

宮城県ひきこもり地域支援センター活動報告  
～開設1年間を振り返る～

1 はじめに

平成26年1月6日に「宮城県ひきこもり地域支援センター」（以下、ひきこもりセンターとする）を宮城県精神保健福祉センター内に開設した。開設して1年を迎えたことから、これまでの活動を振り返りひきこもりセンターの活動を報告する。

2 ひきこもり地域支援センター事業について

ひきこもりセンターでは、ひきこもり当事者・家族への直接支援とひきこもり支援のネットワーク、体制整備を柱に、以下の事業を行っている。ひきこもりセンターの対象者は、宮城県内（仙台市を除く）に居住する概ね18歳以上の本人と家族としている。

(1) ひきこもり相談

電話・面接相談：受付時間 月～金曜日 9時～17時  
面接相談は予約制

(2) 青年期（ひきこもり）家族会（以下、家族会とする）

対象者：ひきこもりの若者を抱える家族

日 時：月1回（第2水曜日 午後）

会 場：精神保健福祉センター 2階 デイケア室

(3) ひきこもり等支援関係者研修

(4) 普及啓発

ホームページ開設。「ひきこもり地域支援センター」リーフレット、「ひきこもりサポートブック」の作成・配布

(5) ひきこもり支援関係機関のネットワーク推進

(6) ひきこもり支援関係者の支援

関係者からの相談対応、事例検討等

3 事業実績（平成26年1月～平成26年12月）

(1) ひきこもり相談（面接相談）

面接相談の相談実績にはひきこもりセンター開所前からの継続相談者も含めている。

面接相談は実43件、延231件であった。その内、開設後の新規相談は実29件となっている。圏域別にみるとひきこもりセンターが大崎市にあることから大崎圏域が最も多く、次いで石巻、栗原、登米圏域と比較的大崎市に近い地域となっている。遠方の地域からは少ないが、ひきこもりセンター開所後は、開所前にはほとんどなかった岩沼や黒川圏域からの相談がみられた。延件数には継続面接を支援方針としていることが反映されている。

相談者は母親が26件（50.0%）と半数を占め、両親揃ってと父親が各7件（13.5%）となっている。ひきこもり当事者（以下、当事者とする）は7件（13.5%）である。母親の相談から始まることが多いが、最近では退職した父親が相談に来所することがみられるようになった。

表 1 圏域別相談件数

	仙南	塩釜	岩沼	黒川	大崎	栗原	石巻	登米	気仙沼	計
実件数	1	1	4	2	20	5	6	4	0	43
(新規)	(1)	(1)	(4)	(2)	(14)	(3)	(4)	(0)	(0)	(29)
割合	2.3%	2.3%	9.3%	4.7%	46.5%	11.6%	14.0%	9.3%	0.0%	100%
延件数	1	5	4	2	123	50	19	27	0	231
割合	0.4%	2.2%	1.7%	0.9%	53.3%	21.6%	8.2%	11.7%	0.0%	100%

表 2 インテーク時の相談者（開所前からの相談者は開所時点での相談者とした）

	当事者		両親		父親		母親		その他		計
実件数	7	13.5%	7	13.5%	7	13.5%	26	50.0%	5	9.6%	52

※その他は祖父、兄弟姉妹、親戚である。

※合計が実件数を上回るのは本人と両親、親と親戚といった複数人の来所があるため

※相談開始後に 7 件、本人が来所した。

インテーク時の当事者の状況については、以下のとおりである。

①性別は、男性が 35 人（81.4%）と 8 割を占める。

表 3 性別

男		女		計
35	81.4%	8	18.6%	43

②年齢は、20 代が 16 人（37.2%）と最も多く、次いで 10 代の 11 人（25.6%）であり 10～20 代で 6 割を超す。また 30 代が 10 人（23.3%）と 10 代とほぼ同じ位の相談があり、40 代以上も 6 件（14.9%）みられ、ひきこもり者の年齢が高くなってきていることが窺える。対象者を概ね 18 歳以上としているが、中学校卒業後ひきこもっている等で最年少は 16 歳であり、最高齢は 45 歳である。

