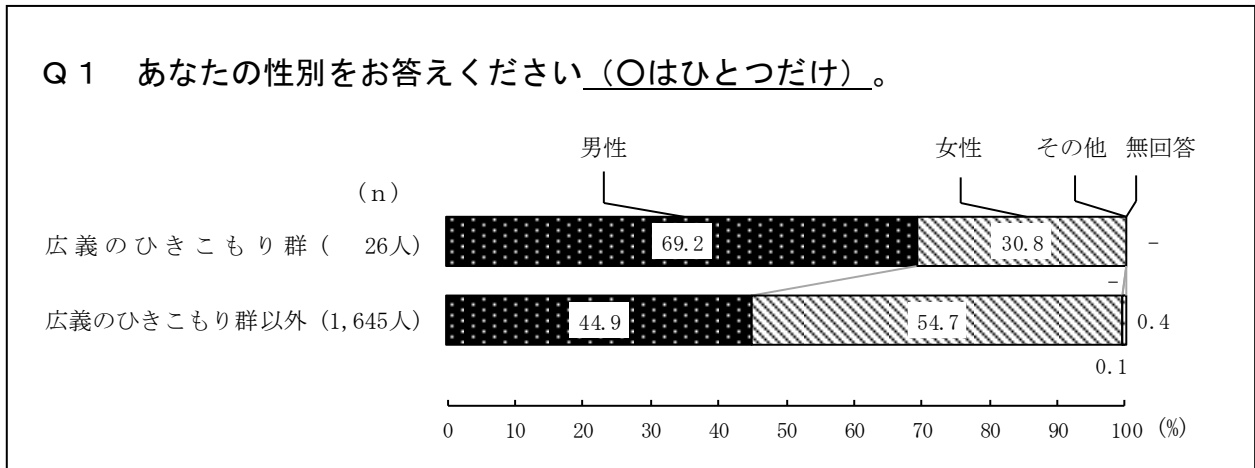
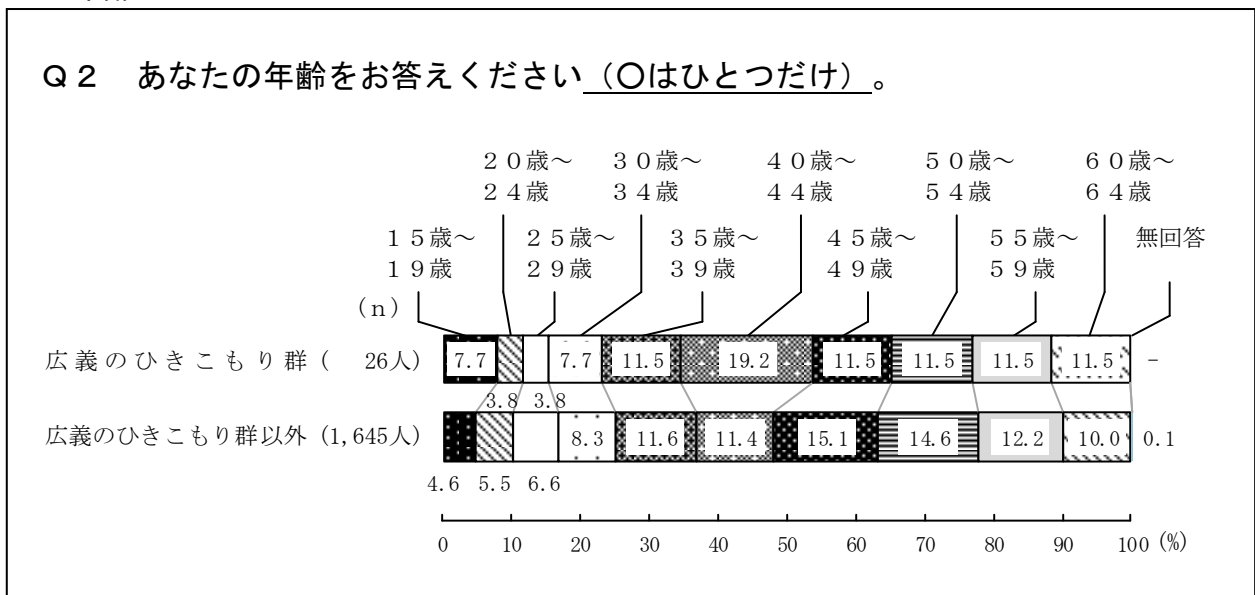


1 性別

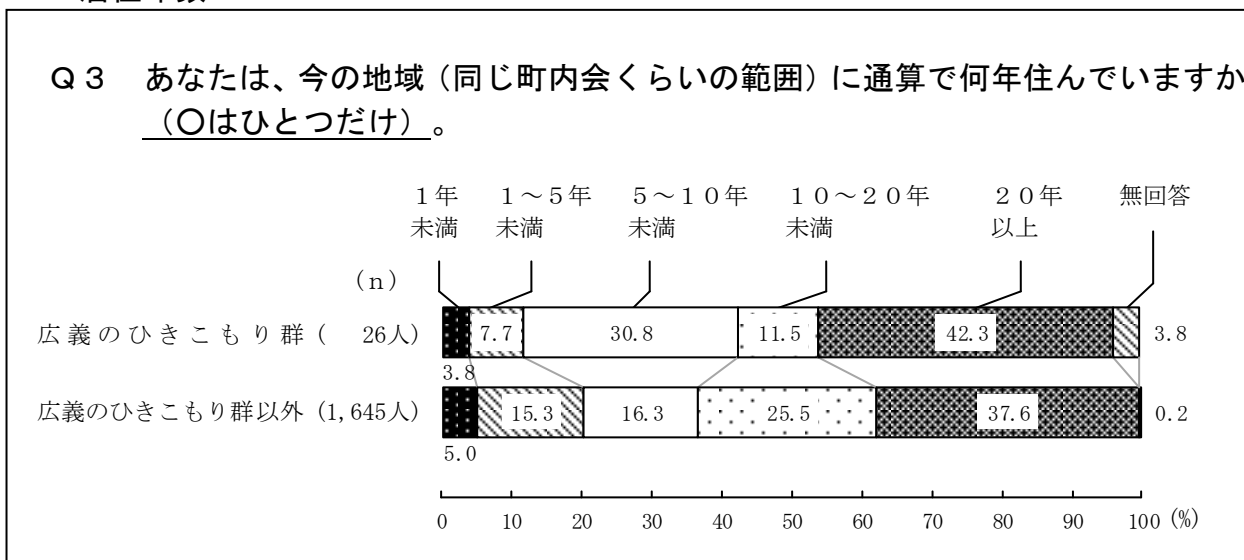


回答者の性別について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「男性」69.2%、「女性」30.8%、広義のひきこもり群以外では、「男性」44.9%、「女性」54.7%となっている。

2 年齢

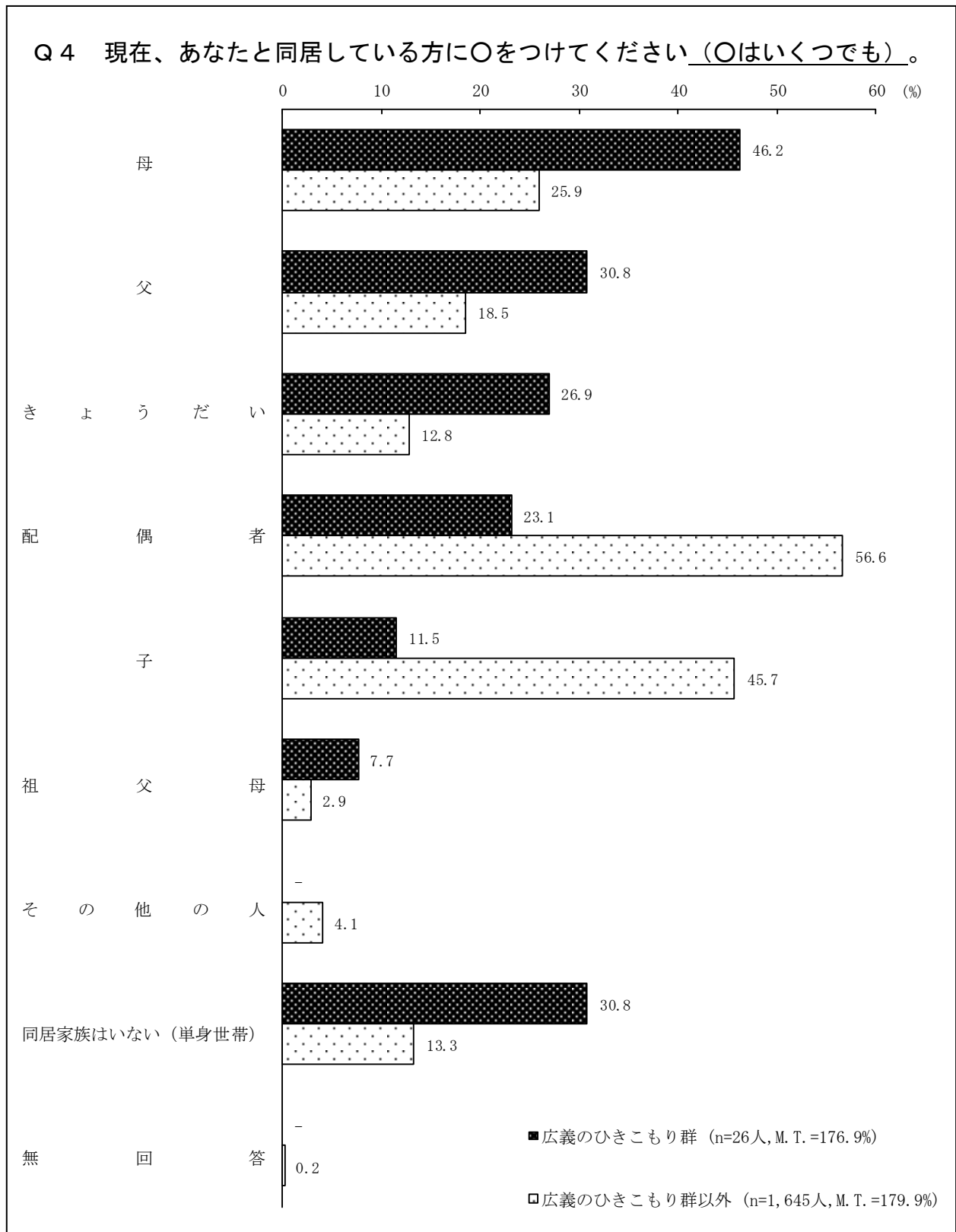


3 居住年数



回答者の居住年数について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「5～10年未満」30.8%、広義のひきこもり群以外では、「5～10年未満」16.3%となっている。

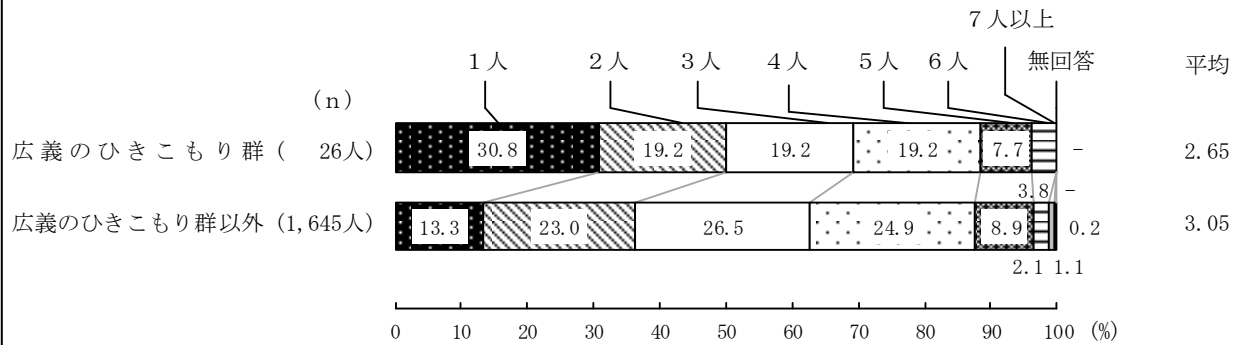
4 同居者



回答者の同居者について尋ねたところ、「母」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で46.2%、広義のひきこもり群以外で25.9%、「同居家族はいない（単身世帯）」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で30.8%、広義のひきこもり群以外で13.3%、「きょうだい」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で26.9%、広義のひきこもり群以外で12.8%、「配偶者」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で23.1%、広義のひきこもり群以外で56.6%、「子」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で11.5%、広義のひきこもり群以外で45.7%となっている。

5 同居人数

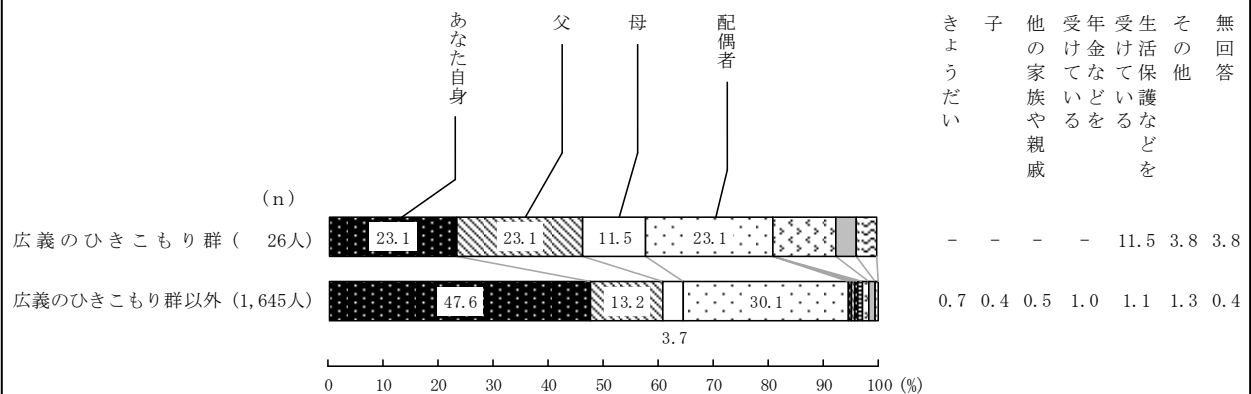
Q5 現在、同居している人は合計で何人ですか。
あなたも含めた人数を記入してください（数字で具体的に）。



回答者の同居者人数について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「1人」30.8%、広義のひきこもり群以外では、「1人」13.3%となっている。

6 主生計者

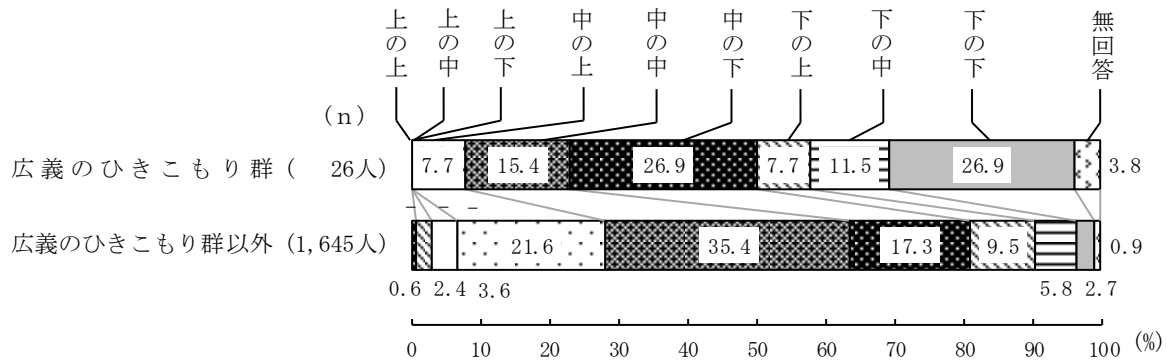
Q6 あなたの家の生計を立てているのは、主にどなたですか。生計を立てている方が複数いる場合は、もっとも多く家計を負担している人をお答えください。また、主に仕送りで生計を立てている方は、その仕送りを主にして给你们の人をお答えください（○はひとつだけ）。



回答者の主生計者について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「あなた自身」23.1%、「母」「生活保護などを受けている」がそれぞれ 11.5%、広義のひきこもり群以外では、「あなた自身」47.6%、「母」3.7%、「生活保護などを受けている」1.1%となっている。

7 暮らし向き

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、上の上から下の下までのどれにあたると思われますか。あなたの実感でお答えください(○はひとつだけ)。



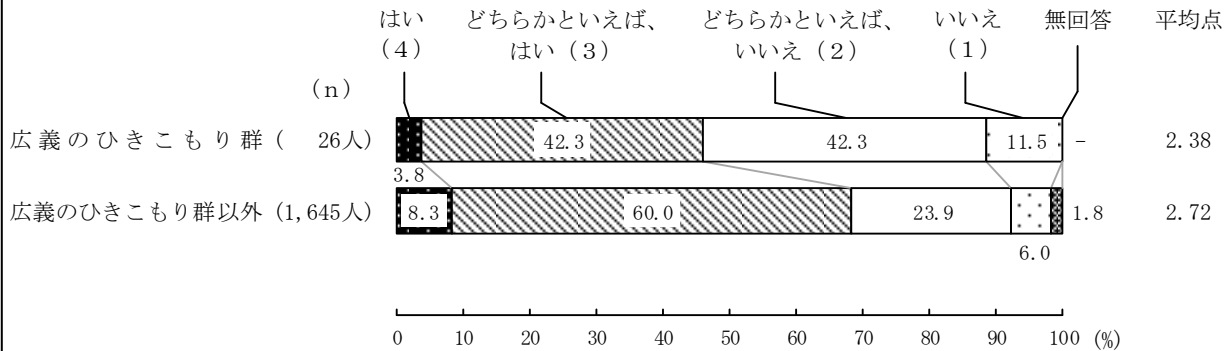
暮らし向きについて尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『中』(「中の上」+「中の中」+「中の下」) 50.0%、『下』(「下の上」+「下の中」+「下の下」) 46.2%、広義のひきこもり群以外では、『中』74.4%、『下』18.0%となっている。

8 地域の人々の印象

あなた自身にあてはまるかどうか4項目について尋ねた。

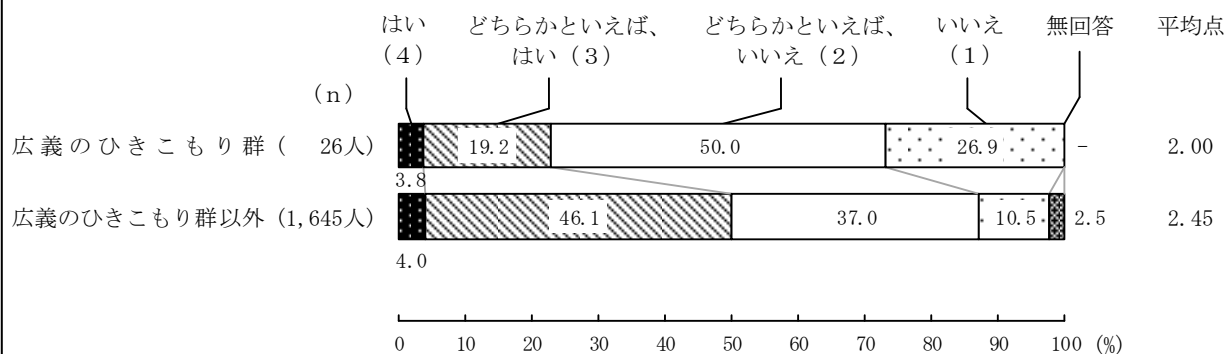
Q8 あなたがお住まいの地域(町内会くらいの範囲)の人々についてどう思いますか。あなたの考えにあてはまるものに○をつけてください(○はひとつの項目につき、ひとつ)。

1. この地域の人々は信頼できる

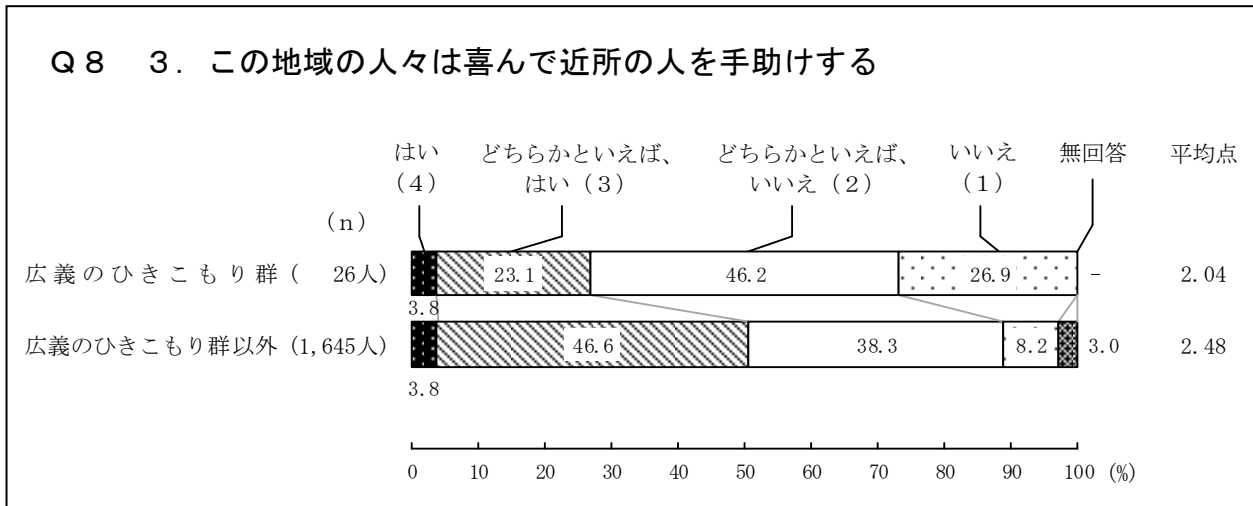


『この地域の人々は信頼できる』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』(「はい」+「どちらかといえば、はい」) 46.2%、『いいえ』(「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」) 53.8%、広義のひきこもり群以外では、『はい』68.3%、『いいえ』29.8%となっている。

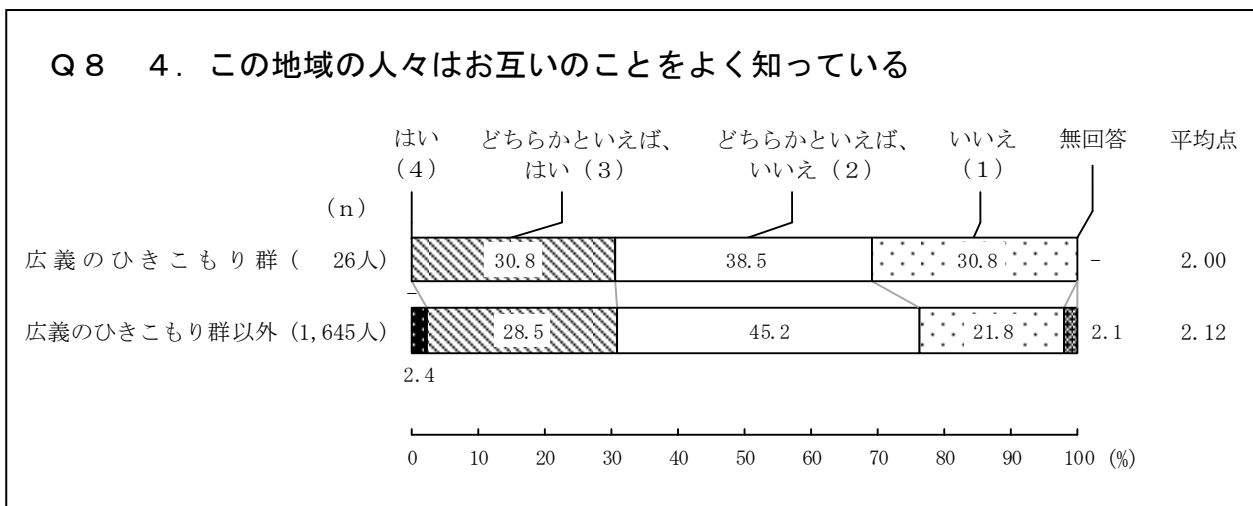
Q8 2. この地域の人々は結束が強い



『この地域の人々は結束が強い』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』(「はい」+「どちらかといえば、はい」) 23.1%、『いいえ』(「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」) 76.9%、広義のひきこもり群以外では、『はい』50.0%、『いいえ』47.5%となっている。

