

平成28年度 事業報告書  
平成28年4月1日から平成29年3月31日まで

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

1 事業実施の報告

平成28年度はこれまでの相談支援、訪問支援、自助会「SANGOの会」を毎月2回開催した他、2016年度北海道ろうきん社会貢献助成制度「北海道ひきこもり当事者連絡協議会設立事業」平成28年度北海道社会福祉総合基金助成金「北海道ひきこもり当事者会協同実践型地域間連携活動促進事業」平成28年度公益財団法人日本社会福祉弘済会社会福祉助成金「当事者参画型ひきこもり支援者養成研修プログラム開発事業」公益財団法人北海道地域活動振興協会平成28年度ボランティア活動支援助成金「長期在宅ひきこもり当事者への交流活動促進事業」を中心に活動をすすめた。また、札幌市市民まちづくり活動促進助成金事業（冠基金名：木村弘宣ひまわり基金）「当事者参画型札幌圏ひきこもり通信拡充作成事業」により会報誌刊行及び札幌圏ひきこもり情報社会資源マップ制作を行なった。

2 事業の実施に関する事項  
特定非営利に係る事業

事業名	事業内容と報告	実施	実施	従事者の 人数	受益対象者の 範囲及び 人数	支出額 (千円)
		月日	場所			
外出困難なひきこもり者と家族への相談支援活動事業	ひきこもり当事者と家族からの電話、電子メール、手紙、来談による相談を行ない、必要に応じて他団体機関を紹介するなどひきこもり当事者や家族が社会的に孤立しないような援助実践に努めた。 平成28年度は手紙相談延べ7件、電子メールによる相談件数は問い合わせを含め延べ248件、電話による相談件数延べ25件。来談による相談は延べ7件（うち継続相談1件）であった。	通年(年末年始を除く)	事務局	2人	相談総数延べ287人	3
ひきこもり者の家庭への訪問支援(アウト・リーチ支援事業)	平成28年度は平成27年8月に支援を終了した1ケースが本人の希望により支援を再開し、前年度からの継続相談2ケースと合わせて3ケースの訪問支援を実施した。 再開した1ケースは専門機関に一度は繋がったが、支援のあり方や方向性が当事者、家族と合致せず、また本人が「発達障害」というレッテルを貼られた形で専門機関へ通うことへの強い不信感があり、専門機関での対応が困難になり訪問支援を再開したが、本人のみならず家族支援の必要性から専門機関とのつながりを持って家族へのアプローチを図ってきた。 他の2ケースのうち精神疾患を伴う1ケースでは、医療機関による訪問支援、治療による効果もあり落ち着いた状況がみられた。今後は自助会など他者との関係づくりが課題となる。もう1ケースは必要以外に外出することが少ないため、本人の興味関心を喚起する方向で対話を進めたが、当事者による支援だけでは限界もみられるため、家族に対して本人の気持ちの揺れ動きを洞察しながら、専門機関へ繋げることを助言した。 平成28年度で吉川理事による訪問支援を全て終了することになるが、今後も必要な対応は本人もしくは家族からある場合については、できる範囲で対応していきたい。	通年・概ね毎月1回訪問 (平成28年) 4月13日、19日 5月11日、17日、19日 6月8日、14日、16日 7月13日、19日、21日 8月19日、23日 9月23日、26日 10月24日、27日 11月21日(2件) 12月7日、21日(2件) (平成29年) 1月24日 2月23日(2件) 3月16日(2件)	各当事者宅	2人	当事者3人とその家族	82
