族のサポート

- ・ 家族の者が率先して医療機関や支援機関に相談していくこと。
- ・ 早めに支援機関と親がつながる。
- ・ 家族が見捨てないこと

### ○支援制度に関する啓蒙

- ・ 支援機関が制度の存在をもっと周知してほしい。ひきこもっている間、その存在を全く知らなかった。ネットで検索して一番に出てくるのはうさんくさい業者。
- ・ 支援を受けられる情報を持っていること。

### ○その他

- ・ どうせ自分は何をしてもダメだから、他者に何も求めないし、期待もされたくない。社会復帰のために今まで関わりを持った人は皆、自分のダメさに苛立ち、愛想をつかしてひどいことを言うようになっていった。先のことなど考えたくない。何にもそういうことはしたくない。
- ・ 私事で恐縮ですが、BDD（身体醜形障害）に対する支援。特に自分が興味のある分野への就業体験。資格取得・技術獲得のための支援（勉強会・研修の企画等も含む）
- ・ どのような支援が有効なのか検討がつかない。
- ・ 自分で勉強、読書する。

- ・ 遊びのほうをまず優先しています。気がふさぐ前にとどめるようにしてしま  
す。
- ・ 安心してひきこもれる環境づくり
- ・ 早期発見
- ・ わかりません

## 家族回答者

### ○支援の拡充・支援体制に関して

- ・ 外に出すことを第一に考えることには限界と疑問を感じる。まずは家に居な  
がらにしてできる社会参加（家事など）から本人の必要に応じて外に出る機  
械を作る方向を考えたい。また、家で収入を得られる手段を社会全体で生み  
出していくような支援があればありがたいと思う。そのような手段があり本  
人も多少なりとも社会参加できれば自己肯定感とともに、次のステップが期  
待できると考える。ひきこもっている若い人の力を生かせるアイデアを本人  
達から聞きだす支援を！
- ・ 息子は潜在期（ひきこもっている状態）から帰路に向かいつつあります。家  
族の手を離れ第三者の支援が必要かと思われます。情報提供をはじめとする  
外へ出るきっかけを支援していただければ助かります。今はこれからの本人の  
経済面が心配です。親が元気なうちはどうにかなるでしょうが、気軽に相談  
できる（ひきこもり本人と家族のことを理解してくださっている）ファイナ  
ンシャルプランナーが身近に居てくださると助かります。また、公的支援者  
と連携して取り組んでいただければと思います。
- ・ まずワンストップ的なところがほしい。（どうしたらよいか分からず、何年  
も無駄に…というケースもあると思う）。急がば回れで、丁寧な手取り足取  
りの支援の流れがあるとうれしい。医療でもチームがあり、介護でも他職種  
のかかわりが「チーム」であるらしい（TV 情報）が、ひきこもりもネット  
ワーク的なつながりがあればと思う。口コミ、手探りでは不安。
- ・ 年齢で対象者を区切らず、支援の切れ目がないようにつながる。社会参加の  
前にでていける居場所や就労支援の場所が地域にたくさんできたら出やす  
いのかなと思う。ひきこもり本人と家族の問題とみるのではなく、社会の一  
員として地域ぐるみで解決するネットワークを作る。
- ・ 学童期にはフリースクール、サポート校など選択肢が複数あったが成人して  
しまうと頼れる居場所が少なく、助けてくれる場所があまりないので、いろ  
いろな形での支援の場所がほしい。関わってくれる方のプロ意識が低いよう  
に感じる。
- ・ 家族だけ（母親だけ）ではどうにもなりません。父親は「おれは知らんぞ」



と何もしません。本人に寄り添ってくれる、継続的な訪問支援を期待します。本人を支援機関に連れて行くことは至難の業です。どんどん年ばかりとってほとんど変化はありません。

- ・ 居場所等に送り迎えしてくれる車及びスタッフ（女性）がいると外出が可能になると思われる。仲間づくりが大切。軽い仕事を用意されているといい(強制されない)
- ・ 公的機関の形だけの現状対応から、本格的な対策を検討しなければ、今後ひきこもりが増加していくことに歯止めがきかなくなっていくだろう。家庭だけでは限界がある。
- ・ 楽の会のように親または本人が自由に参加、選択できる機会や場所が多く、スタッフも多く、現状を認識して活性化していて前向き、費用も安い、期待している。
- ・ 本人が安心して何でもお話できる第三者の存在が必要かと思います。家族意外と話が出来ず、知的コミュニケーション障害もあるので、メール等の相談も難しい現状で、こういった第三者の方がいるといいのですが。
- ・ 身内でない第三者との接触が大変難しいと思います。きっかけを作るため、レター、通信、他団体との継がり、イベント、お食事・散歩会等の催しが拡大して居ると思います。たくさん接触する機会を作ってください。
- ・ 仕事をするにしても、人と関わらないで済むこと、買い物はレジでしゃべらなくて済む所、電話するのが嫌、どうしたらよいか教えてくださる所に本人が訓練できて社会に出て行けるようにしてくれる所
- ・ 本人がひきこもって27年、家族はあらゆる困難にぶつかり、大変な年月でした。何回か相談に行ったりしましたが、その場限りの対応で終わり、今に至りました。もっと具体的に支援してほしいです。
- ・ 各種機関の支援員の増員(数的にも質的にも)、ピアカウンセラーの活用(身分保障と存在の尊重)→地域機関の充実。コミュニティにおける医療関係者の連携
- ・ 保健所さん、NPO 法人などの外にも色々な経験をして現在に至っている人達にも関わっていただいて、ひきこもりの人達にやさしく接していただき、社会に引き出してほしいです。
- ・ 本人は今の楽しみだけに目が向きがちなので、先のことを考えるきっかけとなるよう、コミュニケーションを図って、とらえそうな目標を持てるような助けがあればと。
- ・ 公的支援の充実を望みますが、本人自身は相談するところまでいかないのが問題です。
- ・ 相談窓口の充実。ひきこもりから脱することが出来た方の様々な経験談を聞

ける場があればありがたいです。

- ・ 実態を事細かに掴んで、理解し、若者枠（30歳以下）を取り去り、何歳になっても支援をし続けてほしい。
- ・ 39歳までなど、支援に年齢制限を設けないようにしてほしい。電話相談など。
- ・ 本人が気軽に社会参加できるように第三者の方に支援していただけたらと考えますが、果たして本人が受け入れられるかが疑問です。
- ・ 政府が本腰をいれて、金、人を投入してほしい。学校でのいじめを何とかしてもらいたい。
- ・ ジョブステ等の利用が40歳までなので、高年齢でも利用できる場所、支援体制がほしい。
- ・ ひきこもりを興味の方に引っ張り出す体験させて気持ちを軽くする機関やシステムがあるとよい。
- ・ 買い物、通院などの付き添い支援。本人の話し相手になっていただく（話しをきく）制度
- ・ 中間就労やボランティアなどで本人の状態を理解し、サポートする立場で、支援を展開する個人や施設や機関などの拡充。
- ・ サポステが39歳までとなっているが、年齢を上げるか？同様の活動の場をサポートする時代に入っているのではないか？
- ・ 病院、医院、NPOなどのある「ひきこもり支援センター」を設置していただきたい。
- ・ 国が最近実態調査を始めたが、保育園の待機児童の問題くらいに真剣に取り組んでほしい。もはや家庭内の問題ではなく、日本の社会の問題です。
- ・ 外部からの支援を出来れば長期にわたり受けることができるとありがたい。
- ・ 市、国関係のサポート等、40歳で終わりではなく年齢をあげてほしい。
- ・ 親の関与が困難であるため、外部からの支援をお願いしたい。
- ・ 生活に関して、本人が匿名で相談できる機関
- ・ 親の会、当事者の会、医療、福祉、就労（就学）支援関係者の理解。
- ・ 年齢で比較しない感覚を常に持ち、寄り添う心を持ち続け、支援を続ける。
- ・ 相談できる人（年上の人）がいてくれたらよいと思う。
- ・ 行政がもっと親身に対応して欲しい。
- ・ アウトリーチ
- ・ 地域での支援や見守り
- ・ 社会参加ができる支援
- ・ 伴走型の支援、長期的な支援
- ・ アウトリーチの充実

- ・ アウトリーチ活動がいかにかできるか

### ○収入を得られる活動、就労支援

- ・ ひきこもりの中には発達障がい者の割合が高いと聞いているし、たとえそうでなくても、ひきこもりの人は長所もたくさんあると思うので、ひきこもりを抜け出しやすいように、元ひきこもりの人専用の職場を作り、本人の特性にあった援助を行い、仕事を続けやすい環境、援助をしていけば良いと思う。本人も自信をもって働くことが可能であるし、また、納税することにより自己肯定感も高まり、社会参加をしているという意識が出ると思う。
- ・ 就労後、色々と不安やトラブルがあった時、いつでも本人が相談にいける場所がほしい。（役所などは土日が休みなので）本人は、大手就労センターで訓練し、2年後その本社で正社員として勤務していたら、新しく上司となる方から突然「営業して仕事をもってこい、無理ならやめてもらう」と会議の席で言われたそうで、頑張っていました。地元の就労センターに親が相談に行きましたが、できれば本人が人事の方に相談してからがよいのでは一、ということで、本人もあきらめてしまいました。
- ・ 高齢になると生きていくうえでも大変なので就職先（そんな会との連携か立ち上げ）などの応援する機関など作ってほしい。ただ講演や集まりは親のはけ口しかない。集まり（会）へ出席して自分の子のことをいい、他人の子のことを聞き時間が終わる（これでは前に進まない）精神科の医者が参加され話を聞きながら一言の言葉もなく帰っていかれるのはなぜ？どうしていいかわからないけど、真剣さが全く感じられない。このアンケートにしても、ただアンケートまとめにしか思えない！関係者は各県で立ち上がってほしい。まだ書きたいことがいっぱいありますが、皆様のお気に召さない点はお許しくださいませ。
- ・ 今まで就職した経験がないため、仕事をしたくても履歴書に職歴をかけません。そのことを本人も気にしていると思われすし、職場での対応が職歴有の人を重要視するものであれば、気後れするのではないかと思います。ひきこもりに対する理解のある職場があるといいと思うし、そういう情報があったらいいなと思います。また、今の子ども達はスマホなど使いこなせるので、ひきこもり支援の情報や、ひきこもり本人同士がつながれる場があればいいと思います。
- ・ 家庭内でリラックスできるようになると、将来が不安になります。ブランクがあっても少しずつ仕事ができる仕組みがほしいです。今、仕事を探せるようにまでなりましたが、ブランクがある事が本人の自信をなくす原因の1つとなり、積極的にアピールできません。ひきこもりをした事がある人はどう

しても (?) おとなしく見え雇用する側は嫌がるのでは??

- ・ 当事者の状況にあった夢のような会社 (今の日本は弱い立場の人にはきびしいのでそんな会社はないでしょうか) 、働く場所を提供する。その場所は出勤、退社時間自由。週に2~3回働いて当事者が望めば誰でも自由に働ける。地域の役所で。
- ・ 在宅でできる (テレワークなど) の研修などにピアサポーターが誘ってくれたらいいなあと思います。ひきこもりのパソコンキャリアアップをいかにはかるか??
- ・ 本人は発達障害がありますが、ひきこもりの発達障害に対する支援がほとんどないのが実情です (地方だから?) 。就業に向けてのリハビリのような所 (週1~通う) を公的機関が設けて欲しい。
- ・ 「ひきこもりの人でもアルバイトなど就労できる場がある」と思えば、本人も家族も心に余裕ができると思う。ひきこもりに対しての周囲の理解が増せば、本人も外にでる可能性が少しでもできてくるかなあと思ったりします。
- ・ 面接なしに労働できて (そうじなど一人で黙ってできる仕事) 、賃金をもらえる場所を作ってほしいです。
- ・ 能力、状態に合わせて就労し、金額は別として報酬をいただける機会 (場所) を教えてもらいたい。理解ある経営者、ジョブコーチ、●親制度
- ・ 障害者 (アスペルガー等) に適する仕事の情報や機会 (チャンス、支援者) がほしい。
- ・ 社会人として自立するための支援が受けられる場所 (いろいろな段階、状態に合わせられる) が、たくさんある (できる) と良いと思います。
- ・ 元ひきこもりの就労支援。障害者わくだけでなく、ひきこもりわくがあっても良いとおもう。
- ・ 本人が安心して働ける、居られる場所、何とか生活できる収入がある、そんな支援があってほしいと思います。
- ・ その人にあった理解のある就労の場。生きがい、働きがいを感じられる場。
- ・ 行政の支援機関は就労の支援が主。とてもその段階にはない当事者は多い。
- ・ 面接なしの仕事依頼 (点付け、パソコン、インターネット) を教えて欲しい。
- ・ 本人の特性を理解してくれる仕事場が少ないように思います。
- ・ 本人への就労支援、学習支援、社会参加が出来るような体験の場
- ・ 経済的支援、就労につながる支援、精神面での支援
- ・ 就労支援を地域の行政が行って欲しい。
- ・ 発達障害のこどもでも、それなりの職業をお願いしたい。
- ・ 就労支援事業、中間就労施設
- ・ 簡単に働く場所があったらと思います。

- ・ はたらく場所（本人が安心して）
- ・ 人間関係に気を遣わなくて就労できる場の支援
- ・ 人に会えない人の働く場所があると良い。
- ・ 就労支援、就労場所が欲しい。

### ○居場所の確立/増加

- ・ 私の息子は生活のため母子家庭で私がいつも仕事で家を留守にしてテレビの前のみの生活をしいられて、しかも小中高といじめで心の中が又いじめられるのではないかと人と話すことをこぼんでいます。何とか少しでも人生を楽しんでもらいたいと思いますので 43～でも出入りできるカフェみたいなところを作ってほしいです。
- ・ ひきこもっていても抵抗感なく、誰でも安心して自由に出入りできる社会的（公的）な居場所が、あたりまえのようにある世の中となることを期待します。
- ・ 二人の息子、37歳と31歳、10年間ひきこもっています。全く外にでません（31歳）ひきこもり当事者が住んでいる場所で自由に行動できるような居場所がほしいです。
- ・ 現在利用している病院のデイケアへ行くのに、1時間半かかっています。近くに居場所となるところがなく、近くにあったならもっと頻繁に外出できるようになるのではないかと思います。
- ・ 若者層にも居場所は少ない。ましてや年齢が高くなるとむつかしくなるように思う。年齢別、性別、きめ細かい居場所づくりが必要かと、また、ひきこもり経験者がいることも必要かと。
- ・ 自力で回復することを信じています。でも対人関係を経験させていただく機会がないと回復には至らないと思いますので、居場所の利用は必要だと感じています。
- ・ 気軽に行ける居場所のような所があるといいと思うのですが、果たして本人があつたとしてそこへ出かけていくかと考えてしまいます。難しいですね。
- ・ 1、当事者の居場所を作り、そこで仕事や作業などを当事者スタッフとともにできるような支援。2、ボランティアを気軽に出来るようなしくみ
- ・ ゆるやかな人間関係の練習になる、無料の居場所をたくさん作ってほしい。（公設民営がよいのかも）。
- ・ 気軽に相談できるような場所が近くにあれば良いと思う。また、同じような当事者が自由に集まれるような施設も必要と感じています。
- ・ 手帳（障害者）やDrの診断書がなくても気軽に自由に参加できる居場所があればいいなと思います。中間就労に近い。

- ・ ひきこもりを理解してくれるステップ毎の社会参加の場所が各地にできることを期待する。
- ・ ピアサポーターの増員、配置。ひきこもり当事者同士が（集まれる、つながれる）場の工夫。
- ・ 今はまだ無理ですが、社会参加できるようになれば、気楽にいける場所がほしいんです。
- ・ 各地区に小規模な居場所があると良い。空き家などを利用した家庭的な空間と支援スタッフがいる場が理想だが。
- ・ 安心してることができる居場所が多く、伴走してくれる人を多くほしいです。
- ・ 長期間社会とかかわりをもてないでいる人でも安心して出て行ける場所
- ・ 仲間との交流の機会を多くするため居場所の常時開放ができればよい。
- ・ 女性が集まれる居場所（楽しい場所）などがない。
- ・ 本人が当事者の人と話すことができる場所。
- ・ 同じ境遇の本人同士が話せる場所
- ・ 居場所事業に対する支援
- ・ 受け入れ場所（本人の）
- ・ 定着、安定した居場所。

### ○訪問支援の確立/増加

- ・ 自宅に支援者が定期的に来てくださり、話をしてくれる機会を作ってもらえると嬉しいです。ただし、親の会やボランティア等では本人が受け入れないと思うので（他人に世話になるのは惨めだと思って、外の支援を受けようとしないため）、ひきこもったら調査員がくるようなしくみがあったらいいなと思います。ひきこもりの人が自信をつけるプログラム（ネット利用）があったら嬉しい。そこから徐々に活動的になって、外へ出られるようになってくれたらと思います。
- ・ 訪問支援、当人とコミュニケーションと第3者が協力支援強化してほしい。現在の親子だけの生活では限界があります。基本的には親子の人間関係を良くすることが望ましいですが、私達の場合では暴君型、夢追い型タイプなので、第3者の介入が必要と感じています。ひきこもりにも家庭ごとにタイプがありますので、タイプ別の支援のあり方が必要かと思います。
- ・ 家庭への家庭訪問を強く望む。民生委員の方がひきこもりの人に対して認識と知識を持ってもらい、家庭訪問をお願いしたい。また、同年齢より少し上位の方（青年）の家庭訪問もお願いしたい。
- ・ 第3者機関の方に自宅に訪問していただき、一方的でも良いので、現在の気

持ちについて語っていただきたいです。

- ・ ひきこもり対策や心理面での支援者を定期的に家庭訪問していただける制度があったら何かのきっかけにならないだろうか、と思ったりします。
- ・ 訪問支援を望む（親だけでは本人が聞く耳をもたない）本人の本音はなかなかだしてくれない。
- ・ 24歳ごろに年齢の近いお兄さん（訪問カウンセラー）にきてもらっていたことがあり、また、今そのような人がいるといいなと本人も言っています。
- ・ 本人に対して理解のある方の訪問、一緒に外出などが出来る方をぜひ見つけたいと思います。費用がかかりすぎる。
- ・ 本人が望むなら訪問して聞くなど制度化する。訪問する人は元当事者または家族とする。訪問者に国でお金を払う。
- ・ 各県に10年以上ひきこもりをしている人の家庭訪問
- ・ 家庭訪問など家庭に第三者が入ること（本人と年齢の近い人など）
- ・ 本人の不安や悩みに答えてくださる訪問ヘルパーの存在が必要。
- ・ 第三者が訪問して本人に声かけを行い、本人との会話を促す。
- ・ 医療、福祉関係者、カウンセラー等の家庭訪問
- ・ 訪問支援（各家庭における問題点を一緒に考える）。
- ・ 市の係りの人に時々来て欲しいです。
- ・ 福祉課の方または関係者の訪問がほしい（親には話さないが…）
- ・ 支援の方の戸別訪問

#### ○心理面/対人面/コミュニケーションのサポート

- ・ ひきこもり全般的に、人との交流が苦手であり就労についても対人関係でつまずくなり退職を繰り返すように思います。※親の会の役員をしていて、元当事者と話す機会があり、本人の体験から見えることは教師の体罰、ともだちからのいじめに発展し、長期にわたる中で精神的トラウマから身体が動かなくなる現状がある。貧富の差は社会不安、将来不安に起因し、若い世代の男女が結婚、子育ても安心してできない現代社会に於いて、今後も増加傾向にあると思われる。※世界精神医学会 1802～7年ころ発足、日本精神神経学会 1902年ごろ発足、現在 2016年にいたっても増加傾向にあり、親の責任という一部の人たちもいるが、本人たちから直接きいた話では、教師（学校）、同級生（友達）からのいじめが多い。
- ・ 小中学校の不登校の頃は親に対してカウンセリング等も進めてくださり、大学院生とのカウンセリングをしていました。中学校には1日も登校していませんため、中学校長からは卒業証書は本人が大人になって取りにくるまで預かりますと言われました。証書があると夜間中学入学も出来ないためとの説明

がありました。質問の答えとしてあっていないかもしれませんが、学校登校や就労しなくてはしけないという縛りが強く長く続いてプレッシャーからひきこもりが長くなったりしたのかと考えてしまいました。支援はプラスになる本人達の気持ちの支えを希望します。