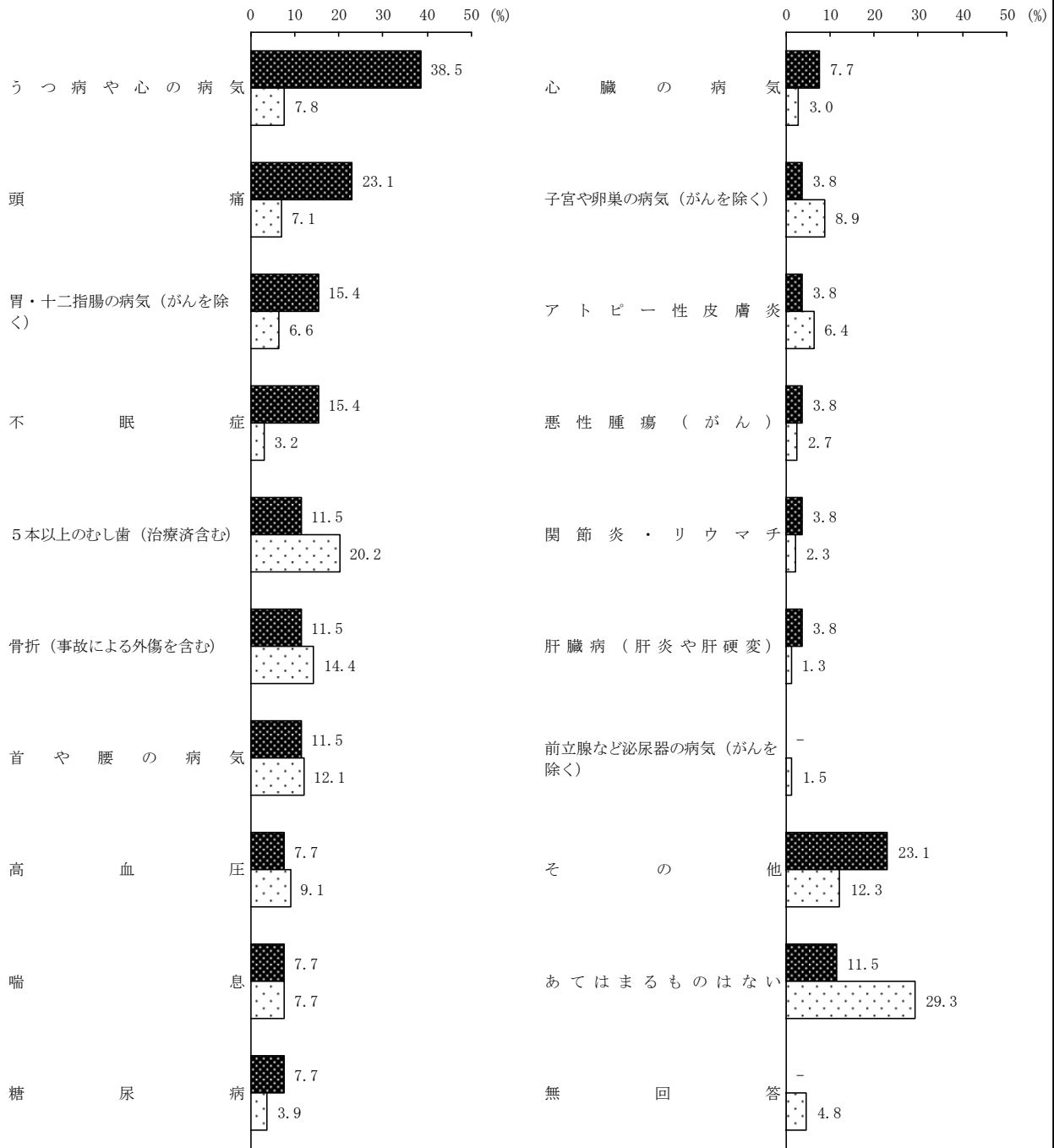


『この地域の人々は喜んで近所の人を手助けする』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）26.9%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）73.1%、広義のひきこもり群以外では、『はい』50.5%、『いいえ』46.5%となっている。



9 通院・入院経験のある病気やけが

Q9 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)。



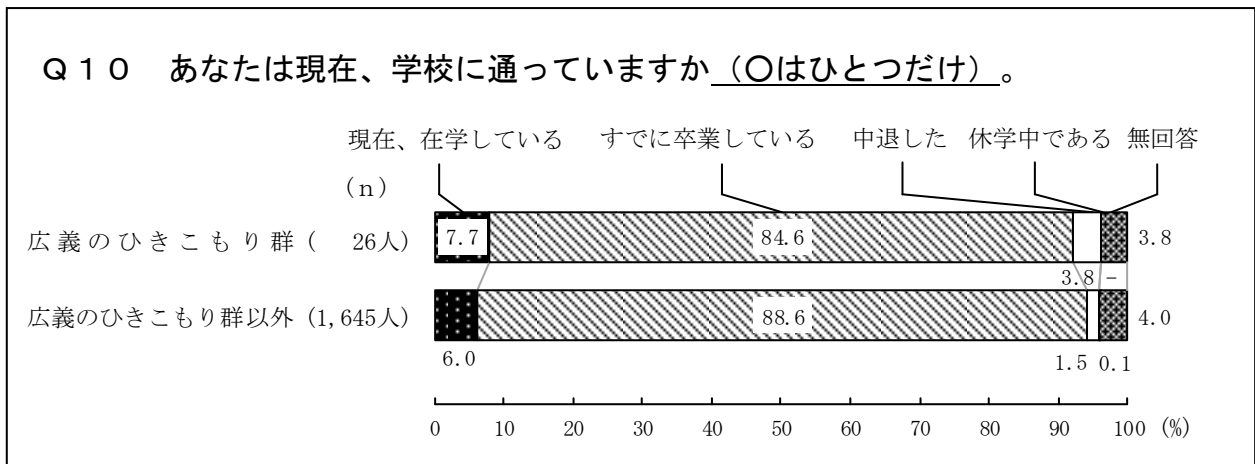
■広義のひきこもり群 (n=26人, M.T.=211.5%)

□広義のひきこもり群以外 (n=1,645人, M.T.=164.5%)

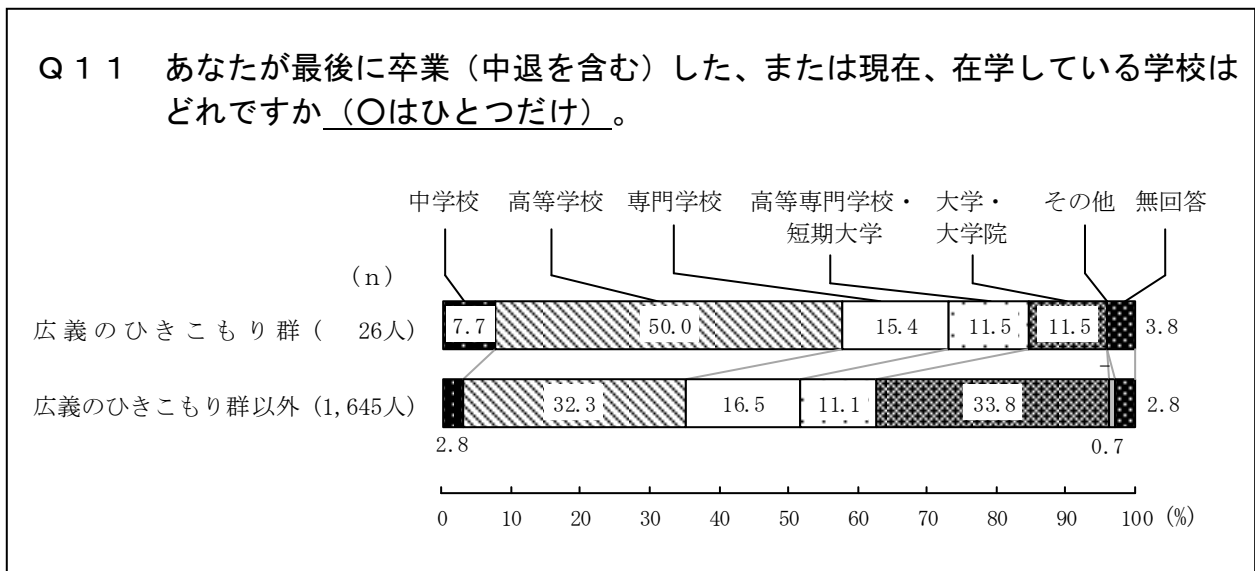
これまでに通院・入院経験のある病気やけがについて尋ねたところ、「うつ病や心の病気」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 38.5%、広義のひきこもり群以外で 7.8%、「頭痛」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 23.1%、広義のひきこもり群以外で 7.1%、「不眠症」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 15.4%、広義のひきこもり群以外で 3.2%となっている。

また、「あてはまるものはない」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 11.5%、広義のひきこもり群以外で 29.3%となっている。

10 通学状況

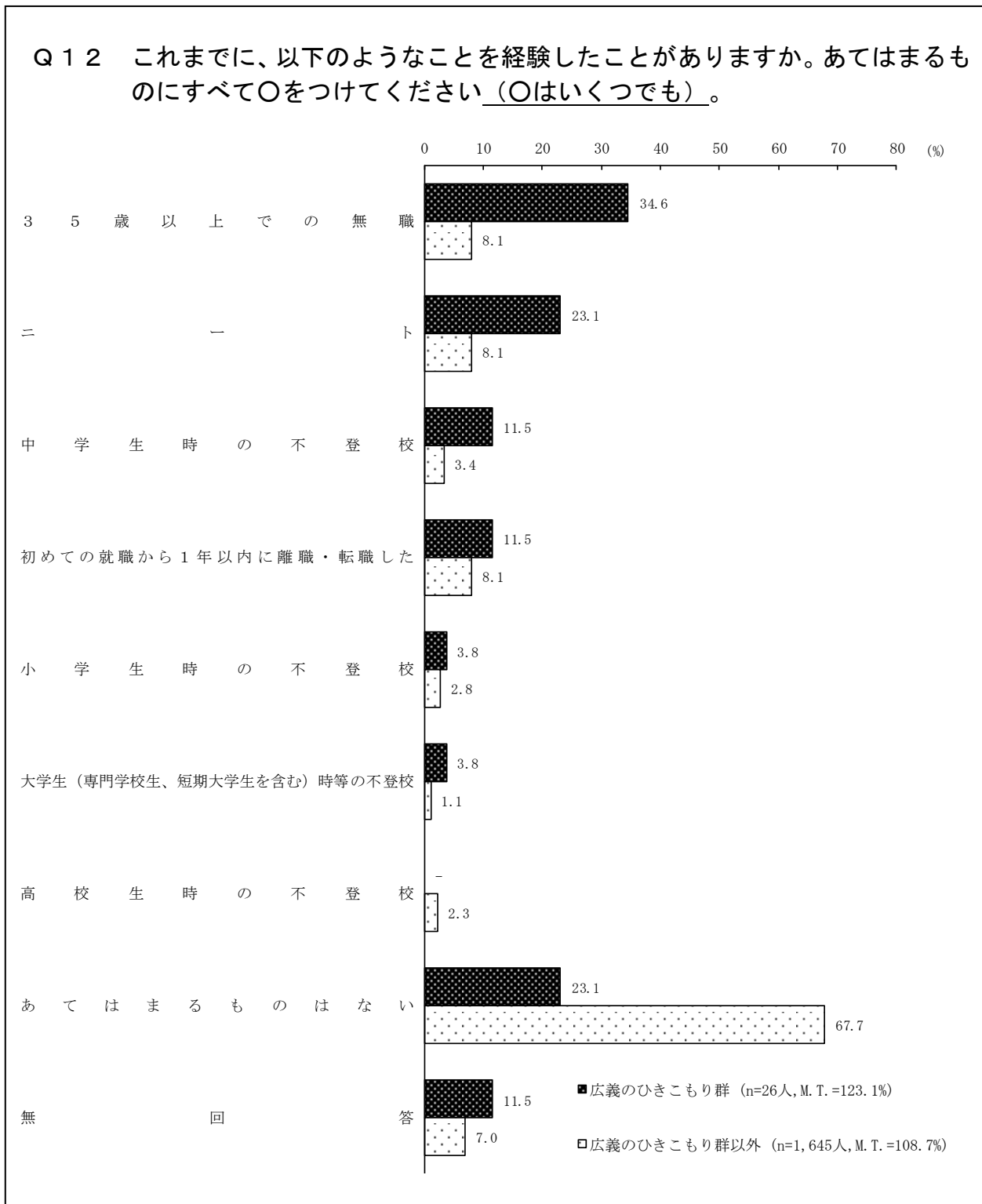


11 卒業・在学中の学校



最後に卒業した、または在学中の学校について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「大学・大学院」11.5%、広義のひきこもり群以外では、「大学・大学院」33.8%となっている。

1 2 これまでの経験

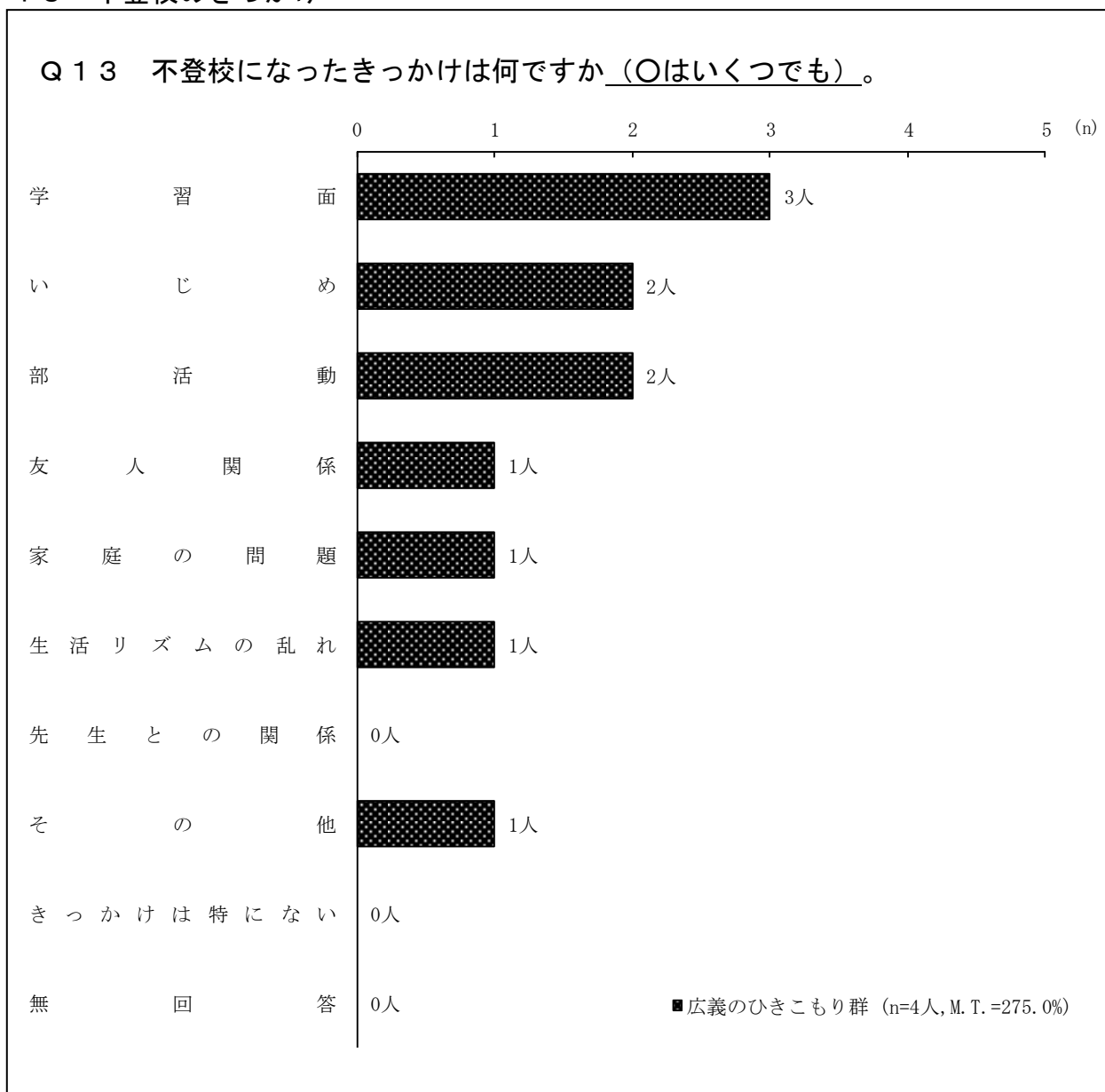


これまでの経験について尋ねたところ、「35歳以上での無職」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で34.6%、広義のひきこもり群以外で8.1%、「ニート（15歳から34歳までの間に就学、就労、職業訓練のいずれも行っていない状態があった）」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で23.1%、広義のひきこもり群以外で8.1%、「中学生時の不登校」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で11.5%、広義のひきこもり群以外で3.4%となっている。

また、「あてはまるものはない」をあげた者の割合は、広義のひきこもり群で23.1%、広義のひきこもり群以外で67.7%となっている。

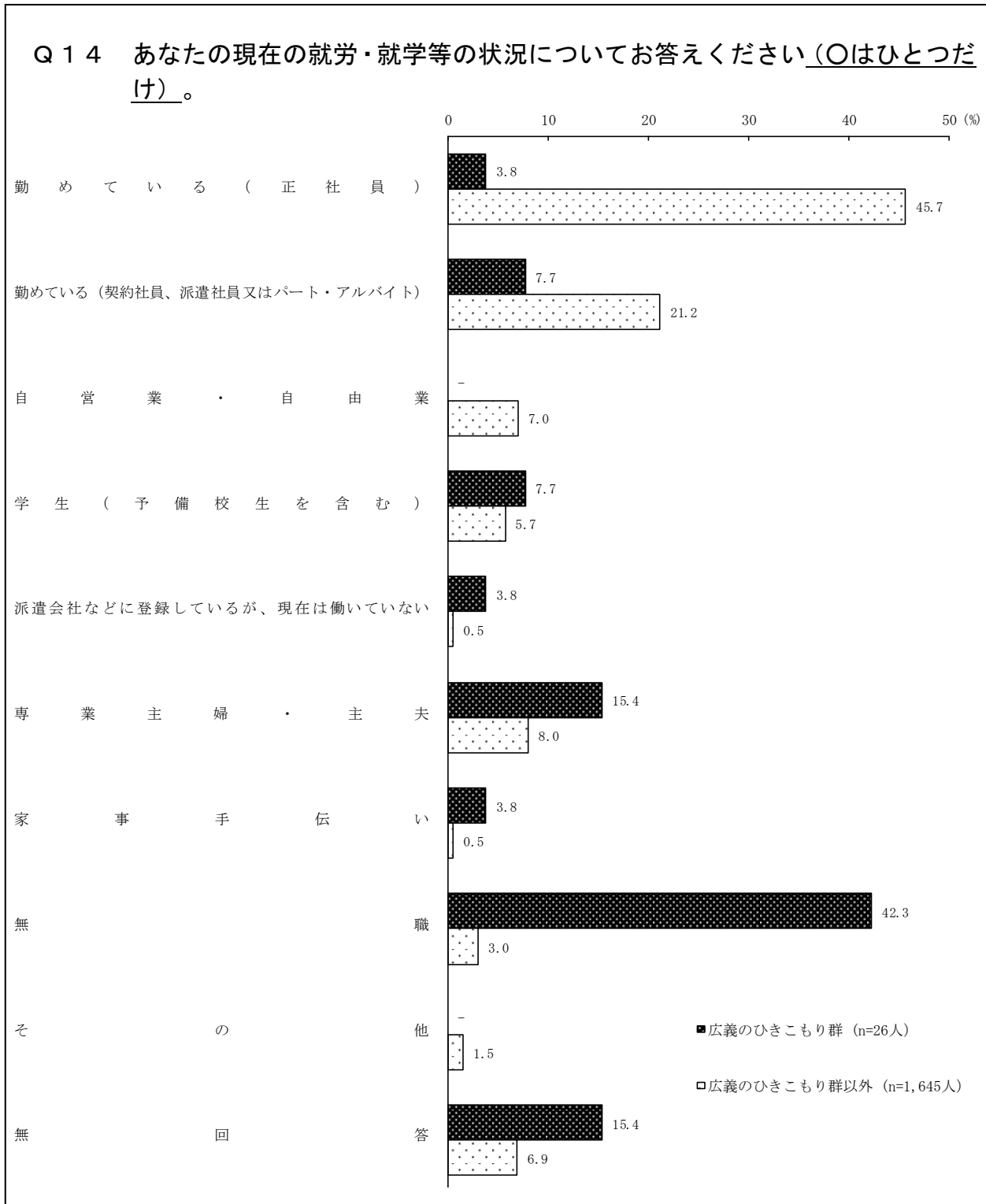
※Q13は、Q12において不登校の経験がある者（Q12において「1小学生時の不登校」「2中学生時の不登校」「3高校生時の不登校」「4大学生（専門学校生、短期大学生を含む）時等の不登校」を選択した者）のみが回答する項目となっている。
 本報告書ではその中でも広義のひきこもり群に該当する者の結果について記載する。

1.3 不登校のきっかけ



不登校のきっかけを広義のひきこもり群4人に尋ねたところ、「学習面」が3人、「いじめ」「部活動」がそれぞれ2人となっている。

1.4 現在の就労・就学等の状況

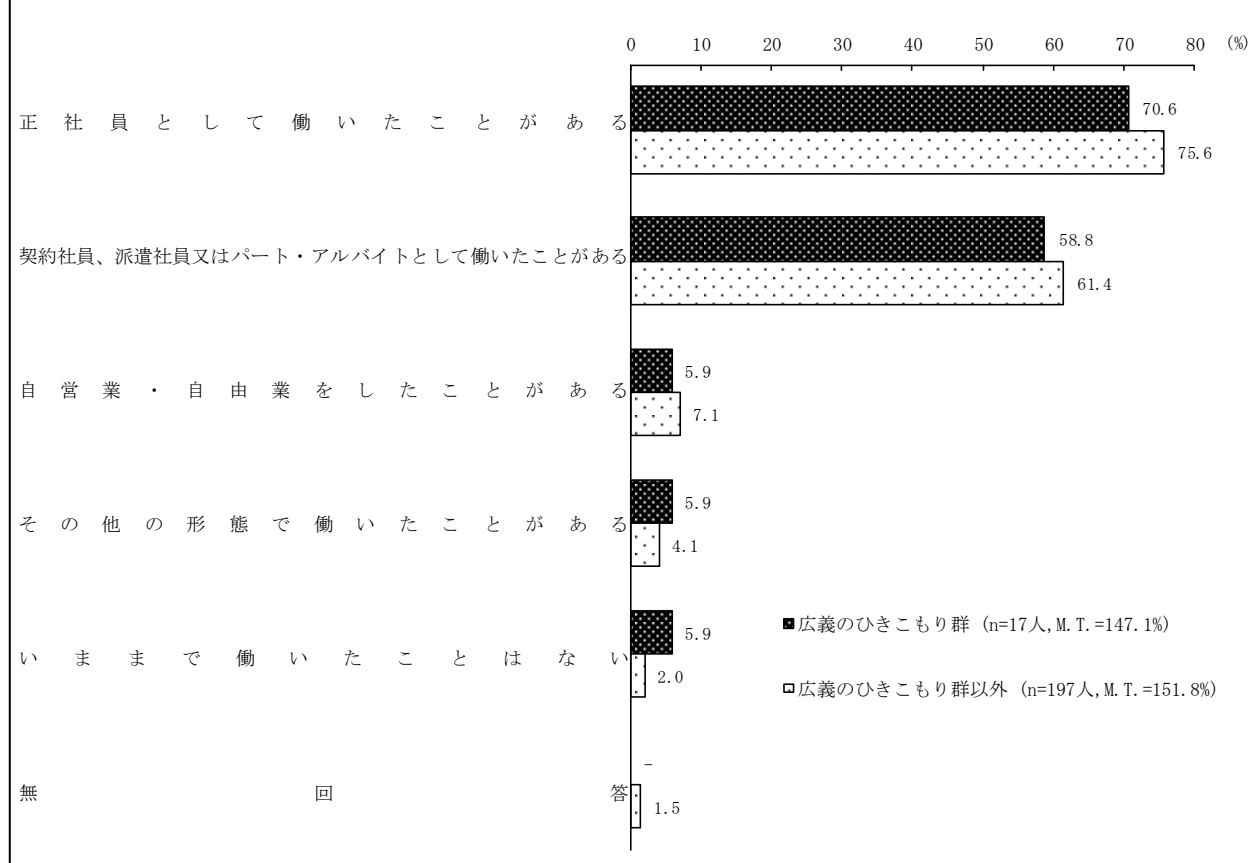


現在の就労・就学等の状況について尋ねたところ、「勤めている (正社員)」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で3.8%、広義のひきこもり群以外で45.7%、「派遣会社などに登録しているが、現在は働いていない」「家事手伝い」をあげた者の割合は広義のひきこもり群でそれぞれ3.8%、広義のひきこもり群以外でそれぞれ0.5%、「無職」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で42.3%、広義のひきこもり群以外で3.0%となっている。

15 働いた経験

【Q14で「5～8」（「5派遣会社などに登録しているが、現在は働いていない」「6専業主婦・主夫」「7家事手伝い」「8無職」）に○をつけた方のみ、Q15～Q17にお答えください。】

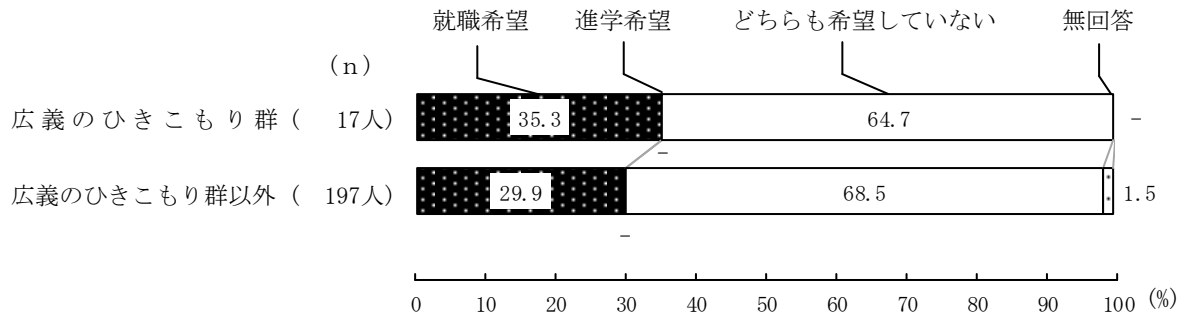
Q15 あなたは、いままでに働いていたことはありますか（○はいくつでも）。



16 就職または進学希望

【Q14で「5～8」（「5派遣会社などに登録しているが、現在は働いていない」「6専業主婦・主夫」「7家事手伝い」「8無職）」に○をつけた方のみ、Q15～Q17にお答えください。】

