

# 重層的支援を目指した、ひきこもり経験者・家族によるセルフヘルプ活動に関する研究

社会福祉学科 菅原明美

## はじめに

2019年度内閣府調査結果から、40代以上のひきこもり群の高さが浮き彫りとなり「中高年のひきこもり」が着目され、8050問題として取り上げられるようになった。2021年4月には、改正社会福祉法が施行され、属性・世代を問わない相談・地域づくり実施体制を目指す、重層的支援体制整備事業が創設された。特に、伴走型支援が強調されており、そこでは、本人を中心として伴走する意識を基盤とする「具体的な課題解決を目指すアプローチ」と「つながり続けることを目指すアプローチ」の2つのアプローチが提言されている。これまで制度の狭間に置き去りにされてきたひきこもり問題に対し、多面的な対応が求められているといえる。

とくに、「つながり続けることを目指すアプローチ」においては、ひきこもり経験者や家族によるセルフヘルプ活動は、重要な役割を果たしている。彼らは家族同士で情報を共有し、相互支援を行う場として機能しており、家族だけでなく、ひきこもり者にとっても重要なサポートを提供している。しかし、これらのセルフヘルプ機能を果たす、当事者・家族会の存在やその重要性を認識している人は少なく、そのため家族会の役割をどのように重層的支援に組み込むべきか、また家族会が何を求めているかについての理解が十分に深まっていない。

この研究では、重層的支援を目指し、ひきこもり経験者・家族会とその課題について検討し、より効果的な包括ケアの展開につながる知見を得ることを目指す。

## ひきこもり支援策の変遷

重層的支援体制整備事業の創設に至るまで、ひきこもり支援施策については変遷がある。「ひきこもり」が社会問題としてとりあげられ、施策に反映されはじめたのは、2000年代になってからであり、まずは精神保健福祉センターや保健所が窓口となりひきこもり相談が認知されはじめた。次に、若者就労支援に着目した支援として、「若者自立・挑戦プラン」が提示された。

2009年には、「ひきこもり対策推進事業」が創設され、全国の都道府県・政令指定都市においてひきこもり地域支援センターが専門窓口として設置された。2015年には、生活困窮者自立支援制度に基づいた「就労準備支援事業」においてもひきこもり相談が位置付けられた。一方で、ひきこもり支援=自立と捉えられがちな施策や、働きたくても働けない

個々人の背景や個々人のニーズに沿わない施策に対して、「行政は上から目線の支援ありき」との批判もあった。

当事者の声を施策に反映させていく萌芽がみられたのは、2021年3月「ひきこもり支援施策の全体像」（厚生労働省）であり、ひきこもり経験者の活用が明確に提示された。さらに、ひきこもり支援に携わる人材育成研修事業の内容においても、ひきこもり経験者（ピアサポーター）の活用を示されている。ピアサポーターとは、「ひきこもりの体験を活かし、相互の対等な関係性のなかで、ひきこもり者を支える仲間」と定義されており、ひきこもり状態にある本人やその家族に対し苦しみや辛さを共感し、孤立感を軽減し、ともに解決策を探ることを目的としている。

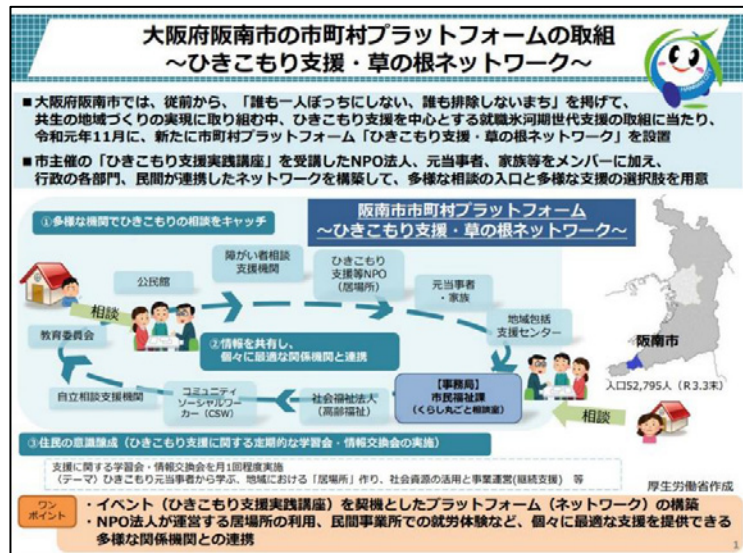
## 「経験者の力」を活かしていく仕組みづくり

伴走型支援として大切なこととして、深谷（2020）は、「『支える』『支えられる』という一方通行の関係性ではなく、支援者や地域社会と本人や家族がともに関わり合いながら、双方で学び、変化もあり、共に支え合う関係性を目指す」と述べている。日本で進まない理由として、小田巻（2015）は、「サービスを提供する側が、利用者のニーズに合わない判断がなされても、被害に合うのは利用者だけであり、結果、『他人事』としての対応を助長してしまう」当事者の力を活かしていく仕組みづくりには、意義があり、ニーズにあった地域資源の創出には不可欠である。

