

《卒業研究報告》

若者のひきこもりへの支援とその課題

坂元 優太 (元治ゼミ)

第1章 はじめに

本論文では、若者のひきこもりとその支援について論じる。このテーマを選んだ理由としては、もともとホームレスといった誰もが陥る可能性がある社会問題に関心があったからだ。特にひきこもりは、不登校や就職活動の失敗といった様々な背景を抱えた人が陥ってしまっている点に興味を覚えた。若者のひきこもりを対象にしたのは、自身にとって近い存在だと考えたからである。

最初にひきこもり当事者や家族が抱えている問題への理解を深めていく。次に取り組まれている支援や、支援を行うことで起きる課題などを見ていく。それらを踏まえて、どのような支援が若者のひきこもり当事者にとって望ましいのかを考察していきたい。課題については、実際にひきこもりとされる方への支援を行った支援者への調査で得られた回答も参考にする。

第2章 ひきこもり当事者や家族が抱える問題

第1節 ひきこもりの歴史

本節ではひきこもりの歴史について述べる。「ひきこもり」という言葉を名付けたのは富田富士也という人物であり、日本精神衛生学会の理事を務めている。富田氏は1980年代に青少年の民間教育相談を行っていた。その際に、人間関係が苦手な家にこもる傾向がある青少年達のことを「ひきこもり」と呼ぶようになったという(久世 2020: 163-164)。

1999年になると、「KHJ全国ひきこもり家族会

連合会」が創設される(久世 2020: 165)。

2000年代に入ると、行政による支援が本格化する。2006年には地域若者サポートステーション事業が開始された。2009年にひきこもり地域支援センターが設置され、2015年には生活困窮者自立支援法が施行されている。内閣府のひきこもり調査も2010年から発表されるようになった(久世 2020: 168-172)。

一方で、ひきこもりの長期化や高齢化の問題が取り沙汰されるようになる。内閣府も2019年発表の調査結果から、高齢のひきこもりの数が若者の数を上回っていると報告した(久世 2020: 172-174)。

第2節 ひきこもりの経験とは

当事者にとって、ひきこもりの経験はどのようなもののだろうか。これについては、関水徹平の『「ひきこもり」経験の社会学』を参考にする。関水は、ひきこもり当事者が執筆した書籍の参照と当事者へのインタビューを行っている。

関水は書籍を参考に、ひきこもりの経験を「不適応な自分をめぐる葛藤」だとしている。ひきこもり当事者は、周囲から与えられた問いに苦しんでいる。具体的には、「あなたはなぜ働くことができないのか」といった期待される生き方から逸脱した者に与えられる問いに対して苦しみ、自己否定にさいなまれて身動きがとれなくなってしまうのだ。一方で当事者は、与えられた問いを問い返す「自分の問い」という物も持っている。これ

は期待する生き方を押しつけてくる周囲への理不尽感や、適応できない自身にも一理あるはずだという考えである。前者の与えられた問いは社会に適応できない人が抱える葛藤として、他者には理解されやすい。しかし後者の自分の問いは理解されにくく、相談をしても受け入れてくれる人は少ない。社会に適応できていないということだけが他者と当事者に共有され、さらに自己否定を強める結果になってしまうのだ（関水 2016：35-43）。

ひきこもり当事者へのインタビューでも、同様の葛藤を抱えながらも、経験を通して社会に適応できない自分を受け入れていく過程が見て取れる。

関水の考えからわかるのは、世間とのずれである。私たちはひきこもりへの改善策として、学習や就労支援などに目が向きがちである。しかし関水が行ったインタビューを踏まえると、社会に不適応な自分をゆっくりと受け入れていくことが、当事者にとって望ましい支援のように考えられる。

第3節 家族が抱える問題

本節では、ひきこもり当事者の家族が抱えている問題を明らかにしていく。

東京都が2008年に都内在住者を対象にした調査、「ひきこもりに関する実態調査—ひきこもる若者たちと家族の悩み」を行っている。回答では、老後への不安や本人にかかる経済的負担を心配しているといったものが多かった（関水 2016：109-111）。

