



## 第4章 実践活動例

### 1. 山梨市の実践

# 実践活動事例

## 山梨市ひきこもりサポーター養成講座

### 山梨市ひきこもり支援の経緯

平成28年度は、福祉課障害福祉担当が主担当。

平成29年度より生活相談支援センターが主担当となり、支援プログラム伝達研修後、峡東保健所とともに山梨市でAGのひとつであるゲーム大会を開催。民生委員向けにひきこもり実態調査を実施した。また、ひきこもり当事者の想いや支援者の活動等、市民への周知を目的に講演会を開催。

### 平成28年度

ひきこもり地域支援者研修会  
【峡東圏域支援プログラム伝達研修】



### 平成29年度

**ゲーム大会**  
IN  
やまなしLGP

※企画「アリオカート・トリップシステム」1st大会 冠して、山梨市協議会を設立します！

日時：平成29年6月30日(金) 15:00~16:30  
場所：街の駅やまなし 会議室B



### ひきこもり支援講演会

日時 平成30年3月27日(火) 入場無料

午後1時30分~3時30分(受付:1時~)

会場 山梨市役所 西館5階 501会議室

講師 ①峡東保健福祉事務所 戸沢 茂嘉 氏  
②ひきこもり経験者の方

※参加希望の方は、3月16日(金)までに  
電話またはFAX(郵用紙)でお申し込みください。

申込：問い合わせ  
山梨市生活相談支援センター(福祉課社会福祉担当内)  
電話 0553-22-1111(内線1134)  
FAX 0553-23-2800

主催：山梨市、協力：峡東圏域支援者研修会、CPIのつなぐ30

### 民生委員向けひきこもり実態調査

県のひきこもり調査から2年が経過。この間、民生委員の交代もあり、新たに民生委員になられた方も多くいることから、あらためて実態を把握するため調査。

市内に20名のひきこもり状態にある方を確認。うち約7割がひきこもり期間が5年以上でひきこもりが長期化していることも判明。

## 平成30年度

### ○個別支援の積み重ね

- ・個別支援を通じて個々のケースが抱える課題の蓄積から、次年度に向けた地域課題の明確化と計画作成。

### ○研修、講演会の開催 ※当事者、支援者向け

- ・日程：年3回（7月、10月、2月）
- ・場所：街の駅やまなし、市役所
- ・対象：当事者、家族、支援者、関心のある人
- ・内容：「ひきこもりからの回復」上映会+ワークショップ
  - 1回目 「私がひきこもった理由～回復のヒントを探る～」
  - 2回目 「我が子がひきこもったとき～家族の役割と支援～」
  - 3回目 「あなたは一人じゃない～様々な支援の形・地域編～」
 上映後に、感想や意見などを出し合うワークショップを実施。
- ・協力：ピアハウスしょうわ（企画段階から）

### ○集団活動の開催 ※当事者向け

- ・日程：年3回（7月、10月、1月）
- ・場所：笛吹市春日居町保健センター、街の駅やまなし
- ・対象：当事者、関心のある人
- ・内容：前年度開催したゲーム大会を開催。
- ・前年度の参加者（笛吹市在住）が開催を計画。笛吹市・山梨市・峡東保健所の共催。

### ○ひきこもりサポーター養成研修・派遣事業（山梨県モデル事業）

ひきこもりからの回復  
上映会  
(全3回)

