

ひきこもりサポーターの 養成と活用

—実践例と養成・活用のポイント—



平成24年度 厚生労働省社会福祉推進事業
「地域におけるひきこもり支援に関する調査・研究事業」分冊報告書
ひきこもり地域支援センター全国連絡協議会
ひきこもりサポーター養成カリキュラム検討委員会

目次

I	はじめに	1
II	実践例の報告	
	全国5か所におけるひきこもりサポーター養成の実践報告	
(1)	大学生、大学院生等による「ユースサポーター訪問事業」(横浜市)	3
(2)	体験談発表によるピアサポーターとしての新たな役割と可能性(浜松市)	43
(3)	地域特性を生かしたひきこもりサポーター養成の試み(和歌山県)	65
(4)	「支援」へとつなぐサポーター養成 ―福祉従事者を“ひきサポ”に―(堺市・ユースサポートセンター)	73
(5)	家族ピアサポーター養成(広島県・西部)	83
III	ひきこもりサポーター養成・活用のポイント	
(1)	ひきこもりサポーター養成のポイント	91
(2)	ひきこもりサポーター活用のポイント	91
IV	おわりに	93

I はじめに

岡山市こころの健康センター 太田順一郎

厚生労働省は平成 21 年度から「ひきこもり対策推進事業」を開始し、全国に「ひきこもり地域支援センター（以下『支援センター』）」の設置を進めています。支援センターは平成 25 年 1 月時点で全国に 38 ヶ所開設されています。今後も設置自治体は増えるものと予想され、支援センターの機能を充実させていくことが地域のひきこもり関連問題対策の推進に資するものと期待されています。支援センターは、すでにそれぞれ各地でひきこもり支援の中核機関として活動していますが、全国に支援センターが設置されるに従い支援センター間の連絡・協力を図ることを求める声があり、全国協議会を組織することになりました。ひきこもり地域支援センター全国連絡協議会は平成 23 年 12 月に正式に発足し、平成 24 年度には厚生労働省の実施している社会福祉推進事業の一環としてひきこもり対策事業を実施することになりました。

平成 24 年度、ひきこもり地域支援センター全国連絡協議会が社会福祉推進事業として取り組んだ事業には、1) ひきこもり地域支援センター共通データベースの検討、2) ひきこもりサポーター養成カリキュラムの検討、3) ひきこもり支援人材の育成の 3 つのものがああります。本報告書はその中の「ひきこもりサポーター養成カリキュラムの検討」に関する報告書です。ひきこもり対策の中でも、ひきこもりサポーターの養成と活用に関しては、まだ全国的にもこれからの課題と言えます。そんな中で、すでにサポーター養成・活用に取り組んでいる各地のさまざまな活動の実際をお伝えすることが重要であると考え本報告書を作成いたしました。

本報告書には、ひきこもりサポーター養成・活用の先進地区である 5 つの地区における取り組みの詳細が記載されています。私たちがお伝えしようとしたものは、ひきこもりサポーター養成・活用のスタンダードではなく、地域の特性に応じてその地域なりのサポーター養成・活用の形があるということです。この報告書に収められた 5 つの地区の取り組みは、サポーターとなる人材の集め方も、養成研修の内容も、サポーターとしての活動の場と役割もさまざまであり、それぞれの地域の特性に合わせて展開されています。厚生労働省は平成 25 年度から、ひきこもりサポーターを養成、派遣する事業を展開していくとありますが、本報告書が各地の自治体においてサポーター養成・活用が進められるための一助になればと願っています。

Ⅱ 実践例の報告

(1) 横浜市

大学生、大学院生等による「ユースサポーター訪問事業」

1 横浜市のひきこもり地域支援センター

横浜市では、市条例で設置されている「横浜市青少年相談センター（以下センター）」が、ひきこもり地域支援センターに認証されており、センターで継続的に支援している事例の約70%がひきこもり状態の若者である。また、児童期、青年期のひきこもり地域支援センターであるため、対象年齢は、概ね15歳から39歳としている。このため、思春期の不登校からひきこもり状態初期段階に介入できることが特徴である。初回相談の対象者年齢で最も多いのは16歳となっており、10代後半から20代前半の年齢に対する支援メニューに厚みを持っているのも特徴である。

2 ひきこもりサポーター事業

センターにおける「ひきこもりサポーター」に該当するものとしては、平成19年度に「ユースサポーター訪問事業」という独自事業をスタートしている。この事業は、ひきこもり及び不登校状態にあるセンター利用者に対し大学生、大学院生等がユースサポーター（以下 サポーター）として家庭訪問を行うことにより、社会参加に向けて本人及び家族を支援することを目的としている。

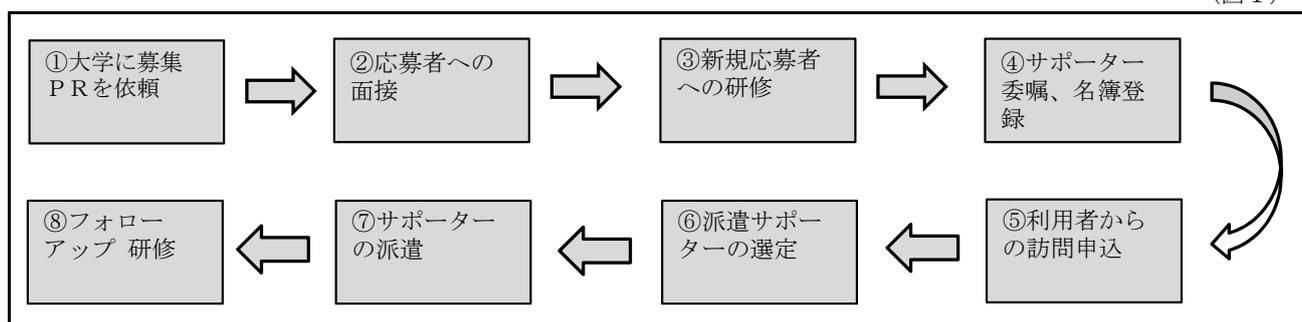
この事業を創設する以前からセンターでは担当相談員による家庭訪問を実施してきたが、担当相談員の訪問だけでは、社会参加の一步を踏み出すまでに相当の時間を要しても変化が見受けられない場合があり、その原因として、(1) 親との強い葛藤状態にある等、担当相談員が親の味方と認識され、本人との信頼関係を形成することが難しくなっている。(2) 担当相談員との信頼関係は築けているが、回復への一步を踏み出すためには、さらに対人関係の経験を積み重ねる必要がある状況にある。といった課題認識が事業創設の契機になった。

3 サポーターの募集方法

募集から派遣までの流れは（図1）のとおりである。サポーターの募集については、年度ごとにチラシ（図2）を作成し、主に横浜市内の心理学及び社会福祉学関係の専攻を有する大学に学生に向けてのPRを依頼している。

ユースサポーター募集から派遣までの流れ

（図1）



ひきこもり状態などにある青少年を支援する (図2)

ユースサポーターを募集します!

1 横浜市青少年相談センターのユースサポーター訪問事業とは？

横浜市青少年相談センターは、不登校やひきこもり状態、その他、さまざまな問題について、相談やグループ活動などを通じて青少年を支援している公的機関です。

平成19年度から、大学生・大学院生などの方がユースサポーターとして外出が困難な青少年の家庭を訪問する事業を実施しています。ひきこもり状態などにある青少年にとって、年齢の近い、お兄さん、お姉さんのような人との出会いが外の社会に一步踏み出すことにつながります。ぜひ、お力をお貸しください!

2 ユースサポーターになるには？

まず、青少年相談センターにお電話ください。履歴書・写真、応募の動機を添えて、応募していただきます。

申し込み後、面接を経て、訪問に際しての留意点や基本的な事柄について研修会を実施します。

その上で、ユースサポーターとして委嘱させていただきます。

3 募集はいつまで？

7月20日までが募集期間です。

4 訪問はいつから？

サポーター登録終了後、訪問希望者が出てからの派遣になります。

5 訪問することで報酬はありますか？

1回の訪問で5000円の謝礼をお支払いします。(交通費・税込み)

6 家庭訪問は1回どれくらいの時間？ 月何回訪問すればいいの？

家庭訪問は、月2回程度を目安に実施します。訪問時間や頻度は相談員や当事者の方との話し合いを基本に決めていきますが、訪問回数は全体で6回(約3ヶ月)を基本とし、延長が必要と認められる場合には相談員や医師、ユースサポーターなどの意見を踏まえ、会議で決定します。

また、訪問の都度、簡単な報告書を作成して頂きます。

7 こんなルールで行います。

- ・訪問先は、既にセンター職員が継続訪問し、この訪問活動が効果的であると判断した若者です。
- ・ユースサポーターは、ご本人、あるいはご家族の合意の上に派遣されます。
- ・訪問については、継続的に相談員が支援します。
- ・訪問は、ご家族が家の中に行きます。
- ・同性の方への訪問が原則です。

ご不明な点のお問い合わせは
横浜市青少年相談センターまで
問い合わせ先：横浜市青少年相談センター
横浜市南区浦舟町3-44-2
電話：045-260-6615
担当：〇〇・△△

4 サポーター応募者への面接

応募のあった学生等については、履歴書と選考申込書を提出してもらった後に適性を確認するために個別に面接を行っているが、その後のマッチングを判断するために必要な情報収集も併せて行っており、概ね次の項目について把握している。①ひきこもり・不登校についての考え方 ②訪問・相談などの活動実績 ③サポーターとして取り組んでみたいこと ④訪問可能な地域、曜日及び時間帯など ⑤好きなスポーツ ⑥演奏できる楽器 ⑦得意なこと、苦手なこと ⑧パソコンの習熟度 ⑨趣味 ⑩ゲームやアニメの知識 ⑪関心・興味

5 新規サポーター向け研修

面接の後には、新規サポーターのみを対象とした研修を行う。内容は、主に (1) 不登校・ひきこもりへのイメージに関するワーク、(2) ひきこもり理解のVTR視聴、(3) ひきこもりへの理解と対応、事例紹介、対応のポイント、守秘義務などに関する講義の3部構成で、所要時間は2時間30分である。

○ウォーミングアップの様子



○不登校・ひきこもりへのイメージに関するワーク



○ひきこもりへの理解と対応、事例紹介、対応のポイント、守秘義務などに関する講義



6 委嘱・登録

研修を修了した学生等には、非常勤特別職職員の扱いで市長がユースサポーターを委嘱し、名簿に登録する。平成24年度の新規登録は8名。

7 訪問の申し込み

センターの継続支援は個別担当制のため、現に担当相談員が家庭訪問している利用者から申し込みを受けることになる。訪問申込書により受付が可能であるが、大前提として、ひきこもっている本人と担当相談員の間に十分な信頼関係を構築できていることが条件となる。そのうえで、本人の希望や意向に応じていくことになる。

8 派遣サポーターの選定

利用者から申し込みを受けた担当相談員は、マッチング会議（係長、事業担当の相談員、担当相談員で構成している会議の通称）に「ユースサポーター選定検討表」（図3）を提出し、登録しているサポーターの中から、性別（原則として利用者と同性）、年齢、趣味、スケジュールなどを考慮して適任を選定する。

9 サポーター派遣の実際

派遣にあたっては、サポーターに事前に来所してもらい利用者の概要について担当相談員がレクチャーを行い、最初の数回は担当相談員が同行訪問するようにしている。サポーターの不安と利用者の緊張の双方の軽減を図るためである。その後、サポーター単独の訪問を2週間に1回程度の頻度で実施していく。

訪問時間については、不測の事態に対応できるようセンターの開所時間内としている。サポーターは、訪問のたびに活動状況報告書を作成しセンターに報告するが、これ以外にも担当相談員からサポーターに密接に連絡を取り、経過や状況を把握するとともにサ

ユースサポーター選定検討表			
氏名		生年月日	年 月 日生まれ()歳
センターから自宅までの 行き方(交通機関)			
本人の状況			
活動希望日			
本人の好きなこと・趣味など			
ユースサポーターにお願いしたいこと			
3ヵ月後のおおよその目標			
選定会議日時	年 月 日 ()		
参加者			
選定したサポーター名			
選定理由	① ② ③ ④		

ポーターの精神的フォローを行っている。派遣期間は、3 か月を1クールとし、原則として最長1年間としている。1クールごとにマッチング会議と同じメンバーで派遣の効果や目的を確認し継続を判断している。スタンダードな派遣形態は、家庭に訪問し家庭内で共通の趣味などの話題でのおしゃべり、ゲームなどであるが、近所を散歩する、公園で軽スポーツをする、図書館に行くなど、家庭の外を舞台にする場合もあるし、関係が作られてくると家庭から外に活動を広げて行く場合もある、その結果、公共交通機関を利用して一緒にセンターに来所するところまで漕ぎつける場合もある。平成24年度は、サポーターの訪問によって3人の利用者がセンター来所を実現させている。

10 フォローアップの研修

サポーターは年度ごとに新規登録者が生まれるが、前年度以前から登録しているサポーターには希望に応じて継続登録してもらっている。このため、研修については新規サポーター向けだけでなく、登録しているサポーター全員を対象とした研修も実施している。この研修では活動中のサポーターからの事例報告に基づきグループ討議を行うことで、今後活動するサポーターに実際の活動をイメージしてもらうこと、活動中のサポーターをフォローすること、サポーター同士の横のつながりを作ることなどを狙いとしている。平成24年度の最後の研修では、初めて年上の利用者に訪問することが決まったサポーターが抱える不安や戸惑いを、サポーター間で共有し助言しあうことで、サポーターとしてのスタンスや留意点を整理することができ、これから訪問するサポーターをエンパワメントすることができた。

また、センター内で実施している事例検討会や地域関係機関向けの人材育成研修にも参加できるようにしてサポーターの育成を図っている。

平成24年度に実施した研修は（表1）のとおりである。

○フォローアップの研修で事例検討を行っている様子



(表1)

ユースサポーターを対象とした研修一覧

横浜市青少年相談センター

平成24年度

種別		日程	内容	
新規サポーター対象	1	8月21日(火) 14:00～17:00	ひきこもり状態への支援について	
	2	9月4日(火) 18:00～19:30	ひきこもり状態への支援について	
	3	11月8日(木) 18:00～19:30	ひきこもり状態への支援について	
全サポーター対象	1	7月6日(金) 18:30～20:30	訪問継続事例の経過報告と検討(1例)	
	2	8月30日(木) 18:30～20:30	訪問継続事例の経過報告と検討(1例)	
	3	11月22日(木) 18:30～20:30	新規訪問事例の検討(1例)、訪問継続事例の経過報告と検討(2例)	
	4	2月28日(木) 18:30～20:30	新規訪問事例の検討(1例)	
	既存研修		9月～3月	若者相談支援スキルアップ研修(全22回)
			1回/月	ケースカンファレンス

(図4)

ユースサポーターフォローアップ研修

1. 日時 平成25年2月28日(木) 18:30~20:30
2. 場所 青少年相談センターグループ室
3. 参加者 サポーター：Aさん、Bさん、Cさん、Dさん、Eさん
スタッフ：田口、小嶋、内田
4. 内容 新規活動に向けた検討・継続活動事例の報告

<タイムスケジュール>

- | | | |
|-------------|--|--------------|
| 18:30~18:50 | 挨拶&自己紹介&よいこと探し | …進行：田口 |
| 18:50~19:00 | 活動事例報告…Aサポーターの事例 | …事例紹介：小嶋 |
| 19:00~ | グループ討議…Bサポーターの新規活動事例 | |
| 19:00~19:15 | ケース概要・テーマの確認 | …進行：田口、板書：小嶋 |
| | ① 年上の人にどんなスタンスで会うか？
皆さんが年上の対象者のところに訪問することになったら？ | |
| | ② 自分と対象者の共通点を伝える？
伝えるとしたらどんなタイミング？どのように？
気をつけることや工夫は？
共通点をいかした活動展開のアイデアは？ | |
| | ③ 眼鏡で行くか？コンタクトで行くか？
服装等はどう考えている？ | |
| 19:15~19:30 | 休憩 | |
| 19:30~20:20 | 参加者からアイデア出し | …進行：田口、板書：小嶋 |
| 20:20~20:30 | 感想等 | …進行：田口 |

11 派遣実績

事業を開始した平成19年度から23年度までに、登録したサポーターは38名、サポーターを派遣した利用者は29名、派遣回数は延べ284回となっている。

平成24年度中の派遣実績は（表2）のとおりである。

(表2)

ユースサポーター訪問ケースの概要

	利用者		期間	回数	サポーター		活動内容
	年齢	性別			年齢	性別	
1	18	男	平成23年9月28日～現在	16	24	男	・自宅でのゲームやアニメに関する話 ・本人と一緒に作成したテーブルゲームのプレイなど
2	21	男	平成23年12月9日～平成24年8月3日	11	22	男	・自宅でのゲーム ・外出同行（書店） ・センターへの同行とセンターでの卓球など
3	20	男	平成23年12月14日～平成24年8月3日	18	22	男	・公園まで外出しサッカーをしながらの会話
4	19	男	平成24年3月27日～現在	16	22	男	・自宅でのゲーム ・センターへの同行など
5	17	女	平成24年5月28日～現在	20	21	女	・趣味の話しや近所までの外出同行など
6	19	男	平成24年11月2日～現在	9	24	男	・ゲーム
7	18	女	平成24年11月26日～12月12日	3	21	女	・センターで学校のレポート作成支援 ・地区センターまでの外出同行
8	31	男	平成25年3月5日～現在	1	23	男	・自宅での雑談 ・ギター演奏など

