

第2章

家族調査の結果

第1節 アンケート調査の結果

第2節 ヒアリング調査の結果

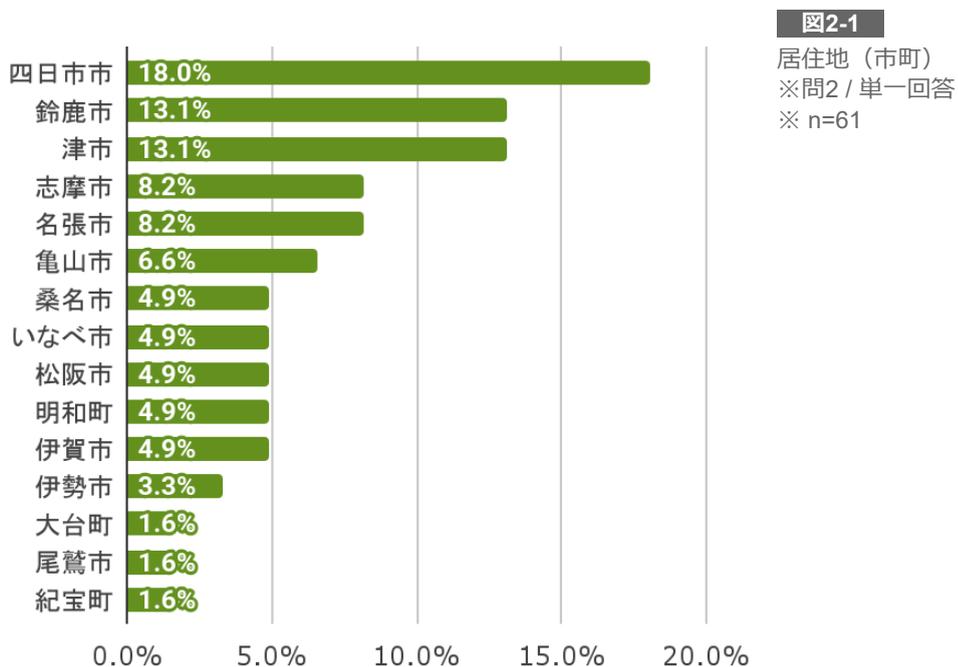
第2章 家族調査の結果

本章では、家族（現在ひきこもり状態のご家族がいる方）を対象とした調査の結果を紹介する。

第1節 アンケート調査の結果

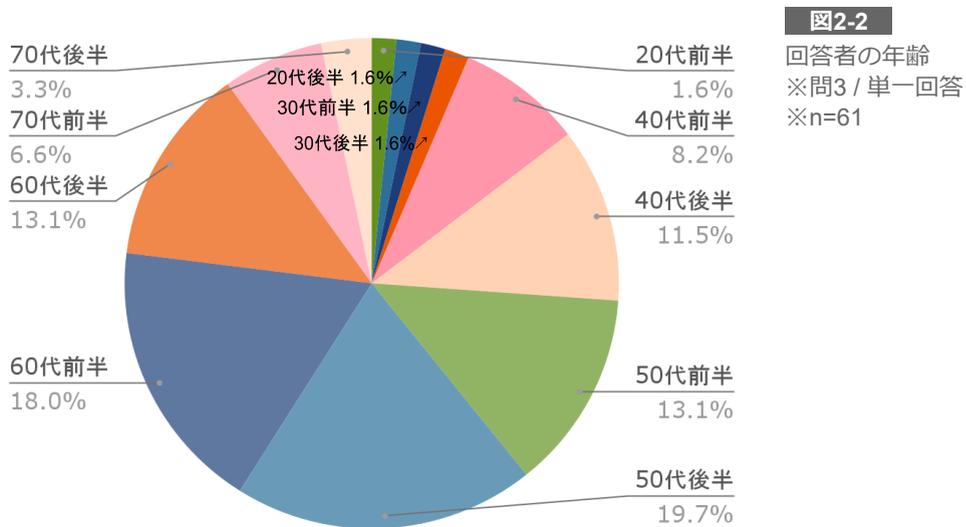
2-1 居住地（市町）

回答者の居住地（市町）では、四日市市が18.0%と最も多く、次いで鈴鹿市・津市が13.1%、志摩市・名張市が8.2%だった。人口規模の大きい都市部だけでなく、さまざまな地域からも回答が寄せられた。



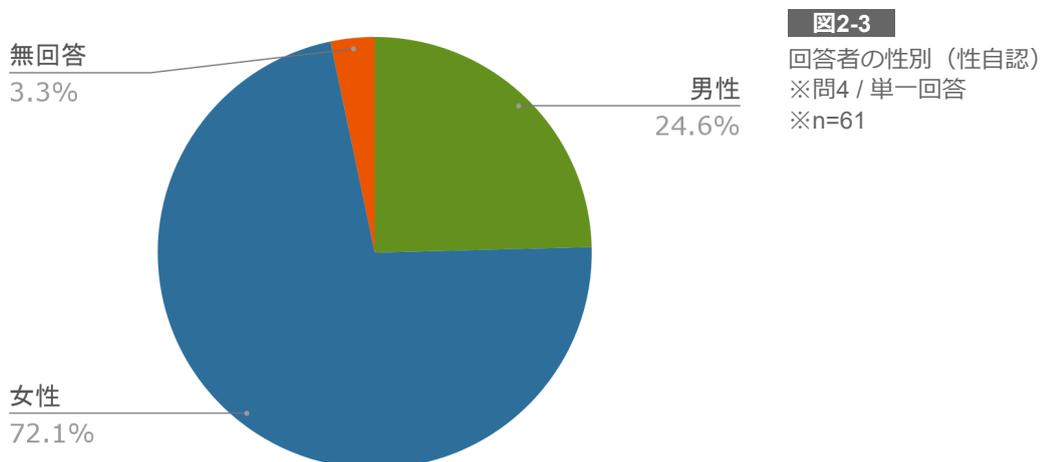
2-2 回答者の年齢

回答者の年齢では、50代後半が19.7%と最も多く、次いで60代前半が18.0%、50代前半と60代後半が13.1%となっており、回答者の約3分の2が50～60代であった。



2-3 回答者の性別（性自認）

回答者の性別（性自認）では、女性が72.1%、男性が24.6%、無回答が3.3%だった。女性と男性の比率はおよそ3：1となっている。



2-4 ひきこもり状態にある本人から見た回答者の続柄

ひきこもり状態にある本人から見た回答者の続柄では、母親が65.6%と最も多く、父親が19.7%、兄弟姉妹が13.1%となっている。親の立場からの回答が85.3%と大半を占めており、母親と父親の比率は約4：1であった。

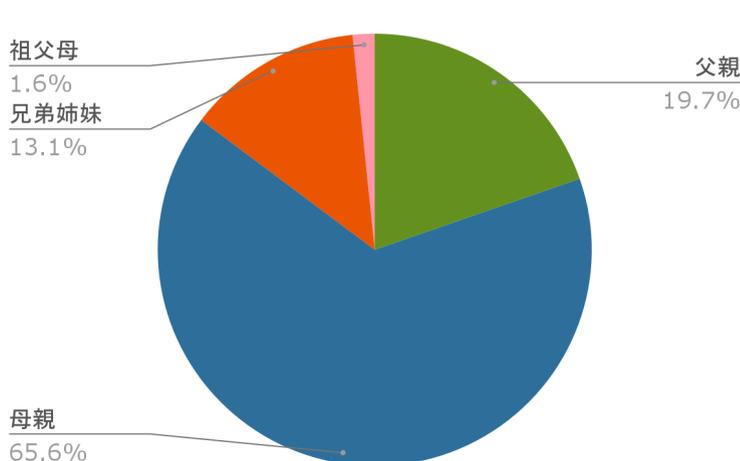


図2-4

ひきこもり状態にある本人から見た回答者の続柄
※問5-1 / 単一回答
※ n=61

2-5 ひきこもり状態にある本人と同居しているか

「ひきこもり状態にある本人と同居しているか」については、「同居している」が78.7%、「(ひきこもり状態の)本人*は三重県内に在住で、別居している」が21.3%だった。約2割は別居となっており、単身でひきこもり状態で暮らしている人も少なくないと思われる。

*以降、「本人」と表記されている場合はひきこもり状態の方を指す。

- 同居している
- 本人は三重県内に在住で、別居している

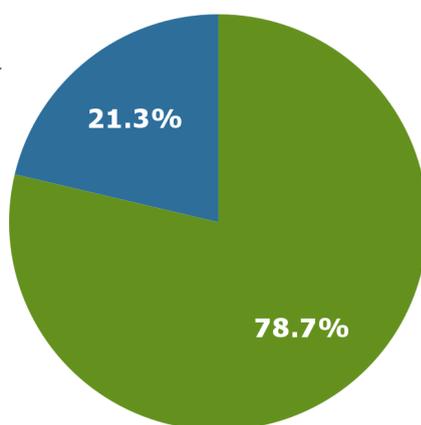


図2-5

ひきこもり状態にある本人と同居しているか
※問5-2 / 単一回答
※n=61

2-6 ひきこもり状態にある本人の年齢

「ひきこもり状態にある本人の年齢」では、20代後半と30代前半がともに18.0%と最も多く、次いで14歳以下、10代後半、20代前半、30代後半がそれぞれ11.5%となっている。10代以下～30代が全体の82.0%を占めており、本人の年齢は若年層が大半を占めている。

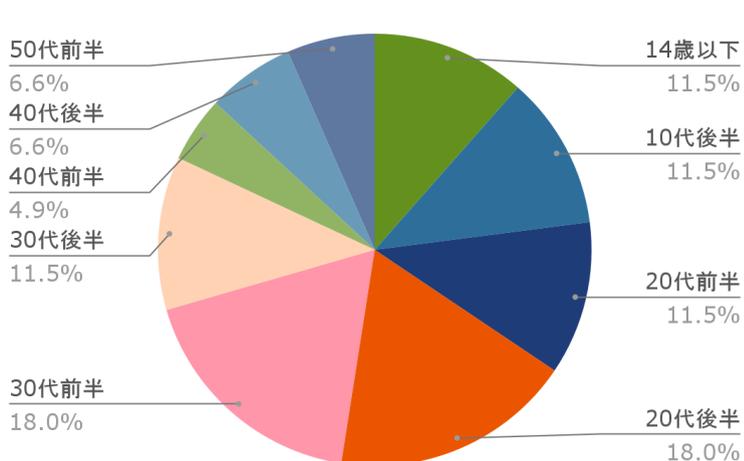


図2-6

ひきこもり状態にある本人の年齢
※問6 / 単一回答
※n=61

2-7 ひきこもり状態にある本人の性別（性自認）

「ひきこもり状態にある本人の性別」では、「男性」が68.9%、「女性」が27.9%、無回答が3.3%だった。当事者/経験者調査（以下、当事者調査）では男女比がほぼ半々だったのに対し、家族調査ではひきこもり状態にある本人の男女比がおよそ7：3となっている。

