

田辺市のひきこもり支援

(窓口開設 17 年目の報告)

平成 29 年4月～平成 30 年3月

和歌山県田辺市

目 次

I. 田辺市におけるひきこもり支援	
1. 田辺市ひきこもり支援について 1
2. 田辺市ひきこもり相談窓口 紹介ビラ 4
II. 平成 29 年度 支援の実際	
1. 相談実績 5
2. 支援の報告	
(1) 家族会(ほっこり会) 11
(2) 青年自助会実績	
(3) 啓発活動・視察・問い合わせ	
(4) ひきこもり支援啓発講演会 12
(5) 田辺市ひきこもり検討委員会 議題／活動 17
(6) 中学校での取組について 18
(7) ひきこもり検討委員会 研修会 24
III. 参考資料	
1. ひきこもり家族の会 ほっこり会 紹介ビラ 33
2. 認定NPO法人 ハートツリー 紹介ビラ 34
3. NPO法人 かたつむりの会 紹介ビラ 39
4. NPO法人 共生舎 紹介ビラ 40
5. 田辺市ひきこもり検討委員会 設置要綱／委員構成 41

I. 田辺市におけるひきこもり支援

=ひきこもり支援について考える=

田辺市では、全国に先駆けて平成13年にひきこもりの相談窓口を開設するとともに、保健、医療、福祉、教育、雇用などの関係者からなる「田辺市ひきこもり検討委員会」を組織し相互の連携を図り、協力しながら課題の解決に取り組み、17年目を迎えました。

内閣府は、平成28年に6ヶ月以上自宅に閉じこもっている15歳から39歳のひきこもりの方が全国で推計54万人いるとの調査結果を発表しました。ひきこもりの長期化・高年齢化の傾向も判明し、40歳以上を含む詳細な実態把握の必要性も指摘されています。

田辺市では、まだ高齢化が特に目立つということはありませんが、10代から40代以上までの年代も同じ程度の相談対象者がおられます。

40歳以上の方の場合、ひきこもっている期間が長期にわたることが多く、そのため社会復帰が難しくなると考えられます。さらに、地域若者サポートステーション支援対象外であることから、就労につながることも難しい現状です。

今後は中高年の方の支援について、生活相談センターなど関係部署とも連携し効果的な手法を探っていく必要があると考えます。

また、近年、子ども・若者を取り巻く社会環境や意識は大きく変化し、生きづらさを感じながら生活している方も多くいます。

小・中学校を休みがちな児童・生徒や、高校・大学に進学したものの退学した方もおられます。そのような方が、そのままひきこもるというわけではありませんが、その後、相談先につながらず、社会に出る機会をつかめないで家にいる場合もあります。

家から出られない我が子の様子を見て、家族の不安、焦りは大きいと思います。本人にも不安や焦りがあることが多く、それが強くなると気分が沈むなどこころの症状が現れることもあります。

相談窓口を知っている方の中にも、相談に行くことに抵抗がある、相談しても大きな変化は期待できないなど相談を躊躇する方もいます。相談したからといって劇的に良い方向に変わることはないかもしれませんが、家族の方が、第三者に話をするすることで、家庭内に新しい風が吹き、家庭内の雰囲気が変わり、ご本人に変化がみられることもあります。相談いただくことにより、一歩前へ進むことにつながるのではないかと思います。そのためには、少しでも相談を利用していただきやすいような体制作りと、窓口などの相談機関の周知にも今まで以上に取り組んでいく必要があります。また、在学中から学校との連携により、切れ目のない支援を継続していくことが重要と考えます。

当初から比べ、相談ができる機関が増え、支援団体の活動も盛んになり、社会資源も充実しつつあります。今後も関係機関と連携し、相談に来られた方に寄り添い、前を向いていけるような支援ができるよう取り組んでいきたいと考えます。

ひきこもり支援の経過

平成 9 年 6 月	議員一般質問
平成 13 年 1 月	田辺市ひきこもり検討委員会を設置
平成 13 年 3 月	ひきこもり相談窓口の開設(保健師 1 名専任)
平成 13 年 4 月	田辺市ひきこもり検討小委員会の設置
平成 14 年 5 月	HAPPYが、ハートツリーハウス開所 社会的ひきこもり青年の居場所活動開始(国・県より補助金)
平成 14 年 6 月	田辺市ひきこもり家族会の設置
平成 16 年 1 月	田辺市ひきこもり青年自助グループの育成(月 2 回)
平成 16 年 3 月	ひきこもり相談窓口担当者 1 名増員 2 名(保健師・相談員)体制に
平成 16 年 4 月	田辺市ひきこもり家族会が自主運営
平成 17 年 4 月	ひきこもり青年自助会(知音CHI-IN)が開始(週 1 回) ハートツリーハウスが、「ひきこもり者社会参加支援センター」 運営事業補助金を受けて運営(県・市の補助金)
平成 18 年 10 月	ハートツリーハウスがNPO法人認可 ハートツリーに名称変更
平成 20 年 8 月	NPO法人ハートツリーが南紀若者サポートステーション開設
平成 26 年 4 月	南紀若者サポートステーションが若者サポートステーション With You 南紀に名称変更 (県より若者総合相談窓口 With You 事業が委託されたため)
平成 27 年 4 月	ひきこもり者社会参加支援センター ハートツリーが、 ひなたの森に名称変更
平成 29 年 12 月	NPO法人ハートツリーが認定NPO法人に正式認定。

※ ひきこもり青年自助会(知音CHI-IN)は平成 21 年度より休会中。
参加者がいる場合、再開。

田辺市ひきこもり支援ネットワーク

- ◆ 官民を超えたひきこもり支援対策の構築
- ◆ 事業報告・計画への意見
- ◆ 視察・講演会等への協力
- ◆ 対応が困難な事例の相談
- ◆ 委員の学習会

ひきこもり検討委員会 (年2回)

市担当課(商工・福祉)
紀南児童相談所
田辺市教育研究所
田辺市養護教諭研究会
和歌山県教育委員会
高等学校

ほっこり会(家族会)
知音CHI-IN(自助会)
学識経験者
精神科医師
臨床心理士
NPO法人かたつむりの会
NPO法人共生舎
(公社)白浜・田辺青年会議所

ひきこもり検討小委員会 (月1回)

市担当課(保健・福祉・教育)
田辺保健所
南紀こころの医療センター

やおき福祉会
ふたば福祉会
田辺市社会福祉協議会
認定NPO法人ハートツリー
(ひきこもり者社会参加支援センター)
ひなたの森
若者サポートステーション
With You 南紀
学識経験者

※ 公的機関 は民間機関

ひきこもり相談窓口

ご家族・ご本人さんだけで、悩んでいませんか？

- 不登校のまま卒業・・・
- 中退後自宅中心の生活をしている・・・
- 進学、あるいは、就職したけれど途中で社会参加をしていない・・・



まずは、電話・メールをいただけませんか？

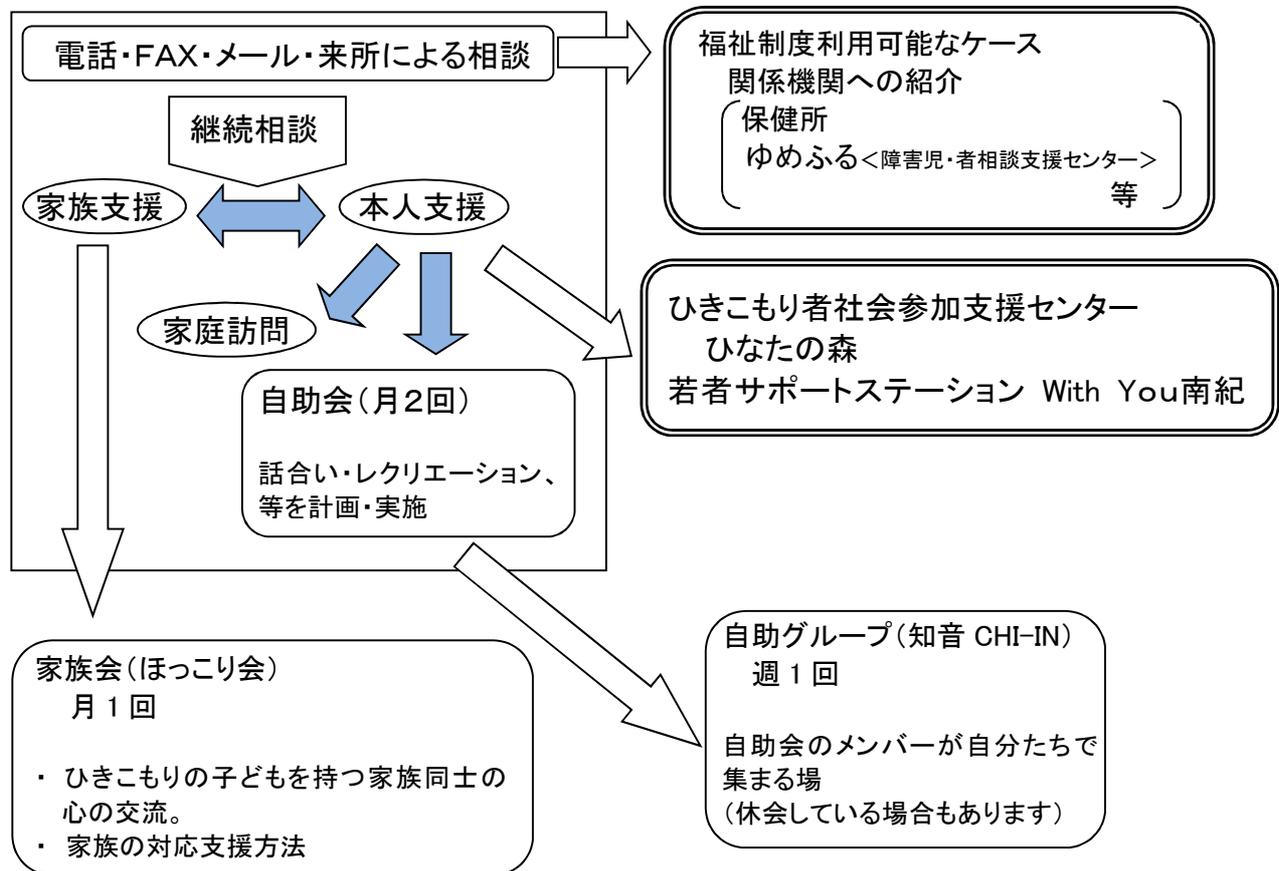
相談を定期的に続けていくうちに徐々に元気を取り戻していきます。

自助会、家族会（ほっこり会）があります。

会への参加は、相談窓口担当者がお会いした後、紹介させていただきます。



相談の流れ



問い合わせ先

田辺市健康増進課

TEL : 0739-26-4901(平日8:30~17:15)

TEL・Fax : 0739-26-4933(ひきこもり相談窓口専用)

E-Mail : shc@city.tanabe.lg.jp

Hp : <http://www.city.tanabe.lg.jp/kenkou/hikikomori/index.html>

※ 保健所にも「ひきこもり」相談窓口があります。

田辺保健所 TEL 0739-22-1200(代表) (平日9:00~17:45)



Ⅱ-1. 相談実績

1. 相談実績 平成 29 年度

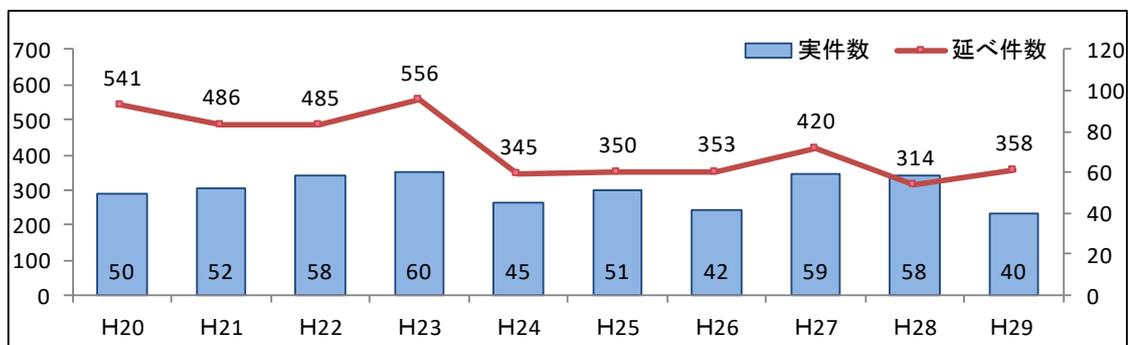
相談窓口開設以降、平成 30 年3月末までに 608 家族 632 件の相談がありました。
(内、平成 29 年度は 16 家族 17 件)

(1) 年度別相談件数

平成 20 年度から平成 29 年度の 10 年間の相談実件数、延べ件数の推移を示しています。

平成 29 年度は、前年度に比べ、実件数は減少していますが、延べ件数は増加しています。

	H20	H21	H22	H23	H24	H25	H26	H27	H28	H29
実件数	50	52	58	60	45	51	42	59	58	40
延べ件数	541	486	485	556	345	350	353	420	314	358