これらのことからわかるのは、家族のひきこもり当事者に対する強い責任感である。支援においては、当事者を支えるのを家族のみに押しつけない工夫が必要だろう。

第3章 ひきこもりへの支援と課題

第1節 ひきこもり当事者が考える支援の課題

本節では、ひきこもり当事者がどのような支援を望んでいるのかを述べていく。当事者の意見などは、一般社団法人ひきこもりUX会議の『ひきこもり・生きづらさの実態』の調査を参考にしている。本調査で回答した人の内、86%が「ひきこもり」経験があると回答している（関水 2021：18）。そんな彼らが語る課題は、自身が住む地域や性的マイノリティへの対応、支援窓口へのハードルなど多岐にわたっていた。

自身が住む地域については、情報格差の面が見られた。また、地方による交通の便や移動距離の長さについてのものもあった（関水 2021：23-24）。地方は交通機関の少なさから、個人の移動距離も制限される。情報はインターネットからある程度収集できるが、行政への相談で情報を得るなど、いくつかの工程を踏まなければならない場合もある。

性的マイノリティへの対応については、LGBTの当事者であり、性自認や性的指向がひきこもりの原因になっている人が一定数存在することがわかる。自由記述では、セクシュアリティに対する理解への不満が読み取れる（関水 2021：30-33）。支援者は性自認や性的指向の視点を踏まえた目を養う必要がある。

支援窓口へのハードルについては、年齢制限、金銭的な負担、就労に偏重したミスマッチ、医療機関の受け入れ体制の未整備、物理的、心理的なハードルの5つの理由があった（関水 2021：101-103）。

以上が、ひきこもり当事者が考える支援への課題である。支援する側の当事者への理解不足を嘆く声を読み取れ、今後も当事者の意見に耳を傾けていく必要があるだろう。

第2節 ひきこもり支援の先行研究

本節ではひきこもりへの支援を対象とした、先行研究をまとめていく。最初は自治体の支援を研究対象とした岩崎久志の研究である。岩崎は、公的支援が皆無に等しい状況や、多面的な社会資源の乏しさ、居場所から就労につなげる困難さを課題としている。課題の解決策として求められるのは、行政の協力である。「ひきこもり地域支援センター」に主導において、各市町村レベルでの実態調査や、国による都道府県等を通しての市町村に向けたさらなる情報提供といった支援への働きかけを積極的にする必要がある。

就労への課題では、「人とかかわり社会に参加することに楽しさを見出す支援」が必要だろう(山本 2009:162)。一般就労とは異なるリハビリテーションのような働き方を創設していくことが重要だと述べている(岩崎 2012)。

例えば、就農支援による農業との関わりは、ニート・ひきこもりの人々に対して達成感(中本・胡 2015)や集中力、コミュニケーションスキル等の改善をもたらす効果が期待でき(中本・胡 2016)、地域農業を担う人材としての期待を持つことができる(宮本 2017:156-157)。

しかし、認定就労訓練事業所への公的助成が存在しないことが課題であり、農業と医療、福祉分野の連携による支援体制の強化などが求められる。

就農支援の形態は、就農要素である雇用形態と就農者の移動によって決定され、雇用形態は常時雇用と、一時雇用に分類される。

就農者の移動は、広域と狭域に区分され、常時雇用と広域、一時雇用と狭域の組み合わせが現実社会にも見られる取り組みだとしている。常時雇用と広域は精神負担の軽減や農業の事前訓練への配慮、一時雇用と狭域は年間を通じた安定した就農機会の提供を目指す必要がある(植田 2021)。

最後に、小川祐紀子の若年無業者支援における

現状と課題の研究では地域若者サポートステーション(以下「サポステ」と表記)の研究動向を整理し、若年無業者支援における支援者への支援の重要性を示している。

サポステ事業は就労につなげることが目的であるが、国の基準から外れた若者も受け入れているため、国の求める「就職者数」成果との狭間で支援を実施している若者に接する支援者の環境を保障するべきだと指摘する。

支援の場は、我々が思う以上に疲弊しており、支援者には十分な生活の保障と、スキルアップが行える環境が必要である。支援者の環境が担保できてこそ、本来の若者支援のミッションが遂行されると述べている(小川 2020)。

