青年期（ひきこもり）家族会の振り返りからの一考察

宮城県精神保健福祉センター
（宮城県ひきこもり地域支援センター）
技術主査　武者　恵

ひきこもり＝状態（病名ではない）

仕事や学校に行かず、6ヶ月以上にわたり家族以外とほとんど交流せず自宅にいる
＝学校年代は不登校

- ○家族との交流がほとんど無く、自室にこもる
- ○家族とは交流するが、ほとんど家から出ない
- ○外出（買い物等）はするが、家族以外の人との交流が無い
- ○外出し、友人や知人との交流があるが通学、通勤等社会参加がほとんど無い

ひきこもりの現状

15～39歳のいる5000世帯を調査
推計　**54万1000人（宮城県：約1万人）**
40歳以上のひきこもりは含まれていない・・・

ひきこもり状態になったきっかけ

- ○不登校（小学校～高校）
- ○職場になじめない
- ○就職活動が上手くいかなかった
- ○人間関係が上手くいかなかった
- ○病気　　（複数回答可）

何らかの失敗や挫折がきっかけ？！

ひきこもり地域支援センター

- ひきこもりに特化した第１次相談窓口
- 各都道府県・指定都市に設置

宮城県ひきこもり地域支援センター（以下「センター」）

平成26年1月	県精神保健福祉センター内に開設（精神保健福祉センター職員が兼務・増員なし）
平成27年8月	南支所開設（NPO法人わたげの会に委託）

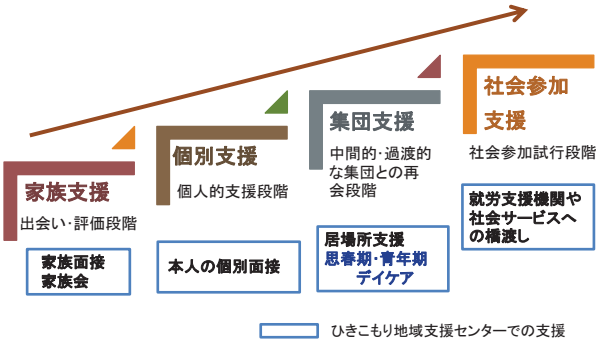
センター事業内容

本人・家族対象としたもの
- ①家族・当事者への個別相談（電話・来所相談／予約制）
- ②青年期（ひきこもり）家族会
- ③居場所支援

④普及啓発（市民講座・パンフレット作成等）

県内の支援体制充実に向けた事業
- ⑤支援関係者支援（研修会・家族会体験事業）
- ⑥支援ネットワークの構築

ひきこもり支援の段階

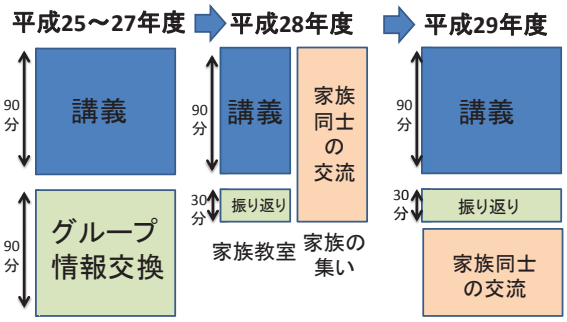


「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」をもとに作成

青年期（ひきこもり）家族会（概要）

- 平成18年～
- 目的：家族のひきこもりに関する知識を習得，家族同士の交流によるエンパワメント
- 開催日：月１回
- 個別相談と家族会の両面で支え，情報共有しながら平行して実施することを基本
- インテークを行い個別状況を把握した上で利用開始
- センターの個別相談の中で相談担当者より家族会を勧められ利用に至る例が多い

家族会の経過（時間構成の推移）



家族会の経過（講義内容の推移）

平成25～27年度

1年（12回）1クール

平成28年度以降

6ヶ月（6回）1クール

6ヶ月（6回）1クール

講義タイトル	内容（エッセンス）
①「ひきこもりの理解と支援」	• 本人（思春期）の心の特性 本人の気持ちを想像することの重要性
②「家族ができる工夫」	
③「コミュニケーション①本人のことを理解しよう」	• ひきこもりからの回復の過程
④「コミュニケーション②伝え方を練習してみよう」	• 家族の工夫の仕方（言語・非言語）
⑤家族（当事者）の話を聞いてみよう	• 本人との関係や関わり方を振り返ることの重要性
⑥家族同士の交流会（軽運動・調理・ゲーム等）	• 家族自身のリフレッシュ

