

ひきこもる心情と望ましい支援施策

2020/12/3

池上正樹 (ジャーナリスト / KHJ 家族会理事)

otonahiki@gmail.com

今日お伝えしたいこと

～1千人以上の本人たちとの対話から～

ひきこもる背景にある本人の心情

本人たちは、どんな風景を見ているのか

どんな困りごとを感じていて、何を望んでいるのか

就職・就労は1つの選択肢。最初から目標に設定しない

国の「社会参加」という目標は、具体的にどんなこと？

本人がたどり着くには、どんな関わり方をすればいい？

1、ひきこもる心情の背景

ひきこもりとは？ 心を閉ざした状態像 特性
交流を遮断（社会的孤立）

皆が精神疾患、発達障害、パーソナリティ障害ではない
隠れた発達障害等（未診断） 診断名がつかない
→障害に対する抵抗感 制度の狭間に取り残されてる

ひきこもり実態調査（19年3月公表）115万人

背景や要因は多様。1人1人違う

失職、ハラスメント、働きすぎ、いじめ、暴力、介護、
転勤、虐待、病気、災害・事件事故・・・複合的課題も
→115万パターンの困りごとがある社会

1、ひきこもる心情の背景

ひきこもる人に共通する傾向

真面目 優しい 周囲の気持ちが変わり過ぎる
カンがいい 相手に気遣いし過ぎて疲れる
迷惑をかけたくない 断わることができない
助けを求められない
空気が読めない（真逆タイプ）

共通しているのは、社会が安心できない
家の中だけが安心できる「居場所」→待避
自死ではなく生き続けるための選択肢

1、ひきこもる心情の背景

背景にある心の風景 恐怖 不安

傷つけられたくない

相手を傷つけたくないからひきこもる

人が怖い 集団生活にトラウマ

P T S D 恐怖で硬直 自分自身が信じられない

かろうじて「居場所」である家の中で生きている

後ろめたい 迷惑をかけたくないから「大丈夫」

不器用だから言葉で上手く表現できない

→理由もなく外に飛び出して無関係な人を傷つけない

犯罪者予備軍ではないし困った人でもない

1、ひきこもる心情の背景

ある40代ひきこもり女性

コロナ時代になって気づいたこと

「私にとっては、人間がウイルスだった」

元々、コロナ前から過剰な自粛生活（手洗い、外出）

「ウイルスには怖さを感じないけど、人間は怖い」

- ・ 不登校を出した家族が地域で見せしめにされる
- ・ 意識の中にある「ひきこもりは犯罪者予備軍」の誤解
→ 家族は人目に知られないよう息を潜めて生活している

障害がなくても利用できる新たな制度の必要性

不安をなくすことなしに動き出せない 持続できない

1、ひきこもる心情の背景

親の死を報告できない 勇気を出して言えない

亡くなった親の遺体を放置して無職の子が逮捕された事件
筆者が調べただけでも、19年1～12月の1年間に38件
→20年のコロナ時代以降も事件は頻発している

「どうしていいかわからず放置してしまった」 (大阪府52歳男性)

「急に1人になるのが怖くて親から離れたくなかった」 (都内61歳男性)

「葬儀の手続きを進める金がなく、放置した」 (埼玉県52歳男性)

「ショックでどこに相談していいかわからなかった」 (福島県57歳男性)

「母の面倒を十分に見なかったので捕まると思った」 (石川県44歳男性)

「母から『自分が死んでも誰にも言うな』と言われた」 (都内57歳女性)

「今後のことを考えたくなくて放置した」 (都内49歳男性)

「母ともう少し一緒にいたくて毎晩一緒に寝ていた」 (宮城県68歳女性)

