



いっぷく会便り



〈12月号〉 令和5年12月1日 発行

KHJ 静岡県いっぷく会 (NPO 法人全国ひきこもり家族会連合会の静岡県支部)

会長 中村 彰男

「いっぷく会」のホームページ <http://ippukukai.com>

11月例会のご報告

11月例会は、11月12日(日)静岡県男女共同参画センター「あざれあ」で開催しました。

◇連続学習会

13時15分～16時30分 参加者17家族、17名(内初参加1名)(別に1名)

テーマ：『ひきこもりを振り返る』

講師：静岡県精神保健福祉センター 所長 内田 勝久氏

11月の学習会は、10年前に設置された『静岡県ひきこもり支援センター』のこれまでの経緯について、静岡県精神保健福祉センター所長の内田勝久氏にお話しをいただきましたので、その内容を記載します。

ひきこもりは思春期・青年期のこころの健康問題として注目され、当センターでも平成11(1999)年度から対策に取り組んできました。当初は「社会的ひきこもり」当事者への支援が中心でしたが、相談ニーズの高い家族への支援の有効性も認識されていきました。平成19(2007)年度以降は家族支援を中心とし、支援を全県展開するため、保健所で開催している「ひきこもり家族教室(交流会)」や「個別相談」に対して重点的に技術指導・援助を実施し、平成21(2009)年度から全保健所でひきこもり相談を対応するようになりました。平成25(2013)年4月8日には、相談窓口を一本化し、相談ニーズに合わせて適切な支援を提供していく『静岡県ひきこもり支援センター』を設置。電話相談、来所相談、訪問支援、関係機関との情報交換会、研修会等を実施しています。

1. 静岡県ひきこもり支援センターの支援経過における考察

第51回全国精神保健福祉センター研究協議会(平成27年11月4日)で発表されたものです。

平成25,26年度に面接対応し終結したケース131件を対象に、相談受付時と終了時における親得点・本人得点(下記表:ひきこもり評定表)で評価し面接回数やひきこもり期間などとの関係を分析。

- ・面接相談はプラスの変化をもたらし、継続面接がより大きな効果を出すことがうかがわれた。
- ・たとえ本人が相談場面に来なくても、親が面接を重ねることで本人にもプラスの影響があり、親面接の有効性が示唆された。
- ・ひきこもり期間が短いほど本人の伸びは大きく、長期になると小さくなる傾向がみられた。
- ・ひきこもり期間が長期であっても、親のみの面接で本人得点に伸びが見られていることから、ひきこもりが長期化しても、諦めずに親面接を重ね、本人に働きかけていくことの大切さもうかがわれた。

【親得点】	【本人得点】
1. 家族が継続的に相談機関に出向く	1. 自室から出てくる
2. 家庭内で焦り・不安が和らいでいる	2. 暴力・暴言が減った(元々ない)
3. 家庭内で本人の対応について協力する体制にある	3. 口論・喧嘩が減った(元々ない)
4. 家庭内で本人が追い詰められない	4. 本人が家族と雑談できる
5. 家庭内で本人と緊張せずにいれる	5. 本人が他者と交流がない場に外出できる
6. 家庭内で本人と話すことができる	6. 本人が他者と関わりあう場に外出できる
7. 家庭内で本人に相談機関に行っていることを話せる	7. 社会参加に向けて話題にできる
8. 家庭内で本人と将来のことについて話せる	8. 社会参加に向けて具体的に行動している
9. 家庭内でひきこもり状態を受け入れられている	9. 継続的な社会参加をしている
10. 家庭内で本人にこだわらず家族の生活を楽しめる	10. 就労・就学(パート・アルバイト)している