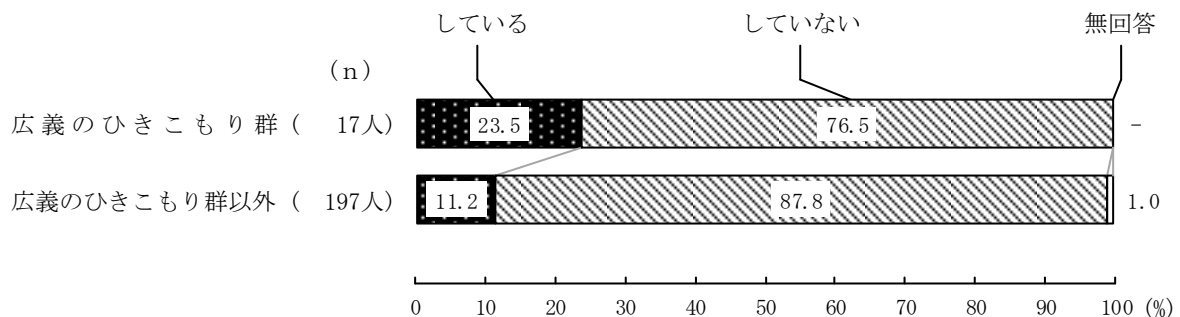
Q16 現在、就職または進学を希望していますか（○はひとつだけ）。



17 就職活動

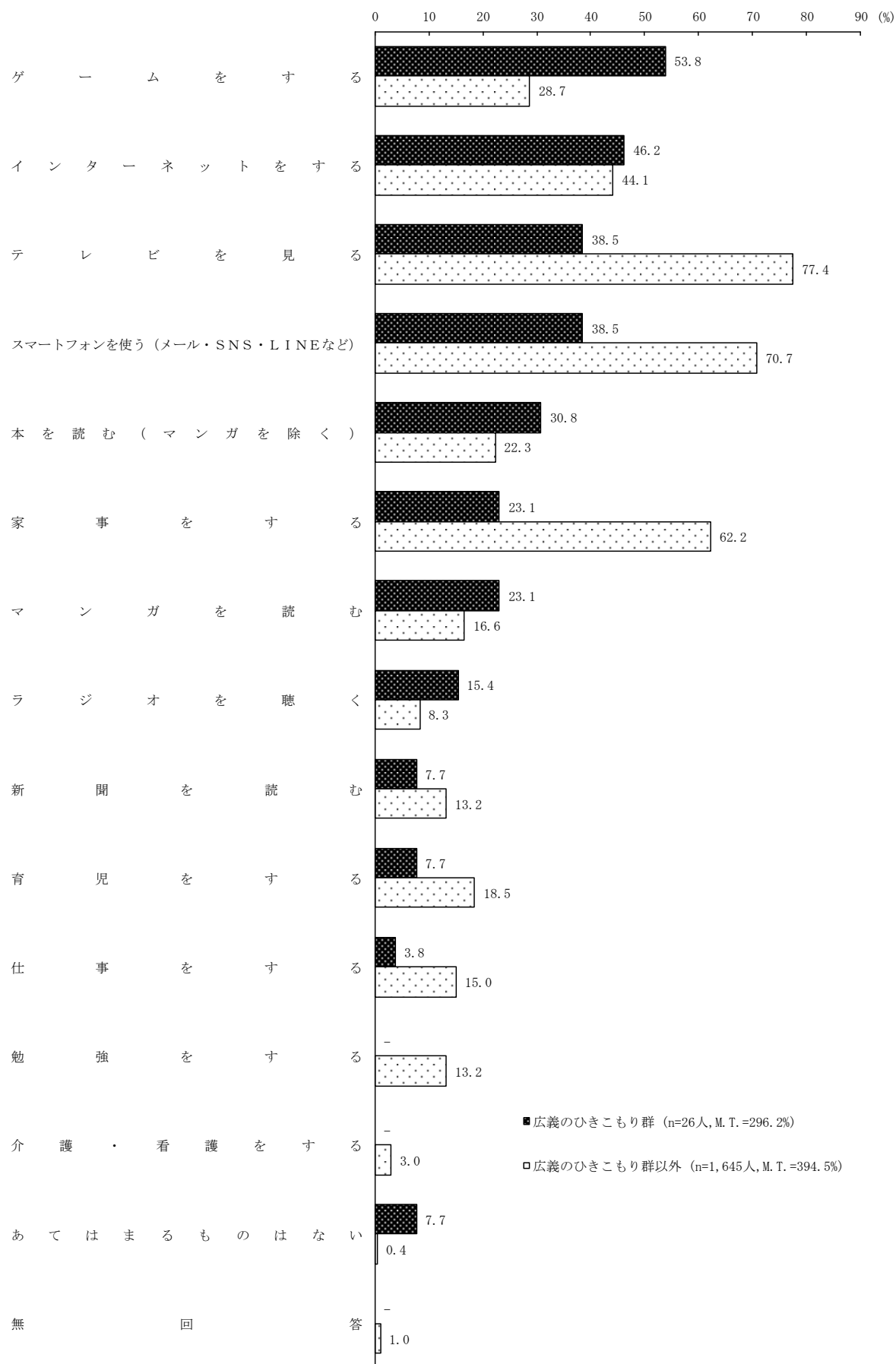
【Q14で「5～8」（「5派遣会社などに登録しているが、現在は働いていない」「6専業主婦・主夫」「7家事手伝い」「8無職）」に○をつけた方のみ、Q15～Q17にお答えください。】

Q17 現在、就職活動をしていますか（○はひとつだけ）。



18 ふだん自宅をよくしていること

Q18 ふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけてください
(○はいくつでも)。

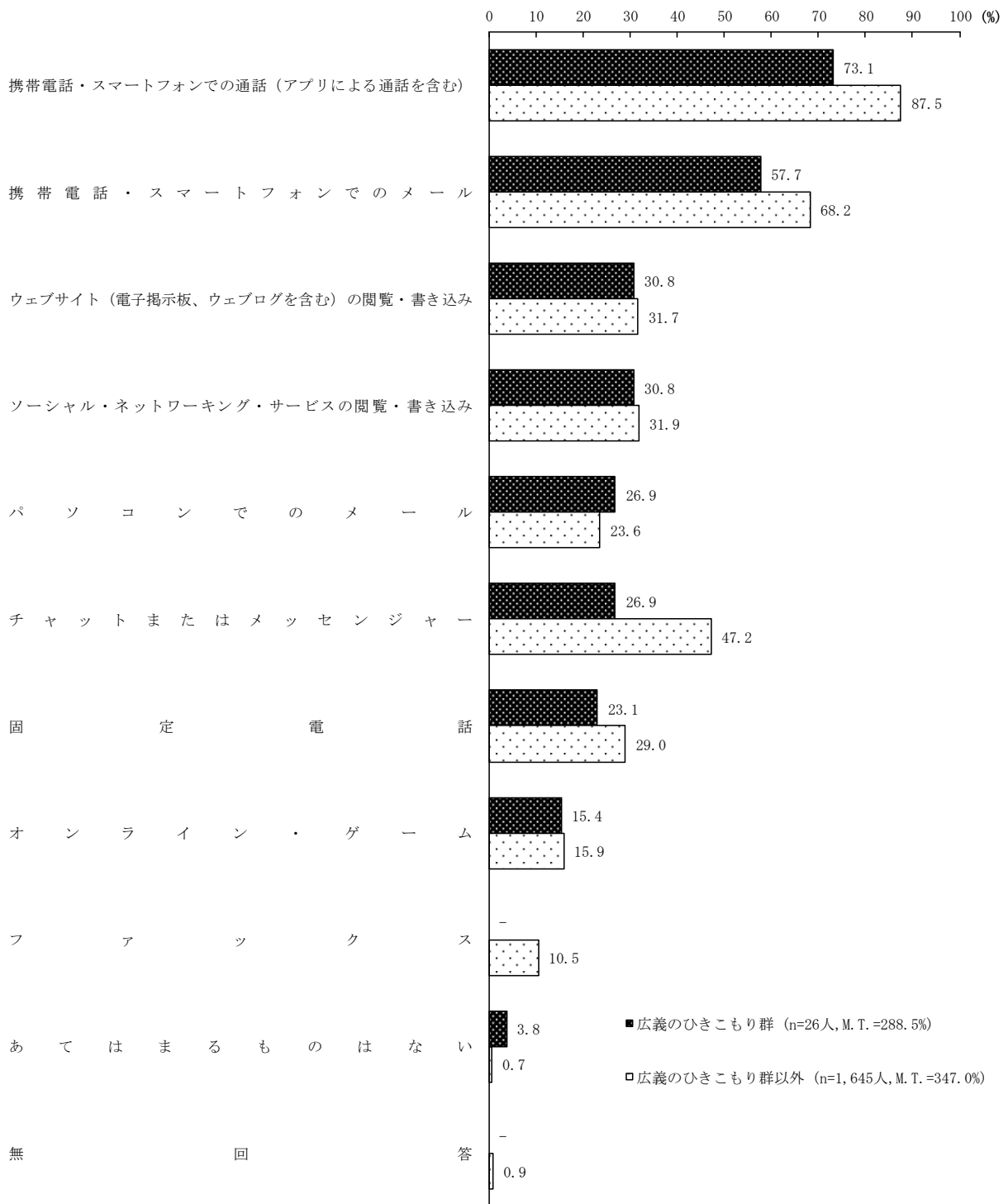


ふだん自宅でよくしていることについて尋ねたところ、「ゲームをする」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で53.8%、広義のひきこもり群以外で28.7%、「テレビを見る」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で38.5%、広義のひきこもり群以外で77.4%、「スマートフォンを使う（メール・SNS・LINEなど）」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で38.5%、広義のひきこもり群以外で70.7%、「家事をする」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で23.1%、広義のひきこもり群以外で62.2%、「勉強をする」と答えた者は広義のひきこもり群ではおらず、広義のひきこもり群以外で13.2%となっている。

また、「あてはまるものはない」と回答した者の割合は広義のひきこもり群で7.7%、広義のひきこもり群以外で0.4%となっている。

19 通信手段でふだん利用しているもの

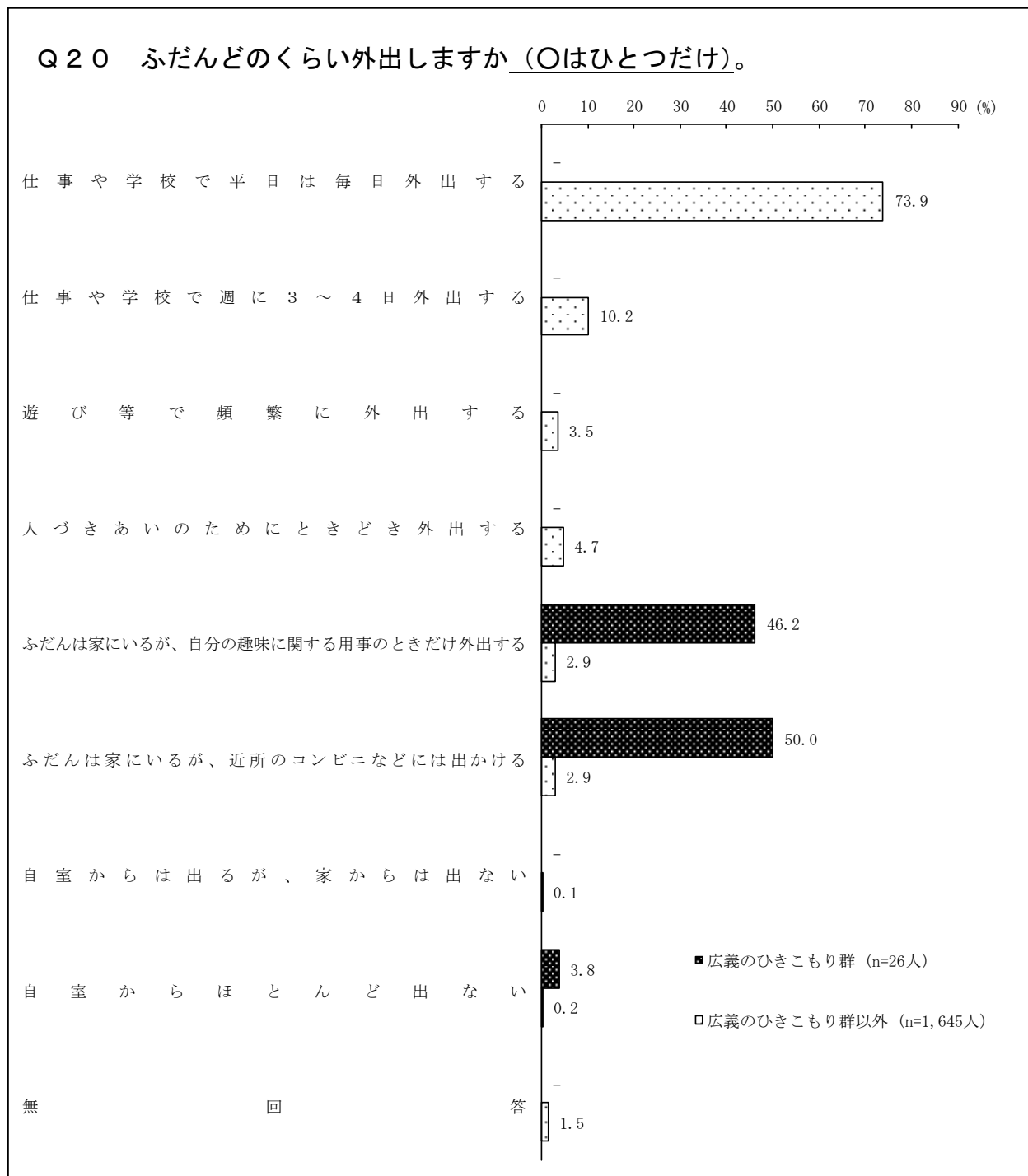
Q19 以下にあげられた通信手段の中で、ふだん利用しているものすべてに○をつけてください（○はいくつでも）。



通信手段でふだん利用しているものについて尋ねたところ、「携帯電話・スマートフォンでの通話（アプリによる通話を含む）」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で73.1%、広義のひきこもり群以外で87.5%、「チャットまたはメッセージ」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で26.9%、広義のひきこもり群以外で47.2%となっている。

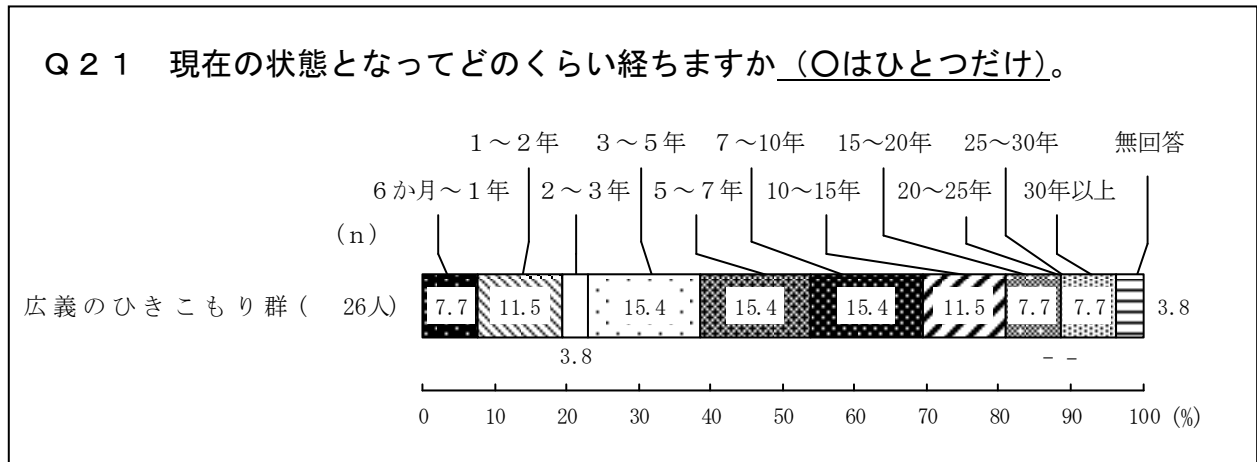
※Q20の設問は、広義のひきこもり群を定義するために使用している。

20 ふだんの外出頻度

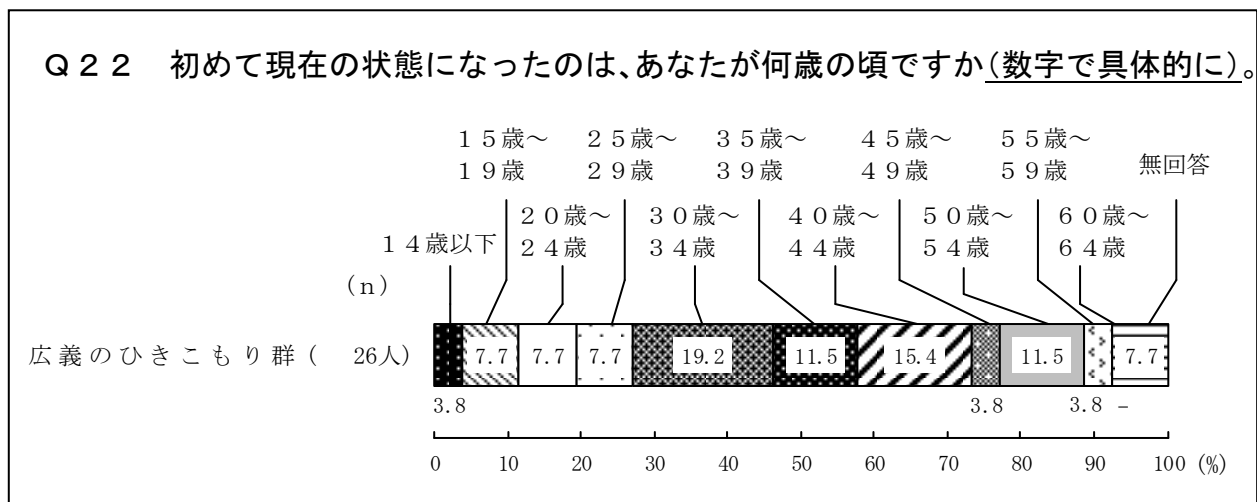


※Q21～Q30は、Q20において外出頻度が低かった者（Q20において「5ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する」「6ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」「7自室からは出るが、家からは出ない」「8自室からほとんど出ない」を選択した者）のみが回答する項目となっている。
本報告書では、その中でも広義のひきこもり群に該当する者の結果について記載する。

2.1 ひきこもりの状態になってからの期間

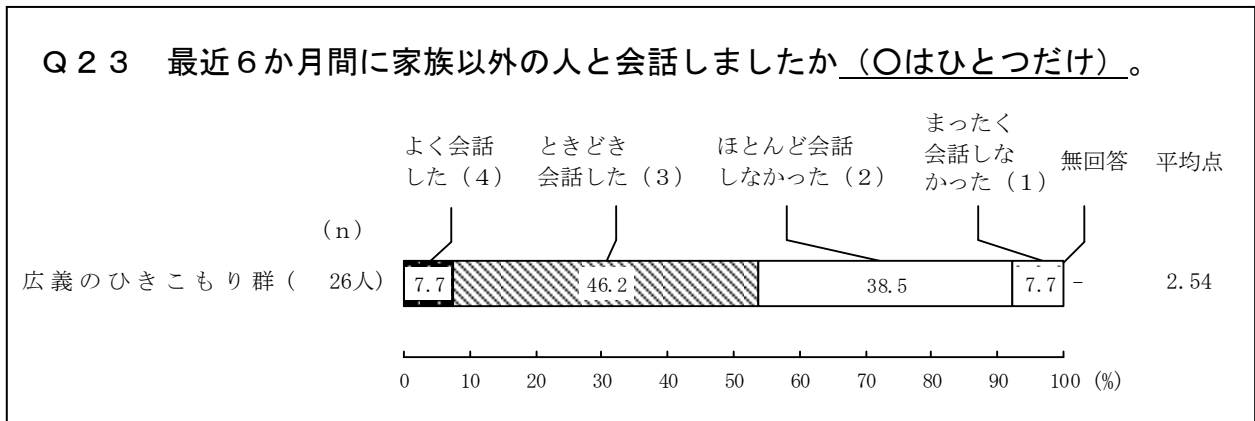


2.2 初めてひきこもりの状態になった年齢



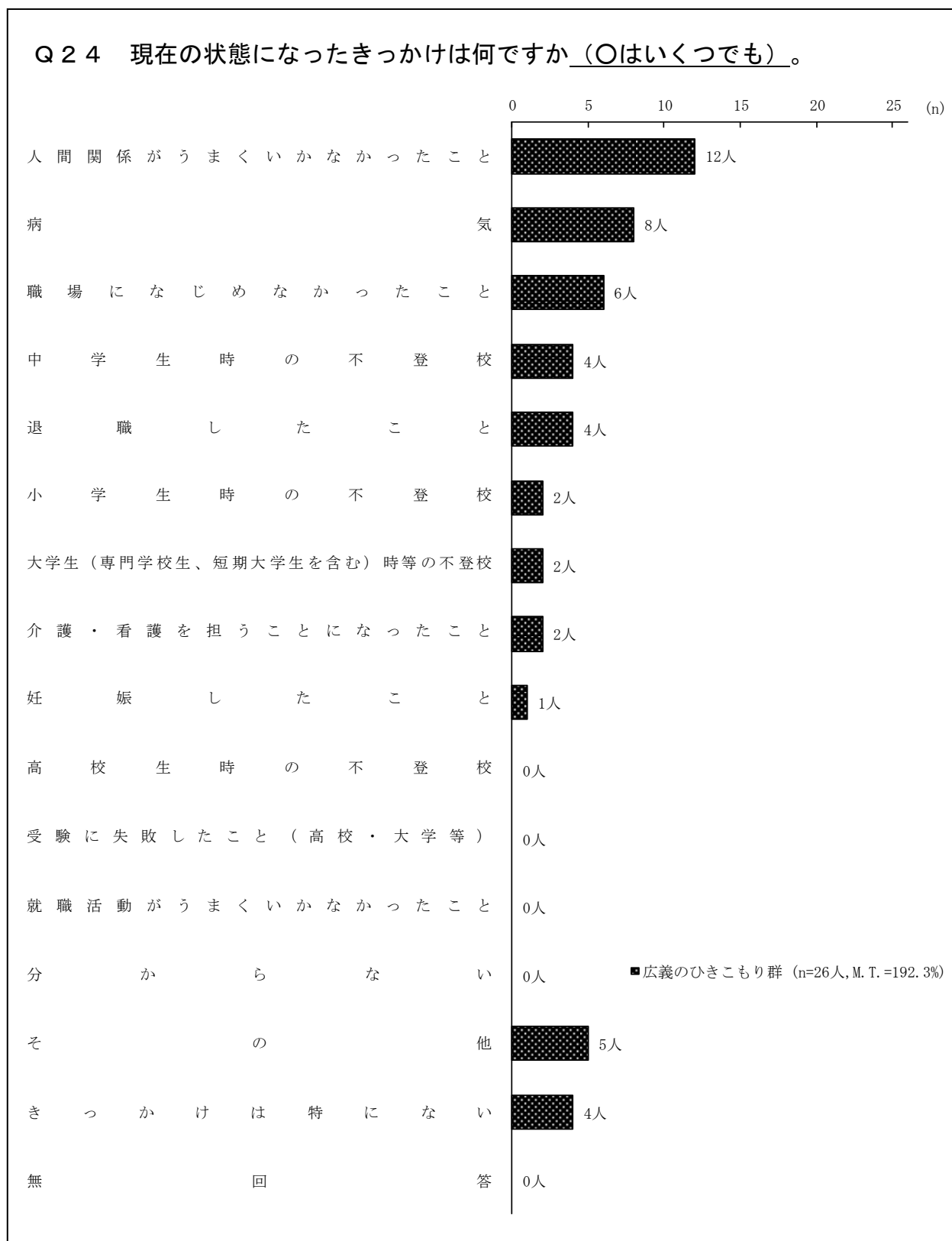
初めて現在の状態になったのは何歳の頃か尋ねたところ、「30歳～34歳」と答えた者の割合が19.2%、「35歳～39歳」が11.5%、「40歳～44歳」が15.4%、「50歳～54歳」が11.5%となっている。

2.3 家族以外との会話の状況



最近6か月間に家族以外の人と会話したか尋ねたところ、「よく会話した」と答えた者の割合は7.7%、「ときどき会話した」は46.2%、「ほとんど会話しなかった」は38.5%、「まったく会話しなかった」は7.7%となっている。

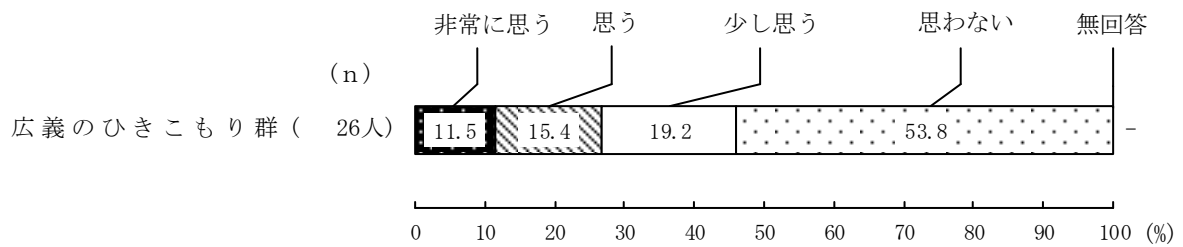
2.4 ひきこもりの状態になったきっかけ



現在の状態になったきっかけを26人に尋ねたところ、「人間関係がうまくいかなかったこと」をあげた者が12人、以下、「病気」(8人)、「職場になじめなかったこと」(6人)、「中学生時の不登校」「退職したこと」「きっかけは特にな」(それぞれ4人)となっている。