1、ひきこもる心情の背景

2020年2月逮捕 都内の無職58歳男性 父親の遺体を7年放置
7月初公判 年金180万円→使ったのは生活費30万円のみ

「朝、起きた時、父は息をしていなかった。心臓マッサージをしたけど元に戻らず、そのまま布団の上に寝た状態だった」

「1階に放置していたらわかってしまうと思うので、遺体を2階に持って行って布団で巻いた」

男性は仕事を辞めた後、病気になった父親を母親とともに介護
11年に母親を病気で亡くし、男手1つで父親の面倒を見ていた
家族は父親の年金だけで生活していた

「少し経ってからまた就職しようと思っていたが、親の介護をしていた状態で、定職に就くことができなかった」

1、ひきこもる心情の背景

なぜ言えなかったのか？被告人質問

「元々、対人恐怖があって、しんどい状態のときでしたので、動きたくても動けませんでした」

父親の死を届けると年金収入がなくなり、生活ができなくなると考え、役所の職員や近所から父親の所在を質問されても「大丈夫」などと言って知らせなかった

父親の死を早く役所に言えば良かったという気持ちはあるか？

「気持ちはありますけど、仕事のとくにあったいろいろなことを考えると、あの時点では、できる自信はなかったです」

不器用な受け答え 元々人と話すことが苦手な特性の持ち主？
彼なりに頑張って答えていたように思う

9月判決「懲役2年執行猶予4年」

1、ひきこもる心情の背景

なぜ親の死を報告できなかったのか？

親を亡くす寂しさ⇒親より頼れる人は他にはいない
うまくやっていける自信がない。

ひとりぼっちでいるしかない。それが怖かったのでは？

本人が中に持っている心の風景→恐怖

恐怖の要素は人それぞれ 1つ1つひもといていく

⇒自分の心を客観視して受け入れることが必要

⇒膨大な作業と時間に付き合ってくれる第三者の存在がカギ

「1人1人違う」は、やればやるほど実感される言葉

パターン化した対応をすることの問題（自立・就職を迫る）

⇒自分がパターン化した対応していないか常に問われている

2、家族の期待と求められる本人への接し方

家族の最初の相談「本人を外に出して」「就労を」「自立を」
「動かない子の意識を変えてほしい」と答を求めている
(支援は本人を集団生活の中で社会に適応させる発想)



- ・ 公的機関→傾聴してくれるが親の期待する答はない
- ・ そもそも相談員が本人や家族の心情を理解していない
→「育て方が悪い」「どうしてここまで放置したの？」
責められるので行きたくなかった 相談するのが怖い



