

# 浜松市の ひきこもり支援 について



浜松市精神保健福祉センター



出世大名  
家康くん



## 本日のアウトライン

### 1. 浜松市ひきこもり地域支援センター全体像

◇浜松市ひきこもり地域支援センター

### 2. ひきこもり支援の実際

◇浜松市のひきこもり支援体制

—統計も交えて—

家族支援

当事者支援

普及啓発

支援者支援

### 3. よりよい支援のために

◇連携で支える地域づくり

◇支援者の技術向上

# 1

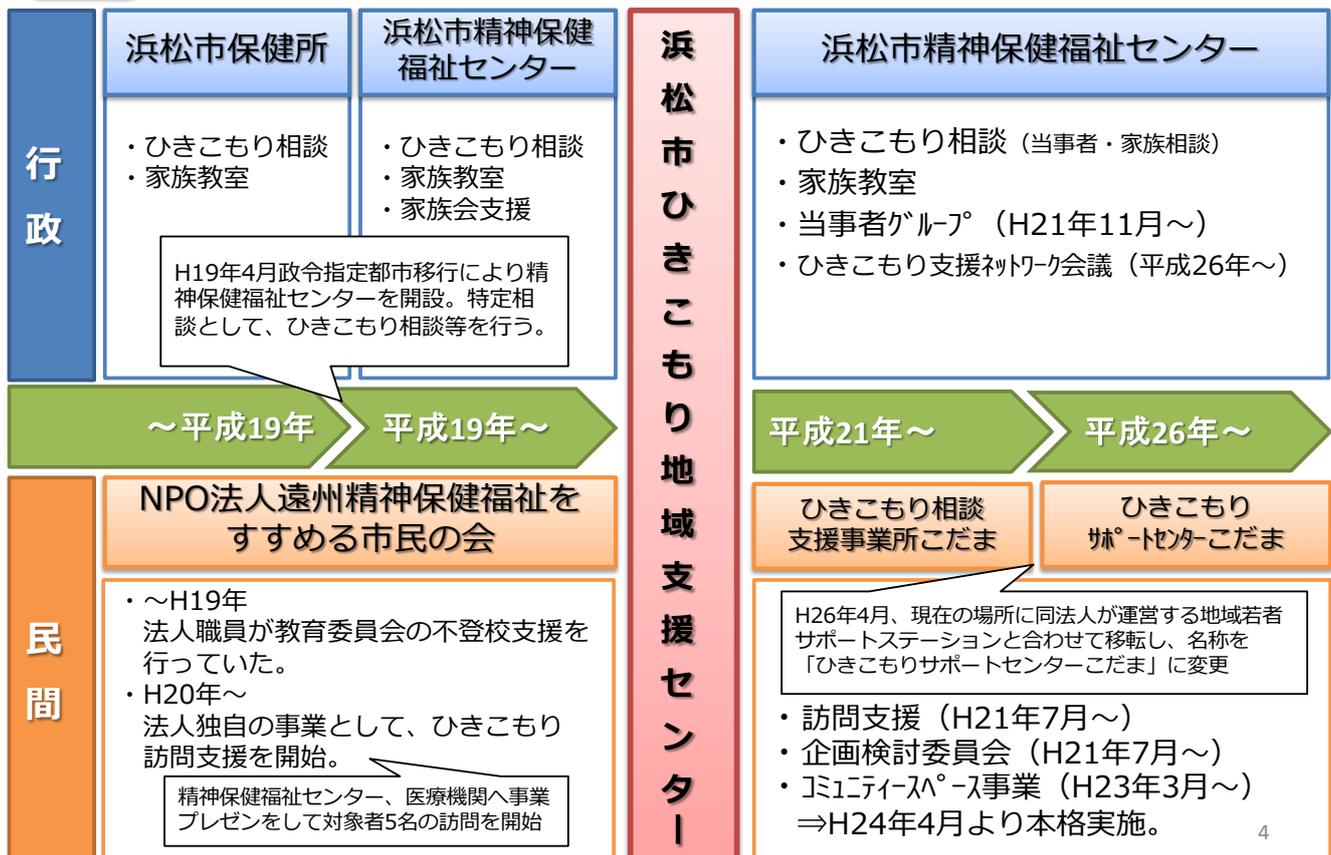
## 浜松市ひきこもり地域支援センター

- ひきこもり地域支援センター開設
  - 平成21年7月1日
  - 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(以下E-JAN)の官民協働のセンター
- 精神保健福祉センター
  - 主にひきこもりに関する家族および当事者の相談支援と関係機関への技術支援を行なっている。また、教育研修として家族教室や支援者研修を実施。
- NPO法人 E-JAN
  - 通称(E-JAN) Ensyu Joyful Action Network
  - 訪問支援及び居場所支援など当事者を中心に実施。
  - 同法人が地域若者サポートステーションも受託。

