

「ひきこもりに関する課題や取組みについて」 ～地域家族会活動～

- 令和3年 3月 9日
- N P O法人楽の会リーラ 事務局長 市川乙允
- N P O法人K H J 全国ひきこもり家族会連合会
東東京支部 支部長

課題と 取り組み

現状：・80-50問題への予兆（40歳以上が55%を超える）

・偏見（あまえ、怠け、怖い、親の育て方が悪い）が孤立からの脱出の妨げになり、SOSを出せない。

・親の高齢化に伴う介護、病気、生活の困窮化、等複合的に困難を抱える家族増加。

・どこに相談すればよいかわからない

・支援機関に相談しても親身なって対応してくれない。

・たらい回しにされる。

・安心していける居場所がない。（地域）

課題：・縦割り行政（相談体制）のため、家族丸ごと支える仕組みがない。・相談機関が地域で周知されていない。・依然としてひきこもり対策が若者対策になっており、協議体も小若法に基づいている。家族会等の当事者団体が関わっていないので、支援者目線の対策になっている。・地域住民への偏見を無くす取り組みが十分ではない。

対策：複合的に困難を抱える家族を丸ごと支える仕組み→家族会等の当事者を含む地域資源のネットワーク（包括的一括支援体制）・ネットワークを支えるサポート体制。

ゴール：

多様な生き方に寛容な地域共生社会の実現（ひきこもりに対する偏見がない社会）

孤立防止のための家族会としての取り組み（楽の会リーラの電話相談より）

「楽の会リーラ電話相談」（相談者の55%が40代以上：青少年対策から中高年対策へ）

- ・「年齢制限はありますか？」 最初の一言で最近目立つ利用者からの言葉。
- ・ ひきこもり本人からの相談電話が増えている。

- ①「親が自分の事を分かってくれない」、
- ②親の介護が必要になり、負担が増えてしまった、
- ③公的支援機関へ相談しても「本人が相談機関へ来なければ相談を受けられない」、
- ④本人の話をあまり聴かないで、ああしろ、こうしろと支援者目線で説教される、
- ⑤どこか他人ごとで、親身になって聴いてくれない、他につなぐことばかりで、たらいまわしされる、
- ⑤特に公的支援機関で、部署等をたらいまわしされる、
- ⑥地域の人の目が気になって昼間外出できない、
- ⑦電車に乗れないので、自転車、徒歩でいける地域での居場所が欲しい、等

・ 親、兄弟姉妹からの電話相談では、①家庭内暴力で近所の人に迷惑をかけているのではと心配、②本人が支援機関、医療機関へ行ってくれない、③本人が働いていないので、地域で恥ずかしくて、孤立しがち、④親の悩みを聞いてくれる人がいない、⑤支援機関へ相談したくても、地域では知り合いがいるのではと思えば足が遠のく、⑥親亡き後の本人の生活が心配、⑦公的支援機関でたらいまわしにされる。

【なぜ今地域家族会が必要か：マニュアルより】

ひきこもりの長期化、高年齢化対策として、不登校、若年ひきこもりの早期発見と早期対応のためにも、地域資源との連携が必須要件となっている。

ひきこもりの家族（本人含む）の孤立防止のために、家族会なら同じ悩みを抱えるもの同士で支え合い、励まし合い、つながることができる。家族会なら、敷居が低く、安心して参加できる。抱える悩みを分かってもらえる。