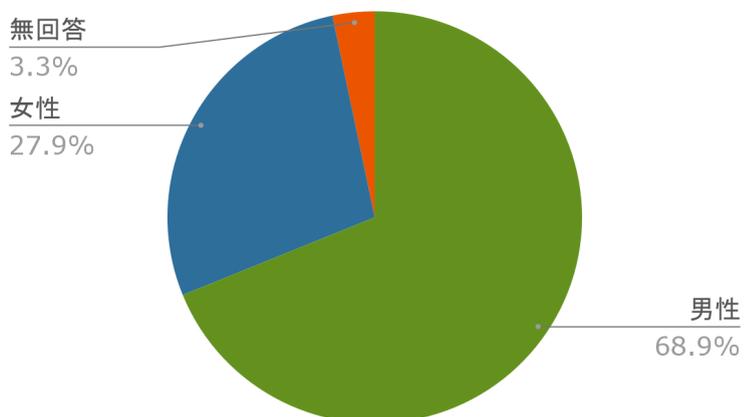
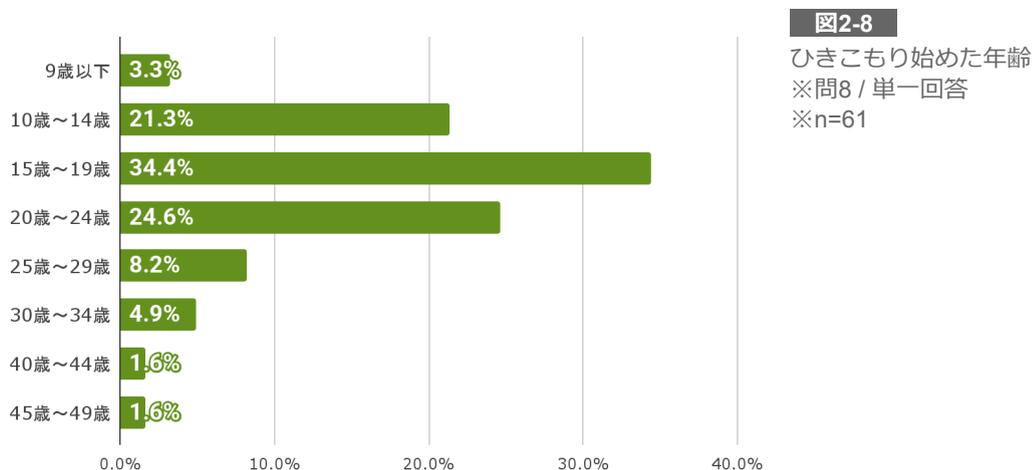


図2-7

ひきこもり状態にある本人の性別
（性自認）
※問7 / 単一回答
※n=61

2-8 ひきこもり始めた年齢

「ひきこもり始めた年齢」では、「15歳～19歳」が34.4%と最も多く、次いで「20歳～24歳」が24.6%、「10歳～14歳」が21.3%だった。10代～20代前半でひきこもり始める傾向が見られる。



2-9 ひきこもり期間（のべ）

「ひきこもり期間（のべ）」では、「3年～5年未満」が16.4%と最も多く、次いで「2年～3年未満」「7年～10年未満」「15年～20年未満」がそれぞれ13.1%だった。この家族調査では本人の年齢が30代までの若年層が8割以上を占めていたにもかかわらず、ひきこもり期間5年未満が37.7%であるのに対し、5年以上が62.3%を占めており、長期化しているケースが多い傾向が見られる。

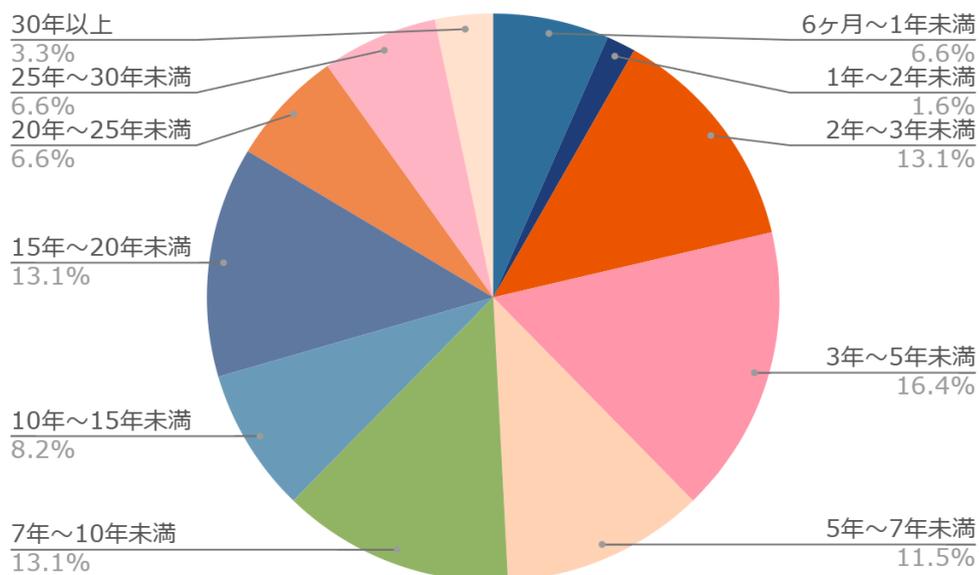
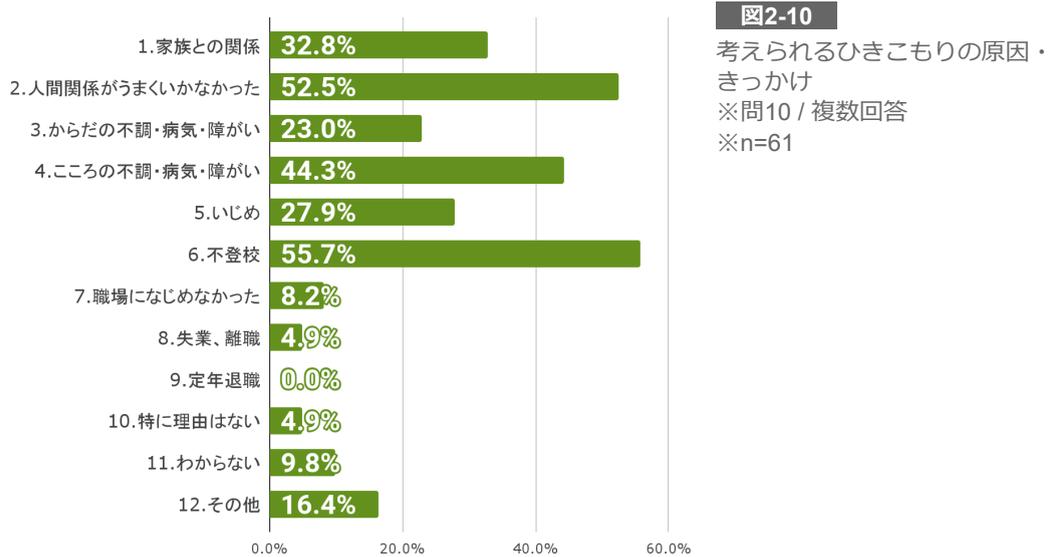


図2-9
ひきこもり期間（のべ）
※問9 / 単一回答
※n=61

2-10 考えられるひきこもりの原因・きっかけ

「考えられるひきこもりの原因・きっかけ」では、「不登校」が55.7%と最も多く、次いで「人間関係がうまくいかなかった」が52.5%、「こころの不調・病気・障がい」が44.3%だった。以下「家族との関係」が32.8%、「いじめ」が27.9%、「からだの不調・病気・障がい」が23.0%と続いている。家族から見た認識であり、本人の捉え方とは異なる可能性があるものの、複数の要因が重なっている様子が見えてくる。



2-11 ひきこもり状態にある本人の外出状況

「ひきこもり状態にある本人の外出状況」では、「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事的时候は外出する」が29.5%と最も多く、「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」「自室からは出るが、家からは出ない」がそれぞれ26.2%だった。「わからない」という回答も4.9%あった。「自室からは出るが、家からは出ない」の割合が、当事者/経験者調査の回答（5.1%）と比べて20ポイント以上高くなっている。相対的に、外出の伴う対人交流や趣味的な用事の割合は低い傾向がある。