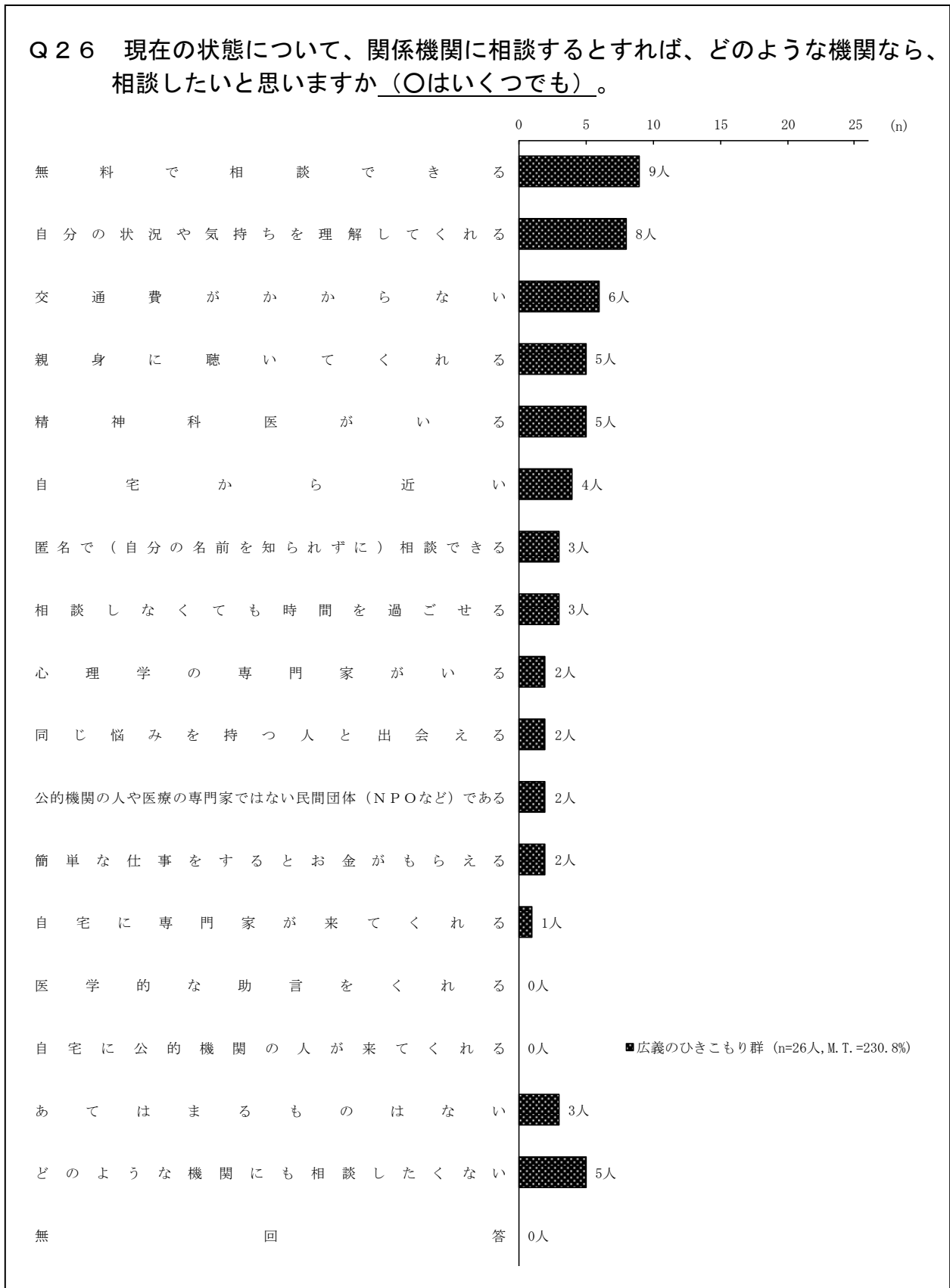
2.5 ひきこもりの状態について、関係機関に相談したいか

Q25 現在の状態について、関係機関（家族以外に相談できる専門家や支援機関など）に相談したいと思いませんか（〇はひとつだけ）。



現在の状態について、関係機関に相談したいか尋ねたところ、「非常に思う」と答えた者の割合は11.5%、「思う」は15.4%、「少し思う」は19.2%、「思わない」は53.8%となっている。

26 ひきこもりの状態をどのような機関なら相談したいか



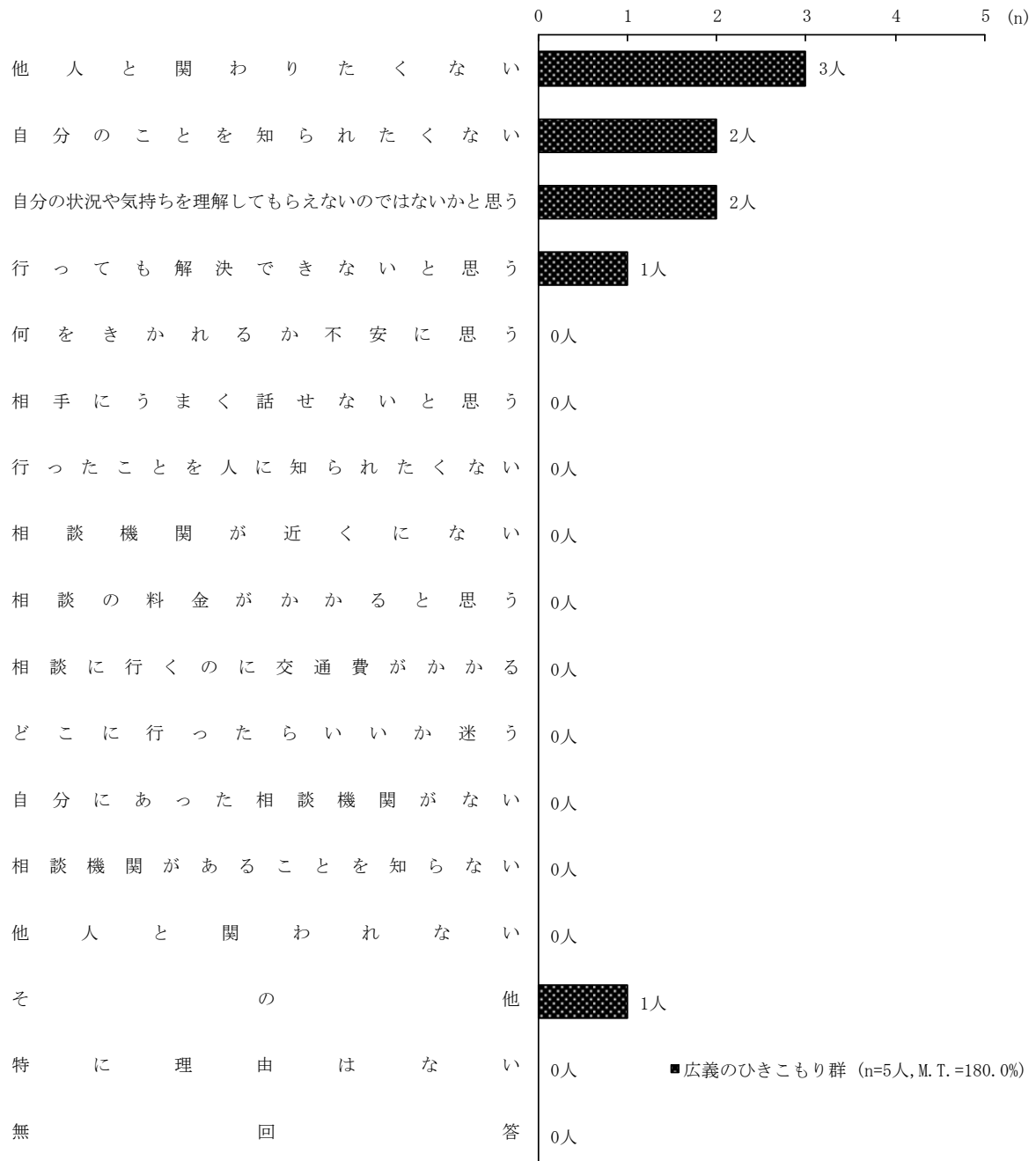
現在の状態を関係機関に相談するとすればどのような機関なら相談したいか26人に尋ねたところ、「無料で相談できる」をあげた者が9人、「自分の状況や気持ちを理解してくれる」をあげた者が8人、「交通費がかからない」をあげた者が6人となっている。

また、「あてはまるものはない」と答えた者は3人、「どのような機関にも相談したくない」と答えた者は5人となっている。

27 相談したくない理由

【Q26で「17（どのような機関にも相談したくない）」に○をつけた方のみ、Q27にお答えください。】

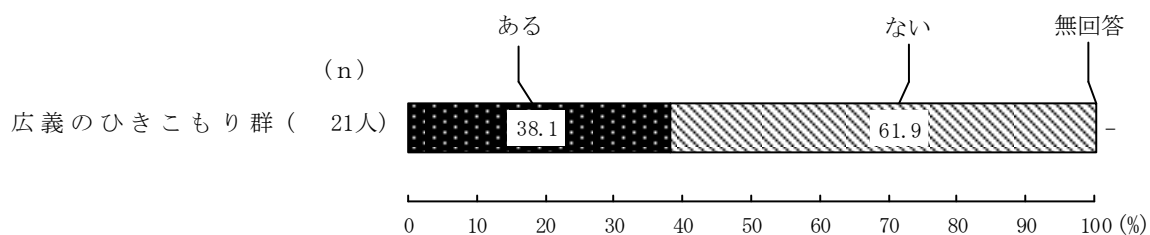
Q27 相談したくないと思う理由は何ですか（○はいくつでも）。



Q26で「相談したくない」と答えた者5人に、相談したくない理由を尋ねたところ、「他人と関わりたくない」をあげた者が3人、「自分のことを知られたくない」「自分の状況や気持ちを理解してもらえないのではないかと思う」をあげた者がそれぞれ2人、「行っても解決できないと思う」をあげた者が1人となっている。

2.8 関係機関に相談した経験

【Q26で1～16（「17どのような機関にも相談したくない」以外）をあげた人に】
 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）。



現在の状態について、関係機関に相談したことがあるか尋ねたところ、「ある」と答えた者の割合が38.1%、「ない」と答えた者の割合が61.9%となっている。

2.9 相談した機関

【Q28で「1（ある）」に○をつけた方のみ、Q29～Q30にお答えください。】
 Q29 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）。

| | 広義のひきこもり群 (n=8人, MT=162.5%) |
|-------------------------------|--------------------------------|
| 病院・診療所 | 6人 |
| 保健センター | 1人 |
| 福祉事務所 | 1人 |
| 職業安定所・地域若者サポートステーションなどの就労支援機関 | 1人 |
| 足立区以外の当事者の会・家族会 | 1人 |
| ジョブサポートあだち | 1人 |
| 上記以外の民間の相談機関・支援機関（NPO等） | 1人 |
| その他の施設・機関 | 1人 |

Q28で相談したことが「ある」と答えた者8人に、どのような相談機関に相談したか尋ねたところ、「病院・診療所」をあげた者が6人、「保健センター」「福祉事務所」「職業安定所・地域若者サポートステーションなどの就労支援機関」「足立区以外の当事者の会・家族会」「ジョブサポートあだち」「上記以外の民間の相談機関・支援機関(NPO等)」「その他の施設・機関」がそれぞれ1人となっている。

30 相談した結果

【Q28で「1（ある）」に○をつけた方のみ、Q29～Q30にお答えください。】

Q30 相談機関に相談した結果について、どのようにお考えですか。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、基本的に原文のまま掲載しているが、回答から個人が特定できないよう一部加工している。

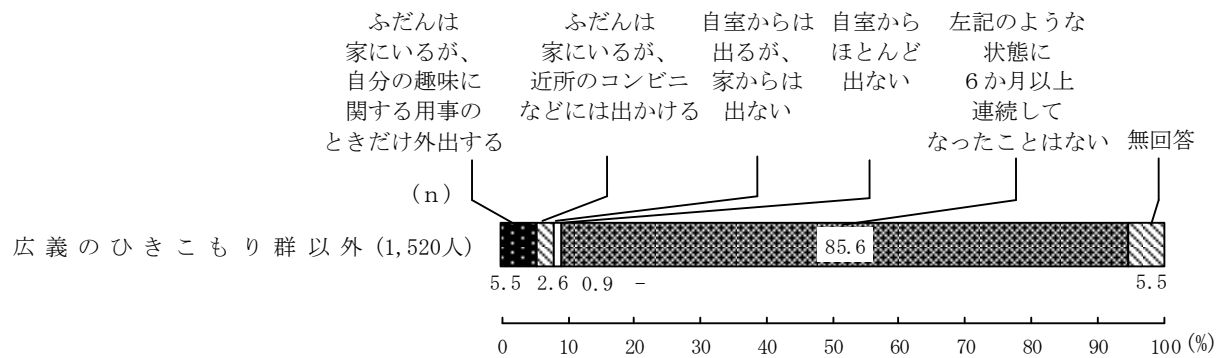
| |
|----------------------------------|
| お薬もらっている・リワークのすすめをうけている |
| 病名がわかった。そして治療につなげる事ができているのでよかった。 |

※Q31の設問は、過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群を定義するために使用した。

3.1 過去の外出頻度

【Q20で「1～4」（「1 仕事や学校で平日は毎日外出する」「2 仕事や学校で週に3～4日外出する」「3 遊び等で頻繁に外出する」「4 人づきあいのためにときどき外出する」）に○をつけた方のみ、Q31にお答えください。】

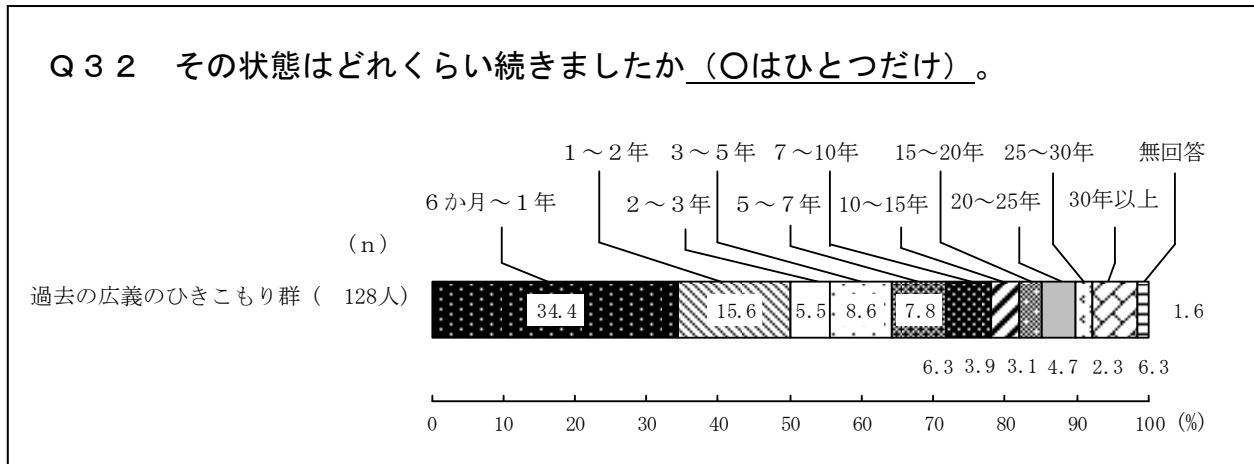
Q31 あなたは今までに6か月以上連続して、以下のような状態になったことはありますか（○はひとつだけ）。



※Q32～Q35は、Q20（ふだんの外出頻度）において外出頻度が高かった者（1 仕事や学校で平日は毎日外出する」「2 仕事や学校で週に3～4日外出する」「3 遊び等で頻繁に外出する」「4 人づきあいのためにときどき外出する」を選択した者）で、かつQ31（過去の外出頻度）において外出頻度が低かった者（「1 ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する」「2 ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」「3 自室からは出るが、家からは出ない」「4 自室からほとんど出ない」を選択した者）のみが回答する項目となっている。

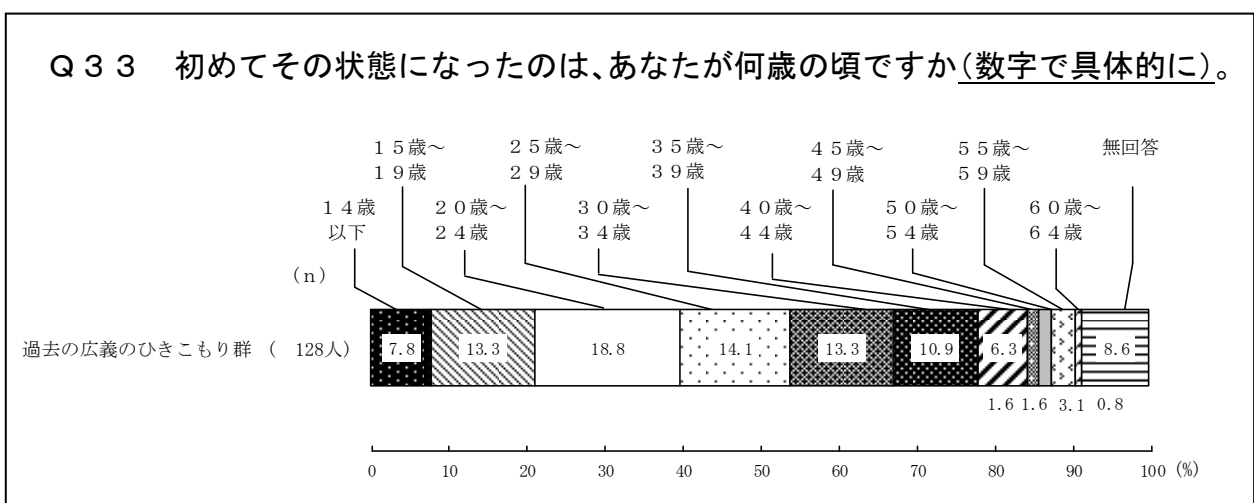
本報告書ではその中でも過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群に該当する者の結果について記載する。

3.2 過去にひきこもりの状態だった期間



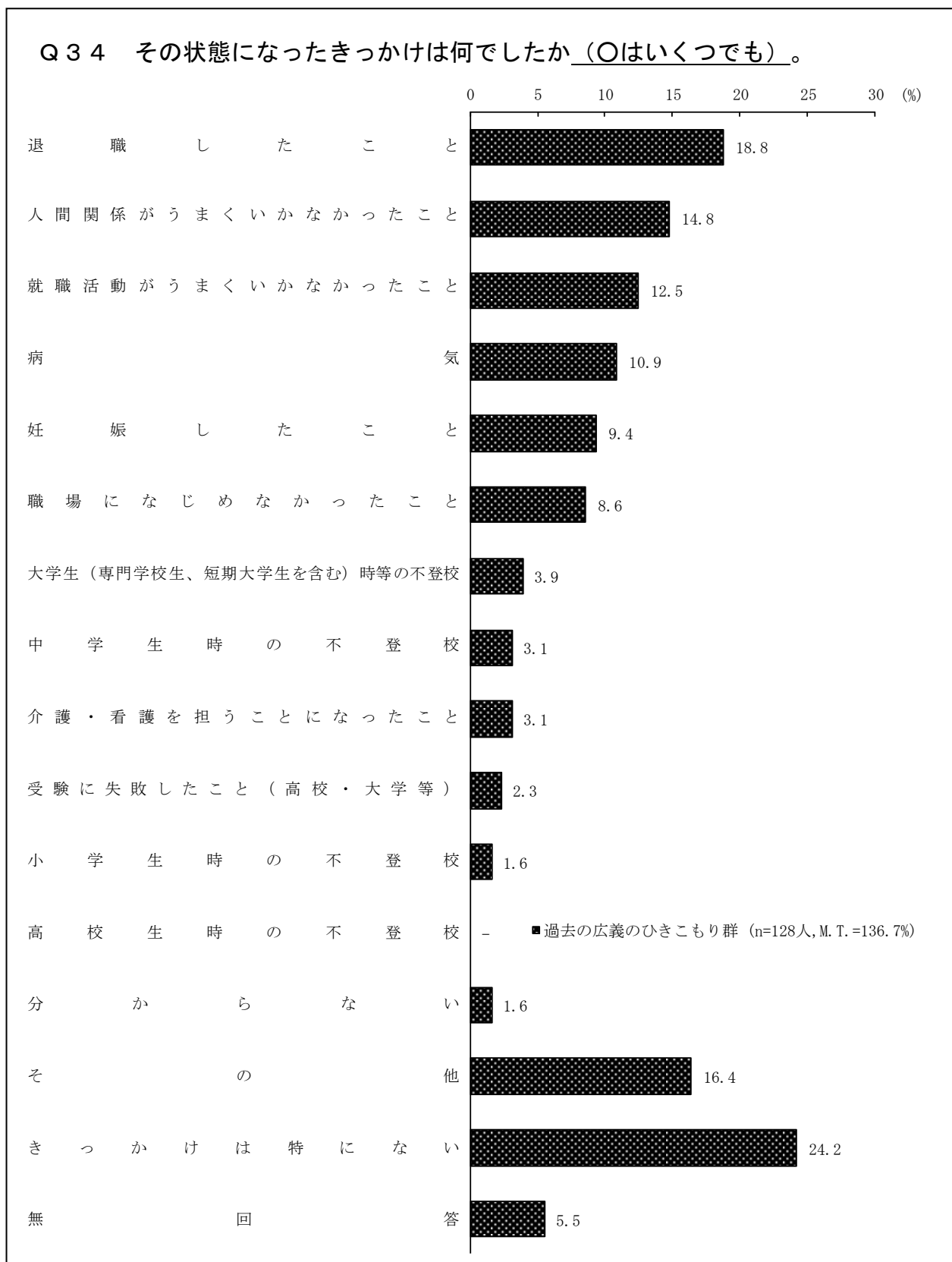
過去のひきこもり状態の継続期間について尋ねたところ、「6か月～1年」と答えた者の割合が34.4%、「1～2年」が15.6%、「3～5年」が8.6%、「5～7年」が7.8%となっている。

3.3 過去に初めてひきこもりの状態になった年齢



初めてひきこもりの状態になった年齢について尋ねたところ、「15歳～19歳」と答えた者の割合が13.3%、「20歳～24歳」が18.8%、「25歳～29歳」が14.1%、「30歳～34歳」が13.3%、「35歳～39歳」が10.9%となっている。

3.4 過去にひきこもりの状態になったきっかけ



過去にひきこもりの状態になったきっかけについて尋ねたところ、「退職したこと」をあげた者の割合は18.8%、「人間関係がうまくいかなかったこと」は14.8%、「就職活動がうまくいかなかったこと」は12.5%、「病気」は10.9%となっている。

また、「きっかけは特にな

35 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

Q35 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、きっかけや役立ったこと別に分類した。なお、基本的に原文のまま掲載しているが、回答から個人が特定できないよう一部加工している。

<就職・転職>

| |
|---|
| 就職活動にあたり、収入より定年まで自分の能力で十分余裕を持ってできる仕事先を選んだこと。 |
| 職安に通てくじけなかったこと |
| そろそろ働くかとの気分。 |
| 職業訓練校に通った後、それ迄とは異った業種に転職を重ね、現在に至る。 |
| 仕事で色々な人と出逢ったから |
| きっかけ：転職活動が上手くいき、職に就く事ができた。 役立った事(学習した事)：外に出ないとやる気が本当に失われる。(少し無理して外出したら意外と楽しかったりした経験に基づくので必ずしも万人がそうという訳ではないと思う。) |
| ハローワーク |
| 正社員や契約社員での転職にこだわらず、アルバイトでも構わないので仕事が見つかるまで職探しを続けたこと。 |
| 34歳で出産してから3人、3歳、2歳差で授かり、10年間専業主婦でした。その間友人も増え、また働きたいと思うようになり、一年間パート勤めをし、子供たちの様子をみつつ、今年10月からフルタイムで就職しました。きっかけは生活の安定と将来への楽しみを増やそうと考えたことです。 |
| 仕事をしていた時の人間関係でなってしまったが何かをして働かなければいけないと思うようになり役に立ちたいと思い以前と同じ職種に戻ったら病気がかかいらぜんされていった |
| ジョブサポートあだちでアルバイトを紹介されたこと |
| 転職し、現在の職場で仕事をするようになったこと |

<家族・友人>

| |
|--|
| <p>育児中は、子ども優先となってしまう、自分の心や体に休む余裕を持てなかった。そのため、家の中で過ごすことが多くなっていった。今では子どもも体が強くなり、私自身も体調を崩すことが少なくなってきた。きっかけはこの地域に引っ越してきて、子どもを通じた知り合い、お友達との交流だったかなと今では思う。1人で、2人でよりも、気の合う何人かのお友達と色んな話をすることで、外にお出掛けしよう！！とたくさん計画できるようになってきたと思っている。</p> |
| <p>当時windows 98（95？）が出て、インターネットでの友人ができたことで世界が広がり、外に出たりオフ会に参加したりするようになり進路についてもちゃんと考えられるようになりました</p> |
| <p>通院先を変えた。以前の職場の上司が声掛けしてくれ、今の職場にて社会復帰できた。両親の支えも大きかった。周囲の理解も大きかった。</p> |

<医療>

| |
|--|
| <p>病気の治療のおかげだと思います。</p> |
| <p>通院して薬をちゃんと飲み、あせらず回復することに専念したことが良かったと思います。</p> |
| <p>病気からの回復。少しずつ、働けるようになったこと。</p> |