(2) 平成 29 年4月～平成 30 年3月までの状況

① 月別相談延べ件数

相談件数では、来所相談が多く、次いで電話相談が多くなっています。

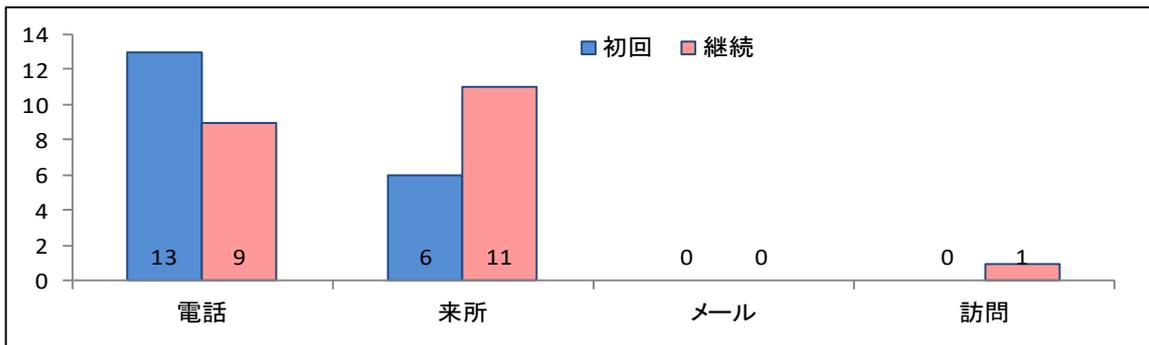
	4 月	5 月	6 月	7 月	8 月	9 月	上半期合計			
電話	6	13	9	8	6	14	56			
来所	12	10	12	14	10	15	73			
メール	0	0	2	1	2	0	5			
訪問	0	0	0	2	0	2	4			
合計	18	23	23	25	18	31	138			
	10 月	11 月	12 月	1 月	2 月	3 月	下半期合計	総合計	%	
電話	17	25	14	23	10	8	97	153	42.7	
来所	16	16	11	20	11	13	87	160	44.7	
メール	2	1	4	4	2	5	18	23	6.4	
訪問	6	3	1	1	4	3	18	22	6.2	
合計	41	45	30	48	27	29	220	358		

Ⅱ-1. 相談実績

② 相談実件数

相談実件数の内、初回の実件数は、電話相談が一番多く、次いで来所相談となっています。

	初 回	継 続	合 計
電 話	13	9	22
来 所	6	11	17
メ ー ル	0	0	0
訪 問	0	1	1
合 計	19	21	40



③ 相談者

初回は、母からの相談が多く、次いで、本人、関係者からの相談となっています。延べは、本人がもっとも多く、次いで母からの相談となっています。

	母	父	妻	両親	本人	兄弟姉妹	子	祖母	祖父	関係者	知人	叔父	合計
初回	5	0	1	0	4	2	0	1	0	4	3	1	21
延べ	100	10	3	5	178	7	3	41	2	44	3	1	397

※ 初回は、1件が重複

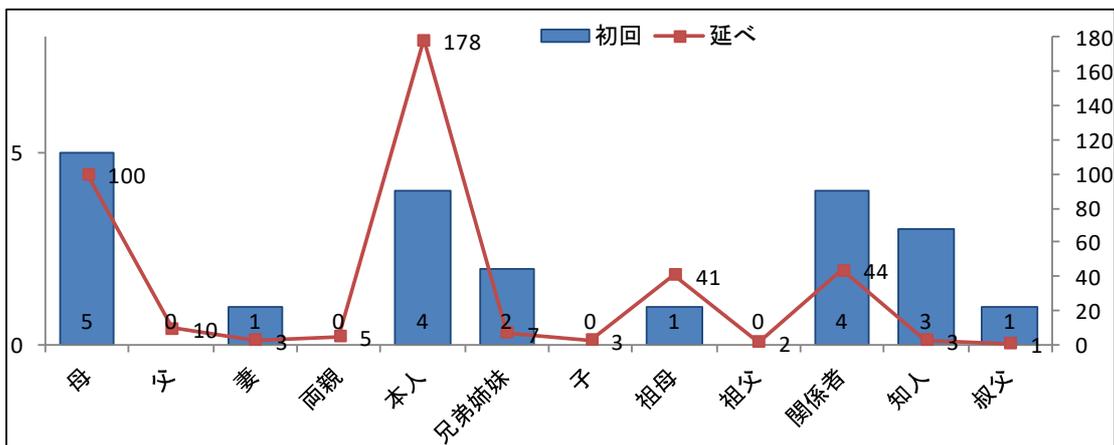
内訳 妹・知人・関係者(1)

※ 延べは、30件が重複

内訳 母・本人(8) 本人・関係者(3) 子・関係者(2) 両親・妹・関係者(1) 両親・本人・関係者(2)

妹・関係者(1) 妹・知人・関係者(1) 本人・祖母・関係者(1) 母・本人・関係者(4)

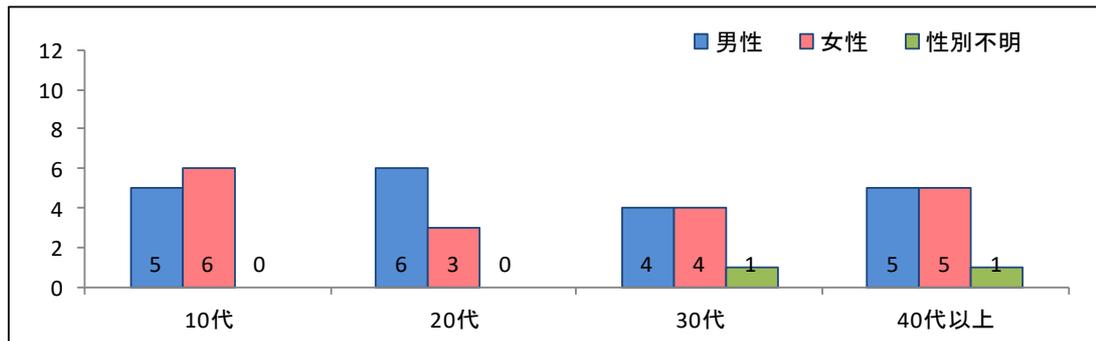
母・関係者(2) 母・祖父(1) 本人・祖母(4)



④ 年代別男女別件数(40件中)

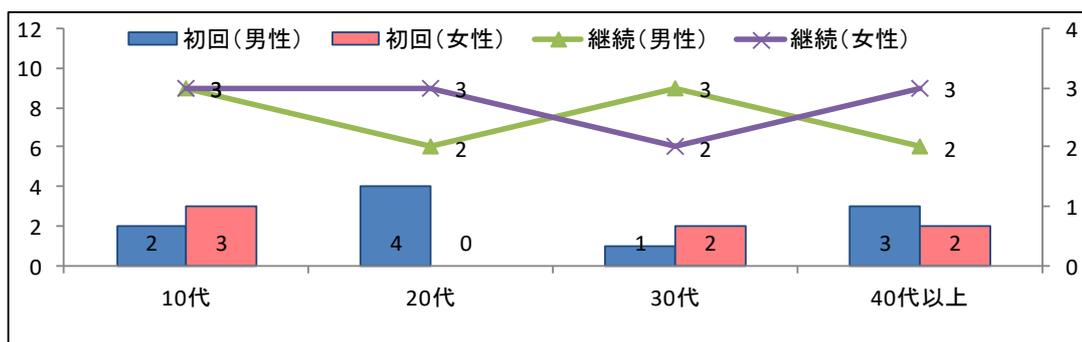
年代別に見ると、10代、40代以上が、20代、30代よりやや多くなっています。
男女別に見ると、男性が女性よりやや多くなっています。

	10代	20代	30代	40代以上	合計	%
男性	5	6	4	5	20	50.0
女性	6	3	4	5	18	45.0
性別不明	0	0	1	1	2	5.0
合計	11	9	9	11	40	
%	27.5	22.5	22.5	27.5		



⑤ 年代別男女別、初回及び継続件数(男性20件中・女性18件中)

	10代	20代	30代	40代以上	合計	%
初回(男性)	2	4	1	3	10	26.3
初回(女性)	3	0	2	2	7	18.4
継続(男性)	3	2	3	2	10	26.3
継続(女性)	3	3	2	3	11	29.0
合計	11	9	8	10	38	
%	29.0	23.7	21.0	26.3		



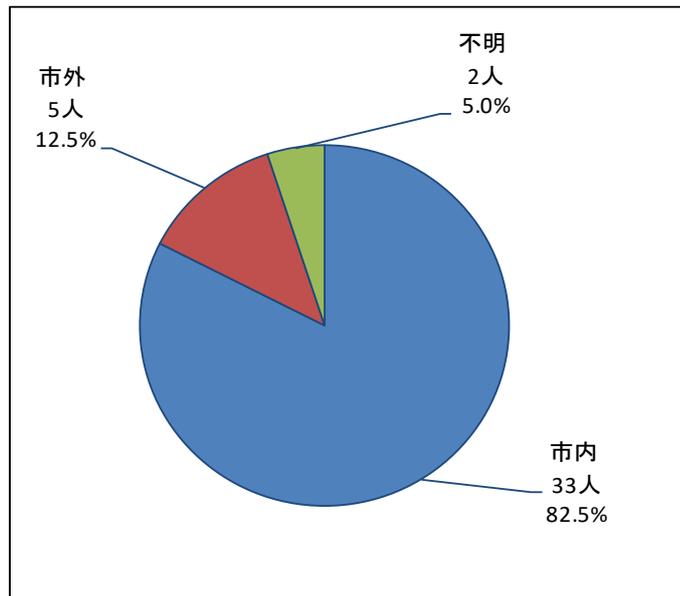
※ 2名は、性別不明

Ⅱ-1. 相談実績

⑥ 居住別(40件中)

居住地別では、市内が82.5%となっています。

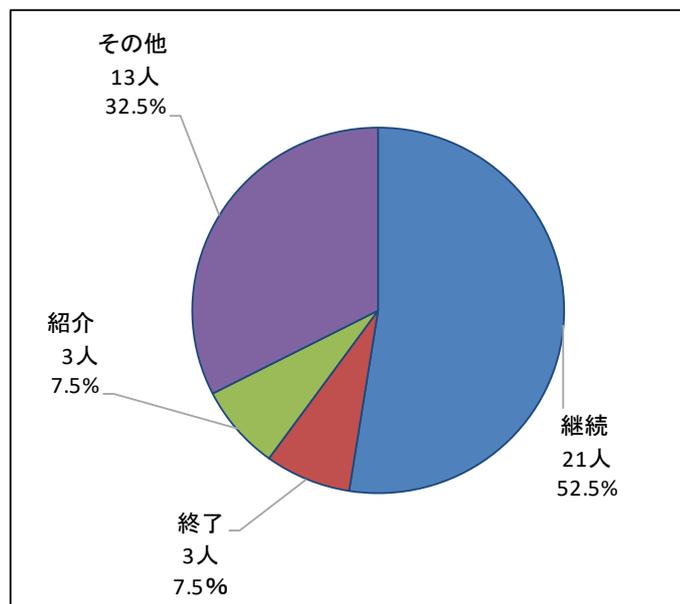
	人	%
市内	33	82.5
市外	5	12.5
不明	2	5.0
合計	40	



⑦ 相談結果(40件中)

相談を継続する者が52.5%、終了、紹介が7.5%、その他が32.5%となっています。

	人	%
継続	21	52.5
終了	3	7.5
紹介	3	7.5
その他	13	32.5
合計	40	



終了

- ・就学(1)
- ・転出(1)
- ・その他(1)

紹介

- ・保健所(3)

その他

3ヶ月未満の継続

- ・家族からの相談(1)
- ・家族・関係者からの相談(2)

1回のみ相談

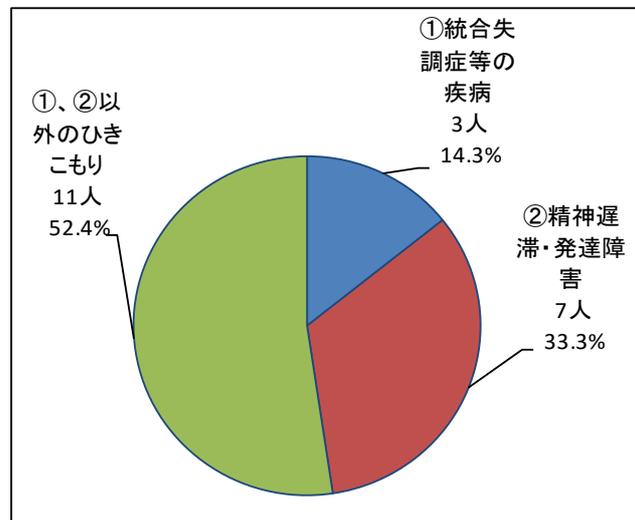
- ・本人からの相談(3)
- ・家族からの相談(3)
- ・親戚からの相談(1)
- ・知人からの相談(2)
- ・関係者からの相談(1)

(3) 継続相談について

① 相談分類(21件中)

