

厚生労働省
令和元年度 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

「地域共生を目指すひきこもりの居場所づくり」の調査研究事業

ひきこもりの居場所に関する実態調査報告書

(設置状況／運営者／利用者／KHJ 支部会員)



特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会

令和2年(2020年)3月

目 次

はじめに	1
------	---

第1部 居場所実態調査

1. 居場所設置状況調査	3
2. 居場所運営者調査	8
3. 居場所利用者（家族）調査	20
4. 居場所利用者（本人）調査	27

第2部 KHJ全国ひきこもり家族会連合会支部調査

1. 家族調査	36
2. 本人調査	67

第3部 全体のまとめ

第4部 自由記述

おわりに	127
------	-----

参考・引用文献	128
---------	-----

資料

図表一覧

第一部 居場所実態調査

・居場所設置状況調査

- 図1－1 ひきこもり支援を行っているか？
- 図1－2 居場所を設置運営しているか？（ひきこもり地域支援センター）
- 図1－3 居場所を設置運営しているか？（自立相談支援窓口）
- 図1－4 居場所の運営方法
- 図1－5 委託理由
- 図1－6 自治体内で居場所が設置されているか？
- 図1－7 自治体内の居場所との連携状況
- 図1－8 居場所を設置する予定があるか？

・居場所運営者調査

- 図1－9 運営開始年数
- 図1－10 居場所の開催頻度
- 図1－11 男女の割合
- 図1－12 居場所の利用料金の有無
- 図1－13 団体施設の状況
- 図1－14 参加人数
- 図1－15 居場所運営の財源
- 図1－16 居場所スタッフの資格
- 図1－17 事業内容
- 図1－18 居場所の参加要件
- 図1－19 年齢制限（上限）
- 図1－20 年齢制限（下限）
- 図1－21 女性への支援
- 図1－22 居場所にルールを設けているか？
- 図1－23 居場所のルール
- 図1－24 居場所の運営において重要にしていること
- 図1－25 複数回参加したのち、突然参加しなくなる人がいた場合の対応
- 図1－26 居場所の有効活動
- 図1－27 諸課題

・居場所利用者（家族）調査

- 図1－28 本人との続柄
- 図1－29 ひきこもり状態の有無
- 図1－30 家族回答者の年齢

- 図 1－3 1 家族回答者の性別
- 表 1－1 家族回答者が住んでいる場所
- 図 1－3 2 居場所に参加した理由（家族）
- 図 1－3 3 居場所利用の満足度（家族）
- 図 1－3 4 居場所に参加してよかった点（家族）
- 図 1－3 5 居場所を選ぶにあたって大切にすること（家族）
- 図 1－3 6 居場所において重要なこと（家族）
- 図 1－3 7 居場所において有効な活動（家族）

・居場所利用者（本人）調査

- 図 1－3 8 ひきこもり状態の有無
- 図 1－3 9 本人回答者の年齢
- 図 1－4 0 本人回答者の性別
- 表 1－2 本人回答者が住んでいる場所
- 図 1－4 1 ひきこもり初発年齢
- 図 1－4 2 居場所に参加した理由（本人）
- 図 1－4 3 居場所利用の満足度（本人）
- 図 1－4 4 居場所に参加してよかった点（本人）
- 図 1－4 5 居場所を選ぶにあたって大切にしていること（本人）
- 図 1－4 6 居場所において重要なこと（本人）
- 図 1－4 7 居場所において有効な活動（本人）

第二部 KHJ 全国ひきこもり家族連合会支部調査

・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
- 図 2－3 ひきこもり初発年齢
- 図 2－4 ひきこもり期間
- 図 2－5 ひきこもりの程度
- 図 2－6 1ヶ月の平均外出日数
- 図 2－7 同別居について
- 図 2－8 別居機関について
- 図 2－9 支援・医療機関の利用状況（本人）
- 図 2－1 0 支援・医療機関の利用の中断（本人）
- 図 2－1 1 支援・医療機関の利用状況（家族）
- 図 2－1 2 支援・医療機関の利用の中断（家族）
- 表 2－1 家族回答者が現在住んでいる都道府県
- 図 2－1 3 家族回答者の続柄

図 2-1 4	家族回答者の年齢
図 2-1 5	ひきこもり本人の性別
図 2-1 6	ひきこもり本人の年齢
図 2-1 7	社会参加に対する困難感
図 2-1 8	昨年の世帯年収
図 2-1 9	家族回答者の教育課程
図 2-2 0	家族会への所属
図 2-2 1	家族回答者の KHJ 家族会所属支部
図 2-2 2	家族会への参加状況
図 2-2 3	家族会への参加回数
図 2-2 4	居場所の運営についての重要度
図 2-2 5	居場所の活動についての有効度
図 2-2 6	家族自身の生活上の悩み
図 2-2 7	家族自身の様子
図 2-2 8	ご本人に大事にしてほしいと思うこと
図 2-2 9	ご本人に最も大事にしてほしいと思うこと (1)
図 2-3 0	「自分らしくあること」を大事にしてほしい程度
図 2-3 1	ご本人に最も大事にしてほしいと思うこと (2)
図 2-3 2	もっとも大事にしてほしいことに対する満足度
図 2-3 3	ご本人に望む将来
図 2-3 4	家族自身の周囲の人々
図 2-3 5	ご本人の生活状況 (1)
図 2-3 6	ご本人の生活状況 (2)
図 2-3 7	ご本人との関わり (1)
図 2-3 8	ご本人との関わり (2)

・ 本人調査

図 2-3 9	現在のひきこもり状態
図 2-4 0	過去のひきこもり状態
図 2-4 1	本人回答者の年齢
図 2-4 2	本人回答者の性別
表 2-2	本人回答者が住んでいる場所
図 2-4 3	ひきこもり初発年齢
図 2-4 4	ひきこもり期間
図 2-4 5	ひきこもりの程度
図 2-4 6	1 ヶ月の平均外出日数
図 2-4 7	支援・医療機関の利用状況
図 2-4 8	支援・医療機関の利用の中断

図 2－4 9	社会参加に対する困難感
図 2－5 0	昨年の世帯年収
図 2－5 1	教育課程
図 2－5 2	家族会への所属
図 2－5 3	家族会所属支部
図 2－5 4	家族会への参加状況
図 2－5 5	家族会への参加回数
図 2－5 6	居場所の運営に関する重要度
図 2－5 7	居場所の活動に関する有効度
図 2－5 8	生活状況
図 2－5 9	周囲の人々
図 2－6 0	生活上の悩み
図 2－6 1	大事にしていること
図 2－6 2	もっとも大事にしていること（1）
図 2－6 3	もっとも大事なことについて（1）
図 2－6 4	もっとも大事なことについて（2）
図 2－6 5	もっとも大事なことについて（3）
図 2－6 6	もっとも大事なことについて（4）
図 2－6 7	その価値を選んだ理由
図 2－6 8	「自分らしくあること」を大事にしたい程度
図 2－6 9	もっとも大事にしたいこと（2）
図 2－7 0	もっとも大事にしたいことに対する満足感
図 2－7 1	あなた自身について
図 2－7 2	生活状況（1）
図 2－7 3	生活状況（2）

第三部 本調査のまとめ

図 3－1	ご本人の平均年齢の推移
図 3－2	ご家族の平均年齢の推移
図 3－3	平均ひきこもり期間の推移
図 3－4	40 歳以上の割合の推移
図 3－5	50 歳以上の割合の推移
図 3－6	ご本人の性別の割合（家族調査）
図 3－7	ご本人の性別の割合（本人調査）
図 3－8	ひきこもり期間（家族調査）
図 3－9	ひきこもり期間（本人調査）
図 3－1 0	自由に外出する（家族調査）
図 3－1 1	自由に外出する（本人調査）

- 図 3－1 2 対人交流が必要な場所に行く（家族調査）
- 図 3－1 3 対人交流が必要な場所に行く（本人調査）
- 図 3－1 4 対人交流が不要な場所に行く（家族調査）
- 図 3－1 5 対人交流が不要な場所に行く（本人調査）
- 図 3－1 6 家庭内では自由に行動（家族調査）
- 図 3－1 7 家庭内では自由に行動（本人調査）
- 図 3－1 8 家庭内で避けている場所あり（家族調査）
- 図 3－1 9 家庭内で避けている場所あり（本人調査）
- 図 3－2 0 自室に閉じこもる（家族調査）
- 図 3－2 1 自室に閉じこもる（本人調査）
- 図 3－2 2 ご本人の支援・医療機関利用の割合（家族調査）
- 図 3－2 3 ご本人の支援・医療機関利用の割合（本人調査）
- 図 3－2 4 ご本人の支援・医療機関利用の中断経験（家族調査）
- 図 3－2 5 ご本人の支援・医療機関利用の割合（本人調査）
- 図 3－2 6 ご本人の社会参加困難感（家族調査）
- 図 3－2 7 ご本人の社会参加困難感（本人調査）
- 図 3－2 8 居場所の運営において大事だと思うこと
- 図 3－2 9 居場所の運営において有効だと思う活動
- 図 3－3 0 人生において大事だと思うこと（本人調査）、大事にしてほしいと思
うこと（家族調査）

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に加えて、ひきこもり地域支援センターと生活困窮者自立支援相談窓口といった行政機関、さらには全国各地の居場所の運営者とその利用者を対象とした調査によって、ひきこもり支援における居場所の実態とその効果を明らかにすることでした。本年度の調査では、ご家族369名、ひきこもり経験者101名、962の行政機関、111カ所の居場所運営者とその利用者207名の協力が得られました。当会では、このような全国規模の調査を17年間に渡って実施しています。

既に周知の通り、ひきこもりは若者の就労問題ではなく、全世代の社会参加の問題となっています。ひきこもり支援においては、就学、就労だけではない、多様な社会参加が認められる地域共生社会の構築が求められており、その拠点となるのが居場所であると考えています。本調査を通して、全国、津々浦々に居場所が生まれることを願っています。

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、そして行政機関、居場所運営者とその利用者の皆様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31年度社会福祉推進事業「地域共生を目指すひきこもりの居場所づくりの調査研究事業」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。

令和2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

第 1 部 居場所実態調査

1. 居場所の設置状況調査

1. 目的

本調査は、全国のひきこもり地域支援センターと自立相談支援窓口における居場所の設置状況を把握することを目的としています。

2. 調査方法

【 調査対象者 】

ひきこもり地域支援センター75カ所、並びに生活困窮者自立相談支援窓口1318カ所を対象に実施し、回答数929カ所（回収率66.7%）から回答が得られました。

【 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）ひきこもり支援対応の有無

（2）ひきこもり支援のための居場所設置状況

【 調査手続き 】

令和元年12月に郵送にて調査用紙を配布し、郵送にて回収しました。また、メール、ファックスで回答の得られたものもありました。

1. ひきこもり支援の有無

回答者 929 名

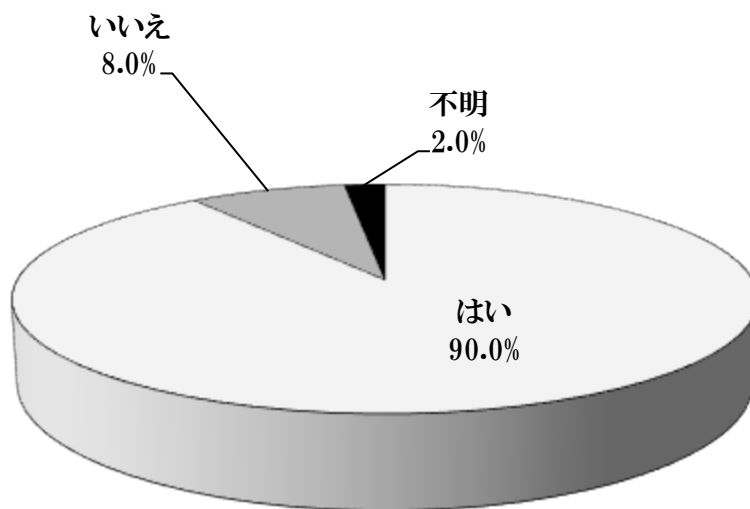


図1-1 ひきこもり支援を行っているか？

ひきこもり支援を行っているかについて尋ねたところ、90.0%は行っていると回答しており、ほぼすべての機関がひきこもり支援を行っている現状が明らかになりました。

2. ひきこもり支援のための居場所の設置状況

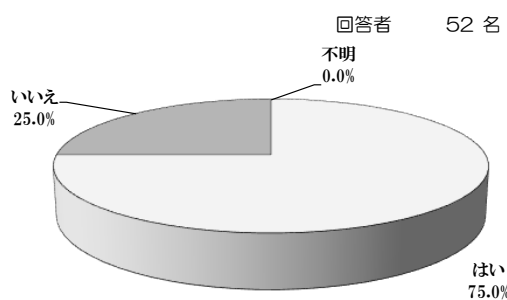


図1-2 居場所を設置運営しているか？
(ひきこもり地域支援センター)

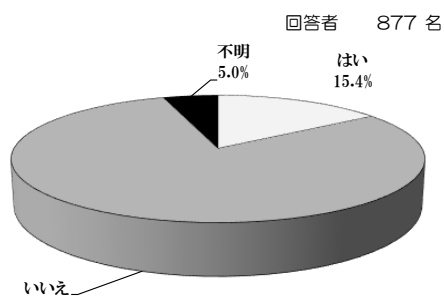
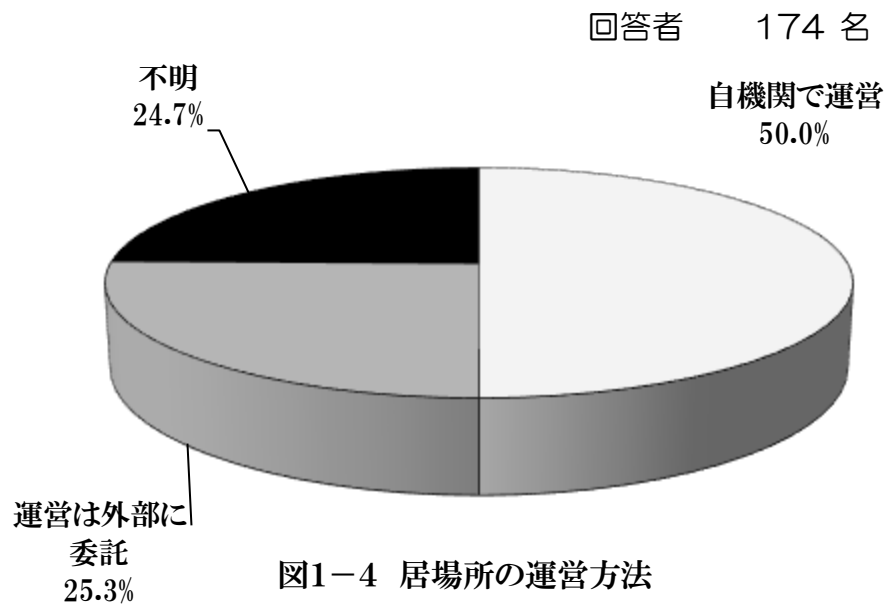
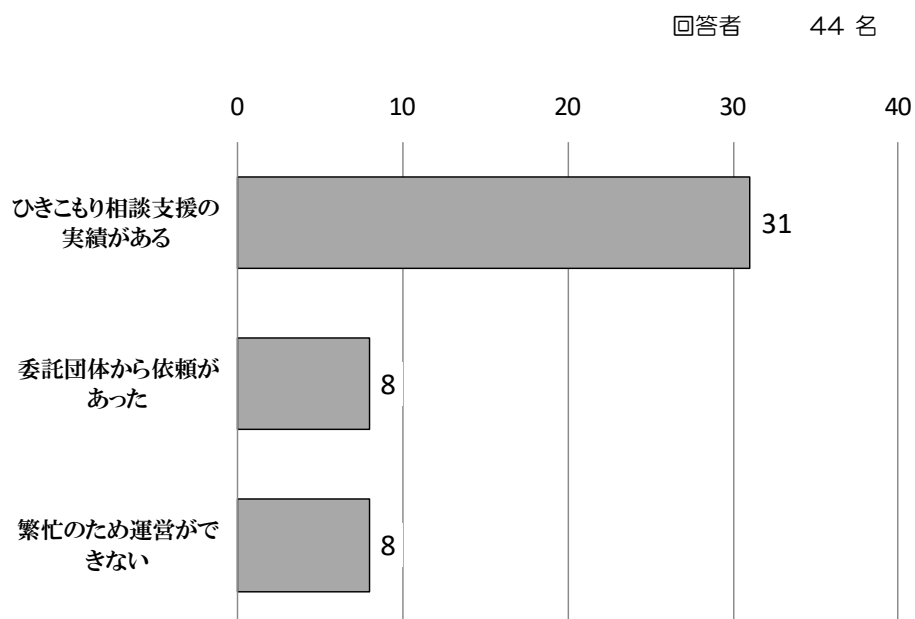


図1-3 居場所を設置運営しているか？
(自立相談支援窓口)

居場所を設置しているかについて尋ねたところ、ひきこもり地域支援センターの75.0%が設置しており、自立相談支援窓口においても15.4%の機関が居場所を設置していることが明らかになりました。



居場所を運営している機関の内、自機関で運営が 50.0%と半数を占めることが分かりました。運営を外部に委託しているのは 4 分の 1 程度にとどまっています。



運営を外部に委託した場合の理由として、最も多かったのがひきこもり相談支援の実績があるという理由でした。委託団体から依頼があった、繁忙のため運営ができないという理由は、同数でした。

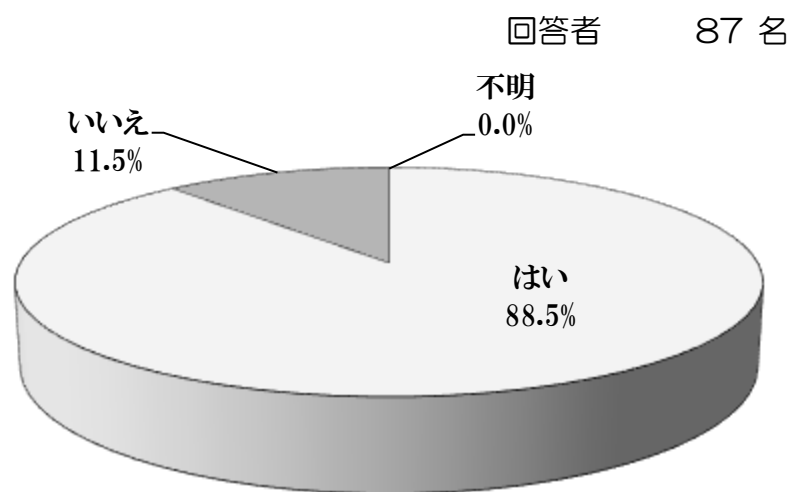


図1-6 自治体内で居場所が設置されているか？

自機関で居場所運営をしている機関の内、自治体内で居場所が設定されているかについては、ほぼすべての自治体が設置されていると回答しています。自治内に居場所があっても、自機関で居場所を設置運営していることが分かります。

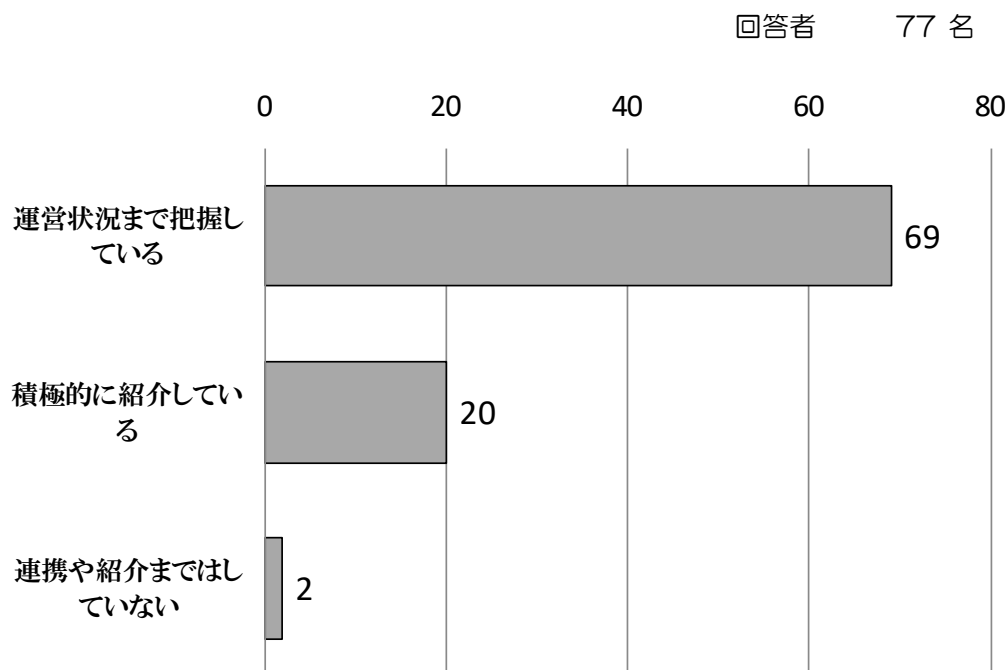


図1-7 自治体内の居場所との連携状況

自治体内で設置されている居場所については、ほとんどの場合、運営状況まで把握しており、情報共有がなされていることが分かります。

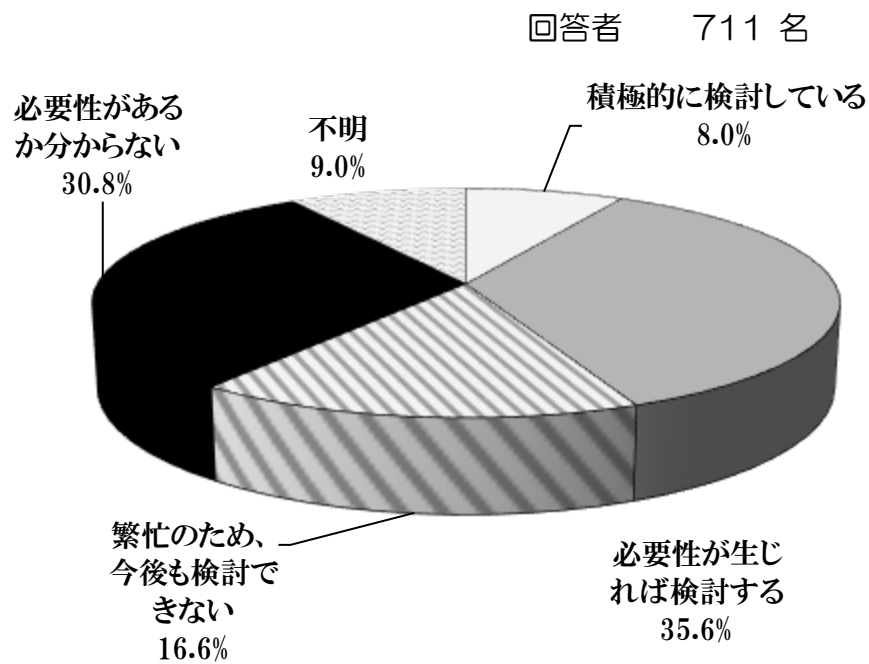


図1-8 居場所を設置する予定があるか？

居場所を設置していない自治体における、今後の設置予定に関しては、必要性が生じれば設置を検討する、必要性があるか分からないという回答が多く認められました。居場所の必要性を理解してもらうことが、設置への取組につながるといえます。

2. 居場所運営者調査

1. 目的

本調査は、ひきこもりを対象とした居場所の運営の実態を把握することを目的としています。

2. 調査方法

【 調査対象者 】

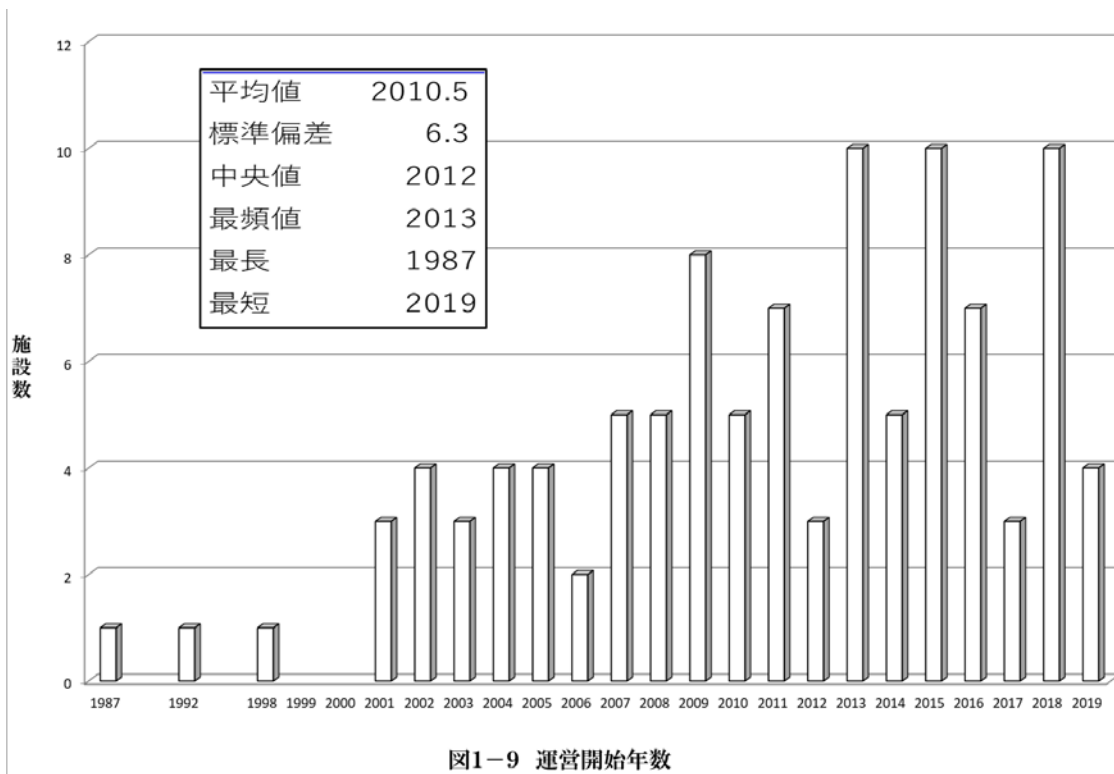
ひきこもり地域支援センターに設置されている居場所 45 カ所、ウェブ調査等によって抽出された 242 カ所を対象に、居場所の運営者を対象に調査（以下、運営者調査）を行ったところ、111 カ所の運営者から回答が得られました（回収率 38.7%）。

【 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。）

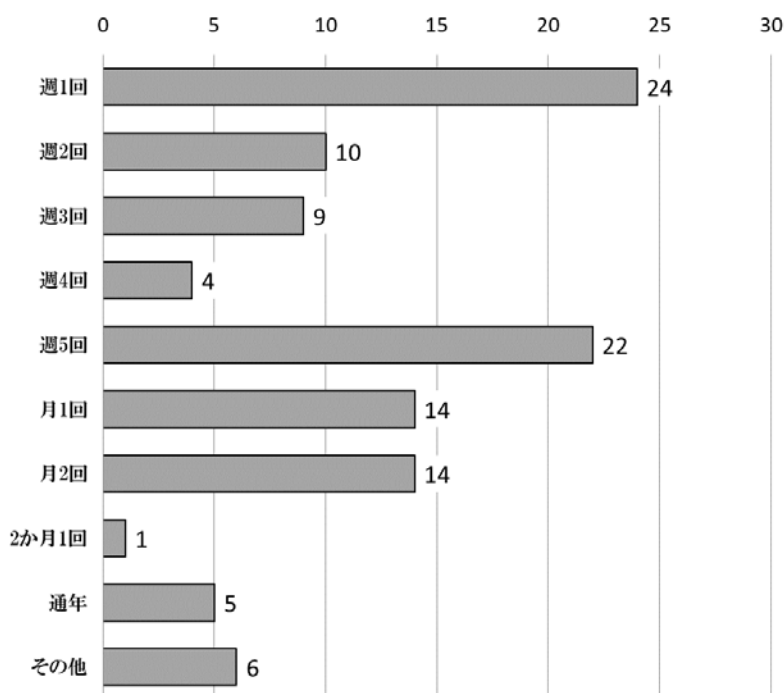
- （1）運営者の基礎情報
- （2）団体施設状況
- （3）居場所の参加人数
- （4）居場所の財源
- （5）居場所のスタッフ
- （6）スタッフの資格
- （7）事業内容
- （8）居場所の参加要件
- （9）居場所参加の年齢制限
- （10）女性のひきこもりへの支援
- （11）居場所のルール
- （12）居場所において重要なこと
- （13）突然参加しなくなった場合の対応
- （14）居場所において有効な活動
- （15）居場所運営上の課題

【 調査手続き 】

調査用紙を郵送し、郵送にて回収しました。



運営開始年数については、平均 2010 年となりましたが、最長が 1987 年から、最短が 2019 年からとなりました。ひきこもりが注目され初めた 2000 年頃から居場所が増えてきている実態が分かります。



居場所の開催頻度に関しては、週一回と週五回が多く、次いで、月 1 回、月 2 月が多いことが分かります。

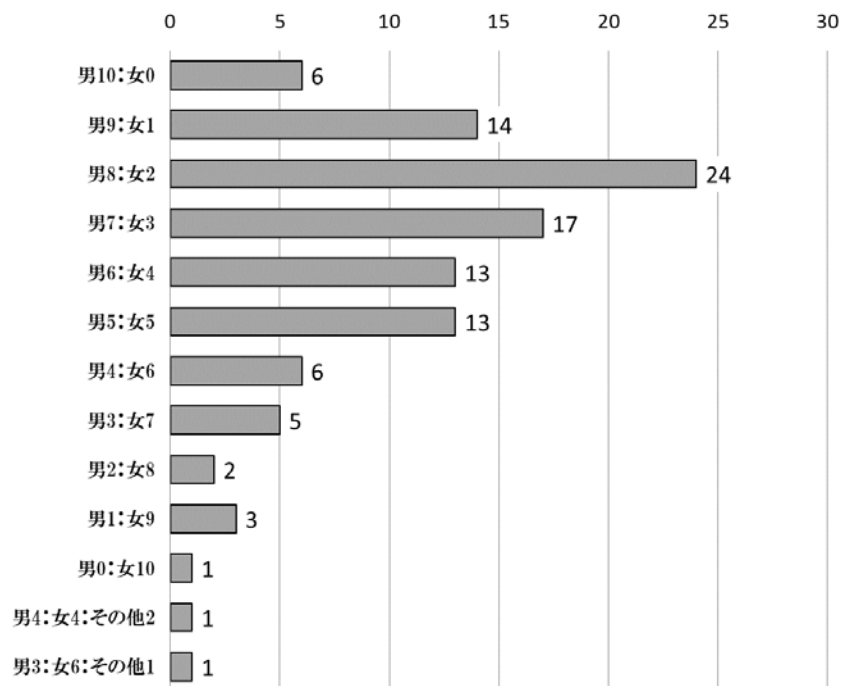


図1-11 男女の割合

利用者の性別の割合については、男性8：女性2が最も多く、男性の割合が多い居場所の多いことが分かります。この割合は、ひきこもり本人の性別の知見とも一致しています。

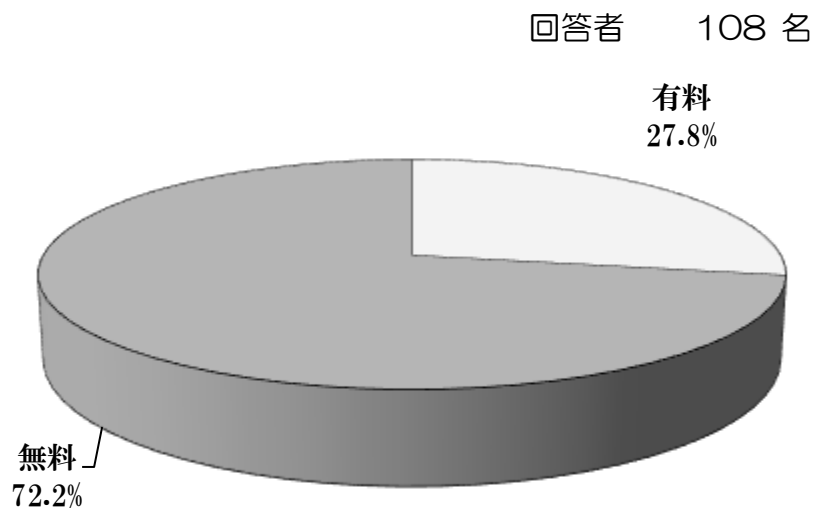


図1-12 居場所の利用料金の有無

居場所の利用料金に関しては、無料が4分の3を占めていることが分かります。有料の場合、年払いの平均3000円、月払いの場合、平均23525円、回払いの場合、平均489円でした。月払いの場合、利用料が高い傾向にあると言えますが、居場所以外の利用料金も含まれているためと推測されます。

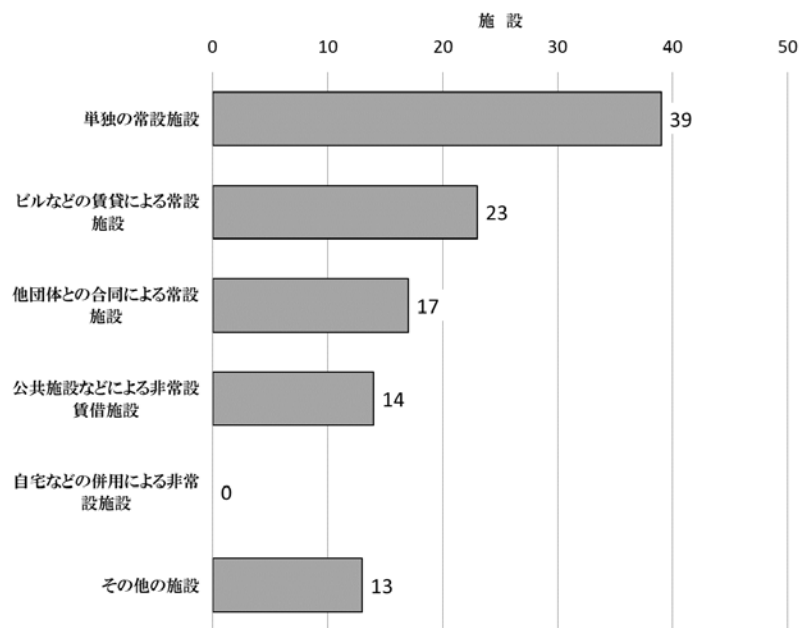


図1-13 団体施設の状況

団体の設置状況に関しては、単独の常設施設が最も多く、次いで、ビル賃貸による常設施設と続いています。このことから、常設施設において居場所が行われている実態が分かります。

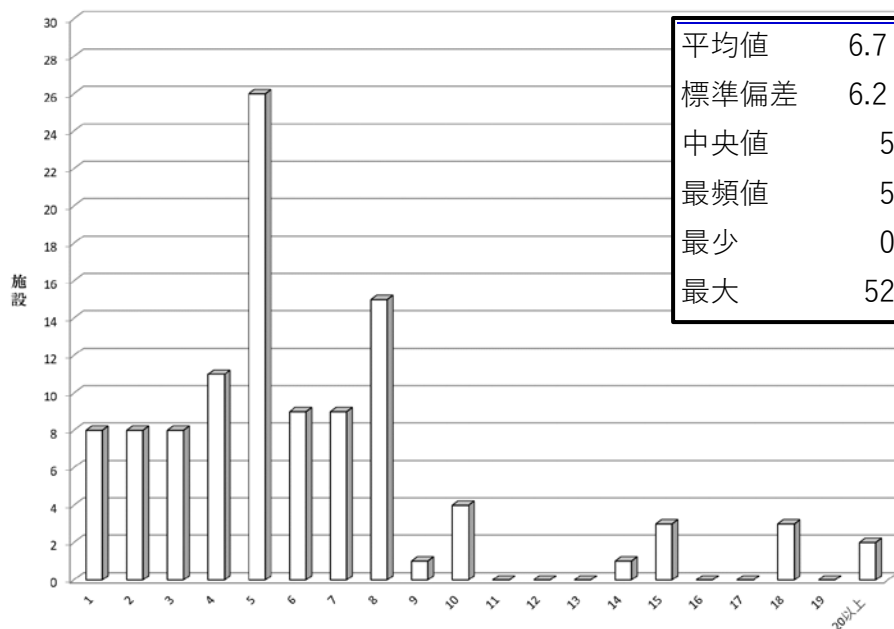


図1-14 参加人数

参加人数に関しては、平均 6.7 人である事が分かりました。最小は一人、最大は 52 名でした。また、分布の偏りを考慮すると、中央値の 5 人が一般的な居場所の規模であると考えられます。

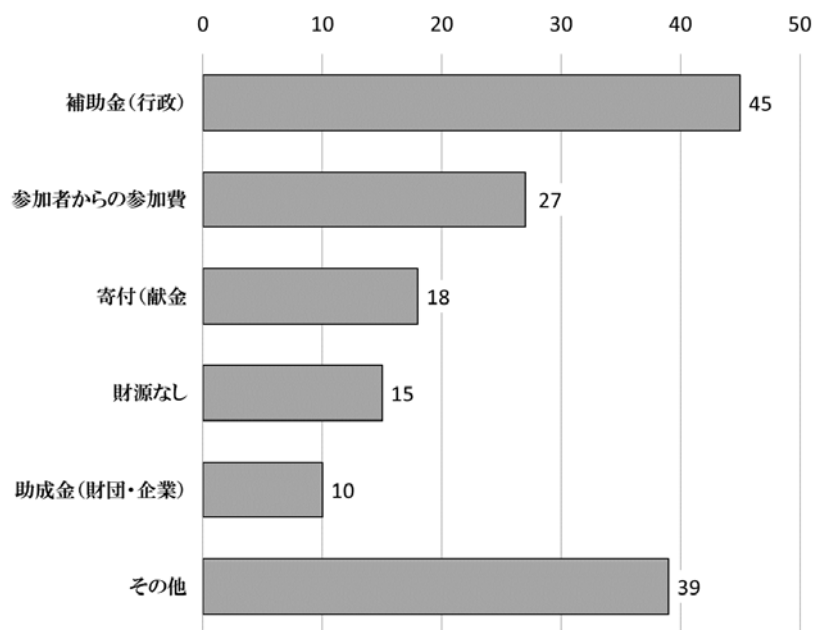


図1-15 居場所運営の財源

居場所の財源としては、行政の補助金が最も多く、次いで、参加者からの参加費が多いことが分かりました。その他には、法人会員会費、募金、販売による売上金、主催団体の本体事業費、フリーマーケット、就労継続支援 B 型、持ち出し、農地産物、イベント出店等、様々な財源を活用していることが分かりました。

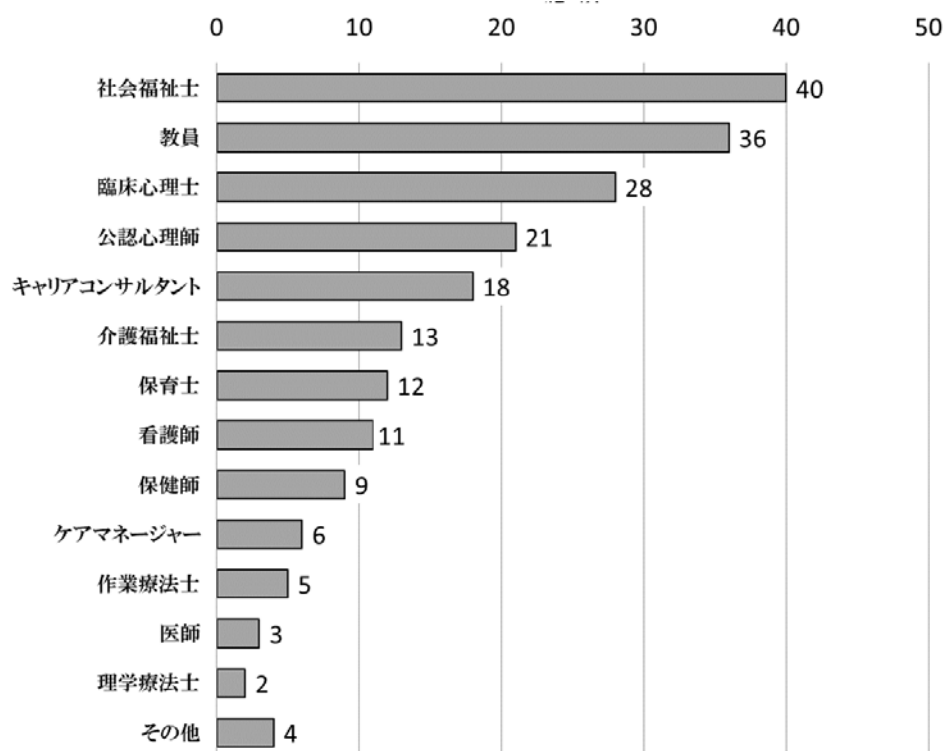


図1-16 居場所スタッフの資格

スタッフの資格としては、社会福祉士が最も多く、次いで教員が多いことが分かります。臨床心理士、公認心理師は心理職資格であり、居場所においては、社会福祉士、教員、心理職（臨床心理士、公認心理師）が主な職種であると言えます。

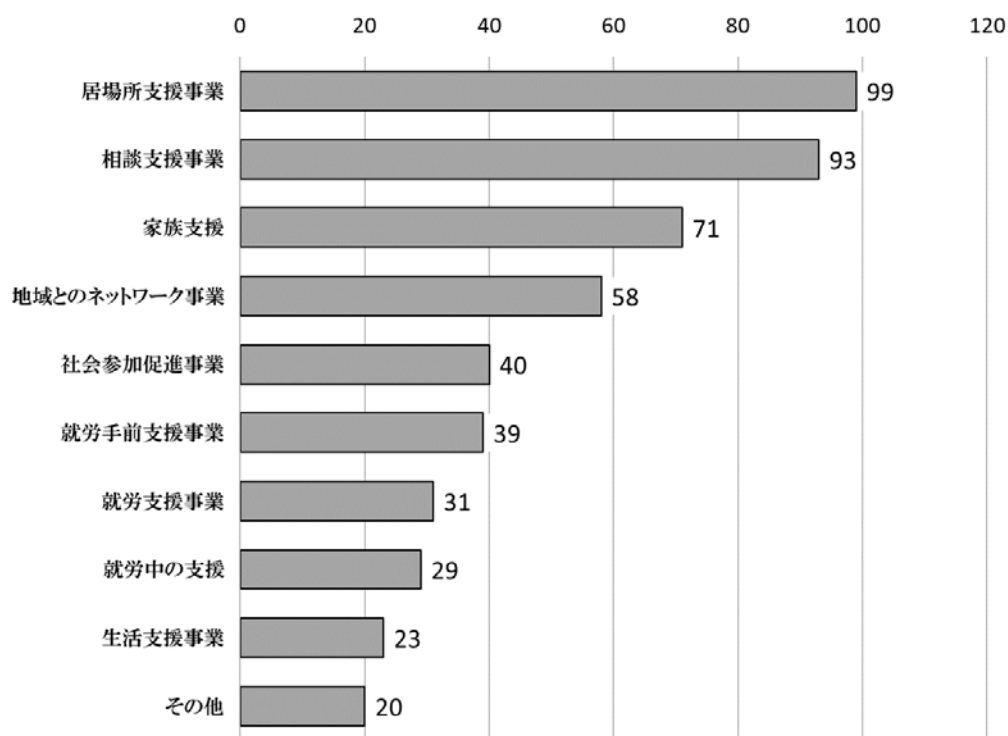


図1-17 事業内容

事業内容としては、居場所が最も多く、電話や電子メール、来談、訪問による相談支援事業多いことが分かります。

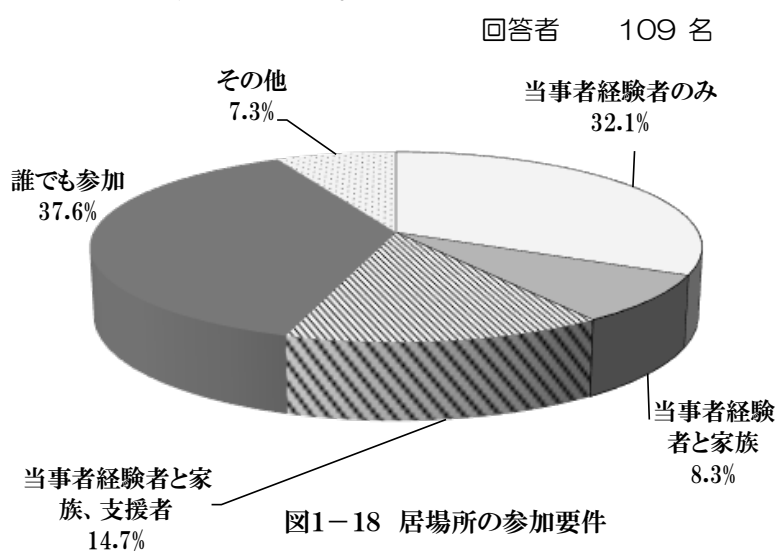


図1-18 居場所の参加要件

居場所の参加条件としては、当事者のみと誰でも参加が多く、両極になっています。

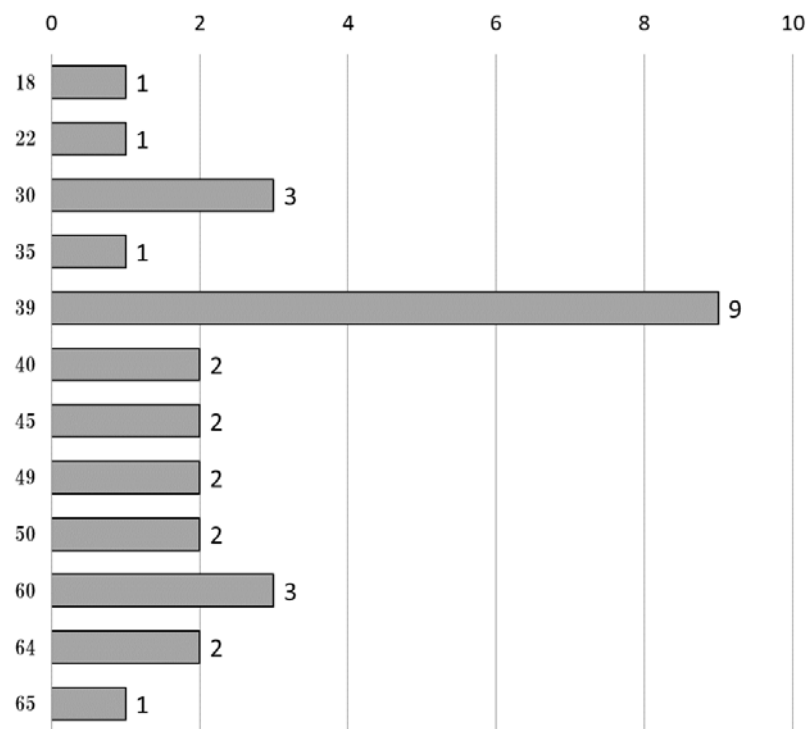


図1-19 年齢制限(上限)

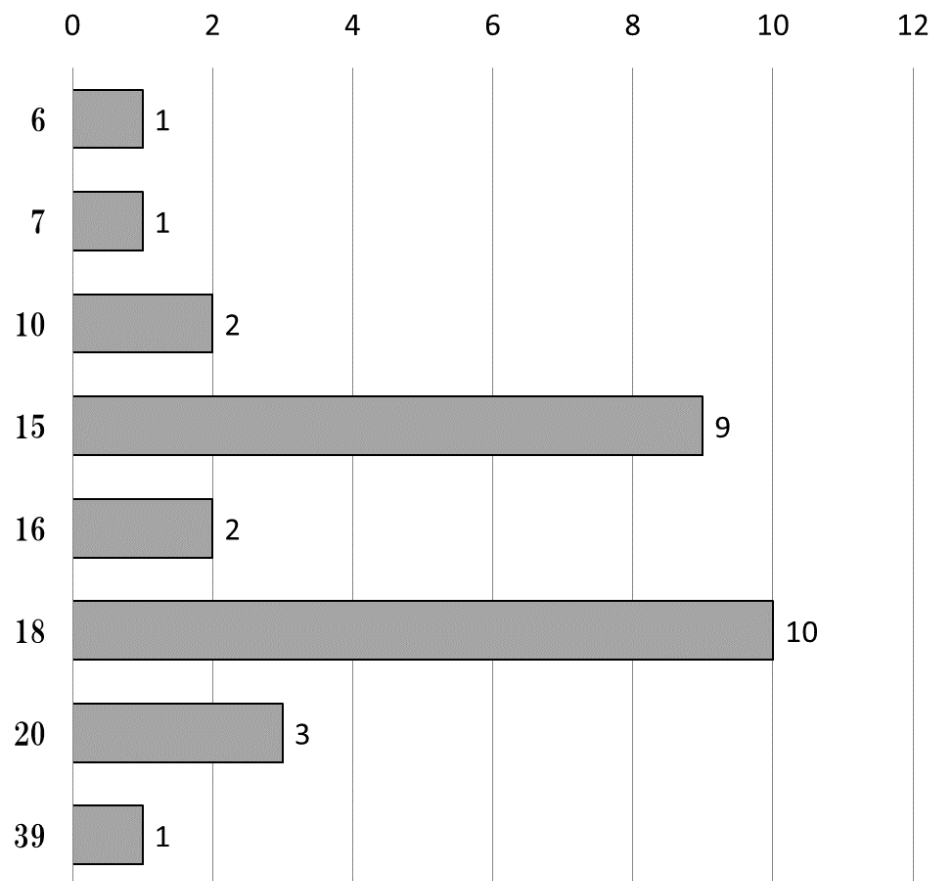
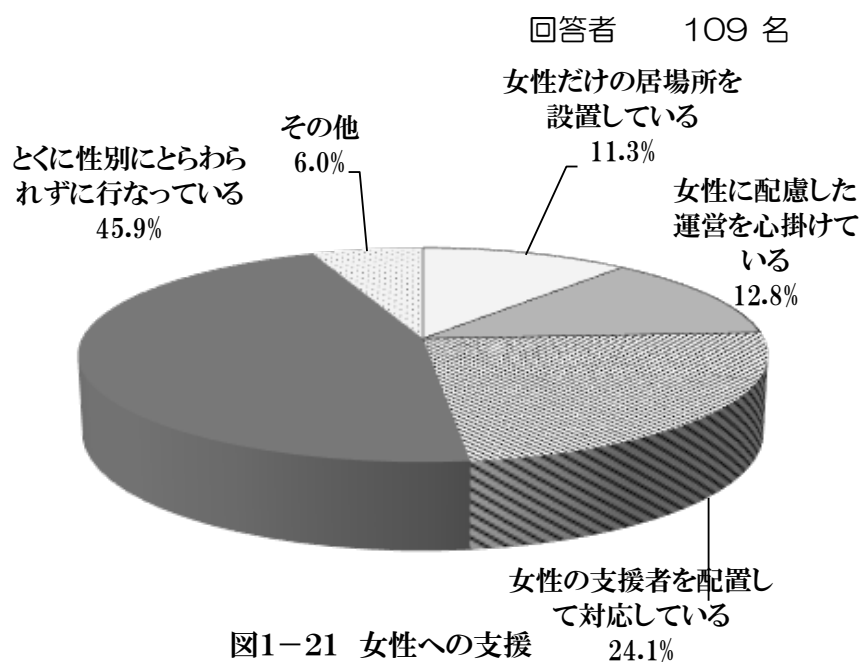
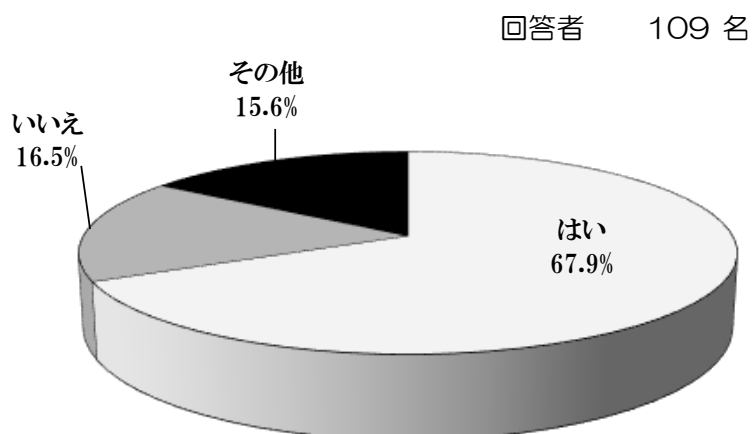


図1-20 年齢制限(下限)

年齢制限に関しては、あると回答した施設が 45 カ所でした。年齢制限の上限に関しては、29 カ所があると回答しており、最も多いのが 39 歳でした。また、年齢制限の下限に関しては、29 カ所があると回答しており、15 歳、18 歳の年齢制限のある施設が多いことが分かりました。年齢制限の下限に関しては、教育機関の卒業年齢であると考えられますが、上限に関しては、子ども・若者育成支援推進法の影響が残っているものと考えられます。



女性への支援については、特に性別にとらわれずに行っている施設は約半数に上りましたが、4 分の 1 の施設においては、支援者を配置して対応していることが示されました。



居場所において、ルールを設けているかについては、約 7 割の施設がルールを設けていると回答している。

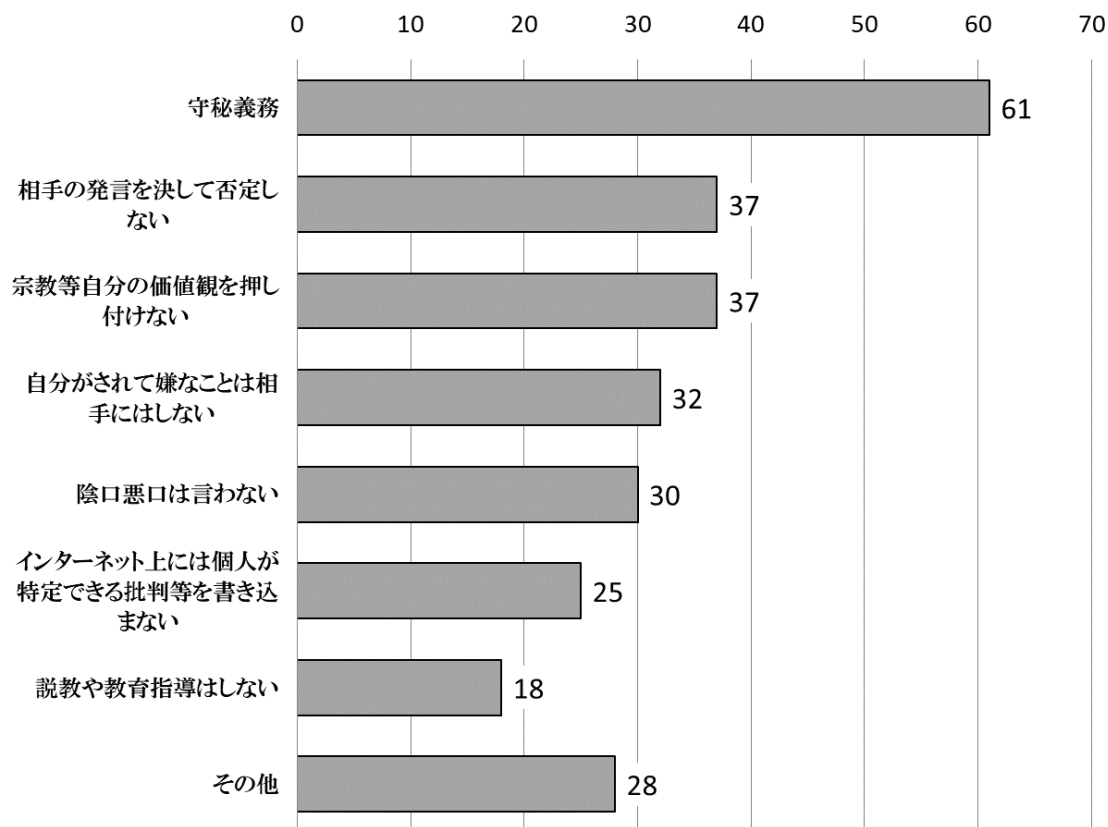


図1-23 居場所のルール

設けている具体的なルールに関しては、守秘義務が主として多いことが分かりました。その他としては、利用者同士の連絡交換をしない、スマホを持ち込まない（預かる）、やるべきことはやる（やらなくても罰則はない）、他人に迷惑をかけない、個人情報自己責任でやる、お金の貸し借り、暴力等は使わない、自己責任（貴重品・持ち物の紛失、器具類の破損、けがや事故）、暴言暴力等迷惑行為の場合に利用中止、グループの運営に大きな支障をきたす言動を行った場合には退会してもらうことがある、セールスや宗教に関する勧誘の禁止、他の参加者に迷惑をかけないよう気を付ける、メンバー登録をする、万一ルールを守れない場合メンバー登録抹消することができる、話したくないときや答えたくないときはその旨を伝えてよい、敷地内禁煙、自分のスリッパ・コップ持参、掃除当番を設ける、などがありました。