3

# 1

## 浜松市におけるひきこもり支援の変遷

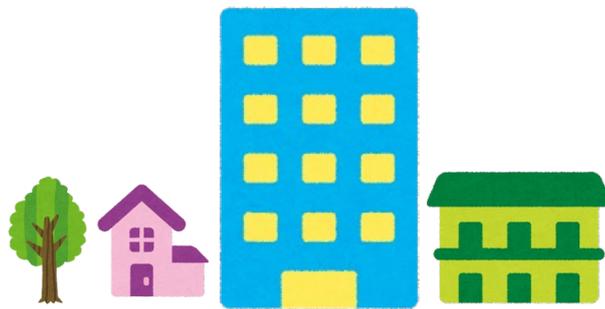


4

## 2

# 浜松市のひきこもり者数(推計)

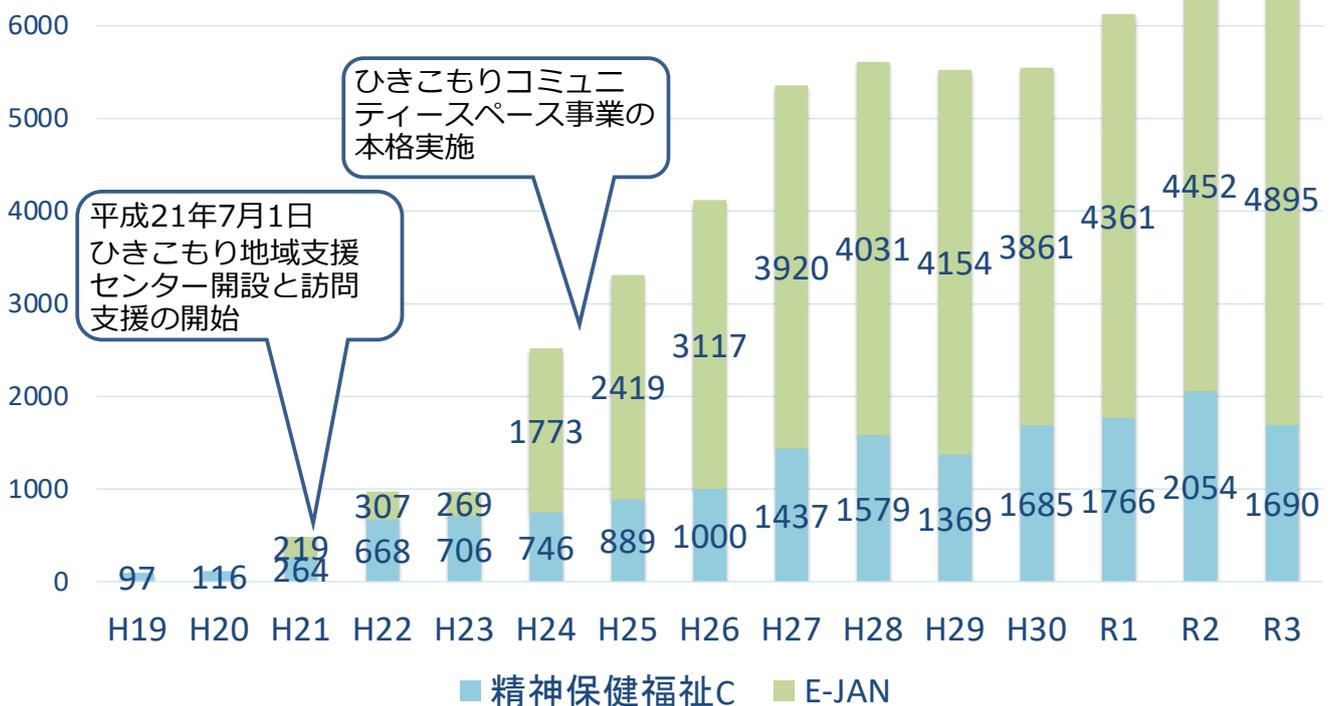
- わが国のひきこもり出現率については、厚生労働科学研究による疫学調査の結果、ひきこもり状態にある子どもを持つ世帯は、0.5%であると言われている。
- 浜松市の世帯数で計算すると1712世帯※と推計される。  
 ※令和2年4月1日現在の浜松市世帯数(342553世帯)より算出