## 事例紹介

### 1. 大阪府阪南市<sup>1</sup>

2019年11月に市町村プラットフォーム「ひきこもり支援・草の根ネットワーク」を設置され、市が「ひきこもり支援実践講座」を主催している。受講したNPO法人、ひきこもり経験者、家族等をメンバーに加え、行政の各部門、民間が連携したネットワークが築かれ、多様な

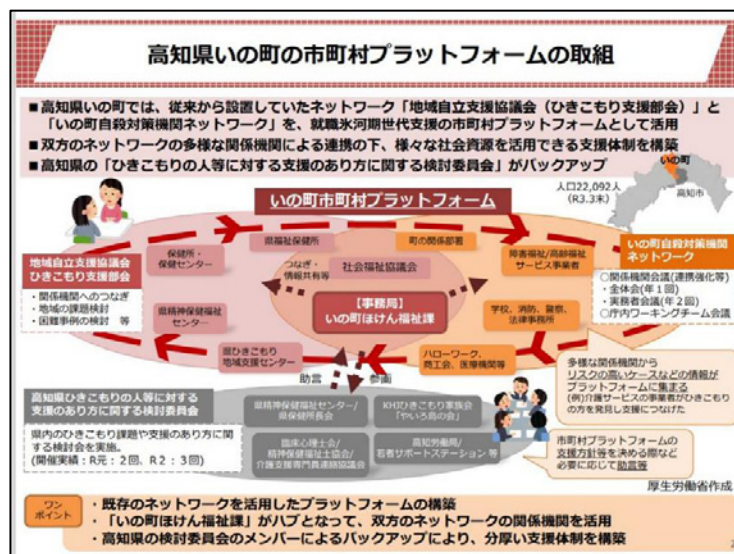


<sup>1</sup> 第1回ひきこもり支援に関する関係府省横断会議（令和3年6月29日）資料2 p31

相談の入り口と支援の選択肢が用意されている。

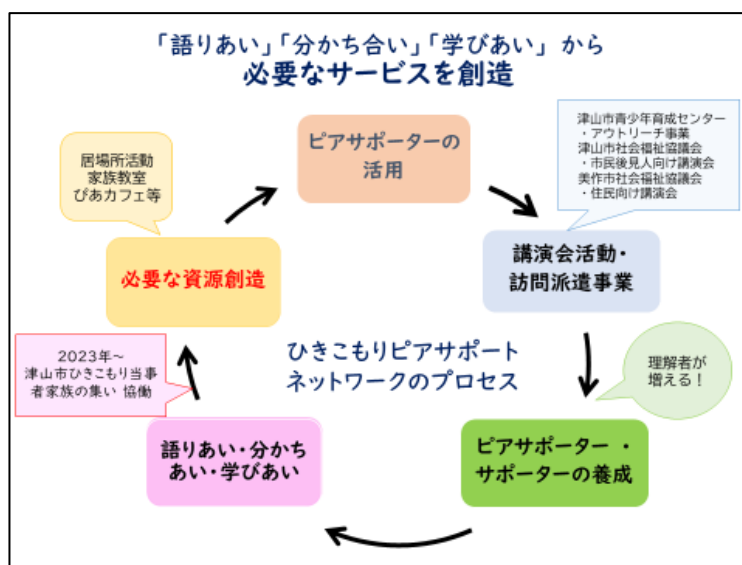
## 2. 高知県のいの町<sup>2</sup>

いの町ほけん福祉課が事務局を担い、既存の自立支援協議会やいの町自殺対策機関ネットワークを活用し、プラットフォームが構築されている。ひきこもり家族会も参加し、支援体制が強化されている。これらの事例は、従来の支援体制とは異なり、ひきこもり経験者やその家族、当事者団体を他の支援団体と並列に置き、支援体制を構築している。



## 3. 津山市での取り組み

筆者が所属する「津山・きびの会」は、KHJ 岡山きびの会（2001年発足）の津山支部として、2005年4月に設立され、2007年9月に特定非営利活動法人として認可された。会員は、ひきこもり者、家族、支援者であり、正会員・賛助会員合わせて約40名である。会員の高齢化が進む中、経済基盤は会費や市内でのバザーや物品販売が主財源である。活動内容としては、「相談活動」「居場所活動」「就労支援活動」「啓発活動」があり、2020年からはKHJ主催のひきこもりピアサポーター養成講座にも参加している。