第1回 「私がひきこもった理由  
～回復のヒントを探る～」

上映後に感想や意見などを出し合うワークショップを行います。

日時：平成30年7月3日（火）  
13：30～16：00

場所：街の駅やまなし 会議室B

定員：30名

主催：山梨県生活相談支援センター  
協力：ピアハウスしょうわ

参加希望の方は、6月25日（月）までに、  
電話・メール・FAX（裏面用紙）でお申し込みください。

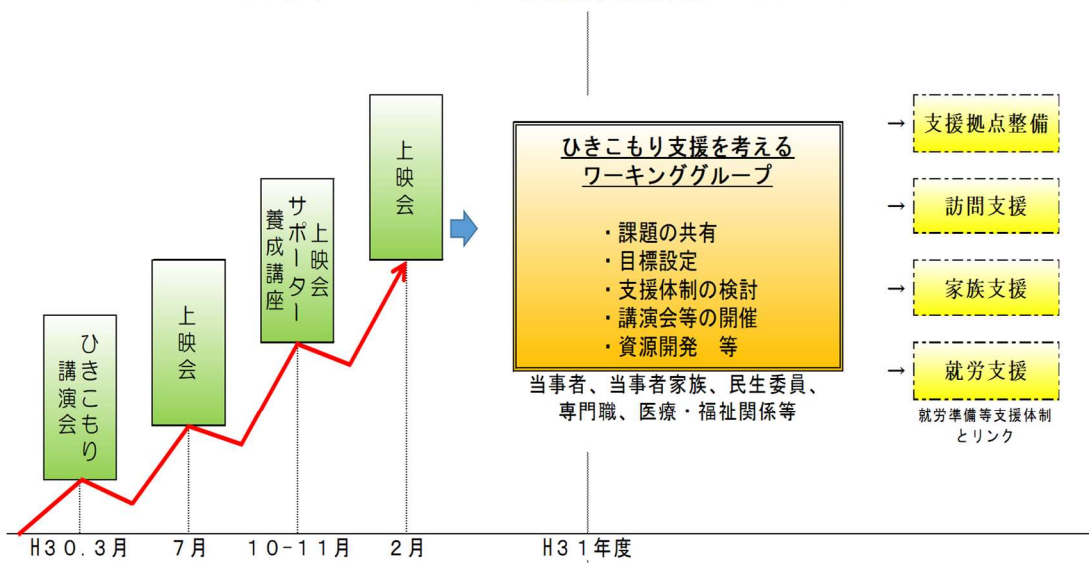
【お申し込み・問い合わせ先】 山梨県生活相談支援センター  
電話 0553-22-1111（内線1130）  
FAX 0553-23-2800  
メール fukushik@city.yamanashi.lg.jp