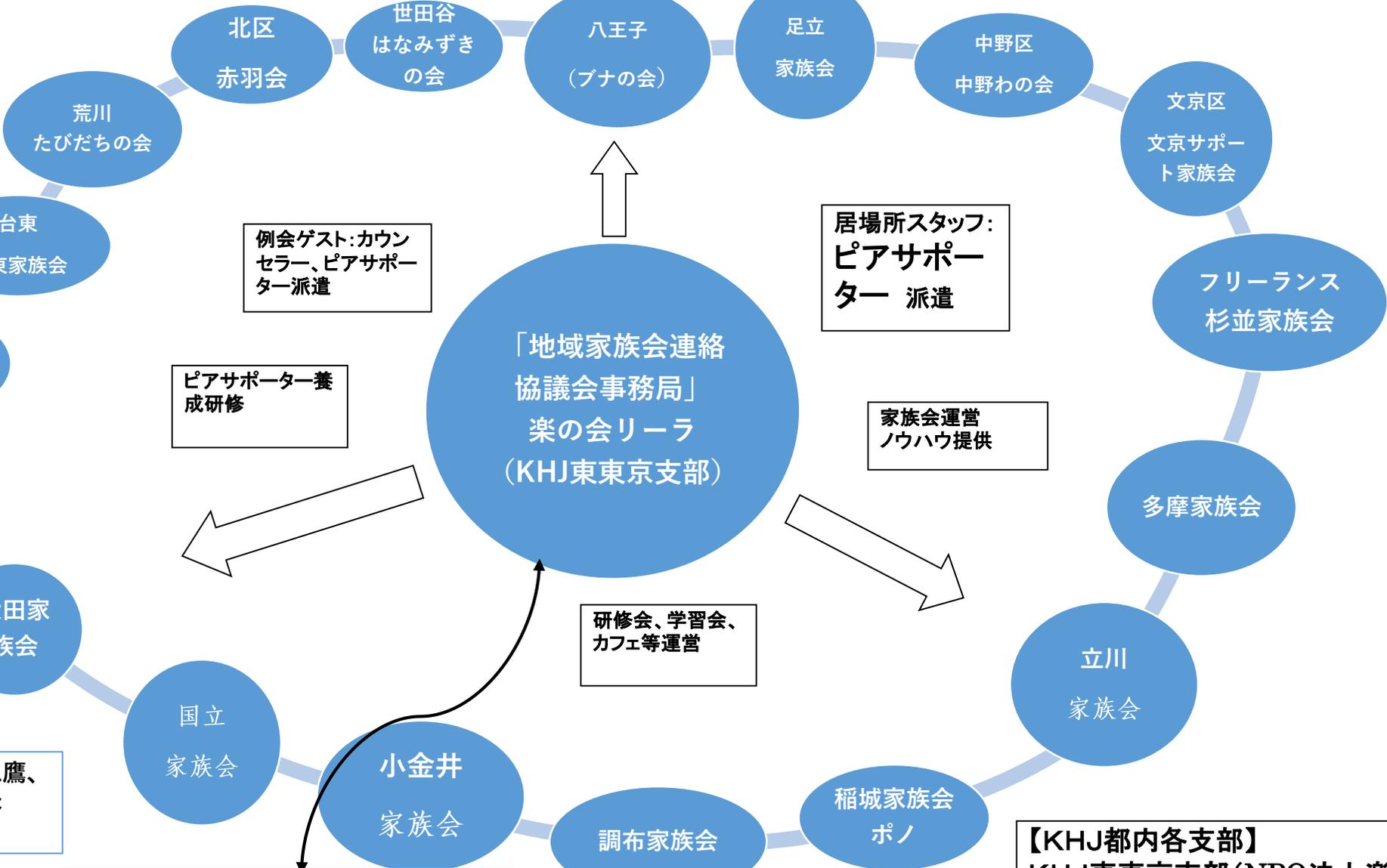
親亡き後対策としても、地域の資源とつながることが必須。（残された本人と近隣の住民が挨拶のできる関係になることが第1歩である。地域で孤立しない、させないことで、不安を減らすことが出来る）

地域住民の理解と協力を得るためには、地域での地域住民による自主的活動（家族会活動）が必須であり、ひきこもりによる生きづらさを抱えていても、地域の理解が深まり偏見が無くなれば、生きやすくなる。

「地域家族会立ち上げ・楽の会リーラ立ち上げ・運営支援マニュアルより抜粋」

- * 「地域家族会とは」：ひきこもりの家族（親、兄弟姉妹、ご本人、及び関係者等）が支えあいの精神に基づいて集い、お互い支え合い、励まし合い、団結して不登校・ひきこもり・発達障害者の社会（学校）参加を実現することを目的とする。以てひきこもりからの回復を目指して、地域で自主的に活動をする団体（2家族以上集まれば家族会として成り立つ）。
- * 広域家族会は都道府県単位で、地域家族会は市区町村単位で、いずれも自主的に活動するひきこもりの家族会。
- * 「地域家族会連絡協議会とは」：市区町村単位の地域家族会がネットワーク化され、横のつながりを持ち、お互いにひきこもり関連の情報共有し、地域の特性に合った活動をより効果的にするためのネットワーク。連絡協議会の事務局として、広域家族会である「楽の会リーラ」を位置づけ、ピアサポーター、カウンセラーなどの派遣や、地域家族会では負担が大きすぎて、実施困難な研修、ピアサポーター養成研修、及び関連情報の収集と地域家族会への提供等、地域家族会のサポート活動を行う。

