

心の健康

発行責任者

宮崎県精神保健福祉センター
宮崎県精神保健福祉連絡協議会宮崎市霧島1丁目1-2
TEL(0985)27-5663 FAX(0985)27-5276

宮崎県ひきこもり地域支援センターについて

宮崎県ひきこもり地域支援センター所長 直野 慶子
(宮崎県精神保健福祉センター)

ひきこもりの問題は、1970年代に大学生の無気力症として取り上げられ、1980年代になって若者の入社拒否や就職拒否などがみられるようになり、1990年代後半より「社会的ひきこもり」と認知されるようになりました。

平成31年3月の内閣府の調査報告では、満40歳～満64歳のうち、広義のひきこもり状態の方は全国で推計61.3万人、また、平成27年度に内閣府によって実施された調査では、満15歳～満39歳のうち、広義のひきこもりは全国で推計54.1万人と報告され、多くの方がひきこもりの状態にあることが推測されます。

しかし、県の障がい福祉課の調査では宮崎県のひきこもりの方は601人であり(次ページ参照)、また当センターの平成26年7月の開設当初から平成30年6月までの相談件数(相談のあったひきこもり状態の実人数)は135人です。これらの数は宮崎県のひきこもりの方のごく一部であり、多くの方がひきこもりについて、相談しづらい、相談できない状況であることがうかがえます。

まず、ひきこもりは自室にひきこもっている方だけを指すものではありません。国のガイドラインでは、「様々な要因の結果として、社会的参加(義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊など)を回避し、原則的には6ヶ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態(他者と交わらない形での外出をしていてもよい)を指す現象概念である」としています。簡単に言うと、仕事をしていない(学校に行っていない)、家族以外との繋がりが無い、しかし他者と交わらない形での外出はある(コンビニへの買い物、趣味での外出)状態のことを言います。

では、なぜこのような状態になるのでしょうか。それは、ご家族の関わり方が悪かったとか、本人が弱かったとかということではありません。様々な要素(心理的・社会的・生物学的)が複雑に絡み合ってひきこもりに至ると考えられています。原因として思い当たることを探しても、それが決定的な原因かどうかわかりません。大切なことはこれからのことです。

昨今はひきこもりの長期化・高齢化から「8050問題」とも言われています。本人へのひきこもり支援だけでなく、ご両親の介護や医療等の支援も必要であり、ひきこもり支援は介護サービスとの連携も必要になってきます。

また、ひきこもりご本人の中間的な社会参加としての「居場所」の必要性も大切になってきますし、ご家族同士が同じ悩みや気持ちを話す家族会の重要性もますます高まってくると思います。

ひきこもりに悩むご本人、ご家族は多くいらっしゃると思います。おひとり、そして家族だけで抱え込まず、勇気を出して相談してみてください。「宮崎県ひきこもり地域支援センター」は、相談者に寄り添い、共に考え、国のガイドラインに沿った支援をしていきます。

宮崎県のひきこもり等に関するアンケート調査結果

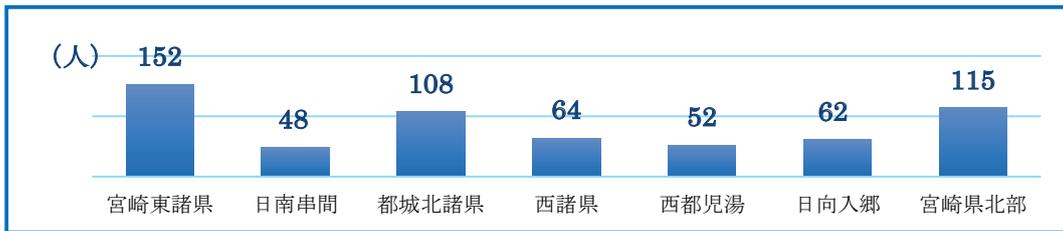
近年、ひきこもり状態にある若者の増加やひきこもりの長期化、高齢化が深刻な問題となっていますが、県では、ひきこもり等の状態にある方の状況について把握できていませんでした。そこで、昨年度、今後のひきこもり対策に関する施策の方向を検討するための基本データとすることを目的として、地域の実情に通じた民生委員・児童委員に対するアンケート形式の調査を実施しました。今回は、その調査結果を報告いたします。

