

# ひきこもる若者/オトナの困りごと ～多様なアプローチを手がかりに～

ゲストスピーカー(当日のスピーチ順):

- <1>NPO法人ピアサポートネットしづや **石川隆博さん**
- <2>NPO法人教育サポートセンターNIRE **中塚史行さん**
- <3>公益社団法人青少年健康センター **倉光洋平さん**
- <4>しんじゅく若者サポートステーション **樫山清子さん**

コーディネーター: 明治学院大学社会学部教授 八木原律子

\* 以下の内容は、ゲストスピーカーによる講演内容の一部をまとめたものです。

## <1>NPO法人ピアサポートネットしづや 石川隆博さんより

「ピアサポート」という支援方法を用いて活動しています。ピアサポートは、精神保健福祉領域で使われています。特にがん患者当事者同士の関わりが想像できるかもしれませんが、若者が若者を支援する、というピアサポート活動があることを理解してください。

### 団体の紹介

#### 活動の経緯

- \* 中高生の居場所づくり「渋谷ファンイン」(1999～)  
1990年代、少年が児童を殺害する連続事件が発生。地域での大人のかかわりを考える契機とし、中学校区に開設を進める。
- \* 不登校の増加への対応「渋谷ファンイン・ピアサポート委員会」(2004～)  
区と協力して、不登校中の児童生徒の様子伺いを展開
- \* NPO法人ピアサポートネットしづや創設(2009～)  
困難を抱える義務教育以降の若者について継続的支援の実施

1999年渋谷区内に中・高生の居場所づくりを始めました。

「渋谷ファンイン」の「ファンイン」は、中国語で「歓迎する」という意味があるそうです。公共施設を利用し、PTAや青少年委員、民生委員等の大人が関わり、週1回程度の無理ない範囲での活動を続けています。中学校区を基本に現在は5カ所、過去は最大11カ所でした。

時代が流れ不登校の増加が目立つようになります。「渋谷ファンイン」の中に、「ピアサポート委員会」を設立。不登校の子どもたちと関わり、彼らを居場所に誘導する活動です。2009年に法人化しました。

もともとは居場所活動から、ピアサポート委員会が設立し、不登校の子どもたちの送迎や訪問を開始。年齢の高い層とも出会うようになり学習支援や社会参加を進めています。

実際に不登校の子どもたちや年齢の高い人たちと出会う中、いじめや虐待経験をしている人も非常に多いとわかり、児童虐待防止の取り組みも始めました。現在、対象者を40才代前半まで拡げています。

2013年地域で緩やかにつながるネットワーク「渋谷ピアネット」を、地域の任意団体と一緒に創設しました。2015年生活困窮者自立支援法ができた後、連絡が多数入り、実質的に年齢制限は撤廃して対応しています。

「ひきこもり女子会」という活動もあります。問い合わせは、男性と女性の比率は変わりませんが、実際に居場所利用は男性が多く、女性は連絡も来なくなります。

#### ■団体の概要

##### ◆ あゆみ

2009(平成21)年	2月	NPO法人の設立認証
	4月	事業開始(相談、訪問、居場所)
	9月	内閣府アウトリーチ研修生受入開始
	10月	学習支援開始
2010(平成22)年	4月	社会参加事業開始
2011(平成23)年	6月	東日本大震災被災地支援活動開始
2012(平成24)年	4月	東京都社会参加応援事業 No.2研究事業
	6月	児童虐待防止への取り組み開始
2013(平成25)年	4月	東京都社会参加応援事業 No.3研究事業
	8月	40才前半まで対象者を拡大
	11月	渋谷ピアネット創設
2014(平成26)年	4月	東京都社会参加応援事業 No.1研究事業
	7月	渋谷わかもの会議創設
2015(平成27)年	4月	生活困窮者自立支援法施行に伴い年齢上撤廃 編みカフェ開始
2016(平成28)年	3月	子ども食堂(夜の居場所・学習支援・夕食提供)
2017(平成29)年	7月	女性向け居場所活動