地域家族会
ネットワーク（25家族
会、2021年
2月現在
準備中含
む）



例会ゲスト:カウ
ンセラー、ピアサポ
ーター派遣

居場所スタッフ:
ピアサポ
ーター 派遣

ピアサポーター養
成研修

家族会運営
ノウハウ提供

研修会、学習会、
カフェ等運営

準備中：狛江、武蔵村山、三鷹、
小平、品川、目黒、東久留米
休会中：豊島

KHJ全国ひきこもり家族会連合会

ひきこもり家族会全国ネットワーク
との交流、情報の共有、等

【KHJ都内各支部】
KHJ東東京支部(NPO法人楽の会
リーラ)
KHJ中央東京もえの会
KHJ町田家族会
KHJグループコスモス

【どのようにして家族会を立ち上げるか：マニュアルより】

- ① まずは、KHJ等の家族会、保健所の家族教室、行政等のひきこもり関連講演会等で知り合ったものに声掛けをする。2人集まれば茶話会でも家族会になる。まずは茶飲み会から始まる。そこで様々な話題が出てくるので、「いっそ家族会を立ち上げて、皆でひきこもりからの回復に向けて、一緒にやろう」という機運が盛り上がったなら、楽の会リーラや、既活動中の家族会に見学にいたり、アドバイスをもらう。
- ② KHJの支部家族会の地域家族会を立ち上げたい地域の会員に声かけをし、立ち上げに誘う。数人集まったら、茶話会等を開催し地域の共通の話題等を中心に話合い、家族会立ち上げの提案をする。
- ③ 既存の地域家族会に参加の他地域のご家族の方で、自分の住んでいる地域でも家族会を立ち上げることに感心のある方に声かけをする。
- ④ 既存の地域の家族会（不登校の親の会、精神障害者の家族会、発達障害者の家族会等）とつながりをつけて、ひきこもりについての共通の課題がある場合に、地域でひきこもりの家族会立ち上げを提案する。それぞれ地域での仲間同士でつながることから、自主的に家族会へ発展することで、自分たちの思いを実現することが出来る。
- ⑤ 行政（区、市、等）や、地域の社会福祉協議会等が地域家族会設立に高い関心を示した場合は、すでに立ち上がって活動している事例を紹介する。保健所・保健センターや、社協等との連携をしている家族会、助成金を上手に活用している家族会、レクリエーション等を取り入れ参加家族が継続してかかわっている家族会、交流や相談機能等を実践している家族会、等の事例を紹介することで、具体的に立ち上げ準備に関わってもらおう。基本的には家族（本人を含む）主体の自主的家族会であることを明示する。

【立ち上げまでにやること：マニュアルより】

- ①地域の仲間同士で2名～3名でもつながりができたら、地域で仲間を募ることを検討する。例：茶話会、学習会、を企画し、小さな会からやる。参加した家族から一緒に活動する意思のある方とともに家族会立ち上げ準備をする。
- ②（必須ではなく、数回以上実施して必要になったら）役員、会則、活動計画、収支予算、メンバーリスト等を作成し組織化する。
じっくりと焦らず、無理なくできる事を優先して上記を作成し、できる方に役員になってもらう。（役員等は地元のボランティア団体に登録する場合等に必要なので、代表だけは決めておくとよい）
- ③開催案内等作成等は、パソコンが使えるかたに協力してもらう。世話人等のご子息（ひきこもりご本人等）に、助けてもらいつくる方法もある。

【立ち上げイベントやり方:マニュアルより】

(会場、講師、広報、財源、手伝いのスタッフ等)

日程、会場、講師、広報、財源の順に決めていく。

立ち上げ記念イベントまでは、急がず、焦らず、じっくりと、家族会の活動実績（茶話会程度でも十分実績となる）をベースにして、一緒にやる仲間の立ち上げ機運の盛り上げを待ってから、上記の順に準備を進める。

特に広報及び地域資源との連携のきっかけとして、市区町村のひきこもり関連の窓口に後援名義使用承認の申請をお願いする。（家族会の定例会等の案内をこれらの窓口に日ごろ案内して、家族会の存在を周知しておくことが肝要）

後援名義使用申請：社会福祉協議会、保健所、生活困窮者自立支援相談機関、等ひきこもりの相談窓口を訪問し家族会立ち上げの趣旨を説明し、連携の相談をする。そのうえで、立ち上げ講演会等のイベントの内容を説明し、広報にご協力を依頼する。OKであれば、後援名義使用申請の相談をし、申請書を提出する。（イベントの日から出来れば3か月程度前から準備し、内容が固まり次第訪問するとスムーズに進むことが多い）