*平成24年度中に派遣を実施したものについて、平成25年3月15日現在の状況

12 派遣事例

- (1) 高校 2 年から不登校。担当相談員が家庭訪問していたが、同年代との交流や外出ができるようユースサポーターを派遣。当初 3 回は担当相談員が同行のうえ訪問し、4 回目からはユースサポーターが単独で訪問。家屋内で趣味の話をしたり動画を一緒に観たりした。その後、一緒に外出を試み、徒歩 10 分程度の外出から、バス乗車で最寄駅までと距離を伸ばし、6 か月目には一緒にセンター来所が実現した。本人は、単独でのセンター来所を次の目標にしている。

(本人 18 歳女性、サポーター 21 歳女性)

- (2) 中学から不登校。高校は 1 日も通学できなかった。現在の外出は通院のみ。担当相談員が家庭訪問するも昼夜逆転しているため会えないことも多い。ユースサポーターを派遣後、7 回の訪問のうちキャンセルは 1 回のみ。家屋内で一緒にゲームをすることが主であったが、本人からサポーターに話をする機会が増えるなど関係が作られ、10 回目には一緒にセンター来所が実現。担当相談員と 3 人で一緒に過ごし、継続的に通うことを了解した。

(本人 22 歳男性、サポーター 23 歳男性)

13 考察

横浜市のユースサポーター制度は、大学生などの人材を集めやすい大都市型モデルと言えるだろう。横浜市内だけでも心理学及び社会福祉学の専攻課程を有する大学は 6 大学あるため、毎年一定数の供給を得て常時 20 名前後のサポーターを抱えることができている。フォローアップ研修では、他のサポーターが活動中のサポーターをサポートするといったサポーター間のピアサポート機能が存分に発揮されていることを肌で感じることができ、彼らの素直で前向きな感覚に感動に近い新鮮さを覚えることがしばしばである。

一方、サポーターの派遣実績については毎年 10 件以下であるため、登録しても派遣されないサポーターも存在してしまう。年度を越えての登録継続は可能なため、複数年度でみていけば派遣に至るサポーターもいるが、対象者は男性が多く、サポーターは女性が多いため、女性サポーターが派遣に至らない場合が多くなってしまふ。また、サポーターは大学生や大学院生が主力のため、卒業、就職を機に引退する場合が多い。サポーターの募集にあたっては、各大学へ働きかけているが、横浜市立大学以外は、心理学及び社会福祉学を担当する教員を経由して学生への PR を依頼している。平成 24 年度から、横浜市立大学については、大学当局の学生担当及び地域貢献担当と調整し募集及び応募の窓口を担ってもらっている。本来、他の大学についても同様の対応を依頼することによりサポーター登録数の拡大を図ることも可能と思われるが、前述したように派

遣に至らない場合も多く躊躇せざるを得ない状況である。このため、青少年相談センターでは、サポーターの役割拡大を検討している。現在は、事業名称が「ユースサポーター訪問事業」となっており、家庭訪問を役割としているが、これを、例えば、家庭訪問に限らず、センター内での活動にも応用できるようにすることでサポーターの熱意に応えたとともに、当事者への支援メニューを拡充することができるかもしれない。また、青少年相談センターが支援対象年齢を29歳までから39歳までに拡大し1年が経ち、30代へのサポーター派遣のニーズが出てきている。現在も、サポーターは学生に限らず若者サポートステーションの職員など支援機関の職員も登録しているが、30代に対応できるサポーターは少なく、今後は卒後のサポーター確保にも工夫していく必要がある。

このような現状において、ユースサポーター制度は、家庭訪問の充実を目的としているものの、一方、結果的にはひきこもりに理解のある若者を増やし、将来、若者支援領域で活躍する人材を育成していくという側面も持っているとも言える。

平成25年度からは、サポーターの役割を拡大し大学との組織的な連携を増やすとともに30代のサポーター確保を工夫することで、ユースサポーター事業の充実を図り、ひきこもり支援に一層の厚みを持たせていきたいと考えている。

ユースサポーター研修

～ひきこもりへの理解と対応～



横浜市青少年相談センター

ひきこもりの理解 1



※ ひきこもりとは、障害名や診断名ではなく、次のような「状態」を表現した言葉です。

- ◆ 家族との交流がなく、自室からもほとんど出ない
- ◆ 家族との交流はあるが、家からほとんど出ない
- ◆ 買い物などの外出はするが、家族以外の人との交流がほとんどない
- ◆ 外出や友人・知人等との交流はあるが、通学・仕事などの社会参加の場がほとんどない

ひきこもりの定義

様々な要因の結果として社会的参加(義務教育を含む就学, 非常勤職を含む就労, 家庭外での交遊など)を回避し, 原則的には6ヵ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態(他者と交わらない形での外出をしてもよい)を指す現象概念である。

出典: ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン

ひきこもりの理解 2



- ◆ 最近の若者には、生活が豊かになった反面、高学歴化の進展, 少子化などの影響を受け、以前にはなかったストレスがかかっています
- ◆ ひきこもりは、いわゆる「怠け」ではありません。ストレスから自分を守る方法です
- ◆ ひきこもりが長期化すると「人に会うと緊張する」「人からの評価に敏感になる」「生活リズムの崩れ」といった状況が強化される場合があります
- ◆ こころの病気が背景にあり、ひきこもる場合もあります

【事例Aさん】①



男性(20歳) 平成22年6月より支援開始

- ◆ 中学2年生の6月頃、人が怖いと外出できなくなり、不登校となる。
- ◆ 高校は定時制に進学するも2年目から不登校となり、退学。
- ◆ 退学後、本人は外出することが出来ず、自宅での生活を続けてきた。
- ◆ 退学、相談できると場所が欲しいと来所して、当センターでの継続支援が開始する。

【事例Aさん】②



- ◆ 担当者と本人が週1回30分の電話相談を継続
- ◆ ユースサポーターの派遣3クール(計18回)実施。
- ◆ ユースサポーターとの出会い
- ◆ 活動内容
 - ・ 自宅に訪問し、近況や趣味などを話す。
 - ・ 近所の公園でのサッカー運動。
- ◆ 活動中の出来事
 - ・ サポーターとの間で床屋に行く約束をし、床屋に行く。
- ◆ サポーターとの別れ
 - 「僕も自分の可能性を信じていないわけじゃない」

本人への対応のポイント



本人が

- ◆ **安心**できる時間・場所・人を見つけることができるように
- ◆ 良いこと、できていることに気づくことができるように
- ◆ 楽しくなることを探すことができるように
- ◆ 体の立て直し、生活リズムの立て直しが図れるように
- ◆ 達成可能な小さな目標を設定できるように



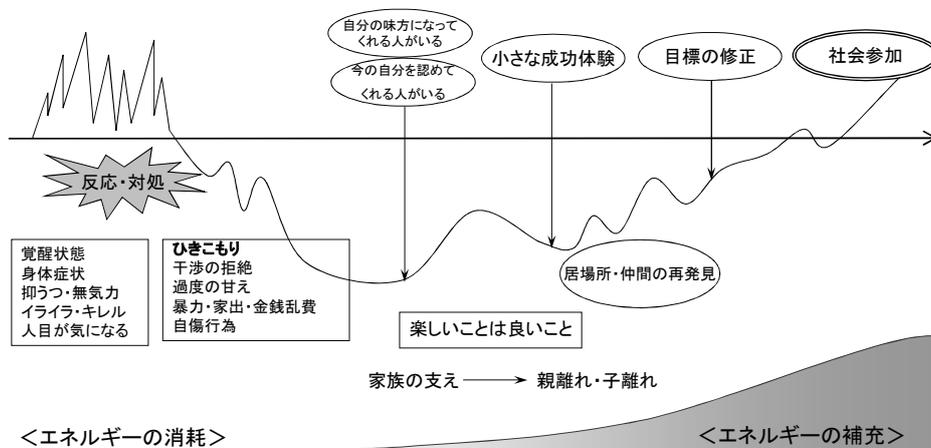
対応することがポイントです。

※別紙「拡大版参照」

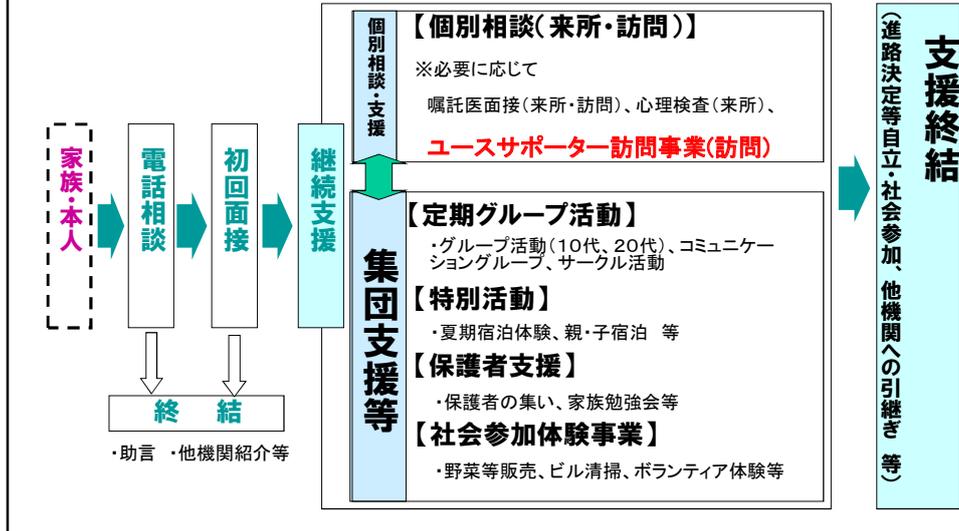
ひきこもりからの回復の道すじ

ストレスとなる体験

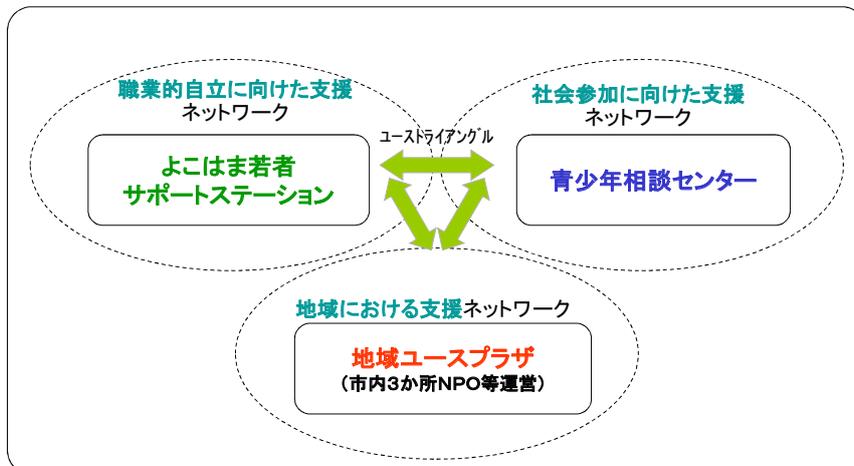
いじめ、孤独感、がんばりすぎ、
周りからの過度の期待など



青少年相談センター相談・支援の流れ



3機関連携による 横浜型の若者自立支援



サポーターとして守らなければならないこと

- ユースサポーターは横浜市の職員です。
(地方公務員法第3条第3項第3号に定める非常勤特別職職員)

⇒ 特に大事なものは

「秘密を守る義務」

「信用失墜行為の禁止」

秘密を守る義務

- ユースサポーターは、法令等に特別の定めがある場合を除くほか、職務上知り得た秘密を漏らしてはならない。その職を退いた後も、また同様とする。

(横浜市ユースサポーター委嘱要綱第13条)

信用失墜行為の禁止

- ユースサポーターは、その職の信用を傷つけ、又は職員の職全体の不名誉となるような行為をしてはならない。
(横浜市ユースサポーター委嘱要綱第12条)

例: 飲酒運転、わいせつ、秘密の漏えい等

資料2

横浜市ユースサポーター訪問事業実施要綱

制 定 平成19年9月10日 こ青少第105号（副市長決裁）

最近改正 平成24年4月1日 こ青相第532号（局長決裁）

（目的）

第1条 この事業は、ひきこもり及び不登校状態にある青少年相談センター利用者に対し大学生、大学院生等がユースサポーターとして家庭訪問を行うことにより、社会参加に向けて本人及び家族を支援することを目的とする。

（実施主体）

第2条 この事業の実施主体は横浜市とし、青少年相談センターが実施機関となる。

（対象）

第3条 この事業の対象者は、次の各号のすべてに該当する者とする。

- (1) 青少年相談センター利用者のうち、ひきこもり及び不登校状態にある者
- (2) ユースサポーターの訪問を希望する者

（従事者）

第4条 この事業に従事するものは、市長が委嘱したユースサポーターとする。なお、ユースサポーターの選考、服務、報酬、その他委嘱に関し必要な事項は別に定める。

（申込）

第5条 ユースサポーターの訪問を希望する対象者及びその保護者は、こども青少年局長（以下「局長」という。）にユースサポーター訪問申込書（第1号様式）を提出しなければならない。

（派遣の決定）

第6条 局長は、前条に規定する申込を受けた場合、ユースサポーターの中から適当な者を選定し、対象者及びその保護者と調整の上、対象者の家庭への派遣を決定する。

2 局長は、前項の規定に基づき決定した内容を、ユースサポーター訪問決定通知書（第2号様式）により申込者に、活動依頼通知書（第3号様式）によりユースサポーターに通知する。

(派遣の終了)

第7条 ユースサポーターの派遣は、次の各号のいずれかに該当する場合に終了する。

- (1) 対象者及びその保護者から終了の希望があった場合
 - (2) 派遣の必要性が消滅したと局長が認める場合
- 2 対象者及びその保護者は、前項第1号の規定により派遣の終了を希望する場合には、局長にユースサポーター訪問終了依頼書（第4号様式）を提出しなければならない。
- 3 局長は、前2項の規定によりユースサポーターの派遣を終了する場合は、ユースサポーター訪問終了通知書（第5号様式）により対象者に、活動終了通知書（第6号様式）によりユースサポーターに通知する。

(活動内容)

第8条 ユースサポーターは、次の各号に定める活動を行う。

- (1) 対象者の家庭への定期的な訪問及び対象者の外出等への同行
- (2) 活動予定表及び活動実施状況報告書の作成
- (3) 青少年相談センターが実施する研修会等への参加

(活動予定表の作成)

第9条 ユースサポーターは、青少年相談センター職員と協議の上、前条第2号に定める活動予定表（第7号様式）を作成し、局長に提出する。

(活動状況の報告)

第10条 ユースサポーターは、訪問活動を行った日ごとに、第8条第2号に定める活動実施状況報告書（第8号様式）を作成し、局長に提出する。

(事故報告)

第11条 ユースサポーターは、訪問活動中に事故が発生した場合、速やかに事故報告書（第9号様式）を局長に提出する。

(緊急連絡)

第12条 ユースサポーターは、前2条に規定する報告のほか、緊急に青少年相談センター職員の対応又はその他の機関の対応が必要と思われる場合には、直ちに青少年相談センターに連絡しなければならない。

(研修及び事例検討会等)

第13条 ユースサポーターは、局長が指示する研修及び事例検討会等に参加しなければならない。

(指導・監督)

第14条 局長は、第10条の活動実施状況報告書（第6号様式）の他に、ユースサポーターに対し、適宜、活動状況についての報告を求め、活動に必要な指導を行う。

2 局長は、ユースサポーターに対し、必要な知識及び技能を習得させるための機会を提供するものとする。

3 青少年相談センター職員は、ユースサポーターに対して家庭訪問に関する必要な指導及び助言を行う。

(その他)

第15条 この要綱に定めるもののほか、この要綱の実施について必要な事項は局長が定める。

附 則

(施行期日)

この要綱は、平成19年9月10日から施行する。

(施行期日)

この要綱は、平成22年4月27日から施行する。

(施行期日)

この要綱は、平成24年4月1日から施行する。

ユースサポーター訪問申込書

平成 年 月 日

横浜市こども青少年局長

横浜市ユースサポーターの訪問を希望しますので申込みます。

1 訪問希望者（申込者）

住所 _____

氏名 _____

保護者氏名 _____

* 本人が20歳以上の場合には保護者氏名は不要です。

2 希望理由

ユースサポーター訪問決定通知書

第 号
平成 年 月 日

様

横浜市こども青少年局長 印

ユースサポーター訪問決定について（通知）

平成 年 月 日に申し込みのあったユースサポーターの訪問を決定しましたので通知します。

1 ユースサポーター名 _____

2 訪問開始予定日 平成 年 月 日

活動依頼通知書

第 号
平成 年 月 日

様

横浜市こども青少年局長 印

ユースサポーター活動依頼について（通知）

ユースサポーターとして、次の家庭への訪問及び支援を依頼します。

- 1 氏名・居住区
- 2 依頼する支援の内容

ユースサポーター訪問終了依頼書

平成 年 月 日

横浜市こども青少年局長

氏 名 _____

保護者氏名 _____

* 本人が20歳以上の場合には保護者氏名は不要です。

次の理由により、横浜市ユースサポーターの訪問終了を依頼します。

1 終了希望年月日

平成 年 月 日

2 訪問終了を希望する理由

ユースサポーター訪問終了通知書

第 号
平成 年 月 日

様

横浜市こども青少年局長 印

ユースサポーター訪問終了について（通知）

次のとおり、横浜市ユースサポーターの訪問終了を決定しましたので通知します。

1 ユースサポーター名 _____

2 終了の理由

活動終了通知書

第 号
平成 年 月 日

様

横浜市こども青少年局長 印

ユースサポーター活動依頼の終了について（通知）

ユースサポーターとしての次の家庭への訪問及び支援を終了します。

- 1 氏名・居住区
- 2 終了の理由

活動予定表

平成 年 月 日

横浜市こども青少年局長

届出者 氏名
(任用番号 第 ー 号)

