

健康上の不安、心身の疾患、学生生活の挫折体験、対人関係、コミュニケーションの力…。

“ひきこもり”と呼ばれる人々は、その背景に様々なものを抱えています。

今回は、彼らを支援する保健所とNPO法人の方々にお話を伺いました。



専門員への相談が解決の第一歩！

1 理由は分からない —本人、家族の孤立—

「学校に行きたいけど行けない。その理由は自分でもよくわからない…」

高校生のAさんは、ある日、学校に行けなくなりました。自分に自信がなくなり、漠然とした不安と焦りが続くなか、家庭では学校に行かせたいと考える両親との争いが絶えず、家族関係も悪化。Aさんは家庭内でもひきこもり、人目がつかない夜だけ外に出る、昼夜逆転の生活を送るようになりました…。

ひきこもりの背景には病気やいじめといった理由によるものから、Aさんのように自分でも確たる理由がわからないまま不登校となり、ひきこもってしまう場合など様々です。本人や家族だけが悩みを抱えてしまい、その状態が長期化することも少なくありません。

4 彼らの中にある 解決の糸口を探る

長期にわたって葛藤し苦しむ本人と家族。

ひきこもる彼らとしっかりと向き合い、その持っている力を見出し、じっくり待ってそれを引き出していく。それは容易な営みではありませんが、望月さんや河本さんの実践には専門的な支援と当事者やその家族同士のつながりを強め、彼らの中にある解決の糸口を粘り強く探っている姿があります。

ひきこもりに対する誤解や偏見をなくしながら、専門機関による支援と関係機関の連携、さらには当事者同士のかかわりを創出することで、少しでも苦しむ方々の負担を軽くしていくことが求められます。

3

家族へのアプローチ —安心できる環境づくりへの支援—



埼玉県幸手保健所
保健予防推進担当 **河本次生**さん

ひきこもりに行っても解決できないとか親戚にも近所の方にも話せなかったなど、苦しい葛藤を抱えて保健所を訪れるご家族の思いは様々です。私たちはご本人を無理に外に出す支援をするのではなく、相談を通じてご本人やご家族との信頼関係を築き、安心できる環境づくりの支援を行っています。

相談員やご家族が、こうした方がいい、と先回りするのではなく、ご本人の気持ちに寄り添いながら関わるのが大切です。長い時間がかかることではありますが、焦らず少しずつ解決していくことです。

幸手保健所では月1回の家族の集いを開催し、同じ体験やストレスなどを持つ家族が意見交換できる場を設けている。

2

本人が決断するまで待つこと —居場所づくりを通じて—



NPO法人フリースクールむさしの学園
代表理事 **望月泰宏**さん

自分らしく自然に過ごせる居場所が必要で、それは学校や社会で生活するようになって同じです。すぐに社会での生活に慣れるとは限りないからです。そんな時に彼らが「今の自分でいいのだ」と確認できる場所になればと思います。

進路や遊びや行事への参加にしても、本人が決断するまで「待つ」ことを大事にします。それも、ただ待つのではなく、いろいろなプログラムを用意したり進学で悩んでいる子がいたら話を聞き、「まずは学校案内を見てみようか」と提案したり…。試行錯誤しながら待ちますが、何よりも本人が決めて進むプロセスを大切にしています。

むさしの学園では、不登校や発達障害などの課題を抱える小・中学生、高校生、引きこもりがちな若者に居場所の提供や学習サポートを行っている。

相談機関

埼玉県立精神保健福祉センター

▶精神保健福祉相談◀

来所相談：☎048(723)6811

(相談予約専用電話)

平日 午前9時～午後5時

保健所

各地域の保健所まで

NPO法人フリースクールむさしの学園

☎048(487)0006

NPO法人KHJ埼玉けやきの会家族会

☎048(651)7353