<自身の変化>

| |
|---|
| <p>外出する事（買い物、友達と会う等）いずれも、社会とのかかわりに役立つと思う。</p> |
| <p>人との付き合い方を変えた。高校は義務ではないので頑張って通っている。</p> |
| <p>・精神科のデイケアによる自己肯定のしかたを学んだのと年上の知識のある人たちと仲良くなったこと。・一人旅したこと</p> |
| <p>父親の死亡</p> |
| <p>2年くらい経過して、それまで拒絶していたけど、自分が変わりたいと思うようになった。児童相談のおばさんがきて、不登校の子供が通う教室？に行ったことで、社会へのつながりを感じられたことが大きかった。中学校にほぼ行くことがなかったが、卒業式にだけは参加し、クラスメイトがかんげいしてくれたこともうれしかったし、自分に自信がもてたことが大きかった。</p> |
| <p>貯金がなくなったのが、きっかけ。</p> |
| <p>インターネットで情報を集め、自分の考え方が間違っているかたしかめた。自分にとって有益だと思える有料セミナーに参加し、自分と同じ考えを持っている人がたくさんいる事がわかり、立ち直るきっかけとなった。</p> |
| <p>周囲にできるだけ迷惑をかけないように、自殺をしようと、身辺整理をしていたら、思いのほか上手く事が進んだ。死ぬための準備にける力を、生きることに使ったらどこまでできるか確かめたくなくなった。ひきこもりサポートで面談をして、自分が比較的コミュニケーション能力にも問題なかったことを確認してから、アルバイトから社会復帰をしていった。</p> |

| |
|--|
| ・子どもが一歳をすぎて再就職（会社勤務）したら解消した。・引っ越しをして、近所を散策するようになったら解消した。 |
| 東京しごと塾に参加、様々な仲間と出会い、自分も心の病や仕事についても、良い意味で、開き直る。母を守るため、借金も返さないといけない。又、入った会社の上司や先輩にも恵まれたのだらうと思います。 |
| （今も、苦しきから立ち直った、良くなったとはっきりと思えないので、難しいのですが）振り返ってみると、時間をかけて少しずつ人の言葉だったり読んだ本等の内容に影響され、気持ちに変化が出てきたような気がします。その時は分からなくて全く響かなかったり聞き流していたことも、少し落ちつく（自分の場合は一番酷い時はパニックの様になってしまっていたので、そういった時は他の事は考えられなくなってしまっていたので）と、後から吸収して少しずつ回復に向かっていったような感じです。当時自分がお世話になっていた専門の方も仰っていて、本などでもよく言われる事ですが、「焦ってはいけない」「焦らせてはいけない」のは本当にそうだと思います。 |
| 弟もその兆候があったので自分は働かないといけないと思ったため |
| 子供が歩くようになって外に出ざるをえなくなった。 |
| あるテレビ番組を見ていて「このままではまずい」と気が付き、勉強に集中し大学合格、就職。就職後は仕事に不満があり、常に辞めたい（入社～3年）と思っていましたが、仕事を理解して責任のある仕事を任されるようになり考えが変わり、現在に至ります。本人が気付くきっかけを、どのようにつかむかだと思えます。また就職後は、どんな仕事でも最低3年間は続けるようアドバイスが必要だと思います。 |
| 高校に行きたかったから |

<趣味>

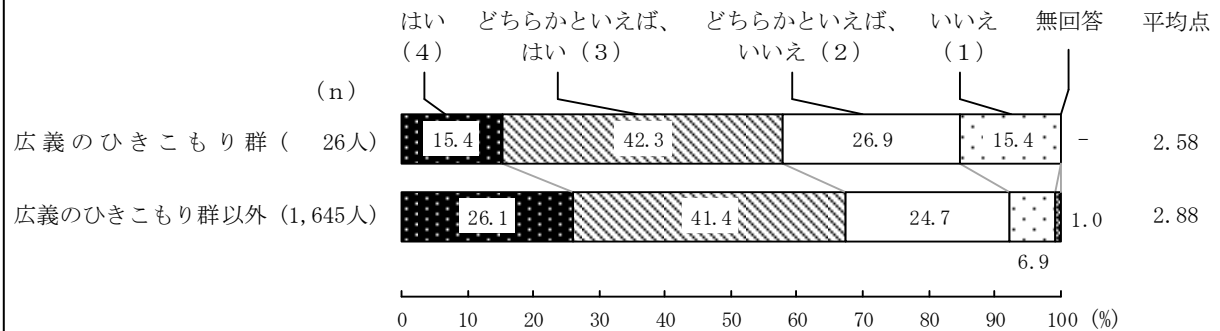
| |
|--|
| はじめから「〇ヶ月は趣味を楽しむ」と決めていたので、その期間が終わったから働いた。 |
| 彼女がいれば外に出ようと思うが、一人で外出といっても趣味や自分のやりたい事のみでしか出ようと思わない。でもやりたい事ができている充実感や、自由に使える時間というものが自分を支えてくれる |
| あそびでもいいから楽しく目標になるものを見つけた。ゴルフ、サイクリング |

3.6 自身にあてはまること

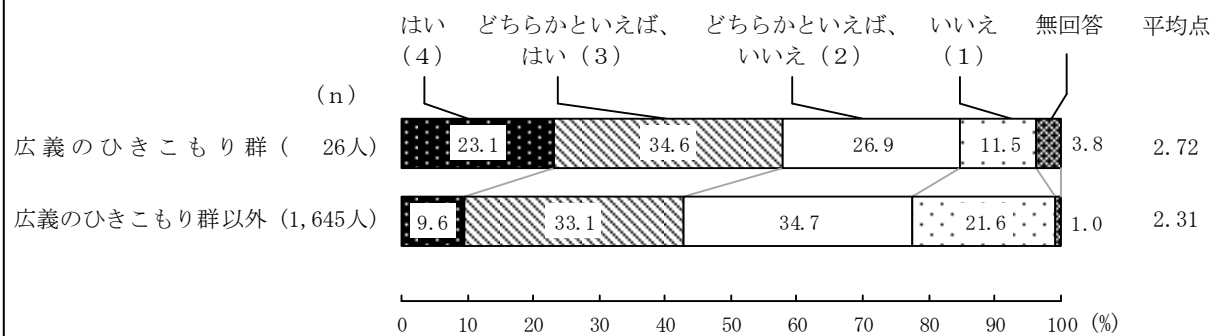
あなた自身にあてはまるかどうか 14 項目について尋ねた。

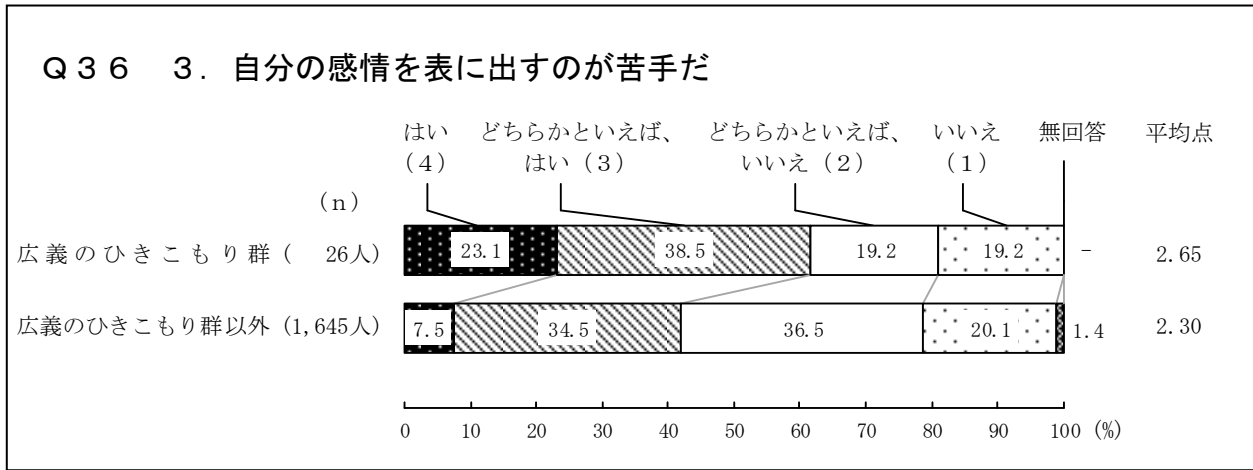
Q36 次にあげられたことについて、あなた自身にあてはまるものに○をつけてください（○は各項目につき、ひとつ）。

1. 初対面の人とすぐに会話できる自信がある

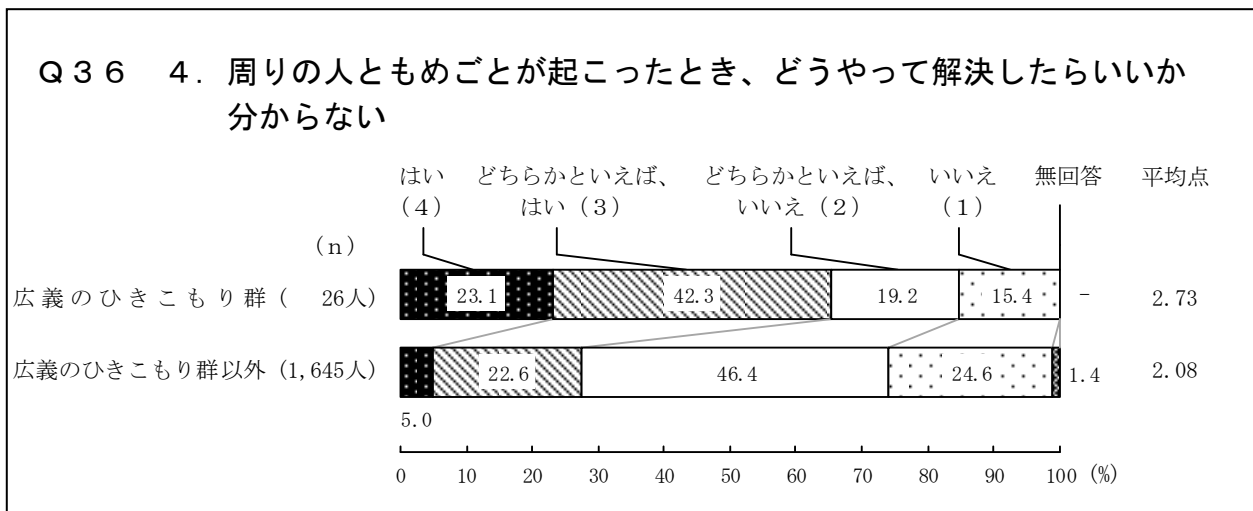


Q36 2. 人とのつきあい方が不器用なのではないかと悩む

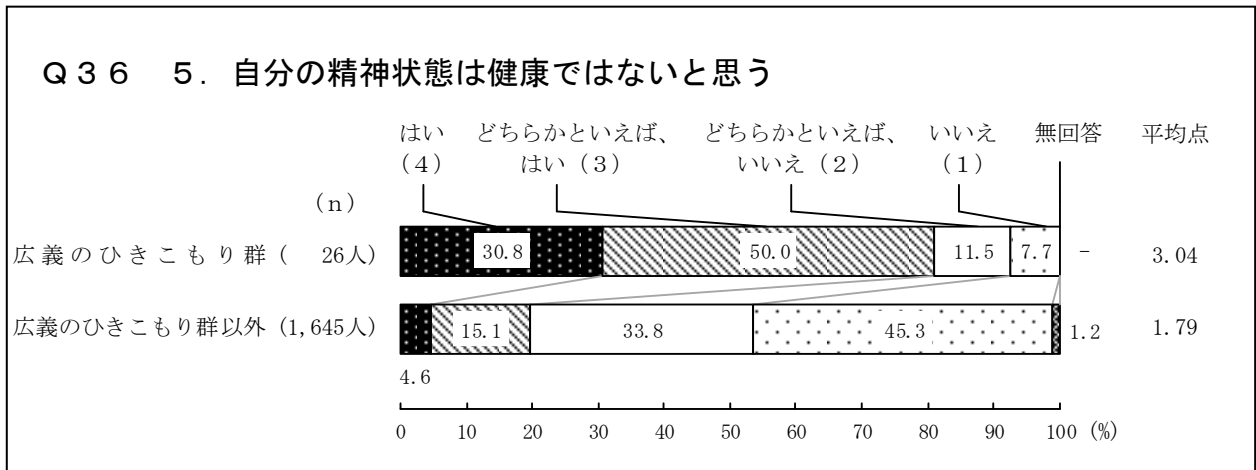




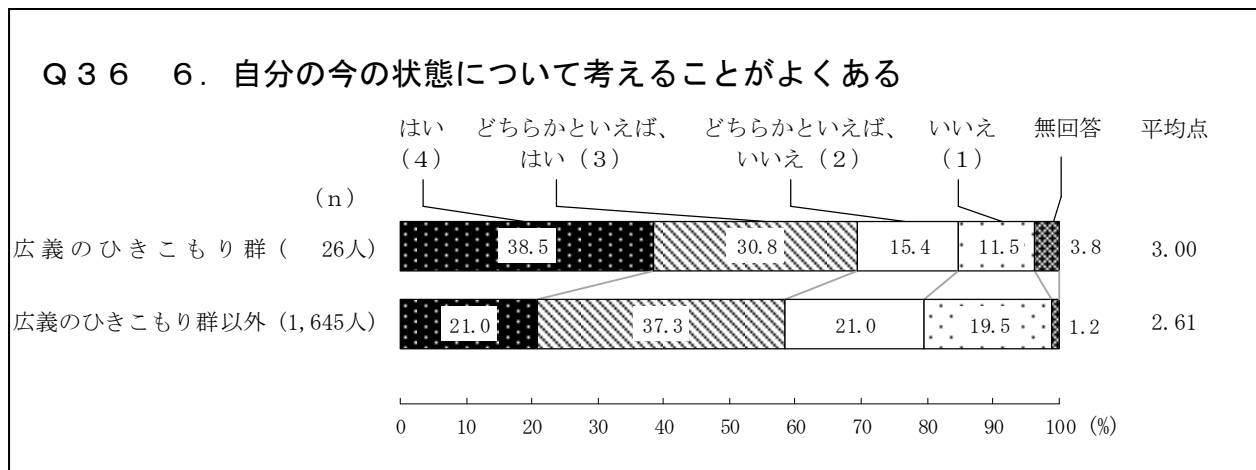
『自分の感情を表に出すのが苦手だ』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）61.5%、広義のひきこもり群以外では、『はい』41.9%となっている。

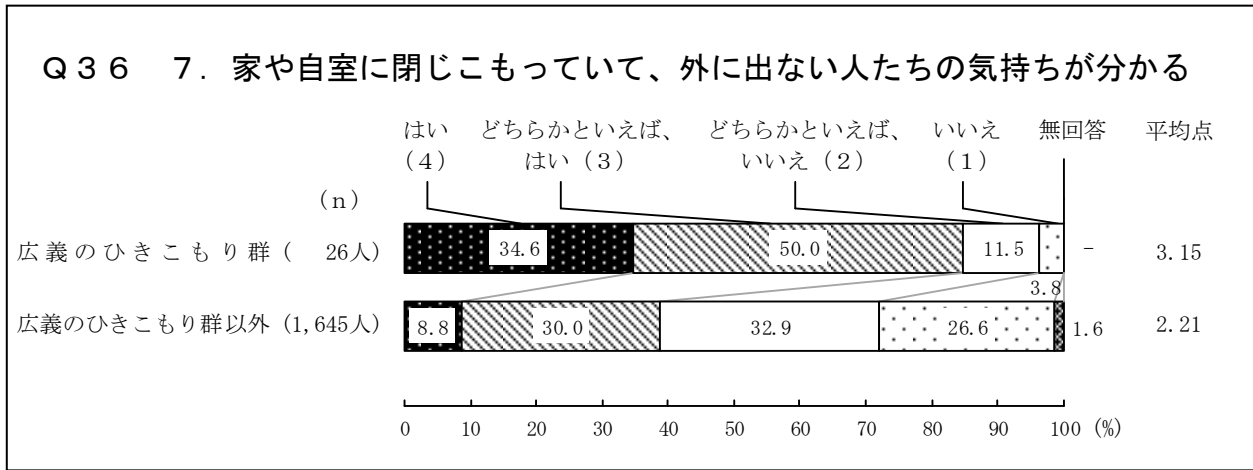


『周りの人ともめごとが起こったとき、どうやって解決したらいいかわからない』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）65.4%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）34.6%、広義のひきこもり群以外では、『はい』27.6%、『いいえ』71.0%となっている。

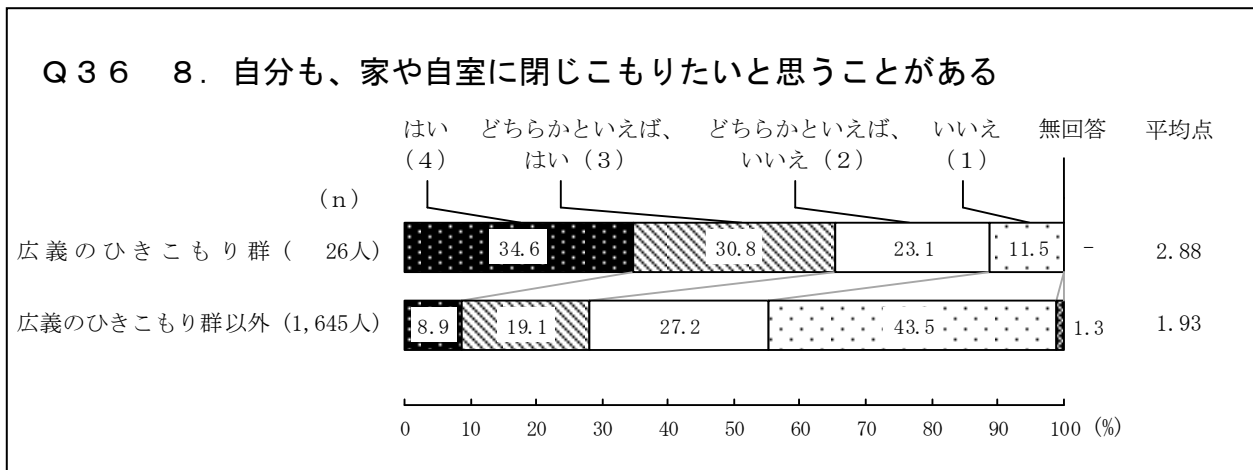


『自分の精神状態は健康ではないと思う』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）80.8%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）19.2%、広義のひきこもり群以外では、『はい』19.7%、『いいえ』79.1%となっている。

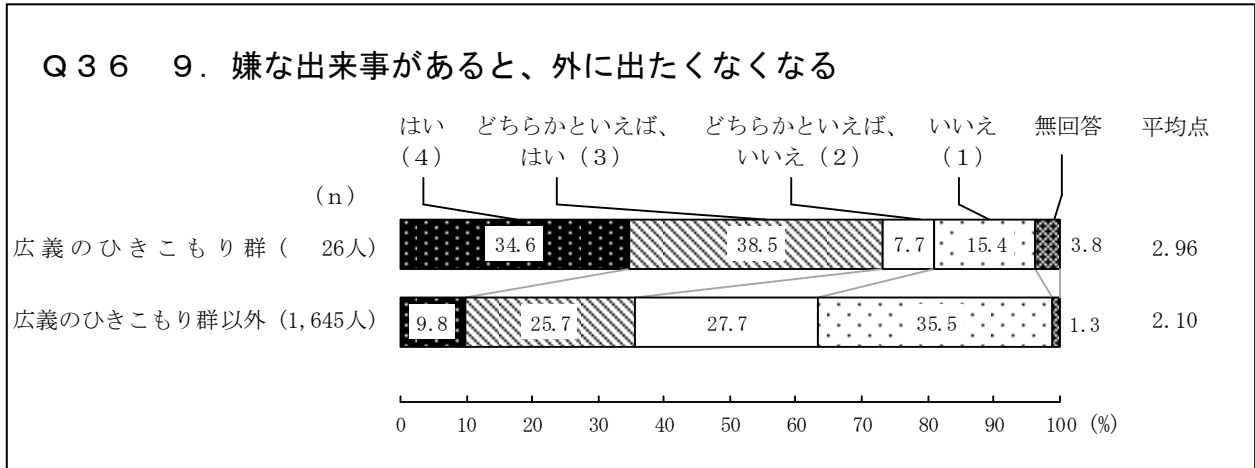




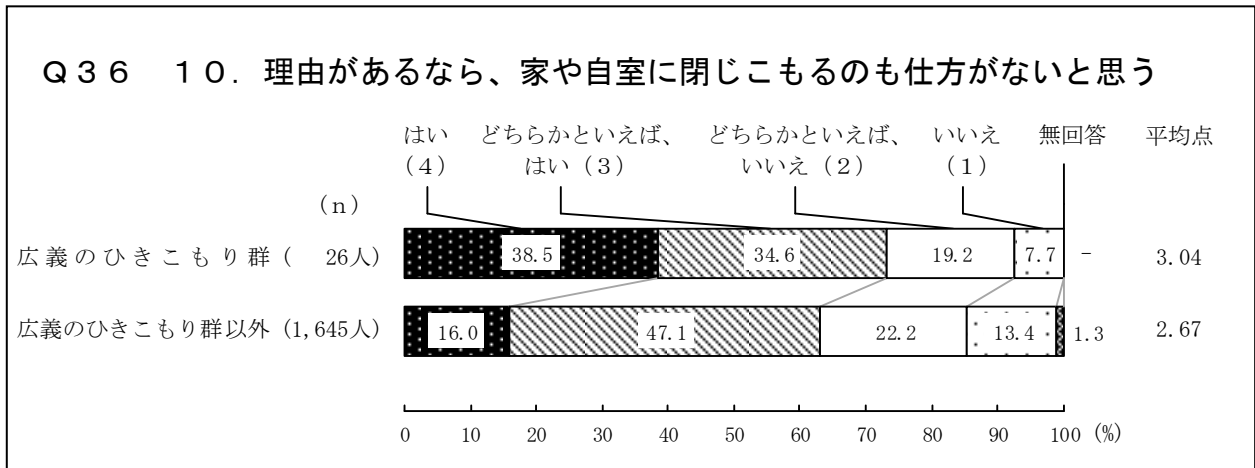
『家や自室に閉じこもっていて、外に出ない人たちの気持ちが分かる』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）84.6%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）15.4%、広義のひきこもり群以外では、『はい』38.8%、『いいえ』59.6%となっている。



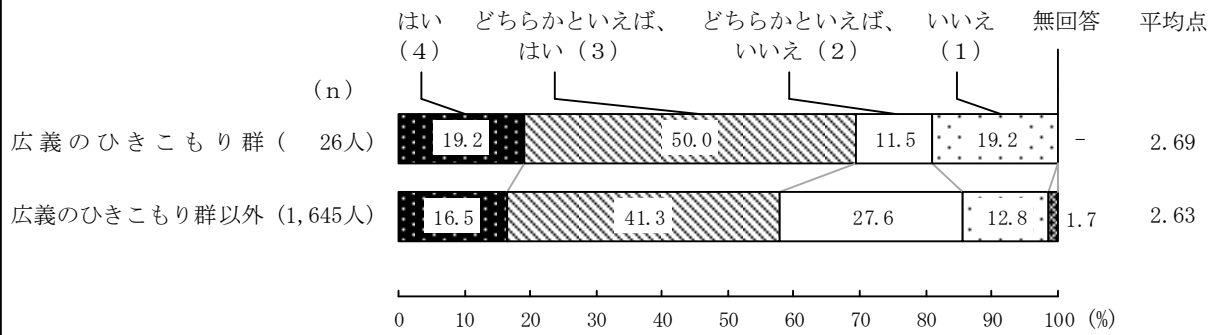
『自分も、家や自室に閉じこもりたいと思うことがある』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）65.4%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）34.6%、広義のひきこもり群以外では、『はい』28.0%、『いいえ』70.6%となっている。



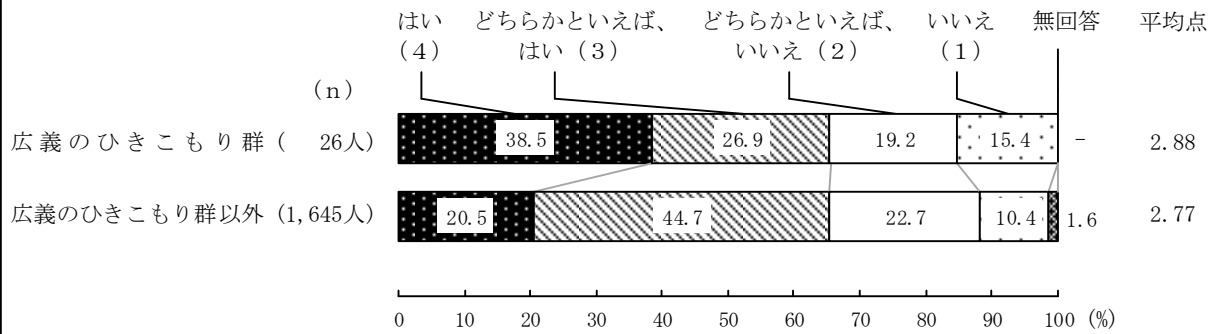
『嫌な出来事があると、外に出たくなくなる』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）73.1%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）23.1%、広義のひきこもり群以外では、『はい』35.5%、『いいえ』63.2%となっている。