平成 年 月から 月の活動予定を次のとおり提出します。

- 1 訪問対象者
- 2 青少年相談センター担当
- 3 活動予定

日 時	活 動 内 容 (予定)
日 : ~ :	

活動実施状況報告書

平成 年 月 日

横浜市こども青少年局長

届出者 氏名

(任用番号 第 ー 号)

ユースサポーターとしての活動状況を次のとおり報告します。

1 訪問対象者

2 相談担当者氏名

3 活動日時

訪問 回目

平成 年 月 日 時 分～ 時 分

4 相談内容及び留意点

事故報告書

平成 年 月 日

横浜市こども青少年局長

届出者 氏 名
(任用番号 第 一 号)

事故の状況について、次のとおり報告します。

1 事故発生日

平成 年 月 日 (時 分)

2 事故発生場所

3 事故の概要

資料3

横浜市ユースサポーター委嘱要綱

制 定 平成19年9月10日 こ青少第105号（副市長決裁）

最近改正 平成24年4月1日 こ青相第532号（局長決裁）

（目的）

- 第1条 この要綱は、横浜市ユースサポーター訪問事業実施要綱（以下「実施要綱」という。）第4条に規定したユースサポーターの選考、服務、報酬、その他委嘱に関し必要な事項について定めることを目的とする。
- 2 この要綱に定めるもののほか、委嘱に関する事項は、地方公務員法第3条第3項第3号、その他関係法令の定めるところによる。

（身分）

- 第2条 ユースサポーターは、地方公務員法第3条第3項第3号に定める非常勤特別職員とする。

（委嘱）

- 第3条 ユースサポーターは、ひきこもりなどの状態にある若者の自立支援に対しての深い知識と理解を有し、対象者に心理的配慮のできる者であり、かつ、次の各号に定める条件のいずれかに該当する者のうち、こども青少年局長（以下「局長」という。）が選考し、市長が委嘱する。
- (1) 心理学又は社会福祉学を専攻する大学生及び大学院生並びにその修了者
 - (2) 児童相談所や教育委員会等が実施する青少年対象の訪問事業に参加した経験のある大学生及び大学院生並びにその修了者
 - (3) 若者の自立支援活動を行っているNPO法人等のスタッフ
 - (4) 対象者への家庭訪問に必要な面接技術に関し、前3号に掲げる者と同等の資質を有すると局長が認めた者
- 2 ユースサポーターの選考を受けようとする者は、局長にユースサポーター選考申込書（以下「申込書」という。）（第1号様式）及び履歴書を提出しなければならない。
- 3 局長は、前項に規定する申込みを受けた場合は、面接及び研修を実施の上、その職務を遂行する能力、適性を判定し、これを選考する。
- 4 前項に規定する研修は、社会的ひきこもり等に対する理解を促進し、面接・家庭訪問の基礎的技術を習得することを目的とする。

(委嘱期間)

第4条 ユースサポーターの委嘱期間は、委嘱の日から当該会計年度（会計年度とは4月1日に始まり、翌年の3月31日までをいう。）の末日までとする。ただし、局長が必要と認める場合は、委嘱期間を更新することができる。

(活動内容)

第5条 ユースサポーターは、局長の指示を受け、次に掲げる業務を行う。

- (1) 対象者の家庭への定期的な訪問及び対象者の外出等への同行
- (2) 活動予定表及び活動状況報告書の作成
- (3) 青少年相談センターが実施する研修会等への参加

(身分証)

第6条 ユースサポーターを委嘱したときは、横浜市ユースサポーター証（以下「身分証」という。）（第2号様式）を交付するものとする。

- 2 ユースサポーターは、その職務の遂行に際しては、常に身分証を携帯し、請求があったときは提示しなければならない。
- 3 身分証は、他人に貸与又は譲渡してはならない。
- 4 ユースサポーターは、身分を失ったときは、遅滞なく身分証を返却しなければならない。

(名簿)

第7条 局長は、ユースサポーター名簿（第3号様式）を備えるものとする。

(住所等の変更)

第8条 ユースサポーターは、申込書に記載した氏名、住所及び連絡先等に変更があった場合には、速やかに住所等変更届（第4号様式）を局長に提出する。

(サービスの根本基準)

第9条 ユースサポーターは、全体の奉仕者として公共の利益のために勤務し、かつ、職務の遂行にあたっては、全力を挙げてこれに専念し、その職責を果たさなければならない。

(法令等の遵守)

第10条 ユースサポーターは、その職務を遂行するに当たり、法令及び横浜市の定める条例、規則等に従い、かつ、上司の職務上の命令に忠実に従わなければならない。

(職務に専念する義務)

第11条 ユースサポーターは、法令等に特別の定めがある場合を除くほか、その勤務時間及び職務上の注意力のすべてをその職責遂行のために用い、定められた職務にのみ従事しなければならない。

(信用失墜行為の禁止)

第12条 ユースサポーターは、その職の信用を傷つけ、又は職員の職全体の不名誉となるような行為をしてはならない。

(秘密を守る義務)

第13条 ユースサポーターは、法令等に特別の定めがある場合を除くほか、職務上知り得た秘密を漏らしてはならない。その職を退いた後も、また同様とする。

(勤務時間)

第14条 ユースサポーターの勤務時間は、1回あたり概ね2時間とする。

(勤務日)

第15条 ユースサポーターの勤務日は、対象者1人につき概ね月2回の範囲で局長が指示するものとする。

(身分の喪失)

第16条 ユースサポーターが次の各号のいずれかに該当する場合には、その日をもってユースサポーターとしての身分を失う。

(1) 委嘱期間が満了した場合

満了した日

(2) 解嘱を願い出て、局長の承認があった場合

承認があった日

(3) 死亡した場合

死亡した日

2 ユースサポーターは、前項第2号の規定により解嘱する場合には、解嘱を希望する日の1か月前までに局長にユースサポーター委嘱辞退願(様式第5号)を提出しなければならない。

(解嘱)

第17条 局長は、ユースサポーターが次の各号に該当する場合は、必要な審査を行い、そ

の意に反してこれを解雇することができる。

- (1) 著しく勤務成績が良くない場合
- (2) 心身の故障等により、長期に休養を要するために職務に支障があり、又はこれに堪えないとき
- (3) 職務上の義務に違反し、又は全体の奉仕者としてふさわしくない非行のあった場合
- (4) その他事業の目的に合致しないと認めるとき

(報酬)

第18条 横浜市は、ユースサポーターに対し報酬を支払うものとし、その額は活動1回あたり5,000円（活動費3,000円、交通費2,000円）とする。ただし、第5条第3号に規定する研修会等への参加はこれに含めない。

- 2 報酬は、実施要綱第10条に定める活動状況の報告に基づき、当該月分を原則として翌々月の末日までに支給する。
- 3 横浜市は、ユースサポーターに報酬を支給する際、その報酬額から所得税源泉徴収額を控除することができる。

(公務災害補償)

第19条 ユースサポーターが公務上の災害又は通勤による災害を受けたときは、横浜市議会議員その他非常勤の職員の公務災害補償等に関する条例の定めるところにより、その補償を行う。

(その他)

第20条 この要綱に定めるもののほか、この要綱の実施について必要な事項は局長が定める。

附 則

(施行期日)

この要綱は、平成19年9月10日から施行する。

(施行期日)

この要綱は、平成22年4月27日から施行する。

(施行期日)

この要綱は、平成24年4月1日から施行する。

ユースサポーター選考申込書

平成 年 月 日

しめい 氏名 生年月日		
住所 連絡先電話番号 (E-mail)	〒 年 月 日 (歳) - - ()	
趣味・資格・特技		
ひきこもり・不登校についての考え、及び活動の実績。		
ユースサポーターとしてやってみたいこと		
面接可能日時		
決 定	任用番号 第 号	委嘱年月日 年 月 日

※太線内は青少年センターで記入します。

（表）

写真	任用番号 第 号
	横浜市コースサポーター証
	氏名
	生年月日
	昭和・平成 年 月 日生
平成 年 月 日	
横浜市 長	印

（裏）

（注） 1 ユースサポーターは、職務の遂行に際しては常に本証を携帯し、請求のあったときには、提示してください。

2 本証明書は、他人に貸与又は譲渡することはできません。

3 身分を喪失した際は、速やかに返還してください。

4 有効期間は、発行日から当該会計年度（会計年度とは4月1日に始まり、翌年の3月31日までをいう。）の末日までとする。

縦 6センチメートル
横 8センチメートル

ユースサポーター名簿

横浜市青少年相談センター

任用番号	委嘱（変更） 年月日	氏名	性別	年齢	住所 電話番号	備考
—					〒 TEL	
—					〒 TEL	
—					〒 TEL	
—					〒 TEL	
—					〒 TEL	
—					〒 TEL	
—					〒 TEL	
—					〒 TEL	
—					〒 TEL	
—					〒 TEL	

住所等変更届

平成 年 月 日

横浜市こども青少年局長

届出者 氏 名
(任用番号 第 一 号)

先に提出しました選考申込書の記載事項について、次のとおり変更したいので届けます。

1 記載事項

(変更前)

(変更後)

ユースサポーター委嘱辞退願

平成 年 月 日

横浜市こども青少年局長

ユースサポーター 氏 名
(任用番号 第 一 号)

次の理由により、ユースサポーターの委嘱を辞退いたしたく、お願い申し上げます。

1 辞退年月日

平成 年 月 日

2 辞退理由

(2) 浜松市

体験談発表によるピアサポーターとしての新たな役割と可能性

1. 浜松市ひきこもり地域支援センター

浜松市では、平成 21 年 7 月 1 日に浜松市ひきこもり地域支援センター（以下「センター」という）を浜松市精神保健福祉センター内に開設している。開設以前については、精神保健福祉センターが特定相談及び家族相談を、民間の NPO 法人がひきこもり者に対する家庭訪問などの相談支援を行っていた背景もあり、今回市及び民間の得意分野を最大限活かしたセンターを開設するにあたり、地域の相談支援体制を活用し、市民協働によりひきこもり相談支援事業を行うこととなった。

この事業のうち、精神保健福祉センターでは、家族や本人などの一次相談とアセスメントを行い、訪問支援や居場所支援など当事者支援を NPO 法人遠州精神保健福祉をすすめる市民の会（通称「E-JAN」）に、ひきこもり相談支援事業所こだま（通称「こだま」）として事業委託して行い、互いに連携をしながら事業を行っている。

また本市においては、特に中学卒業以降、支援の受け皿が少ないひきこもりの若者に対しては、センターの相談だけでなく、就学や就労など新たなニーズに対して「地域若者サポートステーション」などの機関にもつなげられるよう、体制づくりをしているところである。

2. ひきこもりサポーター事業

センターでは、平成 24 年度のひきこもり普及啓発事業「ひきこもり支援出張講座」の開催にあたり、ひきこもり当事者が体験談を発表することを目的に「ひきこもりピアサポーター」を養成した。

これまで、精神保健福祉センターの「ひきこもり家族教室」などでは、プログラムの一つとして当事者の体験談を支援者と一緒に発表する機会を設定しており、同センターで開催しているひきこもり当事者グループ「ゆきかき」のメンバーが交代で発表やビデオ出演をし、当事者の視点からひきこもり当時の気持ちや回復の過程などを伝えていただいた。

今回、回復過程にあるひきこもり当事者が自身の体験を活かした活動を行うことが社会参加の一つの機会となるよう、ピアサポーターとして養成し、今後のセンター事業などで家族支援だけでなく、ひきこもり支援に携わる関係者などにも普及啓発していくことを目的に「ひきこもりピアサポーター養成講座」を行った。

3. ひきこもりピアサポーター養成講座

ひきこもりピアサポーター養成講座は、3回の基礎研修と1回のフォローアップ研修により構成され、平成24年10月31日より開催された。募集にあたっては、センターで相談支援を行っている当事者および支援者にチラシ（別紙1）と申込書（別紙2）を配布した。

(1) 当事者及び支援者

今回のピアサポーター養成講座の開催にあたり、参加を募集したところ3名の当事者及び支援者が参加することになった（表1）。情報提供にあたっては、当事者グループ「ゆきかき」に参加するなど、ある程度他者との交流が可能となる回復過程にあるメンバーや精神保健福祉センターの面接相談で定期的に来所している当事者に事業の趣旨を説明し、参加の意思を確認した。

（表1）ひきこもりピアサポーター養成講座参加者と支援者

当事者	性別	年齢	ひきこもり 開始年齢	支援者
Y.K	女性	24歳	20歳	鈴木朋美（相談支援事業所こだま相談員）
T.K	男性	40歳	36歳	宮澤章人（浜松市精神保健福祉センター臨床心理士）
F.H	男性	43歳	25歳	河合龍紀（浜松市精神保健福祉センター精神保健福祉士）

※ 3名とも精神保健福祉センターでのひきこもり相談者。内2名は、当事者グループ「ゆきかき」へ参加している。

(2) 養成方法

この講座では、ひきこもり当事者に自身の体験談を発表していただくことをピアサポーターとしての役割に設定し、養成を行った。体験談の発表は当事者とこれまでの支援に携わった支援者がペアになって行う形を想定しているため、この両者がペアで参加する形としている。講座の概要は以下のとおりである。

① 第1回 テーマ「ひきこもりピアサポーターについて知ろう」

日時 平成24年10月31日（水）午後1時30分から午後4時30分まで

講義①「ピアサポーターとは？」

講師：特定非営利活動法人 わかもの国際支援協会 理事 横山泰三

講義②「ひきこもり相談支援の実際」

講師：浜松市ひきこもり地域支援センター（浜松市精神保健福祉センター）
精神保健福祉士 河合龍紀

演習 「レッツコミュニケーション」

・コミュニケーションゲーム「何でもバスケット」

内容 ピアサポーターについての説明、浜松市のひきこもり支援の現状や体制についての説明、参加者同士の親睦のためのゲーム



講義:「ピアサポーターとは？」



参加者全員でコミュニケーションゲーム

② 第2回 テーマ「体験談発表を作ってみよう」

日時 平成24年11月12日(月) 午後1時30分から午後4時30分まで

講義①「体験談発表のやり方」

講師: 多機能型事業所 だんだん 精神保健福祉士 森 恭子

演習 「体験談発表の資料作り」

内容 障害者地域活動支援センターのプログラム等で当事者研究として行っている体験談発表のやり方や資料の作り方などについて説明。後半の演習では、ペアで実際に発表のための資料作りを行った。



講義:「体験談発表の作り方」



演習:「体験談発表を作ってみよう」

③ 第3回 テーマ「体験談発表をしよう」

日時 平成24年11月26日(月) 午後1時30分から午後4時45分まで

演習「体験談発表の練習と発表」

○Y.K・鈴木ペア 「かげさんのほのぼのな日常～落ち込んだ時の自分と今の自分～」

○T.K・宮澤ペア 「私の体験談～“きっかけ”はきつとかけがえのないものに違いないよ多分!～」

○F.H・河合ペア 「ひきこもり体験記～宇宙ロケットになぞらえて～」(別紙3)

内 容 各ペアで作成した体験談発表のために練習を行い、後半にはお互いの発表を聴き合った。



Y. K・鈴木ペア



T. K・宮澤ペア



F. H・河合ペア

④ 第4回 フォローアップ研修

日 時 平成25年2月18日(月) 午後1時30分から午後4時30分まで

講 義 「ピアサポートの覚え書き」(別紙4)

講師：浜松市精神保健福祉センター 臨床心理士 宮澤彰人

演 習 「ピアサポーターとしての私」

内 容 ・ピアサポーターとして体験談発表だけでなく、グループ活動などへの参加を考慮して、カウンセリングの基礎的な技法などを学ぶ。
・「ひきこもり支援出張講座」における体験談発表を振り返り、意見交換を行い、ひきこもりピアサポーターとしての経験から今後の目標などを共有する。

(3) 結果

この講座において、参加者6名(当事者3名、支援者3名)全員が3回の基礎研修に参加することができた。当事者3名中2名は、当事者グループ「ゆきかき」メンバーであったため、顔見知りであったが、残る1名は面接担当者以外の人とは初めて顔を合わせることもあり、初回の講座は緊張している様子が伺われた。

しかし、第1回目の演習では、コミュニケーションゲームを通して、多少堅さはあるものの、徐々に他の参加者と打ち解けることができていた。支援者とペアになって参加できるというのも、彼らにとっては、安心感が持てたと推測される。

3回の養成講座を通して、3グループ全てが、この講座の目的である体験談発表のための資料を完成することができた。

最後に行ったフォローアップ研修は、当事者1名が欠席であったが、2名はひきこもり支援出張講座(後述)での発表を済ませており、体験をふりかえりながら発表後の感想などを全体で共有をしていった。

今回の講座を通して自分の体験を人に伝えたこと、自分の経験を熱心に聞いてくれて反応してもらえたことが自信となり、「人前で話げできたことで自分に自信が持てた」と

いう声が参加者から聞かれた。

また支援者も養成講座と一緒に参加することで、普段の支援の場面とは違った形で本人の新たな面に気づくきっかけにもなり、「本人の力に驚かされるが多かった」という意見もあった。