I. 調査概要

- (1) おおむね15歳から65歳までで、次に該当するような「ひきこもり等の状態にある方」
 - ① 仕事や学校に行かず、かつ家族以外の人と交流をほとんどせず、6か月以上続けて自宅にひきこもっている状態の方。
 - ② 仕事や学校に行かず、かつ家族以外の人と交流はないが、時々（会話を必要としない）買い物などで外出することがある方。
 ※ただし、重度の障がい等で外出できない方は除く。
- (2) 調査基準日 平成30年7月1日現在
- (3) 調査方法 県内全ての民生委員・児童委員2, 386名に対するアンケート調査
- (4) 回答数(回答率) 2, 001人(83.9%)

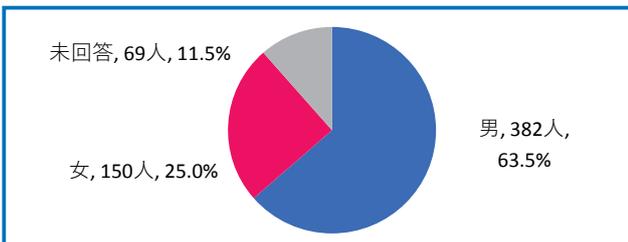
II. 調査結果

(1) 本調査により、把握できた該当者の総数は、601人でした。



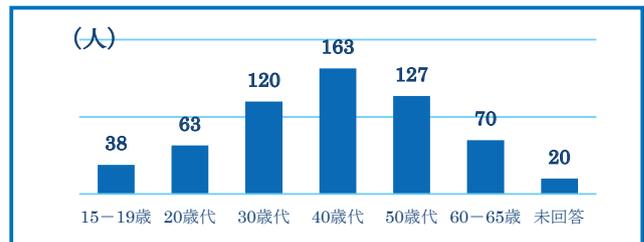
(2) 性別

男性が382人(63.5%)、女性が150人(25.0%)、未回答が69人(11.5%)で、男性が女性の約2倍となっていました。



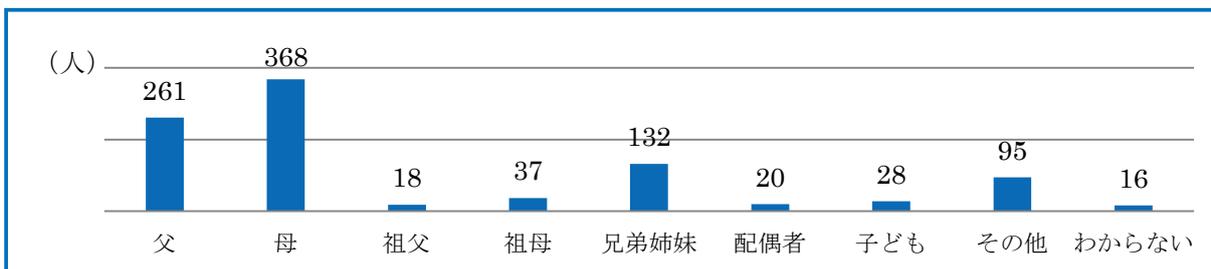
(3) 年代別状況

40歳代が163人と最も多く、次に50歳代が127人と、中高年層(40歳～65歳)が、若年層(15歳～39歳)を上回っていました。



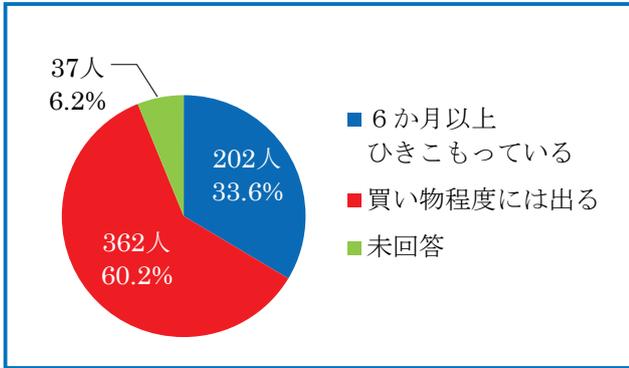
(4) 該当者の家族構成(複数回答)