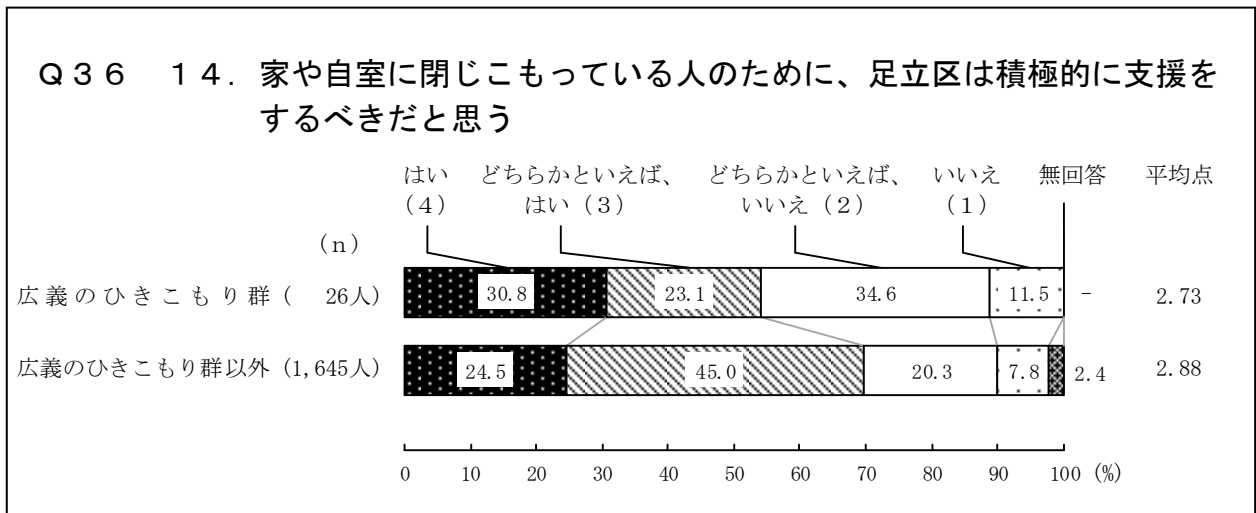
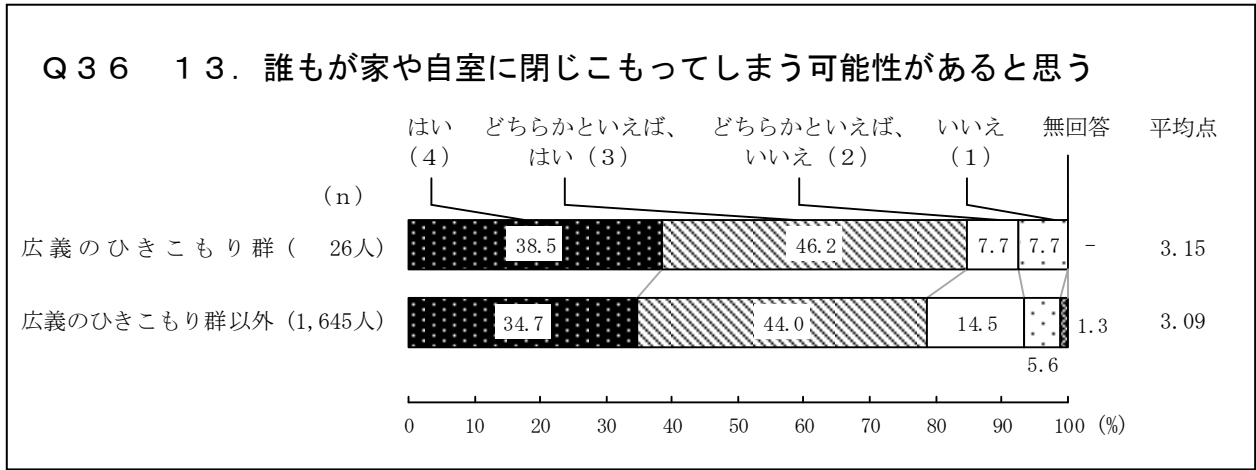


Q36 11. 仕事も勉強もせず、家や自室に閉じこもっている人は、辛い思いをしていると思う



Q36 12. 仕事も勉強もせず、家や自室に閉じこもる原因は、本人や家庭だけではなく社会全体にもあると思う





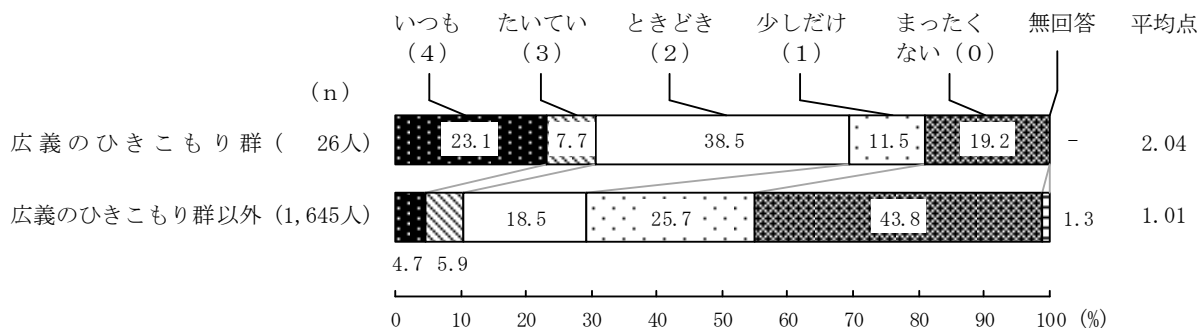
『家や自室に閉じこもっている人のために、足立区は積極的に支援をするべきだと思う』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）46.2%、広義のひきこもり群以外では、『いいえ』28.1%となっている。

37 こころの状態

あなた自身にあてはまるかどうか6項目について尋ねた。

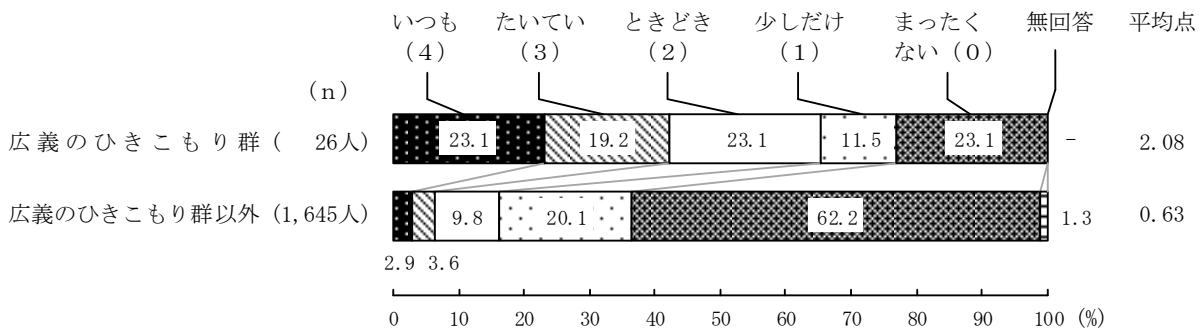
Q37 過去30日の間にどれくらいの頻度で次のことがありましたか。あてはまるものに○をつけてください(○は各項目につき、ひとつ)。

1. 神経過敏に感じましたか

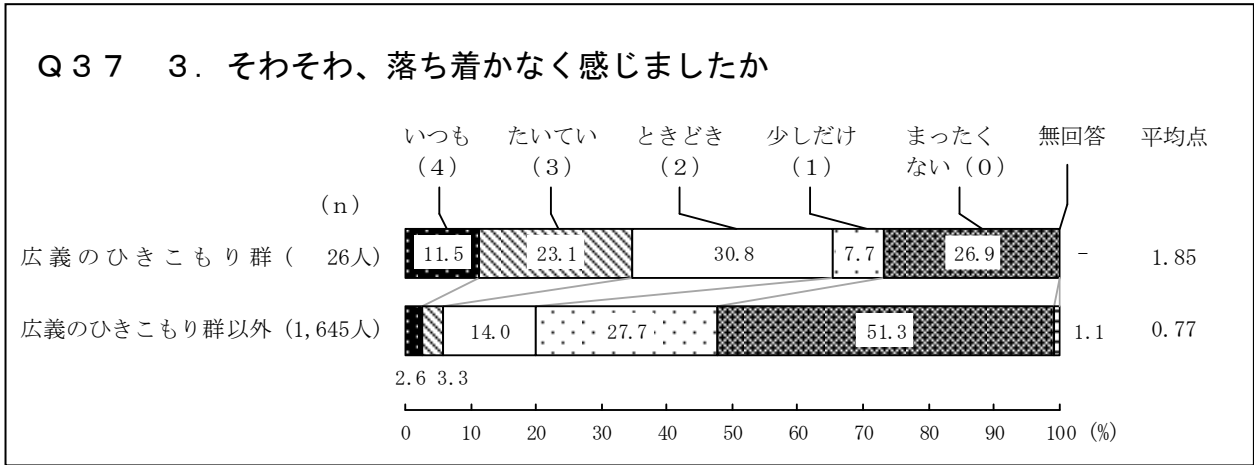


『神経過敏に感じましたか』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「いつも」23.1%、「ときどき」38.5%、「まったくない」19.2%、広義のひきこもり群以外では、「いつも」4.7%、「ときどき」18.5%、「まったくない」43.8%となっている。

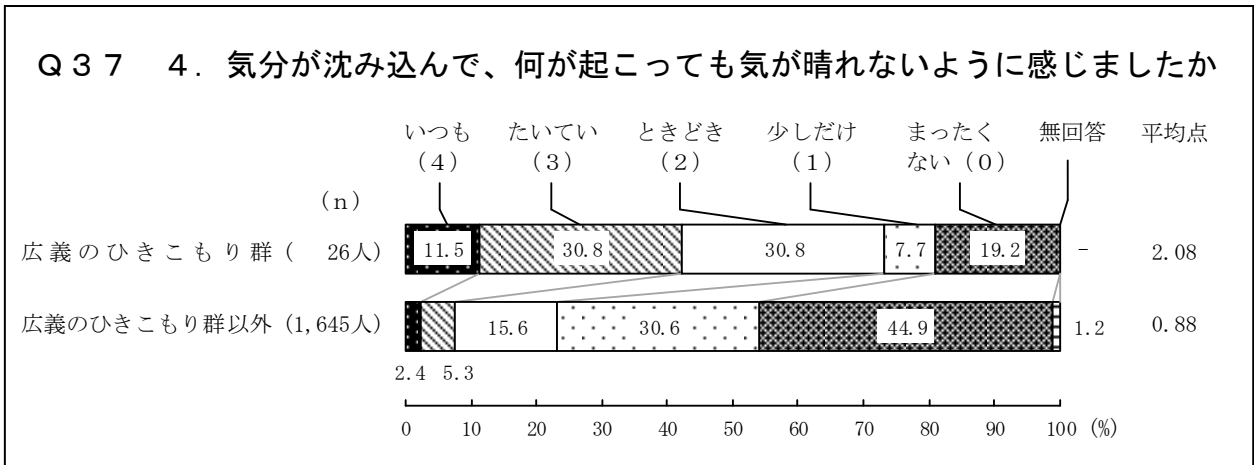
Q37 2. 絶望的だと感じましたか



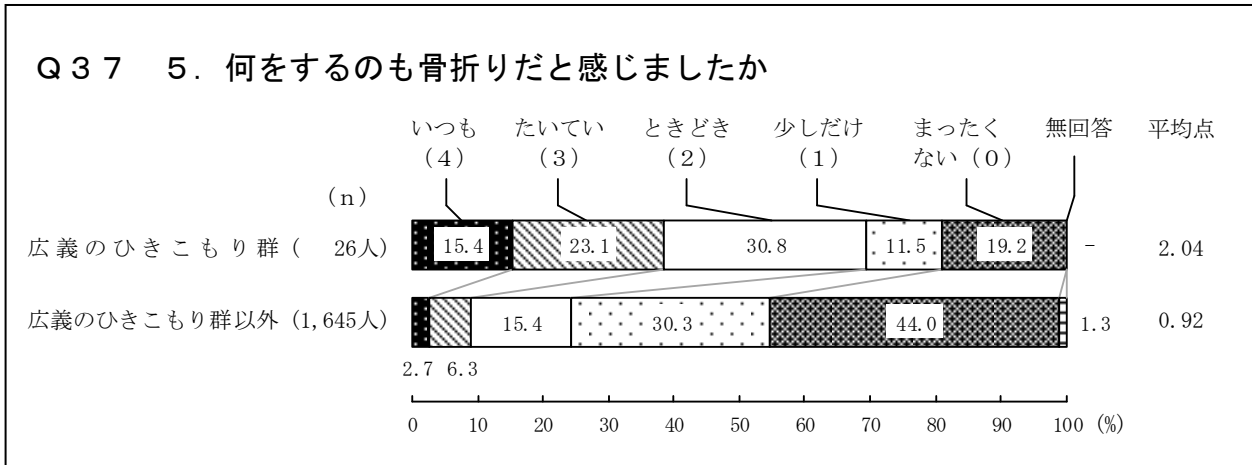
『絶望的だと感じましたか』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「いつも」23.1%、「たいてい」19.2%、「ときどき」23.1%、「まったくない」23.1%、広義のひきこもり群以外では、「いつも」2.9%、「たいてい」3.6%、「ときどき」9.8%、「まったくない」62.2%となっている。



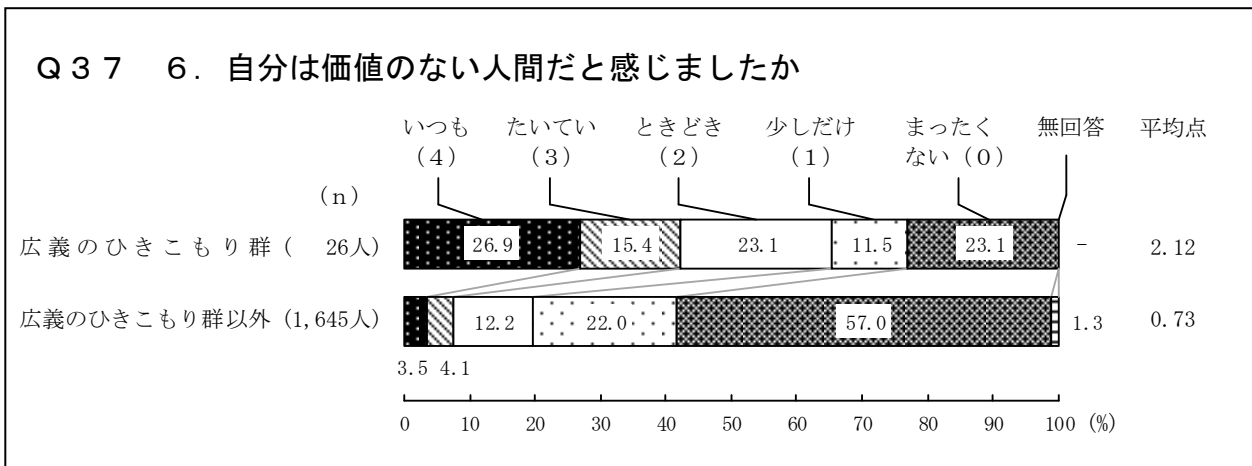
『そわそわ、落ち着かなく感じましたか』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「いつも」11.5%、「たいてい」23.1%、「ときどき」30.8%、「少しだけ」7.7%、「まったくない」26.9%、広義のひきこもり群以外では、「いつも」2.6%、「たいてい」3.3%、「ときどき」14.0%、「少しだけ」27.7%、「まったくない」51.3%となっている。



『気分が沈み込んで、何が起ころても気が晴れないように感じましたか』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「いつも」11.5%、「たいてい」30.8%、「ときどき」30.8%、「少しだけ」7.7%、「まったくない」19.2%、広義のひきこもり群以外では、「いつも」2.4%、「たいてい」5.3%、「ときどき」15.6%、「少しだけ」30.6%、「まったくない」44.9%となっている。



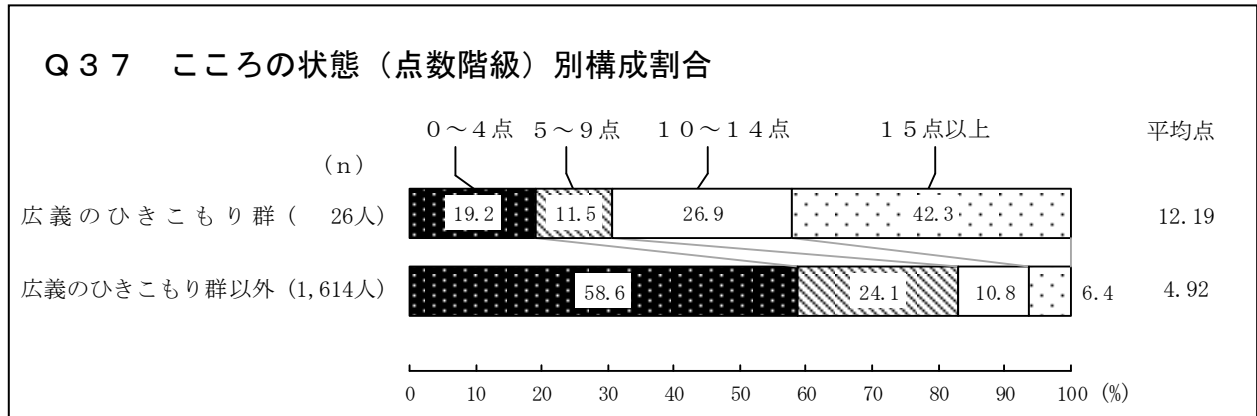
『何をするのも骨折りだと感じましたか』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「いつも」15.4%、「たいてい」23.1%、「ときどき」30.8%、「少しだけ」11.5%、「まったくない」19.2%、広義のひきこもり群以外では、「いつも」2.7%、「たいてい」6.3%、「ときどき」15.4%、「少しだけ」30.3%、「まったくない」44.0%となっている。



『自分は価値のない人間だと感じましたか』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、「いつも」26.9%、「たいてい」15.4%、「まったくない」23.1%、広義のひきこもり群以外では、「いつも」3.5%、「たいてい」4.1%、「まったくない」57.0%となっている。

こころの状態（点数階級）別構成割合

過去 30 日間のこころの状態を尋ねた 6 つの質問について、5 段階（0～4 点）に点数化して合計し、点数階級別に分類した。なお、6 つの質問のいずれか 1 つでも回答がない対象者については除外している。



過去 30 日間のこころの状態を点数階級別にみると、広義のひきこもり群では、「0～4 点」19.2%、「10～14 点」26.9%、「15 点以上」42.3%、広義のひきこもり群以外では、「0～4 点」58.6%、「10～14 点」10.8%、「15 点以上」6.4%となっている。

※これら 6 つの質問は K 6 と呼ばれる尺度（注）であり、6 つの質問の合計点数が高いほど精神的健康度が低いことを示している。

（注）【出典】

古川壽亮・大野裕・宇田英典・中根允文（2003）

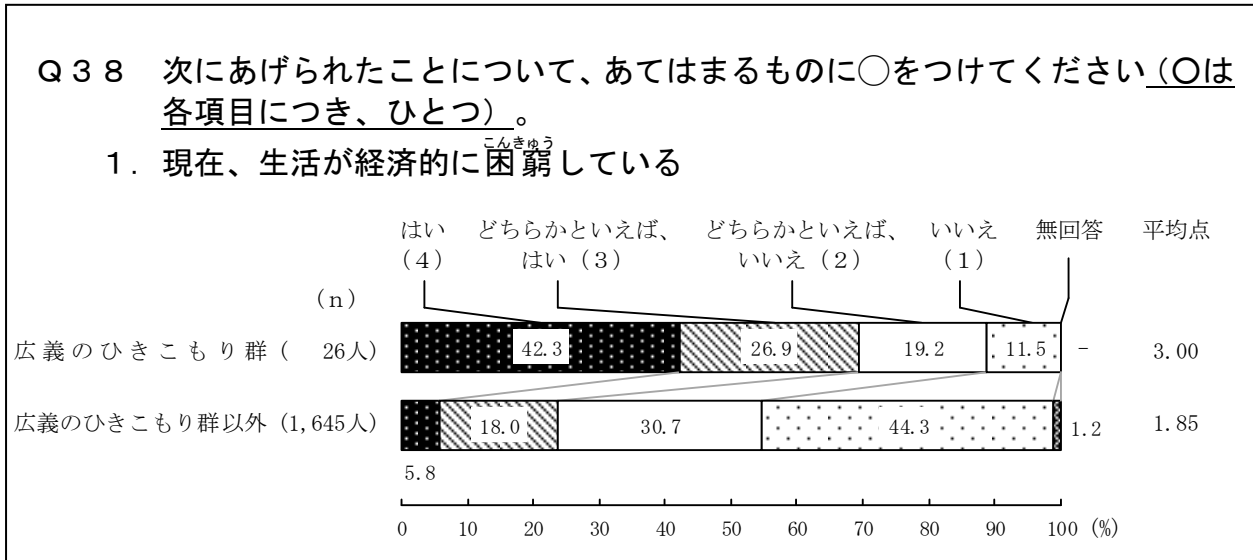
一般人口中の精神疾患の簡便なスクリーニングに関する研究

平成 14 年度厚生労働科学研究費補助金（厚生労働科学特別研究事業）

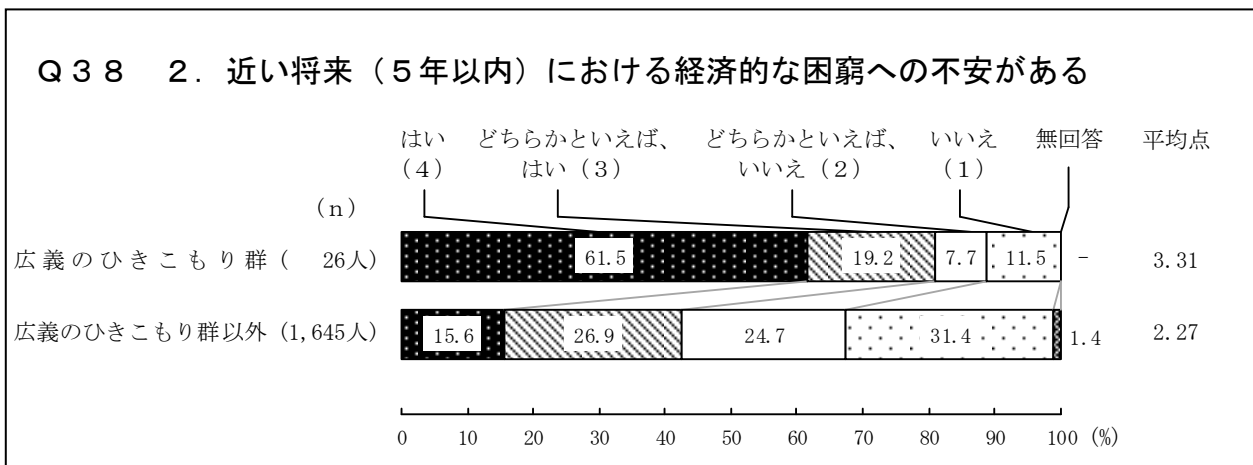
心の健康問題と対策基盤の実態に関する研究 研究協力報告書

38 困りごと

あなた自身にあてはまるかどうか6項目について尋ねた。

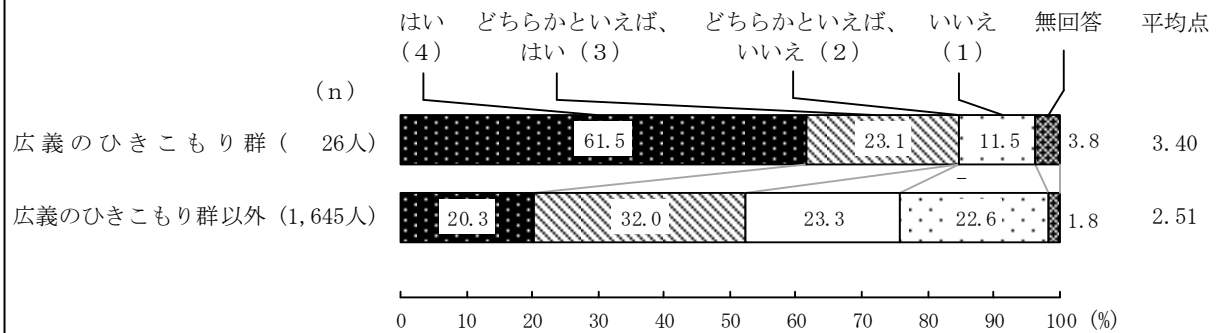


『現在、生活が経済的に困窮している』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』(「はい」+「どちらかといえば、はい」) 69.2%、『いいえ』(「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」) 30.8%、広義のひきこもり群以外では、『はい』23.8%、『いいえ』75.0%となっている。



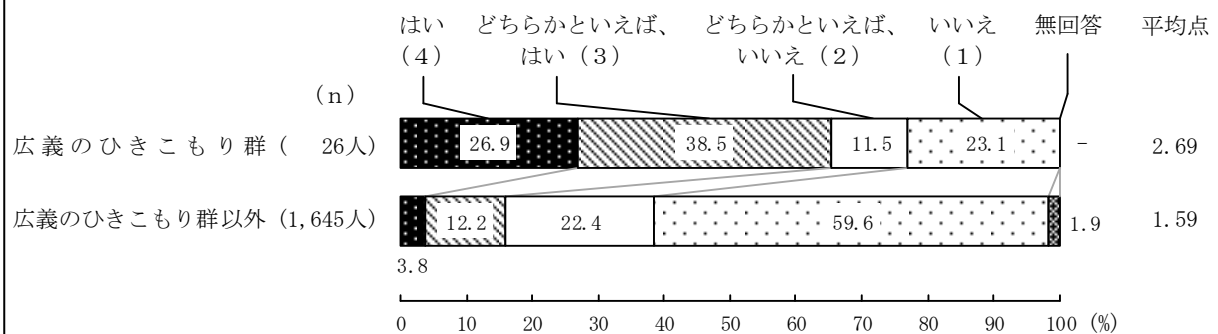
『近い将来(5年以内)における経済的な困窮への不安がある』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』(「はい」+「どちらかといえば、はい」) 80.8%、『いいえ』(「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」) 19.2%、広義のひきこもり群以外では、『はい』42.5%、『いいえ』56.1%となっている。

