

# 浜松市におけるひきこもり支援の状況 —早期支援のための取組み—

浜松市精神保健福祉センター

○相曾晴香 池田千穂 鈴木多美 二宮貴至

## 1 要旨

浜松市では平成 19 年度、精神保健福祉センターの開設当初からひきこもりの支援を開始し、平成 21 年度に浜松市ひきこもり地域支援センター（以下、センター）を開設した。近年、相談件数が年々増加し、10 代の相談が占める割合も増加していた。ひきこもりの長期化を予防するためにも、ひきこもり初期の段階での支援、『早期支援』の必要性を感じ、平成 30 年度早期支援の取組みとして「10 代の不登校・ひきこもりに悩むご家族のための教室（以下、10 代の家族教室）」の開催と、若者支援団体との連携の強化を目指した。

本報告では浜松市におけるこれまでのひきこもり支援事業実施状況、および、平成 30 年度新たに展開した早期支援の取組みと今後の課題について考察する。

## 2 浜松市ひきこもり地域支援センターの体勢について

浜松市では、センターを精神保健福祉センターと NPO 法人遠州精神保健福祉をすすめる市民の会（通称 E-JAN、以下、E-JAN）の官民協働で運営している。

図 1 のとおり、精神保健福祉センターでは主に家族および当事者の相談支援や家族教室、支援者研修等を実施し、E-JAN では「ひきこもりサポートセンターこだま（以下、こだま）」として、当事者の訪問支援や居場所支援、啓発事業（講演会）等を実施している。また、地域若者サポートステーションはままつも E-JAN がこだまと同じフロアに事務所を設置し、ひきこもりから就労までの支援を一体的に行っている。

連携においては、実施要領に定められた連絡協議会「ひきこもり企画検討委員会」だけではなく、実際の現場でひきこもりに関する相談支援にあたっている支援者を対象とした「ひきこもりネットワーク会議」を開催し、センターの活動を周知啓発するとともに、地域全体でひきこもりの問題を「顔の見える関係」のもとで議論できる場を築いてきた。

## 3 事業実施状況

当事者および家族の相談や居場所への来所等の相談支援件数は年々増加し、平成 29 年度には延べ 5,500 件を超えている。

図 1 浜松市のひきこもり支援のイメージ

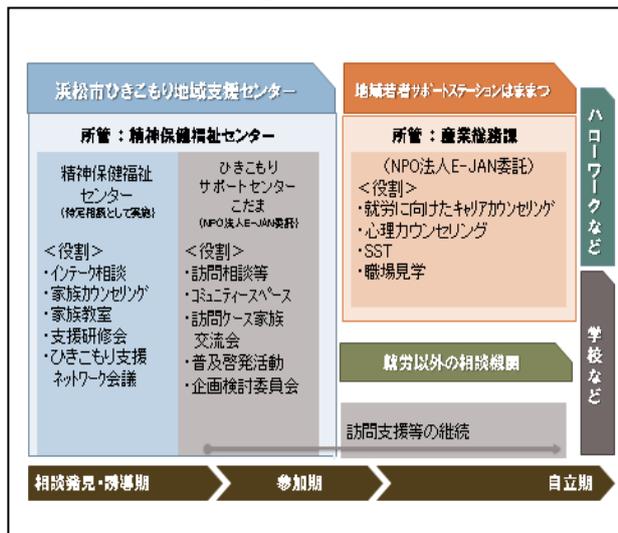
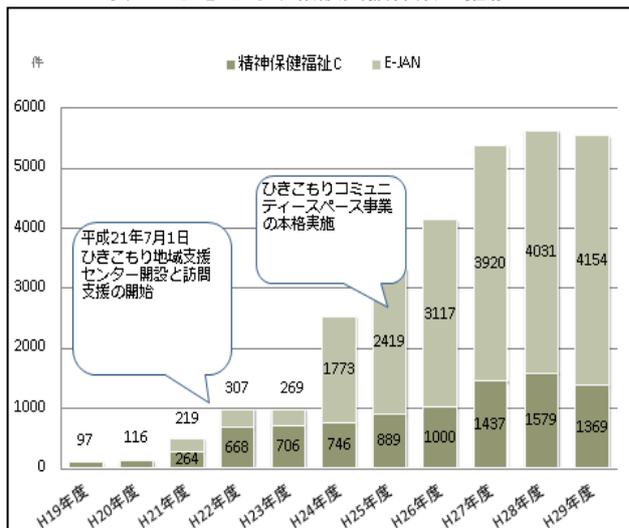