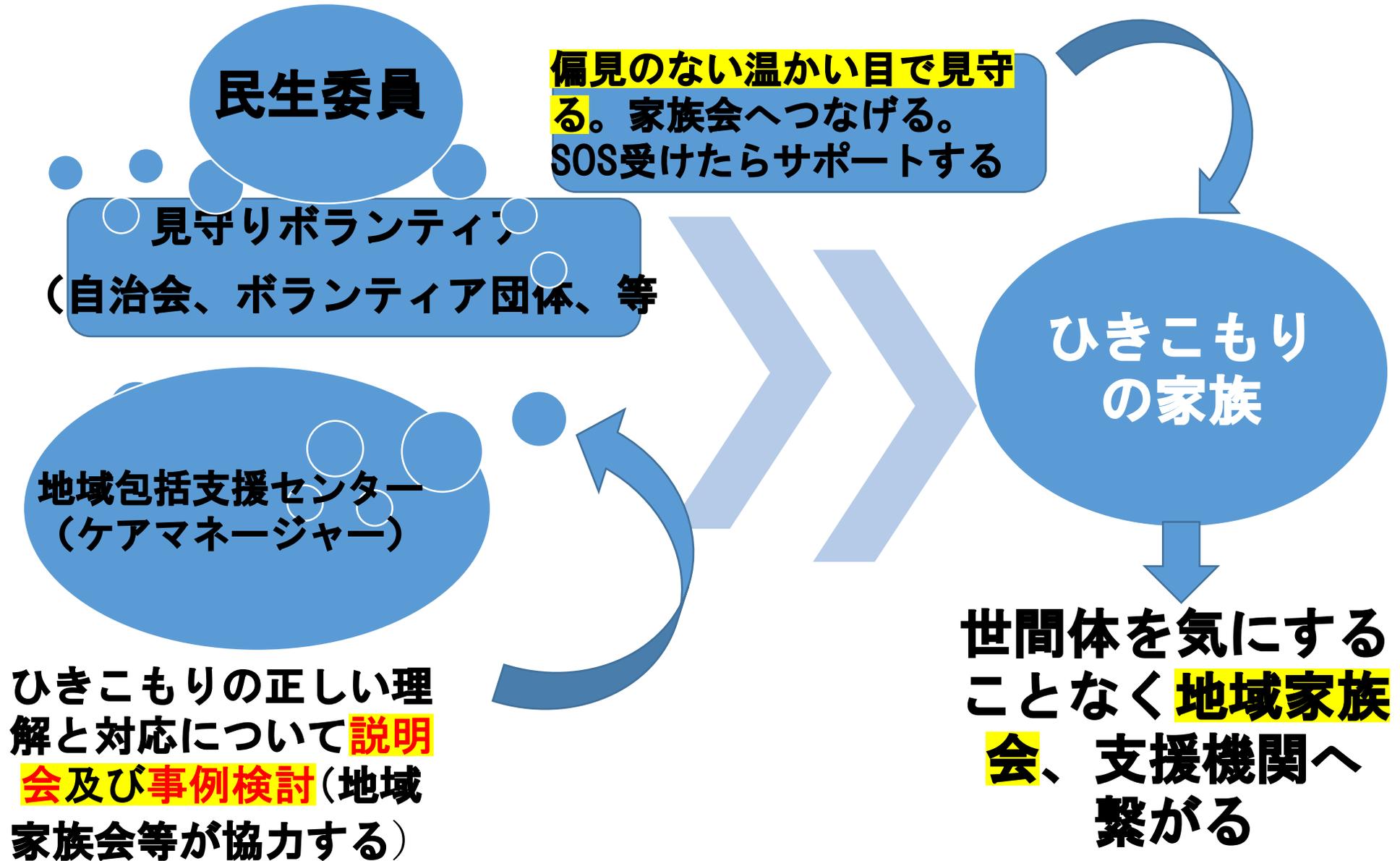
80-50問題：地域家族会活動が対応に重要な役割を果たす

- 80歳代の親が、50歳代のこどもを扶養せざるを得ない家庭が2020年代後半に向けて、急増する社会問題を80-50問題と言われ社会的課題となっている。
- ひきこもりの長期高年齢化が大きな課題になりつつある状況下では、**地域で孤立しがちなこれらの家族、本人が住み慣れた地域の様々な資源に繋がることにより、孤立から脱出する。**地域の家族会につながり、仲間同士で支えあい、又、地域の公的支援機関、民生委員、ケアマネージャー等地域の資源を総動員して、孤立しがちな、複合的に困難を抱える家族を支える仕組みづくりが、喫緊の課題になっている。**→地域包括総合支援センター（断らない一括相談体制）の実現により、人目を気にせず気軽に相談できるようになる。**
- 現在のひきこもり状態にある本人を抱える高齢化した家族に対しては、**地域の皆様にはぜひとも「ひきこもり：あまえ、怠け、親の育て方が悪い、等との偏見」を持たないで、温かい目で、見守って**いただきたい。そのために、家族会によるひきこもりについての正しい理解をして頂くための説明会を地域ごとをお願いしたい。

地域の皆さまのひきこもりへの偏見を無くし、 孤立しがちな家族を家族会等へ繋ぐ取り組み(令和2年度)

- ・区、市ごとの地域家族会の学習会、家族懇談会への講師派遣による支援活動：北区、足立区、文京区、中野区、杉並区、世田谷区、品川区、目黒区、調布市、稲城市、国立市、小金井市、小平市、武蔵村山市、日野市、等
 - ・区、市の相談会への相談員派遣による協力：江戸川区、目黒区、等
 - ・住民等を対象とした啓蒙活動支援：小平市公民館講座講師派遣等
 - ・地域資源ネットワーク会議への参加：江戸川区支え合いネットワーク会議への参加し、ひきこもりについて意見交換
 - ・以上いずれも、地域家族会を通じて、又は楽の会リーラのピアサポ、カウンセラー等が家族目線で対応のヒントを提供。
- * コロナ禍で地域での啓蒙活動の機会が中止になるケースもあった。

