

ひきこもりをデータから考える

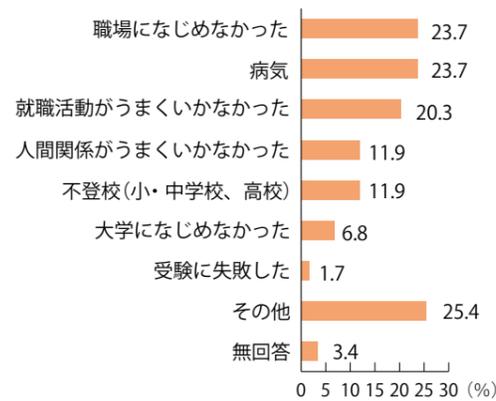
職場や学校での人間関係の悩みは、誰もが経験したことがあるのではないのでしょうか。中には、「もう行きたくないな」と考えたことがある人もいるかもしれません。普段は気にしないことでも、その時の状況やきっかけによっては、ひきこもりの原因となる可能性があります。ひきこもりは、特別なことではないのです。もし、自分が、家族が、ひきこもりになったら。そのとき、あなたはどのようにしますか。

表1 ひきこもりの定義と推計数

	割合(%)	推計数(万人)	
普段は家にいるが近所のコンビニなどには出かける	0.40	15.3	狭義のひきこもり 23.6
自室から出るが家からは出ない	0.09	3.5	
自室からほとんど出ない	0.12	4.7	
普段は家にいるが自分の趣味に関する用事のときだけ外出	1.19	46.0	準ひきこもり
合計	1.79	69.6	広義のひきこもり

※表の割合は有効回収数に占める割合。15～39歳の5,000人が対象で有効回答率は65.7%

図1 ひきこもりになったきっかけ



ひきこもりとは、さまざまな要因で就学や就労、対人関係などの社会的参加を回避し、6カ月以上家庭にとどまり続けている状態のこと。今や、代表的な若者問題となつていきます。

この、ひきこもりという言葉が男性能て、皆さんほどのような印象を持ちますか。「大変なことや辛いことが嫌で、さぼっているだけ」などといった、マイナスのイメージを抱く人もいるかもしれません。ひきこもりの多くは、好んでその

状態になつていくわけではありません。

わが国では全国の15～39歳までの若者のうち1・79%、約69・6万人の人がひきこもり状態にあると推測されています(表1)。

年齢別で見ると10代が15%、20代が39%となつていて、30代では46%と最も多くなつていきます。また、約7割が男性だという調査結果もあります。この問題は、川西市も例外ではありません。

市の調査によると、市内には約250人のひきこもりの若者がいるとされています。潜在的な数も含めると、もっとい

ひきこもりになるきっかけはさまざまです(図1)。

中でも、「職場になじめなかった」という理由が最も多く、「就職活動がうまくいかなかった」という理由と合

効果的な支援のために居場所が必要

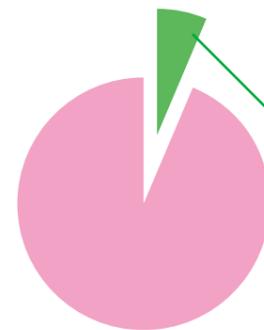
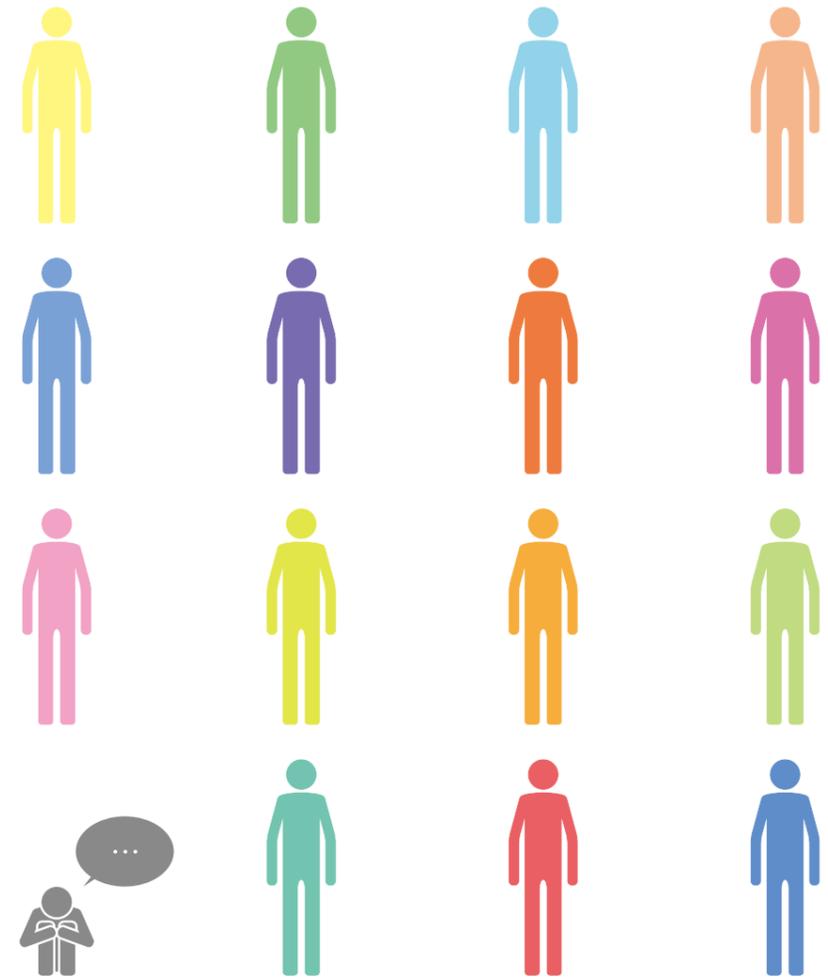
個人に合わせた支援を行うためには、当事者本人から直接話を聞くことが有効だと思われま

