

●ひきこもり等支援機関が関わっている
本人向けアンケート調査、家族向けアンケート調査
(調査②)

● ひきこもり等支援機関が関わっている本人向けアンケート調査、家族向けアンケート調査（調査②）

【本人向けアンケート調査】

I 調査の概要

1 調査目的

『生活状況に関する実態調査』のうち、調査②では、ひきこもり状態にある方の実態及び当事者のニーズを把握することを目的としている。調査②のうち、本人向けアンケート調査では、ひきこもり等支援機関が関わっている15歳から64歳までの現在または過去にひきこもり状態を経験している本人（北九州市在住者）を対象とし調査を実施する。

2 調査項目

（調査票C票【支援機関経由本人票】）

- (1) 基本的属性について（Q1～Q8）
- (2) 学校生活に関すること（Q9～Q10）
- (3) これまでの経験（Q11）
- (4) 就労・就学等に関すること（Q12～Q17）
- (5) 普段の活動に関すること（Q18～Q19）
- (6) ひきこもりの状態に関すること（Q20～Q24）
- (7) 相談機関に関すること（Q25～Q29）
- (8) ひきこもりの状態からの立ち直りに関すること（Q30～Q34）
- (9) メンタルヘルスに関すること（Q35）
- (10) 社会資源に関すること（Q36～Q37）
- (11) 悩み事の相談に関すること（Q38～Q40）
- (12) 自分についてあてはまること（Q41～Q43）
- (13) 支援のあり方についての意見（Q44）
- (14) 現在や将来の不安（Q45）
- (15) ひきこもりの状態を変化させる行動（Q46～Q48）
- (16) ひきこもりの状態を変化させるのに役立っていること（Q49～Q50）
- (17) 望ましい支援のあり方（Q51）
- (18) 新型コロナウイルス感染症流行による影響（Q52～Q53）
- (19) 精神疾患（Q54）
- (20) ひきこもり支援についての考え（Q55）

3 調査対象

- (1) ひきこもり等支援機関が関わっている15歳から64歳までの現在または過去にひきこもり状態を経験している本人（北九州市在住者）
- (2) 配布者数 37人

- (3) 配布条件 ひきこもり等支援機関が支援等で関与している者のうち、現在または過去にひきこもり状態(注)を経験している15歳から64歳までの者。なお、北九州市民に限る。

(注) ここでいう「ひきこもり状態」とは、厚生労働省「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」(2007)に則り、「様々な要因の結果として社会参加(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カ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)」とした。

4 調査時期

令和4年2月

5 調査方法

ひきこもり等支援機関を通じ、配布条件に該当する者へ本調査の趣旨を十分に説明し、調査協力に同意した者に直接配布又は郵送配布。郵送回収。

6 回収結果

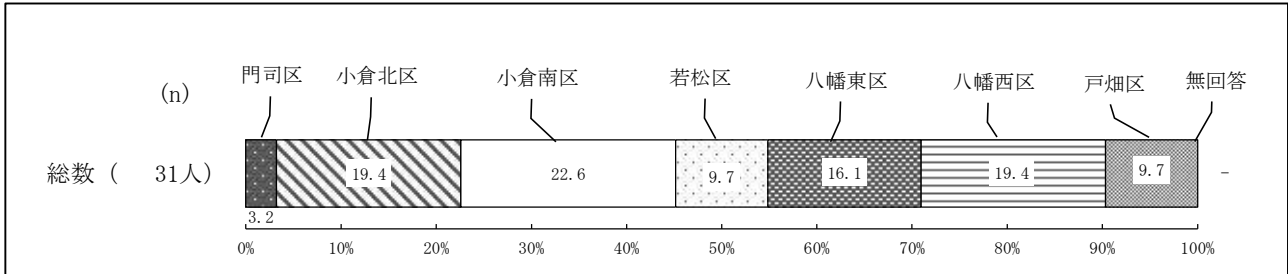
有効回収数(率) 31人(83.8%)

II 調査の結果

【Q1～Q12はすべての方がお答えください。】

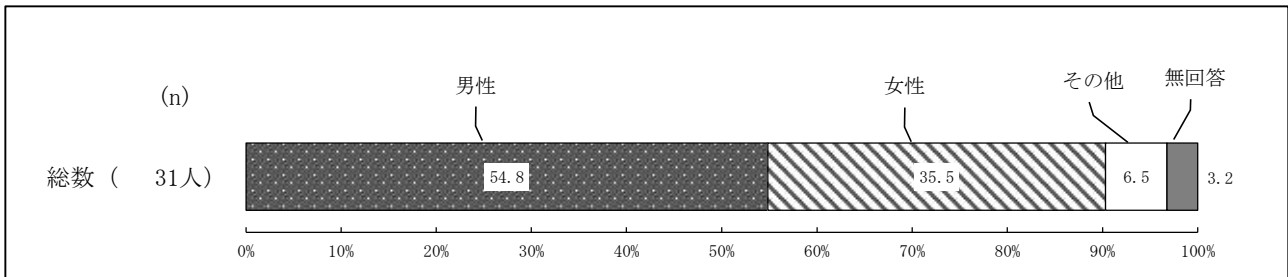
1 【支援機関経由本人票】居住区

支援機関経由本人票Q1 あなたがお住まいの区をお答えください。(○はひとつだけ)



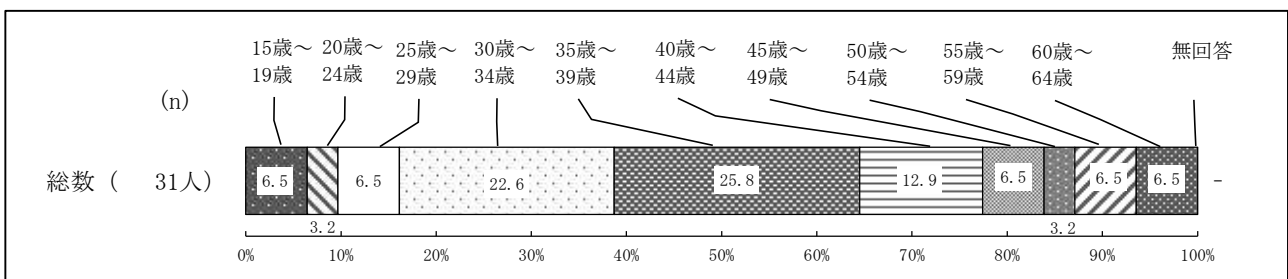
2 【支援機関経由本人票】性別

支援機関経由本人票Q2 あなたの性別をお答えください。(○はひとつだけ)



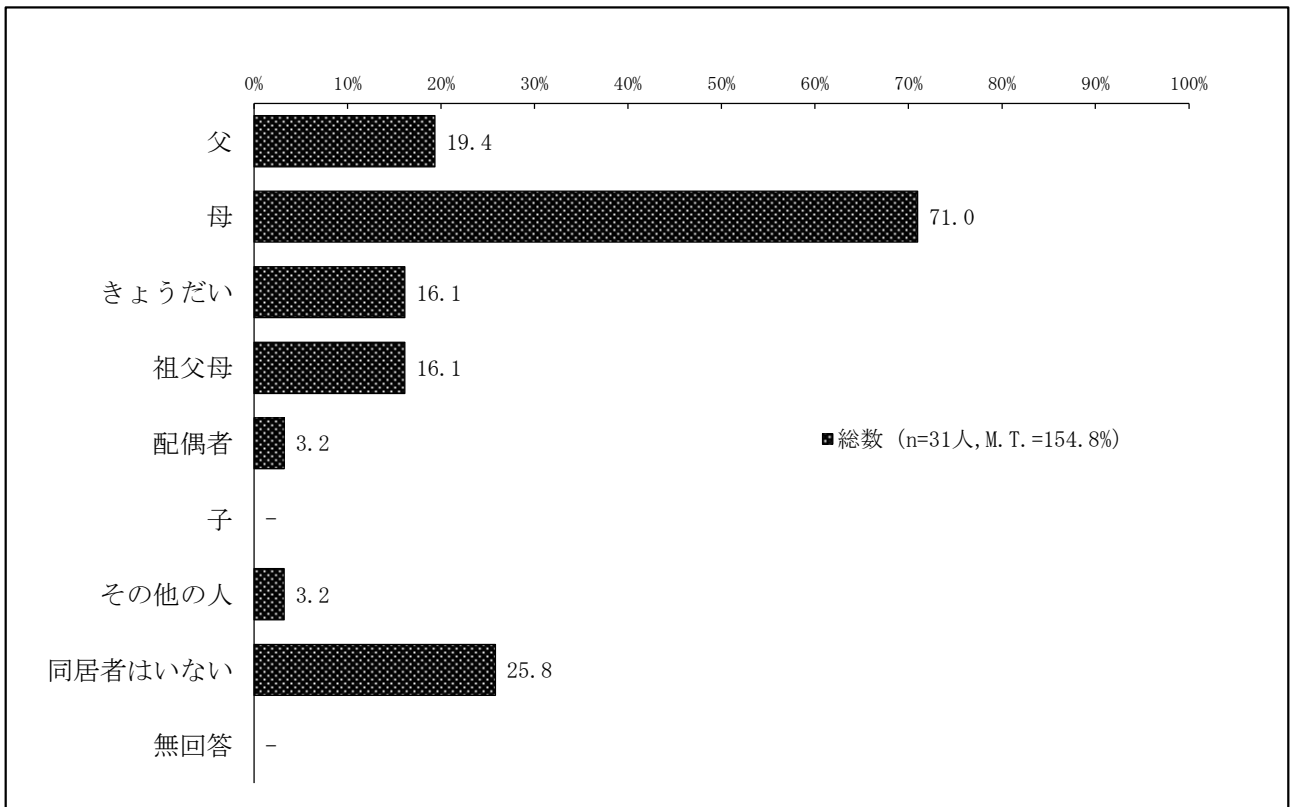
3 【支援機関経由本人票】年齢

支援機関経由本人票Q3 あなたの年齢をお答えください。(○はひとつだけ)



4 【支援機関経由本人票】同居者

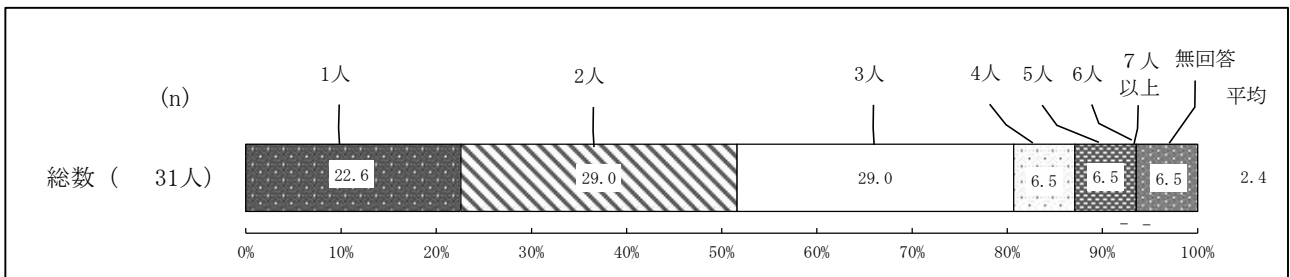
支援機関経由本人票Q4 現在、あなたと同居している方すべてについて○をつけてください。
 (○はいくつでも)



5 【支援機関経由本人票】同居人数

支援機関経由本人票Q5 現在、同居している人は合計で何人ですか。あなたも含めた人数を記入してください。

(数字で具体的に)

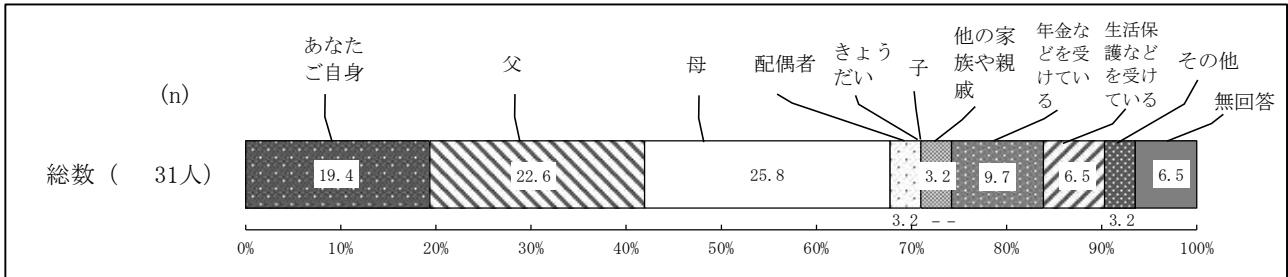


6 【支援機関経由本人票】主生計者

支援機関経由本人票Q6 あなたの家の生計を立てているのは、主にどなたですか。生計を立てている方が複数いる場合は、もっとも多く家計を負担している人をお答えください。

また、主に仕送りで生計を立てている方は、その仕送りを主にしてくれている人をお答えください。

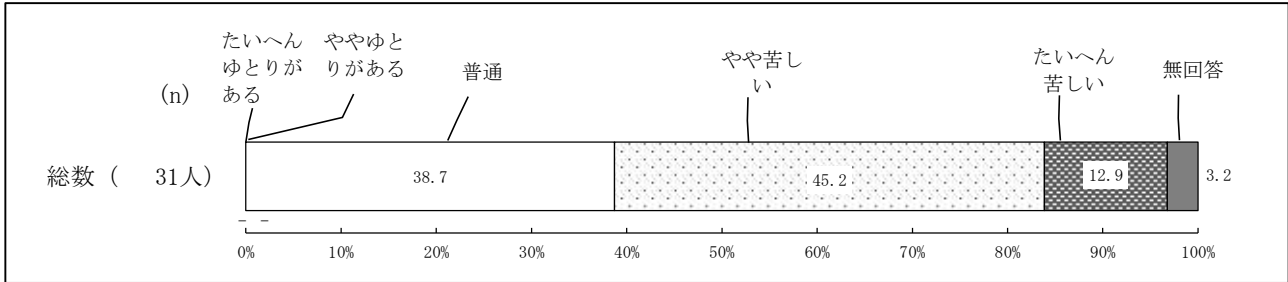
(○はひとつだけ)



7 【支援機関経由本人票】暮らし向き

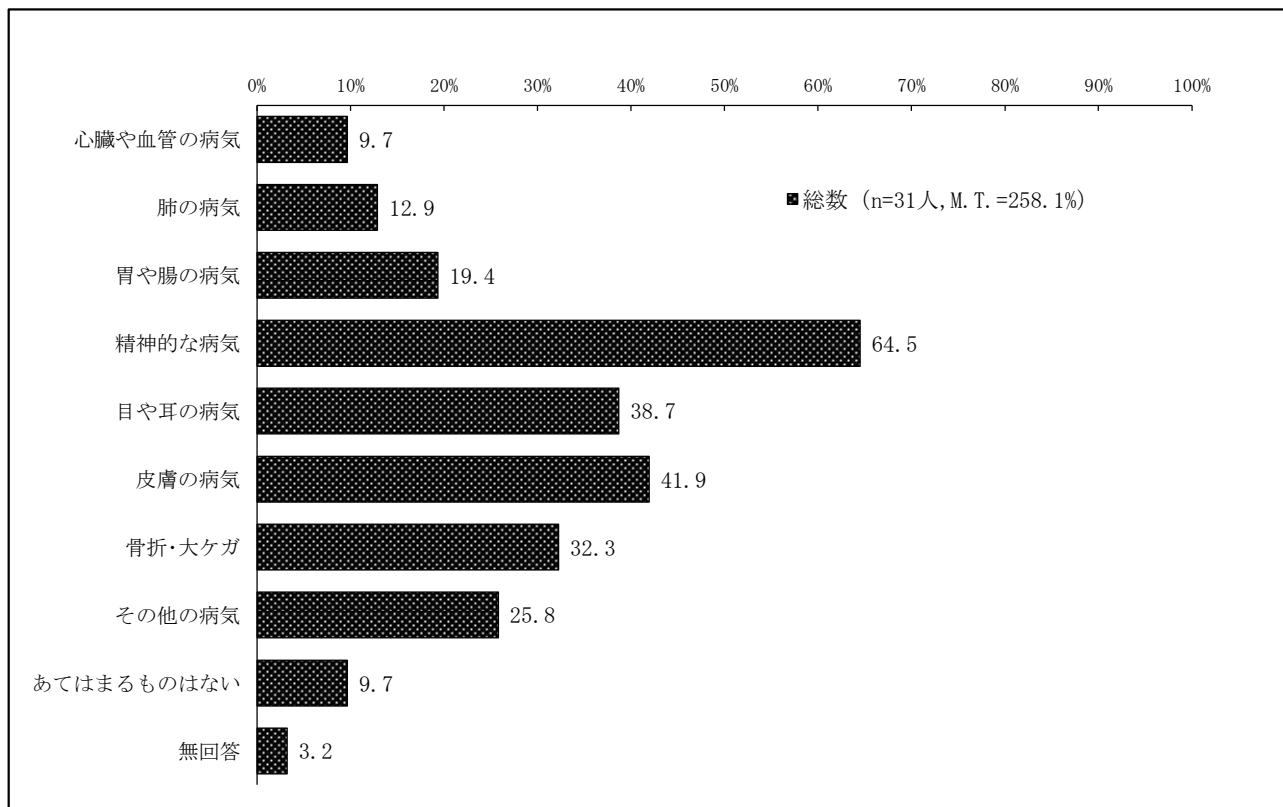
支援機関経由本人票Q7 あなたの家の暮らし向き（衣・食・住・レジャーなどの物質的な生活水準）は、世間一般と比べてみて、どれにあたると思いますか。あなたの実感でお答えください。

(○はひとつだけ)



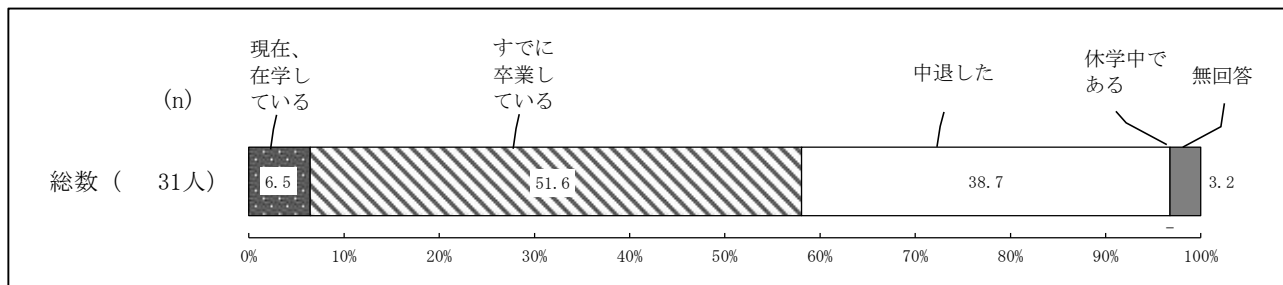
8 【支援機関経由本人票】通院・入院経験のある病気

支援機関経由本人票Q8 これまでに、以下の病気やけがで通院や入院をしたことはありますか。通院・入院したことがある病気に○をつけてください。(○はいくつでも)



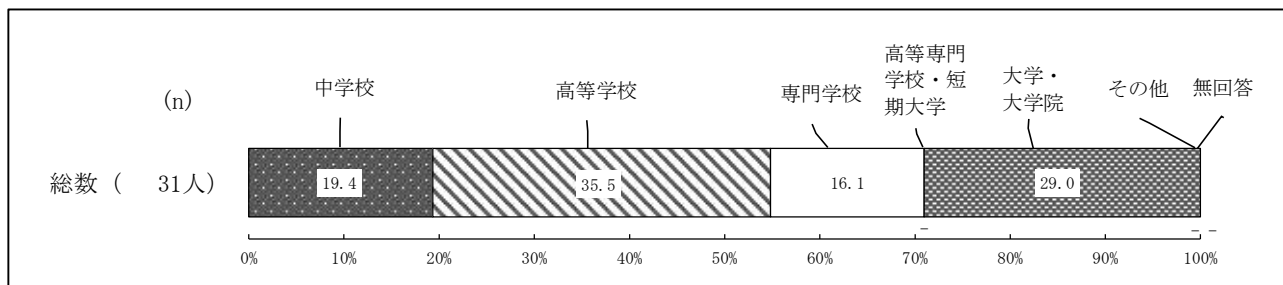
9 【支援機関経由本人票】通学状況

支援機関経由本人票Q9 あなたは現在、学校に通っていますか。(○はひとつだけ)



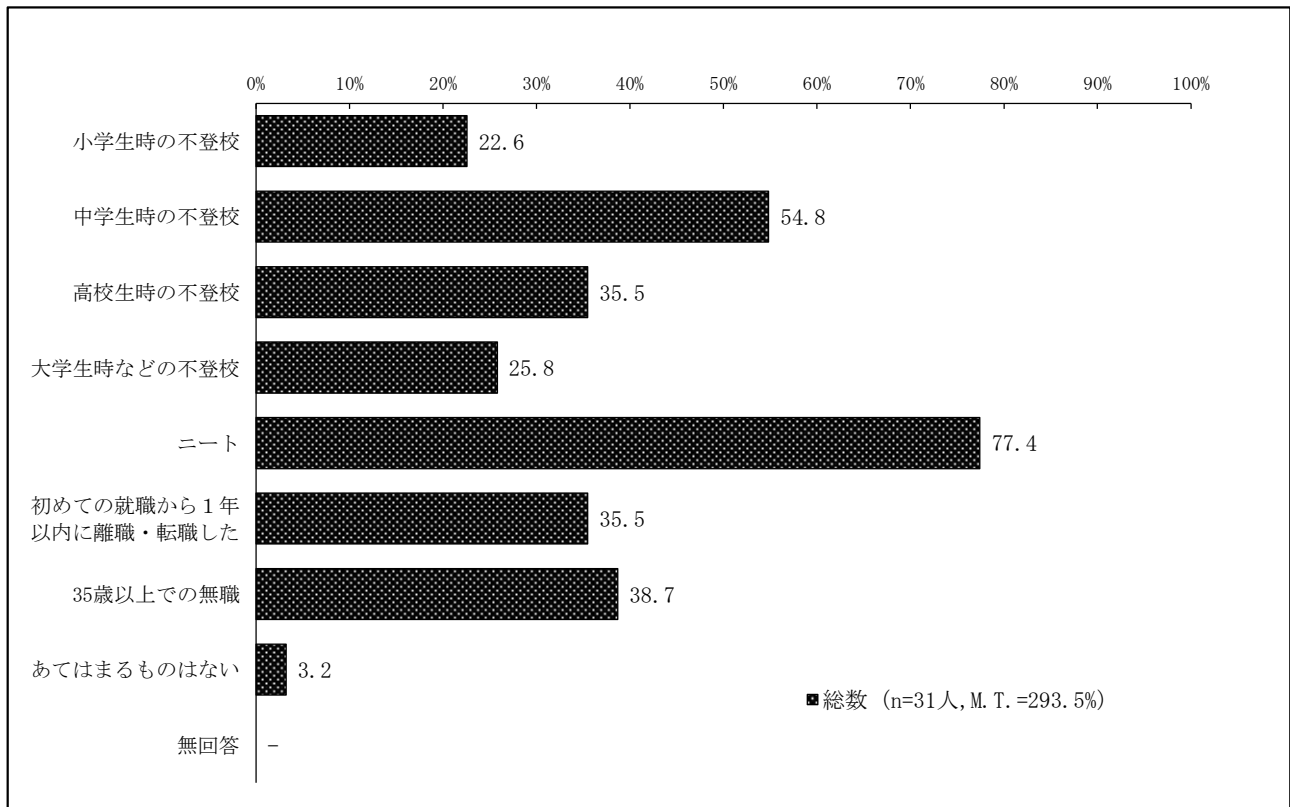
10 【支援機関経由本人票】卒業・在学中の学校

支援機関経由本人票Q10 あなたが最後に卒業（中退を含む）した、または現在、在学している学校はどれですか。(○はひとつだけ)



1 1 【支援機関経由本人票】これまでの経験

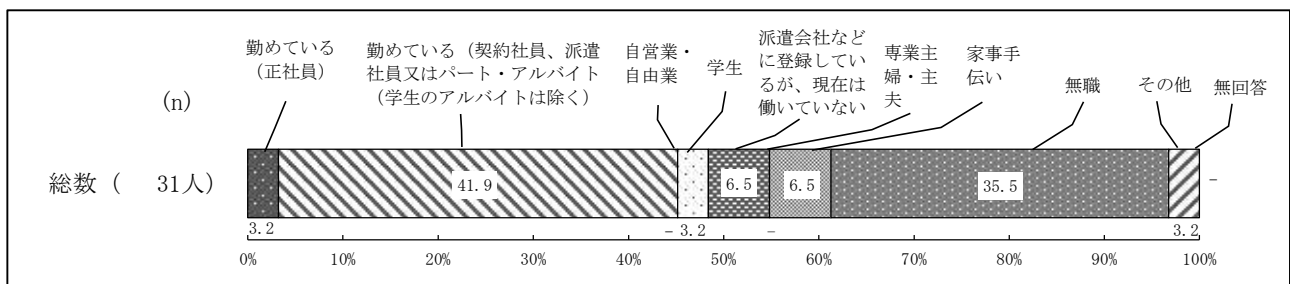
支援機関経由本人票Q 1 1 これまでに、以下のようなことを経験したことがありますか。あてはまるものに○をつけてください。(○はいくつでも)



1 2 【支援機関経由本人票】現在の就労・就学等の状況

支援機関経由本人票Q 1 2 あなたの現在の就労・就学等の状況についてお答えください。

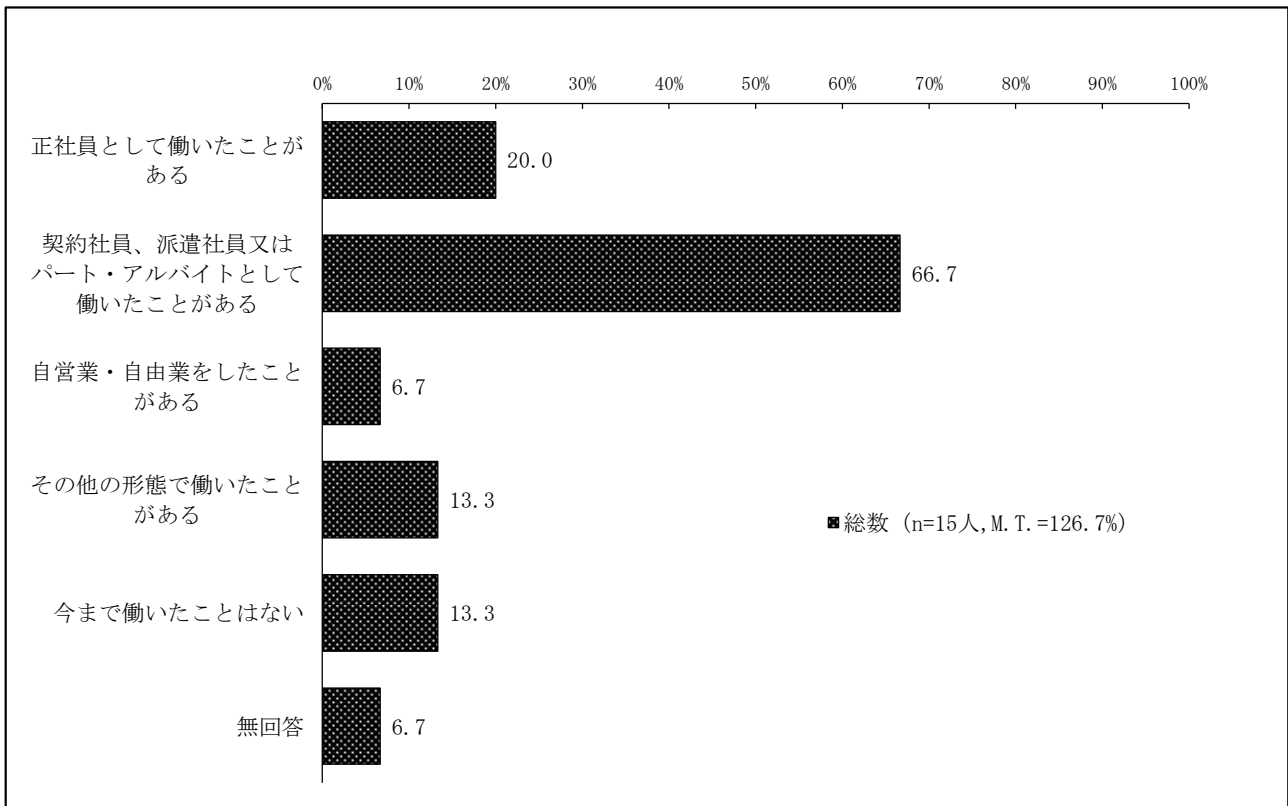
(○はひとつだけ)