役所に相談「保健所へ」「精神科へ」タライ回し
精神科医「若い人行かせるから」→そのまま立ち消えに



あきらめ 絶望 支援の途絶 孤立 8050

2、家族の期待と求められる本人への接し方

ネット検索 or メディアで紹介 or 支援者、警察が推薦
or タクシーのパンフで知る…

「ひきこもり3か月で解決します」「就職率97%」…

親の期待に最適化された謳い文句で契約を迫るのが引き出し屋
誰も引き出せなかった本人を連れ出して、家族を喜ばせる

3か月450万円の契約→2回目更新半年500万→3回目1年1千万
業者「本人には事前に話をしないで。拒絶されるので」

が、子とは1度も会えず。いつのまにか障害者手帳取得
帰宅後、本人は自室に完全ひきこもり

家事も一切しなくなった

本人とはまったく話ができず 返金もされず 家族崩壊

→親の期待する答は、本人の求めと一致してるわけではない

2、家族の期待と求められる本人への接し方

命のリスク① 長男48歳の母親

長男が就職先で人間関係に悩みひきこもりに

役所、保健所等に相談を繰り返した 長男に変化なし

ネットで見つけた業者の説明会へ

「行政は何もしてくれませんよ」「私たちはプロです」

「連れ出しに行くことは内緒にしてください」

長男は職員に連れられ泣きながら家を出た

その後「自立を阻害するから」やりとりは一切禁止

突然の知らせ→熊本の自室で衰弱死していた

施設管理のアパートにひきこもり、食事もしてなかった

職員の行方はわからなくなり、1300万円も返金されず

「思い出すのも苦しく、ただただ息子に詫びる毎日です」

2、家族の期待と求められる本人への接し方

命のリスク② 長男30代の父親

家においても変わらない 苦渋の決断で月十数万円の業者に働くスイッチが入って変わって帰ることを期待していた
「話を聞いてない」という長男を起こして連れて行った

脱走後、長男は「ただ働かされるだけだった」

行く前はお使い、洗濯、掃除などをしてくれていた
父親「家事するのは当たり前だと思っていた」

→帰宅後は、部屋から出ないで寝たきりの昼夜逆転に

業者が再び迎えに来る当日早朝、家を飛び出した
海に入水死の報道を見て、長男であることを確認

「命を奪われたのに何もなし。国には規制してもらいたい」

2、家族の期待と求められる本人への接し方

本人の意思を無視してどこかに連れ出すリスク

監禁 支援プログラム？ ずっと働かされる・・・
契約は、親の財産がなくなるor本人が脱走するまで続く
→子はPTSD、親への不信感、裁判で親子断絶も

自分の人生→判断するのは他人ではなく自分

親も行政も悪質な業者かどうかをなかなか見抜けない

では答はどこにあるのか？

家族自身が勉強して、まず本人の話に耳を傾ける

対話とは？

まず本人が何に困っているのかを知ることから始まる

2、家族の期待と求められる本人への接し方

仕事が長続きしない



社会につながろうと頑張っていた人ほど
傷つけられて絶望が積み重なっていく

つらい言葉→どこにも逃げ場がない
孤立した当事者への否定、説得等
→ますます追いつめられ重症化していく

親から最も言われたくない言葉

「いつまでこんなことやってんだ」

「働け」はトラブル・事件等のダメ押しの一言

2、家族の期待と求められる本人への接し方

どこにも居場所がない
誰も味方がいない
→不安

終わりが無いのはしんどい 親も同じ

身近に誰か1人でも理解者がいてくれれば、違った展開
になっていたかもしれない

「そだねー」は魔法の言葉

「すごいね」は動かす言葉

→人とつながる意味

自分を支え、奮い立たせてくれる人の存在

2、家族の期待と求められる本人への接し方

動けないメカニズム

自分のせいで.....

期待に応えられず申し訳ない

動かそうという意図→ますます奥に追いやる

(ひきこもっていたとしても) みんな頑張って生きている
生活上の不安の正体を解消できれば元気が出る→判断できる

家の中が安心できる環境に→自ら動き出せる

家の外に出かけられる場ができる (居場所) →目標

家族は外の情報を収集する役割を担える

→本人に伝える→選択→目標ができる→生きる希望へ

2、家族の期待と求められる本人への接し方

世間の「ひきこもり」のイメージ

家庭の中で何もしない「怠け者」ではない

とくに中高年の当事者は家事の一端を担っている

それぞれ、その人なりのペースがあり、
その人なりに大切にしている生き方がある

家の中で生きている

どんなにひきこもっていても本人たちは成長している

ひきこもりしている本人にも矜持があり、

積み重ねてきた年月がある

「ありがとう」の感謝の一言→役割の実感

2、家族の期待と求められる本人への接し方

「生きてね」 って言ってほしい

生きるための力が蓄えられない

プレッシャー、押し付け、否定、虐待、暴力...