ルールがない場合においても、明文化されたルールはないが、相談員との個別面接がセットになっている参加者が多いため、個別に対応しているという回答がありました。

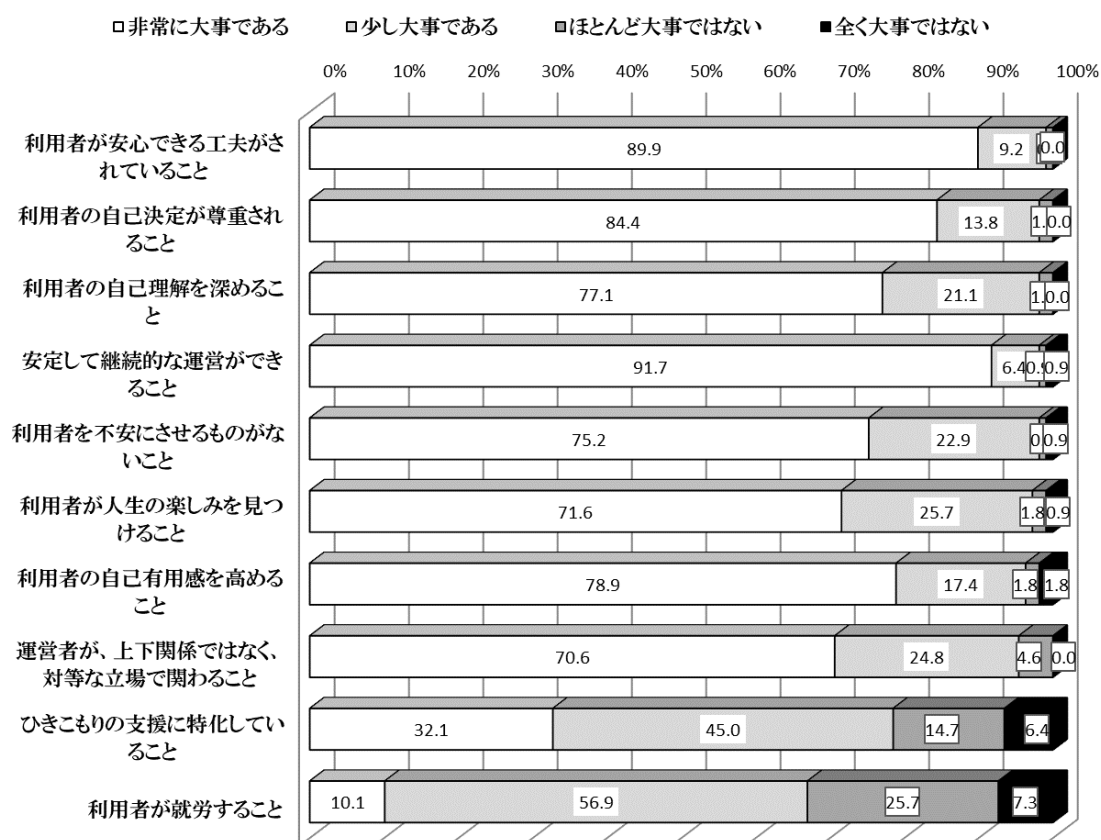


図1-24 居場所の運営において重要にしていること

運営において重要だと思うものに関しては、利用者が安心できる工夫がされていること、利用者の自己決定が尊重されていることが挙げられていますが、非常に大事であるに限定すると、安定して継続的な運営ができることが最も重視されていることが分かります。一方で、ひきこもり支援に特化していること、利用者が就労することは重視されていないと言えます。

回答者 109 名

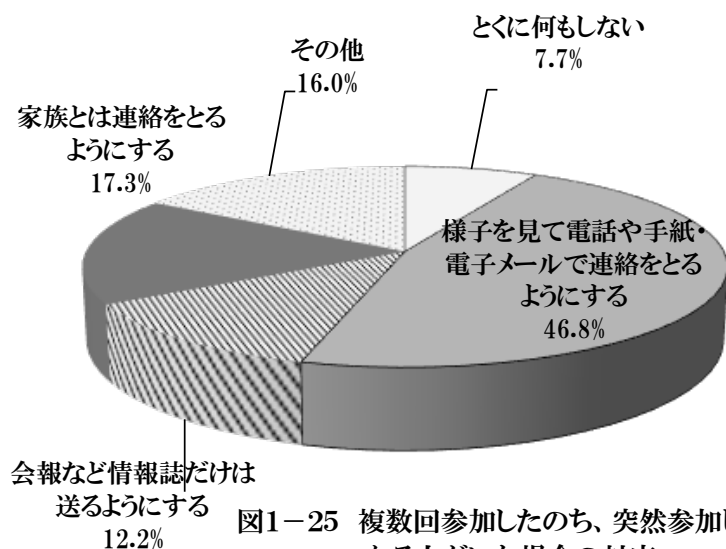


図1-25 複数回参加したのち、突然参加しなくなる人がいた場合の対応

突然参加しなくなる人がいた場合の対応については、様子を見て連絡を取るようにするが約半数を占め、繋がりを保つ努力をされていることが分かります。

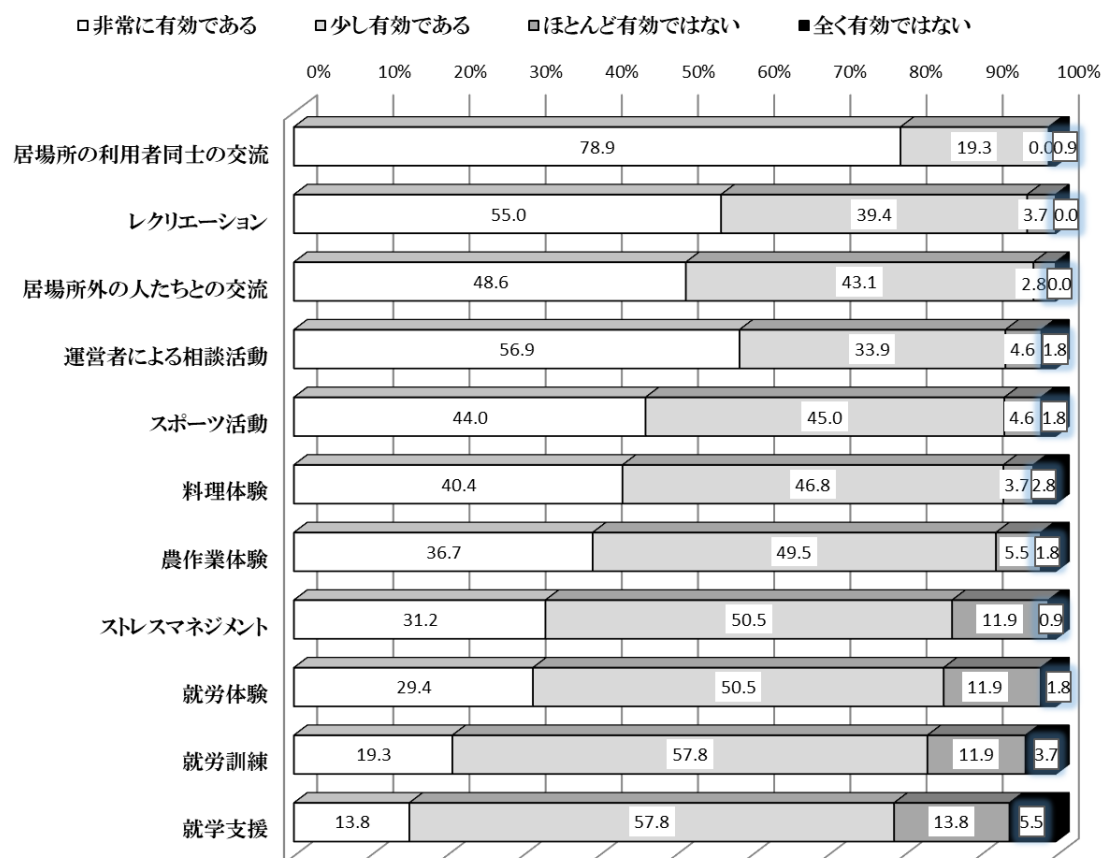


図1-26 居場所では有効な活動

居場所における有効な活動に関しては、利用者同士の交流が最も効果的であるとされていることが分かります。非常に有効であるに限定すると、レクリエーション、運営者による相談活動の有効性も高いことが示されています。

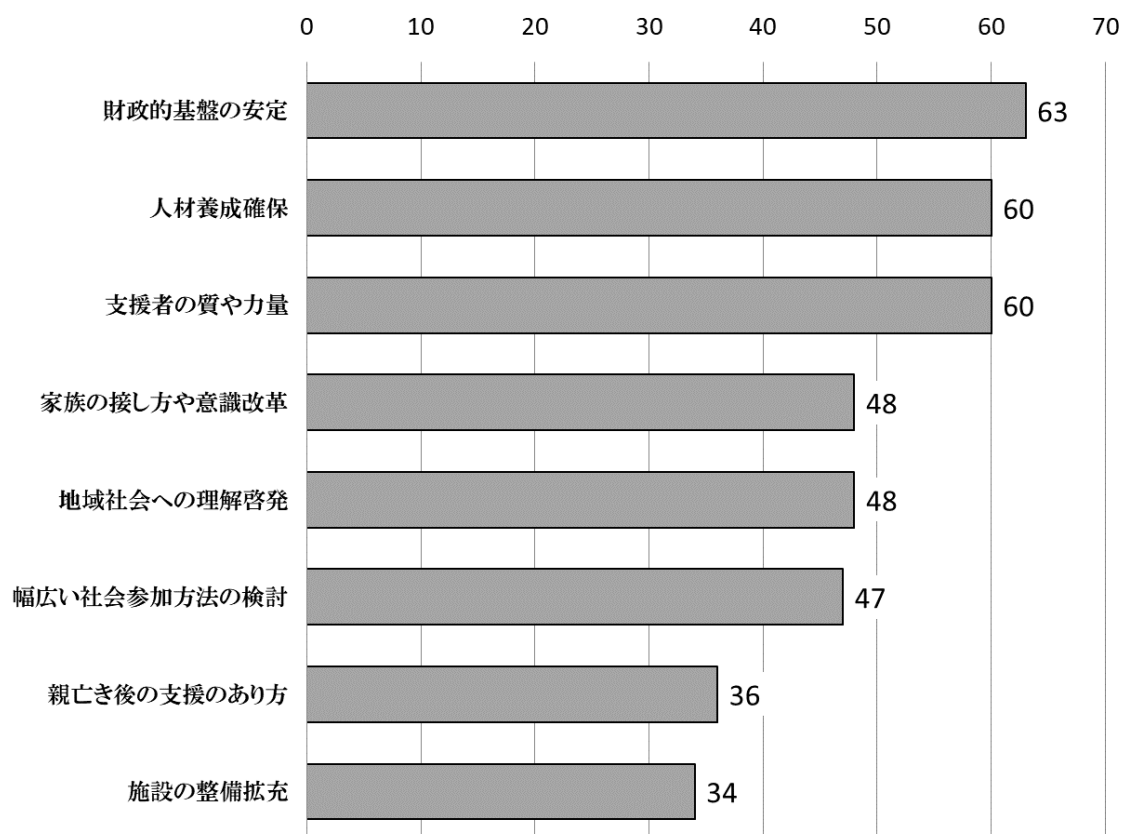


図1-27 居場所運営上の課題

今後の課題に関しては、財政的基盤の安定、人材養成確保、支援者の質や力量が多くの施設において課題となっていることが示されました。

3. 居場所利用者（家族）調査

1. 目的

本調査は、居場所を利用した効果等について明らかにすることを目的としています。

2. 調査方法

【 調査対象者 】

ひきこもり地域支援センターに設置されている居場所 45 カ所、ウェブ調査等によって抽出された 242 カ所を利用している家族を対象に調査を行ったところ 51 名の家族から回答が得られました。

【 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) ひきこもり本人との続柄
- (2) 現在のひきこもり状態の有無
- (3) 年齢
- (4) 性別
- (5) 現在住んでいる都道府県
- (6) ひきこもりの期間
- (7) 居場所に参加した回数
- (8) 居場所に参加した理由
- (9) 居場所を利用した満足度
- (10) 居場所を利用して満足した点
- (11) 居場所を選ぶにあたって大切にしたい点
- (12) 居場所において重要だと思うこと
- (13) 居場所において有効だと思う活動

【 調査手続き 】

調査用紙を郵送し、郵送にて回収しました。

回答者 51 名

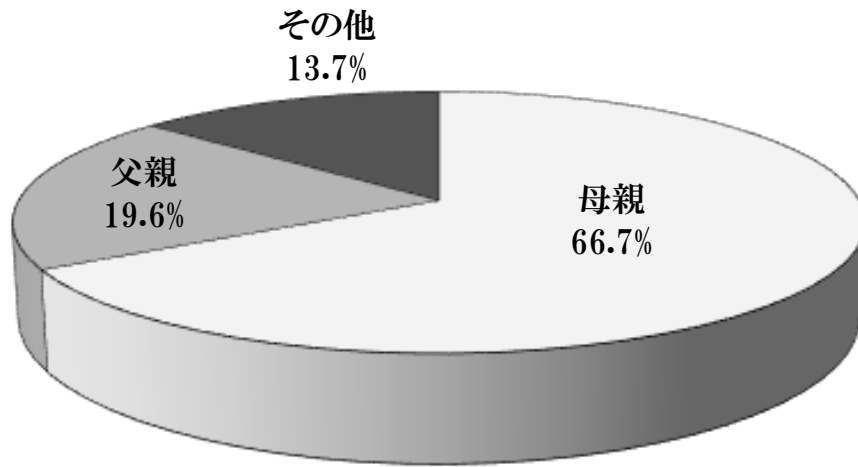


図1-28 本人との続柄

家族回答者の本人との続柄に関しては、66.7%が母親であり、大半を占めていました。

回答者 51 名

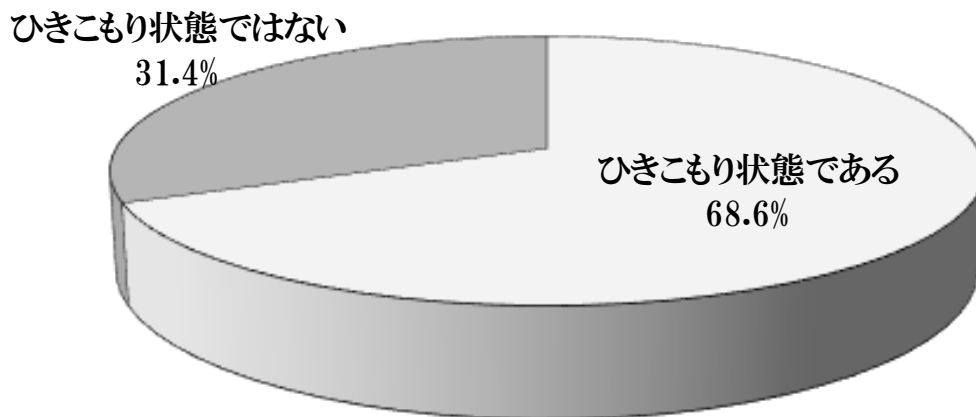


図1-29 ひきこもり状態の有無(現在)

本人の現在のひきこもりの有無を尋ねたところ、ひきこもり状態であるが68.6%でした。現在ひきこもり状態ではなくても、居場所を利用している人が3分の1程度いることが分かります。

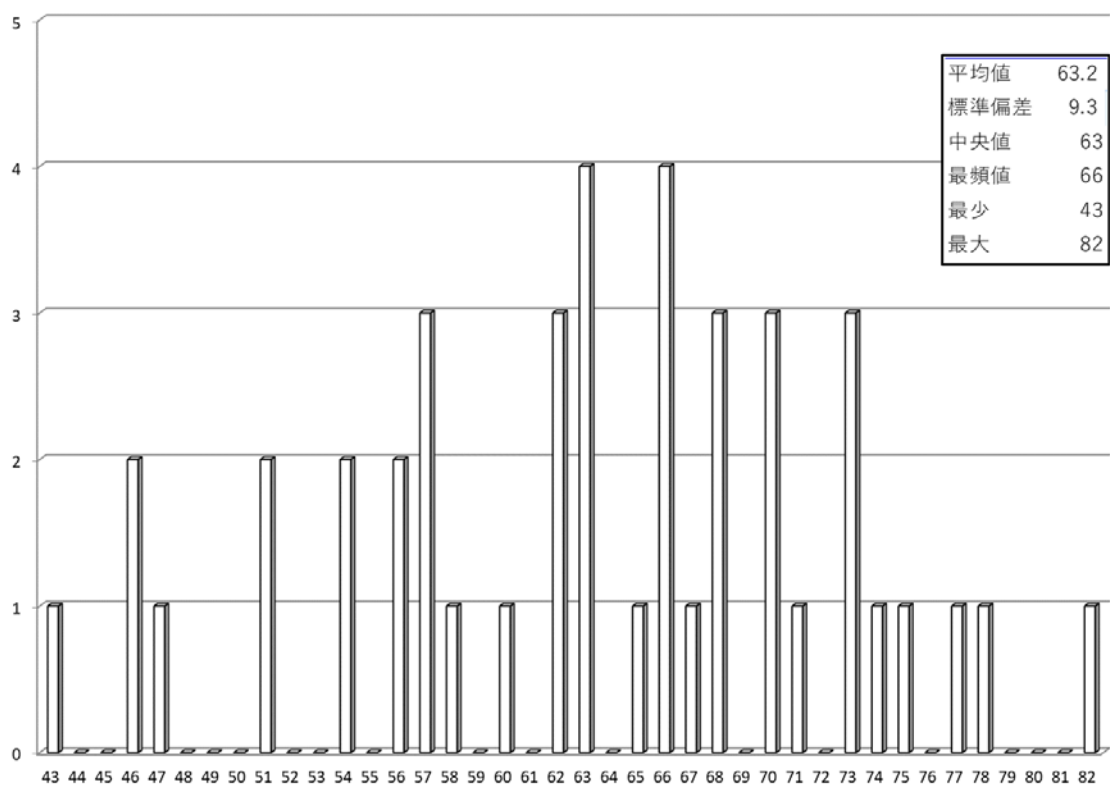


図1-30 家族回答者の年齢

居場所を家族の立場で利用している方の平均年齢は、63.2 歳でした。最小が43 歳、最大が 82 歳となっており、居場所利用者の高年齢化も進んでいる実態が伺えます。

回答者 51 名

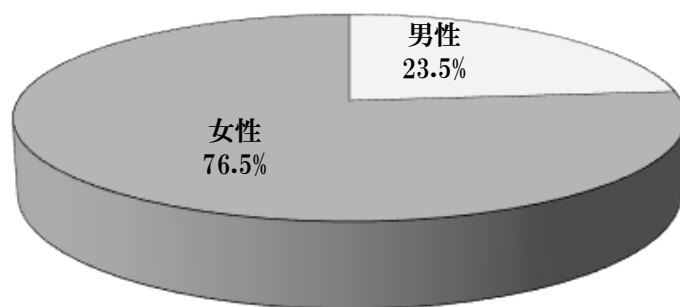


図1-31 家族の性別

居場所を家族の立場で利用している人の性別は、8 割が女性でした。この傾向は、KHJ 全国ひきこもり家族会連合会の支部調査と同様です。

表 1 - 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	2	近畿地方	大阪府	1
東北地方	秋田県	10		兵庫県	2
関東地方	栃木県	1		奈良県	1
	埼玉県	2		和歌山県	3
中部地方	新潟県	2	中国地方	島根県	1
	愛知県	7		岡山県	3
	岐阜県	2	四国地方	香川県	3
			九州地方	福岡県	2
				長崎県	8
				熊本県	1
			合計		51

回答者の居住地に関しては、秋田、愛知、長崎が多く、こうした県で活発に居場所活動が行われていると考えられます。

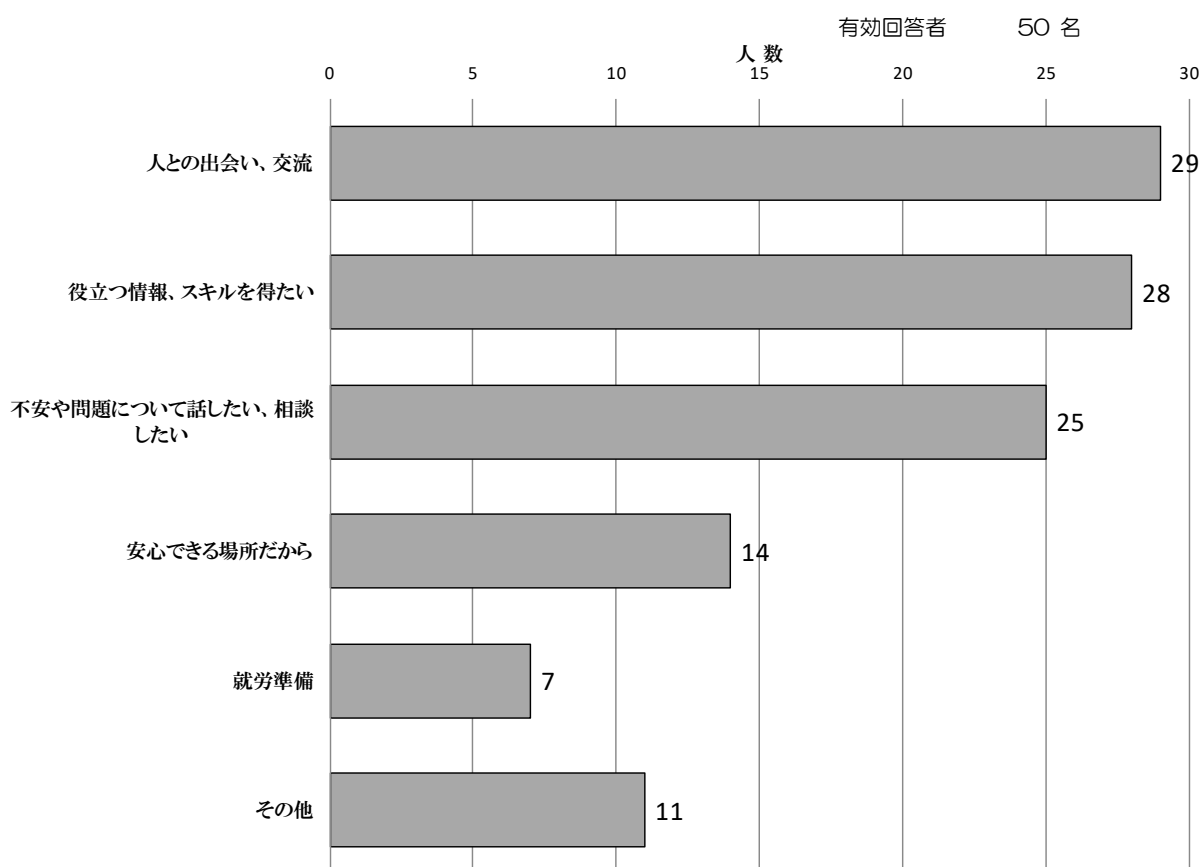


図1-32 居場所に参加した理由(家族)

居場所に参加した理由に関しては、「人との出会い、交流」、「役立つ情報、スキルを得たい」、「不安や問題について話したい、相談したい」が主な理由である事が明らかになりました。

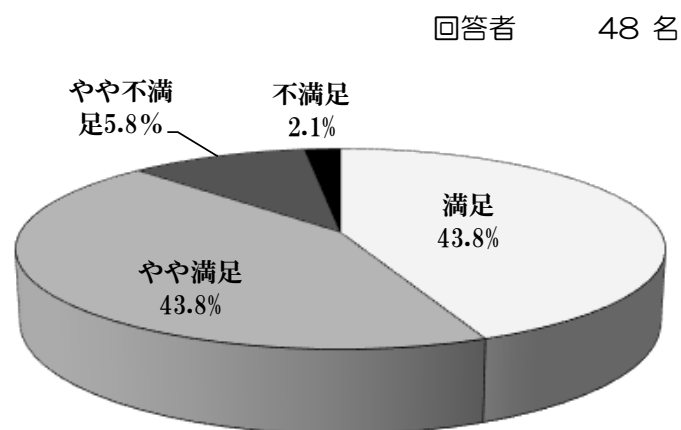


図1-33 居場所利用の満足度(家族)

居場所を利用した満足度に関しては、87.6%の人達が満足していることが分かりました。

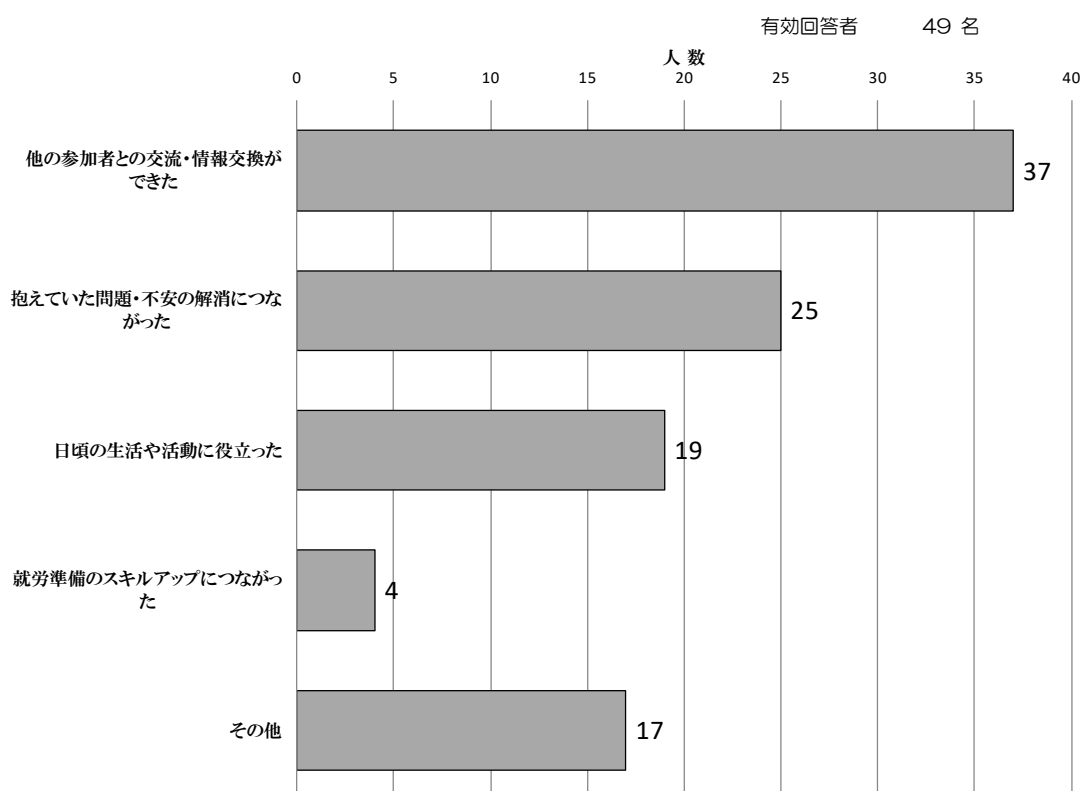


図1-36 居場所に参加してよかった点(家族)

居場所を利用して良かった点に関しては、「他の参加者と交流・情報交換ができた」が最も多いことが示されました。

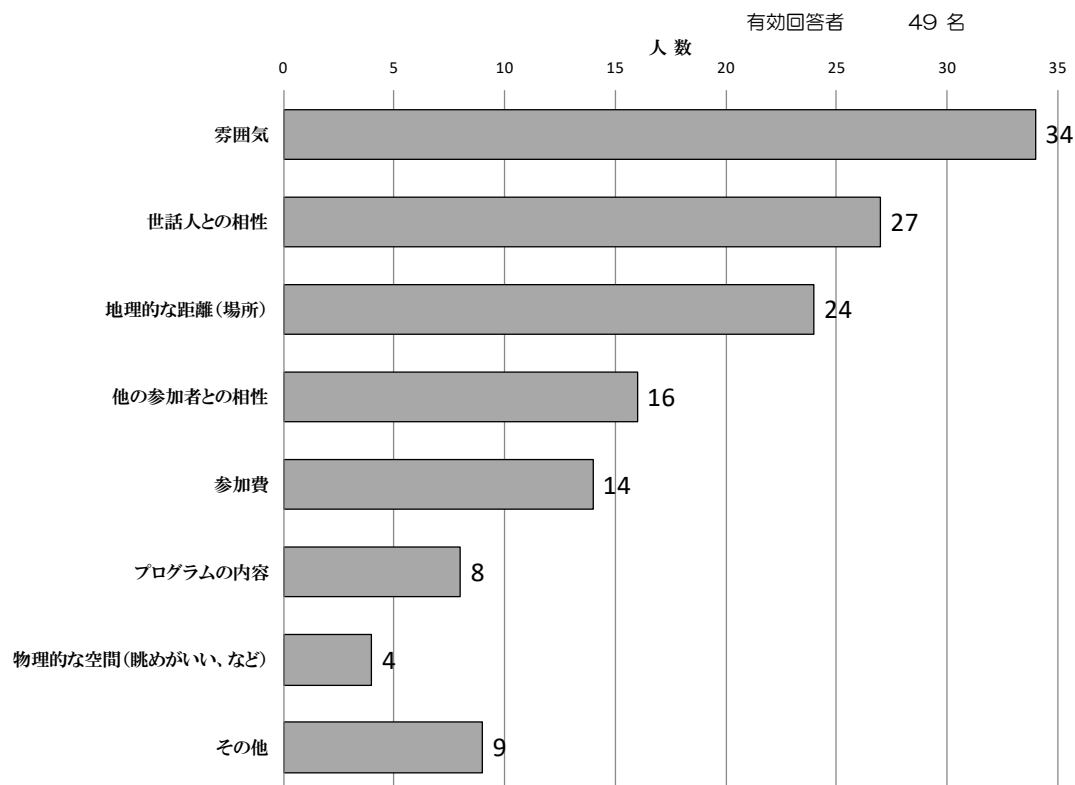


図1-35 居場所を選ぶにあたって大切にすること(家族)

居場所を選ぶにあたって大切にしたことについては、「雰囲気」を大切にしている人が最も多く、次いで「世話人との相性」、「地理的な距離（場所）」を大切にしている人が多いことが明らかになりました。

居場所にとって重要なことに関しては、安定し継続的な運営ができること、利用者を不安にさせるものがないこと、安心して利用できる工夫がされていることが重視されていることが分かります。

家族が居場所では有効と考えている活動に関しては、利用者同士の交流、運営者による相談活動が高い効果が感じられている一方で、就労支援、スポーツ活動などはあまり効果が実感できていない現状が明らかにされました。

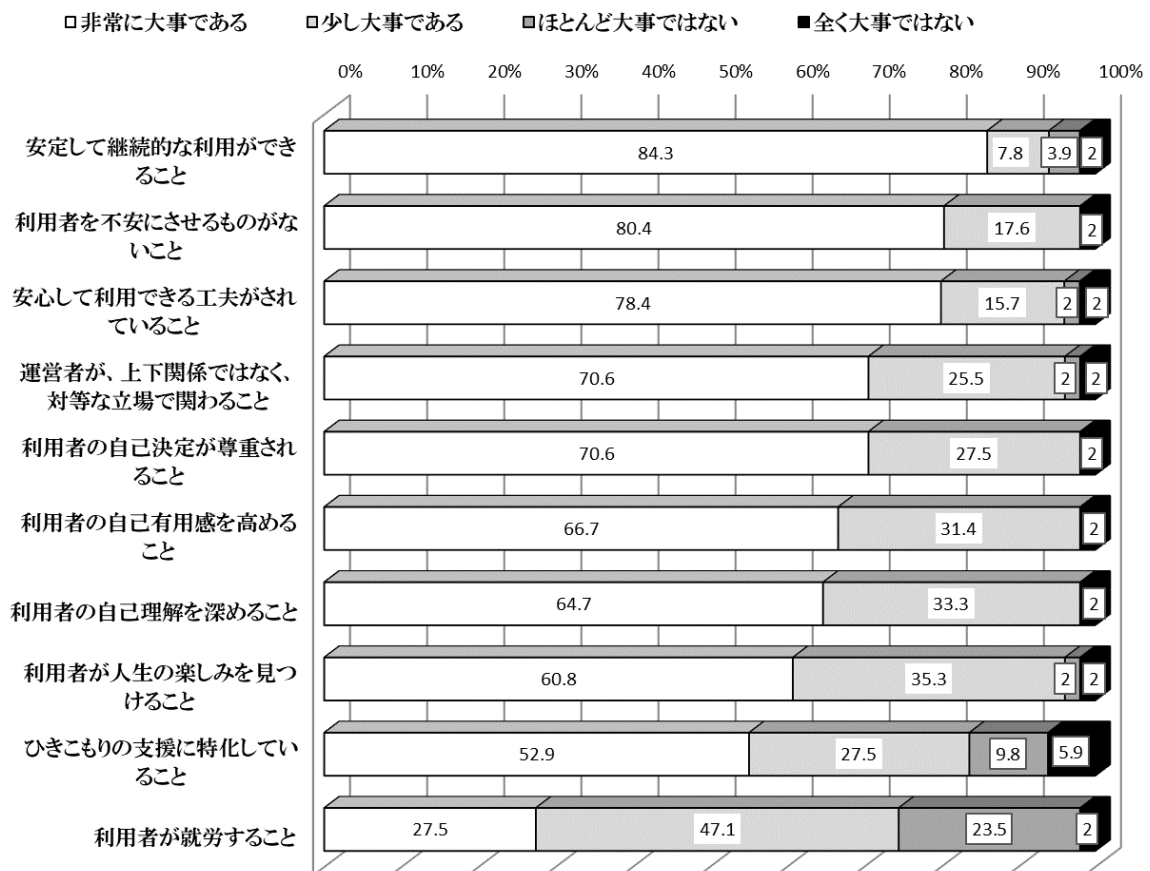


図1-36 居場所によって重要なこと(家族)

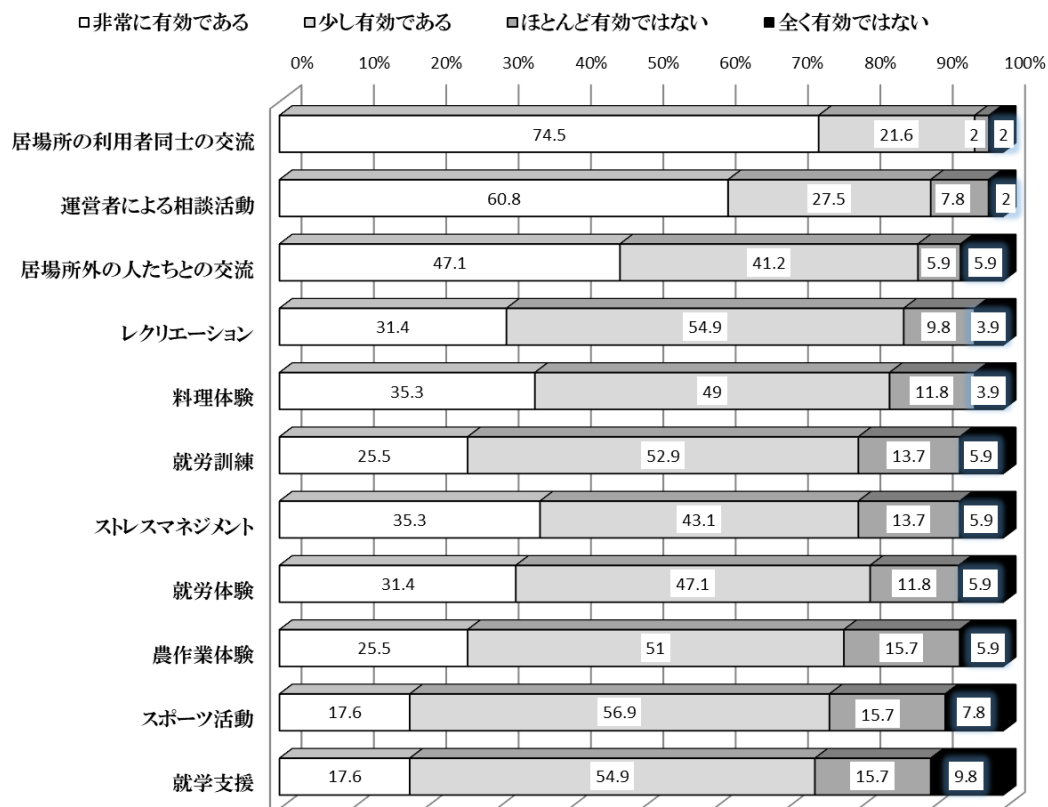


図1-37 居場所において有効な活動(家族)

4. 居場所利用者（本人）調査

1. 目的

本調査は、居場所を利用した効果等について明らかにすることを目的としています。

2. 調査方法

【 調査対象者 】

ひきこもり地域支援センターに設置されている居場所 45 カ所、ウェブ調査等によって抽出された 242 カ所を利用している家族を対象に調査を行ったところ 207 名のひきこもり経験者から回答が得られました。

【 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) ひきこもり本人との続柄
- (2) 現在のひきこもり状態の有無
- (3) 年齢
- (4) 性別
- (5) 現在住んでいる都道府県
- (6) ひきこもりの期間
- (7) 居場所に参加した回数
- (8) 居場所に参加した理由
- (9) 居場所を利用した満足度
- (10) 居場所を利用して満足した点
- (11) 居場所を選ぶにあたって大切にしたい点
- (12) 居場所において重要だと思うこと
- (13) 居場所において有効だと思う活動

【 調査手続き 】

調査用紙を郵送し、郵送にて回収しました。

回答者 207 名

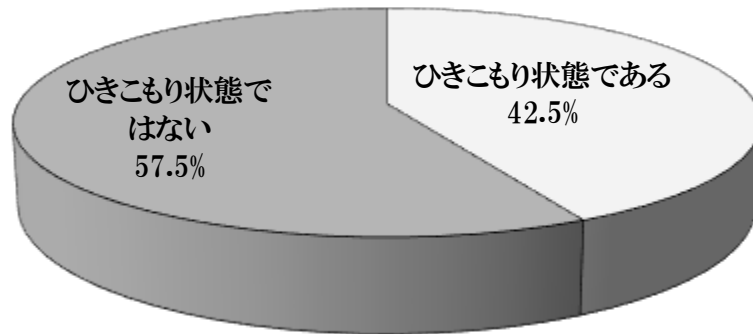


図1-38 ひきこもり状態の有無(現在)

居場所の利用者の内、42.5%は現在ひきこもり状態ではない人が含まれていました。ひきこもりから回復した人達も、居場所を利用しているものと考えられます。

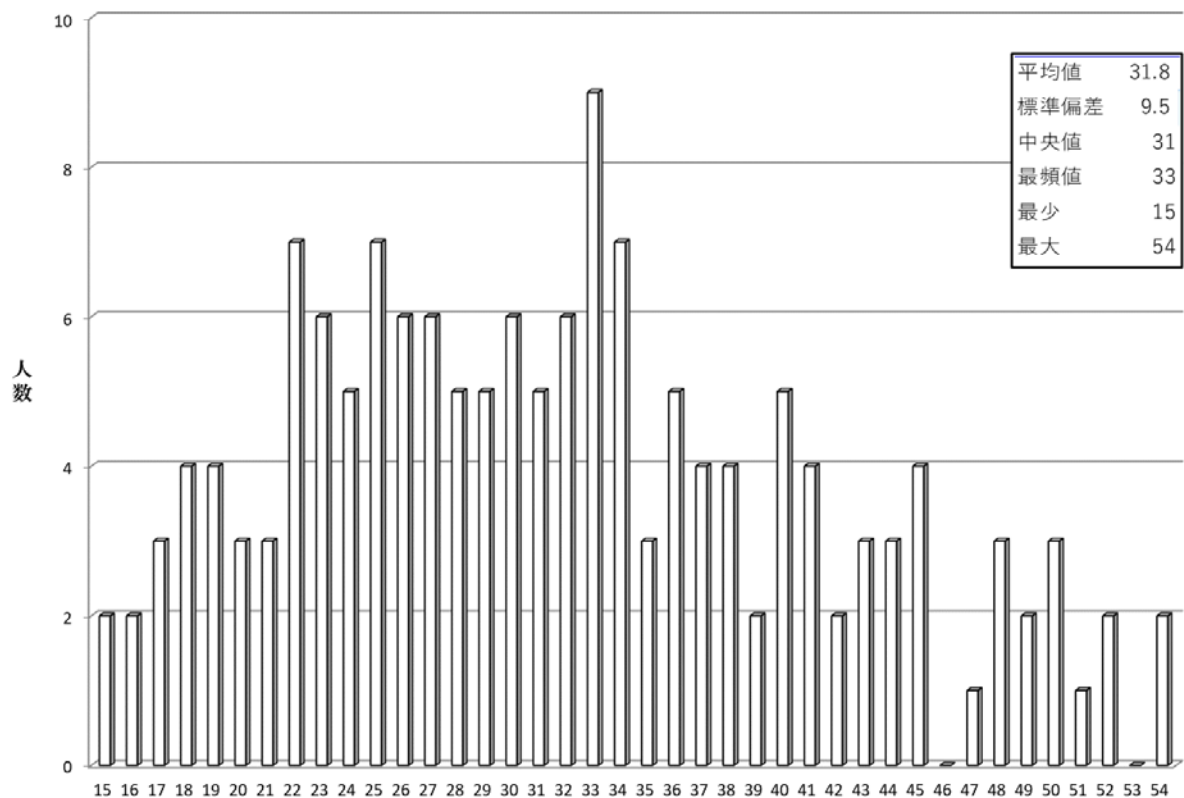


図1-39 本人回答者の年齢

居場所を利用しているひきこもり経験者の平均年齢は、31.8 歳、最年長 54 歳、最年少 15 歳でした。

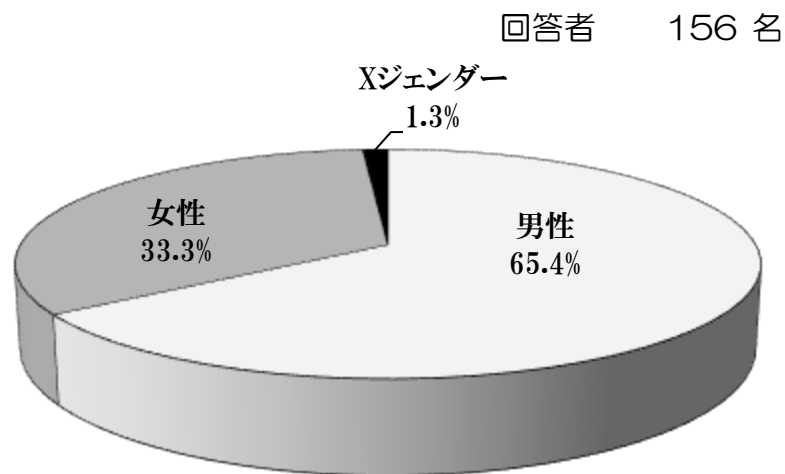


図1-40 本人回答者の性別

性別については、男性が 65.4%、女性が 33.3%、X ジェンダーが 1.3%となりました。

表 1 - 2 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	北海道	2	近畿地方	三重県	2
	岩手県	1		京都府	3
東北地方	宮城県	2		大阪府	3
	秋田県	6		兵庫県	4
	山形県	7		奈良県	4
	福島県	9		和歌山県	5
関東地方	栃木県	2	中国地方	島根県	3
	埼玉県	3		岡山県	1
	千葉県	1		広島県	1
	東京都	1		山口県	7
	神奈川県	1	四国地方	香川県	3
	新潟県	15		徳島県	2
中部地方	富山県	6		高知県	1
	石川県	2	九州地方	福岡県	7
	福井県	3		長崎県	2
	静岡県	4		熊本県	8
	愛知県	28		宮崎県	1
	岐阜県	2		鹿児島県	4
			合計		156

居住地に関しては、新潟、愛知の回答者が多く、こうした地域での居場所活動が活発である様子がうかがえます。

有効回答者 183 名

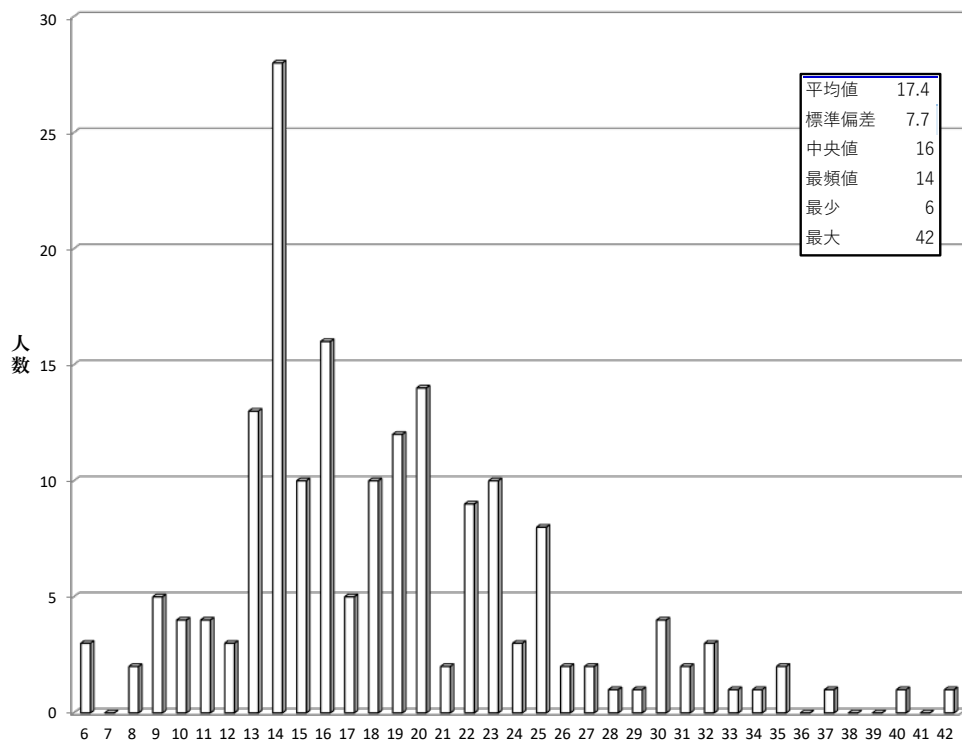


図1-41 ひきこもり初発年齢

居場所利用者のひきこもりの初発年齢に関しては、平均が 17.4 歳、最年長が 42 歳、最年少が 6 歳となっています。13 歳から急増し、30 代前半までに集中していると言えます。

有効回答者 156 名

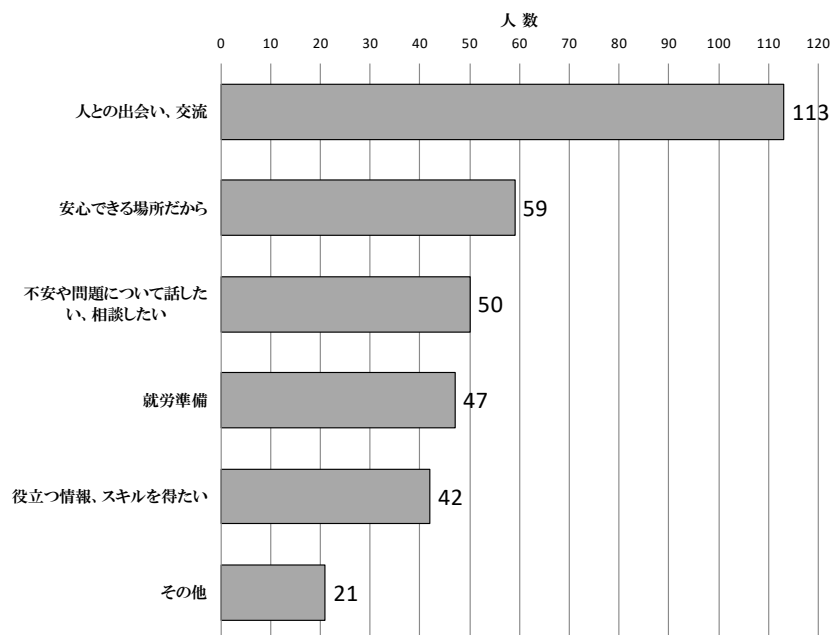


図1-42 居場所に参加した理由(本人)

居場所に参加した理由に関しては、「人との出会い、交流」が突出して多いことが分かります。この傾向は、家族が「人との出会い、交流」について、「役立つ情報、スキルを得たい」、「不安や問題について話したい、相談したい」といった理由を挙げていた点とは異なる傾向であると言えます。

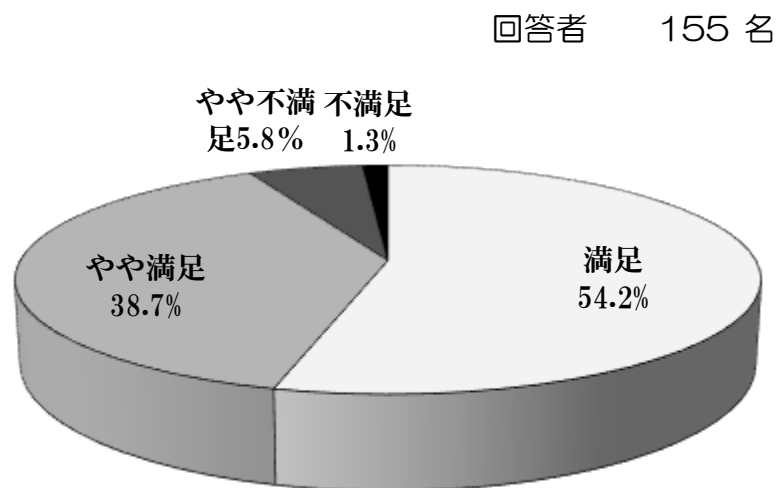


図1-43 居場所利用の満足度

居場所を利用した満足度に関しては、90 パーセント以上の人達が満足しており、居場所の満足度は、家族よりも高いと言えます。

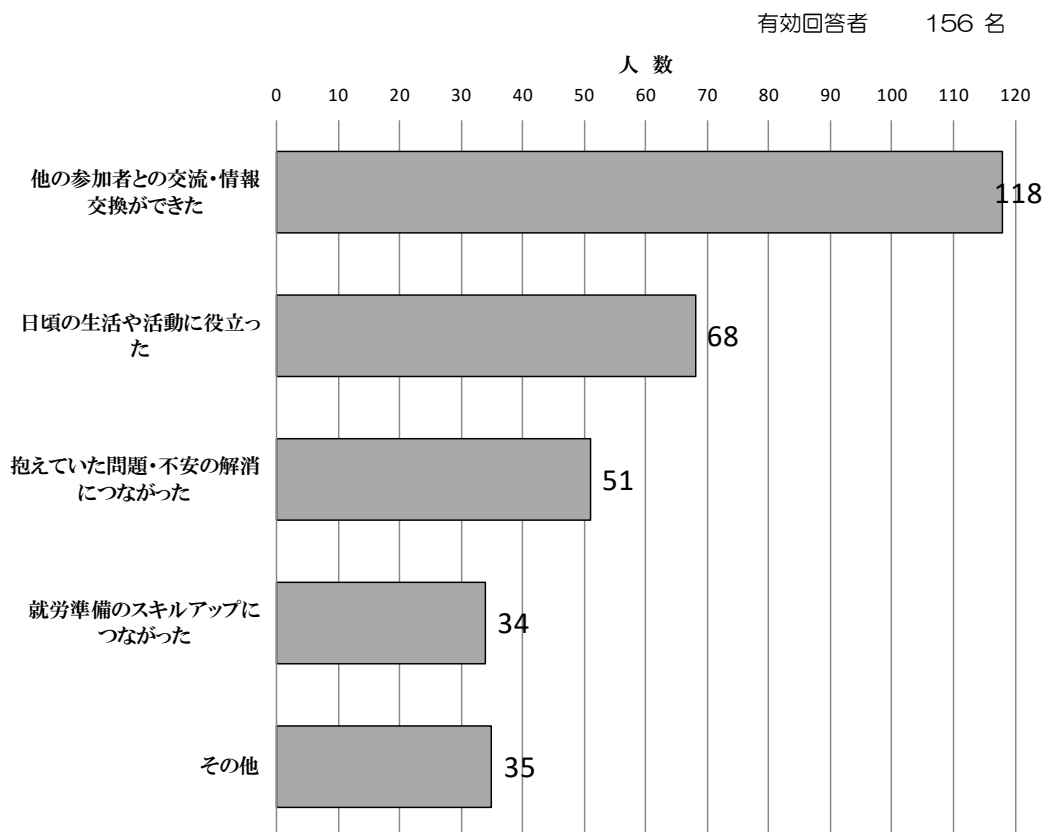


図1-44 居場所に参加してよかった点(本人)

居場所を利用して良かった点に関しては、「他者との交流・情報交換ができた」という点を挙げている人が突出して多い。この点は、家族と同様の傾向であったと言えます。

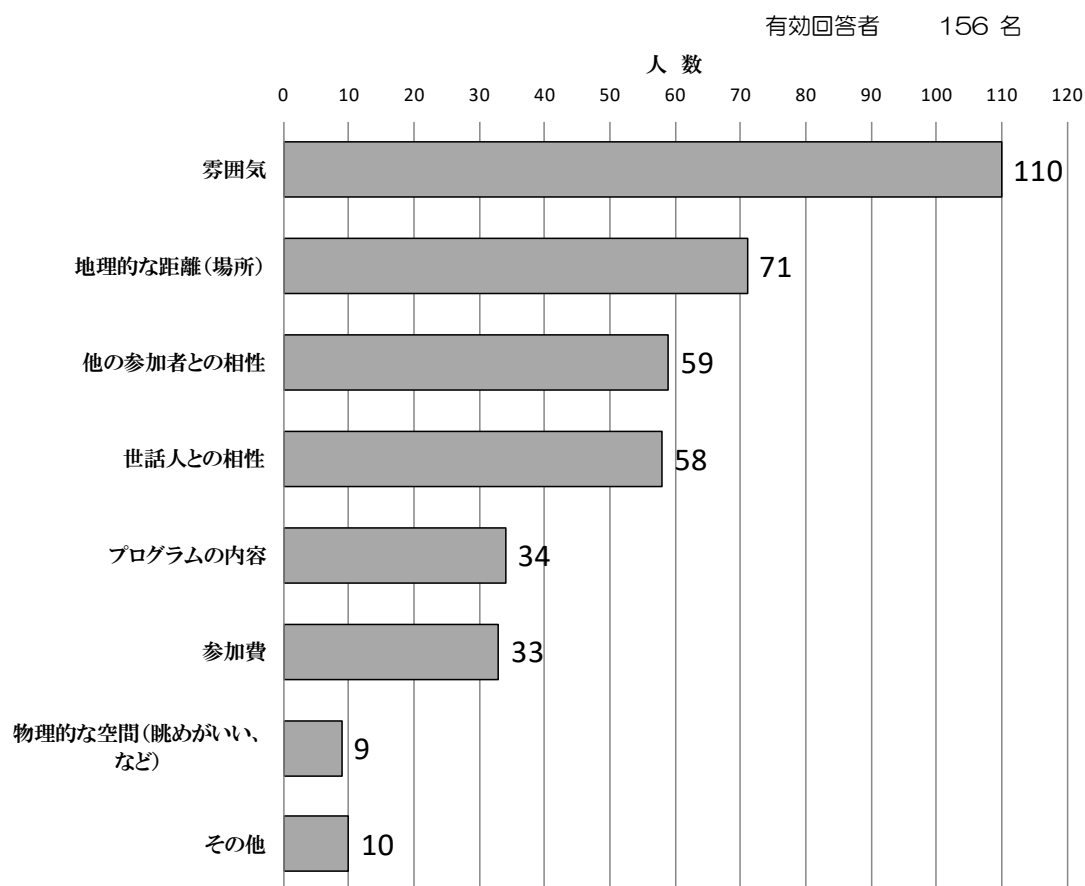


図1-45 居場所を選ぶにあたって大切にしていること(本人)

また、居場所を選ぶにあたって大切にした事については、「雰囲気」を挙げる人が多いことが分かります。次いで「地理的な距離(場所)」、「他の参加者との相性」、「世話人との相性」を重視していることが分かりました。居場所を選ぶ際に、「他の参加者との相性」を大切にしている点は、ひきこもり経験者の特徴であると言えます。

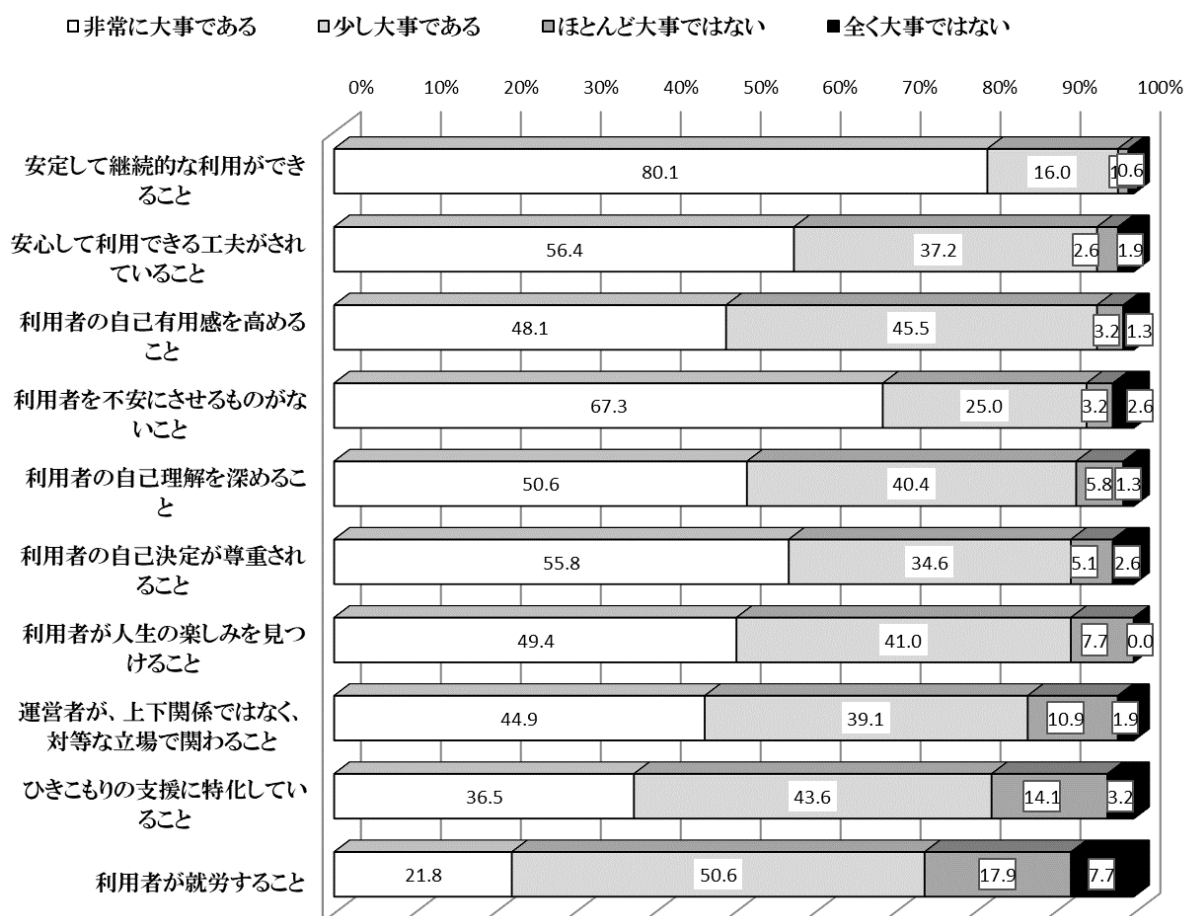


図1-46 居場所において重要なこと(本人)

居場所において重要なことを尋ねた結果、安定して継続的な利用ができることが突出して重視されていることが分かります。これに次ぐものとしては、「利用者を不安にさせるものがないこと」、「安心して利用できる工夫がされていること」、「利用者の自己決定が尊重されていること」が挙げられています。一方で、重視されていないものとして「医療者が就労すること」、「ひきこもり支援に特化していること」などがあることが分かりました。