【Q12で「5～8」に○をつけた方のみ、Q13～Q16にお答えください。】

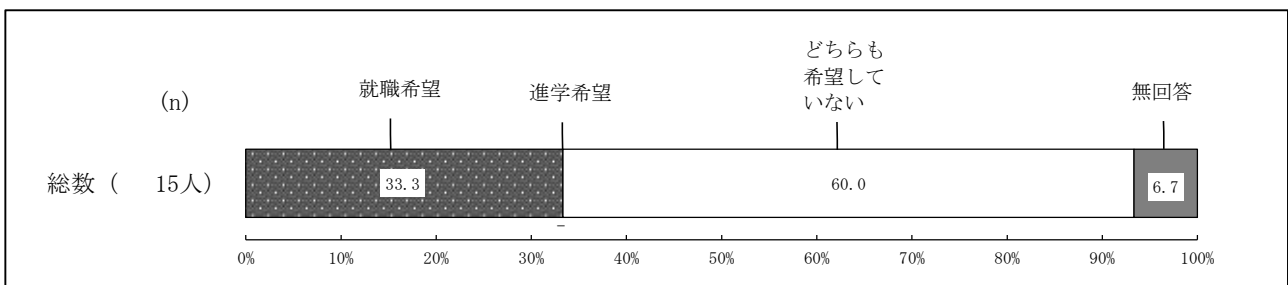
13 【支援機関経由本人票】働いた経験

支援機関経由本人票Q13 あなたは、今までに下記のような形態で働いていたことはありますか。(○はいくつでも)



14 【支援機関経由本人票】就職又は進学希望

支援機関経由本人票Q14 現在、就職または進学を希望していますか。(○はひとつだけ)

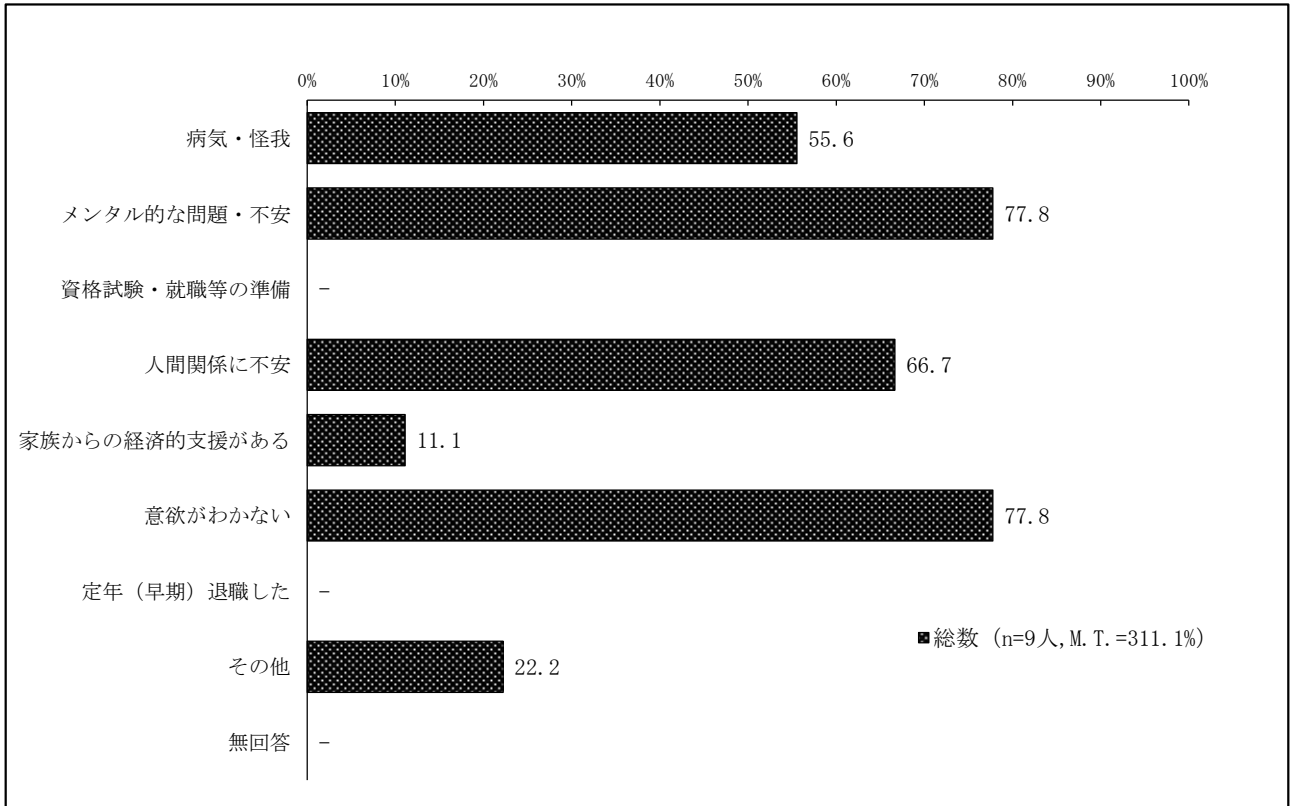


【Q14で「3」に○をつけた方のみ、Q15にお答えください。】

15 【支援機関経由本人票】就職又は進学希望しない理由

支援機関経由本人票Q15 進学・就職を希望していない理由についてお答えください。

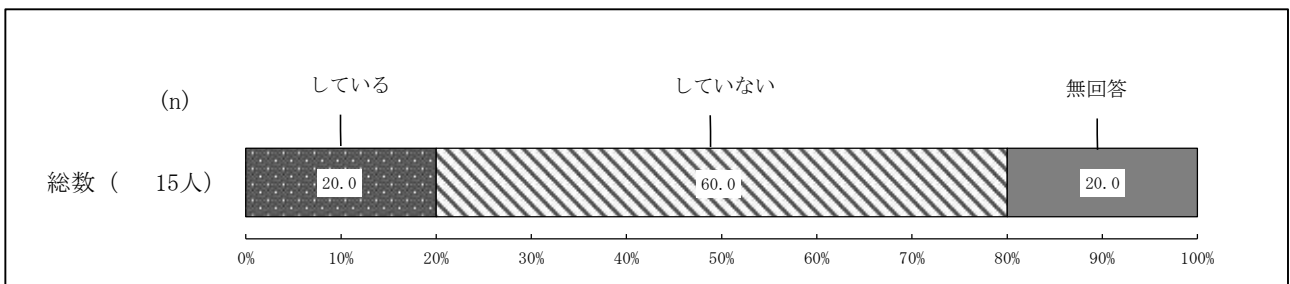
(○はいくつでも)



【Q12で「5～8」に○をつけた方がお答えください。】

16 【支援機関経由本人票】就職活動

支援機関経由本人票Q16 現在、就職活動をしていますか。(○はひとつだけ)



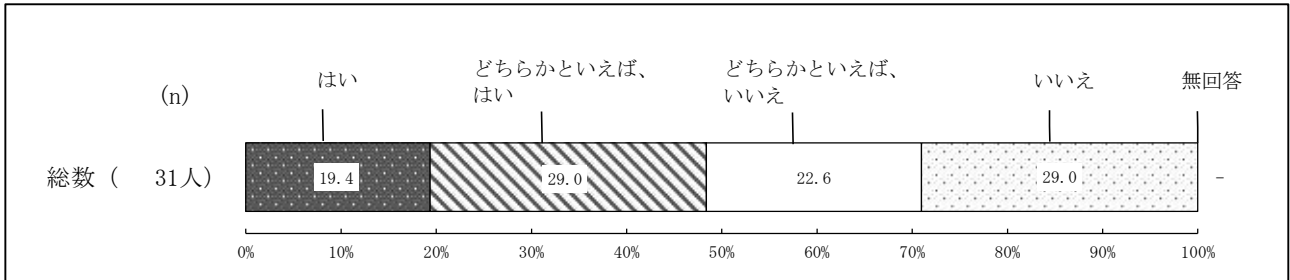
【Q17～Q20はすべての方がお答えください。】

17 【支援機関経由本人票】職業に関する考え方

支援機関経由本人票Q17 次に挙げられた職業に関する意見の中で、あなたの考えにあてはまるものに○をつけてください。(○は各項目につき、ひとつ)

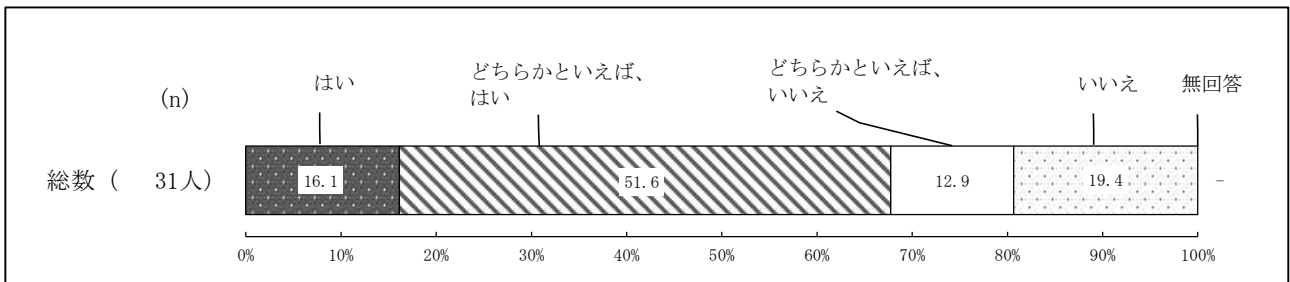
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q17 (1) いつか必ず自分にふさわしい仕事が見つかると思う



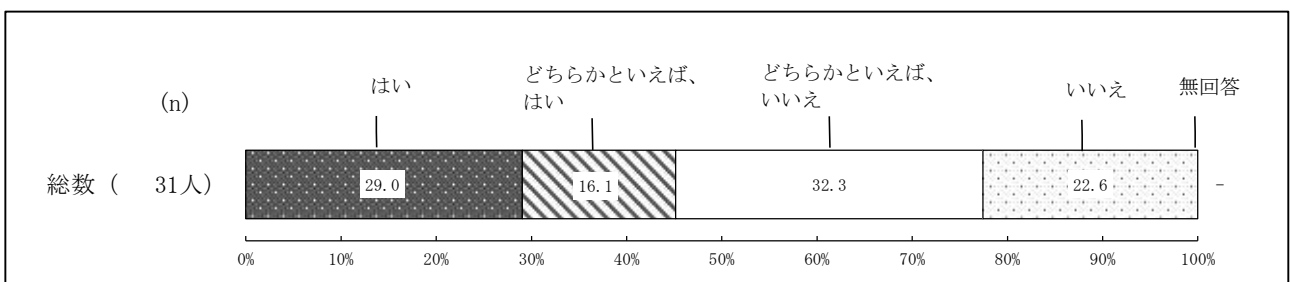
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q17 (2) いつか自分の夢を実現させる仕事に就きたい



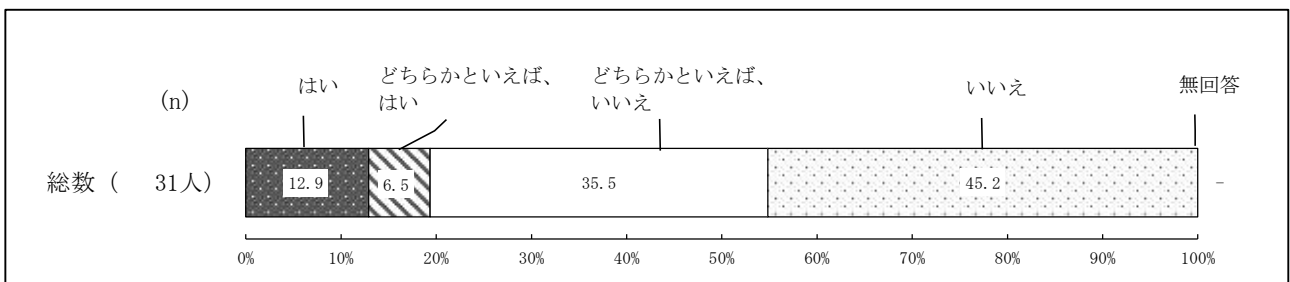
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q17 (3) 仕事をしなくても生活できるのならば、仕事はしたくない



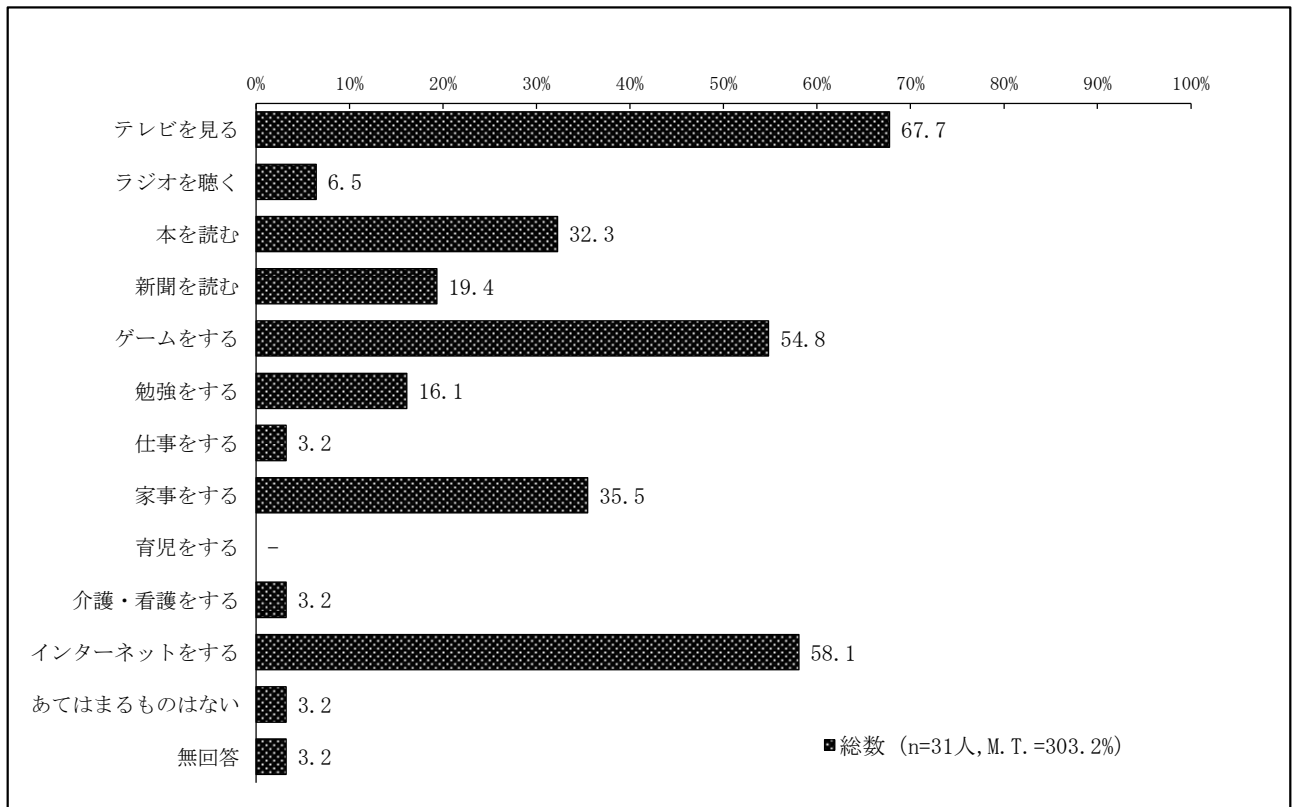
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q17 (4) 定職に就かない方が自由でいいと思う



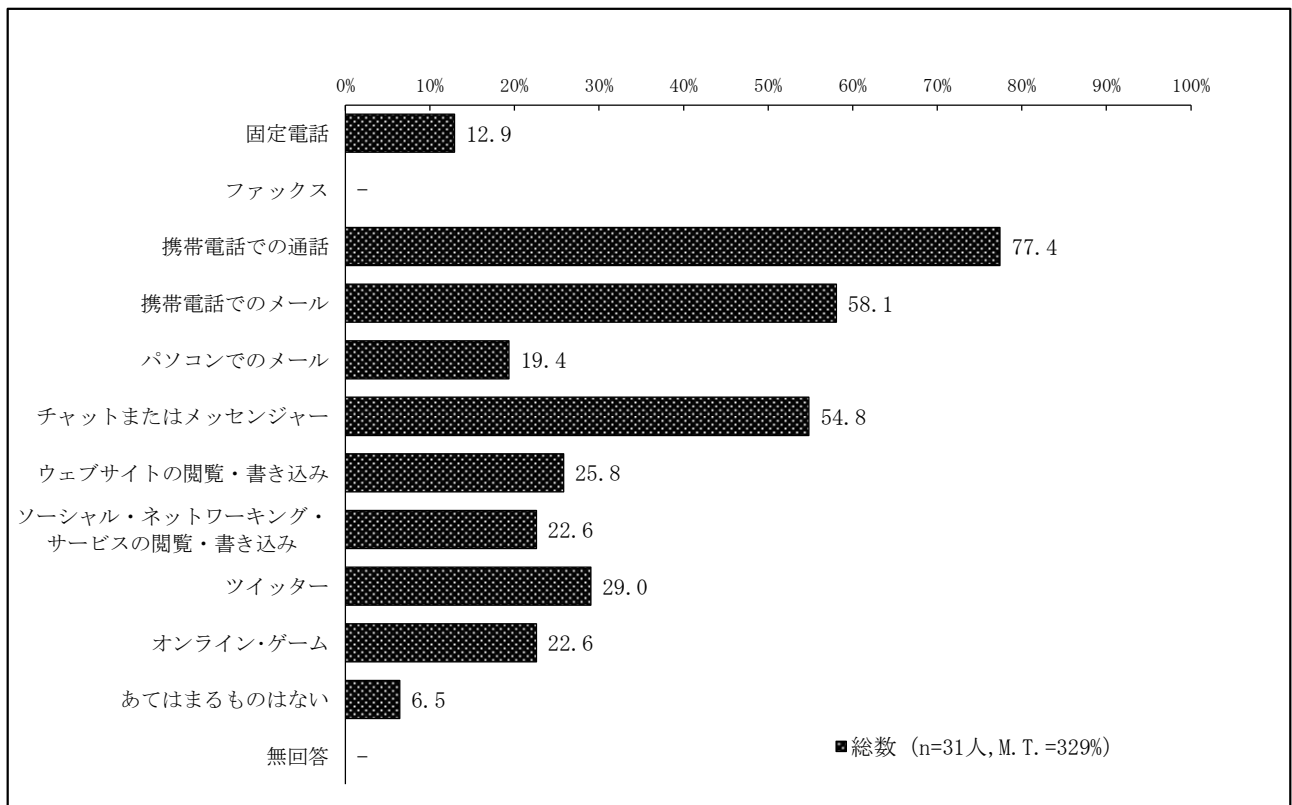
18 【支援機関経由本人票】ふだん自宅でよくしていること

支援機関経由本人票Q18 ふだんご自宅にいるときに、よくしていることに○をつけてください。(○はいくつでも)



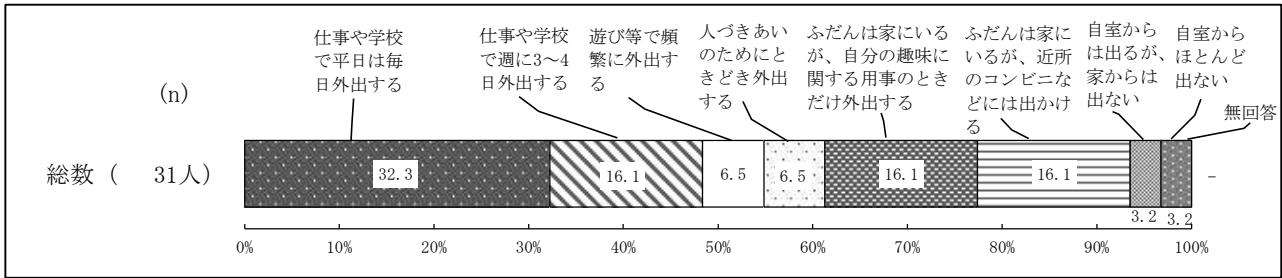
19 【支援機関経由本人票】通信手段でふだん利用しているもの

支援機関経由本人票Q19 以下に挙げられた通信手段の中で、ふだん利用しているものに○をつけてください。(○はいくつでも)



20 【支援機関経由本人票】ふだんの外出頻度

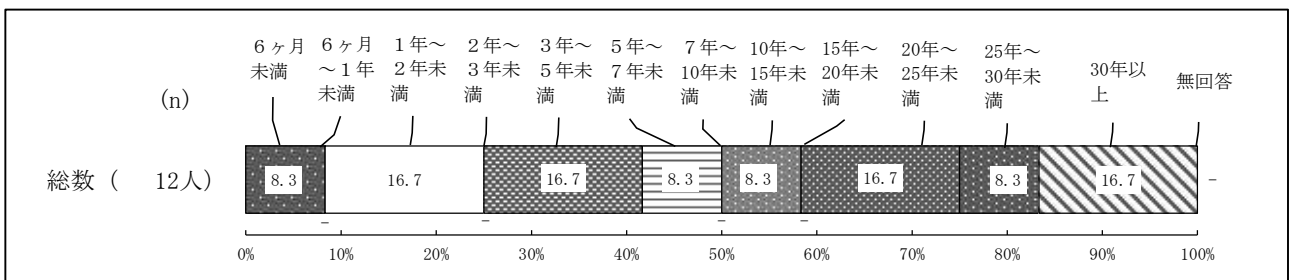
支援機関経由本人票Q20 ふだんのくくらい外出しますか。(○はひとつだけ)



【Q20で「5~8」に○をつけた方のみ、Q21~Q29にお答えください。】

21 【支援機関経由本人票】ひきこもりの状態になってからの期間

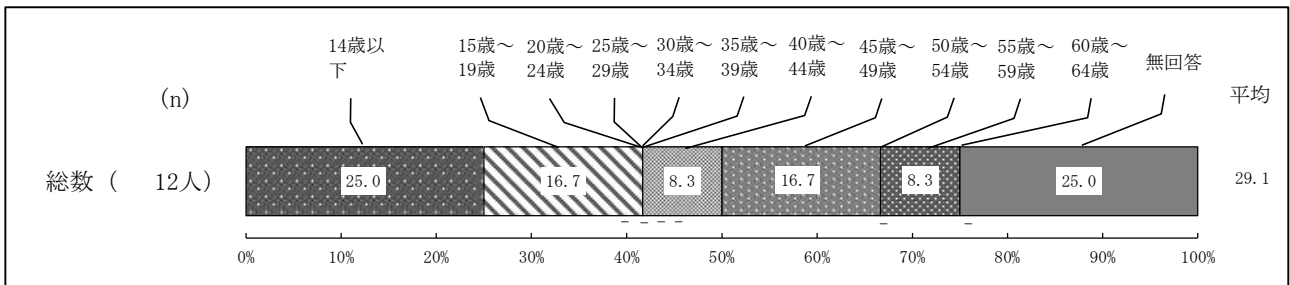
支援機関経由本人票Q21 現在の状態となってどのくらい経ちますか。(○はひとつだけ)



22 【支援機関経由本人票】初めてひきこもりの状態になった年齢

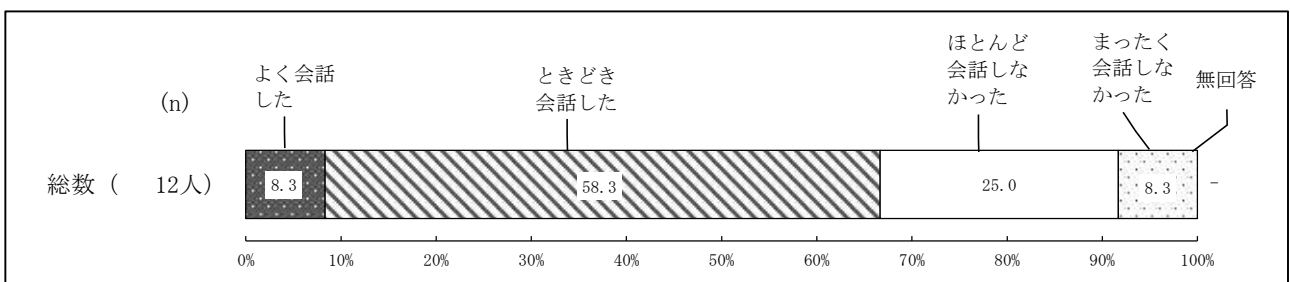
支援機関経由本人票Q22 初めて現在の状態になったのは、あなたが何歳の頃ですか。

(数字で具体的に)



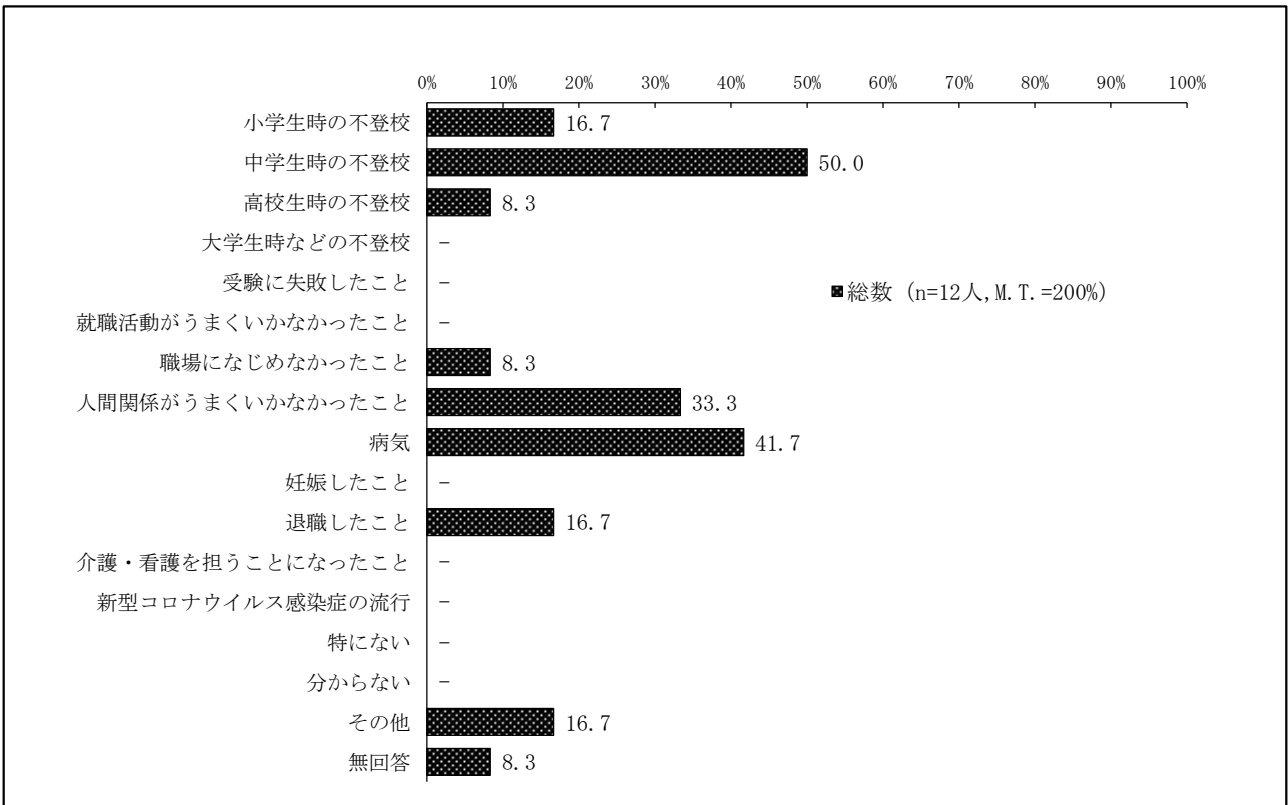
23 【支援機関経由本人票】家族以外との会話の状況

支援機関経由本人票Q23 最近6ヶ月間に家族以外の人と会話しましたか。(○はひとつだけ)