第3節 支援者自身が語る課題

本節では新潟県三条市で不登校やひきこもりの支援活動をしている団体「不登校児・家族支援seizei」に所属する桜井美穂氏へのメールでの調査(調査依頼:2022年10月5日、回答:2022年10月12日)をもとに、利用しているひきこもり当事者の様子や支援による課題について検討していく。

「不登校児・家族支援seizei」(以下「seizei」と表記)は、2014年に発足した市民グループである。主な活動内容は、グループで話し合う「seizei cafe」、相談員と話す「seizei room」、フリースクールである「seizei tomoni」の三つである(「不登校児・家族支援seizei」、2022年10月26日アクセス)。

以下に質問文と回答文を記載し、それらに対する考察を行う。なお、質問文と回答文は本論文に記載するにあたって、一部修正を行っている。

Q.seizeiを利用する方(特に自身をひきこもりと捉えている人)の様子についてお伺いしたいです。※seizei cafeで他の方と交流される様子やseizei roomで相談される様子についてなど。

A.seizeiを利用する方の様子は実にさまざま、千差万別です。精神疾患のある方は、他の方に大変気を使いすぎたり、知的障害のある方はお話が止まらなくなって少し周りのひんしゅくを買ったり（私が止めに入りますが）することがあります。

今回は特に自身をひきこもりと捉えている人（以下、Bさんとします）についてお話すると、seizei cafeでは他の方との交流に何年もかかって少しずつ自然にできるようになってきました。でも話すときはまだまだ一方的に話す癖があって、周りと会話のキャッチボールというよりは、ご自分の興味ある話をダーッと話されるという感じがあります。ただ周りの方々が皆さん優しいので、Bさんがダーッと話し始めても、あらあらという感じで、微笑ましく聞いてくださっています。Bさんのある意味で一方的なお話は、興味深く面白い内容でもありますので、私も含め皆さんそれを個性と受け止めて、面白く拝聴しています。結果、Bさんは近年は輪の中心で、その場を盛り上げてくれる主役でもあります。

seizei roomで相談されるときは、非常に腰が低く、おどおどと遠慮されながら相談されることが多かったです。いまは割と対等になってきました。慣れてきたんだと思います。相談もしなくなってきました。もう私の力は必要なくなり、次のステージへ行かれたのだな、と思っています。

Bさんへの言及からは、時間をかけて自身の考えや悩みを打ち明けられるようになったことがうかがえる。その要因はBさんの力だけではなく、周囲の受け入れる姿勢や対等であろうとする心がけが手助けとなっているのだろう。

Q.「ひきこもり」とされる方はどのようにして、seizeiのことをお知りになったのでしょうか。参加するまでの簡単な経緯をお聞きしたいです。

A.Bさんがseizeiを知ったのは、数年前、三条市内の青少年勤労センターに掲示してあった、seizeiのチラシを見たのがきっかけです。（私が以前にあちこちの施設やスーパーなどにチラシを配りにいったときのものです。）そこで私の電話番号を知り、相談したいと連絡を取ってこられました（当時、seizeiの相談は一時間500円でしたので、Bさんにも抵抗のない値段だったようです。現在は一時間1100円でやっています。）

自転車しか移動手段のなかった、当時20歳のBさんですが、近所の公的施設にはちょくちょくうろろろしていたようです。三条市のような田舎で、お金も持っていないと、無料で入れる公的施設が貴重になります。彼はこういう施設のチラシからいろいろな情報を得ていたようです。

この回答からは、情報収集の難しさや地域故の課題を読み取ることができる。また利用費についての言及もあり、支援する側としても値段が上がることに抵抗を感じていると考えられる。

Q.seizeiを利用することによって、置かれている状況や気持ちが改善されたという方はいらっしゃったでしょうか（ひきこもりとされる方以外も含めて）。

A.改善されたとおっしゃる方や、目に見えて様子が変化したという方はたくさんいらっしゃいます。でももちろん人には波がありますので、何回かcafeに出ると、疲れて調子を崩してお休み