表 4 年齢

10 代		20 代		30 代		40 代以上		計
10	23.3%	17	39.5%	10	23.3%	6	13.9%	43

③ひきこもりの開始年齢は、19 歳～24 歳が 16 人（37.2%）、16～18 歳が 14 人（32.6%）となっている。中学校後から 20 代前半にひきこもり始めたケースが 7 割を占めた。

表 5 ひきこもりの開始年齢

～15 歳	16～18 歳	19～24 歳	25～29 歳	30～39 歳	40 歳～	計
4	14	16	5	3	1	43
9.3%	32.6%	37.2%	11.6%	7.0%	2.3%	100%

④ひきこもりの期間は、ひきこもり 6 ヶ月未満の相談もあるが、1～3 年未満が 10 人

(23.3%) と最も多く、次いで 10～15 年未満が 9 人 (20.9%) となっている。10 年以上の長期のひきこもりは 13 人 (30.2%) と 3 割みられ、その内 20 年以上が 2 名みられた。

表 6 ひきこもり期間

6 ヶ月未満	6～1 年未満	1～3 年未満	3～5 年未満	5～7 年未満	7～10 年未満	10～15 年未満	15～20 年未満	20 年以上
3	2	10	5	6	4	9	2	2
7.0%	4.7%	23.3%	11.6%	13.9%	9.3%	20.9%	4.7%	4.7%

⑤不登校歴のある者は 34 人 (62.8%) であり、不登校とひきこもりの関連性が窺える。

表 7 不登校歴の有無

あり	なし	計
27	16	43
62.8%	37.2%	100%

⑥最終学歴をみると高校中退が 9 人 (20.9%)、高校卒業が 8 人 (18.6%)、大学中退と大学卒業が 7 人 (16.3%) となっている。

表 8 最終学歴

中学卒	高校卒	高校在学	高校中退	大学卒	大学中退	その他	計
2	8	3	9	7	7	7	43
4.7%	18.6%	7.0%	20.9%	16.3%	16.3%	16.3%	100%

⑦就労経験のある者は 20 人 (46.5%) と約半数にみられた。一旦、会社勤め等社会人となるも何らかのきっかけでひきこもりに至ったケースもある。

表 9 就労経験の有無

あり	なし	計
20	23	43
46.5%	53.5%	100%

※就労経験はアルバイトを含め何らかの就労経験があるものとしている。

⑧通院歴のある者は 22 人 (51.2%) 約半数にみられた。診断名は所見なしが 5 人 (20.8%)、と F4 の社会不安障害 (3 人) や強迫性障害 (2 人) などの神経症性障害 7 人 (29.2%)、発達障害 4 人 (16.7%) となっている。インテーク時に通院していた者は 10 人 (23.3%) であった。

表 10-1 通院歴の有無

あり	なし	計
22	21	43
51.2%	48.8%	100%

表 10-2 診断名

F2	F3	F4	F8	その他	所見なし	計
1	2	7	4	5	5	24
4.2%	8.3%	29.2%	16.7%	20.8%	20.8%	100%

※複数の診断名がついているため実件数より多くなっている。

※その他に不明 2 件含む

表 10-3 通院の有無

あり	なし	計
10	33	43
23.3%	76.7%	100%

⑨以前に相談歴のある者は 26 人（60.5%）であり、その内の 6 人（23.1%）は複数カ所に相談している。

短期間・単発の支援では効果が乏しく、又 1 カ所で支援を継続することが難しい側面がある。

表 11 以前の相談歴の有無

あり	なし	計
26	17	43
60.5%	39.5%	100%

※複数カ所相談している人は 26 人中 6 人（23.1%）

⑩現在のひきこもり状態は、外出ありが 38 人（88.4%）、家から出ないが 5 人（11.6%）であり、外出ありの外出頻度は週数回が 13 人（30.2%）と最も多いが、月 1 回や月数回、必要時など月単位での外出が 17 人（44.7%）と 5 割近い。