2 4 【支援機関経由本人票】ひきこもりの状態になったきっかけ

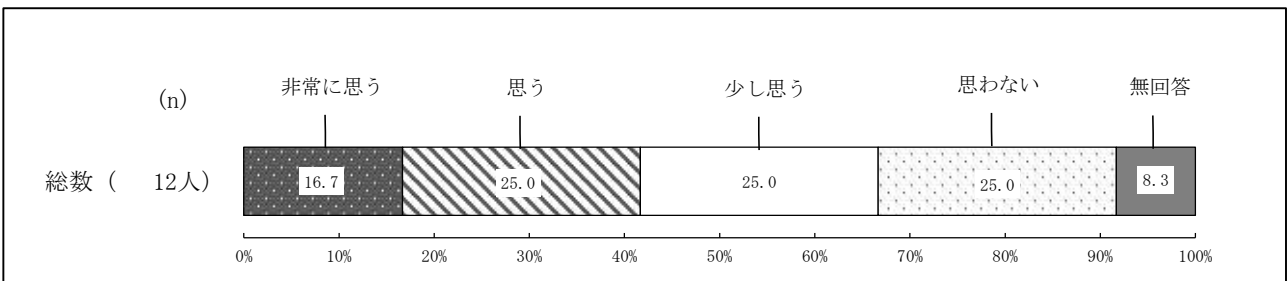
支援機関経由本人票Q 2 4 現在の状態になったきっかけは何ですか。(〇はいくつでも)



2 5 【支援機関経由本人票】ひきこもりの状態について、関係機関に相談したいか

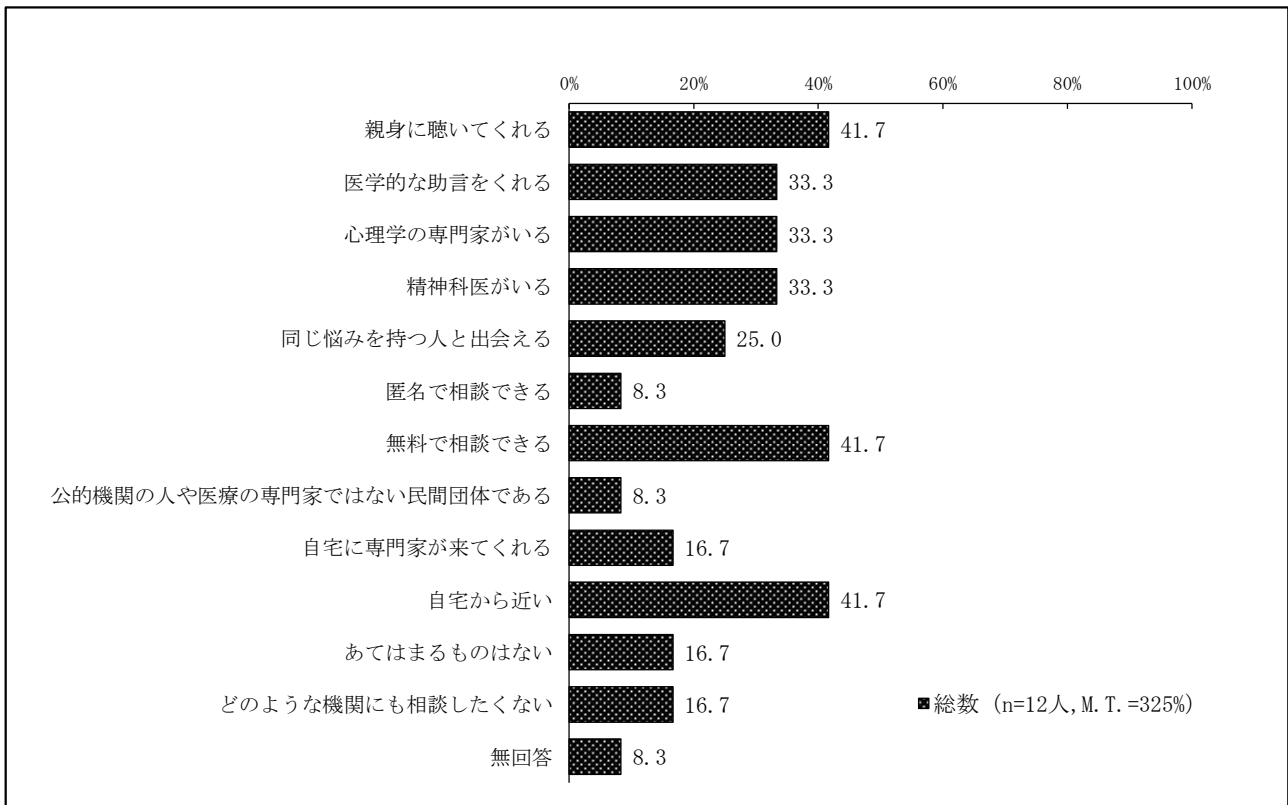
支援機関経由本人票Q 2 5 現在の状態について、関係機関に相談したいと思いますか。

(〇はひとつだけ)



26 【支援機関経由本人票】ひきこもりの状態をどのような機関なら相談したいか

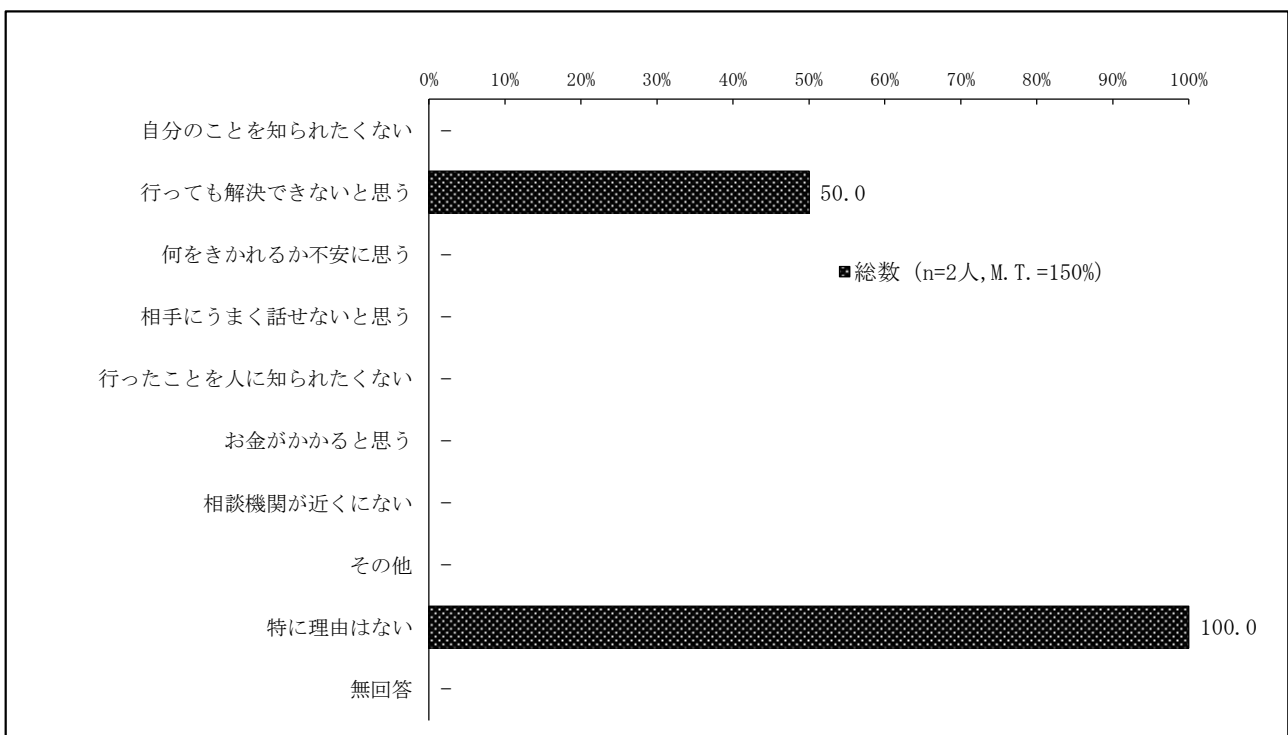
支援機関経由本人票Q26 現在の状態について、関係機関に相談するとすれば、どのような機関なら、相談したいと思いますか。(〇はいくつでも)



【Q26で「12」に〇をつけた方のみ、Q27にお答えください。】

27 【支援機関経由本人票】相談したくない理由

支援機関経由本人票Q27 相談したくないと思う理由は何ですか。(〇はいくつでも)

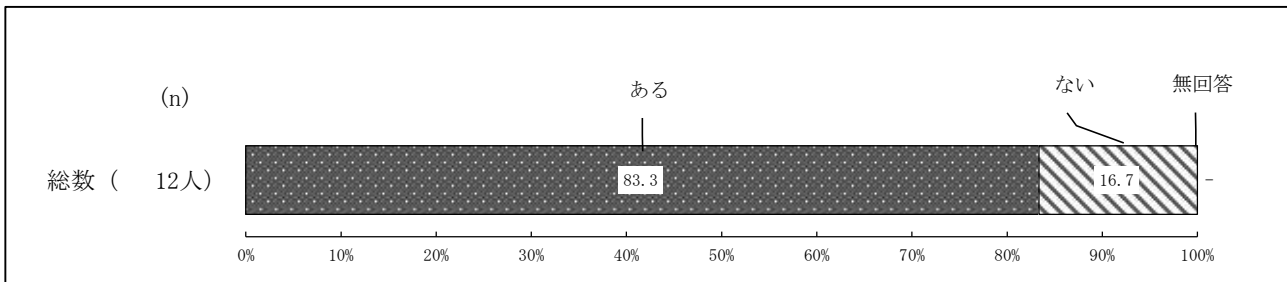


【Q20で「5～8」に○をつけた方がお答えください。】

28 【支援機関経由本人票】関係機関に相談した経験

支援機関経由本人票Q28 現在の状態について、関係機関に相談したことはありますか。

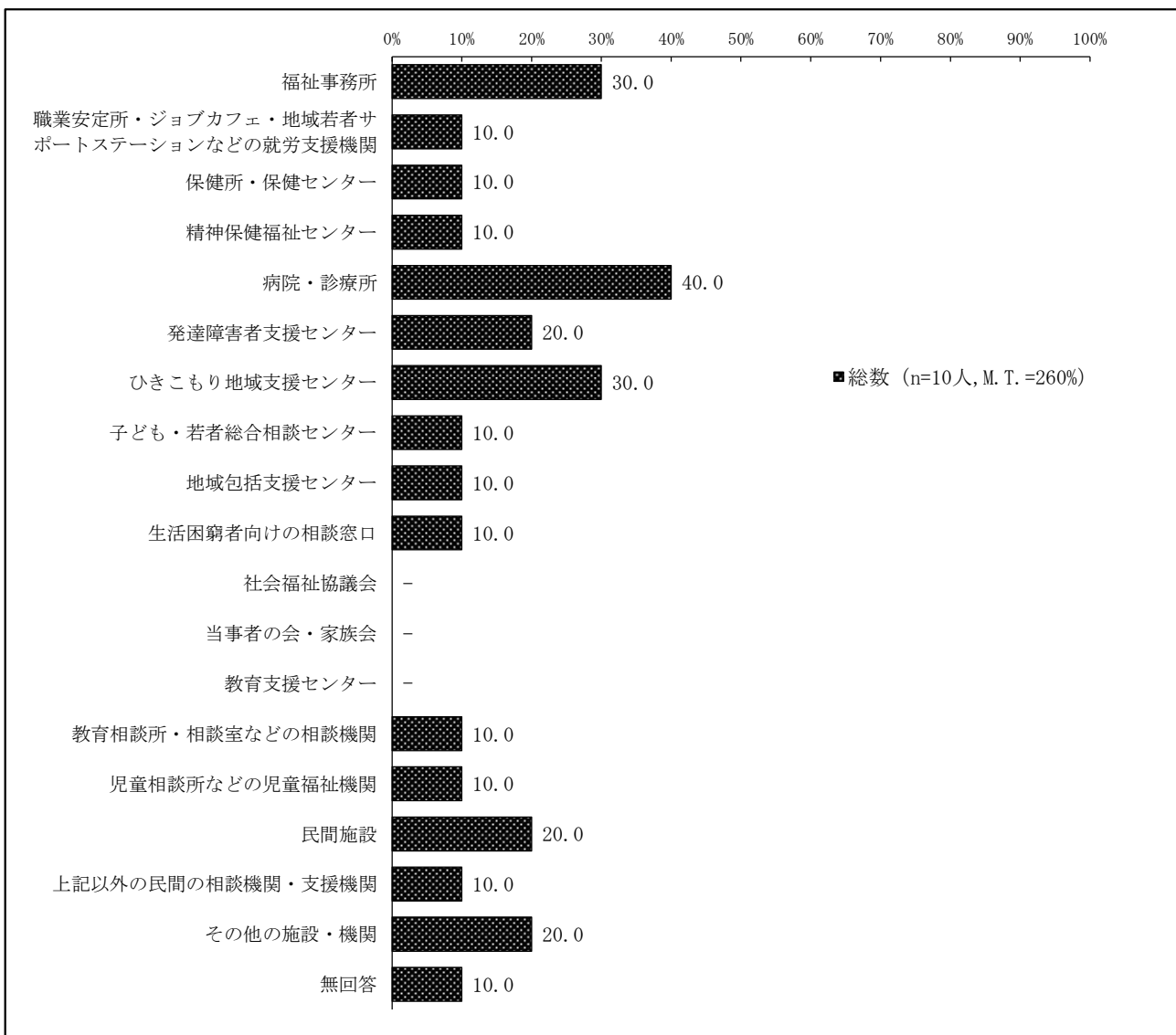
(○はひとつだけ)



【Q28で「1」に○をつけた方のみ、Q29にお答えください。】

29 【支援機関経由本人票】相談した機関

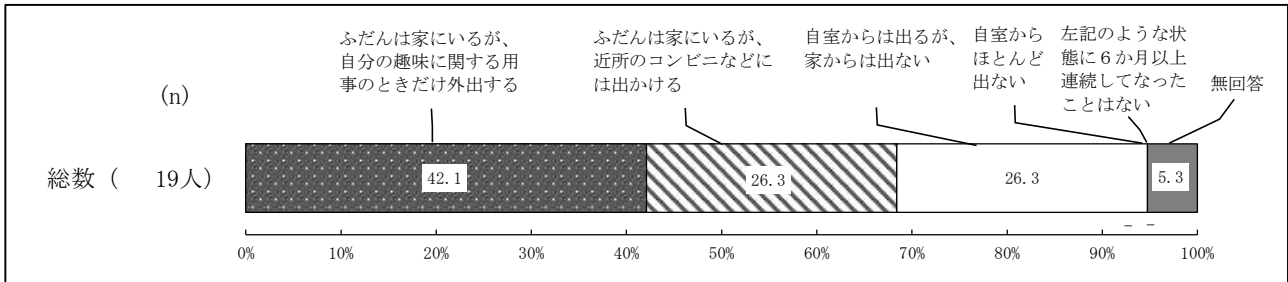
支援機関経由本人票Q29 どのような相談機関等に相談しましたか。相談した機関に○をつけてください。(○はいくつでも)



【Q20で「1～4」に○をつけた方のみ、Q30にお答えください。】

30 【支援機関経由本人票】過去の外出頻度

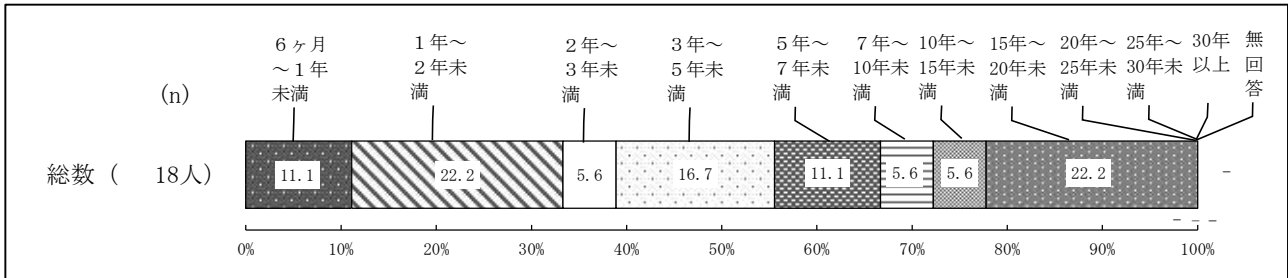
支援機関経由本人票Q30 あなたは今までに6か月以上連続して、以下のような状態になったことはありますか。(○はひとつだけ)



【Q30で「1～4」に○をつけた方のみ、Q31～Q34にお答えください。】

31 【支援機関経由本人票】過去にひきこもりの状態だった期間

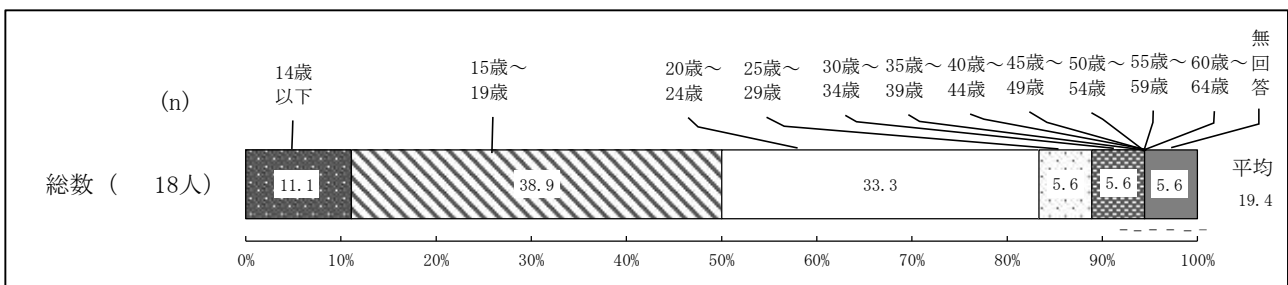
支援機関経由本人票Q31 その状態はどれくらい続きましたか。(○はひとつだけ)



32 【支援機関経由本人票】過去に初めてひきこもりの状態になった年齢

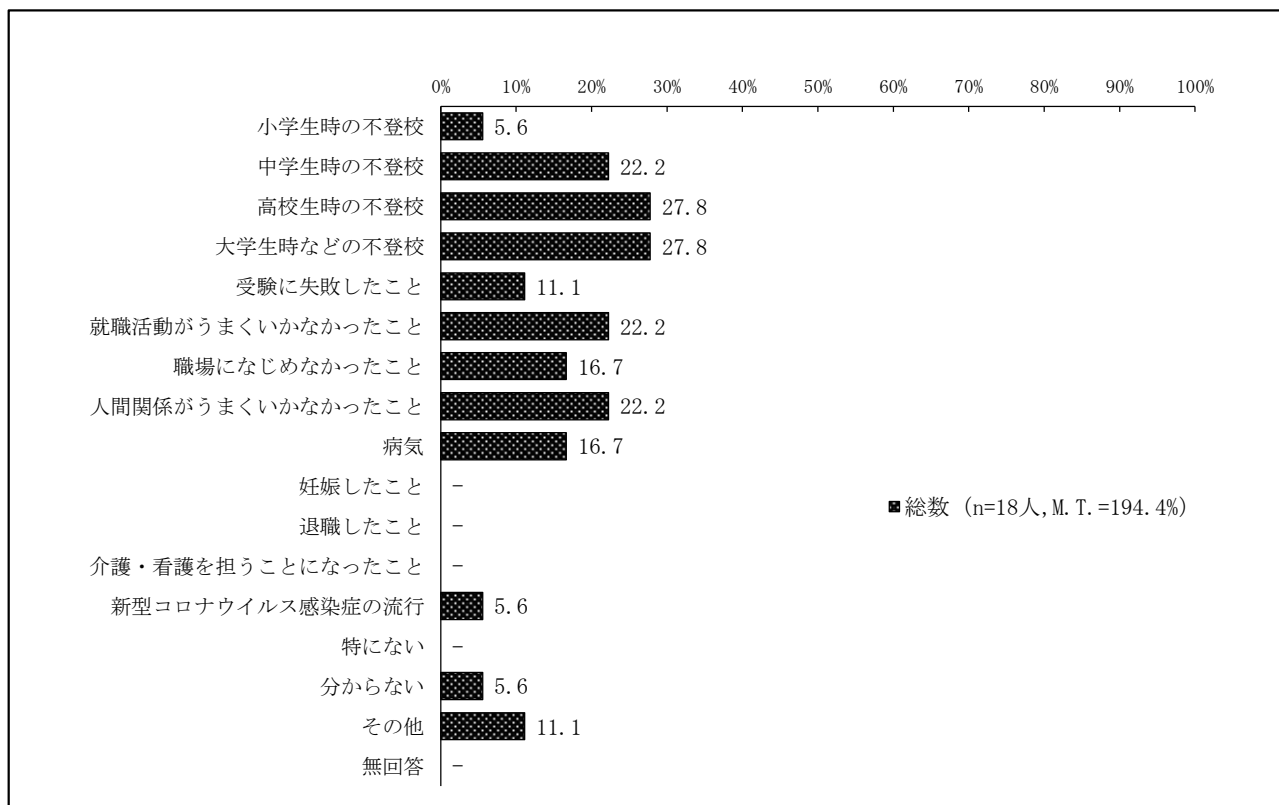
支援機関経由本人票Q32 初めてその状態になったのは、あなたが何歳の頃ですか。

(数字で具体的に)



3.3 【支援機関経由本人票】過去にひきこもりの状態になったきっかけ

支援機関経由本人票Q33 その状態になったきっかけは何でしたか。(〇はいくつでも)



34 【支援機関経由本人票】 ひきこもりの状態ではなくなったきっかけや役立ったこと
 支援機関経由本人票Q34 その状態から、Q20で回答した現在の状態になったきっかけや役立ったことは何だと思えますか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

<支援機関との関わり>

周りの友人との関係が続いていたこと（押しかけてもらった）。「YELL」注）という相談機関でボランティアや活動に参加することで周囲へのハードルが下がり人との関わりが楽しいと感じていったこと。
ずっと精神科へ通院しつづけたこと（あきらめず）。就労移行サービスを使用したこと（信頼できる職員と出会えた）。家族や友人の支え。
ひきこもり地域支援センター「すてっぷ」との出会い。そこから様々な方とつながり、若者サポートステーションへ通えたこと。
ハローワークで北九州市ひきこもり地域支援センター「すてっぷ」を紹介されたり、自助クラブにNPO法人「抱樸」の就労準備支援を紹介されたこと。

注) 子ども・若者応援センター

<自分自身の変化>

危機感。
家族の機能不全状態から一人暮らしを始め、精神面や、生活環境が改善した。「すてっぷ」注）に定期的にカウンセリングに行きどんどんと良くなった。
家で、好きなこと（ゲームをしたり、ネットの動画を見たりなど）をして過ごす。十分な休養が取れたことで、社会との関わりを持ちたいという気持ちになった。
趣味で出かけるようになったこと、転居で周囲の目が気にならなくなったこと。体力がついたこと。体調の変化になれたこと。

注) ひきこもり地域支援センター

<他人との交流>

当事者同士（ひきこもり）の交流。
人との出会い。心のことを学ぶ等をおこなった。

【Q35以降はすべての方がお答えください。】

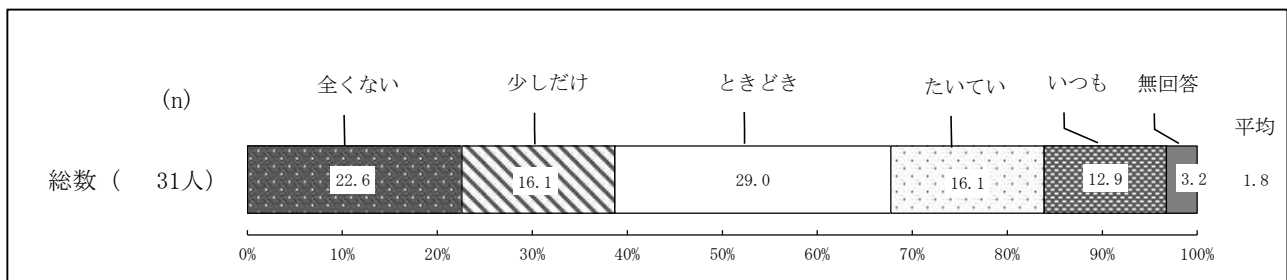
35 【支援機関経由本人票】K6

K6について 一般住民を対象とした調査で、うつ状態や気分・不安障害などを把握するために米国で開発された6項目の質問である。6つの設問それぞれを0から4点とし、本調査では合計点が13点以上をカットオフポイントとした。

支援機関経由本人票Q35 過去30日の間、あなたがどのように感じていたかについておたずねします。あてはまるものに○をつけてください。(○は各項目につき、ひとつ)

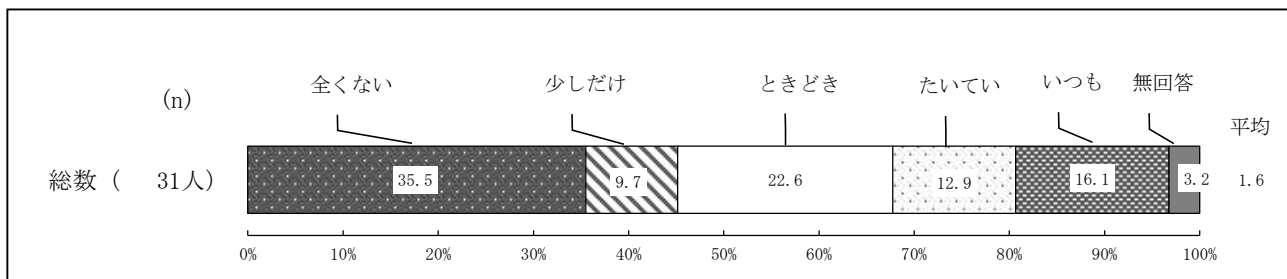
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q35 (1) 神経過敏に感じましたか



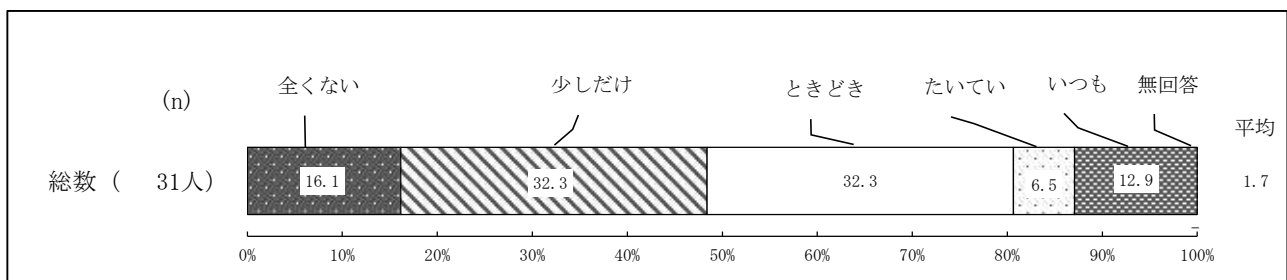
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q35 (2) 絶望的だと感じましたか



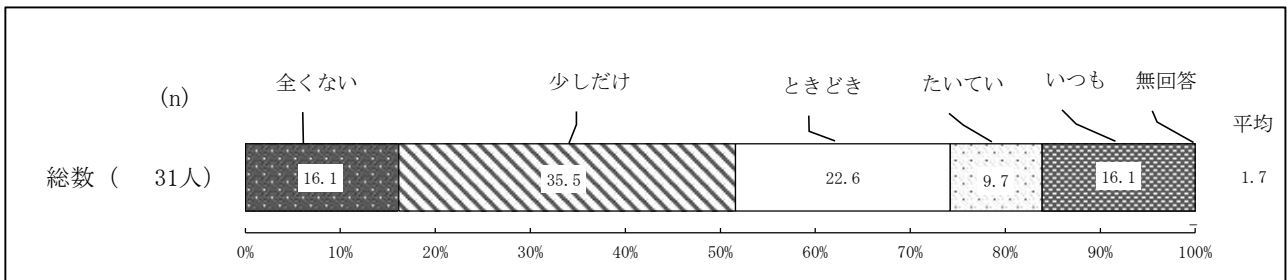
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q35 (3) そわそわ落ち着かなく感じましたか