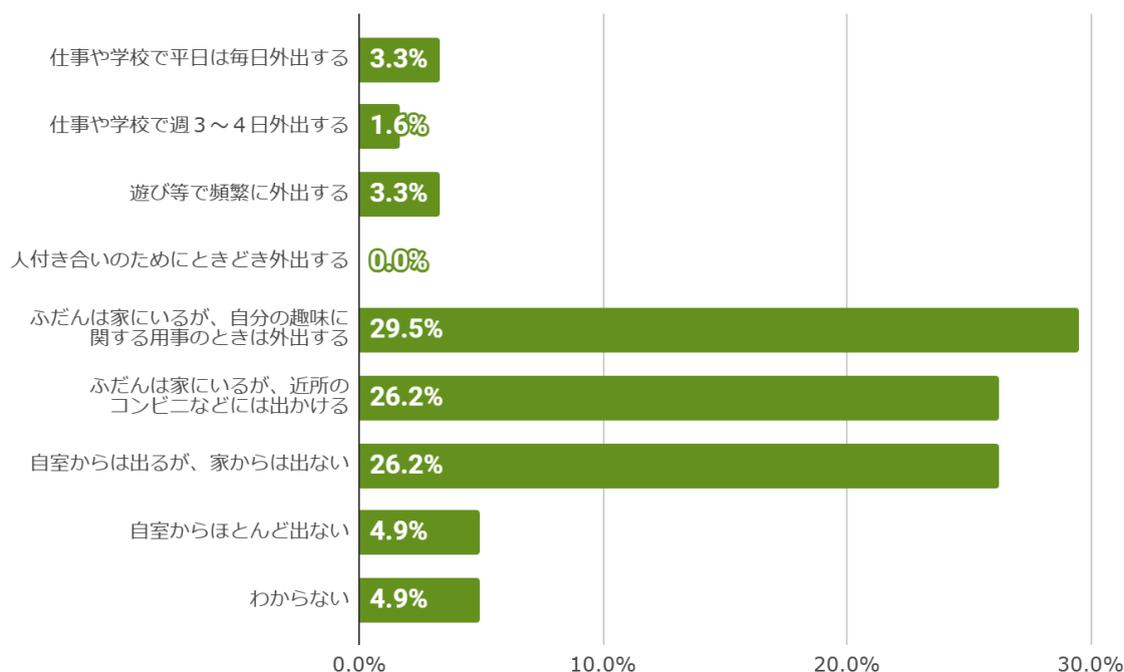


図2-11

ひきこもり状態にある本人の外出状況

※問11 / 単一回答

※n=61

2-12 ひきこもり状態にある本人は、現在支援・サービスを受けているか

「ひきこもり状態にある本人は、現在支援・サービスを受けているか」では、「本人は今まで一度も支援・サービスを受けていない」が63.9%と最も多く、「本人が以前支援・サービスを受けていたが、現在は受けていない」が16.4%、「本人が現在支援・サービスを受けている」が14.8%だった。支援・サービスにつながっていない人が多い状況がうかがえる。



図2-12

ひきこもり状態にある本人は、現在支援・サービスを受けているか
 ※問12 / 単一回答
 ※n=61

2-13 ひきこもり状態にある本人の、この1年間の状態の変化

「ひきこもり状態にある本人の、この1年間の状態の変化」では、「変化はない」が41.0%と最も多く、「どちらかといえば改善傾向にある」が27.9%、「一進一退を繰り返している」が13.1%、「悪化している」が11.5%だった。状況にあまり変化がなかったり、一進一退を繰り返しているというケースが過半数を占めている。

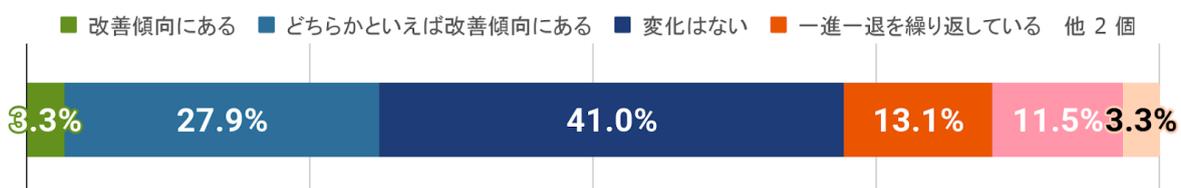


図2-13

ひきこもり状態にある本人の、この1年間の状態の変化
 ※問13 / 単一回答
 ※n=61

2-14 ひきこもり状態にある本人に関連する回答者の悩み

「ひきこもり状態にある本人に関連する回答者の悩み」では「本人の将来の自立や、社会参加への見通しが立たないこと」が82.0%と最も多く、次いで「親亡き後の本人の生活への不安」が67.2%、「本人のひきこもり状態が長期化していること」が60.7%だった。将来への不安を強く抱えていることがうかがえる。また「本人が支援につながることに消極的であること」「本人にとっての適切な相談先や支援サービスが見つからないこと」がともに4割前後にのぼっており、相談先や支援との接続に難渋していることが見て取れる。

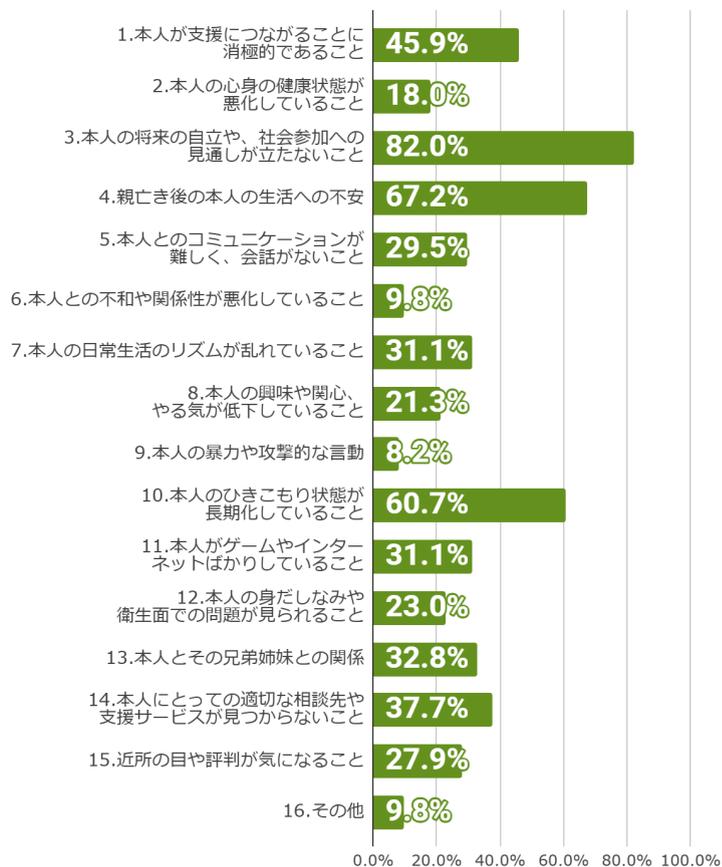


図2-14

ひきこもり状態にある本人に関連する回答者の悩み
 ※問14 / 複数回答
 ※n=61

2-15 回答者自身の悩み

「回答者自身の悩み」では、「ひきこもり状態の本人のこと」について「とても悩んでいる」が59.0%、「悩んでいる」が26.2%と合わせて85.2%と最も高かった。

「とても悩んでいる」「悩んでいる」を合わせると、「自身の心身の疲労」が59.0%で2番目に高い。次いで「生活費などの経済的なこと」が54.1%、以下「自身の老後」50.8%、「困ったときに頼れる人がいない」49.1%、「人生の充実感や幸福感がない」45.9%、「自身の病気や障がい」31.1%、「家族の介護」27.9%と続いている。

ひきこもり状態の本人への心配を中心に、回答者自身の心身の疲労や経済面など、複数の課題を抱えている状況がうかがえる。

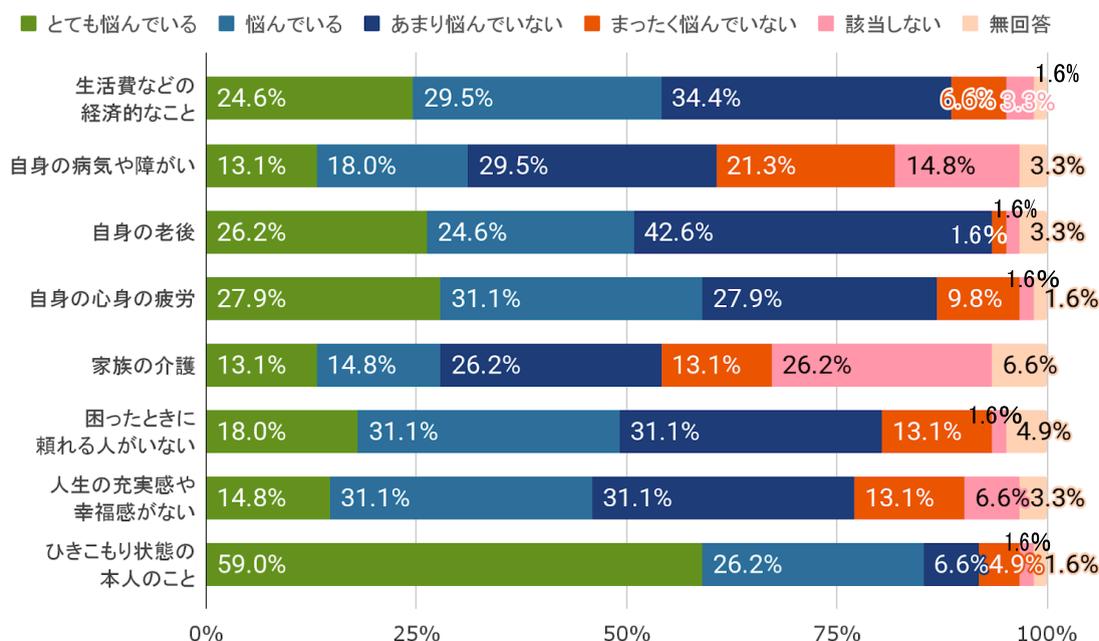
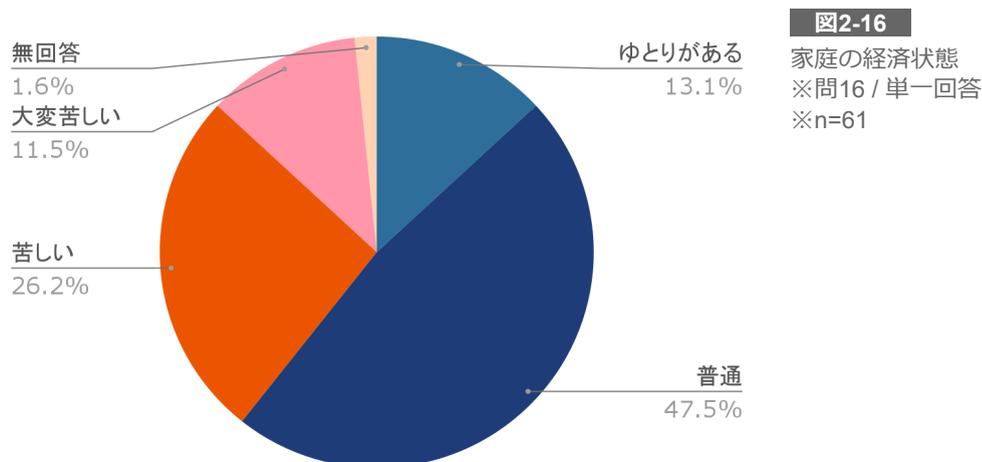