それを避けるため、「編み物カフェ」として、手芸やハンドメイドのものづくりする場を始めています。2017年女性向けの居場所づくりを本格的に始めました。

# 代々木ファンイン (代々木ワイワイクラス)

## せせらぎファンイン

- 代 表 杉村田 茂
- 活動場所 総合ケアコミュニティせせらぎ
- 活動について
- かまどで遊ぼう
  - ・月1回日曜日/13時30分～16時
  - 内容 火を起こして、おやつを作ったりします。
- 壁紙遊び場3days
  - ・春・夏・冬休み中の3日間/10時～17時
  - 内容 スポーツセンター内で壁紙遊び場を開催。

- 代 表 廣瀬 美子
- 活動場所 代々木小学校
- 活動日時 毎週土曜日/10時～12時
- 内 容
  - ・ダンスパートナーと一緒に活動します。
  - 第1週目 楽しもうクラブ
  - 第2,4週目 ダンスクラブ
  - 第3週目 パソコンクラブ

## 原宿ファンイン

- 代 表 金井 洋巳
- 活動名 「たまり場活動」
- 活動場所 ケアコミュニティ原宿の丘
- 活動日時 毎週水曜日 15時～17時
- 内 容 大学生と一緒に体育館でおしゃべりやスボープを行います。

## 上原ファンイン

- 代 表 鈴木 仁
- 活動場所 上原社会教育館
- 活動について
- 毎週上原社会教育館を中心に演劇部は上原中学校
- 火曜 17:00～17:45 体育館で遊ぼう
- 水曜 17:00～17:45 ファンインバスと遊び場
- 土曜 10:00～12:00 演劇部

せせらぎ

代々木

原宿

## 広尾ファンイン

- 代 表 小林 チヨ子
- 活動場所 ひがし健康プラザ
- 活動日時 毎週水曜日 16時～18時
- 内 容 バスケ、卓球、パレーなどが出来ます

## 代官山ファンイン

- 代 表 只本 一行
- 活動名 「お化け屋敷プロジェクト」
- 活動場所 鎌山中学校
- 内 容 中高生や大学生で協力しながら、お化け屋敷の企画や準備、当日運営を行います。

上原

※渋谷ファンイン本部

代官山

広尾

## 恵比寿ファンイン

- 代 表 佐藤 正人
- 活動名 「ITふれあい広場」
- 活動場所 ピアサポートネットしぶや
- 活動頻度 月1回第4土曜日 13時～17時
- 活動内容 パソコンなどITを活用しながら、新作活動を行います。

# 渋谷ファンイン

渋谷ファンイン/代表・杉本 仁  
 ◆事務局/渋谷区立上原社会教育館内  
 ◆〒151-0061 渋谷区上原3-13-8  
 ◆電話・FAX 03-5465-2040

渋谷ファンインは渋谷の子どもたちが自由に活動できるように区内の地域施設のスペースで、地域の大人やサポーターが支え手となり、誰でもいつでも気が向いたらどこに行っても参加できる活動です。

渋谷ファンインは、子ども達の居場所づくりのため、各地域の施設を利用し、次の3活動をしています。

- お化け屋敷活動/子供たちが気軽に立ち寄れる場所を得意とする。(ユースパートナーを可能に協力推進する)
- サークル活動(クラス活動)/子供たちの希望が多岐にわたるダンスのために施設や指導者を手配し、継続的に支援する。
- 体験活動/各ファンイン独自の活動を企画、実施するほか、地域のさまざまな活動にも積極的として参加する。

## ピアサポートネットしぶや「自立応援プログラム」事業

- 特別・生活支援**: 専門技術員が相談に応じます。メール(相談、電話、来校)などの手段で、ご本人や家族の方からお問い合わせ頂き、対応いたします。
- ピアサポート事業**: 本誌認定資格を有するピアサポーターが、個別にサポートを行います。
- 社会参加・就労支援**: ボランティア活動や就労に向けた準備を行います。
- 新着・フリースペース**: 社会と連携しながら、地域交流を図ります。仲間づくりができます。想いのこもったおみやげがあります。広瀬の場合は、お礼金が相談に乗ります。