- ・ 現在、病的な精神状態、自分だけに閉じこもり他の方とも交われない。小さいときから現在までの後悔、先への不安を毎日親に訴える。本人の気持ちを尊重してきたつもりですが、過去、将来のことはどうしようもありません。本人は親が自分のことでないからどうでも良いと思っているだろうと言ったり、苦しいと言いながら興奮状態になります。みているだけしかないでしょうか。
- ・ 性格的にひきこもりの当事者が社会や人が怖い中、外に向けて一步前に出ることができません。相談員の方がいることも伝えていますが気にとめていないようです。ただし、友人とは会ったりできますので、社会活動（ボランティア）とか人とコミュニケーション力を少しずつつけていけたら嬉しいです。友だちとは少しは話せるようすが。
- ・ 本人が今の状態を認められず、苦しんでいて前へ進めない。こんな状態の子にどのようなことをしてあげられるのか。いろいろ支援はあるかと思うが、本人にその気がないかぎり、前へ進めないと思う。
- ・ 仕事よりまず外部の（ひきこもり中、または経験者）人との出会いがあればきっかけができればと願っています。
- ・ 人の中にいることが苦手なので、1対1で話せる友達があればいい（場所）。
- ・ 他人の話聞く●●、自分を引っ張りだしてくれる人、友人がほしい。
- ・ 年齢の近い人との交流があれば外に出られるような気がします。
- ・ 家族以外の人間のかかわり。＝孤立を防ぐ。
- ・ アウトリーチにより対人関係を作る。
- ・ 対人恐怖症をどうのりこえていくかの支援。
- ・ 相談にのってくれる人（場所）
- ・ 本人の立場になって考える、本人を見守る。
- ・ 面談を定期的に行い精神的な支援。
- ・ 対人交流が可能となる支援。

#### ○ひきこもりについての理解の促進

- ・ 親子ともに年齢が高くなればなるほど、あきらめモードが高くなり、自分達からどうしたいとか、どうしてほしいとかいえなくなり、また何をどうしたら良いのか解らなくなっていると思う。また、親は自分の子供がひきこもり



とはなかなか言い出せないし、言っても解ってもらえない、社会全体が外に出られない（色々な事情で）人達がたくさんいるんだという現状を理解し、受け入れてくれる広い心を持って欲しい。そのためには、当事者達だけではなく、一般の人々にも（会社、学校など）興味のある人々だけでなく、興味のない人たちにも現状を知ってもらい、理解してもらう必要があるのではないかと思う。誰もひきこもっていたい人なんていないと思う。身体、精神、発達障害などたくさんの人達がもがき苦しんでいる今の日本社会、誰もが社会に自然に受け入れられて、笑顔で暮らせる日本になれるように願うばかりです。

- ・ 自分の経験してきたことを自由に発言できる社会的風土を養成することである。風が悪いと思われると思えば発言する人はいないであろう。その経験が価値ある経験という社会的な了解があってはじめて発言できる。ひきこもりは社会的な犠牲の実例である。ひきこもりをなくしていくためには、経験されてきたことを参考にして、そのような状態にならない社会的状況を作り出すことである。
- ・ ひきこもりに対する社会の理解が進むような取組もしてほしい。なまけているとかおかしい（精神的）とかいうような理解が多数で親は辛い。まじめで心優しい人が多いと思うし、気長く取り組むことでしか解決しないのではないか。高度成長期の日本の社会のゆがみのあらわれではないかと思う。障害者と同じような支援が必要だと思う。
- ・ ひきこもりについての社会学的な研究、脳科学的な研究→個人や家庭の問題ではないことを示してほしい。対応をともに考えてくれる人（ケアマネージャーのような存在）が身近にいてほしい。
- ・ 周囲の理解が必要。資金（援助）、本人を受け入れる大きな器が必要と思われる（性格、考え方、外見、態度などの全て）
- ・ ひきこもり本人の心情が理解できないので、本人の体験談を聴く機会があればありがたい。また言ってはいけない言葉、態度などを知りたい。
- ・ 世間一般にひきこもりのことを知らせる。恥ずかしくないように、思えるような世の中にしてほしい。
- ・ ひきこもりに対する理解を世間全般に広める。少しだけ外に出られるようになった人に配慮した仕事を提供してくれる会社などをもっと増やす
- ・ 親や関係者の理解、協力のための教育（現在の KHJ の活動）
- ・ 本人に提示しやすい資料情報が少なすぎる。実際の事例体験談など。
- ・ 引きこもりに対する理解を広める（世間一般）。
- ・ 社会、とくに地域における理解が深まること
- ・ 親のひきこもりへの理解

## ○個別支援体制の確立

- ・ 本人の興味関心を変えるのはムリ（アスペルガーのため）。積極的な強制的な家族以外の他者からのかかわりが必要。対人的コミュニケーションに問題がないタイプのひきこもりへの対応を望む。
- ・ 各個人の特性に添うことが出来る様々な形のきめ細かい支援。医療、福祉などのバックアップ。医療のアウトリーチ（入院を前提としたものではなく、在宅を支援するためのアウトリーチ。）
- ・ 就労支援の場は増えてきているが、ひきこもり者の特性にあったゆるやかな支援をしてくれるところが少ない。
- ・ 医療機関、支援団体 etc の協力体制のもとで、長期にわたり細かい、一人一人に合わせた支援を望む。
- ・ ひきこもりに深い理解をもった方が相談にのってくださる相談機関で、ひとりひとりに合った支援を柔軟に対応していただけたらと思います。
- ・ 個々の事例に合った支援、長い目で見られるような支援を期待します。
- ・ 少しでも外に出られるように本人にアドバイスしてくれる方がほしい。
- ・ 一人一人の特質を生かせる支援が受けられる取組を期待しています。
- ・ 本人が相談できる場を増やしてくれたら。
- ・ ひきこもり本人とその家族に対する支援。
- ・ 個別支援が必要

## ○経済的支援

- ・ 精神障害者年金をもっと受給しやすくしてほしい。それと医療費、精障者の交通費の無料化を。生活保護の充実を。国民年金を暮らしていける額にしてほしい。
- ・ 大好きなことをいくつか持っているが、それをしたいのに軍資金がない。ただそのことだけで動きが取れない状態。その大切な希望は消えることはない。しかし公的機関は決められた枠組みでなければ、又規定でなければ支援しない。親としておいしいと思っている。
- ・ 埼玉県でライフプランナーが家庭のお金を計算し、「毎月あと3万あれば今の生活が維持できるのだが…」とアドバイスするとヒッキーの中には働きだす人がいるそうです。迷っている人は肩を押さえるきっかけも必要なのですね。
- ・ 生活支援が必要（ピアカウンセラーの訪問や外出の誘い）。経済的にも兄弟がいなくなったら生活できないので、年金制度の充実がほしい（掛け金払い期間の短縮と年金額の増額）
- ・ 親の高齢化が進み、経済的に自立できていない本人の生活面経済面をどのよ

うにするのが良いのか、またできるのかを具体的に知りたい。(ファイナンシャルプランナーの話など)

- ・ お金がないことが一番の不安なので、お金の援助があると助かります。今は医者にもいけない状態です。また、内職などの家で出来る仕事があると、お金も入り、働く意欲も出ると思います。
- ・ 経済的支援、本人が相談できる(人目を気にするので)ような場があることを通知する。電話相談など
- ・ ひきこもりのこどもにお金がかかっている年金世代の親に減税の制度を求める。
- ・ 困るのは経済的自立ができないので、生活が不安。
- ・ 個人的なカウンセリングの費用援助
- ・ 本人が将来の生活(経済面)で不安のない制度を望みます。

#### ○早期対応・早期発見

- ・ 息子は高3から不登校気味になり、そのときは私も何が起きたのか分からず、学校のカウンセラーをまず紹介されたが、予約が必要で問題が起こってから相談までの間が何日間~1週間くらいの間があった。何か問題があった時に迅速に確実に効果のある対応ができればこんなに長引くことがなかったと思う。その最初に紹介されたカウンセラーの答えも「見守りましょう」というもので、本人にまでカウンセラーが行くこともなかった。その後、なんとか高校は卒業できたものの、それから進学も仕事もせずに家にいる。父親も見守るだけ。私はやっと県の相談所に行ったのが、卒業してから4ヵ月後くらいだった。それも予約が必要。
- ・ 不登校からのひきこもりなので、不登校になった時点での早期対策が望まれると思います。親もひきこまれる場所を与えるだけでなく、早期に支援に取り組んでいる機関との連携を密にし、自ら改善に向けて学習する努力をすること、家族間・仲間との協力、親自身の心身の健康を保てるよう、医療機関・親の会などの情報、ひきこもりの人たちの社会資源を活用することが必要と思います。
- ・ うちの場合はもう手遅れだが、初期段階での総合的な働きかけが必要だったと思う。当時「中学1年時」は、不登校初期の登校刺激を避け見守っていたら、中3の3学期には自ら動き出すといわれていた。普通はそうなのかもしれないが、高機能自閉症と診断され、うちではあてはまらなかった。初期の診断と対応が必要だったと思う。
- ・ 早期発見、早期対応(不登校の場合はいじめ、担任との不信感、本人が抱えている不安、アトピーなどの病気、発達障害の見立て)。社会問題として捉

え、地域社会の中のきめ細かい支援（ひきこもりは状態という一括りの定義の見直し）

- ・ うちが長引いてしまいましたが、もっと早いうち（若いうち）に、たとえば大学生のような年齢の近い人がサポーターとして友だちになって下さると嬉しいと思いました。他人に会いたくないので、初めの頃は家に来ていただいて、慣れてからだんだん外に連れ出していただけるような友だちづきあいをしていただけると大変ありがたいと思いました。
- ・ 親は本人が若いうちにいろんな手立て（相談、調査、研修、外出や助け、食事、娯楽、医者、衣類、話しかけ、家庭内で本人がリラックスできるように）をすべき。親は絶対にあきらめない。
- ・ ひきこもりになった当初からの支援が必要。ひきこもりになって生活リズムが狂ってからは、修正するのに大変苦勞。現在も苦勞しています。
- ・ 高校中退が発生してからでは遅すぎます。小学校くらいから「親子メンタル教育」があればと思います。早期発見！
- ・ 不登校からひきこもった人には不登校問題を解決したほうが良いのかなと思う。そうすると今の学校にも問題あり。
- ・ 親が学び、もっと早く他会とのつながりの必要性を感じ取ることでした。
- ・ 早め早めに親が対応するしかないと思う。うちは親の対応が遅かった。

### ○家族を支える支援

- ・ 親へのサポート こどもの段階によりますが、親が支援を求めた場合、就職・社会参加へと意識させられる場合が多く、親として無力を感じることもありました。こどもとの信頼関係をきづけるように伴走していただいたことは良かった。
- ・ まず「本人」を支えている身近な親が心身ともに健康でないと共倒れにもなりかねないので、支えている人を支える支援が大事だと思います。例えば、気分転換やエネルギーを充足できるような居場所カフェや日帰り休息場、施設など（ひきこもりについて十分理解している経営者）
- ・ 保護者会の積極的活動、サポートしてもらうだけではなく、自分たちが協力して何ができるか考える。
- ・ 親の関わり方が大切と強調される。そのとおりだが、親を支えていく仕組みがないと親を追い詰めることになる。親を孤立させない支援が必要。
- ・ 夫婦で毎週会に参加しておりますが、名古屋だと遠いです。せめて各県にあればと思います。
- ・ 本人が治りたいと思う強い気持ちと、それをサポートする家族の力がとても大切。

- ・ もっと親の会など宣伝して、多くの人を孤立させずに話し合いの中に入れる。
- ・ 親の会など、親が不安を話せる場所。
- ・ 家族の勉強会、イベントなど。
- ・ 家族との個別面談

### ○親亡き後の支援

- ・ 精神疾患があり、1年のうち半分は体調不良で生活の支援をどうしていくか（親亡き後）、今から地域支援とつながっておきたいと考える。現在、近所の「あったか村」という高齢者のお家の片付けや草取り等々の活動に声をかけてもらいつながれた。1年のうち5～6回の参加だがそのつながりを大事にしていきたい。同年代の人と話したいという気持ちがあるが、何か近所のひきこもりの人たち（学童期を知っている）とつながれるとよい。
- ・ 親亡き後を考えると、現状の障害者施設(居住型)とは全く違う、ひきこもりの特性を熟知して創られたホームや施設が欲しい。そのための運動を各地でする必要があるかも。
- ・ 親亡き後の生活支援。何も準備もできていないのが心配。親の経済状態は本人も理解模様ですが、働くと言う気配はまったくありません。取り付く島がありません。
- ・ ひきこもりが長期化しているので、私が亡くなった後、自分で生活していけるか心配です。今から少しずつでも料理、後片付け、あきらめずに本人と接していきたいと思います。
- ・ 親亡きあと、本人への生活面などの支援(交流支援者などの支援の必要性)。集団で生活できる場の確保(公的支援の必要性)。
- ・ 障害者手当てのように、家計面で支えてくれるとよいです(親が亡くなってしまった場合)
- ・ 親の死後、一人で生きられるような支援を望む。
- ・ 親の死後の経済的支援、自立支援
- ・ 親亡き後の支援も制度として確立していただければありがたいです。

### ○支援や支援制度に関する啓蒙

- ・ 行政(国)の支援制度(支援資金に関するいろいろな制度、障害年金、生活保護、農業支援等々)の概要についてのパンフレット、手引書。・ひとりでいきていけるための参考になる具体的なガイドブック。生きるとはどういうことかに関して思考のきっかけになる読本とか哲学テキスト(金をかせぐ、仕事に就くだけの価値観の世界からもっと広い視野に解き放つような)の紹介、さらに一般社会にも啓蒙してひきこもり就業希望者受け入れやすい環境

をつくっていく。

- ・ ひきこもり対応の重要性に関する周知の広報活動。私の場合、こどもの引きこもりに対し積極的に取り組むことを避けてきた。私も家族も自分達のこどもが大変な状況にあると認識する厳しさから逃げていたと思う。認識により覚悟がうまれる。
- ・ 発達障害とひきこもりの関係を世間一般に知られるようにし、早期に親が療育できるようにしてほしい。大人の発達障害に対する研究と支援方法を広めてもらう。不登校、ひきこもりの支援機関、公的機関がインターネットで調べられるようにホームページなどを充実化する。
- ・ ひきこもりの原因、傾向、経緯、見通し、流れ等々の啓蒙活動等の関係者および社会一般への周知活動を支援する制度が形成されることが解決のために全国つつうらうら必要だと思います。
- ・ 親亡き後の事がどうすべきか分からないので、国や都の支援を本人がわかりやすい形で広報してほしい。
- ・ 何にどこに期待したらいいか、全くわからない状態でいろいろな機関をみているところ。
- ・ ひきこもり本人向けの情報が定期的に提供できればいいと思います。現在は親が情報を集め判断しないといけないので、悩むことがあります。
- ・ 本人への支援機関の充実、周知。
- ・ 相談機関の広報、充実

#### ○医療機関による支援について

- ・ 本人が受診等出て行けないと、何の支援も受けられない矛盾を感じます。初期の頃に病院に電話しても受付で断られます。親のみでは自由診療となります。カウンセリングも高価な割には手立てが得られません。充実した介護保険制度に反して「手立てがあれば働く可能性のある若者」に何の支援もない現状です。早期に本人が相談したり過ごす場所があれば予防となります。また診察にいけなくても、診療を受けられる制度や、診断されなくても就労支援、作業、学習など受けられる通所や訪問サービスができるとよいと思います。税金をいただく立場ではなく、支払うことのできる立場になれるようなシステムが必要と感じます。
- ・ ご本人は病気と思っていなくても、カウンセリングでもいいので医療機関に行くことをお勧めします（上手に話して）。
- ・ 本人は外に出られないため、特に医者嫌いということもあり、訪問診療をしていただければありがたいと思います。
- ・ 医療機関など利用したとき、本人宛にメッセージなどいただけたら、嬉しか

ったと思いました。

- ・ 本人に対し、医療機関を受診させる方策の支援があればと思う。
- ・ ひきこもり外来の受診機関が少ない（遠い）
- ・ 支援、医療機関のアウトリーチを希望します。
- ・ 医療機関による訪問
- ・ メンタル系の病院

## ○支援者の育成

- ・ ①これまでさまざまな医療機関や相談窓口に出向いて相談してきましたが、時間制限があって満足に話せなかったり、マニュアル通りのお堅い対応や、上から目線の横柄で冷たい対応をされたりと散々な思いをさせられてきました。そのため子どものことだけでも悩んでいる上、そういったひどい対応にもさらに悩まされてきました。私達は期待して相談をするわけですので、本人や家族の立場になって考えることができる人材の育成を望みます。（相談機関を転々とすることで、ひきこもりの解決が長引くため）②私の子どもにはパソコンやイラスト、料理など好きなことや特技があるのですが、それらを全く活かす場がありませんでした。ひきこもりの人の中には、パソコンなどを利用してイラストなどで成功し、収入を得ているなどの成功例も聞いたことがあるのですが、そのように活躍するためにはどうすればよいのか全く知りませんでした。個人の力だけでは限界がありますので、各分野に詳しい方々から好きなことを上手く活かせる方向へと導いていただけると、大変心強いです。また、就職についても、本人や家族任せではなく、ひきこもり経験者を受け入れてくれる職場をいくつも紹介してくださるなど、就職までの橋渡しとなる存在が必要だと思っております。
- ・ 以前、自宅へ訪問カウンセリングを受けておりましたが、両親との面談だけでも出入りしていればその内当人へつながると思っておりましたが、カウンセリングは「話を聞くだけ！」ということで、当人へはつながらないで終わってしまいました（1年半くらい）。ぜひカウンセリング及びアドバイスを備えた専門家を地域に関連施設を充実してほしい。たとえば「名古屋の竹中哲夫先生」のような当人へのアプローチのノウハウを持った専門家を育てていただきたい。竹中先生の講演会は何度か受講しましたが、先生は地域での対応で手一杯のようでした。
- ・ ひきこもり専門のカウンセラー、医師がいれば助かります。親が受診しても、あまり専門的に関わっていただけると感じません。かえってがっかりすることが多く疲れます。情報がほしいです。
- ・ 一人一人にあった方法で柔軟な考えで寄り添って本人自ら社会に出るため

のサポートをしてくれる人の育成をしてほしいと思います。

- ・ 心理カウンセラーの充実
- ・ ひきこもりを訪れる医師の養成

### ○社会とのつながり

- ・ 本人は、家事の手伝い、ウォーキング、日曜の家族での外出はあう会話もありますが、人が来ると自分の部屋へ入り、歯医者とかいきません。私が支援機関に相談に行っても、本人が行かないことにはというのもあって、アクトにと思っても精神科にかかってないとか、他県にと思っても遠くて時間がかかりそうで。近くに本人が行きたい時、いつでも行けて家へ来てもらって、外の人と繋がれるようになれたらと思います。それに相談に行ったとき、自分とこでダメなら別のところを紹介、アドバイスがあったらと思います。
- ・ 不登校長期化する前に家庭訪問をして、どんな支援に結びつくか見極めて頂き、その子一人一人にあった援助につながって、社会との結びつきを断ち切らない、社会復帰に結びつく支援が継続できていれば何か社会の役に立つことで、生きる生きがいが見つかるのではと思います。
- ・ 何とか社会とつながれるようお願いしたい。（訪問サポート等）
- ・ 社会への接触支援
- ・ 外出するためのアクション、きっかけ作り
- ・ 外とのつながりが必要で、居場所を探す

### ○ピアサポーターによる支援

- ・ ひきこもりが長期化すると、家庭内も閉鎖状態となり、なかなかその状況をかえられません。第三者の力が必要となってきます。ピアサポーターによるアウトリーチ、地域の理解、高齢化していく親たちへの将来を見据えた支援を期待します。
- ・ ピアサポーターに来てもらって会える人は会ってもらい、第三者の風をいれることが大事だと思います。

### ○その他

- ・ 大学を出た後、3.11 やリーマンショック等で非常に厳しい就活でした。有名企業に入社しましたが、ブラック企業で、2週間で退社しました。その後就活もしましたが、アルバイトすらない時期で自信を失いました。うつ病と強迫性障害で今年2ヶ月入院（任意入院、警察の人に説得されて）、現在通院中です。入院中も、看護師の人権無視を見たり人間不信になっています。母



親に暴言がひどく自傷行為も多く（手首は目立つので切りたくないと言い、舌をかむ、自分で首をしめる、過食、髪をはさみできる（撒き散らす）、息を止める、手をひっかく、額をこぶしで強く打つ、など、大声を出して叫ぶ、夜中なので近所迷惑（故に、警察を4回も呼ぶ）、地獄の日々です。病院のデイケアも訪問看護も嫌がっています。しかし、外出は行きます。イヤイヤです。私もKHJに入り、ようやく気が楽になりました。保健所は月に1度の訪問は出来ると言いますが、手が足りず実現はしません。もっと保健所が使えると言いのですが。