2

山梨市のひきこもり支援体制構築の一環として、地域でひきこもり支援を共に担っていただける人材の育成を目的に山梨市ひきこもりサポーター養成講座を計画。

## 山梨市 ひきこもり支援体制構築のイメージ



目標

山梨市のひきこもり支援の体制構築に向けて、共感し共に活動をしてくれる同志を見つける

多様な人材とともに山梨市のひきこもり支援体制を構築できる

3



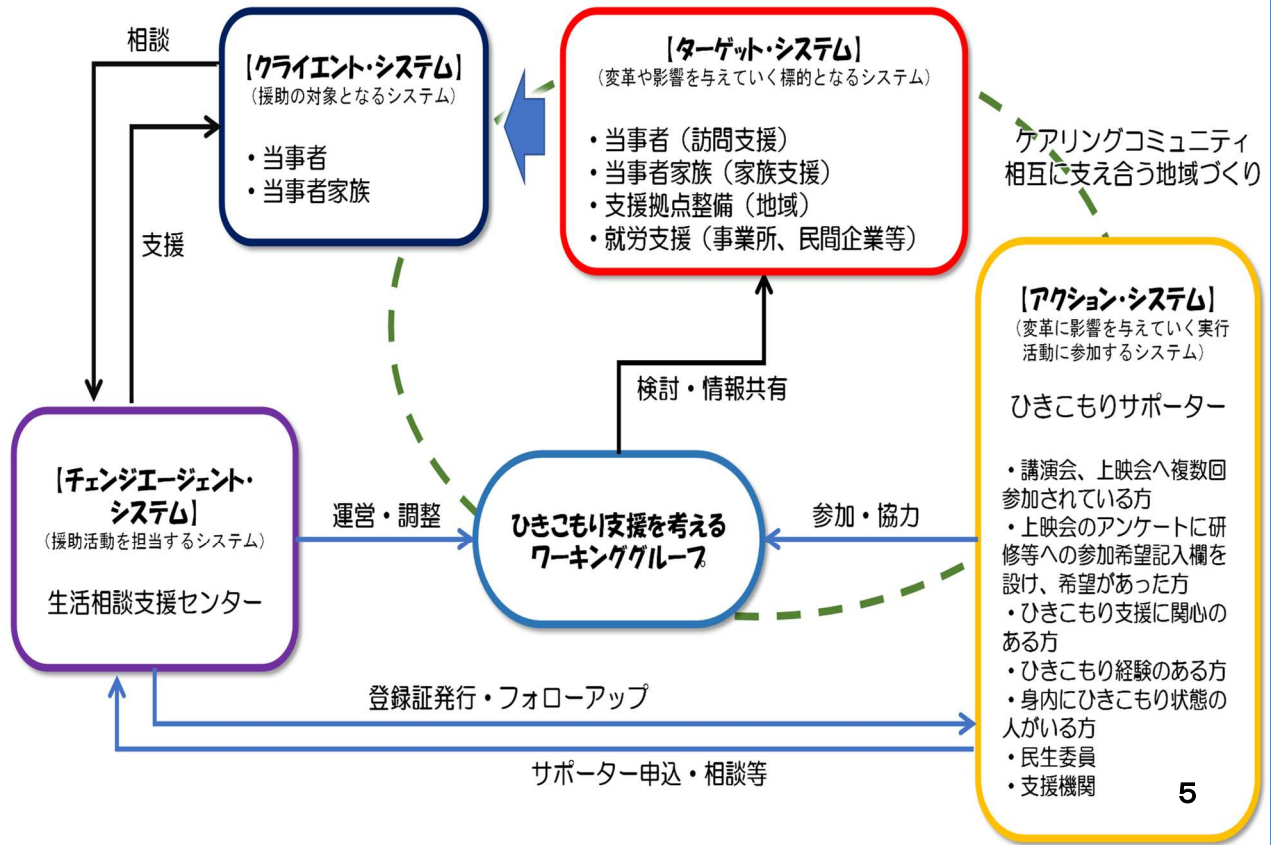
### 山梨市ひきこもりサポーター候補

- ・講演会、上映会へ複数回参加されている方
- ・上映会のアンケートに研修等への参加希望記入欄を設け、希望があった方
- ・ひきこもり支援に関心のある方
- ・ひきこもり経験のある方
- ・身内にひきこもり状態の人がいる方
- ・民生委員
- ・支援機関

山梨市のひきこもり体制構築に向け、上記候補からソーシャルワークのシステム理論におけるアクション・システム（目標達成のためにターゲットに働きかける人々）として21名を選定。電話、郵送で個別に参加を依頼した。

4

### 山梨市におけるソーシャルワーク・システム理論による、ひきこもり支援の相互作用



5



## 養成講座に向け、山梨県障害福祉課、精神保健福祉センター、峡東保健所と目的、内容を検討

### 【目的】

ひきこもり支援体制の構築に向けた取組みの一環として、より一層、ひきこもりについての理解を深め、ひきこもり状態にある本人や家族等に寄り添い、市のひきこもり支援の取組みに協力していただけるサポーターを養成すること。

### 【講座内容】

講座内容を検討する中で、精神保健福祉センターに、アンケートに寄せられた内容から、基本的な知識とともに、実際の支援状況や当事者・家族の思いを知ることができる内容を依頼。

- ・私の娘にも不登校経験があり、高校進学後には摂食障害となり、苦しみました。自分の人生を振り返り、「何故こんなことに…」と悩むうち、家族との関わり（特に両親）に問題があるのではと思い始め、気持ちの整理がつくまで会いたくないと言われ、県外へ進学就職したまま、10年以上帰ることもなく、会ってもくれません。色々な悩みのケースはあるかと思いますが、まずは、本人の心に寄り添うことが大切だと思っています。
- ・専門家の上から目線の会ではなく、実際の事柄や体験者の生の声を聞くことができて良かった。
- ・子どもがひきこもっています。自分の存在を消すように生きています。山梨市の調査のひきこもりの該当にもならないように（分からないように）生きています。これをきっかけに、またひきこもりについての学習会を開いてほしいと思っています。