Q38 3. 比較的遠い将来（6年後～10年後）における経済的な困窮への不安がある

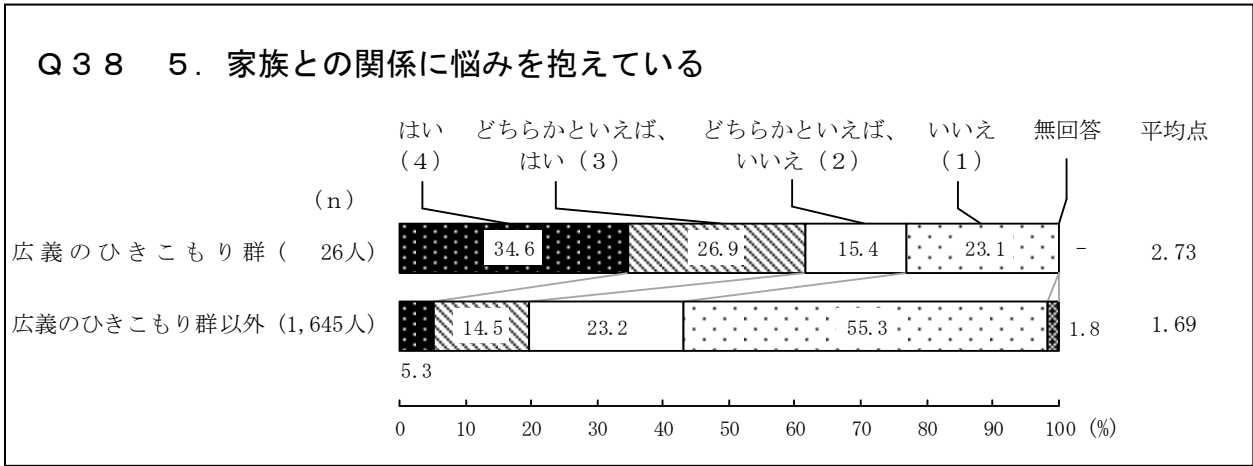


『比較的遠い将来（6年後～10年後）における経済的な困窮への不安がある』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）84.6%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）11.5%、広義のひきこもり群以外では、『はい』52.3%、『いいえ』45.9%となっている。

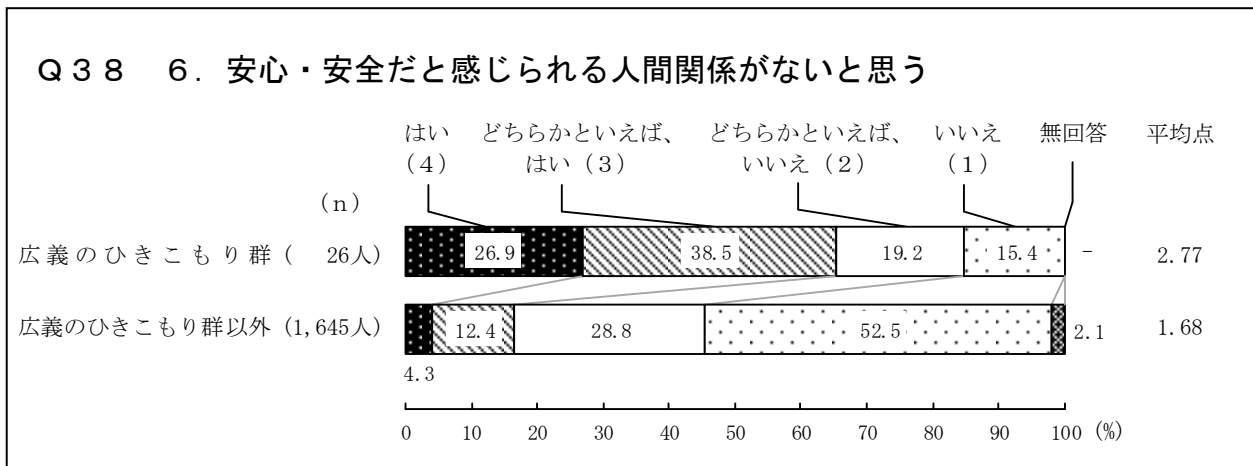
Q38 4. 生計を周囲に依存しているため心苦しい



『生計を周囲に依存しているため心苦しい』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）65.4%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）34.6%、広義のひきこもり群以外では、『はい』16.0%、『いいえ』82.0%となっている。

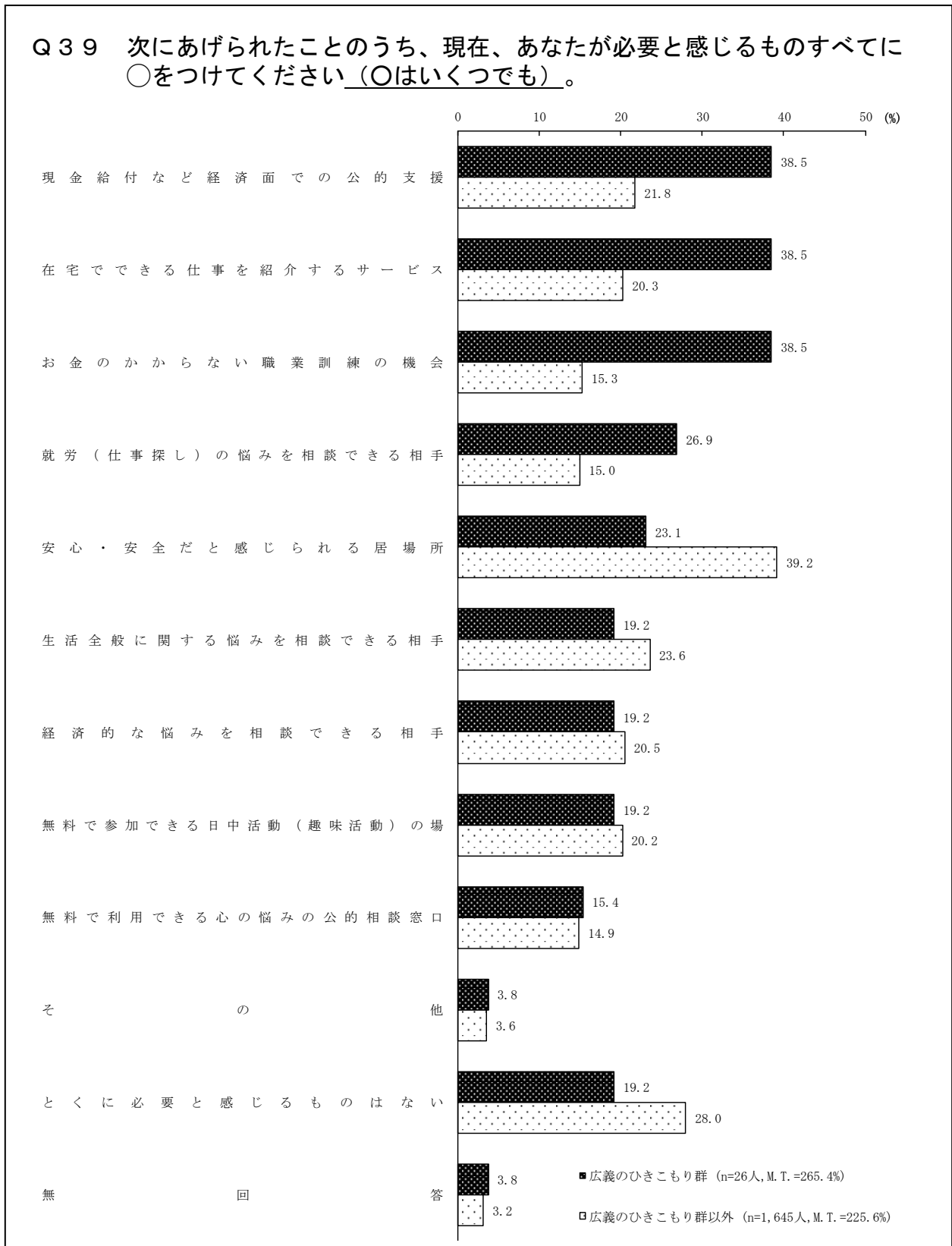


『家族との関係に悩みを抱えている』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）61.5%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）38.5%、広義のひきこもり群以外では、『はい』19.8%、『いいえ』78.4%となっている。



『安心・安全だと感じられる人間関係がないと思う』について尋ねたところ、広義のひきこもり群では、『はい』（「はい」+「どちらかといえば、はい」）65.4%、『いいえ』（「いいえ」+「どちらかといえば、いいえ」）34.6%、広義のひきこもり群以外では、『はい』16.7%、『いいえ』81.2%となっている。

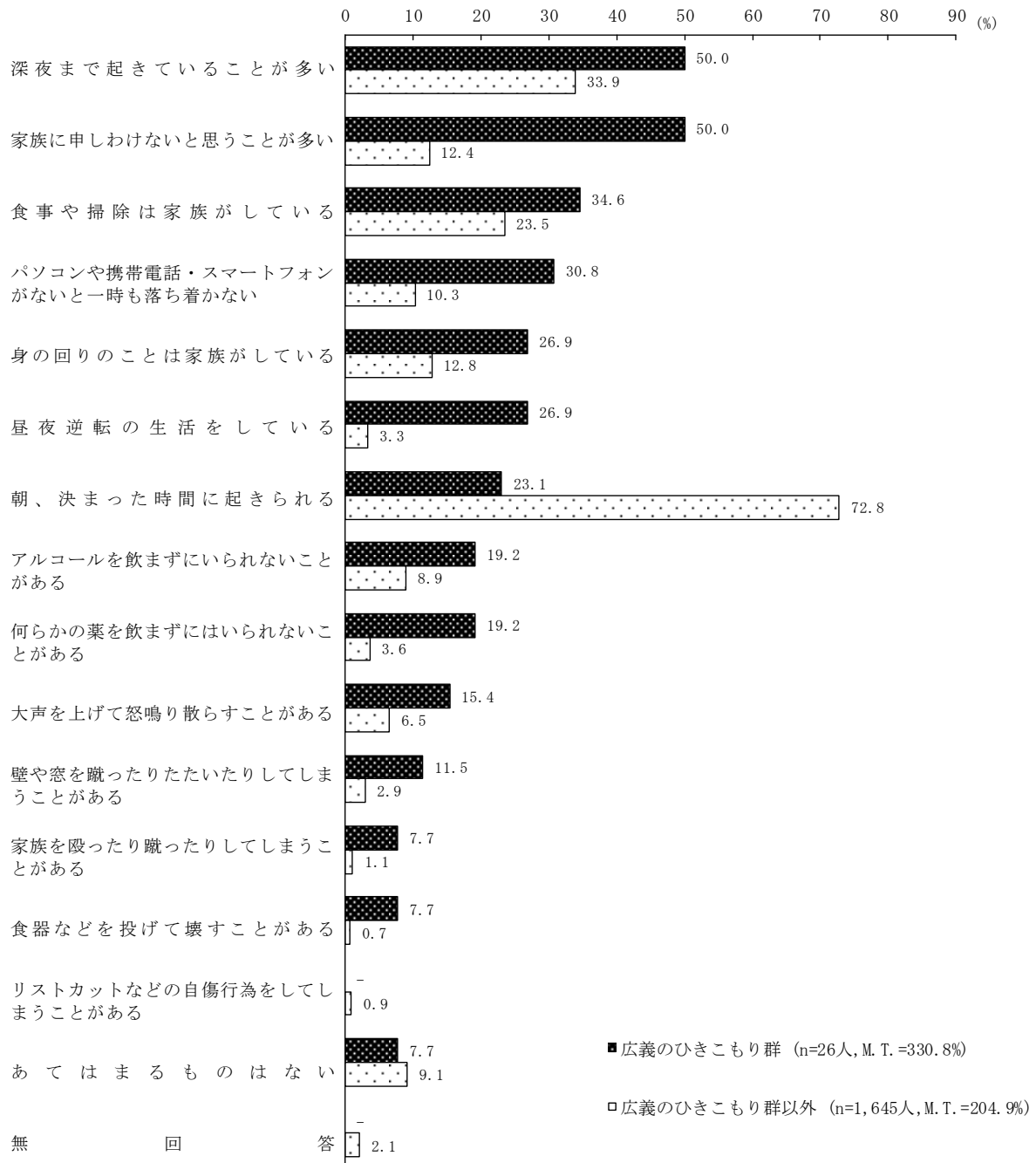
39 必要としていること



必要と感じるものについて尋ねたところ、「現金給付など経済面での公的支援」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で38.5%、広義のひきこもり群以外で21.8%、「在宅でできる仕事を紹介するサービス」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で38.5%、広義のひきこもり群以外で20.3%、「お金のかからない職業訓練の機会」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で38.5%、広義のひきこもり群以外で15.3%となっている。

40 生活行動の特徴

Q40 次にあげられたことの中で、あなた自身にあてはまるものすべてに○をつけてください (○はいくつでも)。

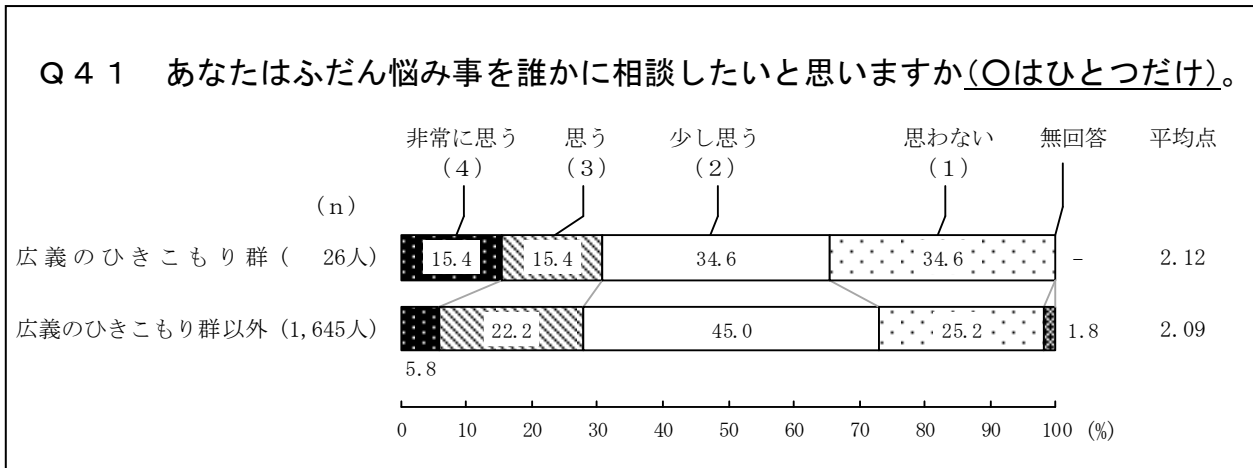


Ⅲ 調査の結果

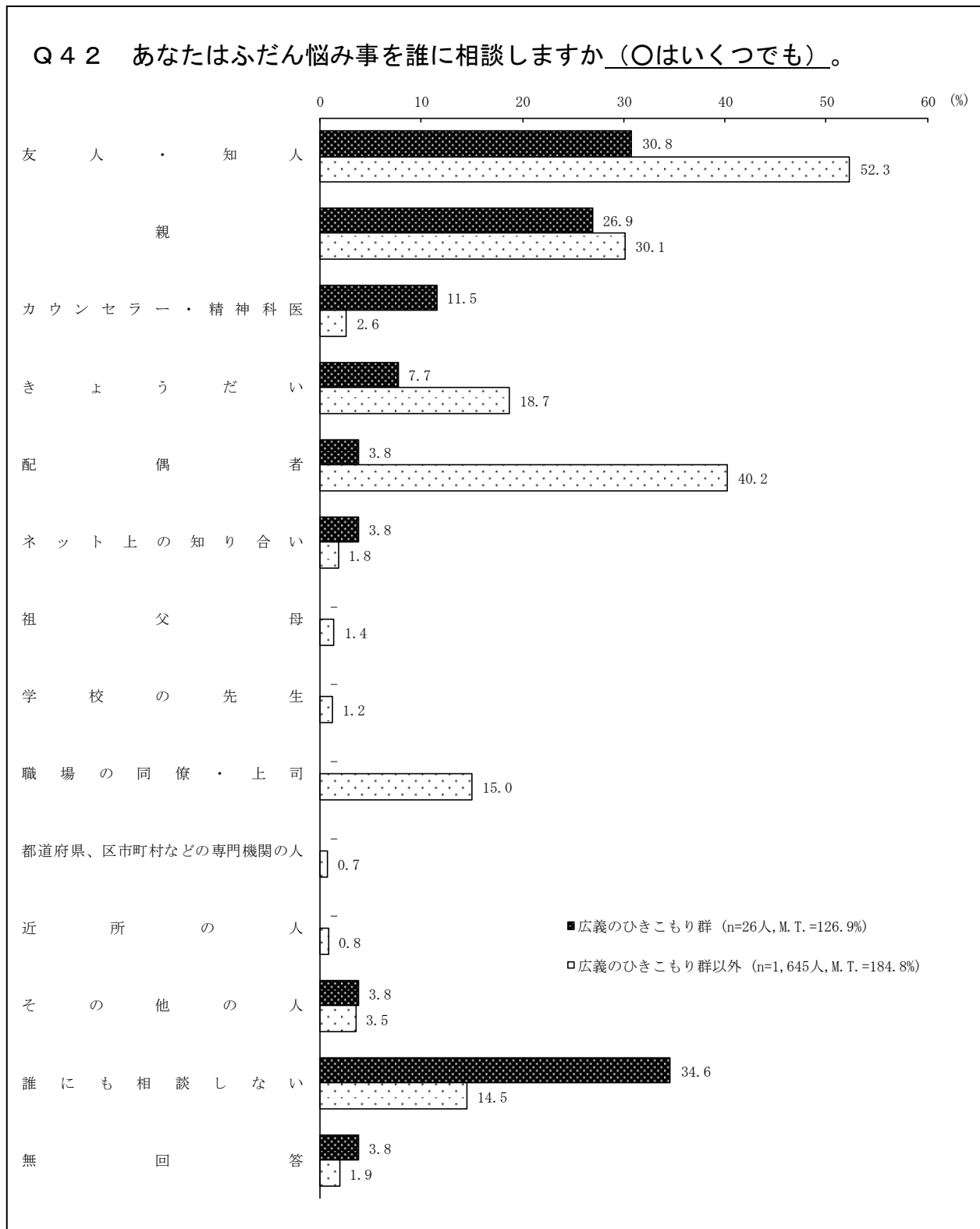
生活行動の特徴であてはまるものを尋ねたところ、「家族に申しわけないと思うことが多い」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 50.0%、広義のひきこもり群以外で 12.4%、「パソコンや携帯電話・スマートフォンがないと一時も落ち着かない」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 30.8%、広義のひきこもり群以外で 10.3%、「身の回りのことは家族がしている」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 26.9%、広義のひきこもり群以外で 12.8%、「昼夜逆転の生活をしている」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 26.9%、広義のひきこもり群以外で 3.3%、「何らかの薬を飲まずにいけないことがある」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 19.2%、広義のひきこもり群以外で 3.6%、「壁や窓を蹴ったりたたいたりしてしまうことがある」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 11.5%、広義のひきこもり群以外で 2.9%、「家族を殴ったり蹴ったりしてしまうことがある」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 7.7%、広義のひきこもり群以外で 1.1%、「食器などを投げて壊すことがある」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 7.7%、広義のひきこもり群以外で 0.7%となっている。

また、「朝、決まった時間に起きられる」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で 23.1%、広義のひきこもり群以外で 72.8%となっている。

4.1 悩みを誰かに相談したいか



4.2 悩みを相談する相手



悩みを相談する相手について尋ねたところ、「友人・知人」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で30.8%、広義のひきこもり群以外で52.3%、「カウンセラー・精神科医」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で11.5%、広義のひきこもり群以外で2.6%、「配偶者」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で3.8%、広義のひきこもり群以外で40.2%、「職場の同僚・上司」をあげた者は広義のひきこもり群ではおらず、広義のひきこもり群以外では15.0%となっている。

また、「誰にも相談しない」をあげた者の割合は広義のひきこもり群で34.6%、広義のひきこもり群以外で14.5%となっている。

4.3 支援のあり方についての意見

Q 4.3 現在、足立区では、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、ひきこもり経験や内容別に分類した。なお、基本的に原文のまま掲載しているが、回答から個人が特定できないよう一部加工している。

○広義のひきこもり群

<地域の力を活用>

地域を見守る。【30代】

<その他>

専門的な知識のある方の存在（医師、カウンセラー）【40代】

○過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群

<居場所づくり>

自分が生きてることを実感でき、ほめられる場がほしい。
例…マラソン、スポーツなど【10代】

<家族への支援>

本人は外出をしたくないが親が外出をさせたいケースが多いと思う。本人の希望と親・社会の希望を尊重して支援をしていただきたいです。【30代】

<相談支援>

引きこもりやメンタルでの通院経験を持つ1人として、とても嬉しく感じます。ただ、そういった状況の方達と向き合うときの姿勢や対応はすごくデリケートだと思うので、十分な配慮が行き届いている必要があると思います。自分の場合は、良くなったり悪くなったりを繰り返して少しずつ外に（は一応）出られるようになりましたが、その過程で、本当に辛くて動けないときに（相手は良かれと思って言うのでしょうが）余計苦しくなる言葉を言われてしまい、ますます落ち込むといったことが多くありました。もちろん、1人1人苦しみ方は違うので、それぞれに配慮のポイントも違ってくると思うので、とても難しいことだと思うのですが、それでも最低限、本人のその時点での気持ちを最優先にしてあげて押しつけ（良かれと思ってやっているのだとしても）は絶対にしないところだけは徹底して頂きたいです。【30代】

積極的な支援は必要ない。そのような方たちから相談があった時にアドバイスしてあげればよい。そもそも外出ができないという状態は何も問題がない。社会がそれを問題視することに問題がある。人の生き方は様々である。【40代】

Ⅲ 調査の結果

<経験者意見の活用>

経験者に聞いて支援のあり方を考えて行くべきだと思います。出ない人の中には親の年金がある。からとの理由の人もあります。【40代】

外出できない状態から脱却した人（本人）からの、話を聞く機会があれば良いと思う（専門家とかではなく本人）【40代】

息苦しい世の中で、つまずいても、立ち上がった人のリアルな体験談等が届けられるとよいのでは？と思います。また、支援側ではなく、その当事者の方達が、本当に求めているものを知ることが大切だと思います。【50代】

<地域の力を活用>

社会になじめずつらい思いをしている人を助けることは社会全体にとって良いことだと思う。ボランティアなどがあれば参加したいと思います。【40代】

<ネット活用>

人と関わりたくないと考えているが、悩みも持っているような方がいると思いますので、ネットやメールなどで対応できる窓口があれば良いなと思います。【20代】

対面して相談出来ない人も沢山いると思うので、チャットやSNSで相談できるものがあるといいと思います【30代】

悩みを相談する、相談したいと思っても、初手が「人と電話で話しをする」「(知らない)人と会って会話をする」だととてもハードルが高く感じます。LINEで気軽にメッセージをやり取りする感覚で、LINE→通話→会うと段階がふめる、窓口があればいいなと、育児でふさぎこんだ際に思いました。【30代】

インターネットを利用して在宅でできる仕事を区の管理の下で紹介し、与える（社会的弱者がトラブルに巻き込まれないように）。区の主導で、外出できない方同士がつながる機会を設ける。【40代】

<在宅ワーク>

在宅でできる仕事をふやす。【40代】

<その他>

子供たちにとっては、学校以外にもいろいろな学びの場所があるといいと思います。学校に行けないことで将来どうやって生きていけばいいのか不安なこともあると思うので、具体的にどういう仕事の仕方があるか等考えるきっかけが作れるといいと思います。【30代】

匿名でのアンケートは良い方法だと思う。進学や就職でつまづく人が多いと思うので再チャレンジがしやすい仕組みがあるといいと思う【30代】

私の知人にもいるが、親は高齢になり、心配になります。社会、人間関係に対する恐怖が有るのだと思います。本人も日々、何とかしなきゃと思っているのだと思いますし、そういう人たちに勇気（きっかけ）や希望をあたえる支援をお願いします。【40代】