- ・ 社会全体に生きにくさを感じているようだ。学校のあり方、近所の人たちのありさま、電車の中での人々のマナー、交通渋滞している道路、、、ともろもろのことに人々の自己中心的な感情としかとれないらしく、社会に出ても傷つけられるだけだと深く思い込んでいるようで、外にでたくないとかぼす。日本全体がいきにくい場所と思っている。どこか一つではないと思っているようなので、全員がいきやすい社会を望んでいるように見受けられる。
- ・ 支援者による支援。現在本人は大の犬好きで散歩の時犬の飼い主との会話で知人が増えてきている。モラルアップに役立っている。今までの就労経験は人材派遣会社からの求人3回、各6ヶ月の実績あり。私よりの就労圧力を手びかえしているので父子間のアツレキはないので、精神的悩みはないと思う。不自由をしのべば、私の健康度（良）を考え、真剣に就労を考えていない様だ。洋食コック（20年）で今料理、掃除を引き受け、手助けしていると思っているのでは。
- ・ ひきこもりに関する定石というものに、とりあえず本人の気持ちを受け入れるという考え方は家族会の学習会で繰り返し学習してできるようになり、本人も多少の変化は見られるようになりましたが、これからは本人の状態を認識し、それにあつた対応としてゆく時期に入っていると思いますが、その基礎的学習が5～10年たっても際立つ変化が見られない場合はどうすればよいのか。私の会は15年未だに表に出てくる当事者がいないのは、家族の対応の仕方が悪いのか学習会がマンネリ化か、いずれにしる家族には年齢的にいって、時間的余裕がありません。どうしたらよいのか、その辺のことを教えていただく人がいません。
- ・ 病院で診察を受け、病名がつかなければ色々の支援を受けることができないようですし、本人は働いたりバイトした時期もありましたので。していた仕事先が倒産したりしたので、失業したように思っているところもあります。家で男女それぞれ内職等も出来る人はと興味を持たせるのはどうでしょうか。
- ・ 親との●●は平気だし、親の会への参加内容等に関しても自由に話し合うこ

とができる。但し、親だけのサポートでマンネリ化し、もう一步踏み出すことが出来ない状態です。第3者の方の接触により気持ちの整理が出来るのではと考えています。

- ・ 娘に限ればもう一步で社会に踏み出しそうな気がするが、娘にはその一步が相当難しいと思っているのかもしれない。あと一步を踏み出すヒントをいただける支援があればとも思うし、その支援がどんなものなのか想像できないでもいる。
- ・ 私（父）を避けている。自分の現状を恥じている様に思える。医者に相談したのか精神障害の手帳を持っており、この関係で職にはつけず本人も苦しんでいる。約27年間勤めた会社を退職した理由が分からず（私）、当人は結婚せず仕事一筋に生きたと思うが（まじめな性格）、会社での人間関係で退職したと思っています。
- ・ グループホームなどへの勧誘、本人は名古屋オレンジに通いながら、親類宅（建設業）でアルバイトをしている。甘えられる母親が近すぎるので、グループホームからの通いなど、母から離れて暮らし、友人との共同生活が自立に役立つと考えます。
- ・ 本人はKHJに参加することに反対しています。20年間加入しております。今年春から教室に通い始めた本人は、就労するつもりらしいです。ただ、親として見守るのみです。
- ・ 自分を病気と考えているのか？病院に行く専門家に相談するという考えが全く見受けられない。その場合の対処方法を教えて欲しい。
- ・ 全く外に出ないので、第3者との接触もなく長期間過ごしております。本人が第3者の風に当たらせるためにはどのような支援を受けたらよいのか方法が見つかりません。
- ・ 変化がないことが良いことなのか？現状に甘んじているのではないかと。いつかは来る（両親の死）日のために。何か準備しておかねばと思うが、本人には言い出しにくい。
- ・ 外部からは怠け者、甘やかしているから仕事しないと見られます。一人一人違う心の病気だから、うまく表現できません。何とか皆様の意見を聞きたいです。
- ・ 本人が支援、機関につながらない。親が計画をたてても行く気がない。本人の状態（ひきこもり、病気）などを把握する術が分からない。
- ・ 何を支援していただいてよいのかも分かりません。今までいろいろ相談に行きましたが、あまり（全く）改善することはありませんでした。
- ・ ひきこもる（本人曰く）、税金を払っていないので悪。期待、支援は各個人の尊重し心暖かな社会の仕組み。

- ・ 親自身の本気の取り組み、覚悟、自分を変える、薬では直らないひきこもり、自分を見返る実践だと思えます。
- ・ 本人が、死ぬから何をいまさらやってもむだと言われる。なすすべが今のところない。
- ・ 不潔恐怖が強いために外へ出にくい。物に触りたくない。どうしていいかわかりません。母と別れて一人で暮らせるきれいな部屋を提供してほしいです。
- ・ 支援は期待できない。知っている方々の中にどれだけうもれているか。表面上の支援だけでは、相当ムリがある。支援という言葉はいかがかと思う。
- ・ 全く外に出ようとしないので、半ば強制的にしないとだめだと思う。
- ・ 気軽に認知行動療法を学べる場があったらよい。
- ・ 今現在の自分では、まだよくわかりません。
- ・ 今は、どうしたらいい支援なのかわからない。
- ・ 年齢的に高いため、親の接し方に困惑する
- ・ あまり期待していない。
- ・ 考えがつかない。
- ・ 誰か一人でもいいから愛してくれる人が欲しい。
- ・ 何が必要かわかりません

Ⅱ. 家族回答者（本人回答者のご家族）がひきこもり本人（本人回答者）に言った言葉のうち、本人が喜んで（嫌がっていた）こと（①どんなとき、②何を言って、③どう喜んで（嫌がって）いたか）

### 本人回答者（喜んだこと）

#### ○自分自身や自分の行動を認めてもらえた言葉

- ・ ①自身の話題が家族以外の人との間に出たとき、②ひきこもり状態にあると正直に誰にでも起こりうる可能性がある、③自分だけが極めて異質な存在ではないということへの安著感
- ・ 2年間、居場所のスタッフをして、1つの結果を出した際に、親から一步踏み出したね、と言われたことがそれまでスタッフの業務をがんばってきた自分にとって嬉しかったです。
- ・ ①ばったりと親と会った時、②ピアサポーター活動がんばっているね！応援しているよ！③ピアサポ活動が親に認めてもらえてとても嬉しかった。
- ・ ①考えを述べているとき、②おもしろいと言われ、③認められた気がして嬉しい。
- ・ 自分を生んで良かったといわれたとき。

- ・ 思ったときすぐ行動できると褒められた。
- ・ 大人なんだから自由にやりなさいと放任。これがありがたかった。
- ・ 仕事がよくがんばってほめること
- ・ スポーツで好成績を取めたとき。
- ・ ①家事や仕事をがんばったとき、②がんばったね。③認められた感

### ○共感/傾聴/家族からの声かけ

- ・ あまり細かいことは覚えていませんが、自分の気持ちを汲みとってもらえたと感じたときは嬉しかったです。
- ・ 定期的に将来のことについて話し合ってくれること。私の機嫌をうかがって話しかけてくれることが嬉しい。
- ・ ①普段の会話の中で、②明るくなった、よく話すようになった、③自分では気付かなかったので、気付けて嬉しかった。
- ・ ①小遣いをくれるようになった時、②カードを渡しておくから、③言葉には何も感じなかったが、欲望が芽生え外出のきっかけになった、勢いがついた。
- ・ 活動的になったといわれてうれしかった
- ・ おいしいものを買ってこようかと声をかけられた。

### ○励ましてくれた言葉

- ・ 音楽大学に通っていて、東京で姉と暮らしていた時に、実技レッスンでの先生の厳しさなどの不満を電話で話し、母から厳しく言われたものの、最後のほうに「あきらめないで頑張りなさい」という言葉がなぜだか心にしみました。それまで口論になり、怒って電話を切ることも多かったのですが、このときは「聞いてくれてありがとう」と言って、穏やかな気持ちで受話器を置くことができました。
- ・ ①自分のことで焦っていたときに、②「マイペースでやればよいと思うよ」、③ホッとした。
- ・ ひきこもり状態の時、親戚関係から厳しい言葉があった時、親が守ってくれて「あせらなくてもいいよ、〇〇さんが言った事、気にしなくていいよ」と言ってくれたこと。
- ・ 気持ちに変化するのを気長に待っている。
- ・ 落ち込んでいるときに、「大丈夫だよ」と言われとても安心した。
- ・ ひきこもりのときに、ゆっくりでいい、と言われて嬉しかった。

### ○手伝いなどをしたことへのお礼の言葉

- ・ 家事をして感謝を伝えられたり、笑顔になっている姿をみると、こちらも気分が明るくなり暖かい気持ちになりました。
- ・ ①やるべきことをやったとき（家事など）、②ありがとう、おつかれさま、③やってよかった、ほっとする。
- ・ ①除雪、②助かった、③なんとなく行動して、何も期待すらされていないのに言われて、存在意味が少しやわらいだ。
- ・ ①家事の手伝いをした。②ありがとうのお礼。③役に立った気がした。
- ・ ありがとうと言われたとき、一緒に食事をすることが嬉しい。
- ・ 休日に映画につれていったことを感謝されて、少し嬉しかった。

### ○家族/周囲に頼られた言葉

- ・ ひきこもっていた頃に両親や姉から、パソコンやインターネット、自分の得意なことで頼られたときに、家族の中での自分の必要性を感じることができて嬉しかった。
- ・ セラピーなどをしたときに、「ありがとう」と言われ、やらせてもらって「良かったなー」と感じました。
- ・ 買い物を頼まれた時にありがとうと言われた際に役に立つことができたなと嬉しかった。
- ・ 頼りにしているや、ありがとう等の感謝の言葉が嬉しかった。

### 本人回答者（嫌だったこと）

#### ○自分自身や自分の行動を否定/責められた時

- ・ ①普段家に居るときなどに、②突然「何かやることないの？」とか「何でもいからやったらいいでしょ」などの様なことを言われて、③相互理解のない状態だから親がそう言うってしまうのも理解できるし、何もしていないこちらも悪いのだけど、「何もできない、まともに働けない、おかしい人間」と言われている感じがして嫌な気持ちになる。
- ・ ①一人暮らしでひきこもって大学の試験全滅で留年したとき、②「ぶくぶく太りやがって！」と酒を飲んだ母に廊下で床を叩きながら言われた、③胃弱で痩せ型の人に言われたくない、アパートの周囲の迷惑を思いイヤだった。それまで何も気にならなかった、構われなかったのに、と思った。
- ・ 自分でどうしようも出来ない症状（摂食障害）を理解してもらえず、同じ事を繰り返している、と言われたときは自分の全てを否定されたような気持ちになりました。
- ・ ①自分自身で行動を起こした際の否定。②止めろ！と制止を受けた。③自信

をなくした。

- ・ ①落ち込んでいるとき、②もっと考えろと言われて、③考えていることを否定されて嫌。
- ・ ①食事のとき、②あなたが私の子に生まれて不幸だった、③自分には責任がないのにこう言われても仕方がない。
- ・ ①食事など家族と顔を合わせるとき、②家族が病気になったのは私のひきこもりによる心労が原因だと言われたこと、③苦痛に感じた。
- ・ 嫌だったこと、お前の病気はいつになったら治るんだ（なかなか就労が決まらなかった時、号泣した）
- ・ 自身や他者の陰口や悪口を聞いたとき
- ・ ①ひきこもっていて疲れきっている時、②「倒れてみるのもいい経験だ」、③自分を否定された気がした。
- ・ ①、②進路や家に居ることについて、③ここにはいけないんだ、迷惑なんだと、ただ辛かった。
- ・ 自分の考えを否定された時、自己を否定されている気がしてイヤだった。
- ・ ①自分の好きなものをバカにされたとき、②こんなもの集めてどうするの？何に使うの？働いて自分の金で買え、③自分は好きな物興味のある事で社会や他人とつながっていることが分からない家族への絶望、スルーの決意
- ・ 母親にストレスと言われたこと
- ・ ボロと言われた。

### ○就労・就学について

- ・ 学生時代（中高）、試験結果に対して、親に求められる学力と自分の学力、モチベーションとに格差があり、苦痛だった。遊んでいると「勉強しろ」とよく言われたが、父も帰宅するとTVを見ている姿しかなかったので、納得できず理不尽に思えた。勉強していないと父が自らの子供時代を語り、私を一人の人間としてみていないことが不愉快だった。
- ・ うつ病と診断され、家族にそういう病気にかかってしまったことを伝えた時に、本当なのか？と疑われるような口調で言われたとき悲しかった。数ヶ月後、まだ治りきっていないときに、父から休学費用がかかるから学校へ行けと言われたとき、辛く苦しかった。
- ・ 早く仕事復帰しろといわれて久しぶりに会って話の話題が仕事復帰について言われパニックになりそうでイヤだった。
- ・ 嬉しかったとしみじみ思ったことは今あまり思い出せません。①仕事のことを親と話している時、②自分の仕事のことをアドバイスするようなことを言われて、③自分の仕事のことに干渉しないでほしいと思った。

- ・ 仕事できて当たり前、家庭生活営めて当たり前が一番嫌だった。個人の努力で手に負えないものまでできて当たり前と言われても、こちらはお手上げ。
- ・ ①食事など家族と顔を合わせるとき、②就労するよう強く言われたこと、③苦痛に感じた。
- ・ 仕事は見つかったのか？と度々きくこと、仕事が決まらないことを責めたこと
- ・ ①2ヶ月前、②父のコネでグループホームの職場を紹介された、③働いたほうが良いと言うのは頭では分かっているが、言っては何だが余計なお世話だと感じた。
- ・ ①高校時代、②誰が学校生かせてやってると思ってるんだ。③脅迫に近い言い方なので反論できなくなる。
- ・ ひきこもっている時、働けと言われた時

#### ○将来について追求された時

- ・ 将来のこと、仕事について、どうするのか聞かれると、気分が悪くなり落ち込むことが多かった。
- ・ 今後どうする？と言われて、嫌だった。
- ・ 何したいのか、どうしたいのか、が嫌だった。
- ・ 先のことを考えるようにいわれると困る。

#### ○他者と比較された時

- ・ ひきこもっている時、自分の同級生や、年齢の近い親族がどう成長し過ぎているかを聞かされ、比較されることに恐怖しました。
- ・ 妹は順調に人生を歩んでいる（就職、寿退社、毛紺、出産）と私を比較されて、私の人生の否定をされて嫌だった。父から言われた。ひきこもっていたときには、言われてうれしかったことはない。

#### ○諦めの言葉

- ・ 支援者から父子の和解をするよう勧められたとき、父が「今さら遅い」と言ったことが残念だった。
- ・ 父親から「家族ひとりひとは自由なほうが良い。皆が辛くなることは避けよう」と話し合いに応じてもらえなかったこと。

#### ○支援・医療機関への勧め

- ・ 1、実家でひきこもり状態だったとき、2、「安心ひきこもりライフ」という本を母親に薦められた。3、自分がひきこもりであると自認できていない時

だったので、とても嫌な気持ちになった。

#### ○衛生面/身だしなみ

- ・ 母親から「臭い」と言われたとき、自分ではそう感じていなかったのに、しばらく引きずり嫌な思いをした事。

#### ○励ましの言葉

- ・ 「がんばれ」という言葉がプレッシャーで何を頑張ればよいのかわからなくなり嫌だった。

#### ○お金について

- ・ 金関係、申し訳ない気持ちでいっぱいになりこのまま生きていいのか悩んだ。

#### ○その他

- ・ こどもの頃、①夫婦喧嘩をして②何の説明もなく、八つ当たりをされたり互いの悪口を聞かされ、③不安になった（親が離婚するのではないかと恐怖を感じた）。その他にもこどもの失敗に対して否定的な言葉を投げかける等してこどもが自信をなくすような言動が多かった。
- ・ 幼少期から干渉が多くて嫌だった。兄弟が少ない。少子化のせいかな。期待が大きく面倒だった。
- ・ 話しかけたのに、素っ気無い態度、どうでもいいという反応、興味がない反応だった時、機嫌が悪くなった。すごくおもしろくなかった。自発的に家事を手伝うことがあるが、お礼を言われても本心からじゃない、白々しいと感じてしまう。
- ・ どんな時であれ、親父に障害を理解しない、合理的配慮を欠いた対応されると死ぬほど悲しい。

#### 本人回答者（その他）

- ・ あんまりないです。
- ・ 特にありません
- ・ 良いところを評価してくれたときは嬉しかったが、現状を責められるとやはり辛い。お互いに楽に生きられることが大切である。
- ・ 母親が亡くなったとき、「死なないでくれ」と言われて、心に響いた。
- ・ おまえはまじめな性格だと言われた。
- ・ 書きたくない
- ・ 時間をかけて自身の体調・就労について考え、対応させてくれること。①退



学・通院時に回復や就労を急かすことをしない、②他人と比べる必要はないということ、③急いだり焦ったりせず、情報をゆっくり集め勉強しつつ社会復帰の準備またはその実行ができること。

## 家族回答者（喜んだこと）

### ○手伝いしてくれたときのお礼の言葉

- ・ 家事関係（トイレ掃除、料理、部屋の掃除など）、話し合いの中などで「心からほめる（ありがとう、助かったなど）笑顔で嬉しさがわかる、次のステップにつながる。家庭の中で本人の存在価値を尊重することが大切。（会話が必要。あいさつをする、相談、お願いをしてみる、誘ってみる）この4つが存在価値として尊重していることになる。
- ・ 本人から私に対して暴言を吐き、私が嫌な気持ちになり、言い合いになった。その後しばらくして本人が反省したようで、私にコーヒーをそっと入れてくれたので、「ありがとう、おいしいよ」とお礼を言ったら、やわらかい表情になり、にっこり笑ってくれた。
- ・ 本人はコックあがりなので、今では全て任せています。食事が美味しかったときは「うまかった」と感謝のことばを！他いろいろ自発的、また頼んだことをしてくれたことは「有難う」という。
- ・ 窓に日よけを貼り付けました。本人が気になるなら外しても良いとメモ書きがありました。部屋が明るく感じるので良いアイデアだと思い、大丈夫だよとメモ書きをした。本人は心が和んだと思いました。
- ・ トイレ掃除や洗濯物をたたんでくれた時に、ありがとう大変助かりましたよ、と言葉をかけてからは嬉しそうにしており、時々やるようになりました。
- ・ 家事の手伝いをしてくれた時、「ありがとう」「たすかったよ」と言うと、本人は特に何も言わないが、少し満足そうな感じがした。
- ・ 留守番をしっかりしてくれるのを、「いつもありがとう」と言ったら、次から玄関の灯りがついていたり、風呂が沸いていたり、夕食の献立がどんどん豊かになっていった。
- ・ 私の好きなドラマを録画してくれたとき、「ほんとうにありがとう。あなたが優しいおかげで寿命がのびるよ」少し笑っていた。
- ・ ちょっとした頼みごと（電源をオフにするなど）をやってくれてありがとうと言ったとき、笑顔になった。
- ・ 祖母の手伝いをしてくれ、「祖母がとても喜んでいたよ」と伝えると、照れくさそうにしていた（嬉しい？）。
- ・ 極まれにご飯を作ってくれたときに、ものすごく美味しかった、というと適当に作っただけと言いながら明るい表情でした。

- ・ 食後の洗い物をしてくれたとき、買い物に行ってくれたとき、犬の散歩に行ってくれたとき、コーヒーをいれてくれたとき、「ありがとう」と母が言ったら、ちょっと嬉しそうな顔をした。
- ・ ①何かを手伝ってほしい時（時計の時刻のセットなど）‘困っているから助けて’というと手伝ってくれる。②ありがとう助かったわと言うと、③表情がやわらかくなる。
- ・ 食器洗い、洗濯たたみなど家事の手伝いをしてくれる時、ありがとう助かる！と言うと、喜んで行ってくれる。
- ・ 夕食のおかずが（味付けがおいしかった）と言うと（よかった）と喜んでいました。
- ・ ①外出するとき、②車の運転をしてくれて「お母さん助かるよ」と言った、③役に立てて満足している様子が見られた。
- ・ 家事を手伝ってくれたときに「ありがとう、助かるよ、頼りにしているよ」と言った時に、うれしそうに「自分の仕事だ」と言った。そこに相手の存在感を認めてあげた。
- ・ ①車を洗ってくれたとき、②「車をきれいにしてくれてありがとう）、③ニコニコしてくれた。
- ・ 家事などを手伝ってくれたときにありがとうと言うと、照れくさそうにする。
- ・ 仕事から帰ってきたら、部屋を掃除しておいてくれたので、ありがとう助かったといった。返事はなかったがまんざらでもなさそうな表情をしていた。
- ・ 手伝いしたさいの、ありがとう。
- ・ 感情表現はないですが、家事を手伝ってもらい自信をもてるように心がけています。上手にできた部分を具体的にほめて「ありがとう」と伝えています。毎日手伝いの内容が濃くなって、自分から行きます。
- ・ 日常生活の中でこどもの行動について「ありがとう」と言って返事がなくてもよかったと思う。
- ・ 家族で日用品等を頼まなくても買ってきてくれたとき「よく気付いてくれたね、ありがとう。」と言ったとき、嬉しそうな笑顔が返ってきました。
- ・ ①家事を手伝ってくれたとき、②「ありがとう」「助かったよ」③照れくさそうにした。
- ・ ①料理を作ってくれた、②「おいしかった」「また作って」、③また作ってと頼むと面倒くさそうにしても作ってくれる。
- ・ お手伝いのありがとうを言ったら、嬉しい顔であった。ゆっくり何事もじっくり聞くと素直に話す。
- ・ ①パソコンの質問をして教えてくれて、②ありがとうと言ったら、③笑顔だった。

