

# ひきこもり当事者グループ「ゆきかき」の活動について

浜松市精神保健福祉センター

○河合龍紀 河合恵美子 高林智子 益井多美子  
幸崎美帆 鈴木若奈 二宮貴至

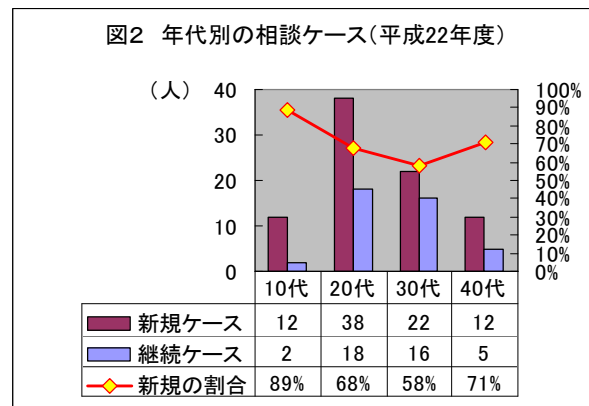
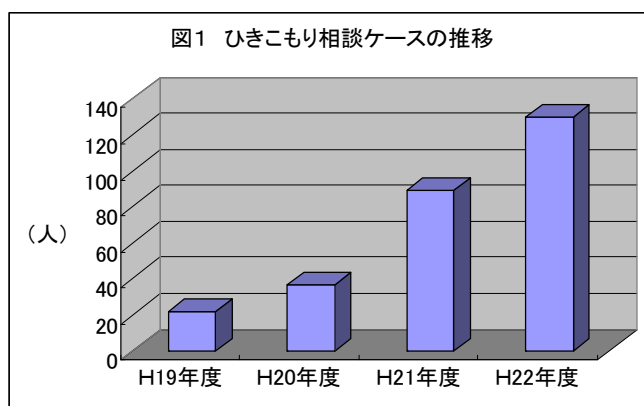
## 1. はじめに

浜松市では平成 21 年 7 月より、ひきこもり地域支援センターを開設し、これまでのひきこもり家族に対する面接相談に加え、訪問支援の機能を加え相談支援体制を充実させた。センターでは、まず家族による来所相談を受付け、必要なケースには訪問支援を検討して、支援につなげるという方法をとっている。訪問支援については、民間事業所に委託し、ケースごとに連携をしながら行なっている。さらに、回復過程にあるひきこもり当事者に対しては、家族以外との交流ができる居場所づくりを目的としたグループ支援を行なっている。今回はこの当事者グループ「ゆきかき」について報告する。

## 2. 浜松市のひきこもり相談の現状

平成 22 年度の当センターにおけるひきこもり相談は 130 ケース（男性 106 ケース・女性 24 ケース）であった。

相談件数はひきこもり地域支援センターが開設された平成 21 年を境に急増している（図 1）。ひきこもり当事者を年代別にみていくと、20 代のケースが圧倒的に多いことが分かる。逆に件数としては少ないものの、10 代、40 代については、新規ケースの割合が高めなのが平成 22 年度の特徴であった（図 2）。このことから、ひきこもりを始めた 10 代のケースも次第に相談につながりつつあること、逆に 20～30 代の当事者に比べ、ひきこもりからの経過が長く、相談者である親も高齢な 40 代のケースの多くは、継続相談になりにくいことが分かった。



## 3. 当事者グループ「ゆきかき」の概要

平成 21 年 11 月からは、ひきこもり当事者の居場所づくりを目的に「当事者グループ」を月 1 回でスタートした。当初のメンバーは 20 代男性、女性 1 名ずつの計 2 名ではあったが、その数は徐々に増えていった。平成 22 年 5 月からはグループ名称を「ゆきかき」とし、グループ活動の回数を月 2 回に増やした。活動回数を増やしたのは、メンバーの意向によるものである。

これまでの活動については以下の通り。

ゲーム（トランプや UNO）、クリスマス会（ケーキのデコレーション）、映画鑑賞（DVD）、社会見学（FM ラジオ局「K-MIX」見学）、散歩（浜松城公園・静岡文化芸術大学）、調理実習（お菓子作り）、創作活動、心理検査（TEG-II、バウムテスト） など

これまでにグループに参加した方は16名（男性11名、女性5名）、平均年齢は27.4歳である。グループがスタートして1年半以上が経過していく中で、就労や新たな目標を見つけて取り組む人、グループの参加を中断する人などがいたため、平成22年度の参加人数は平均5.0人であった。毎回さまざまなプログラムを企画しているが、活動内容はグループミーティングで意見交換をしてできるだけ参加者の声を取り入れたものになっている。参加が中断している参加者などにも「ゆきかき通信」（後述）を定期的に送付し、グループの雰囲気や活動内容を伝えるようにし、いつでも参加できるよう配慮している。



図3 メンバーがデザインした「ゆきかき」ロゴマークとキャラクター

#### 4. グループ活動からの発展

##### (1) ひきこもり家族教室への参加

当センターはひきこもり家族教室を年2回（全4回コース）実施しているが、「ゆきかき」では、グループの活動の様子や自分たちの思いなどをグループミーティングでまとめて発表したり、メンバーの一人が家族教室の中で自身の体験を発表したりする場を設けている。

##### (2) ゆきかき通信の発行

毎回の活動後に参加者が書いた感想などを掲載した「ゆきかき通信」を、参加しているメンバーだけでなく、来所相談の家族や当事者にも配布している。グループの活動やメンバーの気持ちなど発信するツールとなっている一方、相談に訪れる家族を通して自宅にいる当事者が同じひきこもり当事者やグループの様子を知るための情報源にもなっている。

##### (3) 関連事業への参加

回復段階にある当事者の一人が当センターの主催する啓発事業の実行委員として参加するなど、イベント等においてグループ自体が他の団体とのつながりを持ちながら活動する場を提供している。

#### 5. 考察とまとめ

「ゆきかき」がスタートしてまもなく二年を迎える現在、少しずつメンバーの中にも変化が現れてきた。平成23年8月現在で、4名が就労、1名が個人的に研修に参加するなど自主活動を始めている。そんなメンバーも、はじめは家族相談をへて来所するようになったケースが多い。

家族との関係を一切絶っているひきこもり当事者や、家族との交流があっても社会参加できずにいる当事者が数多くいる現状で、まずは自宅でひきこもっている当事者およびそれを相談できずにいる家族に対する相談窓口が身近にあることは大切なことで、当センターでは、ひきこもり支援において自宅から社会への「入口」として、当事者や家族の回復への第一ステップとなる支援を行っている。そのために、家族相談と当事者グループを同じ場所で行うことはとても意義のあることと考える。

今後の課題は、グループ参加者の「次のステップ」である。グループに参加できるようになった人が次にどういった機関につながるかはとても重要な課題である。特に20代、30代の若者が、当事者の状況に応じた個別的、専門的な支援を受けるためには、浜松市に新設された若者サポートステーション等の関係機関などとの連携を深めていく必要がある。新たな機関、居場所として本人や家族が通える場所が地域が増えていくことは、当事者たちのその先の選択肢が増え、ひきこもりの回復過程も多様で柔軟なものとなりうる。

これらの考察から、「ゆきかき」のひきこもり当事者グループとしての役割について以下の通りにまとめる。

- ① 家族以外の人との接点の場であり、社会への所属感を得られる場
- ② 様々な活動を通して自己実現をしていける場
- ③ ひきこもり当事者やそのご家族への情報発信
- ④ 「ひきこもり」という自身の経験を活かすことができる場