H30. 3「ひきこもり支援講演会」アンケートより

6

## 山梨市ひきこもりサポーター養成講座

日時：平成30年11月29日（木）午後1時30分から4時30分

場所：山梨市役所 401会議室

参加者：18名

一般	1名
支援機関（社協、NPO）	4名
当事者家族	7名
民生委員	3名
元当事者	3名



内容：

時間	内容
1時	開場
1時30分～2時	サポーター養成講座説明、自己紹介
2時～2時50分	「ひきこもりの理解と支援①～医学的視点から～」
2時50分～3時	休憩
3時～4時	「ひきこもりの理解と支援②～ご本人やご家族との関わり方～」
	「ひきこもりの方や家族が活用できる社会福祉制度」
4時～4時30分	質疑応答、修了証授与

7

### 参加者の感想

- ・ 家族へのアプローチ、本人へのアプローチそれぞれに年齢や人生経験などその方に合ったサポーターが必要であると感じた。多くの方に協力してもらえるといいと思います。また、ひきこもりを抱える家族の「ガス抜き場」があるといいと思いました。
- ・ 大変共感することがありました。勉強になりました。家族は本当にたいへんだと思います。本人というより家族の支援ができたと思います。
- ・ 当事者のみならず、家族のサポートも重要だとわかりました。
- ・ ひきこもりサポーターを主に今後取り組めればと思う。
- ・ 本日はありがとうございました。サポート養成研修と言う事でサポーターという立場ではなく、家族の立場として参加させていただきました。家族という立場としては大変ありがたく勉強になりました。特にひきこもりの理解と支援②の講座はもりだくさんでしたが、家族の問題だから自分たちだけで解決せず外と接点をもつことも回復の一步と心強い励ましをいただいた気がします。ぜひ今後も続けていていただきたいと思っています。
- ・ 親として子供との関わり方の大変さがスライドに書かれているとおりで。我が家ももっと早くこういう会に出会えていればよかったとつくづく思いました。
- ・ ひきこもり状態を理解するためには、ひきこもりに伴う統合失調症や発達障害などの精神障害を学習する必要があると思います。機会があれば勉強したいと思います。
- ・ 親と子の世代間の違いによる意思が通じない現状などの状況説明があると理解しやすいのでは。
- ・ 今回の研修のみでサポーターとなってやることは大変困難と感じた。まず家族との関係によりサポーターとしてつみあげていくこととなっていければと思った。

8

### 参加者の感想

- ・ サポーターになるためには心理学、医学の知識がないと不可と思える。
- ・ ひきこもり者に一番最初に会う第一のサポーターの対応により良くも悪くもなると思える。すこしばかりの研修時間でサポーター登録は不可と思えるし行うべきではない。
- ・ サポーターは専門職でないと不可である。
- ・ 考えが甘いのではないか。本人の考え（他力本願）
- ・ 8050の話題にはあまりふれたくない。不安が増大する。

