

## 第 102 回日本精神神経学会総会

## シンポジウム

## ひきこもり克服支援への取り組み

秋田 敦子 (社会福祉法人「わたげ福祉会」理事長)

## 1. はじめに

1995 年頃から「ひきこもり」という言葉が世間の注目を浴びだし、現在ではひきこもり者が 100 万人を超えるとも言われている。「ひきこもり」は、様々な要因によって社会的な参加の場面が狭まり、自宅以外での生活の場が長期にわたって失われている状態のことで、誰にでも起こりうる社会現象として大きな社会問題になっている。ところが、このことが社会にかなり誇張されて受け止められ、問題化されてしまうことによって彼らはますます出にくくなってしまった。

現在、NPO 法人「わたげの会」、社会福祉法人「わたげ福祉会」にあわせて、約 200 人の子どもたち (当事者・利用者と呼ばず、年齢に関係なく「わたげの子」と呼んでいる) が集まっている。彼ら「わたげの子」は、実際には 10 歳から 39 歳までの青少年であり、全国から集まっている。

## 2. 新たな第 1 歩

自宅以外での生活の場が長期にわたって失われている状態にある「ひきこもり者」が新たな一歩を踏み出すための支援策には、3 つのステップがあると考えている。

本人も家族も非常に不安定な状態にある最初の段階 (ステップ I) では、家族の来所相談や家族教育 (父親教室、母親教室) への参加等家族支援を中心に行なっており、本人への直接的な支援は行なわない。この段階では、本人自らの力で一歩一歩あゆみ寄って来ることが大切であると考えている。そして、興味を持ってもらうことのみを支

援することが肝要である。周りからの一方的な刺激は、かえって本人を不安にさせ、焦燥感を与えるだけかもしれない。先ず、家族は、少しの間「待つ」ことに徹し、本人の気持ちを理解しながら受け止めることが大切である。

次の段階 (ステップ II) では、家族が安心し、自己肯定できる状態になることを目的とする支援を継続して行なうとともに、本人への支援も開始する。はじめは、本人のニーズ (外出・遊び・話し相手・ドライブ・スポーツ等) に合った自宅訪問を通じた支援を行なう。この段階になると本人も家族もまだ不安定とはいえ、相当改善してくる。

ステップ III では、本人への支援が中心となる。不安を和らげ、希望、見通しを持ってもらう支援、少しずつ外に向けた支援を行なう。本人と家族の間に信頼が生まれ、安定してくる。本人も家族も楽しみを持つとうという前向きな姿勢が見られるようになる。いよいよ、家を飛び出そうという気持ちが芽生えて、フリースペースに行ってみようという思いになってくる。そして、わが家から一歩踏み出して、フリースペースに通って来ることができた時に、「疲れたでしょ！」などとねぎらいの言葉をかける。一瞬、彼らはびっくりしたような表情をするが、次の瞬間なんともいえない笑いを浮かべながら、肩の力を抜いていくのである。いよいよ、彼らの新しい第一歩が始まるのである。

## 3. 「出会い」そして「安心」できる場所を

NPO 法人「わたげの会」には、3ヶ所のフリースペースと約 30 人が集う 4 つの寮と学習サポ

ートハウスがあり、その中で、それぞれの失った空白の時間に必要だった様々な体験・経験を身体で感じ、様々な人に出会うことで、人との関わりの素晴らしさを心で感じている。そして、徐々にではあるが、自己を肯定しながら自らの力で自然に社会に溶け込んで行こうとしている。心の中では、まだまだ「動き出せない自分」がいることを十分知っていながらも、年齢を意識して「早く動かなければいけない」と自分を叱咤激励しているのである。しかし、心が動いて初めて身体が動いていくのである。

特別なカリキュラムがあるわけではなく、居心地の良いスペースの中で、彼らが自然体に過ごせる空間「居場所」を作り、徐々にではあるが鉛のようであった心を動かし始め、周りを受け止める喜びを感じながら自己表現をするのである。それも本当にゆるやかに…。

「居場所」に身を置くことで、まず重く沈んだ心を柔らかく解きほぐし、彼ら自身の心の扉を徐々に開いていくことから始まる。心が動かないのに、何か行動をしなければならぬという焦りで空回りしていたのが、ゆったりとした居場所の中で変わっていくのである。