「助かった」と一言感謝するだけで動き出す可能性
日常会話で「今日、いいことあった？」と聞くだけでいい
肯定されていると、生きる力がチャージされる

些細なことをキャッチする

「本当はこういうことをしたい」という言葉を逃さない
→これから自分が歩む道しるべになる

2、家族の期待と求められる本人への接し方

世間を気にする家族

→自分らしさが出せない 許されなかった

「なぜ息子が怒っているのか、わからなかった」

怖いから自分を守るためにバリアーを張る

→その視点から見ると、全く違った景色が見えてくる

この子はこの子なんだということを知る。想像する
親が良かれと行った対応は、本人を傷つけ、できる力を奪う

できないことを責めるのではなく、できたことをホメる
押しつけない 先回りしない 本人の話をよく聞く

2、家族の期待と求められる本人への接し方

長年やってきたけど、上手くいっていない



今までのやり方を続けても上手くいくわけない



これまでと真逆の対応を試してみる

責める、否定 からの → 気遣う、肯定

親がこれまでとは180度意識を変えて実践してみる

「そんなにしんどいのなら、行ってほしくない」

「ゆっくり休んで」

「この子はゲームするのが人生」

「ごめんね」と謝罪の手紙を渡す

近づこうとするのではなく社会的距離をとる

メモで家事のを助けを願う

2、家族の期待と求められる本人への接し方

親の意識は変わらない

頑固に培ってきた成功体験や自信がある

自分の苦労や実績と比較して「お前は頑張っていない」

「うちの子はなぜできないのか？」と矛先を向けてしまう

→でも、本人たちも十分に頑張ってきた

→本人が生きてきた社会の現実、苦しみ、傷みを想像する

親は世間や空気を見ている

他人との比較 社会的立場 見栄

→子の悩みが打ち明けられない 他人に助けられたくない

親自身が意識を変える方向になかなか転換できない

→まずここまで頑張ってきた自分を自分自身でホメよう

3、困難家族への関わり方を考える

向き合いすぎてはいけない

親自身も困っている 疲弊している
焦れば焦るほど修羅場になる 無理に対話しなくていい

ひきこもる本人よりもまず家族支援を

親自身が気持ちをラクにすることの必要性
子がひきこもるのは生きていくための選択肢なんだと理解する

「私は私の人生を生きよう」→繰り返し実践
ソーシャルディスタンスは家庭の中でも必要

親が自分を認められれば、幸せな気持ちになれる
→子も呪縛が解放される ホッとできて救われる

3、困難家族への関わり方を考える

家族に寄り添うということ

苦しんでいる気持ちを受け止める

親の悩みを聞いてあげられる人を育てる、場をつくる

家族が癒される場が地域にほとんどない

→親が愚痴を言える受け皿づくりの必要性

家族への俯瞰的な情報提供の必要性

疲弊した家族を第三者が支え、関係性を維持する

親子が対立してる時、子の味方に立つことが大事

支援者がやってはいけないこと→親と同じことを言う

目標を持つことの意味→「それまでは生きよう」

理解してくれる味方の存在が生きる励みになり、心を開く

向き合うのではなく同じ方向を向く

3、困難家族への関わり方を考える

声をかけると嫌がられる。どうすれば？（庵から）

「ひきこもってたとき、何をしてるのかと覗きに来た。何かやらなきゃいけないことは本人がいちばんわかっている。親から言われるのは一番きつい。そっと見守ってほしい」

「就労は責め立てられる感じ。悩みを話せる状況を作り出す」

「一緒に食事する。家事ができるなら感謝の言葉を」

「“働け”はプレッシャーにしかない。ずっと働かなくてもいいと言ってあげる」

「無理に声がけしなくてもいい。自分が万一の時の準備を」

「私は自分と同じ状況の人を探して心に余裕ができ、動けるようになった。それとなく居場所のチラシを置くとか」

「生きててくれるだけでいい」

3、困難家族への関わり方を考える

困難家族への声かけ

- ・見知らぬ人が来るのは怖い 言葉で上手く表現できない
- ・挨拶する 無視されても続ける 日常会話 フツーに接する
→放っておかれてないという安心感や肯定感
地域の一員として認められている
- ・訪問（声かけ）しても目的を持たない
- ・会えないことを感じながら声をかける
- ・すぐに立ち去る 次の日時を伝えるはOK（準備ができる）
- ・あくまで困りごとの不安を聞く 解決策を一緒に考える
- ・将来や仕事の話はNG
- ・無理に話をしなくてもいい→名前を覚えてもらう
- ・自分自身の今の悩みを聞いてもらう（自己開示）
- ・趣味や好きなもの、コロナの話などで盛り上がる
- ・兄弟姉妹、介護者など家に入出入りできる人と作戦会議

3、困難家族への関わり方を考える

地域からの相談

- ・ ゴミ問題→不安で捨てられない 片づけが苦手な特性
- ・ 騒音トラブル→聴覚過敏で苦しむ 発達特性 配慮
- ・ ずっとゲーム→苦しさを紛らわせている
- ・ 寄り添うとは→本人が何に恐れているのか？可能性を探る
- ・ 滞納 訪問を怖がる→お金の不安 制度の情報提供
- ・ 立場上できないこと 異動→納得できれば理解できる
- ・ なぜ多いのか？→みな違っていい認識が広がらない
- ・ 支援者の無理解→家族会、本、雑誌などで勉強を
- ・ 当事者の見つけ方→滞納情報 呼びかけ（自分のことかも？）