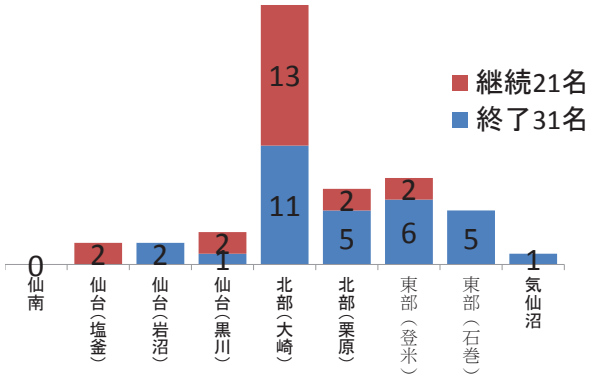
家族会参加者の状況

- 4年で実52家族が参加
- 実参加家族：23～31家族／年
- 1回平均参加者数：13.1名～17.8名
- 新規参加者

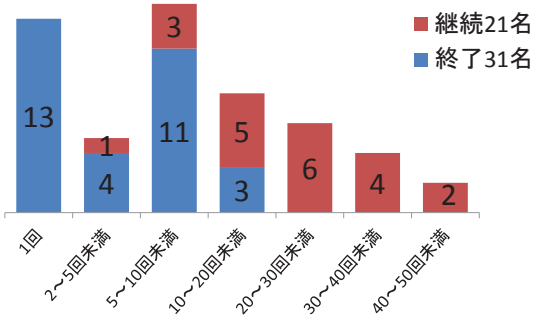
25年度	26年度	27年度	28年度
17名	18名	17名	2名

- 参加者内訳：母　約70%，父　約25%
- 実52家族の参加回数：1回～46回
- 52家族中43家族（約83%）が個別相談利用し家族会参加
- 継続・終了（平成28年度末時点）：21家族継続，31家族終了

継続・終了別　居住地の特徴



継続・終了別　参加回数の特徴



終了31家族の家族会終了理由

理由	件数	%
就学・就労	**6**	19.4%
本人が支援に繋がった	1	3.2%
他機関の支援を受ける	2	6.5%
家族の体調不良	5	16.1%
遠くて通えない	1	3.2%
参加する気力がない	1	3.2%
イメージと違う	2	6.5%
必要性を感じない	1	3.2%
本人の状態が悪くて行ける状態じゃない	1	3.2%
相談（診察）で十分	1	3.2%
不明	10	32.3%

ひきこもり年数：
平均5.8年　短い

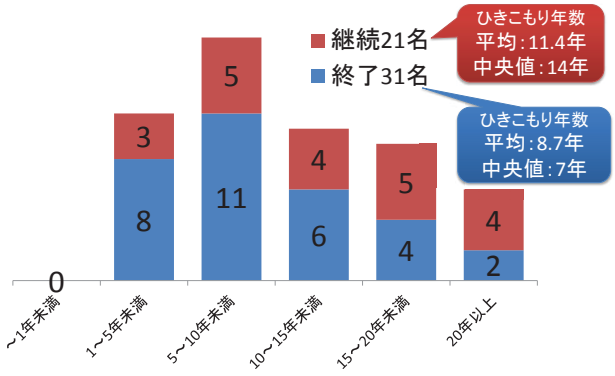
不登校歴：
3名が不登校歴あり。
2名は高卒後～
1名が中学～　高学年

就労経験：
4名がある　社会経験あり

精神科通院歴：
3名がある
すべて医学診断なし

家族会参加回数：
平均6回参加

継続・終了別ひきこもり年数分類



まとめ（これまでの経過）

- 家族支援として，個別相談と連動した支援を実施。
- 参加回数の期限を設けていない
  →家族同士が顔なじみになりやすい
  →段階やニーズの違う家族が共に集う場に
    →枠組みを整理しながら運営
- 『家族教室』と『家族の集い』に分けて運営したが，一つに戻した経緯もある。

まとめ（参加者の特徴）

- 現在家族会に参加している方は，北部（大崎）・北部（栗原）・東部（登米）が中心。他の地域の人は継続できず。
- 参加者は，当事者年齢高く，ひきこもり年数が長い家族。エネルギーチャージ目的で参加。
- 家族会を終了になった方のうち全体の4割は見学のみで終了になっている。
- ひきこもり状況が好転して終了している人は，ひきこもり年数も短く若年の方が多い。

まとめ（今後の方向性）

ひきこもり支援が県内各地域でさらに展開される
ことを目指し，三次機関としての体制づくり

- 講義資料の工夫（誰でも講師を務められるように）
- 他地域での家族会（家族教室）開催
- 家族会開催を通して地域の実情の把握→相談機関との連携
- 家族会体験を通して地域の支援者の技術支援