居場所の中で、仲間といるうちに、柔らかな刺激や感動をいっぱい受け、独りぼっちではない自分に気づき、やがてムズムズと動き出したくなってくる。一人ではまだまだ不安定であるが、仲間がいる安心感を身体全体で感じながら、外に向けた活動を始めるのである。人間が本来持っている「動」の部分が目覚めてくるのである。

#### 4. 自ら動き出そうとする時に必要となる 多様な体験の場

「わたげ」では、動こうとする彼らに対し、外に向けた活動の場となる様々なメニューやプログラムを用意し、支援を行なっている。そこでの出会いや活動を通して、自分を発見し、人と関わ合うことの素晴らしさを感じとり、自信を持って社会参加できるように支援を行なっている。

#### 【わたげの会の主な活動】

##### ○無償ボランティア「プレイバス活動」

バスに玩具などを積み、宮城県内の老人施設、障害者施設、児童センター、デイサービスセンターなどを訪問し、機能訓練のサポートや子育て支援などを行ないながら、少しずつ対人関係に慣れていくことを目指している。対人関係を苦手としていた彼らが、玩具という「遊び」の媒体を通してコミュニケーションを取ることにより、自然に精神が安定し、身体もリラックスしてくる。

##### ○有償ボランティア「ねこの手」

草刈りや引越し手伝い、障害のある方の付き添い、お年寄りの外出やドライブ、訪問支援などを行なう。有償で行なうので、仕事としての自覚と自信を持つことができるようになってくる。

##### ○学習支援「学習サポートハウス」

通信高校サポート、大検、大学受験、課外授業などを行なっており、復学や各種受験を目指している。

##### ○資格取得

ホームヘルパー2級取得、障害者ヘルパー2級取得、訪問支援者養成などを行なっている。資格取得により、大きな自信を持つことになる。これをバネにして、次のステップに飛び出し、社会参加への一助となることを期待している。

##### ○部活動

サッカー、フットサル、野球、バレーボール、ソフトボール、バドミントン、卓球、茶道、料理、書道教室、社交ダンス、英会話教室などの活動を行なっている。多彩な個性を持っている彼らが、部活動を通して自分の力に気づき、自分を発見し、支え合いのネットワークの大切さを身をもって感じることができるのである。

#### 【わたげの会の行事】

季節毎に各種の行事を開催することにより、生活にメリハリをつけると共に、行事を企画・立案・実行していく過程で多くの人と触れ合う機会が生じ、楽しみながら対人関係の経験を積んでいくことができる。