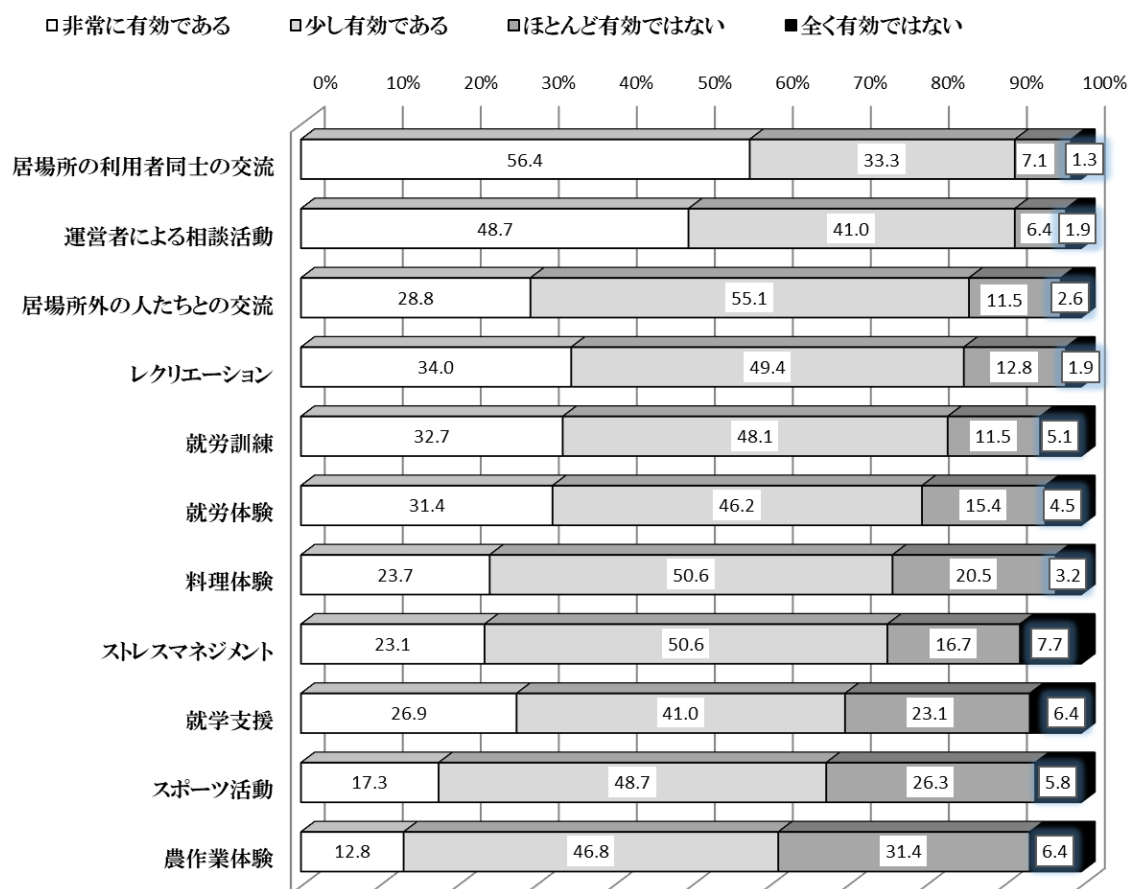


図1-47 居場所において有効な活動(本人)

居場所において有効な活動として、「居場所の利用者同士の交流」、「運営者による相談活動」が多くの利用者から挙げられました。この傾向は、家族の回答と一致していると言えます。

第 2 部
KHJ 全国ひきこもり家族会連合会
支部調査

1. 家族調査

1. 目的

本調査は、ひきこもり支援における居場所へのニーズを把握することを目的としています。

2. 調査方法

【 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。）の支部が令和1年12月～令和2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369名の回答が分析に用いられました。

【 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。

- ・現在のひきこもり状態
- ・過去のひきこもり経験
- ・ひきこもりの初発年齢および期間
- ・現在のひきこもりの程度
- ・ひきこもり本人の1ヵ月の平均外出日数
- ・ひきこもり本人との同別居について

（2）支援・医療機関について（家族回答者とひきこもり本人）

- ・支援・医療機関の利用経験の有無
- ・支援・医療機関利用の中断

（3）基礎情報2

- ・家族回答者が現在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

(4) 社会参加について

- ・社会参加に関する困難感
- ・昨年の世帯年収
- ・家族回答者の教育課程

(5) K H J 家族会について (家族回答者)

- ・家族会への所属
- ・家族会の所属支部 (地方別)
- ・家族会への参加状況
- ・家族会への参加回数

(6) 居場所について

- ・居場所の運営に関する重要度
- ・居場所の活動に関する有効度

(7) 家族及びひきこもり本人の生活状況

【 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) 基礎情報

1. ひきこもり状態について

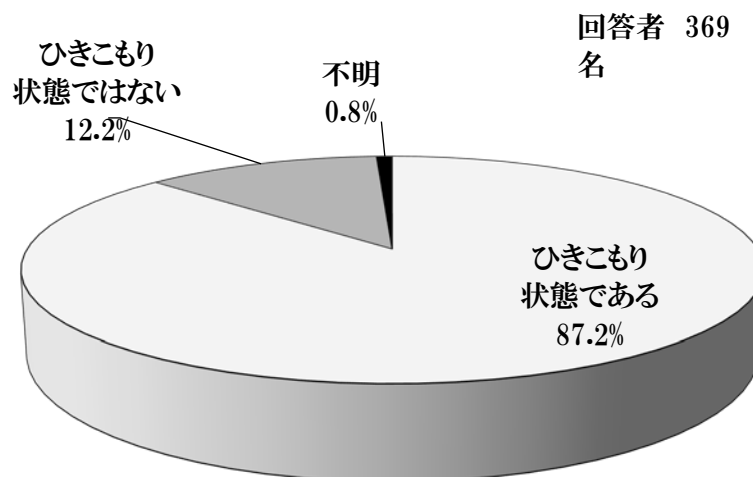


図2-1 ひきこもり状態の有無(現在)

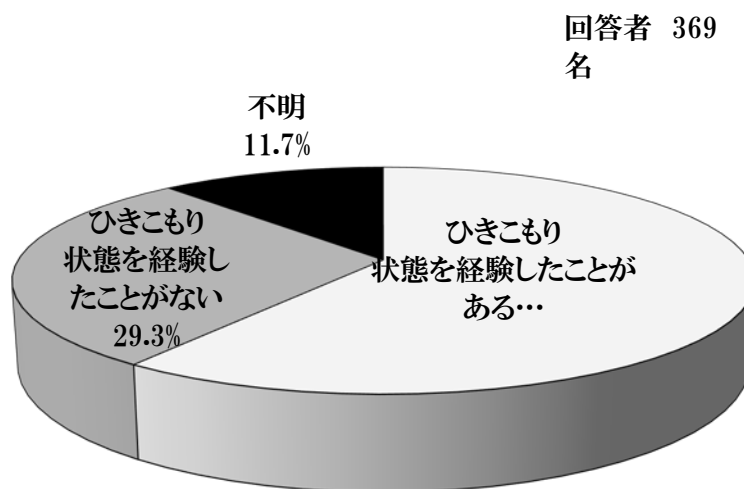


図2-2 ひきこもり経験の有無(過去)

図2-1に家族回答者が、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た結果を示しました。ひきこもり本人が現在「ひきこもり状態である」と回答した方が87.2% (80.6%)、現在「ひきこもり状態ではない」と回答した方が12.2% (17.1%)、不明が0.8% (2.3%)でした。現在ひきこもり状態であると回答した方の割合が昨年度の調査よりも多くなる結果となりました。

また、過去にもひきこもり状態を経験したことがあるかについて図 2－2 に示しました。「ひきこもり状態を経験したことがある」が 61.7% (62.2%)、「ひきこもり状態を経験したことがない」が 29.3% (31.3%)、不明が 11.7% (6.6%) でした（カッコ内は昨年度の値）。

2. ひきこもりの初発年齢および期間

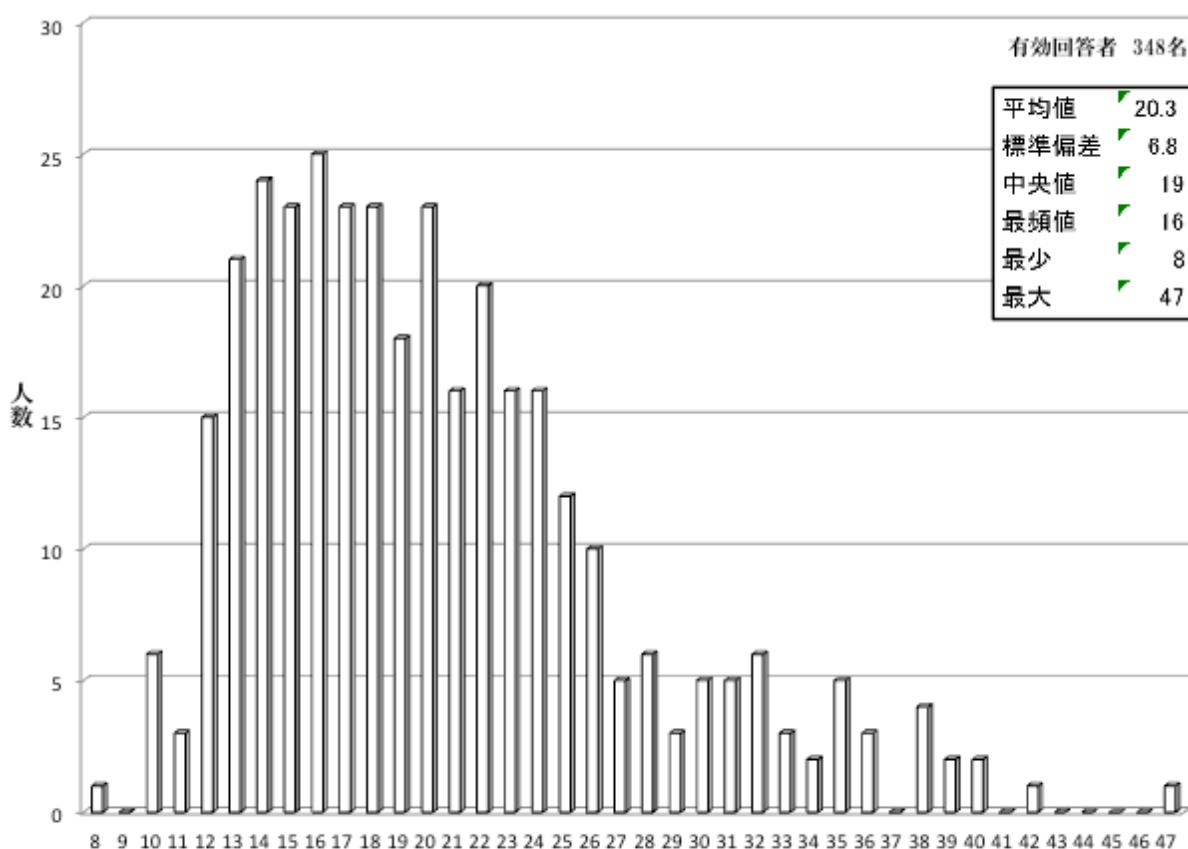


図2－3 ひきこもり初発年齢

図 2－3 にひきこもり本人のひきこもり初発年齢について示しました。ひきこもりが始まった時期についての平均年齢は 20.3 歳 (19.7 歳) でした。最年少が 8 歳 (7 歳)、最年長が 47 歳 (47 歳) でした。もっとも多かった年齢については 16 歳 (16 歳) でした（カッコ内は昨年度の値）。昨年度の調査の結果とほぼ同様の結果となりました。

図 2－4 にひきこもり期間について示しています。平均は 9.1 年 (9.8 年)、最短が 1 ヶ月 (0 ヶ月)、最長が 49 年 (42.5 年) でした。

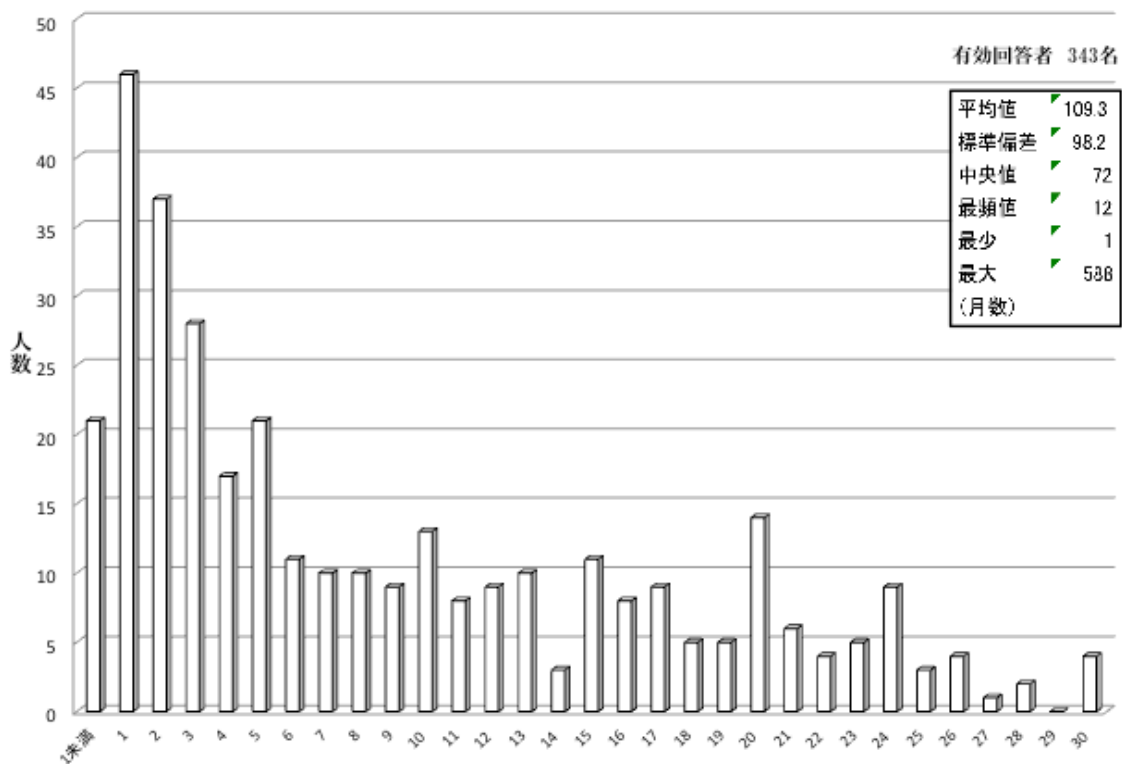


図2-4 ひきこもり期間(年)

3. 現在のひきこもりの程度

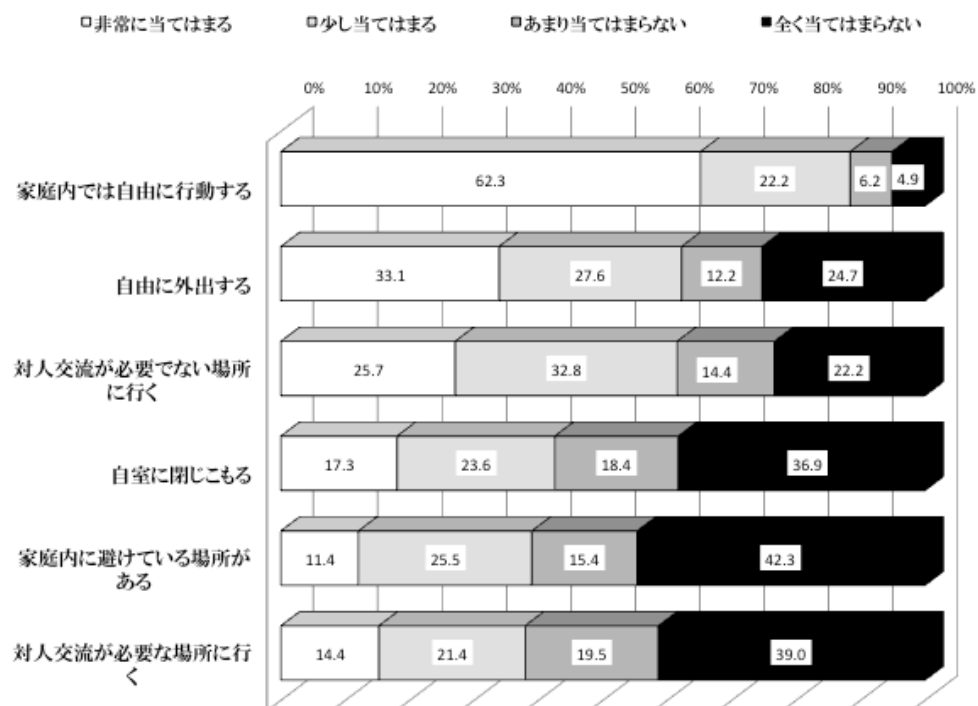


図2-5 ひきこもりの程度

図2-5のとおり、ひきこもりの程度については、家庭内では自由に行動し、自由に外出する方、対人交流が必要ではない場所へ行く方が多いと言えます。これは昨年度と同様の結果となりました。

4. ひきこもり本人の1ヶ月の平均外出日数

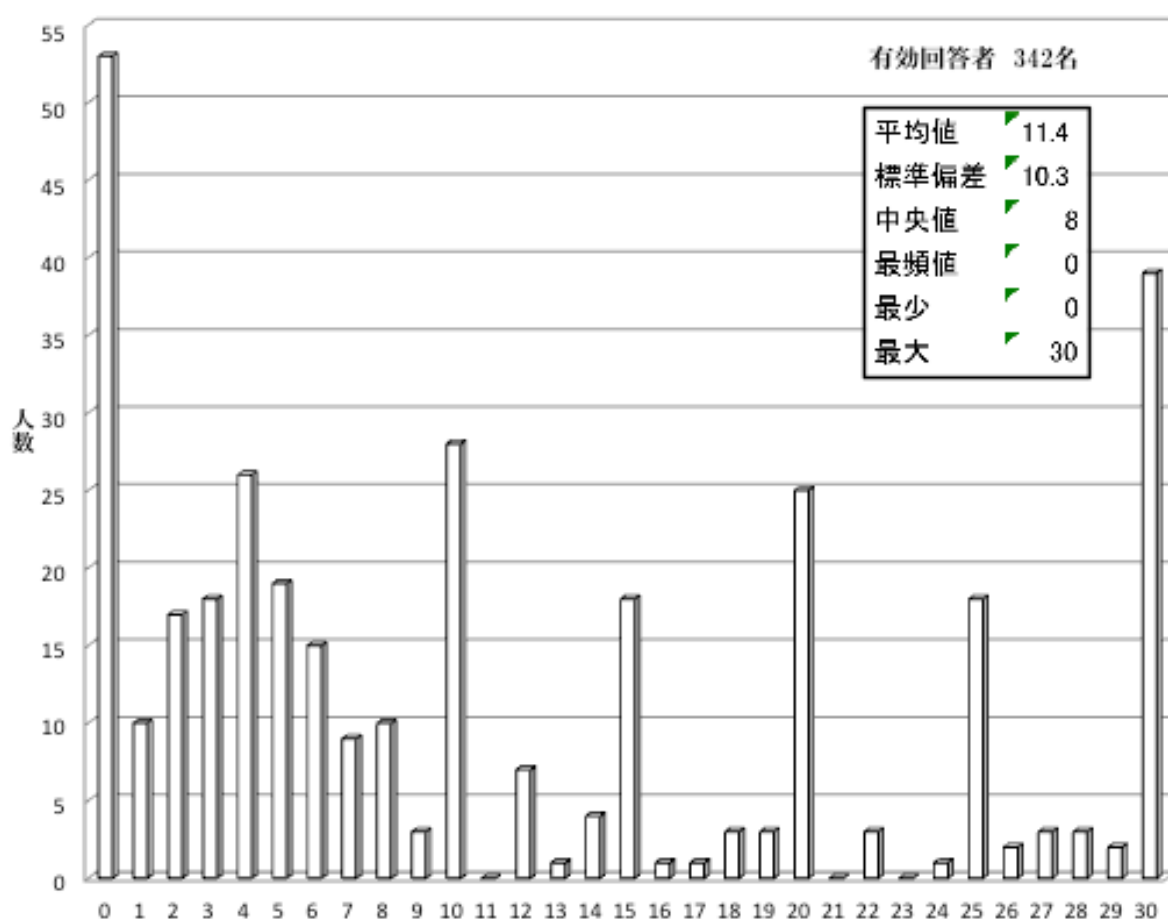


図2-6 ひきこもり本人の1ヶ月の平均外出日数

図2-6に、ひきこもり本人の1ヶ月の平均外出日数について示しました。「毎日外出している」と回答された場合や、「31日外出している」と回答された場合は、「30日」として示しました。外出日数の平均は11.4日（11.0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）。昨年度の調査と同様に、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。

5. ひきこもり本人との同別居について

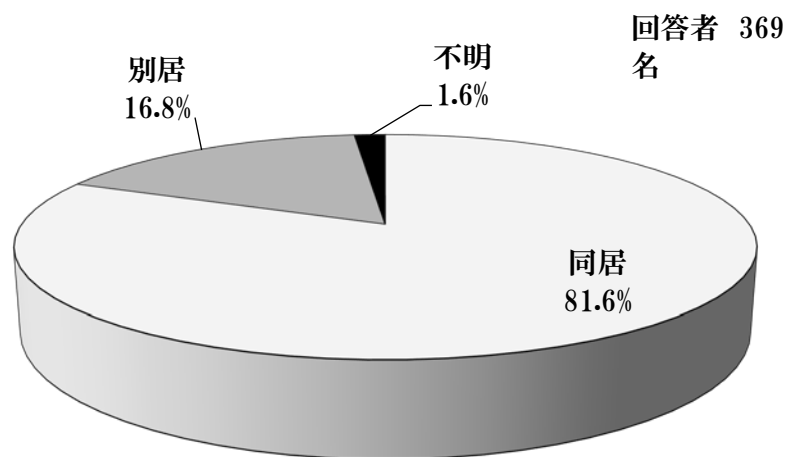


図2-7 同別居について

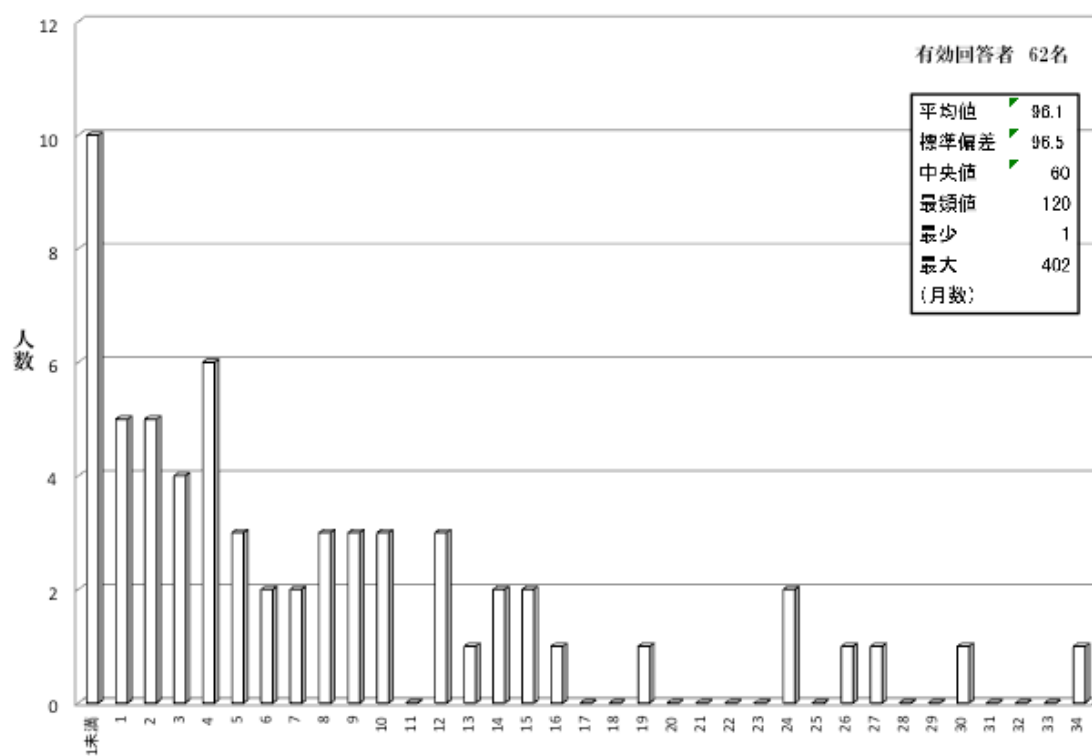


図2-8 別居期間(年)

図2-7に家族回答者とひきこもり本人との同別居について示しました。ひきこもり本人と同居していると回答した方は81.6%、別居していると回答した方は16.8%、不明が1.6%でした。家族回答者のほとんどの世帯で、ひきこもり本人と同居していることが分かります。

さらに、ひきこもり本人と別居していると回答した方から、どのくらいの期間別居しているのか得られた回答を図2-8に示しました。平均が8年、最小期間が1ヶ月、最長期間が34年でした。

(2) 支援・医療機関について (ひきこもり本人)

1. 支援・医療期間の利用状況

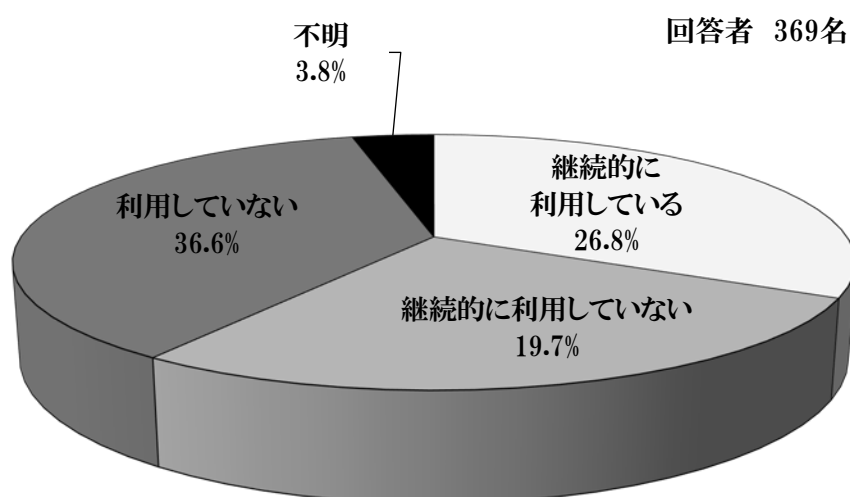


図2-9 支援・医療機関の利用状況(本人)

図2-9にひきこもり本人の支援・医療機関の利用状況について示しました。ひきこもり本人が支援・医療機関を利用したことがあると回答された方が59.6% (55.1%) でした。そのうち、支援・医療機関を継続的に利用していると回答された方が26.8% (29.7%)、継続的に利用していないと回答した方が19.7% (28.4%) でした。また、支援・医療機関を利用したことがないと回答された方が36.6% (42.6%)、不明が3.8% (1.0%) でした (カッコ内は昨年度の値)。

2. 支援・医療機関利用の中断について

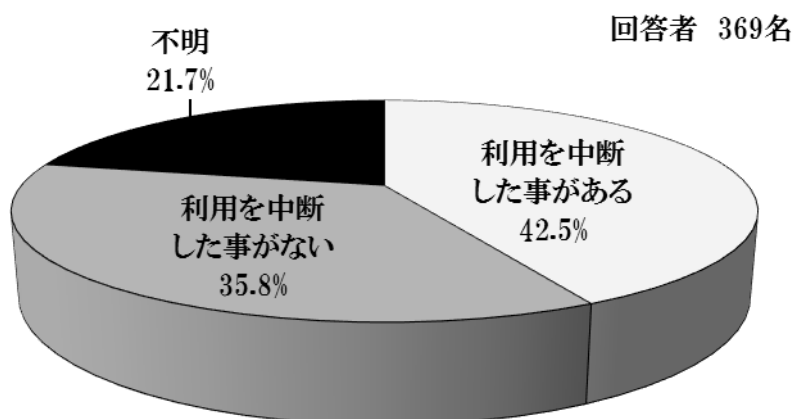


図2-10 支援・医療機関利用の中断(本人)

図2-10にひきこもり本人が支援・医療機関の利用を中断したことがあるかどうかについて示しました。ひきこもり本人が支援・医療機関の利用を中断したことがあると回答した方が42.5%（42.4%）、利用を中断したことがないと回答した方が35.8%（35.2%）、不明が21.7%（22.4%）でした（カッコ内は昨年度の値）。

（3）支援・医療機関について（家族回答者）

1. 支援医療機関の利用状況

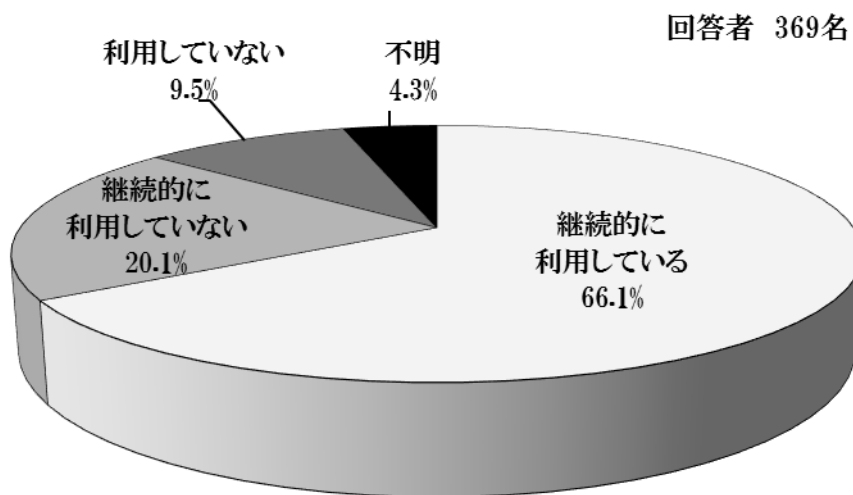


図2-11 支援・医療機関の利用状況(家族回答者)

図2-11のとおり、家族回答者の支援・医療機関の利用状況については、利用したことがあると回答した方が86.2%（86.8%）でした。そのうち、支援・医療機関を継続的に利用していると回答した方が66.1%（54.2%）、継続

的に利用していないと回答した方が 20.1% (32.6%) でした。また、支援・医療機関を利用したことがないと回答した方が 9.5% (12.3%)、不明が 4.3% (1.0%) でした（カッコ内は昨年度の値）。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。

2. 支援・医療機関利用の中断

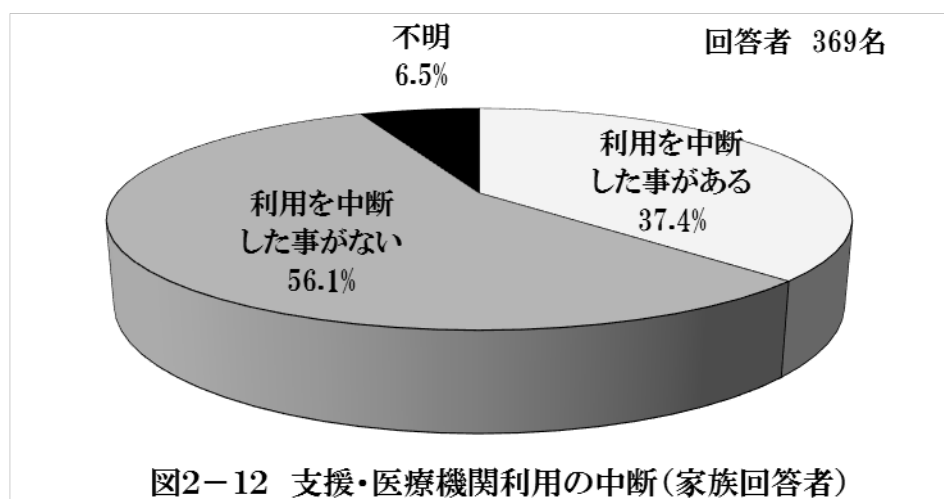


図2-12に家族回答者が支援・医療機関の利用を中断したことがあるかについて示しました。支援・医療機関の利用を中断したことがあると回答した方は 37.4% (42.4%)、利用を中断したことがないと回答した方が 56.1% (47.1%)、不明が 6.5% (7.2%) でした（カッコ内は昨年度の値）。

(4) 基礎情報 2

1. 家族回答者が現在住んでいる都道府県

表2-1に示したとおり、家族回答者が住んでいる場所は 32 都道府県（33 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 11.9% (9.7%)、関東地方が 34.4% (42.7%)、中部地方が 22.5% (23.7%)、近畿地方が 7.6% (5.3%)、中国地方が 9.8% (2.7%)、四国地方が 6.5% (8.7%)、九州地方が 6.5% (7.7%) となっています（カッコ内は昨年度の値）。静岡県や千葉県、東京都、埼玉県、北海道、神奈川県、新潟県は回答者が特に多いことが分かります。

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	24	近畿地方	三重県	6
東北地方	青森県	3		大阪府	11
	秋田県	5		兵庫県	9
	山形県	6		奈良県	2
	福島県	6	中国地方	岡山県	5
関東地方	茨城県	7		広島県	17
	群馬県	10		山口県	14
	埼玉県	28	四国地方	香川県	10
	千葉県	30		愛媛県	6
	東京都	29		徳島県	1
	神奈川県	23		高知県	7
中部地方	山梨県	3	九州地方	福岡県	16
	新潟県	21		大分県	1
	富山県	11		宮崎県	2
	石川県	7		沖縄県	5
	静岡県	33	不明		3
	愛知県	8	合計		369

2. 家族回答者の続柄

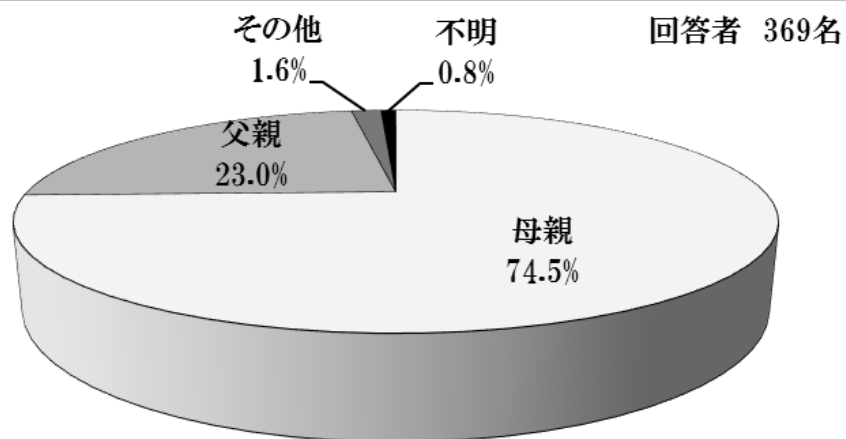


図2-13 家族回答者の続柄

図2-13のとおり、家族回答者とひきこもり本人との続柄は、母親が74.5% (71.4%)、父親が23.0% (26.3%)、その他が1.6% (1.3%)、不明が0.8% (1.0%) でした（カッコ内は昨年度の値）。その他として、姉、妻、夫、婚約者、妹といった回答が得られました。

3. 家族回答者の年齢

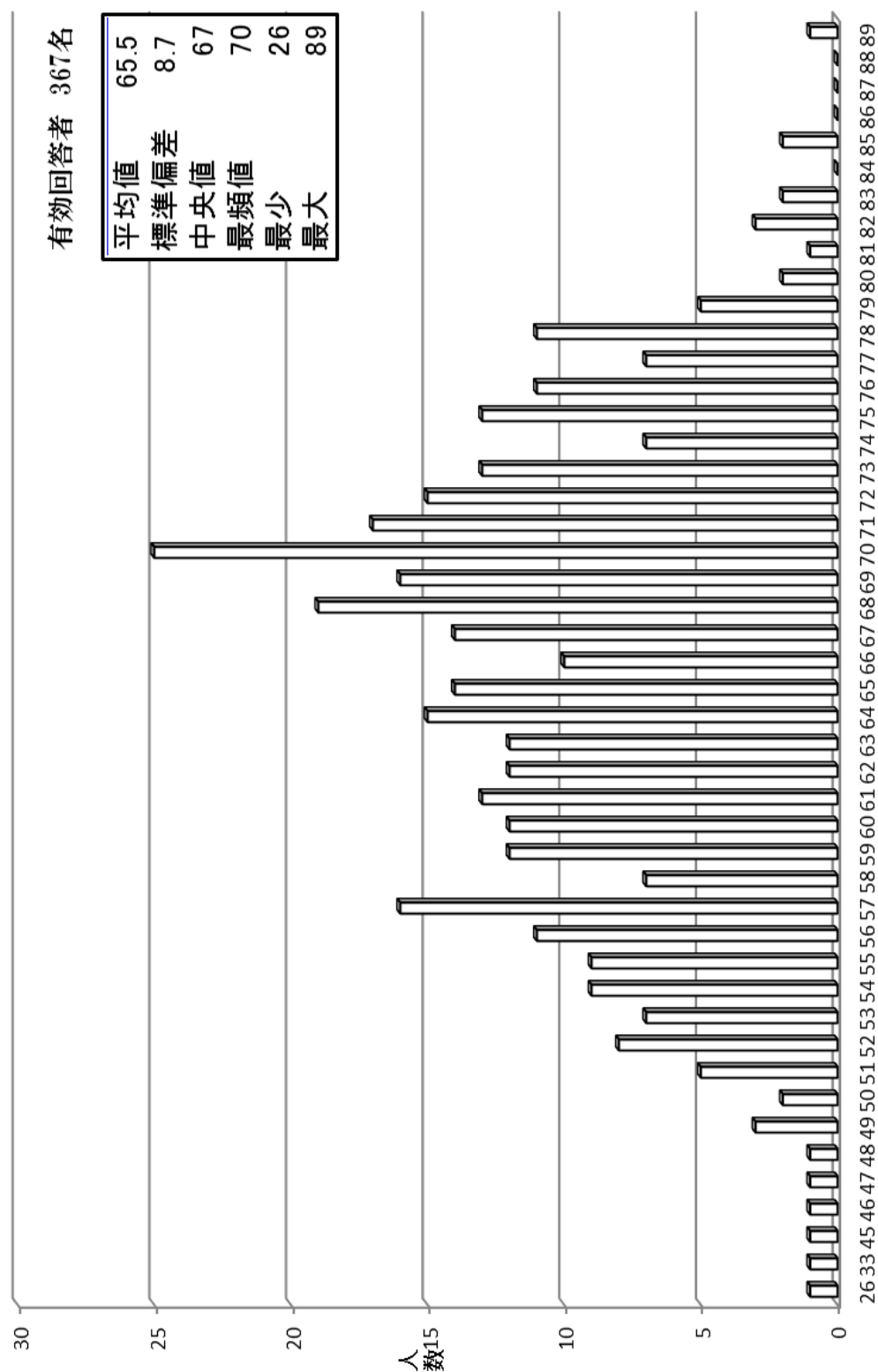


図2-14 家族回答者の年齢

家族回答者の年齢を図 2 - 1 4 に示します。家族回答者の平均年齢は 65.5 歳

(65.9 歳) であり、最年少が 26 歳 (44 歳)、最年長が 89 歳 (86 歳) でした (カッコ内は昨年度の値)。

4. ひきこもり本人の性別

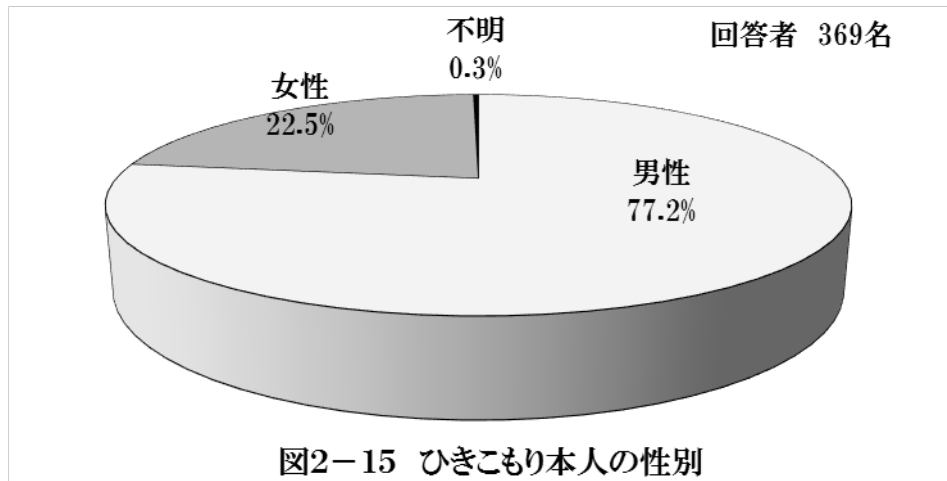


図 2 - 1 5 のとおり、ひきこもり本人の性別については、男性が 77.2% (78.9%)、女性が 22.5% (20.7%)、不明が 0.3% (0.3%) でした (カッコ内は昨年度の値)。昨年度の調査とほぼ同じ結果であることが分かります。

5. ひきこもり本人の年齢

ひきこもり本人の年齢を図 2 - 1 6 に示しました。平均年齢 35.3 歳 (35.2 歳) であり、最年少が 14 歳 (14 歳)、最年長が 59 歳 (58 歳) でした (カッコ内は昨年度の値)。こちらの結果も、昨年度の調査とほぼ同様の結果でした。

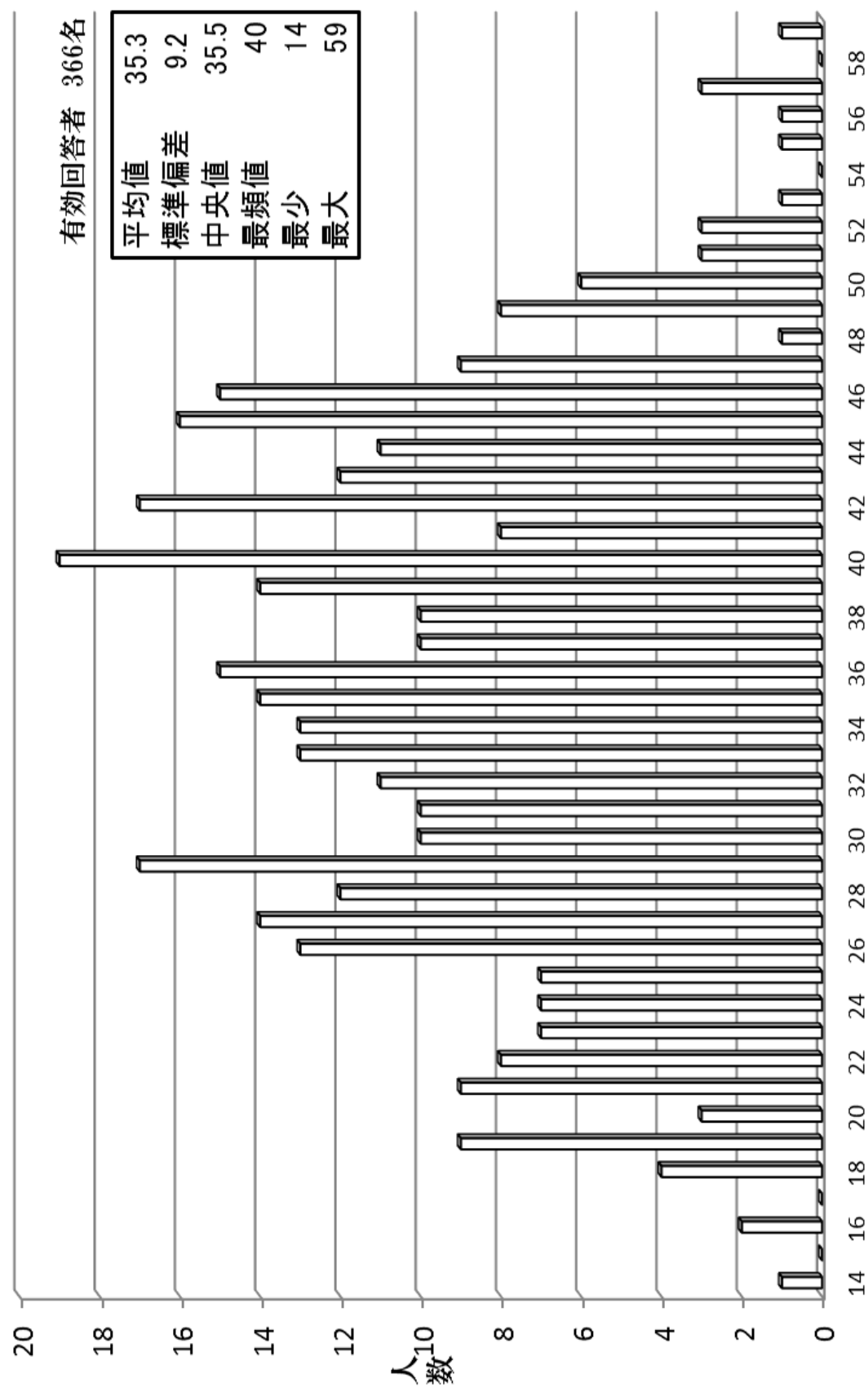


図2-16 ひきこもり本人の年齢

(5) 社会参加について
1. 社会参加への困難感

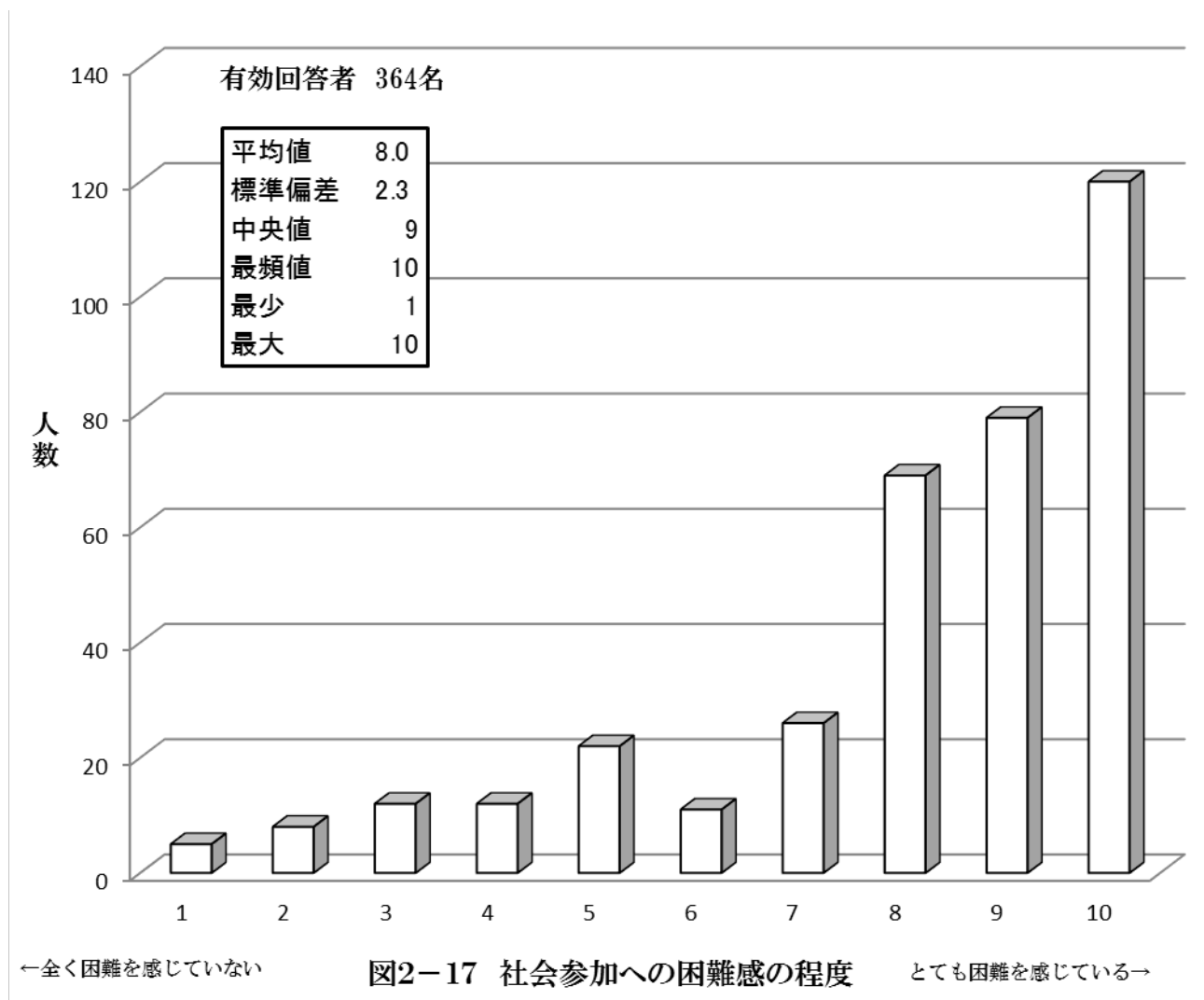


図2-17にひきこもり本人が社会参加に対して抱いている困難感の程度を示しました。平均は8.0（8.0）でした。もっとも多い回答は10段階中10であり、社会参加に対して極めて深刻な困難を感じている方が非常に多いことが分かります。また、半数以上を占める73.6%（72.8%）の方が10段階で8以上と回答しており、回答者の多くの方が、社会参加に対してとても困難を感じていることが分かります（カッコ内は昨年度の値）。

2. 昨年の世帯年収

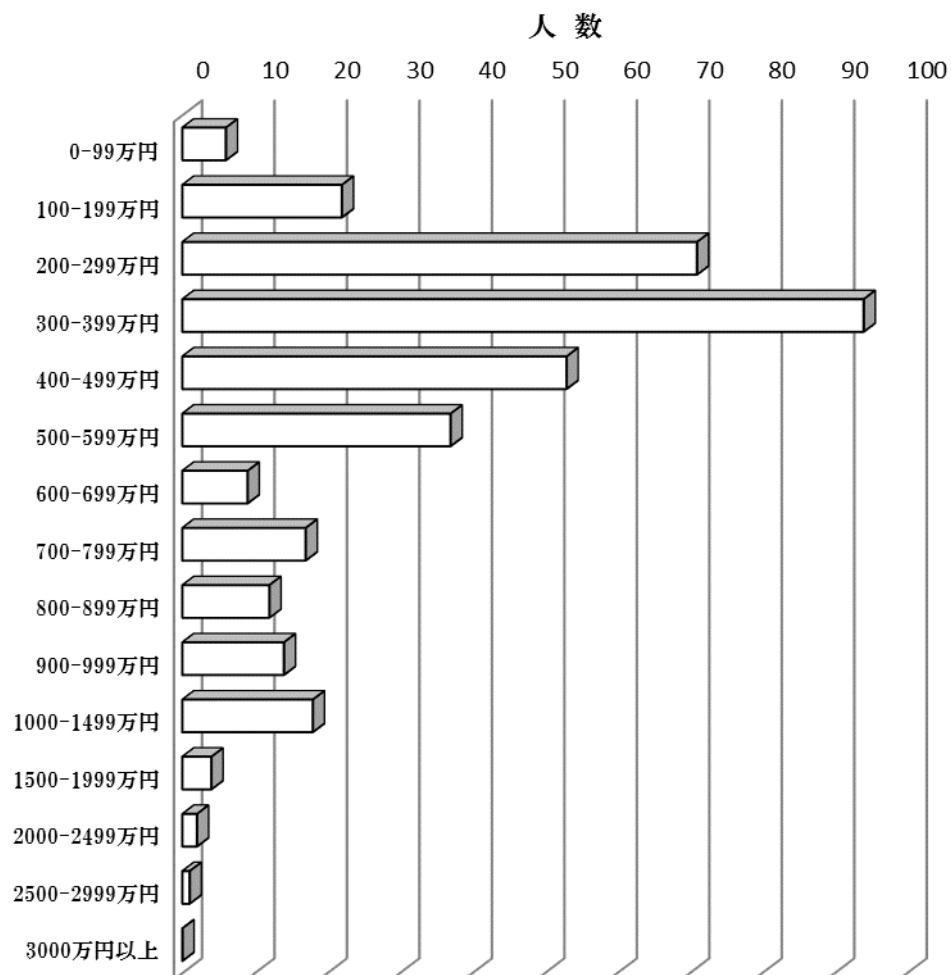


図2-18 昨年の世帯年収

図2-18に昨年の世帯年収について示しました。もっとも多く得られた回答が300～399万円でした。次に多く得られた回答は200～299万円でした。

3. 教育課程について

図2-19に家族回答者の教育課程について示しました。高校卒業と回答された方が71.8%、短期大学（3年制以下）を卒業したと回答した方が16.5%、専門学校を卒業したと回答した方が16.5%、4年制大学を卒業したと回答した方が26.6%、大学院または6年制大学を卒業したと回答した方が1.9%でした。

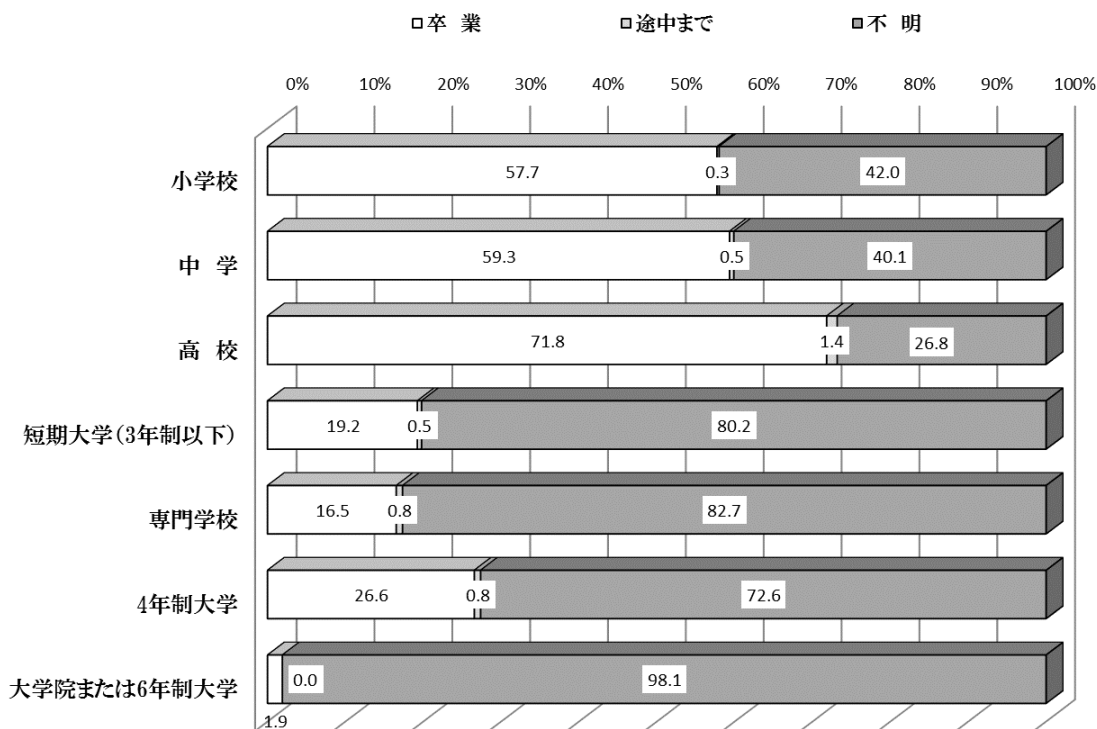


図2-19 教育課程

(6) 家族会について

1. 家族会への所属

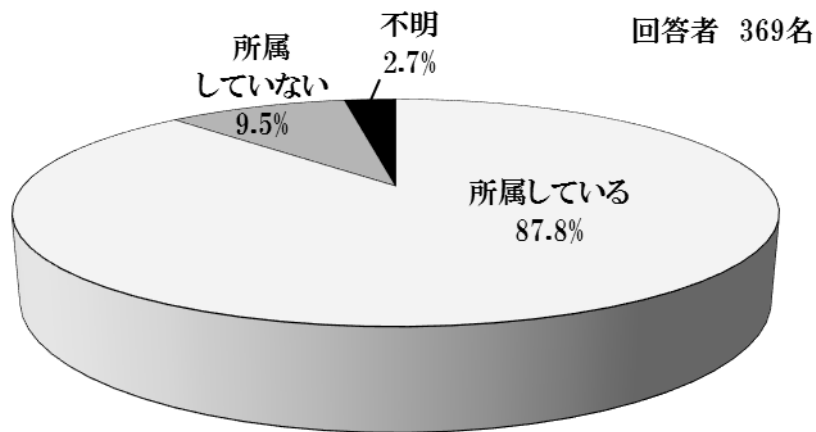


図2-20 家族会への所属

図2-20に家族会への所属の有無について示しました。「所属している」と回答した方が87.8%（88.2%）、「所属していない」と回答した方が9.5%（10.2%）、不明が2.7%（1.6%）でした（カッコ内は昨年度の値）。昨年度の調査と同様に、家族回答者の多くが家族会に所属していることが分かります。

2. 家族会所属支部

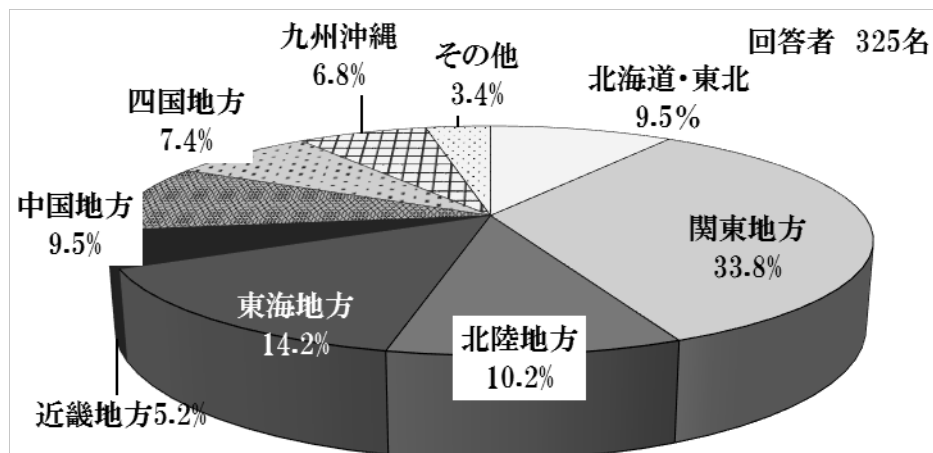


図2-21 家族会所属支部(地方別)

図2-21に家族会に所属していると回答した家族回答者の所属支部について、地方別に示しました。関東地方がもっとも多いことが分かります。次に東海地方、北陸地方、北海道・東北地方、中国地方と多い傾向にありました。