## 2

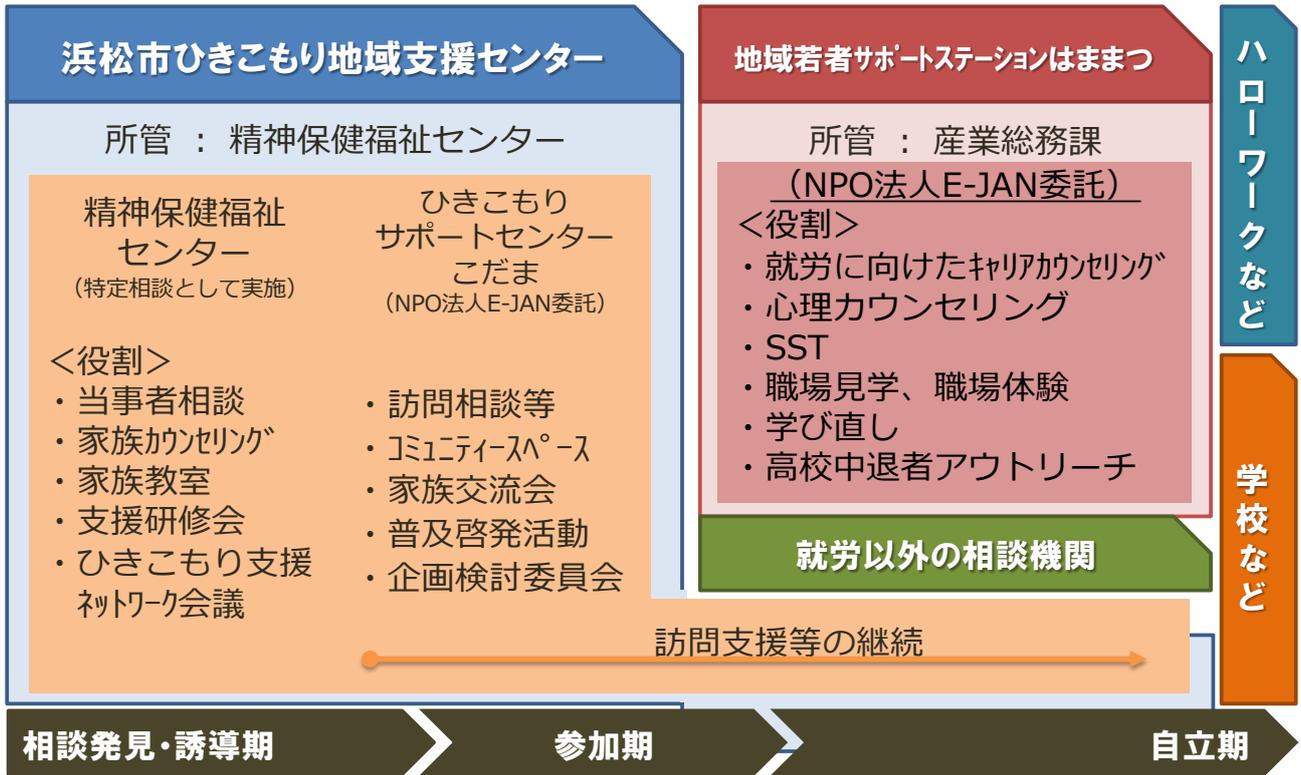
# ひきこもり地域支援センター相談支援 令和元年度の支援は延6585件

延べ  
**6,585**件

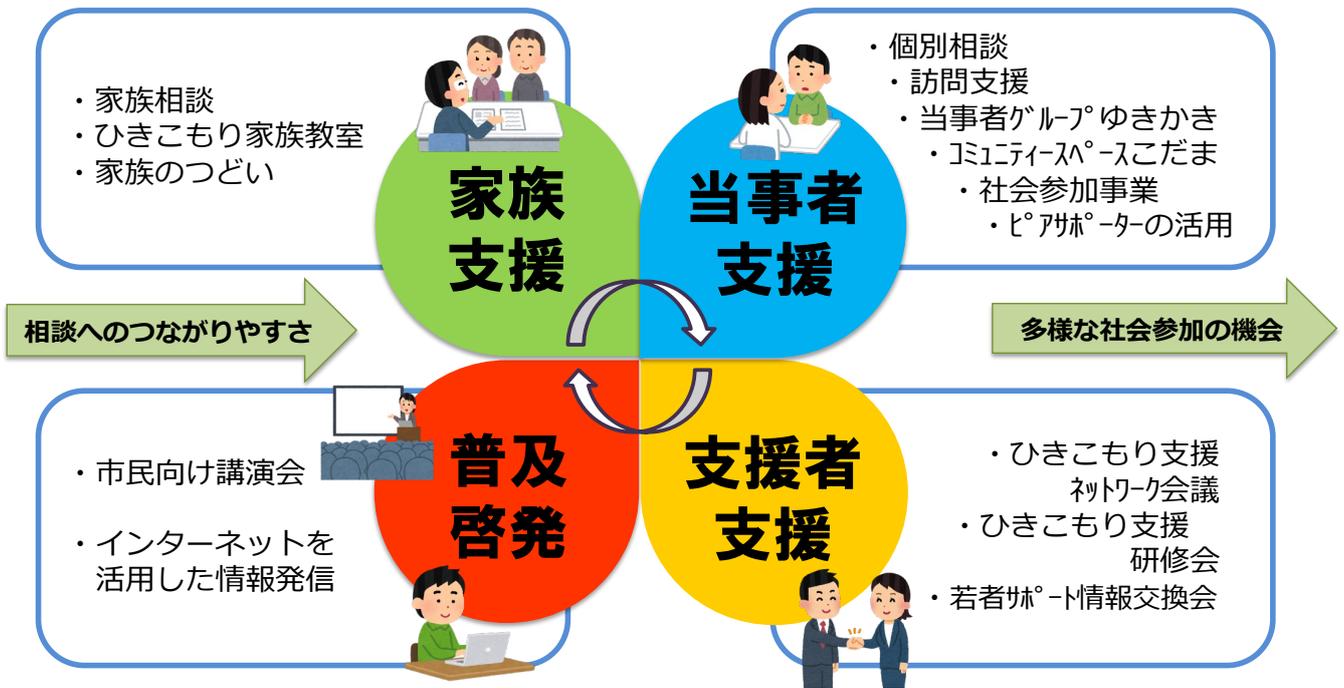


## 2

# 浜松市のひきこもり支援体制

