

僻地在住ひきこもり当事者と家族の孤独孤立 予防地域連携促進事業

特定非営利活動法人 レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク

〒064-0824 北海道札幌市中央区北 4 条西 26 丁目 3 番 2 号

助成事業の概要

都会から離れた地方圏に置かれたひきこもり当事者やその家族は適切な情報が届きにくく、似たような経験をもつ有意義な交流もつくり出せず親子共々孤独孤立しやすい特徴点が見られる。地元の支援団体機関と連携しながら個々の実情に応じた適切な支援につなぐことを目的に「僻地在住ひきこもり当事者と家族の孤独孤立予防地域連携促進事業」を実施した。対象とする地域は当初からの要望で道東にある人口約 11 万人の地方都市で平成の 3 町合併により東西に延びる広域圏域で K 市の実態調査でもひきこもりは約 2,300 人、総人口の 3.8% と高比率の割合を示し相談体制を整備するとともに当事者らが集う居場所開設は急務であった。こうした実態を踏まえ実施内容などを検討していくため 2025 年 5 月に共催団体の現地窓口や後援団体で組織する実行委員会を設置、事業期間内計 6 回開催し目的達成のため検討を重ねた。K 市にモデル事業として開設した居場所 F は会場開催計 4 回と外出困難、遠隔地に考慮しメタバース・オンライン開催計 4 回を別日程実施。合併地域での開催を含めたため当初計画よりも実施回数を増やした。実施時期は準備期間を経て雪の多い冬季間は避け 2025 年 7 月から 11 月まで。当法人からは当事者家族ピアスタッフで構成する人員を 1 回あたり 3 人上限に現地に派遣。当日内容はピアスタッフによる話題提供の全体会と当事者会家族会・個別相談会を時間区分で行った。基本出入りは自由で個別相談だけに来所する家族も見られた。メタバース・オンラインは

当事者会のみで開催。当事者ピアスタッフ 2 人配置のほか現地支援団体、行政も加わりフリートークグループやゲーム雑談グループ、個別相談、休憩室を仮想空間内に設置して参加しやすい創意工夫を行った。

事業の成果

K 市では生活困窮者自立支援相談としてひきこもり相談を対応していたが、相談窓口として認知が薄いことから独自にひきこもり相談センターを設置し尽力してきた。行政機関担当者の意欲も高く事業内毎回必ず参加していた。参加者アンケート調査でも「関係団体機関からの紹介」がもっとも多い全体の 6 割を占め、いかに地元支援団体機関との連携が大きく効果に作用したことが見て取れる結果となった。参加人数でいえば、当事者会は会場開催で計 36 人（メタバース参加 10 人含む）、家族会 18 人で両者とも平均 4.5 人であった。新規参加者 11 人（22.0%）があった一方で、継続参加者 38 人（76.0%）で断続的な参加者も加え複数回居場所 F に足を運んだ人が多かった。年代では当事者会では 10 代はなく、20 代から 40 代、家族会は 40 代の一部から 70 代までで、50 代から 70 代まではすべて家族であった。懸案であった「ひきこもり 8050 課題」にあたる参加者は地方圏ならではの地域の目などの特性もあって見られなかったがその前段の若年者層のひきこもりが多く参加されたことで当初計画していた孤独孤立防止に寄与したものと考ええる。事業全体の評価では、「たいへんよかった」22 人

（44.0%）が多く、参加当事者の回答が目立った。これに続く「よかった」20 人（40.0%）を含めると 84.0% と 8 割を超えた。「ふつう」6 人（12.6%）が少数あるものの、「あまりよくなかった」「よくなかった」の回答はなく、この結果から目的は達成されたものと思われる。また、支援者と協働して実践活動にあたったピアスタッフの評価は高い。とりわけ今回、個別相談会の時間を事前予約制で設定した。グループ活動以前に個別相談が必要なケースや自分を他者に知られたくない当事者や家族に対して有効と考え実施したが、この場面でも支援者とピアスタッフが同席し協働して相談にあたることで支援者がもつ専門的知識と当事者がもつ経験的知識がうまく融合し相談者に対して適切な対応がなされたものと考ええる。本事業が果たした役割は大きく継続意向から新年度からは K 市が事業を予算化導入されるに至った。

成果の広報、公表

2026 年 1 月には本事業の成果を測定していくために、現地実行委員会の振り返り意見を徴収しつつ取りまとめた。本事業の成果を客観的に分析していくために、2026 年 2 月には本事業会場開催とメタバース・オンライン開催を合算した計 8 回で実施し回収できた参加者アンケート調査票を集約し、量的統計調査法を用いて考察した。量的統計調査法については、回収できた各回の参加者による有効となるアンケート調査票の設問項目をそれぞれ Excel スプレッドシートに入力して、統計ソフトウェアで解析し、各設問の単純集計結果に加えクロス集計結果を導き出した。さらに、これら調査結果をもとに、調査結果に基づく各実行委員との意見交換を図りながら、研究事業全体を実施計画に設定した目的に沿って参加者個人が特定されないよう研究倫理指針により考察を加え

た。自由記述回答（FA）については、できるだけ参加者の声を率直にそのまま伝えていくことが重要であると考え、あえて統計上加工した質的分析を行わず、重要となりうる文言を類型化することに留めた。これら調査結果を踏まえた「僻地在住者のひきこもり孤独孤立予防地域連携促進研究事業報告書（A4 判左無線綴じ印刷製本全 20 頁 電子版・紙媒体版 300 部）を作成した。本事業報告書は、北海道内だけにとどめず周知し支援が届きにくい地方都市に住むひきこもり支援活動へ広く役立たせる成果物として広報活動を図り配布に努めた。

今後の展開

ひきこもり経験を有する当事者ピアスタッフやひきこもるわが子を育ててきた家族ピアスタッフは、参加する当事者や家族への親近感をもたせ、支援者には持ちえない視点や気づきを与えてくれる存在して居場所の運営においては欠かせないものとなっている。しかし残念なことに地方都市にいけばいくほどそうした実働できるピアスタッフは地域内に存在せず、当法人からピアスタッフを派遣せざるを得ないのが現状である。地元の当事者でピアスタッフとして実働できる人をどう生み出していくかは今後の課題でもある。ピアスタッフの活動領域は実に多様である。もちろん小グループでのファシリテーター役ができれば望ましいが最初からそれができる人は少ないので、会場の設営や後片付けをはじめ、当日配布資料の作成などは自宅にいてもできる内容でそこから着手することでもよい。当事者はどこか「役に立ちたい」気持ちがある。ひきこもりにとって財産となる経験知識を生かせる場面を創り出していくことは重要である。