される方もいらっしゃいます。

Bさんについてお話すると、seizei cafeに参加された最初の頃は、じっと座って黙ったまま、自分の番が来てもパスされるような感じでした。他者のお話にも感想を言うということもありませんでした。

でも今は、自分の番が来ると一生懸命話されます。seizei cafeでは皆さんが話す時間を公平に分けるというルールがあるので、お一人の話す制限時間を設けています。参加人数により変わってきますが、だいたいいつもお一人15分くらいです。Bさんは今では15分めいっぱいお話され、時間を過ぎてもお話されることもあります。周りの方々は「昔に比べて話が上手になった」とコメントしています。そういうコメントにもうれしそうです。近年、本当に自己表現や感情表現が豊かになりました。

この回答には、Bさんの状況が改善されたことが具体的に書かれています。周囲の人々の反応がBさんにとって、人と関わることへの抵抗を和らげていくことになったのだろう。一方で調子を崩して休みを取る人もいるという。ひきこもりに限らず、生きづらさを抱えた人には、ゆっくりと時間をかけて向き合うことが求められる。

Q.運営されているFacebookで、「居場所」づくりに奔走したという投稿がありました。そういったことなども含めて、支援する上での課題についてお伺いしたいです。

A.seizei cafeは、不登校や精神疾患・発達障害・ひきこもりで悩まれる方々の自助グループ（カンパ制です）というくくりなのですが、こういった居場所を運営するというのは最初のころは慣れなくてやはり大変でした。悩む人が安心して話せる場にしたいと思っていましたが、最初の

ころは不登校についての議論をたたかわせる場になってしまったり…。私自身、統合失調症と発達障害があり、非常に疲れやすいため、一回終わると頭痛などで翌日は寝込んだりしていました。

そのため、参加のルールをつくり、Facebookなどで浸透させていったのがよかったかもしれません。（ルールは4つ。1.この場で聞いた話は持ち帰らない。2.話す時間を公平に分ける。3.否定しない。4.相手の力を信じて、アドバイスは基本的にはしない。）

支援をする上での課題は、まだまだいろいろありますが、一番は私が緊張しすぎないこと・力まないこと・「支援臭」を出さないこと、に気をつけていくことでしょうか。自然体で人と人として関わっていくことが何より一番大事です。ときには注意もする必要がありますが、そんなときもなるべく自然体で注意するよう心がけています。

seizei cafeでもseizei roomでも、相手にいかに気持ちよく話してもらうかに心を砕いていますが、あまり聴きすぎてもよくない方向に行くこともありますし、私の話をしなさすぎても不自然になることもあります。支援にはその人の色が必ずあるものなので、あまり格式張らずに、私の色が自然とにじみ出るような支援に（支援と思わずに、ピアサポートの感じを意識してはいますが）していくのが一番の課題でしょうか。

回答からは、「居場所」を運営することの難しさが見て取れる。特に桜井氏ご本人が、健康面で苦勞されたことがわかる。また回答文には「支援臭」という言葉がある。これは石川によると、「ひきこもっていることを頭ごなしに否定することはないものの、「ひきこもり」とはこういうもの（人）だ」という思い込みが強かったり、あるいは誰かを

助けている自分の方に夢中になっていたりして、目の前にいる相手と向き合っていない人など」(石川 2021: 27) という考え方だと述べている。支援者側の一方的な価値観を押しつけるのではなく、相手の話に耳を傾けることを重要視しているのだろう。

Q.ひきこもりに限らず、現代社会には生きづらさを感じている人は多くいると思います。そういった人たちへの支援や向き合い方として、どのような考え方をお持ちでしょうか。

A.一番は、相手に感謝の気持ちを忘れないこと。また、それを言葉や態度で表すこと。ひきこもりや精神疾患などで相談されてきた方に、話してくれてありがとう、信頼してくれてありがとう、という気持ちを忘れないことでしょうか。

私は前述のとおり精神疾患を患い、不登校の経験もあるため、どちらかという支援者というより、ピアの立場です。隣り合う隣人どうし、困ったことを分け合おう、でも変化するのはその人のもともと持っている力を信じて、手伝いはするけれども、余計なアドバイスはしないことにも気をつけています。そういったピアサポート・ピアカウンセリングの考え方を採用しています。そのためには日頃から本を読み、研修に出ることもあります。