- ・ 家の掃除をしてくれたので「ありがとう」と言うと、返事はないが顔の表情はよく、長くそうじしてくれ、頼んでない場所も「あそこもしといたから」とあとで言ってくれる。
- ・ ごくたまに、仏壇のご飯をあげてくれたので、ありがとうって言うと、表情がやわらかくなったきがしました。
- ・ 仕事を手伝ってくれた時、ありがとう助かったと言ったら、嬉しそうな顔をした。
- ・ 食事を本人がたまたま作った。このときおいしかったと言ったら喜んでた。
- ・ 年末の大掃除をしてくれたとき、ありがとうと言ったら、嬉しそうにしていた。
- ・ 夕飯を作ってくれているので美味しかったと言ったとき嬉しそうだった。
- ・ ①ご飯を作ってくれたとき、②おいしかったありがとう、③次の日も作ってくれた。
- ・ 家庭の中での本人にお願いしている仕事をしてくれたとき、ありがとうを毎回伝えています。安心したような(ここにいてよいのだ)雰囲気を感じます。
- ・ 犬のシャンプーの後ドライヤーをかけてくれたので、ありがとうと言ったとき、毎月 2000 円のお小遣いを決めてあげたとき、はにっこりと笑ってくれます。
- ・ 喜・料理を作って届けてくれたとき「ありがとう、とても美味しかったよ、家事が全部できるってすごいことだよ」「いつも気を遣ってくれてありがとう」
- ・ ①台所の汚れ物(茶わんなど)を洗ってくれた、②とても助かった、と言った、③ニヤリと少し微笑んだ。
- ・ 妻が出張でいなかった。本人が料理を作ってくれた。上手い、と完食したら喜んでた。
- ・ 会話できませんが、食後、食器を水につけてくれているので、「洗いやすいよ、ありがとう」と知らせたら、いつもと同じようにやってくれている。
- ・ 喜んでた①本人が作った料理を、②おばあちゃんが美味しいって言ってたよ、と伝えたら、③表情がやわらいでいた。
- ・ 日常手伝ってくれている家事に対してありがとう助かったよ、と感謝するとニヤッと笑って喜んでる。
- ・ 祖父の最後の見送りから納骨式まで、よく頑張ってくれたり、臨席できたことに感謝の気持ちを伝えたときは、とても自信(喜び)になったようです。
- ・ ①家族の食事を作ってくれたとき、②「疲れていたから、食事作ってもらって助かった。おいしかった、お店のよりおいしい。」③ほめられて顔が優し

く緩んで嬉しそうだった。

- ・ 帰宅が遅くなったとき、夕飯を作ってくれたとき、ありがとう助かったと言ったら、ウンとうなずいた。
- ・ ①茶わんを洗ってくれる、②いつもありがとう、③昼、夜洗ってくれる。
- ・ ①本人が料理をしてくれたとき、②「ありがとう、助かる、味付けがとても良いね」と私が言うと、③ニコニコ笑って喜んでた。
- ・ ご飯の支度をしたり、又、お弁当が美味しかったと言ったとき、嬉しそうな顔をしたので良かった。
- ・ かなり以前のこと、息子が私の好物のきんぴらを作ってくれましたが、とてもおいしく、今でも時に思い出して話すことがあるんですよ…たしか予備校へ行っている頃じゃないかと思うのですが…
- ・ 本人が家事を手伝ってくれた時、「ありがとう、助かるわ!」と言ったとき、自分にも役に立てることがたくさんあるとわかって、喜んでたように思う。
- ・ 車の運転を頼まれて帰ってきた時に、運転上手だねって言って褒めていたよと言った時に、あまり顔には出さないが、少し顔がほころんでいた。
- ・ ①犬の散歩や洗濯物をしまってくれた時、②ありがとう、と言った時、③少し笑顔になる。
- ・ あついとき、「飲み物を買ってくれてありがとう」と伝えたら、親を大切にしているんだなというように喜んでるようだった。
- ・ 過食をした時に、食べすぎかと聞いてくるので、大丈夫、というと多少落ち着くと思います。
- ・ 本人がご飯を作ったとき、「おいしいよ」と言うと、とても喜んでニコニコしていた。
- ・ 本人に何かしてもらって「ありがとう」とか「助かったよ」「さすが」とか言った時、「困ったことがあったら何でも言って」と伝えたとき、喜んでた(笑顔になる)。
- ・ ①手伝いをしてもらった時、②助かったことを言って、③満足そうだった。
- ・ 喜んでたこと～買い物、病院、観光地などへの運転を頼んで、終わった後礼を言うと喜んでる。
- ・ 仕事から帰って、洗濯物をいれていてくれ、「ありがとう、助かったよ」というと、次回もいれてくれている。洗い物もしていてくれるので、「ありがとう」というと、次回もしていてくれる。
- ・ 自分が、本人がやってくれた事に関して「ありがとう」というと喜んでた。

#### ○家族からのかかわり

- ・ 夕食時にかしわの空揚げ、出来立てだから「熱いうちに食べたほうがおいし

いよ！」と言ったら「うん、ありがとう」と言って食べてくれました。食べ終わったら「ごちそうさん」と言ってくれたのは嬉しかったです。やはりこどもであっても人間としての相手の立場に立って考えてやりたいと思います。

- ・ あいさつとか「ありがとう」という言葉は嫌ではないが喜ぶほどのことはいない。①何かの話をしていて、②3歳までが大事っていわれる。私はあなたが幼稚園に行くようになってからは他の子と比べたりして、たくさんまちがったことをしてきたと思うけど、3歳まではとても愛して楽しくていい時間をすごしたと思っている。だからあなたは大丈夫！③ほお～としてあたたかくなったような顔をした。
- ・ 全く外にでないので、買い物の帰りに吉野家の牛丼をテイクアウトして家での二人での昼食時、とても嬉しそうな顔で「いただきます」と言って喜んだ顔をみました。
- ・ 朝パートに行くとき、めずらしく朝食をとっていた息子に自然体で玄関から「じゃあ行ってくるよ」と顔を覗かせたら、はにかんだように笑っていた。
- ・ 「これおいしいよ、食べてごらん」とすすめたおかずを嬉しそうにレンジで温め食べたとき。
- ・ 朝起きて、最初に顔を合わせたとき、「おはよう」と親のほうからいつも言います。この「おはよう」の言葉をきっかけにその日の1日が何をするにつけ心がつながっているように思います。言いやすいです。
- ・ 外食に行こうと誘うと喜びます。
- ・ 時々、厚めのお肉を買ってくると「どちらを食べる」、本人は「うん」と目が優しくうなずく。笑っているほうが少ないです。
- ・ しんどいのはどんな？とメールしたら、会った時に穏やかな顔をしていたので、気遣う気持ちは嬉しいのかなと感じました。
- ・ 本人の好きなパンを買ってきたときに、「〇〇パンだよ」と言ったら、お帰りと言いながら迎えに出てきてくれた。
- ・ ①弁当チラシを見せて何がほしいと言ったら、②自分で選んで、③笑顔だった。
- ・ 誕生祝のとき、チューハイとケーキを買って（本人の好物）、本人はありがとうと言って喜んだ。
- ・ 食事が心配で、体調をきづかい、何か食べたい物と聞いても何も答えず。これが良いと思うから買っといたといっても、すぐ食べないが、こっそりあとで食べている。
- ・ ①流行っている映画が公開されたり、本が発売になったとき、②「映画行こうか」とか「本買いに行こうか」、③「行く」

- ・ 本人と一緒にあるボランティア活動をやり終えた時、「大変だったけど、一緒にやり遂げられて楽しかったよ」と言ったら喜んでいて。
- ・ 外出先から帰宅したときに、顔を合わせたとき「おかえりー」と言ったら少し小さく返事をして笑顔がでました。

### ○傾聴/共感/相談

- ・ 幻聴が激しく、何か意味不明なことを言うとき、肩や背中や頭をなでたり、トントンたたいたりして、もみほぐすようにしてあげながら話を聞いてやると、段々心が落ち着いてきて、終わるときはありがとうと言ってくれる。それがほとんど日課になっている。
- ・ そうねそうねと、話を聞きながら相槌を打ったとき、バイト先で嫌なことがあった時など、相手の嫌なところを話す。具体的にはどう喜んでいたらわからないが、声のトーンなどで自分の話を聞いてくれていると理解したとき。
- ・ 本人の趣味に関すること、興味のあること（私自身には理解不可能な部分がたくさんある話しですが…）を話してきますが、そのときに私が質問をして興味を示すと喜んで話をします。以前は「わからない」と即答していました。そのころは喧嘩が絶えなかったように思います。
- ・ 本人が行動したい（大掃除、友人との外出外泊）と言ってきたので、必要な支援（経済的なことや手伝い、送迎など）はするから遠慮しないで言ってほしいと伝えたところ、買い物や相談を手伝わせてもらえて、思い通りに事が進んだ。冒険ができてよかったようだ（言葉にはしてくれないが、態度で）。
- ・ 本人の言葉を否定せず、受け入れる。不条理なことも否定せず「そういうふうに思っていたんだね」と言葉をかけると、寄り添うことで心地よい表情に。さりげなく、挨拶、ありがとうの大切さ。動きがスムーズになると、さり気ない「有難う」が忘れがちになり、次の段階を望む自分が、本人を傷つけていると最近感じています。
- ・ 一緒に食事が出来た時に、一緒に旅行をする話をした時、あれこれこうしたいどこに行きたいとうれしそうに話をしてくれました。こちらが何と言うかより興味のあることを投げかけて、子どものいうことをしっかり聞くことが大事かなと思いました。
- ・ TVとか同じものを観て笑ったりしたとき、好きな歌手の話を言って現実的でなく本人のことでないことは楽しそうに色々な知識を話してくれる（喜んで）。
- ・ 「とても辛いよね、外に出られなくてストレスたまるよね」心配したり共感したりすると心を開く。
- ・ ①本人が苦しい気持ちを打ち明けたとき、②そうなんだ、わるかったね、と

か肯定したとき、③わかってくれたんだ、と安心した様子。

- ・ 体調のことを心配したことを喜んでいて。食事をしにきたとき、歩き回ったとき、笑った。
- ・ ①一緒に映画を観に行き、②おもしろかったね、すごかったねと同意見で、③自分の意見を自由に言えて嬉しそう。
- ・ 社会情勢について自分から話してきたときに相槌をうって聞いてあげると嬉しそうである。
- ・ ①本人から受診についての相談を受けたとき、②医療機関とクリニックの先生の性格などわかる範囲で教えたら、③前向きに検討してくれたようです。
- ・ 喜んだ…本人の興味もっていることに親が真剣に話を、顔を見てあいづちをうったりしてやったとき。
- ・ 特に喜んだ言葉は記憶にありませんが、本人の興味を持っているニュース、本、歴史などの話題は楽しそうに話します。
- ・ 喜ぶとき、本人に頼まれ代わりに電話したとき（どうにも返事すべき人に）。
- ・ 話しかけてきたとき、ちゃんと返すと笑ってくれる。
- ・ 本人の言葉に共感することが一番喜ぶと思います。

#### ○ひきこもり本人自身やひきこもり本人の行動を認める言葉

- ・ 生まれてくれてありがとう→生んでくれてありがとう、この言葉を生まれた時から言っていました。私共は会話に不自由をしなくなって10年以上経っています。
- ・ 人とどうしても接しないといけない時、何とかその用事を済ませた時、よく出来たね、頑張ったねと褒めると、ほっとしたように自分自身を褒めて喜びます。
- ・ ①近所の老人に119番を依頼され実行した。（私が行くまで主体的に行動したらしい）、②「よくやってくれた」、③自分の言動（行動）を認めてもらえたという満足した態度。
- ・ 本人の良いところを素直に褒めたり、しれくれたことに「ありがとう助かった」等と心から言ったとき、やはり嬉しそう、満足気な顔に見えました。
- ・ 室内で運動をしているとき、努力しているんだね、と言ったら、認めてくれたと思ったのでしょう、喜んだ。
- ・ 本人がやってくれたことに対して、助かった、とてもおいしかった、とか認めたり褒めたりした言葉に本人は喜んでいて。
- ・ 通っている時、車で行くとき毎日の運転のときに、大分運転が広い場でよく見えてきて、安全によくやったとほめるとニコッとするようでした。
- ・ ①アルバイトから帰宅して、②「よくやってくれているね」とねぎらったら、

- ③まんざらでもない様子、何も言わないが嬉しそうだった。
- ・ 本人が何かをやり遂げたときや予定通りに出来たとき、「がんばったね」とほめてやると喜んでる。
- ・ 初めてバイト料が入ったとき「そんなにもらえたんだ」と言ったら、「これくらいだと思っていた」と言って喜んでた。
- ・ ①医院に早朝に行った時、②すごい、よく朝早くいけたね、③まあな、行けてすっきりした、気になっていたの。と。
- ・ 本人の長所を私が気付いていることを話したとき→本人喜んだ。→課題に対して積極的に取り組む姿勢を見せた。
- ・ 何か依頼したとき、最後に頼むよと付け加えたら、いつも返事しないのに、OKと言った。頼られることが本人には必要なのだと思いました。
- ・ 本人が他人に認められたことを話したので、私も喜んで嬉しそうにしたら、いい気分らしくご機嫌でした。
- ・ ①家の中でくつろいでいるときに、②かわいいよ、かっこいいね～、③うっすら微笑みをうかべる。
- ・ 本人の誕生日に、②両親が本人のことを、③大切に思っているよ。
- ・ 感謝の気持ちを伝える、一人の人間として認めて話をする。
- ・ 仮免に合格したさいの、おめでとう。
- ・ 少しスリムになった。よく努力している。→うれしそうな顔をしていた。
- ・ 何気ない行動をほめたとき。

### ○趣味や得意なことを褒める言葉

- ・ ①本人が関心を持つ分野について、私に説明してくれる。②その知識すごい、豊富やね、よく理解できるよ、と心からほめると、③自分の中で世界情勢の動きがつながって、最近はなるほどそういうことかと思えるんだ、と得意そうにニコヤカな表情を浮かべて、ますます説明が熱を帯びてきた今日この頃です。
- ・ 私が苦手なことで、本人が得意なことでも助けを求めたとき（インターネット関係）すごい！！さすが！！と褒めて、ありがとう！！と感謝したら得意げな顔をしてほほえんだ。
- ・ ①ギターを弾いているとき、②うまくなったね、③笑顔で「日本一うまいだろう」と言っていた。※私の言葉に喜んだというより、自分自身で上手く演奏でき、喜んでたようです。
- ・ 本人は歴史が好きなので、お城や城跡を「見に行こう！」と言うと喜んで車に乗せていってくれます。
- ・ ①ゲームセンターに行ったとき、②おまえゲームうまいな、③得意そうにし



ていた。

- ・ ①父親と本人が将棋をしたあと、②お父さんが、将棋が上手になったと言っていたよと本人に伝えたとき、③表情がやわらかくなった。
- ・ ①息子が寝転んでいるとき、②彼の趣味の映画やマンガの話をする、③どンドンそれらの内容の感想をしゃべりだす。
- ・ ①本人がケーキを焼いて上手に出来たとき、②上手に出来ておいしいと言った、③満足そうに喜んでた。
- ・ 本人が興味のある趣味などの話をしたとき、関心をもって、詳しく尋ねると、喜んで長時間話をしてくれました。
- ・ 野球の試合を見に行ったとき、選手の名前をよく知っているねと言ったら、ニコッと喜んでた。
- ・ 本人の得意なことを褒めると喜ぶ。
- ・ 喜ぶ言葉「頭いいねー」「博士になったらいいよ」。
- ・ ありがとう、携帯に関することを教えてもらって
- ・ 機械等のことを聞くとわりと話してくれる。

### ○励ましの言葉

- ・ 「今日眠れたの？体調を整えるのが一番だから無理しないでね！」(1日バイトに行き疲れ果てていた、続けられないと思っていた時)気持ちを聞いてあげると、嬉しいというか、ほっとするようなので、なるべく気持ちをきいてあげるようにしている。
- ・ ①自分で考えて収入を得ようと行動したが、逆に出費だけが増えてしまったとき、②自分で考えて行動した事は一步前進したのだしすごいと思う。やり方は間違っている、その意欲は嬉しいよ、③うん、と言っただけだが、その後いろいろ自分から話してくれるようになった。
- ・ サポステ、居場所、理容室、振込等に種々の準備をしてチャレンジし達成したときに「良かったね」の声かけをすると喜んでたのが自然に伝わる。
- ・ 本人が落ち込んでいたとき、愛しているよ〇〇がいてくれるだけで嬉しいよ、宝物だよと伝えると笑顔になる。
- ・ ①不安がっているとき②大丈夫③少しは心に響く。
- ・ ①自信をなくしているとき②あなたは立派だ etc③少しは嬉しそう。
- ・ 明るくなったね (ハートマーク)。
- ・ つらそうなき、「このままでいいよ」と話したら安心したようでした。
- ・ 進路が決まったとき、いつでも見守っているよ (母)、ありがとう (本人)

## ○その他

- ・ 自分の好きな食べ物がある時は嬉しそうな顔。家のネコが行動した話はちょっと楽しそうにする。
- ・ 甥、姪の話をするといつも喜んできいています。
- ・ すべてにありがとうと言い続ける。
- ・ 灯油を買いに行き、カードの扱いを話したとき自ら体験して給油できたことを喜んでいました。小さなことでも体験することの楽しさが日常生活にいっぱいあるのでより多く学んでほしいものである。
- ・ ①一緒に眠りに就くとき、②ようやく顔が見られたよ、かわいい顔だね、③恥ずかしそうにしていたが、明らかに嬉しそう、幸せな顔をしていた。
- ・ お風呂から出たときは、必ず「お先ありがとう」と言います。「ウン」と満足した様子が伺える。
- ・ 褒めたつもりだが、上から目線という判断であまり評価されなかった。かなり本人をたてたつもりぐらいでやっあたりまえの安堵感を抱くようで、常に行動を見守りおこたりにくい感じだと伝えて、初めて認めてもらえたと思うようだ。日々心がけているという感じがほしいようだ。
- ・ 姉の子で3歳の甥っ子がいます。偶に子守に行くのです。私が言った時、甥っ子から「○○ちゃんはいつくるの?」と言っていたことを本人に伝えると、次行くまでにレンタルビデオ屋さんで甥っ子の好きなビデオを借りてきて、甥っ子の動画をスマホで撮ってきたりしていました。
- ・ 好きなだけ気持ちよくひきこもってあげればいいのか、出られるまで安心してうちにいなさい、出られなくても生きてさえいてくれればいいのか、ほっとした顔になっていた。
- ・ 本人の要求（物、金銭）に答えると満足する。外部に向けて「いいね」「かわいいね」「すばらしいね」と言ったときに笑顔（共感）
- ・ 働きに行きなさいとは言わなかったこと、自由にさせていたことに喜んでいました。
- ・ 何の場面かは忘れたが、ありがとうというと微笑した。
- ・ 喜んでた言葉：あまり話をしないこと。
- ・ ①食事、②味はどう、③自分に合うと喜ぶ。
- ・ 姪、甥に自分で作ったポチ袋にお年玉をいれ渡したとき、姪、甥の喜ぶのを見て照れながら「中身はたいしたことない」と笑っていた。
- ・ あなたが、猫を抱いてあげるの、猫がいい顔しているよと言うと、笑顔になって、また庭先に出て猫を抱いていた。
- ・ 私の次男がこどもを連れて久しぶりに会った時の話をした時は喜んで話を聞いてくれる。

- ・ オセロをやっていて、ひきわけの結果に笑いがありました。
- ・ ①ケンカをした時、②どんなにケンカしても親子だから元に戻れる事を伝えた、③ほっとしたようだった。
- ・ 本人の幼少期の良い話、子供時代の良いエピソードを話していたとき、嬉しそうに参加してきた。
- ・ ①何かを手伝ってくれたとき②ありがとう③無言。

## 家族回答者（嫌がったこと）

### ○家族の何気ない一言や意見など

- ・ ①よく探し物をしている「～がない」と。②私は「最後に見たのはいつ？」とか「最後に使用したのはいつ？」等言うと、③「よく探していないから言っているのに、お母さんはいつもそう言う！」と喋り出す。その辺のものをよく投げる。
- ・ 母親に料理のレシピについて、よく指摘してくるので「でも〇〇も入れたのにな〜」と弁解したとき、「食べんとは言ってない！」と嫌な顔をする。このやり取りはよくあります。私は自分も大人気ないなと思うのですが、つい「がんばって毎晩ご飯作っているのに！」と思ってしまう、（口にはだしませんが、顔に出るのでしょう）弁解してしまいます。
- ・ ①午後4時頃に朝ごはんを食べたので、②もうそんな時間に食べるんやったらごはんつくらんで、と言って、③ほんなら作らんでいい、カップラーメン食べると言われる。
- ・ 父親が言った言葉ですが、①本人が以前は酔っ払うまで毎日お酒を呑んでいたよね、と反省の言葉を言っていたとき、②父親がおれもそう思う、と言った。③本人はやっぱりそういう目でいつも自分を見ているんだとすごく怒った。現在は有ご飯とお酒と8時頃には終わるようになって助かっています。
- ・ 友だちが年賀状をくれたので、返事をするように、友達は大事にするようにいいました。息子は「メールでするからいいよ」と言っていました。字を書くことがないので、私はハガキで書いたほうがいいと思いましたが、嫌がっているようでした。
- ・ 私が調理をしているとき、本人が細かい指示をしてきて「ちょっとうるさい」と言うとおいしい料理を出して欲しいから言ったのに自分の言ったことを認めたくないと思える。
- ・ ①一緒に行動するにあたり、時間などについて本人に相談した、②相談したのにその返事が私の意見と違い、本人の意見に反対した、③最初からお母さんが決めてあるなら俺にきくな、と不快な表情をした。
- ・ 出掛けるときや何かするとき「早くして！」と言われるのが嫌である。本人