継続相談の内、疾病や障害の有無を見てみると、統合失調症等の疾病や精神遅滞・発達障害のないひきこもりの方が、52.4%となっています。

① 統合失調症等の疾病	3
② 精神遅滞・発達障害	7
①、②以外のひきこもり	11
合計	21



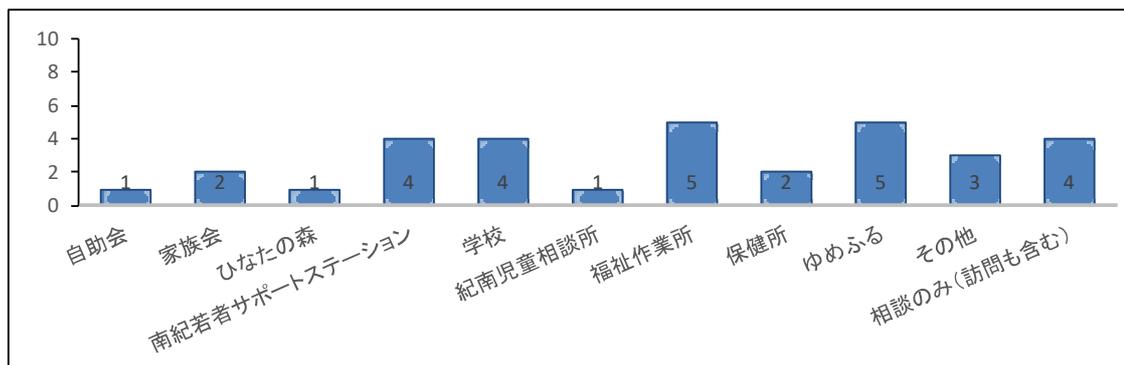
② 相談状況(重複あり)

継続状況は、福祉作業所とゆめふる(障害児・者相談支援センター)が多く、次いで南紀若者サポートステーション、学校、相談のみとなっています。

自 助 会	1
家 族 会	2
ひ な た の 森	1
南紀若者サポートステーション	4
学 校	4
紀 南 児 童 相 談 所	1
福 祉 作 業 所	5
保 健 所	2
ゆ め ふ る	5
そ の 他	3
相 談 の み (訪 問 も 含 む)	4

※ 相談のみ(訪問も含む)は、ひきこもり相談窓口の相談のみで自助会や他の支援を利用していない方。
 ※ その他の内訳は、他府県ひきこもり支援機関(1)福祉サービス利用(2)

※ 医療機関を定期的に受診されている方は、10件。

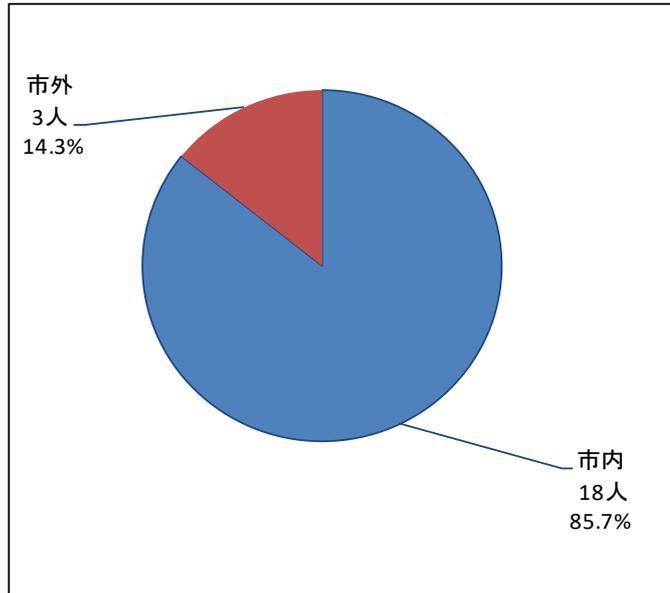


Ⅱ-1. 相談実績

③ 継続居住別(21件中)

居住地別では、市内が85.7%、市外が14.3%となっています。

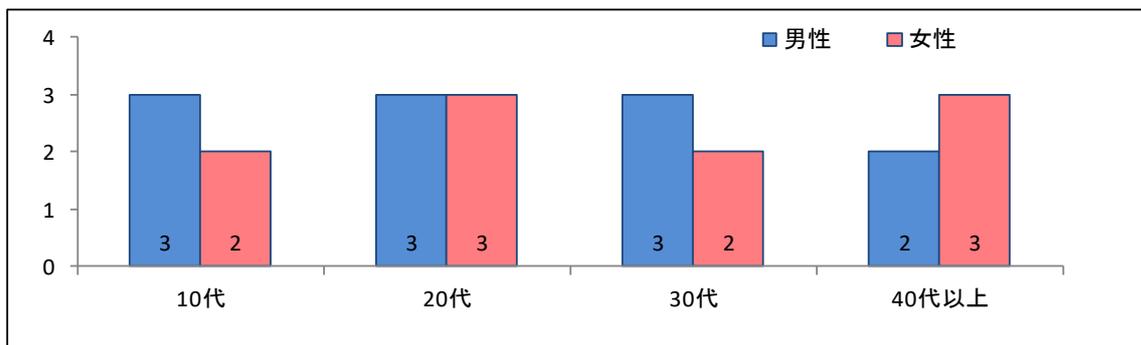
	人	%
市内	18	85.7
市外	3	14.3
合計	21	



④ 継続年代別男女別件数(21件中)

年代別に見ると、20代が6人で、10代、30代、40代以上がそれぞれ5人となっています。

	10代	20代	30代	40代以上	合計	%
男性	3	3	3	2	11	52.4
女性	2	3	2	3	10	47.6
合計	5	6	5	5	21	
%	23.8	28.6	23.8	23.8		



Ⅱ-2. 支援の報告

(1) 家族会(原則月1回)

ほっこり会(ひきこもり家族の会)実績

(平成16年4月より自主運営)

実施日	内 容	出 席 者				実数	参加家族数	対象家族数
		父	母	その他関係者	窓口			
H29.4.11	話し合い	0	4	1	2	7	4	4
H29.5.9	話し合い	0	2	0	2	4	2	
H29.6.13	話し合い	0	4	1	2	7	4	
H29.7.11	話し合い	0	4	1	2	7	4	
H29.9.12	話し合い	0	4	1	2	7	4	
H29.10.10	話し合い	0	4	2	2	8	4	
H29.11.14	話し合い	0	0	0	0	0	0	
H29.12.12	話し合い	0	0	0	0	0	0	
H30.1.9	話し合い	0	2	1	2	5	2	
H30.2.13	話し合い	0	1	0	2	3	1	
H30.3.13	話し合い	0	0	0	0	0	0	

(2) 青年自助会実績(原則月2回)

実施日	内 容	出席者	窓口	実施日	内 容	出席者	窓口
H29.4.28	ジグソーパズル作り	1	2	H29.10.6	手 芸	1	2
H29.5.19	手 芸	1	1	H29.12.1	年 賀 状 作 り	1	2
H29.6.16	手 芸	1	2	H29.12.15	年 賀 状 作 り	1	2
H29.7.21	江 川 散 策	1	2	H30.1.19	話 し 合 い	1	1
H29.8.18	茶 話 会	1	2	H30.2.2	手 芸	1	2
H29.9.15	工 作	1	2	H30.2.16	手 芸	1	2
				H30.3.2	手 芸	1	2
				H30.3.16	話 し 合 い	1	2

(3) 啓発活動・視察・問い合わせ

○ 啓発活動

日 付	内 容	人 数
H29.6.27	大塔地区民生児童委員協議会	14名
H29.8.30	南紀高校全体研修会	49名

○ 視察

H30.1.10	鹿児島県日置市 市議会議員	4名
----------	---------------	----

○ 問い合わせ

聖徳大学 短期大学部	みなべ町役場
------------	--------

(4) ひきこもり支援啓発講演会

- 主催：田辺市ひきこもり検討委員会/田辺市/和歌山県子ども・若者支援地域協議会
共催：若者サポートステーション With You 南紀
後援：NPO 法人ハートツリー/田辺市教育委員会
田辺市社会福祉協議会/田辺保健所/(公社)白浜・田辺青年会議所
紀伊民報社/(株)和歌山放送/FM TANABE(株)
- 日時：平成 29 年 11 月 18 日(土)
- 第 1 部：演題：「ひきこもり支援啓発講演会」～若い人の生きるを支える～
講師：NPO 法人さいたまユースサポートネット代表
青砥 恭 氏
- 第 2 部：2016 年春季全国高校演劇研究大会出場作品
演劇「幸と歩」串本古座高校演劇部オリジナル作品
- 参加者：98 名(ひきこもり検討委員・関係者・事務局含む)



【講演内容】

皆さんこんにちは。

僕は、もともと教師で教育社会学系の研究者で民間の支援者、そういう立場でお話しさせていただきます。

ロバート・D・パットナムの「われらの子ども」というタイトルの本を学生たちと読んでいます。なぜ、この本の話かという、今日の講演会のタイトルが「若い人の生きるを支える」なので、「ひきこもりの若者たち」、「貧困」というカテゴリーだけでなく、本当に若い人が生きていくことを支えるという社会が、我々にとってどれほど重要なのかということをお話し、今後の社会の在り方を考えたいと思います。

「われらの子ども」は面白い本で、ロバート・D・パットナムという政治学者がアメリカ合衆国のオハイオ州ポートクリントンという町の 1950 年代の話を書いています。

アメリカでは、卒業式はなく、だいたい卒業パーティーがあります。150 人の高校生が卒業するポートクリントン高校の卒業パーティーに 6,500 人の住民のうちの 1,150 人、ざっと 6 人に 1 人の住民が参加してお祝いする。住民のみんなで卒業生を送り出す。「この子たちは、私たちの子。地域の子もたち」と住民たちが考えていました。

そんな時代に卒業した 150 人の中にドンという若者がいました。

ドンのお父さん、お母さんの学歴はそんなにありません。父親は工場労働者で、生活は豊かではありません。貧困層だけど自宅はありますが車はありません。日曜日になると必ず教会に行く。そんな家族です。学校ではフットボールや勉強で頑張っていたので教会の牧師さんたちに進学を勧められ、町で会った工場の社長の奥さんに援助をもらい大学で学びます。卒業後、神学校に通い、ドンはこの町の牧師さんになって、町の仕事をしながら人生を送るというひとつの物語です。6,500 人いた 1950 年のその町の風景は、工場働きながら、貧しいけれども家族を支えることができていました。そして、町の子もたちや生活を多くの住民が互いに知っていました。

ところが 50 年後、2010 年になるとポートクリントンの町は大きく装いを変えています。

ひとつはこの町を支えていた工場はすでに閉鎖され、多くの住民にとって働く場所が失われています。次は、2010年にポートクリントンの高校を卒業したデービットという若者の話です。

デービットの人生は厳しいものでした。彼は8人きょうだいがいます。ただ、ほとんどは異母きょうだいです。父親はトラックの運転手など仕事は転々としました。今は強盗などで刑務所に収監されています。そのお父さんが、いろんな女性に産ませた子供が8人いるのです。

デービットは高校を卒業しましたが、いろいろ逮捕歴もあるので、アルバイトの仕事しかありません。しかし、デービットは、親たちの状況は最悪で、この境遇から抜け出すためには学歴が必要ですが、そのための金もない、貧しさから抜け出るには助けてくれる人はいない、と考えています。「自分はいつも負け犬」と自嘲的に話します。

そのデービットが暮らしている現在のポートクリントンの町は、エリー湖岸には富裕層の住宅が並んでいて、みんながみんな貧しいわけではありません。ところが町の中には貧困層の人たちが住むアパート群があります。

1950年のドンが暮らしていた町では、ドンがどういう暮らしをしていて、どういうふうにかんばっているかが多くの人から見えていました。

2010年になると富裕層は富裕層の中で暮らし、貧困層は貧困層の社会。デービットなど孤立して生きる貧困層の若者に興味を持ってくれる人はいません。どんなに頑張りたいと思っても手を差し伸べてくれる人は誰もいないのです。

これは21世紀のアメリカ社会の話ですが、トランプが大統領に当選したその背景には、そういう格差が拡大し続けるアメリカ社会の現実があると思います。

もう1冊、「子どもたちの階級闘争」を紹介します。著者のプレイディ美香子さんは、イギリスで暮らす保育士さんです。

1997年頃イギリスの子どもの貧困率は20パーセント。そこに一つの政策として出てきたのが「無料保育園」でした。そこを舞台に、貧困、社会格差の中で孤立する親たちや外国から来た移民、難民の人々の暮らしをプレイディ美香子さんが書いたものです。

イギリスには北アフリカや中東から多くの人々が移住して来ます。難民や移民などロンドンの下町の無料保育園にもたくさんいます。言葉も違います。そういう無料保育園でしたが、彼女がちょっとこの仕事を離れた3、4年の間にフードバンクに変わってしまいました。貧困層の人たちに、食料を無料で配給する場になりました。政権が変わり、貧困対策に対する予算をカットしたためです。無料保育園を閉鎖して、代わりにできたのがフードバンクです。子どもたちを育てるためにできた施設が、地域に貧困層が大量にうまれて、ホームレスの食糧配給所となってしまいました。プレイディ美香子さんは、この本でイギリス社会における格差の拡大を伝えています。

