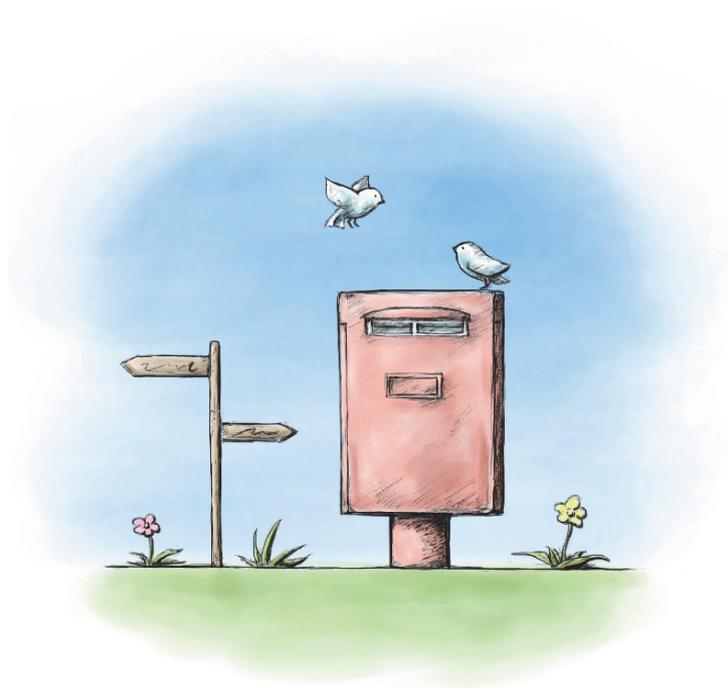




平成 30 年度独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成事業

ひきこもりピアサポーターによる 手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業 報告書



—見返りを求めず緩やかにつながる道標—

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

ひきこもりピアサポーターによる
手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業報告書
—見返りを求めず緩やかにつながるための道標—

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 田中 敦

e-mail: info@letter-post.com URL: http://letter-post.com

1. ひきこもりを取り巻く状況

ひきこもりに対する支援動向は大きく若者支援から生活困窮者自立支援へと大きくシフトしてきている。その背景として挙げられるのが全国各地で顕在化してきた 40 歳を超える中高年ひきこもり当事者の増加である。ひきこもりの高年齢化は昨今地方自治体で行われているひきこもりの実態調査からも明らかとなっている。

たとえば、2018 年 6 月、NHK が全国 47 都道府県と 20 政令指定都市を対象に行った独自調査結果では全国の 3 割にあたる 20 府県と市で 40 歳以上のひきこもりの実態調査が実施され、さらに岩手県、鳥取県、香川県、浜松市で調査が予定されていることがわかった⁽¹⁾。このうち 2019 年 3 月までにその調査結果を公表した 20 地方自治体における 40 歳以上を示す割合をまとめたものが表-1)である⁽²⁾。未公開地域 4 県と市を除く 20 地方自治体のうち半数以上を占める 11 地方自治体が「40 歳未満」よりも「40 歳以上」の割合が大きかった。また首都圏よりも九州や北海道、沖縄県、岩手県といった地方圏にその傾向が比較的多く見られ、ひきこもりの高年齢化は人口の多い都市部だけの課題ではないことが理解できよう。



北海道全域における 40 歳以上のひきこもり実態調査は実施されていないが、政令指定都市札幌市では 2018 年度 15 歳から 64 歳までを対象としたランダムサンプリングによる郵送調査とひきこもり

当事者（家族）、民生委員児童委員を対象としたターゲット調査、さらにはひきこもり当事者 10 名を選定した個別ヒアリング調査も併せて行い 2019 年 3 月に公表した⁽³⁾。

その調査結果によれば、厚生労働省が示す 6 か月以上にわたりひきこもり状態にある人は札幌市内で 19,823 人（15 歳～39 歳：6,604 人、40 歳～59 歳：8,128 人、60 歳～64 歳：5,091 人）と推計された。40 歳を超える中高年層のひきこもりが全体の 67%を占めひきこもりの長期高年齢化が浮き彫りとなった。また当事者本人のふだんの外出状況では各年代とも「自分の趣味に関する用事のときだけ外出する」がもっとも多く、同様にひきこもり期間も各年代とも 7 年以上が比率的に高く、とりわけ 40 歳から 59 歳まででは全体の 50%に達した。

こうしたひきこもりの高年齢化は就労経験を有するひきこもりが増えたことが大きな要因として挙げられ、「アルバイト以外の就労経験を持つ事例はほとんどない⁽⁴⁾」という指摘がなされた今から 20 年前には想定していなかったことが今起こっており、誰もがひきこもりになってもおかしくない時代となった。

ひきこもっている本人が高年齢化するという現実、その支え手である家族も高年齢化していくことを意味する。KHJ 全国のひきこもり家族会連合会が経年比較的に行なってきた調査でも 50 代のわが子がいる家族世帯の回答者が極端に低くなっている⁽⁵⁾。このことからわかるように家族が 80 代になるにつれ家族会活動への参加が難しくなっている。ひきこもりの長期高年齢化は世帯そのものの健康や生活面への支障、さらには地域とのつながりの消失を招きやすく、社会的孤立問題として広くとらえていくことが求められている。

さらに近年はこうした現状が進行していくことで派生するひきこもり 8050 問題が深刻化しはじめている。親が 80 代で子ども 50 代という生涯未婚者で親と同居し続ける 8050 問題そのものは、ひきこもり界限だけに限ったものではないにしても地域で孤立し生命の危機が脅かされていく可能性が高く、ひきこもり支援をすすめるうえでの喫緊の課題となっている⁽⁶⁾。

2. ひきこもり支援策の現状と課題

ひきこもりに関する施策は 1991 年から実施されてきた児童相談所が行うふれあい心の友訪問援助事業（メンタルフレンド）などを盛り込んだ「ひきこもり・不登校児童福祉対策モデル事業」にはじまり、2003 年の「ひきこもり対応ガイドライン」制定以降は、都道府県・政令指定都市単位の精神保健福祉センターや保健所などのひきこもり相談窓口対応が強化されてきた。

しかし 2004 年頃からニート（not in education, employment or training）という用語が広がるなかでひきこもりが若者支援政策の中に組み込まれ、2006 年からの地域若者サポートステーション事業開始後は、就労支援の位置づけが色濃く示されるようになった。