母親と同居している場合が最も多く368人(37.3%)、次いで父親が261人(26.8%)となっており、親との同居が多いことがわかりました。



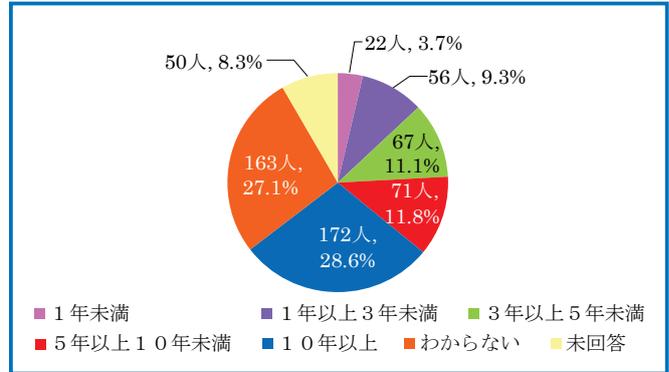
(5) 該当者の状況

「ひきこもっているが、買い物程度には出る」が362人(60.2%)、「6か月以上ひきこもっている」が202人(33.6%)となっていました。



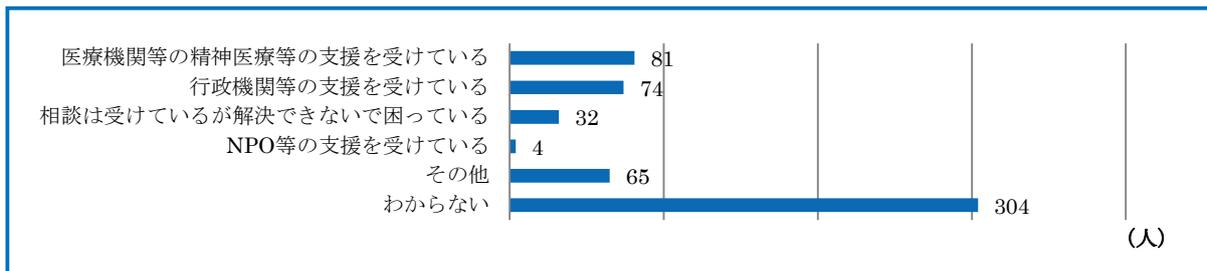
(6) 該当者のひきこもり等の状態にある期間

「10年以上」ひきこもり等の状態にある方が172人(28.6%)で最も多く、次に「5年以上10年未満」が71人(11.8%)となっていました。



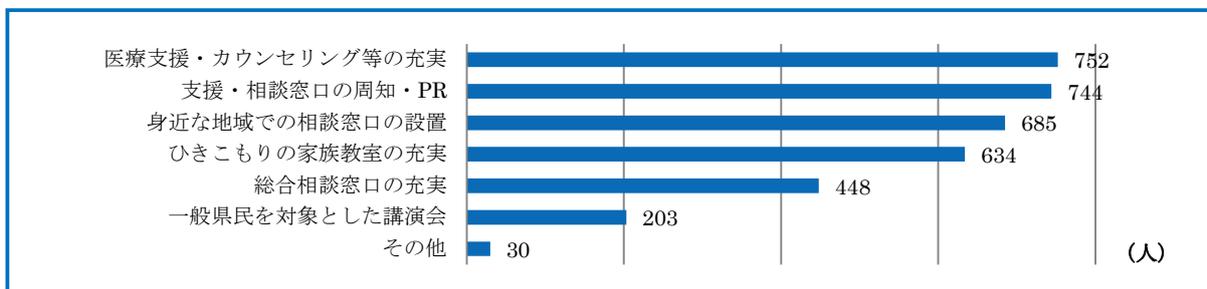
(7) 該当者への支援の状況（複数回答）

「わからない」が304人(54.3%)と最も多く、わかる中では、「医療機関等の精神医療等の支援を受けている」が81人(14.5%)、次に「行政機関等の支援を受けている」が74人(13.2%)となっていました。



(8) ひきこもり等の状態にある方への支援策として必要なもの（複数回答）

「医療支援・カウンセリング等の充実」が752人(21.5%)と最も多く、次に「支援・相談窓口の周知・PR」が744人(21.3%)、「身近な地域での相談窓口の設置」が685人(19.6%)となっていました。