3. 家族会への参加状況

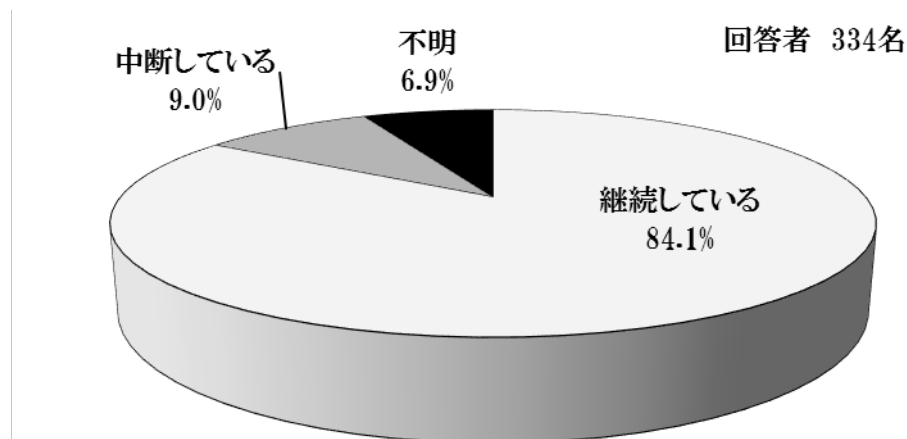


図2-22 家族会への参加状況

図2-22に家族会への参加状況について示しました。家族会を「継続している」と回答した方が84.1%（82.6%）、家族会を「中断している」と回答した方が9.0%（7.2%）、「不明」が6.9%（10.2%）でした（カッコ内は昨年度の値）。

4. 家族会への参加回数

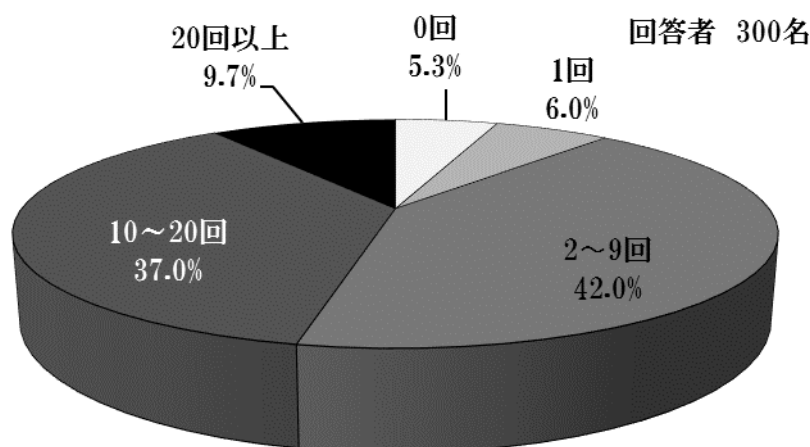


図2-23 家族会への参加回数

家族会への参加回数については、「2～9回」と回答した方がもっとも多く42.0%（27.0%）でした。次に「10～20回」と回答した方が多く37.0%（13.5%）、「20回以上」と回答した方が9.7%（39.5%）でした。昨年度の調査よりも、家族会への参加回数は少ない傾向にあります（カッコ内は昨年度の値）。

（7）居場所について

1. 居場所の運営に関する重要度

図2-24に居場所の運営に関する項目について、家族回答者の方が重要と考える程度について示しました。「利用者を不安にさせるものがないこと」について「非常に大事である」または「少し大事である」と回答した方が最も多く96.7%でした。次に「安定して継続的な運営ができること」について「非常に大事である」または「少し大事である」と回答した方が多く96.2%でした。

また「利用者が就労につながること」について「非常に大事である」または「少し大事である」と回答した方は72.6%と最も少ない傾向でしたが、それ以外のすべての項目において「非常に大事である」または「少し大事である」と回答した方が9割を超えていました。

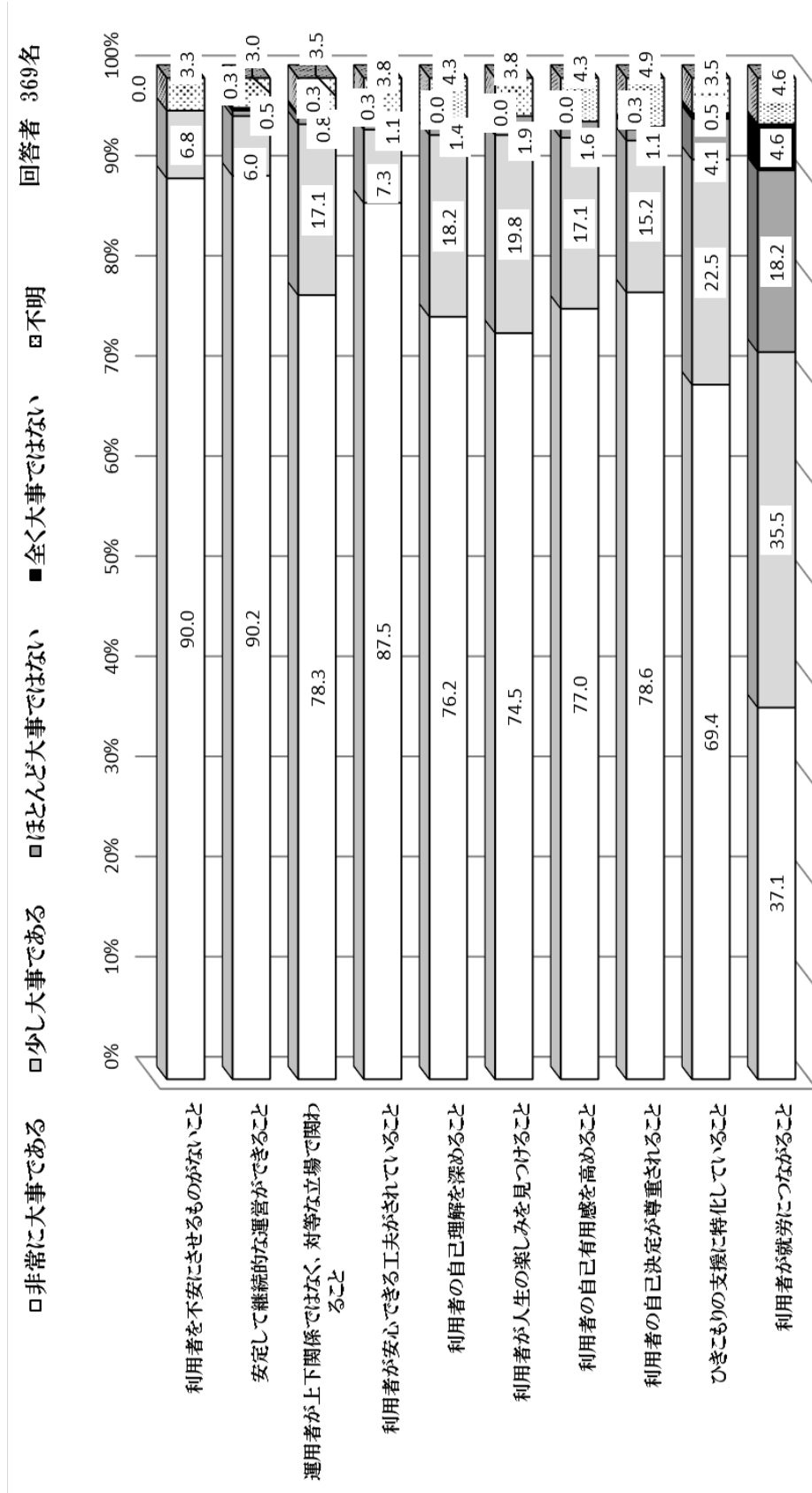


図2-24 居場所の運営に関する重要度

2. 居場所の活動に関する有効度

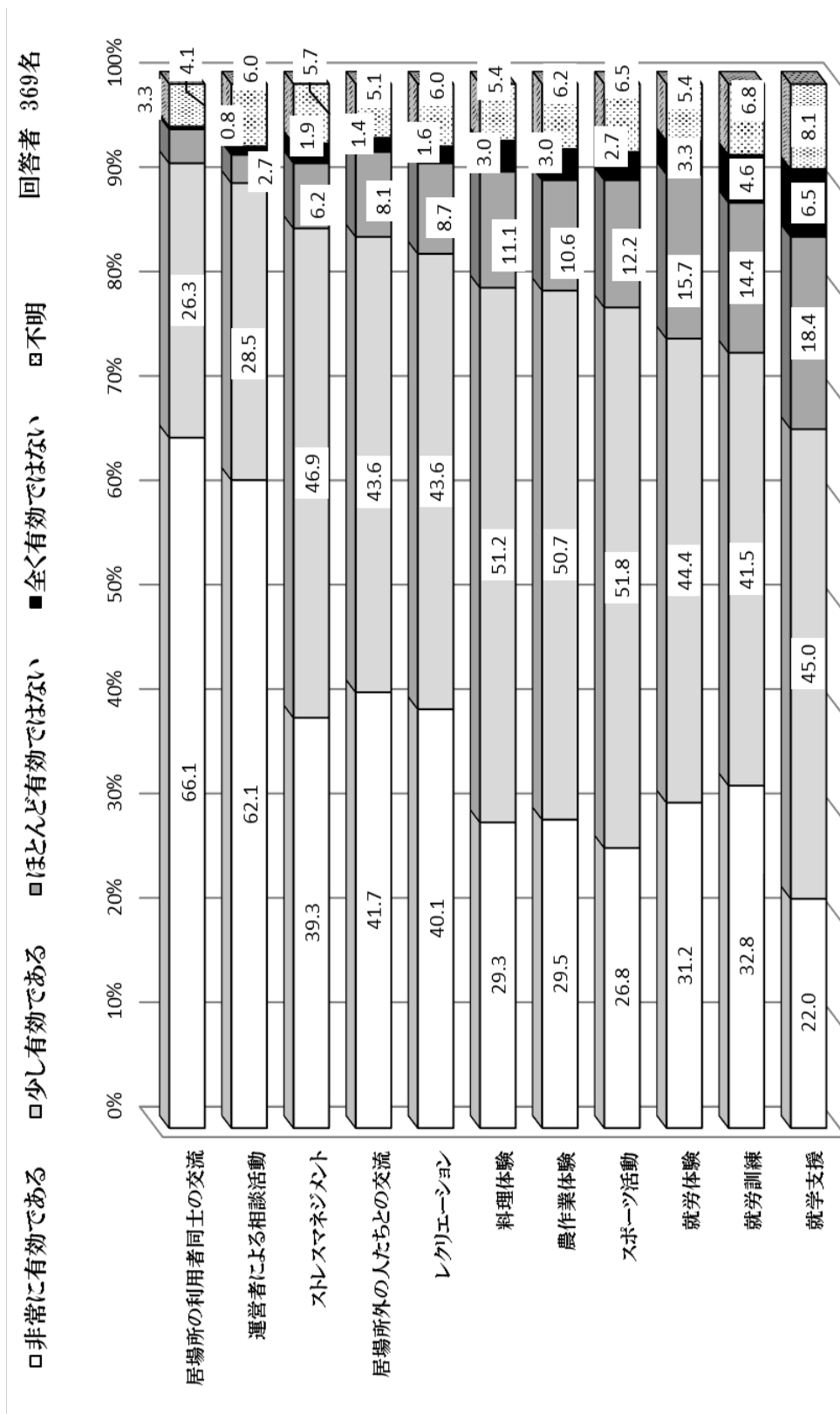


図2-25 居場所の活動に関する有効度

図2-25に居場所で行われる活動に関して、家族回答者がどの程度有効であるか得られた回答をまとめました。

「居場所の利用者同士の交流（例：語り場、雑談交流会など）」について「非常に有効である」または「少し有効である」と回答した方がもっとも多く92.4%でした。次に、「運営者による相談活動」について「非常に有効である」または「少し有効である」と回答した方が多く90.5%でした。

「ストレスマネジメント（例：リラクゼーション講座など）」について「非常に有効である」または「少し有効である」と回答した方が86.2%、「居場所外の人たちとの交流（例：イベント参加、地域交流など）」について「非常に有効である」または「少し有効である」と回答した方が85.4%、「レクリエーション（例：映画鑑賞、ゲーム、カラオケ）」について「非常に有効である」または「少し有効である」と回答した方が83.7%でした。

「就学支援（例：学習支援、百マス計算など）」について「非常に有効である」または「少し有効である」と回答した方がもっとも少なく66.9%でした。

（6）家族自身の生活状況について

1. 家族自身の生活上の悩み

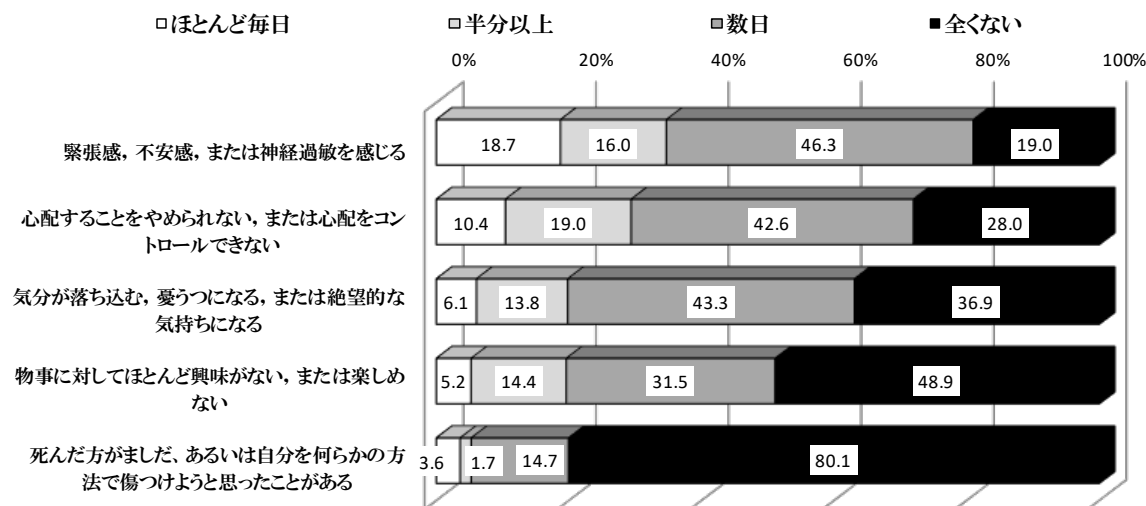


図2-26 家族自身の生活上の悩み

図2-26に家族回答者の生活上の悩みについて示しました。「ほとんど毎日」または「半分以上」と回答した方がもっとも多かったのは「緊張感、不安感、または神経過敏を感じる」34.7%であり、続いて「心配することをやめられない、または心配をコントロールできない」29.4%、「気分が落ち込む、憂うつになる、または絶望的な気持ちになる」19.8%でした。心身の不安を抱える家族回答者が少なくないことが分かります。

2. 家族自身の様子

図2－27に家族回答者の生活上の様子を示しました。「いつも」または「ほとんどいつも」と回答した方がもっとも多かったのは「元気にすごした」36.1%であり、続いて「ぐっすりねて、気持ちよくめざめた」30.9%、「興味のあることがたくさんあった」26.2%でした。また、「あかるく、たのしい気分ですごした」については、22.1%の人が「まったくない」または「ほんのたまに」と回答しており、ふだんまったくあかるく楽しい気持ちになれない人が少なくないことが分かりました。

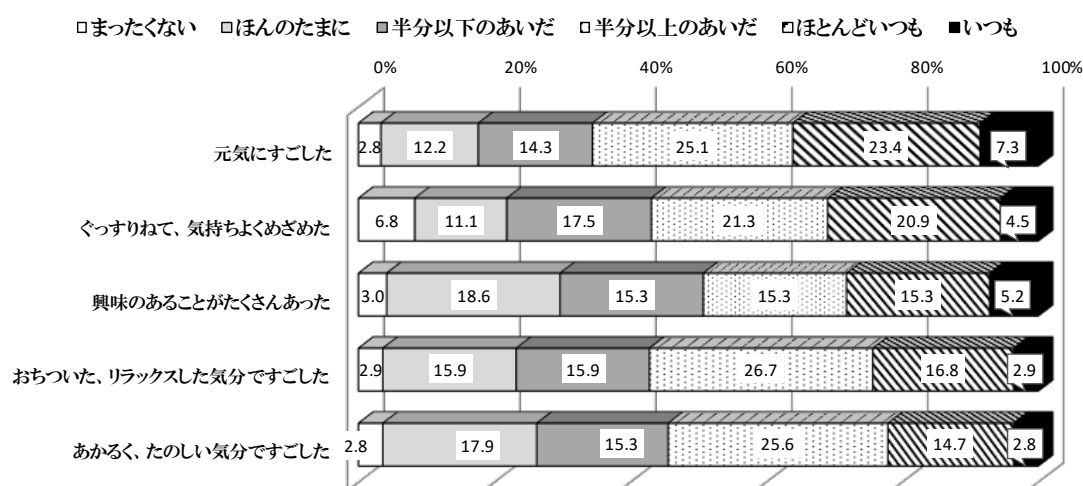


図2-27 家族自身の様子

(7) ご本人に大事にして欲しいことについて

1. ご本人に大事にしてほしいと思うこと

家族回答者がご本人に大事にしてほしいと思うことを図2－28に示します。もっとも大事にしてほしいと思う家族が多かったのは「身近な人を大切にすること」であり、続いて「興味を持ったことを探求すること」、「他人に迷惑をかけないこと」でした。その一方で、「よい学校を卒業すること」、「社会に対して影響力を持つこと」、「他人に評価されること」については、家族はあまり大事にしてほしいと思っていないことが分かります。

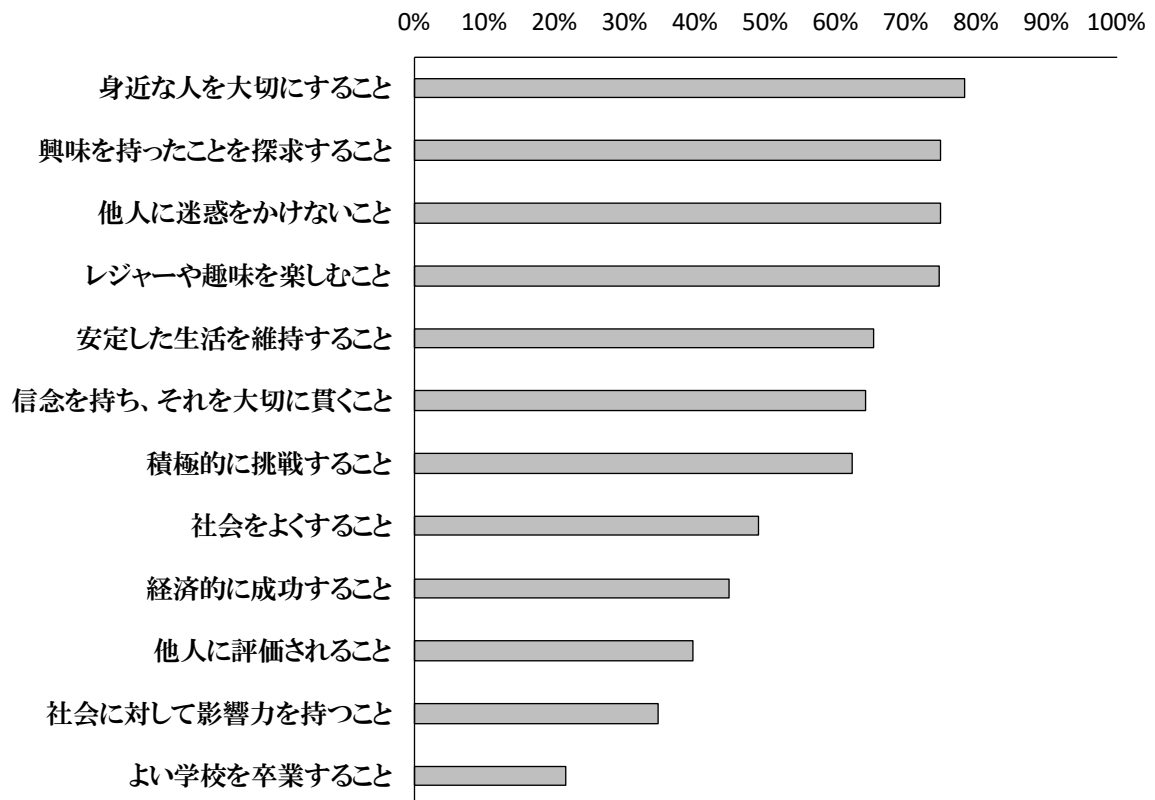


図2-28 ご本人に大事にしてほしいと思うこと

2. ご本人にもっとも大事にしてほしいと思うこと（1）

家族回答者にご本人にもっとも大事にしてほしいと思うことを1つ選んでもらった結果を図2-29に示しました。もっとも多く選択されたものは、「興味を持ったことを探求すること」であり、続いて「安定した生活を維持すること」、「他人に迷惑をかけないこと」が選ばれました。その一方で、「社会に対して影響力を持つこと」を選んだ家族回答者は1人もおらず、「社会をよくすること」、「よい学校を卒業すること」を選んだ家族回答者はそれぞれ1名のみでした。

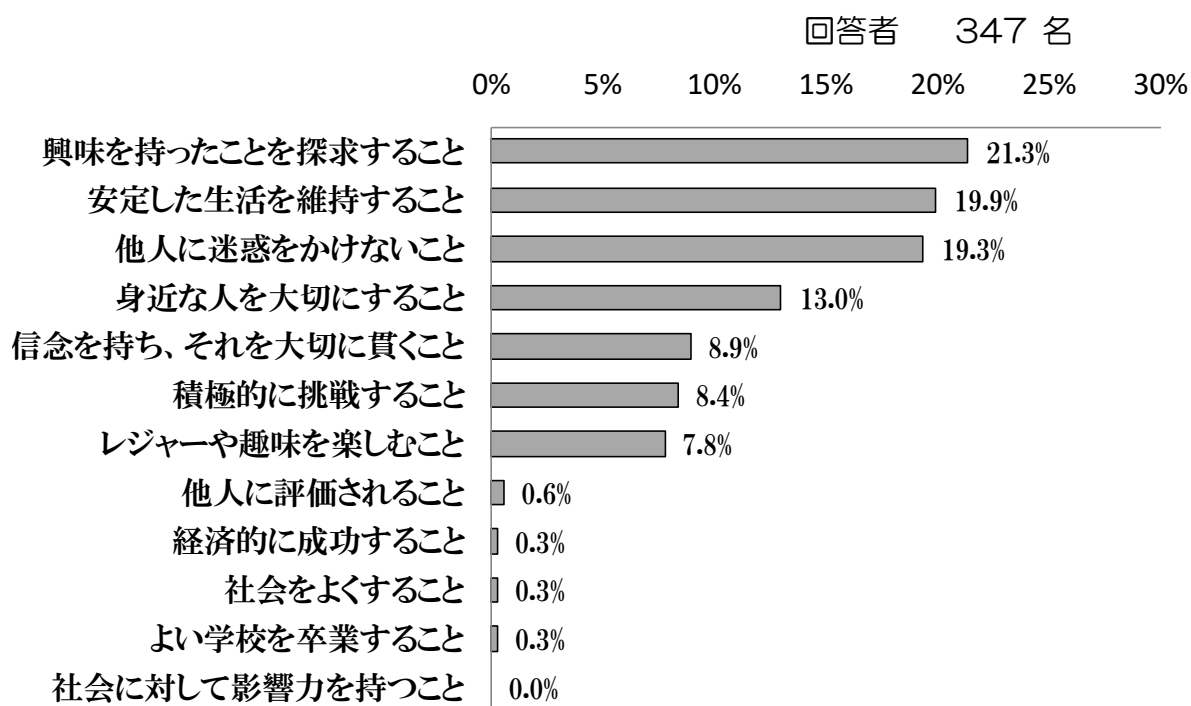


図2-29 ご本人にもっとも大事にしてほしいと思うこと(1)

3. 「自分らしくあること」を大事にしてほしい程度

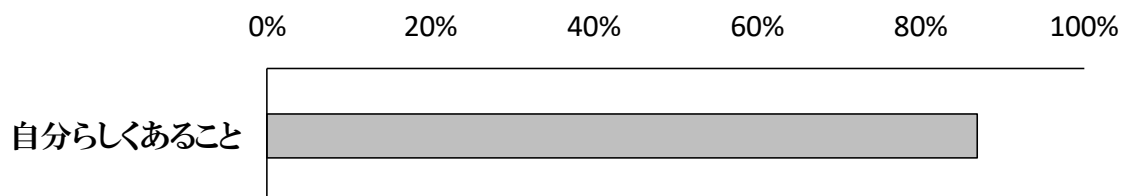


図2-30 「自分らしくあること」を大事にしてほしい程度

ご本人の人生において、「自分らしくあること」を大事にしてほしいと家族回答者が思う程度を0～10の数字で選んでもらった結果を図2-30に示しました。家族回答者は平均8.7程度、「自分らしくあること」をご本人に大事にしてほしいと思っており、このことを家族回答者は重要視していることが分かります。

4. ご本人にもっとも大事にしてほしいと思うこと（2）

「自分らしくあること」を加えてご本人にもっとも大事にしてほしいことを家族回答者に選んでもらった結果を図2－31に示します。家族回答者の51.4%は、「自分らしくあること」をご本人にもっとも大事にしてほしいと思っていることが示されました。その一方で、「経済的に成功すること」や「社会に対して影響力を持つこと」を選んだ人は1人もいませんでした。

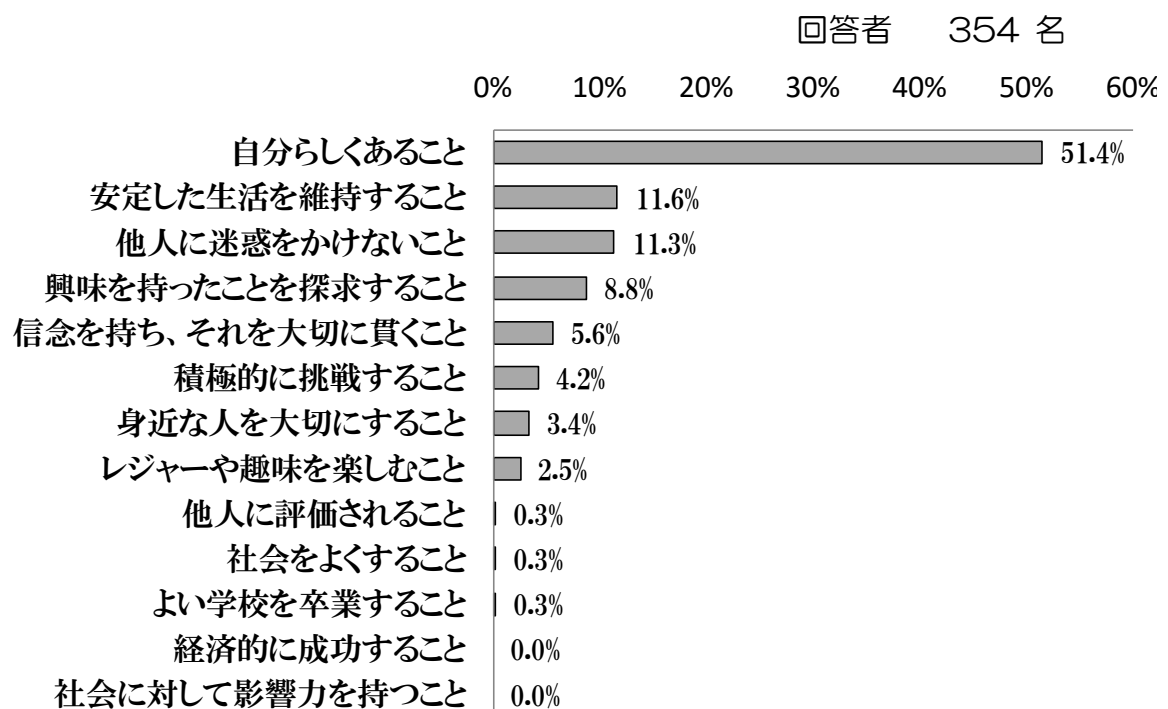


図2－31 ご本人にもっとも大事にしてほしいと思うこと(2)

5. もっとも大事にしてほしいことに対する満足感

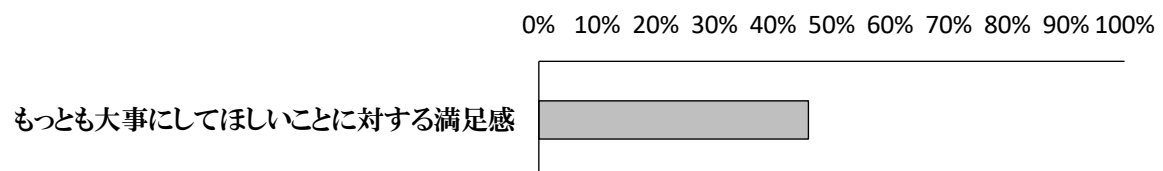


図2－32 もっとも大事にしてほしいことに対する満足感

図2-32のご本人の人生においてもっとも大事にしてほしいものという観点から見たとき、過去2～3カ月の間のご本人の生活は、家族回答者にとってどの程度満足できるものであったかを図2-32に示しました。0～10の数字を1つ選んでもらった結果、家族回答者の平均は4.6であり、半分にも満たないことが示されました。家族回答者からみると、ご本人にもっとも大事にしてほしいと思っていることはご家族にとって満足できるものではないことが分かります。

6. ご本人に望む将来

図2-33は、ご本人には「リスクがあってもチャレンジする人生」と「リスクをなるべく減らして安定した人生」のどちらを望むか、0～10の数字で家族回答者に尋ねた結果を示しています。やや「リスクをなるべく減らして安定した人生」の方が高いことが分かります。

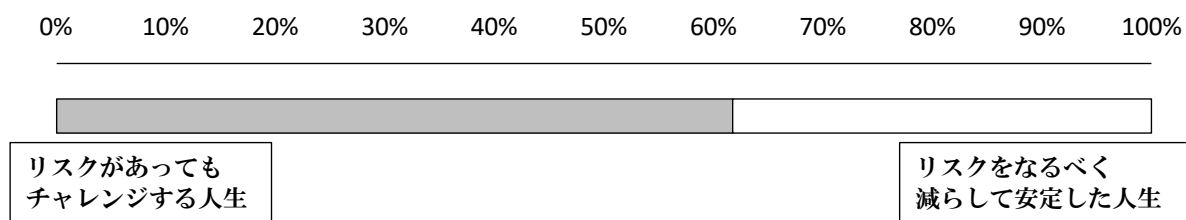


図2-33 ご本人に望む将来

7. 周囲の人々

□なし □1人 □2人 □3人 □4人 □5人 □6人以上

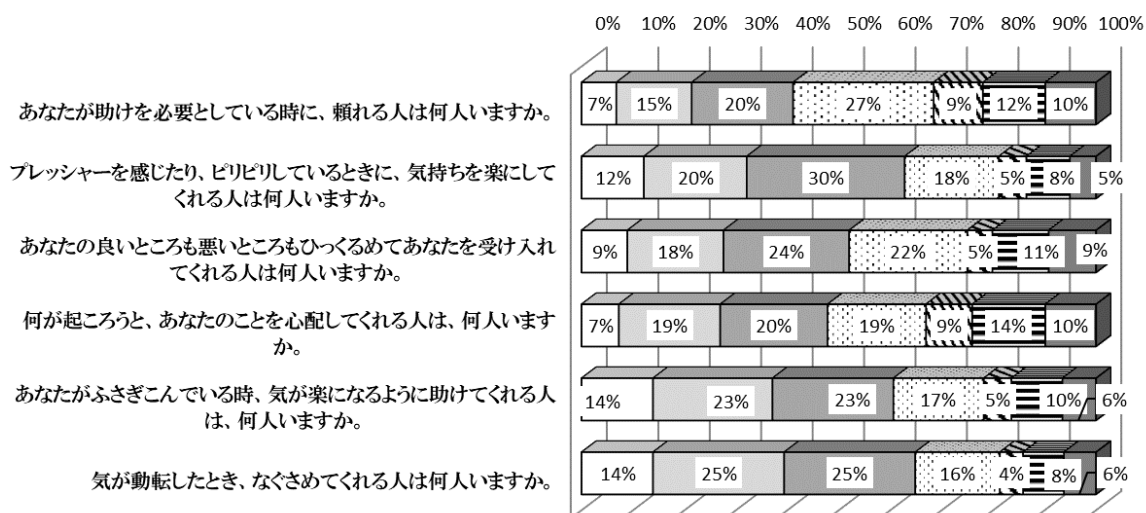


図2-34 家族自身の周囲の人々

家族回答者に、日ごろ助けてくれたり支えになってくれたりする周囲の人々がどのくらいいるかについて示したものが図2-34です。「あなたが助けを必要としている時に、頼れる人は何人いますか」については、77.9%の人が複数人以上いるなど、比較的多くの周囲の支えを得られているといえます。

(8) 生活状況

1. ご本人の生活状況

家族回答者から見たご本人の生活状況を尋ねた結果を図2-35と図2-36に示しました。「よくある」または「ときどきある」と回答した人が多かったものは「家族に話しかける」70.5%や、「仕事・学校に行くのを避ける」70.4%、「他者と会うことを避ける」69.7%、「自分の欲しいものを買うために外出する」63.5%、「自ら外出する」62.0%でした。家族には話しかけられる場合や他者と交流しない形での外出についてはできる場合が多い一方で、何かを避ける場合も多いことが分かります。

その一方で、「他者を遊びに誘う」11.7%や「他者と遊びに出掛ける」14.8%、「社会参加をする」17.0%、「社会参加のために苦手なこともする」17.9%、「就学や就労に必要な情報を集める」19.0%といったものは、「よくある」または「ときどきある」と回答した人が少ない傾向にありました。就学や就労などの社会参加に関連するものばかりでなく、他者との交流が必要なことをしていない場合が多いことが分かります。

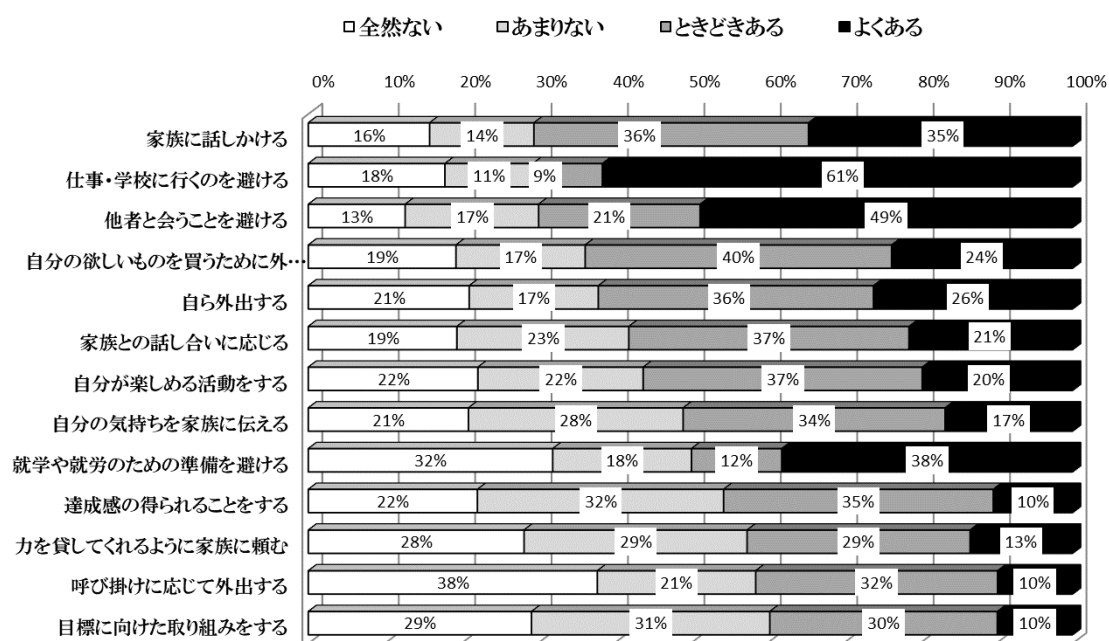


図2-35 ご本人の生活状況(1)

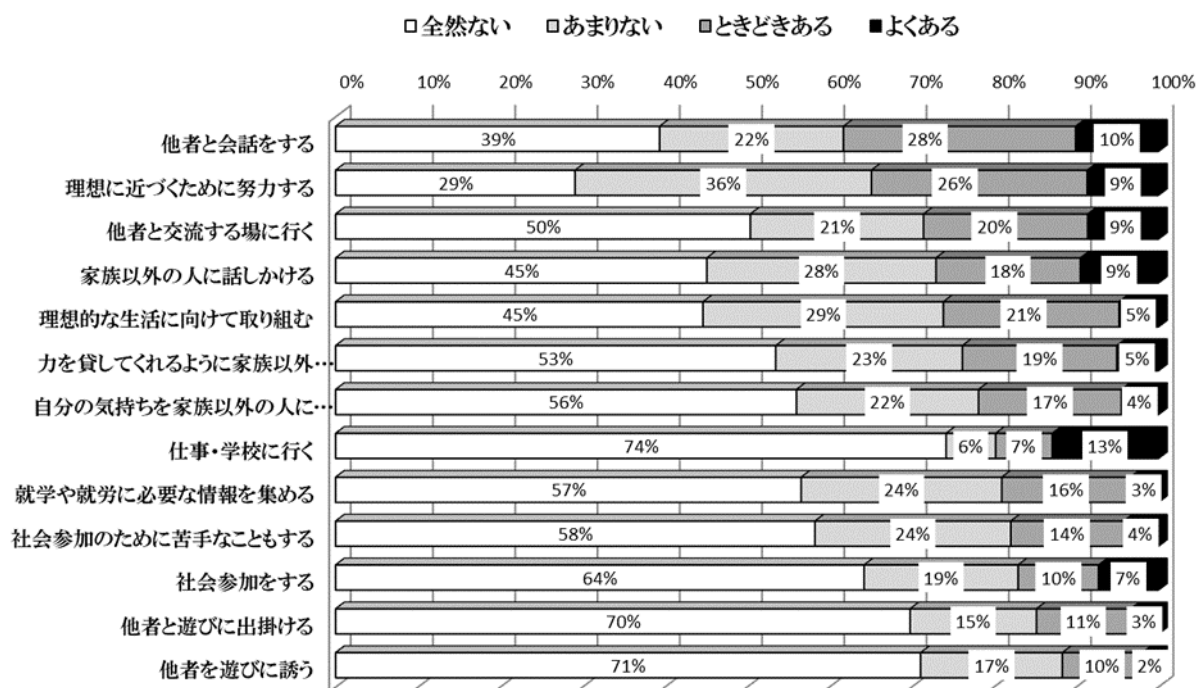


図2-36 ご本人の生活状況(2)

2. ご本人との関わり

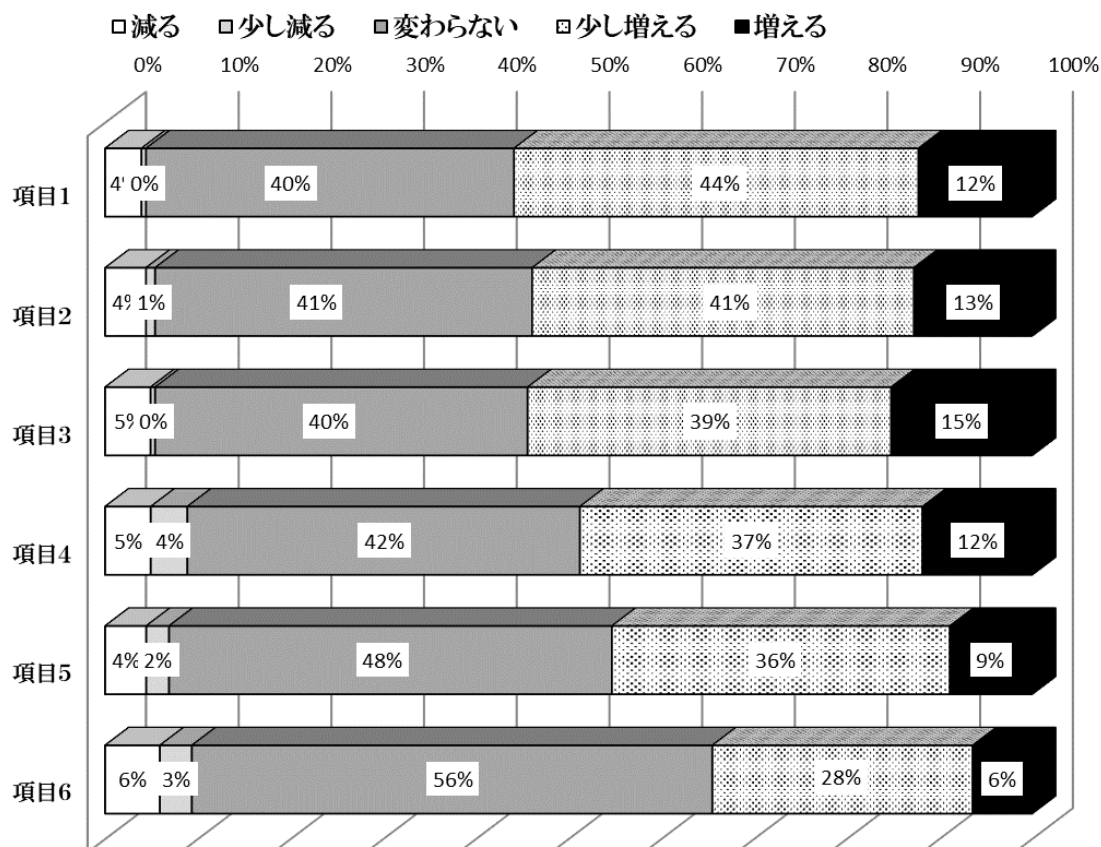


図2-37 ご本人との関わり(1)

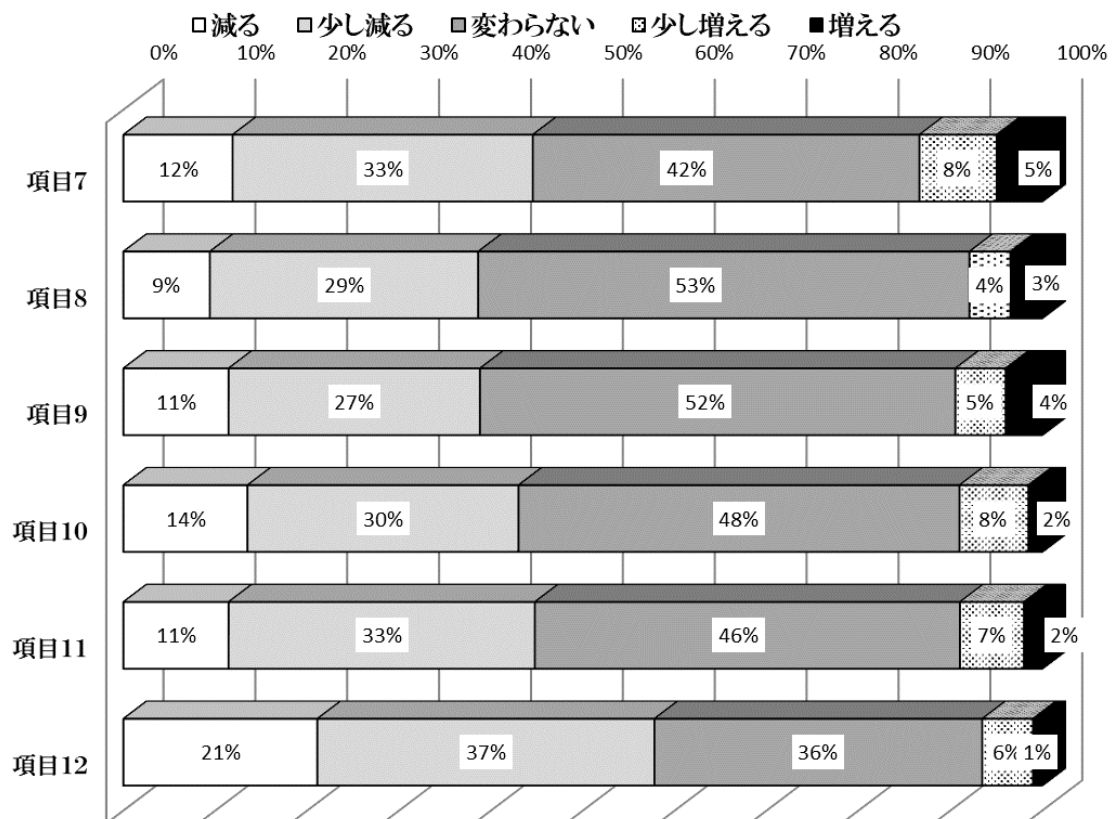


図2-38 ご本人との関わり(2)

項目内容

- 項目1 「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。その後、「ありがとう」と言われる回数はどうなりそうですか
- 項目2 「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。その後、「ごはんおいしかったよ」と言われる回数はどうなりそうですか
- 項目3 「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。その後、「おはよう」と言われる回数はどうなりそうですか
- 項目4 ご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、それ以上の追及をやめました。その後、自分の素直な気持ちを話してくれる回数はどうなりそうですか
- 項目5 ご本人に将来のことを追及していましたが、真剣に考えてくれたので、それ以上の追及をやめました。その後、真剣に考えてくれる回数はどうなりそうですか
- 項目6 ご本人に将来のことを追及していましたが「心配してくれてありがとう」と言ってくれたので、それ以上の追及をやめました。その後、「心配してくれてありがとう」と言われる回数はどうなりそうですか
- 項目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」としかりました。その後、「うるさい」と言われる回数はどうなりそうですか

- 項目8 「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」としかったです。その後、「わかったわかった」と言われる回数はどうなりそうですか
- 項目9 「ほっといてくれ」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」としかったです。その後、「ほっといてくれ」と言われる回数はどうなりそうですか
- 項目1 「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。その後、0 「黙ってろ」と言われる回数はどうなりそうですか
- 項目1 「同じ事を何回も言うな」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。1 た。その後、「同じ事を何回も言うな」と言われる回数はどうなりそうですか
- 項目1 「死ね」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。その後、「死2 ね」と言われる回数はどうなりそうですか
-

家族回答者のご本人との関わりの様子を尋ねた結果を図2-37と図2-38に示しました。「『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。その後、『ありがとう』と言われる回数はどうなりそうですか」55.9%、「『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。その後、『ごはんおいしかったよ』と言われる回数はどうなりそうですか」53.9%、「『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。その後、『おはよう』と言われる回数はどうなりそうですか」54.4%といったものについては、「増える」または「少し増える」と回答した人が多いことが分かります。また、「『死ね』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。その後、『死ね』と言われる回数はどうなりそうですか」57.8%、「『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。その後、『黙ってろ』と言われる回数はどうなりそうですか」44.8%、「『同じ事を何回も言うな』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。その後、『同じ事を何回も言うな』と言われる回数はどうなりそうですか」43.0%といったものについては、「減る」または「少し減る」と回答した人が多いことが分かります。

したがって、半分程度 of 家庭においては、家族の関わりがご本人の行動の変化に影響を及ぼしているといえます。

2. 本人調査

1. 目的

本調査は、ひきこもり支援における居場所へのニーズを把握することを目的としています。

2. 調査方法

【 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）の支部が令和元年 12 月～令和 2 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 101 名の回答が分析に用いられました。

【 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
- ・年齢
- ・性別
- ・現在住んでいる都道府県
- ・ひきこもりの期間
- ・現在のひきこもりの程度
- ・1 ヶ月の平均外出日数

（2）支援・医療機関について

- ・支援・医療機関の利用経験の有無
- ・支援・医療機関利用の中断

（3）社会参加について

- ・社会参加に関する困難感
- ・昨年の世帯年収
- ・教育課程

（4）KHJ 家族会について（本人回答者）

- ・家族会への所属
- ・家族会への参加状況
- ・家族会への参加回数

(5) 居場所について

- ・居場所の重要度について
- ・居場所の有効度について

(6) ひきこもり本人の生活状況

【 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) 基礎情報

1. 現在のひきこもり状態の有無

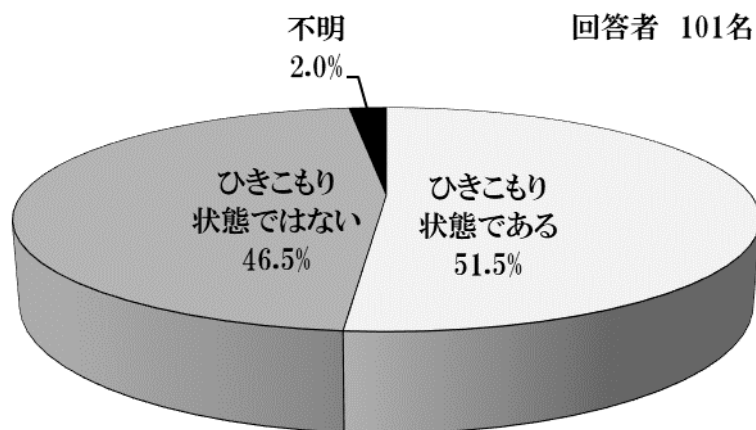


図2-39 ひきこもり状態の有無(現在)

図2-39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51.5%（32.7%）、現在ひきこもり状態ではない方が46.5%（63.5%）、不明が2.0%（3.8%）でした（カッコ内は昨年度の値）。

2. 過去のひきこもり状態の有無

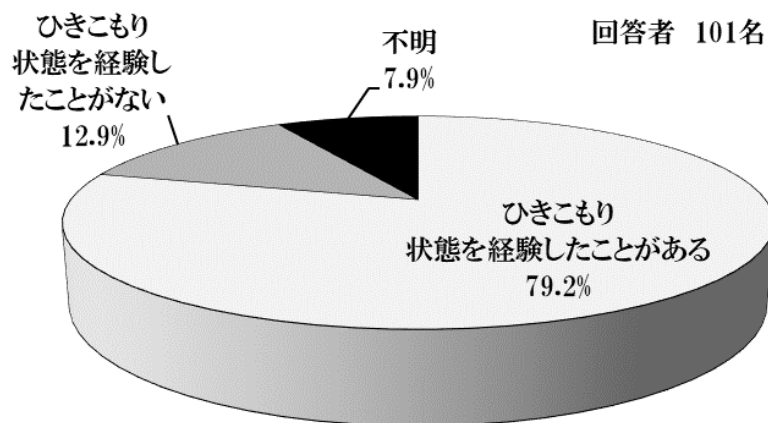


図2-40 ひきこもり状態の有無(過去)

図2-40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79.2%（82.7%）、過去にひきこもり状態を経験したことがない方が12.9%（11.5%）、不明が7.9%（5.8%）でした（カッコ内は昨年度の値）。

3. 年齢

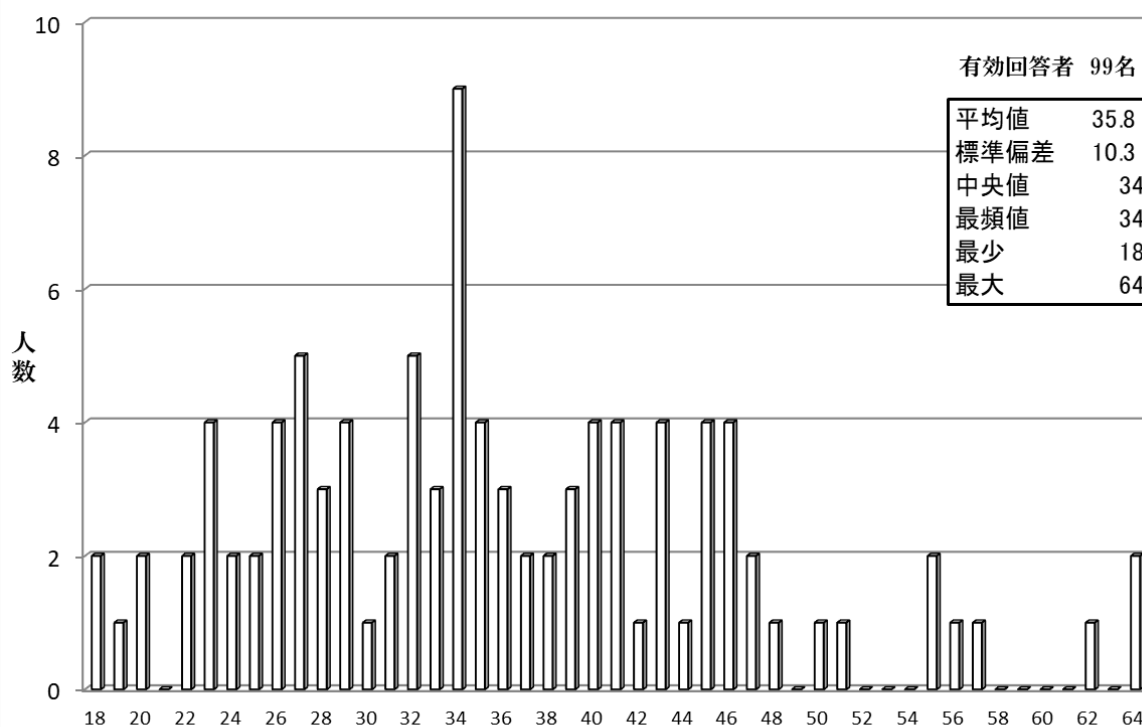


図2-41 本人回答者の年齢

図2-41のとおり、本人回答者の平均年齢は 35.8 ± 10.3 歳（ 36.8 ± 8.2 歳）であり、最年少が18歳（17歳）、最年長が64歳（56歳）でした（カッコ内は昨年度の値）。

4. 性別

図2-42に本人回答者の性別を示しました。男性が69.3%（73.1%）、女性が26.7%（23.1%）、その他が2.0%（0%）、不明が2.0%（3.8%）でした（カッコ内は昨年度の値）。昨年の結果よりも女性回答者の割合が若干増えたことが分かります。

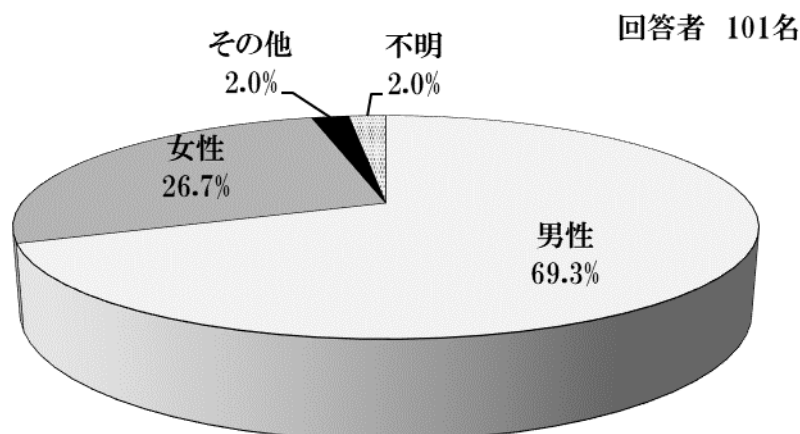


図2-42 本人回答者の性別

5. 本人回答者の住んでいる都道府県

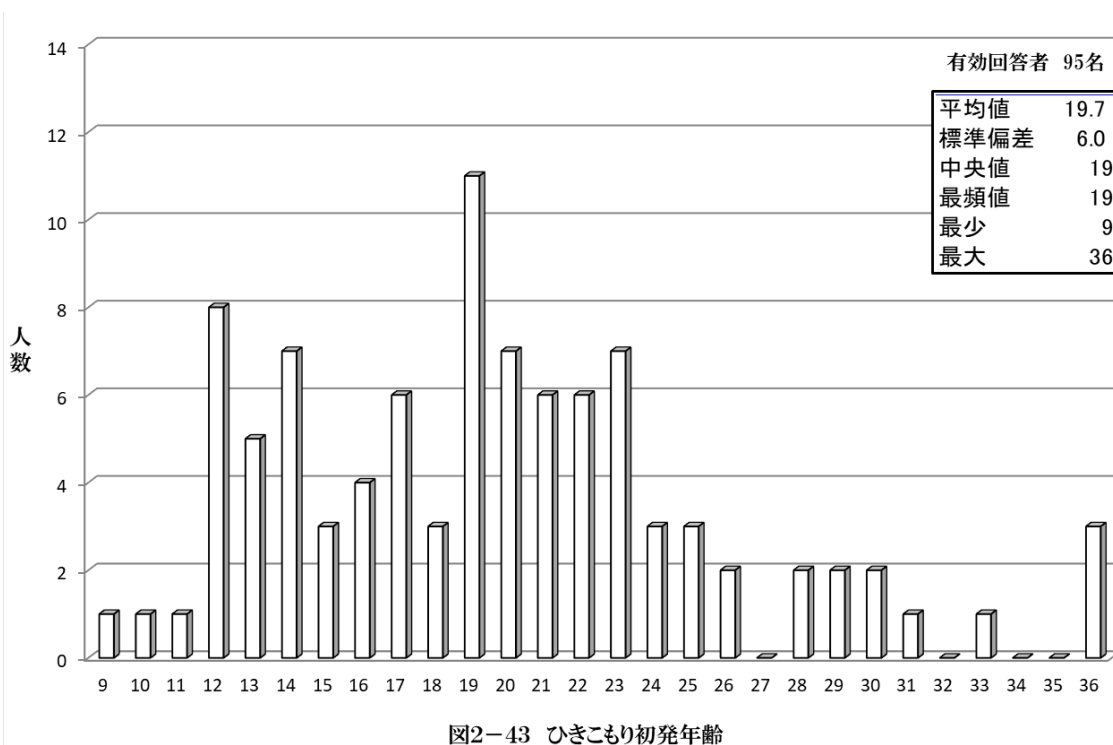


表2-3に示したとおり、本人回答者が住んでいる場所は29都道府県（24都道府県）に分布しています。各地方の割合としては、北海道・東北地方が11.9%（24.5%）、関東地方が30.7%（22.4%）、中部地方が17.8%

（22.4%）、近畿地方が14.9%（4.1%）、中国地方が11.9%（6.1%）、四国地方が4.0%（8.2%）、九州地方が5.0%（12.2%）となっています（カッコ内は昨年度の値）。

6. ひきこもりの初発年齢

図2-43のとおり、ひきこもりが始まった時期の平均年齢は、19.7歳（20.4歳）、最年少が9歳（12歳）、最年長が36歳（35歳）でした（カッコ内は昨年度の値）。昨年度の調査よりも、20歳未満でひきこもり状態となった方が多く見られました。