2. 静岡県ひきこもり支援センターの来所相談における支援経過の考察

第52回全国精神保健福祉センター研究協議会（平成28年10月26日）で発表されたものです。

平成25, 26, 27年度に面接対応し終結したケース156件を対象に、相談受付時と終了時における親得点・本人得点（同項1の表）での状態像の変化を分析。

- ・面接初回時の状態像
親は、焦り・不安が高く、本人との会話はあがるが、相談機関に行くことや、今後についての話などはできない状態の人が多く、本人は、9割近くは自室からは出ていて、半数以上は他者と交流がない場にも外出できる状態である。
- ・親のみ複数回面接をしたケース(65件)の変化
継続的な相談につながり、親の不安・焦りが和らいで、本人に相談機関に行っていることを話せるようになるといった変化が生じていることがうかがえた。
本人に関しては、社会参加に向けて行動を始め、実際に就労・就学につながる変化が生じていることがうかがわれた。（親と本人と一緒に面接を行っている場合は、より強く改善されている。）
- ・親得点項目の変化に伴う本人への影響 （親のどの項目変化が強く影響を与えているか）
全ての項目で、親の変化があったケースは、なかったケースに比べ、本人得点の伸びが大きくなっていった。特に伸びが大きかったのは、「本人と緊張せずにいられる」「本人と話することができる」「家庭内で本人と将来のことについて話せる」といった本人との関係性に関する項目だった。
一方、「家庭内で本人が追い詰められない」状態が改善されない限り本人の変化が生じないことがうかがわれた。
本人と親・家族との関係性が改善されることで、親のみの面接でも本人と社会との関わりに変化が見られるようになることがうかがわれた。

そして、

- ・家庭内の関係性の変化により、本人にも具体的な行動の変化が生じていくという流れが確認できた。
- ・まずは親が落ち着き、本人が家の中で安心できる環境を整えていくことが、より有効であることが示唆された。
- ・継続面接の効果、親面接の有効性が再確認された。

3. 静岡県ひきこもり支援センターの居場所支援について

第54回全国精神保健福祉センター研究協議会（平成30年10月24日）で発表されたものです。

ひきこもりに悩む本人への支援として居場所を平成28年9月から4か所に開設し、平成30年5月からは5か所に拡大。居場所における支援について、親得点・本人得点（同項1の表）での開設当初からの利用者の変化について利用実績をも含め報告。

- ・居場所の運営は、ひきこもり支援の実績があるNPO法人や社会福祉法人に委託し、センターと連携を図りながら実施。週1回程度定例の曜日に開催し、それぞれにスタッフを2人以上配置。そして、利用者の状態を定期的に確認。
- ・活動内容は各所によって異なるが、カードゲームやボードゲーム等複数のメンバーで行うゲームのほか、工作・料理・運動など利用者の要望に応じることができるよう複数のメニューを用意。
- ・居場所利用開始以降に見られた変化は、利用者が個人的支援段階から中間的・過渡的な集団との再会段階、そして社会参加の試行段階へと移行していることが示された。これは居場所の利用が一定の効果を発揮しているものと推測されるが、社会参加を目指す中で、居場所における支援は、ひきこもり支援全体の中の通過点として機能することが望ましい。

（令和2年12月に6か所目の居場所を開設）

4. 『静岡県ひきこもり支援センターの居場所支援について

～居場所版静岡式ひきこもり評定尺度の得点変化から見た利用者の変化～』

第59回全国精神保健福祉センター研究協議会（令和5年10月30日）で発表されたものです。

1年以上継続して居場所を利用した46人を対象に、居場所における本人の変化を明らかにすることを目的に、「居場所版静岡式ひきこもり評定尺度」（下記表）を用いて分析。

・利用開始1年後の行動変化（対象46人）

次のステップを考え始めた(H)は4割強、実際に次のステップに進んだ(I)は3割強であった。変化の指標の差が20%以上増加した項目は、誘われれば居場所のスタッフや他の利用者と一緒に雑談する場に加わることができる(C；22%)、自分の意見を言える(F；21%)、次のステップを考え始める(H；28%)、次のステップに進む(I；29%)であった。

・2年後における行動変化（対象27人）

6割以上が次のステップを考え始め、約半数が次のステップにつながった。開始時との変化の指標の差が20%以上増加した項目は6項目で、多い項目から順に、次のステップを考え始める(H；62%)、次のステップに進む(I；48%)、次のステップに継続的につながっている(J；41%)、自然に笑える(D；30%)、自分の意見を言える(F；29%)、雑談ができる(C；22%)であった。

1年後の行動変化と比較するとH、I、Jが大きく増加していることがうかがえる。

- | |
|---|
| A 不安や緊張のためにキャンセル・早退することなく、当初の予定通り居場所に居られる |
| B 誘われれば居場所スタッフや他の利用者と一緒に遊ぶ場に加わることができる |
| C 誘われれば居場所スタッフや他の利用者と一緒に雑談する場に加わることができる |
| D みんなが笑っているときに自分も自然に笑うことができる |
| E 自分から他のメンバーに話しかけたり遊びに誘ったりすることができる |
| F みんなで何かをしようという場面で、自分の意見を言ったり提案ができる |
| G 自分のちょっとした失敗や恥をネタにして笑うことができる |
| H 居場所の次のステップ（就労支援機関の利用、ボランティア、中間的就労、アルバイトなど）について考え始める |
| I 居場所の次のステップに実際に進む（体験的、単発的な利用や相談も含む） |
| J 居場所の次のステップに継続的、長期的につながっている |