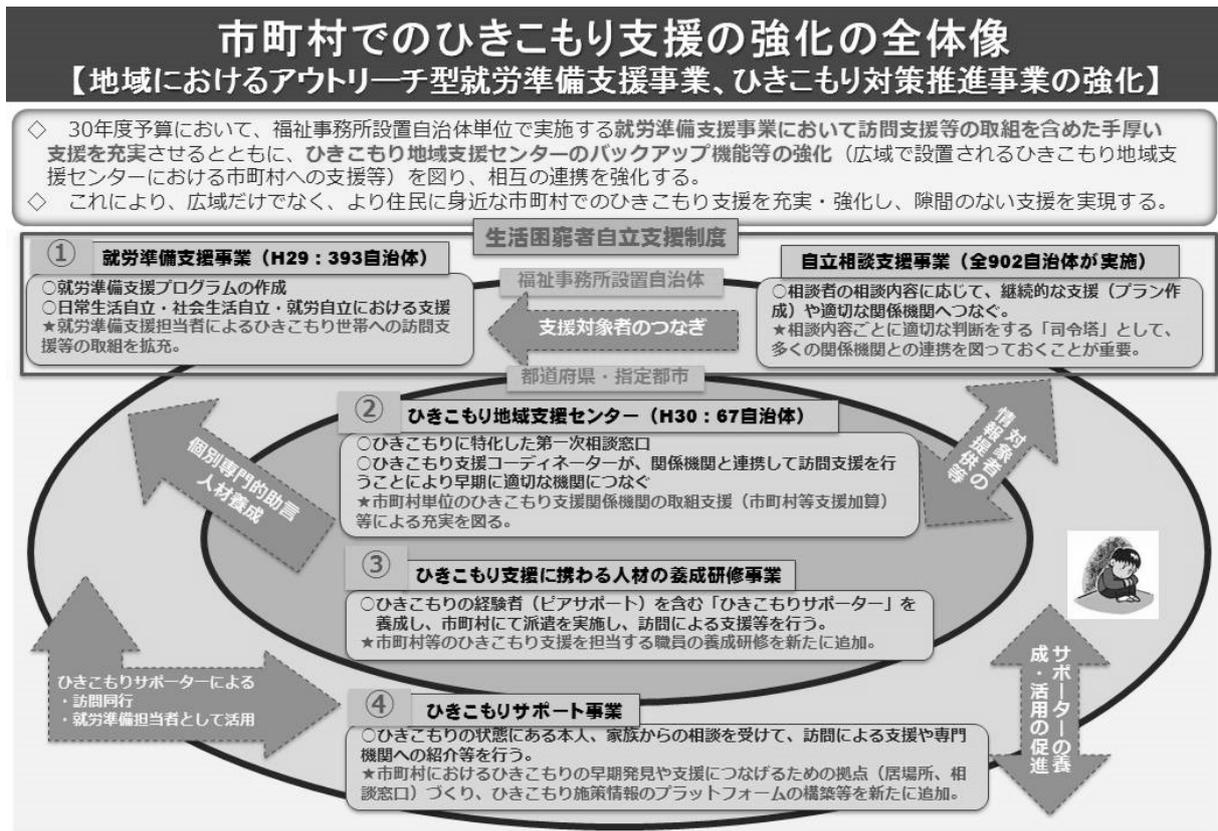
そのため就労支援のプログラムなどに移行できないひきこもり当事者や若者支援政策そのものが原則 15 歳から 39 歳までを対象としてきたため、その範疇から外されしまう中高年ひきこもり当事者が置き去りにされる課題が残った。

2009 年に議員立法として内閣府が「子ども・若者育成支援推進法」を制定。身近な地域ごとに子ども・若者支援地域協議会（2018 年 9 月時点全国 119 箇所、北海道内では北海道、札幌市及び石狩市、帯広市に設置）をつくり横断的に複合的な課題解決を図っていくネットワーク形成をすすめた。

また同年厚生労働省が「ひきこもり対策推進事業」としてはじめてひきこもりに特化したワンストップ型の総合相談窓口「ひきこもり地域支援センター（2018 年 4 月時点全国 75 箇所、北海道内には北海道と札幌市に設置）」を開設した。2010 年の「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」でもひきこもりは第一義的には病気や障害ではなく状態として理解されており、不安や悩みをもったひきこもり当事者本人や家族は地域の中でどこの相談窓口に行けばよいかわからないことが多かったため、その相談窓口を明確化することで適切な支援に結びつきやすくすることを主たる目的として

実施している。ひきこもり地域支援センターには社会福祉士、精神保健福祉士、臨床心理士等といった専門職がひきこもり支援コーディネーターとして配置され、地域における関係機関とのネットワークの構築やひきこもり支援に必要な情報を広く提供するといった地域におけるひきこもり支援の拠点としての役割を担うことが期待されている。2018年度からは2017年度に法制化された生活困窮者自立支援制度との連携を強化し手厚い支援を充実させ、ひきこもり地域支援センターのバックアップ機能等の強化を図っていくことになった（図-1）。