は急いでいるつもりでも、周りから見ると全くそう見えなかったため、今でもどうしても時間に間に合わないと困るので、「早くして！」と言ってしまふ…。

- ・ ③俺の人生を返せ、余計なことを言うな！！②自分のことは全部自分でやりなさい、②この家は借金だらけなので出て行かなければならない、①洗濯機の水の量をもう少し多くしたほうが良いよと言ったとき。
- ・ 嫌①ご飯を作ってくれたとき、②おいしかったと言った後に、もう少しこうしたら美味しくなるよ、とか、テレビの料理番組も見てみたら勉強になるよ、と言った。③次の日から作ってくれなくなった。
- ・ 会話の中で、本人の意思を私が汲み取って話が出来ないときはわかるまでこちらの考えを追求して理解しようとするが、私の中であいまいなところがあると嫌がって怒鳴ることもある。
- ・ 本人が話を聞けるかどうかよく確かめづらいときに、思わず言ったりすると（どうしても時間がなくて）拒否されることがあります。
- ・ 嫌がっていた①本人が料理しているとき、②料理と関係のない話をしたら、③おれは今、料理をするためにここにいるんだ、と嫌がった。
- ・ 本人との世間話中、別の意見（考え方）もあるのではと言ったときは、本人の意見を押し通す。
- ・ 本人が外出したときは帰ってきて「どこに行っていたの」と聞いても無言のままだった。
- ・ ①寝ていて疲れたといったとき、②パソコンなど小さい字を読んだりしているからね、③おれのやっていることにいちいち言うな。
- ・ 中学、高校時代、友人などの話は不機嫌そうな無関心のように見えた。
- ・ よけいなことを言ったとき
- ・ 食事時、「もっと食べや」（もっとたべなさい）と言って、「いつも言う」と嫌がられる。
- ・ ①テレビである俳優が強迫的に掃除していたのを二人で見っていた、②この人も強迫性障害ばいね、③お母さんはすぐそういうこというから嫌なんだ。
- ・ 私が言ったことに嫌がること（正しいことも）、大声で文句、おどし、器物破損を繰り返す。
- ・ 外出先を聞くと嫌がる場合があるので聞かないようにしている。
- ・ 嫌がる言葉「この家を出て行かないといけない」。
- ・ 嫌がっていた言葉：いろいろ注意をすること。
- ・ 本人の考えに親の意見、常識的なことを言うと怒る。
- ・ 私の言葉にぶれがあった時、怒りを見せる。

## ○将来/自立について追求する言葉

- ・ 今日の活動費と言ってお金を渡すといらぬとは言わずありがとうと受け取ります。もともと表情の乏しい子なので本心はよくわかりません本人のこれからのこととかどうしたいのかとか聞くと顔つきが変わります。言いたいことがあったらちゃんと話して欲しいのですが、言葉がでてきません。あまり深く追求すると追い詰めることになるのであまり深い話はしないようにしています。
- ・ 本人の将来のことが心配で話をしようとする「そのことはいいです」と言われてしまう。外食に誘うと、「ぼくはいいです。どうぞ行って来てください」と話にのらない。
- ・ 就活の時に、就職どうするの？しないの？って聞いたら、やる気のない人間が会社に入っても会社のほうが迷惑だと言われ、返す言葉が見つからなかった。
- ・ 始まった頃の1～2年会社、仕事、これからのことにふれると拒否され顔が無表情になりその場から逃げてばかりでした。今現在は、その話は家族みんな触れなくなりました。表面はおだやかな生活をしています。
- ・ 社会問題や政治、経済には関心が高く、能弁になるが、自分や家族の経済や、今後自分の希望などは全く話さない。話しかけても無視されるため、あまり追求していない。
- ・ パソコンに向かっているとき、この先どうしたらよいか尋ねたとき、完全に無視された。
- ・ 日常の会話は何でも嫌がりませんが、就職のこと、将来のことを話し始めると黙ったりその場から逃げます。
- ・ 将来の自活、仕事など具体的な話を詰めて話して、どうするの？と具体例を聞こうとすると嫌がって自分の部屋に行ってももってしまう。
- ・ これからどうするのか？と聞いたとき（5～6回）困った感じでどうしていいのか分からない様子であった。
- ・ これからのことを話すと黙ってしまうので、今は本人の好きなように毎日を過ごしています。
- ・ 早期に自立生活の意志を確認すべく話しかけたが、目下自分で方向を模索中とのことで嫌な顔をされた。
- ・ ①本人と話をしているとき、②将来はどうしたいか聞いた、③今のことで精一杯で将来のことは考えられない。
- ・ 将来のことをいうと、困った様子を見せて黙る。どこかへ行ってしまふ。
- ・ 本人に先々のことを切り出そうとすると部屋から出て話に乗らない。
- ・ 将来（今後）のことを質問したとき。

- ・ 本人に将来のことをどう思っているのか尋ねると、困って嫌がっていた。
- ・ 将来の話をして、一人になったら困るよと言ったら嫌がられた。
- ・ 将来のことをいうと無言になる。

## ○仕事について

- ・ ひきこもり始めたとき、早くお金を貯めてこの家を出たいからバイトを探すと（本人が）いった時、私が早く貯めたいならボーナスもあるんだから正社員のほうがいいじゃない、なんでバイトなの？と言って、初めてうるせ〜！！と怒鳴った。
- ・ なんでもいいから少し働いてくれると助かる様な話をすると、居間なんか若い人が職のない人がたくさんいるんだからこの年では誰もつかってくれないというも嫌がり、二階にあがって行きます。一番嫌な言葉のようです。
- ・ 嫌がるのは、外出や仕事の勧め、解決方法などをアドバイスする時で、自分で何でも決めたいのです。しかし、何も言わないでいると全く進まないのも事実でケアの方法とその結果にジレンマを感じています。
- ・ 嫌がっていたこと：①パソコン修理士養成講座のチラシを見せて、②パソコン得意だしこんなのあるよ、という、③その資格とったらその仕事しかないじゃんと言って、話すのをやめた。
- ・ 家の手伝いをしてくれたとき、ありがとう助かったと言った。本人からは言葉は帰ってきませんでした。仕事の話をしたとき、しばらく顔を合わせないようにしていました。
- ・ 仕事の話の時はっきりと断られる。本人は十分自覚しているのに。時期がくるのを待っています（社会が悪すぎ）。
- ・ 「何かバイトでもしたら…」などと言ったら「うるさいなー」と嫌な顔をして自室に入ってしまいました。
- ・ 仕事の話を持ち出したら嫌がった。分かっているけどブラブラしていると言いつい言う。
- ・ 仕事、身の振り方（病院、施設）について話すと嫌がります。過去、上手くいかなかったことをしっかり覚えていて否定的になります。
- ・ 仕事をやめた時に、「またやめて、何もあまり続かないね」と言ったので（理由も聞かずに評価したので）、怒って相手にしないで思っただろう。
- ・ 仕事をしないのでハローワークに探しに行けと言ったら働けないと言って嫌がっていた。
- ・ 本人に仕事を探して欲しいと言うと、嫌がって部屋に閉じこもります。何も言わないと自由に家の中を歩き回ります。
- ・ ①一緒にお茶をのんで雑談しているとき、②本人に向きそうな仕事を勧めた

ら、③黙ってしまい、そのうち席をたってしまった。

- ・ このままの状態ではダメだから、仕事を見つけてはどうかと言うと、すぐその場から立ち去って本人の部屋に入る。
- ・ 食事のとき、仕事を探したらどうかと言ったら、そんなにすぐに見つかるわけないと嫌がった。
- ・ 今は言うことがないが、ひきこもりの初期に仕事しろと言うと、ありがとうと言って部屋に消えた。
- ・ 仕事を頼んで何回も指示すると嫌がる。
- ・ 仕事にいかせるための求人のお話をしたとき。
- ・ 仕事のことと言うと嫌がる。

### ○ひきこもり本人を責める/否定する言葉

- ・ 説教じみたことは嫌がっているようです。作ってくれた料理がおいしかったので、ありがとうなどと褒め言葉も言うのですが、無言です（内心は喜んでいると思いますが）自分の思い通りにならない時など期限が悪く大声で怒ってきます。
- ・ 相手がこちらを見ていたとき、その相手の目の動き、動作まで事細かく聞くので「そんなことどうでもいいじゃない」と言ったら、「どうでも良くないよ」と怒られました。「そう、気になるんだね」と言って上げたら良かったと反省しております。
- ・ ①用意した食事に、昼も夜も手をつけなかったので、イライラして、②一体私はどうしたらよいの！と言ったとき、③おれを責めるんか！と壁を1発なぐった（穴）。
- ・ 高校の先生に呼び出され、「なんでお母さんばかり…」と言ったら部屋に閉じこもった。
- ・ 受験のとき、あなたが勉強しないからお母さんがお父さんに怒られるんだよ、と言ったら明らかに顔色が変わって涙ぐんでしまった。
- ・ 父子喧嘩で働かずものは食うべからずという言葉をつい出してしまい、本人の心に傷をつけてしまい、以後会話が少なく沈み込んでしまいました。
- ・ 本人がこれからの希望を少し話したら私が否定的に言ったら後日怒っていた。
- ・ 貴方のせいで近所に知られないように小さくなっている。
- ・ どうして〇〇しないの（怒りマーク）
- ・ しつけ教育のような説教をすると嫌がる。
- ・ 親は気づいていない命令口調名言葉、意図的な言葉には無言の反抗になった。
- ・ 本人を否定するような言葉は嫌がっていた。

- ・ ①何気ないとき、②他人と比べてしまって、③激怒されてしまった。
- ・ 本人を責めた→暴力がかえってきた。

### ○支援・医療機関の勧め

- ・ うつで通院しているが、回復が見られず、その先生が親に対しての説明や対応に納得できなかったので、別の病院で診てもらおうと言ったとき、すごい剣幕で怒られ拒否された。「治そうとも思っていないし、治るとも思っていない」とのことだった。
- ・ ①医療機関受診をすすめたとき、②障害があるかもしれない、と言って、③「おれをそんな目で見ていたのか」とガッカリした反応。(嫌がっていた)自分のものの感じ方が他人と違うと思っていたがいなかったせい。結局、発達障害と診断がついて、障害者年金需給につながったが。
- ・ 嫌・病院にもう一度行ってみたら、将来のことを前向きに考えていかないと、父や母が先に亡くなると困ると思うよ。「行きたくない」「考えたくない」と拒否的態度。
- ・ 病院に受診してみる？と聞いたとき、私の関わっているところへは行きたくないといわれました。母親とは関わりたくないのだな、と思いました。
- ・ ①雑談したあと、②(ひきこもり外来の)クリニックへ一緒に行ってみよう、③「いかない！何でオレが！」と嫌がった。
- ・ 身体のため病院に行こうというと言ったが、精神的なことで行こうという「必要ない」と言われた。
- ・ 電子機器を直してくれた時、ほめました。無表情でした。病院に行つてほしいと言ったとき、反発した。
- ・ 1、ゆったりしていた時、2、家族会(当時者会)に誘った。3、「必要な時は自分から言うので言うな！！」と怒った。
- ・ 受診などの話題には逃げてしまいます。
- ・ 医療機関への受診を勧めた時、いやがった。

### ○お金について

- ・ 少しは毎月小遣いを支給しているが、趣味のものを買うのにお金が足りないことを何度も言うので、アルバイトでもして稼いだらという嫌がり不機嫌になる。仕事をすることに恐怖感に近いものを持っている。どうすればよいのか？
- ・ 2月下旬夜テレビを観ていて、乗れない故障中のバイクの税金を今年も払うのか尋ねたところ、不機嫌な顔つきになり返事をしなかった。あとでストーブの灯油を入れるように頼んだら返事もせず、灯油缶をガチャガチャさせて



言葉の代わりに態度で示していた。嫌だという返事だと思う。

- ・ 年金生活で年金(本人)をかけられないというと、本人は「かけなくていい」と怒った口調。
- ・ 必要なお金を渡すとき、ちょうどしか渡さなかったら、足りなかったらどうするんだとひどく怒った。
- ・ 親が死んだらお前は自分で食べていけるか？1時間でも働け、今からでも自分の金を少しでもためておけと時々言います。本人は私から逃げていきます。

### ○他人を褒める/認める言葉

- ・ テレビを見ていて、若者が仕事でがんばっている場面で「若いのに仕事大変だな」というと、食事を止めて自分の部屋に入った。
- ・ 何もしないが、たまに手伝ってくれることがあるが、いつもあてにされても困るみたいな様子でこちらのありがとうも素直に受け取らない。
- ・ ひきこもりが分かったとき、☆好きなことをすればいい、みつければ、と言ったとき、そう言われても困ると言った。
- ・ 身内の人の話をとても嫌がる。家に来てくれるのも嫌がる。
- ・ 同級生の結婚、子どもできた話

### ○ひきこもり本人の衛生面や身だしなみ、健康面について

- ・ 髪が長いので、散髪したらどうか、そのほうがずっとよく見える…と伝えたが、ヘアスタイルは自分が好んで伸ばしているのでほうっておいて欲しい、自分の好みに口を挟むな！人が自分のヘアスタイルをどう思おうと関係ない…と言われた。
- ・ 日常の生活で風呂に入らないので、こちらから言ってみると返事もなく嫌な顔をされた。その後は言わないが、本人も風呂に入ろうとしない。
- ・ 嫌がったこと、部屋の中が物であふれているので、整理したり片付けたりするように言うと、そういうことは言わないでもらいたいと言われる。
- ・ ①時々、②体型のことを言って(笑いを交えて)、③少し嫌がっていた。

### ○ひきこもり本人の了解を得ずした行動

- ・ ①部屋のドアを無理やりあけて(ノック後「どうぞ」と言われてなくても開けて)、②部屋の掃除をして、とか、そうじして、とか、エアコン消して等というと、③勝手に開けるな！と、とても怒る。
- ・ 息子の部屋に入って暗かったので、電気をつけてあげたら「うーー」と言ってすぐに消された。
- ・ 本人の服を勝手に洗濯すると嫌がっていた。

- ・ 嫌がったとき、本人に了解なしに代わりにしたとき（本人の部屋の掃除など）。

### ○ひきこもり本人の行動を制止すること

- ・ 私が聞く状態（楽しい話をした後）にあると思われる時、「対社会の事柄に携わることができたら老化した私（母）の話よりもっと豊かなことに出会えるよ」と言った。「そうしたいがそうするために軍資金がたくさんいるがそれがどこにもないがね！私（本人）ひとりの力ではどうすることもできんのだよ！兄嫁にちょっと言ってみたら「気ちがい」と言われた。「精神科に行ってみたら！」とも言われた」と私（母）に返答した。
- ・ ①もめてきたとき、自分の思うように私が動くなど協力しないとき、暴力にでそうと感じ、②暴力をふるったら家を出る、警察を呼ぶ、家を出るという、③圧力、おどしをうけたと感じ、二度と同じこと言うな、言ったら殺す、と脅されることがあった。※（命令されるなど）否定的な言葉を受けると、感情的になりがち。親に依存しなくて自立してほしいと思って、手を出すのをひかえると、合理的配慮の欠如と真剣に思っていて、考えのズレを感じるのだが、冷静に話し合う時を見出したいと思っている。
- ・ 自分の額をこぶしで強く打ったとき「やめようね」と言ったら、自分の意思でやっているのではない、やりたくてやっているのではないから、「やめようね」と言われても困る。それより病気のことをわかっているのか、と強く怒られた。激怒した。

### ○ひきこもり本人を褒める言葉

- ・ ①あなたほんまにいい顔しているよ、男前やなあ、という、②なんや！何をいうんや！と、③照れくさいのかもしれないが、怒ったような言い方をしてその場を離れる。
- ・ 日常家族を避けているので、顔を合わすこと、言葉を交わすことはありません。小さいときから、ありがとう、とか〇〇してくれてうれしかった、と言われることを嫌っています。
- ・ 何かとわざとらしく褒めたときはすぐに感じ取り嫌がります。心からの言葉は必ず伝わります。

### ○家族の健康面や不幸について

- ・ ①本人の祖父が死んだとき、②「おじいちゃん死んだよ」と言った、③本人は人の死をとても恐れているので、そのことに触れないで欲しいといわれた。
- ・ 親が疲れたとき「腰が痛い、ひざが痛い」、本人は嫌な顔をして黙っている。

## ○その他

- ・ 学校に行けなくなったとき、どうしていけないのと無理に連れて行ったとき、あんたはいつも自分の思い通りにするといわれた。①何もしゃべらないで壁とかに当たっているの、②どうしたらいいの、教えて、と言ったら、③自分で考えろ、と言われた。
- ・ こちらからの会話には「だまれ！」の暴言であり、本人との会話が全くできない。
- ・ [声かけ不足] ①近くの野菜畑の共同作業時、②食後休憩で本人が昼寝中のため親切心で何も言わないで自分だけ出かけて仕事したとき、③本人は無視された、嫌われた、避けている、本心がわかったと「しこり」になっている。
- ・ ①嫌がったのは、書類を記入しなければならない時、②あとはお母さんが書いてと言っていた。
- ・ ①食事、②味はどう、③辛いと嫌がる。
- ・ 触るなどと言われていたものについて触ってしまったとき、私は、自分は悪くない感がとてもあって、ごめんが言えない。本人は私に「自分が悪いと認めない、自分が正しいといつもあやまらない！」といつも言っています。
- ・ 6ヶ月前、通院月1回の往復でこどもの頃本人の意思を問わずに運動部や塾に行かせたことを車中で怒られ、その対応が本人納得いかなかったと反省していますが、今は通院も拒否、夜中に行動している様子です。
- ・ ①母親が本を読んでいるとき、居場に入ってきて「コーヒー入れて」と頼んだとき、母親は「自分で入れてよ」と断った。そこで2人は押し問答を繰り返し、私(父)が中に割り込んだ。②「お母さんは大事な本を読んでいるからお父さんが入れてやろうか？」③「うるさい！おやじはだまってる！」と嫌な顔をした。本を読み終わったら入れてやれよ…(注) そうか、そんなにお母さんにやってもらいたいのか、おかあさん、区切りのいいところまで読んだら入れてやったら…そこで本人は自分の部屋に戻った。
- ・ ①家が兼業農家で、本家で近くに主人の弟が住んでいて主人が突然亡くなりました。主人の弟が農機具で農業をしてくれています。息子がひきこもりすぐは農業を手伝ってくれていました。②農業のことで色々言った。③息子がなぜ自分がやらなければいけないと言って、今までの生い立ちのことを言ってダンスに頭をぶついたり腕や足をかきむしるので、私は一切農業のことはしなくていいと言って、今の状態が続いています。
- ・ 「仕事をさがさな」「人とかかわる仕事はきちんと…」「買い物に行ってきて」「今から寝るからすぐには行けん」朝のこと、夜起きているため、「たばこ買ってきて」「コンビニはしゃべらないかんから嫌！！」
- ・ ニュースの内容で、個人を批判するような言葉に対して、強く反対の意見を

言ってきた。

- ・ 本人のことに限らず、一般社会的なことでも否定すると不機嫌になる。

### 家族回答者（その他）

- ・ 特にありません。本人が喜ぶであろう事を言ってやるのですが、まったくそのようなことには反応しません。当初、アスペルガー症候群と診断されましたが、まったく自分の要求（無理なものとはとくにないが）に対するものだけ関心を示す傾向があります。
- ・ 本人は自分の生き方の困難さの中心で、私からの提案めいたことは命令支持に受け取り、防御の話が止まらず、結局私が話したのが悪いと私が謝る繰り返しになる。話しが長時間で疲れる。お世辞的に褒めることには少しおとなしく聴く耳をもつ（喜ぶ）。本人が将来を考えて（社会、仕事等に入れないなど）（人間関係うまくいかない等）不安で今までのことを悔やみ興奮して苦しがる姿を見て少しでも気が楽になればいいと思い、やりたいことなんでもやってみればとか言うと、親は気楽だ、自分のことでないから等、逆ギレのようになってたりする。今までの自分はなんだったんだ、悔しい、あきらめきれない、と言う。
- ・ 仕事に関する方向へ話が流れた時、焦らせるようなことを言ったら、本人はいらいらしたような表情になり「わかってるさ！！」と答えた。ムリに働かなくても良いと思っていると言ったら、「ありがとう、ほっとした」と答えた。親のジレンマをもろに出してしまった。
- ・ 本人はマイペース、自分のことは自分で（自分のものの洗濯、毎日シャワー、パソコンで調べ物、身だしなみ、筋トレ、私が作った食事をすませ、みんなの食器、鍋など洗う、きれいにしてくれる）必要なものの買い物（本人の）は出かける。他人との交流はなし。父との会話なし。私とは少し。外で働くことはしていない。暴力、暴言なし。この平和な生活？が続くことを祈りつつ、本人が自立し、社会人として生活してくれることを願っている。
- ・ 以前は何気ない世間話も出来たのですが、今は話すことが怖くてなかなか言葉をかけることができません。「くだらんことを言っているな」みたいな！！本人が頑張っていることをほめてあげられない、褒め方がしらじらしくなるみたい。
- ・ 子供に対して大きな肯定感が心の中にある時は、多少の否定的な言葉を言っても、子供との関係はすぐに元に戻るようになりました。心は伝わります。表の言葉より奥の心根が大切だと思います。
- ・ 今まであったこと、辛かったときの気持ち、どんな状態だったか、一生懸命話してくれた。その時こうしてくれればこんなにならなかった。なぜそうし