養成講座を終えての感想や意見など

○第1回・第2回の講義を聴いて

<当事者>

- ・(体験談発表のための)自分のキーワードが発見できた。
- ・作業所「だんだん」の話が聞けてよかった。

<支援者>

- ・分かりやすくてとてもためになった。
- ・発表の Keyword と流れを確認できてよかった。キャラクターの躍動が楽しみ。

○第3回 体験談の発表を終えて

<当事者>

- ・それぞれの個性が感じられて面白かった。
- ・資料をそのまま読むだけでも結構時間が過ぎた。
- ・自分は完成できていなかったの、きちんと完成を目指して作り上げたいです。他の方の発表も工夫があったりして聞きやすかったです。
- ・本番の体験発表の時は、本人の顔が見えないようなスリガラスの衝立でも置くようにしたら、志願者が増すかも。でもひきこもりにとって対面の対人経験を積むのが目的だから、それでは、本来の趣旨から外れてしまうのかな？

<支援者>

- ・資料を準備したい(ゆきかき通信、観光マップ等)
- ・それぞれのペアの特徴が出た内容の発表であった。
- ・伝えたいことのポイント、構成のバランスを一緒に考えたい。あつという間の時間だった。楽しい。
- ・(他のグループ)かけ合いが本当に漫談でポイントを押さえられていて聞きやすかった。
- ・物(ロケット)になぞらえていた発表も分かりやすかった。

○第4回 フォローアップ研修

<当事者>

- ・事前の緊張感が以前と比べると格段に小さくなった。本番では自分から手を挙げて発言ができた。自分でも驚いたが積極的に行けたと思う。
- ・以前の自分と比べてやっぱり自信がさらについてきたと実感しています。

<支援者>

- ・ご本人が変化してくことを待つことの大切さに気付いた。
- ・こちらが変化を期待したり、強要するような支援ではなく、いま本人が持っている力を認めてあげるだけで、随分ご本人の自己肯定感が上がると思えた。
- ・ピアカウンセリングについて自分なりにおさらいができた。
- ・ご本人も気づいていない自発性が垣間見られた。「発表するときにマイクをスッと持った」

4. ひきこもり支援出張講座

ひきこもりについての基礎的な講義とピアサポーターによる体験談の発表を通して、ひきこもりについて正しい理解の普及啓発を目的に「ひきこもり支援出張講座」を開催した。この事業は、医療機関や教育機関をはじめ、ひきこもり支援に関わる職員や関心のある団体などにチラシを配布し、派遣依頼のあった団体にセンターの職員とピアサポーターが対象者の所属機関に出向いて行うものである。

(1) 方法

チラシ（別紙5）と申込書（別紙6）を大学や高等学校などの教育機関や医療機関、就労支援機関、高齢者施設等に郵送するなど周知をはかり、各機関単位で講座に申し込んでいただいた。派遣先と日程を調整後、依頼機関とピアサポーターとのマッチングを図り、講師依頼通知書（別紙7）にてピアサポーターに講師派遣依頼をした。

(2) 講座の内容（全体約2時間）

- ① 講義「浜松市におけるひきこもり支援について」
- ② ひきこもりピアサポーターによる体験発表
- ③ 意見交換

(3) 開催日時と派遣先

① 第1回

日時：平成25年1月25日（金） 午後2時00分から午後3時00分まで
派遣先：浜松市精神保健福祉ボランティア交流会「G-hand」
派遣者：講師・河合龍紀（浜松市精神保健福祉センター）
ピアサポーター・Y.K（24歳女性）
支援者・鈴木朋美（ひきこもり相談支援事業所こだま）
参加者：精神保健福祉ボランティア10名

② 第2回

日時：平成25年2月8日（金） 午後2時00分から午後4時00分まで
派遣先：浜松市パーソナルサポートセンター
派遣者：講師・加藤寛盛（ひきこもり相談支援事業所こだま）
ピアサポーター・F.H（43歳男性）
支援者・河合龍紀（浜松市精神保健福祉センター）
参加者：パーソナルサポーター等10名

③ 第3回

日時：平成25年2月25日（月） 午後2時00分から午後3時00分まで

派遣先 : 浜松市精神保健福祉センター・ひきこもり家族教室修了者のつどい
派遣者 : ピアサポーター・Y.K (24歳女性)
支援者・鈴木朋美 (ひきこもり相談支援事業所こだま)
参加者 : ひきこもり家族教室修了者 (当事者家族) 5名

④ 第4回

日時 : 平成25年3月8日 (金) 午後6時30分から午後8時30分まで
派遣先 : 浜松市精神保健福祉研修会ゆいま〜ら
派遣者 : 講師・加藤寛盛 (ひきこもり相談支援事業所こだま)
ピアサポーター・T.K (40歳男性)
支援者・宮澤彰人 (浜松市精神保健福祉センター)
参加者 : 市職員 (精神保健福祉士、保健師、事務職員ほか) 21名



2月8日 浜松市パーソナルサポートセンターでの発表。参加者からの質問にピアサポーター自ら挙手をして答える場面もあった。



3月8日 浜松市精神保健福祉研修会での発表。当事者グループのキャラクターに扮した支援者と当事者の掛け合いでいきいきと体験談を発表された。

(3) 結果

今回、周知期間が短かったこともあり、当初想定していたより申し込みは少なかったが、4回46名の方が参加された。パーソナルサポートサービスなどの就労支援機関においても、ひきこもり当事者の相談にのっていることが多く、関わりに困難さを感じている支援者が多いことが分かった。

また市職員の自主勉強会や精神保健福祉ボランティア交流会などでも広く参加を呼びかけてみると、支援者だけでなく、他部署の職員やボランティアの方々などが参加してくれ、ひきこもりに対する関心は高いと感じた。

各回の参加者からは、「浜松市のひきこもり支援体制について改めて知ることができた」「当事者の体験談を直接聞くことができてよかった」との声が寄せられ、ピアサポーターの派遣事業として、一定の成果をあげられたと考える。

回復過程にある当事者による体験談は、大規模な講演会での発表は難しいこともあ

り、多くの人に普及啓発することは難しいが、少人数の勉強会や研修会の場合であれば、今回のように希望する団体へ出向く出張講座という形はピアサポーターの負担も少ない形で発表でき、また参加者にとっても理解が深まることが分かった。

ただ、注意すべきことは、参加者からピアサポーターに対する質問の取り扱いである。今回、当事者の負担を考えて積極的に質疑を取らなかったが、特に当事者家族からは、家族の状況や気持ちなど当事者にとって負担となる内容の質問が投げかけられた。支援者などが間に入るなどの配慮も必要であると感じた。ただ別の回において、ピアサポーターの一人が参加者の質問に自ら挙手をして答え、当事者の気持ちを話されていた。その言葉には支援者では伝えられない大きな説得力があった。

三人のピアサポーターは、発表中は緊張した様子であったが堂々と自身の体験発表を終えていた。後に「参加者から拍手をもらったり、声をかけていただいたことが何よりも嬉しかった」と話されるなど、大きな達成感・充実感を得られた印象であった。

ひきこもり支援出張講座で参加者から寄せられた感想など

<支援者など>

- ・本人を取り巻く環境の影響が大きく左右することが理解できた。一つの方向からだけではなく、様々な方向からの支援が大変必要である。人それぞれに対処の方法が違うのだと思う。
- ・思春期の課題をどう乗り越えたかということが、ひきこもりにつながる一つという点が興味深く聞きました。浜松市のひきこもり支援について全く知らなかったのでもって勉強になりました。
- ・当事者と家族の関係性も回復に際し重要な要素だということを改めて確認することができた。
- ・何かの「きっかけ」の積み重ねで「ひきこもり」から抜け出せるのですね。「ひきこもり」は心の病気の症状に似ています。
- ・家族の役割として①きっかけを見つけること、②きっかけを選ぶのを見守る勇気を大切にしたいと思いました。
- ・ピアサポーターの方へ。マンガ、デザインができて羨ましいです。私も一時的デザインの勉強をしましたが、くじけました。
- ・ご自身のプライベートなことを語っていただき、ありがとうございました。簡単に「理解できた」とは言えないと思いますが、「ネガリスト」（体験談中に出たネガティブなご自身の呼び方）は素敵な考え方ですね。

<家族>

- ・親側は子どものことを見守っている状態がよいと、よくわかった。
- ・理解ある母がいたこと、明るめの服を着るようにしたこと、役割を与えられたこと（夕食作り）。

<ボランティア>

- ・ひきこもりサポーターの方、笑顔がとてもかわいかったです。
- ・「ひきこもり当事者」って響きが良くないですね、たしかに。「さなぎ経験者」とかどうかなあ。
- ・家族の愛情の大切さ、自分が何か役目があるということを思えることは、本当に大切でそれは多かれ少なかれ誰でも必要なことだと思いました。

5. 考察

今回、ひきこもり当事者をひきこもりサポーターとして養成をしたが、彼ら自身もひきこもりからの回復過程にあることもあり、自宅でひきこもっている当事者を直接支援することは現実的ではない。そこで彼らにできることは、自身の体験をふりかえり、それを必要としている人へ語ることであった。

ひきこもり相談では、当事者の気持ちをつかめないままに関係が崩れてしまった両親や教師など周りの人が、関わりや支援に対する困り感を募らせていることが多い。そうした周囲の人に対して当事者が語るの意味はとても大きい。

今回の養成講座では、体験談を発表することにテーマを絞って行き、支援者とペアになって講座に参加するスタイルを取った。当事者の語りをまとめていくことは、本人が自身のこれまでをふりかえる作業である。今回参加した3名はそういったふりかえりの作業でも特に変調をきたすことはなく、むしろ講座に参加できるまでに変化したことを実感したようであった。体験談を発表するという課題を達成したことで、僅かながらも自信を回復させることができたようであった。また支援者にとっても面接相談や訪問支援の場面とは違った形で、当事者のこれまでのひきこもり生活をふりかえる作業をしたことで、これまでの関わりの中では語られなかった本人のストレングスに気づかされるなど、双方の成長につながる事ができた。

ひきこもりピアサポーターの今後の活用については、あくまでも体験談の発表を中心となると思われるが、今回サポーターの内2名がグループ活動に参加していることもあるため、日常的な役割としてグループ活動の中で運営や新しい参加者のフォローなどの役割を担っていただくことができるのではと考える。

ひきこもりの生活の中で、社会での役割を実感する機会が少なかった彼らが自身の体験を活かして同じ立場の若者をグループ活動の中で支えていくことは、大きな役割意識を持ちうる貴重な機会になるのではないだろうか。そうした活動を通して、彼ら自身が自己肯定感を少しずつ高め、次の目標を持てることに期待したい。

最後にピアサポーターの養成と活用に際しては、「人を支えることが自分の回復にもつながる」というピアサポートの良さを大切にして、ピアサポーターの成長を見守るとともに、個別にフォローアップしていくことも重要であると考えている。

ひきこもりピアサポーター養成講座

浜松市内に 2000 世帯（推計）いると言われている、ひきこもりの方とそのご家族。

ひきこもりでお悩みの方に対して、当事者の立場から支援のお手伝いをしてみませんか？

この講座では、ひきこもり支援のお手伝いをさせていただくピアサポーターの養成を行い、養成講座を修了した方には、浜松市精神保健福祉センターでの家族教室や浜松市ひきこもり地域支援センターにおける普及啓発事業「ひきこもり支援出張講座」において、当事者の体験談を発表していただき、当事者を支える人への支援を行なっていただきます。

養成講座には、あなた支援者と一緒にご参加いただきますので、安心してご参加ください。皆さんのご参加をお待ちしています。

第 1 回「ひきこもりピアサポーターについて知ろう」

日 時：平成 24 年 10 月 31 日（水）
13 時 30 分～16 時 30 分
会 場：浜松市勤労会館 U ホール 24 会議室
内 容：講義「ピアサポーターとは？」
講師 わかもの国際支援協会
代表理事 横山 泰三 氏
講義「ひきこもり相談支援の実際」
ロールプレイ「人の話を聴く時、話す時」



第 2 回「体験談発表を作ってみよう」

日 時：平成 24 年 11 月 12 日（月）
13 時 30 分～16 時 30 分
会 場：浜松市勤労会館 U ホール 23 会議室
内 容：講義「体験談発表のやり方」
演習「体験談発表の資料作り」
講師 地域活動支援センターだんだん
堀野 百合子氏

第 3 回「体験談を発表しよう」

日 時：平成 24 年 11 月 26 日（月）
13 時 30 分～16 時 30 分
会 場：浜松市勤労会館 U ホール 23 会議室
内 容：演習「体験談発表の練習」
発表「体験談の発表」

フォローアップ研修

日 時：平成 25 年 2 月 18 日（月）
13 時 30 分～16 時 30 分
会 場：浜松市勤労会館 U ホール 24 会議室
内 容：講義・演習「ピアカウンセリングについて」

【お問い合わせ】 浜松市ひきこもり地域支援センター（浜松市精神保健福祉センター）

住所 〒430-0929 浜松市中区中央 1 丁目 12-1 県浜松総合庁舎 4 階

電話 053-457-2709 FAX 053-457-2645

担当 河合 龍紀 宮澤 章人（浜松市精神保健福祉センター）

加藤 寛盛（ひきこもり相談支援事業所こだま）

【事業の目的】

この事業は、ひきこもりの当事者を支えるご家族や学校関係者等の支援者などへひきこもりへの理解を深めることを目的に行います。ひきこもり家族教室や支援機関、教育機関等の出張講座において体験談を発表していただくことは、参加される方にとっても大変有意義であると同時に、ピアサポーターの皆さんにも支援者の一人としての役割を担い、達成感を感じていただけたらと考えています。

【ピアサポーターになるには？】

浜松市ひきこもり地域支援センターで開講する「ひきこもりピアサポーター養成講座」を修了された方で、最終的にピアサポーターとしての活動を希望される方に委嘱させていただきます。

今回の募集定員は5組10名です。

＜ピアサポーター養成講座 参加要件＞

- ・市内に在住のひきこもり経験者とその支援者で、ピアサポーターとしての活動に関心がある方。
- ・主治医がいる場合には、養成講座への参加について許可が得られた方。

【参加申し込み】

参加希望の方は、別紙申込書に本人及び支援者の氏名と所属等必要事項を記入の上、10月15日（月）までに浜松市ひきこもり地域支援センター（浜松市精神保健福祉センター）までお申込みください。

【ひきこもりピアサポーターの活動内容】

- (1) 下記、事業における当事者の体験談の発表
 - ① 浜松市精神保健福祉センターで開催するひきこもり家族教室への派遣
 - ② 浜松市ひきこもり地域支援センターの普及啓発事業「ひきこもり支援出張講座」への派遣
- (2) フォローアップ研修修了者には、浜松市精神保健福祉センターにおける当事者相談や当事者グループでの援助（支援者を交えての話し相手など）。

【報酬について】

ピアサポーター本人には、講座等への派遣に対して1回5,000円を報酬としてお支払いします。

【体験談の発表について】

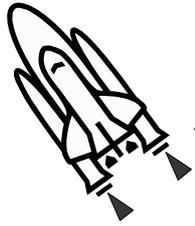
体験談の発表について、養成講座の中で支援者と一緒に作成をしていただきます。使用するツールとしては、パソコンを用いてスライドを使用します。スライドの作成については、支援者と一緒に作成をしていきますが、当事者の希望により他の方法による発表も可能ですので、ご相談ください。

ひきこもり支援出張講座

申込書

申込年月日：平成 年 月 日

団体名			
会場	<住所> 〒 - <電話番号>		
担当者氏名		役職 職種	
担当者 連絡先	<住所> 〒 - <電話番号>		
希望日時①	平成	年	月 日 () 時 分～ 時 分
希望日時②	平成	年	月 日 () 時 分～ 時 分
参加者人数	名 <男性 名・女性 名> (分かる範囲で可)		
今回この出張講座を 申し込まれた理由			
ひきこもりの支援に ついて知りたいこと			



ひきこもり体験期 ～宇宙ロケットになぞらえて～

ひきこもりピアサポーター
F.H



迷惑な隣人

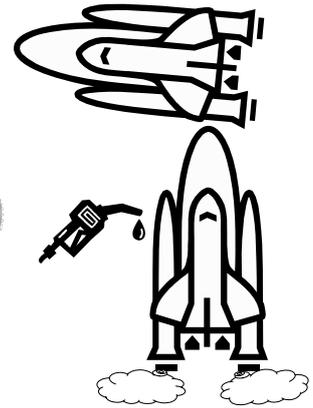
給油

気が強いとこ(女性)

発射の瞬間

うろたえる父親

周回



迷惑な隣人

- ・ 隣りの家は乱暴な一家。子どもに「ばか野郎！」「早くしろ！」などの怒鳴り声と子どもの泣き声が日常茶飯事。
- ・ 自分が言われているような気がして、自分が言われたらどうしようと考えてしまい、萎縮してしまった。
- ・ そんな隣家に両親は何もしてくれなかった。「守ってもらえない、愛してもらえてない」感覚。
- ・ ネガティブな世界観の確立