(9) 自由記述欄への回答状況（主なもの）

- ・ひきこもっていることは、家族も隠す傾向もあり、実態を把握しにくいと思う。
- ・支援する側にも、本人、家族のプライバシーへの考慮が大事である。
- ・ひきこもりの問題は、どこでも、誰でも起こりうる。その時、いち早く対応すれば、本人はもとより、家族も助かると思う。早急な対応が必要。
- ・民生委員を対象とした研修会を行ってほしい。

ひきこもり地域支援センターにおける相談事例の実態調査

「宮崎県ひきこもり地域支援センター」は、平成26年7月に「宮崎県精神保健福祉センター」内に設置され、5年目を迎えました。この度、相談状況の実態を把握し、今後の支援のあり方や内容の充実につなげることを目的に、開設から平成30年6月までの4年間について、相談を受理し支援したケースを、個人が特定できないようデータ化した上で集計・分析を行いました。

今回は、調査対象全135ケースのうち、当センターが継続的に支援した85ケースについての調査結果の一部を報告いたします。

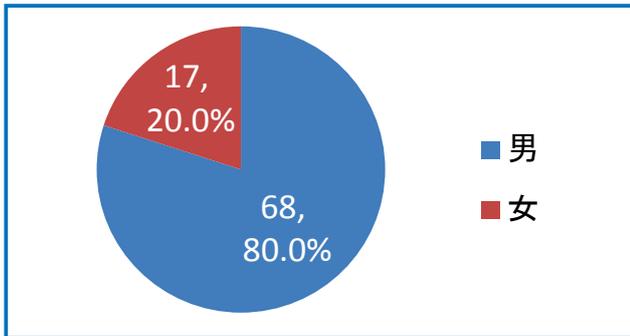
※ひきこもり状態：様々な要因の結果として社会的参加（義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊など）を回避し、原則的には6ヶ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態（他者と交わらない形での外出をしてもよい）

I. ひきこもり状態にある本人の状況

(1) 初回相談時の状況

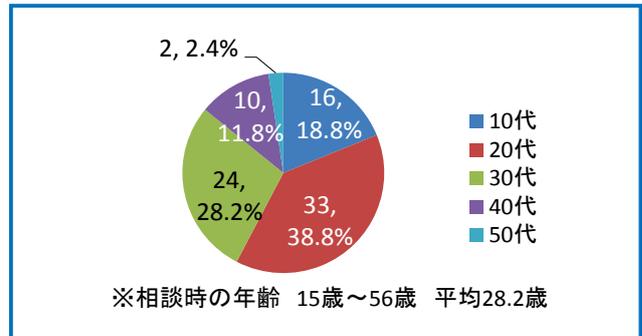
① 性別

男性68人(80.0%)、女性17人(20.0%)で男性が女性の4倍でした。



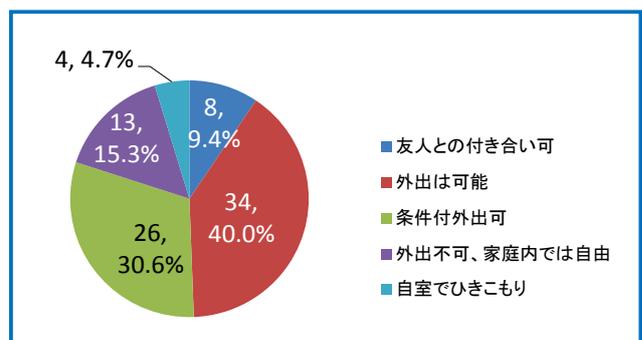
② 初回相談時における年代

20代、30代があわせて57人(67.0%)となり、全体の半数以上を占めていました。



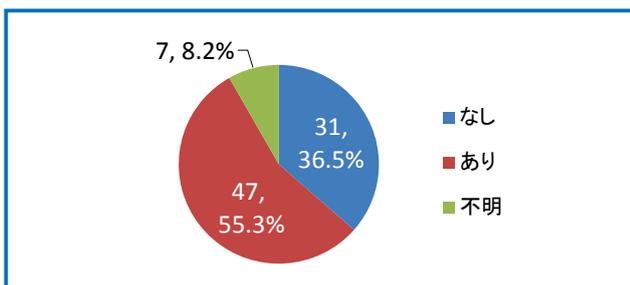
③ 初回相談時における活動範囲

「友人との付き合い可」、「外出は可能」、「条件付外出可」の状態にある“何らかの形で外出可能”な方は、計68人(80.0%)でした。また「外出不可、家庭内では自由」と「自室でひきこもり」の“外出できない”方は、計17人(20.0%)でした。