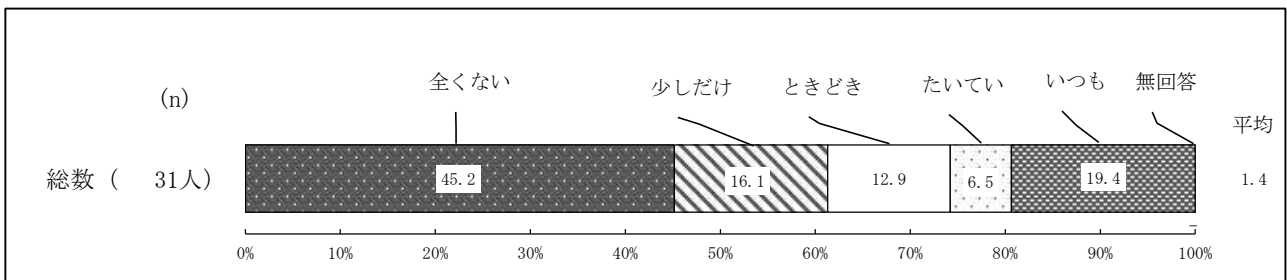
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q35 (4) 気分が沈み込んで、何が起ころしても気が晴れないように感じましたか



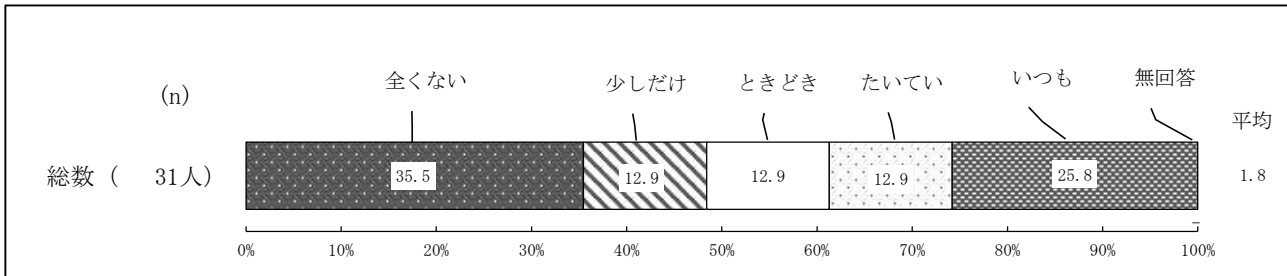
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q35 (5) 何をするのも骨折りだと感じましたか



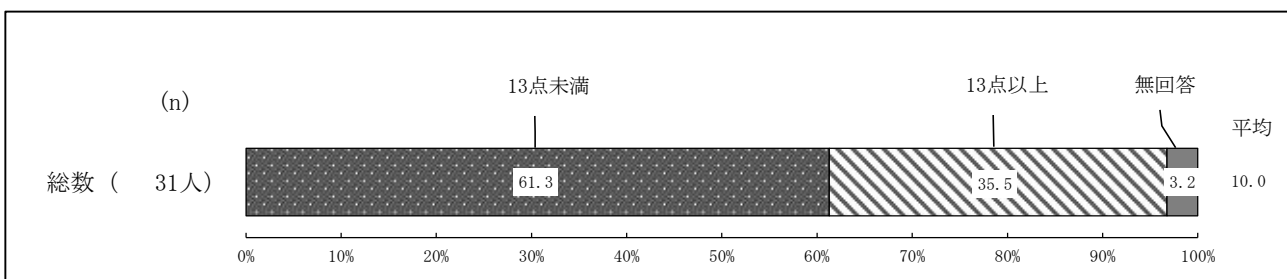
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q35 (6) 自分は価値のない人間だと感じましたか



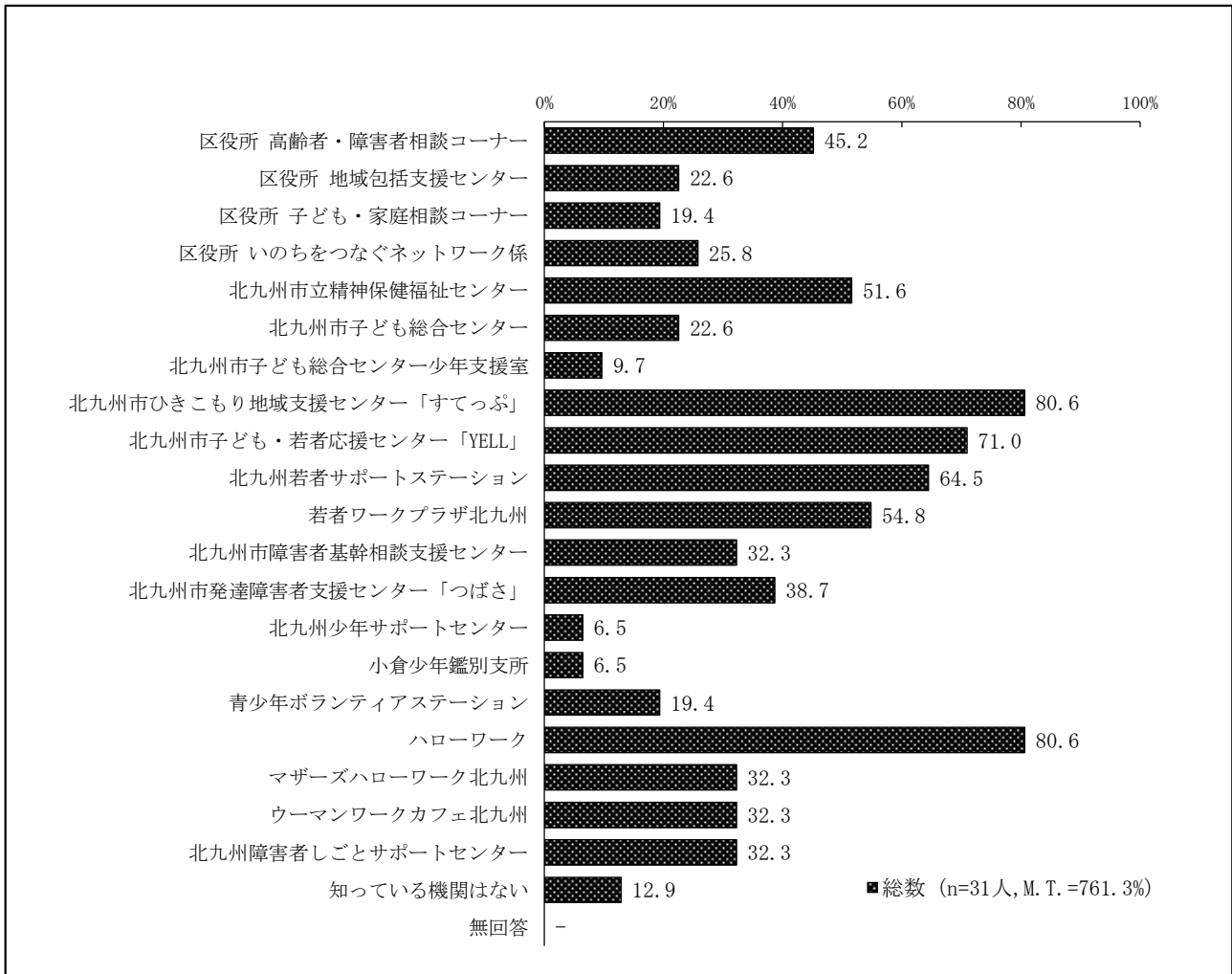
【支援機関経由本人票】

支援機関経由本人票Q35の合計



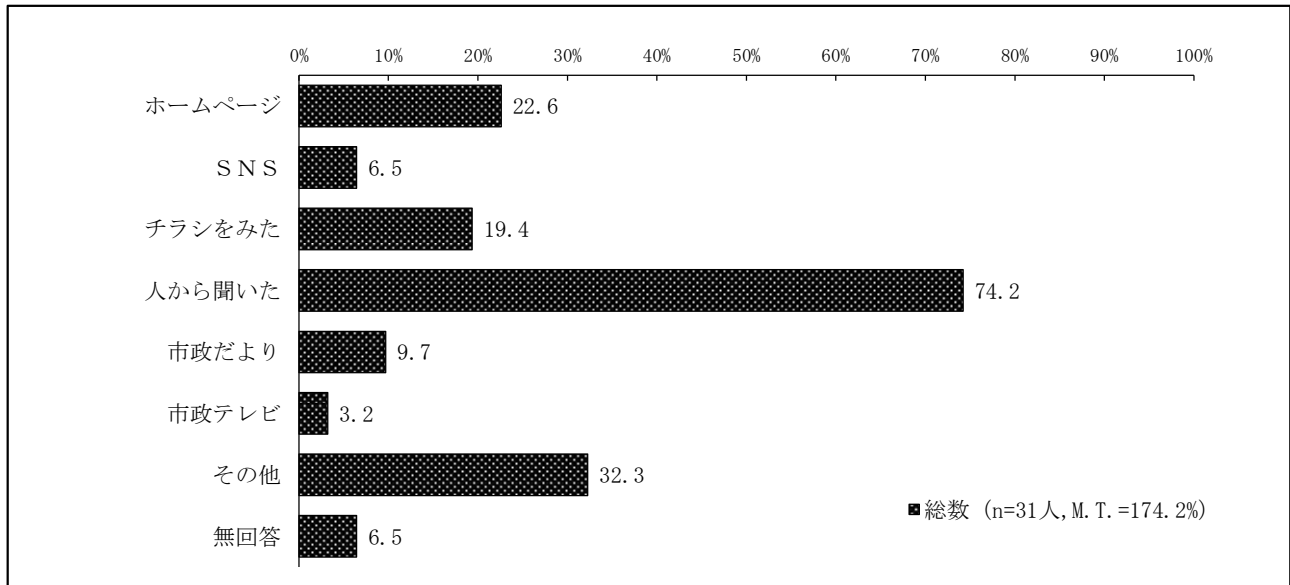
36 【支援機関経由本人票】相談機関の認知

支援機関経由本人票Q36 あなたは、以下の機関や事業を知っていますか。知っている項目に○をつけてください。(○はいくつでも)



37 【支援機関経由本人票】相談機関の認知経路

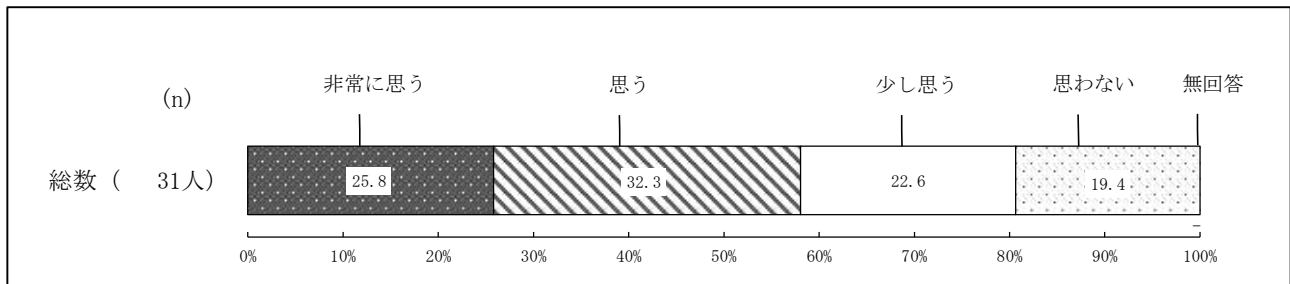
支援機関経由本人票Q37 あなたは、その相談機関、事業があることをどのようなかたちで知りましたか。 (〇はいくつでも)



38 【支援機関経由本人票】悩みを誰かに相談したいか

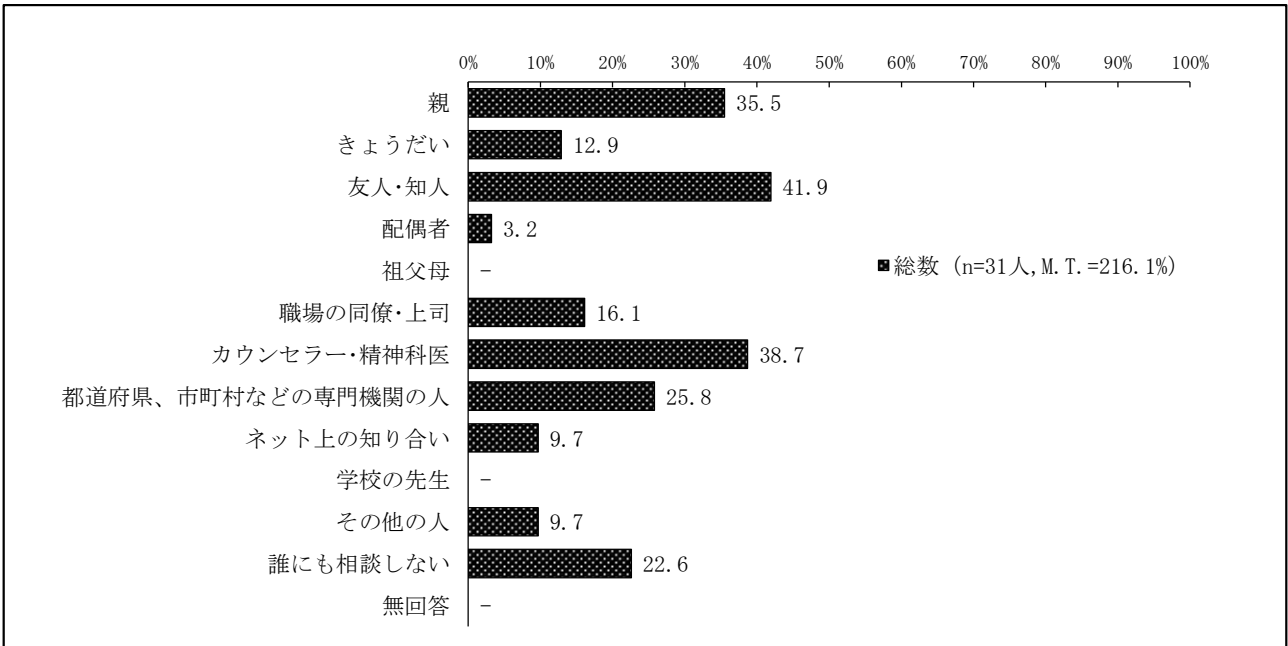
支援機関経由本人票Q38 あなたはふだん悩み事を誰かに相談したいと思いますか。

(〇はひとつだけ)



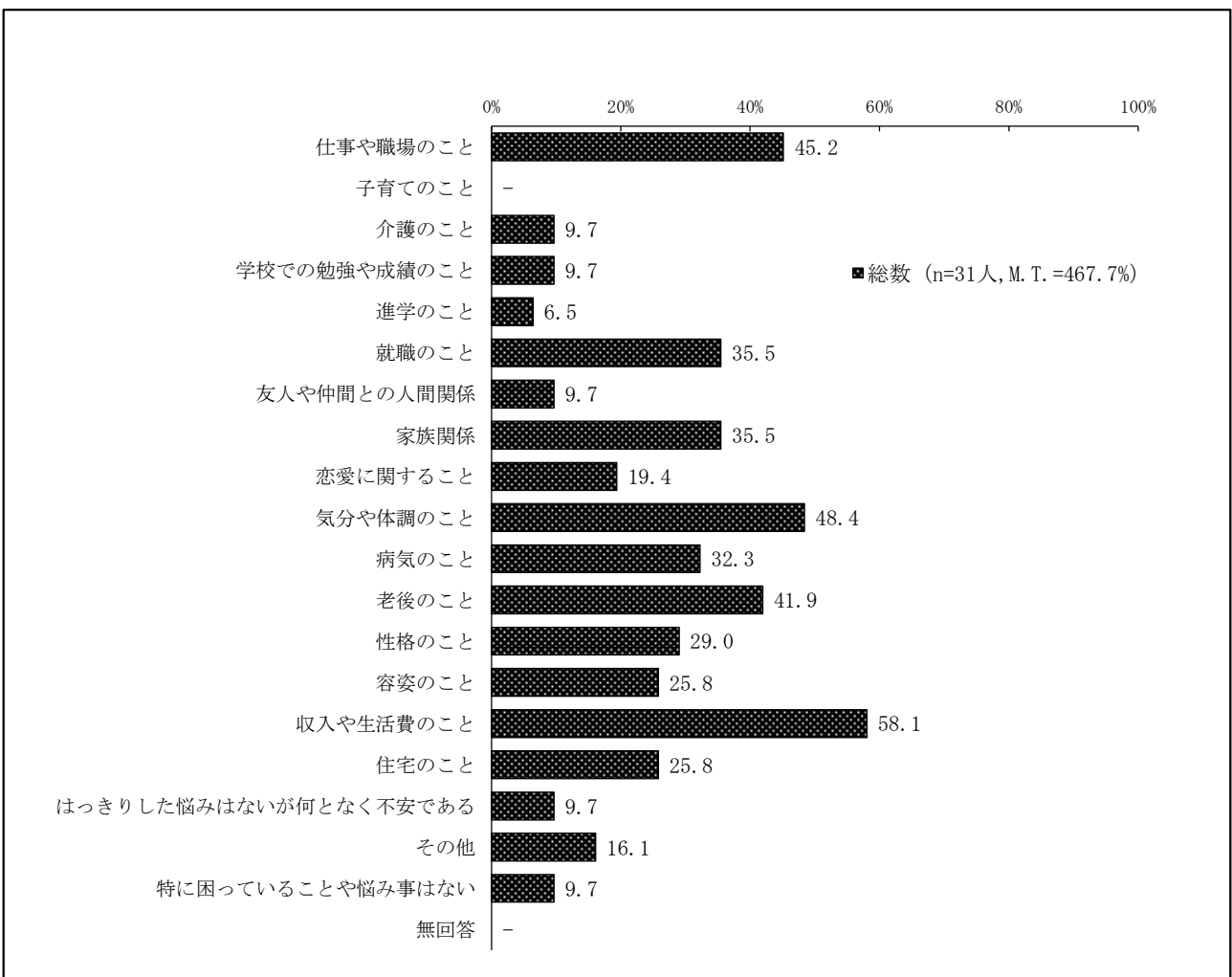
39 【支援機関経由本人票】悩みを相談する相手

支援機関経由本人票Q39 あなたはふだん悩み事を誰に相談しますか。(〇はいくつでも)



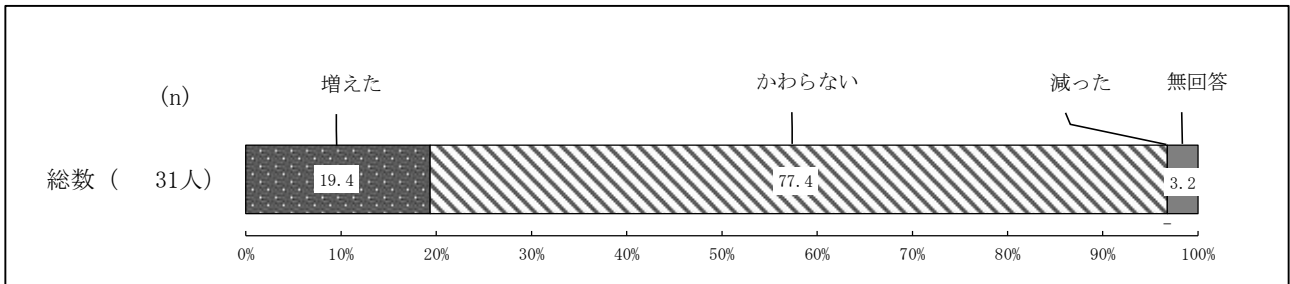
40 【支援機関経由本人票】困っていることや悩んでいること

支援機関経由本人票Q40 あなたが現在困っていることや悩んでいることはありますか。あてはまるものに〇をつけてください。(〇はいくつでも)



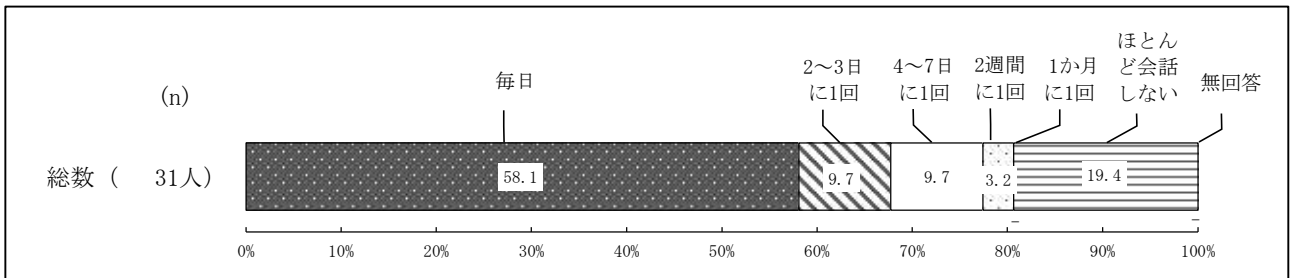
4 1 【支援機関経由本人票】新型コロナウイルス感染症流行前より孤独だと感じること

支援機関経由本人票Q 4 1 あなたは、新型コロナウイルス感染症流行前より孤独だと感じることが増えましたか。 (○はひとつだけ)



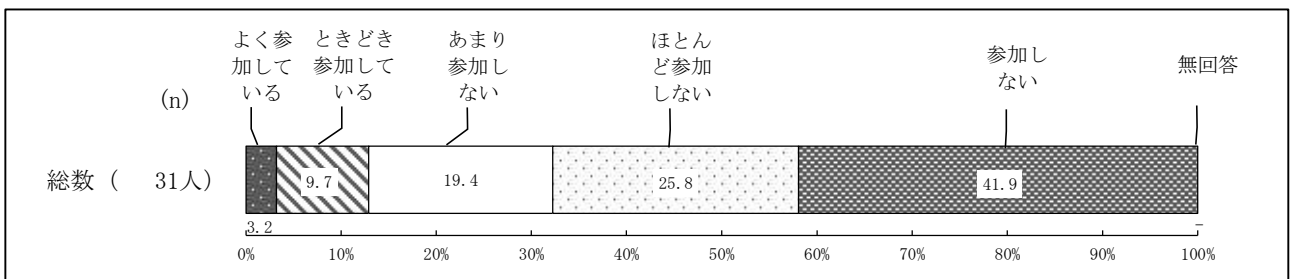
4 2 【支援機関経由本人票】ふだんの会話や世間話

支援機関経由本人票Q 4 2 あなたは、ふだん人と会話や世間話をしますか。(○はひとつだけ)



4 3 【支援機関経由本人票】活動参加状況

支援機関経由本人票Q 4 3 あなたは、地域の行事や、近隣にある趣味の活動によく参加していますか。(○はひとつだけ)



4 4 【支援機関経由本人票】 支援のあり方についての意見

支援機関経由本人票Q 4 4 現在、北九州市では、身体の病気以外の理由でふだん外出ができない方たちへの支援のあり方を検討しています。こうした支援のあり方について、ご意見があれば、自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

<支援のあり方に関すること>

外出できない方でも関わりを絶やさないことが大事であると思うので、相手が嫌でない範囲で訪問支援を続けたり、匿名でも当事者同士が関われるような場の提供は役立つかも・・・と思った。
支援する側とされる側にはどんなに努力し理解しようとしても決定的な隔たりがあると感じる。
人と話したい、人と一緒にいたい。家に訪れてほしい。
私が思うことは、本人の気持ちで、社会の考え方が全ての環境では、その人の価値を無意識に否定しているように思える。
外に出たくない人を無理に出そうとしないであげてほしい。逆効果になる可能性が高いと感じる。その人にとっての安全地帯が必要なのだと思う。
サロンのような居場所があるといいなと思うが、新型コロナの影響で難しいのかなと思う。インターネット上での情報交換ができる専門のアプリ等があってもいいのかなと思う。チャットや電話による相談ができたらいいなと思う。

<交流会など外に出るきっかけに関すること>

例「ゲーム・アニメ」など、その様なものの意見を言うなどの交流会を開いてほしい。自宅を出る・出ないなどの考えより先に興味が勝つ気がする。
家から出るきっかけを作ることがいい。1年外に出ないとさらに出にくくなるから。
当事者同士の方が安心できたり、当事者同士でしか話せないこともあるのでそのような機会や場所があると、ありがたい。

<支援の周知に関すること>

支援がもっと伝わるのが重要。一例としてテレビCM等を使って、積極的に支援していることやその機関を伝えていってみたいと思う。
家や自室からでることができず、ネット環境のある方に向けてはSNSでの相談や安全なネットコミュニティの場があるといいのではないかな。ネット環境のない方に向けては、紙ベースの媒体で同様の発信があるといいのではないかな。アウトリーチがもっとできるといいのではと思うが、アウトリーチには時間（時間・期間）がかかり人員体制の強化が必要なのではと思う。

4 5 【支援機関経由本人票】 現在や将来の不安

支援機関経由本人票Q 4 5 現在や将来のことについて、不安に思うことはありますか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

<就職・収入に関すること>

成功体験が少なく、自信が無い。特に35歳以上になると、企業も採用しなくなるので、人生が詰む。障害があるので、さらに困難。障害者枠も、精神以外しか採用されにくい現実。

独身で病気を持っているので両親がいなくなった後、自分の給料や精神的支えがなく、1人で生活できるか不安に思う。

現在福祉関係の仕事をしているが、収入面などでなかなか結婚など次の生活に踏み出すことが不安に感じている。個人的には、不自由なく生活できるが、ひきこもりを経験していない同世代の収入とは大きく離れてしまっていると感じている。

私自身2年近くひきこもっていて、そのことを再就職する際に雇う側は理解してくれるのか？そもそも60才を過ぎているのに就職できるのか？が不安。

登校拒否やひきこもり期間が長いので履歴書に書くことがなく見た目も怖く見られがちなので犯罪でも犯して刑務所にでも入ってたんじゃないかと疑いの目で見られてるような気持ちがして精神的な負担があるし、実際そういう風に見られてると思う。社会がそんな風なのに就労なんて無理なんじゃないかと最近は絶望的な気分になることが多い。

ひきこもりがちで、これまで定職に就くのが難しいことが多かった。現在は、非正規雇用でフルタイムで就労しているが、同年代と比較しても収入が少なく、将来的な見通しがつきにくい。低収入のため、定年後の年金等でどの程度の生活ができるのか、老後の生活についてもそろそろ向き合っていかなければならない。正規雇用での就職を目指しているが、難しい状態である。

<健康に関すること>

一旦就職はしたものの、収入が多い訳でも安定している訳でもないので、将来に不安を感じることがある。ネット上でのつながりが多いため、さびしさは感じないが、外での関わりが減ったため声以外のコミュニケーション能力の低下や、単純な運動不足による健康状態が悪くなる可能性に不安を感じることがある。

いつまで生きるか。

<親に関すること>

母親にもしもの事があつたら自分の生活に大変大きな支障が出そうなこと。

今後、自立ができるか。自立しようとした時に、親がいろいろと口出しをしてくるのだろうかと思うと気が重い。

<結婚に関すること>

結婚できるかが不安。将来は1人で生きることへの不安。しかし結婚してうまくいけるかも分かんず。

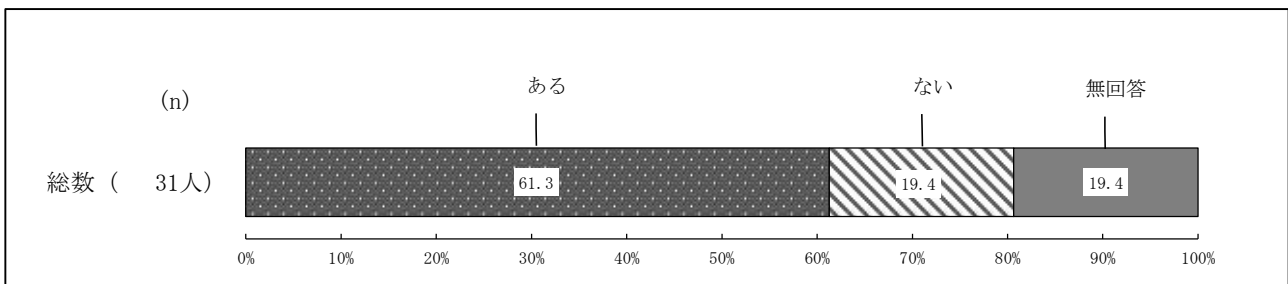
【引き続き以下の質問にお答えください。】

「ひきこもり状態」について・・・この調査票では、「様々な要因の結果として社会参加（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カ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）」（厚生労働省『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』より）を、ひきこもり状態と表記します。