※「東京都障害者社会参加支援事業」「東京都障害者社会参加支援事業」は、東京都が、NPO法人協賛会・サポートセンターとして、ひがし健康プラザの併設にある障害者の社会参加を支援する事業です。

**社会的自立へ...**

私たちが「ピアサポーター」と呼ぶ若い人たちが、若い人たちを支援するという方法で多くの事業に関わっています。東日本大震災の被災地、岩手県大槻町での活動も続けています。

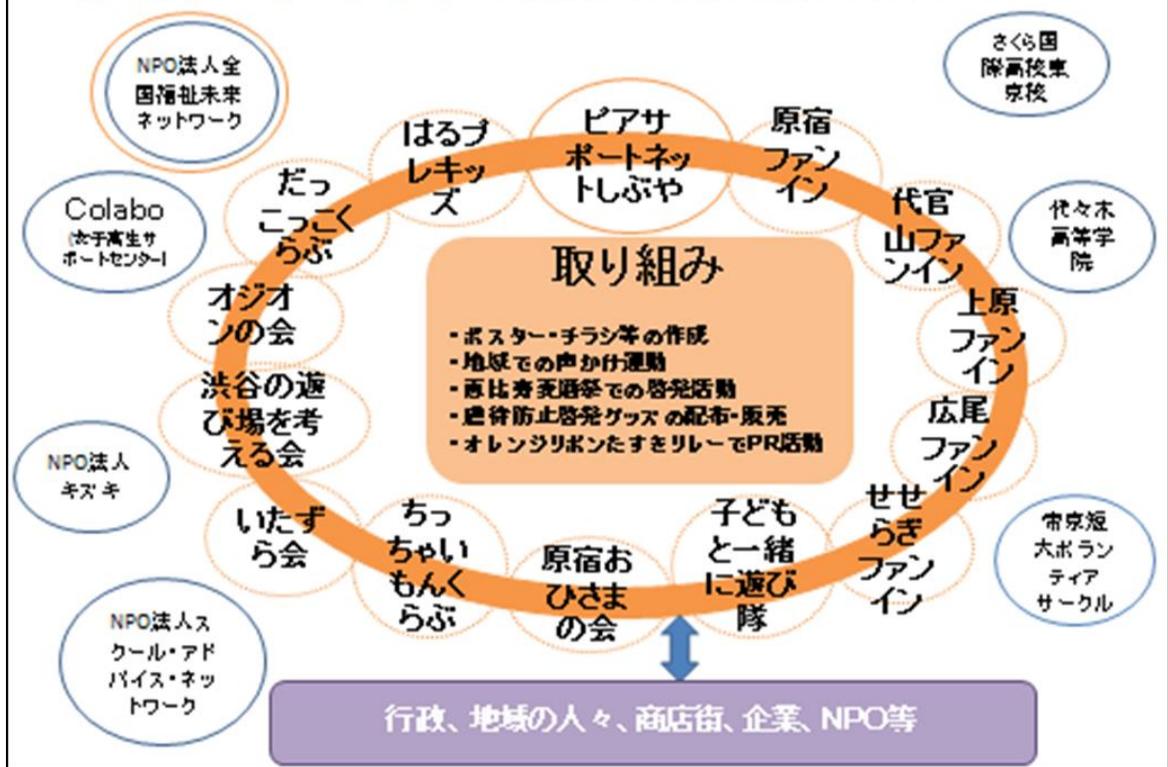
## ピアサポートネットしぶや「被災地支援プログラム」事業

### ■大槻交流プロジェクト

高校生・大学生世代の若者と岩手県大槻町の人々との交流を進めています。

# 渋谷ピアネット - 虐待しない、させない、渋谷のネットワーク -

2016/01/31現在



「渋谷ピアネット」は、子育てで支援を行っている地域団体と、何か問題が起こったときに緩やかにつながっています。日常的には、それぞれがそれぞれの活動を行っています。

## 新たな取り組み ～渋谷papamamaマルシェ～



「渋谷区」という地域で子育てをするママパパ同士が、世代を超えて語り合える場をつくりたい、ヨコの世代、タテの世代とつながることで「一人じゃない」「仲間がいる」「頼れる先輩がいる」そんなことを感じられるのが渋谷papamamaマルシェです。  
メッセージより  
2017年5月開催