図-1) 市町村でのひきこもり支援の強化の全体像

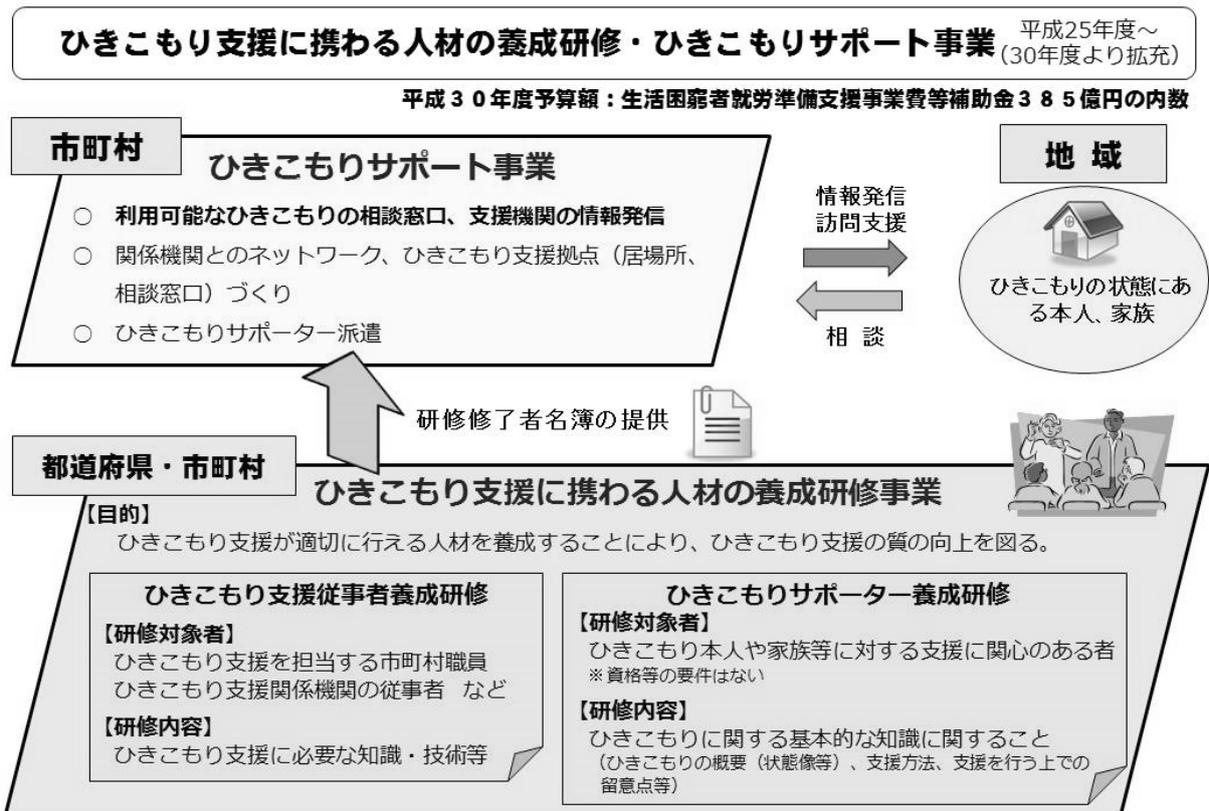


また2013年には「ひきこもり対策推進事業の拡充」として「ひきこもりサポーター養成研修・派遣事業」が導入された。これはひきこもりの長期高齢化に伴うひきこもり当事者本人とその家族からの多様な相談にきめ細かく、かつ継続的な支援を行う事業である。具体的には都道府県及び指定都市単位で「ひきこもりサポーター（ピアサポーターを含む）」を養成し、登録された「ひきこもりサポーター」を必要とされる地域に派遣するものである。しかしその主要な役割が「訪問支援」を行うことを期待されたため残念なことに個々のひきこもり当事者ニーズをとらえるものとはならなかった。

そのため各地方自治体における養成の取り組みについて「登録者は増えているが、市町の要請で家庭訪問したのは1件」⁽⁷⁾という事例からもわかるように思いのほかひきこもりサポーターの派遣活用が伸び悩んでいる問題が指摘されている。

そこでこうした状況をより実態に即したものに直す試みが行われ、2018年度からは「ひきこもり支援従事者養成研修」を新たな「ひきこもり対策拡充推進事業の拡充」として追加し、ひきこもりに携わる現任支援者の資質向上に努めるとともに、「ひきこもりサポーター（ピアサポーターを含む）」の具体的なプラットフォームとしてひきこもり支援拠点（ひきこもりの居場所や早期に発見し適切な支援につなぐ相談窓口）をつくるなど「ひきこもりサポート事業」に取り組むことになった（図-2）。

図-2) ひきこもり支援に携わる人材の養成研修・ひきこもりサポート事業



「就労から居場所へ」のひきこもり支援拠点づくりは静岡県浜松市や熊本県、兵庫県で実施され、北海道においても2017年12月から網走郡津別町で内閣府の地方創生推進交付金や総務省の空き家対策などを活用したひきこもりなどの居場所づくり（開設当初は常設であったが現在は月1回の頻度で開催）⁽⁸⁾が開始された。また2018年6月からは当NPOが札幌市の委託を受け札幌市ひきこもり地域支援センターと協働で「ひきこもりに関する集団型支援拠点設置運營業務（通称：「よりどころ」）」を当事者会、親の会それぞれ分けて毎月各1回開催した⁽⁹⁾。2019年度からは開催回数を増やし拡充する方向である。

3. 本事業の問題意識と目的

実際のところ、こうしたひきこもり支援拠点に足を運ぶことができるひきこもり当事者は全体の割合としてはごく少数で多くは長期間にわたり在宅状態に置かれ続けている。長期高齢化とともにひきこもりは社会的孤立問題と位置づけられ、個人的な問題から社会問題への認識が高まっている⁽¹⁰⁾。こうした当事者への支援は現在のところ「訪問支援」しか有効な手立てが見当たらないが、狭義のアウトリーチとしての「訪問支援」は家族や支援者の期待はあってもひきこもり当事者にとっては負担感が強く、さまざまな課題が残っている。

ひきこもり当事者の多くは在宅状態を必ずしもこのままでよいとはしていない実態が見られる。何とかしたいとは思いつつも現状ではすぐにどうすることもできず、自分でもどうしてよいかわからなくなってそのきっかけを暗中模索していることが少なくない。そうしたなかでひきこもり当事者とピアサポーター双方が無理なく接点をもち関係をつくることのできる広義のアウトリーチはできないものだろうか、と発案されたものが「手紙を活用したピア・アウトリーチ」という手法であった。当NPOは1999年創設以来、手紙を活用したピア・アウトリーチ活動に取り組み当初は文通を前提と

した封書による手紙を使用していたが、「手紙を書き出すこと自体に負担がある」というひきこもり当事者の指摘を受けて変更してきた経緯がある。

そこで本事業ではひきこもり当事者経験者団体である当NPOが中心となってひきこもり経験のあるピアサポーターと家庭にひきこもる当事者双方がお互い無理なく接触可能な手紙を活用したピア・アウトリーチの開発を目的に、当事者の社会的孤立予防を図り適切な社会資源サービス（social resources）につながる効果的な方策の検討をすすめることにした。

今日のソーシャルワークはいかにひきこもり当事者一人ひとりの思いや望む支援を丁寧に汲み取り彼ら彼女らが主体者となりうる援助が行われていくかが重要な鍵となるが、残念なことに福祉専門職の方向性は職能団体の動向をみても上級認定資格取得にその赴きが置かれ肝心の当事者との協働実践を図る姿勢はまだまだ遅れがちと言わざるを得ない。

さらに現代社会のなかで生きづらさや制度の狭間に置かれてきたひきこもり当事者の経験的知識を活かしたひきこもりピアサポート活動はひきこもり支援の新たな切り札としてその重要性が指摘されながらも実践現場において広がっているとは言い難い。本事業における日常の手紙を活用したピア・アウトリーチ活動など、仲間とのさまざまなピアサポート活動などを通してその可能性を明らかにし、従来の福祉専門職領域が培ってきた「専門的知識（professional knowledge）」と、ひきこもり当事者自らの体験から蓄積してきた貴重な「経験的知識（experiential knowledge）」との結集によってひきこもり援助の新たな「実践的知識（practical knowledge）」を生成していく活動が求められる。

4. 先行実践研究レビュー

電話や対面援助にかかわる実践活動報告は数多く見られるが、手紙にかかわるものになると少ないのが現状である。これまでの手紙を活用した先行実践では、田畑治によって「面接が一時中断しその直後にクライアントから手紙をもらい、すぐに返信し、それを受けて電話がかけてきて再び面接をはじめることになる」事例や「クライアントから手紙が届いたり、あるいは絵葉書が着いたりすることときどき起こることがある。クライアントが直接面接場面で伝えるべきことをそれ以外の伝達で伝えてくることを挙げ、たとえば旅行先から発信してきた便りなどを寄せてきた場合に、次回会ったとき礼を述べることを忘れてしまうと案外クライアントは気にしているものである」などクライアント側から手紙や葉書によって届くケースが報告され、それに対応する支援上の留意点が述べられている⁽¹¹⁾。

また1980年代から広がりを見せたチャイルドラインからヒントを得て「話す会話表現よりも書く記述表現のほうが、自分の内面の奥深くをありのままに表現しやすいのではないか」と考え活動をはじめたという八巻香織は郵便局に設置されたスチール製の小さな私書箱を使用し、そこに届けられる思春期相談室ティーンズポストのボランティア活動を赤裸々に綴っている。そこには「手紙というメディアならば、目をつむった方が闇の中でモノを探し得るように、目に見えないところだからこそ、より深く感性を研ぎ澄ませて、内面に触れ関わるのが可能である」と述べ、「記述表現は、だれよりも自分が読み返すことのできる、いわば自己との対話。自分自身の力で問題解決していくために最適な表現方法」と指摘している⁽¹²⁾。