図2-15

回答者自身の悩み
 ※問15 / 単一回答
 ※n=61

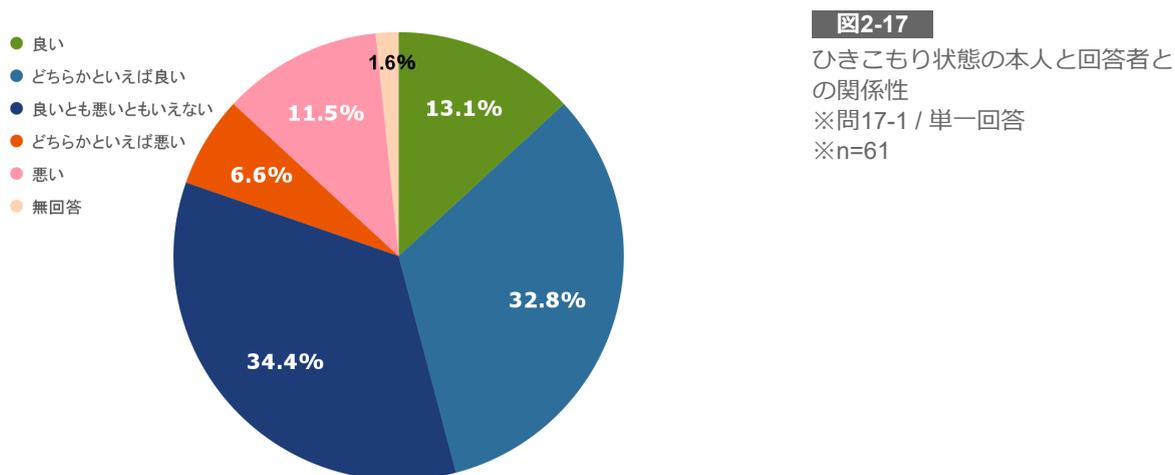
2-16 家庭の経済状態

「家庭の経済状態」では、「普通」が47.5%と最も多く、「苦しい」が26.2%、「ゆとりがある」が13.1%、「大変苦しい」が11.5%だった。「苦しい」と「大変苦しい」が合わせて4割近くにのぼっており、経済的な困難を抱える家庭が少なくない状況がうかがえる。なお「大変ゆとりがある」を選択した人はいなかった。



2-17 ひきこもり状態の本人と回答者との関係性

「ひきこもり状態の本人と回答者との関係性」では、「良いとも悪いともいえない」が34.4%と最も多かった。「どちらかといえば良い」が32.8%、「良い」が13.1%で、合わせると45.9%が本人との関係性は「良い」と回答している。一方、「悪い」は11.5%、「どちらかといえば悪い」は6.6%で、合わせると18.1%となった。家族調査の回答者に限れば、ひきこもり状態の本人と概ね良好か落ち着いた関係性にある結果だと言える。ただし、家族調査2-4では回答者の続柄として母親が6割超、父親が2割弱と比率に開きがあること、また当事者調査1-4によれば母親のほうが相対的に良好な関係性であったことは念頭に置く必要がある。



2-18 父親／母親の、配偶者／パートナーとの関係性

ひきこもり状態にある本人との続柄が「父親」または「母親」である回答者に聞いた「配偶者／パートナーとの関係性」では、「どちらかといえば良い」が32.7%と最も多く、「良い」が19.2%、「良いとも悪いともいえない」が17.3%となっている。「どちらかといえば良い」と「良い」を合わせると51.9%と半数を超えており、比較的良好な関係である様子がうかがえる。

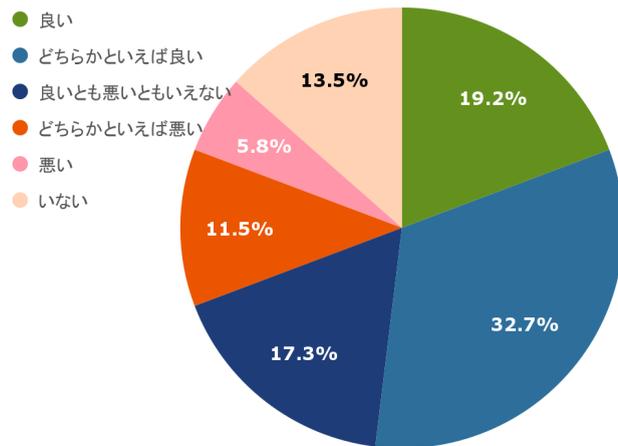


図2-18

父親／母親の、配偶者／パートナーとの関係性
※問17-2 / 単一回答
※n=52

2-19 回答者自身の悩みを相談できる人はいるか

「回答者自身の悩みを相談できる人」では、「配偶者／パートナー」が59.0%と最も多く、「同じ悩みを抱える人」「カウンセラー、精神科医」「相談員、支援員」がそれぞれ27.9%だった。以下「親（義父母含む）」が26.2%、「近隣に住んでいない友人・知人」が19.7%と続く。「相談できる人はいない」は14.8%で約7人に1人は相談できる人がおらず、家族も孤立してしまっているケースが一定数あるといえる。また、配偶者／パートナー以外の割合が総じて低く、もっぱら家庭内で抱え込んでしまっていることがうかがえる。

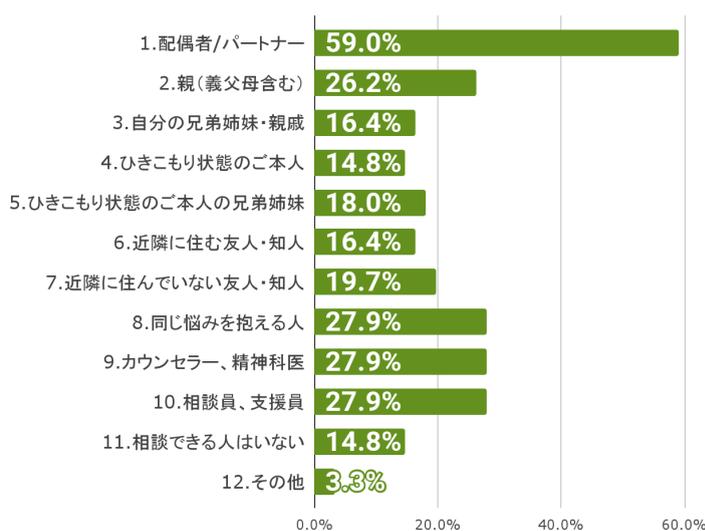


図2-19

回答者自身の悩みを相談できる人はいるか
※問18 / 複数回答
※n=61

2-20 ひきこもり支援機関・サービスの認知

「ひきこもり支援機関・サービスの認知」（各機関がひきこもり支援を行っていることを知っているか）では、「三重県ひきこもり地域支援センター」が67.2%と最も多く、次いで「家族会・当事者会」が60.7%、「社会福祉協議会」が52.5%だった。「市町ひきこもり相談窓口」「医療機関（精神科・クリニック）」がともに42.6%と続いている。「上記の機関がひきこもり支援を行っていることは知らなかった」は1.6%にとどまっており、ひきこもり支援の存在を知っているという人が多かった。しかし、最も認知度が高かった「三重県ひきこもり地域支援センター」についても3割強は知らないという結果であり、それぞれの機関でひきこもり支援を行っていることをさらに周知していく必要があると思われる。

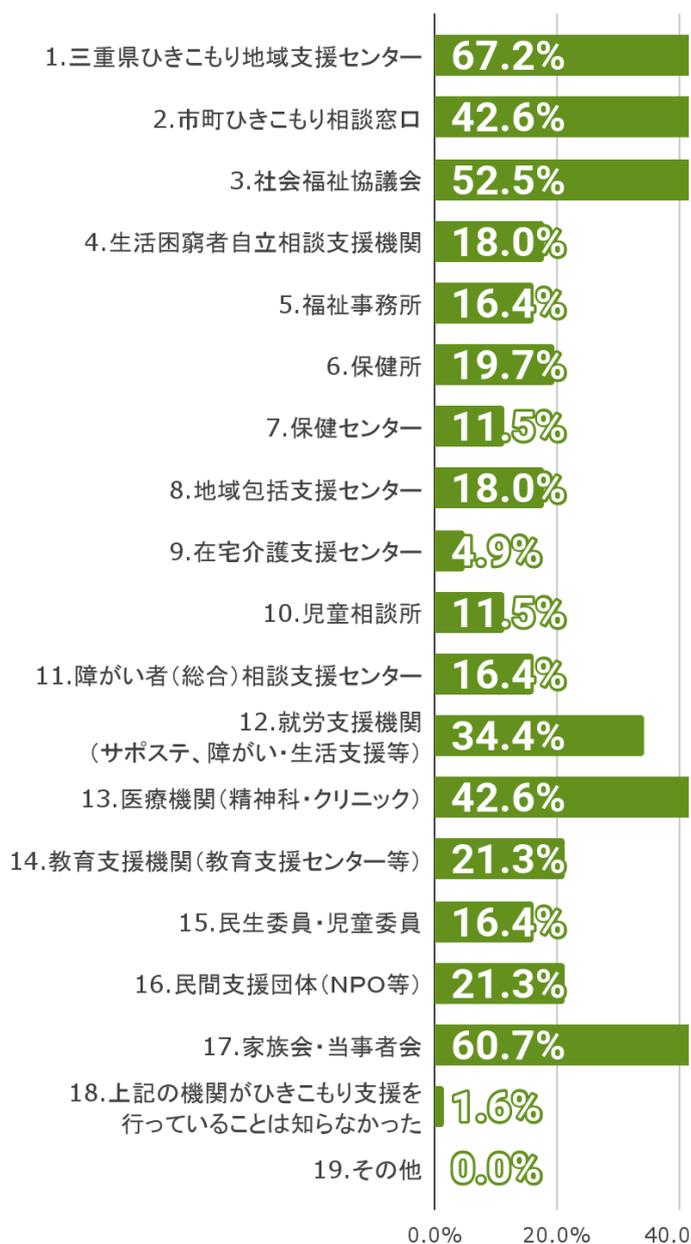


図2-20

ひきこもり支援機関・サービスの認知

※問19 / 複数回答

※n=61

2-21 ひきこもり支援機関・サービスを知ったきっかけ

「ひきこもり支援機関・サービスを知ったきっかけ」では、「自治体の広報紙や回覧板」が41.0%と最も多く、次いで「ひきこもりに関する講演会やイベント」が39.3%、「インターネット検索」が32.8%、「当事者会や家族会」が29.5%だった。地域の広報媒体、講演会や家族会等の集まりが情報源として大きなウエイトを占めている。