また、これは少しシビアな部分かもしれませんが、時間を区切ること、ここから先はできないですよ、と現実を突きつけることも大事と思ってやっています。なんでも受け入れすぎると相手のためにならないこともあります。ときには自然に区切りを示したり、相手にとって耳の痛いことも言います。そういった「支援臭」のしないピアサポートを目指しながら、日々自分のできることを模索しています。

ひきこもり当事者が考える支援の課題でも、相談をすることに心理的なハードルを抱えている人が見られた。そういった人たちにとって、「話してくれてありがとう、信頼してくれてありがとう」という気持ちで接してもらうことは、状況を改善することへの前向きさを与えるのではないだろうか。

第4章 まとめ

若者のひきこもり当事者にとって望ましい支援とは何なのだろう。先行研究や調査依頼から見えてきたのは、本人の意思や価値観を尊重することだ。どういった支援が提供できるのかを当事者と一緒にすりあわせていくことが必要だ。ひきこもりの問題は、解決することに重点を置くべきではない。当事者がいかにして、抱えている不安や苦しみから解放されるようになるかを一緒に探ることが必要だ。

以上が、若者のひきこもり当事者にとって望ましい支援ではないかと考える。

謝辞

最後に、調査依頼にご協力いただいた、不登校児・家族支援seizeiの桜井美穂氏に厚く御礼を申し上げ、感謝の意を表します。

【参考文献リスト】

- ・朝日雅也、2008、「障害者の就労支援と保護雇用」、『障害者問題研究』、36(2)：96-104
- ・石川良子、2021、「『ひきこもり』から考える—<聴く>から始める支援論」、筑摩書房出版。
- ・岩崎久志、2012、「自治体のひきこもりへの支援の現在」、『流通科学大学論集—人間・社会・自然編』、25(1)：1-18、(2022年5月19日取得、https://scholar.google.co.jp/scholar?hl=ja&as_sdt=0%2C5&q=%E8%87%AA%E6%B2%BB%E4%BD%93%E3%81%AE%E3%81%B2%E3%81%8