0歳～3歳児までのお母さん方が、年1回「渋谷papamamaマルシェ」を行っています。こうした活動を通し、私たちは地域の中で途切れない支援を行おうと考えています。現在区内6カ所で、渋谷ファンインや児童養護施設の退所者グループ等と連携し「ずっとも食堂」という名前のこども食堂で、夜の居場所・学習・夕食提供を行っています。「ずっとも」とは、「ずっと友だち」の意味です。

## 新たな取り組み～子ども食堂～

区内6カ所で実施



夜の居場所・学習・夕食提供



レクリエーション



みんなの学習クラブ



夕食の提供

# ひきこもり状態になったきっかけ

## 東京都



ひきこもりの状態になったきっかけとしては、職場不登校が最も多く、続いて病気、人間関係の不信、不登校などが挙げられました。原因はひとつに限定されず、いくつかの要因が重なっているケースもあります。

データは東京都「実態調査からみるひきこもり者のこころ」(平成19年度 若年者自立支援調査研究報告書)による

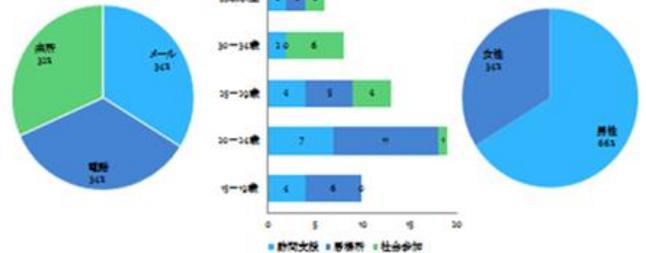
平成19年の東京都調査の「ひきこもり状態になったきっかけ」は、「職場不登校」が最多でした。

# 平成28年度 事業実績

事前相談 (189件)

年齢構成 (56人)

男女比



当団体の実績として、年齢層では20代が最多です。特に20歳から24歳が非常に多くなりました。「職場不登校」というより、学生生活などで悩み事を抱えた子たちが増えたといえます。

実際のひきこもり期間は、3年以上の人が非常に多いです。2016年度内閣府調査によれば、7年以上の人が3割を占める状況です。「ひきこもり」の要因は、「職場不登校」は、当団体では少なく、どちらかというと「人間不信」や「病気」が増えています。

2010年にも内閣府調査が行われています。「現在の状態について、関係機関に相談したいですか」という問いがあります。2016年度調査にも同じ質問がありました。

現状としては「相談したくない」人が6割近くを占めますので、当団体とつながることは相当難しいことです。

「どういう機関だったらつながりたいですか」は、「親身に聴いてくれる人」です。専門職が親身になって話を聞いてくれるか?に対しては、「そう」とも言えません。時間に限りがあり制約がある中で話を聞いていると思われます。しかし、調査結果では「精神科医や心理カウンセラーなどから話を聞きたい」も非常に多いですから、あくまでも一部の人だと思います。

## 関係機関とのつながり

- \* 内閣府「若者の意識に関する調査」(平成22(2010)年)
- \* 現在の状態について関係機関に相談したいか?
  - 非常に思う(6.8%)、思う(8.5%)、少し思う(16.9%)
- \* 現在の状態をどのような機関なら相談したいか?
  - ①親身に聴いてくれる(32.2%)
  - ②精神科医がいる(27.1%)
  - ③無料で相談ができる(23.7%)

## ピアサポーターとは

- \* 「ピア」とは対等、仲間という意味を表す(英語「Peer」)。
- \* 孤立しがちな時、仲間や社会とつながる「はしわたし」をする「他者」です。
- \* ピアサポーターは、子ども・若者に対して、指導や助言といった上下関係で接するのではなく、本人の意思を尊重し、持っている力を信じ、一緒に考えて行動していきます。
- \* 日々子育てをしていく中で、悩みや不安を感じてしまう保護者には、当事者同士での支え合いが生まれるようになります。