学生時代の自分

- ・ 成績が比較的良くて「よい子」を演じていた。
- ・ 中、高は勉強重視。特に高校は周囲の目を気にして理系を選択。

いとこの関係①

- ・ 中1の時に2才年上のいとこに好意を持つ。
- ・ 見た目はすごく優しい子だった。
- ・ 大学受験の時に夏期講習で上京して、いとこの下宿に泊まった時に、嫌な面が見えてしまった。
- ・ 好意を寄せていた自分の気持ちに気づきながら「ただの年下にしか見てない」と言われたことで、自分のことを否定された気がした。
- ・ 性格を見直すために心理学を学ぼうと文系に転向した。
- ・ 勉強に手が付かなくなって二浪。

いとこの関係②

- ・ 大学に合格して、初めていとこに対する不満を言えることができた。(合格するまでは言えないと思った)。
- ・ その年の夏休みに直接会って仲直りしようと思ったが、冷たく突き放されたことが傷を深めた。

大学在学中の様子

- 大学では、生活そのものは楽しかった。友人らとコンパや海水浴に行ったりもしていた。
- 大学の授業でも徐々につまづいてしまった。
- 教授と卒業論文の相談もできなかった。
- 就職活動も全然できなかった。
- 少しずつ友人とのコミュニケーションが取りづらくなった。
- バイトやサークルにも入っていなかったため、友人らの話題に入っていけなくなった。

精神的な捨て子状態

- 父親が就職活動できていないことに気づいて、家族でどうするか考え始めた。
- それまでにも自分なりにサインを出していたが、父も分かってくれていなかった。
- 父は会社の経営状態がよくなく、仕事にかかりきりだった。
- 月に数日しか家に帰ってこなくて、見捨てられた気がした。

初めての相談

- メンタルクリニックへ初めて受診。
- 弟たちが情報を集めて勧めてくれたのがきっかけ。
- 自分はカウンセリングで、悩みを聞いてもらっていた。
- 両親も別の時間にカウンセリングを受けていた。
- 1年弱通院したが、父親が病気になったり、経済的な理由で中断してしまった。

ひきこもりながら大切にしたもの

- 2階の部屋の中で閉じこもる生活。
- 弟が結婚して、甥や姪を抱いて部屋に来てくれたことで、少しずつ居間に行けるようになった。
- 自分が幼いので、子どもの存在は大きかった。
- 好きなもの…バレーボール
外に出られない自分の思いを選手たちに託していた。

会社の倒産

- 父の会社が倒産して、自宅も売却することになった。
- 父は定職につかず、母も弁当屋などで昼夜に渡って働く。
- 経済的な負担を軽減する為に、工夫して生活していた。⇒神経質になっていった。
- 新聞に投書して図書券をもらうなど。

父との関係が悪化

- 定職につかない父と殴り合いなどのケンカが耐えなかった。
- 警察沙汰になったこともあった。

父親の急死

- 父親は体調を崩しがちであったが、突然亡くなってしまった。
- 収入が母の給料と遺族年金のみとなった。

精神保健福祉センターでの相談

- 相談を受けて、もう一度同じメンタルクリニックにつながった。
- 行動療法ができた。
- 薬をもらうことができた。安心感になった。
- これからの選択肢を示してもらえた。
- 同じ境遇の人に会って、自分だけじゃないと思えた。

変化した自分

- 悩んでいた時は、完璧主義で一生失敗しない人生でいこうと思っていた。
- 失敗しない人はいない、失敗をしない人生は狙わない。失敗した後にいかに早く立ち直るかに気がついた。
- 頭の中のフロッピー
以前は過去の失敗が残っていて、それを消すためにエネルギーを使っていた。
今の小さな成功を上書きしていくことで、過去の失敗を薄れさせることができる。

私の考えるひきこもり

- 自分で罰を与える。
- 自分で自分に懲役刑を与えてしまっている。
- 自分が出て行くと必ず迷惑をかけてしまう。世の中のために外に出ない方がいい。
⇒ 自己評価が低い。
- 世間が怖い。自分が役に立たない自分がどうしたらいいか？怖さがなくなると外には出られない。**単なる怠けではない。**

周囲の人たちへ

- 周囲の人は、待つ時間を多めに取ってほしい。
- 例えば本人が「2年かかる」と言ったら、それ以上はかかると考えた方がよいかも。
- 療養が長くなるたびに、周囲の人は「待つエネルギー」を足し算していくことになる。それでは、周囲の人が「まだ待たなきゃいけないのか」という怒りや負担感を繰り返し感じることになる。
- 「こんなこともできないのか」「そんなことも知らないのか」という態度をされるのが辛い。
- 「いっしょにやってみよう」と具体的に声をかけてくれる存在が必要。

私にとっての帰還

- 結婚をしたり、子どもを育てるとするのが人としての回復だとは思わない。
- まずは、自分で年金など納められるだけの生活ができるようになるのが、今の目標。それが、ひきこもりからの帰還。

ピアサポートの覚え書き

浜松市精神保健福祉センター 宮澤章人

👉 **はじめに**
 色々な役割を担い、色々な関係を結ぶということ

- ❖ 役割の交代
- ❖ あてにし、あてにされ
- ❖ もちつ、もたれつ
- ❖ お返し
- ❖ してもらったこと、させてもらったこと
- ❖ 体験を「語る」立場、「聴く」立場

✌️ **自分自身の成長につながる**

👉 ピアサポーターとして体験を語る

- ❖ 何を話そう
- ❖ 何を伝えよう
- ❖ どう応えよう

■ 何を話そう

自分の情報をどこまで伝えるか

- ❖ 何をどこまで話そうか
- ❖ 自分が苦しくなってしまう程度に
- ❖ 自分に不利になることがないように

「話す」自己覚知の重要性

頭のどこかで気付いていることが大事
 “ちょっと待てよ”
 “これお話しして大丈夫かしら？”

- ❖ 一歩立ち止まって考えてみる
- ❖ 留意すべき事柄を頭の片隅においておく

■ 何を伝えよう

- ❖ メッセージとして何を伝えたいか考えてみる。

「伝える」ポイントを絞る

❖ 3つから5つぐらい伝えたいポイントを抑えておくとお話ししやすい

❖ 例えば「ゲートキーパー研修」

「伝える」そのためにお話しておくことは何かを考える

❖ サービス精神旺盛になる必要もなく
❖ 面白おかしくお話しする必要もなく

- ①経緯
- ②出会い
- ③つながり

❖ 伝えられたと思ったら自分に拍手！
❖ そう思えなくてもやっぱり拍手！「お疲れ様！」

■ どう応えよう

❖ 質問される
❖ 理想化される
❖ こき落とされる

❖ 「私メッセージ」

「応える」質問されたら

❖ 答えられれば率直に答える
「私が考えるのは・・・」
❖ ふれる問題は周囲にふってみるのも1つの手
「皆さんはどのようにお考えですか？」
❖ 返答を次回までの宿題にする
「またお会いできるときまでの宿題にさせていただきます」

「応える」理想化されたら

感情移入「ヒーロー」

❖ 笑ってごまかす
❖ “なんか理想化されているなあ”と気付く
❖ “なんかくすぐったいなあ”と感じる

❖ とくに
❖ 否定するでもなく、「そんなことないです」
❖ 恐縮するでもなく、「つまらん者で・・・」
❖ 一喜一憂し過ぎない

「応える」こき落とされたら

❖ じっと耐える
❖ “なるほどお”とやり過ごす
❖ “なんか攻撃されているなあ”と感じる
❖ “どこに反応したのだろう”と考える

❖ とくに
❖ 逆ギレするでもなく「なんだ君は！」
❖ 一喜一憂し過ぎない

話すとき、応えるときのコツ 「私メッセージ」

- ❖ あくまで自分の(私の)率直な気持ちを伝える。

例えば、過去の苦しみや憎しみを どう伝えるか

- ❖ 過去の苦しい思い出についつい他責的・他罰的になってしまいそうとき
- ❖ “私がこうなったのは〇〇のせいだ！”でなく
- ❖ “〇〇の影響もあって今の自分があると私は考えている”
- ❖ 「私メッセージ」を意識してみる。

👉 ピアカウンセリングで話を聴く

- ❖ ピアとは・・・「仲間・同輩・対等者」
- ❖ あてにし、あてにされ、
- ❖ もちつ、もたれつ
- ❖ 「契約」や「治療」ではない
- ❖ 同じような経験や感情を共有
- ❖ フレンドシップ

レッツ・トライ！！

- ❖ 「締めめのラーメンがやめられない・・・」

■ カウンセリングの基本

- ❖ 受容:相手の“ありのまま”を受け容れる
無条件の尊重(条件付きではなく)
“部分”ではなく“全体”を
「自分は自分であって大丈夫」
- ❖ 共感:ともに感じる、ともに悩んで、ともに考える
「そのように感じておられるんですね」
「そのように感じるあなたであって大丈夫」
- ❖ 傾聴:無心に耳を傾ける
「ああ」「うんうん」「なるほどお」

「心得」 決め付けない 審判しない 解釈をしない

- ❖ 受容的なカウンセリングの基本

- ◎「考え過ぎ！」
- ◎「自殺はいけない！」
- ◎「それは幼少時期からのエディプスコンプレックスで・・・」
- ◎「悩ましいねえ」
- ◎「死にたいぐらいおつらいのですね」

「心得」 相手の話に共感する 無心に耳を傾ける

- ❖ 受容的なカウンセリングの基本
- ❖ 頷き、相槌、「うんうん」、「なるほどお」

- ❖ 基本的には
- ◎「うんうん」
- ◎「そっかあー」
- ◎「なるほどお」

「心得」 未来志向で

- ❖ 過去を責めても始まらない
- ❖ 今後について一緒に考えていけるように
- ◎「こういうお気持ちなのですね」⇒気持ちの整理
- ◎「今あなたにできることはなにでしょう？」
⇒選択肢を増やす
- ◎「もしも私ならこうするかも」「1つの手」
⇒提案
- ❖ 過去をないがしろにするわけではない
- ❖ 相手の「ライフヒストリー(人生)」の尊重

「心得」 相手の問題を横取りしない

- ❖ あくまで悩む主体は相手
- ❖ 悩める相手を尊重する
- ❖ 相手が安心して悩めるように寄り添ってあげるイメージ
- ◎「私がなんとかしてあげましょう」
- ◎“悩めるあなたであって大丈夫”
- ◎「一緒に考えていきましょう」

「心得」 秘密を保持する 個人情報の取り扱いには注意

- ❖ 約束をする 約束を護る⇒安心感を保障
例)「連絡先を教えてくださいませんか？」
- ◎「ごめんなさいねえ」(クッション言葉)
- ◎「連絡先はお伝えしないことにしているので」(きっぱり⇒相手も自分も護るの観点から)
- ◎「常に応えられる約束ができないので」「電話では落ち着いて聴けないので」(理由付け)
- ◎「ピアカンの時間にゆっくり伺いますね」(機会の保障)

「心得」 できないときは断る

- ❖ こちらも生身の人間です
- ❖ コンディションもあります
- ❖ 無理は禁物
- ❖ 「契約」や「治療」ではありません
- ❖ “お休み”、“中断”、“ごめんあそばせ”もあり
- ◎「ごめんなさいねえ」(クッション言葉)
- ◎「こちらの都合で色々あって落ち着いてお話を聴ける自信がないので」(理由付け)
- ◎「また落ち着いたらお話聴かせて下さいね」(機会の保障)

■ピアの魅力

- ❖ 条件が少ないのが友
- ❖ フレンドシップ
- ❖ 純粋な寄り添い
- ❖ 「契約」でも「治療」でもない
- ❖ 相手を操作するわけでもない
- ❖ 打算や操作のない許容の関係

※「赦し」と「共感」の人間関係の礎

ひきこもり支援出張講座

浜松市内に 2000 世帯（推計）いると言われている、ひきこもりの方とご家族。

皆さんの周りにもひきこもりで悩んでいるご家族や当事者の方はいらっしゃいませんか？
また学校等の教育機関や医療機関、福祉施設など支援者の皆さんの中には、ひきこもりの支援に関心がある方も多いと思います。

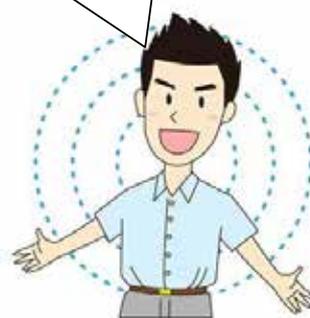
この講座は、市内で主にひきこもり支援を行う浜松市ひきこもり地域支援センターのスタッフとひきこもり当事者であるピアサポーターが皆さんの所に出向いて、ひきこもりについての基礎的な講義とピアサポーターによる体験談の発表を通して、ひきこもりについて正しく理解をしていただくことを目的に行います。

ひきこもり支援について、知りたいこと、悩んでいることがある方は、職場や団体単位でお申込みいただければ、スタッフとピアサポーターが出張いたしますので、この機会にぜひひきこもりについて考えてみませんか？

ひきこもり支援出張講座 「ひきこもりについて考えよう」

- 講師：浜松市ひきこもり地域支援センター 職員 1 名
ひきこもりピアサポーター 1 名、支援者 1 名
- 内容：講義「浜松市におけるひきこもり支援について」
ひきこもりピアサポーターによる体験談の発表
意見交換「ひきこもりの支援のあり方について」
- 時間：概ね 120 分
- 費用：無料

ひきこもりについて、一人でも多くの皆さんに知っていただきたいです！



【お申込みについて】

出張講座開催期間 平成 24 年 12 月～平成 25 年 2 月の平日

＜申込受付期間＞ 平成 24 年 11 月 14 日（水）～

- ・別紙の申込用紙に必要事項を記入の上、ひきこもり相談支援事業所こだままで、FAXにてお申し込みください。
- ・時間などについては、講師の都合によりご希望に添えないことがあることを予めご了承ください。
- ・日程に関する希望や詳しい条件等につきましては、後日担当者が調整をさせていただきますので、ご相談ください。

【お問い合わせ】 浜松市ひきこもり地域支援センター（ひきこもり相談支援事業所こだま）

住所 〒430-0913

浜松市中区船越町 11-11

浜松市立勤労青少年ホーム「アイミティ浜松」

電話・FAX 053-581-8722

担当 加藤 寛盛（ひきこもり相談支援事業所こだま）

河合 龍紀 宮澤 草人（浜松市精神保健福祉センター）

ひきこもり支援出張講座 申込書

申込年月日：平成 年 月 日

団体名			
会場	<住所>〒 - <電話番号>		
担当者氏名		役職 職種	
担当者 連絡先	<住所>〒 - <電話番号>		
希望日時①	平成 年 月 日 () 時 分～ 時 分		
希望日時②	平成 年 月 日 () 時 分～ 時 分		
参加者人数	名	参加者の 主な職種	
今回この出張講座を 申し込まれた理由			
ひきこもりの支援に ついて知りたいこと			
講座開催にあたって の希望・要望			

ひきこもり支援出張講座 講師依頼通知書

平成24年 月 日

浜松市ひきこもり地域支援センター

平成 年 月 日付で申し込みのありました講師派遣について、次のとおり依頼します。

団 体 名			
担 当 者		電話番号	
実 施 日 時	平成 年 月 日()	午後 時 分	～ 午後 時 分
会 場	会場名 所在地		
ピアサポーター 及び支援者氏名	① ピアサポーター ② 支援者		
条 件 等	① 集合時間 ② 集合場所 ③ 講師謝金 円 ④ その他		

(3) 和歌山県

地域特性を生かしたひきこもりサポーター養成の試み

I. ひきこもりサポーター養成研修の概要

1. 目的

地域におけるひきこもり支援は、地域のニーズに合わせて、地域のリソースの活用が求められ、必然的に、全国一律ではなく、地域特性に合わせた多様なプログラムとなる可能性がある。従来からのひきこもり支援は全般的に都市部の比較的若年のひきこもり者を主な支援対象者と想定し、比較的若いサポーターによる支援が主流となっているが、高齢化が進む地方のコミュニティでは、より年長のひきこもり者も多く、対象者の年代に合わせたサポーターの活用が必要になることも多い。また、サポーターになる若者や専門職の人材が少ないことから、それ以外の人々の活用も検討する必要がある。そこで、さまざまな地域におけるひきこもり支援のひとつのモデルとして、社会的資源が少ない小規模な地域においてひきこもりサポーター養成研修を実施し、その可能性と課題を検討した。

2. 対象と方法

和歌山県かつらぎ町で、平成 20 年 4 月に発足したひきこもり支援サークル「よりみち」に協力を求め、ひきこもりサポーター養成研修を実施し、各回の研修の後にアンケートにより参加者の理解度、関心度、実践への応用について集計した。

1) 対象

今回対象とした地域と参加者の特徴は以下のとおりである。

①かつらぎ町の概要

和歌山県の北部の紀ノ川沿いに位置し、平成 24 年末の人口は 18,465 人と小規模な町である。主な産業は農業で、就労人口の約 4 分の 1 が農業に従事している。特に、柿、桃、ぶどう、ブルーベリー、梨、りんごなどの果物の栽培が盛んで、フルーツ王国と呼ばれている。近年、人口は減少傾向で高齢化も進み、65 歳以上の老年人口割合は 32.3%であるのに対し、15 歳以下の年少人口割合は 10.7%となっている（平成 22 年国勢調査）。



②ひきこもり支援サークル「よりみち」の概要

かつらぎ町でひきこもりや不登校で悩んでいる若者やその家族の方を支援するためのボランティア団体として平成20年4月28日に6名の仲間とともに発足。毎月1回の学習会から始まり、平成22年6月からは地区の集会所を使って月1回の居場所を始め、さらにひきこもり青年を持つ家族の交流会も定期的を開催している。また、県内のひきこもり支援機関を利用しているひきこもり者に農業体験を通じた活動支援を行っている。