<sup>2</sup> 第1回ひきこもり支援に関する関係府省横断会議（令和3年6月29日）資料2 p32

## 課題の認識と新たな展開

「そもそも身近である町内会にも、何をしている会なのか分かってもらえていないのではないか」「町内の人もどう付き合いって行けばよいのか分からないのかも」「職員研修や民生委員の会などにも招聘されて講演もしたけど、次につながっていない」「ようやく築けた行政窓口の担当者も異動や退職になってしまう」ということが、課題として挙がった。それをもとに、当事者活動がひきこもり支援の地域ネットワークにどのように参画できるのかピアサポーターと模索してきた結果、以下の2点の新たな展開が導き出された。

### 1. 当事者団体の活動を地域住民や自治体に分かりやすく発信することの必要性

市への要望書の提出や家族教室などを通じて、当事者団体の活動内容を地域住民や自治体に理解してもらうことが重要である。そのため、ふれあい市への参加や、まずは身近な町内会に活動を知ってもらうための「ぴあマルシェ」の開催、パンフレットの作成も行った。



### 2. 行政に依存しない活動の姿勢

2度にわたる要望書の提出と、担当課への情報提供を行った。行政機関に任せきりにせず、ひきこもり経験者や家族の力を活用して協働していきたいという気持ちを伝えたつもりであったが、当事者団体が無理難題を押し付けたかのように受け取られた感も否めない。また、ようやく関係性を築いた時に担当者が異動することも少なくない。こうした状況から、行政に依存しない活動へとつながった。例えば、津山・きびの会の会員が美作県民局管内で活動するボランティア団体に声をかけ、「美作の国交流会」を立ち上げた。ここでは、NPOの交流の場を企画し、活動紹介を行っている。また、経済基盤の脆弱さを補うため、民間助成金を申請して活動資金を確保した。また、啓発活動の一環として「ピアサポーターネットワーク会議」「講演会」を企画し、行政に後援依頼を行った。その結果、活動に理解を示した市民がボランティアとして協力を申し出たり、津山市青少年育成センターから紹介された「ひきこもりになるかもしれない」という不安を抱えた中高年者からの相談も増加した。

## 人とミライをつなぐ地域共創プロジェクトの試み

2017年度より、ひきこもり家族会内での活動を中心に行ってきたが、町内会での活動を契機に、少しずつ地域とのつながりを築き始めている。人生における様々な困難に直面した際でも、誰もが役割を持ち、お互いに配慮し存在を認め合い、時には支え合うことで、孤立せずにその人らしい生活を送ることができる社会づくりが求められている。このためには、人と人、人と資源が世代や分野を超えてつながり、住民一人ひとりの暮らしと生きがいをともに作っていくことが必要である。また、制度に頼らないつながりや助け合いを増やすことで、住みやすい町づくりにもつながると考え、世代や分野を超えて気軽につながれる場や機会を創出することが求められている。第1弾として、「つながる」をテーマに地域交流・多世代交流を目的としたプログラムを、美咲町地域おこし協力隊の大橋佳奈氏と美作大学社会福祉学科菅原研究室で企画した。加えてひきこもり経験者であるピアサポーターも企画・運営に携わった。

## 今後の課題と方向性

包括ケアを目指す今後の課題として、以下の3点を挙げる。まず1点目は、「多世代交流や分野を超えたつながりの機会」の提供である。ひきこもりやメンタルヘルスに課題を抱える人々が、専門職以外とのつながりを持つことは難しく、医療や福祉に関する情報を知らない人も多い。つながりは学びの機会にもなる。2点目は、「体験者の声を施策へ反映する仕組み」の整備である。ひきこもり経験者こそが、体験を通じて地域に必要な資源を理解している。互いの立場を理解し合い、「対話」ができる仕組みが必要である。3点目は、「活動の継続」の必要性である。地域資源として重要であるが、会員の高齢化と経済基盤の脆弱さが顕著であるため、当事者会単独での活動継続は困難である。

今後の展開としては、当事者団体と行政との協力体制をさらに強化し、定期的な情報交換と合同会議の実施を検討している。これにより、現場の声を政策に反映させ、より実効性のある支援体制を築くことができると期待される。また、地域住民や関係機関との連携を深め、多様な支援リソースを最大限に活用することで、ひきこもり支援の持続可能なモデルを確立していきたいと考えている。これにより、孤立を防ぎ、地域全体で支える包括的な支援ネットワークの構築を目指す。