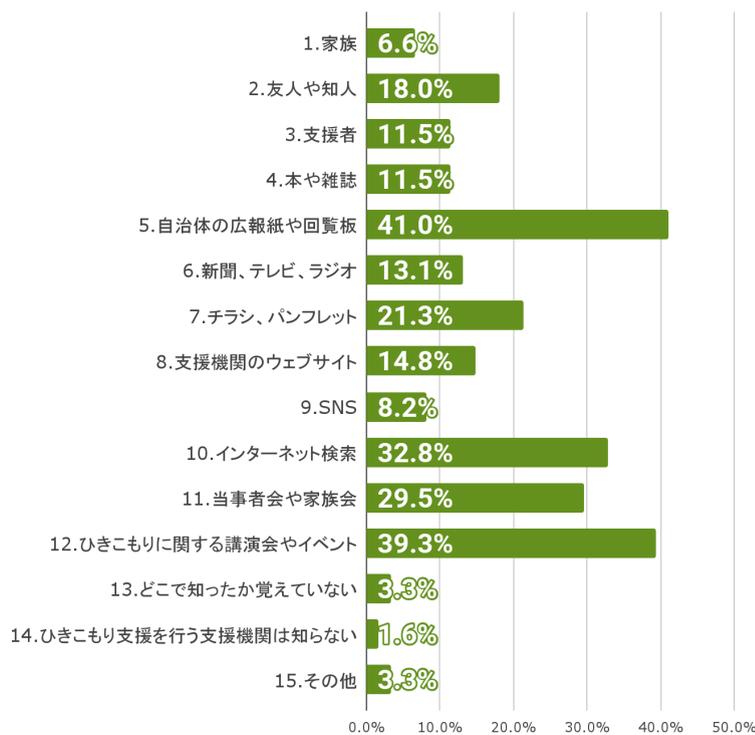


図2-21

ひきこもり支援機関・サービスを知ったきっかけ
※問20 / 複数回答
※n=61

2-22 回答者のひきこもりに関わる支援・サービスの利用経験

「回答者のひきこもりに関わる支援・サービスの利用経験」では、「現在利用している」が47.5%と最も多かった。一方、「今まで一度も利用したことはない」が37.7%、「過去に利用したことがあるが、現在は利用していない」が14.8%、合計52.5%と半数以上が現在ひきこもり支援・サービスを利用していない状況にある。

- 現在利用している
- 過去に利用したことがあるが、現在は利用していない
- 今まで一度も利用したことはない

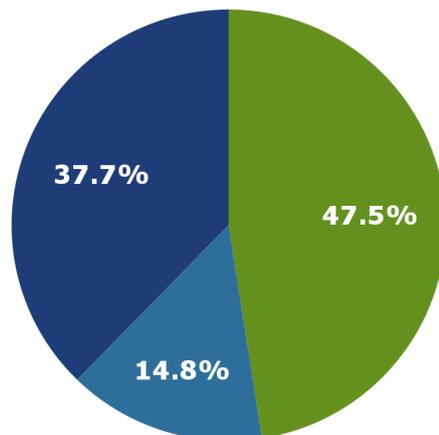


図2-22

回答者のひきこもりに関わる支援・サービスの利用経験
※問21 / 単一回答
※n=61

2-23 支援・サービスを利用しない理由

問21で「今まで一度も利用したことはない」と回答した人に、「支援・サービスを利用しない理由」を尋ねた結果をみると、「どこに相談してよいかわからないから」が47.8%と最も多く、「本人が支援を拒否しているから」が39.1%、「支援・サービスを利用する時間的余裕がないから」が26.1%だった。

2-20および次項2-24では主要なものだけで17の機関・サービスが挙げられており、また支援の存在自体は広く認識されていた。いっぽう2-14では4割近くが「本人にとっての適切な相談先や支援サービスが見つからない」と回答していることから、本問の「どこに相談していいのかわからない」には、情報のマッチングに課題があることが示唆されている。本人の支援への拒否や消極性もまた、好適な情報が届いていないことも一因になっていると推測される。



図2-23

支援・サービスを利用しない理由

※問22 / 複数回答

※n=23

2-24 回答者自身が利用したことがあるひきこもり支援・サービス

問21で「現在利用している」「過去に利用したことがあるが、現在は利用していない」と回答した人に、「利用したことがあるひきこもりに関わる支援・サービス」を尋ねたところ、「家族会・当事者会」が50.0%と最も多く、次いで「医療機関（精神科・クリニック）」が44.7%、「三重県ひきこもり地域支援センター」が36.8%、「社会福祉協議会」が34.2%だった。

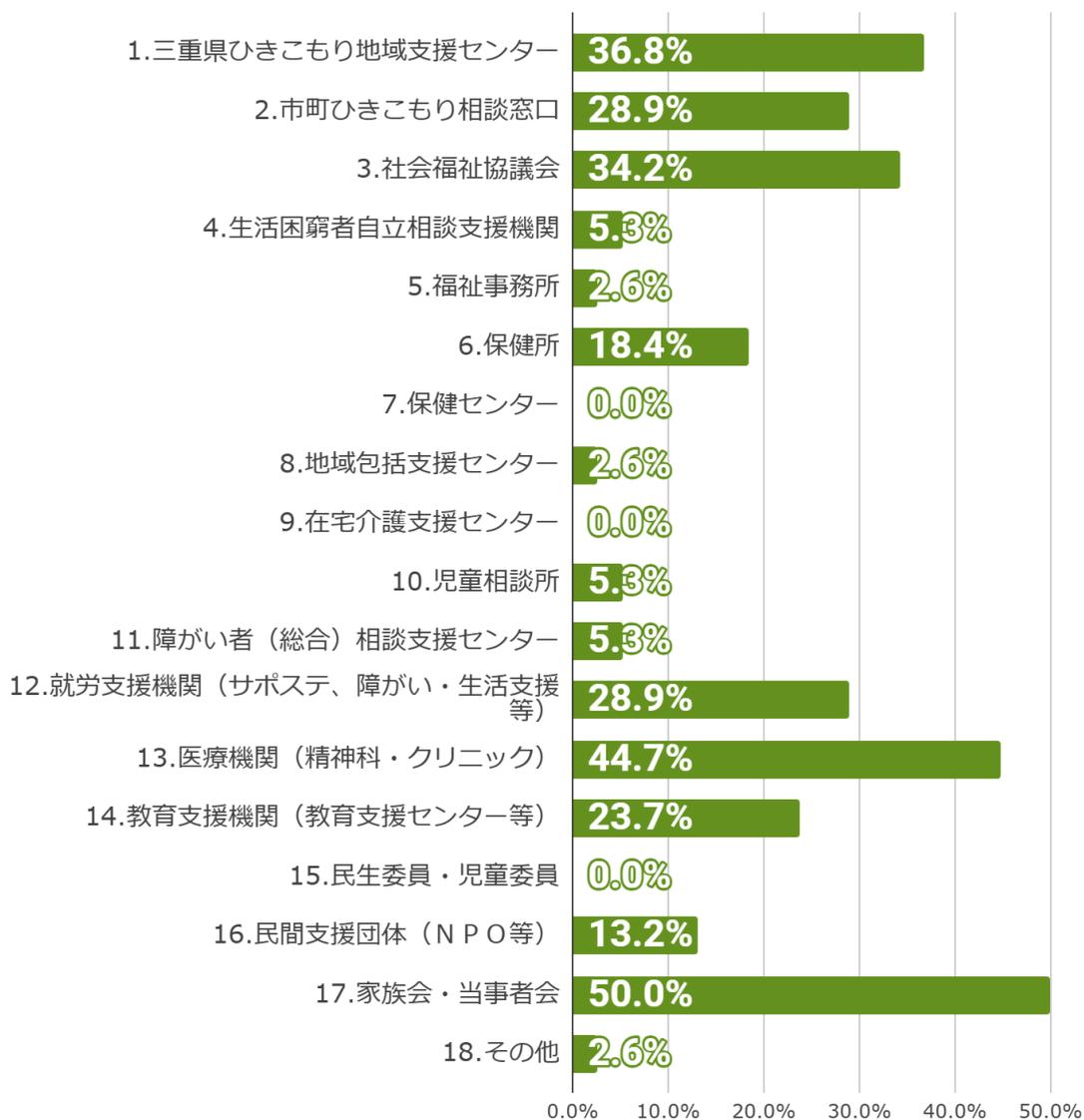


図2-24

回答者自身が利用したことがある
ひきこもり支援・サービス

※問23 / 複数回答

※n=38

2-25 回答者が支援を中断した理由

支援を中断した経験がある人に、「支援を中断した理由」を尋ねた結果をみると、「本人が直接支援を受けず、家族だけが利用しても状況が変わらないから」が41.2%と最も多く、「支援・サービスが期待していた内容ではなかったから」「本人の状況が改善したから」「担当者が変更になったから」がそれぞれ17.6%だった。本人が直接支援を受けなくても、家族へのアプローチにより状況を改善していく支援や、変化する未来がイメージしやすくモチベーションが維持できるロードマップが必要だと思われる。