表 12-1 ひきこもり状態

外出あり	家から出ない	計
38	5	43
88.4%	11.6%	100%

表 12-2 外出頻度

週 1	週数回	月 1	月数回	必要時	不明	計
1	13	2	9	6	2	38
2.3%	30.2%	4.7%	20.9%	14.0%	4.7%	100%

⑪生活リズムについては、昼夜逆転が 21 人（48.8%）と約半数にみられた。

表 13 生活リズム昼夜逆転の有無

あり	なし	計
21	22	43
48.8%	51.2%	100%

⑫対人交流のある者は 40 人（93.0%）みられたが、交流範囲は家族のみが 27 人（67.5%）となっている。

表 14-1 対人交流の有無

あり	なし	計
40	3	43
93.0%	7.0%	100%

表 14-2 対人交流の範囲

家族のみ	家族以外あり	計
27	13	40
67.5%	32.5%	100%

⑬問題行動や精神症状は約半数の 20 人（46.5%）にみられ、抑うつが 4 人（20.0%）、強迫行為と暴言・暴力が各 3 人（15.0%）となっている。

表 15-1 問題行動等の有無

あり	なし	計
20	23	43
46.5%	53.5%	100%

※その他は不眠、不安、衝動的行動、無理な要求、無気力、奇異な格好

表 15-2 問題行動等の内容

抑うつ	強迫行為	暴言・暴力	イライラ	ネットゲーム	その他	計
4	3	3	2	2	6	20
20.0%	15.0%	15.0%	10.0%	10.0%	30.0%	100%

平成 25 年度のひきこもり相談が実 27 件、延 126 件だったことから倍近く増加している。ひきこもりセンターが徐々に周知され始めていると思われる。

相談者が家族、特に母親の相談が多いことから、面接相談と家族会を組み合わせた家族支援を中心に行っている。半数を超す 23 人（53.5%）が家族会に参加している。親の焦りや無力感、自責感などの様々な感情を共感的に受け止め、親自身がエンパワーメントしていくことを支援し、ひきこもり当事者がまず家庭内で安心して過ごせる雰囲気やコミュニケーションの工夫を共に考え行っている。そのことにより家族関係が変化し、ひ

きこもり当事者自身が安心して家に居ることができ、会話が増える中で本人が動き始め、家族とともに来所するなどの動きが出始めている。デイケアの利用に繋がった人もいる。

なお、事例については、当センター紀要第 43 号 2014 に「ひきこもり相談事例から支援を考える」として載せている。

表 16-1 家族会への参加の有無

あり	なし	計
23	20	43
53.5%	46.5%	100%

表 16-2 家族会参加者

	両親		父親		母親		その他		計
実件数	5	21.7%	4	17.4%	14	60.9%	3	13.0%	26

※実件数を上回っているのは複数で参加している家族がいるため

## (2) 青年期（ひきこもり）家族会

家族会は、平成 18 年度から行っており、ひきこもりセンター開設後も継続して行っている。社会福祉法人わたげ福祉会の協力を得て運営している。プログラムは講話とグループワークを組み合わせ、講話は「ひきこもりの理解」や「ひきこもりに潜むもの」「先輩家族・ひきこもり当事者からのメッセージ」等をテーマに行い、グループワークは情報交換を中心に互いに苦労等を労いながら、参加家族の工夫等を話し合っている。グループ分けをひきこもり当事者の年齢別や父親・母親別、新しい参加者と参加の長い家族別にするなど、いろいろなグループで参加者が交流できるようにした。新規の参加者が増え、先輩家族が新規の参加者の気持ちに共感しながら、子どもへの接し方やコミュニケーションの取り方をアドバイスするなど相乗効果が出てきている。

表 17-1 参加者数

	仙南	塩釜	岩沼	黒川	大崎	栗原	石巻	登米	気仙沼	計
家族数	0	2	2	0	17	3	4	3	0	31
(新規)	(0)	(1)	(2)	(0)	(9)	(2)	(2)	(0)	(0)	(16)
実件数	0	3	3	0	20	3	5	5	0	39
(新規)	(0)	(1)	(3)	(0)	(11)	(2)	(2)	(2)	(0)	(21)
割合	0.0%	7.7%	7.7%	0.0%	51.3%	7.7%	12.8%	12.8%	0.0%	100%
延件数	0	29	7	0	114	17	13	25	0	205
割合	0.0%	14.2%	3.4%	0.0%	55.6%	8.3%	6.3%	12.2%	0.0%	100%