3、困難家族への関わり方を考える

コロナ禍のひきこもり本人と家族

- ・ 異質なものを許さない「周囲の目線が気になる」より強固に
- ・ 「人と話す場がなくて寂しかった」
- ・ 公的機関休館、イベント自粛「行く場所なくてしんどい」
- ・ 家の中で親子が我慢の生活「ストレスがたまる」
- ・ オンライン「県外の人とつながれるって驚き」
- ・ ネットに不慣れ「公平性に問題」「取り残され感がある」
- ・ 「娘が風呂場で9日間シャワー」家族が入れない
- ・ 「母親が病気になってひきこもり、コロナと重なった」
- ・ 「派遣の求人が減っている」「仕事の依頼が減った」

3、困難家族への関わり方を考える

ウイズコロナの時代はどう変わる？

人が集まる 通勤する コミュニケーション上手
→前提の働き方、価値観ではなくなるだろう

不器用であっても内面にある良さが活かされる社会に
内面に寄り添える優しい人、受け皿が大事になる

必ずしも外に出なくてもいいという認識が広がる
→オンラインでも自分を活かせる 社会とつながれる
業種による格差も生まれる

いろんな選択肢、道筋が示される
→選ぶ自由、選ばない自由

3、困難家族への関わり方を考える

NPO法人を設立して事業を始めた37歳ひきこもり男性

きっかけは、保健福祉事務所・芦沢茂喜さんの存在

「親から依頼された支援者だから、親の味方だろうと勘繰った」

最初に言われたのが「あなたの利益は守る」

「何かあったら言ってください。私から父親に伝えます」

強要されない 思いを代弁してくれる

親との衝突の緩衝材になる→親子で話ができるようになった

「親との間に入ってくれたら、気持ちを切り替えられる。

ずっと頭の中で怒りが増幅されることはない」



自分のやりたいことがまだ定まっていない

ガラケーからスマホへ 一緒に拠点になる空き家で片付け

小物整理 ガス、ネット工事 少しずつ前に

3、困難家族への関わり方を考える

コロナ禍に起きたエピソード

- ・ テイクアウトの食事メニューが楽しみになり、親子で会話
- ・ ひきこもる子が母親の感染を気遣って代わりに買い物
- ・ 父親がオンライン操作をひきこもる子から教わった