【すべての方がお答えください】

4 6 【支援機関経由本人票】 行っていること

支援機関経由本人票Q 4 6 ひきこもりの状態を変化させるのに、何か行っている（行っていた）ことはありますか。 （○はひとつだけ）



【Q 4 6 で「1 ある」に○をつけた方のみ、Q 4 7、Q 4 8にお答えください】

4 7 【支援機関経由本人票】 行っていることの内容

支援機関経由本人票Q 4 7 何をしていますか（いましたか）。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

あまり物事を深く考えず、行動し、成功しても失敗しても「なぜ成功・失敗したか？」その時に初めて考えるようにしていた。現在も行っている方法である。

障害を持っていることを知り、自分は何が苦手で何が得意かを知ることにした。

家の外に出る練習。

通院、訪問者との相談。

ひきこもり地域支援センターに行っていた。

主治医からのすすめで、「すてっぷ」注) を利用し、そこから就労移行サービスを紹介してもらい、支援員からのサポートを受け就労につながった。

当事者同士の集まりに参加する。

ギラヴァンツ北九州のホームゲーム観戦。

YELLに行っている。

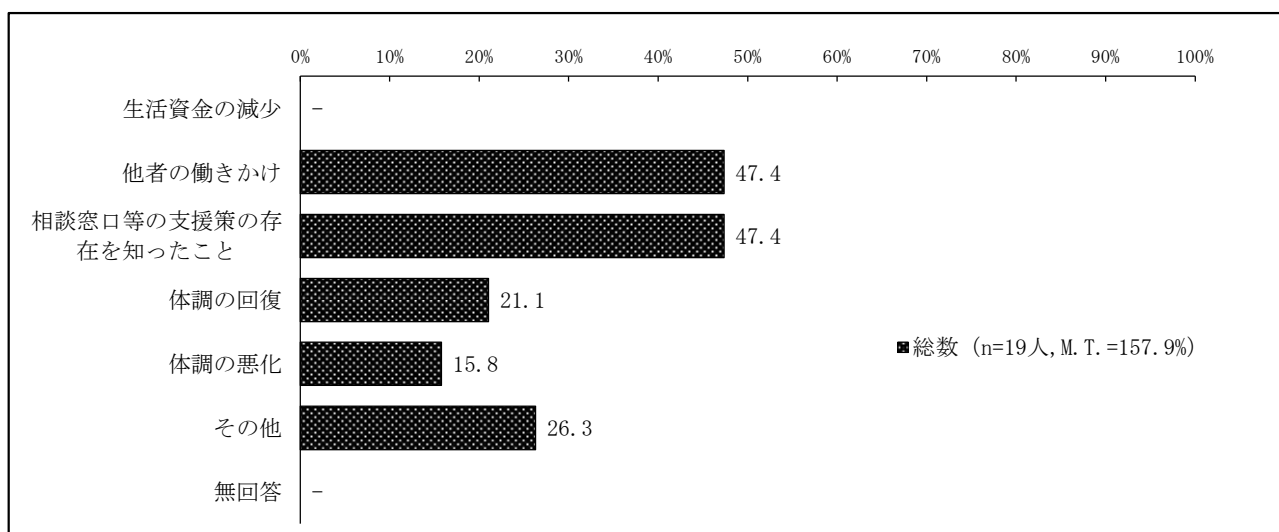
ひきこもり支援センター関連のイベントや行事に出て人間関係を築き遊んだりして行動範囲を広げて1人で行動していけるようにした。

運動（ウォーキング、ヨガ等）、瞑想、食生活の改善、サプリメントの摂取、心理学・療法等の講座を多数受講、心理学についての書籍を多数読んだ。

注) ひきこもり地域支援センター

4 8 【支援機関経由本人票】行動のきっかけ

支援機関経由本人票Q 4 8 その行動を起こしたきっかけは何ですか。(〇はいくつでも)



(6) その他 自由回答

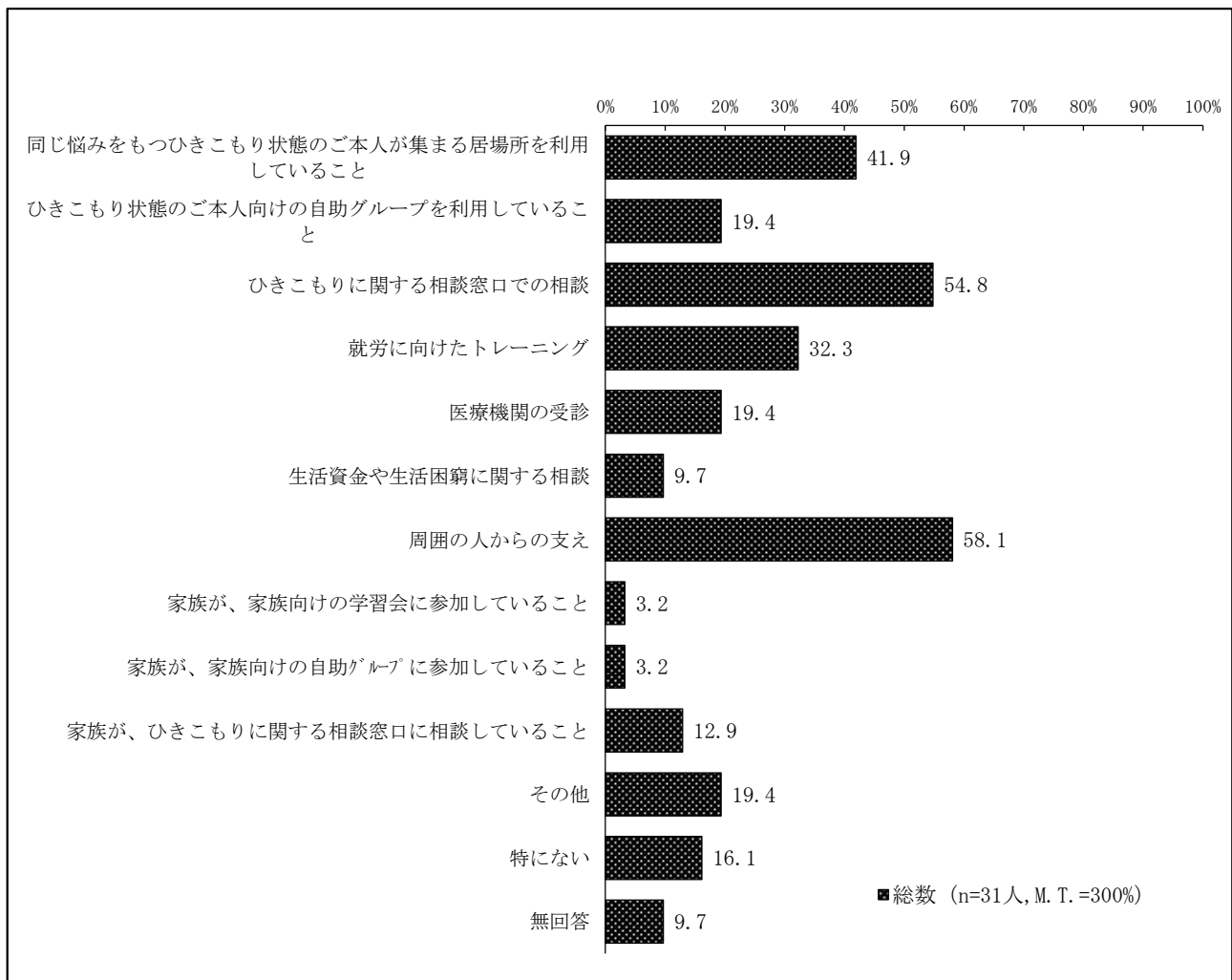
以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

今まで、うまくいかなかったのは、障害のせいと割りきった。
精神的にキツかったから。
趣味の一つであるスポーツ観戦。
自身で何とか状況を改善したかった。自分をあきらめなくなかった。

【すべての方がお答えください】

49 【支援機関経由本人票】ひきこもりの状態を変化させるのに役立っていること

支援機関経由本人票Q49 ひきこもりの状態を変化させるのに、役立っている（役立った）ことは何ですか。（〇はいくつでも）



(11) その他 自由回答

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

クリエイト関連。知識を取り入れ実践すること。様々な事への研究および分析。
旅、遠出。
趣味活動。
ウォーキング。
ゲーム。テレビ。ニコニコ生放送。将棋の生放送。

【Q49で○をつけたものについてお答えください】

50 【支援機関経由本人票】 役立ったと考える点

支援機関経由本人票Q50 ○をつけたものについて、どのような点が役立っていますか（役立ちましたか）。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

1 同じ悩みをもつひきこもり状態のご本人が集まる居場所（フリースペースなど）を利用している（した）こと

楽しく人と会って出かけたり、外に出るきっかけになった。
「すてっぷ」注) を利用した。そこで知り合いになった方と食事や遊びに行ったりする事で社会復帰につながった。
情報交換ができる。外出する理由ができる。
同じような悩みを持った人とだと、何でもない話をするのも気が楽だった。リラックスできて楽しむことができ、出かける練習になった。
居場所作り、新しい人間関係の構築。
大変役立った。働くこともできず、社会とつながりがなく、思いたくはないが自分が社会にいない存在ではないかと思ってしまうことがあった。そこで出会うひきこもりの方々は、それぞれに個性があり輝いて見えた。同じ状況の他人を受容することで、自分を受容することができるようになっていった。リラックスして人という練習や、コミュニケーションの練習ができた。

注) ひきこもり地域支援センター

2 ひきこもり状態のご本人向けの自助グループを利用している（した）こと

他人との交流。
安心感。
話し合いの中で自分の考えを振りかえることができる。
居場所作り、自尊心の向上。
フリースペースでは知ることができなかった、各自の背景を知ることができ、他の人をより近くに感じた。ひとりの困りごとの解決を皆で考える合うこともあり、フリースペースより深い話ができ役に立った。

3 ひきこもりに関する相談窓口での相談

問題解決の方法だけでなく、共感もされたこと。
安心感・客観視。
同じ境遇の人と出会うことで、無理に自分を下げなくなった。
頼る人がいる事で心の支えになった。
話を聞いてもらえたこと。
色々なサポート機関につながる。
仕事に就くには、どうすればいいのか聞いた。
問題や心の整理ができ、将来についての進む道が明確になっていった。

4 就労に向けたトレーニング

自分のスキルが現在どの程度か知れた。
面接の練習。
自信がなかったので、「できる」体験ができたのがうれしかった。
短時間の仕事から始める、ハローワーク等を教えてくれた。
職業の適性検査や、相談をすることで、職業の方向性を定めることができた。履歴書の書き方や、面接の練習も役に立った。トレーニングで出会った仲間と、お互い応援し合える関係を築くことができた。

5 医療機関の受診

自分で解決が難しい事について相談できた。
精神的安定。
長く通院している主治医からも沢山励ましをもらい、私は絶望している期間が長かったが、必ず社会復帰できると信じつづけてもらえた。
カウンセリング等の専門的なサポートを受けられる。
薬を使いながらだと、活発に動くことができたので。

6 生活資金や生活困窮に関する相談

生活保護を受給する際のメリット・リスクを知ることができた。
家族の入院・借金のため生活保護（一時的）を受給。

7 周囲の人からの支え

何か悩んだ時に相談できる環境を作ることでストレスマネジメントができる。
自分から動けない時でも、なかば強引に引っぱってくれることで行動から心理面にいい影響があった。
父母は金銭的にも、さまざまなことに協力してくれている。きょうだいや友人、知人、支援者の方も折にふれて力になってくれる。
安心できる居場所が作れる。
家族と楽しくおしゃべりして、元気が出た。ゲームの話などを聞いてもらった。
2年近くひきこもりの状態になっているが毎日怒るわけでもなく温かく見守ってくれて食事など家事全般を行ってくれる。

8 家族が、家族向けの学習会（家族教室など）に参加している（した）こと

回答なし

9 家族が、家族向けの自助グループ（家族会など）に参加している（した）こと

回答なし

10 家族が、ひきこもりに関する相談窓口で相談している（した）こと

ひきこもり地域支援センター等に相談してくれ、相談に行くことができた。

1.1 その他

イラスト・ハンドメイド・仕組み作り。プログラムに関する言語に触れたこと、ハード・ソフト面（パソコンに関する知識・実践）。ポジティブ思考の人が考えていること（人から聞いた事が一番役立った）の分析・実践。様々な知識を知ることによって会話が成立したこと。

一つの場所に執着せず、自分で場所を選ぶ気になっていく。

自分のしたいことができること、自分の存在が認められること→生きててもいい、自分がいてもよいという感覚。

人と関わることで悩みもできたが、世の中のことを知ったりなれたりすることもできたと思う。

ひきこもりから出ようと決断してから、公園でよくウォーキングをしました。体力作りもかねてでしたが、老若男女沢山の人がいるため、自分が「ひきこもりの人間だ」と責めすぎず、気楽に利用できた。今でも気分転換に使用している。

【すべての方がお答えください】

5.1 【支援機関経由本人票】 望ましい支援のあり方

支援機関経由本人票Q5.1 ひきこもりで悩む方々に対して、どのような支援などがあるとよいと思いますか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

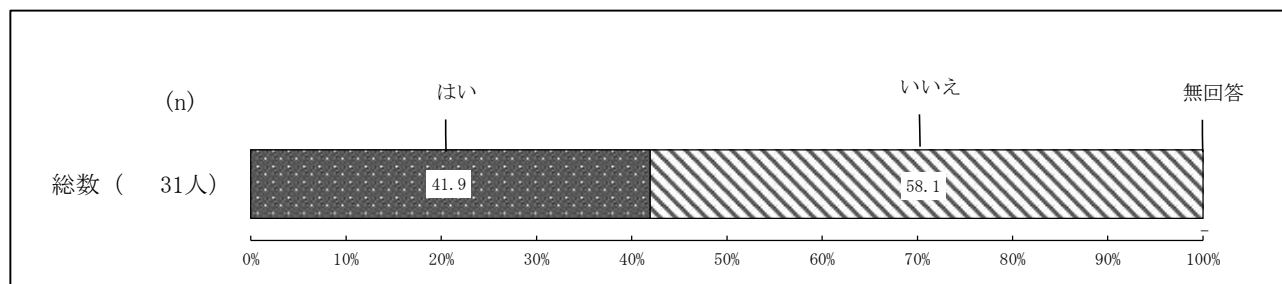
マッチング支援（支援者の情報をアプリなどで確認できる。趣味、特技など見れて、自分に合った支援者をアプリでさがせる。アプリ内で、予約できる）。ひきこもり者の中には、今なら外出れるかも、話しできるかもと思う瞬間があるため。
金銭的な支援は必要ではないかと思う。ひきこもりから抜け出し、活動するためには「支援」を受けること「行動」すること「体験」すること「相談」「居場所」できる所があることが不可欠。お金が無いと動けない。
若年者に限らず、年齢制限をつくらない。「私たちは40歳を超えてるから利用できない」という声をよく聞いた。働くことにつながる場がもっと増えてほしい。
長い目で見てくれる場所。色々な機関につなげてくれる所。
その人の価値観で理解を少しでもできる場所。
1人1人年齢も家族の対応も本人がどう思っているかも違うので難しいが、まずはひきこもり本人が元気になることが第一だと思う。そのために、家族が焦らせているのであれば家族の理解活動が必要だし、本人が休めていないのであれば、相談をしながら休める状態を探すことが必要だと思う。元気が出れば人と交流したいという気持ちが芽生えるのではないかと感じる。
家庭に問題のある人が暮らせるシェルターなど。趣味や勉強などの活動ができる居場所。気軽に定期的な近況報告、相談ができて、支援につなげられる場所。保護者や家族からサポートがえられなくても、参加、利用できる支援のかたち。
ひとりに対して医師も含めたチームによる協力体制、精神疾患者に対する、無料のカウンセリング、支援者の該当者へのこまめな訪問など。
精神疾患や障がいがなくとも行ける事業所。企業との連携（理解のある）。

北九州市ひきこもり地域支援センターが居住地から遠い方は行きにくいいため、市内数か所にサテライトセンターがあるといいと思う。身近で参加しやすい自助グループが増えるといいと思う。フリースペースが各区にあるといいと思う。ひきこもり地域支援センターでも、コミュニケーションを学ぶ等のプログラムがあるといいと思う。

【すべての方がお答えください】

5 2 【支援機関経由本人票】新型コロナウイルス感染症流行の影響

支援機関経由本人票Q 5 2 新型コロナウイルス感染症の流行は、あなたの生活に影響しましたか。(○はひとつだけ)



【Q 5 2で「1 はい」に○をつけた方のみ、Q 5 3にお答えください】

5 3 【支援機関経由本人票】新型コロナウイルス感染症流行による生活への具体的な影響

支援機関経由本人票Q 5 3 どのような影響がありましたか。ご自由にお書きください。

以下回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

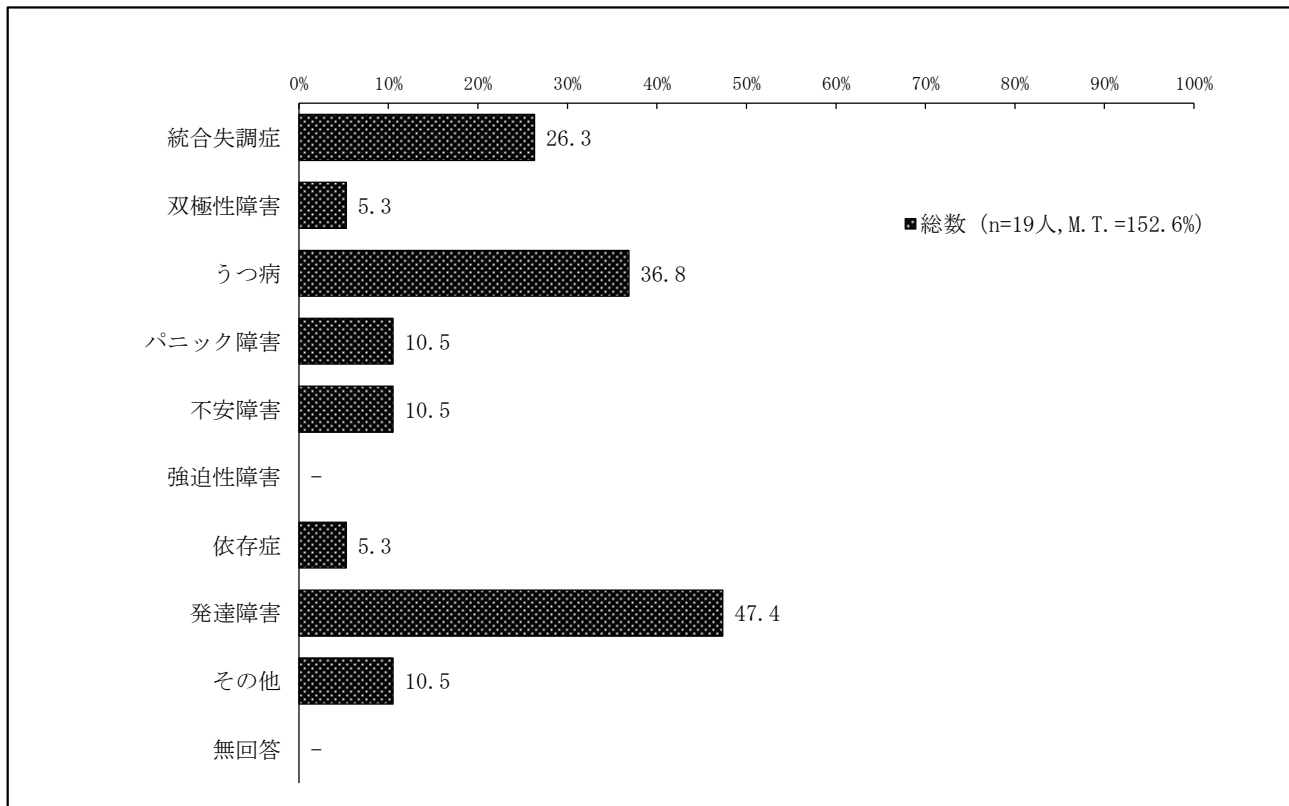
仕事が増えてきつくなる。新しい出会いがなくなる。
行ける場所が減ってしゃべる時間が減って不安があった。
友人と外で遊ぶ機会が減少した。
支援機関に行けなくなった (マイナスの面)。人目を気にしなくてすむようになった (プラスの面)。
マスク生活。職場での利用者が長期間休んでいることや、在宅支援の電話対応増えた。また、余暇活動など制限され、できていないなど。
人と会う機会が減った。
仕事の業務について (会議・研修等の中止)。外食や外に遊びに行く機会が減った。

【現在、精神疾患の診断を受け治療中の方のみお答えください。】

5 4 【支援機関経由本人票】精神疾患

支援機関経由本人票Q 5 4 該当する精神疾患に○をつけてください。

(複数ある場合は複数に○をつけてください)



【すべての方がお答えください】

5 5 【支援機関経由本人票】 ひきこもり支援についての考え

支援機関経由本人票Q 5 5 その他に、ひきこもりで悩む方々の支援について、お考えになったことなど、どのようなことでも結構ですので、ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

様々な方と話し、考えて出た結論として、もっとも効率的な支援方法は「相手がかかえている問題を分析し、その人のペースに合わせて支援を行うこと」だと思います。

ひきこもり当事者もちろんだが、その家族への支援や出られなくなったきっかけといった環境を変える、といった周囲の変化といった包括的な支援が進むとよいなと思った。

ひきこもりから出ると決断するのは最終的には本人だと思う。「ひきこもり=悪いこと(悪いことをしている)」の世間の雰囲気があるため、外へ出やすい世の中になればいい。病院と福祉サービスと本人が上手に使えるようになるのも必要だと思う。

本人次第で他人が考えても限界があると思う。

ひきこもりになる人を減らすために、学校の勉強についていけない子の受け皿を作ることや、勉強以外の主体性や問題解決能力を育む学習に力を入れていただければ幸いである。

ひきこもりも人の個性の一つなので、無理に出る必要はないと思う。

私は支援機関や制度などを知ることができたが、まだあまり知られていないように思う。それぞれの人で事情は異なると思うが、少しでも楽に生きていけるよう、生きやすくなるよう願っている。調査をして下さり、ありがとうございます。支援の形を模索して下さることに感謝している。

市民に身近な区役所に、ひきこもりの相談窓口があるといいのではないかと思うが、区役所には対応できる福祉の専門職が少ないように感じている。ひきこもりについて、人々の偏見や誤解があるように感じている。ひきこもりについての理解・啓発をもっとおこなってもらいたい。一度ドロップアウトしてしまうと、戻ることが難しい社会になっている。そのような社会の中、ひきこもりの方が孤立しないよう、つながることができる場所（資源）や、助けてといえる場所が沢山ある北九州市であってほしい。

● ひきこもり等支援機関が関わっている本人向けアンケート調査、家族向けアンケート調査（調査②）

【家族向けアンケート調査】

I 調査の概要

1 調査目的

『生活状況に関する実態調査』のうち、調査②では、ひきこもり状態にある方の実態及び当事者のニーズを把握することを目的としている。調査②のうち、家族向けアンケート調査では、現在または過去にひきこもり状態を経験している15歳から64歳までの本人の20歳以上の家族で、ひきこもり等支援機関が関わっている家族（本人、家族ともに北九州市在住者）を対象とした調査を実施する。

2 調査項目

（調査票D票【支援機関経由家族票】）

- (1) 対象者の基本的属性について（Q1～Q6）
- (2) 対象者の学校生活に関すること（Q7～Q8）
- (3) 対象者の就労・就学等に関すること（Q9）
- (4) 対象者のひきこもりの状態に関すること（Q10～Q13）
- (5) 相談機関に関すること（Q14～Q17）
- (6) 対象者のひきこもりの状態からの立ち直りに関すること（Q18～Q22）
- (7) （家族票回答者について）基本属性について（Q23～Q25）
- (8) （家族票回答者について）メンタルヘルスに関すること（Q26）
- (9) （家族票回答者について）社会資源に関すること（Q27～Q28）
- (10) （家族票回答者について）悩み事の内容に関すること（Q29）
- (11) （家族票回答者について）自分についてあてはまること（Q30～Q32）
- (12) 支援のあり方についての意見（Q33）
- (13) 対象者に関する現在や将来の不安（Q34）
- (14) 対象者のひきこもり状態の変化に役立っていること（Q35～Q36）
- (15) 望ましい支援のあり方（Q37）
- (16) （家族票回答者について）新型コロナウイルス感染症流行による影響（Q38～Q39）
- (17) 対象者の精神疾患（Q40）
- (18) ひきこもり支援についての考え（Q41）

3 調査対象

- (1) ひきこもり等支援機関が関わっている家族であり、現在または過去にひきこもり状態を経験している15歳から64歳までの本人の20歳以上の家族（本人、家族共に北九州市在住者）

- (2) 配布者数 22 人
- (3) 配布条件 現在、または過去にひきこもり状態(注1)を経験している15歳から64歳の者(本人)の20歳以上の家族で、ひきこもり等支援機関が支援等で関与している者。本人との同居、別居は問わない。
なお、本人、家族は北九州市民に限る。(注2)

(注1) ここでいう「ひきこもり状態」とは、厚生労働省「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」(2007)に則り、「様々な要因の結果として社会参加(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カ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)」とした。

(注2) 本調査の配布対象者は、本人向けアンケート調査の対象者の家族ではない。

4 調査時期

令和4年2月

5 調査方法

ひきこもり等支援機関を通じ、配布条件に該当する者へ本調査の趣旨を十分に説明し、調査協力に同意した者に直接配布又は郵送配布。郵送回収。

6 回収結果

有効回収数(率) 22人(100.0%)

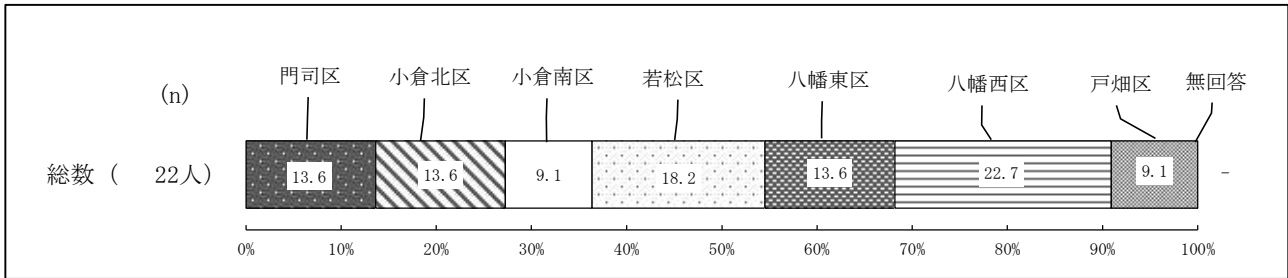
Ⅱ 調査の結果

※この調査票では、回答者を『あなた』と表記、回答者のご家族で“ひきこもり状態の方（または、過去にひきこもり状態だった方）”を『ご本人』と表記している。

【Q1～Q10はすべての方がお答えください。】

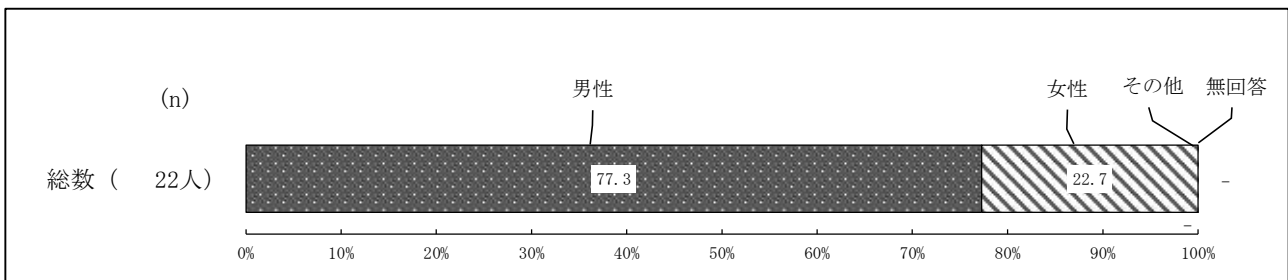
1 【支援機関経由家族票】居住区

支援機関経由家族票Q1 ご本人がお住まいの区をお答えください。(〇はひとつだけ)