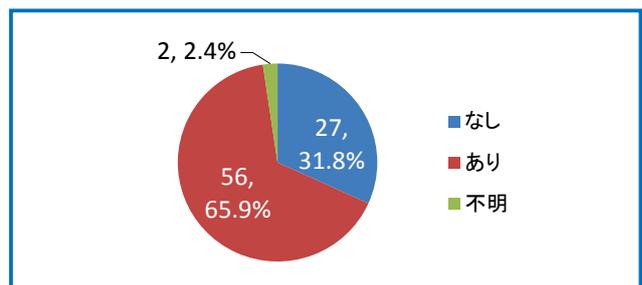
④ 不登校経験

小中高いずれかの時代において、不登校を経験した方は47人(55.3%)で、経験がなかった31人(36.5%)を上回っていました。



⑤ 働いた経験の有無

これまでに何らかの形で働いた経験のある方は56人(65.9%)でした。

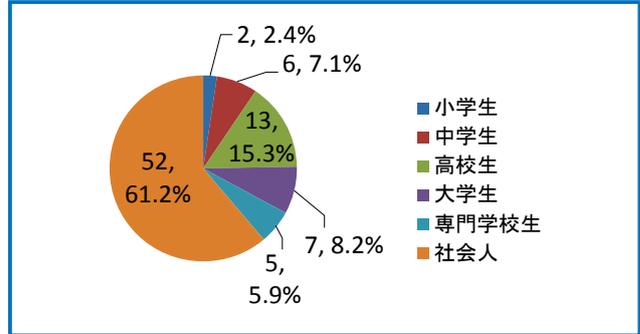
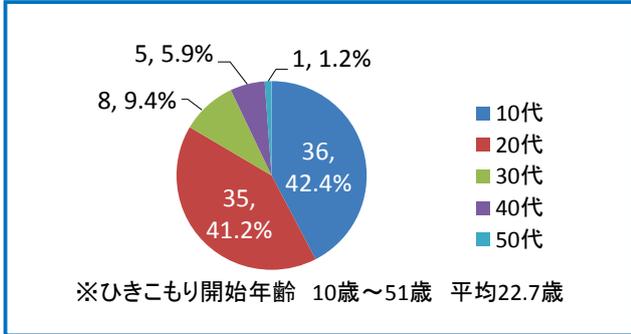


(2) ひきこもり開始状況

① ひきこもり開始の年代

ひきこもり状態となった年代について10代が最も多く36人(42.2%)、次に20代で35人(41.2%)であり、合わせると8割を超えていました(83.5%)。

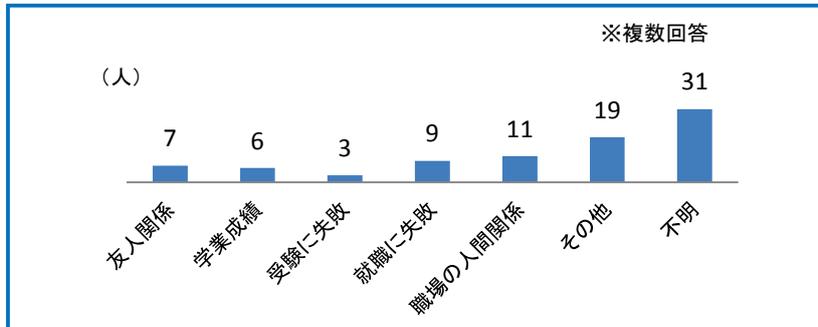
またひきこもり状態が始まった時期を時代別でみると、最も多いのは「社会人」で52人(61.2%)でした。



② 家族が予想するひきこもりとなったきっかけ(複数回答)