地域住民のひきこもりへの偏見を無くすための取り組み



提案：目黒区方式を参考にした「合同相談会」

別紙

目黒区 ひきこもり相談会

区の自立相談支援機関の専門相談員・保健師・ひきこもり家族会（NPO 法人楽の会リーラ）がひきこもりに関するお悩みをお聞きします。

「この先どうしたらいいのかわからない」

「子どもの将来が心配」

などのお悩みはありませんか？相談員と一緒に考えます。

この機会にぜひ、ご相談ください。

【日程】 ①令和2年9月10日（木）

②令和2年9月13日（日）

【時間】 午前10時から午後5時まで
お一人1時間程度、個室でゆっくりお話を伺います。

【会場】 目黒区総合庁舎（裏面参照）

【対象】 区内在住で、ひきこもりなどで自立に困難を抱える、
義務教育終了後の15歳以上のご本人またはご家族のかた

【申し込み】 事前予約制、無料です。

9月7日（月）までに、福祉総合課ふくしの相談係まで
お電話ください（匿名可）。

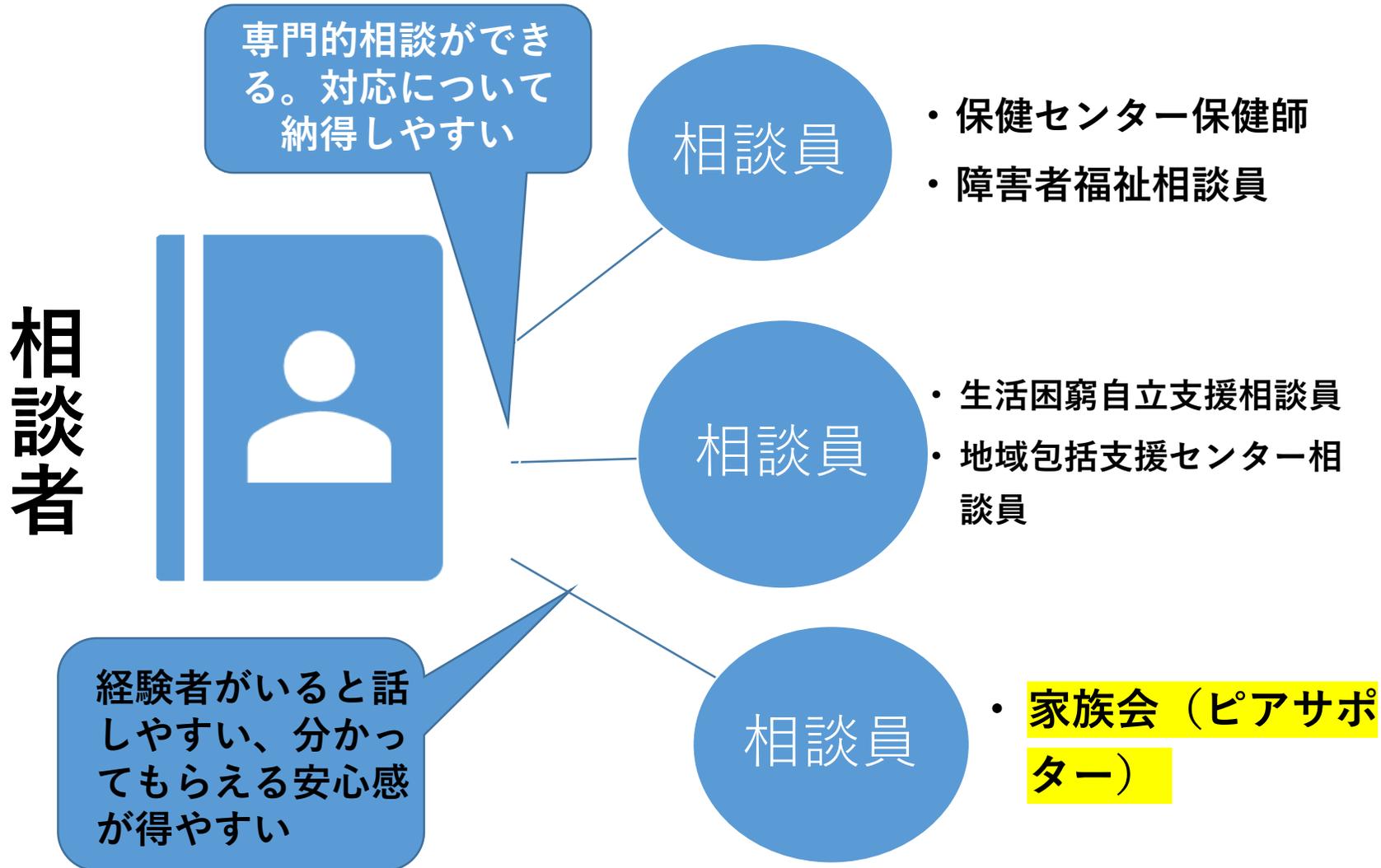
お問い合わせ先 ☎ 03-5722-9064

- 個人情報はお守りします。安心してご相談ください。
- 申し込み期限を過ぎても予約状況により、お申込みいただける場合がありますので、お問い合わせください。

これからの相談（会）

提案：合同相談会（専門家＋家族会（ピアサポーター））

（1名の相談者に対して複数の相談機関相談員が対応する。たらいまわし防止ができ、厚みのある支援ができる）



合同相談会

相談者にとってのメリット



- 家族・当事者のピアサポーターがいるので、気楽に話しやすい。安心できて、楽な気持ちになれる。
- たらい回しにならないので、その場で適切な対応が期待できる。公的機関主催であるので、無料。