当団体は、「ピアサポーター」という取り組みをしています。「ピア」とは、英語で「対等」「仲間」という意味があります。子どもや若者に対し指導や助言という上下関係で接するのではなく、本人の意思を尊重し、もっている力を信じて、一緒に考えていこうというスタンスです。非専門的で、ある意味、素人が関わっていると思ってもらっていいです。

## ピアサポートという取り組み

### ○ピアサポートの歴史

- \* 欧米では…
  - ・BBSプログラム(1909年 ニューヨークで非行防止を目的に制度化)
  - ・アメリカ、フィラデルフィア中心に制度化(ピアスペシャリスト)
- \* 日本では…
  - ・第二次大戦後→少年非行防止
  - ・1995～1996年 →いじめ防止
  - ・1997年 大学での導入 広島大学ピアサポートルーム開設
  - ・精神保健福祉領域を中心に広がり、がん患者、ひきこもり等の支援方法として取り組みが進む

## なんのためのピアサポートか？

信頼できる他者との出会いによって、  
お互いに幸せになるサポート

- \* 人が幸せになるための条件(アルフレッド・アドラー)
  - ① 自尊感情があること
  - ② 他人と親密な人間関係を築けること
  - ③ 貢献感を獲得すること
  - +④ 未来、明日に光が見える(リカバリープロセス)

## なんのためのピアサポートか？

地域社会でともに暮らすために

孤立しがちな若者→つながりをつくる

- \* つながりがある(関係からの排除がない)
- \* 役割がある(仕事のからの排除がない)
- \* 居場所がある(地域=コミュニティからの排除がない)  
(阿部彩「弱者の居場所がない社会」)

## 若者が若者を支える効果

- ・接点がある、つながりやすさ
- ・同じ時代を生き、同じ空気感を持っている、共感を生み出しやすい
- ・気楽さ、安心感
  - ・医師やカウンセラー、先生といった専門職には、制度に縛られる、あるいは専門知識を持ったため、指導的な視点を持ち込まれやすい。そこに抵抗感を持つ場合が多い。
- ・自己肯定感、自己有用感 自尊感情の回復
  - ・「頼る・頼られる」「支える・支えられる」「教える・教えられる」いわば固定した2極関係の逆転が起こる。「人の役に立った」感を醸成する(承認欲求を満たす)
- ・信頼関係を築く
  - ・会話(雑談)→対話へ(互いの価値観が違うときに起こるすり合わせ、考えの幅を広げる)

ピアサポートの歴史は、意外と古く、もとはアメリカで非行防止をめざす「Big Brothers and Sisters=BBS」という活動です。アメリカでは、特にフィラデルフィア中心に制度化され、「ピアスペシャリスト」という活動が進められています。

BBS活動が日本にも輸入され、青少年非行防止や、1990年代にいじめ防止、1997年に大学にも導入されています。広島大学のピアサポートルームが最初です。

当団体にピアサポートという名前が付いたのは、当時、大学生の中に「ピアサポート」という言葉が浸透していたからです。現在は、精神保健福祉領域で使われている言葉です。

「信頼できる他者との出会いによって、お互いに幸せになるサポート」が基本です。これは、アメリカの考えをそのままもってきました。

「嫌われる勇気～自己啓発の源流『アドラー』の教え」(岸見一郎・古賀史健共著/ダイヤモンド社)で有名になったアドラー心理学のアルフレッド・アドラーは、人が幸せになるための条件を3つ挙げています。①自尊感情があること、②他人と親密な人間関係を築けること、③貢献感を獲得することです。アドラーの場合は「勇気づけ」という言葉が出てきます。ピアサポートの意味で言うと「未来、明日に光が見える」です。先のことが想像できるようになることが大きな力になると思います。

地域社会で共に暮らすために孤立しがちな若者とどうつながっていくか。つながりをもつことが孤立を避けるために、一番大事です。

首都大学東京教授の阿部彩さんが、「つながりがあるということは、関係からの排除がないということ。役割があるというのは、仕事からの排除がない状態。地域の中で一番大きいのは、皆それぞれが安心できる居場所をもっていることが大きな要素」と言われています。地域の中に居場所を多くつくることにより孤立を減らせると思います。