ありがとうと言ったら、見たこともない嬉しそうな表情
→役に立てるということは、誰にとっても喜び

仕事をしないダメな子と決めつけ、
説教しかしたことがなかった

親が子に感謝する→家族関係の中に起きた変化

東日本大震災でも似たような関係性の変化が数々生まれた

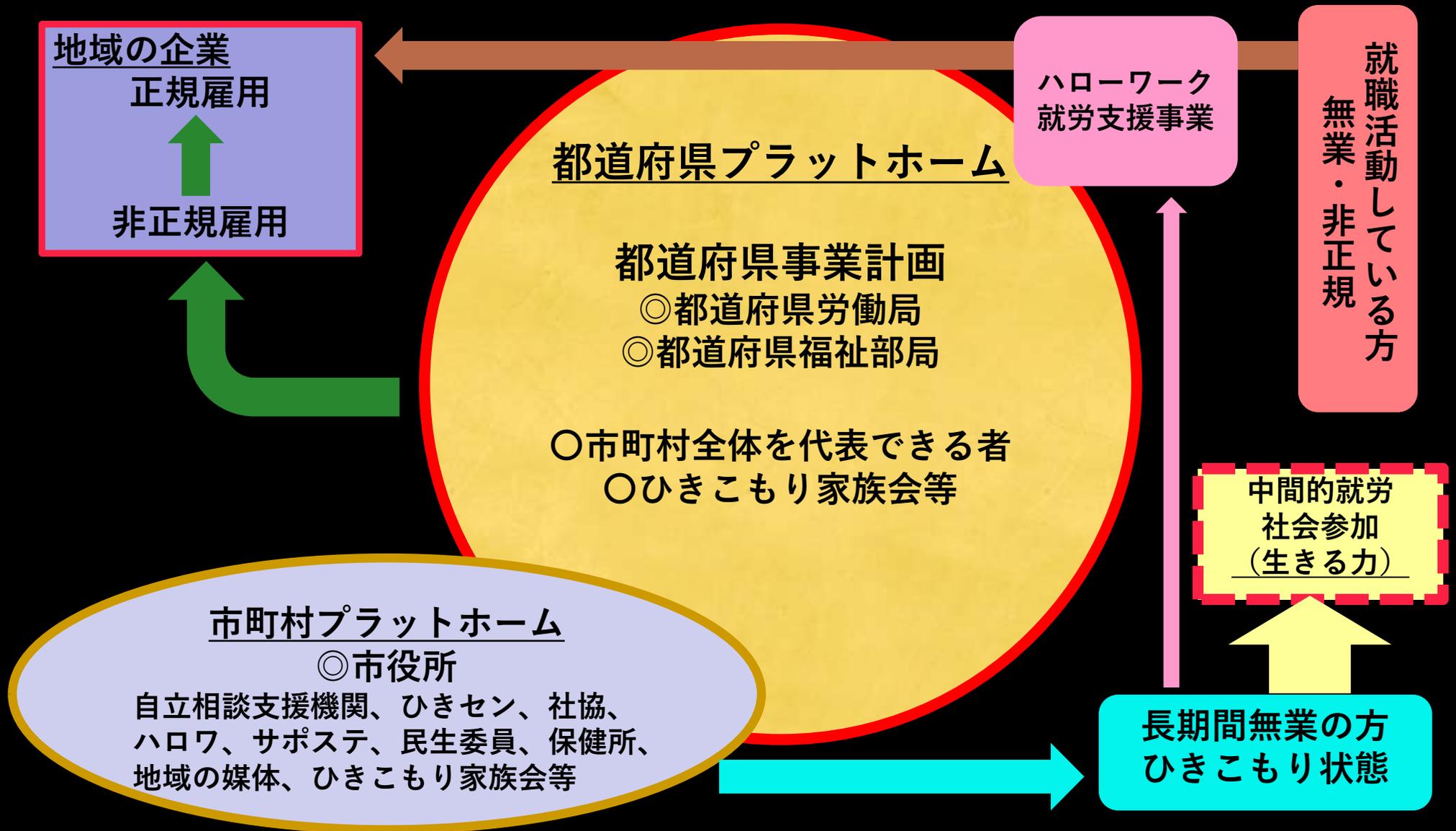
4、孤立からつながりへ

2020年度～就職氷河期世代支援「3年で30万人正規雇用」

自治体に支援プラットフォーム（人と資源の出会いの場みたいな）
全体650億超 加速化交付金30億円 居場所づくり11.5億（倍）

- ・ ひきこもり→全世代でみられるもので就職氷河期世代に限らない
8050問題→就職支援では現実味がない 就労支援だけでもダメ
人と会うのが苦手、家から出られない、障害認定がない
→都道府県事業計画（福祉・労働局、市町村代表、家族会等）
- ・ サポステ「ひきこもり支援になじまない」という指摘→家族会が講習
→40歳代まで拡大して自治体等のワンストップ窓口「出張相談」
- ・ 人材の育成と整備～本人の特性や心情が理解できる人材配置
- ・ ピアサポーター（ひきこもり経験者と家族）の活用
→挫折や孤立を経験した者でなければわからない共感的理解