こうした試みは学校教育現場の実践のなかでも見られる。八田誠二は37年間に及ぶ小・中学校の教師生活において実践した手紙（記名自由の相談カード）を活用した教師と生徒間の相談記録を紹介しているが⁽¹³⁾、いずれも教育心理学に基づく学齢期対象の相談活動として用いられたものでひきこもりへの活用方法についてはここでは具体的には示されていない。

ソーシャルワーク領域では、黒川昭登がアウトリーチの具体的な方法のひとつとして手紙を取り上げ次のように述べている。「手紙による連絡はクライアントに心の準備をさせ、来所するか、ワーカーを迎えるか決心させる適切な接近方法」としながらも「手紙に応ずるクライアントは少ない。ワーカーが再び手紙を出すのだが、いかに善意に満ち親切丁寧に書かれた手紙でも無視される。このよう

な場合、ワーカーはなすべきことをしたと考えてケースを終了するということが多いし、それを当然のことと肯定する傾向がある」とその課題を明らかにしている⁽¹⁴⁾。

これに対して、当事者にとって恐怖の種になりにくい手紙の方法として検討されるのが葉書の活用であろう。斎藤環によれば「友人からの手紙は有効か」の問いに対して家族が人為的に水面下で友人に働きかけることには反対としながらも暑中見舞いや年賀状程度のものが定期的に届くようになることだけでも本人が「忘れられていない」という安堵感をもつかもしいと可能性を示唆している⁽¹⁵⁾。同様に竹中哲夫も「返事を求めるような言葉は書かない。返事がなくても読んでくれると期待して（葉書だけは読む当事者が多い）気長に続けることが肝要」と葉書を活用する意義を述べている⁽¹⁶⁾。

さらに家族支援から本人支援へのつなぎについては芦沢茂喜が家庭訪問する際に当事者本人に伝える方法として手紙を活用する事例が述べられている⁽¹⁷⁾。芦沢によると「訪問したものの、本人に会えないことがある。本人に会えない場合、私は定期的にその後も訪問を続け、自己紹介と次回の訪問日を手紙に書き置いてくるようにしている」という。そして手紙には「〇〇さん。体調はいかがですか？ 次回伺うときはお会いしお話がしたい」とは書かないで、たとえば「先日、〇〇というゲームをやった。Youtube などにも動画がアップされていて、盛り上がっている。次回お持ちしたいと思う」といったように当事者の興味関心を抱く書き方を紹介しているが、とりわけ若年層のひきこもり事例としてすべての当事者に当てはまるものとは言い難い。また芦沢茂喜は、ひきこもっている在宅の当事者とのコンタクトにおいて「往復葉書の使用等を試しているが、十分な成果を挙げることができていない」ことも併せて実践報告を行っている⁽¹⁸⁾。このことから面談を意図した誘導的な「返信を求める行為」には一定の困難さがあり実施上留意する必要があるだろう。

さらに近年は別な角度から手紙の手法が注目されている。中川健史は「封筒は新聞広告の白紙の裏面を使ってセロテープで止めたもの、便箋は使い古した大学ノートのページ」を使ってSOSの手紙が届くケースを紹介している⁽¹⁹⁾。そこにはインターネット環境や携帯電話・スマートフォンもない生活困窮世帯のひきこもり当事者の現実があり、手紙や広報誌などの紙媒体が外とのつながりを求めながらも、その手段がなく社会的に孤立している当事者たちにとって重要なツールになっていることが報告されている。

5. 手紙を活用したピア・アウトリーチ開発の実践

以上の先行実践研究レビューを踏まえたうえで、本事業では電話や対面援助が困難な長期高齢化するひきこもり当事者のニーズに対応できるひきこもりピアサポーターによる見返りを求めない緩やかな絵葉書（picture postcard）を活用したピア・アウトリーチ（peer outreach：当事者経験者が在宅にいる当事者と緩やかにつながり合う）の手法を取り入れその開発に着手した。

5-1. 事業推進委員会の設置及び運営

北海道内の当事者団体を運営する地域実践者 12 名による「手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業推進委員会（以下、事業推進委員会）」を設置し年度内計 5 回開催して本事業にかかわる重点事項を協議したうえで決定した。具体的には第 1 回事業推進委員会（6 月 3 日開催）では実務者予定者研修会プログラム内容及び役割の検討等について、第 2 回事業推進委員会（9 月 29 日開催）では研修会当日の会場設営準備及び担当役割等について、第 3 回事業推進委員会（9 月 30 日開催）では、実務者予定者研修を修了したピアサポーターの役割分担等について、第 4 回事業推進委員会（12 月 9 日開催）では、実践活動の進捗状況及び事業成果を客観的に評価する郵送調査票の検討等について、第 5 回事業推進委員会（2 月 2 日開催）では、回収された有効となる郵送調査結果の考察等について話し合った。地域連携団体から委嘱した事業推進委員名簿一覧は、表-1）に示すとおりである。

表-1) 手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業推進委員名簿一覧

地区	氏名	所属
旭川	内島 貞雄 氏	当事者会「NAG I」
	中辻 京子 氏	〃
帯広	白木 明人 氏	当事者会「リカバリースポット」
	小泉 彰宏 氏	〃
函館	野村 俊幸 氏	当事者会「樹陽のたより」
	安藤 とし子 氏	〃
札幌	田中 敦	NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク
	吉川 修司	〃
	武田 俊基 ※	〃
	高尾 晋	〃
	植西 あすみ	〃
	鈴木 祐子	〃
		※当事者会「すなはま」担当兼任

5-2. 利用希望者抽出に伴う事業事前説明会

地域連携団体の協力のもと事業事前説明会を4ブロック（釧路 6/24・旭川 8/7・函館 8/10・帯広 10/10）で開催し新規利用希望者を募り対象者の抽出を行った。また絵葉書によるピア・アウトリーチ希望者募集案内チラシ（A4判モノクロ両面印刷1,000枚）を作成し、全道各地の支援団体機関に郵送配布したほか、その他関連事業においても案内チラシをその都度追加印刷し配付に努めたことや当NPOのホームページ、SNSでも幅広く呼びかけた。その結果、2019年3月時点で50名の利用希望者が集まった。

5-3. 事業実施方法と留意点

近年は手紙というツールも電子メールやチャットワーク、SNS、さらにはビデオ通話（skype・zoom等）といった情報伝達技術の普及によってその手段は多様化しているが、本事業では手紙のなかでも言語性と非言語性を併せもつ絵葉書を採用することにした。絵葉書は通常の手紙とは異なり片面はイラストや絵、写真となり言葉では伝えられないものを相手に伝えることができる利点をもっている。また長文の手紙とは異なり余計なことを書くリスクが低く、短信であることがひきこもり当事者本人への精神的な負担軽減に寄与することが見込まれた。