人間関係づくりを学習する当事者会「SANGOの会」活動	概ね35歳を起点にしたひきこもり当事者の自助会「SANGOの会」を毎月2回、初心者例会と通常例会に分けて開催し、ひきこもり当事者が社会的に孤立せず、仲間とつながり自分に行き届くことに取り組んだ。 通常例会では毎回緩やかなテーマを決めて楽しんだ。5月のテーマ「自分にとって大切なもの」では「健康」と答える人が多く、病気になるから経済負担が大きくなるから健康には気を遣うという意見が率直にだされた。 以上のように健康の維持は当事者の課題の一つであるが、その促進のために前年から好評を得て実施してきた「地域めぐり登山」を5月、7月、9月の初心者例会に振り替えて開催し、札幌市内の円山や三角山等に登った。参加者の中には20年振りに登山した当事者もいたが、山道の草花を見ながらの散策は体調を整え自分と向き合うことにも繋がっていた。 また通常例会では8月、10月に札幌市による出前講座として「障がい福祉施策サービス」「札幌市の雇用サービス」について学習した。札幌市の行政担当者が障害者枠で就労する意味や就労サポート体制など多くの情報を知ることができた。 障がい者枠で正社員として就労が決まったメンバーや新たな進路を目指して勉学に励むメンバー、そして生活困窮者自立支援制度を活用して就労訓練を続けるメンバーなど新たな動きをみせたためSANGOの会の参加者数は前年に比べると減少した。今年度、通常例会平均7名、初心者例会平均4人の参加者があった。初心者例会への女性参加者は前年度より増加しているため休会している女子会も検討課題である。	通常例会・初心者例会毎月1回実施 (平成28年度通常例会/初心者例会) 4月6日・10人/4月25日・4人 5月11日・8人/5月23日・5人 6月13日・9人/6月20日・4人 7月26日/11人/7月11日・4人 8月22日・7人/8月8日・4人 9月21日・7人/9月29日・4人 10月19日・5人/10月12日・3人 11月2日・5人/11月11日・1人 12月7日・2人/12月21日・4人 1月13日・5人/1月23日・4人 2月休会(インフルエンザ予防) 3月15日・5人/3月22日・6人	札幌市ボランティア活動センター研修室、札幌市社会福祉総合センター会議室	3人	北海道内に住む当事者毎月10人前後 平成28年度実績通常例会参加者延べ74人・初心者例会43人	3
当事者参画型札幌圏ひきこもり通信拡充作成事業(札幌市市民まちづくり活動促進助成金事業、冠基金名：木村弘宣ひまわり基金)	ひきこもり当事者や家族、支援者、一般市民等に向けて発信する会報「ひきこもり」(通信隔月6回)A4判サイズ全8頁フルカラー各100部を当NPOに関係するひきこもり当事者経験者が記事編集作業等を行い、社会貢献の意味から障害者就労継続支援施設B型において印刷製本のみ依頼し刊行。当NPOの会員ほか、札幌圏を中心にひきこもり支援団体機関、ひきこもりのわが子をもつ家族など幅広く配布した。 このうち2017年1月の会報は創刊「100号記念特集号」として12頁に拡充し300部を印刷製本。会員、支援団体、当事者、家族へ郵送等にて配布したと同時に当NPOのHPでも広く閲覧できるようにした。また同年1月には昨年11月に創刊された「ひきこもり新聞」の普及に力を注ぐひきこもり外交官さえきたいち氏から知見を学び会報づくりに役立てた新年情報交歓会開催のほか、札幌圏のひきこもり支援団体機関全26箇所の情報を網羅した「札幌圏ひきこもり情報社会資源電子マップ」を当NPOのWeb上に公開した。 会報100号発行に関する記事が2月28日付北海道新聞、また月刊情報誌「北方ジャーナル2017年4月号」で取りあげられ、一般からの購読申し込みがあった。	通年・隔月1回6回  「ひきこもり外交官 さえきたいち氏との新年情報交歓会」 平成29年1月10日	事務局ほか在宅ワーク、北翔大学北方圏学術情報センターポルト会議室B	10人	正会員・賛助会員43人含む関係団体機関等50人	203

事業名	事業内容と報告	実施	実施	従事者の 人数	受益対象者の 範囲及び 人数	支出額 (千円)
		月日	場所			