しかし、ひきこもりの若者は家庭や職場・学校にも居場所がないと感じていることが多く、場合によっては自分の部屋から一歩も出ないこともあります。支援を行うためにも、安心できる居場所が必要なのです。

次のページからは、ひきこもりなどの問題を抱えた若者に対して、居場所を作ろうとしてい

表1と図1は内閣府「ひきこもりに関する実態調査」から抜粋

特集 若者のひきこもりを考える こころの窓



16人に1人はひきこもり予備軍

ひきこもり予備軍とは、ひきこもりに近い傾向を持つ人のことです。16人に1人という数字を見て、皆さんはどう感じますか。少しのきっかけで、誰でもなるかもしれないひきこもり。他人事ではないのです。今号では、若者の支援を行っている団体などに話を聞きました。詳しくはこども・若者政策課 ☎(740) 1246へ。





教師同士が協力して 生徒に居場所をつくる



県立川西高校教諭
森口博喜さん

高校を生徒にとって安心できる場所に
「川西高校は定時制の高校です。問題を抱えた生徒も、多く入学します。どの生徒にとっても、学校が居心地の良い場所になるよう努めています。学校にいる間は、生徒のことを守ることができますから」
県立川西高校で教壇に立つ、森口博喜さん。9年前に同校に着任しました。
「入学者の約半数が、中学時代に不登校だった生徒です。こういった生徒は、高校に入学してもすぐに辞めてしま

まい、ひきこもりになっていくケースが多いと思います。そのため本校では、生徒指導に力を入れています」と森口さん。
生徒と接するときには次のことに注意しています。
「愛情に飢えている子が多いので、できるだけ手をかけて接します。関係性を築くためには、上から目線ではなく、生徒の実態を把握しながら対応することが大事ですね」
学校全体の雰囲気を作るのは教師
森口さんが勤務した高校でいつも心がけていることは、

しっかりとした生徒指導の組織体制を作ることです。
「教師が親身になって対応しなければ、不登校につながりますので、生徒指導は大切です。学校を生徒にとって安心できる場所にするためには、教師自らが協力して良い雰囲気を作っていく必要があります。教師間の雰囲気が悪いと、それが生徒にも伝わります。高校は義務教育ではないので、生徒の居場所となるような学校を作るには、教師の意識改革もしていかなければなりません」
森口さんは、社会経験になるように、生徒にアルバイトなどで働くよう勧めています。卒業後のことまで考え、指導に当たっているのです。
「最近、卒業生が高校に遊びに来てくれることが多いんです。彼らの居場所になっていったということですね。川西高校は3月で閉校となり、県立阪神昆陽高校に統合されますが、教師だけでなく、ひきこもりなどに関わるすべての人が愛情を持って若者に接することができれば、こうした問題は減っていくんだと思いますよ」

Voice ②



川西高校卒業生
野崎真美さん

高校がいつしか自分の居場所に
中学時代に、いじめで悩み不登校に。それでも、夢を諦めたくないと思い、川西高校に進学しました。
人間関係に悩んで高校を辞めようと思ったこともありましたが、先生の「真美の卒業する姿が見たい」の言葉が心の支えになりました。自分のことを真剣に考えてくれていることが、とてもうれしかったです。
生徒としっかりと向き合う先生が多く、いつの間にか高校が居場所になっていったんですね。もしあの時高校を辞めていたら、社会に出ることができなかったかもしれませぬ。

