

第1章

調査研究の概要

本章では、調査研究の概要として、実施した背景及び目的を説明する。
次に、調査手法等を説明する。
最後に、報告書の構成及び各調査方法の関係を示す。

1 調査研究の背景・目的

(1) 本研究の背景

内閣府は「若者の生活に関する調査」(2016年)、「生活状況に関する調査」(2019年)において、15歳から39歳までのひきこもり状態にある方が54万1千人、40歳から64歳が61万3千人いるとしており、15歳から64歳までのひきこもり状態にある方は、合わせて100万人を超え、およそ100人に1人がひきこもりの状態にあると推計している。

ひきこもり状態にある方の中には、ひきこもりの状態が長期化することで、親も本人も高齢化し、80歳代の親が50歳代の子どもの生活を支える、いわゆる「8050問題」が顕在化しており、周囲に相談できずに孤立する家族の実態が見受けられると同時に、支え手であった親世代の高齢に伴う生活の行き詰まりの増加が予想される。

これまで、ひきこもり状態にある方がいても、世間体から家族が外の人に相談できずにいたことや、ひきこもり状態にある方が自主的に助けを求めることが難しいことなどから、公的な支援につながりづらくなっていた。しかし、生産年齢人口の減少に伴う働き手不足や税収減、さらには社会保障費の増加にも関わるため、基礎自治体にとっても潜在的な課題となっている。

(2) 本研究の目的

本調査研究では、多摩・島しょ地域の基礎自治体に取り組むべきひきこもり状態にある方への支援、施策・事業、庁内外の連携のあり方等を提言することを目的としている。

そのため、ひきこもりの全体像を明らかにした上で、基礎自治体の取組状況を把握し、取り組むべき支援を整理する。

特に、本調査研究では、近年まで35歳までの若者を中心としてひきこもり支援が実施されてきたことを考慮し、壮年期世代の支援のあり方についても模索する。

2 調査研究の実施概要

「1 調査研究の背景・目的」を踏まえ、本調査研究では次の調査を実施した。

(1) 文献調査

ひきこもり状態にある方の定義、背景、国や都の動向、関係法令、制度、自治体・支援団体の先進事例、多摩・島しょ地域におけるひきこもりの推計人数等について、調査・整理を行った。

(2) 自治体アンケート

多摩・島しょ地域のひきこもりの現状、課題等を把握した。

図表 1-1 自治体アンケート概要

調査対象	多摩・島しょ地域39自治体
主な調査項目	<ul style="list-style-type: none"> ・現在の取組状況、内容 ・実施体制 ・課題
実施時期・実施方法	2020年8月 メールによる配布・回収
回収状況	39自治体 回収率100%

(3) 支援団体アンケート

ひきこもりの支援状況、課題等を把握した。

図表 1-2 支援団体アンケート概要

調査対象	東京都若者社会参加応援事業に登録のある支援団体21団体
主な調査項目	<ul style="list-style-type: none"> ・支援対象地域 ・支援人数、支援状況、支援内容 ・連携状況 ・課題
実施時期・実施方法	2020年8月 郵送による配布・回収
回収状況	13団体 回収率61.9%

(4) 全国の先進事例に関する調査

取組内容、他団体との連携に至る経緯・手法、制度化に至った経緯などのプロセスを確認するため、自治体及び支援団体にヒアリング調査を実施した。

図表 1-3 先進事例ヒアリング（自治体）

取組	団体名及び担当部署	実施日
実態調査	東京都 江戸川区 福祉部 生活援護第一課	2020年8月7日
地域包括支援センター受託者への委託	東京都 日野市 健康福祉部 セーフティネットコールセンター	2020年9月23日
庁内・庁外連携	滋賀県 守山市 健康福祉部 健康福祉政策課 生活支援相談室	2020年9月2日
庁内・庁外連携	岡山県 総社市 保健福祉部 福祉課	2020年8月5日
庁内・庁外連携	東京都 文京区 福祉部 生活福祉課	2020年9月29日
島での取組	鹿児島県 瀬戸内町 保健福祉課 地域支援係（地域包括支援センター）	2020年10月7日
広域連携	和歌山県 新宮・東牟婁圏域 （新宮市・那智勝浦町・太地町・古座川町・北山村・串本町）	2020年11月19日

図表 1-4 東京都ヒアリング

取組	団体名及び担当部署	実施日
都の取組	東京都 福祉保健局 生活福祉部 地域福祉課	2020年11月16日

図表 1-5 先進事例ヒアリング（支援団体）

取組	団体名	実施日
若者世代の支援	認定特定非営利活動法人 育て上げネット	2020年10月23日
壮年期世代の支援	特定非営利活動法人 レター・ポスト・フレンド 相談ネットワーク	2020年10月5日
ひきこもり・生きづらさの当事者・経験者支援	一般社団法人 ひきこもりUX会議	2020年9月9日

(5) 有識者ヒアリング

ひきこもり状態にある方の支援に関して造詣の深い有識者から、ひきこもり状態にある方の実態やひきこもり状態にある方や家族・親族等が必要とする支援についてヒアリングした。

図表 1-6 有識者ヒアリング

氏名	所属	実施日
中島 修 氏	文京学院大学 人間学部 人間福祉学科 教授	2020年7月22日
境 泉洋 氏	特定非営利活動法人 KHJ全国ひきこもり家族会連合会 副理事長	2020年7月29日
佐藤 洋作 氏	認定特定非営利活動法人 文化学習協同ネットワーク 代表理事	2020年7月21日