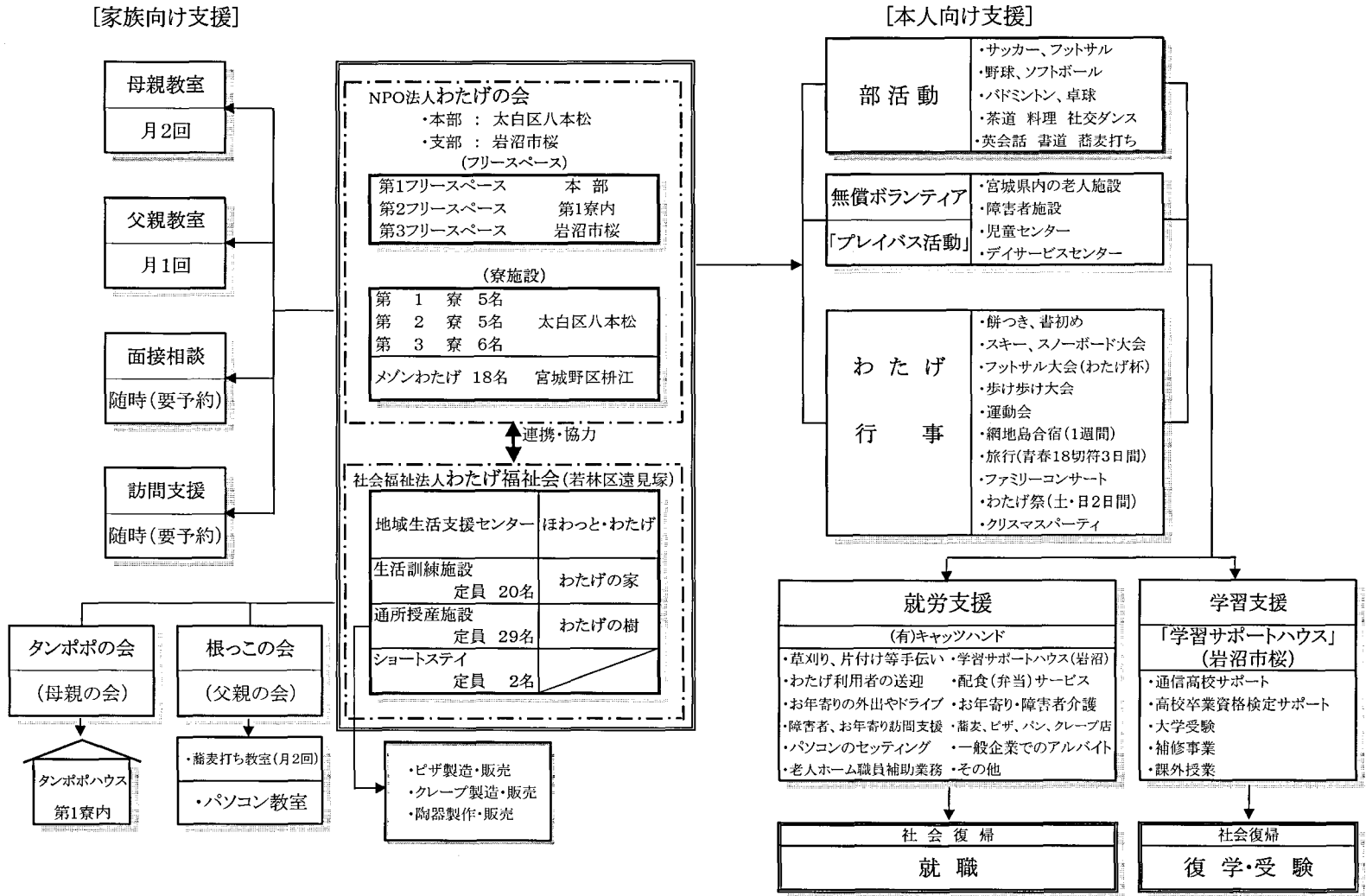


図1 わたげの会の活動



図2 わたげ音楽祭



図3 韓国若者交流会（済州島にて）

主な行事には、①餅つき、書初め、②スキー、スノーボード大会、③フットサル大会（わたげ杯）、④歩け歩け大会、⑤運動会、⑥網地島合宿（一週間）、⑦旅行（青春18切符、三日間）、⑧ファミリーコンサート、⑨わたげ祭（土・日の二日間）、⑩クリスマスパーティなどがある。

### 5. 社会参加・社会復帰に向けて

有償ボランティア活動や資格取得など様々な活動を通して得られた大きな自信をバネにして、次のステップである社会参加・社会復帰に向けて、大きく飛び立とうとしている彼らへの最終段階の支援策が求められている。

これまでの支援活動の一つとして取り組んできた「回復期にある青少年の有償ボランティア活動」を切り離し、有限会社「キャッツハンド」を立ち上げた。「キャッツハンド」という会社名は、「ねこの手」をそのまま英語にしたものである。これは、収益性を意識して働ける場を提供し、実社会への適応力を養うことを目的とした新しい取り組みである。

仕事はキャッツハンドが受注し、彼らをアルバイトとして雇用するという形態をとっている。「わたげの会」のスタッフ一人が常勤社員として、事務や営業を担当している。わたげの利用者約200名のうち、すでに17歳から30歳代までの40

名前後が働いている。

以下、主な作業メニューを紹介する。

- ①高齢者世帯の手伝い（庭の草取り、荷物の移動、片付け作業）
  - ②高齢者・障害のある人の外出付き添い（「わたげ」に通いながら、2級ヘルパーの資格を取得した利用者が数十名いる）
  - ③老人ホームの夜勤職員の補助業務（勤務時間23時30分～4時30分）
  - ④クリーニング店手伝い（クリーニング取次店であるコンビニへの配送・引取り、学校のカーテンのクリーニング業務のうちの取り外し・取り付け作業）
  - ⑤パソコンのセットアップ作業（物流会社からの依頼で、学校、役場などにパソコンをセットアップ）
  - ⑥引越し作業手伝い（⑤の物流会社から依頼される。簡単な引越し作業は「キャッツハンド」で直接請け負う）
  - ⑦配食（弁当）サービス（地域からの注文に応じ、手作りの特製弁当を提供）
  - ⑧店舗での接客・販売業務（魚介類加工品販売店からの依頼）
  - ⑨病院の厨房における調理の補助作業（作業は365日無休）
- これらの仕事は、「わたげ」の活動内容や利用