イギリスの映画監督、ケンローチの「私はダニエルブレイク」という映画をご存知ですか。ひとり、必死になって生きている若いシングルマザー。もうひとり、中年のおじさんで自分は一生懸命働いてきたんだけど、奥さんが亡くなって一人になって、生きている意味を感じなくなってしまった中高年の男性、この二人の物語です。

この映画の最初のシーンで、彼女がフードバンクで袋に入れた食糧をもらいます。その入口を出たところで、その食料の袋に手をつっ込んで自分の口に詰め込むシーンがあるのです。このお母さんは飢えていたのです。

このような映画を観ていて、僕らが今やっている活動というのは、こういう社会の変化と全く無縁ではないです。僕らがこの活動をするとき、何を目標に若者支援を始めたかと簡単に言うと「この社会はこのままでいいのでしょうか」という問題提起です。ただ一人の子どもを救いあげていくことだけで解決ではないです。次から次へとしんどい子たちがいます。連鎖とよく言われ、どこかでその場で貧困連鎖を断つとよく言いますが、その子の貧困の連鎖

を断つだけでは解決しないわけですね。社会の在り方を変える。こんな格差が存在する社会でいいのですかね。

先ほどロバート・D・パットナムの話をしましたけれど、僕らの人生そのものなんですね。

僕らが子供のころ育った時代は、高度成長期で日本の社会は右肩上がりでした。この社会は豊かになるだろうとみんなが感じながら生きていました。

今の若者たちに、君たちの社会は素晴らしいと僕たちは自信を持って語れるでしょうか。アメリカでもそうです。プレイディ美香子さんのイギリスでもそうです。こんな社会を若者たちに残せますか。

僕たちが子供のころは、小学校の運動会には子どもを持っていないおじいちゃんおばあちゃん、地域の人がいっぱい集まって来て、みんなが手を叩いてがんばってと応援するコミュニティのお祭りでした。おじいちゃんおばあちゃんがそこに集い、自分たちの子じゃない子にまで手を叩いて拍手しながら、がんばれがんばれと言う。まさにコミュニティと共同体験、みんなが子どもひとりひとり、家族の喜びを地域全体の喜びに変えているということだと思ふのです。僕はそこが今一番この社会では欠けているのではないかと思います。一人の喜びをみんなが分かち合って、地域全体の喜びにしようじゃないかとできるそういう取り組みが欠けているのではないかと思います。ひとりひとりが競い、今は一人が勝てば、あとみんな沈んでしまう、そういうことになってしまっているのではないかと思います。それでは、もっとも子どもたちが生きにくくなってしまっているのではないかと思います。

法哲学の研究者の井上達夫さんが「政治体制の正当性は、その体制の下で優遇されるものの視点以上に不利に扱われるものの視点から問いただされなければならない」といいます。これは、社会で最も弱い人に政治は行われなければならない、という意味です。

僕はそこで若者への支援は、同情してお金をあげるのではない、若者たちが活躍できる場を作ることだと思います。そのための条件整備をしていく必要があります。

日本では、18歳から選挙権を認められていますが、若者たちの投票率は低い。なぜ日本の若者は投票に行かないのでしょうか。彼らに投票することによって、自分たちの生活が変わるといふ政策があるのでしょうか。

あなたは、他者と社会に対して信頼していますかという質問をすると、日本と北欧の若者は真逆になります。北欧の若者は「信頼しています」が7割、日本の若者は3割です。日本と韓国は似ていますが、韓国の方が信頼度が高い。それはなぜでしょうか。

日本では、社会や他者に対する信頼度がなぜ低いのか。僕が考える一番大きな問題は、子どもたちが、共同して何かを作りあげる体験が少ないということです。他者と共同で何かを作り出す、他者と一緒に共同で生活する、そういう体験をしないと他者に対する信頼感・安心感が作れないんじゃないかという気がしています。

僕らの団体の所には、ひきこもりだったり、不登校だったり、ホームレスだった若者も来ます。発達障害、統合失調症、知的障害そういう若者たちも来ています。居場所で共同生活をしています。10時から夕方まで、ご飯を作ったり勉強したりいろんなプログラムをしています。

そこで若者たちと話していて感じる彼らの課題は、他者と共同して一緒に何かをやったという体験が少ないことです。ましてや僕が経験したような、地域の運動会で、一生懸命走って地域の人たちに、「がんばれ、がんばれ」と言ってもらったような経験はありません。

僕は、高校の教員を20年間やりました。1983年に教師になりました。ある職業高校の1年生48人のクラスの担任でした。48人に1人の教師。48人いて、その子がどれくらい成果を達成できたか、そんなの全部見えるわけがありません。

日本社会は、子どもたちにとって、中学を卒業するくらいまでは、教師も親も熱く子どもたちと向き合う必要があります。それができているだろうかと疑問に思います。

自分の未来に希望を失ってしまった若者たちの事件をいくつか紹介します。

埼玉県秩父の山の手前に東松山の町があります。その川で、1人の16歳の少年が死にました。県内の定時制高校中退生です。加害者は、定時制高校中退2人。あと3人は中学生で3人とも不登校でした。事件後、子どもたちが在籍していた中学校では大慌てで全校集会を開いて、「命を大切に下さい。」と校長先生が話しました。

その時、僕はいくつかの新聞社から、この事件について問い合わせを受けました。僕は、全校集会を開いて解決になるのか、なぜこの子は死んだのか、なぜこの子たちは属する集団がそこしかなかったのですか、というお話をしました。

しばらくして、県の教育委員会は「定時制高校生徒に面談・SST・社会体験で課題を見つける」というプログラムを作って、学校で生徒と対応してほしい、という依頼がありました。

教育委員会が学校内の事業を民間団体に依頼するという事は、画期的なことです。僕の団体では、定時制高校の元教員や中学で教育相談をやっていた元教員らをお願いして、1校を3~4日ずつ回りました。埼玉県立の南部の定時制高校の全生徒に面談をしました。その中には、ある通信制と定時制併設の学校の16歳の女子生徒がいました。廊下だったので話しかけたところ、はじめは話すことなどないと言っていましたが、「ちょっとくらい時間がないか」と誘うと「少しくらいなら」と来てくれました。

その子は、手の甲に大きなあざがありました。後から「父親から焼かれた痕」だと話してくれました。その後、自宅では暮らすことが出来ず、今はアルバイトで1人暮らして、その学校に入りました。「児童相談所に駆け込む」、という知識はなく、逃げたのです。その子は、翌日もまた来ました。女性スタッフといろいろな話をし、4日間の面談日に4日ともやって来ました。そんな生徒たちをどう支援すればいいかということ、今考えているところです。

ぼくたちのNPOはそんな若者たち、行き場がない、帰属するコミュニティを持たない、居場所がない、孤立する若者なら誰でも参加できる居場所を開いています。「たまりば」というボランティアの居場所です。毎回、50人から60人の利用者とボランティアが集まってきます。

もう1ヶ所、さいたま市が設立し私たちの団体が運営する「さいたま市若者自立支援ルーム」があります。月曜日から金曜日、毎日開室しています。毎日、30人を超える若者たちがやってきますが、そこに1人の中学生が参加しています。乳児院から養護施設を転々としています。里親さんのところでも暮らしましたが、自分の人生にどうしても納得できない。

「高校に行って卒業したら、専門学校か短大に行って、応援するから一緒に頑張ろう」と、何とか、頑張らせようとするのですが、「どうせ私は死ぬんだからいい」と言います。

その子に対してどうやって支えていけばよいか、本当に難しい。簡単なものではありません。子どものころから、体験が非常に少ない。体験が少ないことは言葉の少なさにも連動します。学力にも影響します。これから、どう支えていけばよいか。そのような子たちがものすごく多くいます。

しかも、支えが必要な子の課題は一つではないのです。ひきこもりや、不登校の子たち、色々なバックグラウンドを持っています。いくつものリスクを持っている子を私たちが受け止めるためには、どういシステムが必要なのか。課題は一つではありません。発達障害がある、学力が低い、勉強すれば何とかなるというだけではありません。お金の無い子に現金給付すれば何とかなるというものではありません。そういう子たちをどう支えていくか。

たとえば、少年院にいたことのある25歳のA君です。父親は幼児期に事故で死にました。母は仕事で夜はいない。子ども3人とも非行化しました。

あるきっかけで、生活保護のケースワーカーさんが彼を保護しました。今彼は、僕の知り合いの会社で、働いています。家族は、母親と姉と弟がいます、4人家族です。彼が家族を

みる、しかし、共倒れにならないように我々も支えます。

家族の中にいろんな問題があります、どういう風に支えていくか、1人でも支えられれば何とかなるといふ気がしているといふか、本音はそれしかやりようがないといふことです。

ひきこもりにも、いろんな課題を持った若者たちがいます。日本の企業の中で働くことの大変さ、日本の競争社会の中についていけない子もいます。1学期に1回ある中間・期末テストを、毎月やる学校もあります。小学生や中学生で、毎月テストがあると受けられる子と受けられない子がいます。精神的に耐えられる子と耐えられない子がいるのです。そういうふうに進んでいくのは、どうなのでしょう。ストレスをかけるなら、フォローできるようにする必要があります。かける一方ではいけない、一言でいえば優しくないと感じます。

今の社会の中で、子どもたちがどういう重さを感じて生きているのか考えていただければと思います。私たちの団体がやっている居場所の活動の紹介です。

居場所は多くの多様な若者たちやボランティアの方々が会う場です。私たちは社会の支援やコミュニティに参加することが難しい若者たちが交流したり、社会への窓口へつながる場です。多くのボランティアの人たちに協力してもらいながら活動しています。

ありがとうございました。

【質疑応答】

Q: コミュニティで支えあう仕組みや、体験を共にすることで他者への信頼感を身につけることが弱くなっている部分があるとお伺いしたが、これから先、他者への信頼をあらためて身につけていくためにどういったことを大事にしていけばよいか。

A: いろんな体験を積み重ねることが必要です。地域の中で一緒にやるという場を作ってきました。一番の問題は共同体験の少なさ。地域の中で体験をたくさんさせる。いっしょにやったり、この社会に生きててよかったなと思えるような体験をさせることが大切と考えます。

※ パワーポイント資料は、写真等あるため、掲載していません。

(5) 田辺市ひきこもり検討委員会(平成 29 年度)議題

(出席者はひきこもり検討委員の人数)

第 1 回(H 29. 4. 22) 出席者 24 名	第 2 回(H 29. 10. 28) 出席者 20 名
<ul style="list-style-type: none"> ・ 委員自己紹介 ・ 委員改選 ・ 田辺市のひきこもり支援について 平成 28 年度事業報告 平成 29 年度事業計画 ・ その他 関係機関の紹介および意見交換 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 平成 29 年度上半期事業報告 ・ 平成 29 年度下半期事業計画 ・ 関係機関からの報告 ・ 研修会 『対人援助の相互を支えるもの』 ～専門職として、そして生身の人として～ 医療法人社団 緑の茶会 クリニックわろうだ 院長 山田 秀世氏 

小委員会(平成 29 年度)議題(出席者はひきこもり検討小委員の人数)

第 1 回(H 29. 5. 11) 出席者 12 名	第 6 回(H 29. 11. 9) 出席者 9 名
<ul style="list-style-type: none"> ・ 小委員会での内容について ・ 講演会について 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 講演会について ・ 支援の報告 ・ 高校訪問について
第 2 回(H 29. 6. 8) 出席者 10 名	第 7 回(H 29. 12. 14) 出席者 7 名
<ul style="list-style-type: none"> ・ 支援の報告 ・ 講演会について ・ 平成 29 年度小委員会での取組について 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 平成 29 年度講演会について ・ 平成 30 年度講演会について ・ ひきこもり支援PRについて
第 3 回(H 29. 7. 13) 出席者 10 名	第 8 回(H 30. 1. 11) 出席者 9 名
<ul style="list-style-type: none"> ・ 第2回ひきこもり検討委員会につて ・ ひきこもり支援PRの方法について ・ 講演会について 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 講演会について ・ 支援の報告 ・ 動機付け面接法の紹介
第 4 回(H 29. 8. 10) 出席者 7 名	第 9 回(H 30. 2. 8) 出席者 9 名
<ul style="list-style-type: none"> ・ 第2回ひきこもり検討委員会について ・ 支援の報告 ・ 講演会について ・ 中学校での取組について 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 平成 30 年度講演会講師について ・ 平成 28 年度相談集計から ・ 平成 30 年度事業計画 ・ 平成 29 年度まとめの冊子について
第 5 回(H 29. 9. 14) 出席者 10 名	第 10 回(H 30. 3. 8) 出席者 8 名
<ul style="list-style-type: none"> ・ 講演会について ・ 支援の報告 ・ 平成 28 年度相談集計結果 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 平成 30 年度 事業計画 ・ 支援の報告

(6) 中学校での取組について

【経緯】

ひきこもってしまうと、そこから抜け出すのは容易ではなく、ひきこもり支援においてはその予防及び早期支援が重要課題となる。しかし、いざ、ひきこもり状態になった時、専門家に相談した経験のない方や相談機関についてあまり知識のない方が実際に相談機関へ足を運ぶハードルは高い。ひきこもり状態になった場合、あるいは不適應状態になったとき、どのような支援を受けることができるのかを中学校や高校などの在学中に知ってもらい、相談への心理的なハードルを下げてもらうことで、早期支援が可能になると考えられる。