同じ時代を生き同じ空気感を持つので共感を生み出しやすく、つながりやすさになります。ゲームや漫画などサブカルチャーは、同じ時代を生きた人同士でないといわれないものです。

専門職は指導的な視点を持ち込みやすく、抵抗感を感じることは多いので、それを和らげようという考え方です。「頼る・頼られる」「支え・支えられる」

「教える・教えられる」という固定化が、若者と若者の関わりの中では逆転することが起きます。ひきこもっている子たちは、ひとつのことに特化する、いわゆるオタク的な子がいます。あることに非常に知識や能力があるので、若い同世代の場合そこに逆転が起きます。

信頼関係を築くための会話は、最初は雑談です。好きなこと、関心事、最近の話題・トピックを話します。話すうちにお互いの価値観を共有できるかが、関わりの方の大きさになります。

## 若者が若者を支える 陥りやすい問題

- \* 親密さが高じて燃え尽きる
    - ・私も相手も安心してられる境界線があいまいになる。  
例) 深夜の電話・メール、面談時間が延びるなど
  - \* 守秘義務の勘違い
    - ・家族にも打ち明けられない話(内緒話)を聞く  
例) 薬物や犯罪にかかわること
  - \* 甘え、ゆるみ
    - ・支援者としての視点が失われる(友達のような関係)
    - ・関係の安定が信頼を得たと思う(過信、満足感)
- ↓
- \* 本人の育つ力が損なわれてしまう

若者が若者を支えるのは、陥りやすい問題もあります。例えば、親密さが高じて燃え尽きてしまう現象があります。私も相手も安心してられる境界線があいまいになり、お互い安心できる場所を侵してしまうことが起こり得ます。関わった若者が、親にも言えない内緒事をその支援者に伝えるということが起こります。これが触法行為の場合、「内緒だからね」と隠しておくわけにはいきません。守秘義務、要するに個人情報保護の縛りがあると、組織にも相談しないことが起こり得ます。甘えやゆるみもあります。友だちのような関係になり過ぎ、支援者としての立場や視点を見失いがちになります。いい関係ができると満足し、同時に安心感も出て、そこに収まってしまふことがあります。その人が「これから外に出ていこう」というところへもっていかなければいけないのにできないということが起こります。本人が持つ力を損なわないよう、どうすればよいかを考えていかなければいけません。

### ◆事業従事者(平成29年9月30日現在)

	20代	30代	40代	50代以上	計
専門相談員			1	1	2
ピアサポーター(主任)		2	1		3
ピアサポーター(若者)	9	1	2		12
ピアサポーター(家族)			1	2	3
合計(女性)	9(6)	3(1)	5(2)	3(3)	20(12)

( )は女性人数、メンバーは福祉・教育・心理を学ぶ学生や既に資格を持っている方等

現状、20人がピアサポーターとして関わっています。福祉や教育や心理を学ぶ学生、資格習得をめざす人や資格所持者たちが活動を進めています。当団体は、私と理事長が常勤で基本的には二人で動かしています。ピアサポーターの力がないと活動は回りきません。

## ネットワーク(その1)

- \* 他機関との連携
    - ・対象者の把握
- ↓
- 1 行政ネットワークでの連携  
東京都治安対策本部青少年課を通じた専門機関  
渋谷区子ども家庭部・福祉部など
  - 2 学校、教育委員会など教育機関との連携  
小中学校 教育センター 都立高校 通信制高校 大学
  - 3 医療機関との連携