者の状況を十分に理解してくれた企業が提供してくれるものであり、仕事は多岐にわたっている。現段階では、企業から提供された仕事をこなしているだけの状況であり、「キャッツハンド」自体がこれから展開していく事業は、スタッフと利用者が一緒に模索しているところである。

平成 18 年 11 月、「わたげ」の新しい試みとして商店街の空き店舗を活用した手打ちそば店「わたげ茶屋」を開店する。2 年ほど前、わたげの支援を受けていた青年の父親が、活動の中でそば打ちのボランティア指導を始めたことがきっかけだった。習得した技術を社会参加や収益につなげようと、今年から本格的に準備してきた。ほかの人にはない特技を身につけ収入を得ることは、彼ら自身の根本的な自信につながるはずと考えている。

このように、彼らに単に仕事の提供を受けるといふ受身の姿勢だけではなく、自分たちの会社として経営を維持していく方法や仕事のアイデアを考えてもらう等前向きな姿勢を期待している。受身ではなく、自ら考え、創造するという前向きな仕事への取り組みを通して「働くことの尊さや楽しさ」を実感して欲しい。この段階にある彼らは、まさに「わたげ」として飛び立っていきこうとしているのだ。そして、一番気に入った場所を見つけ、そこにしっかりと根付いていって欲しいという思いで運営している。

## 6. 長期的、トータル的な視点にたった リハビリテーション

わたげは、ひきこもりに限定したものではなく、障害や世代に関わらず心を閉ざしながらもセカンドチャンスを見ている人たちに、社会参加に結びつくような場を提供し、その流れの中で、家庭内にひきこもっている青少年が徐々に外部社会に出て行くための支援を行なう中間領域としての役割がある。

彼らに対して、コミュニケーションを促す働きかけ、専門職による介入などの援助を行なった場合、外部からのプレッシャーに極めて敏感な彼らは、その様な働きかけを拒否してしまう場合があ

る。従って、彼らへの援助を行なう場合には、彼らをエンパワーメントする環境を援助者がいかにさりげなく「自然に」することが大切になってくる。わたげでは、医療、学校、福祉などの「匂い」を表に出さず、様々な個性豊かな人たちが集う家族的な人間関係を再現している。それでいて、彼らの周りにはそれぞれの分野のエキスパートが暖かく見守っているという層の厚い空間をつくりだすように心がけている。

わたげでは、コミュニケーションを強要せず自発性を尊重しながら、人との関わりが極端に少なかった彼らが、緩やかな人間関係の中で、たくさんの刺激や感動を受けながら、自己を肯定していき、外部の環境へ徐々に慣れていくような支援を行なっている。そして、時期を見て高齢者・障害者の施設訪問やボランティア活動などの機会を提供し、さらに外部への社会参加・社会復帰を援助しながら、就労問題や学業の中断問題にも取り組んでいくというトータルなリハビリテーションを行なっている。

ひきこもりは必ずしも精神的な問題を抱えているわけではない。また、多くの場合、問題の解決のために求められているのは、医師対患者という関係ではない通常の人間関係の構築であると思っている。しかしながら、通常の人間関係を育める場所がまだまだ不足していると感じている。

近代化の進展によって生み出された無菌化、均質化された環境が、子どもたちに多種・多様な経験をする機会を失わせ、それが「ひきこもり」の遠因になっているかもしれないと考えている。従って、彼らの社会参加・社会復帰を果たすためには、長期的な視野にたった様々なプログラムやメニューを用意する必要があり、他機関との連携を密に取っていく必要があると考えている。

## 7. おわりに

彼らとの関わりの中で、援助者である私たちは、彼らから数え切れないたくさんのことを得ることができた。「言葉の大切さ」「生きる丁寧さ」「優しさ」「誠実さ」等、現在社会に欠けているであ

ろう「生きるうえでの丁寧さと優しさ」を私たちに  
に心をこめて教えてくれたのである。心から感謝  
の気持ちを伝えたい。



図4 社会福祉法人わたげ福祉会