絵葉書はひきこもりピアサポーターが毎回それぞれ創意工夫を凝らしたオリジナルなものとし、原則毎月2回の頻度でひきこもりピアサポーターと当事者双方に無理のない範囲内で多様なパターンを試行しその効果を観察した。なお本事業実施にあたっての留意点を挙げると次のとおりとなる⁽²⁰⁾。

【ピアサポーター】としての留意点は、①. 守秘義務、②. 個人差出名で送る、③. 返信を求めない、④. 学校や仕事のことは触れない、⑤. 絵葉書や切手には工夫を凝らす、⑥. 相手の興味関心事を重視する、⑦. メッセージは短信につとめる⑧. 情報を提供する、⑨. 旅先などから送る、⑩. 担当者を無断で変更しない。

【家族】としての留意点は、①. 本人にピアサポーターとはどういう人なのか説明する、②. 必ず本人から最小限の同意を得る、③. 声掛けをして届いた絵葉書を渡す、④. 絵葉書を媒介して世間話をする、⑤. 返信を強要してはいけない、⑥. 受け取った絵葉書を詮索しない、⑦. 反応などを参与観察してみる、⑧. 本人の様子を客観的に整理する、⑨. ピアサポーターに状況を伝える、⑩. 利用を継続するか意思確認する、という各10項目である。

ひきこもり当事者本人には絵葉書を受け取ってくれるだけでよいことを伝えた。さりげなく絵葉書が投函してから届くまでの時間的ゆとりや紙媒体ならではの手のぬくもりが重荷を背負い疲れてい

るひきこもり当事者にはよい効果をもたらすという仮説のもと実施を試みた。

5-4. ひきこもりピアサポーター養成の動向

これまでのひきこもりピアサポーターの養成にあたっては、KHJ 全国ひきこもり家族会連合会認定ひきこもりピアサポーター養成⁽²¹⁾をはじめ、近年は当事者自らの実践活動としてひきこもり当事者グループ「ひき桜」in 横浜が仲間たちとひきこもりピアサポートに関する翻訳テキストを応用して自主ゼミを運営する⁽²²⁾など貴重な動向も見られる。

その一方で養成にかかわる制度的位置づけでみると、その業務を委託されているひきこもり地域支援センターが厚生労働省の定める「ひきこもり対策推進事業実施要領（以下、本実施要綱）」に基づき「ひきこもりサポーター養成研修事業」を実施することになっている。

しかし本実施要綱には「ひきこもり本人や家族等に対するボランティア支援（ひきこもりからの回復者や家族等によるピアサポート活動を含む）に関心のある者を対象に、ひきこもりに関する基本的な知識（ひきこもりの概要、支援方法、支援上の注意点等）を修得させる」という文言の明記に留まり具体的なカリキュラムや詳細な内容などの提示はなされていない。あくまでも「ボランティア支援」で「ひきこもりに関する基本的な知識の修得」に留められていることから、従来からある専門職のような資格養成ではないと理解できよう。

また本実施要綱にある「支援方法」については、どういう立ち位置や価値理念でどのような役割をもって担うかによってその修得も変わっていくものと思われる。少なくとも「ひきこもりからの回復者」と一言で述べてもひきこもり当事者は多様であり「居場所に出てこられるようになって人間関係を『回復』したとしても、ひきこもりから『回復』したとは当事者は実感していない⁽²³⁾」という指摘からも理解できるようにじゅうぶん体調なども考慮しつつ特定のピアサポーターに負担がのしかからないよう養成をすすめることが重要である。

さらに加えてピアサポーターの対象範囲に「ひきこもりからの回復者や家族等」と幅広く混在している現状をどのようにとらえるかという課題もある。ピアな関係性は似たようなひきこもり経験を有すると体験者ピアサポーターと当事者、あるいは似たような経験を有する家族ピアサポーターと家族といった区分けで行うことが結局のところ望ましいか否かについてはさらに議論の余地があるが「本人主体のリカバリーは当事者間のピアサポートや専門職だけの支援ではない。共生社会において誰もが地域の構成員としてピアであり、包括的かつ多角的にアプローチする地域のピアサポートが必要である⁽²⁴⁾」という指摘から当事者にとってこの垣根を越えていく感覚こそがリカバリーの一助になっていくという考え方もある。

たとえば、ひきこもり経験を有するピアサポーターの体験に基づく語りやかかわりがわが子との関係性で悩む家族自身のリカバリープロセスの促進作用に寄与していくことはありうるのではないかと思われる。その意味で自分の中に壁をつくらない志向もまたリカバリーにとっては必要なかもしれない。

6. 実務者予定者研修会の開催

さて、本事業では手紙（絵葉書）に特化したひきこもりピアサポーターが担うピア・アウトリーチ開発のための実務者予定者研修会（以下、実務者予定者研修会）を全国に先駆けてはじめて開催した。数十人とは言わず数名でも関心を寄せるひきこもり経験者が増え手紙（絵葉書）を活用したピア・アウトリーチが地域において普及促進されることを願っての試行的実践であったが、実際、手紙（絵葉書）を題材とした研修プログラムについてはモデルとなるべきものはなく、手探りによる計画であった。

幸いにも道内外には手紙を活用した実践者や理解と関心を示す有識者が少数ながら存在しており、その代表者を招聘することで実現した。研修会開催はその直前に発生した 9.6 胆振東部震災の影響で実施できるだろうかと危惧されたが当初計画より多少遅れて 2018 年 9 月 29 日（土）-30 日（日）両

日、北翔大学北方圏学術情報センター「ポルト」にて実施した。研修会の具体的なプログラム内容については表-2) に示すとおりである。

表-2) 実務者予定者研修プログラム

受講時間	区分	担当講師	学習課題
9月29日(土) 12:00～	開場受付	事務局	
13:00～13:10	オリエンテーション	田中 敦 (当 NPO 理事長)	
13:10～14:40	講義 (90 分)	長谷川 俊雄教授 (白梅学園大学)	ひきこもりの基本的理解
14:40～14:50	小休憩 (10 分)		
14:50～16:20	講義 (90 分)	山本 耕平教授 (立命館大学)	ピア・アウトリーチの理解
16:20～16:30	小休憩 (10 分)		
16:30～17:30	GW 演習 (60 分)	講師及び参加者	学びの共有
9月30日(日) 9:00～	開場受付	事務局	
10:00～10:30	オリエンテーション	田中 敦 (当 NPO 理事長)	
10:30～12:00	講義 (90 分)	中川 健史代表 (NPO 法人仕事工房ポポロ)	手紙を活用した具体的な実践
12:00～13:00	昼休み (60 分)		
13:00～14:30	実技演習 (90 分)	鈴木 祐子氏 (当 NPO 監事・小樽不登校ひきこもり家族交流会世話人)	オリジナル絵葉書づくり
14:30～14:40	小休憩 (10 分)		
14:40～16:10	講義 (90 分)	岩田 光宏氏 (前 堺市こころのセンター)	ピアサポート領域の可能性
16:10～17:10	まとめ GW	全講師及び参加者	全体の振り返り