※登米圏域の新規家族数「0」に対して、実件数の新規件数が「2」となっているのは既に参加していた家族の他の家族メンバーの参加があったもの

表 17-2 参加者

	両親		父親		母親		その他		計
実件数	7		4		18		3		32

※実件数を上回っているのは複数で参加している家族がいるため

### (3) ひきこもり等支援関係者研修

研修は基礎的なひきこもりの理解を深め、支援技術の向上を目指して行っている。ひきこもり当事者や家族からの経験談は好評であり、受講者間の情報交換や意見交換の場が求められていることから講話とグループワークやグループによる事例検討等を組み合わせて行うようにした。また地域の社会資源を紹介し、関係者のネットワークづくりの一助となるようにした。

表 18 研修内容

	日時・会場	内容	参加者数
1	ひきこもり支援関係者研修Ⅰ 日時：平成 25 年 8 月 1 日（木） 会場：大崎合同庁舎大会議室	①「ひきこもりの理解と支援」 講師：センター 精神科医 水本有紀 ②「当事者の立場から」 講師：家族の立場から、当事者の立場から	87 名
2	ひきこもり支援関係者研修Ⅱ 日時：平成 26 年 2 月 19 日（水） 会場：大崎合同庁舎大会議室	①実践報告「ひきこもり支援の実際～つながる、寄り添う、認める、そして小さな変化の積み重ね～」 コーディネーター： 和歌山県精神保健福祉センター所長 小野善郎氏 報告者： 精神保健福祉センター 工藤淳 NPO 法人まきばフリースクール 中山崇志氏 NPO 法人わたげの会 秋田憲一氏、佐々木龍大氏 小笠原聡志氏 石巻地域若者サポートステーション 三船洋人氏 みやぎ北若者サポートステーション 田山順也氏 ②ひきこもり等支援機関の紹介 ③情報交換（ワークショップ） 「お互いのやっていることを知ろう、つながろう」	62 名
3	ひきこもり支援関係者基礎研修 日時：平成 26 年 8 月 19 日（木） 会場：センター研修室	①「ひきこもりの理解と支援」 講師：センター 精神科医 水本有紀 ②「当事者の立場から」 講師：家族の立場から、当事者の立場から	78 名
4	ひきこもり支援関係者実践研修 日時：平成 27 年 1 月 19 日（水） 会場：センター研修室	①「ひきこもりにおける家族支援」 講師：センター 精神科医 水本有紀 ②事例検討（家族支援を中心に）	46 名

#### (4) 普及啓発

##### ①ひきこもり地域支援センターホームページ開設

ひきこもりについての説明やひきこもり相談、家族会の案内とともにひきこもり相談支援機関情報等を掲載している。

##### ②ひきこもり地域支援センターリーフレットの作成・配布

##### ③ひきこもりサポートブックの作成・配布

②③ともホームページからダウンロードできる。

#### (5) ひきこもり支援関係機関のネットワーク推進

##### ①石巻不登校・ひきこもり支援ネットワークについて

石巻不登校・ひきこもり支援ネットワークは、石巻地域の不登校・ひきこもりが増加しており、多職種、他団体によるチームアプローチによる支援が必要になっていることから地域の関係者のネットワーク構築を目的に平成 25 年 10 月に設立された。ひきこもりセンターは平成 25 年 12 月から参加し、現在は石巻地域若者サポートステーション、ユースサポートカレッジ石巻 NOTE、日本医療社会福祉協会、宮城県ひきこもり地域支援センターの 4 団体を中心に定期的に情報交換を行いながら、学習会等を開催している。

表 19 石巻不登校・ひきこもり支援ネットワーク会議主催の学習会等

	日時・会場	内容	参加者数
1	ひきこもり支援における学習会 日時：平成 26 年 3 月 24 日（月） 会場：石巻地域若者サポートステーション	①各団体紹介 ②座談会「各団体が抱えている課題や困りごと」	20 名
2	石巻圏域ひきこもり等支援関係者研修 日時：平成 26 年 12 月 8 日（月） 会場：東松島高等学校	①「ひきこもりの理解と支援」 講師：センター 精神科医 水本有紀 ②情報交換（石巻圏域の活動団体紹介）	56 名