相談機関を周知させる具体的取り組みとして、中学生や高校生など 10 代の生徒に対してPRすることが将来のひきこもり予防に効果的であると考え、平成 26 年度に市内の A 中学校の協力を得て試行した。A 中学校での取り組みが参加生徒たちに良い効果をもたらしたことが感想文やその後のクラスの様子などから示唆されたので、平成 27 年度以降協力校を増やして実施することとなった。平成 27 年度は、2 校(B 中学校と C 中学校)、平成 28 年度は 3 校(B 中学校、D 中学校、E 中学校)、平成 29 年度は 1 校(F 中学校)で取り組みを行うこととなった。

【目的】

- ・相談機関の周知を図る。
- ・将来の自分はどのように生きていきたいかグループの中で考えることにより、楽しみながら自己理解と他者理解を深め、心理的成長の機会とする。

【方法】

過去・現在・未来の人生グラフを描き、人生に関連した写真、気に入った写真を雑誌から切り抜いてコラージュする「人生グラフ with コラージュ」(LGT+C) (徳島文理大学人間生活学部心理学科講師:東 知幸氏考案)というエクササイズを活用したワークショップ(体験学習)を行う。ワークショップのまとめの中で、将来ひきこもりや不適應状態になったときの対処として、相談機関の紹介を行う。

《所要時間:110 分》

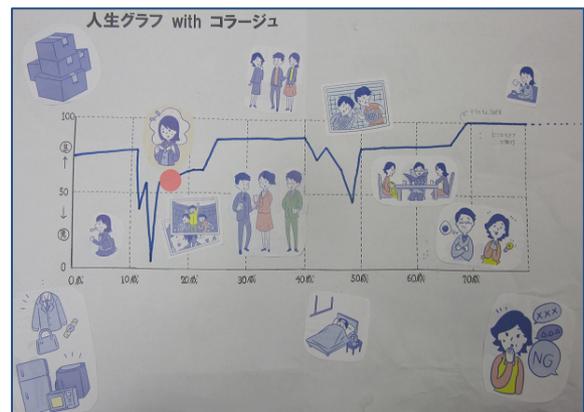
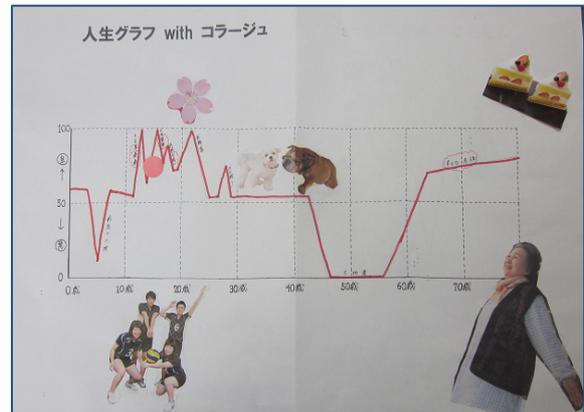
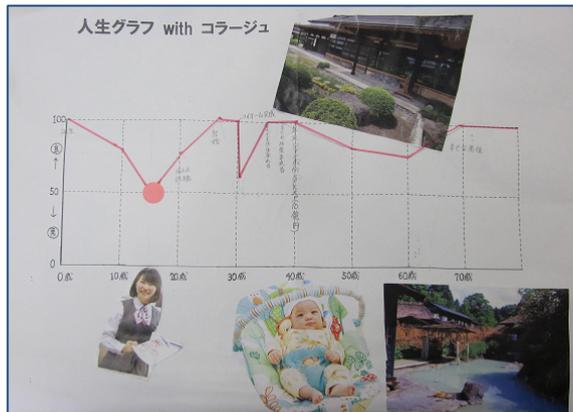
- ①イントロダクション(10 分)
- ②エクササイズ:グループに分かれて、LGT+C の制作を行う(休憩込で 60 分)
- ③シェアリング:グループ内で一人ずつ順番に作品の紹介を行う(15 分)
- ④まとめ、相談機関の紹介(15 分)
- ⑤感想文記入(10 分)

【実施】

○ 市内F中学校

日 時 : 平成 29 年 7 月 10 日 (月)
 対 象 者 : 3 年 生
 参 加 者 : 13 名
 ス タ ッ フ : 学 校 職 員 (5 名)、ひきこもり検討委員 (2 名)
 ひきこもり相談窓口 (2 名)

《生徒の作品》



II-2. 支援の報告

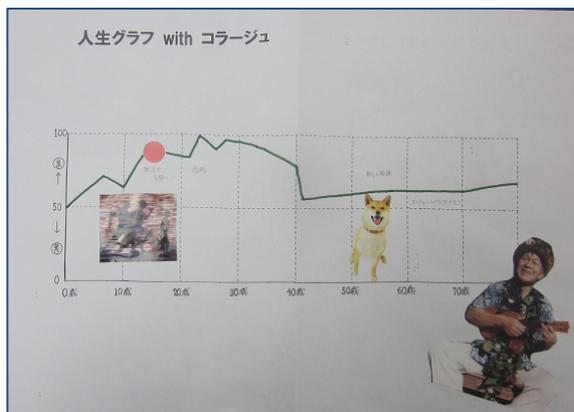
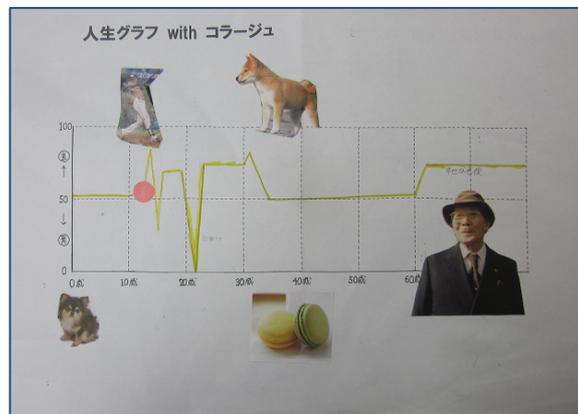
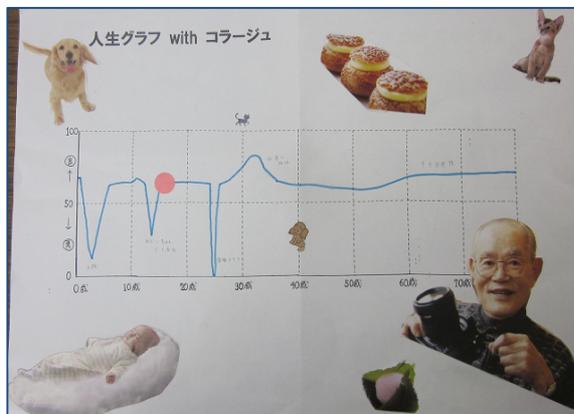
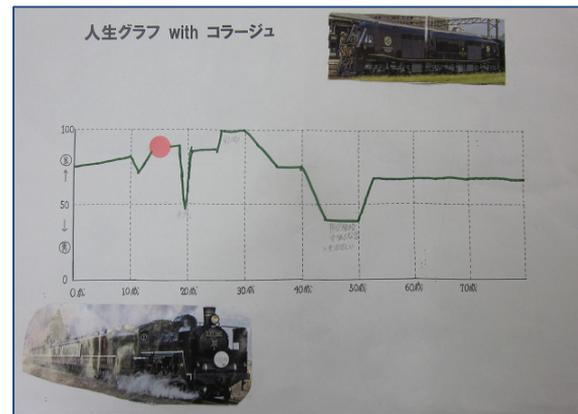
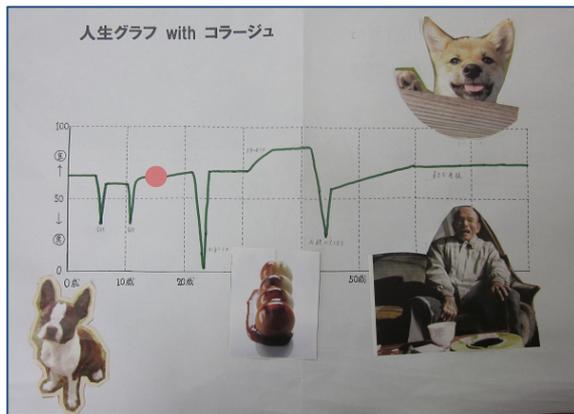
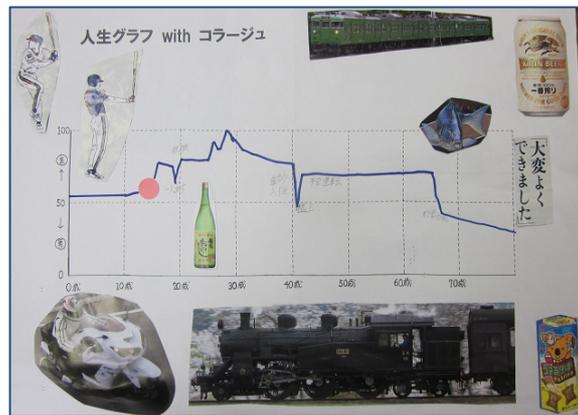
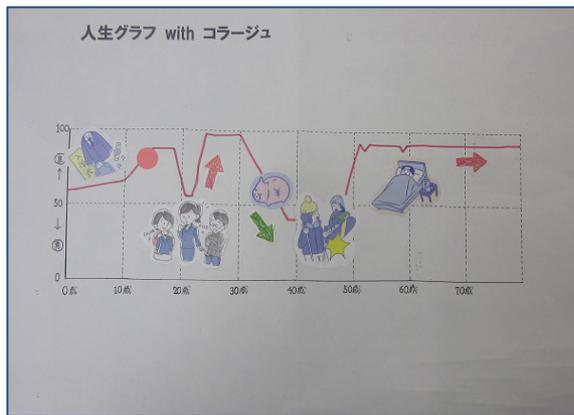


表 1 参加生徒の感想文

ID102 グループで、他の人の人生のカラージュを見たとき、いろいろな人生がありました。これから、大人になってしんどくなることもあると思うけど、楽しいこともたくさんありそうです。今の自分を大切にしていこうと思いました。今日、カラージュした人生のような人生になるようにしたいです。

ID103 今回のグループワークで、自分は他の人のカラージュを見て、名々が全く違う考えを持っているんだと深く感じました。こういう時間は自分の人生について深く考えることができる大切な時間だなと思いました。

ID104 自分の将来をこんなに考えたことはあまりなかったので、良い機会になったと思います。グループで発表するのは、自分と違う考えを知ることができたので良かったです。自分の将来に希望が持てました。

ID105 「人生グラフ with カラージュ」なかなか自分でも人生について考えることはあまり無かったのですが、今回の授業で、みんなの今後などを見て、色々あるなあと楽しませて頂きました。人生は山あり谷あり、未来とは何があるか分からない、そういう事も考えながら生きていくのも良いなと感じました。今日は、お忙しい中、私たちのためにありがとうございました。

ID106 みんなと話をしながらこれからの人生や過去のことを考えることができるとも楽しかったです。これから楽しいことがある分辛いこともたくさんあると思うので 1 人でかかえこまず、誰かに相談をしようと思います。

ID107 僕は今日、この授業を受けて、少し自分の将来に希望を持つことができた。最初は少し緊張していたが、途中からは自分の将来を楽しく考えることができた。目標をたてることは大事だと思った。

ID108 自分の人生を想像するのは難しいが楽しい。他の人の人生の想像を聞いたり、見たりしていても、こんな人生を歩みたいんだなと思った。

ID109 自分の過去のことは分かっても、未来についてのグラフを書くのは難しかった。特に、20代・30代～は、結婚するとか、仕事につくとかを表すのが難しかった。良い方や悪い方にも考えるのも良いと思った。みんなの人生の予想が聞けて、とても楽しかった。自分の人生を考えのは、楽しかった。

ID110 今回のグループワークを通して、これからの人生、今までの人生、そして、自分自身についても深く考えることができました。「人生は山あり、谷あり」その言葉通り、様々な事があると思います。壁にあたった時は、一人で悩まず、周りの人と協力して乗り越えていこうと思います。

ID111 自分の未来をえがく事は、おもしろかったです。みんなの未来も知る事ができてよかったです。中には、おもしろい未来があって、みんなの未来を知る事はおもしろい事が分かりました。

ID112 今回の「人生グラフ with カラージュ」で人生を見直すことができました。カラージュで自分の人生を表現して楽しかったです。生きている間、いつか良い時、悪い時があるの

で生きていることを大切にしたいです。

ID113 今日は、自分の人生を 1 本のグラフに表すということをやってみて、最初は自分の人生って「どんなに表したらいいんだろう」と少し不安もあったけれど、やってみると見本もあって、自分の過去や未来を表してみるのはとてもおもしろかったです。グループの中での発表も、自分とグラフが一緒という人はいなくて、自分には自分だけの過去やこれからはあるんだと改めて感じました。自分の人生のグラフを考えるのは、とてもたのしく、やりがいがありました。