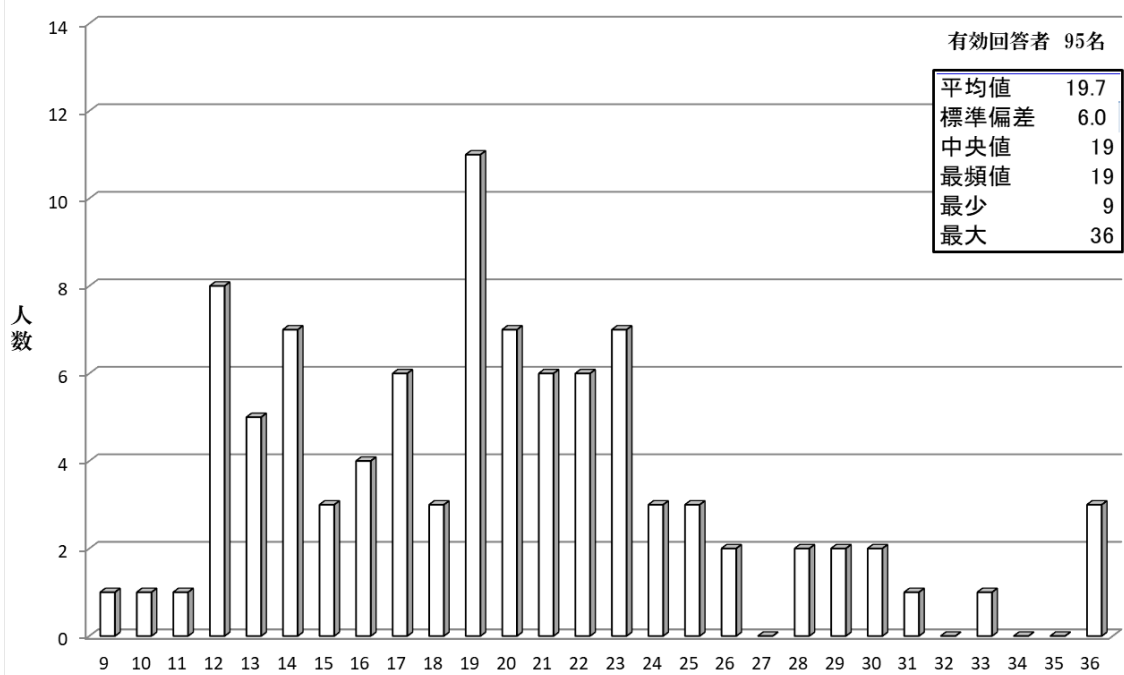


図2-43 ひきこもり初発年齢

7. ひきこもり期間

図2-44に示したひきこもり期間は、平均7.8年（8.1年）、最小が3ヶ月（3ヶ月）、最大は30年（32年）でした（カッコ内は昨年度の値）。

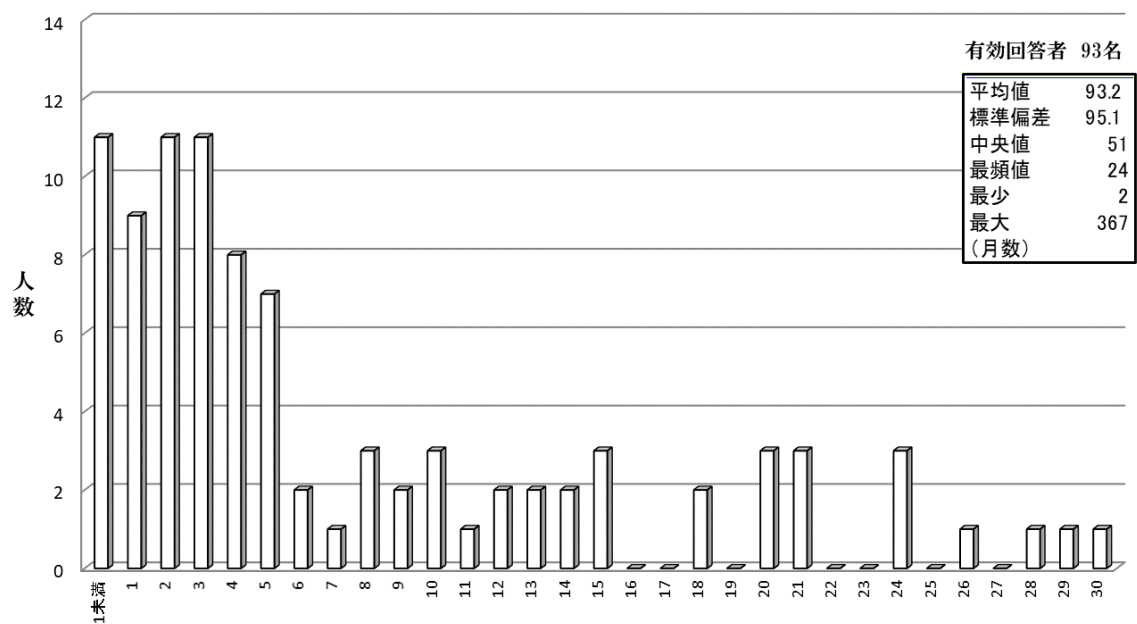


図2-44 ひきこもり期間(年)

8. ひきこもりの程度

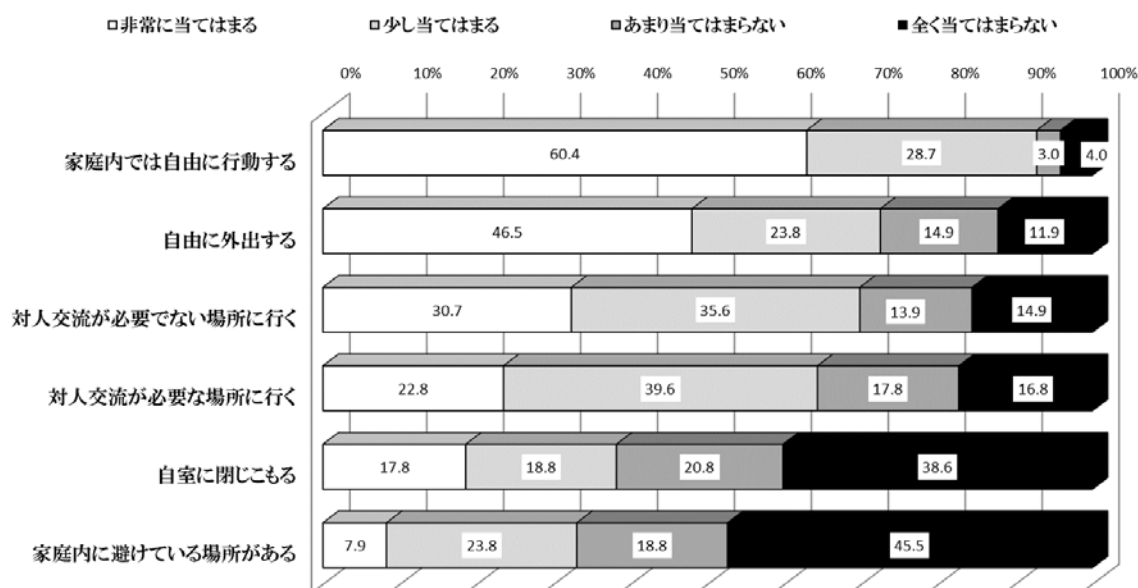


図2-45 ひきこもりの程度

図2-45にひきこもりの程度について示しました。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」と回答した方が89.1%（82.7%）と一番多い結果となりました。次に、「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」と回答した方が多く、70.3%（80.8%）でした。「対人交流が必要でない場所に行く」について「非常に当てはまる」もしくは「少し当てはまる」と回答した人は66.3%（73.1%）でした。

また、「対人交流が必要な場所に行く」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62.4%（86.5%）と、昨年度の調査よりも低い値となりました。「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36.6%（36.5%）、「家庭内に避けている場所がある」について「非常に当てはまる」もしくは「少し当てはまる」と回答した方は昨年と同様に一番低い値となり31.7%（36.5%）でした（カッコ内は昨年度の値）。

9. 1ヶ月の平均外出日数

図2-46に、本人回答者の1ヶ月の平均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16.3日（19.0日）、最少は0日（0日）、最大は30日（30日）でした。昨年度よりも平均外出日数が低い値となりました（カッコ内は昨年度の値）。

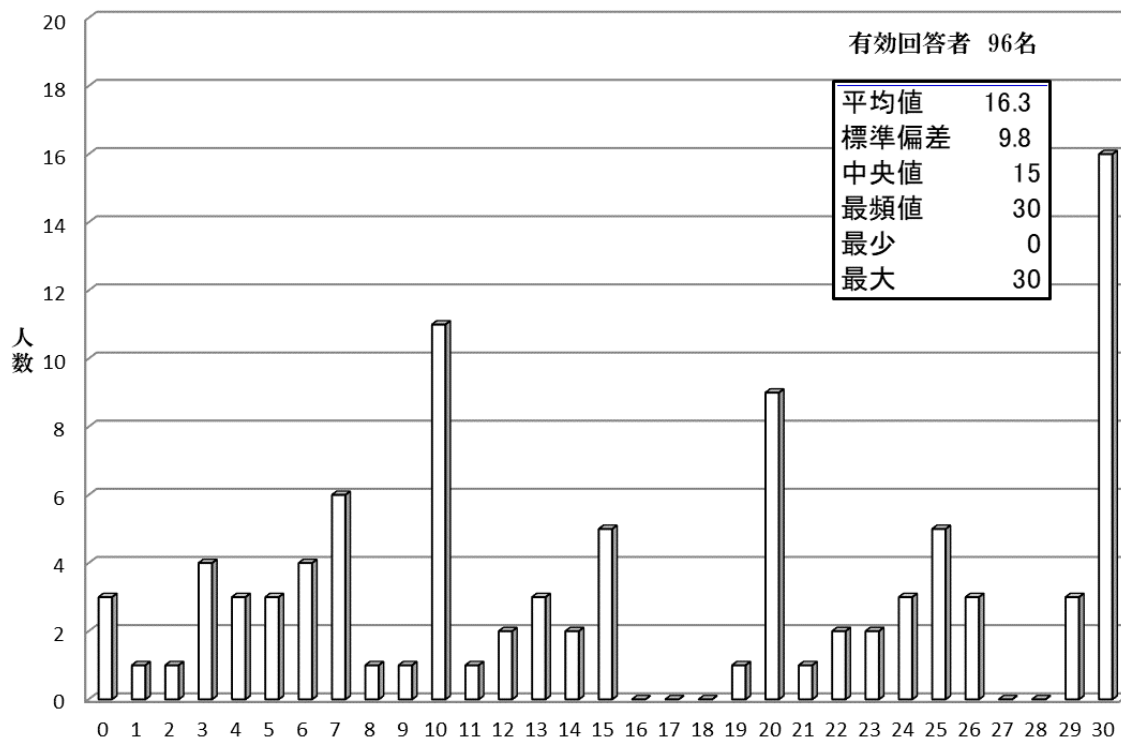


図2-46 本人回答者の1ヶ月の平均外出日数

(2) 支援・医療機関について

1. 支援・医療機関の利用状況

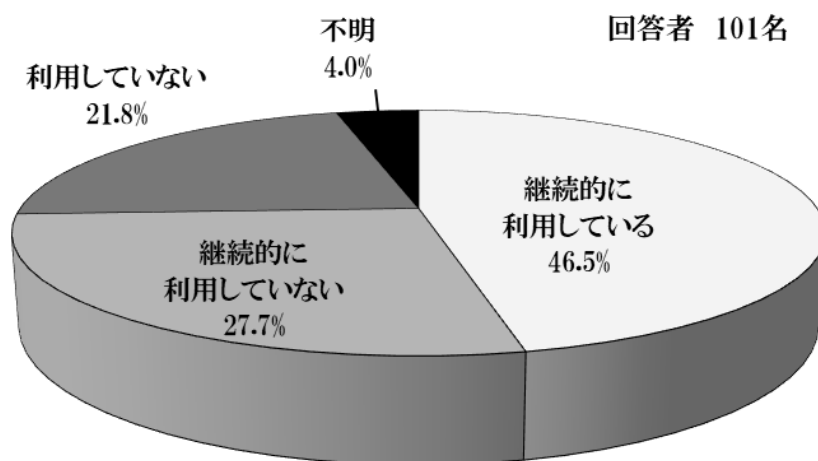


図2-47 支援・医療機関の利用状況

図2-47のとおり、支援・医療機関を継続的に利用している人が46.5% (46.2%)、利用したことがあるが継続的ではない人が27.7% (19.2%)、利用したことがない人が21.8% (13.5%)、不明が4.0% (3.8%) でした(カッコ内は昨年度の値)。

2. 支援・医療機関利用の中断

図2-48に支援・医療機関の利用を中断したことがあるかどうかについて示しました。支援・医療機関を利用したことがある人のうち、「支援・医療機関の利用を中断したことがある」と回答した方は46.5%（50.0%）、「支援・医療機関の利用を中断したことがない」と回答した方は40.6%（43.5%）、不明が12.9%（6.5%）でした（カッコ内は昨年度の値）。

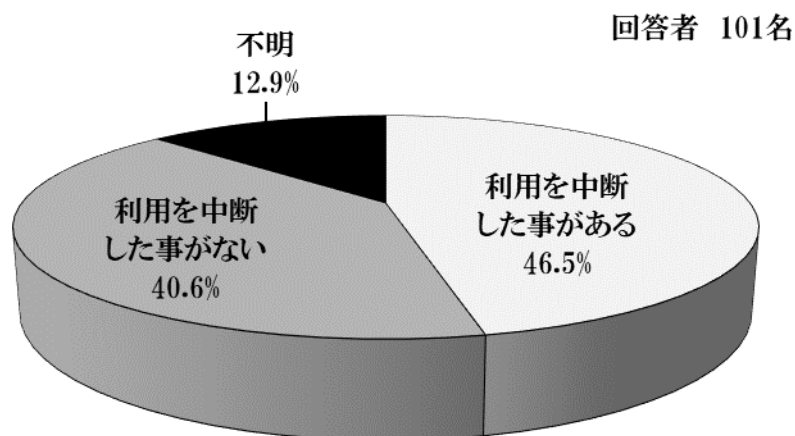


図2-48 支援・医療機関利用の中断

（3）社会参加について

1. 社会参加に対する困難感

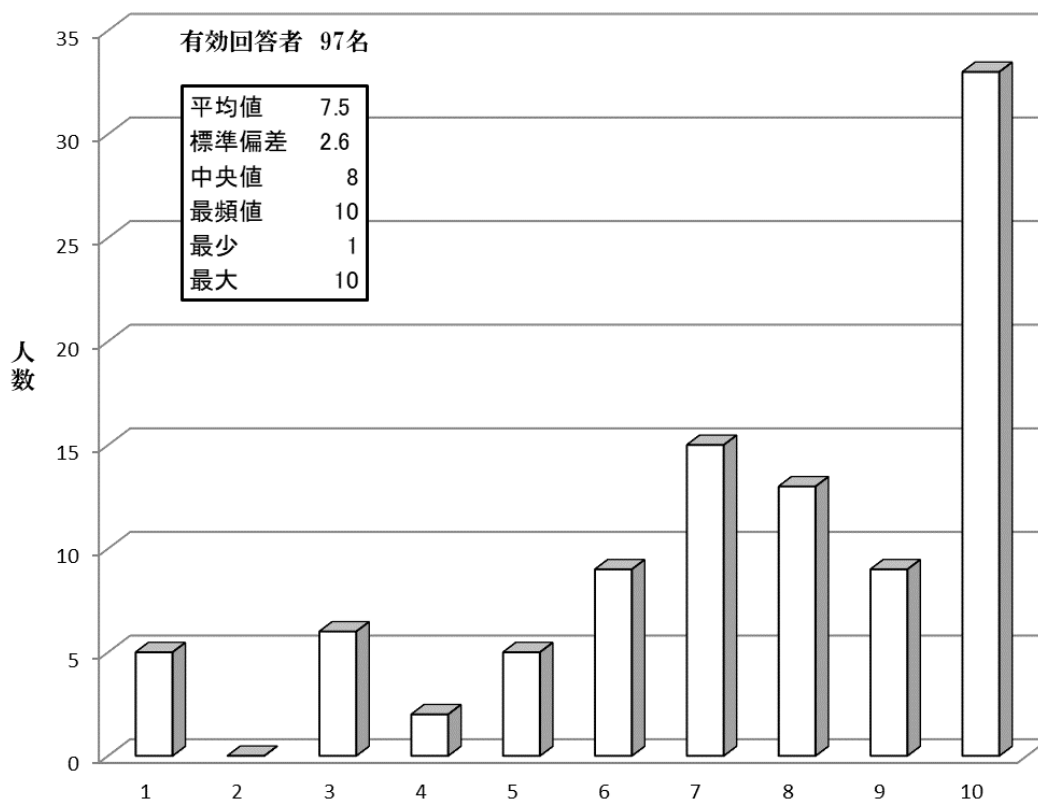


図2-49 社会参加への困難感の程度

図2-49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7.5(6.4)と、昨年度の調査よりもやや高い値でした。3以下と回答した人は11.3%(8.2%)にとどまり、その一方で8以上と回答した人は56.7%(32.7%)でした(カッコ内は昨年度の値)。昨年度の調査よりも、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。

2. 昨年の世帯年収

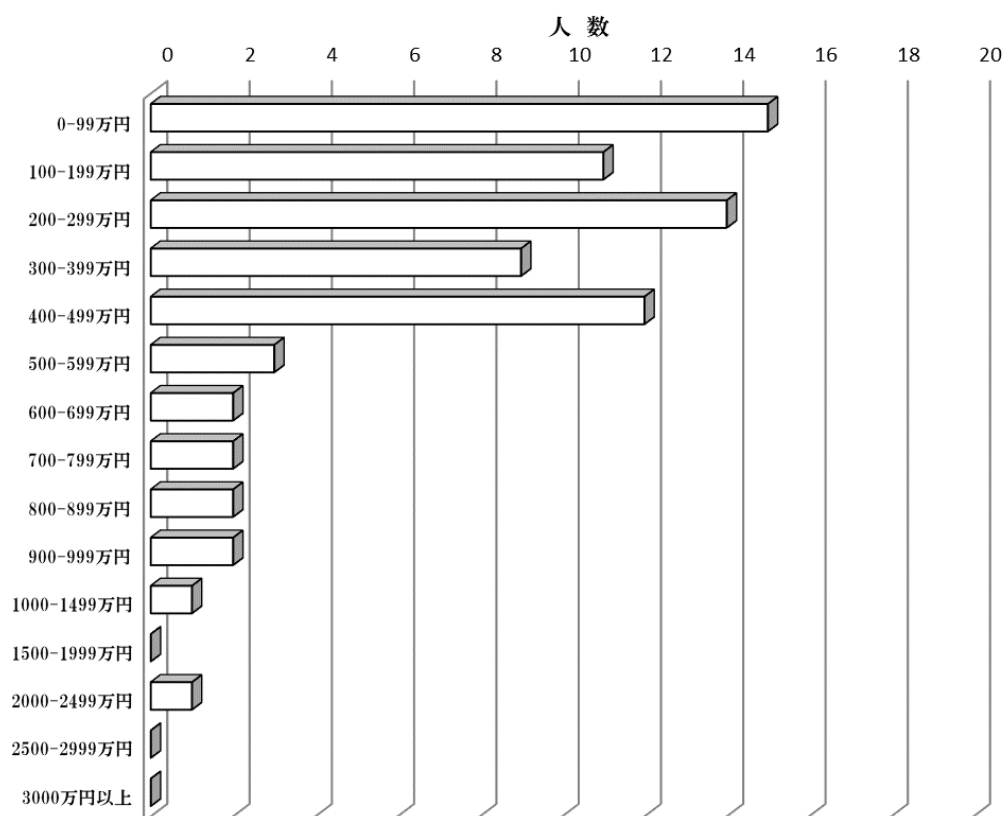


図2-50 昨年の世帯全体年収

図2-50に昨年の世帯全体の年収について示しました。0～99万円と回答した方がもっとも多く、次に200～299万円と回答した方が多いことが分かります。

3. 教育課程について

図2-51に本人回答者が受けた教育課程について示しました。

小学校を卒業したと回答した方が75.2%、中学校を卒業したと回答した方が72.3%とともに7割を超えました。高校を卒業したと回答した方は61.4%、短期大学(3年制以下)を卒業したと回答した方は4.0%、専門学校を卒業した

と回答した方は 10.9%、4 年制大学を卒業したと回答した方は 19.8%、大学院または 6 年制大学を卒業したと回答した方は 4.0%でした。

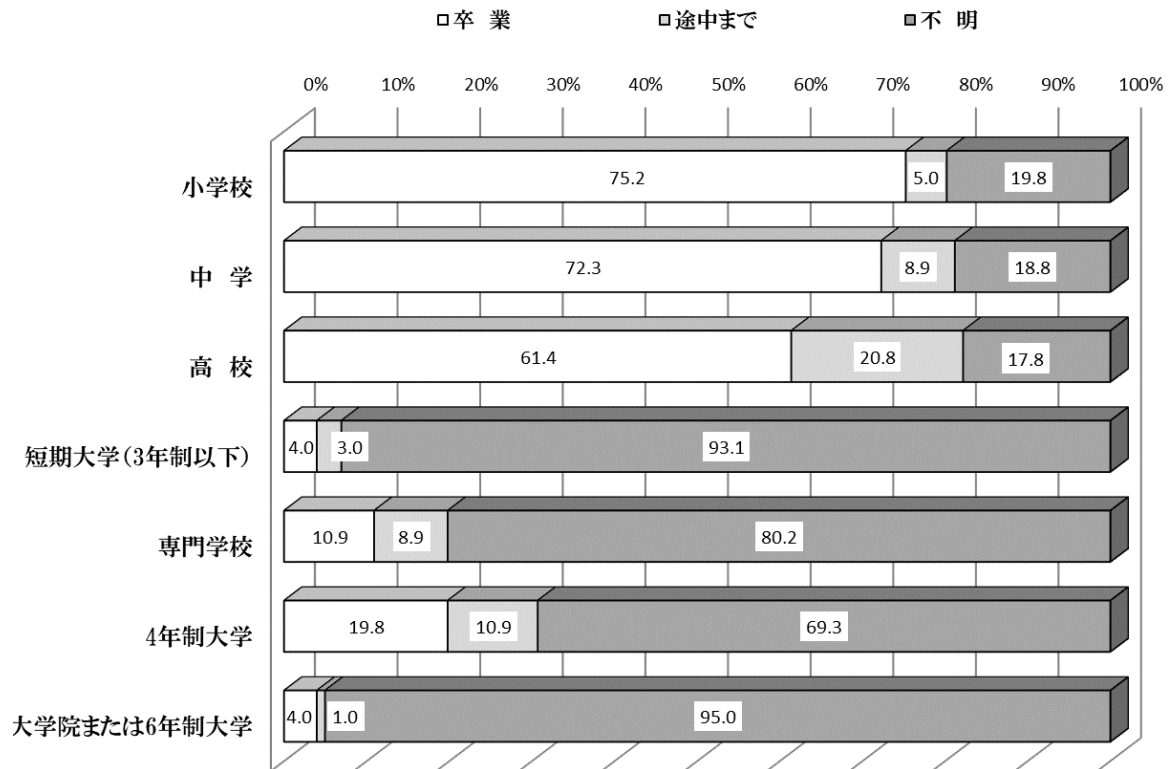


図2-51 教育課程

(4) KHJ 家族会について (本人回答者)

1. 家族会への所属

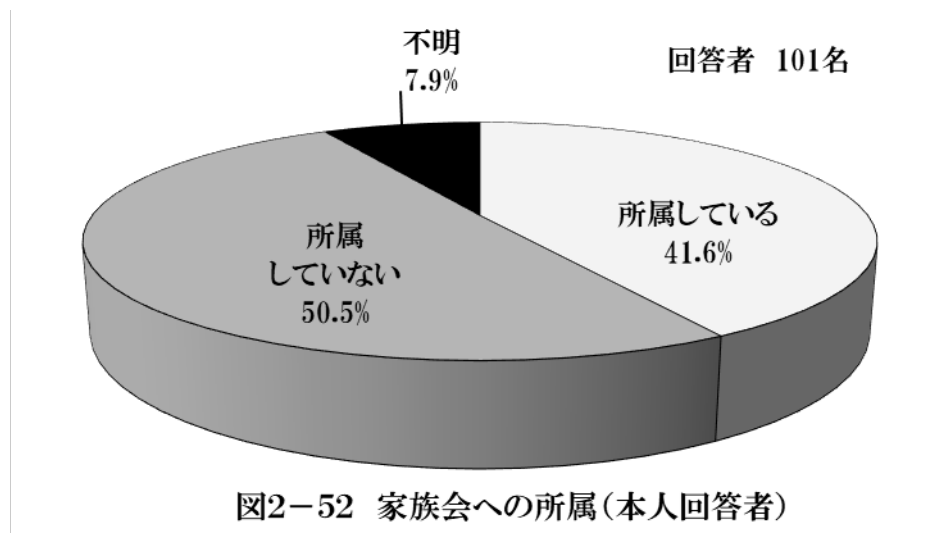


図2-52 家族会への所属(本人回答者)

図 2 - 5 2 に家族会への所属の有無について示しました。「所属している」と回答した方が 41.6% (76.9%)、「所属していない」と回答した方が 50.5%

(15.4%)、不明が 7.9% (7.7%) でした。昨年度の値と比較すると、「所属している」と回答した方の値は大幅に低くなっています（カッコ内は昨年度の値）。

2. 本人回答者の家族会所属支部

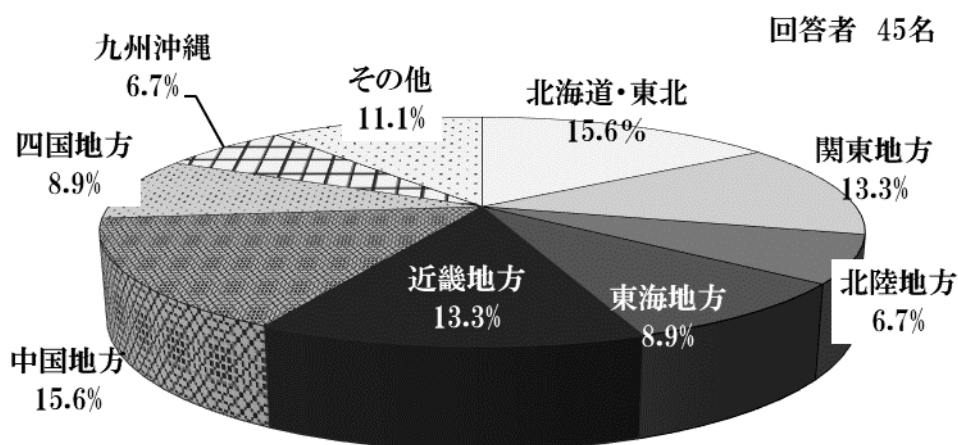


図2-53 本人回答者の家族会所属支部(地方別)

図2-53に本人回答者の家族会所属支部を地方別に示しました。今年度の調査では、北海道・東北地方と中国地方の支部より、もっとも多く回答が得られました（ともに 15.6%）。関東地方および近畿地方の支部からも、多くの回答が得られました。

3. 家族会への参加状況

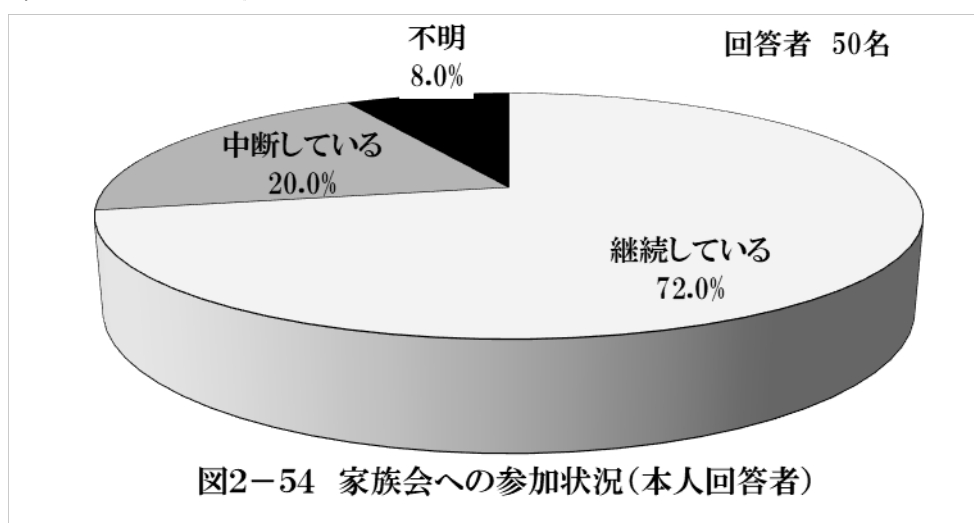


図2-54に家族会への参加状況について示しました。家族会に所属している回答者のうち、家族会を継続していると回答した方が 72.0% (80.0%)、家

族会を中断していると回答した方が 20.0% (12.5%) でした (カッコ内は昨年度の値)。

4. 家族会への参加回数

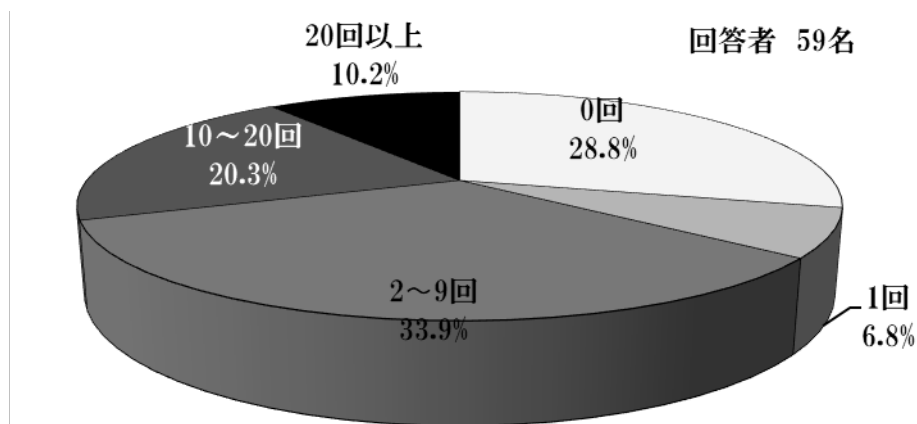


図2-55 家族会への参加回数(本人回答者)

図2-55に家族会への参加回数について示しました。回答が得られた方のうち、昨年度の調査と同様に、2~9回と回答した方が最も多く 33.9% (30.8%) でした。次に一度も家族会に参加したことがないと回答した方が 28.8% (15.4%)、10~20回程度と回答した方が 20.3% (23.1%) でした。20回以上と回答した方が 10.2% (28.2%)、1回と回答した方が 6.8% (2.6%) でした (カッコ内は昨年度の値)。

(5) 居場所について

1. 居場所の重要度について

図2-56に本人回答者が、居場所の運営に関する各項目についてどの程度重要であると捉えているか、得られた回答をまとめました。

「安心して利用できる工夫がされていること」、「利用者の自己決定が尊重されること」について非常に大事である、または少し大事であると回答した方がもっとも多く、どちらも 92.1% でした。次に「安定して継続的な利用ができること」、「利用者を不安にさせるものがないこと」について非常に大事である、または少し大事であると回答した方が多く 91.1% でした。「利用者の自己理解を深めること」について非常に大事である、または少し大事であると回答した方が 87.1%、「運営者が上下関係ではなく、対等な立場で関わること」また「利用者が人生の楽しみを見つけること」について非常に大事である、または少し大事であると回答した方が 85.1%、「利用者の自己有用感を高めること」について非常に大事である、または少し大事であると回答した方が

83.1%、「ひきこもりの支援に特化していること」について非常に大事である、または少し大事であると回答した方が78.2%でした。以上の項目すべてにおいて7割以上の方が重要であると捉えていることが分かります。「利用者が就労すること」について非常に大事である、または少し大事であると回答した方は58.4%でした。

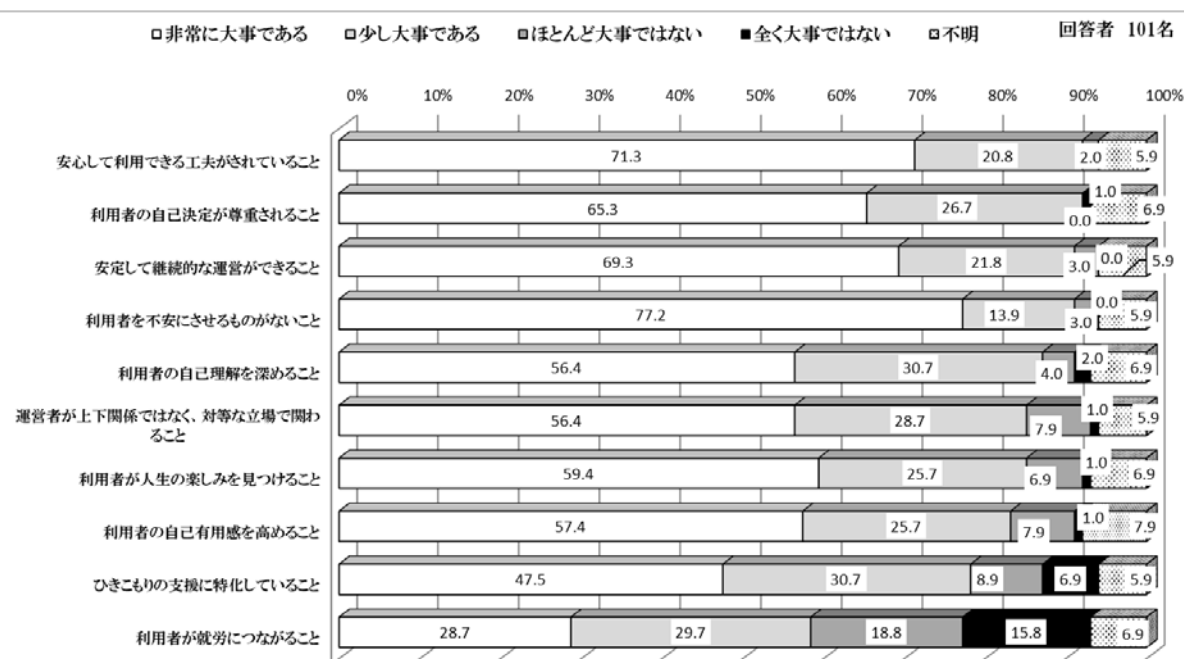


図2-56 居場所の運営に関する重要度

2. 居場所の活動についての有効度

図2-57に本人回答者が、居場所の活動についてどの程度有効であると捉えているか得られた回答をまとめました。

「運営者による相談活動」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方がもっとも多く82.2%でした。次に「居場所の利用者同士の交流（例：語り場、雑談交流会など）」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方が多く76.2%でした。「レクリエーション（例：映画鑑賞、ゲーム、カラオケなど）」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方が69.3%、「ストレスマネジメント（例：リラクゼーション講座など）」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方が62.4%、「居場所外の人たちとの交流（例：イベント参加、地域交流など）」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方が60.4%でした。

さらに、「料理体験」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方が57.4%、「就労体験」および「就労訓練（例：PC教室、労働法

講座、職業講話など）」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方が 56.4%でした。「スポーツ活動」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方が 54.5%、「就学支援（例：学習支援、百ます計算など）」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方が 53.5%、「農作業体験」について非常に有効である、または少し有効であると回答した方が 52.5%でした。

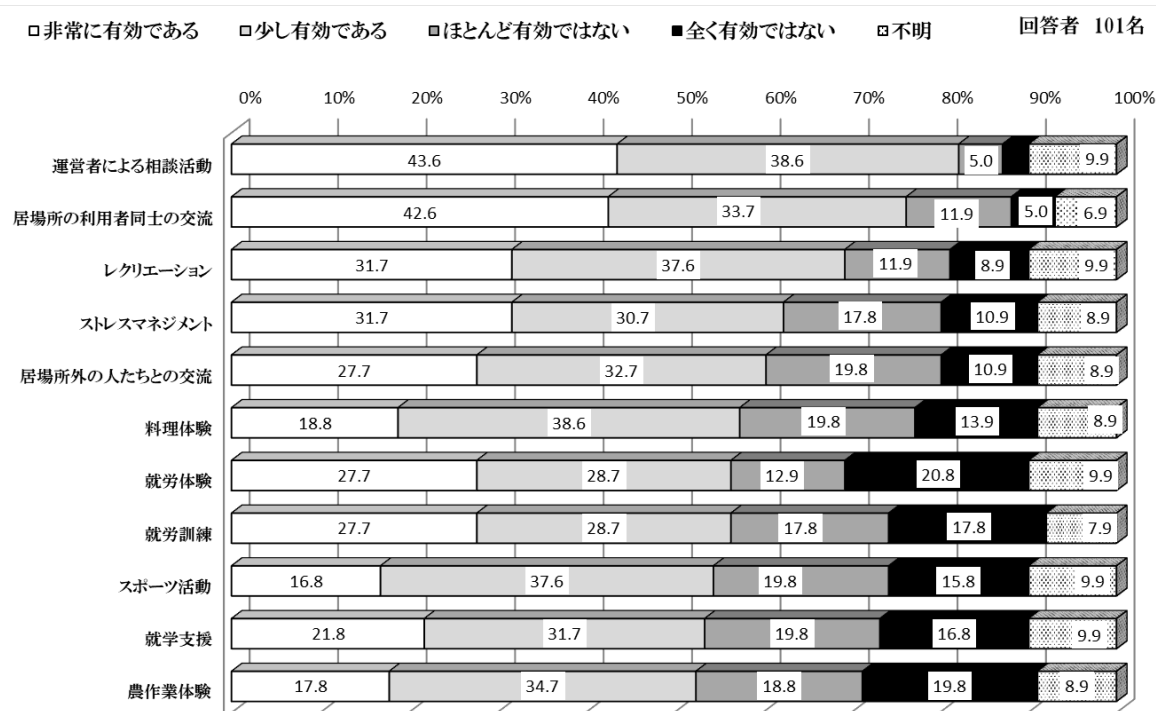


図2-57 居場所の活動に関する有効度

（7）生活状況について

1. 本人の様子

図2-58に本人回答者の生活上の様子を示しました。「いつも」または「ほとんどいつも」と回答した方がもっとも多かったのは「元気にすごした」21.6%であり、続いて「興味のあることがたくさんあった」17.5%、「おちついた、リラックスした気分ですごした」16.5%でした。また、「あかるく、たのしい気分ですごした」については、39.2%の人が「まったくない」または「ほんのたまに」と回答しており、ふだんまったくあかるく楽しいきもちにならない人が少なくないことが分かりました。さらに、これらは家族回答者よりも悪い結果でした。

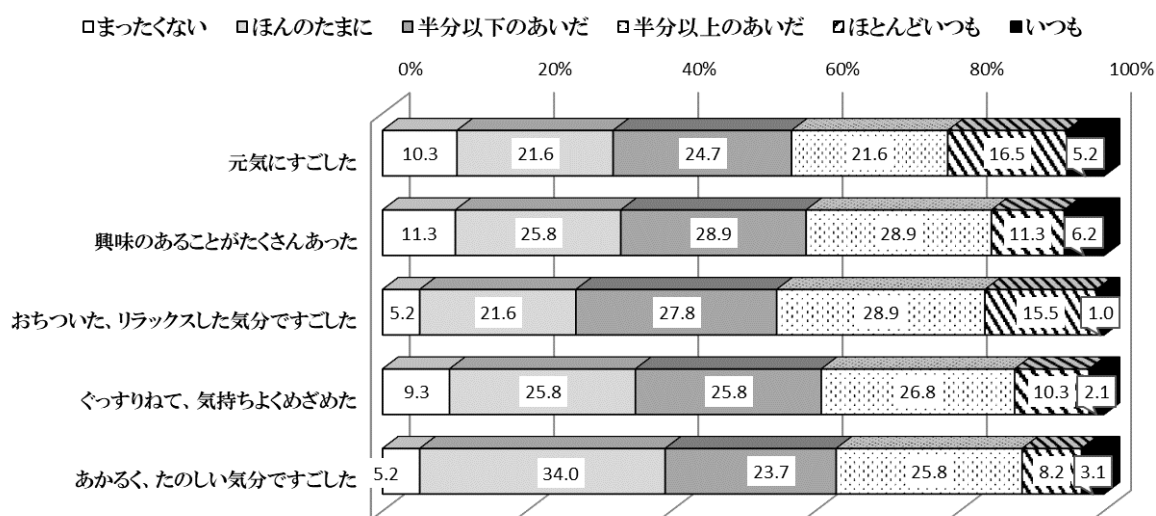


図2-58 生活状況

2. 周囲の人々

本人回答者に、日ごろ助けてくれたり支えになってくれたりする周囲の人々がどのくらいいるかについて示したものが図2-59です。「あなたが助けを必要としている時に、頼れる人は何人いますか」については、77.8%の人が複数人以上いる一方で、「あなたがふさぎこんでいる時、気が楽になるように助けてくれる人は、何人いますか」については39.0%、「あなたがふさぎこんでいる時、気が楽になるように助けてくれる人は、何人いますか」については36.7%が0人もしくは1人しかいないことが分かります。

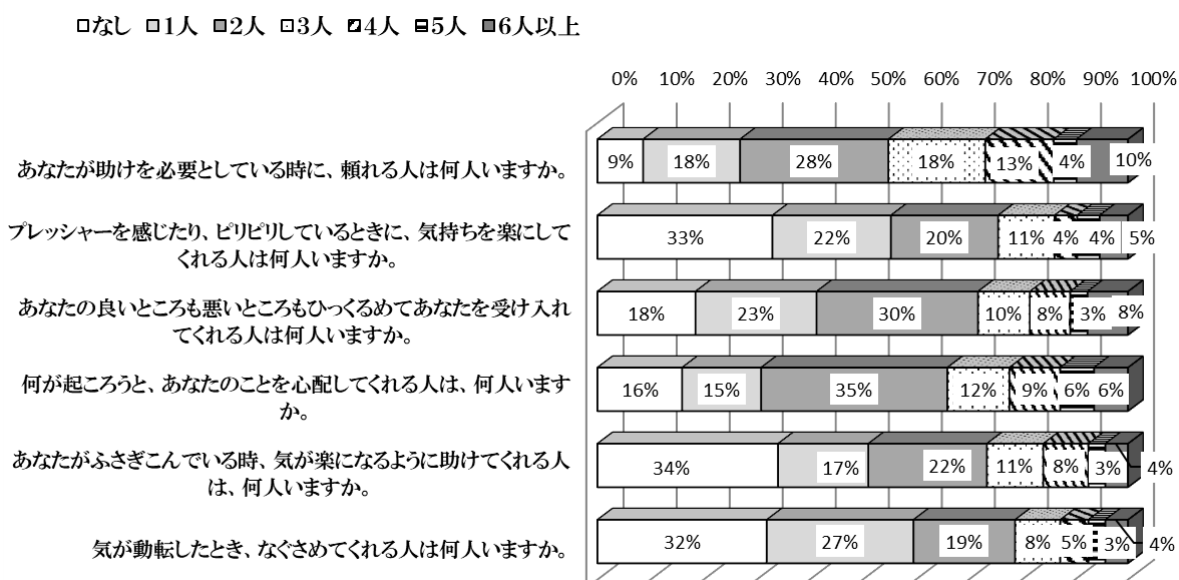


図2-59 周囲の人々

3. 生活上の悩み

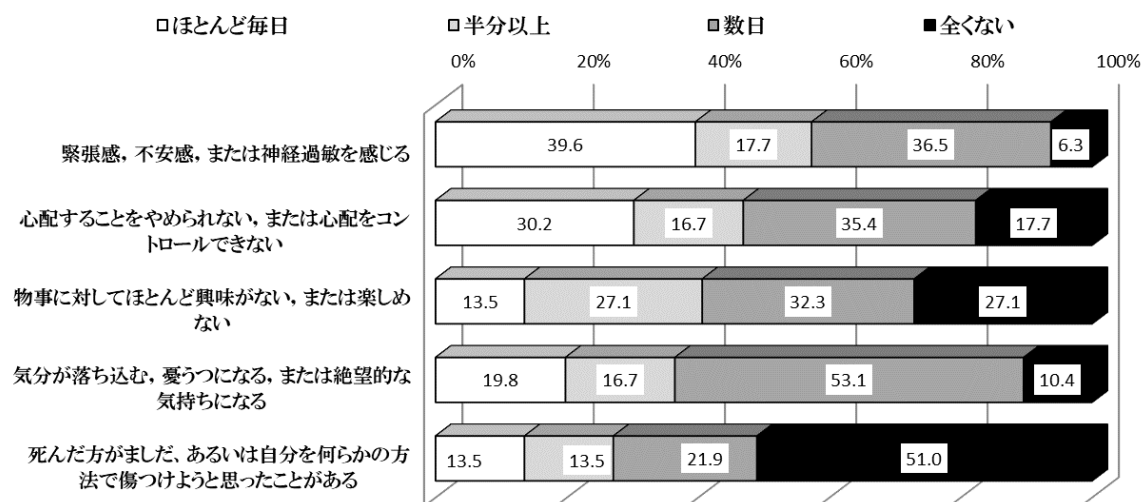


図2-60 生活上の悩み

図2-60に本人回答者の生活上の悩みについて示しました。「ほとんど毎日」または「半分以上」と回答した方がもっとも多かったのは「緊張感, 不安感, または神経過敏を感じる」57.3%であり、続いて「心配することをやめられない, または心配をコントロールできない」46.9%、「物事に対してほとんど興味がない, または楽しめない」40.6%でした。いずれも家族回答者の結果よりも高い割合であり、心身の不安を抱える本人回答者が多いことが分かります。

(8) 人生において大事にしていることについて

1. 大事にしていること

本人回答者が大事にしていることを図2-61に示します。大事にしていることとしてもっとも多かったのは「安定した生活を維持すること」であり、続いて「興味を持ったことを探求すること」、「身近な人を大切にすること」でした。その一方で、「よい学校を卒業すること」、「社会に対して影響力を持つこと」、「他人に評価されること」については、あまり大事にしていないことが分かります。

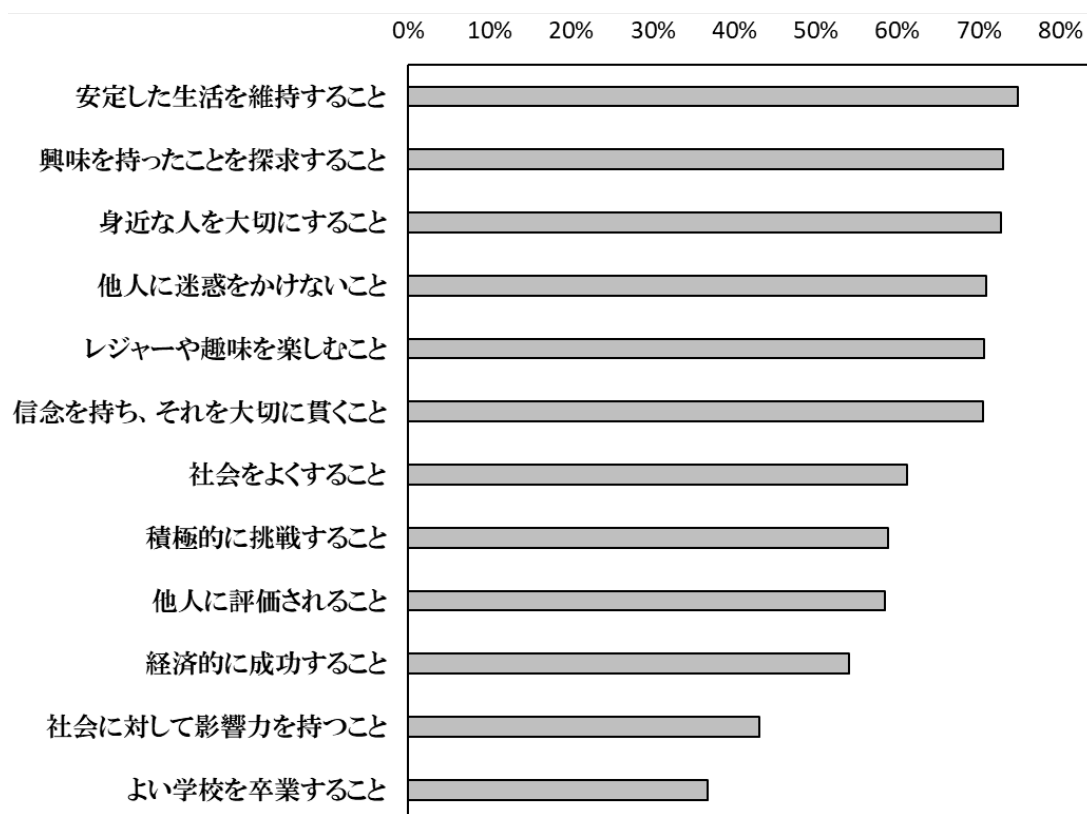


図2-61 大事にしていること

2. もっとも大事にしていること (1)

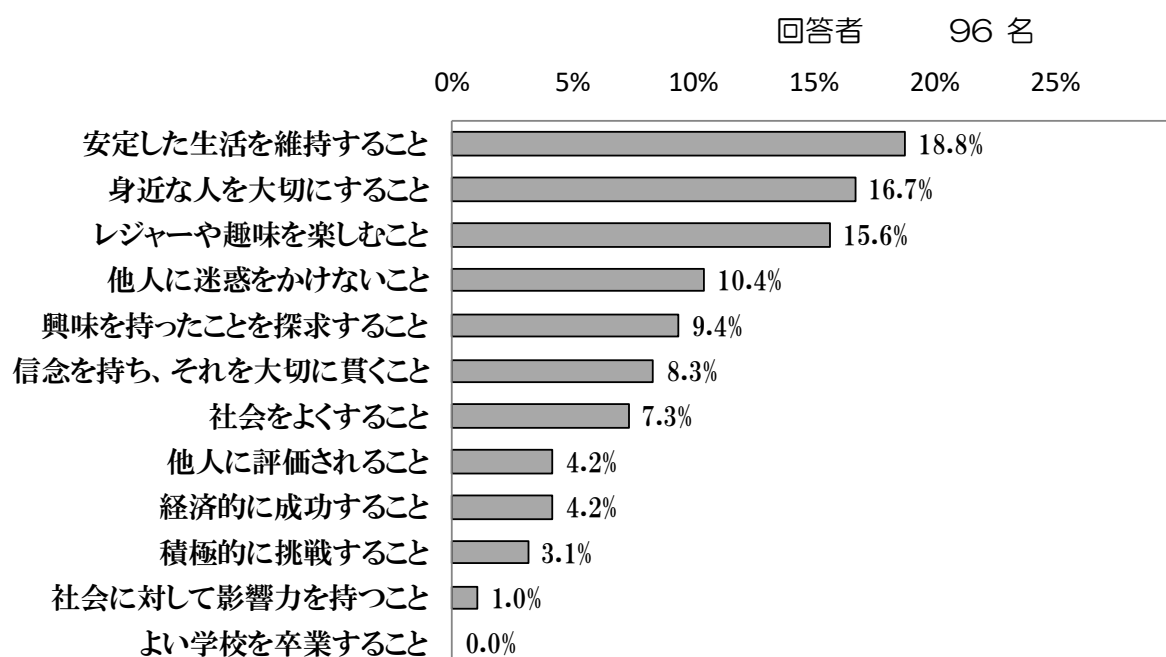


図2-62 もっとも大事にしていること(1)

本人回答者にもっとも大事にしていることを1つ選んでもらった結果を図2－62に示しました。もっとも多く選択されたものは、「安定した生活を維持すること」であり、続いて「身近な人を大切にすること」、「レジャーや趣味を楽しむこと」が選ばれました。その一方で、「よい学校を卒業すること」を選んだ回答者は1人もおらず、「社会に対して影響力を持つこと」を選んだ回答者は1名のみでした。

3. 「もっとも大事にしていること」はどのくらい大切な

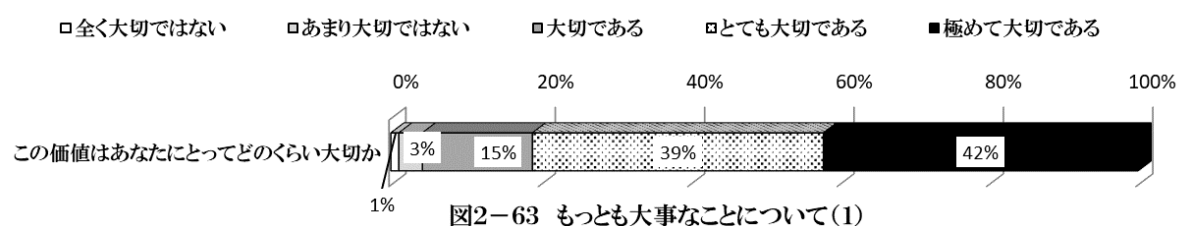


図2－63において本人回答者がもっとも大事と選んだものについて、どのくらい大切なかを尋ねた結果を図1－28に示しています。約8割の回答者が「とても大切である」または「極めて大切である」と答えていることが分かります。

4. 生活の中でどのくらい価値に沿って生活しているか

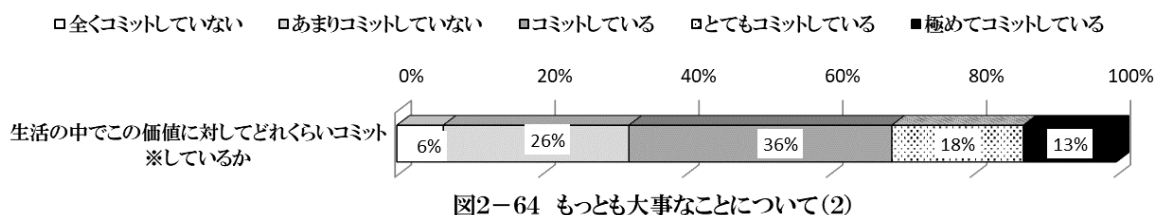


図2－64において本人回答者がもっとも大事と選んだものについて、生活の中でどのくらいその価値に沿って生活しているか尋ねた結果を図1－29に示しています。本人回答者はもっとも大事だと思っているにもかかわらず、約3割しか「とてもコミットしている」または「極めてコミットしている」と回答していないことを示しています。

※コミット：※選択した自分の価値に沿って生活すること

5. 価値に向かうことをさらに進めていきたいか

図2-65において本人回答者がもっとも大事と選んだものについて、この価値に向かうことをさらに進めていきたいと思うか尋ねた結果を図1-30に示しています。約6割の回答者が「とてもそう思う」または「極めてそう思う」と回答していることが分かります。

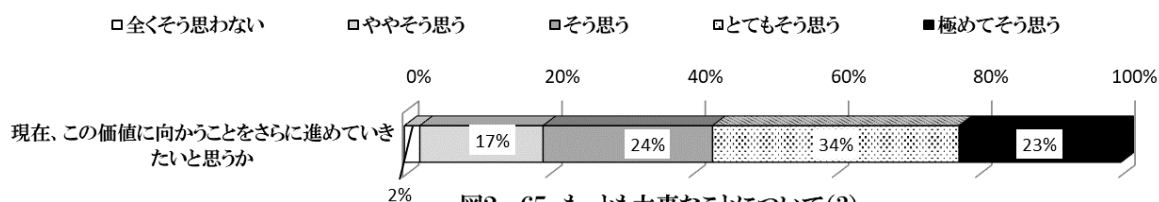


図2-65 もっとも大事なことについて(3)

6. 過去2～3ヵ月、どのくらい価値に沿って生活できたか

図2-66において本人回答者がもっとも大事と選んだものについて、過去2～3ヵ月、どのくらい価値に沿って生活できたか、0～100%で尋ねた結果を図1-31に示しています。0～20%、80～100%のいずれも同程度の割合であることが分かります。

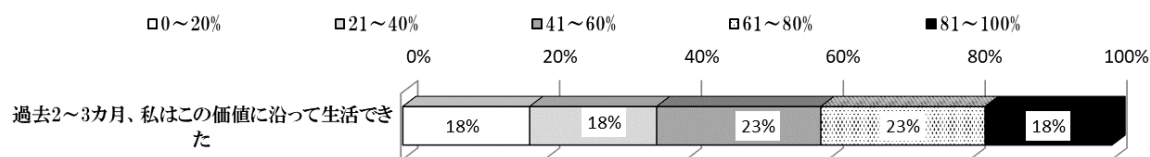


図2-66 もっとも大事なことについて(4)

7. その価値を選んだ理由

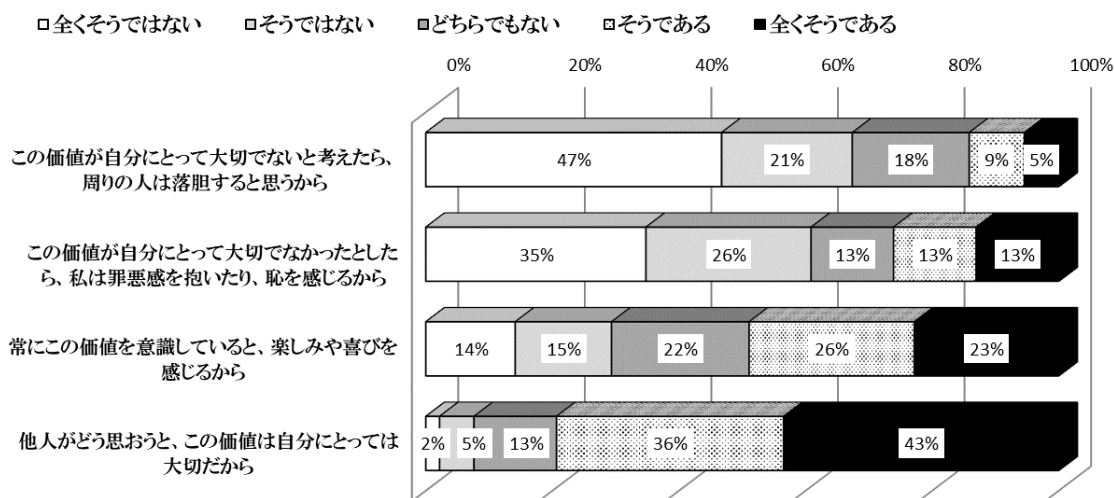


図2-67 その価値を選んだ理由

図2-67において本人回答者がもっとも大事と選んだものについて、その価値を選んだ理由を尋ねた結果を図1-32に示しています。「全くそうである」または「そうである」と回答した割合がもっとも多かった選択肢は、「他人がどう思おうと、この価値は自分にとっては大切だから」であり、79.3%に及びました。その一方で、「この価値が自分にとって大切でないと考えたら、周りの人は落胆すると思うから」はもっとも少なく、「全くそうである」または「そうである」と回答した割合は14.1%でした。