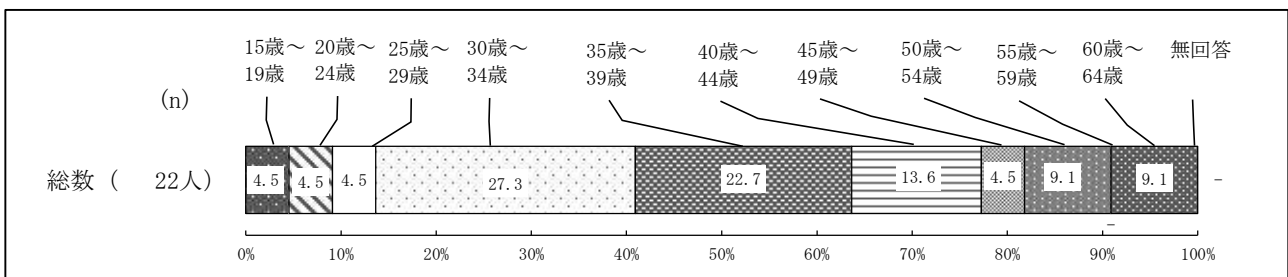
2 【支援機関経由家族票】性別

支援機関経由家族票Q2 ご本人の性別をお答えください。(〇はひとつだけ)



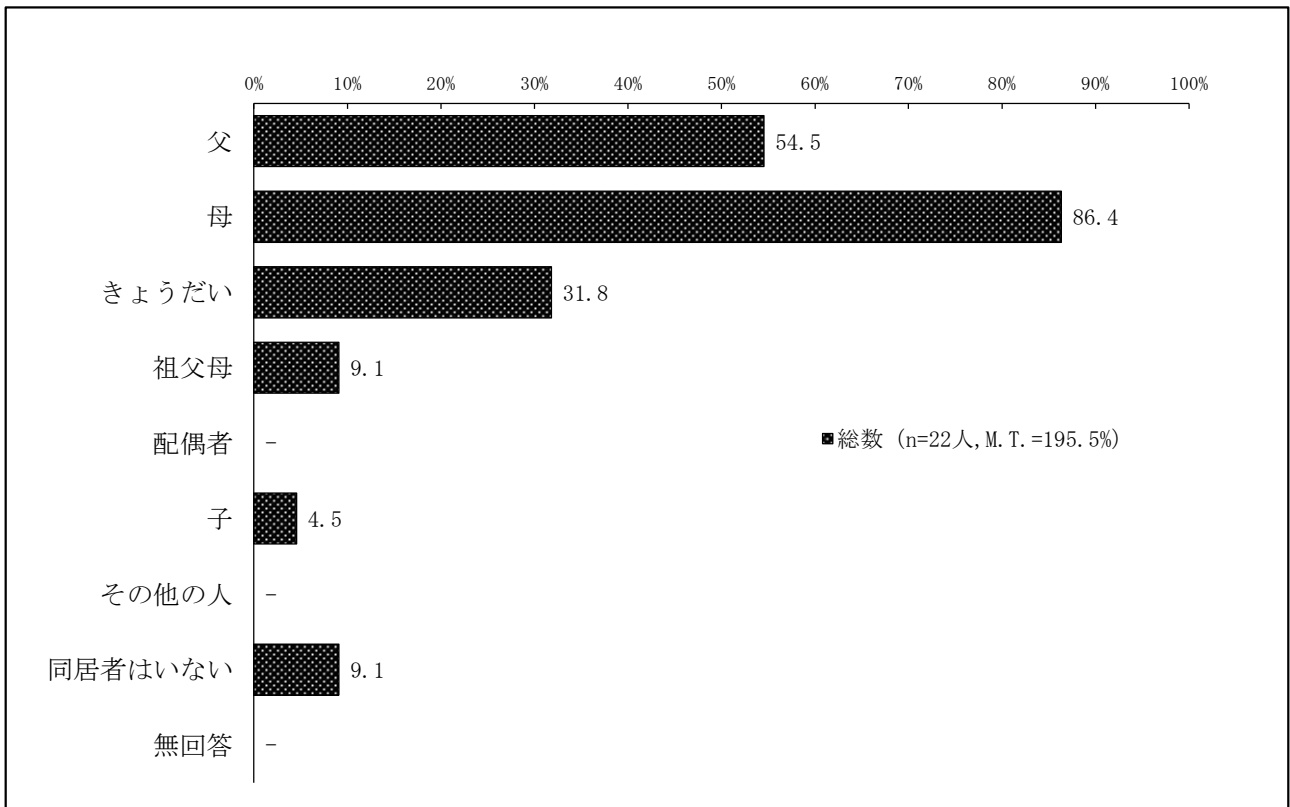
3 【支援機関経由家族票】年齢

支援機関経由家族票Q3 ご本人の年齢をお答えください。(〇はひとつだけ)



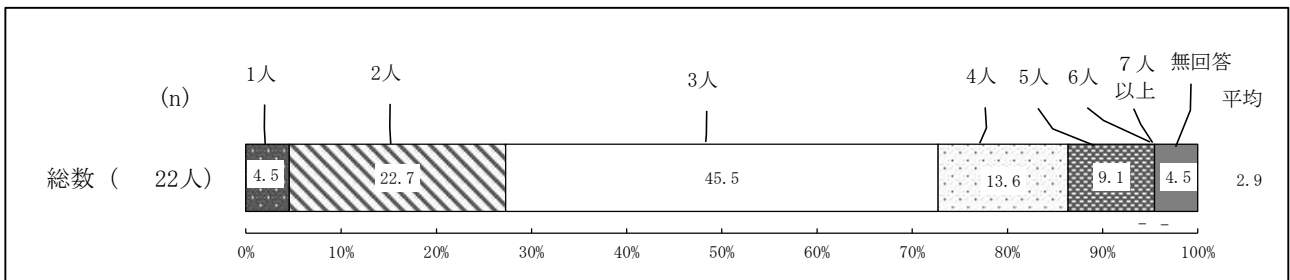
4 【支援機関経由家族票】同居者

支援機関経由家族票Q4 現在、ご本人と同居している方すべてについて、ご本人から見て該当するものに○をつけてください。(○はいくつでも)



5 【支援機関経由家族票】同居人数

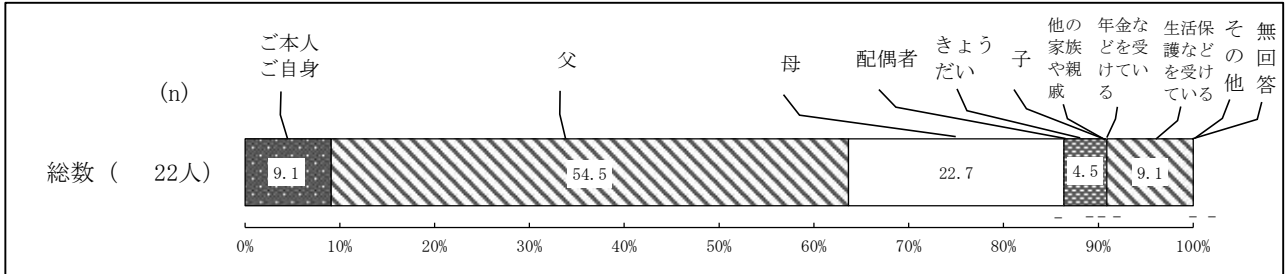
支援機関経由家族票Q5 現在、ご本人と同居している人は合計で何人ですか。ご本人も含めた人数を記入してください。(数字で具体的に)



6 【支援機関経由家族票】主生計者

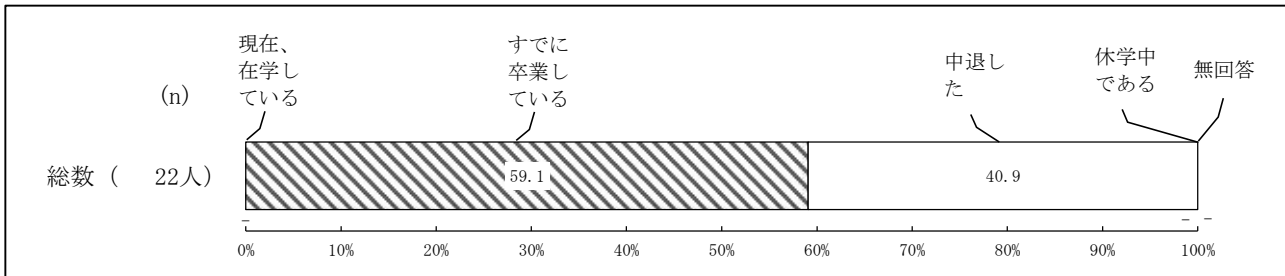
支援機関経由家族票Q6 ご本人の家の生計を立てているのは、主にご本人から見てどなたですか。

生計を立てている方が複数いる場合は、もっとも多く家計を負担している人をお答えください。また、ご本人が、主に仕送りで生計を立てている場合は、その仕送りを主にしてくれている人をお答えください。(〇はひとつだけ)



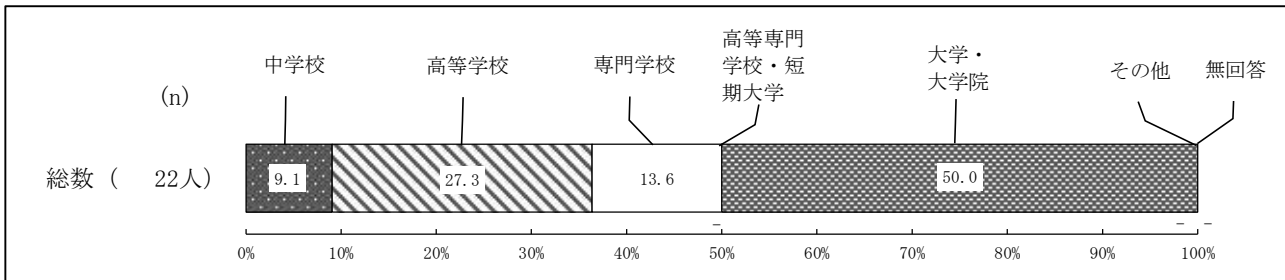
7 【支援機関経由家族票】通学状況

支援機関経由家族票Q7 ご本人は現在、学校に通っていますか。(〇はひとつだけ)



8 【支援機関経由家族票】卒業・在学中の学校

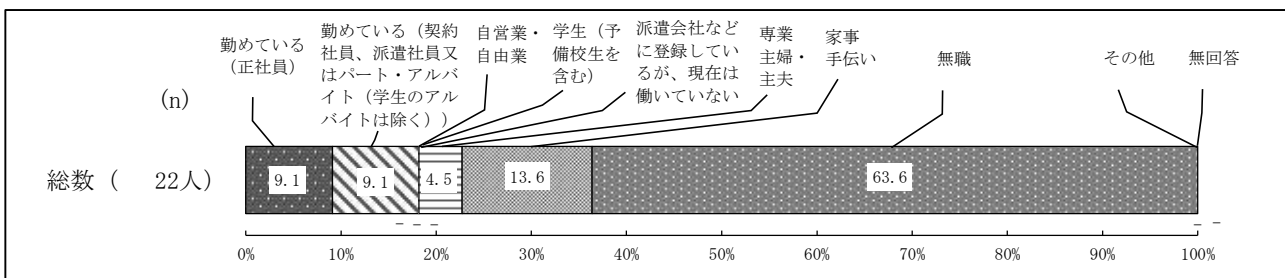
支援機関経由家族票Q8 ご本人が最後に卒業（中退を含む）した、または現在、在学している学校はどれですか。(〇はひとつだけ)



9 【支援機関経由家族票】現在の就労・就学等の状況

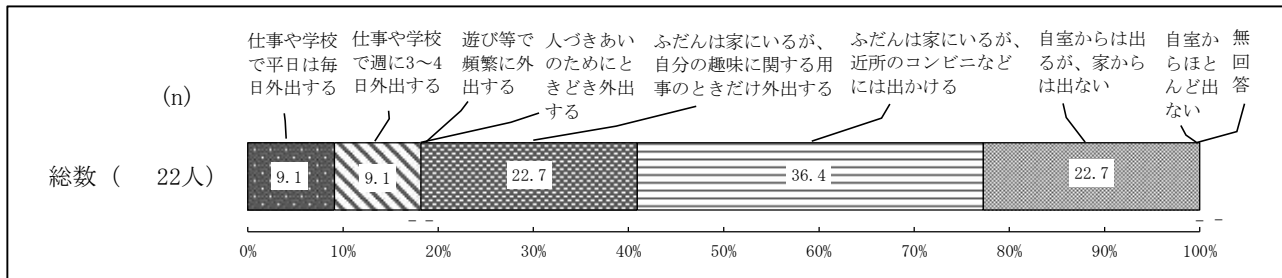
支援機関経由家族票Q9 ご本人の現在の就労・就学等の状況についてお答えください。

(〇はひとつだけ)



10 【支援機関経由家族票】ふだんの外出頻度

支援機関経由家族票Q10 ご本人は、ふだんどのくらい外出しますか。(〇はひとつだけ)

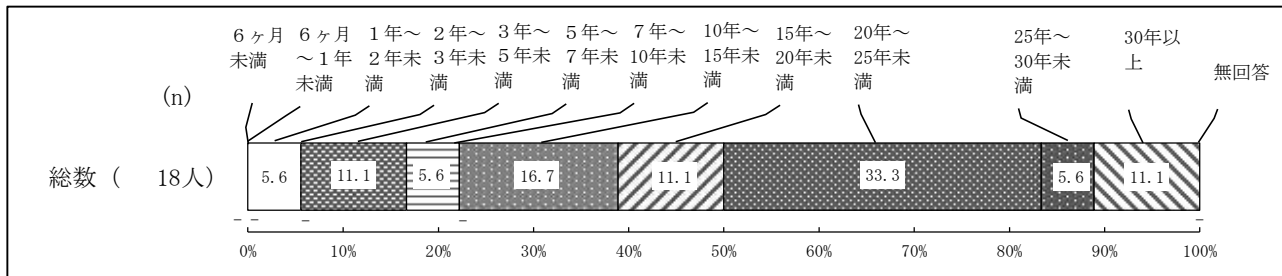


【Q10で「5~8」に〇をつけた方のみ、以下Q11~Q17にお答えください。】

11 【支援機関経由家族票】ひきこもりの状態になってからの期間

支援機関経由家族票Q11 ご本人が、現在の状態となってどのくらい経ちますか。

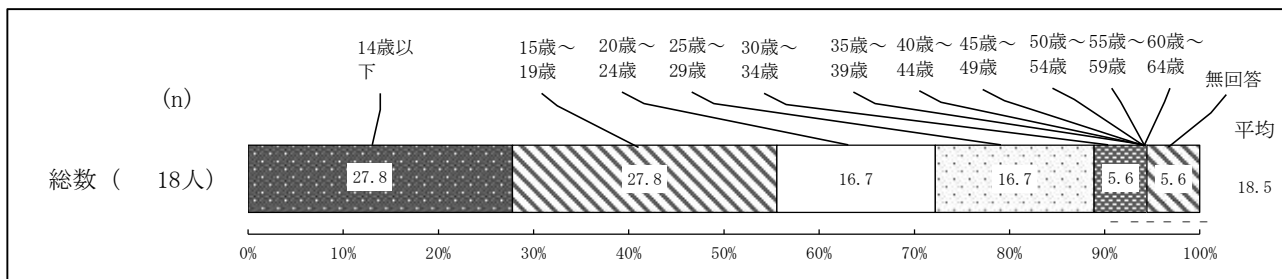
(〇はひとつだけ)



12 【支援機関経由家族票】初めてひきこもりの状態になった年齢

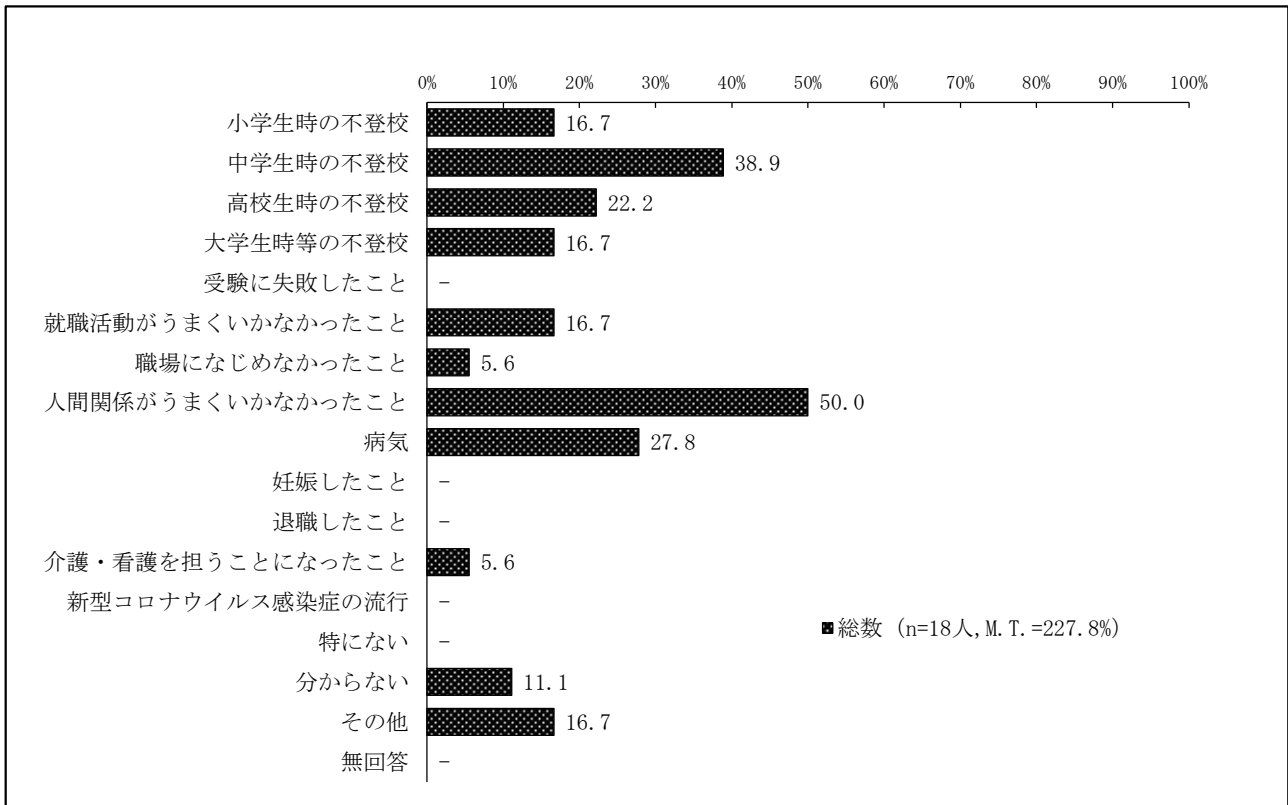
支援機関経由家族票Q12 初めて現在の状態になったのは、ご本人が何歳の頃ですか。

(数字で具体的に)



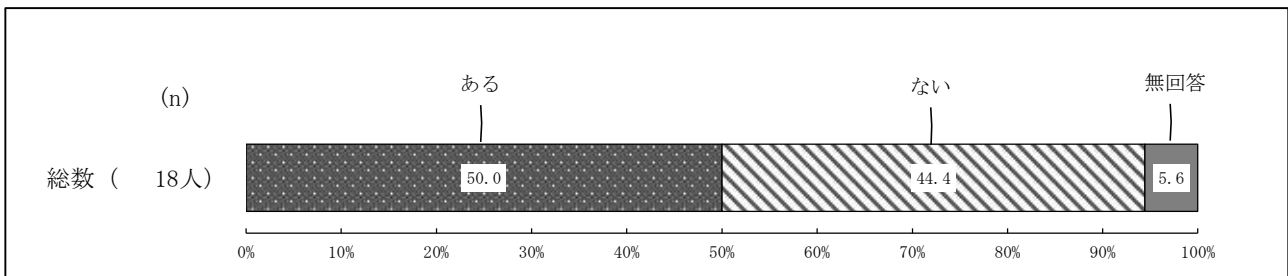
1 3 【支援機関経由家族票】ひきこもりの状態になったきっかけ

支援機関経由家族票Q 1 3 ご本人が現在の状態になったきっかけは何ですか。(〇はいくつでも)



1 4 【支援機関経由家族票】本人が関係機関に相談した経験

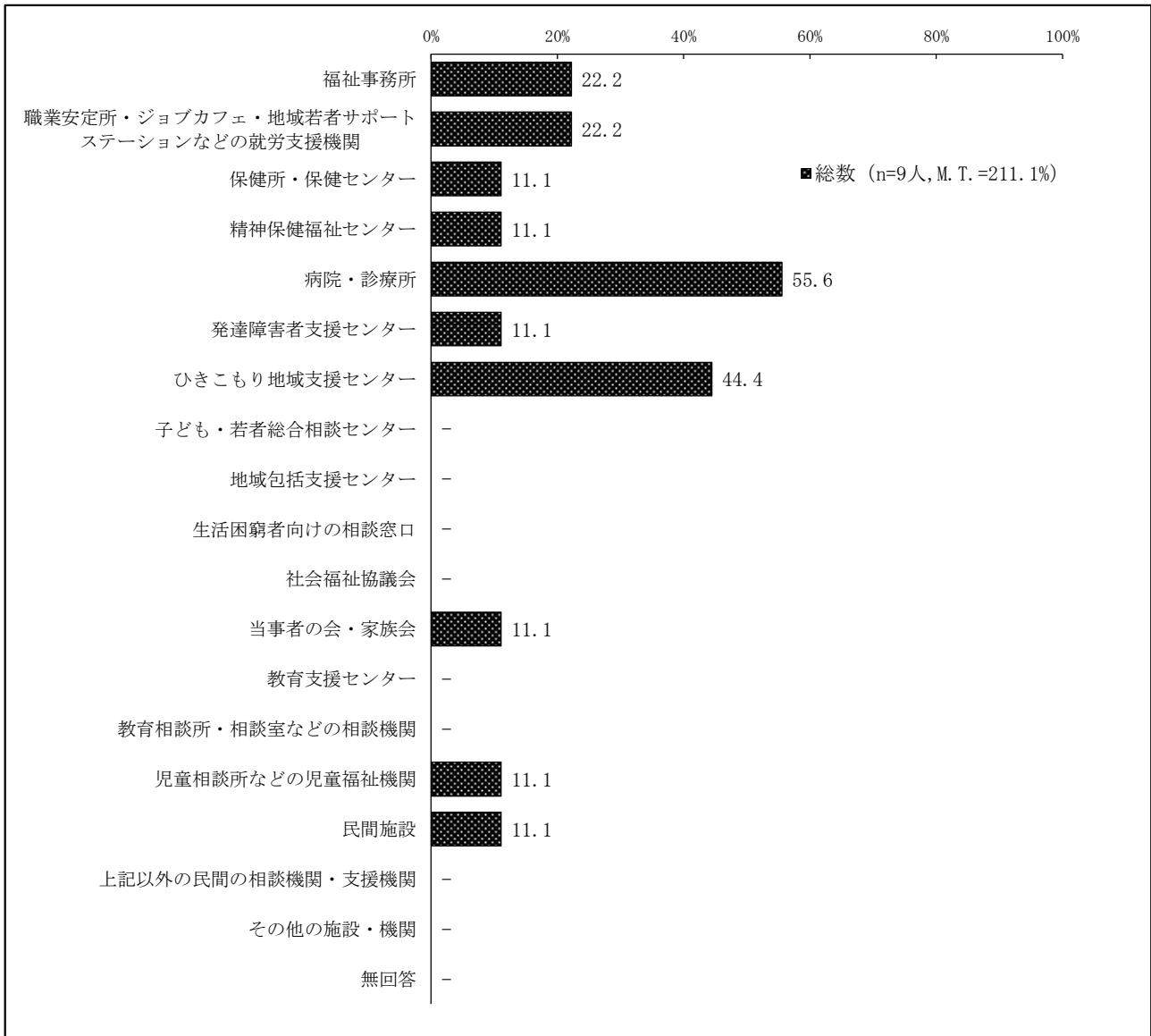
支援機関経由家族票Q 1 4 現在の状態について、ご本人が関係機関に相談したことはありますか。(〇はひとつだけ)



【Q14で「1 ある」に○をつけた方のみ、Q15にお答えください。】

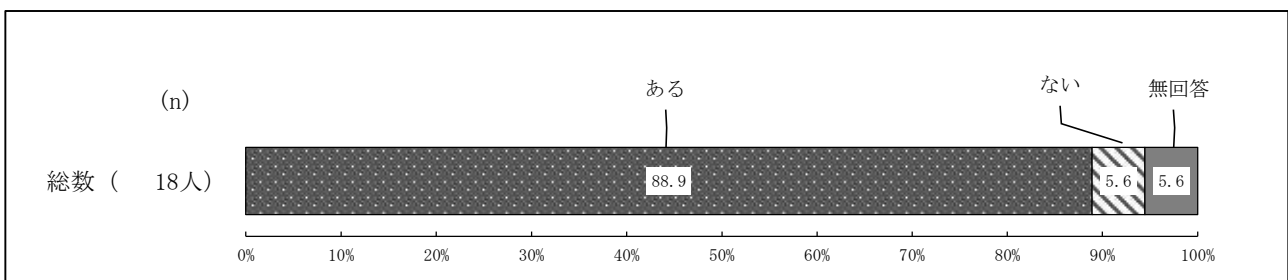
15 【支援機関経由家族票】本人が相談した機関

支援機関経由家族票Q15 ご本人は、どのような相談機関等に相談しましたか。相談したことがある機関に○をつけてください。(○はいくつでも)



16 【支援機関経由家族票】回答者を含む家族が関係機関に相談した経験

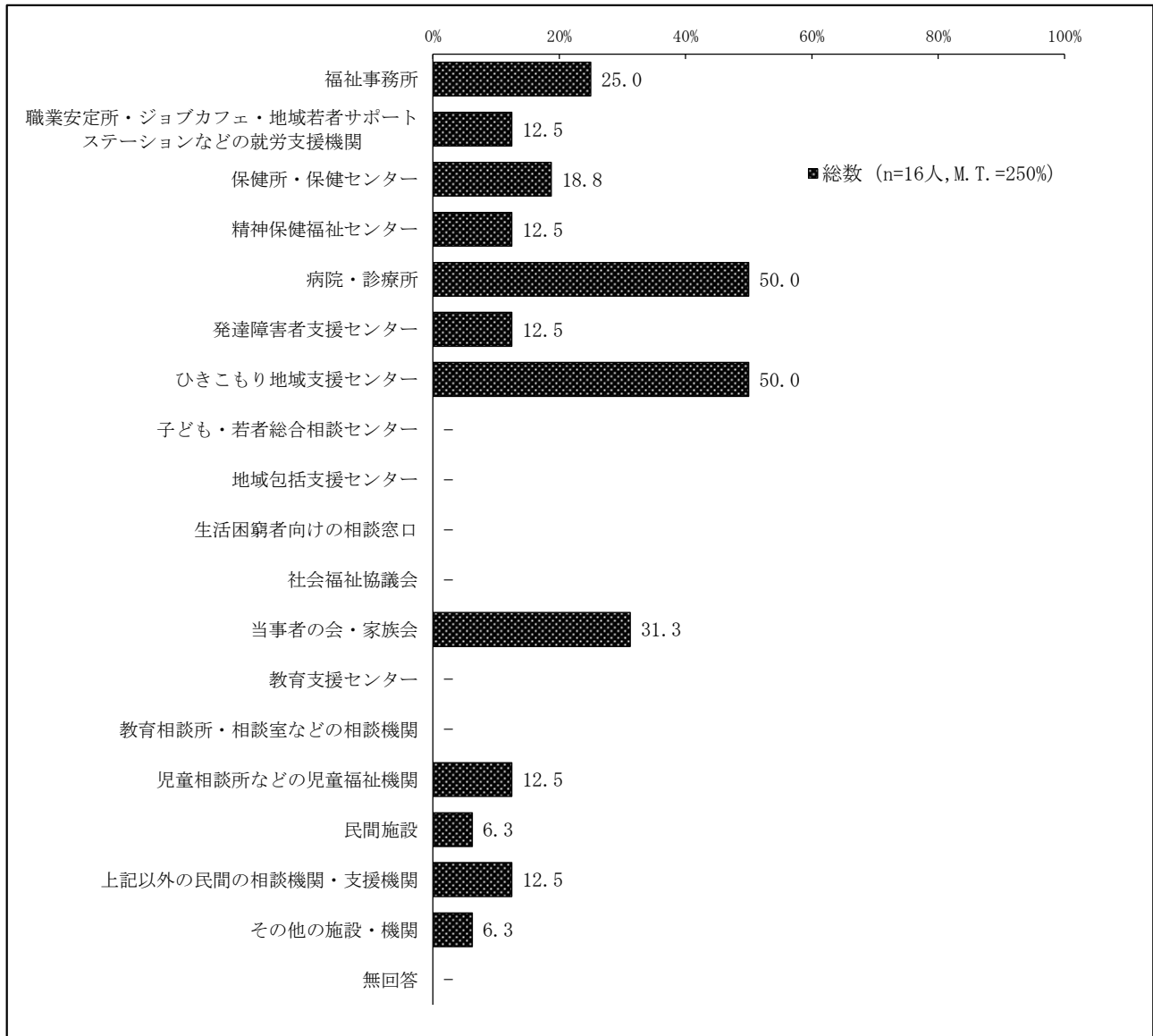
支援機関経由家族票Q16 現在の状態について、あなたを含むご家族が関係機関に相談したことはありますか。(○はひとつだけ)