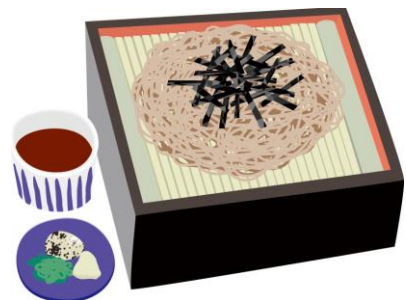
そして、

・ひきこもり当事者は、対人緊張や集団恐怖が強く、コミュニケーションがうまくできないという人が少なくない中で、居場所を通じて肯定的な変化がみられたことは下記の要因によるものと考えられます。

- ①居場所スタッフが利用者の特徴に配慮した適切な関わりを行った
- ②居場所が安心安全な場となっていた
- ③他の利用者が次のステップにつながる姿を見ることができた
- ④その上で次のステップについて考えることができた

・居場所利用開始時の見たての視点は下記となります。

- ①家庭が安心安全な場所であるか
- ②本人のエネルギーが一定程度回復しているか
- ③本人自身が居場所の利用を考える段階か
- ④本人が居場所利用を希望しているか



1月例会のお知らせ

日時：令和6年1月14日（日） 13:15～16:30（受付 13:00～）

会場：静岡県男女共同参画センター「あざれあ」第2研修室

連続学習会テーマ：「持続可能な支援目標「SSGs」

～長期対応を可能にするための提案

講師：ヒューマン・スタジオ 代表 丸山 康彦 氏

尚、当日は10時より同場所で準備会を行っています。配布物の準備やら、話し合いを行ったりしていますので是非お出かけ下さい。例会時とは一味違った雰囲気、気軽な話もできます。皆さんの参加をお待ちしています。

・1月例会は、オンライン（Zoom）での配信はありません。

受付当番： □富士市以東 ■静岡市駿河区、清水区 □静岡市葵区 □藤枝・焼津以西

お知らせコーナー

（次回例会までの予定などをお知らせしています）

◇会員交流の場「地区会」

- ・西部地区 12月16日（土）13:30～16:30（参加心理士）齋藤真紀氏
藤枝市文化センター 第4会議室（相談会と同一会場です）
- ・東部地区 12月24日（日）13:30～16:30（参加心理士）山本弘一氏
富士駅南まちづくりセンター 第2会議室
- ・中部地区 1月6日（土）13:30～16:30（参加心理士）久米典子氏
静岡市番町市民活動センター 中会議室（2階）

◇臨床心理士による「相談会」 ～無料～

- ・西部地区 12月16日（土）相談時間 1回目9:30～ 2回目11:00～
藤枝市文化センター 第4会議室（担当心理士）藤崎なほみ氏
（予約制）申込み・問合せ 事務局まで E-mail: ippuku-kai@outlook.jp ☎ 090-6081-0766

KHJ全国大会のご報告

コロナ禍の影響もあって4年振りの参加となりました。このブランクは非常に大きいことを改めて痛感しました。井の中の蛙状態に陥らないためにも、可能な限り現場に飛び込むべきです。何よりも「ひきこもり」への向き合い方が動いている、人も動いている、行政も動いている。毎回のことながら正味1日の日程で、とても消化しきれない程のプログラムが溢れていますので、印象に残った場面を誌面も少ないので1つだけ紹介しておきます。

基調講演はNPO法人抱璞（ほうぼく）の奥田理事長。氏はホームレス支援をはじめ、子ども、高齢者、刑務所出所者等30近くの事業に携わっており、その活動のスケールの大きさ深さは驚くべきものがあります。ベースはキリスト教会を預かる牧師であり、伴走型支援を常としている。ぜひ「ほうぼく」で検索して下さい。当会とは比較しようもありませんが、家族会に徹している当会のあり方を考えさせられる機会となりました。

中村 彰男

いっぷく会は、会員制で会員の会費で運営されています。会員以外の方もご参加されることは大いに歓迎していますが、その場合は参加費を一回1500円負担して頂いています。ただし初回は体験として無料で参加いただけます。そして年会費8000円（年度途中での加入は月割額700円）で、加入していただければその後の参加費は無料です。詳しくは事務局まで問い合わせ下さい。

事務局 E-mail: ippuku-kai@outlook.jp 電話 090-6081-0766