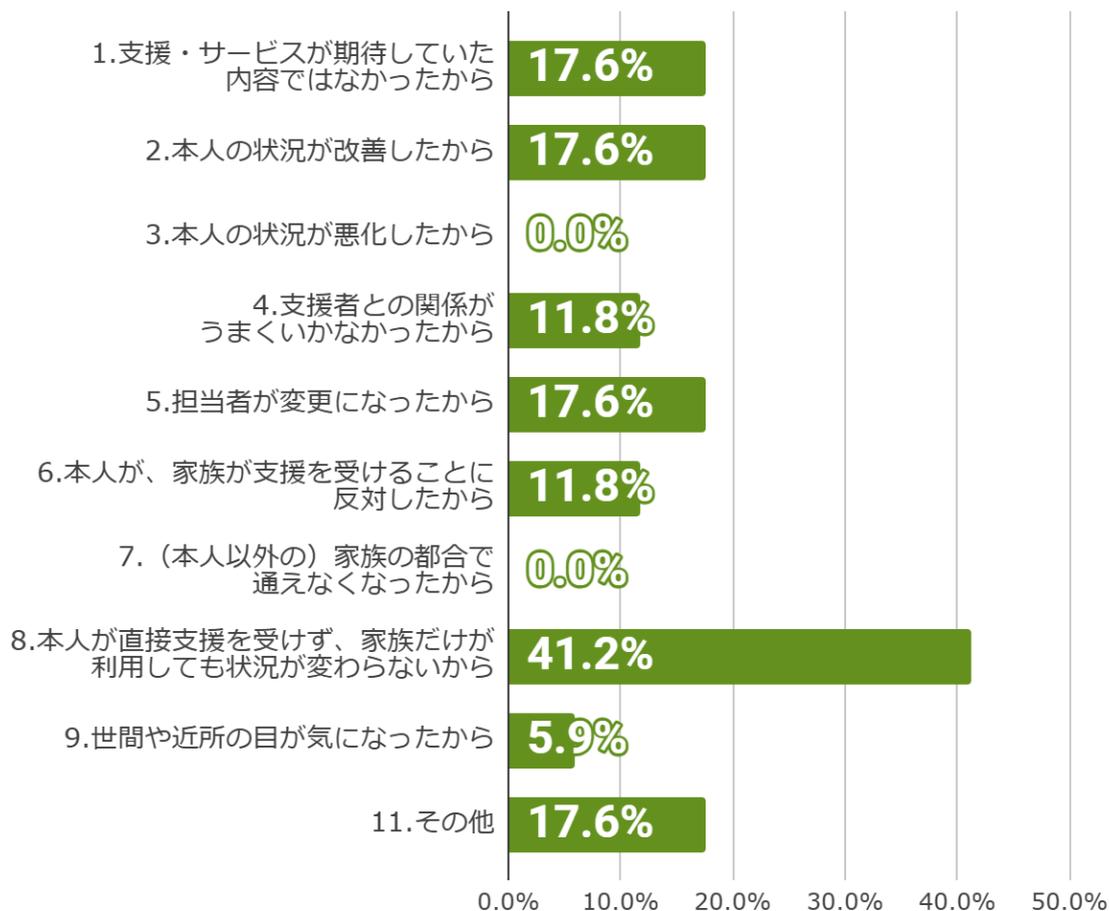


図2-25

回答者が支援を中断した理由

※問24 / 複数回答

※n=17

2-26 回答者自身が必要とする支援

「回答者自身が必要とする支援」については、「親亡き後に向けた相談」が55.7%と最も多く、「じっくり話を聴いてくれる相談」が50.8%、「ひきこもり状態にある本人のメンタルヘルスに関する相談」が49.2%だった。2-14同様、将来への不安に対する支援ニーズが最も高かった。また、過半数の家族に「じっくり話を聴いてほしい」というニーズがあった。

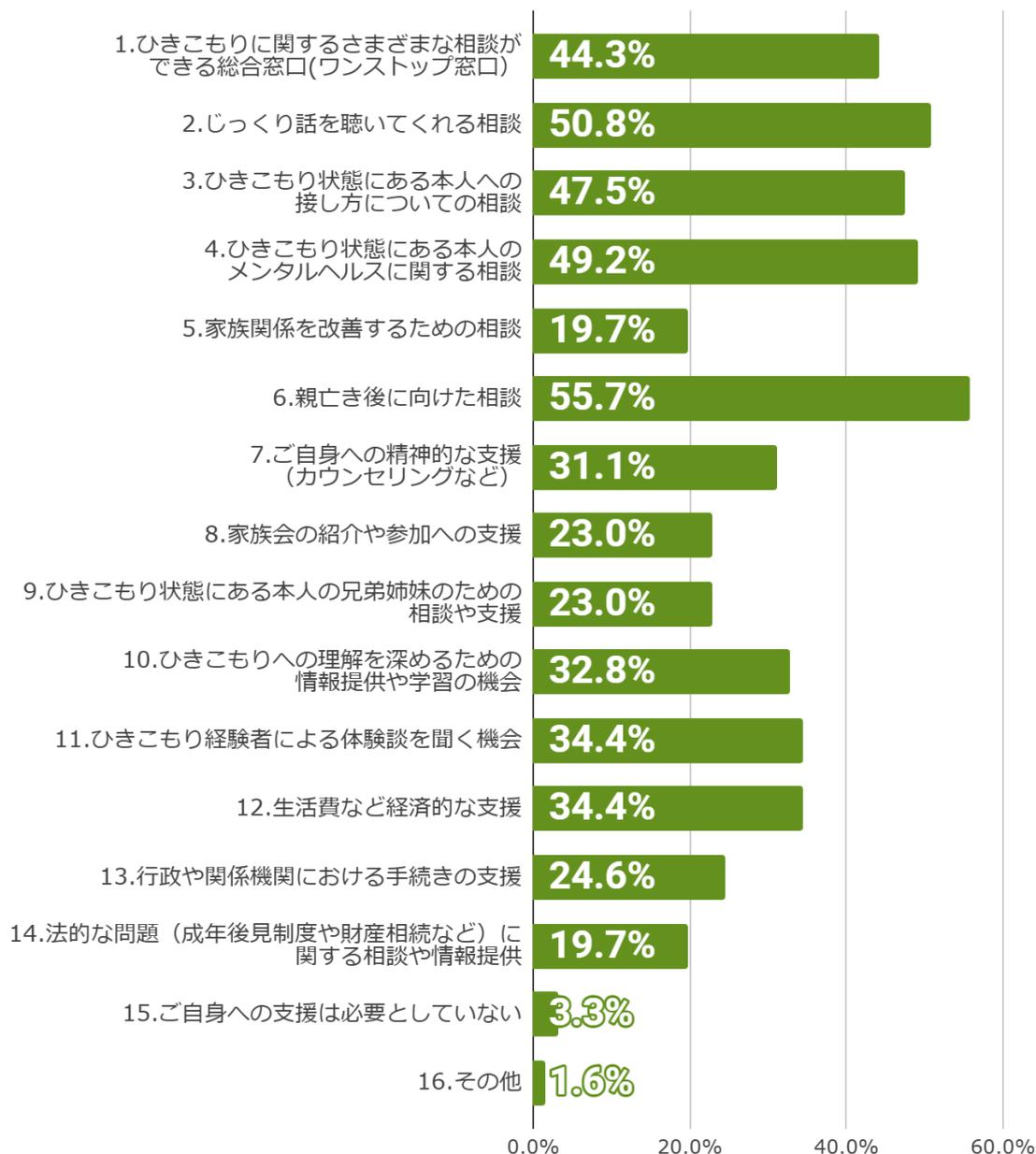


図2-26

回答者自身が必要とする支援

※問25 / 複数回答

※n=61

2-27 本人に受けてほしい支援

「本人に受けてほしい支援」では、「就労支援」が52.5%と最も多く、「精神科病院やメンタルクリニックなどの医療的支援」が50.8%、「興味・関心に合わせた社会参加の機会」が45.9%だった。「居場所・当事者会の紹介」が44.3%、「ピアサポーターによる相談や支援」が42.6%と続いている。「働けるようになってほしい」と願うとともに、本人のメンタルヘルスについて憂慮する様子がうかがえる。また、社会参加については本人の興味・関心に合わせた支援への期待が表明されている。

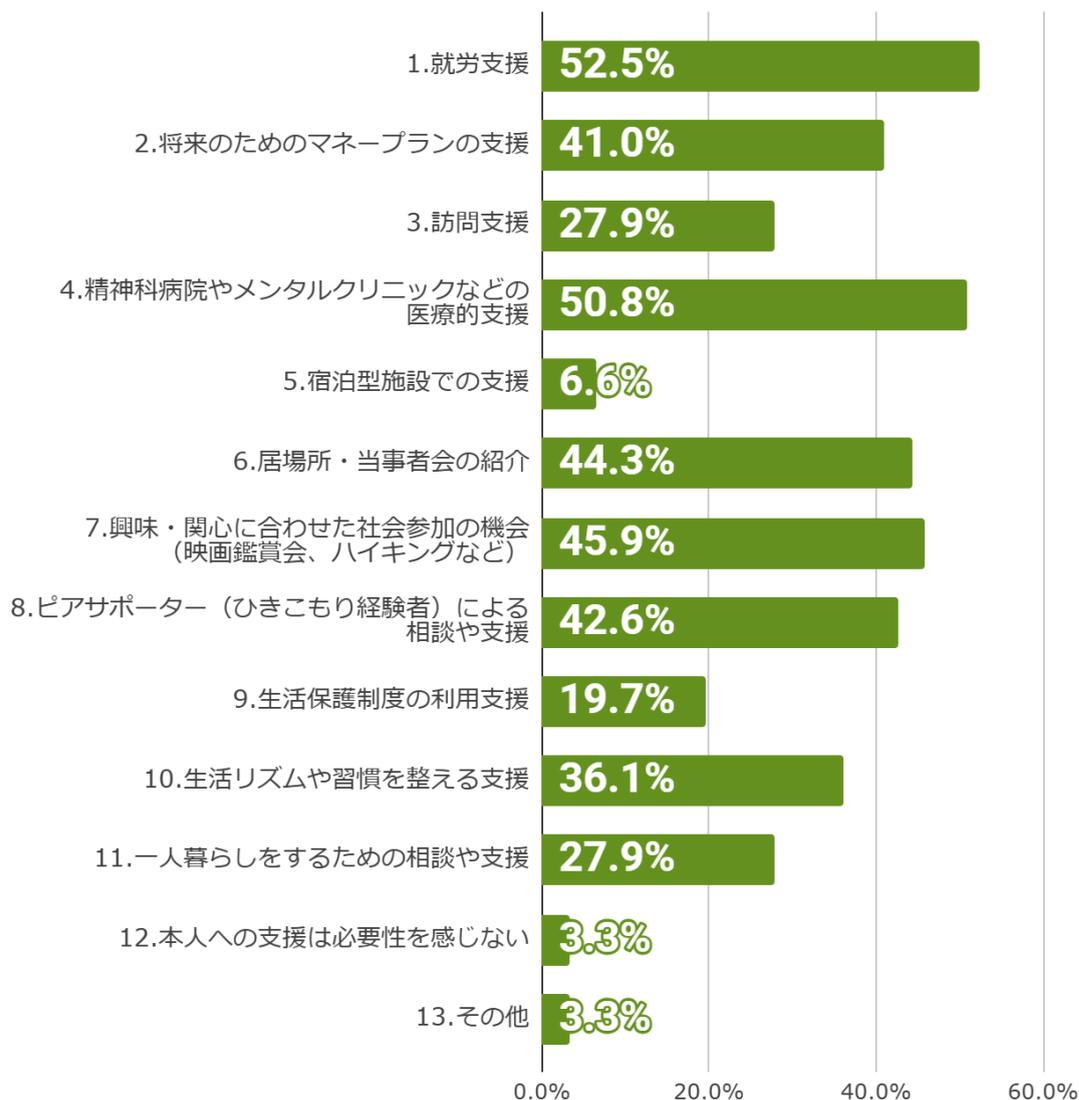


図2-27

本人に受けてほしい支援
※問26 / 複数回答
※n=61

自由記述

(困っていることや、ひきこもりに関わる支援・サービスに望むことなど)