8. 「自分らしくあること」を大事にしたい程度

人生において、「自分らしくあること」を大事にしたいと思う程度を0～10の数字で選んでもらった結果を図2-68に示しました。本人回答者は平均6.8程度、「自分らしくあること」を大事にしたいと思っていることが分かります。

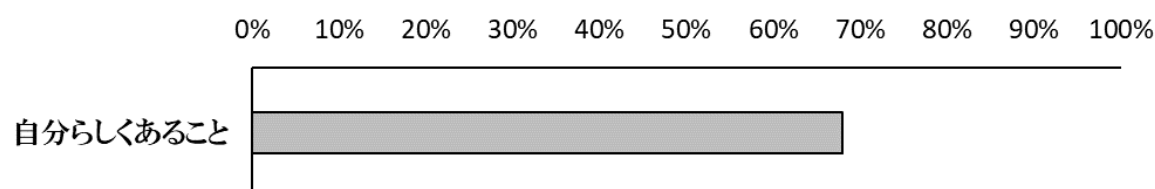


図2-68 「自分らしくあること」を大事にしたい程度

9. もっとも大事にしてほしいと思うこと（2）

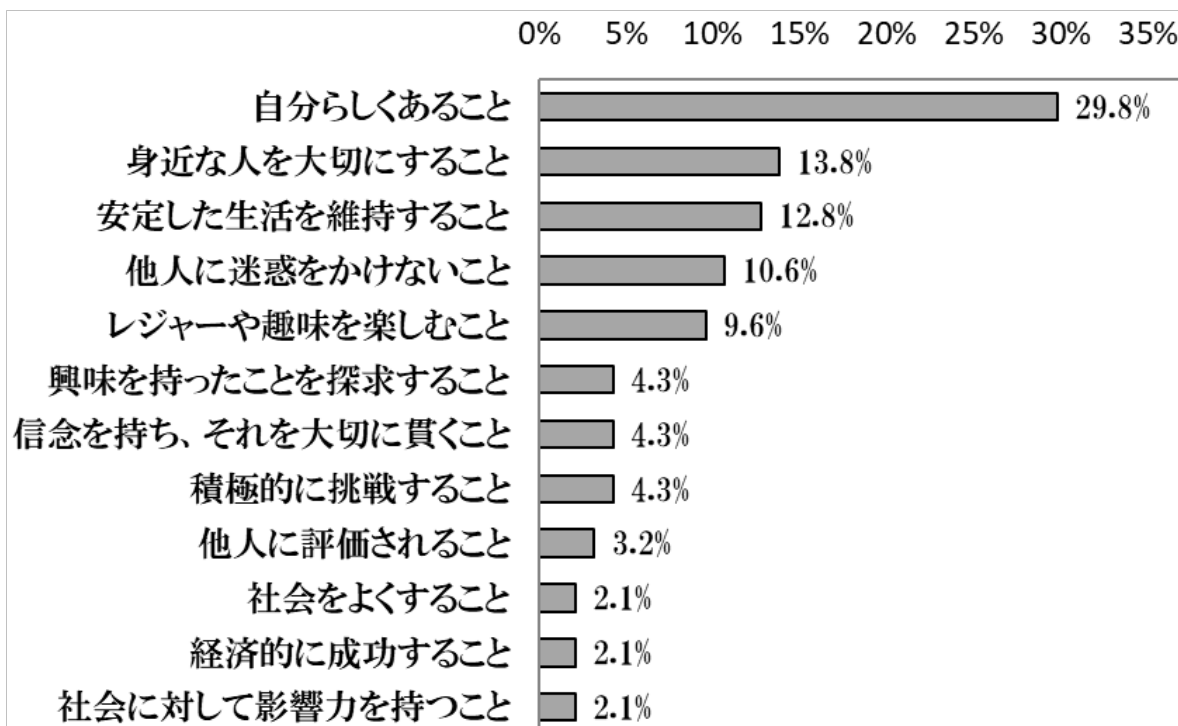


図2-69 もっとも大事にしたいこと(2)

「自分らしくあること」を加えて、もっとも大事にしたいことを本人回答者を選んでもらった結果を図2-69に示します。本人回答者の29.8%は、「自分らしくあること」をもっとも大事にしたいと思っていることが示されました。その一方で、「よい学校を卒業すること」を選んだ人は1人もいませんでした。

10. もっとも大事にしてほしいことに対する満足感

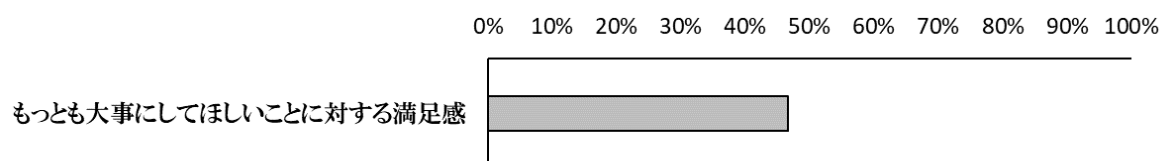


図2-70 もっとも大事にしたいことに対する満足感

図2-70の人生においてもっとも大事にしたいものという観点から見たとき、過去2~3カ月の間の生活は、本人回答者にとってどの程度満足できるものであったかを図2-35に示しました。0~10の数字を1つ選んでもらった結果、平均は4.7であり、半分にも満たないことが示されました。もっとも大事にしたいと思っていることはご本人にとって満足できるものではないことが分かります。

(8) あなた自身のことについて

1. あなた自身について

本人回答者の気持ちや考え方について尋ねたものを図2-71に示しています。「たいていそうである」または「常にそうである」と回答した人がもっとも多かったものは、「多くの人は自分よりもうまく人生と付き合っているようである」であり、61.1%に及びました。続いて、「心配することは私の成功の妨げとなる」41.1%、「自分の苦しい経験や記憶は、私が大事にしている生活を送ることを困難にする」39.6%でした。その一方で、「自分の感情に恐れを感じる」についてもっとも少なく、「たいていそうである」または「常にそうである」と回答した人は19.0%のみでした。

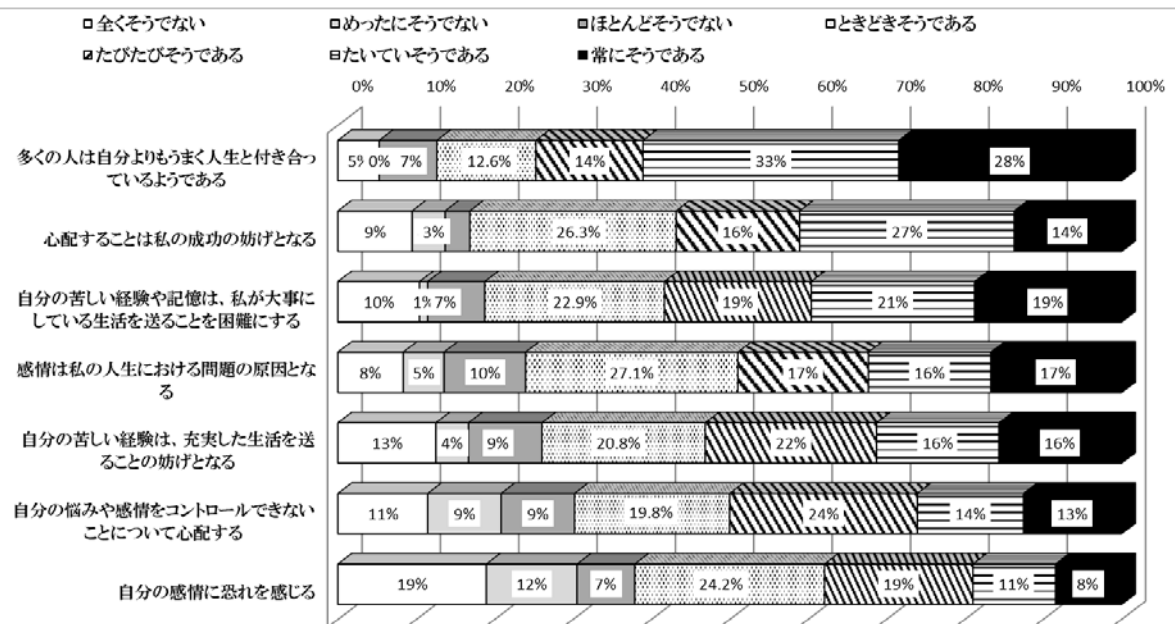


図2-71 あなた自身について

2. 生活状況

本人回答者の現在の生活状況を図2-72、図2-73に示しています。

「ときどきある」または「よくある」と回答した人がもっとも多かったものは、「家族に話しかける」で80.3%に及びました。また続いて、「自分が楽しめる活動をする」73.8%、「家族との話し合いに応じる」72.6%でした。家族には話しかけられる場合や自分が楽しめる活動についてはできる場合が多いことが分かります。

その一方で、「他者を遊びに誘う」12.9%や「他者と遊びに出掛ける」17.7%、「仕事・学校に行く」29.5%といったものは、「よくある」または「ときどきある」と回答した人が少ない傾向にありました。就労などの社会参加に関連するものばかりでなく、他者との交流が必要なことをしていない場合が多いことが分かります。

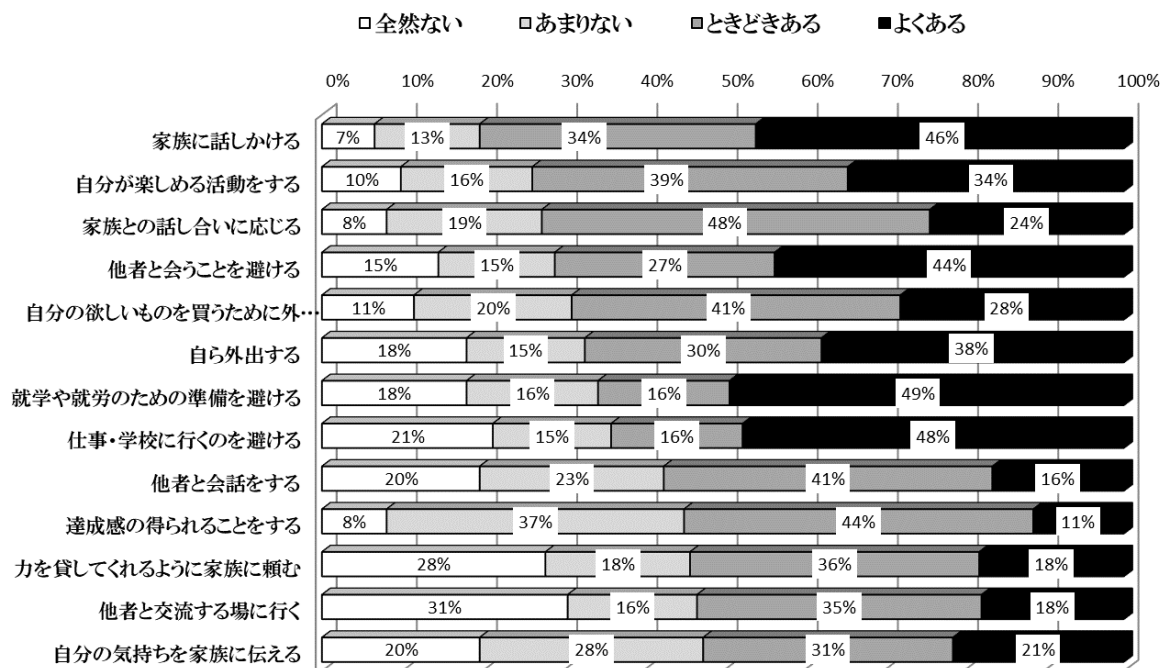


図2-72 生活状況(1)

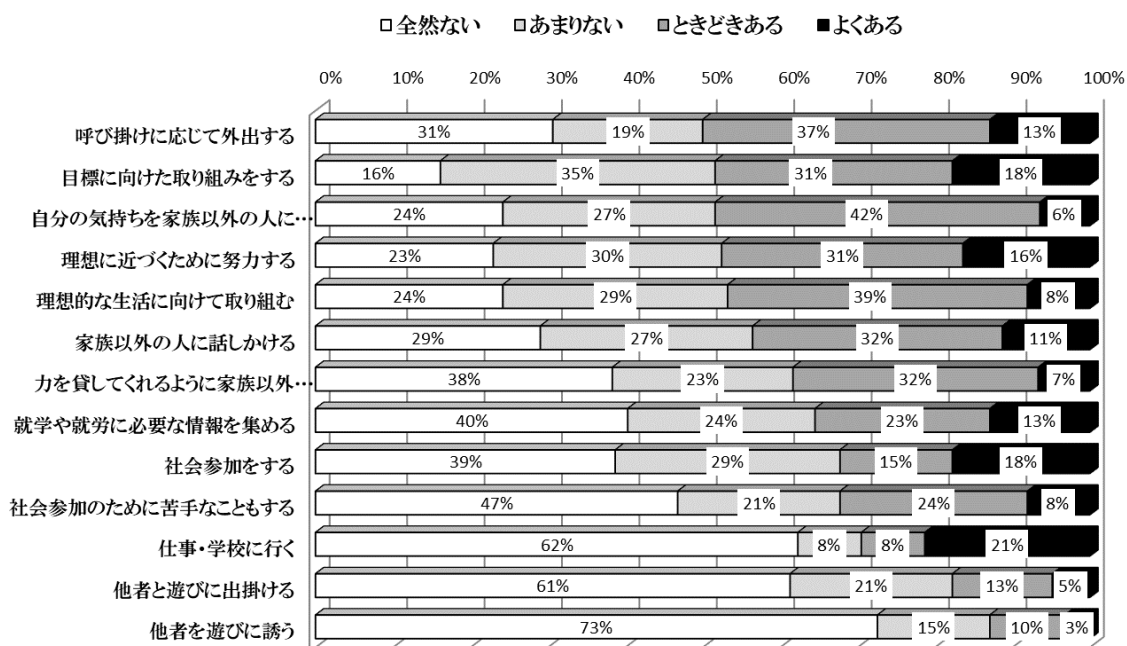


図2-73 生活状況(2)

第3部 全体のまとめ

1. ひきこもり本人の年齢の推移

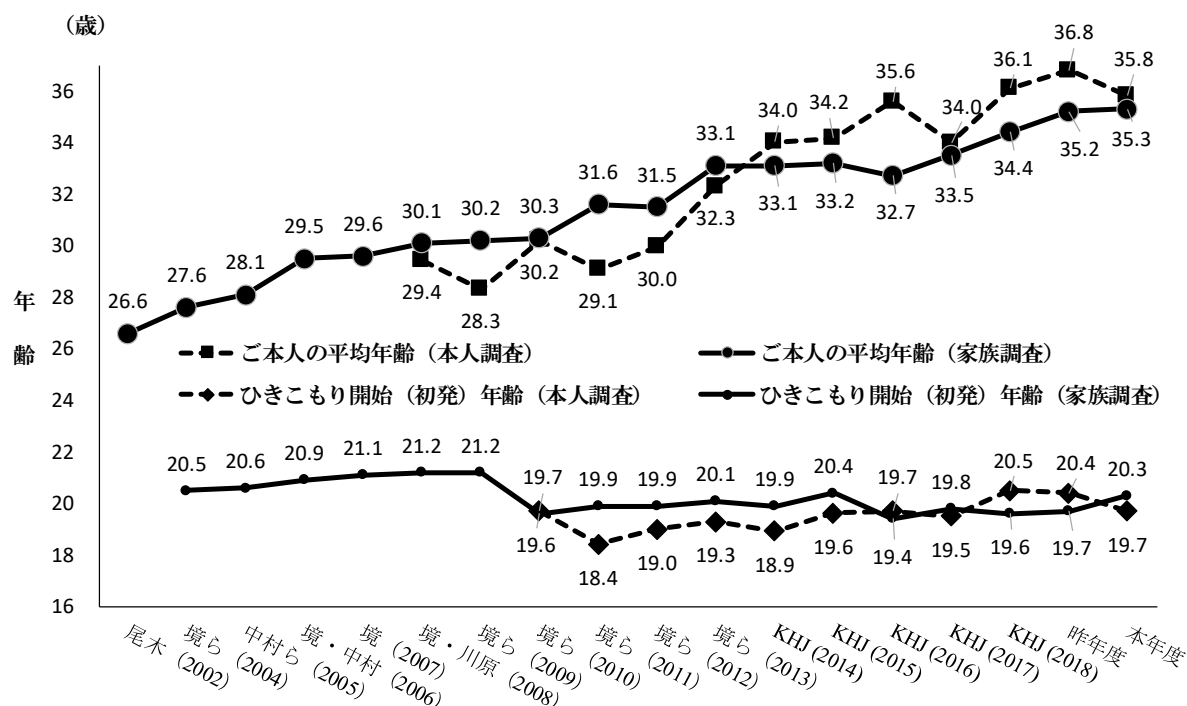


図 3 - 1 ご本人の平均年齢の推移

当会の調査を開始した 2002 年以降のご本人の年齢の推移を図 3 - 1 に示しました（中村ら, 2005；尾木, 2002；境ら, 2004；2005；2007；2008；2009；2010；2011；2012；2013；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 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会, 2016；2017；2018；2019）。図中の実線の折れ線は家族調査の結果を示し、点線の折れ線は本人調査の結果を示しています。

家族調査の結果をみると、ご本人の平均年齢は本年度 35.3 歳となり、昨年度とほぼ同じ年齢でした。本年度はこれまでの調査で最高年齢という結果でしたが、昨年度までの 4 年間は毎年 1 歳近く平均年齢が上昇していたことと比べると、上昇の程度は小さくなりました。また、本人調査の結果の推移をみると、本年度は過去最高年齢を更新した昨年度よりも約 1 歳低いという結果でした。これは、どのような経緯かは不明なものの、本調査の対象者が昨年度までとは異なる可能性を示しています。

全体的な傾向としては、ひきこもりの高年齢化の実態が示されており、いわゆる「8050 問題」という言葉に代表されるように、若年層ばかりでなく高

年齢のひきこもりのニーズにも合わせたサポートを充実させることが重要であると考えられます。

その一方、ひきこもりの開始（初発）の平均年齢については、これまでと同様に約 20 歳でした。ひきこもりの開始年齢の結果は、一貫して中学生から 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

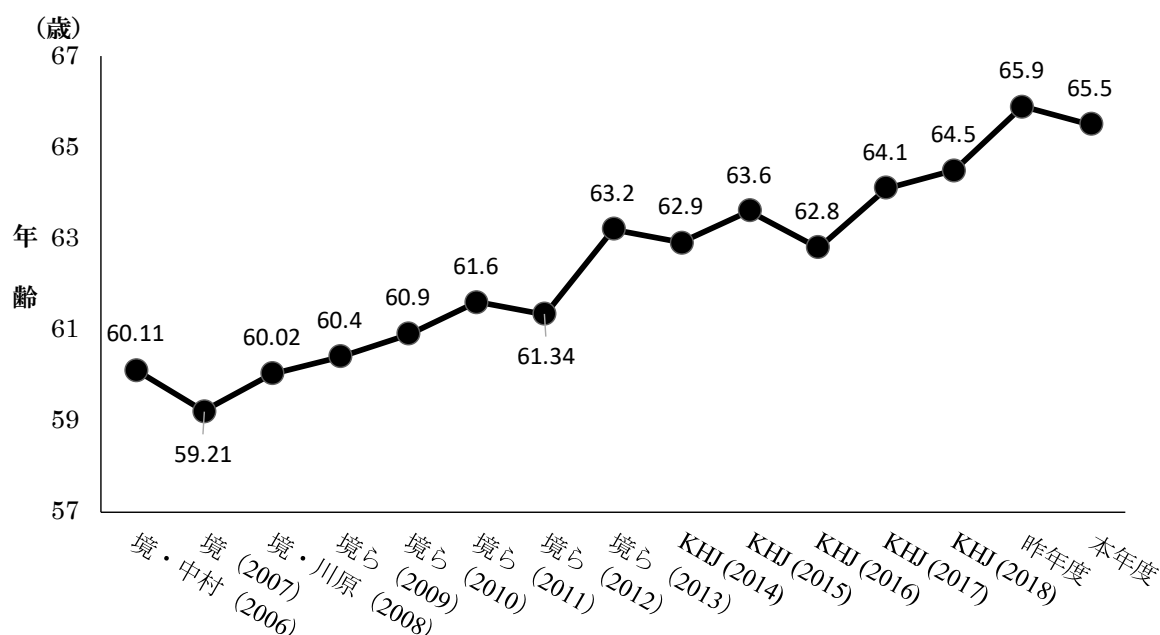


図 3－2 ご家族の平均年齢の推移

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 3－2 に示しました。ご家族の平均年齢は、昨年度は 1 歳以上の上昇が認められ、初めて 65 歳を超えましたが、今年度はやや低減したものの引き続き 65 歳を超えたままという結果でした。本年度の結果からも、65 歳をも超えるご家族が多く、それらのご家族の多くが定年を迎えている可能性があります。図 2－18 で示した 300～399 万円がもっとも多いという世帯年収の結果も、その傾向を示しているといえるでしょう。さらには、家族会にも参加が困難になり介護が必要な家族が増加しつつあることが推測されますため、このようなケースに対して生活そのものを成り立たせるための福祉的対策が急務であるでしょう。

2. ひきこもり期間の推移

2005 年以降のひきこもり期間の推移を図 3-3 に示しました。家族調査におけるひきこもり期間は、昨年度よりも短く、2007 年度調査とほぼ同様という結果でした。この結果は、家族会参加者に入れ替わりが生じている可能性を示しています。その一方で、本人調査においては、昨年度よりもやや短いという結果でした。いずれも 10 年近くひきこもっている場合が多く、家族会参加者は、長期化したケースが中心であるといえます。

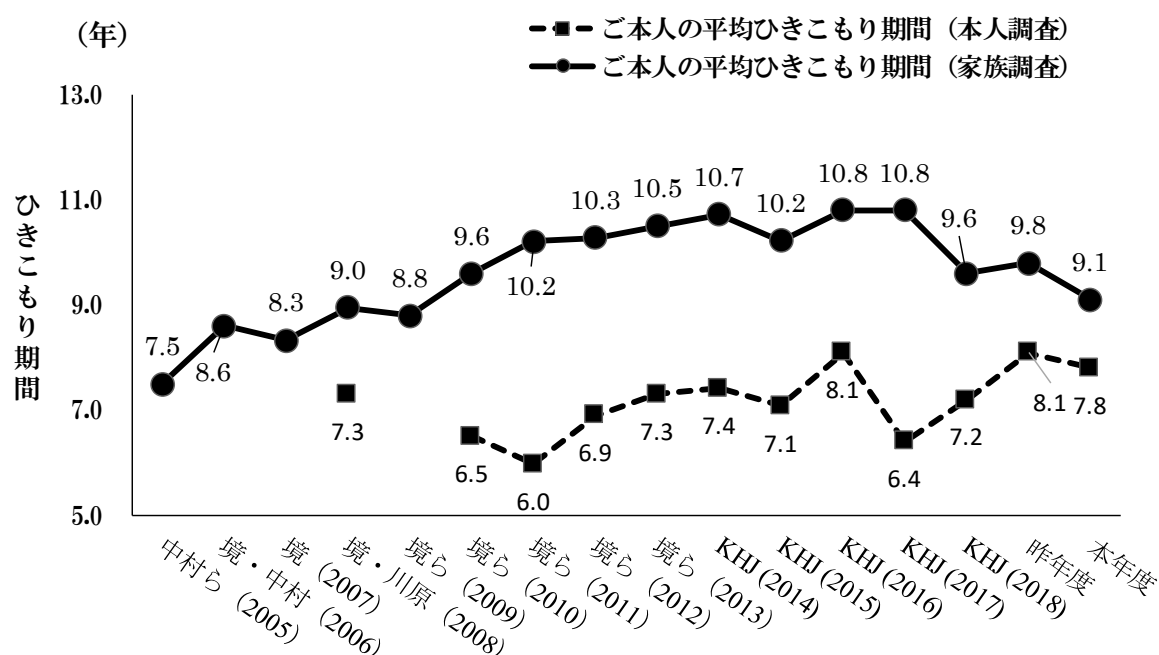


図 3-3 平均ひきこもり期間の推移

3. 40 歳を超える高年齢化事例の特徴

本調査では、ご本人の年齢が 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。本人調査では、40 歳未満の事例が 65 名、40 歳以上の事例が 34 名 (32.3%) でした。また、家族調査では、40 歳未満の事例が 233 名、40 歳以上の事例が 135 名 (36.7%) でした。

また、家族調査、本人調査ごとに、40 歳以上の割合、および 50 歳以上の割合の推移を図 3-4、図 3-5 に示しました。40 歳以上の割合は、家族調査において過去最高割合を示しており、3 人に 1 人は 40 歳以上でした。本人調

査においても、過去最高割合を示した一昨年度とほぼ同様の割合であり、いずれも40歳以上の割合は2003年の調査から大きく増加しているといえます。

50歳以上のケースは、2011年頃からみられるようになり、今年度調査においては、本人調査、家族調査ともに15～20人に1人程度は50歳以上であることが分かります。

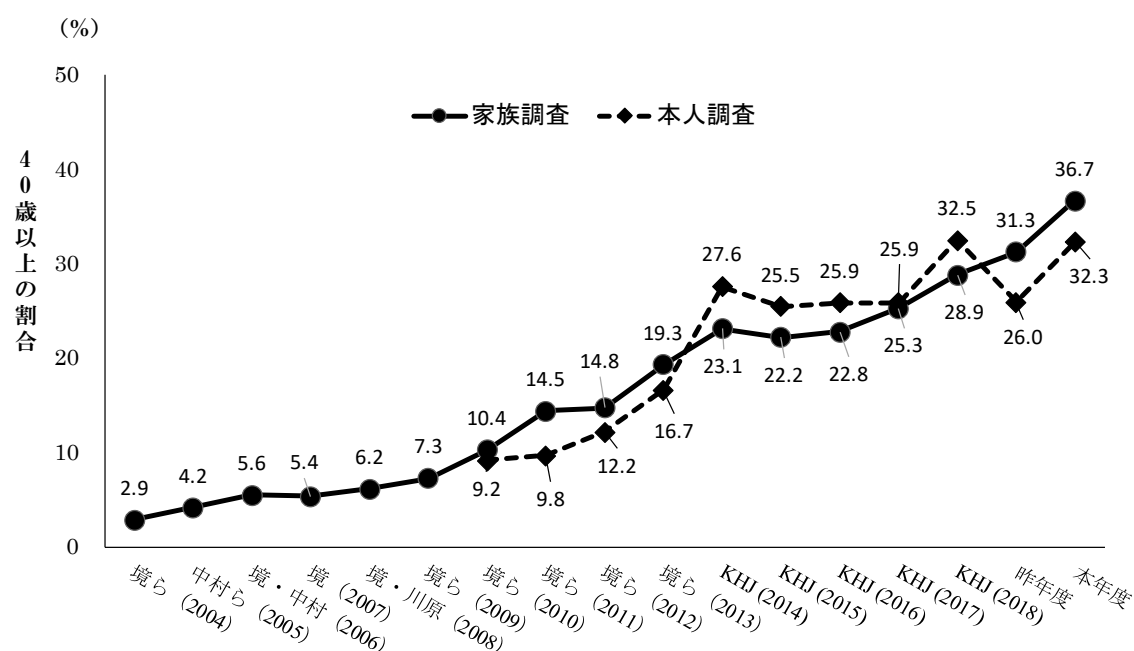


図3-4 40歳以上の割合の推移

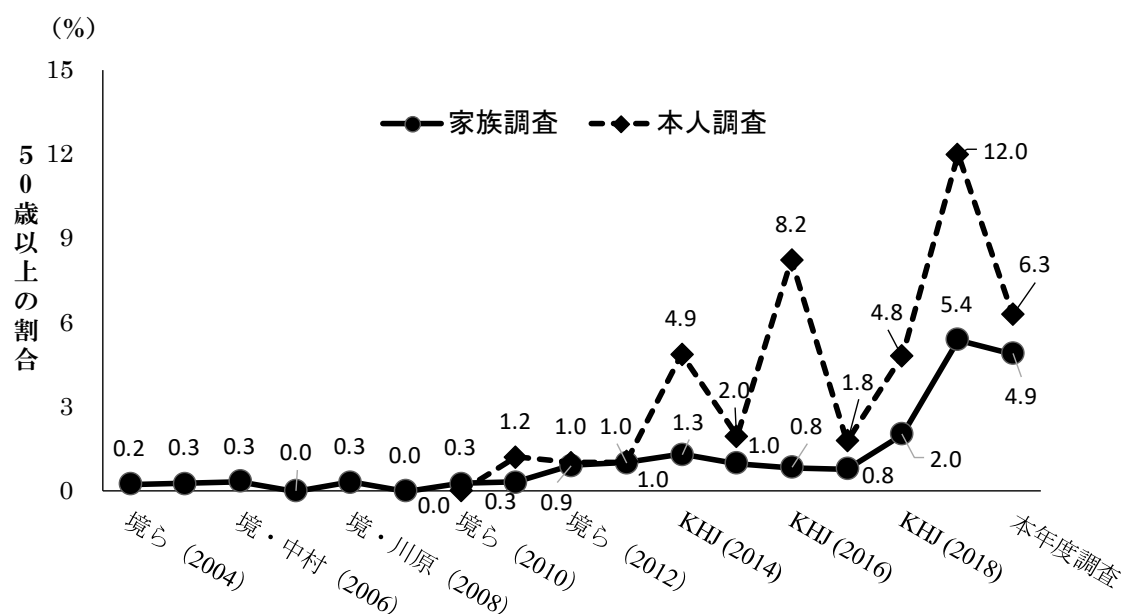


図3-5 50歳以上の割合の推移

(1) ご本人の性別

40 歳以上の場合と 40 歳未満の場合におけるご本人の性別について、図 3－6 は家族調査、図 3－7 は本人調査の結果を示しています。いずれの場合も、40 歳未満の事例と 40 歳以上の事例の場合に、割合の統計的な違いはみられませんでした。この傾向は、昨年度と同様であり、これらをふまえると、高年齢化する事例に性別の違いはないと考えられます。

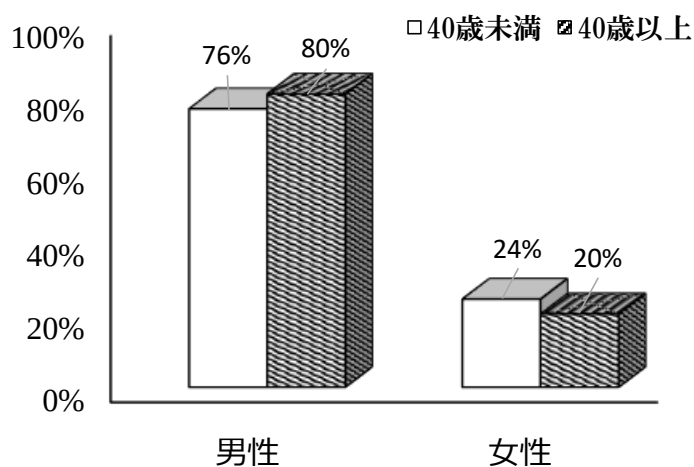


図3－6 ご本人の性別の割合(家族調査)

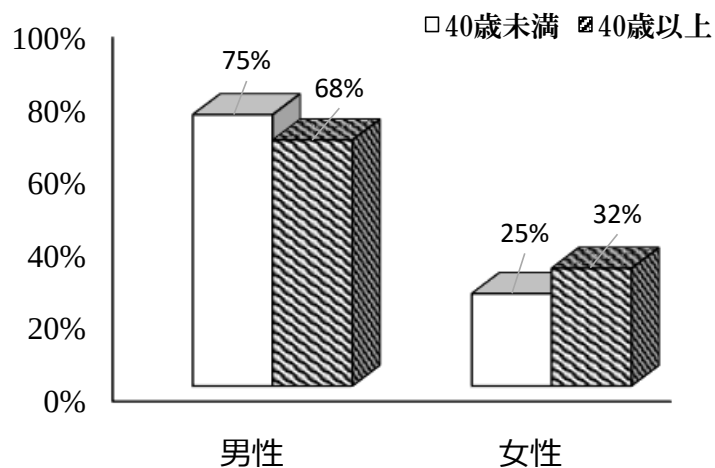


図3－7 ご本人の性別の割合(本人調査)

(2) ひきこもり期間

図3-8は家族調査、図3-9は本人調査について、ひきこもり期間を40歳未満の事例と40歳以上の事例で「現在ひきこもり状態にある人」，「現在は違うが過去ひきこもり状態にあった人」それぞれを比較した結果が示されています。本人調査、家族調査のいずれも、40歳以上の事例の方がひきこもり期間が長いという結果でしたが、この傾向は昨年度と同様でした。また、現在ひきこもっている40歳以上の事例の平均ひきこもり期間が家族調査では18年近くにおよび、本人調査では該当者が極めて少ないものの(3名)、20年を超えることが示されました。

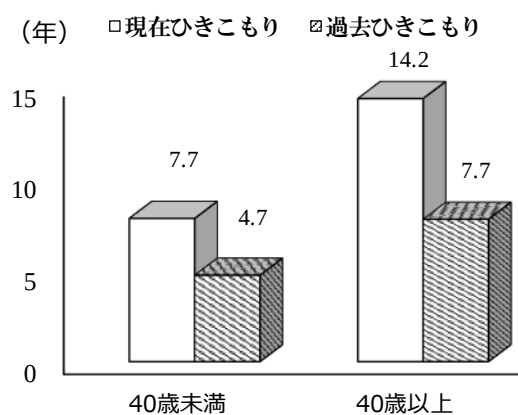


図3-8 ひきこもり期間(家族調査)

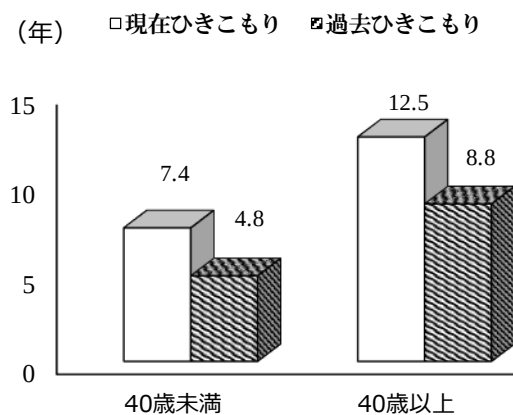


図3-9 ひきこもり期間(本人調査)

(4) ひきこもりの程度

図3-10から図3-21はひきこもりの程度を、40歳未満の事例と40歳以上の事例で「現在ひきこもり状態にある人」，「現在は違うが過去ひきこもり状態にあった人」ごとに比較した結果です。家族調査において年齢差がみられた項目は、「自由に外出する」と「対人交流が必要な場所に行く」の2つであり、いずれも40歳以上の方が40歳未満よりも「自由に外出する」と「対人交流が必要な場所に行く」ことができているという結果でした。また、現在ひきこもっている人よりも過去ひきこもっていた人の方が「家庭内では自由に行動する」という項目が高く、「家庭内で避けている場所がある」と「自室に閉じこもる」という項目が低いという結果でした。

本人調査において年齢差がみられた項目は、「自室に閉じこもる」のみであり、40歳未満は40歳以上よりも自室に閉じこもっているという結果でした。これまで、ひきこもりの程度については、高年齢事例の方がひきこもりの程度が強いという結果はみられておらず、年齢以外の個人差が大きいといえるでしょう。

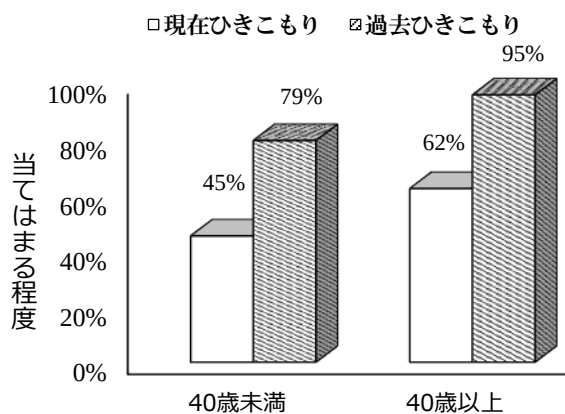


図3-10 自由に外出する(家族調査)

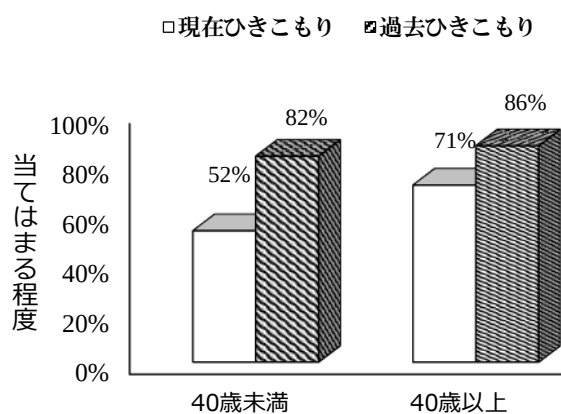


図3-11 自由に外出する(本人調査)

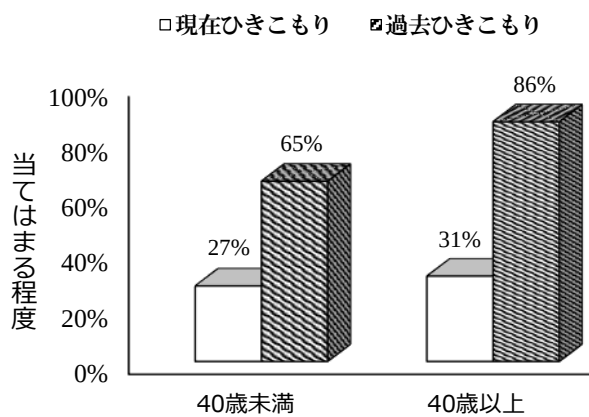


図3-12 対人交流が必要な場所に行く(家族調査)

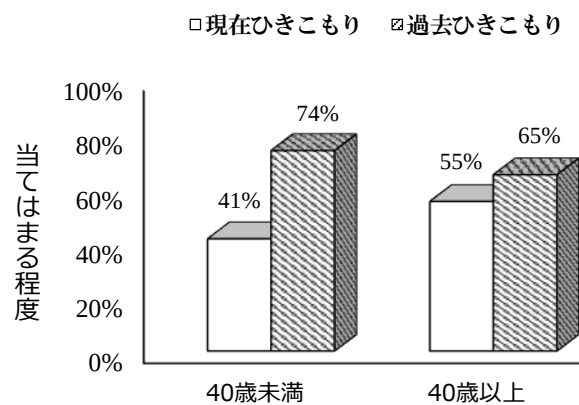


図3-13 対人交流が必要な場所に行く(本人調査)

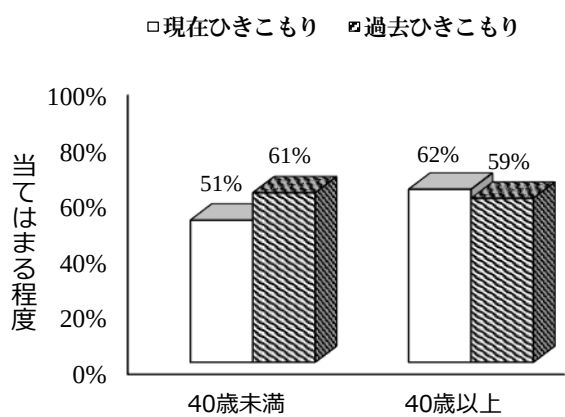


図3-14 対人交流が必要ない場所に行く(家族調査)

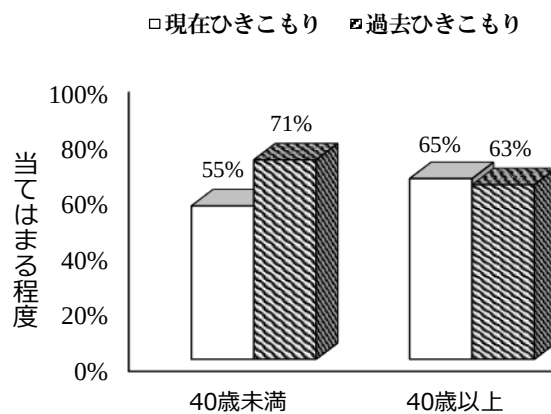


図3-15 対人交流が必要ない場所に行く(本人調査)

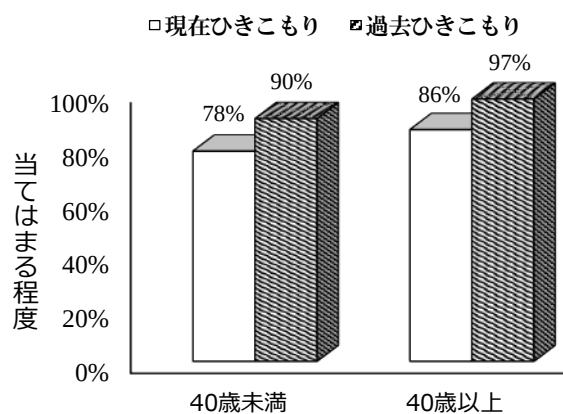


図3-16 家庭内では自由に行動(家族調査)

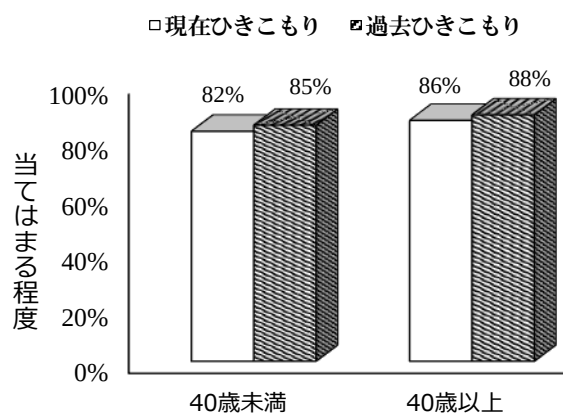


図3-17 家庭内では自由に行動(本人調査)

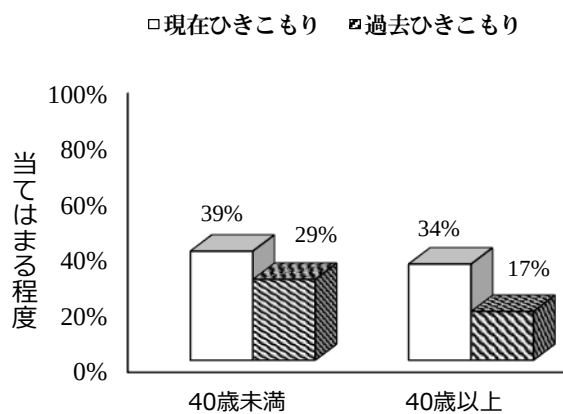


図3-18 家庭内で避けている場所あり(家族調査)

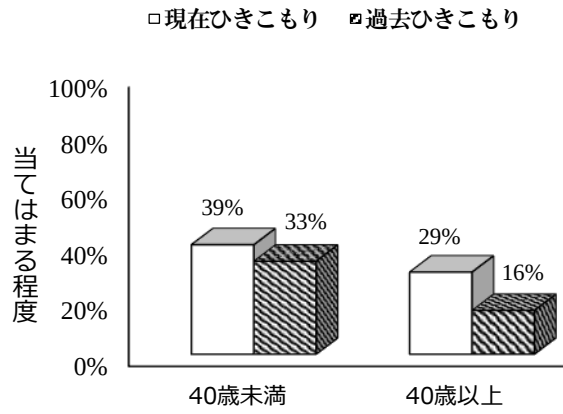


図3-19 家庭内で避けている場所あり(本人調査)

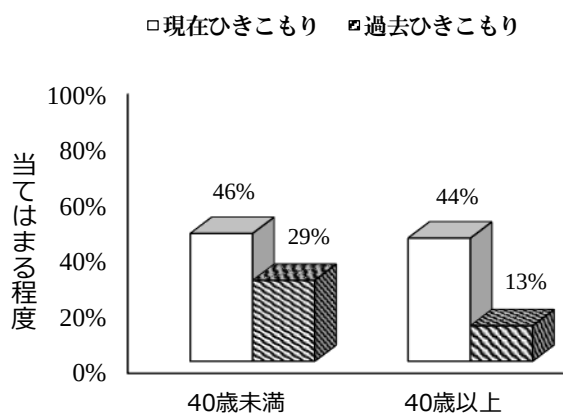


図3-20 自室に閉じこもる(家族調査)

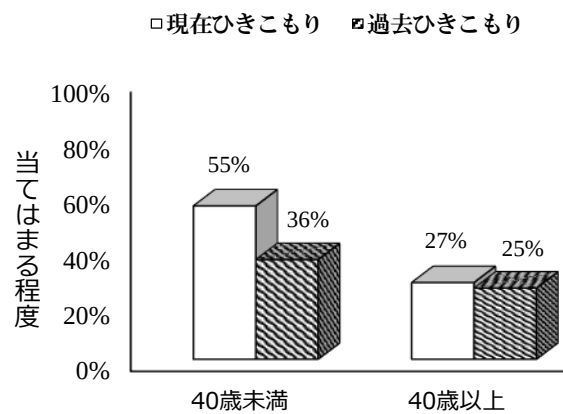


図3-21 自室に閉じこもる(本人調査)

(5) ご本人の支援・医療機関の利用の割合

図3-22は家族調査、図3-23は本人調査について、ご本人の支援・医療機関利用の割合を、40歳未満と40歳以上で比較した結果を示しています。昨年度の調査では、家族調査、本人調査ともに、40歳未満の場合と40歳以上の場合で違いはみられませんでした。今年度も同様に年齢差はみられませんでした。

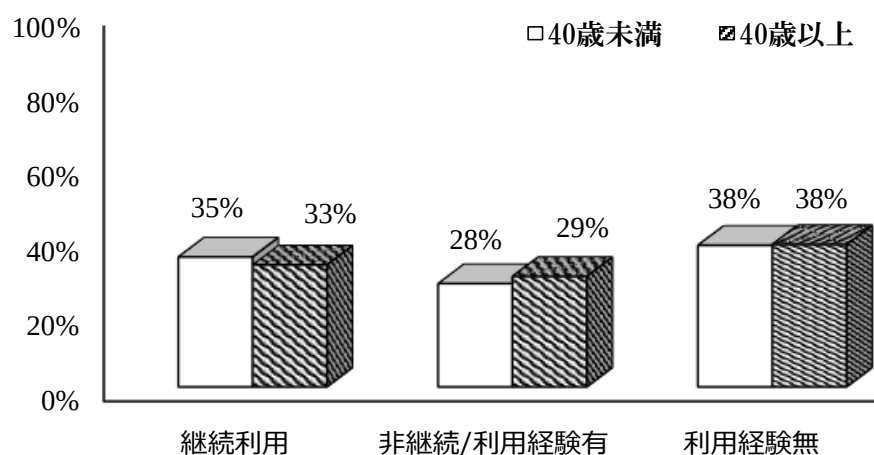


図3-22 ご本人の支援・医療機関利用の割合(家族調査)

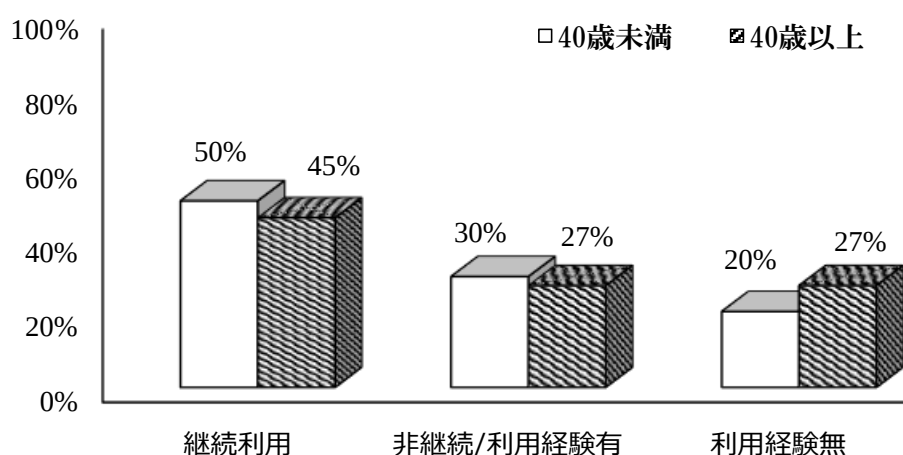


図3-23 ご本人の支援・医療機関利用の割合(本人調査)

また、図3-24は家族調査、図3-25は本人調査について、ご本人の支援・医療機関利用を中断した経験のある割合を、40歳未満と40歳以上で比較したものです。中断の経験についても、家族調査、本人調査ともに、40歳未満の場合と40歳以上の場合で違いはみられませんでした。この結果は、昨年度と同様の結果でした。

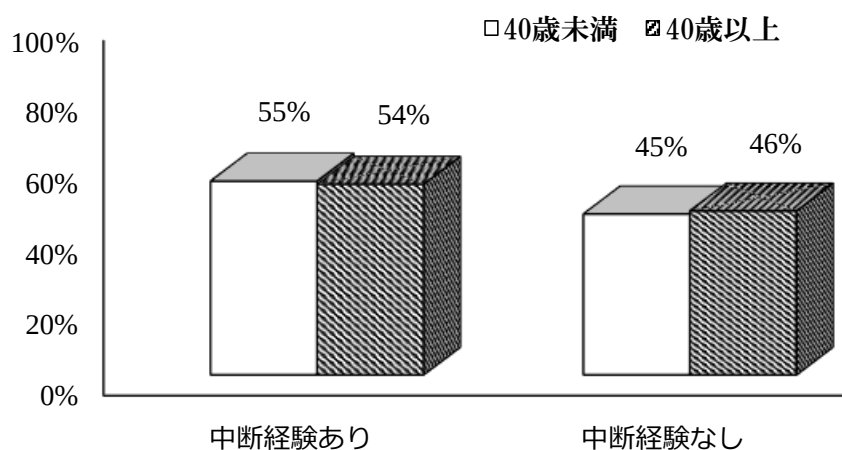


図3-24 ご本人の支援・医療機関利用の中断経験(家族調査)

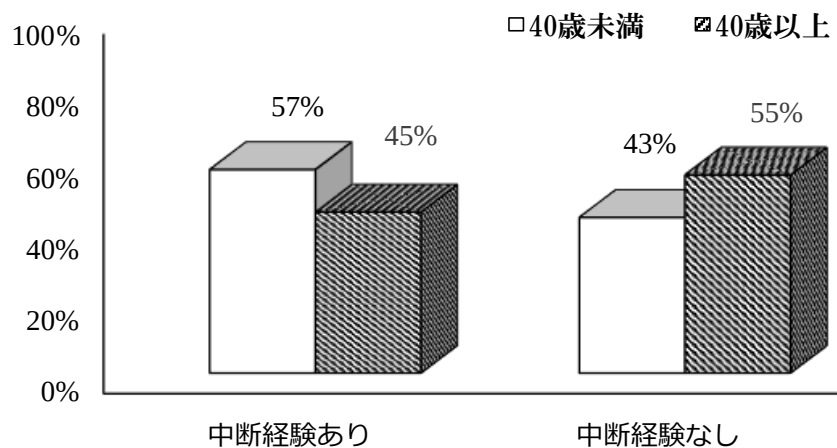


図3-25 ご本人の支援・医療機関利用の割合(本人調査)

(6) ご本人の社会参加困難感

図3-26は家族調査、図3-27は本人調査について、ご本人の社会参加困難感の程度を、40歳未満と40歳以上で比較したものです。程度が高いほど社会参加に対する困難感が高いことをあらわしています。家族調査においては、40歳以上は40歳未満よりも社会参加困難感が低いことが分かりました。その一方で、本人調査においては、統計的には年齢による違いはみられませんでしたが、これらのことから、社会参加困難感に対しては高年齢であるかどうかよりも、それ以外の個人差の影響が大きい可能性があります。

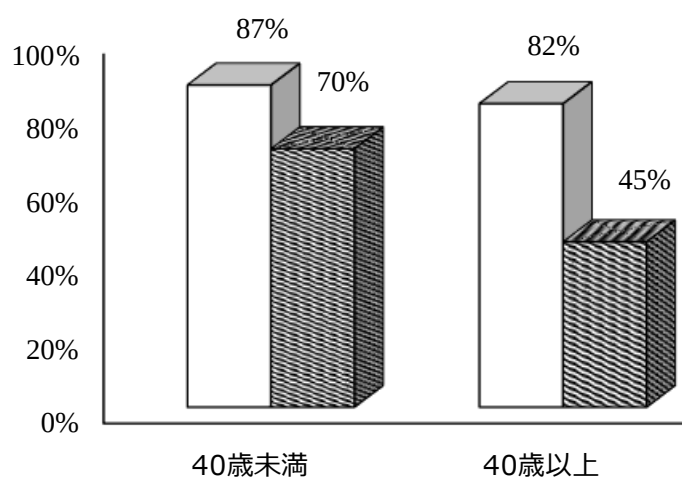


図3-26 ご本人の社会参加困難感(家族調査)

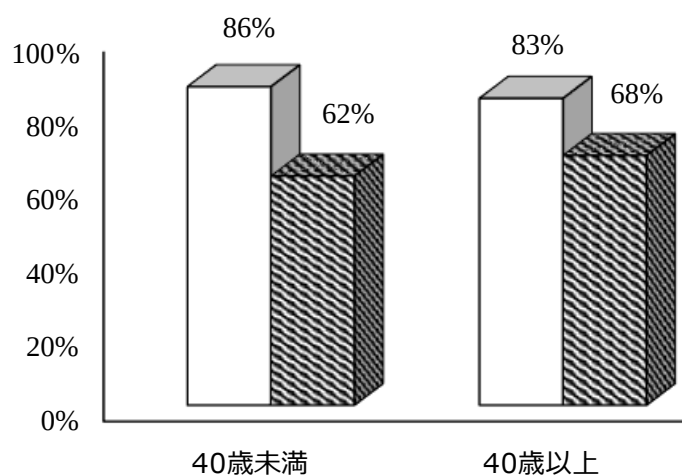


図3-27 ご本人の社会参加困難感(本人調査)

5. 居場所および価値に関する家族回答と本人回答の差異

(1) 居場所の運営において大事だと思うこと

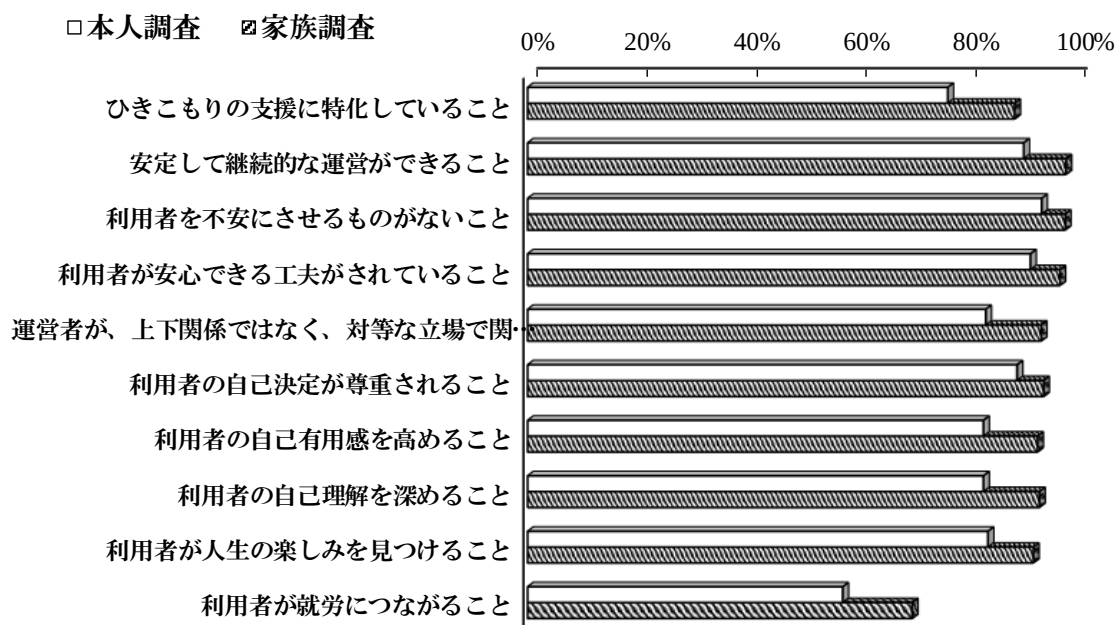


図3-28 居場所の運営において大事だと思うこと

居場所の運営において大事だと思うことにおいて、本人調査と家族調査を比べた結果が図3-28です。すべての項目において、ご本人よりもご家族の方が大事だと考えているという結果でした。ご家族は居場所の運営においてさまざまなことを強く大事だと考えているといえます。

(2) 居場所の運営において有効だと思う活動

居場所の運営において有効だと思う活動において、本人調査と家族調査を比べた結果が図3-29です。すべての項目において、ご本人よりもご家族の方が大事だと考えているという結果でした。ご家族は居場所の運営において様々な活動を有効だと考えているといえます。また、家族調査では、「農作業体験」が11の活動のうち6番目の高さでしたが、本人調査ではもっとも低いという結果でした。したがって、ご家族は農作業体験を有効だと考えている一方で、ご本人はあまり有効だと考えていないというギャップがあるといえます。