てくれなかったか。

- ・ ①手伝ってくれたとき、②「ありがとう」と言って、③気持ちよく手伝いを進めてくれた。あくまでも手伝ってもらっているという親の姿勢がなく、家にいるのだからこれくらいして当然という雰囲気だと嫌がり時にはおこる。
- ・ 落ち込んで「全部ダメなんだ」という時、自分への暴力もなく人への暴力もなく、ここに（家に）帰って来た判断は間違っていなかったと言った時、喜んだかどうかは？
- ・ 息子との会話がなかったのでわかりません。息子の部屋は8年間そうじをしていません。髪は伸び放題です。
- ・ 話しかけても本人からの言葉はありません。なお、母親とはいつも話している。新聞縛りが本人の役割です。先日チラシとの分別を頼んだら、返事はなかったが分別してくれていました。
- ・ 私が何を言っても無反応。
- ・ ①洗濯物を庭から取り込んでくれた（夕方雨が降り出した）。②助かったよ、ありがとう。③顔は無表情です。3年ほど笑顔なし無表情だけ、ずーっと。
- ・ 1、約束していたが体調が悪く実行できなかったとき→謝りに来ること。2、大事なことを実行したとき→ありがとうといってくれること。
- ・ テレビを観ていた話題を一言言ったとき、笑ったり批判的な反応があった。本人の本心を探るため、前向きなことや話題を話しかけたとき、一番気にしている内容には無言のまま、関心が少しでもある場合は興味がそそるがそれ以上の反応はなかった。
- ・ 本人との会話がなかったので回答できず。
- ・ 日常会話が成り立たない、受け付けない。時たま、重いもの例えば灯油とか米など持てないとき、頼むとすぐにはしてくれないのですが、少したつとしてくれます。無表情、別に変わらない。
- ・ 普段から表情にあらわしません。
- ・ ①話をしていたとき、②前に話したこと（同じ内容）を言って、③幼児期を思い出し苦しかったことを話し出す。
- ・ 色々、健康の面、食事の面、将来のこと、心配なこと、外出のこと等、時々言葉を一方的にかけますが、反応がありません。
- ・ 否定→かなしくなる。
- ・ 返事がほとんどないので、用件を一方的に話すだけで顔に感情を表しません（いつも不機嫌な顔）。でわかりません。
- ・ ①通院する折、②帰りに外食しよう！考えていて、③そうしよう、薬局（病院でないクリエイトなど）にも行って？（車で行動するので）
- ・ 食事の後、本人から「ご馳走様、ありがとう」と小声で言われて、はい、

と返事をしていただけで、私から本人に「ありがとう」は言っていなかったと気が付きました。

- ・ 10年の間に色々あったので、これと思い出すことはできません。
- ・ 家の手伝いを頼んでもやったりやらなかったりします。その時の本人の状態によるように思います。数年前、虫歯が痛んで父親が鹿に連れて行きましたが、途中で本人が嫌がりかえってきました。私がじつくりとこのままだと困るんじゃない？と言っているうちに、本人が分かったと言いました。別の日に私が歯科に連れて行きました。本人との信頼関係が大事ななと思いました。
- ・ 感情をあまり表面に出さないので不明。
- ・ 将来的に健康に関して、癌になりそうとか長生きできないとか話をすると、本人は不安がり心配してくれる。
- ・ 質問ですが、その家庭で違うからどんなひきこもりなのかを書いてもらい、親はそれに対してどのように対応しているか、困っている点は何かとか具体的に書く欄があるほうが私には良かったと思う。本当に親は困っています。こんな質問まとめてもらっても書いた本人にはプラスはありません。そちらの結果のみだと思います。
- ・ 子供の将来、体重が多いので、体重のこととか話しますが、きいているのかどうか分かりません。何を考えているのかわからない。自分で先のことを真剣に考えてほしい！
- ・ 家族のこと家事など家庭内のこと以外のことを話す（コミュニケーション）することがほとんどなく、「黙っている」「死ね」などの強い言葉が返ってくることはない。イエス、ノーで済むような会話しかしない。
- ・ ささいなことでもよく話をきく
- ・ 息子は何も話しません。私の話はきちんと聴いてくれますが、イヤであれば去ります。会話が上手くできません。
- ・ ほとんど感情を表に出さない。
- ・ まず暖かい家族、思いやりのある学校、社会であればひきこもりは発生しません。と言ったら、本人もその通りだと言いました。私たち、大人の責任です。
- ・ 1年くらい前から症状が進んできて、自己中心の考えが強まり、物の考え、一般常識に、親に、反抗的になり、前記の質問の会話がない。
- ・ こどもを信用する言葉、本人に限らず他人のことも、その自由や個性を認める言葉、例えば「人それぞれだね」「好みは他人がどうこういえないね」などは喜んでいた。その逆には反発した。
- ・ 実際は同居であるが勤めていた当時から別世帯としていたので保険などの減額申請をしたやり初めて会話が出来、自分の苦しさを話すようになり、少

ずつ本心を会話するようになった。

- ・ 高齢の相手に対し、親の反応として怒ったりほめたりはいたしません。わざとらしくて不自然と思います。
- ・ 私が覚えている範囲ではないので、本人に聞いてみましたが喜んでいたり嫌がっていた、両方ともないとのことでした。
- ・ 感情をまったく表現しないので分からない。
- ・ 本人の嫌がりそうな言葉はぜったい使いません。
- ・ 不登校時、「こどもには学校へ行く権利はあるが行く義務はないよ」と言ったとき、「本当?!」と喜んでいました。その後、元気になって外へでかけるようになった。
- ・ 本人が私の言葉（発言）を全て拒否したので。私への恨みしかないのです。
- ・ 会話自体が少ない。話題豊富に努力する必要があります。
- ・ 全く会話がないので、全くわかりません。





## 第4部 全体のまとめ



## 1. ひきこもり本人の年齢の推移

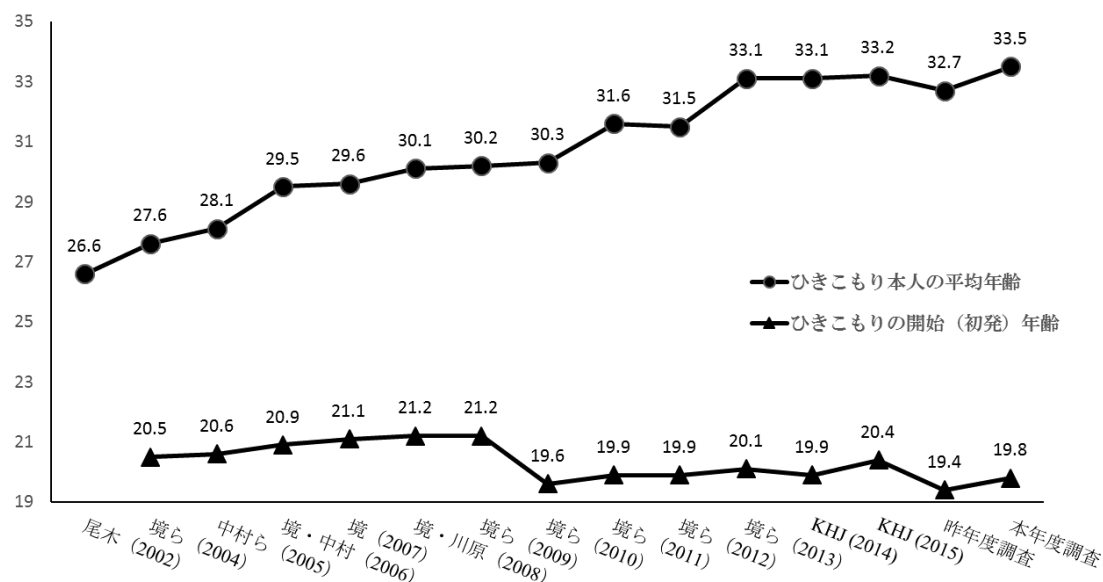


図4-1 ひきこもり本人の平均年齢の推移

当会の調査を開始した2002年以降のひきこもり本人の年齢の推移を図4-1に示します(境ら, 2004, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010, 2011, 2012, 2013; 中村ら, 2005; 特定非営利活動法人全国引きこもりKHJ親の会, 2014; 特定非営利活動法人全国引きこもりKHJ親の会, 2015; 特定非営利活動法人全国引きこもりKHJ親の会, 2016)。ひきこもり本人の平均年齢は、本年度33.5歳となり、昨年度から1歳近い上昇が認められました。昨年までの4年間は年齢の上昇がみられていませんでしたが、今年度はこれまでの調査で最高年齢という結果になりました。

内閣府による調査においては、対象を39歳までに限定してさえも、広義のひきこもり群とされる方が30歳以上である割合は4割を超えており(内閣府政策統括官(共生社会政策担当), 2016)、岐阜県においては、40歳代および50歳代の方が27.7%を占めると報告されています(岐阜県ひきこもり地域支援センター, 2017)。その他のさまざまな自治体における調査においても、30代以上の方が多くの割合を占めることが報告されていることから、今後、ますます高年齢化が進む可能性があります。したがって、30代、40代以降の方への支援のあり方を新たに構築することが求められるでしょう。

その一方、ひきこもりの開始(初発)年齢については、例年と同程度の年齢であることが示されました。年齢の変化が認められる一方で、ひきこもりの開

始年齢に関しては、一貫して中学校入学から 20 代のひきこもり好発期における予防的対応の重要性を示唆しているものと考えられます。

## 2. ご家族の年齢の推移

2006 年以降の当会の調査における、ご家族の平均年齢の推移を図 4-2 に示します。ご家族の平均年齢は、低下を示した昨年度の調査から一転して、大きな年齢の上昇が認められており、これまでの調査で最高年齢を記録しました。この結果は、現時点で定年を迎えるご家族が多だけでなく、今後さらに定年を迎えるご家族が増加することが推測されます。このことを考慮すると、ひきこもり本人やご家族が高年齢化したケースにおいて、生活困窮化を防ぐための対策、既に生活困窮化してしまっている場合の対策を促進することが喫緊の課題であると考えられます。

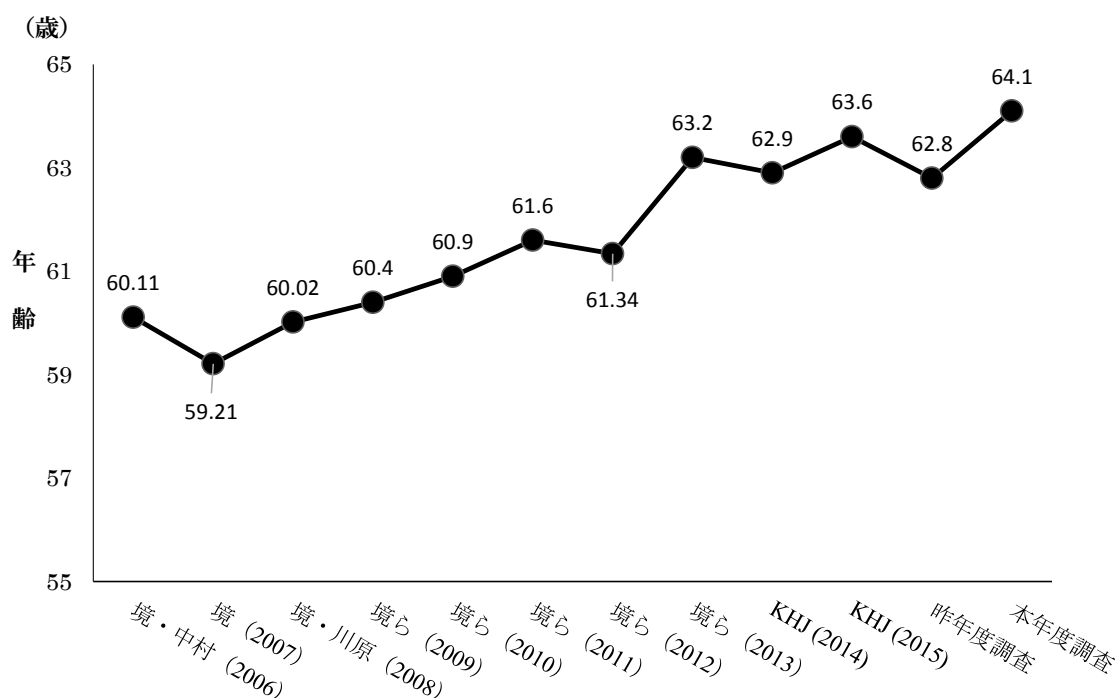


図 4-2 ご家族の平均年齢の推移

## 3. ひきこもり期間の推移

家族調査において、2005 年以降のひきこもり期間の推移を図 4-3 に示します。ひきこもり期間は、昨年度調査と同様に、これまでの調査で最長の期間を示しました。その一方で、ここ数年はひきこもり期間の大きな上昇は認められていません。したがって、ある程度は当会の会員の入れ替わりが生じている可能性があります。

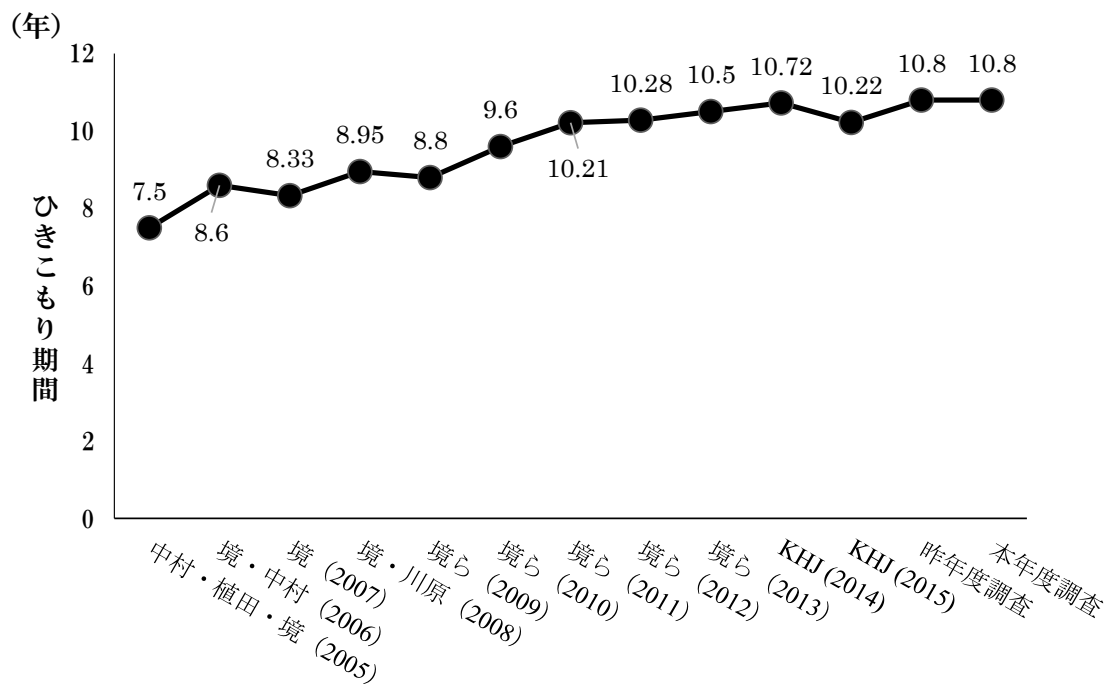


図4-3 ひきこもり期間の推移

#### 4. 40歳を超える高年齢化事例の特徴

本調査では、ひきこもり本人の年齢が40歳以上の場合と40歳未満の場合を比較することで、どのような特徴が認められるかを検討いたしました。

##### (1) ひきこもり本人の年齢

図4-4は家族調査、図4-5は本人調査について、ひきこもり本人の年齢を比較した結果を示しています。本調査でご回答いただいた40歳以上の事例は、家族調査、本人調査ともに、平均年齢が約44歳であることが分かります。

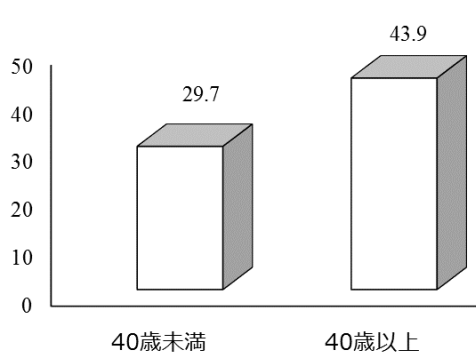


図4-4. ひきこもり本人の年齢(家族調査)

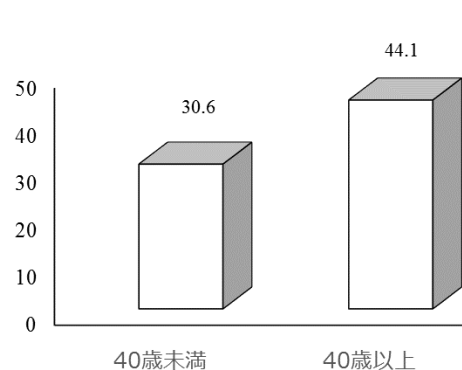


図4-5. ひきこもり本人の年齢(本人調査)

##### (2) 家族回答者の続柄

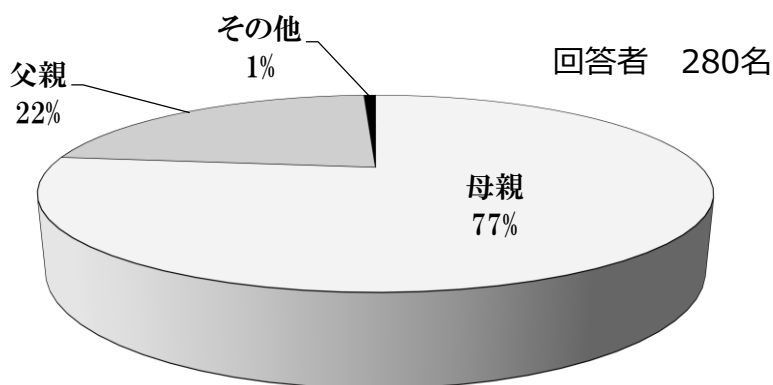


図4-6. 40歳未満の方のご家族の続柄

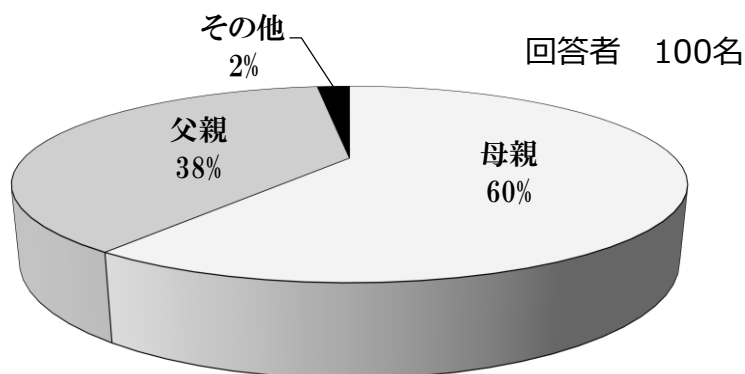


図4-7. 40歳以上の方のご家族の続柄

家族調査において、図4-6はひきこもり本人の年齢が40歳未満の場合、図4-7はひきこもり本人の年齢が40歳以上の場合の家族回答者の続柄を示しています。

40歳以上の方のご家族は40歳未満の方のご家族よりも、父親の回答者が多く、母親の回答者が少ないことが示されました。また、この違いは統計的に意味のある違いでした。ひきこもり本人が40歳以上の場合、ご家族が定年を迎えた場合が多いことが想定されるため、父親の家族会への参加が増えた結果を反映している可能性があります。

### (3) ひきこもり期間

家族調査において、平均ひきこもり期間は、40歳未満の場合は約9年（範囲6ヵ月～24年）、40歳以上の場合は15年を超える（範囲11ヵ月～30年）という結果が得られました（図4-8）。また、40歳以上の方は40歳未満の方よりも、ひきこもり期間が長く、この違いは統計的に意味のある違いでした。