※問27 / 長文自由記述

以下では、「困っていることや、ひきこもりに関わる支援・サービスに望むことなど」についての自由記述を紹介する。回答はすべてではなく一部を抜粋している。また誤字など明らかな誤りに限り一部修正し、原則原文ママで記載した。

行政機関（市町障がい福祉課、適応指導教室）が手厚い支援に消極的だったり、踏み込んだ支援をしてくれない（当初と同じ支援を延々と続ける）。おそらく市町が教育・福祉にかけられる資金的・時間的リソースが少なく、対象者を狭めたり、細かく配慮ができず流れ作業のように対応しなければならなくなっているように思う。（父親/40代）

本人が現在小3（小1から不登校・ひきこもり開始）になるが、市の適応指導教室の人数枠が小さいからか、希望しても利用することができない。小学生（特に低学年）では利用できないサービスが多く、結果としてひきこもり状態から抜け出す支援が受けられず、ひきこもり状態が継続・精神状態が悪化することにつながっているように思う。市町の教育・福祉にかけられるリソースが小さいからか、市障がい福祉課・適応指導教室が非積極的、踏み込む対応をしてくれない状況になっているように感じている。（父親/40代）

高齢化、持病で、生活費も不安、自分のことで精一杯、介護が必要になったらと思いたくない。本人がどう思っているかわからないことが一番困る。（父親/70代）

最近、引きこもりの当事者に対する支援は増えてありがたく思っています！ 20年近く子ども2人の不登校、引きこもりの体験をして思う事は、引きこもりは決して子どもだけの問題では無いと云う事です。私自身、子どもが不登校になってすぐは、これはいけなくなった息子の問題としか捉えられませんでした。子どもとの関係が良くなるきっかけは、親である自分自身の問題に気が付く事で、子どもの声にしっかり耳を傾けられる様になってからです。自分自身が変わる為に助けになったのは、親子共々信頼出来るカウンセラーさんに出会えた事と、親の会で知り合えた同じ悩みを持つ親御さんと互いに話を聞き、支えになってもらった事が大きかったと
↗

思います。今後、親の受け皿が出来る事を望みます。（母親/60代）

息子の引きこもりが長期化しており、これまでもいろいろな相談や支援にお世話になりました。本人に医療機関へ行く意思がないため困ってます（本人はもっと困っているはず）。今まで通り、家族会や社協さんにお世話になりながら気持ちのやり繰りをしていきたいと考えてます。（母親/60代）

引きこもりに関わる理解がもっと進めば、本人も家族も楽になると思います。また、障害者手帳がない、制度の狭間にいる当事者には、支援が届かない事が厳しいと思います。（母親/60代）

何処に相談すればよいかのかわかりにくいため、「ひきこもり相談窓口」のようなものがあると、まず初めに相談に行きやすいと思います。（母親/60代）

金銭面。地域でひきこもりを見守る。風邪や骨折のように 誰にでも「今 ひきこもっている」と言える世の中になって欲しいです。（母親/50代）

対面しなくても学習できる（オンラインなど）支援。（母親/30代）

地元どうわさになるので遠くへ相談に行くならいい。（母親/50代）

子どもが不登校になり、学校までの送迎をしているが、スクールバス区間で学校まで遠く、休みが増えて仕事を続けることにとっても大変さを感じる。きょうだいが大学生でお金がかかるので働かねばならず、精神的肉体的疲労が蓄積している。近隣の適応指導教室もなぜか午後から利用できず、午前中調子がわるい子が多い不登校支援の現場にそぐわないのではと思う。（母親/40代）

昔のような生きる為、食べる為、生活の為の理由では、死んでもいいと思ってる人には働く意欲にはなりません。なので、支援の根本がひきこもり本人の望みに一致していないことが、自室から出られない息子が支援を利用できていない理由になります。

支援でなくても、自分の話を聞いてほしいと思える相手がいらないのも支援を利用できない理由のひとつです。

まずは沢山の人に正しい理解と対応をしてもらえるよう、広報パンフレット、ポスター、ネットなどで正しい対応や理解がたくさんの人々の目に入るようになってほしい。

指導・支援ではなく、話をしたい人の話を聞くだけのおばあちゃんのような聞き方で、居場所に通う事で心身を整えて、自ら社会に出ようと思うまで待つ居場所があって欲しい。就職支援のもっと手前、人と関わる事のまず第一歩からの支援がないと、就職意欲はまず出ないと思います。

9日間ご飯を食べなかった事がある子ですので、食事が無くても部屋から出ないと思っていて、時々訪問してくれる方がいたり、市町村にひきこもりの登録があるとありがたいと思います。(母親/40代)

家族会や公的支援、医療支援などに繋がりが持っていない、当事者間(本人や家族)だけで悩んでいる人が数多くいると思う。「ひきこもり」というマイナスイメージが社会的通念として根深いことで、オープンにしづらい空気を醸し出しているのでは? 大多数の悩んでいる当事者は、差別的で悲観的な苦しさを感じ、切り開いていくパワーは出しづらい。まず、個人が特定されないような小規模で傾聴的な場所や機会の提供があると良いと思う。その際には、経験者(本人や家族)に出会える場面があると共感や希望に繋がると思う。(母親/50代)

サービスがいろいろあっても本人にその気がないと繋がらない。ひきこもりが誰にでも起こりうることで、ひきこもりになったことで自信を失わないような、どこからでもやり直しがきく社会だとみんなが認識すること。(母親/50代)

ひきこもりの本人(兄)は母親と同居しており、慎ましやかながら、生活も心の面も安定した状態であることから、様子見状態ではあるものの、高齢の母亡きあとに、どこまで兄に寄り添っていけるか、本人が悲観せずに精神を保てるのか不安におもっている。(40代/兄弟姉妹)

親も高齢であり、この先、兄の面倒を見ることを考えると絶望しかありません。どうしたらいいのかわかりません。(兄弟姉妹/40代)

市によって支援の充実が違う。本人は病院にまったく行かないので、障害のサービスを利用する条件がクリアできない。(兄弟姉妹/30代)

第2節 ヒアリング調査の結果

「三重県ひきこもりに関する実態調査」では、アンケート調査とヒアリング調査を行った。本節では、家族へのヒアリング調査結果の要約を掲載する。

ヒアリング協力者の概要

アンケート調査回答協力者の中で、ヒアリング調査に協力するとの回答をいただいた方のうち、5名のご家族の方に対面でヒアリングを実施した（下表参照）。発言中の支援に関する言及を中心に要約し、本稿では協力者の了承を得たものを掲載している。

No.	表示名	年代	性別	実施日
1	Gさん	50代	女性	2024年9月16日
2	Hさん	70代	男性	2024年9月4日
3	Iさん	70代	男性	2024年9月4日
4	Jさん	60代	女性	2024年9月16日
5	Kさん	60代	女性	2024年9月3日

※年代は2024年9月時点のもの

主なヒアリング項目

主に以下の内容を中心にヒアリングを実施した。

1. 現在、ご自身はどのような生活を送っているか
2. これまで利用したことがある支援やサービスについて
3. 支援にどのようにつながったか
4. 利用したことがある支援やサービスの、良かった点や改善してほしい点
5. ご自身が抱えている悩みや葛藤について
6. ひきこもっているご本人に望むこと

Gさん 50代女性

息子が小学4年生の時に、いじめがきっかけで不登校になった。小学校では先生が放課後に個別指導をしてくれ、中学校では空き教室や保健室登校をした。高校は全日制に入学したが通えず通信制に転校した。いずれも学年が変わると教室に登校できるが、しばらくすると教室に入れなくなる。

東京の専門学校に進学したが途中で行けなくなり、発達障害者支援センターを見つけ、通うようになった。そこでの臨床心理士によるカウンセリングには通えた。自分の気持ちを表現できるようになり、少しずつ変化が見られた。地元に戻り若者サポートステーションを利用した際、臨床心理士の勧めで受診、検査し、自閉スペクトラム症と診断を受けた。社会福祉協議会の紹介で内職を始めたが手が荒れるようで2ヶ月で終わった。現在は社会福祉協議会の支援を受けており、ケースワーカーが直接息子と話をしている。B型作業所の利用も検討しているようだ。

家族会に参加しているが、息子には言えないでいる。「ひきこもり家族会」という名称を息子が聞いたら、自分のせいで母親がそのような会に参加しなければならないと負い目を感じるのではないかと心配している。

教員への研修では、不登校やいじめについての理解を深めてほしい。特に、いじめた側の子どもへの教育やフォローを重視してほしい。いじめられた子だけが苦しむ現状に疑問を感じている。また、少人数学級（1クラス20人程度）の実現、教員やスクールカウンセラー、補助員の増員を望んでいる。子ども数が減少しているのに対し、教育環境が改善されていないことに不満を感じている。少子化対策というなら、現在いる子どもたちへのケアも重要だと考えている。

息子のような特性を持つ人には、理解してくれる人が2、3人いればやっていけると思う。見えない障害への理解が不足していると感じる。息子には色覚障害や喘息などさまざまな症状があり、それを理解するのに親である自分も時間がかかった。親への教育やカウンセリングの必要性を感じている。発達障害を認め、自分のせいではないと理解するまでに時間がかかり、周囲からの無理解にも苦しんだ。そのため、発達障害についての理解を広めたいと思い、親戚にも話すようにした。家族会にも発達障害の子を持つ親が多くいる。

最近夫婦で楽しむ時間を持つようになり、息子の状況も周囲に隠さず伝えることで理解を得られるようになった。子どもの将来を見極めつつ、息子自身も年金受給で落ち着きを取り戻し、親が自分の人生を楽しむことを認めてくれるようになった。これにより、子どもへのストレスも軽減され、より良い関係が築けるようになってきている。