平成28年度北海道社会福祉総合基金助成金事業「北海道ひきこもり当事者会協同実践型地域間連携活動促進事業」	<p>本事業では、これまで支援者目線によって語り伝えられてきた当事者会の情報を当事者目線で伝えるために、2016年10月に創設された北海道ひきこもり当事者連絡協議会に加盟し北海道で活動する当事者4団体(旭川・NAGI、函館・樹陽のたより、帯広・リカバリースポット、札幌・SANGOの会)が協同して取り組む「北海道ひきこもりカフェin旭川」をはじめ開催した。</p> <p>「北海道ひきこもりカフェin旭川」(参加者24人)では、事前準備から開催当日のプレゼンテーション、テーブルオーナーに至るすべての場面でひきこもり当事者が主導し、当事者4団体が連携してひとつの事業を達成できたことは大きな成果といえる。また「パネル展」では会場に来られない当事者の思いを汲み取れる内容として好評を得て、一般参加者に対して普段抱かれていますひきこもりイメージを変える貴重な機会になった。各団体のテーブルに分かれたカフェではハーブティー「ひきこもりブレンド」が参加者全員に振る舞われ当事者性を活かしたイベントが地域の活性化につながった。ひきこもり当事者4団体活動を網羅して作成配布した「北海道ひきこもりカフェin旭川活動のしおり」(A4判カラー3つ折り1000部)は、ひきこもりの理解普及啓発に役立った。</p> <p>開催の様子は11月28日付北海道新聞(道北版)や月刊情報誌・北方ジャーナル2017年1月号で取り上げられた。</p>	平成28年11月27日	旭川市障害者福祉センターおびつた会議室1	15人	札幌、旭川各市内近郊等に住むひきこもり当事者と家族、実践者等の参加者24人	312
2016年度北海道ろうきん社会貢献助成金事業「北海道ひきこもり当事者連絡協議会設立事業」	<p>本事業では地域に潜在化するひきこもり当事者が社会的孤立せずと同じ境遇の仲間とつながることを目的に「北海道ひきこもり当事者連絡協議会」を創設することを目的に実施した。</p> <p>具体的には2016年7月～8月にかけて当NPOが中心となって「北海道ひきこもり当事者連絡協議会」を設立するための素案づくりを検討し「北海道ひきこもり当事者連絡協議会設置要綱」を作成した。これに基づき設立を呼びかけたところ、北海道内で精力的に当事者主導によって活動をしている5つのひきこもり当事者団体(SANGOの会(札幌)、すなはま(札幌)、樹陽のたより(函館)、リカバリースポット(帯広)、NAGI(旭川))が加盟に承諾した。また設置要綱により各団体から10人の構成委員を決定、会長にSANGOの会(札幌)代表の田中敦氏が就任した。</p> <p>「北海道ひきこもり当事者連絡協議会」組織が整ったところで正式な設立を一般市民等に対して広く公表していく「北海道ひきこもり当事者連絡協議会設立記念講演会」を開催した(参加者32名)。講師にはヒューマン・スタジオ代表・丸山 康彦氏を迎え、「当事者が求める支援～生きるのが楽になるために～」と題した記念講演を実施した。前半は当事者の深層心理や生活の質の向上などについてレクチャーを受け、後半では参加者を交えたグループセッションを行った。</p> <p>本協議会設立を受けて「道産こもり179大学in津別ー当事者研究大会」を網走郡津別町において開催した(参加者23名)。開催にあたっては地元津別町役場と社会福祉法人津別町社会福祉協議会の後援を受けた。講師には、本協議会に加盟するSANGOの会(札幌)と隣接地域のNAGI(旭川)から当事者各1名が自身の経験から現状を分析し、ひきこもりの経験的知識を知恵にしてこれからの生き方を語った。</p> <p>以上についての助成金事業の成果は、当NPOの公式ホームページを北海道ひきこもり当事者連絡協議会設立に伴う追加サイトの再構築を図り、リニューアルとして2017年3月21日にオープンした。本協議会のWEBページにはこれまでの助成金事業のそれぞれの活動内容を写真とともに掲載し、北海道ひきこもり当事者連絡協議会の目的などを記載した設置要綱PDFも併せて公開した。またSNSチャットによるコミュニティー交流も設置してひきこもり当事者同士の連携や情報交換に役立てるようにした。</p>	<p>当事者が求める支援～生きるのが楽になるために～</p> <p>平成28年10月12日</p> <p>道産こもり179大学in津別ー当事者研究大会</p> <p>平成28年11月12日</p>	一般財団法人北海道青年会館札幌ハウスセミナーセンターユースホール、津別町中央公民館・研修室	5人	札幌市、津別町ほか、全道に住むひきこもり当事者と家族、実践者等55人	362