### 課題

ひきこもり支援への理解や、実際にひきこもり状態にある方の背景や心情・想いを知ってもらえる事、そのうえで医療・心理などの専門知識を知っていただく機会が必要

※サポーター養成講座ではあったが、当事者家族の参加が多く、家族が自分たちの話をできる場の要望も寄せられたことから、家族会立ち上げを検討

9

## 山梨市ひきこもりサポーター登録までの流れ

ひきこもりサポーター養成講座の受講

養成講座修了証の発行

サポーター登録の検討

※養成講座の受講のみでも可能です。

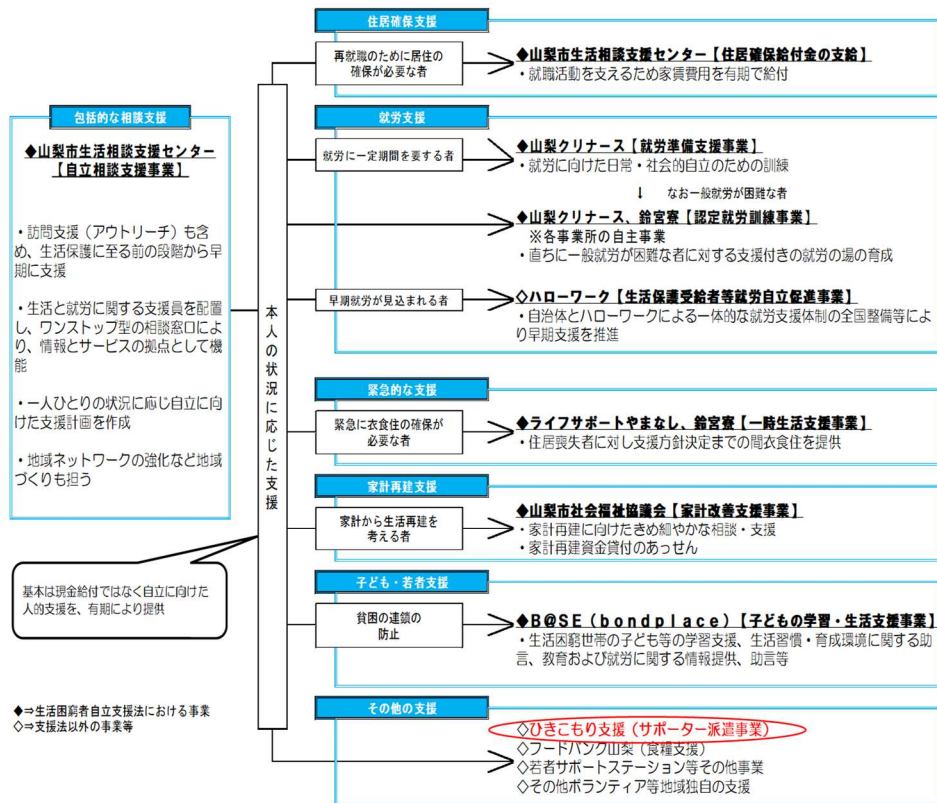
登録申込書、同意書の提出

※受講後、いつでも登録ができます。

登録証発行、名簿登録

今回の養成講座では、6名の方（元当事者、元家族、民生委員、支援機関）がサポーター登録 10

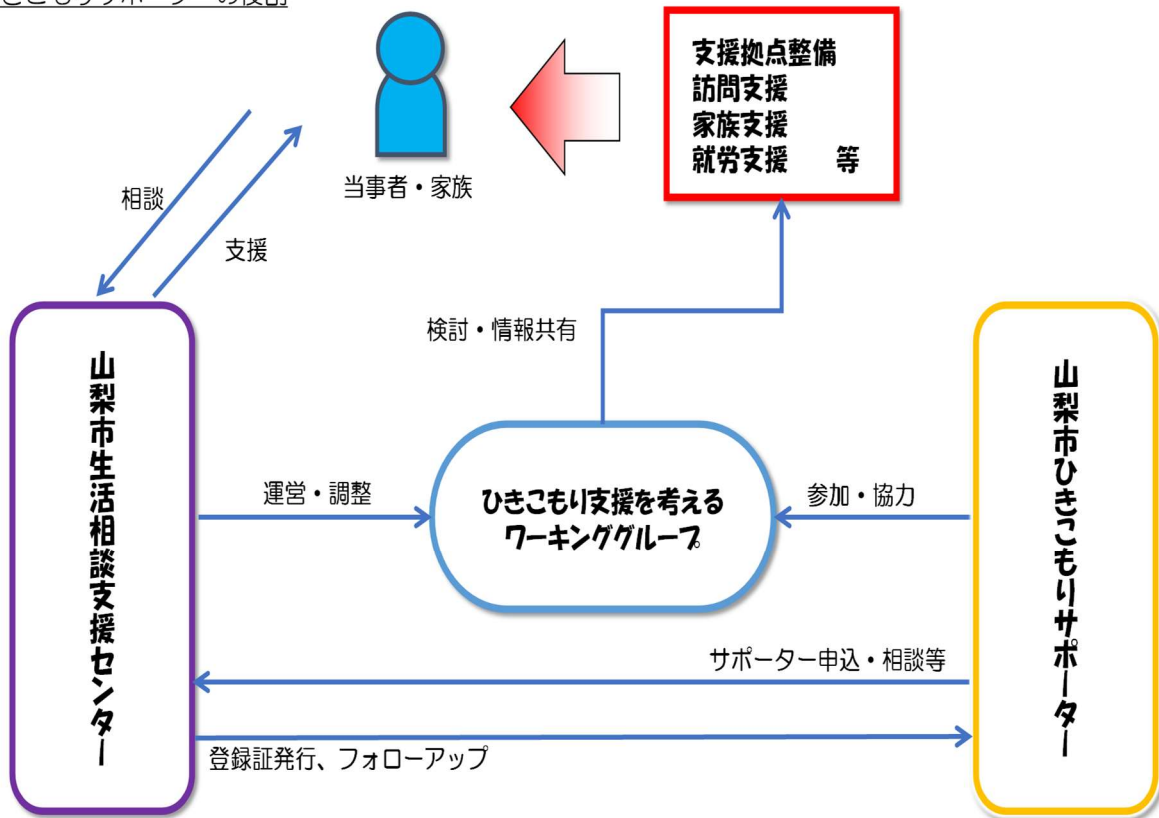
## 生活困窮者自立支援事業における、地域ネットワーク強化としてひきこもり支援体制の構築の位置づけ