Hさん 70代男性

妻と子3人の5人家族（子の1人は自立し4人暮らし）。きょうだいの真ん中の31歳の息子（Aとする）が高校1年生からひきこもり状態。

父親である自分は平成28年に末梢神経の疾患（指定難病）と診断された。症状が出てから診断名がつくまで10年くらいかかった。現在は整形外科でリハビリをしている。

Aのことを市役所や県に何回か相談し、クリニックにも行ったことがあるが、どこでも「本人を連れてこない」と相談できない」と言われた。支援をしている人たちは「本人が来ないとどうしようもない」と言わないでほしい。

Aは高校卒業後にひきこもりや不登校の方を対象にした塾に通っていた時期がある。そこでは楽しそうに過ごしていたが、途中で行かなくなり辞めてしまった。その後本人が行きたがったコンピュータの専門学校にも通わせたが挫折し、全部で10年くらい授業料に給料をつぎ込んだ。最後は退職金も授業料に使ったので生活が危なくなり、見通しが立たなくなってしまった。

今の生活費はほぼ自分の年金。病気も進行しており、先を考えるとAのことどころではなくなってきた。

今の状況を話せる人はいない。傍から見ると、自分の病気についてどうしても理解ができないのだろうと思う。大学時代からの50年来の友人でも「ふーん」と言って分かってもらえない。病気自体はゆっくりと進行している。

Aが不登校になって数年経った頃から妻とは会話もなく家庭内離婚に近い。家族間の関係性に関してもう諦めており何も期待していない。こういう状態はAにも悪いと思ったが疲れたという次元を通り越している。夜中に目が開いた時に子どものことを思うと、本当に一日中寝れない。考えないようにしないと自分がひっくり返ってしまう。

自分自身、突然死ぬことが希望。突然、寝ているうちに目が覚めないのが一番。生きていることの楽しさみたいなものがまったく無い。もともとお酒を飲むのが好きで友人と飲みに行っていたが、最近は足に痛みがあったり、お店で座っていても動けないので苦痛。飲食費もかさむので行けない。

Aに対しては、自分が死んだらどうなるのだろうという心配しかない。経済的な見通しが立つのであれば、このままひきこもった状態でも構わない。だから年に何回か宝くじを買う。たとえば1億円が当たれば、別に何をしてももらっても良いと思っている。

自宅の相続も悩みの種で、今の状況をわかっている長男は「いらない」と言っており、ひきこもっているAに贈与を考えているが、自分で手続きができないのではないかと心配している。名義を変えても相続税や光熱費を子どもが払えないのではないかとということもある。公証役場で相談して、遺言書を書く寸前まで行って、思案して数年経つ。

1さん 70代男性

市報や新聞くらいしかひきこもりに関する情報に接する機会がない。「就職氷河期」や「ひきこもり」というキーワードで探している。もっと機会があれば講演会などにも参加したいし、知りたい。

現在ひきこもりの息子は、普通に勤めていたがある日の昼間に唐突に帰宅してきた。翌日か、3日も過ぎればまた行くと思ったが、そのまま5年になる。何があったのか今でも聞いていないし、聞けない。息子とはまったく会話がない。妻経由でしかコミュニケーションをとらない。一緒に食事をとることもない。そういうのができれば、もうちょっと糸口があるんだろうとは思ふ。

息子に対しては、普通に戻ってほしいという気持ちがある。会社に復帰するとか、結婚するとか。自分自身の生活を考えると、今は収入もあるのになんとかかなっているが、あと5、6年後は自信がない。ある日突然病気になるかもしれない。今現在、収入があるといっても目減りはしている。やっぱり早く安定したい。今の時代で安定するという表現自体おかしいが、世間一般でいう安定に持っていききたい。

相談窓口や医療機関には全くつながったことがなく、こうやって（内情を）話すのは今回のヒアリングが初めてのこと。市報に載っている、就職氷河期に関する案内を切り抜いて取っておいたりしている。以前県の福祉部の電話番号を教えてもらったことがあるが、連絡したことはない。息子は良くも悪くもならず現状維持なので、そこまでの切羽詰まった感覚がない。相談しても、たぶん明確な改善策がないだろう。しかし、長期的に考えた場合に、単に歳を取って、これがあと何年続くだろう。一番良いのは、息子から「明日から仕事に行くわ」と言われること。それを期待している。

三重県や支援に望むことは、講習会の開催。あとはそういう情報の案内。広報誌に載せて、ひきこもりに関する機会を設けてほしい。どう対応したら良いかとか、こういう場合がありますよとか、直接事例を聞きたいと思う。綺麗事のようなスライドを流すのではなく、具体的な健康保険や年金に関することも知りたい。メリット、デメリットなど。そういうことを知る機会があるといいと思う。

自分が仕事を辞めないのは、生活を継続したいから。息子のことも含めて悩むと、夜中寝られない。本当にこちらがもたない。だからあえて現状を維持している。自分が悩んでしまったら自分も息子もお互いにポツンとなる。現状の生活が保てなくなる。そうすると自分が老け込んで、「8050」になったら何もできなくなる。

せまい地元の民生委員とか自治会の人にはあまり話したくない。民生委員は立派な人たちだとは思ふが、「あそこの家の息子は病気で...どうのこうの」みたいなことを近所で言われたくない。本音で言えばほっといてくれと思う。

Jさん 60代女性

娘が小学6年生の後半から不登校。中学は3週間だけ通った後にふたたび不登校に。全日制の高校に入学したが1週間ほど行った後、不登校。1年後に通信制に再入学し4年かけて卒業した。その後好きな分野の専門学校に9ヶ月通うが行けなくなり、以来家に留まっている。

自分は適応指導教室で話を聴いてもらったり、市役所のひきこもり相談窓口や家族会などにも行き、家族会には10年ほど参加を続けているが、本人はこれまでどこにも繋がっていない。

適応指導教室の先生は月に一度程度訪問をしてくれていた時期があり、本人は中学の担任には絶対に会わなかったがその先生とは会うことができ、高校への進学にも繋がった。その後、障害者相談支援センターでも訪問をしてくれていた時期があったが、ある時を境に一切訪問を受け付けなくなった。

本人は自分の部屋にすることが多いが、夕飯の買い物に行ったり家族の分の夕飯の用意をしてくれている。絵の教室に通い、そこの先生からの勧めで展覧会に出品するなど、絵を描いていた時期もあるが、現在はテレビを見たりパソコンのゲームをして過ごしているようだ。今は全緘黙で両親や兄弟姉妹との会話はなく、もともと友達が少ない子で現在も交友関係は全くない。

自分自身は現在特に悩みや心配はなく、習い事や趣味などすごく自由にさせてもらっている。「私は私の人生、娘は娘の人生」だと思っている。本人については、今後の金銭的な面が心配。病院にも行っていないので障害年金も受けられない。

15分とか30分だけ仕事のお手伝いができるような支援があるといい。地元でも社協が開拓をしていて少し実現しつつあり、ケーキ屋さんや、ゲームをする空間があるカフェなどがある。娘は喋れないだけで、できることはいっぱいあると思う。それが発揮できるような場があれば良いと思っている。

自分はピアサポーターの講習を受けたが、現在全く活用できていないので、ピアサポーターなどをもっと活用したり、県や市町でもピアサポーターを養成するようなこともしてほしい。

自分自身は娘のひきこもりに対して抵抗がなく、職場や地域でもオープンにしているが、親御さんの中には「絶対に言えない、民生委員にも言わない」という人がいる。地域の人たちにひきこもりへの理解をしていただけるような啓発を、もっと広くしてほしい。ひきこもりの子たちが胸を張って生きていけるような社会になればいい。「ひきこもり」のイメージを変えるような何かを、自分もできたらいいと思っている。

Kさん 60代女性

(子どもが) ひきこもった時に、どうにかしないとと思った。長くなればなるほど難しくなるのは何となく想像できたので、支援につながった。

自分の住んでいる地域からも参加してよいと書いてあったので、最初は和歌山県庁の中で行う家族の会のようなところに行った。その後、和歌山の別の施設を検討しようと思ひ話を聞いたが、県外だから利用できないと言われた。

子どもは私が支援機関に通っていることを知らない。利用している支援機関の担当者には「(お子さんと) 面会できますよ」と言われたが、そのためには自分が支援機関に行っていることを子どもに話してと言われた。その勇気が出ない。

支援機関に通って「『良かったことはある』と思おう」としている。何も繋がりが無くなること、途切れることが不安。

今は、支援機関で自分が喋って終わることが続いているので、夫は「何の意味があるの?」と言い出している。かつては一緒に行っていたが、夫は近頃は足が遠のいている。自分は(子どもが) 絶対、元に戻ると信じている。でも夫はもう、あまり思っていないかも知れない。

(住んでいる地域の) 役場の中にも窓口はある。でも、担当者が息子の同級生のお母さんだったりする。だからあまり喋りたくない。相談にのってもらうことに抵抗感がある。

窓口が住んでいる地域から離れている方が気持ちが楽は楽。やっぱり田舎には独特なものがある。「家族同士の集まりで話を聞いてもらったら気が楽になるよ」と参加されてる方に勧められたが、共感し合ったり、つらいよねと言ひ合うんだったら、何か息子のためにできることを探す方が良いのかなと思ってしまう。初めの頃は誰かに話を聞いてほしかったりもしたけれど、今はそういうふうになっている。

たとえば「(息子に対して) これをして良いかな、どうだろう」と迷ったときに、二の足を踏んでしまう。「子どもに暴れられたら怖い」と頭によぎるので、なかなか行動に移せない。けれど、何もしなければ前に進めないという部分もあるので、相談員の方には「一回やってみたらどうですか」とか、「それはきっと大丈夫ですよ」と背中を押してもらったり、間違っていたとしてもアドバイスが欲しい。しかし断定的、主観的なアドバイスを望んでも、(相談員の職業倫理上) ダメなのだろうと思って、結局聞いてもらうだけで終わってしまう。

昔はとてもよく笑う子だった。2人でいつも笑っている親子だった。それで良い。私は子どもと話ができるようになるのがゴール。夫は「早く仕事に就かないと」みたいなことばかり思っているが、話ができるようになったら、そんなことはいくらでもできると思う。