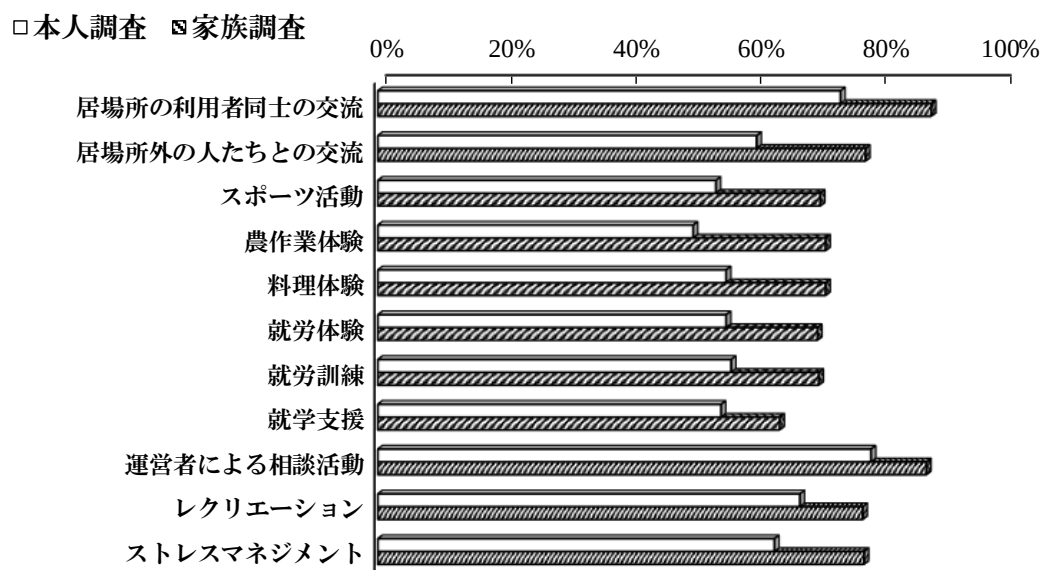


図 3-29 居場所の運営において有効だと思う活動

(3) 人生において大事だと思うこと（本人調査）、大事にしてほしいと思うこと（家族調査）

ご本人が人生において大事だと思うことと、ご家族がご本人に大事にしてほしいと思うことを比較した結果を図 3-30 に示しています。「他人に評価されること」、「信念を持ち、それを大切に貫くこと」、「経済的に成功すること」、「社会をよくすること」、「社会に対して影響力を持つこと」、「よい学校を卒業すること」、「安定した生活を維持すること」の各項目において、ご本人はご家族よりも大事であると考えていることが示されました。

その一方で、「自分らしくあること」においては、ご家族はご本人よりも大事であると考えていることが示されました。とくに、ご本人は「安定した生活を維持すること」が全項目のなかでもっとも高い値を示しましたが、ご家族のなかでは 6 番目の値でした。また、ご家族は「自分らしくあること」が全項目のなかでもっとも高い値を示しましたが、ご本人のなかでは 7 番目の値でした。人生において大事だと思うことについては、ご本人とご家族でギャップのある側面があるといえます。

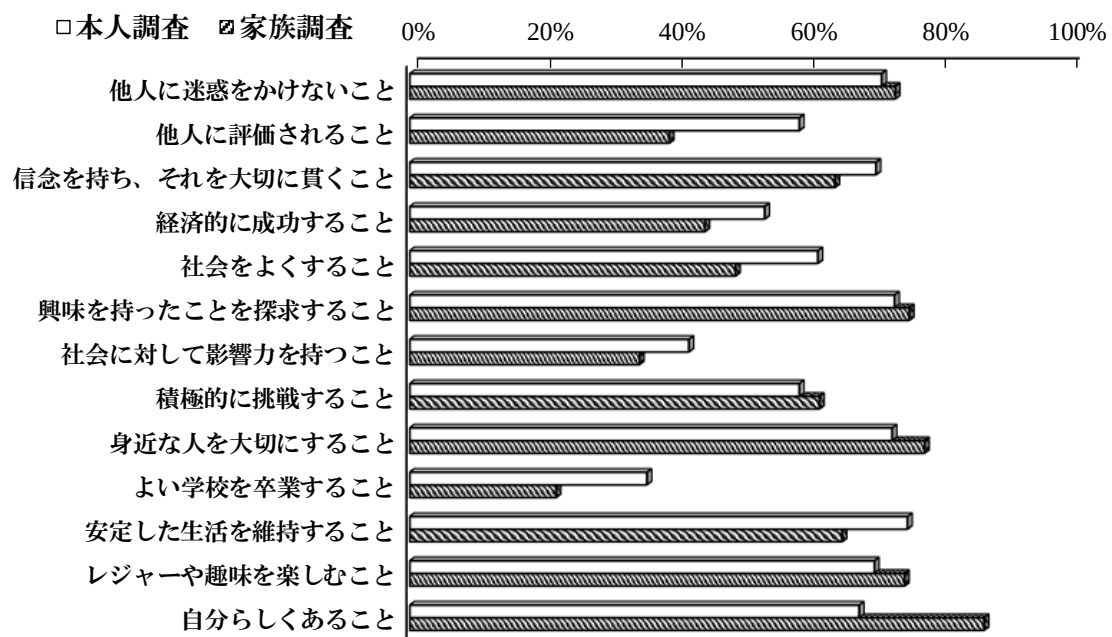


図3-30 人生において大事だと思うこと（本人調査）、大事にしてほしいと思うこと（家族調査）

第4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。

- ・居場所において重要だと思うことについて、あなたの考え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や個人を特定しうる固有名詞は「●」で示しています。

ご本人

○安心感（安心して参加できる環境）

- ・本人が興味をもっている事を出来る（話せる）場所であることが重要だと思います。興味が持てない人でも話しをしたり居ていい場所と思えたら、すごく前へ進んでいけると思います。ひきこもってしまう人はなにかしら社会に不安や恐怖、怒りや絶望など負の感情を持っているので、そのような感情を和らげる場になるといいですね。
- ・いつでも安心して参加できること。・しばられないこと。（時間的に、空間的に、他の人に対して）・自分が自分でいられること。カラを脱げる感じ。・本音トーク。・否定しない。・その場限り、言いつぱなし、聴きっぱなし、批評しない。
- ・ホッとできること。他者との交わりに喜びを見つけることが出来ること。
- ・居場所においては、利用者が恐れを抱くことなく参加できること。受容されることが重要である。よって逆説的ではあるが、自らひきこもりであるにもかかわらず、ひきこもりという生活状態に敵対的な考えをぶつける者は、直ちに居場所に参加させるにはふさわしくなく、最初は個別の面談等で対応すべきである。
- ・実際に経験というか、感じた事として、居場所に来る人の素性が不明であり、居場所運営者も参加者が何処の誰かを把握しているかも分からないので不安。20年以上のひきこもり当事者とお会いした事がある。推定ですが、ひきこもり期間中、家族以外の者との社会的関係がほとんどなく、本当に何もしてこなく中年の年齢にも関わらず、知性や社会性が10歳程度と思われる。言動・行動により、多大な被害を被りました。事前のチェック体制として、ひきこもり年数、精神科通院歴、身元確認等、居場所運営者にはしてもらいたい。運営者、参加者共に匿名性が高く参加には不安が強い。
- ・安心して居られる場所であること。
- ・安心して過ごせる。何も強要されない。楽しい気持ちになれる。
- ・安心してあるがままの自分をさらけ出せる場所が大切だと思っている。

○ありのまま・尊重・否定されない（一人の人間としてありのままで受け入れられる）

- ・テレビなどで居場所で支援されている人の話を観たりしますが、上から目線で引きこもり本人が「何に悩んでいるのか、何に困っているのか」を本当に考えているのかと思う時がよくあります。本人に話を聞かず、支援者だけの考えで支援をすれば、それを受け入れる本人もいるかもしれませんが、心に深い傷を持っていたり、自分に自信のない、人を怖いと思っている本人には良い事ではないと思います。「押しつけ」にならない様な居場所、支援者であって欲しいです。私が住んでいる市内には居場所がありません。車の運転も出来ないのも、通える距離に出来たらと思います。就労支援などもやっている所もありますが、自立支援や障害者手帳などがないと支援を受けるのが難しいのが現状だと思います。手帳を持っていない人は支援を受ける事が出来ないのは、就職にも繋がらない上に「自分は支援を受けられないと諦め、居場所に行くことが出来ないのではないかと思います。色々書きましたが、引きこもり本人の立場になって考え、本人達が安心して行ける居場所作りをして下さい。
- ・お話を聞いてくれ、自分の考えを否定せず受け入れて、それについてお話を一緒にふくらし、楽しいことを感じさせてもらえる人がいてくれる場所が居場所です。
- ・個人個人の尊重
- ・どんな人でも受け入れてくれること。社会から離れてても居場所なら行けるといえるようになってきたら良いと思います。
- ・自分の感情を否定されないこと。悩みを受けられる場であること。話し合いの場であれば、当事者だけだと難しいので、ファシリテーターがいること。
- ・就労を強制せず、利用者を一人の人間として尊重すること。
- ・個人個人の存在を大事にする。ひきこもっていたら主体性がうすまる気がする（自身の体験によって感じる事）ので主体性も大事にしていきたい。「落ち着く」が一番にしたい。

○サポート・配慮がある

- ・今現在、●●に相談させていただいた者として経験したことからくる考えを言わせていただければ、やはり「ホッと」のように他人と交流「できる場と、客観的な意見を冷静に教えてくれる相談者ではないか、と考えています。この2つが当事者にとっての「心の余裕」と「自分の現状を理解し受け入れる勇気」を持たせ、社会復帰の第一歩となることと信じたいです。
- ・●●県では居場所が維持できなくなったケースが多いようで、自分も居場所らしい居場所には参加できていない。となると、まずは存在してくれること、そして持続可能性があること、となろうか。ひきこもりの人はいても、居場所に出てこれる人は少ないということでもあるだろうから、訪問での支援など、居場所に出られるまでをサポートする人が必要かもしれない。
- ・初めて来た当事者が孤立しないようにスタッフが対応する。
- ・"立場や置かれている状況の違う人々が集い、共有し合うとしても、そこからどうすれば自身のベクトルを決められるか"という、やはり、自分が変わらなければならず、居場所としての役割とは一段階困難を極めるものです。

- ・ひきこもるのも趣味や興味の度合いによっては簡単に抜け出せるものだと個人的には思っています。なので“居場所”において重要なのは、その人の趣味、興味に対して最大限のサポートができるかという所に限ると思います。
- ・入りやすく出やすいこと。・スタッフをはいちして利用者同士でトラブルがあったときなどにすぐに対応できること。
- ・ひきこもり状態を脱することができるように、自信を持って社会参加ができるようにサポートして欲しい。
- ・社会的孤立について真剣に向き合ってもらえること。私は幼少期より、家族以外の他人との接点が無いに等しかった。パートナーも友人も作れない。それどころか担当者との信頼関係を作ることも困難。年齢相応の対人関係を作れないほか、収入の途にもつなげられず暮らしに困っている。

○具体的条件

- ・二、三度地元の当事者会に出ましたが馴染めませんでした。不安症のため、気づいたら「引きこもり」生活になった自分にとって、年齢・性別をはじめ様々な背景の方達との交流はむしろ気を使ってしまい疲れてしまいました。ならば、社会と地続き感のある●市の『●就労』のような取り組みの方が「居場所」や自分の状態に合わせた就労、収入にも繋がり有難いです。その上で当事者の集まりを利用できれば最適です。※当事者会はそこだけで終わってほしいからなので参加意欲が続かない不安症のカウンセラーからも最後は仕事しながら治すものだと言われていて、私もそう思っているのですが、なかなか状態に合わせて仕事がないのが悩みです。
- ・●県では当事者が男性が多いため、女性が来やすい居場所づくりも必要だと思います。ところが、いざその居場所づくりしようと難しく、まずはアンケートをとって収集した上で検討すべきだと思います。個々の当事者については、尊重しすぎると他の当事者が疑問に思う事があるので、しっかり良悪のついた人間になることを私は理想とします。
- ・テーマがない会話、集まればいいと当事者は思っている。居場所の使用目的。ベット個室、ふろ。居場所のネットカフェ化。町にひとつはいる。
- ・地方在住の人でも気楽に行ける圏内にあること。利用者間で情緒的な人間関係を作れること。医師や心理士などの専門家がいること。
- ・人数が少ない方がいい。基本は1対1。話は雑談など、浅い話。
- ・付近の居場所と指針がかぶらないこと。一つの居場所に行けなくても他の居場所に行ける事。付近の居場所と連携して必要なら当事者を次のステップに向かえる用意をすること。

○リラックスできる

- ・他者と同じ空間に居ると視線・言動など全ての事が気になってしかたがないので、とりあえず静かなリラックスできるスペースであること。支援者が居て生活全般についての相談やアドバイスなどが受け入れられたらいいと思う。
- ・楽であり自由であることが大切だと考えます。
- ・ストレスや罪悪感を感じないこと。

- ・"いつでも整っていてきれいな事。
- ・必要な時に休めて、体力維持や回復ができること。"
- ・●は心が落ち着く場所です。自分が大切な場所なので、いばしょがひつようです。

○情報・スキルが得られる

- ・本人（当事者）がその人らしくいきることのヒントが得られるというか、自分らしく生きる人生づくりのきっかけになる時間・空間が提供できれば良いのかなと思う。自分が居場所スタッフをさせてもらっているが、先述「のことを考えつつも、自分がやれることが限られている（人生経験が隔たっている）ので、それでも他人に対して何らかの働きかけをすることができればいいが、現状利用者があまりない（地元のひきこもりを取り巻く状況が就労の方に向かっていく）ので、今のうちにたくわえておく必要があるかもしれない（ピアスタッフとしてできることをさがす）。
- ・（話相手として）”当事者である必然性のある話”、情報を得る。”出向いた甲斐がある。情報を得たい。”一体僕は何をしたんだ”感が凄い。疲労感。専門家、カウンセラー、サポーター、etc”。トーク力が高い人間からドーパミンを得る。脳の活性化。毒にも薬にもならないような”挨拶の延長”のようなボンヤリとした話が延々と続くような状況は避けたい。Meが”居場所”に到着した時点で”内輪”感が充満していると（しかもその内容がペラい）、糞のように居心地が悪い上に、やれることも話すこともほぼなくなる。結局現行のサービスでは人次第なので”居場所”内の状況、構成などがわからない以上、情報の濃さや話の深さ、面白さなどがその時々次第になる。通うモチベダウン。
- ・長期間ひきこもると、そもそも何故こうなったのか忘れると云うか、わからなくなっていると思うので、”アイデア”がなぐさめとかより欲しい場合があります。
- ・大検かしゅうしょくに必要なスキルを身につける。
- ・例えば、精神保健福祉士の方などのように引きこもりのことについて専門的な知識を十分身につけておられる方のアドバイスなどを受けていられる状況であること。

○共有・共感

- ・私自身ひきこもり（不登校と並行して）でして、今はフルで勤めていますが、妹がかなり長期ひきこもりで支援していただき、家族も孤立していたので居場所は”共感してくれる人のいる場”に定期的に参加でき元気になれる、それだけで充分（感謝）と実感しています。NPO●にお世話になって痛感しております。
- ・自分同様死んでも社会に縛られ働きたくない。無駄な時間（労働）されたくないと同じ苦しみに悩む人間と共有できる場がもっと増えるべきだと考えている。趣味や好きなことならやれるのに（学校、勉強、バイト、仕事）やりたくない、いきたくないことになるとなぜありえない怒りしかわからないのか相談できる場作り。
- ・みんながお互いに考えや好きなものなどを否定するようなことをしないように努めること。
- ・誰もがその人との違いを理解して認めた上で交流したりすること。

○圧力のない

- ・「何もしなくても良い」「居るだけで良い」ことが重要かと思います。ひきこもり当事者は何もせずに家に居るだけでも家族・世間・社会からの重圧に晒され苦悩します。そんな重圧を感じることも無く何もせずに居られる場所があれば心理的な安定を得られるのではないかと思います。
- ・「〇〇せねばならない」というプレッシャーをかけない事。〇〇には色々入る。「働く」とか。
- ・古株っぽい人が影響力を発揮していない。
- ・圧力のないこと。

○自分の思い

- ・ひきこもりの支援で発達障害分かれ、手帳をもらいB型作業所に通所（週に1回）しかしひきこもりの発達障害（ASD）に作業所は逆効果だと強く感じます。ひじょうに圧迫感を感じ精神も不安定になっていて再びひきこもりそうです。しかし行政側は作業所に通所しないと支援プランを打ち切るとなれば脅迫です。（医師からは就労不可判定を受けています）
- ・小学校・中学校・高校・大学を過ごしてきて、居場所というのは全く感じなかった。クラス単位で常に弱い者を悪に仕立てるいじめがどんな環境でも起こる。個人というものに、弱者においての協力というのはもはや期待できそうにない。
- ・友達と話をしたりしていじめもなしに生活したい。

○雰囲気的重要

- ・自発的に会話をしたいと思える雰囲気があるかどうか重要だと思っている。多くの人がひきこもった原因や理由をまず最初に問い詰めるが大げさに言うと、トラウマの1つとなっているその原因を口に出したくもない人もいる。（例え同じひきこもり同士でも）そういう人が自ら吐露できる空間づくりが一番重要だと思う。親でも先生でもなく”友人”のような人がいい。学生時代にツライことがあれば互いに相談しあえた良い意味で軽い雰囲気。
- ・良い雰囲気の間であること（自然さ、きゅうくつでないか、つまらないいさかいがないかなど）と、非言語的な居心地のよさ。特に、コミュニケーションが不安なときは、言葉より周りの態度や表情に救われたことがありました。
- ・とてもすごしやすくありがたい。もっと多くの人に知ってもらい参加してもらいたいと思う。

○ニーズが満たせる

- ・利用者それぞれのニーズに応えること。
- ・利害関係ではない、WinWinの間であること。

○活動・体験ができる

- ・家にずっと居ると、体力が落ちているので、体を動かしたり、スポーツができるといいです。社会のマナーや普通に外に出て生活している人がやっていることが、知らなかったり出来なかったりするので、例えば（レストランなどの食事の仕方や、一人で電車や地下鉄に乗ったりする）いろんな事がはじめてだったりするので、そういう事を教えてもらったり体験講座があったらいいです。課外活動や旅行などもしてみたいです。カウンセリングや悩みを相談できたらいいです。外に出る事ができて働けるようになって行くことができる生涯にわたっての居場所がほしいです。
- ・現在病気の身であるため、人と話しても辛いだけで分かり合える人がいないのがつらい。何にも興味をもてない。動きたくない。せめて勉強や運動ができるようになればよいなと思い、行動している。

○逃げ場機能

- ・心の避難場所。・安全で安心できるから。・発狂して自我を喪って暴れる心配と不安への対処。・人は不完全なものだから、他者と自分、お互いの特技で補い合って生きるもの。（完成したら人間じゃないと思っている）・孤独は病み落ちへの一歩。
- ・どこにも逃げ場所がないから

○自分にとっての“居場所”

- ・自分にとって自宅の部屋は安心するし、楽でいられる。
- ・人がいない。

○その他

- ・私個人が何らかの公式の集団、会に属していないので、いまひとつ「居場所」の意味する所が不明。回答困難。

ご家族

○安心感

- ・安心して、自分の思いや家族の状況を話すことができ、否定や批判、攻撃がされない場所であり、当事者同士や専門的知識・経験を持つ助言者が適切なアドバイスや励ましを行うことが保障されている場所であることが望ましいと思う。
- ・今の状態だと買い物以外行く所がない。やはり同じ思いを持つ人達と直接話ができる（安心して）場所が、居場所になると思います。社会経験がないので、世の中には色々な人がいる事、そういう現実を知り（知ってはいると思うが）うまくかわせていけるような気がします。その前段での安心の場所（居場所）は必要だと思います。
- ・第一に心安らぐ場所であって欲しい。安心して居られる所、本人の全てを受け入れる場所となって欲しい。それには対応して下さる方がとても大事で寛容さと暖かな言葉がけで伴走して下さる方が必要だと思います。（家族だけではなかなか難しいので）場合によっては本人の気持ちも聞いて頂いたり（傾聴）ケアしていただける場になればと思います。

- ・本人が自分の家以外で安心して居られると思える場所であること。本人が他者から受け入れてもらえていると思える場所であること。本人がそう思うことができ実感することを経験していけば自然と他者と交わろうという思いが出てくるのではないかと思う。
- ・どんな人でも安心してその場にいられる雰囲気、受け入れ、認めてくれる・ちょっと背中を押して、好きなことから自信が持てるような支援・やはり、少しでも自分が働いて、お金を頂けるといことは意欲につながると思うので、就労ができれば良いと思う。
- ・本人家族が安心していられる場所であること。
- ・心の安らぎ
- ・安心感。受け入れてくれるスタッフ。専門知識の有るスタッフ。ピア・サポーター（同年齢）
- ・何を話しても安心・安全な場所であることがとても重要困っている事等を相談できる方がいると良い。
- ・気持ちが不安定な時でも安心して受け入れてもらえると長期的に行くことができること。
- ・当事者にとって「安心できる場所」であること、「話を聞いてもらえる場所であること」
- ・役所や支援機関に相談に行くのが困難な人達で、何とか外に出てみようとする人達が対象になると思われる。
- ・ピアサポが常駐、運営の主役。ピアサポは行政と家族会としっかり連携する。（行政と家族会は直接居場所と関係を結ばない。前面に出ないこと。）
- ・安心してそこに居られる。
- ・自分の言葉で話が出来て、批判されずに、その事について話し合える。
- ・ネホリ、ハホリ、せんさくされない事。
- ・何か話し合う時、ファシリテーターが必要だと思う。
- ・自然体で安心していられる場所。心が安らげる場所であってほしい。
- ・本人が安らかな気持ちでいられる事許してもらえる事
- ・責められないで安心して居ることが出来る所。そして、何でも話せる雰囲気がある所。また、聞いてもらえる所"
- ・ひきこもっている本人が安心して過ごせる所だと思います。過去に辛い思いを体験した人も多いと思うので、ゆっくり過ごせる場所が良いと思います。
- ・ゆっくり安心して過ごせること。
- ・ホッとして、安心できる場所であること。少しだけ（具体的にはわかりません）、今の社会の風が流れている。
- ・居場所とは本人が安心しておちつけるところだと思います。今までは辛く苦しい時間を過ごしてきたと思います。（今もまだ続いてますが）これからは少しでも安心して”有りのままの自分で良いんだよ”と思ってもらえるような居場所が家をつくれたらどんなに嬉しい事でしょう！我が子の側にいて、ただただ寄り添う親でありたいと思っています（思うようにできていませんが）
- ・本人が安心して何度でもいつでも来れる場所。当事者同士が気軽に交流できる言葉をかわせる場所。
- ・安心して訪れる場所であること

- ・息子は●歳で専門学校を中退しました。それまでも中・高と虐めがあり一時登校拒否になった事もありましたが何とか卒業はできました。しかし、専門学校に入った頃から「電車に飛び込みたくなった」と口にしたり、やむを得ず学校から退く事になりました。その後、自ら居場所探しをし、市役所で紹介された●の会の扉を叩いたようです。最初は、積極的に参加していましたが、支援者も変わり足が遠のいています。居場所として最も重要だと思われる事は、ひきこもり本人は人目を気にする傾向ですので暖かく迎えてくれる雰囲気や本人が心地良く「ここに居ても良いんだ」と本人が安心できるスペースです。現在は訪問看護の支援を週2回利用しており、信頼関係を築けております。
- ・安心して話せる気持ちになれること。安心して話をきいてもらえる他者が何人かいること。自分の立ち位置に気づいていけるような多様な他者とのかかわりがもてること。ひきこもり本人は彼らをとるまわし家族や家系の人々の傾向の鏡の役割をしてくれているという捉え方ができること＝問題は本人固有のものとしにくい考え方。具体的な、現実社会とのかかわりのハウツーの知恵、知識の提供もできること。
- ・本人が安心して居られる場所
- ・居心地が良く安心な場であることは基本として大切ですが、安心を得て次のステップに進めるような状態、進みたくなった時に社会につながる開かれた状態も必要だと思います。・居場所内で安心してとどまってしまうのではなく、自信をつけて前に進みたくなるような活動、経験ができる事。・経験者が独自のこだわりを伝えない事（公的支援者や医療者を否定しないこと）。・適切な支援や地域社会との連携
- ・安心安全だと思える場所である事。行ってみようと思わせる何か魅力のある場所である事。いつ行っても受け入れてもらえる場所である事
- ・安心感が保証されていること。他者の言葉に耳を傾け否定されない場であること。何か変化が起きる事（精神面、情報収集において）

○家族会について

- ・家族会に参加し始めたばかりで2回しか行っていないのですが、皆さんのお話を聞いたり自分の話を聞いてもらえる事で、現状は何も変わっていないけれど気持ちが軽くなり、本人に接する時の自分が以前より明るくなった気がします。その反面自分がやるべきことから逃げているのかと思う部分もありますが、遅すぎたかもしれませんがこの会に参加することで何か変化していければと思います。質問の答えにはなりませんが、今の心境を書かせてもらいました。
- ・私の家族は主人と息子の三人家族です。ひきこもりのきっかけ、その時の気持ち等残念ながらしっかりと把握できていない親で反省の毎日ですが、至らない所を確認できる大切な場所。ある日ひきこもりの家族の会を知り、今では毎日参加し、気持ちの分かり合える家族との交流は共通した悩み、経験談、さまざまな角度から心休まる時間を過ごさせて頂いております。息子の心境も解るようになりました。主人は会社人間で長い間仕事に明け暮れていて、息子との接し方や考え方に戸惑いながら無口になっていますが、私の家族会（●）の参加には協力してくれます。

- ・親が自由に安心して話せる場は、とても有難いことです。悩んでいる時、しんどいと思う時に受けとめてもらえると言う事がとても力になりました。家族(当事者含む)が孤立しないための居場所であることの大切さ、学習会や体験談を聞きながら私自身の気持ちも少しずつ変わり、子供に対しても優しく接して、声掛けをするようになり、子供にも変化が現われました。「傾聴」「対話」はとても大切な事なので、何度も何度も繰り返し実践して学ぶことが必要だと思いました。
- ・まだ一度の参加なのでどう答えてよいかわかりませんが、同じ目線で内容の違いも含めて少し肩の力が抜けたような感じがしました。親としてやってはいけない事など自分自身ふりかえる事がわずかに出来たような気がします、まだまだわからない事だらけですが、参加して話す事で変化していけるかも知れません。
- ・●の会と母親の会が月1回ずつあります。きらら会の場合は子供のようすや出来事など話す場ですが母親の会はなんでも話せる場所なのでとても楽しみにしています。きらら会はいろんな方が参加されるので話すのにとまどいと感じる事もあります。(当事者や関係者)
- ・話を聞いてもらえる。・同じ経験をした人たちだからこそ、心が通じ共感できる。・安心感が与えられる。・よかれと思って子供に接していたことが逆効果であり間違っていたと気付かされる。・元気(エネルギー)の源。・親が元気で不安が減ると家庭の雰囲気が変わり、子供に変化が見られる。
- ・家族会に参加して半年です。私と夫(たまに)二人で入会しました。ひきこもりから脱出した方、支援している方、ご家族の方の話を聞くと参考にはなりますが、それぞれ男性・女性の差(本人の)年齢の差、ひきこもり状態の差があり、参加していても、鬱々とした気持ちになることがあります。もし可能ならばなるべく同じような状態の子供を持つご家族の方と話が出来れば、もう少し心を開いては話ができる気がします。例えば小学校から登校拒否していた方や、部屋からも出られない方にうちのように大学までは何とか行かれた、外出はたまにするという話をするという〇〇は言いにくいし……。難しい事だとは思いますが、ひきこもり状態の同じようなご家族と話せる居場所を求めています。
- ・誰にも話せずに落ち込んだ時、居場所(家族会)で話すことによって、気持ちが明るくなります。それぞれの悩みを話し、聞いていると、状況は違っても、悩みを共有できる気がしてきます。子どもにもこのような場所があることを知らせて参加してほしいと願っていますが、踏み込んだ会話ができません。
- ・自分の家庭のうまくいってないことをたくさん話してしまいうのですが、話した後で自分を自分でイヤになってしまいます。むなしくなってしまいます。ここの場所だけのことから大丈夫ですよと運営者の方は言ってくれますが、自分で自分自身が情けなくなります。
- ・ひきこもり本人はもちろんの事、家族の方の気持ちをくみとってくれる様なやすらぐ様な居場所が必要だと思います。回りの事やいろんな事が気になり、常に緊張感の中にいる状況が続きますから少しでもホッとなれる所が大事だと思います。まず家族が元気にならないとひきこもり本人と一緒にいるのは大変な事だと思います。
- ・親のストレスを発散する為にも、とても重要だと思います。

- ・親が楽な気持ちになれる居場所はとても大切です。
- ・同じ立場の親と悩みを共有でき、気持ちが楽になる。ひきこもりの子供をもった親でしかわからない悩みを何でも話せる。親の会は大事だと思う。
- ・家族会の大切さを強く感じています。私は本人の為にというより私自身の為にこの会を探し入会しました。親がゆったり出来る場所・時間がとても大切だと思います。
- ・仲間、1人でないという安心感
- ・今の苦痛をただ理解してくれる、やすらぎの場
- ・頑張らなくてもいい、今のままの私を受け入れてくれる。
- ・皆さんとの状況がそれぞれちがうので、かみあわないときもあるが、心が楽になる
- ・家族会(親の居場所)
- ・自分ひとりではない事。仲間。個人個人の話が聞くことができる。情報をおしえてもらえる。私自身の思っていることを安心して話をする事ができる。

○リラックス・安らぎ

- ・私の思う居場所 自分の心がやすらぎ、気をつかうことなく行動、会話ができる。来た時よりも帰るときに気分がよくなる。そしてまた行きたくなる。知った顔で安心できる。自分で何かお手伝いできそうと自然にやりたくなる。不安なこと、困ったこと、たのしかったこと、うれしかったこと、何でも聴いてもらえる。利用に対して規約はあまりなく誰でもが大事にでき愛せる場所。(廃校になった小学校で自分のやりたいことを企画、出店している若者を見ると素晴らしいと思いました。そのために何が必要か起業家としての教育を受けていないこと、何から考えていくといいのかわかりません。高齢となり経済力もない、実行力もない私にはできるだけたく長生きしたいと思っています。子どものことを母親だけで考える機会をありがとうございます。)
- ・相談者がリラックスし、安心して自分の気持ちを吐き出すことができ、安心して話すことができること。他の人から自分を否定されないこと。他者から意見を押し付けられない場所であること。相談者をまるごとありのまま受け入れてもらえること。
- ・本人たちがリラックスして過ごせること。活動内容はいろいろ用意されていて、自分で選択できること。悩んだら困った時に話を聞いてくれる人がいる。
- ・本人や家族が緊張することなくゆったり落ちつける場所(必ずしも所ではないと思う)(又は構成員(家族など)で過ごせる時間)
- ・形あるものにつながるのが理想だが、少しリラックスできる場所であってほしい。
- ・落ち着けること
- ・空気がおだやか(ネコがだら——とできる空間) 比較的自由にさせてくれる。攻撃されない。
- ・自分の思っている事が素直に言えること。聞いてくれる人がいること。ほっと出来る事。明日又頑張ろうと思える事等心が楽になれば良いと思います。
- ・集まってくる本人達が、ストレスなく居られる場所であるためのルール作り。
- ・不安に思ったり困った時ゆっくり話を聞いてくれる場になっている
- ・体調不良の時ちょっとしたヒントを気軽に教えてくれ、体も楽になる。

- ・ホッとできること。他者との交わりに喜びを見つけられること。
- ・自分をかたれる様にリラックスできる場所。先入観をもたず入っていける場所。
- ・心の休まる場所や心の内を話せる人がいる事が居場所といえると思う
- ・安心して自分の好きなことができ、リラックスできる場所。干渉されず自由が保障される
ところ。出入り自由。指示なし。

○支援者に求める

- ・現在息子は一人暮らししながら作業所・居場所・カウンセリングに通っています。以前行
った居場所ではスタッフとうまくいかず出禁となりましたが、本人の特性で納得する
迄スタッフに意見を言った事が原因で、本人が「アスペルガーと分かってもらいたかつ
た」と言ったら「私は専門家ではないから分からない」と言われショックだったと言っ
てました。居場所スタッフはメンバーの背後の障害の特性を勉強してもらいたい。現在本人
は 2 か所の居場所に通い刺激を受けているが、居場所から次のステップにつながりが厳
しいと言っています。
- ・私も本人も「居場所」には1度も行ったことがありません。「居場所」は必要だとは思
いますが、何をもって本人が行きたいと思うか。わかりません。以前本人が「何年も家族と
精神科のお医者さん以外の人とほとんど話していない。これってちょっとひどい事だね。」
と言ったことがあります。「居場所」に行きたい気持ちはあるようですが、本人にとって
私がまず行ってみて、その感想を聞きたいようです。「〇〇をしなければいけない」所は
苦手なようです。ただ、参加者を見守り声をかけてくれるスタッフはとても重要だと思
います。とにかく、一度●の会の「居場所」へまずは私一人で行ってみるつもりです。
- ・居場所に来るのも勇気を出して来ていると思うので、明るく声をかけてくれる人がいてほ
しい。イベント(バーベキューや食事会など)があると楽しく知らない人ともまじわりやす
い気がします。親子同士の会話は感情的になって冷静さを失いよけい先が見えなくな
ります。そんな時第三者の意見などスーと耳に入ってきたりするので、親と子の中立の立場
でアドバイスしてくれる人がいてくれると助かります。行きたい時にいつでもいける場
所。
- ・●の会設立から18年になります。早くから居場所の大切さを認識し、現在の居場所は3
番目の居場所であるが、当事者成長と共に変化してきている。①親の会が運営している居
場所であり、当事者の自助グループの居場所ではないこと。スタッフ(世話人)には、経
験と力量が必要である。②居場所は全国横並びの居場所ではなく、大々の地域と連携でき
るような居場所になれば良いのではないかと思います。③居場所に来ることができる当事者
は、ある程度元気な若者が多く、交流の場でもあるので、安心、安全な場所である事(ル
ールを守る)。④居場所を利用されている当事者もひきこもりだけではなく、多様なため、
孤立感を味わうことがないよう、年代や状態などにも配慮が必要である。従って①のス
タッフが重要となる。ボランティアではなく、市町で人件費を負担していただければ幸い
です。
- ・(当事者会)とりあえず参加してみることが大事だと思います。(ひきこもっている間に身
構えてしまうクセが強まっている)1回目はただ参加、2回目は少し会話、3回目は緊張

感がなくなる。自分の部屋以外にも居場所があり、安心と手助けをしてくれる支援者や相談者がいつも傍にいてもらえる所。親以外に気軽にあいさつができ「お帰り」と言ってもらえる。（我が家は父親が苦手で、お互いあいさつをしない）

- ・ムリだとは思いますが、多少の公共性があり、いつも聞いていて、心理学的な専門の知識のある人が常駐していていつでも相談、話を聴いてくださる人がいる事。さらに(欲を言えば、自分の身内にひきこもり等の人がいる経験をしたことのある人が理想)
- ・あくまでもそこにおられる例ば職員や、そこへ出むいた人たちは秘密厳守が大前提で思い切り、胸の内を話す事ができる事。（わたしは本人に自分の事を他の人にいろいろ話されている事がわかった場合とても逆状される事を恐れている。）
- ・専門知識もあり、当事者の立場で寄り添える頼りになる人もいるということ。
- ・よくわかったリーダーが必要だと思います。
- ・親の会の親どうしは、あくまでも人を批判しない様にしてほしい。
- ・居場所に専門的知識のある方が必ずいること。様々な事業を経験している方が、相談にのってくださること。
- ・居場所に来るのに交通費（ガソリン代、駐車料金を含めて）が無料。カウンセラー、精神科医、心理職の人が常駐。それぞれの回復程度に沿った対応ができるように〇〇数を多く。家から出れない人を誘う技量のある人にいてもらう。
- ・スタッフが心の勉強をしていることが大切と思う。ご本人一人一人の状態や今、心と体がどの段階にあるのかを理解して対応することができることが大切だと思います。
- ・勇気を出して居場所に行けるようになった本人達をだましたり、裏切るようなことがないこと。

○オープン・自由な場所

- ・時代的に SNS による居場所もあるといい。また、本人のためのオープンカフェのような場所で、いつでも好きな時に行ける場所(ひきこもり当事者専用)があればいいなと思います。
- ・①自由にいつでも行ける場所、②話し相手(気が合う)がいる、③雰囲気が良い、④個人情報を守られること、⑤本人はどんな場所だと思いたいと思うかの意向尊重(フリースペースによる把握とか)
- ・自由に出たり入ったりできること。興味あることを見つけてくれる。どんなことがあっても否定されないこと。何をやってもよいし、やらなくても良いという雰囲気。家から遠いと思いきいので近い方がよい。（自転車、バイクで行ける程度・・・交通機関の利用が大変）（勝手なことばかり考えました。）受け入れる人が心理的なことを理解しているひと。一歩足を踏み入れるまでが大変（事前に何か安心できると感じさせてもらえる工夫）
- ・いつでも出入り自由で、話をしなくてもよいが、話をしたい時には相手になってくれる人がいて、相談にものってくれる人がいる。
- ・誰でも自由に出入りできそうな環境でありたい。又、そういう場所があることを社会、地域に広めてほしい。困っている方や孤立している方の支援、かけこみ寺のような場所でありたい。

- ・オープンな雰囲気。
- ・だれかに指示されることなく、自由に居られる場所。
- ・又、行けそうと思える場所であってほしい。"
- ・時間とか関係なく、行きたい時間にいつでも行ける場所であって欲しいです。何もしなくてもその場にいとるところでありたいと思います。
- ・出入り自由
- ・夜21:00くらいまで開いていたら使いやすい。
- ・相談できるピアサポーターや相談員がいる。
- ・キッチンがある
- ・就労訓練までいかななくても何らかの活動が少し収入につながる。
- ・女子会の日がある。
- ・行きたい時、いつでも行ける。
- ・本人が自由に「出入りできて行動できる場所である事。
- ・ひきこもりの方々も人により性格習性は様々だと思うので、居場所が決まった回数日にちではなく、いつでもオープンされていけば理想です。限定されていると逆にその日に行かなければ…という感じになるかと思います。

○ありのまま・存在受容

- ・そこに居ていいんだと思える事が大事だと思うので、行事とか軽く声掛けするだけで参加させようと強く誘わない方がいいと思います。もちろん居場所の職員の方はよくわかって、自然な接し方をしてくれると思います。熱血みたいな人よりゆるい温泉のような方がいてくれると気が楽だと思います。
- ・自分がここに居てもいいんだと思える場所。存在価値のある場所。理解はできなくても認めてくれる場所が重要です。
- ・よく娘が居場所があればと言っていましたが自分にあう場所がなく結局見つけることが出来ませんでした。自分の存在を丸ごと受け入れて接してくれる暖かい雰囲気の居場所があればと思います。
- ・ただ何をしなくてもまず安心していられることが最も重要だと思います。自分の存在を受け入れられるということも重要だと思います。
- ・自分と同じようなひきこもりの人が他にもいることを気づいて安心できること。今の自分を受け入れてくれて、安心できる場所であること。何か自分が役にたてることがあるとよいと思います。（何でもよいので）
- ・本人はとにかく外に出る事がなかなか出来ないなので、居場所は本人がありのままでリラックスできる場所を希望します。そこに支援者がいつもいてくれるといいです。
- ・KHJの仲間が立ち上げたNPO法人の居場所に行っています。1年くらい通い慣れて意欲的になってきたところ、頑張りすぎたのか今は足踏み状態です。しかし、ありのままの自分を受け入れてくれるスタッフ、親身になって相談に乗ってくれる大人とめぐりあってとても喜んでいました。本人は午後から夕方にかけて元気になるので、その時間に対応して下さりありがたい。経営面はとても大変そうで心配になります。

- ・何もためらわずに自然体でいられる場所。自分から話しだそうとしたくない時に、やたら質問せめにあるようなところは居場所ではない。

○共感・共有

- ・まずは苦しい思いをしているのが自分だけではないと分かってもらう。次に様々な体験を通して興味を持てそうな事を見つけ、他人が怖くなくなる。親子の関係や自分の考え方のくせを客観的に見て整理できるように元気になりつつある人が体験談を話すなどして当事者が「こうでなくてはならない」と思う自分を許せ信頼出来る人間を見つけられる。それぞれ当事者のレベルに合わせて対応し、就職がゴールと決めつけない。
- ・一人で抱えて生きていけないので居場所は必要です。一人では生きていけません。誰かがよりそってくれるだけで精神的に楽になります。家庭に安らぎがなければ居場所を作れば良いと思います。私は子供がひきこもりになったときに、身内に相談できませんでした。否定されました。一人で考え込み、死にたいと思ったこともしばしばありました。そんな時に保健センターの方々にお世話になりました。話を聞いてもらえました。身内ではなく、他人に方々に大変支えられました。それからあちこち話を聞いてもらえるところへ行きました。居場所は大切です。
- ・ひきこもりに至る経過はさまざまであっても、同じ思いを共有できる場所が居場所なので、とても重要だと思います。やっとの思いで居場所に行っても雰囲気は自分に合わない場合もあるので、気軽に足を運べる様にもっと多くあればと思います。
- ・一般の人はひきこもりの人たちの気持ちは分かりづらいけれどわかり合えると思う。情報を得る事ができる。
- ・本人にとって、家族にとっても孤立しないため、共感してもらえるような場所が必要だと思います。
- ・わかりあえる仲間・スタッフ楽しみあえる事。
- ・お互いにかかえている問題を共有し気持ちをゆったりとできるところ。
- ・当事者や本人（自分）が共感し合える場所であってほしい。

○話をきいてくれる

- ・まずは自分（私）の話を聞いてくれる事。そして、適切なアドバイスをしてくれる事。私についてよくわかっているかどうかが重要。あとは食事をしたり楽しい時間を共有できること。
- ・ひきこもっている方が行き話す所があることも大切。自分だけでいると他のことわからないし、他の人に話を聞いてもらい気づきになる可能性もある。
- ・心配事や不安なことを打ち明けられ、聞いてくれる。
- ・押しつけではなく、経験を混じえたアドバイスがもらえる。
- ・居場所内で守秘義務が守られる。
- ・話をきいてくれる人。会話が自由にできる雰囲気。同じ境遇にあると話せる。
- ・どうしていいかわからない時、相談にのってもらえる。自分の思いを言える。
- ・相手の話を聞くことができる。

- ・自分を解放できる時間がある・安心して話が出来る場・その場限りの話が出来る場・同じような悩みを話せる・情報交換丈でなく自分を成長させる機会になる

○自分らしく過ごせる

- ・自分らしくいられる雰囲気。何をしても何をやっても認められ許される雰囲気。批判・否定のない受容のある雰囲気。お金がかからない。通いやすいところにある。女性は女性だけの方がよい。
- ・本人が本人らしくゆっくりできる場所、それでいて他人ともゆるく接触する。何かが(望めば)学べる場。
- ・自分自身をさらけだし、泣いたり笑ったり一緒にいて安心でき、時には意見のぶつかりあいでケンカをし互いの気持ちを伝えることができる場所
- ・自分のしたいことを自分らしくできる空間
- ・居場所において自分らしく居られること。
- ・本人が居場所において自分らしく居られること
- ・本人が罪悪感なく楽でいられる。必要とされる(役に立つ)

○場・環境・雰囲気

- ・実際に月2回、会で居場所をやっていると感じること。本人たちの希望を聞きながら、活動内容を決めること。「よく来てくれましたね」というあたたかい雰囲気を大事にする。「またよかったら来てみてね」楽に来られるような、ことばかけ、場づくりをする。
- ・本人の納得が得られる様な居場所が必要。本人達から希望をきいて、添うような居場所を作ってもらいたい。
- ・まだ行けない状態なので、行きやすい場所だという情報をもっと発信してほしい。
- ・気軽に顔を出せる場所にあればよい。のぞいてみたくなるような楽しそうな様子がある。
- ・また行きたいと自分から思えるような場所
- ・本人がいつでも行って楽しく思えて又行きたいな一と思える所。
- ・いつでも楽な気持ちでいけるところがあればとてもいいと思う。

○交流

- ・居場所は若者が同じ悩みを持つ人たちが気がねなく集まり、人とコミュニケーションの機会を持つ場として必要ですが、娘はそこへ行く必要性を感じなかったようです。本心はわかりませんが、一人で過ごすことが好きな性格かと思います。同僚と食事に行くこともあります。それ以上関わりを持つことは今のところないようです。居場所が本人にとって心地良い場所になるなら大切にして工夫した空間になれば良いと思います。
- ・居場所の利用者同士の交流を利用して、社会の中に入って交流できるようになって、自分らしく生活していけたらと思います。私はそのようになるようにできることは行動していきたいと考えております。

- ・色んな人達が集まり話したり一緒に活動したりすることで、その人が自信を取り戻し、イキイキと過ごせるようになることが重要だと思う。居場所運営もむづかしいと思うので、専門知識のある人からのアドバイスや、バックアップ（経済的）も重要だと思う。
- ・就労支援とゆうよりも、気楽に他者と交流出来る場所であること。本人の気持ちが楽になること。
- ・当事者同士がつどえる（コミュニケーション）のとれる場所が必要だと思います。又、そういう関係の（指導）をしてくださる方がいるとなおいいかなと思います。（カウンセラーの方がいる方がよいと思います）
- ・他者と交流できるような指導・環境を作ることが必要だと思います。
- ・本人が楽な気持ちで友達を作り、思い出ができること。社会参加できること。ボランティアができ、役に立つ喜びを知ること。

○本人の状態に合う

- ・参加・不参加について本人の意志を尊重し、絶対に強制しない。自分の考えや悩み等を自由に発言でき、極端に指示・命令することなく、受容し共感する気持ちで対応できること。（動物や自然にふれることができる。ゲームやパソコンであそぶ。）当事者を招くことにより、親が本人の気持ちをより理解できるようになる。サポーター、保健師、医師、看護師、社会福祉関係者等招くことで日頃の悩み、問題ディスカッションできる。ボランティアの方等幅広い年齢層の集まりにより、心を開くチャンスが増える。本人が参加できるようなフリースペース・遊び場などがあれば本人も気軽に参加できる可能性は高い（行きたいときに行って、帰りたいときに自由に帰れる。だまって一人いても許される。駆け込み寺風）。（心の居場所）悩みの電話をかけて専門のアドバイザーが対応する。つながらねば相手からのかけなおしも可能である。秘密厳守プライバシー守ってもらえる。
- ・1. 本人が行く気になる事。（本人がひきこもったキッカケがイロイロ、居場所で会えた当事者同志がイロイロで苦痛なく打ちとけあえるか？）、2. 規模が大きく、多くの当事者の中から、自分に合った仲間を見つけられるか？グループの一員になれるか？、3. 所在地が行く気になる場所（地理的、入口のふんい気は？）発達障害支援センターなど重度障害者施設の2階に有り、入口で重度の方よりの洗礼を受け、2度と行き度くない気になる当事者が多い。4. 最初に行って期待はずれでもう来ないとの気にさせない様、スタッフの配慮、工夫が必要。行って良かった、次も行き度い気にさせる事が重要。
- ・ゲームなど興味関心が同じ仲間がいること。ネット上で知り合ったものが、そこで集える環境。何をしてもよいという個人に合わせられる状況。定期的な面談があって話を聞いてくれる機会があること。家庭的な場所（一軒家）の方がよいかもしれない。区切られたスペースがたくさんある。駅に近い。
- ・同じ自閉でも知的障害がある人となない人の居場所を分けて欲しい。見ていても違和感があり本人も言っている。
- ・利用者のプライバシーが守られること。利用者を叱咤激励しないこと。
- ・無気力を許してくれる場所であってほしい・なぜ「ひきこもるのか」その原因の調査結果と対策を本人、家族に公開してほしい

○気持ちが楽になる

- ・しんどい時こそ行ける場所・・。家から出る事もしんどいけれど、頑張ってみたら行って良かった！しんどさが減って楽しくなって帰ってこれる場所。自分のしんどさを話せることも大事だけれど、何も話せなかったとしても顔を見てホッとしたり、安心できたりする仲間関係やつながりが大切だと思う。お互いがいやしいやされる関係に！上下関係はいらない。居場所にはリーダーが必要？！で必ず一人はいるが、参加者が心地よい居場所になるよう困り事等、皆で出し合い、良い方向へ協力しあえば続くかな。定期的に自由に入出りできる居場所は重要。
- ・自分の事を何でも話せたり聞いてもらえ気持ちが楽になってまた行きたいと思う事が大切かなと思います。そして仲間と共有出来たら楽しくてもっと良いですね。
- ・本人が気持ちを楽にしていられるような居場所があったらいいと思います。まず、一度足を運ぶまでが大変だと思うので、インターネット（HP）やチラシなどの工夫が必要になると思います。
- ・自由に過ごせて気持ちが楽になれる所。孤独ではない空間。ひとりぼっちではない場所。
- ・行くと心が元気になる所。また行きたいと思える場所。
- ・気持ちがかかるくなる様な気がする。

○自由に過ごせる

- ・今の居場所はあくまで会員の自主的な活動です。そしてそれでいいと思っています。自分たちの経験を共有したり、専門家やカウンセラー等の意見を聞いたりしながら模索していくことが大切だと思っています。ただ会を運営する上で最低限守らなければならない事はあると思います。話すも話さないも自由だということ。批判や指導的な発言やプライバシーに立ち入るような質問をひかえる等。
- ・自由に集まり自分たちで時間を有効に使えるように1日の時間割を決め、作業、レクリエーション等時間の使い方を学べるといい。自分で出来る事、他の人ができない事をどうしたらいいのかお互いに教え合う場、それを見守ってアドバイスしてくれるスタッフがいるといい。娘は一人で外出ができない。家族・知人となら何とか外出が可能。そういう子どもの事も対象にしてほしい。自立支援、障害者手帳がもらえない、はざまの子どもの事も考え引き上げてほしい。
- ・居場所がひきこもりの居場所だとわからないこと！！広～い空間！静かな空間！日当たりが良く、天上が高い事！明るい事。静かなBGMが流れている事。そのコーナーでは、ボードゲームができ、軽食が（持ち込み）とれ、24時間やっていれば良い。確か大阪の千里中央だったかしら？ありました！！そんな空間。ガラスばり？で明るくて暖かくて子ども連れの人が居ても静かに穏やかに過ごせる場所。（夏涼しくて）そんな場所が無料であればいいな。
- ・本人にとって自由な場。おちつける場。
- ・自由に話せること。何かすることがあること。

○同じような人の存在

- ・発達障害も有り、人の中へ入っていくのも、人づきあいもにがてで有り、小学校のころから、イジメられてきた事も有り、ずっとひきこもりの人生です。気をつかわずに同じなやみを話し合える、本人どうしが集まれて情報交換が出来る居場所がもっともっと色んな所に有ってほしいです。本人達はいっぱい時間はあるけど、きらくに行ける所が少ないです。そこから、少しずつ元気をもらって、自分にじしんをとりもどしてほしいです。その為には本人同士がきらくに行ける居場所がだいじだと思います。御願います。
- ・本人が自分の悩みや思いを吐き出せる場所がない。親には言いづらいが同じ悩みを抱えた子供同志なら話がしやすいのではと思う。その上で周りがサポートして社会環境に馴れていくきっかけ作っていければ、本人も自分で考えて行動していけるのではないかと思う。カウンセリングは本人がかまえてしまって、大人が聞くだけで理解してもらえないと感じたと思う。中断してしまった。（本人がいなくなった）
- ・同じような立場にいる人が他にもいるということで気持ちにゆとりができる・気ばらしになる・視野が広がる・勉強になる
- ・同じような体験をした人たちと話したりアドバイスをもらったりできることはとても救われています。一人で悩んでいる人には1度参加してもらいたい。
- ・近い年齢で同じ様な悩みを持つ人間が数人以上存在している事だと思います。

○物理的条件

- ・居場所、家族会、ひきこもり講演会等開催場所がもっと交通の便が良い所を希望。地方は車がないと不便な場合が多い。我が家は運転できません。ただでさえ楽しい所に行く訳ではなく、精神的に苦痛なのでアクセスの便利な場所だと参加する気持ちにもなるかもしれません。是非是非駅近での場所を願います。
- ・自分の住んでいる所の近くには本人の集まる居場所がないので、相談できたり話したりできる場所があると行ってみたらと言えるけどないので残念です。
- ・もっと身近な場所であるとよい。交通費を考えるととなり町まで出かけるのも辛い。
- ・家から近くにあること・本人が「行きたい」と思う気持ちになる何かがそこにあること。
- ・近隣の身近な場所への開設

○居場所への要望

- ・現在、息子は40代。10数年前より親の会・その他の会にて役員としてお手伝いさせて頂いていますが、30代の前後、居場所があれば色々な方との交流ができたのではないのかなと思います。私達親も気軽に参加できる場所がもっと身近にできるよう期待したいと思います。
- ・お世話をする人は大変だと思いますが、居場所があると助かります。「ご本人」（当事者）は程度の差があり、出ることができるもの、全く参加できないものの雑多ですが参加できるようになるとしめたものです。そういう人たちのために、居場所は大切であります。
- ・家族以外の第三者との交流(居場所)ができる機関がこの地域にないので欲しい。・家が安全安心の場になる様に、本人にプレッシャーをかけることばがけは避けている。

- ・居場所までいけない子のことを考えてほしいです。

○運営への支援

- ・居場所が必要だとは思っていますが、場所・人材の事を考えると難しそうです。親の会で持った方がいいのか、公的（県で設置）なものを利用した方がいいのか迷います。以前親の会でもっていた場所も立ち切れになってしまいました。
- ・居場所の設定には、経済的な援助がないと、運営が難しい。できれば公的援助を受けられる様、整備してもらいたい。
- ・ひきこもりの人々の居場所を何とかしようと思っている人達はたくさんいますが、運営費を何とかできないものでしょうか。我が息子は今それをやっていますが、運営は厳しいです。
- ・人の問題が一番 居場所を立ち上げるに当たっても一人では難しく、やる気・責任感・時間が必要である。みんな居場所があればいいと思っても、仕事が忙しく着任できる人がいないと〇〇のが、当会の悩みである。

○受容

- ・ひきこもりの立場に立って考えた時、それまでは挫折やいじめ、つらくて、自己否定ばかりの人生だった方が多いと思います。コンビニに行くのでさえ怖い人がいます。その中で居場所というのは、「どんな自分でも受け入れてくれる所」…こんな所は具体的にはよくわかりません。ただ、よく分からないながらも「べてるの家」とかいいなと思い浮かびました。悪い所、できない所をなくすのではなく、悪い所できない所は認めながらもいい所をより良く伸ばす、やり方をしてくれる場所。とりあえずは、自宅以外に一步出て「5分」でもいいから気軽にお茶が飲める場所、仕事がなくても自分の意見を充分に語れる場所。
- ・自分を受け入れてくれる場所。行き当たりばったりで、ネット検索でこういう会があることを知り、家族会に初めて参加した。親向けの話だったのに。（当事者がすうめいしかおらず）みなさんがごく自然に笑顔で『よくきたね！』みたいなかんじでたいおうしてくれた。グループワークのトークで、もっと大変なお子さんを抱えていらっしゃる方々も自分の子どもと比べることなく、本人の話を聞いてくれた。（皆さんの傾聴態度に感服）中高年の大人にすら囲まれる中で、よくしゃべり、その饒舌ぶりに驚いた。こういうことが居心地の良さと親として気づかされた。本人、地方には「ひきこもり女子会」のようなものがないと嘆いていた。行きたいのに、毎日行けない。話したいです。
- ・本人が持っている考えや思い・感情などが自然と出せて受け入れてくれる場であって欲しい。又そこにいるスタッフ等は本人が困っていることや悩んでいることを話しても大丈夫だと思われる人であることが大事だと思います。

○対等な関係

- ・特に上下関係が無く、農作業等のリラックスした仕事からストレスを解放し、徐々に人との交流が出来る様になれば良いと思っております。
- ・とにかく温かく受け入れられる。比較されない、しない。だれもが同等である。

- ・利害関係ではない相互扶助の場であること。

○信頼できる人の存在

- ・ひとことでも話しかけてくれる人の存在があるといいと思います。
- ・信頼できる人がいる
- ・必要としてくれる人が一人いるだけで安心。

○否定されない

- ・話したくなければ話さなくても良いこと。何を話しても否定されず、秘密は守ってもらえること。共感してもらえること。一人ではなかったと思えること。自分がだれかの役に立てると思えること。アルバイトの前段階のような体験。昼夜逆転していても参加しやすい時間帯に行われること。年齢・性別・住んでいる地域・趣味などで小グループに分かれ、話しやすい、友達を作りやすい時間を作る工夫など。疲れたらクールダウンできるコーナーなどがあること。
- ・居場所に集まる人たちで話に耳をかたむけ否定しないこと批判しないことが大切だと思う。

○ピアサポート

- ・ひきこもりの人の居場所には、ひきこもり経験者であった人がいてくれると安心する。よく理解してくれそうだから、見下したりされない安心感があると思う。
- ・ピアサポート、ピアカウンセリングがおこなわれていること。

○どうしたら行けるのか

- ・居場所は大事だと思いますが、我家の本人は参加しようとしなくていいでしょう。どうすれば参加するようになるのでしょうか。
- ・居場所に行ける人はまだ良いと思います。行けるようにどうしたら良いのでしょうかと思っている人は多いかもしれません。

○わからない

- ・まだ利用していないので分かりません。
- ・「居場所」のイメージがよくわからないので書けない。

おわりに

本年度の調査では、居場所の設置状況、運営の実態、効果について調査を行いました。本調査から明らかになったことは、ひきこもり本人とその家族から居場所は強く求められており、居場所がひきこもり支援の基盤であることがデータでも示されたと言えます。

私自身は、本年度の調査事業を通じて、居場所とは何かを考えていました。調査事業委員には、ひきこもり経験者の方々にも入っていただき、当事者目線からの居場所とは何かを考え続けた一年であったように思います。そして調査事業から分かってきたことは、「安心できる場」こそが居場所であるということです。

人によって安心できる場は異なります。ひきこもり支援では、どうしても就労に向かう支援が行われがちです。しかし、就労に向かうこと自体が、ひきこもり本人にとっては安心できない要因になっていることが鮮明になってきました。特に、自分の存在自体を否定している人にとっては、就労支援以前に、「居て良い」感覚を持ってもらうことが重要になります。こうした「居て良い」感覚の土台ができることで、意欲が沸いてきます。

本報告書は、本年度事業の成果物である「居場所づくり実践マニュアル」と「居場所づくり実践事例集」と共に活用していただきたいと思います。他の成果物をご覧頂くことで、居場所運営の具体的なイメージが持てるようになると思います。

本報告書を作成している中、コロナウイルスによって世界が激変しています。これから世界はどうなってしまうのか、元の世界に戻るのだろうかという不安が日増しに強くなっています。これほど激変する中で、本報告書に示されていることも大きく変わってしまうかもしれません。しかし、「安心できる場」の重要性だけは揺るぎないものと信じています。

全人類が安心して過ごせる世界に戻り、本報告書の知見が生かされるときが来ることをここから願っております。

平令和2年3月吉日

調査事業委員長 境 泉 洋
(宮崎大学教育学部 准教授)

調査事業委員 野中 俊介
(東京未来大学こども心理学部 講師)