2) 方法

平成24年10月から12月にかけて、「よりみち」の会員および地域の保健福祉関係者を対象に、1回2時間の研修を行い、各回の終了時にアンケートを実施した。研修の内容は以下のとおりである。

①第1回 平成24年10月19日(金) 19:00~21:00 かつらぎ町大谷会館

講義1 「ひきこもり問題の理解と見立て」

講師 小野善郎 (和歌山県精神保健福祉センター)

内容 ひきこもり問題の背景や経緯、当事者と家族のニーズを理解し、支援に必要な見立てのポイントを知る。

1. ことばとしての「ひきこもり」

- ・ social withdrawal → 「社会的ひきこもり」
- ・ “withdrawal”の意味と、そこから生じる誤解の可能性

2. 「ひきこもり」問題の経緯

- ・ 1960年代～現在までの概念の変遷と取り組みの歴史

3. 「ひきこもり」の定義

- ・ 一般的に用いられている定義の理解

4. 「ひきこもり」問題の本質

- ・ 多次元的理解 (個人の行動特性、対人関係の発達特性、状況との不適合、社会経済的問題)

5. 相談・援助対象としての「ひきこもり」者

- ・ 困難を抱える若者の多様性 (失業者・若年無業者 [ニート]、ホームレス、ワーキング・プア、疾病・障害、「ひきこもり」)
- ・ 家族との関連が深い「ひきこもり」問題

6. 「ひきこもり」と精神科医療

- ・ 「ひきこもり」と精神科医療の関連性
- ・ 「ひきこもり」者に併存する精神障害
- ・ 精神科医療だけでは解決しない

7. 「ひきこもり」の見立て

- ・「診断」よりも「ニーズ」の評価
- ・生活環境・状況の把握、発症と持続の要因
- ・かかわりながら見立てる作業

②第2回 平成24年11月16日(金) 19:00~21:00 かつらぎ町大谷会館

講義2 「援助計画の立案と援助方法」

講師 小野善郎 (和歌山県精神保健福祉センター)

内容 ひきこもり支援の基本を理解し、支援計画立案と援助方法について学習する。

1. 「ひきこもり」問題への支援の基本

- ・支援ニーズの多様性、支援対象者の多様性、支援方法の多様性
- ・努力だけでなく工夫も必要 (必要な支援を創出する努力)
- ・個々のケースの見立てに基づく試験計画が不可欠

2. 支援計画立案の留意点

- ・先入観の排除
- ・「～であるべき」ではなく、現状からできることを目指す
- ・できそうなことを「見つける」
- ・長期的視点
- ・支援の「リスク」への配慮

積極的支援 [リスク大] vs 消極的支援 [リスク小]

3. 支援計画の内容

- ・相談内容の整理：いつ、誰から、どんな問題を相談されたか
- ・情報の整理：情報提供者ごとに情報を整理
- ・支援の目標
- ・支援の方法：場所、構造、内容
- ・支援のモニターとサポート (支援活動の記録と評価、ケース検討、スーパーバイズ、危機介入計画)

4. 援助方法

- ・訪問すること、会うことだけでも支援になる
- ・1回ごとに完結する支援をつなげる
- ・どんな話をすればいいのか
- ・無理に現状を変えようとしない
- ・柔軟な発想と提案

③第3回 平成24年12月14日(金) 19:00~21:00 かつらぎ町大谷会館

講義3 「訪問支援の実際」

講師 南 芳樹 (南紀若者サポートステーション訪問支援員)

内容 豊富な訪問支援経験を持つ訪問支援員から、訪問支援のポイント、訪問支援の工夫、家族支援のポイントなどを学ぶ。

1. 訪問相談のポイント

- ・本人の情報収集(家族からの情報と本人からの話にはズレがあることがほとんど)
- ・必ず本人の理解を得ること
- ・本人の思いを受け止める
- ・「困っていること」へのアプローチ(本人が「困っていること」へのアプローチが社会との接点をもつことへの第一歩)
- ・言語以外のコミュニケーションに気づくこと(ゲーム、漫画、服装など)

2. 訪問支援の工夫

- ・時、場所、内容にこだわらない(本人にとって「居心地のいい場所」が家だけとは限らない)
- ・本人がやりたいと思うことはチャレンジ&トライ

3. 家族支援のポイント

- ・「犯人探し」は疲労のもと(ひきこもることは誰のせいでもない)
- ・Do more, Do different の追求
本人にとって「いいことであれば続ける」「ダメなことは違う方法に変える」

4. 支援者としてのポイント

- ・専門的な支援にこだわらない
訪問支援の役割はコーディネータ(ヘルプを求められるスキルと知識の重要性)
訪問支援員=紡ぎ人
- ・「待つ」しかできない現状を受け入れる、支援員は「万能」ではない(「支援を求めない支援が必要な人」の存在を受け入れる)
- ・「支援員がしなければならないこと」と「本人が乗り越えなければならないこと」を勘違いしないこと

II. 結果

1. 参加状況

3回の養成研修にはのべ30名の参加者があり、うち22名がよりみちメンバーで、8名は会員以外の関係者であった。また、3回の研修をすべて受講したのは7名で、このうち6名がよりみちメンバーであった。参加者の内訳を表1に示す。

参加者は全般に男性の方が女性よりも多く、年代別では60歳代がもっとも多かった。職業は農業がもっとも多く、次いで公務員であった。3回の研修のすべてを受講した7名については、すべて40歳代以上で、約半数が農業に従事しているのが特徴であった。

表1. 参加者の概要

	第1回	第2回	第3回	合計(のべ数)	3回受講者
参加者数	10	11	9	30	7
よりみちメンバー	6	8	8	22	6
その他	4	3	1	8	1
性別					
男	5	8	6	19	4
女	5	3	3	11	3
年齢					
30歳代	3	3	1	6	0
40歳代	1	2	2	5	2
50歳代	2	1	1	4	1
60歳代	4	5	5	14	4
職業					
農業	3	4	4	11	3
公務員	3	3	2	8	2
自営業	1	1	1	3	0
主婦	2	1	1	4	1
その他・不明	1	2	1	4	1

2. 研修内容の評価

各回の研修後のアンケートにより、研修内容の理解度、関心度、実践への応用について5段階の評価を求めた結果を表2に示す。3回を通じていずれも高い評価が得られたが、理解度については難しかったという回答も認められた。その一方で、関心度については3回とも非常に高く評価されており、参加者のひきこもり支援に対する意欲の高さがうかがわれた。実践への応用については、研修内容が第1回の総論的なものから第2回の支援方法、

第3回の訪問支援へと、より実践的なものに進むにつれて高い評価が得られており、研修のねらいと対応していた。

アンケートの自由記載でも、ひきこもり支援への関心と意欲が強く反映されており、研修内容を積極的に取り入れようとしていたことがうかがえた。また、研修を受けた結果として、ひきこもり支援に対する意欲がさらに高まったこともうかがえた。参加者の記述について表3にまとめた。

表2. 研修内容の評価

評価		回答数	よくわかった 5	4	普通 3	2	難しかった 1	平均
第1回	理解度	9	5	1	2	0	1	4.00
	関心度	9	5	4	0	0	0	4.56
	実践への応用	9	4	2	3	0	0	4.11
第2回	理解度	10	7	1	1	0	1	4.30
	関心度	10	9	1	0	0	0	4.90
	実践への応用	10	7	2	1	0	0	4.60
第3回	理解度	8	5	2	1	0	0	4.50
	関心度	9	7	2	0	0	0	4.78
	実践への応用	6	3	0	0	0	0	4.67

表3. 参加者の自由記述

第1回	<ul style="list-style-type: none"> □ 若い子どもの気持ちを知ろうとすること。少しずつでもよいから理解していきたいと思います。たとえ口下手でもその人の心に届くように頑張りたいです。 □ すごくわかりやすかったです。「ひきこもり」に対する考え方が変わったかどうか、改めて学べたことを実践に生かしたいと思います。サポーターだけでなく、一般の方にも聞いてもらえるともっと理解してもらえるのではないかと思います。 □ 今後の活動に参考になりました。 □ 人との交流から身を引いている部分は自分も経験があるので、もう少し詳しく聞きたいです。 □ 誰もがひきこもり支援ができる可能性について知ることができました。地域の人が肩の力を抜いてかかわれるといいなあと思いました。 □ 問題の分析がよくわかりました。関わり方の難しさにも気づきました。次回を楽しみにしています。
-----	--

第2回	<ul style="list-style-type: none"> □ 同感しました（もっと自分で考えなければ…）。いわゆる積極的支援をイメージしていた。 □ 支援の難しさがよくわかりましたが、私の出来る範囲で、サポートにかかわりたいと思います。 □ 当事者と家族の考え方のギャップを無理に近づけるより、両方を否定せず肯定することが大切だと感じました。 □ ひきこもりも本人の安心出来る場所でもあるのか？相手が動くまで待てるか？ □ その人たちごとに支援の方法があるのがわかった。 □ 勉強になりました。今後の活動に生かしたいです。 □ とても納得できました。
第3回	<ul style="list-style-type: none"> □ わかりやすい説明で良く理解できた。ユーモアがあって楽しかった。 □ 支援自体がいろいろあって、むずかしいなあ～と感じました。 □ 実践者の話は良く理解できます。でも大変な責任を感じます。でも時間をかけて実践者になればと思います。 □ 大変貴重な体験談をいただき、ありがとうございました。

Ⅲ. 考察

ひきこもり支援はそれぞれの地域特性に応じた支援プログラムが求められる。特に支援の場に出てくるのが難しいひきこもり問題に対しては、家族相談や訪問支援など、よりコミュニティに密着した支援の必要性が高い。専門職やそれを目指す学生が数多くいる都市部とは異なり、農山村部ではそれらの人材は乏しく、従来の保健福祉モデルによる地域支援を実施することは難しい面がある。しかし、その一方で、非専門職あるいは一般人（lay person）による支援は、保健福祉モデルにはない新たな可能性もある。今回、和歌山県の農業を中心としたコミュニティで従来からひきこもり支援に取り組んできた民間団体の協力を得て、比較的高齢な一般の人たちによるひきこもりサポーター派遣事業の可能性が検討された。

研修参加者は30歳代から60歳代の人たちで、農業に従事している人がもっとも多く、それまでは対人援助の経験のない人たちが大半であった。また、不登校・ひきこもり支援では女性の割合が高いのが一般的であるが、今回の参加者は男性の方が多いという特徴があった。より多くの男性が参加することは、ひきこもり支援にこれまで以上の幅の広がりを生む可能性が期待できる。

研修に対する参加者の関心と意欲は高く、特により実践的な支援方法に対する関心は高かった。専門的な背景はなくても、ひきこもり支援に意欲を持つ地域の人々がいるという事実は、今後のコミュニティベースのひきこもり支援を展開する上では非常に有望なこと

と思われた。その一方で、3回の講義だけではひきこもり問題について十分に理解できないという意見もあり、もう少し時間をかけて研修を行う必要性が示唆される。また、具体的な訪問支援についても、講義だけでなく、ロールプレイや事例検討なども加えることで、さらに充実させる必要があるだろう。

今回の試行事業から、農山村部のひきこもり支援について新たなモデルの可能性が示唆された。一般人を活用したひきこもり支援では、より年齢の近い支援者によるピアサポートが一般的であるが、今回の参加者は60歳代の人が多く、たとえ中年期に入ったひきこもり者への支援であったとしても、ピアサポートというには年齢が離れ過ぎてしまうかもしれない。しかし、よりみちのメンバーが他のひきこもり支援プログラムに参加している若者に農業体験を指導している活動の実績を考え合わせると、年長の支援者はメンターやロールモデルとして、より実生活に近いところで寄り添い支援できるメリットも考えられる。さらには、地域の人材の活用という面でも期待できる。これらのことは、地元の産業を活用したコミュニティベースでの支援を発展させる基盤になるものと思われる。

今回の研修参加者のひきこもり支援への高い関心と意欲は、このような地域特性に合わせたひきこもり支援プログラムの可能性を強く支持するものであり、より効果的な養成研修とともにさらに検討する意義があるものと考えられた。

(4) 堺市

(ユースサポートセンター)

「支援」へとつなぐサポーター養成

—福祉従事者を“ひきサポ”に—

I. 堺市ユースサポートセンターとは

堺市は、近畿の中央部に位置し、面積 150 平方キロメートル、人口約 84 万人を有する都市で、平成 18 年に政令指定都市となった。日本を代表する仁徳天皇陵古墳や百舌鳥古墳群、鉄砲鍛冶をルーツとする刃物や自転車などの商業伝統文化がある地域である。新興住宅地も多くあり、世代的にも文化的にも新旧おりまざった都市である。政令指定都市となり、堺区・中区・東区・西区・北区・南区・美原区の 7 つの区域に編成され、各区に保健センター（堺区は 2 か所）と精神保健センターが 1 か所、ひきこもり地域支援センターが 2 か所ある。

堺市のひきこもり支援としては、当センターが平成 23 年 1 月より児童期部分を担い、こころの健康センターが平成 23 年 5 月より成人期部分を担っている。年齢としての区分はあるものの、ひろく相談を受けていけるように、両センターが相談窓口となるように連携をはかって支援を進めている。

堺市ユースサポートセンターは、ひきこもり地域支援センター（児童期）と子ども若者総合相談センターを併せ持ったセンターとして、平成 23 年 1 月にスタートした。

当センターに寄せられる相談としては、ひきこもり・不登校・ニートに関することが多く、相談者としては家族や関係機関からが多くなっている。保護者としては、何とか子どもの生活を見守ってきたが、自身の高齢化と子どものひきこもり長期化を不安に感じ、相談窓口につながるケース、関係機関からは当事者の年齢があがることで機関の支援対象枠から外れてしまうことから当センターにリファーされるケース、福祉従事者からは訪問時に自宅にひきこもっている若者の気配があるがどこに相談したらいいのかという声が寄せられている。相談につながるきっかけは多様であるが、まだまだつながりをもつことが難しいケースも多くあると思われるので、今後もセンターの周知、関係機関との連携、アウトリーチをどうするのか等検討していく必要がある。

II. ひきこもりサポーター養成研修の概要

1. 目的

当センターには、他機関からリファーされるケースも多くあり、教育関係機関や福祉関

係機関と連携しながら家族を支えることもある。そこで、ひきこもり支援へとつながる入口として、関係機関の理解をどのように深めていけるか、また他の福祉職との連携をどのように構築できるかについて考えてみる。直接当事者と関わる支援者ではなく、ひきこもりを抱える環境に働きかけるサポーターや、地域で孤立している状態から支援機関につないでいく役割を担う人材を育成するという可能性と課題について検討を行うことを目的とする。

2. 方法

福祉従事者に対して、研修実施前に「ひきこもりに関してどのような研修を受けたいか」というヒアリングを実施した。ヒアリングの結果から研修で取り上げるテーマについて検討し、研修会を実施した。研修会後のアンケートにより、ひきこもり支援についてどのように理解が深まったか、また今後どのような学びを必要としているかを集計した。

研修後に、現場で実践を学ぶ機会として、当センターで実習を行い、振り返りを行った。

3. 結果

(1) 研修実施前のヒアリング

障害福祉・高齢者福祉・児童福祉に従事する25名に「ひきこもりに関してどのような研修を受けたいか」というヒアリングを実施した（平成24年11月下旬実施）。その結果、精神疾患との関連について関心が高かった。研修会では「ひきこもりに関連する精神疾患」をテーマにすることとした。

(2) 研修会について

平成25年1月25日（金）19:00-21:00で「ひきこもりに関連する精神疾患」というテーマで、小野善郎先生を講師に招き、研修を行なった。

研修会の参加者は14名であり、25歳から37歳の福祉関係従事者であった。14名のうち、男性2名、女性12名であった。参加者の内訳は表1に、研修内容を表2に示す。

表1. 研修会参加者の概要

		25-29歳	30-34歳	35-39歳	計
性別	男	0	1	1	2
	女	6	4	2	12
職業		・ニート支援員	・就労移行支援員（2）	・ケアマネージャー	

	<ul style="list-style-type: none"> ・ひきこもりコーディネーター (2) ・障害児デイサービススタッフ ・不登校居場所スタッフ ・障害ヘルパー派遣スタッフ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ケアマネージャー (2) ・高齢者ヘルパー派遣スタッフ 	<ul style="list-style-type: none"> ・ひきこもりコーディネーター (2) 	
--	--	---	--	--

表2. 研修会内容

1. 精神保健センターとは	<p><役割> 精神保健医療の充実をはかる。すべての人の「こころの健康」をサポートする。</p> <p><業務内容> 手帳の交付・審査・自殺対策など</p>
2. 精神医療と精神保健	<p><精神医療> 投薬等、精神科医が治療していくこと。診断がつく。</p> <p><精神保健> 誰もが幸せを感じて生きていけるようにすることであり、精神障害者を対象としているわけではない。すべての人のこころの健康を保つ。過剰な支援は、弱者をつくりだしてしまう。面接だけがメンタルヘルスではない。</p>
3. 現代の医療	<p><診断主義> 制度やサービスを利用するには、医師の診断が必要となる。手帳は障害があるという証明書。</p> <p><医療化> 少年犯罪は治療が必要という流れ。医療の問題とすることで、社会の責任が減り、個人の問題になる。</p>
4. ひきこもり・ニートについて	<p><ひきこもりの原因> ① 精神病 (統合失調症) ② 神経症③ 発達障害・人格障害</p> <p><ひきこもりは病気ではない> 病気ではなくても、診断がないとサービスが使えない現状。</p> <p>10年前は相談するところが少なかった時代で、「ひきこもり相談」という窓口に、知的障害や統合失調症の方が相談に来た。</p> <p>精神疾患は、脳の病気ではなく、環境要因が大きい。環境に働きかける必要がある。</p> <p><ひきこもりという言葉> 「ひきこもり」という言葉には、「こもる」という本人の意思が入っている</p>