都道府県・市町村プラットフォームによる支援イメージ（内閣府・厚労省）



4、孤立からつながりへ

改正社会福祉法 2021年4月～施行

市町村の包括的な支援体制の整備が目的

※8050世帯などの複合的課題

従来は介護保険法上、高齢でない子の対応ができなかった
→親の介護だけでなく、ひきこもり本人のケアも可能に

制度的な縦割りを排除し、横断的に活用できる交付金を創設
市町村の任意による手挙げ方式で実施

- ①「断らない相談支援」体制を創設
- ②本人家族の困りごとや要望に、つながり、参加支援の強化
- ③当事者団体（家族会）も参加する「プラットフォーム」創設

→具体的課題解決とつながり続けることを目指すアプローチ

4、孤立からつながりへ

社会参加とは何か？

専門家の成功事例、社会復帰等の「実績」は役に立たない
⇒まだ見ぬその人の生き方の話だから

1人の成功事例は絶望モデルになりかねない

初めて会う当事者の前では誰もが「門外漢」（素人）

⇒人の数だけ違う 「やり方はいっぱいある」のメッセージ

⇒支援の指標は常に、

当事者や家族にとって最善の利益は何か？

もっとも大事なものは、生きていたいと思える自らの意思

長谷川俊雄・白梅学園大教授「社会的自立」の定義

「生きているだけで社会参加している」

→家族が社会なのに、支援の世界では家族が世界ではない

4、孤立からつながりへ

家事を当たり前と思わず「ありがとう」と感謝する

家に居ながら社会との接点をつくる方法（妹の話）

20年以上ひきこもりだった40歳代の兄の事例

母が転倒して右手骨折→兄は母の右手代わりになった
一緒に雨戸を直す 内壁を塗装（母からの依頼）



第3者から仕事をもらい工賃を受け取る流れを作りたい（妹）

生活介護・就労移行支援事業所から、校正→封筒作り→クラフト制作

家族が仕事や工賃の受け渡し（出会い）→在宅ワークは有効

家でできることを手助けしてもらおうことから始める

4、孤立からつながりへ

家事を当たり前と思わず「ありがとう」と感謝する

家に居ながら社会との接点をつくる方法（妹の話）

20年以上ひきこもりだった40歳代の兄の事例

母が転倒して右手骨折→兄は母の右手代わりになった
一緒に雨戸を直す 内壁を塗装（母からの依頼）



第3者から仕事をもらい工賃を受け取る流れを作りたい（妹）

生活介護・就労移行支援事業所から、校正→封筒作り→クラフト制作

家族が仕事や工賃の受け渡し（出会い）→在宅ワークは有効

家でできることを手助けしてもらうことから始める

いざ動き出したいと思ったときに

上手くフォローできると本人も風に乗っていける

4、孤立からつながりへ

地域の中には困りごとがたくさんある
ひきこもる人たちの特性：役に立ちたい

「地域が困っているから助けて」と依頼
放っておけなくなる優しい人が多い
→街の中で困ってる人がいて出会える仕組みを

「テレワークで生活できない」→低単価 成果主義 個人差

「今ある資源で、どうつながれば現実的に収入得られるか」

「町内会や商店街から仕事回してテレワークできるといいな」

仕事を提供してくれる企業や団体←行政が営業、触媒役

家族が本人の気持ちに寄り添えるゆとりがある

+

本人の気持ちに寄り添える事業所との出会い

4、孤立からつながりへ

同居する家族の状態が本人の意欲回復の助けになる

「窓口比べ、安心できる居場所であれば相談しやすい」

→相談・アウトリーチ機能を備えた居場所づくりの新たな整備
本人、家族の安心 個々のペースに合った息長く過ごせる場
居場所に出られなくても多様なアウトリーチが孤立を防ぐ