【Q16で「1 ある」に○をつけた方のみ、Q17にお答えください。】

17 【支援機関経由家族票】回答者を含む家族が相談した機関

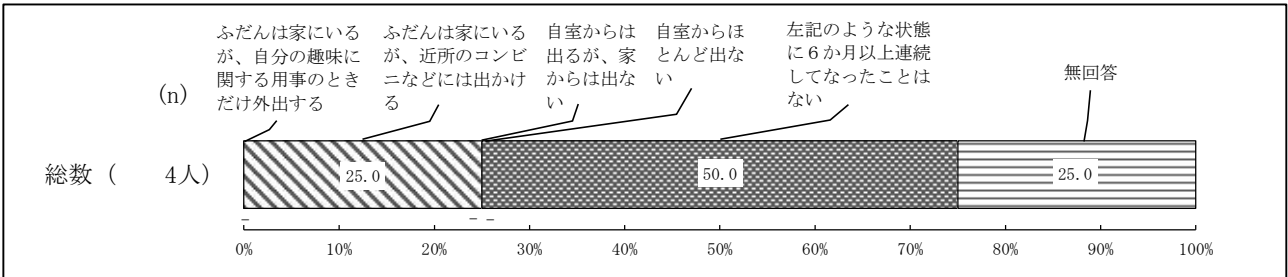
支援機関経由家族票Q17 あなたを含むご家族は、どのような相談機関等に相談しましたか。相談したことがある機関に○をつけてください。(○はいくつでも)



【Q10で「1～4」に○をつけた方のみ、Q18にお答えください。】

18 【支援機関経由家族票】過去の外出頻度

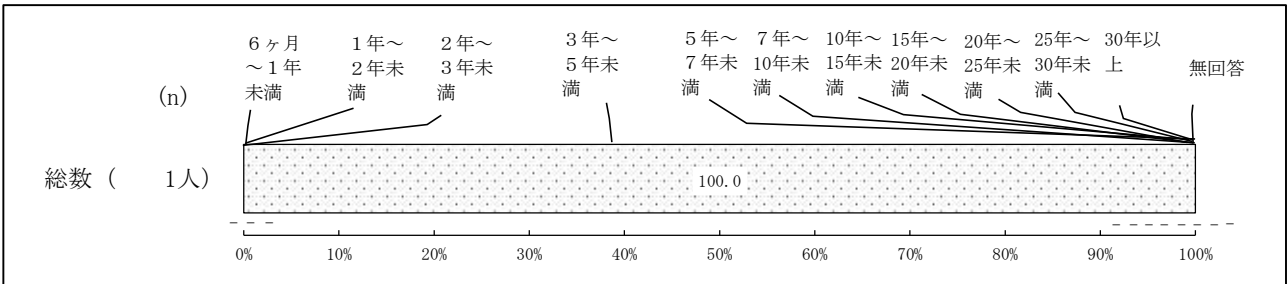
支援機関経由家族票Q18 ご本人は今までに6か月以上連続して、以下のような状態になったことはありますか。(○はひとつだけ)



【Q18で「1～4」に○をつけた方のみ、Q19～Q22にお答えください。】

19 【支援機関経由家族票】過去にひきこもりの状態だった期間

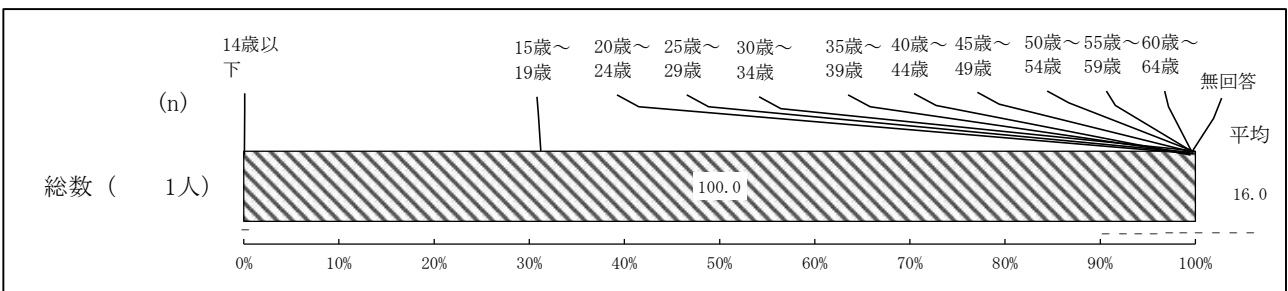
支援機関経由家族票Q19 その状態はどれくらい続きましたか。(○はひとつだけ)



20 【支援機関経由家族票】過去に初めてひきこもりの状態になった年齢

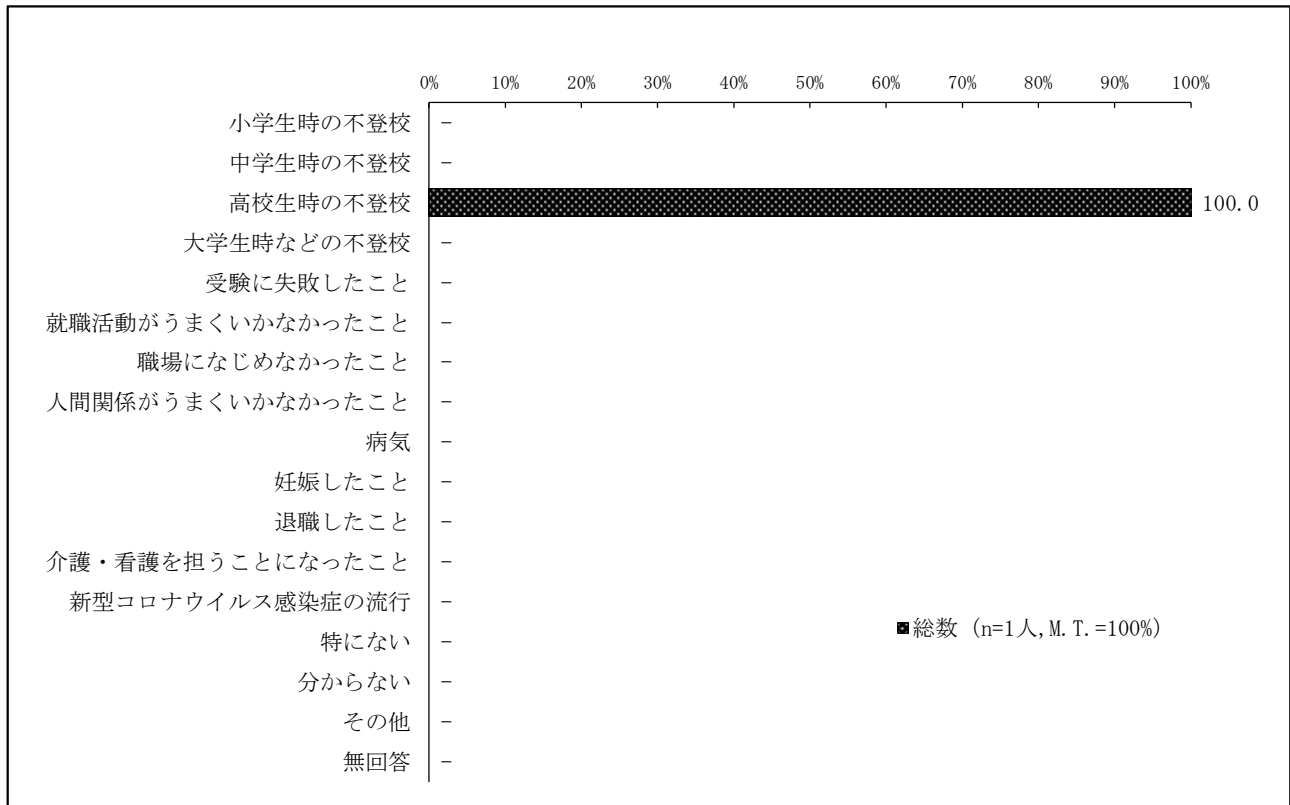
支援機関経由家族票Q20 初めてその状態になったのは、ご本人が何歳の頃ですか。

(数字で具体的に)



2 1 【支援機関経由家族票】過去にひきこもりの状態になったきっかけ

支援機関経由家族票Q 2 1 ご本人がその状態になったきっかけは何でしたか。(〇はいくつでも)



2 2 【支援機関経由家族票】ひきこもり状態ではなくなったきっかけや役立ったこと

支援機関経由家族票Q 2 2 ご本人が、その状態から、Q 1 0で回答した現在の状態になったきっかけや役立ったことは何だと思いますか。ご自由にお書きください。

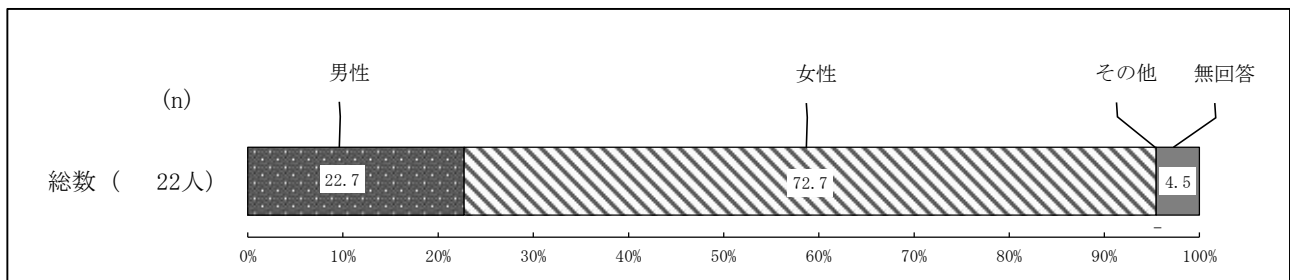
以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

夜間高校へ行く。2年生から昼仕事しながら卒業できた。職場は遠方だったが、頑張った。

【Q 2 3以降はすべての方がお答えください。】

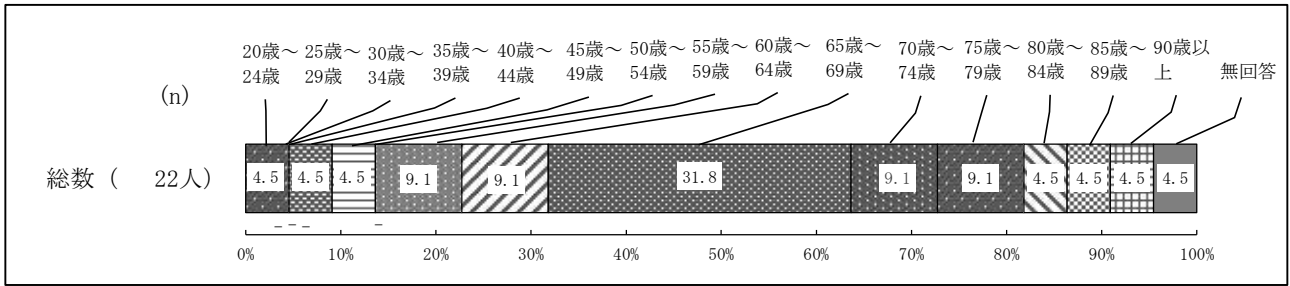
2 3 【支援機関経由家族票】回答者の性別

支援機関経由家族票Q 2 3 あなたの性別をお答えください。(〇はひとつだけ)



2 4 【支援機関経由家族票】回答者の年齢

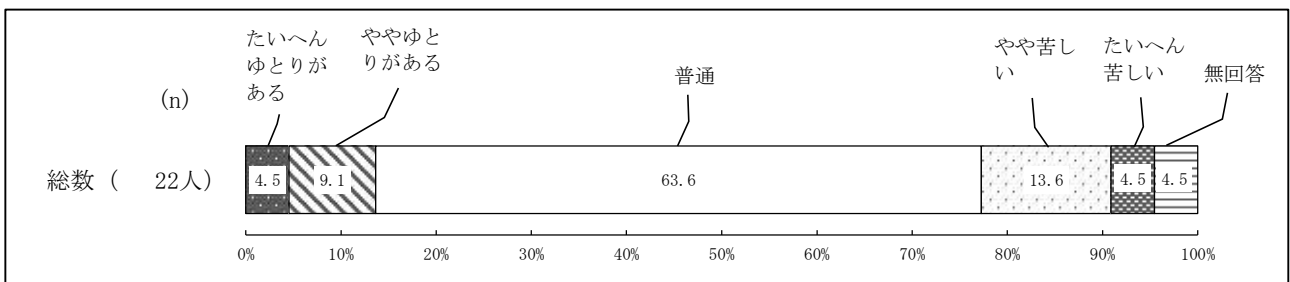
支援機関経由家族票Q 2 4 あなたの年齢をお答えください。(○はひとつだけ)



2 5 【支援機関経由家族票】回答者の暮らし向き

支援機関経由家族票Q 2 5 あなたの家の暮らし向き（衣・食・住・レジャーなどの物質的な生活水準）は、世間一般と比べてみて、どれにあたると思いますか。あなたの実感でお答えください。

(○はひとつだけ)



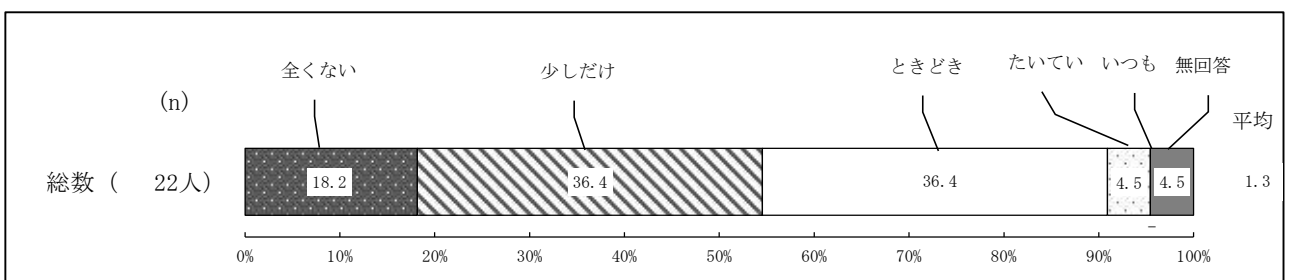
2 6 【支援機関経由家族票】K 6（回答者について）

K 6について 一般住民を対象とした調査で、うつ状態や気分・不安障害などを把握するために米国で開発された6項目の質問である。6つの設問それぞれを0から4点とし、本調査では合計点が13点以上をカットオフポイントとした。

支援機関経由家族票Q 2 6 過去30日の間、あなたがどのように感じていたかについておたずねします。あてはまるものに○をつけてください。(○は各項目につき、ひとつ)

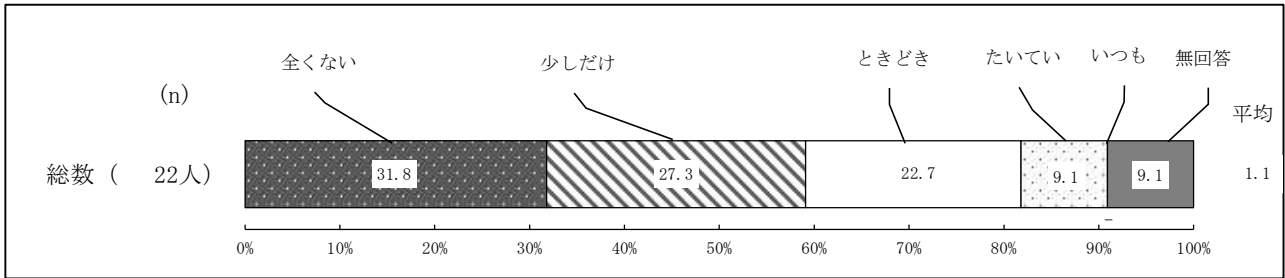
【支援機関経由家族票】

支援機関経由家族票Q 2 6 (1) 神経過敏に感じましたか



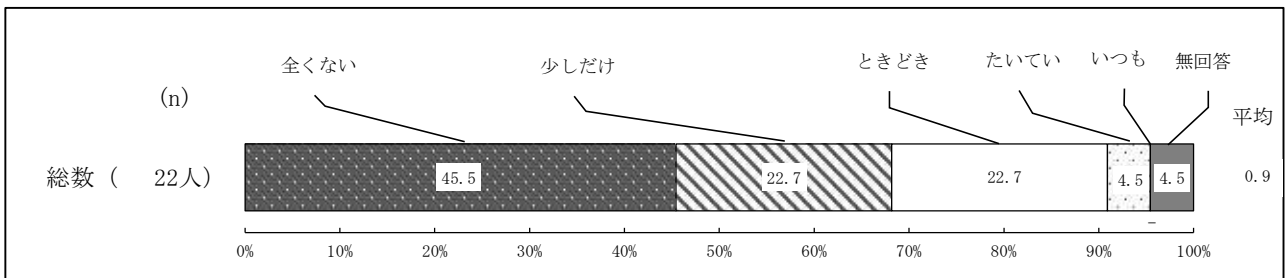
【支援機関経由家族票】

支援機関経由家族票Q 2 6 (2) 絶望的だと感じましたか



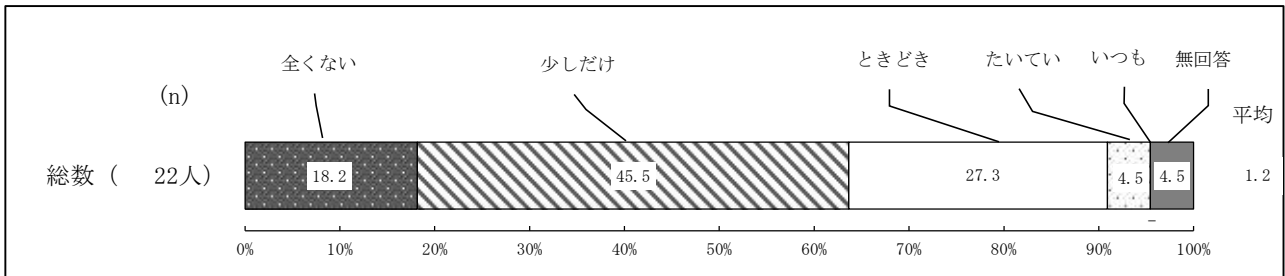
【支援機関経由家族票】

支援機関経由家族票Q 2 6 (3) そわそわ落ち着かなく感じましたか



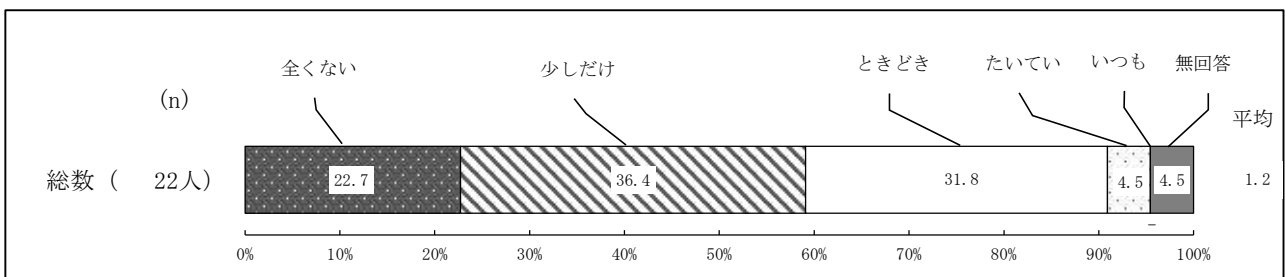
【支援機関経由家族票】

支援機関経由家族票Q 2 6 (4) 気分が沈み込んで、何が起こっても気が晴れないように感じましたか



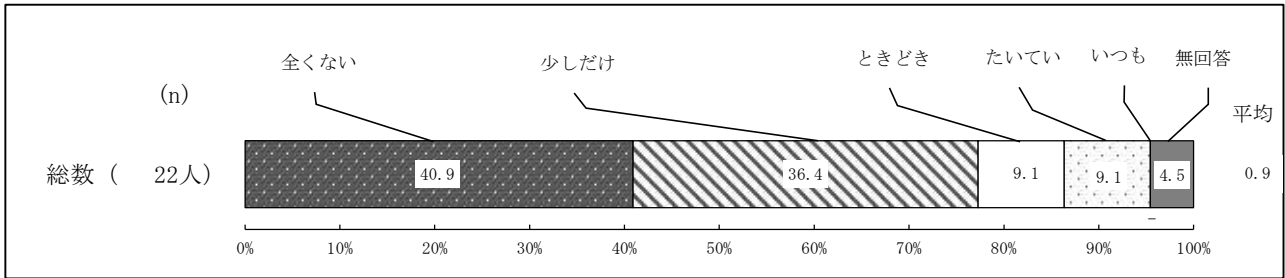
【支援機関経由家族票】

支援機関経由家族票Q 2 6 (5) 何をするのも骨折りだと感じましたか



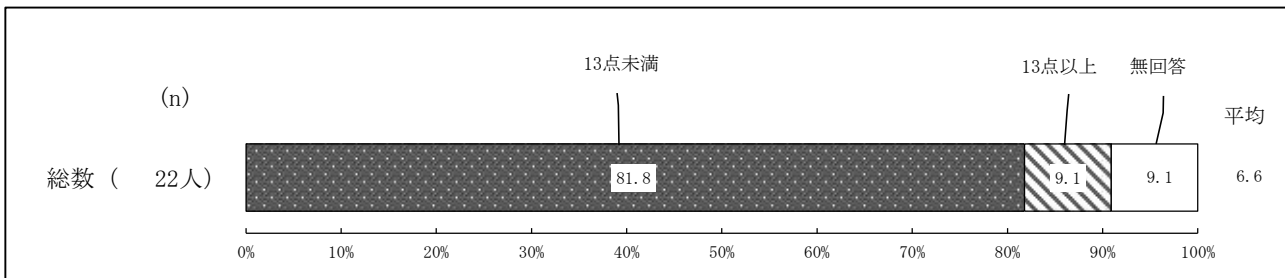
【支援機関経由家族票】

支援機関経由家族票Q26 (6) 自分は価値のない人間だと感じましたか



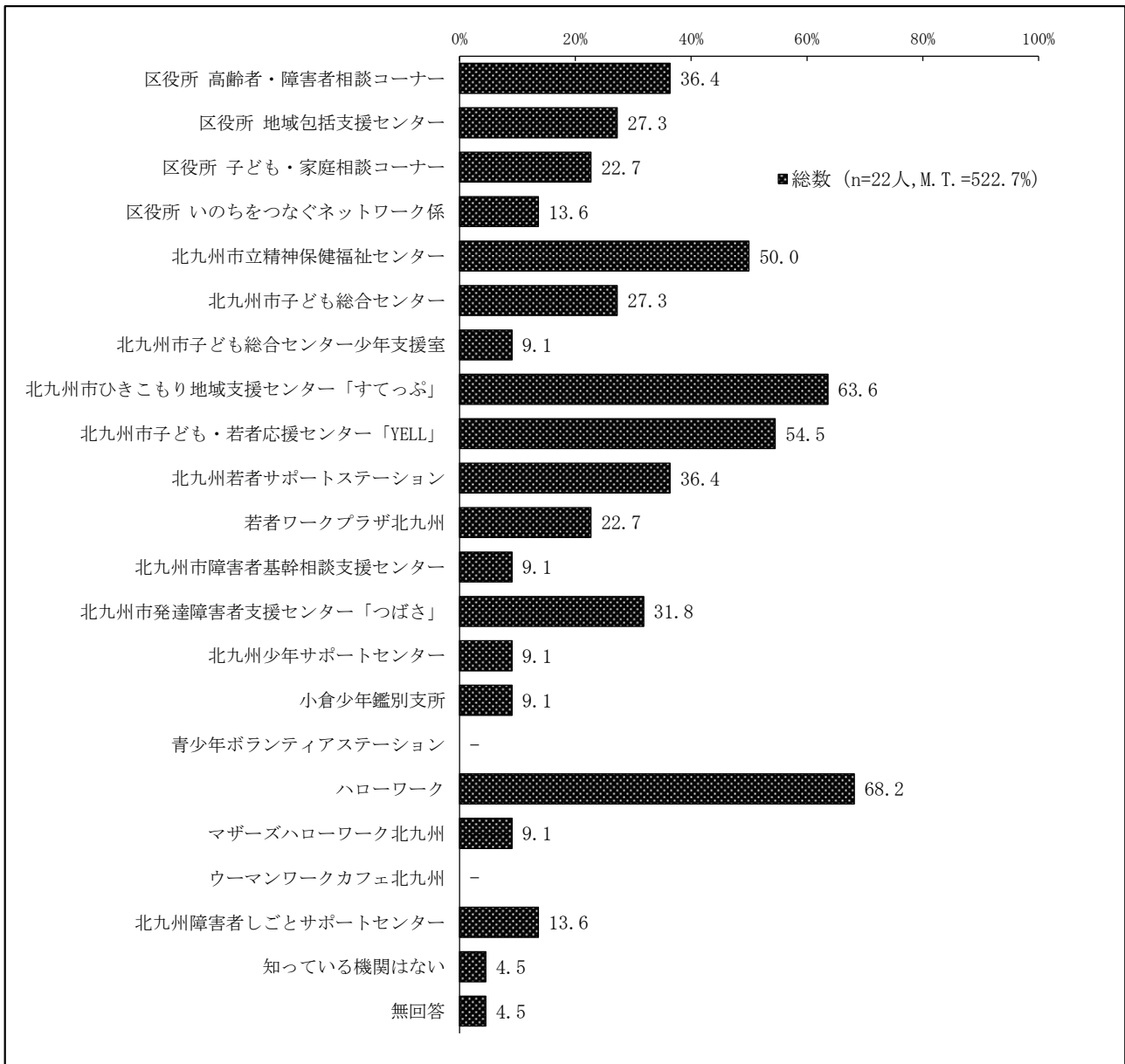
【支援機関経由家族票】

支援機関経由家族票Q26 Q26の合計点



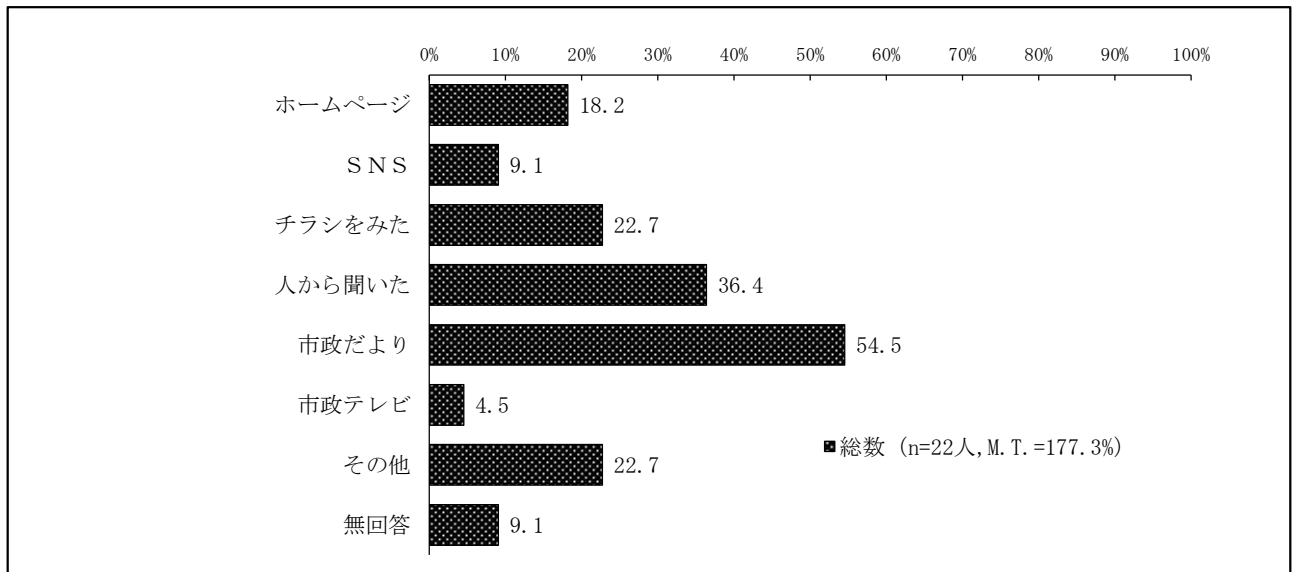
27 【支援機関経由家族票】回答者の相談機関の認知

支援機関経由家族票Q27 あなたは、以下の機関や事業を知っていますか。知っている項目に○をつけてください。(○はいくつでも)