明確な理由としてあげられたものでは「職場の人間関係」が11人、「就職に失敗」は9人でした。

最も多いのは「不明」で、家族からみて“明確な理由が見当たらない状況”であったことがうかがえました。

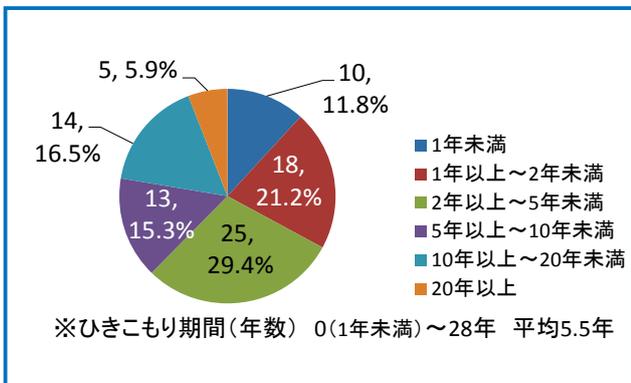


II. 相談開始から支援中の状況

(1) 相談までの期間(ひきこもり期間)

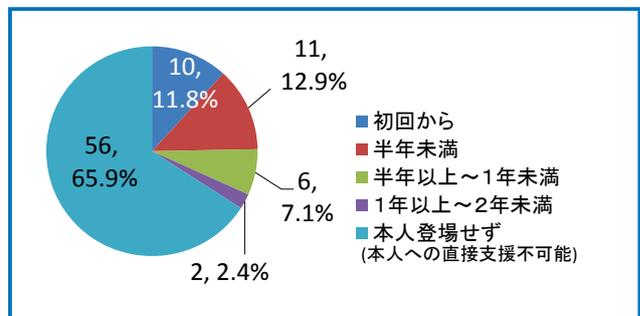
ひきこもり開始年齢から相談開始時の年齢の期間を算出した結果を“相談までの期間”とし、さらに今回の調査・分析においては「ひきこもり期間」としました。

「2年以上～5年未満」が25人(29.4%)と最も多く、平均は5.5年でした。



(2) 支援開始後から本人直接支援までの期間

支援開始からひきこもり状態にある本人が支援の場に登場し、直接支援が可能となるまでの期間をみると、「半年未満」が最も多く11ケース(12.9%)でした。また初回から直接支援が可能であったケースも10ケース(11.8%)ありました。しかし56ケース(65.9%)は、本人への直接支援が不可能な状況で家族支援が中心となっていました。



III. まとめ

今回の調査から、当センターにおける相談や支援の実態を把握することができました。そして「ひきこもり理解のための普及啓発」や「医療・行政・教育・労働分野等の関係機関との協同・連携の強化」、また「支援対象ケースそれぞれで異なるニーズに応じた支援の工夫」等、今後の取り組みに向けての課題や支援の方向性を具体的に検討することができました。これらをもとに、より一層充実した相談・支援を目指します。

宮崎県楠の会の取り組みについて

①設立の経緯

昨今、全国で引きこもりの若者は115万人を超えると推定され、大きな社会問題となっている状況のもと、2001年6月30日、宮崎市の宮日会館において、「NPO 法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会」主催、宮日新聞社後援でシンポジウム「引きこもりからの旅立ち」が開催され、宮崎県、鹿児島県などからこの問題に関心をもつ方々が二百数十名集まった。このシンポジウムを契機に、ひきこもりの若者をかかえる親は、孤立し、解決の道すらつかめない状況に鑑み、まず自らの悩みを話し合い、気持ちを楽にするため、そして引きこもった若者の社会復帰を願って、宮崎県「楠の会」(親の会)を立ち上げた。当会の月例会は、昨年7月29日に第一回目が開催され、以後毎月1回開催され続けている。