■ (一社) office ドーナツトーク

子どもや若者が、社会情勢・環境・年齢などにとられることなく、それぞれの生き方を安心して選ぶことができる社会をめざし、若者を支援するためのサードプレイスの提供や相談などを実施。詳しくは同法人ホームページ (URL = <http://officedonutstalk.jimdo.com/>) へ。

10代後半の若者と サードプレイスをつなぐ



(一社) office ドーナツトーク代表
田中俊英さん

若年層に心安らげる居場所を
「Office ドーナツトークでは支援の対象をハイティーン、つまり、10代後半の若者としています。ひきこもりの直接的源泉が、義務教育終了後のこの時期にあると考えるからです」
若者問題の専門家として、市でアドバイザーをしている田中俊英さん。大阪市を拠点に活動する、(一社) office ドーナツトークの代表をしています。
同法人は「子どもや若者と『サードプレイス』をつなぐ」

ことを活動目的に、15歳以上を対象とした無料のサードプレイスを展開しています。
サードプレイスとは、第3の居場所のこと。家庭(ファーストプレイス)や学校・職場(セカンドプレイス)以外の、心が安らぐ場所を指します。
家族への支援にも力を入れて
同法人が運営するサードプレイスでは、居場所としての支援や当事者への相談だけでなく、保護者への面談支援なども実施。家族のケアにも力を入れています。
「ひきこもりを解決するに

は、家族が当事者どう接するかが重要になってきます。アドバイスを行うときには、まず、3つのタブワードを話してはいけないということを伝えます。具体的には当事者がふれてほしくない、将来と仕事のこと、親の健康のこと、近所の同級生のことを指します。家族にも働きかけを行い、家族と当事者の信頼関係を築かせることが大切なんです」
市内にもサードプレイスを
「人との交流ができないままで、就労をめざすと挫折してしまうことが多いんです。川西市は講習会の開催や総合相談窓口の設置などで、保護者の支援にも力を入れていきます。しかし、今後は他人とのコミュニケーション力を育てるようなサードプレイスの設置を検討する必要がありますように思いますね」田中さんはこのように話します。
「将来、私たちを支えてくれるのは若者です。少子高齢化の今だからこそ、その若者の支援をしていかなければならないのです」

Voice ①



「ひびき会」代表
石塚毅さん

親が変わらないと子も変わらない
青少年のひきこもりを考える親の「ひびき会」(7ページ参照)の代表をしています。きっかけは、私にもひきこもりの子どもがいたからです。今は社会復帰をしています。今後は、当時は子どもの将来が不安でした。そんな中で、子どもと共に学んだことが、「待っていて子どもは動いてくれない。親が変わらなければ、抜け出せない」ということでした。
今は、「親の居場所となる」ように月に1度ですが、日頃の悩みなどを話せる場の提供や、親同士の情報交換を主としています。皆さんも一人で悩まずに、同会に来てもらえればと思います。



Counselling

Leading

若者専門の相談窓口で 不安に寄り添う

■子ども・若者総合相談窓口

「学校へ行けない」「友達や職場の人とうまく付き合えない」「家から出られない」など、困難や悩みを抱えた子ども・若者をサポート。

開設は、アステ川西6階アステ市民プラザで毎月第4木曜日の午後1時～5時。1回50分で、1日4人の相談が可能です。まずは、窓口専用ダイヤル☎(758)5044で予約を。

社会的自立に向けて 早めに相談する

悩まずに 専門機関に相談を

近年、若者を取り巻く状況は悪化しているといわれています。特に、ひきこもりや不登校などといった、社会生活を円滑に営む上で困難な問題を抱える人が増えており、若者が生きづらい社会となっています。しかし、ふと未来に目をやると、少子高齢化が進む現代社会の中で、若者の社会参加は、必要不可欠なものだと感じざるをえません。



相談のほとんどがひきこもりの問題

市では若者問題への対応として、相談業務を行っています。対象は39歳までの若者とその家族。昨年の8月に窓口を開設して以来、多くの相談がありました。NPO法人「こうベユースネット」の佐伯隆義さんは、そこで相談員をしています。「若者問題はさまざまですが、川西市ではひきこもりに関する相談がほとんどです。ほかの市町村での相談と比べても、ひきこもり歴が長い、困難なケースが多いように感じています」と佐伯さんは話します。