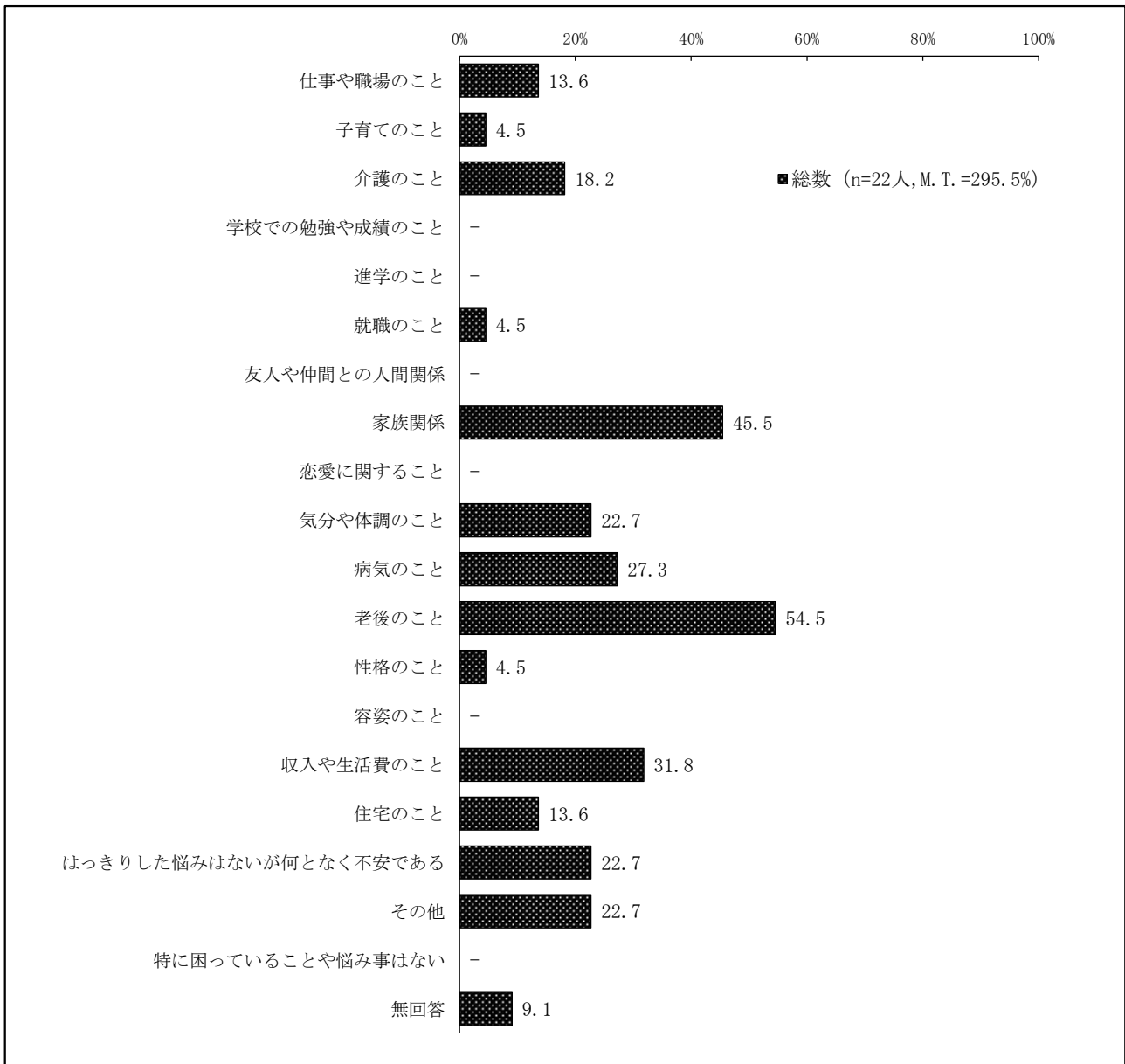
28 【支援機関経由家族票】回答者の相談機関の認知経路

支援機関経由家族票Q28 あなたは、その相談機関、事業があることをどのようなかたちで知りましたか。(〇はいくつでも)



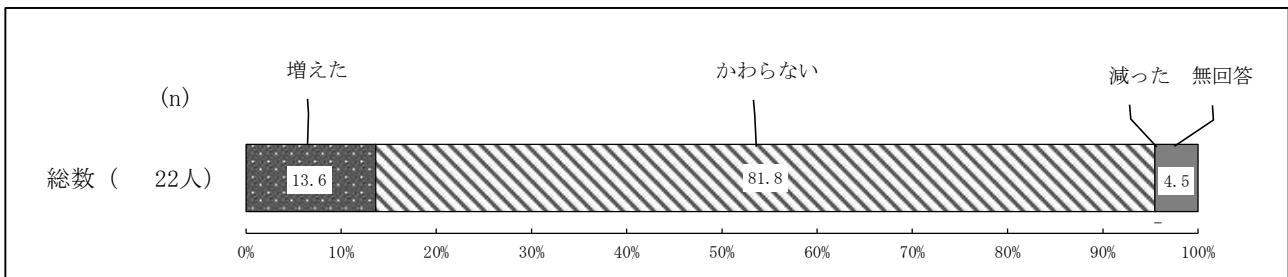
29 【支援機関経由家族票】回答者が困っていることや悩んでいること

支援機関経由家族票Q29 あなたが現在困っていることや悩んでいることはありますか。あてはまるものに○をつけてください。(○はいくつでも)



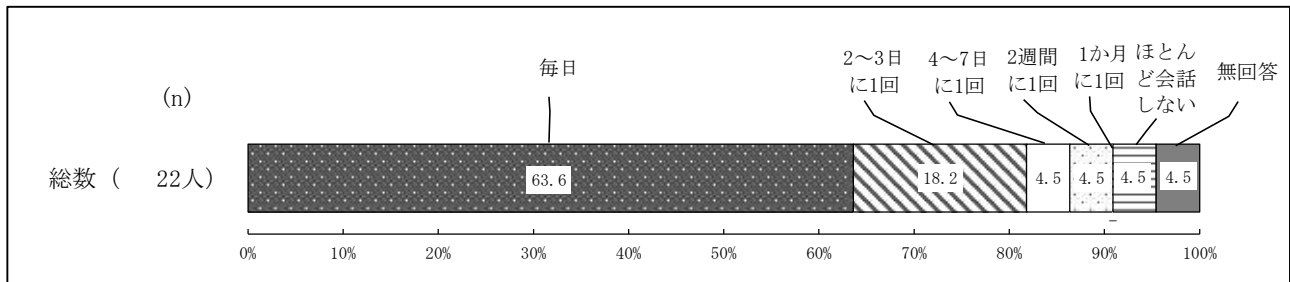
30 【支援機関経由家族票】回答者の新型コロナウイルス感染症流行前より孤独だと感じること

支援機関経由家族票Q30 あなたは、新型コロナウイルス感染症流行前より孤独だと感じるが増えましたか。(○はひとつだけ)



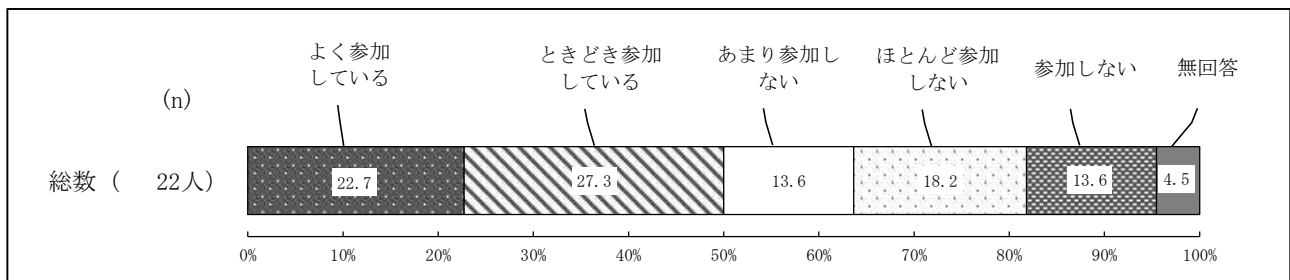
3 1 【支援機関経由家族票】回答者のふだんの会話や世間話

支援機関経由家族票 Q 3 1 あなたは、ふだん人と会話や世間話をしますか。(○はひとつだけ)



3 2 【支援機関経由家族票】回答者の活動参加状況

支援機関経由家族票 Q 3 2 あなたは、地域の行事や、近隣にある趣味の活動によく参加していますか。(○はひとつだけ)



3 3 【支援機関経由家族票】 支援のあり方についての意見

支援機関経由家族票 Q 3 3 現在、北九州市では、身体の病気以外の理由でふだん外出ができない方たちへの支援のあり方を検討しています。こうした支援のあり方について、ご意見があれば、自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

1人1人にあった支援を考えてほしい。
ボランティアの方々の協力を頂き、はじめは話し相手として信用を得て、要望を聞くことが大切と思われる。
8050問題、高齢化で支援センターなどにも伺いたくても伺えなくなるようになるので今はコロナで難しいとは思いますが、もっと訪問して頂ける機会があれば良いと思う。
本人は何年もひきこもっていると外に出るのがはずかしいという思いが強いと思う。まず本人あての手紙など書いて、どうにか心をほぐしてほしい。健康診断、散髪などができないのでなにか方法はないかと思う。
教育機関との連携（就労支援が学校でどうなされているか）やどんな教育や技術を身につけることで自分を豊かにし自立していけるのか情報提供をしてほしい。
リモートなどを利用して支援する。支援センターや役所などの交通費補助（本人が活動する為）。
北九州市の支援窓口をSNSや市政だより等で積極的にアピールしてほしいと思う。
「ひきこもり」という呼称は、どうもよくない感じがします。何か他の名称に変えられないでしょうか？ひきこもりの状態などの説明としてはよいと思う。

「本人」の家族にとってのカウンセリングの窓口と、他の人の話を聴く場は、必要だと思う。利用するしないは別にしても公的機関に於いて、窓口を設けて頂いたり、検討して頂いているのだと知るだけで、とても励まされるし、有難いと思っている。

3 4 【支援機関経由家族票】 本人の現在や将来についての回答者の不安

支援機関経由家族票Q34 ご本人に関して、現在や将来のことについて不安に思うことはありませんか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

将来、1人になったとき、どうなるか不安である。
いつまで生活費を負担できるか不安。私達が死んだ後の生活をどうして行くのかとても不安がつくる。
少しずつ元気にはなっているが仕事となると現状は厳しくなかなか就労へとはつながらない状況である。働かなくても生きていられる支援が確立できれば安心できる。
経済面はもちろんだが、地域社会での普通の生活が難しいかもしれない。
1人で暮らしている。今は、医院、ひきこもり地域支援センター、保護課、伯母が連携して対応している。今後、担当者がかかった時に本人の困惑が心配。
将来は出来る範囲での社会参加をしてほしい（経済的自立）。
自尊心が強いので傷つけられたりだまされたりみじめになるのが心配である。
本人がほとんど会話をしないので、どう考えているのかわからず、対応に苦慮している。
トラウマがありバランスを取りながら生活している。先のことを考えると悩む。
提供されるイベントの中で楽しそうに参加しているものがあり良かったと思う。仕事について、安定した収入を得られるようになるのが心配。

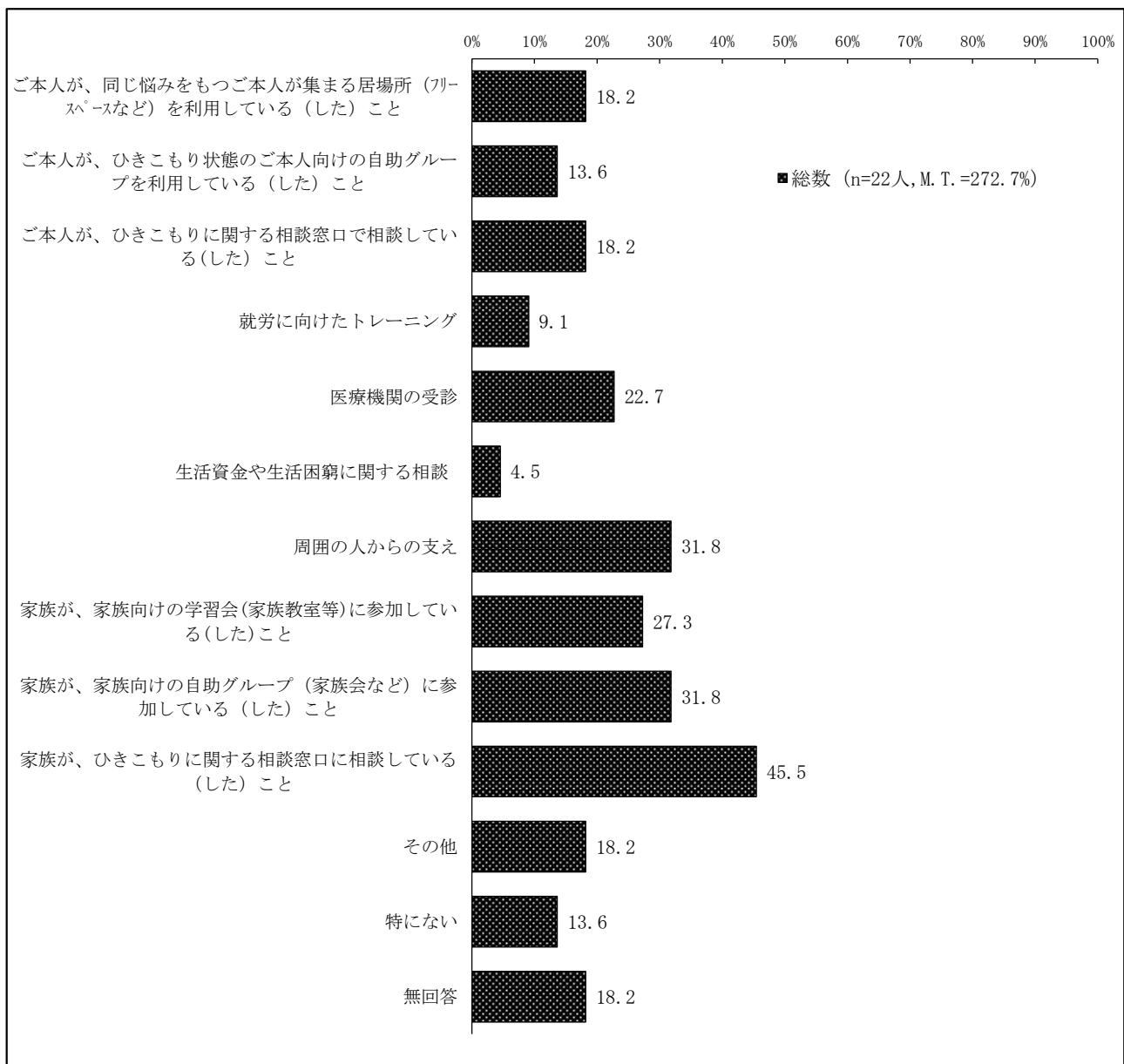
【引き続き以下の質問にお答えください。】

「ひきこもり状態」について・・・この調査票では、「様々な要因の結果として社会参加（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カ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）」（厚生労働省『ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン』より）を、ひきこもり状態と表記します。

【すべての方がお答えください】

35 【支援機関経由家族票】本人のひきこもりの状態の変化に役立っていること

支援機関経由家族票Q35 ご本人のひきこもりの状態の変化に役立っている（役立った）ことは何ですか。（〇はいくつでも）



(11) その他 自由回答

リフォーム活動

趣味活動

36 【支援機関経由家族票】 役立ったと考える点

支援機関経由家族票Q36 ○をつけたものについて、どのような点が役立っていますか（役立ちましたか）。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

- 1 ご本人が、同じ悩みをもつご本人が集まる居場所（フリースペースなど）を利用している（した）こと

友人ができ行動範囲が広がった。
他の人たちの生活や障害について知り得たこと。
人と話す楽しさを感じ外に出るきっかけになった。
テレビで紹介されていた YELL 注) に行ってみたく自ら希望した。

注) 子ども・若者応援センター

- 2 ご本人が、ひきこもり状態のご本人向けの自助グループを利用している（した）こと

気が合う人たちとのグループでの付き合いができるようになったこと。

- 3 ご本人が、ひきこもりに関する相談窓口で相談している（した）こと

ひきこもり支援センターの相談窓口を利用して自分を認められるようになった。
相談はするものだ、役に立つと理解できたこと。
本人のペースで会話を重ねアドバイス等関わってくださった。先のことが考えられる安心感を感じている様だった。

- 4 就労に向けたトレーニング

若者サポートステーションにて、他者と接し方や話し方を学んだ。
人と関わっているから。

- 5 医療機関の受診

担当医と信頼関係ができ安心な様子である。
服薬で好転、カウンセリングで他者とのかかわりを経験したこと。
障害者手帳の取得。

- 6 生活資金や生活困窮に関する相談

回答なし

- 7 周囲の人からの支え

兄がいつも声かけしてくれ、よく話すようになった。
本人の安心感。
知人や親戚から、就職を世話してもらった。
3人の娘たち、親せきの人たちが話を聞いてくれるし、考えてくれたり、本人とコンタクトをとるよう努めてくれるので助かっている。

支援の方にいつも近況を聞いていただき気持ちが楽になり毎日ががんばろうと思って帰っていた。
たくさんのアドバイスもしていただき支えてもらった。

8 家族が、家族向けの学習会（家族教室等）に参加している（した）こと

学習会に参加してひきこもりの子どもの気持ちに寄りそえるようになり関係が良くなった。

障害の理解、対処方法を学んだこと。

ひきこもり当事者の話を聞くことができた。

想像以上に、多くの人が同じようなことに悩んでいる事を知った。

近況を話しみなさんとわかち合うことで気持ちが楽になり本人のことを知ることもできた。

9 家族が、家族向けの自助グループ（家族会など）に参加している（した）こと

同じ経験をした親でなければ理解し合えないので、家族会で色々な話をしたり聞いたりして心の状態を安定させる事ができていて、親の居場所はとても大切だと思う。

様々なひきこもりの状況があることを知った。

親が自助グループに参加して、精神的安定があるので、本人に対して余裕ある対応ができる。

10 家族が、ひきこもりに関する相談窓口相談している（した）こと

少し関心を示してくれた。

本人との接し方が難しかったけどアドバイスをいただいたら、今までわからなかった事を親切に教えていただいた。

私自身の心が落ちつく。本人に対するアドバイスなどを実行できる。

NPO法人「STEP」にて、ひきこもりや発達障害に関して具体的に教えて頂いた。

すてっぷ（ひきこもり地域支援センター）に相談して、本人はサポートステーションを利用。少しだけ継続。

11 その他

昆虫採集が趣味。遠方まで出かけ同好者との出会い。

本人の興味のある事を、見守りながらさせてみるのも役に立つ事と思った。

本人の就職についても、サポートセンターなどに伺ったが、とにかく、本人が耳をかきないと、窓口で足を運ばないので、無駄だった。

CG、イラスト制作、販売における他者とのコミュニケーション。動画や電子書籍から受ける刺激など。

37 【支援機関経由家族票】 望ましい支援のあり方

支援機関経由家族票Q37 ひきこもりで悩む方々に対して、どのような支援等があるとよいと思いますか。ご自由にお書きください。

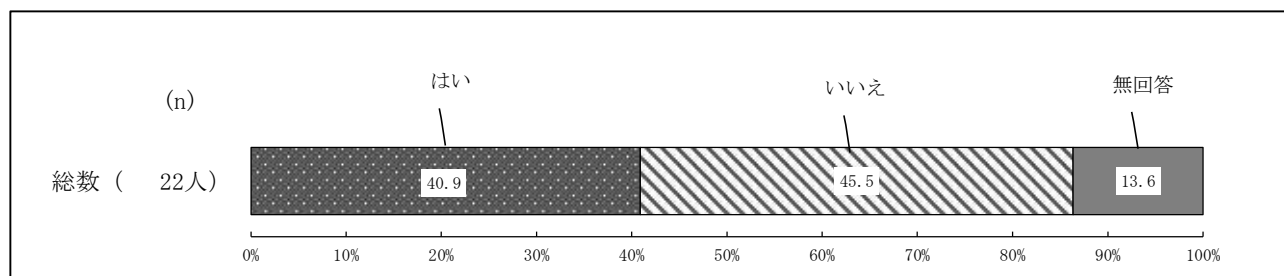
以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

訪問看護やカウンセラーなどの支援活動の質・量とももの拡充。学校内にサポートする専任職員を配置して自治体のサポート部署との連携を強化して行って欲しい。
相談に行ける人はいいのですが、家から出られない人や、人とのコミュニケーションがうまく取れない人のために、支援者が訪問、又は、話し相手になるということが必要ではないかと思う。そのためには、もっと支援センターの人員を多くして下さることを願う。
人と接する事が嫌いな人でも、人の為に誰かの為にできる事ができる場所があればと思う。
「ひきこもり」という言葉が辛い。もっと他の言葉があれば他人にも言いやすい。
当事者が元気になることが大切な事だが、親がまず元気にならなければ何も進まない。親が元気になる様、親の会が増えたらいいと思う。
支援の内容も大切だが、まずは本人や家族が多くの支援策があることを知り、勇気を持って、一歩を踏み出すことだと思う。その為にテレビ、ラジオ等の一般的メディアによる情報提供を拡大してはどうだろうか？
たすけてもらえるとは思わない。
地域の民生委員等相談できるシステムにしてもらう。本人の状況を把握してもらい「どうしてますか？」と声かけしてもらえたら良いと思う。
自宅にいても住んでいる地域のイベント活動等の存在が把握でき、いつでも参加できるような体制を作ってほしい。

【すべての方がお答えください】

38 【支援機関経由家族票】 新型コロナウイルス感染症流行の影響（回答者について）

支援機関経由家族票Q38 新型コロナウイルス感染症の流行は、あなたの生活に影響しましたか。(〇はひとつだけ)



39 【支援機関経由家族票】新型コロナウイルス感染症流行による生活への具体的な影響

(回答者について)

支援機関経由家族票Q39 どのような影響がありましたか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

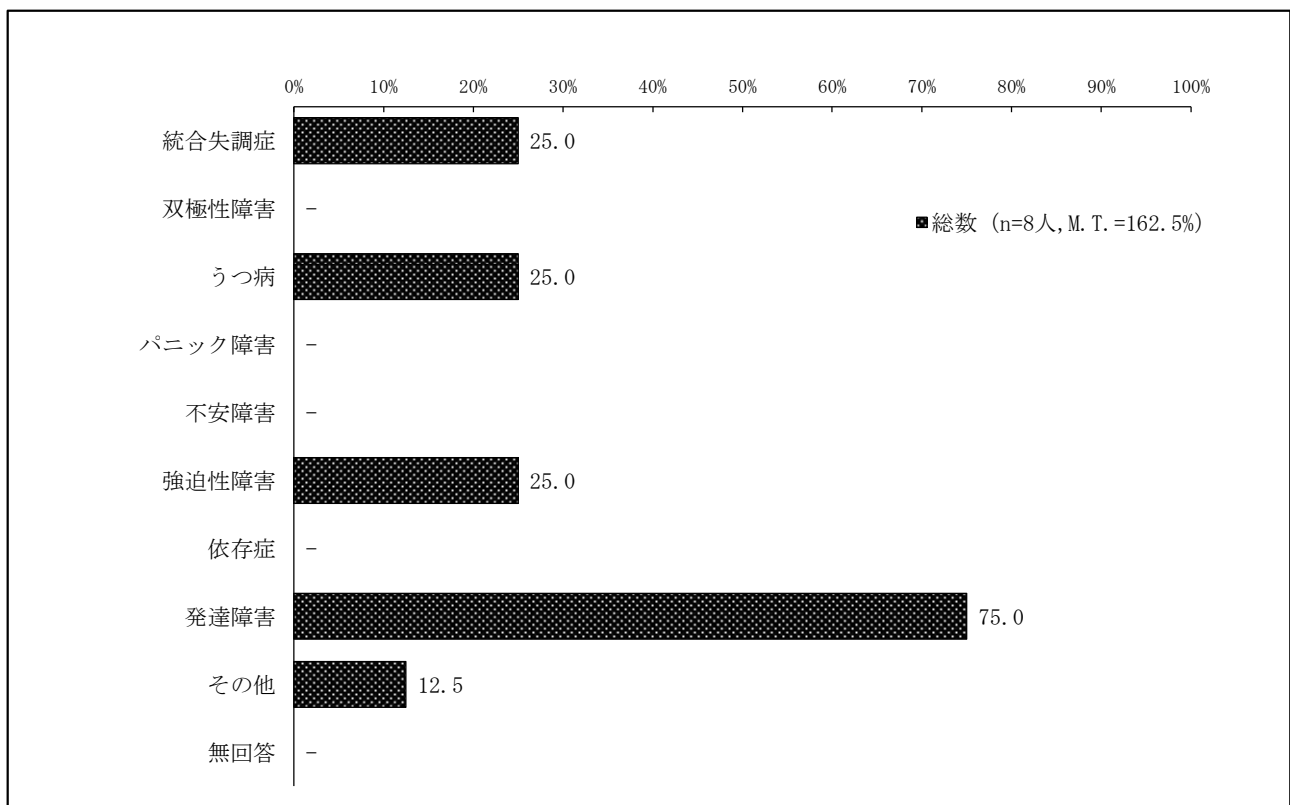
外出や人との交流がへり、体力のおとろえとともに閉塞感を感じる。
対面の相談に行きにくい。もしできたとしても感染するのではないかとこわい。
子どもが動きかけていたのだが、又足踏み状態になり残念だ。
本人がせっかく知り合ったグループでの集まりがなくなり歳だけ取っていくことにうんざりしていることである。
経済的に困った。

【現在、ご本人が精神疾患の診断を受け治療中の方のみお答えください。】

40 【支援機関経由家族票】本人の精神疾患

支援機関経由家族票Q40 ご本人について、該当する精神疾患に○をつけてください。

(複数ある場合は複数に○をつけてください)



4 1 【支援機関経由家族票】 ひきこもり支援についての考え

支援機関経由家族票Q 4 1 その他に、ひきこもりで悩む方々の支援について、お考えになったことなど、どのようなことでも結構ですので、ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

ひきこもりになった理由は全員、違うと思うのでそれぞれにあった支援をして欲しい。好きで、家にいたいと思っている人もいたので無理に外に出そうとして欲しくない。
本人の支援も必要だが、家族の支援も必要と思う。ひきこもりは、それぞれが異なった状態であるので、家族会のような場所（話しても良い）を、増やせると良い。
話を聞いて下さったりするだけでも、心が安らぐ。本人もそうだがその家族に対しての支えもあればと思う。
支援機関が横並びではなく一人の人に対してそれぞれが情報交換をしながら同じ担当者がかかる事なく長い間見守っていただけるそんな支援機関があったらいいなあと思う。支援者と本人の信頼関係がとても大切だからと思う。
アスペルガーの診断を受けており、人間関係を継続させる事が難しく、仕事が1～2年しか続かない。年齢が上がるにつれて、再就職も難しくなりそうである。親が亡くなった後を、どのように生活するのか、心配でならない。見た目は普通だが、治る事のない心の障害を持った成人を、社会は受け入れてくれるのだろうか？
親が気軽に相談できる場所を市中につくって欲しい。子どもとの関係をどうすれば改善できるかを考える場所にしてほしい。時間が経つのは早いから。
8050問題深刻だ。そうなる前に行政の支援等にとどくと良いが、当事者が心開かないなど難しい問題もある。