- D%E 3 %81%93%E 3 %82%82%E 3 %82% 8 A%E 3 %81%B 8 %E 3 %81%AE%E 6 %94%AF%E 6 % 8 F%B 4 &eq=%E 8 %87%AA%E 6 %B 2 %BB%E 4 %BD%93%E 3 %81%AE%E 3 %81%B 2 %E 3 %81% 8 D%E 3 %81%93%E 3 %82%82%E 3 %82% 8 A
- ・岩本真実・宮本みち子・長須正明・西村貴之・佐藤洋作・白水崇真子・関口昌幸・津富宏・樋口明彦、2015、『すべての若者が生きられる未来を：家族・教育・仕事からの排除に抗して』、岩波書店出版。
 - ・植田剛司、2021、「ニート・引きこもり等の人々への就農に向けた組織的支援の抱える課題について—中山間地域での取り組みに着目して—」、『農林業問題研究』、57(4)：125-135、(2022年5月3日取得、https://www.jstage.jst.go.jp/article/arfe/57/4/57_125/_article/-char/ja/)。
 - ・江戸川区、2022、「令和3年度江戸川区ひきこもり実態調査の結果報告書」、(https://www.city.edogawa.tokyo.jp/documents/33977/r3_saisyuhikikomoricymousakekka_houkokusyo.pdf 2022年9月23日)
 - ・小川祐喜子、2020、「若年無業者支援の現状と課題」、『東洋大学人間科学総合研究所紀要』、22:159-168、(2022年5月19日取得、<http://doi.org/10.34428/00012020>)。
 - ・五石敬路・岩間伸之・西岡正次・有田朗、2017、『生活困窮者支援で社会を変える』、法律文化社出版。
 - ・厚生労働省、「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」、(<https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-12000000-Shakaiengokyoku-Shakai/0000147786.pdf#:~:text=%E 3 %81%B 2 %E 3 %81% 8 D%E 3 %81%93%E 3 %82%82%E 3 %82% 8 A%E 3 %81%AE%E 5 %AE% 9 A%E 7 %BE%A 9 ,%E 3 %81% 8 D%E 3 %80% 8 D%E 3 %81%A 8 %E 3 %81%97%E 3 %81%A 6 %E 3 %81%84%E 3 %82% 8 B%E 3 %80%82> 2022年10月31日 アクセス)。
 - ・小柴有里江・吉田行郷、2016、「地域における農業分野での障害者就労の支援体制の構築—異分野が連携するプラットフォームの形成—」、『農業経済研究』、87(4)：412-417、(12月13日取得、https://www.jstage.jst.go.jp/article/nokei/87/4/87_412/_pdf/-char/ja/)
 - ・関水徹平、2016、『「ひきこもり」経験の社会学』、左右社出版。
 - ・関水徹平・石崎森人・林恭子・室井舞花、2021、『ひきこもり白書2021—1,686人の声から見たひきこもり・生きづらさの実態』、一般社団法人ひきこもりUX会議出版。
 - ・特定非営利活動法人KHJ全国ひきこもり家族会連合会、「活動内容」、(<https://www.khj-h.com/about/action/> 2022年10月20日アクセス)
 - ・特定非営利活動法人KHJ全国ひきこもり家族会連合会、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—」」、(https://www.khj-h.com/wp/wp-content/uploads/2018/05/tyousa_7.pdf 2022年11月17日アクセス)。
 - ・特定非営利活動法人KHJ全国ひきこもり家族会連合会、2016、「ひきこもりの実態に関するアンケート調査報告書」、(<https://www.khj-h.com/wp/wp-content/uploads/2018/05/15houkokusho.pdf> 2022年11月17日アクセス)。
 - ・内閣府、2010、「若者の意識に関する調査（ひきこもりに関する実態調査）」、(https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/pdf_index.html 2022年11月18日アクセス)。
 - ・内閣府、2016、「若者の生活に関する調査報告書」、(<https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/hikikomori/h27/pdf-index.html> 2022年10月6日アクセス)。

- ・内閣府、「特集2 長期化するひきこもり」、農林水産政策研究所発行
(https://www.8.cao.go.jp/youth/whitepaper/r01gaiyou/s0_2.html
2020年10月6日アクセス)。
- ・中本英里・胡柏、2015、「若年無業者支援における農業の導入実態と課題」、『農林業問題研究』、51(2)：116-121、(2022年12月7日取得、
https://www.jstage.jst.go.jp/article/arfe/51/2/51_116/_pdf/-char/ja)。
- ・中本英里・胡柏、2016、「ひきこもり者の社会復帰と自立性向上に果たす農園芸活動の役割—農業の医療・福祉効果に関する実験社会科学的考察—」、『農業経済研究』、87(4)：319-333、(2022年12月7日取得、
https://www.jstage.jst.go.jp/article/nokei/87/4/87_319/_pdf/-char/ja)。
- ・「不登校児・家族支援seizei」、Facebook、
(<https://www.facebook.com/%E4%B8%8D%E7%99%BB%E6%A0%A1%E5%85%90%E5%AE%B6%E6%97%8F%E6%94%AF%E6%8F%B4seizei-838887619550284/>
2022年10月26日アクセス)。
- ・松井亮輔・岩田克彦、2011、『障害者の福祉的就労の現状と展望—働く権利と機械の拡大に向けて』、中央法規出版。
- ・宮本太郎・湯澤直美・白川泰之・祐成保志・西岡正次・高端正幸、2017、『転げ落ちない社会—困窮と孤立をふせぐ制度戦略』、勁草書房出版。
- ・宮本みち子、2015、「若年無業者と地域若者サポートステーション事業」、『季刊・社会保障研究』、51(1)：18-28、(2022年12月7日取得、
<https://www.ipss.go.jp/syoushika/bunken/data/pdf/20067203.pdf>)。
- ・山本耕平、2009、『ひきこもりつつ育つ—若者の発達危機と解き放ちのソーシャルワーク』、かもがわ出版。
- ・吉田行郷・小柴有理江・石崎紀也、2017、『農業と福祉の連携による農業・農村の活性化に関する研究』、