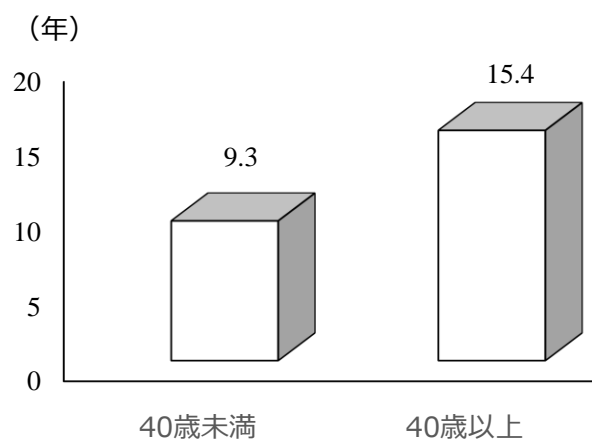


図4-8. ひきこもり期間

#### (4) 現在の不安と将来の不安

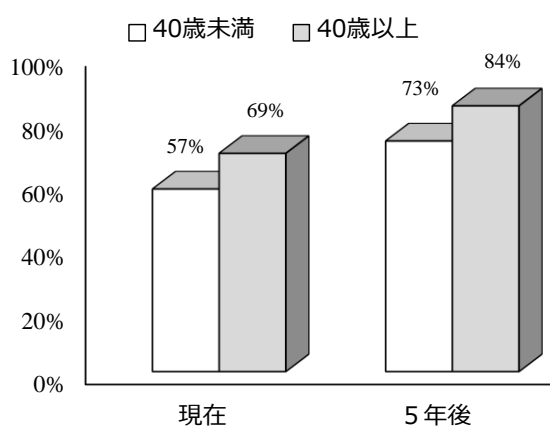


図4-9. 現在および5年後の状況に対する不安 (家族調査)

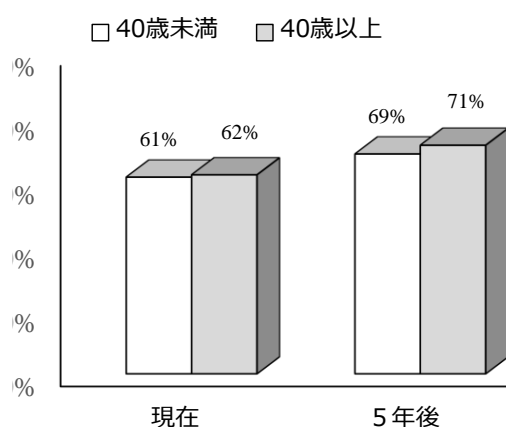


図4-10. 現在および5年後の状況に対する不安 (本人調査)

図4-9は家族調査、図4-10は本人調査における結果であり、縦軸は不安の高さを示しています。家族調査、本人調査ともに、現在に対する不安よりも5年後に対する不安の方が高いことが示されました。この違いは統計的に意味のある違いでした。

また、家族調査においては、40歳以上の方のご家族は40歳未満の方のご家族よりも、現在および5年後に対する不安が高いことが示されました。この違いも統計的に意味のある違いでした。その一方で、本人調査においては、40歳以上または未満による統計的に意味のある不安の違いは示されませんでした。

#### (5) 社会参加困難感

図4-11は、家族調査において尋ねた、ひきこもり本人の社会参加困難感の結果であり、縦軸は社会参加困難感の高さを示しています。

40歳以上の方と40歳未満の方では、ひきこもり本人の社会参加困難感に統計的に意味のある違いは示されませんでした。いずれの場合も高い困難感があることが分かります。



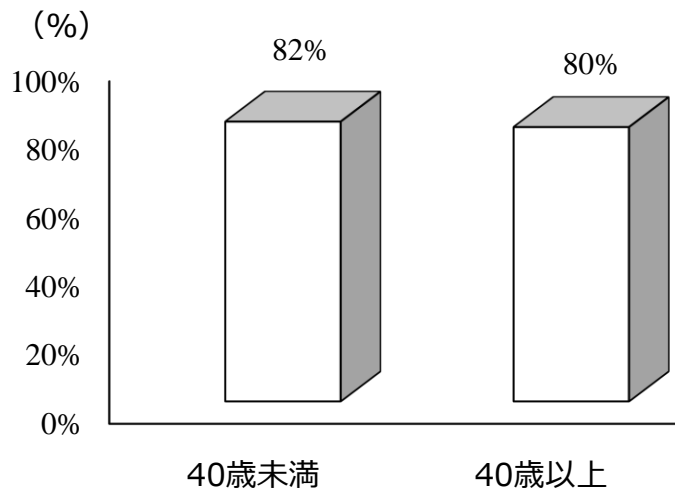


図4-11. 社会参加困難感

(6) ひきこもりの程度

図4-12は、家族調査において尋ねた、ひきこもり本人のひきこもりの程度の結果であり、縦軸は各項目に当てはまる程度を示しています。

40歳以上の方は40歳未満の方よりも、「自由に外出する」および「対人交流が必要でない場所に行く」に当てはまる程度が高く、「家庭内では自由に行動する」に当てはまる程度が低いことが示されました。また、この違いは統計的に意味のある違いでした。

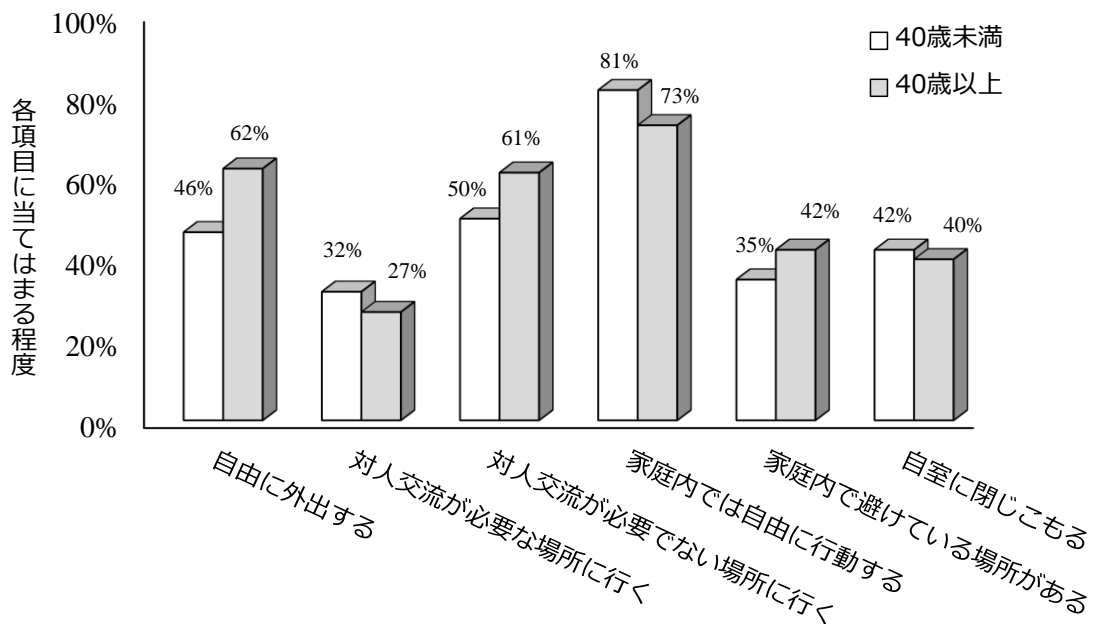


図4-12. ひきこもりの程度



## おわりに

本年度の調査では、NPO 法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会（以下、KHJ 家族会）の長期、高年齢化の加速が示されました。このことは、KHJ 家族会が長期、高年齢化したひきこもり事例の受け皿として広く認知され始め、そうしたひきこもり本人の家族が KHJ 親の会に参加しているためと考えられます。

40 歳を超えるひきこもりに大きな注目が集まっています。高年齢化の現象は多くのマスコミに取り上げられるとともに、各自治体での実態調査でも長期、高年齢化を支持するデータが示されています。また、2017 年 3 月 28 日の国会答弁では公明党の山本博司議員が KHJ 家族会の行った調査に基づく質問を行い、加藤内閣府特命担当、塩崎厚生労働大臣との答弁も行われています。

40 歳を超える事例への対応は、若者自立というよりは、生活困窮という観点で行うことが重要と考えられます。複合的困難を抱えた事例であることが多く、生活を支える視点が重要となるからです。40 歳を超えた事例への支援は、若者自立とは異なるステージでの支援が求められていると考えられます。

一方で、本調査からは、40 歳を超えた長期、高年齢化事例が必ずしもすべての側面において悪い状態にあるわけではないということも示されています。例えば、ひきこもりの程度に関しては、自由に外出したり、対人交流が必要でない場所には行くことは、40 歳を超えた事例の方が多く割合で行えていることが示されています。これは 40 歳を超えることで、ひきこもり本人なりに動きやすくなる場合もあることの表れと考えられます。

こうした知見を踏まえて、40 歳を超えた本人なりに成長した部分を活かす視点を大切にしてほしいと思います。40 歳を超えた本人の強みを活かす生活困窮支援の構築を目指していく必要があります。

平成 29 年 3 月 吉日

調査事業委員長 境 泉 洋  
(徳島大学大学院総合科学研究部准教授)

調査事業委員 野中 俊介

古川 華江

## 参考・引用文献

- 岐阜県ひきこもり地域支援センター. (2017). ひきこもりの現状と支援に関する調査結果.
- 内閣府政策統括官（共生社会政策担当）. (2016). 若者の生活に関する調査報告書.
- 境泉洋, 斎藤まさ子, 本間恵美子, 真壁あさみ, 内藤守, 小西完爾, & NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2013). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書⑩ -NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態-.
- 境泉洋, 植田健太, 中村光, 嶋田洋徳, 坂野雄二, & NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2004). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書① -NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態-.
- 境泉洋, 川原一紗, & NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2008). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書⑤ -NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態-.
- 境泉洋, 川原一紗, 木下龍三, 久保祥子, 若松清江, & NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2009). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書⑥ -NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態-.
- 境泉洋, 中垣内正和, & NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2007). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書④ -NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態-.
- 境泉洋, 中村光, & NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2006). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書③ -NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態-.
- 境泉洋, 平川沙織, 原田素美礼, & NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2012). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書⑨ -NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態-.
- 境泉洋, 堀川寛, 野中俊介, 松本美菜子, 平川沙織, & NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2011). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書⑧ -NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態-.
- 境泉洋, 野中俊介, 大野あき子, & NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2010). 「引きこもり」の実態に関する調査報告書⑦ -NPO 法人全国引きこもり KHJ 親の会における実態-.
- 特定非営利活動法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2014). ひきこもりピアサポーター養成・派遣に関するアンケート調査報告書.
- 特定非営利活動法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2015). ひきこもりの実態およびピアサポーター養成・派遣に関するアンケート調査報告書.
- 特定非営利活動法人全国引きこもり KHJ 親の会（家族会連合会）. (2016). ひきこもりの実態に関するアンケート調査報告書.

# 資 料



## 資料 1 調査用紙（ご本人用）

## アンケートの説明

ご本人用

本調査は、厚生労働省の平成 28 年度社会福祉推進事業「長期高年齢化したひきこもり者とその家族への効果的な支援及び長期高年齢化に至るプロセス調査・研究事業」の助成を得て実施しています。

本調査は、ひきこもりの長期高年齢化の影響を明らかにする ことを目的としています。本調査の結果は、今後のひきこもり支援を発展させる資料として活用させていただきます。本調査の結果は当会のホームページにて公開し、その成果を広く普及させるよう努力して参ります。なお、本調査は無記名で実施されます。

本調査の趣旨をご理解いただき、是非ともご協力下さいますよう、お願い申し上げます。記述内容や調査結果の解析から個人が特定されることはありません。また、アンケート用紙から個人を特定することはできないので、提出された調査用紙の返却はできません。

### 調査の回答に際してご注意いただきたい点

この質問紙には、正しい答えや間違った答えというのではありませんので、他の方とは相談せずに、お一人でご回答ください。

**この用紙は、切り離してお持ち帰りください。**

**次のページ以降の用紙のみ回収いたします。**

本調査について何か疑問が生じたり、あるいは調査の過程で何か問題が生じた場合には、下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

#### 実施責任者連絡先

〒770-8502 徳島県徳島市南常三島1丁目1番地

徳島大学大学院総合科学研究部 境 泉洋

TEL & FAX 088-656-7191 (内線 2361)

E-mail : sakai.motohiro@tokushima-u.ac.jp

〒170-0002 豊島区巣鴨3-4-4

NPO 法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会事務局

Tel 03-5944-5250 Fax 03-5944-5290

E-mail : info@khj-h.com

ホームページ : <http://www.khj-h.com/>



# ひきこもりの長期高年齢化の影響に関する調査研究

## 1. この質問紙調査の目的は何ですか？

この調査研究は、ひきこもりの支援に役立てるためのものです。ひきこもりの長期高年齢化の影響を調べています。

## 2. 参加の義務がありますか？

参加は完全に任意です。理由を挙げることなく参加を拒否したり途中で参加を止めることができます。参加拒否や参加の途中中止によって不利益を被ることはありません。

## 3. 参加する場合は何をすればいいのですか？

どのくらいかかる？	15分程度です。
何をすればいいの？	(1) 下のインフォームドコンセントにチェックしてください。 (2) 1～5ページの質問紙に記入してください。 (3) 記入後、配布した返信用封筒で返送してください。

## 4. 個人情報は保護されますか？

あなたが提供した全ての情報は、調査研究チームのメンバーのみが閲覧する機密情報として扱われ、調査研究の目的が達成された時点で処分されます。個人を特定できる情報は何も公開されません。

お読みいただきありがとうございます。ご質問等は「表紙」に記載してあります実施責任者連絡先にお問い合わせ下さい。

下記の「インフォームドコンセント」にチェックを入れてからご回答ください。

インフォームドコンセント		チェック (✓)
1. 私は情報提供書を読み、疑問点を質問する機会を与えられました。		<input type="checkbox"/>
2. 私の参加は任意であり、いつでも理由なく参加を取りやめることができることを理解しました。		<input type="checkbox"/>
3. 私が参加する場合、何をすればよいかを理解しました。		<input type="checkbox"/>
4. 私が提供した情報は、安全かつ機密に扱われ、調査研究の目的が達成された時点で処分されることを理解しました。		<input type="checkbox"/>
5. <u>この調査研究に参加します。</u>		<input type="checkbox"/>

ひきこもり状態・・・この調査では、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，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）のことを言います。

A. 以下の質問について，該当するところに○をつけてください。

1. あなたは現在，ひきこもり状態ですか？ → a. はい b. いいえ
2. あなたは過去に，ひきこもり状態を経験されたことがありますか？  
→ a. はい b. いいえ

1. 2. の質問に両方とも「b. いいえ」と答えた方は，ここでアンケートは終了です。  
ご協力いただき、誠にありがとうございました。

B. 以下の質問について，該当するところに○をつけるか，下線部に記入してください。

1. あなたが住んでいる都道府県をお答え下さい。： \_\_\_\_\_ 都・道・府・県
2. あなたの年齢をお答え下さい：（\_\_\_\_\_ 歳）
3. あなたの性別をお答え下さい： a. 男性 b. 女性
4. 現在あるいは過去において，あなたは同性に対して性的魅力を感じることはありませんでしたか？ → a. はい b. いいえ
5. 以下の質問は，あなたの **最近2週間** の状態についてお聞きするものです。それぞれ当てはまるもの1つを丸（○）で囲んでください。

	全 く ら な い	あ ま ま ら り な い て は	少 し 当 て は ま	非 常 に 当 て は
1. 自由に外出する	0	1	2	3
2. 対人交流が必要な場所に行く	0	1	2	3
3. 対人交流が必要でない場所に行く	0	1	2	3
4. 家庭内では自由に行動する	0	1	2	3
5. 家庭内で避けている場所がある	0	1	2	3
6. 自室に閉じこもる	0	1	2	3

6. あなたとあなたの親は：

a. 同居    b. 別居（別居してから\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_カ月）

7. 下の例を参考に、あなたのひきこもり期間をお答えください。

（例）19才から1年6か月間と、24才から5年3か月間ひきこもった場合

1回目：（ 19 ）才から、（ 1 ）年（ 6 ）か月間  
 2回目：（ 24 ）才から、（ 5 ）年（ 3 ）か月間

1回目：（    ）才から、（    ）年（    ）か月間
2回目：（    ）才から、（    ）年（    ）か月間
3回目：（    ）才から、（    ）年（    ）か月間

7. あなたは、ひきこもりに関して支援・医療機関等を利用したことがありますか？  
 利用したことがある場合、継続的に利用していますか？

a. はい → ①継続的に利用している ・ ②継続的に利用していない  
 b. いいえ

C. 下記の質問は、各内容について、あなたが現在の各状況についてどの程度不安を感じるか、あるいは、5年後の各状況についてどの程度不安を感じるかをお尋ねする質問です。もっとも当てはまる数字1つずつを○（丸）で囲んでください。

	現 在					5 年 後			
	不安でない	やや不安でない	やや不安	不安		不安でない	やや不安でない	やや不安	不安
例. 学校	0	1	2	3		0	1	2	3
a. 社会参加	0	1	2	3		0	1	2	3
b. 家族関係	0	1	2	3		0	1	2	3
c. 家計	0	1	2	3		0	1	2	3
d. 身体的健康	0	1	2	3		0	1	2	3
e. 精神的健康	0	1	2	3		0	1	2	3
f. 生活全般	0	1	2	3		0	1	2	3

D. 下記の質問は、あなたの現在の様子をお尋ねするものです。「全然ない：0」から「よくある：3」のうち、もっとも当てはまる数字1つを○（丸）で囲んでください。あなたには無関係だと思われる質問であっても、すべての質問について答えて下さい。

	全然ない	あまりない	ときどきあ	よくある
1 達成感の得られることをする	0	1	2	3
2 目標に向けた取り組みをする	0	1	2	3
3 力を貸してくれるように家族以外の人に頼	0	1	2	3
4 体調に応じて自分で受診する	0	1	2	3
5 家族との会話を避ける	0	1	2	3
6 適切な金銭管理をする	0	1	2	3
7 理想に近づくために努力する	0	1	2	3
8 他者を遊びに誘う	0	1	2	3
9 食事を家族と共にする	0	1	2	3
10 支援・医療機関の利用を避ける	0	1	2	3
11 就学や就労のための準備を避ける	0	1	2	3
12 身の回りのことを自分でする	0	1	2	3
13 社会参加をする	0	1	2	3
14 家族との話し合いに応じる	0	1	2	3
15 他者と会話をする	0	1	2	3
16 他者と交流する場に行く	0	1	2	3
17 家族以外の人に話しかける	0	1	2	3
18 他者と会うことを避ける	0	1	2	3

	全然ない	あまりない	とせうとせう	よくする
19 社会参加のために苦手なこともする	0	1	2	3
20 理想的な生活に向けて取り組む	0	1	2	3
21 自分の気持ちを家族以外の人に伝える	0	1	2	3
22 仕事・学校に行くのを避ける	0	1	2	3
23 他者と遊びに出掛ける	0	1	2	3
24 支援・医療機関の情報を調べる	0	1	2	3
25 呼び掛けに応じて外出する	0	1	2	3
26 家族に話しかける	0	1	2	3
27 家族と同じ部屋にいることを避ける	0	1	2	3
28 家族の呼び掛けに返事をする	0	1	2	3
29 仕事・学校に行く	0	1	2	3
30 自分が楽しめる活動をする	0	1	2	3
31 他者に頼ることを避ける	0	1	2	3
32 生活に必要なことを調べる	0	1	2	3
33 自ら外出する	0	1	2	3
34 家事をする	0	1	2	3
35 自分の気持ちを家族に伝える	0	1	2	3
36 力を貸してくれるように家族に頼む	0	1	2	3
37 就学や就労に必要な情報を集める	0	1	2	3
38 自分の欲しいものを買うために外出する	0	1	2	3

E. あなたは支援・医療機関を利用する抵抗感を感じていますか？「まったく抵抗感を感じていない：1」から「とても抵抗感を感じている：10」のうち、もっとも当てはまる数字1つを○（丸）で囲んでください。

まったく抵抗感を感じていない

とても抵抗感を感じてい

---

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

---

F. あなたは社会参加に関して困難感を感じていますか？「まったく感じていないと思う：1」から「とても感じていると思う：10」のうち、もっとも当てはまる数字1つを○（丸）で囲んでください。

まったく困難感を感じていない

とても困難感を感じてい

---

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

---

●ひきこもりの長期高年齢化を防ぐために期待する支援を自由にお書きください。

●本調査についてお気づきの点がありましたら、自由にお書きください。

質問は以上です。記入漏れがないか、もう一度ご確認ください。  
ご協力いただき誠にありがとうございました。

## 資料 2 調査用紙（ご家族用）

## アンケートの説明

本調査は、厚生労働省の平成 28 年度社会福祉推進事業「長期高年齢化したひきこもり者とその家族への効果的な支援及び長期高年齢化に至るプロセス調査・研究事業」の助成を得て実施しています。