ID114 他の人のグラフと自分のグラフが全然違ったので、びっくりしました。どんなグラフにしようか考えるのに時間がかかってしまいました。

「人生グラフ with コラージュ」を用いたグループワークの調査結果

東 知幸(徳島文理大学)

2017.7.13

目的

「人生グラフ with コラージュ」を用いたグループワーク(GW)が参加生徒に与えた心理的効果を調査する。

方法

日時 2017年7月10日(月) 3-4限(110分)

GW参加者 3年生13名、全員から調査協力が得られた。

スタッフ 9名(ひきこもり検討委員2名、ひきこもり相談窓口担当者2名、中学校教員5名)

手続き ①GWの趣旨説明(5分)、②調査の趣旨説明および気分状態を測定するTMSテスト¹⁾の実施(5分)、③「人生グラフ with コラージュ」制作方法の説明(5分)、④作品の制作(60分)、⑤作品の発表(15分)、⑥まとめと支援機関の紹介(10分)、⑦TMSテストと感想文の実施(10分)

分析方法 ①感想文の分析、②GW前後に実施されたTMSテストの得点について対応のある t 検定(両側検定)で分析した。有意水準は5%とした。

結果と考察

①感想文の分析

参加生徒の感想文(※原文のまま)を表1に示した。『みんなの人生の予想が聞けて、とても楽しかった。自分の人生を考えるのは、楽しかった』(ID109)、『自分の人生のグラフを考えるのは、とてもたのしく、やりがいがありました。』(ID113)など、『楽しかった』という記述が多いことから、生徒は楽しみながらワークに参加していたと考えられる。

また、『これから楽しいことがある分辛いこともたくさんあると思うので1人でかかえこまず、誰かに相談をしようと思います。』(ID106)、『壁にあたった時は、一人で悩まず、周りの人と協力して乗り越えていこうと思います』(ID110)という記述などから、生徒たちは困ったときに相談できる場があることを知り、相談意欲を高めたと考えられる。

さらに、『自分の将来に希望が持てました』(ID104)、『今日、コラージュした人生のような人生になるようにしたいです。』(ID102)という記述などから、生徒たちは将来への期待感を高め、それに向けてやる気も高めたと推測される。

②TMSテストの分析

GW前後のTMSテストの否定的気分得点(総合得点)の変化を図1に示した。GW前の否定的気分得点の平均値は12.62点($SD=6.87$)であったが、GW後には6.46点($SD=4.01$)へと有意に改善していた($t(12) = 5.58, p < 0.001, \text{Glass's } \Delta = 0.90$)。次に、GW前後の気

分の詳細な変化を図2に示した。GW前後で有意に「活気」が高まり、心理的「混乱」が有意に改善していた。以上のことから、生徒たちの気分状態はGW前から比較的良かったが、GW後には一層良い気分になったことが示唆される。

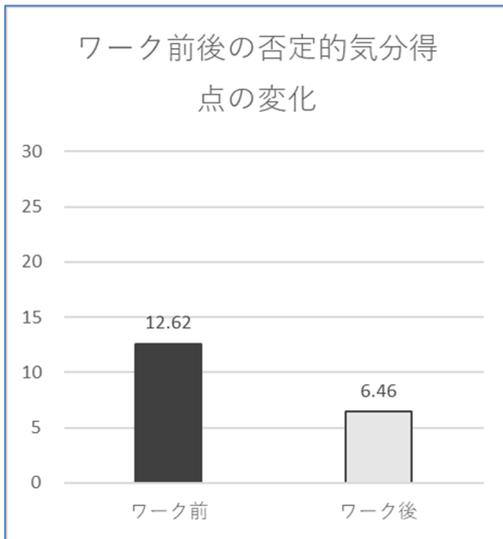


図1 ワーク前後の否定的気分得点の変化(N=13)
 ※否定的気分得点=緊張+抑鬱+怒り+混乱+疲労-活気

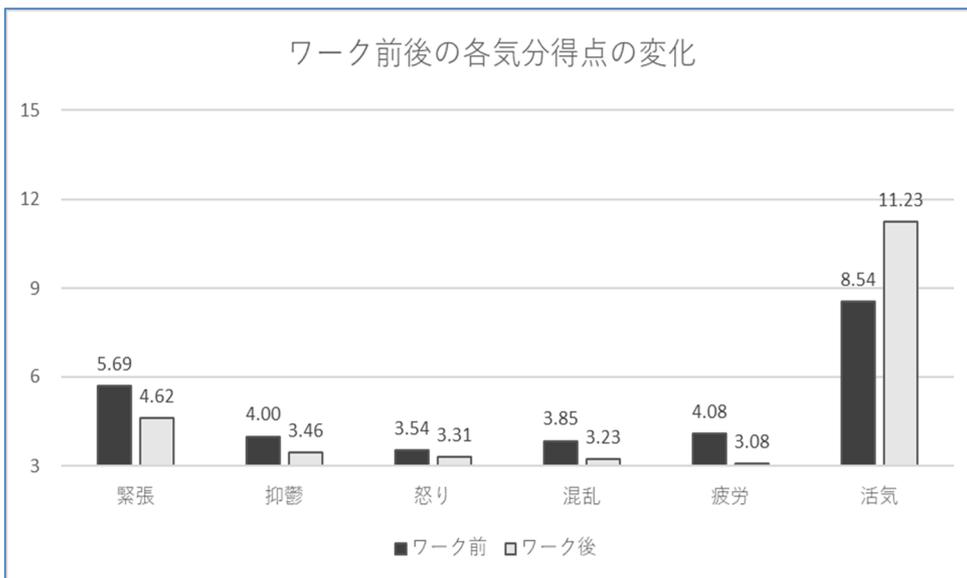


図2 ワーク前後の各気分得点の変化(N=13)

文献

- 1) 徳田完二(2011). 一時的気分尺度(TMS)の妥当性. 立命館人間科学研究, 22, 1-6.



(7) ひきこもり検討委員会 研修会

『対人援助の相互を支えるもの』
～専門職として、そして生身の人として～

講 師 : 医療法人社団 ほっとステーション
クリニックわろうだ 院長 山田 秀世 氏
日 時 : 平成 29 年 10 月 28 日(土)
参加者 : 29 人(事務局含む)



これまでに学んできた体験の数々をお話します。

1. 来談者中心療法と動機づけ面接法

- ① 来談者中心療法は、言語的・対人支援の基礎の基礎。
- ② 動機づけ面接法は、来談者中心療法が進化したような形。
禁煙指導、糖尿の食事指導、薬物依存や難しい人に対応する中で効果を上げて
いる。依存・嗜癖は多くセラピストは嫌がる。そこで役に立って効果を上げている
ということがすごい。
- ③ 簡単に学べて効果が大きい。

2. 薬物療法中心の典型的な精神医療

- ① 薬を飲んでいるからこの人病気と、薬物療法の誤解や無理解が多い。
- ② 薬は頼るのではなく上手に使っていくことが大事。
- ③ ハサミと薬は状態に応じた使い方次第。
- ④ 副作用とともに主作用も知っておく。
副作用の反対語は効果。効果のことを忘れて、副作用ばかり考えてはならない。
- ⑤ 自然回復力の復活を刺激し促進。
薬は使い方によって有益。必要に応じて薬を使うと自然回復力が復活する。夜眠
れてないとストレスに対する耐性は極端に落ちる。ちょっといい眠剤を飲んで睡眠
を確保できると上手に対処できるようになる。あまりに神経過敏な人は薬をちょっ
と使って、緊張がちょっと軽くなると、どこかに行くことができ、乗り越えていけるこ
ともある。サポートとして使っていく。
- ⑥ 「服薬中止＝治癒」ではない。
症状が落ち着いていても再燃予防に少しでも服薬していたほうがよい。
- ⑦ きれいごとでは片付かない。
現場で悲惨な思いをすときれいごととは言えなくなる。

3. 神経質ケアの森田療法的なアプローチ。

- ① 症状がなくなることを最優先しない。
大事なのは、症状があることによって必要な行動や生活が後退していることが問
題。

- ② 問題や障害を抱えつつ、そのまま生活、人生を豊かにしていく。
ひきこもったら、ひきこもったままで、今の状況でどんなふうに住生活を送るか。
- ③ 気分や症状といった内面よりも事実や現実などの外面を重視する視点が逆に内面の充実をもたらすという逆説的な発想。

4. スタンスとしてのアドラー心理学

社会に向けて積極的な感心が大事。個人を優先させたければ社会に目を向けると自分自身の苦しみは小さくなっていく。

アドラー: その時のその人の精神状態に見合ったような過去の記憶を引き出す元気であるかのようにふるまうと元気になっていく。

逆境をどう補うかがその人の生きざまを決定していく。

5. 家族・集団・戦略を考えるブリーフセラピー的な発想と接近

- ① 1対1の取り組みで停滞したときは家族や仲間と一緒に対応する。
- ② 人間は集団の中でこそ成長し変化する動物である。
- ③ その人の持つリソース(資源)をフル活用していく。
宗教はチャンス、その話を聞くとどんどん話してくれる。

6. うつ状態の回復支援のためのリワーク

- ・ 朝から午後まで、週3~5日参加して復職の心と身体の準備状態を整える。
臨床心理士、看護師、精神保健福祉士、医師ら他職種スタッフが朝から夕方まで観察・関与して復帰に備え上司との交渉や家族との調整も実施する。
- ・ 鬱だけでなく治るが、基本的な挨拶ができないとか、発達障害の要因を多々持っている人がいる。こだわりが強いとか、そういうところが不適應の元。
- ・ コーチングで対人関係のスキルを学ぶ。エアロビクスで汗を流す。脳を鍛えたり、体を鍛えたりしている。
- ・ 3か月に1回リワークその人が興味あることをまとめて発表し、質疑応答そんなプログラムがある。
- ・ SST ふつうは7~8人であるが、チャレンジャー、産業医、オブザーバーの3人でやる。
オブザーバーの人が良かったところだけを観察し、伝える。
- ・ リワーク1日に70人から80人来ている。

リワークでなぜ元気になるのか、

- ① 朝、決まったところに通うことで、生活上のリズムと体力が自然と回復。
鬱は治っている。1年寝てると退屈。最初は疲れるのは当然。
- ② 同じ境遇にいる『戦友』ができることで、仲間からの自然な支持と適度な刺激。
- ③ 集団内の行動特性が浮き彫りにされやすく実践的に介入できる。
- ④ 数か月の間、多職種の複数スタッフによってバランスの良い観察と関与が可能
- ⑤ 必要に応じて、スタッフがエージェントとして上司や家族との面談や交渉を実施する。
会社の上司や人事の人は心配している会社との連携することでうまくいくことが多い。
- ⑥ 休養と薬物とカウンセリング以外のストレス対処の技法を学べる。

II-2. 支援の報告

札幌の大通公園メンタルクリニックのリワークカフェ、リワークフィットネス紹介。

リワークSは、少人数で就労経験のない人も参加するクラス。

- ・ 利用者は、男性6割、40代の方が多い。
- ・ 疾患別割合をみると、うつ病の方が半分弱。発達障害、パーソナリティがゆがんだ人、いろんな人がいて、成り立っている。
- ・ 就業状況は、休職6割。休職回数は、1回目が半分占めている。
- ・ 職業分類では 公務員が多い。

朝、混んでる電車に乗って来ることが復職に近い。体で学んでいく。

リワークのなかで、アドラーや森田療法、ブリーフセラピーなどいろんな形で、技法や考え方が総動員されている。

《資料》

 対人援助の相互を支えるもの
～ 専門職として、そして
生身の人として ～

クリニックわろうだ 山田秀世
2017.10.28



ODOBI KEN REWORK OFFICE

 演者がこれまでに学んできた体系の諸々

- 1 来談者中心療法と動機づけ面接
- 2 薬物療法中心の典型的な精神医療
- 3 神経質ケアの森田的なアプローチ
- 4 スタンスとしてのアドラー心理学
- 5 家族・集団・戦略を考えるブリーフ
- 6 リワークでのうつ状態の回復支援



 1 来談者中心療法と動機づけ面接法

- 1 来談者中心(非指示的)療法は
言語的・対人支援の基礎の基礎
- 2 その”進化型”が近年、禁煙指導、
糖尿の食事指導、薬物依存や
矯正領域で普及し始めている
動機づけ面接法MIである
- 3 学び易くて実用的・効果大



 2 薬物療法中心の典型的な精神医療

- 1 薬物療法の誤解、無理解が多い
- 2 クスリは頼るのでなく上手に活用
- 3 薬と薬は状態に応じた使い方次第
- 4 副作用と共に主作用も知っておく
- 5 自然回復力の復活を刺激し促進
- 6 「服薬中止＝治癒」ではない
- 7 きれいごとで片付かない



☀ 3 神経質ケアの森田療法的なアプローチ

- 1 症状がなくなることを最優先しない
- 2 問題や障害が抱えつつ、そのまま生活、人生を豊かにしてゆく
- 3 気分や症状といった内面よりも事実や現実などの外面を重視する視点が、逆に内面の充実をもたらすという逆説的な発想