本会は今年で、19年目を迎えることとなった。



2019年11月
「宮崎県楠の会」例会の様子

②活動内容

- ◆親の会の例会【ひきこもりの学習会・悩みの語り合い】(どなたでも参加できます)
 - ・宮崎市・・・毎月第2日曜日 午後1時半～4時半 宮崎市民プラザ4階
 - ・都城市・・・毎月第2火曜日 午後1時半～3時半 都城市社会福祉協議会
- ◆居場所の開催・・・毎月第3土曜日 午後2時～5時
南宮崎駅アーケード内 「レインボー教室」090-5385-7651 (下り藤)
- ◆若者就労支援(賃金あり)
 - ・イオンアイカルチャーの清掃
 - ・楠の会ニュースの郵送作業
 - ・宮崎市の公園清掃 090-9573-7199 (佐川)
- ◆相談・・・電話相談、面接相談無料でしています。 090-9603-8780 (植田)

親の会の立場から

当会は1994年1月1日に発足しました。

当時は“不登校の子どもを持つ親の会”でしたが、子どもたちの年齢もあがって、現在は“引きこもり”も加わっています。

発足当時は、不登校に対する認識や理解がいただけないというか、特別なものだみたいな捉え方をされ、相談機関に足を運んでも、親の育て方を批判されるような風潮でした。母親が、自分を責めているにも関わらず、周りからも直接、間接的に責められるのです。

現在は、不登校や引きこもりの情報が広まり、多くの理解が得られるように感じています。

全国的に、生活面はもとより、学業面など、色々な形で当事者を支援して下さるところも増えてまいりました。

当会の活動は主に下記です。

- ・毎月第2土曜日午後に例会(親のみ)
- ・翌週土曜日午前に通信発送作業(子どもも参加)
- ・不定期で、パン作りや料理教室、季節のイベント(親と子ども)
- ・不定期で親父の会

当会は「ひとりで悩まないで」をコンセプトにしています。

例会は“言いつぱなし、聞きっぱなし”で、その場で出たことは外に出さないルールで、話したくないときはパスしていいということにしています。

子ども自身が自分のせいで親を苦しめていると自責の念を抱いています。親が、例会で思いを吐くだけで気持ちが浄化され、元気になって子どもに接することができます。

文字にしたら“そんな単純なものか”となりますが、実際、体験している親同士、ケースは違えど、わかり合える寄り添える…そんな場所があるから“一人じゃない”という気持ちで我が子に寄り添えるようになる親の会の意義だと思えます。

不登校・引きこもりの子どもを持つ親の会 コスモス会 落合

ひきこもり居場所

「ひきこもり」という同じ体験を持つ者同士が話をすることを通して、家族以外の「他者との関わり」を取り戻すための場です。

【ご本人・家族】ご本人、家族、どちらも通える居場所です。

名 称	活動場所	活動日・時間	問い合わせ先
宮崎県 「楠の会」 居場所	南宮崎駅前アーケード内 レインボー教室 宮崎市大淀4丁目5-25	毎月 第3土曜日 14時～17時（予定）	宮崎県楠の会 担当：下り藤真里 090-5385-7651
宮崎県「楠の会」	・宮崎市 宮崎市民プラザ ・都城市 都城市社会福祉協議会	・宮崎市 毎月第2日曜日 ・都城市 毎月第2火曜日	宮崎県楠の会 代表：植田美紀子 090-9603-8780 ・都城支部 代表：堀江幸治 090-4581-5152
クリスタル・カフェ	「ほっとひといき Crystal」 国富町大字本庄4580-9	毎月第2金曜日 10時～12時 (参加費300円)	国富町社会福祉協議会 担当：津曲 0985-75-6267
のびのびフリースペース&わえん	延岡市春日町2-11-1	・家族 毎月第3金曜日 13時半～15時 ・ご本人 日中はいつでも。 ただし火・木・金・土の午前は留守。	のびのびフリースペース 代表：喜多裕二・富高亜希子 0982-26-2335 090-9569-7543（喜多） メール：wayen_hp@yahoo.co.jp nobi-nobi.free-space@K6.dion.ne.jp LINE ID：nobi0119
モトコモリカフェ	「カフェさんく」 日向市大字富高7147-103	毎月第1木曜日 14時～17時 (参加費：成人500円、 それ以外の方： ハートマネー)	カフェさんく 店長：今村浩平 0982-95-0436 (対象者：基本は小学生、中学生の 当事者とその保護者、成人の方は要相談)