	<p>る。以前、「登校拒否」という言葉も本人の意思が入っているということで、「不登校」に変更した経緯がある。</p> <p>「社会的ひきこもり」は Socialwithdrawal の訳で、人とやりとりをすることを避けるとか、対人交流を避けるという意味である。「孤立無業」という表現の方が状态的に近い表現かもしれない。</p> <p><ニート></p> <p>厚労省は「若年無業者」という言葉を使用し、失業者とも分けて考えている。本人に合う仕事があれば働ける層で、本人の経験不足で就労が困難な層。若者サポートステーションがサポートする。非精神病理群と言える。</p> <p><ひきこもり></p> <p>ニート、若年無業者は精神症状がない層と考えると、ひきこもりの層には強迫や不安等の精神症状があるという精神病理群という状態像が考えられる。</p> <p><ひきこもりのタイプ></p> <p>① 自ら対人交流を避けるが、一人を好んでいるタイプ ※本人に支援ニーズはなく、親や教師等周囲は心配する。</p> <p>② 緊張や不安を感じ、人の評価を気にして自ら対人交流を避けるタイプ ※対人的な不安や恐怖を感じており、薬だけではよくなるしない。</p> <p>③ 集団から孤立する（はじかれる）タイプ ※精神症状が伴っている精神病理群があり、医療の介入が必要。</p>
5. まとめ	<p><よい精神科医と出会う></p> <p>診断しかしない医師ではなく、見立て（formulation）のできる医師。診断で治療方針は決まらない。</p> <p><環境に働きかける></p> <p>日常生活をみることのできる福祉職が、見立てを行い、医療と連携していくことが重要。</p>

（3）研修後のアンケートについて

研修後にアンケート調査を実施した。アンケートの質問項目は、「研修内容で印象に残ったこと」「もう少し聞きたかったところ、質問」「今後の活動にいかせそうなこと」「今後学びたいテーマ」という4つで行なった。表3にアンケートの回答をまとめた。

印象に残ったことについては、「ひきこもり」という言葉が与える印象や、言葉に含まれる意味、「ひきこもり」「ニート」などその時代によって、印象が変化していることなどに

ついてが記述されていた。また精神医療と精神保健の違い、福祉サービスと診断名という現状についての理解が深まったことについても記述されていた。

もう少し聞いてみたいところについては、不安と恐怖のことについてが多く記述されていた。

今後いかせそうなところについては、ニーズから福祉職としての見立てをもち、医療と連携するという点について記述されているのが多かった。

今後学びたいテーマについては、具体的な事例や就労に関する話が記述されていた。

表3. 研修後アンケートの回答

1 印象に残ったこと	精神疾患を見つけて治療していくのではなく、その人が住みやすく生きやすくすることが大事であること。 精神症状がある精神障害には、不安と対人的恐怖をもっていること。 好きでひきこもっているわけではないのに、「ひきこもり」という名前でさらに相談に行きにくくなっているのだと感じた。 ひきこもりは病気ではない。 「ひきこもり」と一口に言っても個人要因や社会的要因など様々な背景があること、対応するために医療・福祉の連携が必要であること。 「ひきこもり」「ニート」という言葉の中にも、偏見や「上下」の意識が生まれていること。 精神保健の視点、悩みに対して援助するものがあってもいいのではないか。 診断で全てが決まるわけではない。 障害者手帳のありがたさ。 ニーズからの見立てが大切。 病気や障害で考えるのではなく、気質やもともと持っているものに目を向ける。 ひきこもりと不安との関係について。 良い精神科医は診断をすぐにつけない。診断はなくても治療ができる。 見立てが大事。 専門家の面談は、弱者を追い込むこともある。 Social Withdrawal 社会的ではなく、交流。 診断がつくことで納得してしまっていたが、原因はそれぞれ違い、治療法も同じではないということが、当たり前のことであるが「なるほど」と思った。 福祉サービスを利用するには、診断名が必要だという難しさ。 これまで曖昧にとらえていた精神医療と精神保健の違いについて理解でき、「誰もが幸せを感じていけるようにする」という言葉が印象に残った。
---------------	---

	<p>当事者が何で困っているのか、一つの方法で解決するのではなく、複合的な関わりでアプローチする。</p> <p>「ひきこもり」という名前ではなく、どんな名前がいいのか。</p> <p>「ひきこもり」という言葉には、言葉自体に意志が入ってしまっており、マイナスイメージをもたせてしまっている。</p>
2 もう少し 聞きたか ったとこ ろ	<p>不安や恐怖をもっている方の自信をつけていくサポートについて。</p> <p>不安や恐怖の軽減していく方法について。</p> <p>ひきこもりの中に発達障害は何パーセントぐらいいるか。</p> <p>臨床心理サービス、精神保健の具体例や事例。</p> <p>医療と福祉の連携事例。</p> <p>見立てるポイント、見立てる上での大切な視点。</p> <p>不安の3種類の分類について。</p> <p>排除・自立からの孤立・孤立の3つの話し。</p> <p>こういうものだと決められないことなので、先生の世界観をもっと聞いてみたかった。</p> <p>ひきこもり・ニートの関係、精神病理群・非精神病理群の話をさらに詳しく聞きたい。</p> <p>診断名がついていない方へのサービスについて（診断名がないとどうにもならないか）。</p> <p>先生の日頃の活動の話し。</p> <p>周囲にしんどさを抱えた人がいる場合、個人としてどんなことができるのか。</p>
3 今後の活 動にいか せそう なこと	<p>統合失調症やうつ診断が重要ではなく、本人がどうしていききたいかという思いを大切に関わっていききたい。</p> <p>不安や恐怖の対応をまず第一に考えるということ。</p> <p>福祉職が医療に対して敷居を高くしていたり、自らが診断主義よりになっていないかという視点を教えてもらったので、医療分野の方へ「福祉職としての見立て」としてアプローチをしていきたい。</p> <p>本人のニーズにもう一度目を向ける。</p> <p>病院にどんどん足を運ぶ（連携）。</p> <p>精神疾患の診断名に対する考え方が変わること、対応も変えられるのではと感じた。</p> <p>今まで同様に、診断名にとらわれず、見立てを大事にする。</p> <p>現在、ひきこもり状態の方と直接関わる機会はないが、ひきこもりや精神障害の方に対しての考え方が広がった。</p> <p>診断名を信じきる・頼りきるのではなく、その人をしっかり見ることを意識していきたい。</p>

	病院との連携（今までヘルパーが病院に伝えていくことができなかった）。 医師の診断が一番ではないという視点をもって、どのような支援や関わりがその人にとって大切かを考えていきたい。
4 今後学び たいテー マ	ひきこもりのアウトリーチの方法・技術。 ひきこもりに対する就労支援について。 小野先生の話を引き続き聞きたい。 実際のケースを通しての話も聞いてみたい。 ひきこもりの方、精神障害の方との関わり方など現場の話し。 就職に向けた支援のあり方、どのようなステップが必要か。 ADHD が集中するための良い方法。

（４）実習

研修を実施したあと、当センターにおいて実習を行い、現場においてどのような気づきがあったかをアンケートで調査した。実習参加者は6名（男性1名・女性5名）で、内訳を表4に示した。

表4. 実習参加者の概要

実習生	実習内容
27歳（女）ニート支援員	アクティビティプログラム
30歳（女）ケアマネージャー	就職準備講座
31歳（男）就労移行支援員	個別プログラム
30歳（女）就労移行支援員	アクティビティプログラム
27歳（女）不登校居場所スタッフ	個別プログラム
32歳（女）高齢者ヘルパー派遣	アクティビティプログラム

実習は、当センターで実施している活動プログラム（アクティビティプログラムと就職準備講座）と、個別プログラムの補佐として入ってもらった。

実習前には、当センターの活動内容や参加者の状況等について説明を行い、当センターのコーディネーターと同席してもらい、活動の補助的な役割を担ってもらうこととした。

実習後に振り返りのアンケートを実施した。アンケートの結果を表5にまとめた。

表5. 実習後振り返りアンケートの内容

日常業務と実習先 での支援における	<アクティビティプログラム> 活動プログラムへの参加する目的が、日常業務で関わる就労場面とは
----------------------	---

相違点	<p>異なっており、どのように関わってよいのか戸惑いを感じた。就労場面では、「働くとしたら」等相手の立場に立った視点で声かけをすることが多いのだと再確認した。</p> <p><就職準備講座></p> <p>初めから意見を出してもらうのではなく、「少人数で考える」「人前で発表する」と段階を踏んでいるところや、補足説明で、具体的な事例を用いて説明しているところが印象的だった。</p> <p><全体を通して></p> <p>活動の前後の時間に、お茶を用意したり、他者に声かけしたりという参加者同士のやりとりがあったこと。</p>
ひきこもり支援において、重要だと感じたこと	<p>なぜこのプログラムに参加したいと思っているかという理由づけ、参加して何を得ているのかを明確にし、フィードバックすること。</p> <p>「今ここから」を一緒に描くこと。</p> <p>事例を交えた説明や実技など、具体的に知識を得る機会が必要。</p>
実習を通しての気づき	<p>スタッフが柔らかい雰囲気場で場を進めていること。</p> <p>まだ就労トレーニングを受けるという段階には難しい状況であること。</p> <p>緊張から十分に発言できていなかったり、ガッツポーズをしたりと自己評価の低さを感じた。自己評価を上げていながら、より適切な助言をしていくのが難しいと感じた。</p>
自由記述	<p>集団で活動するという事は、緊張も高く、不安もあるけれど、週1回参加しようという前向きな気持ちが必要であり、参加できていることが今後の社会活動に必要なステップであると感じた。</p> <p>練習など積極的にチャレンジする真面目で勤勉な姿が印象的だった。</p>

実習後の振り返りアンケートでは、日常業務と実習先での支援において感じた相違点、ひきこもり支援において重要だと感じたこと、実習を通しての気づきについて回答してもらった。

日常業務との相違点では、プログラムに参加する動機や目的の違いとスタッフからの声かけの仕方の違い、参加者同士の関わり方などについてあげられていた。ひきこもり支援において重要だと感じたことでは、参加する理由や得るもの、これからどうするのかなどを参加者と共有していくこと、具体的に知識を得ていく実技等の必要性についてあげられた。実習を通しての気づきとしては、雰囲気づくり、自己評価をあげていくことと助言の難しさ、就労という段階までの難しさについてあげられていた。その他自由記述としては、緊張や不安を抱えながらも参加意欲が高いこと、積極的にチャレンジしようという姿につ

いて書かれていた。

4. 考察

ひきこもり支援へとつながる入口として、関係機関の理解をどのように深めていけるか、また他の福祉職との連携をどのように構築できるかについて検討することを目的として、サポーター養成研修を実施した。

まずは、ひきこもりの理解を深めるために、研修会を開催した。研修会を実施するにあたり、事前にどんな研修を受けたいかをヒアリングしたところ、ひきこもりに関連する精神疾患についての意見が多かった。研修では、精神保健についての理解を中心に学び、医療化・診断主義の課題、精神病理についてなど、医療と福祉の連携に必要な知識を学ぶことができた。福祉従事者は、高齢者や障害者の支援に入る際に、高齢者支援や障害者支援の枠で関わっているが、その本人もひきこもっている状態であったり、家族が家にひきこもっている状況などに遭遇する場面があり、ひきこもりという現象面ではなく、その背景に関心を寄せている。また就労関係の支援者は、手帳の有無により、活用できる資源が違ってくるため、障害者手帳の取得や障害告知について関心が高く、医療との連携について悩んでいることがうかがえた。ひきこもりという状態は、障害や高齢、医療のサービスを活用しづらいため、どの分野からも関心は高いものの専門的に研修を受ける機会が少ない。堺市ひきこもり地域支援センターで開催している市民向けの講演会でも、福祉従事者の参加が全体の約3分の1あり、関心の高さがうかがえる。

研修参加者は、研修を通して障害名や診断名ではなく、本人が抱えている不安や緊張にどう対応していけばいいのか、見立てを大事にしていきたいという感想をもっており、実際の事例や現場での対応について、更に具体的に学んでいきたいという意見もあり、研修をさらに充実させていく必要がある。

本事業では、ひきこもりサポーター養成の可能性について検討しているが、直接的に本人のサポートをするというだけでなく、間接的にひきこもり当事者や家族と接触する可能性のある福祉従事者にも、ひきこもりについての理解を深めてもらうように働きかけてきた。ひきこもりという状態には、さまざまな背景要因があるので、支援につなげていく入口と自立につなげていく出口との両方で、関係機関や地域とのネットワークが重要となる。今回の研修が、福祉従事者がひきこもり支援の理解を深め、ネットワークでひきこもり状態の方をサポートしていくという第一歩となり、事例を通じた理解や研修を継続して実施していく必要性を示唆することができた。

(5) 広島県 (西部)

家族ピアサポーター養成

I 広島ひきこもり相談支援センター（西部センター）について

広島市はひきこもり地域支援センターを平成22年1月に※特定非営利活動法人青少年・交流・自立支援センターCROSSに事業委託し名称を広島市ひきこもり相談支援センターとした。平成24年9月に広島県と広島市が共同でひきこもり地域支援センターを県内3か所に設置することになり広島市ひきこもり相談支援センターは名称を広島ひきこもり相談支援センター（西部センター）に変更した。

広島ひきこもり相談支援センターでは18歳以上のひきこもりの相談支援を行う。電話、メールの相談、来所相談の他、訪問支援、同行支援を行う。他県に比べサポート対象の年齢が高く（20代～30代男性が最も多い）サポーターもそれに釣り合う年齢の者が求められる。

※ 特定非営利活動法人青少年交流・自立・支援センターCROSSは平成16年に設立されたNPOでひきこもりがちな青少年のフリースペース事業や社会体験事業、地域活動支援センターの運営を行っている。

II ひきこもりサポーター養成研修の概要

1. 家族ピアサポーター養成の目的

今回、広島ひきこもり相談支援センター（西部センター）ではひきこもりサポーターとして家族ピアサポーターの養成を試みることにした。以下の二つを養成の目的とする。

- ①家族ピアサポーターは同じ経験がある者として、共感、理解のある支援ができるのでひきこもり相談支援センターの活動を手伝う事で、他の家庭のひきこもりの問題解決に資する。
- ②家族ピアサポーターとなることで自分の問題を客観的にとらえられるようになり、自らの家庭のひきこもり問題の解決に資する。

2. 家族ピアサポーターの対象と養成方法

サポーター養成講座への応募対象は広島ひきこもり相談支援センター（西部センター）に相談に来ている家族でピアサポーターに興味がある者とした。

チラシ（参考資料1）をセンターに掲示する等で募集を行った。今回募集をあまり広範囲では行わなかった為、募集期間終了後に以前家族がひきこもりであって現在は問題解決している方2名からピアサポーター希望の申し出があった。今後、親学習会等に参加していただく等でサポートに活用していく方向で検討する。

養成方法については希望者に3回の研修を行った後、担当の相談員と応募者で話し合い、適性、できる事の範囲などについて検討する事とする。また、ピアサポーター誓約書（参考資料2）に同意いただける応募者を家族ピアサポーターとして登録する。

3. 研修について

第1回研修会	平成24年11月18日(日曜日) 10:30~16:00
場所	広島市西区横川町 Cross Road
講師	杉山信作 桜クリニック院長
研修の目的	ピアサポーターとして必要な基礎知識を学ぶ
内容	<p>こころの発達 二面的な親の機能(母的なものと父的なもの) 治療者の態度</p> <p>講師の研修の前に初顔合わせということで参加者とコーディネータースタッフで自己紹介を行った。</p> <p>研修の後、参加者とコーディネータースタッフで昼食会と交流会を行った。交流会では参加者は各々の家庭で抱える問題について率直に話し合う事が出来た。他の家庭のケースを聞くことでとても勉強になるので親の集まりを勉強会として続けたいという要望が参加者から出た。</p>
参加者	<p>ピアサポーター受講者 7名</p> <p>コーディネータースタッフ 2名</p>
参加者の様子	<p>初回の研修で参加者は緊張している。</p> <p>コーディネータースタッフもまだ参加者との信頼関係が築けてないのでサポートに迷っている様子であった。</p> <p>自分の経験を思い出して辛くなった参加者もあった。</p> <p>研修後の昼食会、交流会ではなごやかな雰囲気参加者は活発に会話をしていた。</p>
参加者の感想	<ol style="list-style-type: none"> 1.他の参加者がどんな人か気になった。 2.同じ経験の人たちと会って話ができるのは楽しみであった。 3.自分の経験を生かして、一人でも多くのひきこもりの人を支援していきたいと思い参加した。 4.自分に何が出来るか不安がある。 5.以前からこのような機会があれば参加したいと思っていた。