参考・引用文献

- Iijima Y, Okumura Y, Yamasaki S, Ando S, Okada K, Koike S, Endo K, Morimoto Y, Williams A, Murai T, Tanaka SC, Hiraiwa-Hasegawa M, Kasai K, Nishida A (2020) Assessing the hierarchy of personal values among adolescents: A comparison of rating scale and paired comparison methods. *J Adolesc* 2020 Feb 13;80:53-59.
- Kroenke K, Spitzer RL, Williams JB, Lowe B., 2009, "An ultra-brief screening scale for anxiety and depression: the PHQ-4.", *Psychosomatics*.50(6):613-21.
- Kroenke K, Spitzer RL, Williams JB, The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure. *J Gen Intern Med* 2001;16606- 613
- 村松公美子 (2014) Patient Health Questionnaire (PHQ-9, PHQ-15) 日本語版および Generalized Anxiety Disorder-7 日本語版『新潟青陵大学大学院臨床心理学研究』(7), 35-39.
- Robert L. Spitzer, MD; Kurt Kroenke, MD; Janet B. W. Williams, DSW; et al., A Brief Measure for Assessing Generalized Anxiety Disorder The GAD-7, *Arch Intern Med*. 2006;166(10):1092-1097.
- 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－.
- Sarason IG, Sarason BR, Shearin EN, Pierce GR. (1987) . A brief measure of social support: practical and theoretical implications. *Journal of social and personal relationships* (4), 497-510.
- Suzuki K, et al. Screening for major depressive disorder with the Patient Health Questionnaire (PHQ-9 and PHQ-2) in an outpatient clinic staffed by primary care physicians in Japan: a case control study. *PLoS One*. 2015 Mar 19;10(3):e0119147.
- 鈴木 伸一, 嶋田 洋徳, 三浦 正江, 片柳 弘司, 右馬埜 力也, 坂野 雄二 (1997) . 新しい心理的ストレス反応尺度 (SRS-18) の開発と信頼性・妥当性の検討 行動医学研究, 4 (1), 22-29.
- Taku K., Cann A., Tedeschi R.G. & Calhoun L.G. (2015). Core beliefs shaken by an earthquake correlate with posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 7, 563-569.
- Tedeschi R.G., Cann A., Taku K., Senol-Durak E. & Calhoun L.G. (2017). The posttraumatic growth inventory: A revision integrating existential and spiritual change. *Journal of Traumatic Stress*, 30 (1), 11-18.
- 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.
- 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）. (2017). 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 (2018). 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 (2019). 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 居場所設置状況調査

「ひきこもり支援のための居場所の設置状況」調査票

特定非営利活動法人
KHJ全国ひきこもり家族会連合会

※当該調査は、同封の返信用封筒にて2019年12月31日(火)までにご返送ください。

＝本調査に関するお問い合わせ先＝
宮崎大学教育学部 境 泉洋研究室
電話：0985-58-7458 E-mail：sakai.motohiro.n8@cc.miyazaki-u.ac.jp
調査内容については、研究室にお問い合わせください。
KHJ全国ひきこもり家族会連合会
電話：03-5944-5250 E-mail：info@khj-h.com

【留意事項】

○調査票に示す「ひきこもり」の定義は次の通りとします（年齢の制限はございません）。

「ひきこもりとは、様々な要因の結果として社会的参加（大学・専門学校等の就学、家庭外での交遊など）を回避し、原則的には6ヵ月以上にわたって概ね家庭に留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いてもよい）を指す現象概念である。なお、ひきこもりは原則として統合失調症の陽性あるいは陰性症状に基づくひきこもり状態とは一線を画した非精神病的現象とするが、実際には確定診断がなされる前の統合失調症が含まれている可能性は低いことに留意すべきである。」（平成22年5月公表『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』より引用）

○調査票に示す「ひきこもり」の定義は次の通りとします。

居場所とは、「当事者本人またはその家族の社会参加を支える場所であり、本人や家族の不本意な孤立を防ぐ場所であって、定期的、あるいは比較的定期的に開設され、開設者、または当事者・家族が居場所という意識を有している場所」を指します。

○本調査に関する数値や状況は、2019年度（2019年4月1日～2020年3月31日）の間に把握している事項で答えてください。各設問に該当しない場合は未記入でお願いいたします。

貴機関名	部署名	職名・職種
	担当者名	連絡先

【質問1：ひきこもり相談対応の有無】

貴機関では、ひきこもりの相談を行っていますか？
それぞれ該当するものに○を記入し、[] 内の設問にもご記入ください。

- ・行っている ➡ 次頁「質問2」に進んでご回答ください。
- ・行っていない ➡ 次頁「質問2-（1）」に進んで回答できる範囲でご回答ください。
また、「貴機関が設置されている所轄内で「ひきこもりの相談を行っている機関名」をご記入ください。

相談窓口の機関名

【質問2：ひきこもり支援のための居場所の設置状況】

貴機関内でひきこもり支援のための居場所（以下「居場所」）を設置・運営していますか？
設置・運営している場合は、居場所の開催状況と運営方法について、該当するもの下部欄に○をご記入ください。

居場所を設置・運営している	貴機関で開催し 貴機関の職員・スタッフが 運営している	貴機関の名称で 貴機関が設置しているが 運営は外部の機関・団体に 委託している	貴機関で全増だけを提供し 設置・運営は外部の 機関・団体に委託している
はい・いいえ	(⇒問2-（2）へ)	(⇒問2-（1）へ)	(⇒問2-（1）へ)

（「いいえ」と回答した方は、質問2-（3）へ）

質問2-（1）

上記【質問2】で、運営は外部の機関・団体に委託していると回答された場合、委託機関・団体を差し支えない範囲でご記入ください。

また、なぜ委託しているのか、その理由として該当するもの全てに○をご記入ください。

委託機関・団体名（ ）
委託の理由 ① ひきこもりに相談支援に対する実績があるため
② 外部の委託機関・団体から貴機関内で居場所を設置・運営したいとの依頼があったため
③ 通常の業務が繁忙で、居場所の設置・運営ができないため
④ その他（ ）

質問2-（2）

上記【質問2】で、貴機関で運営していると回答された場合、自治体内で、設置・運営されている居場所の実施状況についてお尋ねします。

左欄の「はい・いいえ」どちらかに○をご記入ください。

また「はい」に○を記入した場合、右欄記載の連携状況について該当するもの下部欄に○をご記入ください。

自治体内で居場所を実施している	職員・スタッフが 居場所に参加し 運営状況まで把握している	相談を受けた場合 積極的に紹介をしている	居場所の存在を 把握しているが 連携や紹介まではしていない
はい・いいえ			

（「いいえ」と回答した方は、質問2-（3）へ）

差支えなければ、実施している「居場所の名称」をご記入ください。

（ ）

質問2-（3）

今後の居場所の設置予定について該当するもの全てに○をご記入ください。

- ① 居場所の設置・運営を積極的に検討している（ ）年以内
- ② 居場所の必要性が生じれば、設置・運営を検討しようと考えている
- ③ 通常の業務が繁忙で、居場所の設置・運営を今後も検討できない
- ④ ひきこもり世帯数も未知数で、居場所の必要性があるかわからない
- ⑤ その他（ ）

質問は以上です。ご協力ありがとうございました。

資料 2 居場所運営者調査

14. 居場所の運営において、以下の項目に書かれていることは、どの程度重要だと思いますか？あなたの考えに、あてはまる数字に一つだけ○を付けてください。

0＝全く大事ではない 1＝ほとんど大事ではない 2＝少し大事である 3＝非常に大事である

- | | | | | | | |
|---|---------------------------|-------|-----|---|---|-----|
| ① | ひきこもりの支援に特化していること | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ② | 安定して継続的な運営ができること | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ③ | 利用者を不安にさせないものがないこと | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ④ | 利用者が安心できる工夫がされていること | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑤ | 運営者が、上下関係ではなく、対等な立場で関わること | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑥ | 利用者の自己決定が尊重されること | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑦ | 利用者の自己有用感を高めること | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑧ | 利用者の自己理解を深めること | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑨ | 利用者が人生の楽しみを見つけたこと | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑩ | 利用者が就労すること | | [0 | 1 | 2 | 3] |

○上記以外で運営上大切にしていること

(自由記述)

15. 初めて居場所に参加するひきこもり当事者経験者もいますが、そのために心掛けていることは何か、お答えください (自由記述)

16. あなたの団体が行なう居場所にひきこもりなどの当事者経験者が複数回参加したのち、突然参加しなくなる人がいた場合の対応について、該当するところに○を付けてください。

- | | | | |
|---|-------------------|---|-----------------------------|
| ① | とくに何もしない | ② | 様子を見て電話や手紙・電子メールで連絡をとるようにする |
| ③ | 会報など情報誌だけは送るようにする | ④ | 家族とは連絡をとるようにする |
| ⑤ | その他 () | | |

17. 上記 16. で①とくに何もしないと回答した団体にお聞きします。その理由についてお答えください (自由記述)。

18. 居場所の活動として、以下の項目に書かれている活動は、どの程度有効だと思いますか？あてはまる数字に一つだけ○を付けてください。

0＝全く有効ではない 1＝ほとんど有効ではない 2＝少し有効である 3＝非常に有効である

- | | | | | | | |
|---|---------------------------------|-------|-----|---|---|-----|
| ① | 居場所の利用者同士の交流 (例：語り場、雑談交流会、など) | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ② | 居場所外の人たちとの交流 (例：イベント参加、地域交流、など) | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ③ | スポーツ活動 | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ④ | 農作業体験 | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑤ | 料理体験 | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑥ | 就労体験 | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑦ | 就労訓練 (例：PC教室、労働法講座、職業講話、など) | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑧ | 就学支援 (例：学習支援、百マス計算、など) | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑨ | 運営者による相談活動 | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑩ | レクリエーション (例：映画鑑賞、ゲーム、カラオケ、など) | | [0 | 1 | 2 | 3] |
| ⑪ | ストレスマネジメント (例：リラクゼーション講座、など) | | [0 | 1 | 2 | 3] |

○上記以外で有効な活動があればご記入ください。

(自由記述)

19. あなたの団体が現在抱えている諸課題について、該当するところに○をつけてください (複数回答)。また、とくに今後検討するべき課題となるものには◎をつけてください。

- | | | | | | | | |
|---|---------------|---|----------------|---|--------------|---|----------|
| ① | 人材養成確保 | ② | 施設の整備拡充 | ③ | 財政的基盤の安定 | ④ | 支援者の質や力量 |
| ⑤ | 居場所支援プログラムの検討 | ⑥ | 就労手前支援のための職場開拓 | ⑦ | 幅広い社会参加方法の検討 | | |
| ⑧ | 家族の接し方や意識改革 | ⑨ | 地域社会への理解啓発 | ⑩ | 親亡き後の支援のあり方 | | |

○上記以外の課題があればご記入ください。

(自由記述)

ご協力ありがとうございました。

資料 3 居場所利用者調査

利用者用

アンケートの説明

本調査は、厚生労働省の令和元年度「厚生労働省 社会福祉推進事業「地域共生を目指すひきこもりの居場所づくりの調査研究事業」の助成を得て実施しています。

本調査は、「居場所の効果明らかにすること」を目的としています。なお、居場所とは、「当事者本人またはその家族の社会参加を支える場所であり、本人や家族の不本意な孤立を防ぐ場所であって、定期的、あるいは比較定期的に開設され、開設者、または当事者・家族が居場所」という意識を有している場所」を指します。

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、当会のホームページでの公開をはじめ、報告書、学術論文、学会発表等で発表し、その成果を広く普及させるよう努力して参ります。

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せよう、お願い申し上げます。記述内容や調査結果の解析において個人が特定されることはありません。また、提出されたアンケート用紙は返却致しませんので、ご了承ください。本調査は、宮崎大学教育学部倫理委員会の承認を得て実施されます。

調査の回答に際してご注意いただきたい点

- ① 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。
- ② 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。それによって不利益を被ることはありません。
- ③ このアンケートの提出をもって、本研究へのご協力に同意していただけたものとさせていただきます。
- ④ 無記名での調査であるため、アンケート提出後は、研究参加（データ利用）の中止のお申し出には応じられませんので、予めご了承ください。

この用紙は、お持ち帰りください。

次ページ以降を2019年12月末日までに返信用封筒にてご返送ください。

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
〒889-2192 宮崎市学園木花台西1丁目1番地 宮崎大学教育学部 境 泉洋
TEL & FAX 0985-58-7458
E-mail : sakaimotohiro.n8@cc.miyazaki-u.ac.jp
〒170-0002 東京都豊島区巢鴨 316-12-301
NPO 法人 K-HJ 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@kjh-h.com

居場所名をご記入ください

《以下の質問について、該当箇所に○を、具体的に記入してください。》

A・2

ひきこもりの状態・・・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。

1. ひきこもりご本人から見た、あなたの立場：
a. 本人 b. 母親 c. 父親 d. その他（具体的に_____）
2. あなた（もしくは、あなたのご家族）は、現在、ひきこもり状態ですか？
→ a. はい b. いいえ
3. あなた（もしくは、あなたのご家族）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. あなたの年齢をお答え下さい：（_____歳）
4. あなたの性別をお答え下さい： a. 男性 b. 女性 c. その他（_____）
5. あなたが住んでいる都道府県をお答え下さい：_____都・道・府・県

6. 下の例を参考に、あなた（もしくは、あなたのご家族）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. 居場所に参加した回数について

a. はじめて b. 以前も来たことがある 約（ _____ ）回目

8. 居場所に参加した理由をお聞かせください。（複数回答可）

a. 人との出会い、交流 b. 役立つ情報、スキルを得たい c. 就労準備 d. 安心できる場所だから

e. 不安や問題について話したい、相談したい→具体的にどのような不安がありますか？

（例：就労、コミュニケーション）

f. その他（ _____ ）

9. 居場所を利用してみてどうでしたか。（4択）

a. 満足 b. やや満足 c. やや不満足 d. 不満足

（→設問10へ）

（→設問11へ）

10. （設問9で「a.満足」「b.やや満足」「c.やや不満足」を選んだ方）どのような点が良かったですか。（複数回答可）

☐ 他の参加者との交流・情報交換ができた ☐ 抱えていた問題・不安の解消につながった

☐ 日頃の生活や活動に役立った ☐ 就労準備のスキルアップにつながった

☐ その他（良かった点、気に入っている点を具体的に教えてください）

11. (設問9で「c.やや不満足」「d.不満足」を選んだ方) どのような点が良くなりましたか。

12. 居場所を選ぶにあたってどんなところを大切にしていますか。
①雰囲気 ②地理的な距離 (場所) ③参加費 ④世話人との相性 ⑤他の参加者との相性
⑥物理的な空間 (眺めがいい, など) ⑦プログラムの内容 ⑧その他 (自由記述)

13. 居場所において重要だと思うことについて、あなたの考えを自由にお書きください。

14. 居場所において、以下の項目に書かれていることは、どの程度重要だと思いますか？あなたの考えに、あてはまる数字に一つだけ○を付けてください。

0＝全く大事ではない 1＝ほとんど大事ではない 2＝少し大事である 3＝非常に大事である

1. ひきこもりの支援に特化していること・.....【 0 1 2 3 】
2. 安定して継続的な利用ができること・.....【 0 1 2 3 】
3. 利用者を不安にさせるものがないこと・.....【 0 1 2 3 】
4. 安心して利用できる工夫がされていること・.....【 0 1 2 3 】
5. 運営者が、上下関係ではなく、対等な立場で関わること・.....【 0 1 2 3 】
6. 利用者の自己決定が尊重されること・.....【 0 1 2 3 】
7. 利用者の自己有用感を高めること・.....【 0 1 2 3 】
8. 利用者の自己理解を深めること・.....【 0 1 2 3 】
9. 利用者が人生の楽しみを見つけること・.....【 0 1 2 3 】
10. 利用者が就労すること・.....【 0 1 2 3 】

16. 居場所の活動として、以下の項目に書かれている活動は、どの程度有効だと思いますか？あなたの考えに、あてはまる数字に一つだけ○を付けてください。

0＝全く有効ではない 1＝ほとんど有効ではない 2＝少し有効である 3＝非常に有効である

- ① 居場所の利用者同士の交流 (例：語り場、雑談交流会、など)・ 【 0 1 2 3 】
- ② 居場所外の人たちとの交流 (例：イベント参加、地域交流、など)【 0 1 2 3 】
- ③ スポーツ活動・.....【 0 1 2 3 】

- ④ 農作業体験・.....【 0 1 2 3 】
- ⑤ 料理体験・.....【 0 1 2 3 】
- ⑥ 就労体験・.....【 0 1 2 3 】
- ⑦ 就労訓練 (例：PC教室、労働法講座、職業講話、など)・・・【 0 1 2 3 】
- ⑧ 就学支援 (例：学習支援、百マス計算、など)・.....【 0 1 2 3 】
- ⑨ 運営者による相談活動・.....【 0 1 2 3 】
- ⑩ レクリエーション (例：映画鑑賞、ゲーム、カラオケ、など)・ 【 0 1 2 3 】
- ⑪ ストレスマネジメント (例：リラクゼーション講座、など)・・・【 0 1 2 3 】

以下の調査は、居場所の効果についてより詳細に分析するために行われる調査ですので、調査の趣旨をご理解頂き、是非とも協力頂きますようお願い申し上げます。

1. この質問では、日頃あなたを助けてくれたり、あなたの支えになってくれたりする、周囲の人々についてお尋ねします。

あなたを助けてくれる人が何人おられるかをお聞きます。
あなたにもっとも当てはまる人数を、ひとつだけ選んで○をつけてください。
あなたが助けを必要としている時に、頼れる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上
-------	-------	-------	-------	-------	-------	---------

フレッシュャーを感じたり、ビリビリしているときに、気持ちを楽にしてくれる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上
-------	-------	-------	-------	-------	-------	---------

あなたの良いところも悪いところもひっくり返めてあなたを受け入れてくれる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上
-------	-------	-------	-------	-------	-------	---------

何が起ころうと、あなたのことを心配してくれる人は、何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上
-------	-------	-------	-------	-------	-------	---------

あなたがふさぎこんでいる時、気が楽になるように助けてくれる人は、何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上
-------	-------	-------	-------	-------	-------	---------

気が動転したとき、なぐさめてくれる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上
-------	-------	-------	-------	-------	-------	---------

以下の質問では、あなた（もしくは、あなたのご家族）が ひきこもり始めてから現在 までの様子についてお尋ねします。

なお、本調査におけるひきこもりとは「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）の外出をしていてもよい」のことを言います。

以下の文章のそれぞれについて、あなた（もしくは、あなたのご家族）が ひきこもりになったことによって、あなたの生き方に、これらの変化がどの程度生じたか、最もあてはまるところに、一つ、〇をつけてください。

	(これらの変化を)	全く 緩くなった	ほんの少しだけ 緩化した	少し 緩化した	まあまあ 緩化した	強く 緩化した	かなり強く 緩化した
1	人生において、何が重要かについての優先順位を変えた	0	1	2	3	4	5
2	自分の命の大切さを痛感した	0	1	2	3	4	5
3	新たな関心事を持つようになった	0	1	2	3	4	5
4	自らを信頼する気持ちが強まった	0	1	2	3	4	5
5	精神性（魂）や、神秘的な事柄についての理解が深まった	0	1	2	3	4	5
6	トラブルの際、人を頼りに出来ることが、よりはっきりと分かった	0	1	2	3	4	5
7	自分の人生に、新たな道筋を築いた	0	1	2	3	4	5
8	他の人達との間で、より親密感を強く持つようになった	0	1	2	3	4	5
9	自分の感情を、表に出しても良いと思えるようになった	0	1	2	3	4	5
10	困難に対して自分が対処していけることが、よりはっきりと感じられるようになった	0	1	2	3	4	5
11	自分の人生で、より良い事ができるようになった	0	1	2	3	4	5
12	物事の結末を、よりうまく受け入れられるようになった	0	1	2	3	4	5
13	一日一日を、より大切にできるようになった	0	1	2	3	4	5

14	その体感なしではありえなかったような、新たなチャンスが生まれている	0	1	2	3	4	5
15	他者に対して、より思いやりの心が強くなった	0	1	2	3	4	5
16	人との関係に、さらなる努力をするようになった	0	1	2	3	4	5
17	変化することが必要な事柄を、自ら変えていくと試みる可能性が、より高くなった	0	1	2	3	4	5
18	宗教的信念が、より強くなった	0	1	2	3	4	5
19	思っていた以上に、自分は強い人間であるということを発見した	0	1	2	3	4	5
20	人間が、いかにすばらしいものであるかについて、多くを学んだ	0	1	2	3	4	5
21	他人を必要とすること、を、より受け入れるようになった	0	1	2	3	4	5
22	人生の意味についてよりはっきりと自覚するようになった	0	1	2	3	4	5
23	生死にかかわる問題とより向き合えるようになったと感じている	0	1	2	3	4	5
24	自分があらゆる存在とよりつながっていると感じている	0	1	2	3	4	5
25	世界との調和という感覚がより強くなった	0	1	2	3	4	5

先に回答したくささったような出来事の後、人は考えようとはしていないときでさえ、自分が経験したことについて考えていることが時にあります。あなた（もしくは、あなたのご家族）が ひきこもり始めた後、数ヶ月の間（過去）、および最近数ヶ月の間（現在）に、以下の項目の内容がどの程度あったか、もっともあてはまるところに、一つ〇をつけてください。

		過去				現在			
		全くなかった	ほんの少しなかった	時々あった	よくあった	全くなかった	ほんの少しなかった	時々あった	よくあった
1	考えるつもりがなかった時でも、その出来事のことを考えることがあった	0	1	2	3	0	1	2	3
2	その出来事に関する考えが頭から離れず、いったん考え出すととまらなかった	0	1	2	3	0	1	2	3

		過去					現在		
		0	1	2	3	0	1	2	3
3	その出来事に関する考えに気をそらせられ、なかなか集中することができなかった	0	1	2	3	0	1	2	3
4	その出来事に関するイメージや考えが心に浮かばないようにすることはできなかった	0	1	2	3	0	1	2	3
5	自分が望んでいないときでさえ、その出来事についての考えや記憶、イメージがふと思い浮かんだ	0	1	2	3	0	1	2	3
6	その出来事について考えることが自分の経験にまつわる記憶をよみがえらせた	0	1	2	3	0	1	2	3
7	そのことを思い出させるような何かに接したとき、自分が経験したことについて考えることがあった	0	1	2	3	0	1	2	3
8	起きた出来事について、無意識の間に考えている自分がいた	0	1	2	3	0	1	2	3
9	他の事がきっかけとなって、自分が経験した出来事について考えさせられることがあった	0	1	2	3	0	1	2	3
10	その出来事について考えないようになっているけれど、心から考えを取り払うことはできなかった	0	1	2	3	0	1	2	3

先に回答してくださいような出来事の後、人は意識的かつ意図的に時間をかけて、自分が経験したことについて考えることが時にあります。あなた（もしくは、あなたのご家族）が**ひきこもり始めた後**、数ヶ月の間（過去）、および**最近数ヶ月の間（現在）**に、以下の項目の内容がどの程度あったか、もっともあてはまるところに、一つ〇をつけてください。

		過去					現在		
		全くなかった	ほとんどなかった	時々あった	よくあった	全くなかった	ほとんどなかった	時々あった	よくあった
1	自分が経験したことから意味を見出すことができたかどうか考えていた	0	1	2	3	0	1	2	3

		過去					現在		
		0	1	2	3	0	1	2	3
2	自分が経験したことに対処することで人生に何か変化があったかどうか考えていた	0	1	2	3	0	1	2	3
3	あえて、自分が経験したことについての気持ちについて考えていた	0	1	2	3	0	1	2	3
4	自分が経験したことから何か学ぶことがあったかどうか考えていた	0	1	2	3	0	1	2	3
5	その経験によって、まわりの世界についての自分の信念に何か変化があったかどうか考えていた	0	1	2	3	0	1	2	3
6	その経験が、自分の将来にとってどんな意味を持つ可能性があるのか考えていた	0	1	2	3	0	1	2	3
7	その経験によって、他の人との人間関係に何か変化があったかどうか考えていた	0	1	2	3	0	1	2	3
8	あえて、その出来事に関する自分の気持ちに向き合おうとしていた	0	1	2	3	0	1	2	3
9	その出来事が自分にどう影響を与えたのかについて、意識して考えていた	0	1	2	3	0	1	2	3
10	出来事について考え、何が起きたのか理解しようとしていた	0	1	2	3	0	1	2	3

以下にあげる質問は、あなた（もしくは、あなたのご家族）が**ひきこもり始めた後**、数週間の間（過去）、および**最近数週間（現在）**の間に、感情や行動の状態にどのぐらいあてはまるか思い出してください。最もあてはまるところに、一つ〇をつけてください。

		過去					現在		
		全くなかった	いくらかあった	まあまああった	その通りだった	全くなかった	いくらかあった	まあまああった	その通りだった
例	疲れやすい	0	1	②	3	0	1	②	3
1	怒りっぽくなる	0	1	2	3	0	1	2	3
2	悲しい気分だ	0	1	2	3	0	1	2	3

		過去				現在			
3	何となく心配だ	0	1	2	3	0	1	2	3
4	怒りを感じる	0	1	2	3	0	1	2	3
5	泣きたい気持ちだ	0	1	2	3	0	1	2	3
6	感情を抑えられない	0	1	2	3	0	1	2	3
7	くやしい思いがする	0	1	2	3	0	1	2	3
8	不愉快だ	0	1	2	3	0	1	2	3
9	気持ちが沈んでいる	0	1	2	3	0	1	2	3
10	いらいらする	0	1	2	3	0	1	2	3
11	いろいろなことに自信がない	0	1	2	3	0	1	2	3
12	何もかもいやだと思う	0	1	2	3	0	1	2	3
13	よくないことを考える	0	1	2	3	0	1	2	3
14	話や行動がまとまらない	0	1	2	3	0	1	2	3
15	なぐさめて欲しい	0	1	2	3	0	1	2	3
16	根気がない	0	1	2	3	0	1	2	3
17	一人でいたい気分だ	0	1	2	3	0	1	2	3
18	何かに集中できない	0	1	2	3	0	1	2	3

「追跡調査」へのご協力をお願い

下記の項目については、ひきこもり経験者の長期的経過を調べる「追跡調査」を実施するためにご記入いただくものです。

ひきこもりについての調査は国や自治体で実施されていますが、ひきこもりに関する「追跡調査」は、ほとんど実施されていません。

追跡調査は、ひきこもり経験者の状況を追跡して、好転した場合にはどのような特徴があったかを明らかにする目的で行います。調査の結果は、今後の当会の運営や支援に生かしていきたいと考えております。

ご協力は任意ですが、趣旨をご理解の上、下記の項目をご記入いただくと幸いです。

1. お名前 ()
2. 調査資料を郵送して良い住所（無地の茶封筒で郵送します）
(〒)
3. あなたの携帯電話の番号、もしくは問い合わせをしても良い固定電話の番号
()
4. メールアドレス ()
ご協力ありがとうございます

資料 4 KHJ 支部調査（ご家族用）

家族用

アンケートの説明

本調査は、厚生労働省の令和元年度 厚生労働省 社会福祉推進事業「地域共生を目指すひきこもりの居場所づくりの調査研究事業」の助成を得て実施しています。

本調査は、居場所へのニーズを把握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发展させる資料として、当会のホームページでの公開をはじめ、報告書、学術論文、学会発表等で発表し、その成果を広く普及させるよう努力いたします。なお、本調査は無記名で実施されますが、追跡調査にご協力いただいた方には、氏名、住所等のご記入をお願いしております。氏名、住所等の情報は、追跡調査の依頼にのみ使用します。

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。記入内容や調査結果の解析において個人が特定されることはありません。また、提出されたアンケート用紙は返却致しませんので、ご了承ください。本調査は、宮崎大学教育学部倫理委員会の承認を得て実施されます。

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」、ひきこもりの状態にある（あった）方を「ご本人」と表記しています。
- 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。
- ③ 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。それによって不利益を被ることはありません。
- ④ このアンケートの提出をもって、本研究へのご協力に同意していただけたものとさせていただきます。
- ⑤ 無記名の調査であるため、アンケート提出後は、研究参加（データ利用）の中止のお申し出には応じられませんので、予めご了承ください。

このページは、切り離してお持ち帰りください。

次ページ以降を2020年1月末日までに返信用封筒にてご返送ください。

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
〒889-2192 宮崎学園木花台西1丁目1番地 宮崎大学教育学部 境 泉洋
TEL & FAX 0985-58-7458
E-mail : sakaimotohiron8@cc.miyazaki-u.ac.jp
〒170-0002 東京都豊島区巢鴨 3-16-12-301
NPO 法人KHU 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@khu-ho.com

ひきこもりの状態・・・この調査では、社会的参加（義務教育を含む就労、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外出をしている）の多いのを言います。

A 以下の質問について、該当するところに○をつけるか、ご記入ください。

1. ご本人は現在、ひきこもりの状態ですか？ → a. はい b. いいえ
2. ご本人は過去に、ひきこもりの状態を経験されたことがありますか？ → a. はい b. いいえ
3. ひきこもりの状態にある人が、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の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。

4. 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: () から、() 年 () か月間

2回目: () から、() 年 () か月間

3回目: () から、() 年 () か月間

5. 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）の状態についてお書きする
 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

6. ご本人のここ 1 **か月** の外出日数をお答えください。
- 1 か月につき () 日
7. あなたとご本人の同居についてお答えください。
- a. 同居 b. 別居（別居してから 年 月 日）

B. 下記の質問は、ご本人の支援機関の利用状況についてお尋ねするものです。

1. 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

2. ご本人は、ひきこもりに関して、支援・医療機関の利用を中断したことがありますか。

- a. はい b. いいえ

C. 下記の質問は、あなたの支援機関の利用状況についてお尋ねするものです。

1. あなたは、ひきこもりのご本人に関して支援・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

2. あなたは、ひきこもりのご本人に関する支援、医療機関の利用を中断したことがありますか。

- a. はい b. いいえ

D. 以下の質問について、該当するところに○をつけるが、下欄に具体的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. ご本人から見ただ、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 ）
3. あなたの年齢をお答え下さい：（ 歳）
4. ご本人の性別をお答え下さい： a. 男性 b. 女性 c. その他（ ）
5. ご本人の年齢をお答え下さい：（ 歳）

E. 以下の質問では、ご本人の社会参加についてお尋ねします。

1. ご本人は社会参加に関して困難を感じていると思いますか？
「まったく困難を感じていない：1」から「とても困難を感じている：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。

とても困難を感じている									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

2. 昨年の世帯全体の年収について、最もあてはまるものを以下のうちから1つ選んでください。
- | | | |
|--------------|---------------|-----------------|
| 1. 0～99万円 | 6. 500～599万円 | 11. 1000～1499万円 |
| 2. 100～199万円 | 7. 600～699万円 | 12. 1500～1999万円 |
| 3. 200～299万円 | 8. 700～799万円 | 13. 2000～2499万円 |
| 4. 300～399万円 | 9. 800～899万円 | 14. 2500～2999万円 |
| 5. 400～499万円 | 10. 900～999万円 | 15. 3000万円～ |

3. あなたの受けた教育課程について、あてはまるものを すべて 選んでください。

小学校	→	1. 途中まで	2. 卒業
中学	→	1. 途中まで	2. 卒業
高校	→	1. 途中まで	2. 卒業
短期大学（3年制以下）	→	1. 途中まで	2. 卒業
専門学校	→	1. 途中まで	2. 卒業
4年制大学	→	1. 途中まで	2. 卒業
大学院または6年制大学	→	1. 途中まで	2. 卒業

F. 下記の質問は家族会に関してお尋ねするものです。

1. あなたが入会している KHJ 家族会（以下、家族会）の支部についてお答えください。

※複数ある場合は、主に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

2. 家族会への①参加状況、②参加回数（年間）についてお答えください。

- ① a. 継続している b. 中断している
② a. 0回 b. 1回 c. 2～9回程度 d. 10～20回程度 e. 20回以上

G. 下記の質問は居場所に関してお尋ねするものです。

なお、居場所とは、「当事者本人またはその家族の社会参加を支える場所であり、本人や家族の不本意な孤立を防ぐ場所であって、定期的、あるいは比較的定期的に開設され、開設者、または当事者・家族が居場所という意識を有している場所」を指します。

1. 居場所の運営において、以下の項目に書かれていることは、どの程度重要だと思いますか？あなたの考えに、あてはまる数字に一つだけ○を付けてください。

0＝全く大事ではない 1＝ほとんど大事ではない 2＝少し大事である 3＝非常に大事である

1. ひきこもりの支援に特化していること……………【 0 1 2 3 】
2. 安定して継続的な運営ができること……………【 0 1 2 3 】
3. 利用者を不安にさせるものがないこと……………【 0 1 2 3 】

4. 利用者が安心してできる工夫がされていること.....【 0 1 2 3 】
5. 運営者が、上下関係ではなく、対等な立場で関わること.....【 0 1 2 3 】
6. 利用者の自己決定が尊重されること.....【 0 1 2 3 】
7. 利用者の自己有用感を高めること.....【 0 1 2 3 】
8. 利用者の自己理解を深めること.....【 0 1 2 3 】
9. 利用者が人生の楽しみを見つけたこと.....【 0 1 2 3 】
10. 利用者が就労につながる.....【 0 1 2 3 】

2. 居場所の活動として、以下の項目に書かれている活動は、どの程度有効だと思いますか？あなたの考
えに、あてはまる数字に一つだけ○を付けてください。

0＝全く有効ではない 1＝ほとんど有効ではない 2＝少し有効である 3＝非常に有効である

1. 居場所の利用者同士の交流（例：語り場、雑談交流会、など）.....【 0 1 2 3 】
2. 居場所外の人たちとの交流（例：イベント参加、地域交流、など）.....【 0 1 2 3 】
3. スポーツ活動.....【 0 1 2 3 】
4. 農作業体験.....【 0 1 2 3 】
5. 料理体験.....【 0 1 2 3 】
6. 就労体験.....【 0 1 2 3 】
7. 就労訓練（例：PC教室、労働法講座、職業講話、など）.....【 0 1 2 3 】
8. 就学支援（例：学習支援、百マス計算、など）.....【 0 1 2 3 】
9. 運営者による相談活動.....【 0 1 2 3 】
10. レクリエーション（例：映画鑑賞、ゲーム、カラオケ、など）.....【 0 1 2 3 】
11. ストレスマネジメント（例：リラクゼーション講座、など）.....【 0 1 2 3 】

H. 下記の質問はあなたの生活状況について尋ねるものです。

1. あなた自身について質問します。この2週間、次のような問題に悩まされていますか？

	全 く な い	数 目	半 分 以 上	ほと んど 毎 日
1 緊張感、不安感、または神経過敏を感じる。	0	1	2	3
2 心配することをやめられない、または心配をコントロールできない。	0	1	2	3
3 物事に対してほとんど興味がなく、または楽しめない。	0	1	2	3
4 気分が落ち込む、憂うつになる、または絶望的な気持ちになる。	0	1	2	3
5 死んだ方がまだ、あるいは自分を何らかの方法で傷つけようと思っ たことがある	0	1	2	3

2. 最近2週間のあなたの様子を教えてください。

	い つ も	ほと んど い つも	半 分 以 上 の あ い だ	半 分 以 下 の あ い だ	ほと んど ま だ に	ま た く な い
1. あかるく、たのしい気分でした	1	2	3	4	5	6
2. おちついた、リラックスした気分でした	1	2	3	4	5	6
3. 元気にすごした	1	2	3	4	5	6
4. ぐっすりねて、気持ちよくめざました	1	2	3	4	5	6
5. 興味のあることがたくさんあった	1	2	3	4	5	6

I. 下記の質問はあなたのお考えについて尋ねるものです。

1. ご本人の今後の人生において、ご本人自身に大事にしてほしいと、あなたが思うことを回答してください。A～Lの
それぞれを、どの程度大事にしてほしいと思いますか？あてはまる数字に○をつけてください。

全く大事ではない ← → とても大事である												
A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	
他人に迷惑をかけること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
他人に評価されること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
信念を持ち、それを大切に貫くこと	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
経済的に成功すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
社会をよくすること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
興味を持ったことを探求すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
社会に対して影響力を持つこと	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
積極的に挑戦すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
身近な人を大切にすること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
よい学校を卒業すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
安定した生活を維持すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
レジャーや趣味を楽しむこと	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

上記のうち、最も大事にしてほしいものに1つだけ○をつけてください。

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

2019KHJ 全国調査（家族用）

3. ご本人自身の人生において、前ページの A～L とは別に、以下の M のことは、どの程度大事にしてほしいですか？あてはまる数字に○をつけてください。

M	自分らしくあること	全く大事ではない ← → とても大事である									
		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9

前ページの A～L に上記 M を加えた場合、ご本人の人生において、最も大事にしてほしいものに 1 つだけ○をつけてください。

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

上記のご本人の人生において最も大事にしてほしいものという観点から見るとき、過去 2～3 カ月の間のご本人の生活は、あなたにとってどの程度満足できるものでしたか？当てはまる数字に○をつけてください。

全く満足していない ← → とても満足している											
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	

4. ご本人にはどのような将来を望みますか。
「A: リスクがあってもチャレンジする人生」と「B: リスクをなるべく減らして安定した人生」のどちらでしょうか。
A に近い○から、B に近い○までの数字でお答えください。

A: リスクがあっても チャレンジする人生	0 — 1 — 2 — 3 — 4 — 5 — 6 — 7 — 8 — 9 — 10	B: リスクをなるべく 減らして安定した人生
--------------------------	--	---------------------------

5. この質問では、日頃あなたを助けてくれたり、あなたの支えになってくれたりする、周囲の人々についてお尋ねします。
あなたにもっとも当てはまる人数を、ひとつだけ選んで○をつけてください。

あなたが助けを必要としている時に、頼れる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	------------

フレッシュャーを感じたり、ビリビリしているときに、気持ちを楽にしてくれる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	------------

あなたの良いところも悪いところもひっくり返るまであなたを受け入れてくれる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	------------

何か起ころうと、あなたのことを心配してくれる人は、何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	------------

2019KHJ 全国調査（家族用）

あなたならささぎこんでいる時、気が楽になるように助けてくれる人は、何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	------------

気が動転したとき、なぐさめてくれる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	------------

6. 居場所において重要だと思うことについて、あなたの考えを自由にお書きください。

以下の調査は、今年度のKHJ 全国調査のテーマとは別のものですが、報告書には結果を記載します。ひきこもり状態のより詳細な実態把握のために行われる調査ですので、調査の趣旨をご理解頂き、是非ともご協力頂きますようお願い申し上げます。

1. 下記の質問は、ひきこもり状態にある方（以下、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つを選択してください。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

	全然ない	あまりない	とまじともある	よくある
4. 理想に近づくために努力する	0	1	2	3
5. 他者を遊びに誘う	0	1	2	3
6. 就学や就労のための準備を避ける	0	1	2	3
7. 社会参加をする	0	1	2	3
8. 家族との話し合いに応じる	0	1	2	3

9. 他者と会話をする	0	1	2	3
10. 他者と交流する場に行く	0	1	2	3
11. 家族以外の人に話しかける	0	1	2	3
12. 他者と会うことを避ける	0	1	2	3
13. 社会参加のために苦手なこともする	0	1	2	3
14. 理想的な生活に向けて取り組み	0	1	2	3
15. 自分の気持ちを家族以外の人に伝える	0	1	2	3
16. 仕事・学校に行くのを避ける	0	1	2	3
17. 他者と遊びに出掛ける	0	1	2	3
18. 呼び掛けに応じて外出する	0	1	2	3
19. 家族に話しかける	0	1	2	3
20. 仕事・学校に行く	0	1	2	3
21. 自分が楽しめる活動をする	0	1	2	3
22. 自ら外出する	0	1	2	3

	全然ない	あまりない	とまじともある	よくある
23. 自分の気持ちを家族に伝える	0	1	2	3
24. 力を貸してくれるように家族に頼む	0	1	2	3
25. 就学や就労に必要な情報を集める	0	1	2	3
26. 自分の欲しいものを買うために外出する	0	1	2	3

以下の質問は、日ごろのあなたとご本人との関わりについてお聞きするものです。以下のような会話場面でのご本人との関わりについて、当てはまるもの1つを丸 (○) で囲んでください。

※ 実際には経験していないと思う状況であっても、すべての質問にお答えください。

	減る	少し減る	変わらない	少し増える	増える
1. 「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。その後、「ありがとう」と言われる回数はどうなりそうですか。	1	2	3	4	5
2. 「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。その後、「ごはんおいしかったよ」と言われる回数はどうなりそうですか。	1	2	3	4	5
3. 「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。その後、「おはよう」と言われる回数はどうなりそうですか。	1	2	3	4	5
4. ご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だけで、それ以上の追及をやめました。その後、自分の素直な気持ちを話してくれる回数はどうなりそうですか。	1	2	3	4	5
5. ご本人に将来のことを追及していましたが、真剣に考えてくれたので、それ以上の追及をやめました。その後、真剣に考えてくれる回数はどうなりそうですか。	1	2	3	4	5
6. ご本人に将来のことを追及していましたが「心配してくれてありがとう」と言ってくれたので、それ以上の追及をやめました。その後、「心配してくれてありがとう」と言われる回数はどうなりそうですか。	1	2	3	4	5

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」としかりました。その後、「うるさい」と言われる回数はどうなりそうですか。	1	2	3	4	5
---	---	---	---	---	---

8. 「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。その後、「わかったわかった」と言われる回数はどうなりそうですか。
- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
9. 「ほっといてくれ」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。その後、「ほっといてくれ」と言われる回数はどうなりそうですか。
- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
10. 「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。その後、「黙ってろ」と言われる回数はどうなりそうですか。
- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
11. 「同じ事を何回も言うな」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。その後、「同じ事を何回も言うな」と言われる回数はどうなりそうですか。
- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|
12. 「死ね」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。その後、「死ね」と言われる回数はどうなりそうですか。
- | | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

「世帯調査」及び「追跡調査」へのご協力をお願い

下記の項目については、ご本人とご家族が同一世帯である場合に実施する「世帯調査」及び、長期経過を調べる「追跡調査」を実施するためにご記入いただくものです。

ひきこもりについての調査は国や自治体で実施されていますが、ひきこもりに関する「世帯調査」及び「追跡調査」は、ほとんど実施されていません。

追跡調査は、家族の状況を追跡して、好転した家族にはどのような特徴があったかを明らかにする目的で行います。調査の結果は、今後の当会の運営や支援に生かしていきたいと考えております。

ご協力は任意ですが、趣旨をご理解の上、下記の項目をご記入いただけますと幸いです。

1. あなたのお名前 (_____)
2. 調査資料を郵送して良い住所（無地の茶封筒で郵送します）
(_____)
3. あなたの携帯電話の番号、もしくは問い合わせをしても良い固定電話の番号
(_____)
4. メールアドレス (_____)

アンケートは以上です。記入漏れがないか確認してください。

ご協力、誠にありがとうございます。結果は、集計して、
報告書・論文・学会発表等で発表する場合がありますのでご了承ください。
ご協力いただき誠にありがとうございます。

資料5 KHJ 支部調査（ご本人用）

ご本人用

アンケートの説明

本調査は、厚生労働省の令和元年度 厚生労働省 社会福祉推進事業「地域共生を目指す ひきこもりの居場所づくりの調査研究事業」の助成を得て実施しています。

本調査は、「居場所へのニーズを把握すること」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、当会のホームページでの公開をはじめ、報告書、学術論文、学会発表等で発表し、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」で実施されますが、追跡調査にご協力いただける方には、氏名、住所等のご記入をお願いしております。氏名、住所等の情報は、追跡調査の依頼にのみ使用します。

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において個人が特定されることはありません。また、提出されたアンケート用紙は返却致しませんので、ご了承ください。本調査は、宮崎大学教育学部倫理委員会の承認を得て実施されます。

調査の回答に際してご注意いただきたい点

- ① 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、お一人で回答ください。
- ② 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。それによって不利益を被ることはありません。
- ③ このアンケートの提出をもって、本研究への協力に同意していただけたものとさせていただきます。
- ④ 無記名での調査であるため、アンケート提出後は、研究参加（データ利用）の中止のお申し出には応じられませんので、予めご了承ください。

このページは、切り離してお持ち帰りください。

次ページ以降を 2020 年 1 月末日までに返信用封筒にてご返送ください。

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
〒889-2192 宮崎市学園木花台西 1 丁目 1 番地 宮崎大学教育学部 境 泉洋
TEL & FAX 0985-58-7458
E-mail : sakai.motohiron8@cc.miyazaki-u.ac.jp
〒170-0002 東京都豊島区集町 316-12-301
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

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いてもよい）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○をつけるか、ご記入ください。

- 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」と答えられた方は、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す。

- 3. あなたの年齢をお答え下さい：（ ）歳
- 4. あなたの性別をお答え下さい： a. 男性 b. 女性 c. その他（ ）
- 5. あなたが住んでいる都道府県をお答え下さい： _____ 都・道・府・県

6. 下の列を参考に、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. 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。

	全く当てはまる	あまり当てはまる	少し当てはまる	非常に当てはまる	非該当
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	

8. あなたのここ 1 か月の外出日数をお答えください。

→ 1 か月につき () 日

B. 下記の質問は、あなたの支援利用状況についてお尋ねするものです。

1. ひきこもりに関して支援、医療機関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

2. ひきこもりに関して、支援、医療機関の利用を中断したことがありますか。

- a. はい b. いいえ

C. 以下の質問では、あなたの社会参加や職業についての考えをお答えください。

1. あなたは、社会参加に関して困難を感じていますか？

「まったく困難を感じていない：1」から「とても困難を感じている：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。

まったく困難を感じていない

とても困難を感じている

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

2. 昨年の世帯全体の年収について、最もあてはまるものを以下のうちから1つ選んでください。

1. 0～99万円	6. 500～599万円	11. 1000～1499万円
2. 100～199万円	7. 600～699万円	12. 1500～1999万円
3. 200～299万円	8. 700～799万円	13. 2000～2499万円
4. 300～399万円	9. 800～899万円	14. 2500～2999万円
5. 400～499万円	10. 900～999万円	15. 3000万円～

3. あなたの受けた教育課程について、あてはまるものを すべて 選んでください。

小学校	→	1. 途中まで	2. 卒業
中学	→	1. 途中まで	2. 卒業
高校	→	1. 途中まで	2. 卒業
短期大学（3年制以下）	→	1. 途中まで	2. 卒業
専門学校	→	1. 途中まで	2. 卒業
4年制大学	→	1. 途中まで	2. 卒業
大学院または6年制大学	→	1. 途中まで	2. 卒業

D. 下記の質問は家族会に関するお尋ねするものです。

1. あなたが入会しているKHJ 家族会（以下、家族会）の支部についてお答えください。

※複数ある場合は、主に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

2. 家族会への①参加状況、②参加回数（年間）についてお答えください。

① a. 継続している b. 中断している

② a. 0回 b. 1回 c. 2～9回程度 d. 10～20回程度 e. 20回以上

E. 下記の質問は家族会に関するお尋ねするものです。

1. 家族会に入会しているKHJ 家族会（以下、家族会）の支部についてお答えください。

※複数ある場合は、主に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 c. わからない

2. 家族会への①参加状況、②参加回数（年間）についてお答えください。

① a. 継続している b. 中断している

② a. 0回 b. 1回 c. 2～9回程度 d. 10～20回程度 e. 20回以上

F. 下記の質問は居場所に関するお尋ねするものです。

なお、居場所とは、「当事者本人またはその家族の社会参加を支える場所であり、本人や家族の本意な孤立を防ぐ場所であって、定期的、あるいは比較的定期的に開設され、開設者、または当事者・家族が居場所という意識を有している場所」を指します。

1. 居場所において、以下の項目に書かれていることは、どの程度重要だと思いますか？あなたの考えに、あてはまる数字に一つだけ○を付けてください。

0＝全く大事ではない 1＝ほとんど大事ではない 2＝少し大事である 3＝非常に大事である

- ① ひきこもりの支援に特化していること……………【 0 1 2 3 】
② 安定して継続的な利用ができること……………【 0 1 2 3 】
③ 利用者を不安にさせるものがないこと……………【 0 1 2 3 】
④ 安心して利用できる工夫がされていること……………【 0 1 2 3 】
⑤ 運営者が、上下関係ではなく、対等な立場で関わること……………【 0 1 2 3 】
⑥ 利用者の自己決定が尊重されること……………【 0 1 2 3 】
⑦ 利用者の自己有用感を高めること……………【 0 1 2 3 】
⑧ 利用者の自己理解を深めること……………【 0 1 2 3 】
⑨ 利用者が人生の楽しみを見つけること……………【 0 1 2 3 】
⑩ 利用者が就労すること……………【 0 1 2 3 】

2. 居場所の活動として、以下の項目に書かれている活動は、どの程度有効だと思いますか？あなたの考えに、あてはまる数字に一つだけ○を付けてください。

0＝全く有効ではない 1＝ほとんど有効ではない 2＝少し有効である 3＝非常に有効である

- 1. 居場所の利用者同士の交流（例：語り場、雑談交流会、など）・・・【 0 1 2 3 】
- 2. 居場所外の人たちとの交流（例：イベント参加、地域交流、など）・・・【 0 1 2 3 】
- 3. スポーツ活動・・・【 0 1 2 3 】
- 4. 農作業体験・・・【 0 1 2 3 】
- 5. 料理体験・・・【 0 1 2 3 】
- 6. 就労体験・・・【 0 1 2 3 】
- 7. 就労訓練（例：PC教室、労働法講座、職業講話、など）・・・【 0 1 2 3 】
- 8. 就学支援（例：学習支援、百マス計算、など）・・・【 0 1 2 3 】
- 9. 運営者による相談活動・・・【 0 1 2 3 】
- 10. レクリエーション（例：映画鑑賞、ゲーム、カラオケ、など）・・・【 0 1 2 3 】
- 11. ストレスマネジメント（例：リラクゼーション講座、など）・・・【 0 1 2 3 】

G. 下記の質問はあなたの生活状況について尋ねるものです。

1. 最近2週間 のあなたの様子を教えてください。

	いつも	ほとんどいつも	半分以上のあいだ	半分以下のあいだ	ほんのたまに	まったくない
1. あかるく、たのしい気分でした	1	2	3	4	5	6
2. おちついた、リラックスした気分でした	1	2	3	4	5	6
3. 元気にすごした	1	2	3	4	5	6
4. ぐっすりねて、気持ちよめざめた	1	2	3	4	5	6
5. 興味のあることがたくさんあった	1	2	3	4	5	6

2. この質問では、日頃あなたが助けてくれたり、あなたの支えになってくれたりする、周囲の人々についてお尋ねします。

あなたにもしっかりと当てはまる人数を、ひとつだけ選んで○をつけてください。

あなたが助けを必要としている時に、頼れる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------------

フレジャーを感じたり、ビビっているときに、気持ちを楽にしてくれる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------------

あなたの良いところも悪いところもひくくめてあなたが受け入れてくれる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------------

何が起ころうと、あなたのことを心配してくれる人は、何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------------

あなたがふさぎこんでいる時、気が楽になるように助けてくれる人は、何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------------

気が動転したとき、なぐさめてくれる人は何人いますか。

0. なし	1. 1人	2. 2人	3. 3人	4. 4人	5. 5人	6. 6人以上(人)
-------	-------	-------	-------	-------	-------	--------------

3. あなた自身について質問します。この2週間、次のような問題に悩まされていますか？

	全くない	数日	半分以上	ほとんど毎日
1 緊張感、不安感、または神経過敏を感じる。	0	1	2	3
2 心配することをやめられない、または心配をコントロールできない。	0	1	2	3
3 物事に対してほとんど興味がなく、または楽しめない。	0	1	2	3
4 気分が落ち込む、憂うつになる、または絶望的な気持ちになる。	0	1	2	3
5 死んだ方がまだ、あるいは自分を何らかの方法で傷つけようと思ったことがある	0	1	2	3

H. 下記の質問はあなたの人生において大事にしていることについて尋ねるものです。

1. あなたご自身の人生において、A～L のそれぞれを、どの程度大事にしていますか？あてはまる数字に○をつけてください。

全く大事ではない ← → とても大事である												
A	他人に迷惑をかけないこと	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
B	他人に評価されること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
C	信念を持ち、それを大切に貫くこと	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
D	経済的に成功すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
E	社会をよくすること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
F	興味を持ったことを探求すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
G	社会に対して影響力を持つこと	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
H	積極的に挑戦すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
I	身近な人を大切にすること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
J	よい学校を卒業すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
K	安定した生活を維持すること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
L	レジャーや趣味を楽しむこと	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

2. 上記のうち、最も大事にしているものに1つだけ○をつけてください。

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

3. 前の質問で選んだ【最も大事にしていること(価値)】についてうかがいます。

以下の質問に対してあなたがあてはまる数字を○で囲んで下さい。

この価値はあなたにとってどのくらい大切ですか？

1.	全く大切 ではない	2.	あまり大切 ではない	3.	大切である	4.	とても大切 である	5.	極めて 大切である
----	--------------	----	---------------	----	-------	----	--------------	----	--------------

生活の中でこの価値に対してどれくらいコミット※していますか？

※コミット…選択した自分の価値に沿って生活すること

1.	全くコミット していない	2.	あまりコミット していない	3.	コミットしている	4.	とてもコミット している	5.	極めてコミット している
----	-----------------	----	------------------	----	----------	----	-----------------	----	-----------------

現在、この価値に向かうことをさらに進めたいと思いますか？

1.	全く そう思わない	2.	やや そう思う	3.	そう思う	4.	とても そう思う	5.	極めて そう思う
----	--------------	----	------------	----	------	----	-------------	----	-------------

過去 2～3 カ月、私はこの価値に沿って生活できた

1.	0～20%	2.	21～40%	3.	41～60%	4.	61～80%	5.	81～100%
----	-------	----	--------	----	--------	----	--------	----	---------

私がこれに価値を置いた理由は：

	全くそうではない	そこそこではない	どちらでもない	そこそこである	全くそうである
1. この価値が自分にとって大切でないと考えた時、周りの人は落胆すると思うから	1	2	3	4	5
2 この価値が自分にとって大切でなかったとしたら、私は罪悪感を抱いたり、恥を感じるから	1	2	3	4	5
3. 他人がどう思おうと、この価値は自分にとっては大切だから	1	2	3	4	5
4. 常にこの価値を意識していると、楽しみや喜びを感じるから	1	2	3	4	5

あなたがご自身の人生において、6 ページの A～L とは別に、以下の M のことは、どの程度大事にしていますか？あてはまる数字に○をつけてください。

		全く大事ではない ← → とても大事である										
M	自分らしくあること	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

6 ページの A～L に M を加えたのうち、最も大事にしているものに1つだけ○をつけてください。

A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

上記の最も大事にしているものについて、過去 2～3 カ月であなたはどの程度満足していますか？あてはまる数字に○をつけてください。

全く満足していない ← → とても満足している										
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

4. 居場所において重要だと思うことについて、あなたの考えを自由にお書きください。

以下の調査は、今年度のKHJ全国調査のテーマとは別のものですが、報告書には結果を記載致します。ひきこもり状態のより詳細な実態把握のために行われる調査ですので、調査の趣旨をご理解頂き、是非ともご協力頂きますようお願い申し上げます。

1. 以下にさまざまな記述があります。各記述が、あなたにとつてどの程度あてはまりますか。記述の横の数字に○をつけてください。

	全くそうではない	めったにそうではない	ほとんどそうではない	ときどきそうである	たびたびそうである	たいていそうである	常にそうである
1. 自分の苦しい経験や記憶は、私が大事にしている生活を送ることを困難にする。	1	2	3	4	5	6	7
2. 自分の感情に恐れを感じる。	1	2	3	4	5	6	7
3. 自分の悩みや感情をコントロールできないことについて心配する。	1	2	3	4	5	6	7
4. 自分の苦しい経験は、充実した生活を送ることの妨げとなる。	1	2	3	4	5	6	7
5. 感情は私の人生における問題の原因となる。	1	2	3	4	5	6	7
6. 多くの人は自分よりもうまく人生と付き合っているようである。	1	2	3	4	5	6	7
7. 心配することは私の成功の妨げとなる。	1	2	3	4	5	6	7

2. 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	0	1	2	3
4. 理想に近づくために努力する	0	1	2	3
5. 他者を遊びに誘う	0	1	2	3
6. 就学や就労のための準備を避ける	0	1	2	3
7. 社会参加をする	0	1	2	3
8. 家族との話し合いに応じる	0	1	2	3
9. 他者と会話をする	0	1	2	3
10. 他者と交流する場に行く	0	1	2	3
11. 家族以外の人に話しかける	0	1	2	3
12. 他者と会うことを避ける	0	1	2	3
13. 社会参加のために苦手なこともする	0	1	2	3
14. 理想的な生活に向けて取り組む	0	1	2	3
15. 自分の気持ちを家族以外の人に伝える	0	1	2	3
16. 仕事・学校に行くのを避ける	0	1	2	3
17. 他者と遊びに出掛ける	0	1	2	3
18. 呼び掛けに応じて外出する	0	1	2	3
19. 家族に話しかける	0	1	2	3
20. 仕事・学校に行く	0	1	2	3
21. 自分が楽しめる活動をする	0	1	2	3

	全然 ない	あまり ない	しきじきある	よくある
22. 自ら外出する	0	1	2	3
23. 自分の気持ちを家族に伝える	0	1	2	3
24. 力を貸してくれるように家族に頼む	0	1	2	3
25. 就学や就労に必要な情報を集める	0	1	2	3
26. 自分の欲しいものを買うために外出する	0	1	2	3

「追跡調査」へのご協力をお願い

下記の項目については、ひきこもり経験者の長期的経過を調べる「追跡調査」を実施するためにご記入いただくものです。

ひきこもりについての調査は国や自治体で実施されていますが、ひきこもりに関する「追跡調査」は、ほとんど実施されていません。

追跡調査は、ひきこもり経験者の状況を追跡して、好転した場合にはどのような特徴があったかを明らかにする目的で行います。調査の結果は、今後の当会の運営や支援に生かしていきたいと考えております。

ご協力は任意ですが、趣旨をご理解の上、下記の項目をご記入いただけますと幸いです。

1. お名前 ()
2. 調査資料を郵送して良い住所（無地の茶封筒で郵送します）
(〒)
3. あなたの携帯電話の番号、もしくは問い合わせをしても良い固定電話の番号
()
4. メールアドレス ()

アンケートは以上です。記入漏れがないか確認してください。
ご協力、誠にありがとうございました。結果は、集計して、
報告書・論文・学会発表等で発表する場合がありますのでご了承ください。
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

〒170-0002 東京都豊島区巣鴨 3-16-12-301
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

〒889-2192 宮崎市学園木花台西 1 丁目 1 番地
宮崎大学教育学部 境 泉洋
TEL & FAX 0985-58-7458
E-mail : sakai.motohiro.n8@cc.miyazaki-u.ac.jp