【家族】家族にひきこもりの方がいる方が通える居場所です。

名 称	活動場所	活動日・時間	問い合わせ先
ひきこもり 家族のつどい	延岡保健所 延岡市大貫町1丁目2840	偶数月の 第4火曜日 13時半～15時	延岡保健所 疾病対策担当 0982-33-5373
コスモス会	宮崎市民プラザなど	毎月第2土曜日 13～16時	コスモス会 代表：落合智子 090-8661-7114 メール：cosmoskai_miyazaki@yahoo.co.jp

掲示板

ひきこもりに関する相談のご案内

- ・ひきこもって6ヶ月以上になる
- ・どこに相談したらよいかわからない

宮崎県ひきこもり地域支援センター

TEL : 0985-27-8133 0985-44-2411

※8:30~17:00 (土日・祝日・年末年始を除く)
※まずはお電話ください。

精神科医による診療相談のご案内

ご本人やご家族の悩みに専門の精神科医が個別に相談に応じます。

相談	主な内容	日程	時間
一般診療相談	精神的な不調全般	第1・3水曜日	いずれも 午後2時 ~午後4時 (予約制)
ストレス診療相談	ストレスによる精神的な不調、うつ病等	第2・3・4月曜日	
薬物関連診療相談	アルコール、薬物、ギャンブル等の依存症	第2・4水曜日	
思春期精神保健診療相談	思春期の精神的な不調等	毎月2回(不定期)	

※日程・時間は、医師の都合等により変更となることがあります。

予約受付電話：TEL (0985) 27-5663

こころの電話相談

月曜日~金曜日【午前9時~午後7時】
(祝祭日、12/29~1/3を除く)

専門の電話相談員が相談をお受けします。

※様々な悩みを幅広くお受けしています。今のつらい気持ちをただ聴いてもらいたい方もお気軽にどうぞ。

専用回線：TEL (0985) 32-5566

図書室利用についてのご案内

センター内にある図書室は、どなたでもご利用できます。貸出しも行っていきます。

- 図書 専門書、一般向け雑誌など
- ビデオ 精神疾患の理解や精神障がい者の支援に関するものなど
- DVD
- パネル こころの健康、うつ、統合失調症、アルコール依存症やギャンブル依存症等各種シリーズがあり、研修会や各種行事等の展示としてもご利用できます。
※ホームページにパネル等を掲載しています。

宮崎県精神保健福祉連絡協議会

宮崎県精神保健福祉連絡協議会や関係各団体の活動など精神保健福祉の取り組みを紹介しています。

アドレス <http://www.miya-seiren.com/>



カラダのゲンキはココロから。

宮崎こころの保健室

思春期におけるこころの問題に関する相談窓口やストレス診断に加え、メールによる相談も受け付けています。
詳しくは、下記のホームページをご覧ください。

【アドレス】 <http://miyakoro.com>

家族教室のご案内

精神疾患(障がい)についての家族のための教室を開いています。精神科医等の話を聴き、病気や障がいへの理解を深め、家族の対応方法を学びます。

開催時期、内容についてはお問い合わせください。

TEL(0985)27-5663

- 依存症家族教室
- 発達障害家族教室
- ひきこもり家族教室

家族のつどいのご案内

同じ悩みを持つ家族同士が、つらい気持ちや不安を共有することで、混乱し孤立した状況から解放され、まずは家族自身が回復することを目的としたグループミーティングを行っています。

(匿名参加可)

開催日時についてはお問い合わせください。

TEL(0985)27-5663

- ギャンブル依存症者の家族のつどい
- 薬物依存症者の家族のつどい

宮崎県精神保健福祉センター付近略図



宮崎駅から

- タクシー 約10分
- バス利用
 - 7番 ボンベルタ橋前バス停まで徒歩10分
海洋高校一下方
 - 8番 祇園2丁目バス停下車 徒歩5分
柳丸町・青葉町・宮崎駅東口一平和台
花殿町バス停下車 徒歩5分

宮崎県精神保健福祉センター

〒880-0032 宮崎市霧島1丁目1-2 宮崎県総合保健センター4階

TEL : 0985-27-5663 / FAX : 0985-27-5276

アドレス <http://www.seihocenter-miyazaki.com/>



この広報紙は赤い羽根共同募金の配分を受けて発行しています。