第2回研修会	平成24年12月2日（日曜日）10:00～16:00
場所	広島市西区横川町 Cross Road
講師	山田晃靖 広島ひきこもり相談支援センター（中部センター）相談員（臨床心理士）
研修の目的	ピアサポーターとして必要な基礎知識。 自分の気持ちを表現する経験をする。 他人に共感する、共感される経験をする。 参加者同士のコミュニケーション
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・様々な心理療法について ・ひきこもりと関係の深い精神病について（統合失調症の陰性症状等） ・メンタルヘルスと二次障害について ・エクササイズ <ol style="list-style-type: none"> 1. 呼吸法 2. 安全な場所のイメージ（自分にとって安全な場所を絵に描き、似ている絵の人でグループをつくり話し合う。） 3. 出来事の流れワーク（危機的な出来事とその前後の場面や心の状態を絵に描く。自分の気持ちに注目し表現する。他の人の絵にコメントを書いた付箋をはる。 自分の絵と気持ちをみんなに説明する。） <p>研修の後、講師も残って参加者と交流会を行った。</p>
参加者	ピアサポーター受講者 7名 コーディネータースタッフ 2名
参加者の様子	2回目の研修で緊張も少なく和やかな雰囲気で行った。 エクササイズでは受講者がお互いに描いた絵の内容にコメントし共感することで親しさが増した様子であった。
参加者の感想	<ol style="list-style-type: none"> 1.自分の気持ちに共感してもらうことは安心感を持ちやすらかな気持ちになることを実感した。 2.他の受講者も自分と同じような経験や気持ちを持っていることを知り親しく思った。 3.他の参加者からやさしいコメントをもらいうれしく思った。 4.ひきこもりと関係のある病気や二次障害について勉強することができ、今後ももっといろいろな勉強をする必要を感じた。

第3回研修会	平成24年12月9日（日曜日）10:00～16:00
場所	広島市西区横川町 Cross Road
講師	隼田聖子 広島ひきこもり相談支援センター（西部センター）相談員（臨床心理士）
研修の目的	ピアサポーターとして必要な基礎知識を学ぶ。 ピアサポーターとして必要な心構えを学ぶ。
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・広島ひきこもり相談支援センター（西部）での相談の流れ。 ・ひきこもり相談支援センターの相談員として私が気を付けてきたこと。 <ul style="list-style-type: none"> ①無視することの害について コップに入れた水の結晶がどういった場合に一番壊れるか。 ②ユーモアの必要性について ・エクササイズ 参加者同士でお互いを誉め合う。 <p>研修後、講師と参加者で交流会を行った。</p>
参加者	ピアサポーター受講者 7名 コーディネータースタッフ 2名
参加者の様子	3回目の研修で和やかな雰囲気であった。 参加者は研修の終了後に残って雑談するのが楽しみようである。 今日で研修は終わりであるが、今後も毎月1回「親の学習会」を継続して欲しいとの希望があり、第3日曜日に継続的に行う事が決まった。
参加者の感想	<ol style="list-style-type: none"> 1.自分を誉めてもらうことはエクササイズとわかっている気持ちはいいものであることを実感した。 2.言葉に出して誉めるのは意識しないとできないと思った。 3.ひきこもり相談支援センターの相談員のように話ができないので、自分にピアサポーターとして具体的に何ができるか考えたい。 4.普段家族に対して誉めていないなあと気が付いた。 5.同じ経験のある者と気兼ねなく話ができる場があるといい。 6.自分の経験を他で話してもよい。

Ⅲピアサポーター研修の結果

1. ピアサポーターの登録

応募者は7名であった。7名の応募者はセンターの担当相談員と研修のフィードバックを行い、今後のピアサポーターとしての活動について話し合った。

その結果4名の参加者からピアサポーターとして活動できるという理解が得られた。4名の参加者についてはピアサポーター誓約書を広島ひきこもり相談支援センター（西部センター）と交わした。守秘義務や報告義務についての説明を担当の相談員から受けた。

他の参加者はまだ自信がないので保留とし、今後毎月1回の親の学習会を継続する中で何ができるか考えていく事になった。

2. ピアサポーターとしてできる事

- ① 当事者や家族の話を聞く（個別に聞く、グループで聞く、相談員の補助として聞く）
- ② 当事者と料理、手芸、ヨガ、気功体操等、サポーターの特技を一緒に行う。
- ③ 自分の家族としての経験を他の人に話す。（当事者の理解が得られた場合）
- ④ 自分の家族としての経験を文章で書いて読んでもらう。（当事者の理解が得られなくても個人が特定されない、匿名での内容なら可能）
- ⑤ 当事者が活動する場を用意する。（畑、ボランティア）

3. 親学習会の継続について

参加者の強い希望により、今後月1回「家族学習会」を継続する。

家族学習会の目的

- ① ゲストとして相談希望者を呼ぶ。同じ経験のあるもので共感を持って話を聞く。
- ② 様々なケースがあることを知り学習する。

4. 実践について

実施年月日	内容	実践内容と様子
25年1月20日	家族学習会	家族学習会にゲストとして参加した新規の相談者の話を傾聴する。家族ピアサポーターは共感を持って聞くことができた。ゲストは普段話しにくい内容でも安心して話すことができた。
25年2月16日	体験発表	自分の体験を発表する。対象はNPO法人青少年・交流・自立支援センターの関係心理職5名。状態が改善した事例で説得力があり参考になった。
25年2月17日	家族学習会	家族学習会に新しいゲストを迎え、話を傾聴した。ゲストは安心して話すことができた。
25年2月27日	相談同席	自分の家庭と似たケースの相談に同席し自分の経験からアドバイスした。相談者は似たケースの親からアドバイスを受け参考になった。

25年3月 17日	家族学習 会	参加者同士で話を傾聴した。安心して話すことができた。 参加者のケースに好ましい変化がみられた。
--------------	-----------	--

IV 考察

ひきこもりは生活の場や交流の範囲が家庭と家族に限定されている。従って家族の対応がひきこもりの問題解決の鍵を握る。

そこで、広島ひきこもり相談支援センター（西部センター）ではひきこもりの問題を持つ家族のサポートに家族の気持ちを理解し共感することができる家族ピアサポーターを養成し役立てたいと考えた。家族ピアサポーターを活用することは二つの側面から成果が期待できる。

一つはひきこもりの問題を持つ家族に対し、共感を持って対応できるという側面である。ひきこもりの問題に悩む家族は問題解決の為相談に行きたいと思っても、人に知られたくない気持ち、また、親の育て方が悪いと言われるのではないかと不安があり、なかなか相談にいけない方も多い。同じ経験を持つ家族ピアサポーターなら話してもきっとわかってもらえる、また引け目を感じながら話すこともないだろうと安心感が持て相談に行きやすい。

もうひとつは、ピアサポーター自らの家族の問題にプラスになるという側面である。ピアサポーター自らの家族の問題にプラスになるのは他のケースの話聞く中で、自らの家族の問題を客観的にとらえることができる機会が得られる点にある。また、自分の経験が役に立つことで家族が自己肯定でき、その家族の気持ちが当事者によい影響を与える点にある。

今回、家族ピアサポーターの養成の中で感じたのは家族ピアサポーターとして活動するまでには時間がかかるということである。11月から研修を始め、3回の研修を終えた時点で家族ピアサポーターとして広島ひきこもり相談支援センターに登録するには自信がなく保留する方が多く3月時点で取り敢えず4名が登録された。

また、当初、想定していたのは家族の相談での家族ピアの相談員であったが様々なアイデアが出てきた。自分の経験を話す。趣味を生かしてひきこもり当事者と手芸や料理をしたい、気功体操を一緒にする、畑を一緒にやりたい等。

課題としては、自分の経験が強すぎて、同じようなケースだと熱心になり過ぎてしまう可能性がある。ひきこもり相談支援センターの担当相談員のスーパーバイズを受けながら行う必要がある。

守秘義務についても確実に守る様に誓約書を交わす必要がある。

家族ピアサポーターの研修の中で参加者から強い希望が出て、今後も家族勉強会を継続することになった。同じ経験をした仲間として毎月集まり、ゲストの相談を傾聴し、自分の家族の問題を考えながら議論していく。その中で今後、家族ピアサポーターが育まれていくと思う。

24年度社会福祉推進事業

ひきこもり支援家族ピアサポーター講習 受講者募集

広島ひきこもり相談支援センター
(西部センター)

同じ経験をした者ならではの家族ピアサポーターとして活動してみませんか？

募集期間 平成24年10月15日(月)～平成24年11月11日(日)

申込み 広島ひきこもり相談支援センター(西部センター)

電話 082-942-3161 FAX 082-942-3162

電話かFAXでお申し込みください。

対象者 (応募条件)

- ① ひきこもり状態の家族を持つ方で「広島ひきこもり相談支援センター」に続けて相談を行っている方。(担当相談員の推薦がいきます。)
- ② 研修3回を受講できる方。
- ③ 守秘義務が守れる方

ピアサポーターの役割

ひきこもりの家族を持つ方の話を聴く。相談に乗る。

グループで対応していただく場合と個別で対応していただく場合があります。

- 研修後、実践をしていただく場合は交通費と謝金をお支払いします。
- 実践はサーパバイズを受けながら行います。
- 他のケースの話を聴くことで自分の問題が客観的に見られるようになるメリットがあります。
- 自分の経験が人の役に立つことで気持ちの整理がつく。

研修予定

11月18日(日) 10:00～12:00 場所 Cross Road

講師 杉山信作 桜クリニック院長

12月2日(日) 10:00～12:00 場所 Cross Road

講師 山田晃靖 広島ひきこもり相談支援センター(中部)

12月9日(日) 10:00～12:00 場所 Cross Road

講師 隼田聖子 広島ひきこもり相談支援センター(西部)

資料2

広島ひきこもり相談支援センター（西部）様

ピアサポーター誓約書

1・守秘義務

ピアサポーターの活動中に知った個人情報を他の場所で話したりインターネット上に書き込んだりしません。

本人や家族の同意なく他の場所でケース相談をしません。

2・プライベートとの区別（共依存への注意）

サポートで関わる方との距離の取り方に気を付けます。

自宅の電話番号や住所を教えません。連絡が必要な場合、携帯番号は業務用のものを使います。

3・情報の共有、報告義務

ひきこもり相談支援センターの担当相談員と情報共有します。

自分には荷が重いと感じた場合は無理をせずに担当に相談します。

年 月 日

住所

氏名

Ⅲ ひきこもりサポーター 一養成・活用のポイント

Ⅲ ひきこもりサポーター養成・活用のポイント

全国 5 か所のひきこもり地域支援センターにおいて、ひきこもりサポーターの養成および活用に取り組んだ経験をもとにして、ひきこもりサポーターの養成・活用に関するいくつかのポイントを、以下に挙げてみたい。

(1) 養成のポイント

1) ひきこもりサポーターの候補者はさまざまな場所にいる

今回の 5 か所の取り組みの中でひきこもりサポーターとして養成・活用されたのは心理系の大学生、ひきこもり当事者ピア、農業従事者など純粋な地域のボランティア、ひきこもり支援を専門としない他領域の福祉専門職、ひきこもり家族ピア、という多様な属性の方々であった。今回の取り組みからだけでも、ひきこもりサポーターが、準専門職、一般人、そしてピアというそれぞれの立場から養成できるということが言える。

2) ひきこもりサポーター養成の段階では、契約は不要

ひきこもりサポーター養成の段階では、サポーター候補者を広く集めることに意味がある。あらゆる人にサポーターとなりうる可能性があり、また養成研修に参加した後にサポーターとして実際には活動する機会がない場合もあるが、そういう場合でもその人のひきこもりに対する意識、見方に好ましい変化が期待される。養成することが、ひきこもりの理解者を増やすことにつながるという考え方で養成活動を広く進めたい。

(2) 活用のポイント

1) ひきこもりサポーターはさまざまな形の支援ができる

私たちが当初「ひきこもりサポーター」という言葉からイメージしていた、「養成し、契約したひきこもりサポーターとひきこもりの方をマッチングして派遣する」というイメージにとどまらないさまざまな支援の形が考えられる。今回の取り組みの中からも、研修会などの場で自らの経験を語るピアサポーター、地域の中でひきこもり者に居場所や活動の場を提供するサポーター、家族の会をファシリテートする家族ピアサポーターなど、さまざまな形を考え出すことができた。

2) ひきこもりサポーター活用の段階では、契約が必要

実際にひきこもりサポーターとして活動する場合には、明確なルールに則った契約を結ぶ必要がある。サポーター活動の目的と方法を明確に伝え、了解を得て、それを文書として残すのである。

3) 「守秘義務」の重要性を伝える

特に「守秘」の重要性に関しては厳密に伝えることが必要である。専門職でない一般の

人々や、ピアサポーターを活用することを考えれば、この点はいくら強調しても強調しすぎることはない。

4) 「自己開示」に関するルールを伝える

サポーターとしての活動する際の、利用者に対する自己開示（電話番号・住所・メールアドレスを教える、等々）のルールについては活動開始前に詳しい説明が望ましい。活動開始後のフォローアップの中でも、これについては継続的にチェックすること。ただし、自己開示に関するルールは全て一律ではなく、サポーターの属性などによって個別に考慮することが可能である。

5) 距離の取り方を伝える

サポーターとして活動する際の、利用者との距離の取り方についても活動開始前の詳しい説明が望ましい。これは巻き込まれによる弊害を防ぐためであり、特に当事者ピアや家族ピアの場合に重要である。また、訪問活動の場合は、訪問活動開始の時期や訪問活動終了の時期には専門的な経験を持つ者のフォローがあった方が安全である。

6) フォローアップが重要である

専門的な経験を持つ者による継続的なフォローアップが必須である。ときに使命感の強過ぎるサポーターもいるし、またサポーター自身のメンタルヘルスに留意が必要な場合もしばしばあるため、十分な配慮が求められる。また、サポーター間での体験の共有、対応方法の検討などサポーターの自主性を活かした研修もフォローアップに有効である。

7) サポーターの役割の限界を明らかにしておく

利用者に対して、サポーターの役割を明らかにしておくことが必要な場合がある。特に、家庭にサポーターを派遣する場合、例えば「家族の相談には乗れない」などの現時点での支援の限界を利用者の家族に予め伝えておく、などを指す。

IV おわりに

横浜市青少年相談センター

内田太郎

厚生労働省の社会福祉推進事業として、ひきこもりサポーター養成カリキュラムの検討を行うことが決定し、平成24年7月4日に第1回「ひきこもりサポーター養成カリキュラム検討委員会」（以下「委員会」）を開催し、以後、平成25年3月までの間に5回の委員会で検討を重ね「ひきこもりサポーター養成・活用報告書」をまとめることができました。

ひきこもりサポーターは、確立した概念があるものではなく、各ひきこもり地域支援センター（以下「センター」）が日々ひきこもり支援に取り組む中で必要性を感じ、地域特性、施設形態等に応じた出来る方法で試行に取り組んでいるというのが実情だと思います。

本報告書では、横浜市、浜松市、和歌山県、堺市及び広島県におけるひきこもりサポーター養成の実践を紹介いたしました。お読みいただくとおり、この5つのセンターでの実践内容は多様であり、それぞれ特色を持っています。横浜市では、平成19年度から「ユースサポーター訪問事業」を要綱事業として制度化し、学生等をサポーターとして委嘱し40人を超えるひきこもり当事者に派遣してきています。浜松市は、当事者をピアサポーターとして養成するため、平成24年度の普及啓発事業において、ひきこもり当事者が体験談を発表することで「ひきこもりピアサポーター」を養成し、これを契機に「ひきこもり支援出張講座」を展開しています。和歌山県は、人口約18,000人、老年人口割合32.3%の町において、平成20年に発足したひきこもり支援サークルに協力を求めたひきこもりサポーター養成研修について紹介しています。都市部では、比較的若年の対象者をターゲットとした支援が主流であるのに対して高齢化が進む社会資源の少ない小規模な地域での年代に合わせたサポーター養成のモデルです。堺市では、ひきこもり支援へつながる入口となる地域の福祉従事者に対してアンケート調査を行い、ひきこもりに関する研修ニーズを把握し、これをもとに「ひきこもりに関する精神疾患」をテーマに研修を開催し、連携のあり方を模索しています。広島県では、家族ピアサポーターの養成を試みしました。同じ経験のある者として共感、理解のある支援が行えるとともに、サポーター自身も自分の問題を客観的に捉えられるようになり、自らの問題の解決にもつながることを利点としています。

このように、ひきこもりサポーター養成と言っても、目的及び対象は様々であり、養成カリキュラムも確立したスタンダードがあるわけではありません。

共通するのは、ひきこもり支援には多様なメニューが必要であり、第一線で当事者のニーズをつかむことのできるセンターが新たなメニューを開発していかなければならないということだと思います。本報告書が、新たなメニューとしてこれからサポーター養成を考えているセンターの一助となれば幸いです。

ひきこもり地域支援センター全国連絡協議会

ひきこもりサポーター養成カリキュラム検討委員会

- 委員長 太田順一郎（岡山市こころの健康センター）
- 委員 内田太郎（横浜市青少年相談センター）
- 委員 小野善郎（和歌山県精神保健福祉センター）
- 委員 河合龍紀（浜松市精神保健福祉センター）
- 委員 齋藤圭子（青少年交流・自立・支援センターCROSS）
- 委員 寺嶋千晶（堺市ユースサポートセンター）
- 委員 野田満由美（堺市ユースサポートセンター）

特定非営利活動法人 神戸オレンジの会
理事長 藤本圭光

〒652-0805 兵庫県神戸市兵庫区羽坂通 4-2-22

TEL 075-515-8060

FAX 075-515-8060

E-mail kobe.orange@gmail.com