平成28年度公益財団法人日本社会福祉弘済会社会福祉助成金事業「当事者参画型ひきこもり支援者養成研修プログラム開発事業」	<p>本事業では、ひきこもり支援が当事者一人ひとりの思いに沿うものとなっていないケースが少なからず受けられる。そのため本調査研究では、ひきこもり当事者の共通した思いを汲み取っていくことが可能となりうる当事者参画型によるひきこもり支援者養成研修プログラムの開発を目的に実施した。</p> <p>実施にあたっては、平成28年4月～12月にかけて内外の有識者12名による調査研究委員会(スカイプによる電子会議)を計5回実施し本調査研究の重要な事項を協議した。平成28年8月～9月にかけては北海道内のひきこもり当事者個人(家族)及び支援団体機関を対象にひきこもり養成研修プログラム開発のための「当事者ニーズ調査」を実施した。</p> <p>またその調査結果を踏まえ「養成研修プログラム試案検討会」を調査委員会内で議論を重ね、協力団体講師の助言等をいただきながら「養成研修プログラム開発モデル事業」を計画し、平成28年10月30日に「それぞれの経験的知識がたぐひきこもりピアサポート」を開催した。これは、全国各地で先駆的にピアサポートを実践する代表者6名を招聘して講義と演習を組み合わせた形式で行われた。参加者は41名、関係者スタッフを含めると50名を超えた。</p> <p>期待されるピアサポートは必ずしも個別家庭訪問活動のみを前提としているのではなく、当事者会や自助会での活動、さまざまな当事者主体によるイベント活動、文化芸術活動、手紙(絵葉書)によるアウトリーチのほか、非支援の枠組みの提示など幅広く存在し、その可能性を示唆するものであった。</p> <p>開催の様子は11月8日付北海道新聞(全道版)、月刊情報誌・北方ジャーナル2017年1月号で取り上げられた。</p> <p>本調査研究事業の成果をまとめた「当事者参画型ひきこもり支援者養成研修プログラム開発調査研究事業報告書」(A4判平綴じモノクロ37頁300部印刷製本)には、本調査研究の目的、支援者養成研修の動向と課題、本調査研究の視座と方法、当事者ニーズ調査結果、開発プロセスの概要、事業成果の検証的考察が掲載されている。北</p>	平成28年10月30日	事務局、北方圏学術情報センターPORTO会議室A	4人	札幌、旭川、滝川、室蘭、帯広、小樽各市内近郊等に住むひきこもり当事者と家族、実践者等の参加者56人	664

<p>発テラブル事業の概要、事業成案の複眼的考察が掲載されている。北海道をはじめ全国で活動するピアサポート実践者の最新の動きを幅広く理解できる報告書であるため、ひきこもり当事者はもちろんのこと、関心を寄せる家族や支援者にも郵送等にて頒布した。</p>					
---	--	--	--	--	--

事業名	事業内容と報告	実施	実施	従事者の	受益対象者の	支出額
		年月日	場所			
公益財団法人北海道地域活動振興協会助成金事業「長期在宅ひきこもり当事者への交流活動促進事業」	<p>本事業は長期在宅状態にあるひきこもり当事者との接点をつくる方法として手紙(絵葉書)を活用したアウトリーチを取り入れひきこもり経験者のピアサポーターによって実践を試みた。対象者の抽出にあたっては案内チラシを作成してHPや関係機関に配布周知したとともに希望する地域(札幌、江別、岩見沢、倶知安の家族会)には積極的に出向き本事業の事前説明会を実施した。その結果最終的に25名のひきこもり当事者が申込みされた。当事者とピアサポーター双方が無理なく関係性が形成できるよう配慮しながら、毎月2回程度短信を添えて緩やかに手紙(絵葉書)を自宅に届ける活動を展開した。毎回活用する絵葉書はひきこもり当事者経験者が作成したオリジナル作品を採用して文字だけでは表現できないそれぞれの思いをイラストや写真等で伝えるよう心掛けて実践した。