追い込まれる前に行動を

「相談に来る人のほとんどは、保護者です。当事者が初めから来ることはまずありませんね。第三者が入ることで問題が解決することも多いんです。そのため、ゆっくりと保護者の心理相談などもしながら、当事者に相談に来てもらえるよう促します。本人が来てくれたら一対一でしっかりと話を聞き、次の対応を考えていくんです。状態によっては、就労に向けて若者キャリアサポート川西などを紹介しています」と佐伯さんは話します。

NPO 法人「こうベユースネット」
佐伯隆義さん

各団体・窓口への連絡はこちらから！

■青少年のひきこもりを考える親の「ひびき会」
日頃同じ悩みを抱えた親たちが、気軽に話し合える場所を。
とき＝毎月第2金曜日の午後1時～4時▷ところ＝パレットかわにし▷問合せ＝同会の石塚さん ☎080(1465)6660へ

■若者キャリアサポート川西
39歳までの若者を対象に、キャリア形成を踏まえた支援を。予約を。
とき＝月～金曜日午前11時～正午、午後1時～4時▷ところ＝パレットかわにし▷申込み＝同施設 ☎(764)6823へ

■ほっとらいん相談
青少年のための総合相談・ひきこもり専門相談。
とき＝月～水・金・土曜日午前10時～正午、午後1時～4時▷問合せ＝同窓口 ☎078(977)7555へ

市の調査では、当事者の約90%がひきこもり状態から抜け出したいと思っているという結果が出ています。ひきこもりを抱える家庭の中には、何から始めればいいのか、一歩の踏み出し方が分からないという人もたくさんいるのではないのでしょうか。市が実施している、「子ども・若者総合相談窓口」以外にも、県では、総合相談窓口「ほっとらいん相談」を開設しています。これは課題を抱える若者のための総合相談・ひきこもり専門相談で、専用の電話回線となっているため、専門スタッフと直接電話相談することができます。相談内容に応じて、適切な専門機関への紹介なども行っています。

当事者もその家族も、悩みを一人で抱え込むことは、自分が苦しいだけでなく、問題の解決にもつながりません。まずは、誰かにこころの内を話すところから始めませんか。

リアサポート川西などを紹介することもありますが」と佐伯さん。当事者の中には、精神疾患を抱えた人が来ることも。「精神状態が安定していないと、家庭内暴力に発展するケースもあります。その場合、専門性のある医療機関の情報を提供していますが、問題の解決には、子どもが追い込まれる前に保護者が行動して、早めの相談をしてもらうことが重要です」

相談窓口をもっと活用してほしい

「保護者が逃げずに、子どもと向き合うこと。それが何より大切です。相談窓口を利用するのはハードルが高いと感じる人もいると思います。が、ひきこもりに至る原因は複雑で、家族の力だけでは解決が難しいことが多いんです。長期化する前に、第一歩として、まずは電話してもらえればと思います」相談の電話予約では、直接こうベユースネットにつながるようになっています。まずは安心して電話をしてほしいと佐伯さんは話します。

Voice ③



若者キャリアサポート川西
林さん

若者キャリアサポート川西（7ページ参照）では、併設する川西しごとサポート・センターと連携しながら、若年者を対象に、就労支援を行っています。キャリアアカウンセリングを中心に、仕事に不安がある人には、臨床心理士による心理カウンセリングも実施しています。また、市内の企業が多数参加する、合同就職面接会なども開催しています。目標を決めて、最初から最後までゆつくりとフォローしていきますので、「一歩を踏み出したいい！」という人は、ぜひ一度ご連絡ください。

地域の皆さんと協力 若者への支援を

近年、若者を取り巻く環境は従前と比べて大きく変化し、支援を必要とするニートやひきこもりなどの課題を抱える若者が増加しています。



こども・若者政策課長
井口俊也

そのような課題の解決に向けて、本市では子ども・若者を支援するため、25年3月に「川西市子ども・若者育成支援計画一げんきな若者かわにしプラン」を策定しました。この計画に基づき、若者支援を広く市民の皆

さんに知っていただくための講習会の開催や、支援に関わるさまざまな機関や教育、福祉、保健・医療、雇用、更生保護などの団体が参画した、子ども・若者支援地域協議会の設置に向けて取り組んでいます。

また、昨年8月に開設した「子ども・若者総合相談窓口」では、不安や悩みをじっくりとお聞きしていますが、さまざまな支援や連携の必要性を実感しています。その1つとして、若者が、家庭・学校・職場以外の居場所を持つことが、社会的自立に向けた過程において重要であることから、川西市独自のサードプレイスの在り方の検討を進めていきます。

市では、地域の人たちと一体となって、未来を担う若者への支援に取り組んでいきたいと考えています。市民の皆さんの温かいご協力をお願いいたします。