3 報告書の構成

本調査研究の報告書の構成及び各調査方法の関係は次のとおりである。

第1章 調査研究の概要

調査研究の背景・目的、調査研究項目等の概要について整理



第2章 ひきこもりに関する基礎情報

ひきこもりの定義や国及び東京都の政策動向を整理するとともに、多摩・島しょ地域におけるひきこもりの推計値を示し、ひきこもり支援の必要性について整理

文献調査

有識者ヒアリング



第3章 多摩・島しょ地域の支援等の現状

自治体アンケート・支援団体アンケートから、多摩・島しょ地域の状況を把握

自治体アンケート

支援団体アンケート



第4章 先進事例におけるヒアリング調査

文献調査結果や有識者へのヒアリングから、ひきこもり状態にある方への支援を積極的に行っている自治体・支援団体の事例を調査

先進事例ヒアリング



第5章 多摩・島しょ地域のひきこもり支援の提言

先進事例等から得られたポイントを踏まえ、多摩・島しょ地域の基礎自治体がひきこもり支援の取組を進めることができるよう方向性を提示

資料

・アンケート調査票

◆ひきこもりを経験された方の体験談 1

ひきこもりを経験された方やそのご家族に体験談を伺いました。1人目は、一般社団法人ひきこもりUX会議で代表理事を務める林恭子さんのお話です。

一般社団法人 ひきこもりUX会議 代表理事 林 恭子さん

ひきこもり状態になったきっかけを教えてください。



不登校になったのは高校2年生、16歳でした。中学、高校で感じた管理教育への違和感、また母との関係が不登校のきっかけでした。高校、大学中退後、アルバイトなどをするものの20代後半で再びひきこもり、36歳ごろまで断続的にひきこもり状態が続きました。当時の私は「未来を失った」と思い絶望していました。将来への希望が見つけれず理解者も得られず孤立していると感じ、また、自分には生きている価値がなく、社会の中で生きていく場所が見つけれないと思っていました。

ひきこもり状態の時はどのような生活を送っていましたか？



起きるのは午後1時から2時頃、眠るのは明け方という昼夜逆転生活をしていました。洗面や入浴もあまりせず、食事は1日1～2回。外出は通院のみで、ほとんどの時間を自宅で横になって過ごしていました。通常の社会生活を送っている人は、太陽も照り、花も咲き、風も吹く地上の世界で暮らしている感じ。ひきこもりの状態とは、地上ではなく地下の土の中に「生き埋めにされているようなもの」で、息もできず真っ暗闇な状態に置かれているような感じ。そこでは太陽も照らず、花も咲かず風も吹かない。そのような前も後ろも右も左も分からない暗闇の中で、もがき続けているのがひきこもりの状態だと思います。当時は太陽がとても嫌いで、みじめでダメな自分が白日の下に晒されるようでした。また、早起きや散歩など通常「気持ちがいい」「心地いい」と思われるようなことは感じられず、それはあくまでも地上で生活している人の感覚だと思っていました。

どのような支援を受けていましたか？



16歳で不登校になった当時「不登校」という言葉はなく、相談窓口や状況を理解できる人も全くいませんでした。毎日が苦しくて仕方がなく、とにかく今の状況をどうにかしないとおかしくなってしまうと感じていました。10代の私が、「助けてくれそうだな」と思える場所は病院しか思い浮かばず、それ以外の選択肢はありませんでした。

一般社団法人ひきこもりUX会議代表理事 林恭子さん

通院でどのような変化がありましたか？



何人かの医師やカウンセラーに会いましたが、心境の変化はありませんでした。8人目で出会った精神科医とようやく信頼関係を築くことができ、自分の本当の気持ちや大切だと思っていることを伝えられ、またそれを受け止めてもらえたことから自己肯定感や生きる気力を徐々に取り戻すことができました。

回復に必要なことを教えてください。



ひきこもり状態とは、エネルギーが枯渇している状態ともいえます。例えば、ガソリンの入っていない車を外から走らせようとしても動かないように、人もエネルギーが枯渇した状態では、動き出そうにも動き出せません。まずはエネルギーを溜めることが先。そのためには、当事者にとって何かしらプラスの言葉がけや環境が必要であり、それは例えば、「心地が良い」「気持ちがいい」「理解された」「聞いてもらった」「嬉しい」「楽しい」などのポジティブな気持ちになれるものです。一方で、「無理解」「叱責」「説教」「説得」「正論」「プレッシャー」等のネガティブなエネルギーが入るとせっかく溜まったポジティブなエネルギーが減ってしまうので極力避ける必要があります。

現在の活動を教えてください。



ひきこもりや生きづらさを経験した仲間たちと、居場所づくりやイベント開催、講演会、研修会や、実態調査、書籍の発行などを通じて、あって欲しい支援や当事者の声を伝える活動をしています。長年、当事者は専門家や有識者、支援者等から分析され、語られてきましたが、当事者の思いや考えが必ずしも正しく捉えられていたとはいえ、支援内容は就労や自立を目的とするものに偏っていると感じていました。当事者の声を伝え本当に必要な支援体制を構築していく必要性を感じたことが活動の契機となっています。