## ひきこもりサポーターの役割



## サポーター養成後の活動

- 平成31年1月  
みんなでっ！ワイワイ遊び隊@山梨市  
(笛吹市・峡東保健所と共催のひきこもり、不登校者向けの集団活動)
- 平成31年2月
  - ・「ひきこもりからの回復」上映会 第3回
  - ・ひきこもりサポーターフォローアップ講演会
- 山梨市ひきこもり家族会の立ち上げ支援
- 定期的なワーキンググループにて、課題整理、目標設定、講演会等の企画・運営等の検討

地域のニーズキャッチ、課題の共有、方策、活動を一体的に行っていくため、どのような体制を構築していくか検討する段階からサポーターに入ってもらい、地域に合わせた体制の構築を目指す。初期にはセンター主導で運営等を行いながら、いずれはサポーター主導による活動へと発展していくことを目標とする。

山梨市生活相談支援センター  
〒405-8501  
山梨市小原西843  
(山梨市役所 福祉課社会福祉担当内)  
0553-22-1111 (内線1134)  
<http://www.city.yamanashi.yamanashi.jp/>

## 2. 北杜市の実践

### 実践活動事例

## 北杜市 ひきこもりサポーター養成講座

### ひきこもりサポーター養成講座開催の経緯

- ・山梨県が平成27年実施したアンケート結果から
    - 市内で48名の該当者がいる
    - 男性が7割を占めている
    - 5年以上が6割以上いる
    - 支援を受けていない、わからないが9割
  - ・北杜市内在住のひきこもり当事者の話を聞いて
    - ひきこもり状態から変化するため支援を求められたときの、支援側の体制整備の必要性
- ひきこもり支援の必要性から、早期に支援展開できる、サポーター整備が重要と思われた。



サポーター養成までに庁内で検討したこと  
 ひきこもりサポーター養成講座を開講するにあたり、市だけでは実施するだけの専門知識等が無い。  
 そのため精神保健福祉センター（ひきこもり地域支援センター）との連携が重要

- ・ 精神保健福祉センターにおける、ひきこもり相談窓口
  - ひきこもりに特化した相談を随時受付けている
  - 有効な支援の方向付けをしたうえで、市町村・関係機関につなげている
- ・ 専門的知識が豊富
  - 市の中で、ひきこもり支援の思いがあっても、実際に関わっていく際の基礎知識やノウハウがない