- メンタル面、就労に関すること、日常生活面、人間関係、等の各分野の専門家がいるので、納得して対応できる。

実施上の留意点



- 家族会等が加わるので、個人情報保護について不安。情報の共有の同意と管理担当明確化。
- あまり多くの人に聞かれたくない、個人面接を希望。
- 合同相談会後は誰が、担当してくれるのか心配。

- *対象： 1. 区、市、等の広報等で募集する。
2. 家族会等の会員等からの紹介。
3. 各機関の相談者で合同相談がふさわしいと思われる相談者。

【おわりに：今後の望ましい方向】

孤立

地域社会での甘え、怠け、怖い、親の育て方が悪い、等の**偏見のため、孤立しがちなひきこもりご本人・その家族にとって、どこに相談していいかわからない。たとえ相談機関特に公的相談機関に相談しても親身になって聴いてくれない、たらいまわし**されることで、あきらめますます孤立する状況である。

つながり

「断らない相談」

同じ経験を持つ**地域家族会**であれば、これら孤立しがちな家族（ご本人含む）が**つながり易いことから、地域家族会が必要とされるゆえん**である。更にたらいまわしされない、親身になって聴いてくれる**「断らない相談」が、地域に必要**とされている。

プラットフォーム構築

合同相談会

「ひきこもりに対する偏見をなくす」取り組み

そこで望ましい方向として、地域家族会の参画するひきこもりの

- ①**地域連携プラットフォーム**の構築が望まれる。そして、
 - ②断らない相談の方法として、**合同相談会方式**を提案する。
 - ③地域社会でのひきこもりに対する**偏見をなくす取り組み**として、**官民連携して啓発活動を積極的に進めることが望ましい。**
-