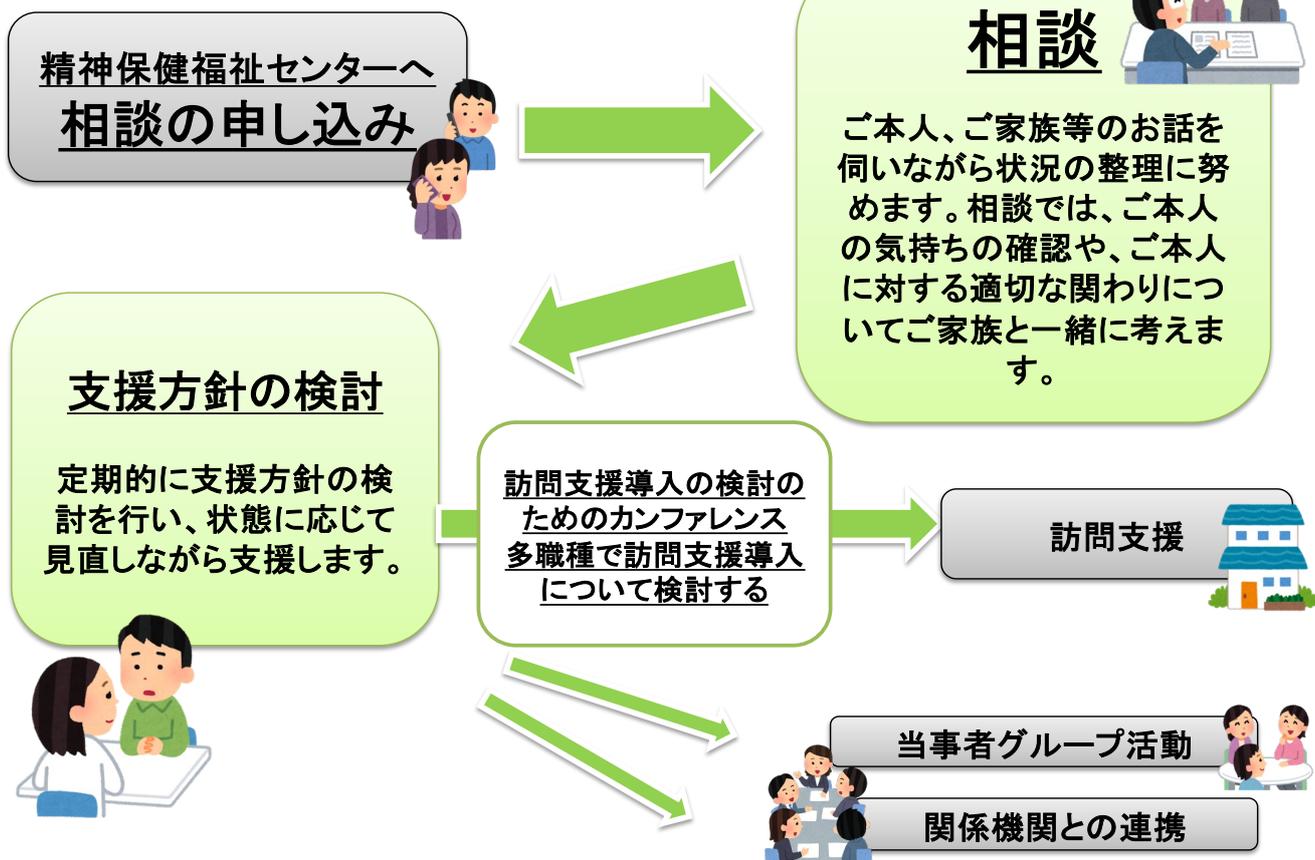


## ひきこもり対策推進事業イメージ



- ★多様で長尺な支援メニューと多機関との連携により、途切れのない相談支援体制を構築。
- ★ひきこもり相談への入口を周知するとともに、当事者の社会参加につながる出口の数やバリエーションを増やしていくことで、多くのひきこもり当事者の社会参加を実現。