→サポーター養成には、ひきこもり地域支援センターの専門的知識と実践経験を踏まえた内容が必要不可欠<sub>2</sub>

## ひきこもりサポーター養成講座受講対象者

- ・ 民生・児童委員を受講対象とした点について
  - 平成25年に実施された、ひきこもりアンケート後に民生・児童委員より実際に関わっていく際にどのようにしたらよいかといった話があった。
  - 地域住民との距離が近い民生・児童委員は日頃の活動の中で、早期発見や当事者家族とのつながりがでてくるのが予想されるので、当事者や家族との関わり方を理解することが必要と思われた。

## 北杜市ひきこもりサポーター

### 【概要】

- ひきこもりサポーターを養成・派遣をすることにより、地域に潜在するひきこもりを早期に発見し、適切な支援機関に早期につなぐことで自立を促進する。  
(本人や家族に対するきめ細かで継続的な支援の実現)

### 【役割】

- ひきこもり当事者・ご家族と専門機関等とを結びつけるような間接的な役割を担う

### 【内容】

- 自立生活の相談支援を行う
- 生活の困り事を当事者から発信できるように支援をする
- ゴール設定は本人や家族が決めることであるので、ひきこもり状態の方々への良き理解者として支援をする
- 受け皿の開発の援助

北杜市ひきこもりサポーター養成講座オリエンテーション資料より

4

## ひきこもりサポーター養成講座の開催

### 【日時】

平成30年1月19日(金)午前10時～午後2時30分  
29日(月)午前9時30分～正午

### 【場所】

すたまふれあい館会議室

### 【修了者数】

104名

### 【サポーター登録者数】

41名(平成30年3月末現在)



5





## ひきこもりサポーター養成講座受講者の感想

- サポーターになるならならぬに関わらず、今後の活動に役立つ講座でした。
- 直接交流のない他地域の民生委員の方々とお話ができ、情報交換が出来たことが良かった。
- ひきこもりに対してだいたいの事は理解出来たと思いますが当事者を認識する事は大変だと思うし、寄り添う事もそれぞれの状態により対応することが非常にむずかしくサポーターとしてやっていけるのかどうか迷っております。
- 本人・家族対応について、実際の具体的な取組事例等を示していただければ、今後の民生委員として、対応が進め易いと思います。

8

## ひきこもりサポーター養成講座開催後の動向と課題

- サポーター養成講座受講後、民生委員になってこれまで気がつかなかった、ひきこもり当事者を抱える家族の情報をキャッチすることができ、把握した情報を市や精神保健福祉センターと共有するに至った。
- 市の他部署から相談を受けた情報について、家族支援へつなげるため、サポーター登録された方の支援を提案し、同意を得たうえで支援展開につなげていける可能性が出てきた。ひきこもりサポーターが地域の社会資源のひとつとなることが期待できる。
- サポーター登録者のフォローアップ研修が重要となる。

9



**【連絡先】**

**〒408-0188**

**山梨県北杜市須玉町大豆生田961-1**

**北杜市福祉部福祉課生活支援担当**

**電話:0551-42-1334**

**FAX:0551-42-1125**

## 第5章 ひきこもり支援体制の構築のために

ひきこもりの支援には、県単位の広域での体制づくりを進めるとともに、より住民に身近な「市町村単位」「圏域単位」における体制づくりが必要です。

サポーターの養成・派遣は、ひきこもり支援に熱意のある住民の力（パワー）を活用し展開していきます。

展開の過程で、住民に向けてひきこもりに対する正しい知識を普及啓発することができ、隙間のない支援体制を構築することにつながり、誰にとっても住みよい地域づくりに結びつきます。

市町村において、ひきこもりサポーター養成・派遣に係る事業を取組む際に重要なポイントは、「サポーターにどのような役割を期待するのか」を具体的に定めておくことです。

期待する役割が定まったら、ぜひ、市町村においてこの手引きを活用し、取組を始めていただければ幸いです。

山梨県立精神保健福祉センター（ひきこもり地域支援センター・ひきこもり相談窓口）では、研修の企画や講師派遣等の協力をすることが可能ですので、必要時には御連絡ください。