☀ 4 スタンスとしてのアドラー心理学

- 1 共同体感覚という価値観
- 2 個人優先させたきや社会に関心を
- 3 現在の状況が過去の記憶を規定
- 4 As if 技法など、技法のおもちゃ箱
- 5 逆境(劣等生)をどう補うか がその人の生き様を決定してゆく



☀ 5 家族・集団(システム)・戦略を考える
フリーセラピー的な発想と接近

- 1 1対1の取組みで停滞したときは家族や仲間と一緒に対応する
- 2 人間は集団の中でこそ成長し変化する動物である
- 3 その人の持つリソース(資源)をフル活用してゆく



6 うつ状態の回復支援

のためのリワーク



リワーク(復職支援)施設とは

- ・ オフィス空間に類似した物理的環境の中でデスクワークやグループワーク、運動などのプログラムに朝から午後まで週3~5日参加して復職の心と身体の準備状態を整える
- ・ 臨床心理士、看護師、精神保健福祉士、医師ら多職種スタッフが朝から夕方まで観察・関与して復帰に備え上司との交渉や家族との調整も実施



標準的な3ヶ月のコース



復職を間近に控えたコース



コーチングで対人関係スキルを学ぶ



エアロピクスで良い汗を流しスタミナをつける



復職のときを見据えての体力づくり

プログラムの構成について

- 1. ストレスや不安の対処スキル(技法)を学ぶ
- 2. 対人スキル訓練(SST)、コーチング、脳トレ
- 3. ヨガ、自律訓練法、動作法等のボディワーク
- 4. パソコン、文書読み込みとプレゼンの練習
- 5. 運動系(エアロ、エアロビ、歩き方、水泳)
- 6. 文芸系(茶道、書道、英会話、話し方教室)

その他の野外活動など楽しく、オモロイのが特徴



リワークで元気になるのは？ その1

- 1. 朝、決まったところに通うことで
⇒ 生活上のリズムと体力が自然と回復
- 2. 同じ境遇にいる“戦友”が出来ることで
⇒ 仲間からの自然な支持と適度な刺激
- 3. 集団内の行動特性が浮彫りにされやすく
⇒ “ライブ状況”に実践的に介入できる



リワークで元気になるのは？ その2

- 4. 数ヶ月の間、多職種の複数スタッフによって
バランスのよい観察と関与が可能となる
- 5. 必要に応じて、スタッフがエージェントとして
上司や家族との面談や交渉を実施する
- 6. 休養と薬物とカウンセリング以外の
ストレス対処の技法を学べる

職場復帰をプロ野球と比較する

プロ野球

自主トレ → キャンプ → オープン戦 → 公式戦

職場復帰

自宅療養 → リワーク → 試し出勤 → 正式復職

リワークでの回復促進の機序の考察

1. Non・Psychological (Biological & Physical)
 - ・ 生物学的リズムやアンバランスな生活の是正
 - ・ 基礎的体力の賦活・促進と“就労体力”の養成
2. Psychological and Philosophical
 - ・ 不安や症状対処スキルの向上・選択肢の拡大
 - ・ 価値基準(仕事、家庭等)の微調整がなされる
3. Group and Sociological
 - ・ 様々なレベルで生じる集団精神療法的な機制
 - ・ 家族や職場の上司が治療に加担してもらえる

リワーク・カフェ



リワーク・フィットネス



リワーク S

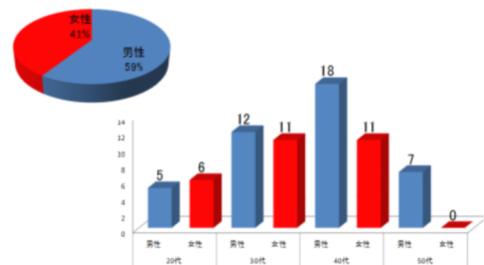
(リワークと従来型の中間ディケア)



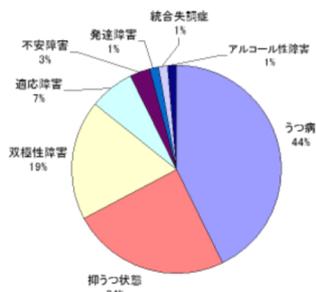
リワークI (ベーシックコース) 9月プログラ

月	火	水	木	金
リラクゼーション	EFT講座	デューク更家 エクササイズ	履歴書 職務経歴書 講座	オフィス学会 準備
動作法 自律訓練法	サボカサ サボカサ サボカサ サボカサ	フェイシャルケア		森田療法的 心理教育
目標設定 ふりかえり	EFT講座	デューク更家 エクササイズ	エンカウンター	オフィス学会 準備
動作法 自律訓練法	サボカサ サボカサ サボカサ サボカサ	茶道	コーチング	森田療法的 心理教育
祝日	EFT講座	デューク更家 エクササイズ	リラクゼーション	リワークOT
目標設定 ふりかえり	サボカサ サボカサ サボカサ サボカサ	オフィス学会 準備	コーチング	森田療法的 心理教育
動作法 自律訓練法	サボカサ サボカサ サボカサ サボカサ	デューク更家 エクササイズ オフィス学会 準備	第21回 リワークオフィス 学会	円山トレッキング

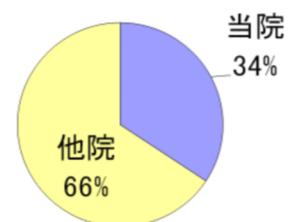
男女比・年齢層

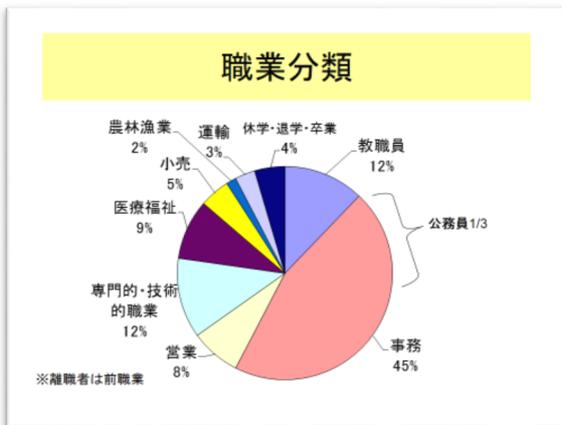
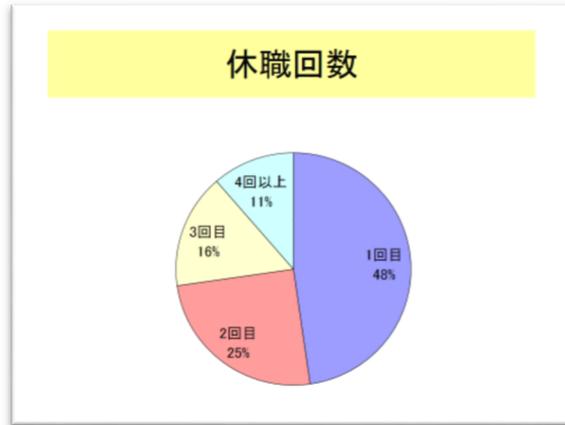
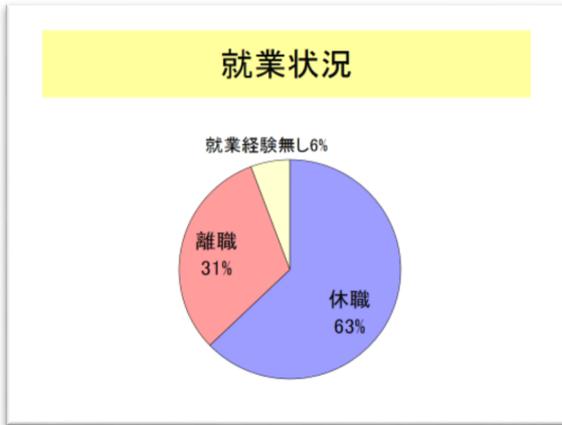


疾患別割合



通院先(主治医)





☀️ お話はこれでおわりです

・ ご静聴ありがとうございました

ODOO SCEN REWORK OFFICE



III. 參考資料



家から **子ども** が
でられない
家族 でかかえこまないで
ほっこり しませんか

ほっこり会
(ひきこもり家族の会)





特定非営利活動法人
ハートツリー

Heart-tree is a Wakayama-based non-profit organization established in 2006

若者の未来への一步を応援しています。

紡いでいく、
明日へ



ハートツリーは若者の未来への一步を応援しています。

生きづらさや課題を抱えた若者の、安心して過ごせる「居場所」づくりから、
就労支援まで、社会へと飛び立っていくための緩やかな歩みを私たちは全力でサポートします。



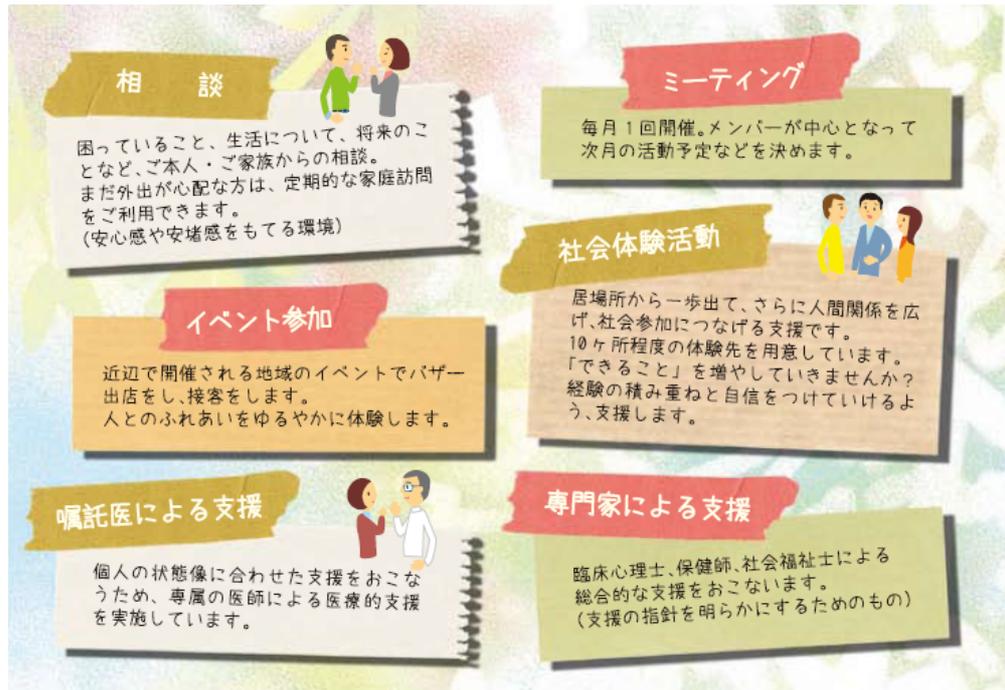
安心して過ごせる「居場所」です。
等身大の自身を受け入れながら、
「歩きはじめる」力をつけていきます。

ひきこもり者社会参加支援センター
ひなたの森

「外へ一歩踏み出したい」「誰かと話をしたい」
そんなときに気軽に立ち寄れる
『居場所』がひなたの森です。
相談・社会体験活動・レクリエーションなど

〈お問い合わせ〉
〒646-0028
和歌山県田辺市高雄一丁目3番27号
tel 0739-25-8308
fax 0739-34-2066
mail info@heart-tree.org
web http://heart-tree.org





■利用対象
仕事や学校に行かず、かつ家族以外の人との交流をほとんどせずに、6ヶ月以上続けて自宅にひきこもっている状態の青少年

■対象年齢
15歳～40歳までの男女

■利用料
5,000円(1ヶ月・保険も含まれています)

■開所時間
月曜日～金曜日 9:00～18:00
※居場所の利用時間は13:00～17:00です
※土・日・祝・臨時休所の場合を除く
※見学、体験等、希望の方はスタッフまでご相談ください

居場所の役割

- ・ひきこもり青年の社会復帰を目指すための支援
- ・情報の提供、協力、つながり(ネットワーク)
- ・啓発活動





「働く」ことの
自信へと繋げる就労準備の「場」
ルルコロ菓子工房
cafe rurucoro(カフェルルコロ)
手作り雑貨 tete

からだに優しいお菓子とカフェ

rurucoro
cafe rurucoro(カフェルルコロ)
〒646-0042
和歌山県田辺市南新町 173(銀座商店街)
tel 0739-24-0066

ルルコロ菓子工房
〒646-0028
和歌山県田辺市高雄一丁目 23 番 1 号
田辺市民総合センター北館内

ONLY ONE PRODUCT
Hand Made by a Nonprofit Organization (NPO) established in 2008
Hand Made with Love!