# ひきこもり相談の流れ



## ひきこもりと安全/安心



## 家族相談

## 家族 支援

- 相談予約後、個別面接を実施。
- 相談内容
  - 状況把握 生活状況、家族関係  
生育歴
  - 心理教育 ひきこもり状態への対応  
疾病・障害への理解
  - 心理検査 PARS-TRなど  
(必要に応じて)



11

## 家族相談

## 家族 支援

- 目標：こどもが自分に目を向けるために
  - まずはご家族の安全安心を
  - 適度な距離を見定める
  - 夫婦の協力体制を強化する
  - 自分の言動に責任をもつ
  - 変化を恐れずチャンスにする
  - 家族が人生を楽しむことができるようになる
- 具体的には
  - 相談を継続する
  - 安全・安心なコミュニケーションパターンを見つける
  - 本人をコントロールしようとしなない (マインドリーディングを避け、アイメッセージを会話に)
  - 行動化には夫婦で一貫した対応を貫く

- 3回1コース 1回2時間程度
- 1コース20家族
- 内容

各回の前半は講義、後半はグループワーク で  
家族同士の情報交換やわかちあいを行う

第1回 ひきこもりの理解(精神科医師)

第2回 当事者の話

第3回 家族の接し方



13

## 10代の不登校ひきこもりに悩む ご家族のための教室

- 3回1コース 1回2時間程度
- 1コース20家族
- 内容

各回の前半は講義、後半はグループワーク で家族  
同士の情報交換やわかちあいを行う

第1回 不登校ひきこもりの理解(精神科医師)

第2回 家族の接し方

第3回 地域の社会資源について

14

### <対象>

教室修了者、個別相談、こだま利用のご家族

### <開催>

年4回

### <会の内容>

家族が集い気持ちをわかちあう場

情報交換ができる場

15

- 十分なアセスメントをした上で  
訪問支援を決定
  - 家族相談の中で、本人の情報などを聴取し、  
訪問支援の有効性なども多職種で検討して、  
訪問支援を決定。
- 家族の力を見直す
  - 緊急性がない限りは、まず家族  
カウンセリングで交流を見直す。



16

## 訪問支援(アウトリーチ)

### 訪問支援(アウトリーチ)において留意していること

- できる限り訪問や支援のことを本人に伝える
  - 危機介入であっても、事前に家族から直接、あるいは手紙などを渡して本人支援が目的であることを明確にしておく
- 連携する機関とつながる
  - 医療の必要性が高い場合は、相談の時点から保健所職員にも同席してもらい、家族にも役割分担を理解してもらい現場に臨む
- 介入後の継続を大切にする
  - 当事者との関係ができれば支援を継続し、医療につないだ場合も、そこで終わりではなく、家族フォローやつなぎ先との連携も継続する

17

## 精神保健福祉センター相談者

### 相談者の特徴

## 当事者支援

- ・男女比は 8:2
- ・年齢内訳は20代が最も多い。
- ・当事者の最低年齢は14歳、最高年齢は57歳であり年齢層には幅がある。



18

### ・関係づくり

まずは雑談から・・・

### ・状況把握

生活のリズム

### ・心理検査（必要に応じて）

WAIS-III

ロールシャッハテスト

SCT、P-Fスタディなど

必要に合わせて

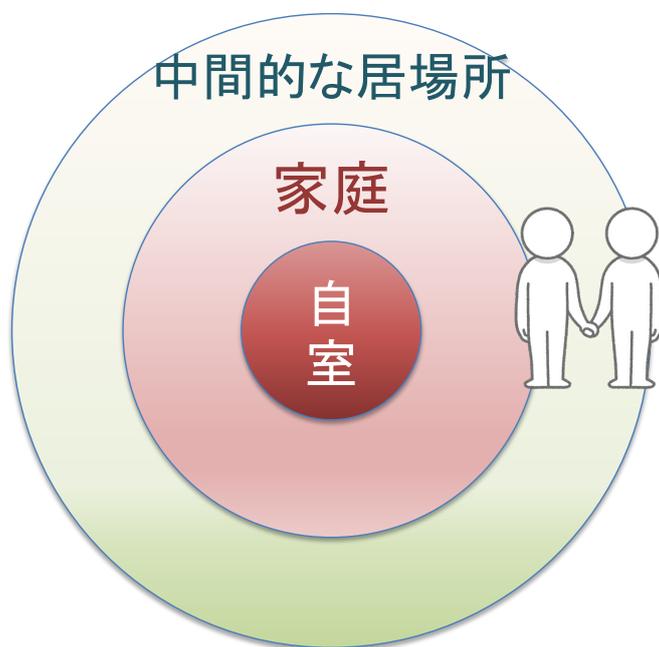


時には一緒に散歩に行ったり、ボードゲームをしたり、ストレッチ  
スカードを用いたりします。

19

- 目標：自分の可能性に目を向けるために
  - 家族との適正な距離感をもつ
  - 家庭以外に安全安心な人や場を見つける
  - 肯定的な体験をする
  - 自分の強みを理解する
- 具体的には
  - 規則正しい生活
  - 自分の言動に責任をもつ
  - 家庭内での役割を持つ
  - 相談や自助グループへの参加を続ける
  - 小さなチャレンジを繰り返す