表 1 ひきこもり相談支援件数の推移



## 4 早期支援の取組み

### (1) 背景

近年、センターでは、義務教育卒業後の 10 代のひきこもりに関する相談が増加傾向にあり、平成 29 年度にはひきこもり相談全体の 20%を、平成 30 年 10 月現在はおよそ 25%を占めている。これらの相談の多くは、「6 か月以上社会参加がなく家庭にとどまり続けている」という厚労省のひきこもりの定義には当てはまらない「学校を休み始めた」「学校を休みがち」といった段階の相談で、対象者の親が不安を抱え相談に来所していた。一方、中学時代に不登校を経験した生徒が通信制高校等に進学した後、再び不登校や中退となった場合、本人や家族が相談できる場所が限られていることも課題として感じていた。センターへ来所された 10 代の不登校・ひきこもりの問題をもつ親からは『一日も早く学校に復帰すること』『学校に行けないのであれば働くこと』が希望され、焦り、疲弊し、罪悪感や自責感を抱き、子育てに対する自信をも失ってしまった状態で相談に繋がるケースが多くあった。このような親の焦りや不安、罪悪感、不登校やひきこもりの問題をもつ子どもたちにとって、家族との関係悪化を招くだけでなく、ひきこもり状態をさらに強固なものとする悪循環を招き、ひきこもり問題の長期化を引き起こす要因となると考えた。そのためセンターでは、親が最も不安と焦りを感じ、子育てへの自信をも失くしてしまう可能性のある不登校やひきこもりの初期段階に親への支援を開始し、本人が学校を休んだり、ひきこもっていたいという心理を受容し、あえて言うなら、「本人が安心してひきこもることができること」を親が見守ることができるためのサポートが必要であると考えた。同時に、本人が再び動き始めたいと思った時、親が後押しできるような家族関係を作っておくこと、親自身がご自身の関わりに自信をもてるよう、親のエンパワメントを主軸とした支援を展開する必要があると考えた。

次に、浜松市では、青少年育成センターが実施している「若者相談支援窓口わかば（以下、わかば）」が平成 25 年に開設され、若者の一次相談窓口となっているが、これまで、わかばからの紹介でセンターのひきこもり相談に繋がるケースはあるものの、それ以上の連携にはいたっていなかった。また、平成 28 年度に通信制高校等とのひきこもり支援ネットワークを拡充する目的として、ひきこもり支援ネットワーク会議に当該校を招いたが、一校の参加も得られなかった。これらのことから、今年度は 10 代の親支援のための家族教室の開催と、早期の相談を促すために若者支援団体との連携を強化することを企画した。

## (2) 取組み

### ① 10 代の不登校・ひきこもりに悩むご家族のための教室

10 代の家族教室は、中学校卒業後、不登校やひきこもりの状態にある 10 代の子を持つ両親を対象とした。教室を開催するにあたり、教育委員会、現場のスクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカーに対して事業実施に関するヒアリングを行い、「不登校児についてはまず親の支援が必要」との賛同を得た。また、学校現場で支援を行っているケースにも教室を紹介していただくよう協力を依頼した。

その結果、定員 20 組のところ 18 組の申込みがあり、内 16 名が不登校の状態での申込であった。また、3 分の 1 以上の家庭は母親のみならず父親も参加され、従来の家族教室より両親での参加が多いのも特徴であった。