参加申し込み者は最終的に定員の 20 名となり全員が受講した。それぞれの講師の講義内容採録は次のとおりである。

6-1. 講義 I - 「ひきこもり支援におけるソーシャルワークとピアサポート

当事者性と専門性の共同支援の可能性」 白梅学園大学 長谷川 俊雄 教授



はじめに

私はソーシャルワーカーとして二つの NPO 法人理事をしている。一つ目は、横浜にある NPO 法人「つながる会」である。ここでは 2011 年 3 月 1 日に不登校ひきこもり経験をしている方や生きにくさを抱えている若者のたちが通える地域活動支援センター「つながるカフェ」を開設している。二つ目は NPO 法人「フリースペースたまり場」で川崎市夢パークというところにあり、毎日 60 名の不登校の子どもたちが来ている。そこの副理事長をしている。

1. 相談団体機関（保健所・精神科クリニック・居場所）の経験から

ひきこもりの支援には単一のモデルの右肩上がりのリハビリテーションモデルがいまだにあって、働くことがゴールだとか、一人ひとりゴールが違うにもかかわらず、政策主体の国や地方自治体、ときには援助職などの頭の中にある「単一ゴール論」が、ひきこもり当事者たちにさらなる負荷をかけておりそこが大きな問題ではないだろうか。やはり個別化して、一人ひとりのゴールがあってよい。そういう文化をつくっていかなくてはいけないと常々思っている。

1-1. ドヤ街で出会った住居のない若者たち

今までの支援を振り返ると、私は当初横浜市の社会福祉職の公務員だった。最初は寿町というドヤ街（日雇い労働者が多く集まる簡易宿泊所のある街）の相談機関からはじまった。横浜のドヤ街は横浜スタジアムや中華街、官公庁があるが、そこに隣接してドヤ街がある。横浜のドヤ街の形成は非常に問題を抱えていて、行政が積極的につくったドヤ街である。ところがその街に住めないで、横浜スタジアムの軒下、中華街の裏通り、山下公園の樹木の中でホームレスになっている人たちがおり、聞きとりの調査をすると当時 20～30 代の人たちがいて、将来「ひきこもりの人たちがホームレスになる」みたいなことが言われていたりした。それが正しいかどうかは別として、今でいうひきこもりだったのではないかと思われる人たちがいた。今日の 8050 問題ではないが両親が再婚して一緒に暮らせなくなるとか、病気で入院することになったとか、両親から「出ていけ」と言われたため出ていけしかなかった。つまり街の中のドヤにも住めない。周辺（マージナル）の中で一番不安定な暮らしをしなければならない人たちのなかに 20 代後半～30 代のひきこもり人たちがいた。インターネットカフェや漫画喫茶があればそこに住んでいたと思うが当時はそれがなく路上生活者になる。住居のない若者たちの背景、それは要するに人間関係で傷つくとか、集団が苦手な仕事をして長続きはしない。だけど背景をみると病気や障害はなさそうで、話していると後退していた青年のような印象を受けた。

1-2. 日本で最初に開設した家族教室

その後、保健所の精神保健福祉相談員になった。横浜の戸塚区は 50 万人の規模の区だったので 3 つに分区をすることになり、その内のひとつである泉区にできた保健所の職員に 3 年目で赴任した。保健所にはケースファイルという記録するものがある。それは公費医療負担の意見書の写しが送られてくるとか精神科の病院に入院したり退院したりすると、そのコピーしたものが送られてくるが、そのためにファイルを資料に挟み込んでいく作業をした。そのファイルを分析してみたところ精神科の医療機関からの書類がない。書かれている内容をみると、嘱託医、ソーシャルワーカーが同席した面接だが、その所見欄に精神疾患の可能性はなさそうだと書いてあるファイルが 12 万人の人口の中で 700 件も見つかった。そのため毎月 1 回発行される市報の裏側にある区報の一面に、病気や障害がなくても家に長く滞在して外出ができなくて人間関係が苦手な人の相談は保健所で対応できることを掲載した。そうすると保健所の電話が鳴りやまず 2 か月くらい先まで面接の予約で埋まってしまった。そこで相談が追い付かず 2 か月も待たせてはいけないのではないかと考え相談と並行して家族教室を開始した。当然保健所なので統合失調症の人たちの家族教室、アルコール依存、薬物依存、ギャ

ンブル依存などのアディクション問題の家族教室をやっていたのでそれに習ってやってみようと思った。横浜ではそういうモデルがなかったので厚生労働省に資料を得るために尋ねたところ「そちらでやって報告してください」と回答され、結果的に日本ではじめての保健所における家族教室をやった。当然、家族教室を卒業すると家族会が必要になるから家族会をつくり、そうしているうちに、当事者本人とコンタクトができて本人が来るようになる。そうすると「あなたと同じような人がいるんだよ」と本人に伝えると、25年前は今のように本やインターネットがない時代なので、本人から「そんなのうそだ」と言われ「本当にいるんだよ。会ってみるかい」と言うと「会ってみたい」と答えてくれて本人の同意を取り付けながら区役所で当事者グループをはじめた。

1-3. メール相談の経験から

今でもやっているが愛知県は精神保健福祉センターが、「ひきこもり e メール相談」というのをやっている。私はその監修者をしている。全国からくるメールに対して県内のベテランの精神保健福祉士が文案を書き、私が全部それをみてチェックして書き直ししたり削除したりしてセンターの決済をとり 10 日以内に返送することを 8 年間やっていて今年の 3 月に退任するまで私の中では非常に勉強になった。

長続きするメールと途切れて返信しても返事がないメールの両方の文章分析を仲間たちとしたことがある。長続きせず途切れて返信しても返事がないメールのこちらから送信したメールの文章は、余計なお世話を過剰にしていた。悪意はなく善意でやっていることが、本人たちを苦しめている。相手からくる返信のメールの文書がどんどん短くなっていく。当初 20~30 行あったものが最後には 10 行以内になった。私のソーシャルワーカーとしての座右の銘でもある「僕の良かれはクライアントの迷惑」こういうことを前提にして文章を書かなくてはいけないことがわかってきた。ひきこもりなど関係のないことを書いて「今年は台風の当たり年ですね」と書いて終わりにするとその方が継続することがわかった。これは手紙による支援にもいえることではないかと思っている。この経験は私のなかで支援というものがもつ問題性、あるいは支援とは何かということ突き付けられる経験となった。

1-4. 居場所支援の経験から

前述したように横浜で「つながるカフェ」という居場所をやっているが、ここに参加するメンバーたちから教えられることが多い。メンバーたちはとても繊細だ。ところが繊細だと決めつけることが、ひょっとしたら一面的な理解でその人を理解していないのではないか。それはその人の特徴だけれども、その特徴に私たちが目を奪われすぎているのではないか。実は繊細なところもあれば大胆なところもある。そうした複眼的な眼差しでメンバーをみないと繊細だからといっていつも遠慮がちになるのは違うと思う。繊細なところにはソフトにアプローチしよう。でも大胆なときには私たちは消極的にしなくてもよいのではないか。このような話をスタッフと理事との間でしていた。私たちは例えば精神疾患があれば精神障害者と言ってしまふ、車椅子の人を身体障害者と呼んでしまふ。でもその前に名前をもっている一人の人間である。ついラベリングしてしまふ。これは本当に気をつけなければいけない。頭では理念としてはわかっているが、実際目の前にしてお互いに付き合っているときには、技術といったものがようになってくるのではないかと最近思っている。私は毎月 2 回しか行けないが、そのようなことを日々教えてもらっている。