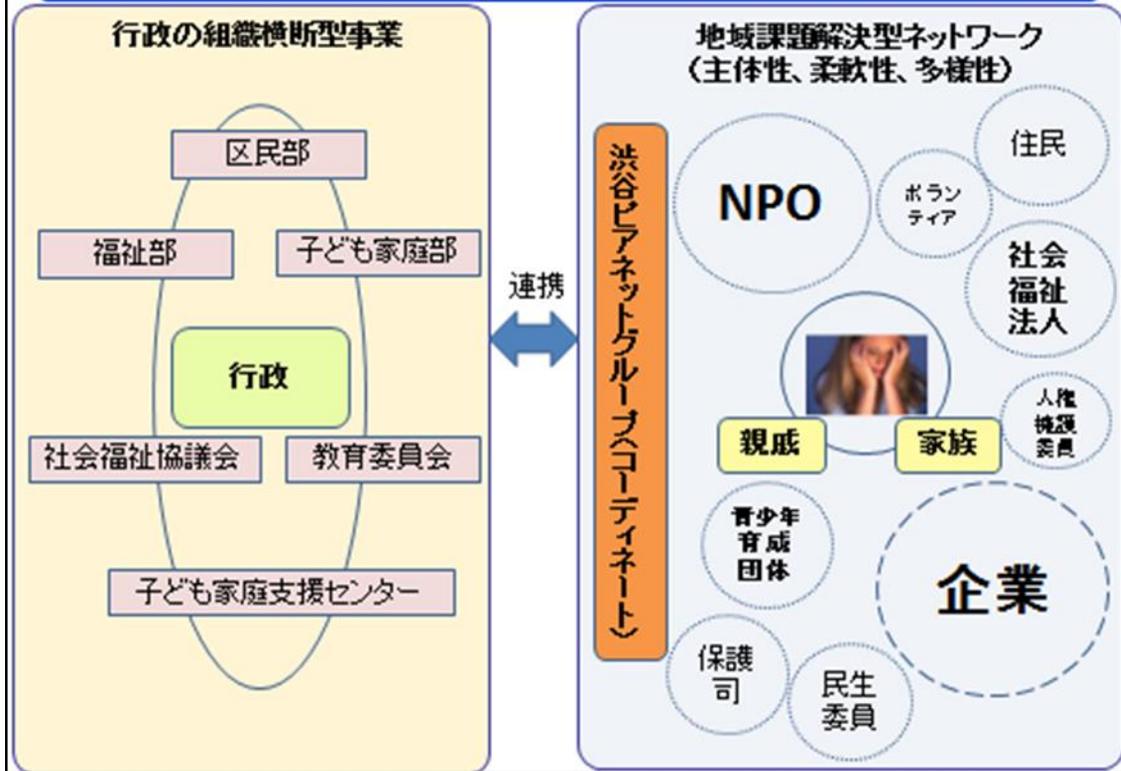
ひきこもりは、対象者の把握が難しいです。入口の部分で、いろいろな団体や地域とつながらないと情報が入らず、動けないです。

もうひとつは出口です。そこでいろいろなところつながっていかないと活動ができないということもあります。

## ネットワーク(その2)

- \* 他機関との連携
    - ・支援終了時の紹介・誘導
    - ・本人の状態に合わせた適切な対応(連携)
    - ・個人情報の取り扱い(完結しない関係)
- ↓
- 1 発達段階で途切れない連携  
東京都  
子ども家庭部 子ども家庭支援センター 障害者福祉センター  
保健センター 発達障害者支援センター 他の若者支援機関など
  - 2 学校、教育委員会との連携  
小中学校 教育センター 都立高校 通信制高校・大学
  - 3 地域課題解決型(テーマ型)連携  
行政 学校 NPO 企業

## 地域で生まれるネットワークのカタチ (イメージ図)



行政と同時にNPOや地域も、ネットワークを組み、お互いが共同で活動することが大事だと思います。

支援の方法は、5つのプロセスを通じて活動を進めています。相談、訪問、居場所、社会参加です。社会につなげていくために、外とどうつながるかを考えて行っています。

## 相談から、訪問、居場所、社会参加までの流れ

### 寄り添い型支援(5つのプロセス)

		STEP 1 対象者把握	STEP 2 本人と対面	STEP 3 複数とのかかわり	STEP 4 外部とのかかわり	STEP 5 外に身を置く
社会参加	中間的 就労		←	←	←	○
	見学・体験		←	←	←	○
居場所	協力		←	←	←	
	学習		←	←	←	
訪問	本人		○	←		
相談	家族	○	←	←		
	本人	○	←	←		

大人との関わり