# ひきこもりと安全/安心



## 集団支援

## 当事者支援

- ひきこもり体験を共有する仲間同士で交流や活動を通して、対人関係を練習したり、不足しがちな社会経験の機会を提供します。
- 自発的に活動を行えるように情報や選択肢を提供しながら、ご本人にとって安全・安心の場に行っています。
- 同じようにひきこもっていた仲間が変化し、社会参加につながる姿が良いモデルとなり、自分自身の変化や社会参加の可能性にも気づきが得られます。

## 集団支援

## 当事者支援

### 当事者グループ ゆきかき

- ・ 開催：月2回（第2・4水曜日の午後）
- ・ 対象：精神保健福祉センターの相談対象者（R1年度実人数 10名）
- ・ 内容：グループミーティング、創作活動、ゲーム、外出など



プログラムはミーティングで話し合って決定しています

23

## 集団支援

## 当事者支援

### 当事者グループ ゆきかき

	実施回数	登録者数	新規登録者数	延べ参加人数
令和2年度	21	9	4	70
令和3年度	18	6	1	54
令和4年度 (4~7月)	6	5	0	18

・昨年に引き続き、『コミュニカUp講座WAKUWAKU』を7~8月にかけて6回実施したため、7月のゆきかきはお休み。



## コミュニカUP講座 WAKUWAKU

目的:主には当事者の特性が理解される安全な場であるとともに適応を促進するスキルを身に付ける場を提供し、言葉を介した他者との交流が可能になること、困難感をわかちあうことで生きづらさの緩和を目指す。

対象:ひきこもり地域支援センターを利用しているひきこもり当事者

講師:精神保健福祉センタースタッフ

### 【R3年度】

全8回 前期・後期終了 実9人／延べ13人

### 【R4年度】

全6回(7月～8月に実施)+フォローアップ1回(11月実施予定)

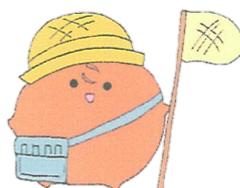
実6人／延べ30人



ひきこもりサポートセンターこだま

## 交流スペース

- 開所  
週3日(火・木・金)  
対象:中学校卒業以降～  
精神保健福祉センターのケース  
関係機関からの紹介ケース  
(R1年度末時点登録者数 64名)
- 内容  
フリー(ゲームや創作活動)  
ウォーキング等の軽スポーツ



## 集団支援

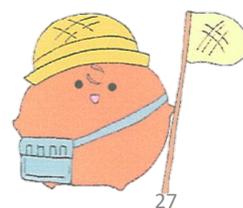
## 当事者 支援

ひきこもりサポートセンターこだま

### 交流スペース

	実施回数	登録者数	新規登録者数	延べ件数
令和2年度	182	59	10	1847
令和3年度	147	53	11	2092
令和4年度 (4~7月)	49	44	1	687

- R3年度末卒業者は6名（サポステ、福祉サービス、引越し等）
- 今年度より月に1度、Discordによるオンラインこだまを定期開催
- コロナ禍により自粛していたイベントも、昨年度後半より徐々に再開（ボウリング、浜松科学館、花火大会）



## 社会参加事業

## 当事者 支援

### 株式会社ISK (H26.9月~)

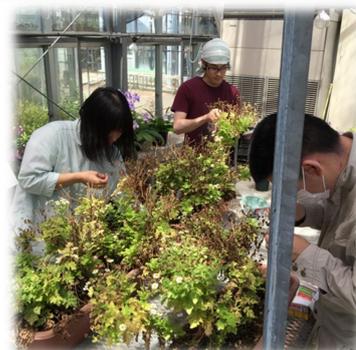
4名（男4）30~40代 週1回金曜日  
カートの整備、カート場の清掃作業  
終了後、カートの運転もさせてもらえる

### フラワーパーク (H26.12月~)

4名（男2女2）20代 月2回水曜日  
園内の草取り、花柄摘み、苗の植え替え  
(園芸療法)

