



コミュニティソーシャルワーカー

通信

特集号



「ひきこもりの理解と支援」講演会を開催しました

最近、ニュースなどで「ひきこもり」「8050」という言葉を耳にすることが多くなりました。

豊島区民社会福祉協議会では、“地域の皆さんにもひきこもりへの理解を深めてほしい”、“支援に取り組む方々のことを知ってほしい”という思いから、令和2年1月23日と2月4日の2日間、区民ひろばで講演会を開催し、70名以上の方にお越しいただきました。

講師には、巣鴨を拠点にひきこもり当事者の方やご家族の支援などをおこなっている、NPO 法人^{いちかわおとちか}楽の会リーラの市川乙允事務局長をお招きし、お話をうかがいました。

誰もが安心して暮らせる地域を目指して
～「ひきこもり」の理解と支援～

参加無料

講師：市川 乙允 氏
NPO法人楽の会リーラ 事務局長
NPO法人 松の会ひきこもり支援委員会 代表理事 支那美
地域支援員 北区青年会副会長

開催日時・場所
① 14時～15時 市川氏による講演 ② 15時～16時 交流・情報交換
※②では市川氏も交えて、参加者のみなさんと気軽に話せる時間を設けています。
ぜひ、ご参加ください。(1日講演のみ参加も可能です)

① 令和2年1月23日(木) 14時～16時
区民ひろば清和第一(巣鴨3-15-20)

② 令和2年2月4日(火) 14時～16時
区民ひろば千早(要町3-7-10)

①②ともに同じ内容で開催いたしますので、ご都合のつく日時・場所をお選びいただき、ご参加ください。会場については、裏面の地図を参照ください。

申込：電話・FAX・メールにて①②それぞれの開催日時、2日前までに下記へお申し込みください。(裏面 FAX 用紙もご利用ください)

【問い合わせ・お申込み】
社会福祉法人豊島区民社会福祉協議会 地域相談支援課
TEL：03-3981-4392 FAX：03-5950-1239
Eメール：csw.toshima@toshima.ne.jp

<「ひきこもり」について>

○ひきこもりとは…

そもそも「ひきこもり」とはどのようなことを指すのでしょうか。厚生労働省によると…

「さまざま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ヶ月以上にわたって概ね家庭に留まっている状態(他者と関わらない形での外出をしている場合も含む)。」

としています。

○40～64歳のひきこもりは推計61万人?!

内閣府の調査(平成30年度生活状況に関する調査 40～64歳対象)によると、「自室からは出るが家からは出ない、またはほとんど出ない」「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」といった狭義のひきこもり群と、「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」という準ひきこもり群を足すと、推計で **61.3万人**にもなるそうです。

誰にでも起こりうること
なんじゃな。



豊島区民社会福祉協議会
あぐり



<講演会の内容>

○第1部 講演

講演では、ひきこもりの背景や現状、周囲の関わりなどについて、わかりやすく解説していただきました。いくつかピックアップしてご紹介します！

- 精神疾患や発達障害など様々な背景から「生きづらさ」を感じることや、いじめ・パワハラなどの「心の傷つき」から自分を守るため、ひきこもり状態となる。
- ひきこもりは問題や課題ではなく、「状態」である。
- ひきこもり状態は「あまえ、怠け、親の育て方が悪い」といったことではない。温かい目で見守ってほしい。
- ひきこもりの支援では、「就労」は生きるための選択肢のひとつと捉えており、決して就労することがゴールではない。
- 40代以上の中高年のひきこもりが増えてきている。
- ひきこもりの回復のためには、家族や専門職の支援だけでなく、地域に受け入れてくれる居場所が必要。
- 当事者の視点から“ほっとできる”居場所を実現した「カフェ葵鳥（あおどり）」（巣鴨）について紹介。

ひきこもりはあまえや怠けでなく自分の心を守るための行動なんだね！



地域の居場所が大切なんじゃないかな



○第2部 情報交換

第2部では、参加者の皆さんで気軽にお話するフリートークの時間がありました。

家族の立場でひきこもり支援をしているピアサポーターの方にも加わっていただき、さまざまな立場から情報や意見を交換する場となりました。



参加者の皆さんの声（アンケートから）

豊島区内のひきこもり家族会・親の会
についてもっと知りたい

「あいさつ」がその人を
認めることだとわかった

ひきこもりの偏見をなくす
ことの大切さを感じた

支援の輪を広げたい

当事者の気持ちを知る
良い機会だった

ひきこもりに対する
イメージが変わった！

障害があってもなくても
地域でともに生きていくためには
何が必要なのだろうか

気軽に相談できるところ
があるのは安心

「ひきこもり」をもっと
オープンにできたらいいな

居場所づくり
誰でも気軽に立ち寄れるそんな
居場所を地域につくりたい



一人ひとりの力を地域のために ～「おたがいさま」での支えあい～

人は、誰でも一人では生きていけません。社会生活を送るうえでのさまざまな問題に対して、身近な人間関係における支え合いが必要です。CSWのような専門職だけではなく、嬉しいとき、悲しいとき、そばにいてくれる。必要な情報を届けてくれるなどのちょっとしたお手伝いをしてくれる、そんな地域の方々の力が重要です。「困ったときはおたがいさま」そんな支えあいの輪が地域にひろがるよう、できることを一緒に考えてみませんか？

例えばこんな『支えあい』

一人ひとりでできること

- 自分のこととして考えてみる
- どんな取り組みがあったらいいかを考えてみる
- 地域の取り組みや活動を知る



みんなとできること

- 地域の取り組みや活動に参加する
- 活動の仲間をふやす
- 友達同士、知人同士で、一緒に「できること」を探してみる

CSWにご相談ください！

CSW（コミュニティソーシャルワーカー）は、誰もがくらしやすいまち（地域共生社会）の実現を目指して、一人ひとりの生活や思いに寄り添いながら、地域住民や関係機関・団体等とともに、地域づくりに取り組んでいます。

暮らしの何でも相談

最近、家賃が滞りがちな方がいる。
何かお困りごとがあるのでは…

ひきこもり

介護離職

どこに相談したらいいのかわからない

孤食

子育て

ひとり暮らしで将来が心配

赤ちゃんからお年寄りまで、
福祉に限らず、暮らしのこと
全て、相談に応じます。
相談は無料です。

地域活動のサポート

自分の特技や趣味を誰かのために生かしたい

ボランティア
がしたい

空き家を活用してほしい

地域にどんな活動
があるか知りたい

企業・会社の
社会貢献活動

学びあい、支えあいの視点で
一緒に地域活動を創出したり、
住民がすすめる地域活動を
サポートします。

★ **CSWはあなたのお住いの地域にそれぞれ担当がいます** ★
まずは、下記までお気軽にお問い合わせください

社会福祉法人 豊島区民社会福祉協議会 地域相談支援課

コミュニティソーシャルワーク担当

〒170-0013 豊島区東池袋1-39-2 豊島区役所東池袋分庁舎3階

☎ 03-3981-4392

FAX 03-5950-1239

✉ csw_toshima@a.toshima.ne.jp