##### ②教育関係者との連携

スクールソーシャルワーカーや総合教育センター（養護教諭研修）との情報交換を行い、総合教育センターの養護教諭研修に協力した。

#### (6) ひきこもり支援関係者の支援

県保健福祉事務所、市町村、学校関係者やその他関係団体等からの相談に応じている。

#### (7) 調査等

##### ①県保健福祉事務所におけるひきこもり等相談現況調査の実施

平成 25 年 5 月に県保健福祉事務所を対象にひきこもり相談支援の現況について調査を行った。（詳細は精神保健福祉センター紀要 41 号 2013 を参照）

県保健福祉事務所では「思春期・ひきこもり相談」を行っているが、新規相談に対応するために継続した相談が難しく、ひきこもりの長期化と高齢化が進んでいることから、



「相談機関が少ないこと」「早期に相談に繋がる仕組みが必要」「身近なところに当事者・家族の集える場がないこと」「家族・当事者への対応の困難さ」「他機関と連携した支援の難しさ」「長期継続支援の限界」等の課題が出されている。

#### ②市町村におけるひきこもり相談支援の現況調査の実施

平成 26 年 12 月に市町村（仙台市を除く）34 市町村を対象にひきこもり相談支援の現況について調査を行った。（詳細は精神保健福祉センター紀要 42 号 2014 を参照）

ほとんどの市町村がひきこもりの相談や訪問を行っており、平成 23 年度から平成 25 年度で相談件数は 1.5 倍に増加しており、「実態把握が困難であること」「相談から次の繋ぐ社会資源が乏しいこと」「家族から相談に繋がらないこと」「具体的な支援方法に悩む」「学校と連携し、継続した相談体制」「他機関との連携した支援」「マンパワー不足等で業務拡大が困難」等に課題が出されている。

#### 4 平成 27 年度以降の取組

ひきこもり相談については、家族支援を中心に個別相談と家族会を組み合わせながら丁寧に支援を継続してきた。家族が安定することで徐々に当事者が来所するなどの動きが出始めている。当事者との個別相談から次の社会集団にどのように繋いでいくか、当事者支援にも目を向け、家族支援の継続と共に取り組んでいきたい。県内には当事者が活用できる社会資源が少ないが、地域の中に隠れている人材や民間団体等を探り、協働の取り組みを模索したい。

また、石巻圏域では「石巻不登校・ひきこもり支援ネットワーク」を核に関係者とのネットワークづくりを進めている。こういった関係者との情報交換の場を県内や他圏域にも拡大しながらネットワークづくりを進めていきたい。

県保健福祉事務所と市町村のひきこもり相談支援の現況調査からは多くの課題が出されている。まずは、この現況調査を基に県保健福祉事務所及び市町村と圏域の課題を共有し、圏域の体制整備に向けた取り組みを一緒に考えていければと思う。

併せて、支援者のひきこもり支援のスキルアップが求められていることから、より実践的な研修や事例検討の場を定期的に設けることやひきこもりセンターとしてノウハウを蓄積し関係者に還元していきたい。

#### 5 おわりに

開所して 1 年、家族支援を中心に直接支援を丁寧に行ってきた。直接支援を通してスタッフは多少の手応えを感じつつあり、次は当事者をどう支援したらよいだろうと皆で考え始めている。目標は仕事に就くことではなく、当事者自身が自分で選択し、決定する過程を一緒に考え、サポートすることではないだろうか。また、社会資源が少ない状況はあるが、かといってひきこもりセンターが何もかも行うことは難しい。地域の様々な人材といかに手を組むことができるか考えていきたい。

## 関連文献

- 1) 宮城県精神保健福祉センター紀要第 39・40 合併号 2011・2012  
「ひきこもり支援の見直し～精神保健福祉センター機能を活かした支援とは～」
- 2) 宮城県精神保健福祉センター紀要第 41 号 2013  
「平成 25 年度ひきこもり相談支援の現況調査」
- 3) 宮城県精神保健福祉センター紀要第 42 号 2014  
「平成 26 年度市町村におけるひきこもり相談支援の現況調査」  
「ひきこもり相談事例から支援を考える」
- 4) 第 57 回日本病院・地域精神医学会総会分科会報告  
「宮城県ひきこもり地域支援センター開設に向けた県精神保健福祉センターの体制整備」