

## 令和7年度 KHJひきこもり実態調査 「ひきこもりのピアサポート活動に関する調査」から見えること

- 実態調査の実施時期 : 2025年12月～2026年1月
- 回答数 : 家族調査 278件 (調査用紙162、インターネット116)  
本人調査 101件 (調査用紙30、インターネット71)
- 平均年齢 : 家族調査での家族平均年齢 66.3歳【前回調査:65.7歳】  
家族調査での本人平均年齢 36.9歳【前回調査:35.6歳】  
※ 40歳以上が43.1%・50歳以上が12.7%  
本人調査での本人平均年齢 43.5歳【前回調査:42.8歳】  
※ 40歳以上が64.6%・50歳以上が34.3%
- 1回目のひきこもり期間 : 家族調査 12.3年【前回調査:7.3年】  
本人調査 8.7年【前回調査:8.6年】

### 【調査結果概要】

- ① ひきこもりの平均年齢は、本人調査で 43.5歳、家族調査で 36.9歳と **高年齢化**が顕著となった、また家族の平均年齢も 66.3歳と **高齢化**が示された。ひきこもり期間も 12.3年と **長期化**が示された。  
また、**50歳以上の割合**も本人調査では 34.3%、家族調査では 12.7%となっており、50歳以上の本人の割合の増加は、ひきこもり状態の**長期化が人生の後半にまで及んでいる現実**を、具体的に示す結果となった。
- ② ひきこもりの日常生活では、ひきこもり状態であっても、家庭内での行動やデジタル機器の利用、家族とのやりとりなど、**一定のことは日常的に行っている様子**が示された。
- ③ 支援の利用実態では、回答の **3割以上**が「支援を利用していない」、「支援を中断した」と回答があった。
- ④ 地域で**不足**している資源・支援として「本人・家族の願いや思いを尊重した**伴走型支援**」の回答率が**高く**示された。
- ⑤ ピアサポート活動の状況として、多様な活動の実態とともに、課題として「認知度の低さ」、「活動の情報不足」、「活動のわかりにくさ」など、**アクセシビリティの課題**が調査で**顕著**に示された。
- ⑥ ピアサポート活動をめぐる課題として、以下の4点が挙げられた。
  - 1) アクセシビリティの課題、
  - 2) 活動参加の余力の欠如、
  - 3) ボランティア(無償)活動の限界、
  - 4) ピアサポーターとしての資質に自信がない

⑦ ピアサポート活動の報酬について。

本人調査では、有償が59.3%、無償が40.7%と有償が上回っているが、  
家族調査では、有償は23.9%にとどまり、無償が69.0%とはるかに上回った。  
報酬額も最頻値は2,000~3,000円で、家族回答者の87.5%が5,000円台までとなっ  
ており、報酬の低さという厳しい状況が示された。

これは、本人にとってピアサポート活動で生活を維持できる報酬が保障されれば、本人  
が安心して生きる希望を生み出している地域もあることが推測される。

一方同時に、家族の支援が置き去りにされていることも推測され、家族まるごとの支援  
には程遠いことを物語っている。

[以下、自由記述から]

⑧ 今後の課題は、ピアサポートの認知度を高めること、そしてサポーター自身の経済的処遇  
(約4割が無償)を改善し**持続可能な支援体制を構築する必要性**が示された。

⑨ ひきこもる本人がピアサポート活動を望む理由として、支援ではない「**感覚の共有**」と「**安心感**」  
に関する回答が目立った。

また、**受ける側としてだけでなく**、自らも「支える側」に回ることで回復していきたいとい  
う意欲も見られた。

⑩ 8050などで親亡き後の不安、きょうだいとして本人とどう関わっていくべきかという懸  
念が示された。利用できる資源の選択肢の狭さ、経済的に不安な社会状況に対してのあり方  
への意見も示された。

⑪ ひきこもり本人にとって身近な支援者たり得る家族の思いには、以下の声が寄せられた。

◆ (健康面の不安) フレイル(身体機能の低下)

◆ (親亡き後) 遺言、相続、福祉頼れるのか、親だけはつながる、制度ほしい

◆ (どう受け止めたら)

<お金>いつまで、高齢の年金では食べていくのが精いっぱい、

<生きる意欲>安楽死の方法、申し訳なさ満ちて、生きたい意思がある?

◆ (困りごと)

・マイナンバーカード代理不可、役所「きちんと話して」、国保料親が払う、人に制度  
を寄せて

・近くの神社にお参りしかできない、将来どころか今が心配、話も連絡もできない、  
八方塞がり

・家庭内暴力、人と接触できない、どうサポートできるのか

これらの不安感や諦念、絶望感などが数多く記されていた。

⑫ 一方で、本人を通して得られる安心感として、以下の声が寄せられた。

・息子が介護を、家事全般担う、一般就労つらそうだが続いている、得意なことを教えて  
1000円が自信になれば

こういった希望の声が寄せられた。また、家族会での仲間とのつながりによって、

・家族会での学びで明るく、不安心配で心をいっぱいにしな、本人の可能性を信じる、親  
が笑顔で暮らす、

などの家族会の効能も綴られ、見えない未来のその先の希望につながっている様子も記さ  
れた。