### せいぶぽいんと (H27.6月~)

3名（男2女1）20~30代隔週火曜日  
中古本のクリーニング、書き込み破損の  
チェック



## 能力開発スキルアップ講座

目的: パソコンを利用した講座を実施することで、当事者の潜在的な力を発見、活用できるような活動につなげていくことを目的に実施。ひきこもり当事者を対象としたテレワーク体制整備の足掛かりとしていく。

対象: ひきこもり地域支援センターを利用しているひきこもり当事者

### 【令和3年度】

プログラミング講座(プレ実施)2回 \*当事者3名に協力を依頼して実施

講師: 個人でITサポート事業を実施している方に依頼

### 【令和4年度 事業予定】

●プログラミング体験講座(60分)全8回(1セット2回の講座を4セット)

●Word・Excel講座(90分)各1回

●動画作成講座(90分)2回

講師: 個人でITサポート事業を実施している方に依頼

●オンライン講演会 1回(在宅ワークを行っている当事者の体験談)※検討中

講師: 在宅ワークを行っている当事者などを検討

## プログラミング体験講座

- 講師があらかじめ作成した簡単なプログラミングコード(WEBブラウザを使用して起動する簡単なゲーム)をもとに、プログラミングの基礎的な知識と、簡単なワークを実施。

### R4年度実績

第1回 参加者3名(定員3名)

第2回 参加者3名(定員3名)

**プログラミング体験講座**

■開催日  
 第1回 5月27日(金) / 6月3日(金)  
 第2回 6月23日(木) / 6月30日(木)  
 第3回 12月1日(木) / 12月8日(木)  
 第4回 1月20日(金) / 1月27日(金)

■開催時間  
 いずれも 午前10時30分～11時30分(60分)

■開催場所  
 ひきこもりサポートステーションこだま フリースペース

■定員  
 各回3名

■講師  
 ITサポート ビックラボ 平井明樹夫 氏

■申し込み方法  
 精神保健福祉センター相談員スタッフ  
 または こだまスタッフにお声かけください

■費用・持ち物  
 費用は無料  
 講座で使用するパソコンはこちらで準備します

■その他の情報  
 参加定員が3名となっているため、希望された日での受講が難しい場合、他の回をご案内させていただくことがあります  
 ご不明な点がありましたら本プログラム担当スタッフまでご連絡ください