</p> <p>希望する家族については、必ず当事者に絵葉書が送られてくることを伝え最小限の同意を得ることを条件に実施してきた。また本事業は返信を求めない片思いによるアウトリーチとして試みたが現時点2名の当事者とは定期的な文通に進展しており、このうち1名からは「何気なく本音が言える人がたまたま会ったことがなくていいということ嬉しさを感じます。よいきっかけになったと思うのでこれからもよろしくお願いします」と返信があった。また3名の家族からは定期的に様子を綴った手紙や電話連絡を受け取っている。さらに今年1月に送った年賀状に対しては11名から感謝の返信があった。以上のことから本事業を通して当事者及び家族に心理的効果を及ぼしたと理解することができる。</p>	平成28年9月1日～平成29年1月31日	事務局 札幌市、江別市、岩見沢市、倶知安町の各保健所などの家族会	2人	北海道内に住む当事者と家族、25人	31
広く一般市民にひきこもり等を理解してもらうための講演会・イベント開催事業	<p>ひきこもり理解啓発のための研修会などに理事者が出向き、講演やファシリテーターなどを行なった。</p> <p>平成28年度は、9月から12月にかけて前掲の「長期在宅ひきこもり当事者への交流活動促進事業」で、当事者へ絵葉書を送るための事前説明会に田中理事長が支援機関や家族会に出向き説明した。</p> <p>その他、田中理事長は7月13日小樽市主催の平成28年度「子供のひきこもりを考える家族セミナー」、7月28日北海道倶知安保健所主催の平成28年度不登校・青年期ひきこもりセミナーの講師を務めた。</p> <p>8月28日、全国障害者問題研究会北海道支部第38回夏期学習会のシンポジウムに招かれ登壇した。</p> <p>9月10日・11日両日京都市で開催された日本社会福祉学会第64回秋期大会において「方法B・技術3 ひきこもりピア・サポーターによる手紙を活用した訪問支援に関する実践研究」を口頭発表した。9月26日北海道倶知安保健所主催の平成28年度不登校・青年期ひきこもりセミナー、10月27日には札幌市社会福祉協議会主催の一日福祉セミナーで「ひきこもりの持つ可能性を地域の新しい力に」の講師を担当した。</p> <p>11月10日岩見沢市教育委員会主催の「若者はなぜひきこもるのか」で講師として登壇し、11月5日・6日両日には札幌学院大学で開催された合同教育研究全道集会で第24分科会「不登校・登校拒否・高校中退」で絵葉書によるアウトリーチ推進のため発表と成果物を紹介した。</p> <p>2017年2月25日、26日の両日「若者当事者全国集会」が大阪豊中市にて開催され当NPO紹介を田中理事長が担当した。3月4日、5日両日東京都で開催された「第12回全国若者・ひきこもり協同実践交流会in東京」の第12分科会「発達障害・精神障害と若者支援」に出席し「北海道ひきこもり当事者連絡協議会～緩やかなネットワークの試み～」について口頭発表した。</p> <p>3月11日にはKHJ全国家族会連合会が主催する「ひきこもり つながる・かんがえる対話交流会in東京」に招聘された。また2月13日～3月13日まで北海道と札幌市のひきこもり地域支援センターと当NPOとの協同事業としてUstream動画配信によるインターネット研修事業が実施され、田中理事長が出演した。</p> <p>吉川修司理事は10月30日には前掲の「それぞれの経験的知識がたぐひきこもりピアサポート」の講師として当NPOにて実践してきたピアサポートについて述べ、11月27日に開催した「北海道ひきこもりカフェin旭川」では、団体活動の報告とファシリテーターを担当した。</p> <p>11月12日、前掲の津別町で開催した「道産こもり179大学in津別ー当事者研究大会」において、武田俊基理事がグループセッションでファシリテーターを担当した。</p> <p>また、前掲の10月12日に開催された「当事者が求める支援～生きるのが楽になるために～」のグループセッションにおいて、吉川、武田両理事がファシリテーターを担当した。</p> <p>さらに2017年1月6日吉川修司理事が読売新聞朝刊全国版に「大人のひきこもり」として大きく取り上げられ全国から反響があった。</p>	(平成28年) 7月13日 7月28日 8月28日 9月10日～11日 9月26日 10月12日 10月27日 10月30日 11月5日～6日 11月10日 11月12日 11月27日 (平成29年) 2月13日 2月25日～26日 3月4日～5日 3月11日	札幌市内の公共施設のほか各会場	4人	北海道内に住む当事者と家族、実践者、一般市民等150人	100