本調査は、ひきこもりの長期高年齢化の影響を明らかにすることを目的としています。本調査の結果は、今後のひきこもり支援を発展させる資料として活用させていただきます。本調査の結果は当会のホームページにて公開し、その成果を広く普及させるよう努力して参ります。なお、本調査は無記名で実施されます。

本調査の趣旨をご理解いただき、是非ともご協力下さいますよう、お願い申し上げます。記述内容や調査結果の解析から個人が特定されることはありません。また、アンケート用紙から個人を特定することはできないので、提出された調査用紙の返却はできません。

## 調査の回答に際してご注意いただきたい点

- ① 本調査では、このアンケートに答えていただいている方（ご家族など）を「あなた」、ひきこもり状態にある（あった）方を「ご本人」と標記しています。
- ② この質問紙には、正しい答えや間違った答えというのはありませんので、他の方とは相談せずに、お一人でご回答ください。
- ③ ひきこもり状態を経験された方一人につき、一部の質問紙に、お一人でご回答ください。

**この用紙は、切り離してお持ち帰りください。**

**次のページ以降の用紙のみ回収いたします。**

本調査について何か疑問が生じたり、あるいは調査の過程で何か問題が生じた場合には、下記の連絡先までお問い合わせ下さい。

## 実施責任者連絡先

〒770-8502 徳島県徳島市南常三島1丁目1番地

徳島大学大学院総合科学研究部 境 泉洋

TEL & FAX 088-656-7191（内線 2361）

E-mail : sakai.motohiro@tokushima-u.ac.jp

〒170-0002 豊島区巢鴨3-4-4

NPO 法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会事務局

Tel 03-5944-5250 Fax 03-5944-5290

E-mail : info@khj-h.com

ホームページ : <http://www.khj-h.com/>



## ひきこもりの長期高年齢化の影響に関する調査研究

### 1. この質問紙調査の目的は何ですか？

この調査研究は、ひきこもりの支援に役立てるためのものです。ひきこもりの長期高年齢化の影響を調べています。

### 2. 参加の義務がありますか？

参加は完全に任意です。理由を挙げることなく参加を拒否したり途中で参加を止めることができます。参加拒否や参加の途中中止によって不利益を被ることはありません。

### 3. 参加する場合は何をすればいいのですか？

どのくらいかかる？	20分程度です。
何をすればいいの？	(1) 下のインフォームドコンセントにチェックしてください。 (2) 1～11ページの質問紙に記入してください。 (3) 記入後、配布した返信用封筒で返送してください。

### 4. 個人情報は保護されますか？

あなたが提供した全ての情報は、調査研究チームのメンバーのみが閲覧する機密情報として扱われ、調査研究の目的が達成された時点で処分されます。個人を特定できる情報は何も公開されません。

お読みいただきありがとうございます。ご質問等は表紙に記載してあります実施責任者連絡先にお問い合わせ下さい。

下記の「インフォームドコンセント」にチェックを入れてからご回答ください。

インフォームドコンセント		チェック (✓)
6. 私は情報提供書を読み、疑問点を質問する機会を与られました。	<input type="checkbox"/>	
7. 私の参加は任意であり、いつでも理由なく参加を取りやめることができることを理解しました。	<input type="checkbox"/>	
8. 私が参加する場合、何をすればよいかを理解しました。	<input type="checkbox"/>	
9. 私が提供した情報は、安全かつ機密に扱われ、調査研究の目的が達成された時点で処分されることを理解しました。	<input type="checkbox"/>	
10. この調査研究に参加します。	<input type="checkbox"/>	

ひきこもり状態・・・この調査では、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、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）のことを言います。

A. 以下の質問について、該当するところに○をつけてください。

2. ご本人は現在、ひきこもり状態ですか？ → a. はい b. いいえ
2. ご本人は過去に、ひきこもり状態を経験されたことがありますか？  
→ a. はい b. いいえ
3. ひきこもり状態にある人が、家族に2人以上いる方は次の問いにお答えください。  
家族の中でひきこもり状態にある方の人数をお答えください。→ [ ] 人

2人以上いると回答された方は、ひきこもり状態を経験された方一人につき、一部の質問紙に、お一人でご回答くださいますようお願いいたします。

B. 以下の質問について、該当するところに○をつけるか、下線部に具体的に記入してください。

8. あなたが住んでいる都道府県をお答え下さい。： \_\_\_\_\_ 都・道・府・県
9. ご本人から見た、あなたの立場をお答え下さい：  
a. 母親 b. 父親 c. その他（具体的に\_\_\_\_\_）
10. あなたの年齢をお答え下さい：（\_\_\_\_\_歳）
11. ご本人の性別をお答え下さい： a. 男性 b. 女性 c. その他（\_\_\_\_\_）
12. ご本人の年齢をお答え下さい：（\_\_\_\_\_歳）
13. あなたとご本人の同別居をお答え下さい：  
a. 同居 b. 別居（別居してから\_\_\_\_\_年\_\_\_\_\_カ月）
7. あなたが入会しているKHJ親の会支部会についてお答えください。  
※複数ある場合は、活動している支部名をお書きください。  
a. 会の名前（\_\_\_\_\_） b. 入会していない
8. ご本人の現在の1か月の平均外出日数をお答えください。  
→ 1か月につき平均（\_\_\_\_\_）日

9. 下の例を参考に、ご本人のひきこもり期間をお答えください。

(例) 19才から1年6か月間と、24才から5年3か月間ひきこもった場合

1回目：( 19 )才から、 ( 1 )年( 6 )か月間

2回目：( 24 )才から、 ( 5 )年( 3 )か月間

1回目：( )才から、 ( )年( )か月間

2回目：( )才から、 ( )年( )か月間

3回目：( )才から、 ( )年( )か月間

10. あなたは、ひきこもりに関して支援・医療機関等を利用したことがありますか？ 利用したことがある場合、継続的に利用していますか？

c. はい → ①継続的に利用している ・ ②継続的に利用していない

d. いいえ

11. ご本人は、ひきこもりに関して支援・医療機関等を利用したことがありますか？ 利用したことがある場合、継続的に利用していますか？

a. はい → ①継続的に利用している ・ ②継続的に利用していない

b. いいえ

G. あなたは、ご本人が支援・医療機関を利用する抵抗感を感じていると思いますか？「まったく感じていないと思う：1」から「とても感じていると思う：10」のうち、もっとも当てはまる数字1つを○(丸)で囲んでください。

まったく感じていないと思う

とても感じていると思う

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

H. あなたは、ご本人が1カ月以内に支援・医療機関を利用すると思いますか？「絶対に利用しないと思う：1」から「必ず利用すると思う：10」のうち、もっとも当てはまる数字1つを○(丸)で囲んでください。

絶対に利用しないと思う

必ず利用すると思う

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

I. ご本人は社会参加に関して困難感を感じていると思いますか？「まったく感じていないと思う：1」から「とても感じていると思う：10」のうち、もっとも当てはまる数字1つを○(丸)で囲んでください。

まったく感じていないと思う

とても感じていると思う

1      2      3      4      5      6      7      8      9      10

15. 以下の質問は、ご本人の最近2週間（別居の場合、知りうるかぎり最近）の状態についてお聞きするものです。それぞれ当てはまるもの1つを丸（○）で囲んでください。

	全く当てはまらない	あまり当てはまらない	少し当てはまる	非常に当てはまる
1. 自由に外出する	0	1	2	3
2. 対人交流が必要な場所に行く	0	1	2	3
3. 対人交流が必要でない場所に行く	0	1	2	3
4. 家庭内では自由に行動する	0	1	2	3
5. 家庭内で避けている場所がある	0	1	2	3
6. 自室に閉じこもる	0	1	2	3

16. 下記の質問は、各内容について、あなたが現在の各状況についてどの程度不安を感じるか、あるいは、5年後の各状況についてどの程度不安を感じるかをお尋ねする質問です。もっとも当てはまる数字1つずつを○（丸）で囲んでください。

	現在のこと					5年後のこと			
	不安でない	やや不安でない	やや不安	不安		不安でない	やや不安でない	やや不安	不安
例. 学校	0	1	2	3		0	1	2	3
a. ご本人との関係	0	1	2	3	➔	0	1	2	3
b. 家族関係	0	1	2	3		0	1	2	3
c. 家計	0	1	2	3		0	1	2	3
d. 身体的健康	0	1	2	3		0	1	2	3
e. 精神的健康	0	1	2	3		0	1	2	3
f. 生活全般	0	1	2	3		0	1	2	3

C. 以下の質問は、ご本人との関係における 現在 の幸福度について領域別にお聞きするものです。それぞれの領域を評価するときに、あなた自身に次のような質問をしてください。

この領域では、私は本人（子ども）との関係で、どのくらい幸せだろうか？

それぞれの領域について、もっとも当てはまる数字（1-10）を丸（○）で囲んでください。あなたが今日どのように感じているかを正確に示してください。

**注意** できるだけ 今日 のあなたの感情のみに集中してください。他の領域の影響を受けないようにしてください。経験していないことについては、「（そのことを）経験していないことがどのくらい幸せか」を回答してください。

	とても不幸せ					とても幸せ				
例) 飲酒	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
a. 社会参加	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
b. 家事	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
c. 子育て	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
d. 社会活動	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
e. 家計	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
f. コミュニケーション	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
g. 愛情	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
h. 仕事・学校	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
i. 感情面のサポート	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
j. 全体的幸福感	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

D. 下記の質問は、ご本人の現在、もしくは過去3カ月以内（別居の場合、あなたが知りうるかぎり最近）の様子をお尋ねするものです。「全然ない：0」から「よくある：3」のうち、もっとも当てはまる数字1つを○（丸）で囲んでください。ご本人には無関係だと思われる質問であっても、すべての質問について答えて下さい。

	全然ない	あまりない	ときどきある	よくある
1 達成感の得られることをする	0	1	2	3
2 目標に向けた取り組みをする	0	1	2	3
3 力を貸してくれるように家族以外の人に頼む	0	1	2	3
4 体調に応じて自分で受診する	0	1	2	3
5 家族との会話を避ける	0	1	2	3
6 適切な金銭管理をする	0	1	2	3
7 理想に近づくために努力する	0	1	2	3
8 他者を遊びに誘う	0	1	2	3
9 食事を家族と共にする	0	1	2	3
10 支援・医療機関の利用を避ける	0	1	2	3
11 就学や就労のための準備を避ける	0	1	2	3
12 身の回りのことを自分でする	0	1	2	3
13 社会参加をする	0	1	2	3
14 家族との話し合いに応じる	0	1	2	3
15 他者と会話をする	0	1	2	3
16 他者と交流する場に行く	0	1	2	3
17 家族以外の人に話しかける	0	1	2	3
18 他者と会うことを避ける	0	1	2	3
19 社会参加のために苦手なこともする	0	1	2	3

	全然ない	あまりない	とくに多い	よほど多い
20 理想的な生活に向けて取り組む	0	1	2	3
21 自分の気持ちを家族以外の人に伝える	0	1	2	3
22 仕事・学校に行くのを避ける	0	1	2	3
23 他者と遊びに出掛ける	0	1	2	3
24 支援・医療機関の情報を調べる	0	1	2	3
25 呼び掛けに応じて外出する	0	1	2	3
26 家族に話しかける	0	1	2	3
27 家族と同じ部屋にいることを避ける	0	1	2	3
28 家族の呼び掛けに返事をする	0	1	2	3
29 仕事・学校に行く	0	1	2	3
30 自分が楽しめる活動をする	0	1	2	3
31 他者に頼ることを避ける	0	1	2	3
32 生活に必要なことを調べる	0	1	2	3
33 自ら外出する	0	1	2	3
34 家事をする	0	1	2	3
35 自分の気持ちを家族に伝える	0	1	2	3
36 力を貸してくれるように家族に頼む	0	1	2	3
37 就学や就労に必要な情報を集める	0	1	2	3
38 自分の欲しいものを買うために外出する	0	1	2	3

E. 以下の質問は、日頃のあなたとご本人との関わりに基づいてお尋ねするものです。

(1) 最近6カ月間に、下記のことを経験することがどの程度ありましたか？ 当てはまる数字1つを丸(○)で囲んでください。

	まったくなかった	あまりなかった	時々あった	つねにありました
1 ご本人から、「おはよう」と言われる	0	1	2	3
2 ご本人が、真剣に考えてくれる	0	1	2	3
3 ご本人から、「うるさい」と言われる	0	1	2	3
4 ご本人から、「ありがとう」と言われる	0	1	2	3
5 ご本人から、「死ね」と言われる	0	1	2	3
6 ご本人から、「ごはんおいしかったよ」と言われる	0	1	2	3
7 ご本人から、「わかったわかった」と言われる	0	1	2	3
8 ご本人から、「黙ってろ」と言われる	0	1	2	3
9 ご本人が、自分の素直な気持ちを話してくれる	0	1	2	3

(2) 12の場面において、下記の2つの質問それぞれに当てはまる数字1つを丸(○)で囲んでください。質問の回答には正解があるものではなく、家庭によって異なるものですので、あなたが思う通りにお答えください。

①一般的には、ご本人の行動の回数はどうなりそうですか

②ご本人との関わりにおいては、ご本人の行動の回数はどうなりますか

(※実際に経験していないと思う場面であっても、すべての質問にお答えください。)

1：減る      2：少し減る      3：変わらない      4：少し増える      5：増える

場面1. 「わかったわかった」と言われたので、あなたは「そう言われると嫌な気持ちになるよ」としかりました。この対応の後、「わかったわかった」と言われる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・ 【1    2    3    4    5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか・ 【1    2    3    4    5】

場面2. 「黙ってろ」と言われたので、あなたは会話をやめてその場から離れました。この対応の後、「黙ってろ」と言われる回数は・・・



①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1 2 3 4 5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか 【1 2 3 4 5】

1：減る      2：少し減る      3：変わらない      4：少し増える      5：増える

場面3. 本人に将来のことを追及していましたが、自分の素直な気持ちを話してくれたので、追及するのをやめました。この対応の後、素直な気持ちを話してくれる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1 2 3 4 5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか 【1 2 3 4 5】

場面4. 笑顔で話していましたが、「黙ってろ」と言われたので、あなたは笑顔をやめました。この対応の後、「黙ってろ」と言われる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1 2 3 4 5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか 【1 2 3 4 5】

場面5. 「おはよう」と言ってくれたので、あなたは「そう言ってくれてうれしいよ」と褒めました。この対応の後、「おはよう」と言われる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1 2 3 4 5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか 【1 2 3 4 5】

場面6. あなたは腹が立って怒った顔をしていましたが、真剣に考えてくれたので、怒った顔をやめました。この対応の後、真剣に考えてくれる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1 2 3 4 5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか 【1 2 3 4 5】

場面7. 「うるさい」と言われたので、あなたは「そう言われると嫌な気持ちになるよ」としゃかりました。この対応の後、「うるさい」と言われる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1 2 3 4 5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか 【1 2 3 4 5】

場面8. 「わかったわかった」と言われたので、あなたは悲しそうな顔をしました。この対応の後、「わかったわかった」と言われる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1 2 3 4 5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか 【1 2 3 4 5】

1：減る      2：少し減る      3：変わらない      4：少し増える      5：増える

場面9. 「ありがとう」と言ってくれたので、あなたは「そう言ってくれてうれしいよ」と褒めました。この対応の後、「ありがとう」と言われる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1    2    3    4    5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか【1    2    3    4    5】

場面 10. あなたは腹が立って怒った顔をしていましたが、「心配してくれてありがとう」と言ってくれたので、怒った顔をやめました。この対応の後、「心配してくれてありがとう」と言われる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1    2    3    4    5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか・ 【1    2    3    4    5】

場面 11. 笑顔で話していましたが、「死ね」と言われたので、あなたは笑顔をやめました。この対応の後、「死ね」と言われる回数は・・・

①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1    2    3    4    5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか【1    2    3    4    5】

場面 12. 「ごはんおいしかったよ」と言ってくれたので、あなたは「そう言ってくれてうれしいよ」と褒めました。この対応の後、「ごはんおいしかったよ」と言われる回数は・・・

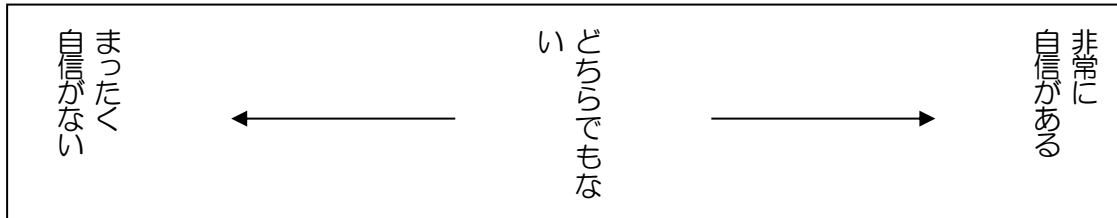
①一般的には、どうなりそうですか・・・・・・ 【1    2    3    4    5】

②ご本人との関わりにおいては、どうなりますか【1    2    3    4    5】

●ひきこもりの長期高年齢化を防ぐために期待する支援を自由にお書きください。

F. ひきこもり状態にある人が次のような行動を行ったとき、あなた（このアンケートに答えている方）はそれに対して、どの程度うまく対応できる自信がありますか。

0～10の間で、「非常に自信がある」場合を10、「どちらでもない」場合を5、「まったく自信がない」場合を0としたとき、あなたに最も当てはまる数字を1つだけ選び、○で囲んで下さい。



1. 家族へ暴力を振るったり、乱暴なことを言う  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】
2. 他人の言動に対して神経質になったり、他者に対して恐怖や不安を感じる  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】
3. 手を長時間洗うなど、強迫的な行動をする  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】
4. 家族と食事を一緒にしなかったり、家族に気づかれないように行動する  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】
5. 絶望感を口にしたり、自殺したいと訴える  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】
6. 服を着替えなかったり、時間通りに行動しない  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】
7. ベタベタ甘えてくるなど、不可解な行動をとる  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】
8. 仕事に就いていなかったり、友人がいないなど社会に関わろうとしない  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】
9. 何を考えているのかわからなかったり、将来のことを考えようとしていない  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】
10. 昼夜逆転しているなど、不規則な日常生活を送っている  
【0 - 1 - 2 - 3 - 4 - 5 - 6 - 7 - 8 - 9 - 10】

G. 以下の項目は、ひきこもり本人が示すさまざまな行動をあげたものです。ひきこもり本人の現在、もしくは過去3カ月以内（別居の場合、あなたが知りうるかぎり最近）の状態について、もっとも当てはまる数字1つをそれぞれ〇で囲んで下さい。

あなたの家族にいるひきこもり本人には無関係だと思われる質問であっても、すべての質問について答えて下さい。

全くあてはまらない・・・0	ほとんどあてはまらない・・・	1
だいたいあてはまる・・・2	非常にあてはまる・・・	3

- |                             |             |
|-----------------------------|-------------|
| 1. 家族に気づかれないように行動する・・・・・・・・ | 【 0 1 2 3 】 |
| 2. 自分の部屋に閉じこもる・・・・・・・・      | 【 0 1 2 3 】 |
| 3. 仕事に就いていない・・・・・・・・        | 【 0 1 2 3 】 |
| 4. 人に会うのを避ける・・・・・・・・        | 【 0 1 2 3 】 |
| <hr/>                       |             |
| 5. 無気力である・・・・・・・・           | 【 0 1 2 3 】 |
| 6. 目つきが悪い・・・・・・・・           | 【 0 1 2 3 】 |
| 7. 友達がいない・・・・・・・・           | 【 0 1 2 3 】 |
| 8. 自己主張が激しい・・・・・・・・         | 【 0 1 2 3 】 |
| <hr/>                       |             |
| 9. 急に態度が変わる・・・・・・・・         | 【 0 1 2 3 】 |
| 10. 将来のことについて話さない・・・・・・・・   | 【 0 1 2 3 】 |
| 11. 家族への暴力・・・・・・・・          | 【 0 1 2 3 】 |
| 12. 乱暴なことを言う・・・・・・・・        | 【 0 1 2 3 】 |
| <hr/>                       |             |
| 13. 考えていることがわからない・・・・・・・・   | 【 0 1 2 3 】 |
| 14. 大声を出す・・・・・・・・           | 【 0 1 2 3 】 |
| 15. 家族の中に話すことができない人がいる・・    | 【 0 1 2 3 】 |
| 16. 食事を一緒にしない・・・・・・・・       | 【 0 1 2 3 】 |
| <hr/>                       |             |
| 17. 部屋に入れさせない・・・・・・・・       | 【 0 1 2 3 】 |
| 18. 人を批判する・・・・・・・・          | 【 0 1 2 3 】 |
| 19. 社会を批判する・・・・・・・・         | 【 0 1 2 3 】 |

●本調査についてお気づきの点がありましたら、自由にお書きください。

質問は以上です。記入漏れがないか、もう一度ご確認ください。  
ご協力いただき誠にありがとうございました。

問い合わせ先

NPO 法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会

〒170-0002 東京都豊島区巣鴨 316-12-301

Tel: 03-5944-5250 Fax: 03-5944-5290

E-mail: [info@khj-h.com](mailto:info@khj-h.com)

Homepage: <http://www.khj-h.com/>