教室の内容及び各回の目的は表 2 のとおりである。1 回目では、精神保健福祉センターの所長（精神科医師）より、ひきこもりの心理状態に加え、思春期に起こりやすい精神疾患や、ひきこもりの背景要因として考慮すべき発達障害について説明し、本人の状況によっては、早期の医療受診が必要であることを伝えた。2 回目では、家族の接し方に加え、ひきこもり状態から回復した事例を伝え回復のイメージをもってもらうことで、親の不安を和らげ当面の見通しを持ってもらうことを目的とした。3 回目では、「浜松市若者相談支援窓口わかば」の職員に協力を依頼し、家族や本人の相談先や、ニーズの高かった通信制高校等の仕組みについても情報提供を行い、本人が動き出したいと感じた時、親から本人に対して多様な選択肢があることを示すことができることを目指した。また全 3 回を通して参加者のわかちあいの時間を設けた。さらに教室終了後、「修了者のつどい」を開催し、センターの相談を利用して不登校・ひきこもり状態から回復した 10 代の子をもつ親御さんに自らの経験をお話いただく予定である。このことにより、参加者同士のつながりを強化し、ピア・カウンセリング的な支援効果を期待している。

表 2 10 代の不登校・ひきこもりに悩むご家族のための教室 内容

	内容	講師	目的
第 1 回	○講義 不登校やひきこもりを知ろうー状態について理解しようー ○わかちあいの時間	精神保健福祉センター所長 精神科医師	ひきこもりの心理状態を理解する。思春期に起こりがちな精神疾患や、ひきこもりの背景因子として考慮すべき発達障害について基本的な情報を知っておく。
第 2 回	○講義 その時家族はどうしたらいいの？ー家族の接し方についてー ○わかちあいの時間	精神保健福祉センター 臨床心理士	親の関わり方について理解する。回復に対するイメージを持てる。
第 3 回	○情報提供地域の社会資源について ○わかちあいの時間	精神保健福祉センター 保健師 青少年育成センター 職員	回復段階で利用することができる通信制高校やサポート校の情報を得る。

### ② 連携

今年度、わかばとの連携を強化し、通信制高校等や不登校・ひきこもり支援を行う他団体との連携を強めるために連絡会を行うことを提案したところ、わかばが主管して行っている「不登校やニート、ひきこもり等の悩みに個別に応じる合同相談会」において、情報交換会を開催することができた。その結果、参加団体へセンターの事業周知と早期支援につながるための連携を求めることができた。また、参加団体からも、情報交換会で他団体の活動を知ることができ、横のつながりを持てたとの高評価をいただくことができた。

## 5 結果および考察

10 代の家族教室では、初回には参加者の緊張した様子が見えましたが、回を重ねるごとに、センターで継続した相談を受けられることや同じように悩む家族が他にもいるのだということが分かり、不安感や孤立感が和らいでいる印象を受けた。参加された家族の 9 割以上が、何らかの形でスクールカウンセラーの相談を利用されていたが、さらに正しい知識や接し方について知りたい、相談したいというニーズがあることが分かった。また、学校関係者以外の第三者の意見が聞きたいという要望もあった。教室を開催し、親の不安の高い不登校やひきこもりの初期段階では、タイムリーで寄り添った相談対応が必要であると改めて痛感した。今後は、教育機関、スクールカウンセラーとの連携のあり方、センターが担う役割について検討していく必要がある。精神保健福祉センターでは、自殺対策事業として市内の中学校教諭に対して思春期に起こりやすい精神疾患や不登校・ひきこもりについての研修や、小中学校のスクールカウンセラーに対する研修会を実施している。そういった教育機関との“パイプ”も今後の連携の強みとなっていくと考えられる。

不登校・ひきこもりの問題を抱える家族は、早期に学校に復学させることや社会とのつながりをもつことを急ぐあまり、本人と家族との関係が悪化し、回復に向けた支援が長期化する傾向がある。このような状況に対して、まずは親自身が本人の回復に向けて腰を据えて関与することができる精神的な支えをもつことが必要であると考えられる。不登校からひきこもりに至る前の早い段階での途切れない支援のシステム化を行い、一貫して支援を受けられる体勢づくりについて検討していきたいと考える。