<p>自信回復を狙いとした一般就労と福祉就労との間に位置する中間的労働(在宅ワーク)を構築する事業</p>	<p>一般就労ではハードルが高く、福祉就労ではもの足りないひきこもり当事者が、安心して社会参加できるように、当事者自らの可能性を信じて新しい働き方の構築を目指した。</p> <p>平成28年度は印刷製本作業などの軽作業を札幌市ボランティア活動センターや札幌市共同募金会の依頼により自助会「SANGOの会」に参加するひきこもり当事者が主体的に協力して実施した。主催者である社会福祉法人札幌市社会福祉協議会からは協力に対して大変感謝されている。</p> <p>また、3月1日及び23日、当NPOに関係する当事者4名が公益社団法人北海道社会福祉士会道央地区支部からの依頼を受け事務所移転に伴う住所変更のタックシールを角2封筒約2千枚に貼る軽作業に従事した。今回参加した当事者からは「煩わしい関係を気にせずひたすら打ち込める軽作業の良さはある。しかも今回の依頼は報酬付であり自分の収入増にもなって有り難い」と述べた。</p>	<p>印刷製本作業 通年・毎月2回</p> <p>公益社団法人北海道社会福祉士会道央地区支部タックシール貼付修正作業 3月1日、23日</p>	<p>札幌市ボランティア活動センター、社会福祉総合センター会議室</p>	<p>毎月3人 ～4人</p>	<p>北海道内に 住む当事者3人～4人</p>	<p>40</p>
<p>他団体とのひきこもり支援ネットワークづくり事業</p>	<p>ひきこもりについての意見交換を積極的に行ない、他団体機関との交流を深める。ひきこもりの理解啓発、解決へ向けての方針策定をすすめた。</p> <p>平成28年度は前掲の「北海道ひきこもり当事者連絡協議会設立事業」において本協議会に加盟することになった5つの当事者団体と連携協力体制を築き、同事業で開催した「道産こもり179大学in津別ー当事者研究大会」では、加盟団体、旭川・NAGIから初めて当事者が登壇した。また「北海道ひきこもり当事者会協同実践型地域間連携活動促進事業」で開催した「北海道ひきこもりカフェin旭川」では、加盟4団体が協同で事業を推進した。</p> <p>また前掲の「当事者参画型ひきこもり支援者養成研修プログラム開発事業」で開催した「それぞれの経験的知識がたぐひきこもりピアサポート」に登壇した全国で活動するひきこもりピアサポート実践者の協力を得ることで北海道初の大規模なイベントを実施することができた。そして全国各地を周遊してひきこもり当事者発の情報を広めている、ひきこもり外交官さえきたいち氏の再来道により当NPOの活動を広く伝えてもらうことができた。</p> <p>前年度に引き続き北海道ひきこもり成年相談センター・札幌市ひきこもり地域支援センター主催の「ひきこもりサポーター養成協議会」では、全国ひきこもりKHJ家族会連合会北海道「はまなす」とともに出席し協議をすすめるとともに、前掲した当NPOとの協同事業としてインターネット研修事業の実施によりひきこもり支援の理解啓発を深めてきた。</p> <p>さらに旭川NAGIについては毎月1回の定例会に武田俊基理事が司会進行役として現地に赴き支援協力した。</p>	<p>平成28年4月～平成29年3月</p>	<p>こころのリカバリー総合支援センターほか各会場</p>	<p>4人</p>	<p>当事者、家族、実践者、学生、一般市民など延べ100人</p>	<p>3</p>