どういった支援がベストなのかは正直わからない。私も 25~26 年不登校やひきこもり、あるいは病気ではないけれども生きにくさを抱えている人たちと出会って付き合っているが、逆にいうと支援のモデルというのがないということがよいことではないかと思う。どうしても形にするとか、わかりやすくすることが大事で枠組みをつくらせるとか、でもそういうことが全部その人の個性といったものを見

なくさせるというリスクを持っているのではないか。だから方向性はあってもモデルはない。その都度本人とお互いが石橋を叩いて渡るとか、そういう関係性の中で唯一無二の一回限りの支援が誕生するのではないかと考えている。

1-5. ひきこもりのゴールは外出や就労なのか

よく言われていることだが「ひきこもりのゴールは外出や就労」ということを誰が決めた話なのだろうか。つまりこれは多数派の価値観、社会常識や社会通念だ。だからそれが正しいわけではなくて、多くの人たちが根拠もなく信じて受け取って考えていることだ。私たちはこの「分かりやすい物語」をどうやって捨て去るかということが大事だ。そうしなければ一人ひとりのゴールを見つけられない。

私の考えだがひきこもりは、社会に出ることに慎重な態度から生まれる苦悩を表現する若者たちだとみている。だからそういう若者たちに会ったらまずは「ご苦労さま」と慰労の言葉で迎えている。また彼らは自死しないで生き延びてきた若者たちだと思っている。だから初めて会ったときにケースバイケースだが、「つながるカフェ」で挨拶するときには、「あなたはとても辛かったけれども自死を選択しなかったんだよね。ひきこもってくれてどうもありがとう」と言うことにしている。「だけどひきこもりがこんなに苦しかったとは想像していなかったよね。そのひきこもりをずっと手にして暮らしてきた。本当にご苦労さまでした」と、そういう形で挨拶することがとても多い。

このように考えるとひきこもりのゴールとは無理をしないで自分を大切にする環境をどうつくるのか一緒に考えることで、私はひきこもりを回復するものだとは思っていない。ひきこもりの人はずっとひきこもりだと思っている。違う言葉で表現すればひきこもりのゴールは「開きこもり」だと思う。外出できて人と関わられるようになる。でも一人の方が楽だ。そういうことがゴールではないかと思う。だからひきこもりを克服するものとして提案しないということを心がけている。

なぜひきこもりの若者たちを社会に近づけようとするのだろうか。私たちは例えば全身性障害者、全介助が必要な身体障害者、車いすに乗っている人たちは多くの場合、その人たちに対して「そんな無理しなくてもいいです。あなたはそこにいてだけで凄いい意味がある」という。しかし、ひきこもる若者たちにはそのようには言えない。全身性障害者の人は現象的に見てわかる。でもひきこもりの若者たちは見る限りにおいては動けそうに見える。だけど心のありようは、もしかすると心がガチガチに動けないのかもしれない。全身性障害者の人たちに対しては、自力で駅のプラットホームに上がれるようにエレベーターが設置されている。つまり社会から近づこうとしている。やはり不登校やひきこもりの問題を考えるとき、社会がひきこもっている若者たちにどのようにして近づいていくかがとても重要であろう。

1-6. ひきこもりと社会的包摂

ひきこもりの状態があつて「社会・家族の無理解」「制度・資源の不備」などの条件を通ると社会的孤立状態になる。そこに適切な支援がなかったり、放置されたりすることによって社会的排除になる。つまりひきこもりという言葉で言われているが、それは社会的孤立問題や支援がうまくいかないことにより、社会的排除問題になっているのではないか。これは社会的包摂（ソーシャルインクルージョン）、ひきこもっていることで差別を受けない、不平等を受けない、そういう社会をどのようにして構築するのが大事な課題だと思う。だから私はひきこもりが個人的な問題ではなく社会的な問題だととらえないとそこには税金は入ってこないし、そうした支援が組織化されていかないと思う。しかしだからといって政策や行政がコントロールするということがあつてはいけない。あくまでも本人の参加と意志尊重に基づくことが大事になってくると考えている。

今まで専門職支援、NPO支援、行政支援などが親や本人を支援していたが、当事者や経験者による支援もある。ただし専門職と当事者経験者の間には温度差があつたり壁があつたりするのではないか

と思っている。神奈川県でひきこもり経験を活かしながら支援者になっている割田大吾さん（ひきこもり当事者グループ「ひき桜」代表）や林恭子さん（一般社団法人ひきこもり UX 会議代表理事/新ひきこもりについて考える会世話人）がいるが、彼ら彼女らと話をしているといつもこの壁をどう取り外していくことができるのかという議論とともに取り外すことがよいことなのかを話し合っている。専門領域が当事者支援、経験者支援のネットワークの中に入ってきたときに当事者支援や経験者支援の良いところが根こそぎ取られてしまっているのではないと思っている。

1-7. 生きることへの支援を

私が本人に5回以上会ったことがある人がこれまでに約400人以上いるが、その人たちの記録から分析しているが、人によっては若干違うのだが、本音と本心を表現できないということに困っている。一緒に同居している父親や母親が本人の本音や本心を聞けないから一番本人のことがわからない。でもメールだと相談ができ、自助会では本音や本心を語っている。それはなぜかという、今まで父親や母親に本音や本心を話したりするとその本音や本心に対して見当違いな応答がある。つまり本音と本心を話してもわかってもらえない、あるいは異なったネガティブな評価をしてしまう。その積み重ねの中で本音と本心を話すことに意味がない。逆に苦しくなると感じられて、どんどんと本音と本心を言わなくなるのではないか。

私たちは生きていくだけでは評価されない社会に生きていく。何かをしている、何かをやり遂げている、何か成果を手に入れている、つまり Doing については凄く敏感な社会だ。でもそうではなくて、まず生きていくことを評価するというのが大事だと思う。ひきこもり支援だといっているが実はひきこもり支援で一番大事なのは生きることへの支援をどうするかだと思う。生きていくだけでは評価されないことの辛さ、つまり「何で生きていくのだろう」「自分はどのように生まれてきたの」「価値があるの」など哲学することに評価されない。生産性がないところには評価は与えてもらえない。そうではなくて困難や不安をいっぱい手にしながら生きていくだけでも尊敬される社会があってほしいと思うけれど、「何やっているの」「どこに所属しているの」「どんな目に見える成果を出しているの」ということだけで評価されている。まさにそうした社会の脅迫的な価値観が彼ら彼女らをひきこもらせているのではないか。逆に言えば社会のそのような価値観を緩めなければ、ひきこもりの人がその状態を生み出すことをやめることができないのではないかと考えている。