■開催スタッフ  
 浜松市精神保健福祉センター  
 池田・影山・杉本

- サポーター養成講座修了生: 8名
- 活動の場

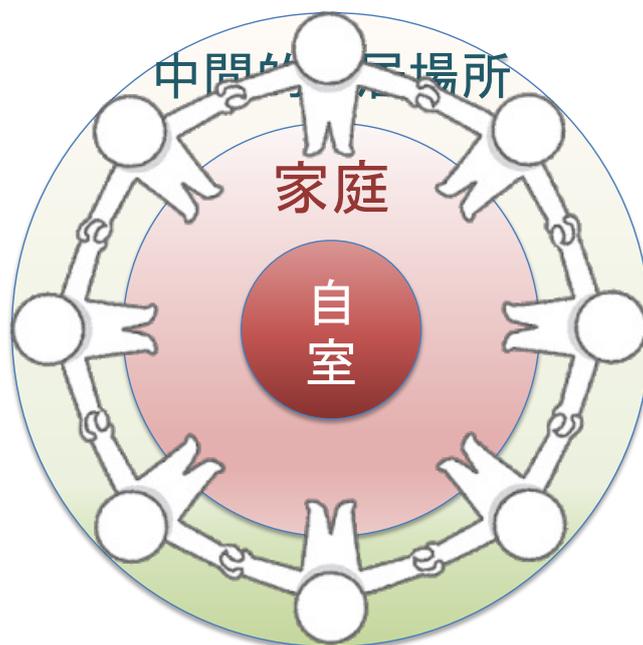
家族教室や講演会等での当事者体験発表

社会体験活動での進行

など

31

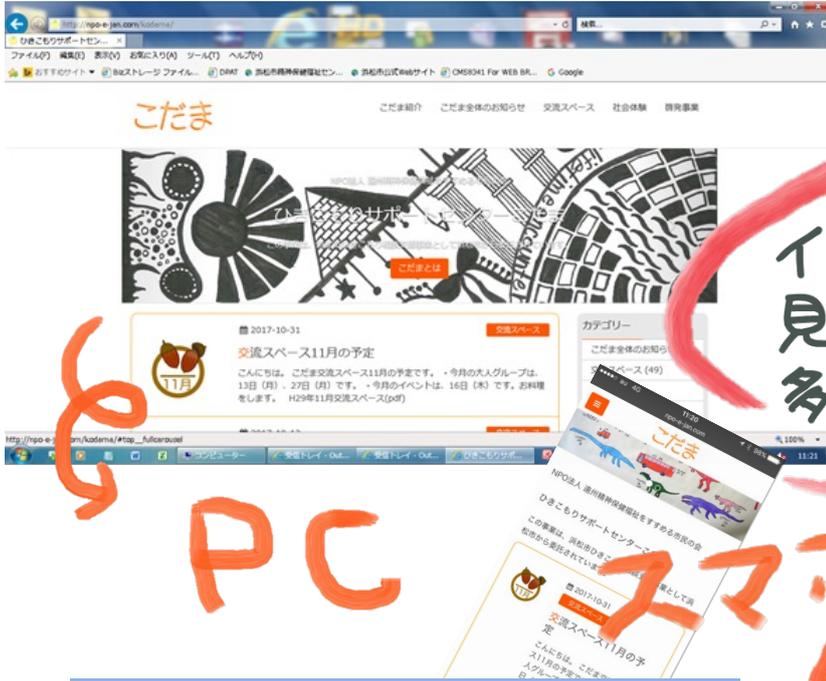
## ひきこもりと安全/安心



# インターネットを活用した情報発信

普及  
啓発

## 当事者の相談のつながり方



ブログにてこだまの活動内容を紹介  
スタッフ紹介やスケジュールの案内

33  
33

# 支援研修会

支援者  
支援

## 第1回地域包括ケアシステムによる 中高年齢層のひきこもり支援研修会

日時: 令和4年9月25日(金) 10:00~16:00  
「ZOOM」を利用したリモート研修

講師: 全国精神保健福祉センター長会副会長  
鳥取県精神保健福祉センター所長 原田 豊 先生

対象者: 地域包括支援センター、社会福祉協議会CSW、  
生活困窮者自立支援事業所、行政職員など

34

## 3

## 連携で支える地域づくり

## 浜松市のひきこもり支援ネットワーク

発見・相談

相談支援

社会参加

## 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

ひきこもりサポートセンターこだま

自立支援相談機関

コミュニティソーシャルワーカー

ひきこもり 家族会

教育委員会  
SSW発達障害者  
支援センター

地域若者サポートステーション

県立高等学校  
定時制

障害者相談支援事業所

障害者多機能型事業所

若者相談  
支援窓口市役所  
障害保健福祉課医療機関  
(児童思春期・訪問)  
(成人期・訪問)パーソナル  
サポート  
センター<sup>35</sup>

## 3

## 連携で支える地域づくり

## 支援機関のネットワーク化

## ひきこもり支援ネットワーク会議の開催（年2回）

- 医療・福祉・教育・就労・家族会などひきこもり支援に関わる機関の職員が顔の見える関係づくりと情報共有

## ひきこもり企画検討委員会（年2回）



- ひきこもり地域支援センターの事業方針や浜松市のひきこもり支援体制について検討する会議
- ネットワークを構成する相談支援機関の所管課も構成員となり、各関係施策と連動させることを目指す

## 連携で支える地域づくり

相談機関がお互いの役割を知ること  
有機的につながる

- ・ 自らの機関がどのような役割があるのかPRする
  - 国の制度により、様々な相談支援機関ができ、生活困窮者に対するセーフティネットが充実。
  - 支援会議などでは、それぞれの機関が役割を確認する場となる。
- ・ 役割+ $\alpha$ が、実際の支援では重要
  - 実際にケース支援をしていると、役割+ $\alpha$ の部分を担うことがあり、役割が他機関との重なることも。
  - この+ $\alpha$ の重なる支援が、多様で長尺な支援を必要とする、ひきこもり支援では重要である。

37

## 支援者の技術向上

定期的な事例検討の場を確保



- ・ 週1回 センターミーティングを活用
- ・ 月1回 精神保健福祉センターとひきこもりサポートセンター こだまの事例検討会を開催

発達障害者支援センターとの連携

- ・ R1年度は年2回、事例検討会に発達障害者支援センターの所長(臨床心理士)も参加し、発達障害ケースについて、より具体的な助言。

38

# こころの科学

HUMAN MIND  
212  
7 2020  
July

特別企画監修—青木省三|宮岡 等|福田正人

2020年7月1日発行/46頁(税別)1日発行  
請求212号/平成10年3月9日第3種郵便物認可

- ▶ **今、ひきこもりをどう捉えればよいのか**  
「ひきこもり」という記号の限界/これまでの支援と今後の課題  
地域支援/支援の特組みの10年/地域精神保健の現場から  
不登校とひきこもり、学校/不登校からひきこもりへの移行
- ▶ **エッセイ ゆきかきとこだま——現場所に佇む**
- ▶ **「私」を見出し「明日」につなぐ現場の支援**  
地域における困難事例/就労支援/BO50事例の支援  
医療現場で出会うひきこもり/家族からの相談  
ソーシャルワーク/当事者のピア活動

特別  
企画

ひきこもりと  
現場で向き合う

……—宮岡 等—  
編

日本評論社



Solo Nonko

おつかれさま  
じゃ



©浜松市