社会的資源にたどり着けない、制度を利用できない

→長期化の大きな要因だった

取りこぼさない支援の実現のために

- ・就労等の目標、利用期間、年齢制限を設けない
- ・医療受診や障害認定が難しくても、福祉サービスや生活支援が受けられる制度設計と運用を

4、孤立からつながりへ

家族会（当事者団体）の意義

同じように、しんどい体験をしてきた仲間たちがいる

悩んでいたのは自分1人ではなかったことがわかる

誰にも打ち明けられなかった話を聴いてもらえる

家族会ならではの情報を収集することができる

（公的な制度、地域の資源、医療機関の口コミなど）

本人への声のかけ方、距離の取り方、失敗例等を学べる

家族会に来る経験者から、本人の気持ちを聞くことができる

元気になった本人を見て、希望（目標）を持てる

家族にしかできない役割を知ることができる

家庭では口にできない愚痴を言える

スッキリして家に帰ることができる

→家族会のつながりを通じ、困ったときに助けてもらえる

4、孤立からつながりへ

支援のトレンドが変わった

- ・当事者たちは見えにくい形で生きている
→どう耳を澄ませるか
- ・分かち合えるかどうかが安心感につながる
言えなかったことを言葉に 道しるべになる



孤立させられていく過程で封じ込まれ、
ずっと言えずにいたこと、
心の奥底にある本当のことなど
1つ1つ言葉にしていく作業

4、孤立からつながりへ

自立支援は暴力性をはらんでいる

本人がつくったフレームではなく、本人以外の何者かがつくったフレームで支援している

枠組みの評価基準がない

公的な資金投入「就労した」など実績の数字が基準
→数値がひとり歩きし、ノルマ達成が目的に



成果を上げようと焦って結論を押しつける

本来はそれぞれの幸せになることが評価の基軸
幸せのカタチに寄り添う→数値化できにくい

4、孤立からつながりへ

「～しなければいけない」「～してはいけない」
権利を行使してはいけないという無意識のバイアス

「自分は生きていてはいけないのではないか」
「発言してはいけないのではないか」

ちゃんとしなければいけないという価値観に捉われる
→孤立は生まれる 思いを封じ込まれる

8050問題、ひきこもり、認知症、精神疾患等・・・
想像ができないくらい、どこの家庭でも起こっている
みんながちゃんとした家庭ではないという認識を

→価値観革命 つながる 呼びかける 配慮

■NHKスペシャル ドラマ「こもりびと」



【放送予定】 11月22日（日） [総合] 後9:00～10:13

10年以上にわたってひきこもり生活を送る倉田雅夫（松山ケンイチ）。重いストレスを抱え働けなくなったことがきっかけだった。厳格な父・一夫（武田鉄矢）は元教師。地元でも尊敬を集める存在だが、雅夫の存在を世間から隠し、立ち直らせることも諦めていた。しかし、自らの余命宣告を機に、最後にもう一度息子と向き合うことに。一方の雅夫は、閉ざされた部屋の中で人知れず、ひきこ

4、孤立からつながりへ

NHKスペシャルドラマ「こもりびと」のモデルになった

ひきこもりフューチャーセッション「庵-IORI-」

偶数月の第1日曜日、都内で定期開催

「ひきこもりが問題にならない社会って、どんなだろうね？」という問いをベースのテーマに、対話をしたり（対話しないで、ただボーっと過ごしてみたり）するところ。

当日話されるテーマは「こういうことを話したい」と思う方の思いと行動で決められていく。

様々な方の思いが持ち寄られてできている。

参加したいテーマは自由に選べる

庵は「ひきこもり」に関心のある人たちが集まる。

誰もがフラットに、立場の上下なく話し合ったり、聴きあったりすることを大切にしている

ひきこもりフューチャーセッション「庵-IORI-」

12月6日（日） 14:00～16:45（リアル会場の受付 13:30～）

◎ テーマ（予定）

- ①対話にできることはまだあるかい
- ②ひきこもりと希望
～やっぱり希望を持ちたいから～
- ③今年をふり返ろう
- ④フリー

◎対話の方法

- ・オープニングとクロージングの時間は、全員一つのZOOMにお入りいただきます。
- ・対話の時間は、話したい、聞きたいテーマのテーブルに分かれていただきます。テーブルはいつでも移動することができます。

KHJジャーナル「たびだち」(季刊誌)

ひきこもり家族会が
2019年8月に創刊した雑誌 たびだち91号

「人は幸せになるために生まれてきた」
対談 中川翔子さん×池上正樹
「二つの事件に触れて」本人、家族の生の声
「一連の事件を経て感じたこと」家族覆面座談会
【連載】「データで見るひきこもり～ひきこもりから回復するとはどういうことか～」
【各自治体の動き】「注目の相談窓口～兵庫県明石市～」
【民間の動き】8050対策「子が親に伝えたいこととは」
【注目記事】「暴力的支援に関するプロジェクト」

年間購読4回発行(送料込)¥3,000円
1部販売500円