○広義のひきこもり群・過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群以外
 <居場所づくり>

| |
|---|
| <p>同じ悩み等をかかえている人どうしが話し合える場があるといいと思う。共感しあうことで悩んでいるのは自分だけではないと感じ、気づくことができる。話すことによっても心の中で整理がつき、重くのしかかっていたものが少しずつ落ちていくと思う。カウンセラーにも家族・友人にも話しづらく、共感を得にくいと思うため。【20代】</p> |
| <p>引き籠もる人は、自分に自信がない、必要とされていないと思っている人が多くいると思うので、ボランティアに参加させ、自分の価値を見出せるようにした方が良いとおもう。PCできる人は、小さい子供にプログラミング教える、PCの使い方教えるなど。報酬制でも良いと思う。【20代】</p> |
| <p>生きがいを見つける。ボランティア等で趣味や特技を持ちより人に教えたり、交流したりする機会をもうけるのはどうか？【20代】</p> |
| <p>少人数でコミュニケーションがとれる機会をつくる【20代】</p> |
| <p>カウンセラーとの連携、そういう人の集まれるスペース作りが必要かと思う。支援者側の態度・言動にも十分配慮して取り組んで欲しい。【30代】</p> |
| <p>グループホームのような施設が増えていくといいなと思います。自宅では居場所が見つけられない方、家族にはキツくあたってしまう方も似たような境遇の人と話したり、生活したりして新しい自分を見付けられたらいいんじゃないかと思いました。【30代】</p> |
| <p>訪問看護やヘルパーサービスが介護であるように、同じようなサービスを受けられたり、リハビリをしたり、短期の仕事やバイトができたり社会とつながる場があれば良いかと思います。また、同居する家族の相談の場や、息抜きできる場があったら良いと思います【30代】</p> |
| <p>カウンセラーが自宅に行く（必要であれば）。引きこもっている人が集まれる場所を作る。【30代】</p> |
| <p>すぐに就業できないと思うので、まずは家から外に出る機会から作るのはいかがでしょうか。【30代】</p> |
| <p>他人に自分を必要とされる事は嬉しかったり、生きていく中で励みになったりすると思います。そういう場や機会を提供するような支援も良いのではないのでしょうか？【40代】</p> |
| <p>居場所をつくるなどの支援をしてほしい。【40代】</p> |
| <p>義務教育の時、学力に不安がある子やコミュニケーションに不安がある子にしっかり手を差し伸べるべきである。自己肯定感が一度下がってしまうとまわりがしっかりその子を理解し協力してあげないと負のスパイラルに入ってしまうと思う。ソーシャルスキルを無料で学べる場所を小学校の中ではなく外でもつくるべきである。現在、外出できない方は、まず外に必要とされる居場所をつくり、考え方を少しずつ変えさせていく必要があると思います。相手にする方の手腕も大事だと思います。【40代】</p> |
| <p>外出できないでいる本人もしくは、その家族が参加したくなるようなイベント等の開催。気軽に参加できるカウンセリング【40代】</p> |

| |
|--|
| 支援だけでなく地方への人手が足りない所へ農作業等ボランティア活動【40代】 |
| 東京のような都会では、隣に誰が住んでいるのか分からないことが多く近所づき合いがないため、家に引きこもっている人がいても気付かない事がある。そのため本人や家族だけが抱え込んでしまっているのが社会問題になってしまっている。近所の人と気軽に交流できる場所や相談できる場所が身近にあれば良いと思う。【40代】 |
| 無料で交流できる場所や機会があるといいと思う。【40代】 |
| 仕事を持っていても、活動出来る場、ためらいなく気楽にあつまれる場や企画を沢山つくって欲しい【50代】 |
| 気楽に行けるサロンのような場所があればいいと思います。徒歩で行ける所。【50代】 |
| そのような方たちが集まって、自分の思いを話せる場があるとよいのではないのでしょうか。そこに行くまでが大変なのだと思いますが、まずは外に出る訓練が必要なのかと思います【50代】 |

<家族への支援>

| |
|--|
| 身体の病気以外の理由でふだん外出ができない方々本人への支援を区が行うのは難しいのではないのでしょうか。この方々のご家族への支援を中心にすべきと私は考えます。ご家族への支援によってご家族に精神的、または経済的余裕ができれば、この方々への良い影響にもつながると思います。【10代】 |
| 発達障害などを持っているお子さんたちに関わる仕事をしています。自己肯定感が低い子ども達は、思春期以降、二次障害で精神疾患を患ったりして引きこもりになる確率が非常に高くなると感じています。大人への支援も大切ですが、早い段階から子どもの支援やその家族に対する支援(療育やペアレントトレーニングなど)が必要だと思います。【30代】 |
| 外出できない方たちの家族が気軽に相談できることが重要だと思う。区内の病院やスーパー、ドラッグストア等、生活に欠かせない施設にポスターを貼る等、支援があることを周知することが大切だと思う。電話を掛けるのはハードルが高いのでメールやSNSで相談できると良いと思う。【30代】 |
| ご本人への支援はもちろん必要だとは思いますが、その方の家族や家庭環境、生活環境を整えてあげること、それがまずは何より大切だと思います。【40代】 |
| 良いと思います。ひきこもりやニートの本人達のケアも必要だと思いますが、その親への相談窓口とか、カウンセリングが、もっとも必要だと思います。身内にいると、親が一番悩んでいたのです。【40代】 |

<相談支援>

| |
|---|
| 気軽に相談できるところ。自分以外の誰かに話すことが難しく感じている人にとってどういうかたちでも誰かとつながっていると感じられる機会や媒体をつくとよいと思う。【20代】 |
| 外出できない原因や本人の性格・生活環境等をしっかりと分析し、それぞれの人に見合った支援をしてほしい。【30代】 |

| |
|--|
| <p>ネットがどんどん普及して、増々外に出るきっかけがなくなってくると思います。私自身は、ひきこもり状態になったことはありませんが、気持ちは良く分かりますし、きっかけが何か一つであれば、誰かの後押しがあれば、改善される人もいます。ただ、対応する方の人柄や対応の仕方によっては悪くなってしまう可能性もあると思います。私も経験した事があるので、その辺りを良く見極めて頂きたいです。(人選)【30代】</p> |
| <p>外出できない理由は多々あると思いますが、全て受けいれてくれるという安心感を醸成することがまず第一だと思います。あきらめることなく地道に取り組んでほしいです。【30代】</p> |
| <p>・専門機関と家族との連携、信頼関係が大切。連携、信頼関係がしっかりしていたケースでは、2年がかりで不登校を改善した児童がいたが、信頼関係(親が非協力的というか、対策(具体的アプローチ方法)に関して納得していない)がない児童は、12年かけても引きこもったままだった。・人との関係が原因で外出できなくなる。助けてほしいが人が怖い。なかなか信用できない。と苦しんでいる人が多いと思う。伝えたくても声にだせない。そもそも人に会う事が怖い。という人も沢山いると思うので、このアンケートのように、各項目が細かくあり、○をつけるだけで思いや、伝えたい事をとにかく多く伝えられるという方法が良いと思います【40代】</p> |
| <p>心の病いをもっていた方が身近にいましたが、家族だけで支えるのはとても大変なことで限界があると思いました。身近な方や近所の支えも大切だと思いますが、知り合いの方となると相談しづらいこともあると思うので、第三者(役所の機関など)に気軽に相談ができることをもっとアピールできたらと思いました(チラシや広報などで呼びかけるなど)。小さなきっかけで少しでも救われる方が増えますように…【40代】</p> |
| <p>支援はした方が良いと思いますが金銭以外にしてほしい。無料の相談とか…【40代】</p> |
| <p>外とのつながりを絶ってしまわないことが肝心だと思います。他の人と話しをする機会を持つことが社会へのつながりへの第一歩をふみだすきっかけを作ると考えます。話を聞いてくれる人、心配してくれる人、いっしょに楽しむことができる人、信頼できる人を作れば心を開き、歩いていく気持ちも生まれる気がします。【50代】</p> |
| <p>仕事と、家の往復で、なかなか区役所に、ご相談したい時に行けないことが多いです。何らかの形で、ご相談しやすい、環境作りをお願いしたいです。宜しくお願いします。【50代】</p> |
| <p>是非、責極的に行って欲しい。保健センターの保健師等による訪問、相談支援の頻度が増えることを期待しています【50代】</p> |
| <p>個々に事情が異なるので一律的には言えない。本人が希望すれば安心して相談にのってもらえるような機関があればよいと思う。【60代】</p> |
| <p>外出したいけれど出来ない為に悩んでいる人々が気軽に相談する事の出来る場所があると良いと思います。公園の手入れや道路の清掃など社会参加出来るイベントなどもあったら良いと思います。皆でお互いに役立つことをすることで自然に仲良くなって外出できるようになれば良いのではと思います【60代】</p> |

<地域の力を活用>

| |
|--|
| <p>個人の問題によるものが大きいと思っているので、税金がそちらにまわされるのはあまり好ましくない。ただ、支援に必要な連携が深まることによって地域の結束が上がるという期待もある。【30代】</p> |
| <p>NPOと連携してそういう人たちが、社会の役に立つことで喜びや、やりがいを感じられるような仕組みを作れば何か変わると思う【30代】</p> |
| <p>1人1人何故外出できないかの理由はちがうから、多様な支援を可能にするためにも複数の機関と連携してほしい。また若いNGOやNPOを活用してほしい。学校に行けない子どものための施策を打ち出してほしい。【30代】</p> |
| <p>先日、NHKで、ひきこもり対策の事例と解決方法を取り上げていました。その中で、どこかのスペースで物を作って売ってお金をもらうこと、支援されっぱなしではなく、やれることをやっていって、それが、社会の構成の一部となるという感覚をもってもらう取り組みが大事ではないかと感じました。人それぞれ、できることも得意なものも違うということ前提に、地域でお手伝いができるのではないかと感じています。支援する側も、一緒に面白がってやるという気持ちが必要ではないかと思いました。【40代】</p> |
| <p>まずは支援を求めている方々を重点に活動を行い、克服出来た方たちの力を借りて、支援の裾野を広げていってはどうか。どちらにしても長期的なプロジェクトとなるであろうし、結果が得られるか厳しいのではないかと思います。また納税者が納得出来る範囲での支援でないといけないとも思う。生活保護世帯も多く含まれるとは思っているので野放しに出来ない案件であるのもわかる。受給者も月に1～2回はボランティア等で、労働するなど、区民みんなが区民みんなのために働く町に出来たら、より気持ち良く暮らせるようになると思う。【40代】</p> |
| <p>仕事柄このようなケースの方の支援をしてきたが本人より、支援する側のスキルをUPして気づく力や支える力を持つことも大切だと思います。地域で定年したナース等はカウンセリングの技術も持っているので、地域の専門職を活用する仕組みも必要だと思います。【50代】</p> |
| <p>新しい人々の流入でどんな人が周りにいるかわからない。でも支援が必要な人達は確実に増加すると思う。色々な人達で支援の必要な人達を助ける事が出来るようなしくみが、足立区でも出来ればとても良いと思う。将来、自分もそんな人達の手助けが出来れば、退職後の1つの働きにいかせたら良いと思う。【50代】</p> |

<ネット活用>

| |
|--|
| <p>足立区ツイッターSNS等で気軽な短時間開催の当事者会を開く。ボランティア活動の告知→ポイントがたまる等楽しみつき。クラブ活動していない学生の{放課後の、休日の}ステイ場所をふやす→文京区の青少年センターの様な物「b-l a b」参考【10代】</p> |
| <p>オンラインでのカウンセリング(テレビ電話など)があれば利用したいです。私は自分に合うカウンセラー、精神科医のおかげで元気になりました。それぞれの人に合う方がいると思うので柔軟に対応者が変えられるとなお良いと思います。【30代】</p> |
| <p>ネットでの仕事ができる支援(外出できなくてもできる仕事のあっせんなど)【40代】</p> |

何をどうしたら良いのか解からない人が、自から公的な支援のあり方を調べるとは思われないので、SNSなど、目に入る情報を出し方などの工夫をされた方が良いと思います。(すでにそうされているかもしれませんが…)【50代】

<在宅ワーク>

在宅でできる仕事を斡旋する等して、少しずつ家の中から社会へ触れさせるような支援があれば良いかと考えます。外出ができなくなる理由は対人恐怖や自尊心の低さのためかと考えられますが、まずは在宅勤務というフェーズを踏むことで、それらの理由を少しずつでも克服していけるのではないかと、私は考えます。【20代】

夫の兄が30代でニートです。引きこもりの要因は個人の性格が最大要因と思うので対策に万能の決め手はなく、支援の検討実行は大変難しいと認識していますが、兄の場合は割と他人や家族とコミュニケーションはとれ、経済的負担をかけていることの罪悪感はあるタイプで、「家族と一緒に内職的な副業をする」のが今の所一番効いているようです。「内職」は、(本人に多少のやる気がある場合)心理的障壁が低いので手を出しやすく、かつ達成感が得られるので社会復帰のリハビリにちょうどよいと思います。夫や家族は内職の仕事をどうやって見つけるのか方法を知らなかったようで、もし同じような状況が区でも想定されるなら内職や簡単なアウトソース業務を引きこもり本人や家族に積極的にあっせんできるとよさそうです。また、ほとんどの方は幼少期に十分な「成功体験」がないことで自己否定→引きこもりになりやすいです。画一的な学校教育から脱出するために、ムダな事務作業のカットやアウトソースで先生方に本来の教育に割くリソースを確保し、個性を伸ばす活動に力と予算を使っていただきたいと思います。これはこの先20～30年先に初めて効果がみえる将来の話ですが、行政は「今すぐ」のことも「この先」のことも対応すべきと思います。足立区はそれができ、革新に前向きな区と信じています。【40代】

外出できなくても良いと思う。家に居ることも選択肢であると良い。外に出ない＝ダメな人という固定観念には疑問。「家の中でも稼げる仕事を見つける」という支援を期待します【40代】

経済的自立が出来るよう、自宅で出来るような仕事を紹介する。【60代】

<その他>

構想自体はとても素敵ですが、外出できない方たちは個々様々な事情を抱えているので、支援には当然時間および費用がかかります。支援が可能なほど足立区は財源が豊富にあるのでしょうか。私には疑問です。また、「区の支援の力を借りたい」と思えるような積極的なアピール活動や周知をきちんと行う必要があります。いずれにせよ、区民が区を信頼していないと支援が機能しないことは確かだと感じています。【10代】

ネットが充実しているので今のひきこもりはかなり良いかんきょうだと思う。支援をするかしないかは本人しだいでいいと思う。本人が今のじょうきょうから抜け出したいと思っているなら手を差しのべるべきだと思うが、今のじょうきょうにふまんがなく、特に誰にも迷わくをかけていないのなら支援はよけいなお世話だと思う。【20代】

| |
|---|
| <p>保健師の人数をもっと増やして活動するべきだと思う。【20代】</p> |
| <p>発生ペースで支援の手立てを考えるのではなく、そういう人が増えないための取り組みを考えるべきだと思う。【30代】</p> |
| <p>足立区には企業が少ない。もっと起業しやすい制度などあれば、地域に活気が出て、就職先も増え、引きこもりも外に出やすくなるのかもしれないと思います。【40代】</p> |
| <p>新聞、TV等のメディアで最近よく目にしていたのでとても関心がありますが、何が正解なのかははっきりと分からず、難しい問題だと感じています。誰にとっても完全な他人事とは言えないと思うので、様々な形で情報を発信していただくのは効果があるように思います。【40代】</p> |
| <p>中高年の方は長期間に及んでいる人が多く、かなり深刻なケースも。精神的なケアに対応できる職員を増やし、対応してもらいたい。【50代】</p> |
| <p>私の知人（つくば市ですが）、で引きこもりや不登校の若者たちを捨て犬の保護や飼育を通じて、心と身体のケアを行っている団体があります。このような活動を参考に、ふだん外出ができない方たちの命の必要性や自分の存在価値を見出す、手助けをしてあげられればいいなあと思います。【50代】</p> |
| <p>外出できない方への支援は、その期間が長い程、難しいと思います。そして、その方の生育歴や、乳幼児期～児童期の経験が大きく起因していると思います。幼稚園（保育園）～小中学校で発生した不登園・不登校、問題行動を、進学前に解決することが将来に向けて必要だと思います。【50代】</p> |
| <p>長期間の引きこもりなどは家族では解決出来ないと思うので積極的に区が支援すべきと思う【50代】</p> |
| <p>支援員やボランティアの人を増やして、話しを聴く場所も増やして、気軽に立ち寄れるようにと一歩手前の人も助ける区になるとすばらしいです。子供を大切に作る区をスローガンにすると区のイメージもよくなるのではないだろうか。【50代】</p> |
| <p>つながるためにも本人発信が必要と言われますが、それができない人もいます。そういう方への区からのかかわりもしていただけるとうれしいです。【50代】</p> |

4.4 現在や将来の不安

Q 4.4 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、ひきこもり経験や内容別に分類した。なお、基本的に原文のまま掲載しているが、回答から個人が特定できないよう一部加工している。

○広義のひきこもり群

<老後>

| |
|--|
| 将来的に経済面で不安。年金も出るかわからないし、人とのコミュニケーションが苦手なので、得意な事も特にないので長生きしても意味がないと感じる【50代】 |
|--|

○過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群

<老後>

| |
|---------------------------------|
| 家が急激に建ちすぎて環境の変化による不安と老後のお金【50代】 |
|---------------------------------|

| |
|---|
| 1人暮らしなので、病気、けが等、家の中にいる時に起こったらと不安に、介護になったら自分の財産を管理してくれるか？【60代】 |
|---|

<仕事>

| |
|--|
| もっと安定した職業に就きたいが、資格も学歴もないので、生きていけるか不安です。【20代】 |
|--|

| |
|--|
| 視覚障害者なので、今後見えなくなるのではないかという不安と今の仕事を続けられるかが不安。職場での障害の理解してくれる人が少ないから健常者と同じ仕事内容なのがつらい【30代】 |
|--|

| |
|--|
| 育児が落ちついた後に仕事にもどれるか不安です。もともと好きな仕事をしていたので、できればまた同じような仕事をしたいのですが、家庭との両立ができるかどうか、体力、精神ともに安定してやっていけるのか、考えることがあります。【30代】 |
|--|

○広義のひきこもり群・過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群以外

<子ども>

| |
|--|
| 保育園に入れる、入れないだけでなく、良い保育園をどう選ぶのかの判断基準がわからない。小さな子どもがいる家庭への区からの援助があれば有難い。【30代】 |
|--|

| |
|---|
| 子どもに発達障害があり、今後の進路に不安を感じる。将来が想像できず、ばく然とした不安がある。【30代】 |
|---|

| |
|--|
| 子供達のいじめ問題。まだ就学前だが、今後、小学校中学校になるに当たり、不登校などが心配【30代】 |
|--|

Ⅲ 調査の結果

| |
|--|
| 子供が将来、学びたいと思う学校へ不自由なく通わせてあげられるかどうか。いずれ働きたいが、毎日のように届くAメールの不審者情報を見て、深く傷付いた子供たちがいると思うと小学校までは地域の見守り活動などに参加した方が良いのか、送り迎えするべきか悩む。まず子供がいる親としては働きたいが、治安の改善が一番望む点です。【30代】 |
| 息子が1人で自立できるかとても不安。引きこもり、ニートの数は本当にどのくらいいるのか、世間知られてない人も多数だと思う。ニュース等も取り上げられ少しずつではあるが対策はされてきているがまだまだ先がみえない。そうした子供をかかえる親は本当悩んでいる。【40代】 |
| 少子化問題【50代】 |
| 足立区の公立小中学校の教育レベルが低いと感じる。外国語のネイティブとのコミュニケーションなど教育機会を増やしてほしい。【年齢無回答】 |

<介護・病気>

| |
|--|
| 自身の健康（加齢による様々な体調不良）に不安を感じる。【40代】 |
| 親が介護を必要とするようになった時。自分自身の老後等【50代】 |
| 介護の人手が足りないのが心配です。子供が少なくなっているので、1人で何人もの親族は見れないので！！【50代】 |
| 年齢が上がるにつれ、健康でいる為に色々私自身も考えています。病院で検査する機会も増え、薬も増えてきました。いつも足立区報などで住区スポセンの講座欄なども楽しみにしています。今年度高齢者のインフルエンザの予防接種が負担金免除になったとききました。このような元気である為の助成がこの先増えるとうれしいです。【50代】 |
| 病気や痴呆に対して不安を感じます。【60代】 |

<老後>

| |
|---|
| 子供が大学等進学した際の資金や自分たちの老後の資金が足りるのかということ。現在は子供の習い事や塾のお金が足りないので不安です。【40代】 |
| 定年退職後の生活（収入なしの生活は長続きしない）。住居の確保（近い将来、保証人が確保できなくなる）【40代】 |
| 我が家は、子供がいない40代後半の夫婦です。20年、30年先、独居老人になることは確実なので、それまでに、家族以外で、たよれる人やところを作りたいと思っています。また、老後の収入についてもとても不安ではあります。【40代】 |
| 65才定年の会社で働いている。定年後の生活が心配。一生、社会と関わっていきたい。出来れば、子供食堂などにボランティアとして参加したいが、伝手が無いので、区で募集をしてほしい。【60代】 |

<仕事>

| |
|--|
| 今後私たちが社会人となって働くとなったときに、私達が働く場所はあるのでしょうか。そして、私たちが困ったときこれから先も、区、県、国は相談や対策をとってくれるのか。【10代】 |
| 就業までに身につけなければならないスキル（パソコン、ソフト使用経験など）が上がって来ている。正社員として雇用してもらえるのか？収入や年金を安定して受けとれるのか？【10代】 |
| A I やペーパーレスの社会が到来し、今現在ある仕事がいつまで続くのか社会がどのように変わっていくのか不安に思うことがある。【30代】 |
| 何らかの理由で今の職場で働けなくなった場合、次の仕事をスムーズに見つけれられるか、年齢の上昇とともに不安は増していく気がする。独身のままでも不安を感じずに生活できるかどうか、そこは常に意識しています。【40代】 |
| 国民年金では食べて行く事が出来ない現状です。高齢になっても働く場所や仕事が有れば良いと思います。【50代】 |
| 今日、人生100年時代といわれていますが、健康で生産性の高い高齢者が数多く存在しているのも事実です。少子化傾向は止まらず、就労100年時代を目指すべきかも知れません。その中での足立区での区民への就労機会アプローチをもっともっと考えていただきたく思います。【60代】 |

<生活>

| |
|--|
| 結婚した時や子供ができてその時満足に生活できるか（収入面等）【20代】 |
| 兄の方が割りとき家にずっといるので心配【20代】 |
| ・「子育て」をする時期になった際、仕事と両立できる育児支援が充実しているか。（両親は県外に住んでいるため）・社会全体として、妊婦に対するバックアップや不妊治療に対するバックアップが少ないと感じて、今後が不安に思うことがある。【20代】 |
| 私も旦那も東京（関東）出身ではないため、将来子供が生まれたときに頼りにできる身内がないことが不安。同じような境遇の親たちで交流できる場があるといい。（実際、あるのかしれませんが。）【20代】 |
| 近隣とのつながりが希薄のため、問題があった場合不安になります。【30代】 |
| 親が亡くなった時にこのままの住居に住めるか不安。【30代】 |
| 弟が5年以上働かず、働くことをすすめる高齢の両親をどなったりしている（発達障害でないかと思う）。両親は、恥と思っているのか、自分達が死ぬまではと…めんどろをみる姿勢で、病院、行政等への相談をすすめても行動はおこさない。先々が不安。【40代】 |
| ひとり親のため、正社員として就労はしていますが、貯金が底をついてしまい、給料のみでの生活です。老後のことや、子供たちに何も残すことができず、不安と申し訳ない気持ちでいっぱいです。【50代】 |
| 夫婦共障害者であるのでとても不安になりきっているがこれからはちゃんと知識をつけていく努力がしたい【50代】 |

<災害>

| |
|---|
| 今のところありませんが防災については不安があります。【30代】 |
| 川の氾濫。災害時の避難所の受け入れ人数不足。土のうの配布場所が少ない【40代】 |
| 足立区は土地が低い上に、高層建築が少ないため、浸水の時の避難場所をどのように探したらよいか不安です。【40代】 |
| 異常気象による災害が足立区でもいつ起るか不安です。【60代】 |

<その他>

| |
|---|
| 私の将来の夢は音楽の教員になり吹奏楽部の顧問をもちたいのですが、今、部活動が出来る時間が少なくなっているのが現状です。足立区の中学は強いと有名なのですがそれがくずれてしまうのでしょうか。自分がその夢が叶ったとしても、顧問をもって、活動がしっかり出来るのかとても不安です。なので将来のことについてよく考えます。そして足立区はとても良い区だと思います。いつもありがとうございます。区民としてお願いがあります。西新井駅をどうにかして下さい。ホームドアをつけるとか、駅を明るくするとか、バリアフリーとか。最近西新井駅での人身事故が多発しているので宜しくお願い致します。【10代】 |
| 成るようにしか成りません。‘不安に思うこと’は生きている証だと思います。将来についての不安と向き合い、自分で努力するしか報われる方法はないと考えます。【20代】 |
| 自分よりも、人に対して不安を感じる事があります。人を変えるのは難しい事だと感じます。【20代】 |
| だれでも、ひきこもりになってしまうような、現状があると思う。現代社会はストレスフルで、心がいつ崩壊してもおかしくない。子どもでさえも忙しい日々ストレスを感じている。誰かのせいではなく、個人で適応できる範囲は限られているので、区としてもイベントやパンフでよびかけてほしい。【30代】 |
| 舎人ライナーの混雑と運賃が高いこと。(子供の利用を想定しているため)【40代】 |
| ・ファミリー学級や相談会等で、高齢出産の特定日を設けて欲しい。世代が違う為に輪に入れなかったり、高齢出産だからこその悩みが共有できず、相談もできないまま、結局1回参加して居場所がないと感じて自宅でワンオペ育児になる方が沢山います。高齢出産のみの集まる、相談できる機会が定期的で開催されればとても良いと思います。・仕事復帰したいが、ブランクや体力に自信がなく前進できない(元保育士)【40代】 |
| 不安は山程ありますが、前を向いて、一步一步進んでいくしかありませんね！！立ち止まっているひまも、よゆうもありません。何か有った時、少しでも助けて下さると、生きて行けます！！【40代】 |
| タバコについて。「禁煙特定区域内での喫煙」(もしかしたら知らない人が多いかもしれない)が守られていない。バス停、自販機の近く(ポイ捨て)、自転車運転中の喫煙他。定期的に宣伝カーを走らせるとかしてほしい【50代】 |
| 環境汚染。気候変動【50代】 |