手作り雑貨のお店 tete
インターネットショップ
web <http://www.zakkaya-tete.com/>

カフェ ルルコロ
<http://rurucoro.tumblr.com/>
ホームページの QR コードは
こちら ↓



「就労」に向けた
それぞれのステップアップを応援します。

南紀若者サポートステーション
(和歌山県・厚生労働省認定事業)

15 歳から 39 歳までの若者への就労支援
「働きたいけど働く自信がない」
「働いていない期間が長いので就職できるか心配」
「どんな仕事が自分に合っているかわからない」
「対人関係が苦手な就職活動がづらい」など
職業的な自立のためのご相談を受け付けています。
相談の他にも、就職に役立つセミナーなどを
開催しております。

〒646-0028 和歌山県田辺市高雄一丁目 23 番 1 号
田辺市民総合センター北館
tel 0739-25-2111 fax 0739-25-0085
mail nanki-saposute@ec2.technowave.ne.jp
web <http://www.nanki-saposute.jp/>

串本サテライト

〒649-4125 東牟婁郡串本町姫27
養春小学校 2階 5・6年生教室
tel 0735-67-7172 fax 0735-67-7173



ホームページの QR コードは
こちら ↓



<http://www.nanki-saposute.jp/>



和歌山県・
厚生労働省
委託事業

南紀若者 サポート ステーション

働くことに
悩みを抱えている
15歳～39歳までの
若者をサポートします。

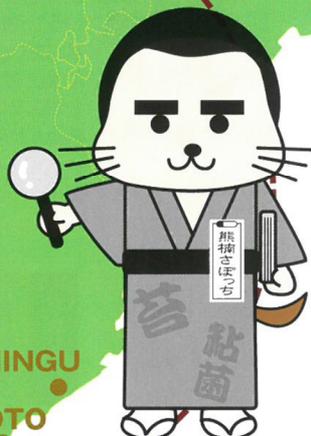
気軽に相談してね!

南紀一円をサポート!



田辺三偉人

WAKAYAMA



TANABE

SHINGU

KUSHIMOTO

サポートエリア

利用料
無料

但しプログラム実施時に
必要に応じ実費を頂きます。

サポステ 南紀若者 サポートステーション

ご利用日時:月～金曜/10:00～18:00
(土・日・祝日・夏期・年末年始はお休み)

〒646-0028 和歌山県田辺市高雄一丁目23番1号
田辺市民総合センター北館

TEL.0739-25-2111 FAX.0739-25-0085

携帯サイトへアクセス!→

[Eメール] nanki-saposute@ec2.technowave.ne.jp
[ホームページ] http://www.nanki-saposute.jp/
[携帯サイト] http://www.nanki-saposute.jp/ktai/

サポステ 串本サテライト

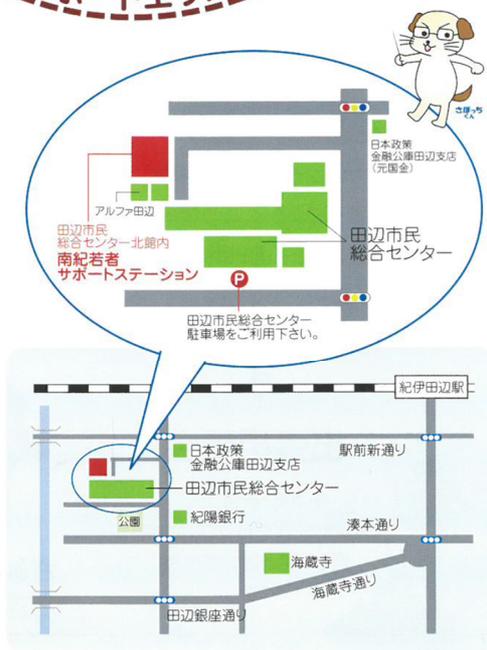
ご利用日時:火・水曜/13:00～16:00
木・金曜/11:00～16:00

〒649-4125 東牟婁郡串本町姫27 養春小学校 2階 5・6年生教室
TEL.0735-67-7172 FAX.0735-67-7173

サポステ 新宮サテライト

ご利用日時:水・金曜/11:00～16:00

〒647-0073 和歌山県新宮市木ノ川1169-3
TEL.0735-31-7740 FAX.0735-31-7730
[Eメール]:shingu@nanki-saposute.jp



南紀若者サポートステーションは

「働くことに自信が持てない」
 「対人関係が苦手安定した社会生活を送りにくい」
 「何かを始めたいけど、どうしたら良いか悩んでいる」

そんなあなたの **はじめての一步** を応援します！

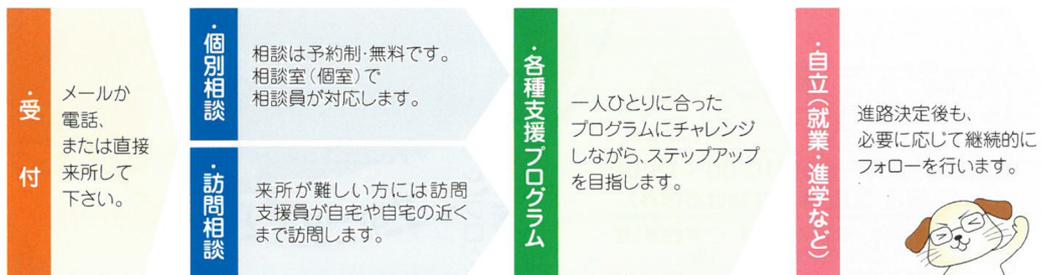


地域若者サポートステーションとは？

地域若者サポートステーション(愛称:「サポステ」)では、働くことに悩みを抱えている15歳~39歳までの若者に対し、キャリアコンサルタントなどによる専門的な相談、コミュニケーション訓練などによるステップアップ、協力企業への就労体験などにより、就労に向けた支援を行っています。
 サポステは、厚生労働省が委託した団体が実施しており、全国160か所(和歌山県内は3か所)に設置されています。

愛称
サポステ

サポートの流れ



個別相談

- キャリアカウンセラーによる **働くことに関する相談**
- 臨床心理士による **こころの相談**
- 訪問支援員による **訪問相談**

各種支援プログラム

- 職業体験・見学
- ビジネスマナー講座
- パソコン講座・個別指導
- 就活セミナー
- コミュニケーション講座
- スキルアップ講座
- 保護者セミナー

出張相談会

好評!
 串本町・新宮市で出張相談会を行っています。
 詳しくはお問い合わせ下さい。



サポステの安心ネットワーク

南紀若者サポートステーションは、各関係支援機関と緊密なネットワークを構築していますので、安心して継続的・発展的なサポートを受けることができます。

さあ!まずは相談してみませんか?
 ご家族からのご相談も、もちろんお受け致します。

NPO 法人 かたつむりの会

法人本部
住所 〒646-0036
和歌山県 田辺市 上屋敷 1-7-28
電話 0739-25-3888 FAX0739-33-7210
メール npo.katatumuri@pearl.ne.jp



町家カフェ 上屋敷二丁目

(障害者就労継続支援 A 型事業所)



就労の場所です。
週20時間以上働ける人は
雇用保険にも加入しています。



営業時間 9:00 ~ 14:30
(月曜定休日)

住所 〒646-0036
和歌山県田辺市上屋敷 2-6-31

電話 0739-20-5595
メール npo.katatumuri@pearl.ne.jp



営業時間 9:00 ~ 18:00
(火曜定休日)

住所 〒646-0036
和歌山県田辺市上屋敷 2-6-7

電話/FAX 0739-34-2146
メール rara-locale@crocus.ocn.ne.jp



レトロな元公民館を
改装して生まれた
バスタとパンの
レストランです。



2階はライブや展示会
などのイベント会場
として利用できます。

ララロカレ
RaRa Locale
(障害者就労継続支援 A 型事業所)



ワークサポート・いこう

(障害者就労継続支援 B 型事業所)

より広い層の利用者さんに通っていただけるよう
施設等を整備し、平成28年11月に移転しました。
働くことの土台作りを目指すとともに
少しずつ工賃を得ていきます。



開所時間 月~金曜 9:30 ~ 16:00
(イベントの都合で変更する場合があります)

住所 〒646-0036
和歌山県田辺市上屋敷 1-7-28

電話 0739-25-3888
FAX 0739-33-7210
メール npo.katatumuri@pearl.ne.jp

特定非営利法人 共生舎

私共 NPO 法人共生舎は社会福祉法の制度に依らずそれぞれの立場の者がその個性を認め生かし、お互いに助け合って生活していくという理念の下に活動しております。

主な活動

・助け合い

・地区住民間の交流
・都市部の人々との交流
・地域の高齢者の生活援助



・(季節毎の行事、イベント etc)
・(大学ゼミ、子ども会活動、田舎暮らし体験、小旅行 etc.)
・(畑起こし、庭の手入れ、草取り家の清掃 etc.)

・個性を生かす

・それぞれの人の個性を生かし助け合って生活する場の提供



・競争・経済至上主義によらない生活活動作りをめざす
(オアシス創り)

・自給自足をめざす

・休耕田の活用



・米、野菜作り活動

活動の場

・山あい拠点

田辺市(旧大塔村)五味 240-10 共生舎 古民家 定員 10 名

ただいま活動に共鳴していただける方を求めています

1. 正会員になる。(年会費 5,000 円)
2. 共生舎のPRをしていただける方
3. 上記行事などへのボランティアに参加していただける方
4. 財政的援助をしてくださる方(金額は問わず)

連絡先 NPO 法人共生舎 田辺市五味 240-10
(Tel) 0739-62-0400

田辺市「ひきこもり」検討委員会設置要綱

(設置)

第1条 思春期・青年期にある者(以下「青少年」という。)にみられる「ひきこもり」の問題について、関係機関が相互に連携して一体となって取り組むことを目的として、田辺市「ひきこもり」検討委員会(以下「委員会」という。)を設置する。

(検討事項)

第2条 委員会は、前条に規定する目的を達成するため、次に掲げる事項について検討等を行う。

- (1) 「ひきこもり」の状態にある青少年についての支援活動に関すること。
- (2) 前号に規定する青少年に関する問題点等について検討すること。
- (3) 「ひきこもり」の予防活動に関すること。
- (4) 「ひきこもり」に関する研修や研究会に関すること。
- (5) 前各号に掲げるもののほか、委員会の目的達成のために必要な事項に関すること。

(組織)

第3条 委員会は、委員42名以内で組織する。

- 2 委員は、学識経験者、民間支援団体、医療・保健・福祉・教育関係機関、市職員等のうちから、市長が委嘱し、又は任命する。
- 3 委員の任期は、2年とし、再任を妨げない。ただし、補欠の委員の任期は、前任者の在任期間とする

(委員会)

第4条 委員会に委員長及び副委員長2名を置き、委員の互選によりこれを定める。

- 2 委員長は、会務を総理する。
- 3 副委員長は、委員長を補佐し、委員長に事故があるとき、又は委員長が欠けたときは、その職務を代理する。

(会議)

第5条 委員長は、委員会を招集し、その議長となる。

- 2 委員会は、委員会の委員の代表による小委員会を設置し、定期的に会議を開き、その結果は委員会へ報告する。
- 3 委員会は、必要があると認めるときは、委員以外の者の意見又は説明を聴くため、その者に委員会への出席又は文書の提出を求めることができる。

(事務局)

第6条 委員会の事務局は、保健福祉部健康増進課に置く。

(その他)

第7条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は、委員長が別に定める。

Ⅲ-5. 田辺市ひきこもり検討委員会 設置要綱

附 則

この要綱は、平成17年5月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成18年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成19年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成20年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成21年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成23年4月1日から施行する。

附 則

この要綱は、平成 25 年4月1日から施行する。

	選 出 区 分	備 考 (選 出 団 体 ・ 役 職 名)
委 員 長	1 福祉関係団体・機関	社会福祉法人やおき福祉会
副 委 員 長	2 民間支援団体	認定NPO法人ハートツリー 若者サポートステーション With You南紀
副 委 員 長	3 医療関係者・団体・機関	紀南こころの医療センター(臨床心理士)
小 委 員	4 学識経験者	
小 委 員	5 民間支援団体	認定NPO法人ハートツリー ひきこもり者社会参加支援センター ひなたの森
小 委 員	6 福祉関係団体・機関	社会福祉法人ふたば福祉会
小 委 員	7 福祉関係団体・機関	田辺市社会福祉協議会
小 委 員	8 保健機関	田辺保健所(精神保健福祉相談員)
小 委 員	9 田辺市役所	教育委員会学校教育課
小 委 員	10 田辺市役所	教育委員会生涯学習課
小 委 員	11 田辺市役所	やすらぎ対策課(障害福祉室)
小 委 員	12 田辺市役所	健康増進課
	13 民間支援団体	共生舎
	14 青年会議所	白浜・田辺青年会議所
	15 民間支援団体	NPO法人 かたつむりの会
	16 福祉関係団体・機関	紀南児童相談所
	17 医療関係者・団体・機関	精神科医師
	18 医療関係者・団体・機関	精神科医師
	19 医療関係者・団体・機関	臨床心理士
	20 教育関係機関	田辺市教育研究所
	21 教育関係機関	田辺市養護教諭研究会
	22 教育関係機関	和歌山県 義務教育課 児童生徒支援室
	23 教育関係機関	紀南六高校代表
	24 教育関係機関	西牟婁養護教諭研究協議会高校ブロック代表
	25 学識経験者	龍神地区
	26 学識経験者	大塔地区
	27 学識経験者	中辺路地区
	28 学識経験者	本宮地区
	29 学識経験者	主任児童委員
	30 田辺市役所	保健福祉部長
	31 田辺市役所	子育て推進課
	32 田辺市役所	商工振興課