いつも思うことがひきこもりからの離陸と言う言葉を使っているが、つまり解決でもないし克服でもないし、本人が飛び立ちたいと思ったら飛び立てばよいという意味だ。よく不登校の子どもたちが不登校の時間をどれだけ豊かに過ごせるかということが大事だと思う。そのときに就労支援とか社会的自立支援とか居場所支援とかいうが、その言葉を使ってもよいが、でもそれは生きることを支援することだということできちんと裏打ちされていないと目に見える結果や所属などで評価されることになると思う。くどいようだが生きることをどう支援するのか、でもそれは身体障害者、知的障害者、精神障害者、高齢者、認知症の高齢者、あるいは不登校の子ども、あるいは社会福祉の利用者ではないすべての人にとって生きる支援が必要だ。すべての人に生きる支援が必要だということは、スウェーデンやデンマーク、フィンランドのような北欧の福祉国家の考え方でもある。

2. 援助の根底として必要なこと

次に心理学の基本中の基本だと思われるマズローの欲求5段階説についてである。ここで示したいと思ったのは、土台となる物質的欲求（生理的欲求、安全の欲求）と精神的欲求として3つ（自己実現の欲求、承認の欲求、所属と愛の欲求）を掲げている。下2つは欠乏動機、上3つは成長動機だが、つまり所属と愛の欲求や承認欲求、自己実現の欲求というのは、他の動物にはない人間しかないとされている。この欲求は動き出すためにはまず衣食住がきちんと満たされたうえで、安全で安

心である欲求が満たされなければここは発動しない。しかし家族の中で安全欲求が脅かされることが継続されると本人が動きだしたいと思っても、動き出したいというそのものが、大きくならないので具現化ができない。家族以外でも居場所や相談場面の中でその支援者から理解されないとか一方的に指導されるとそれは安全ではないから発動しない。

安全欲求を私のような援助職としての支援者よりも同じ経験をした人たちやあるいはピアな関係性が安全の欲求をより高めることの可能性があって、とても意味があることになると思う。

今回のことに関わってくるのだが、国がいう自助や共助は大事だ。そうすると NPO が自助活動していくことが要するに公によって利用され取込まれていくことがあると思う。50 対 50 の関係をつくりたいと思うが、その関係を維持することは難しい。私はその意味ではやはり公助としての公の支援が大事で公の支援があってはじめて共助や自助が花を咲かせるとみている。そのときに公助はひも付きではダメだと思う。社会問題だから税は投入する、だけど口出しはしないという中ではじめて花を咲かせると思う。そういったときにピアな活動、自助や共助がよりうまく展開し豊かな展開になるために、どのような行政との協力体制を構築していくかが大きな問題だと思う。

2-1. 連帯共同の可能性

今日のテーマに関わることだが、「連携共同の可能性」と書いてあるが、当事者経験者が自分のことを物語る (narrative) ことによって当事者が集まってくる。そこでお互いに語り合い、そして交流の中から「気づき」「つながり」「希望」を手にする。当事者経験者の語りが生み出すものには大きいものがある。私のようにひきこもり経験のない援助職にはこれはできない。私が語るときには出会ってきたひきこもり当事者たちの伝聞で聞いていることを自分なりに翻訳して伝えてしまうから 100%ではない。普遍化できないかもしれないが、当事者経験者にとってみると 100%の物語りだ。ここが決定的な違いだと思う。

これはひきこもりではじまってきたことだが、あらゆる領域の当事者活動に共通している。私はアディクションの領域も専門分野としているが、アルコール依存症の人たちが断酒を継続しても治癒がないので回復という言葉を使うが、その人たちの中では通院してもあまり意味はなく力になるのは自助グループだ。そこに AA (アルコホーリクス・アノニマス) という AA ミーティングというのがある。私はワーカーになったときからアディクションの問題に惹かれた。そのグループはお酒を飲んで失敗した話しかしない。自分の弱さや弱点しか話さない。つまりサクセスストーリーは話していない。だけど 10 年もの間一滴もお酒を飲んでいない人もいる。サクセスストーリーを示さないで弱点や欠点みたいなものや恥ずかしいことを話し続ける。その中にフェロウシップといって仲間意識が芽生えてくる。何人もの人が 5~10 年もやめている。サクセスストーリーを示さないことにより断酒継続ができていく。10 年やめている人でもやめて 1 週間の人でも自分と同じ失敗している共通項をたくさんつくっていく。これは北海道浦河べてるの家の実践だ。弱さを公開して共有することによりそのことを力にしていく。それでアディクション問題を解決している。彼らは解決とはいわない。自分のアルコール依存症に対する無力さをずっと手にし続けると言うのだが、そういうことを可能にしている。

アルコール依存症の AA というグループは AA の全国組織の NPO だが、当事者経験者と専門職が慣れ合いの関係になってはいけないというのが AA の大きなガイドラインとしてある。「援助職がかかると自助グループは駄目になる」と表現する。だから相互不干渉。お互いに批判や非難はしない。そういう関係性がないと共同作業はできない。

2-2. ひきこもりゴール論

「つながるカフェ」で 7 年間の間におそらく 100 回以上はグループミーティングでメンバーから提案されて議論してきた「ひきこもりのゴール論」がある。あるときハンナ・アーレントのことを話し

た。ハンナ・アーレントとはドイツの女性思想家だが、ヒトラーのナチス政権下でアーレントはユダヤ人のため迫害を受けていた。昼間は工場労働の労働者だが難しい哲学思想史の本をたくさん書いている。まだ第一次産業の単純反復作業中心の製造が中心だったときに彼女は「賃金を得るという労働」は誰でもできると言っていた。けども彼女は「社会に貢献するという労働」と「市民として行動する労働」、この3つの労働を手にしないう限りは働いたことにはならないといっている。これをあえてメンバーたちに挑戦的に言うと「ハンナ・アーレントの考え方は私たちには無理だ。そんないとも簡単に働けないが、市民として行動することからならやれる可能性がある」という。何故そんなことを言うのかというと「市民として行動する」という言葉は非常に堅い言い方だが、今「つながるカフェ」でやっているのは、「長谷川さんみたいな援助職はずるい。働くことをバラ色のように説明することがある。もし働くことがバラ色だったらあれだけ過労死、過労自殺する人はでないだろう。あんなに鬱の患者はでないだろう。何故働くことはすばらしいけれども危険に満ちていると言ってくれないのか」と何度も言われたことがあるが、その通りだと思う。要するに利害関係がカチッと決まっっていてしっかり与えられた仕事を全部こなさなければいけない。でもこなしても誰もほめてくれない労働現場は本当に厳しい。「だったら利害関係のない働く場があればよい」とメンバーが言って、横浜の商店街にアーケードがあり、個人商店が多く並んでいるがその裏通りに「つながるカフェ」ができた。商店街は後継者不足で、八百屋や魚屋では高齢者が腰を曲げながら市場からものを仕入れて並べて店舗の掃除をしている。メンバーたちはそれをみていて掃除の部分だけでも手伝えるのではないかと言いつ出した。許可もなく勝手に掃除を始めた。そのとき八百屋の店主が「どこの若い連中なんだ。アルバイト料金は払えない。何やっているんだ」といった。私も参加し掃除していたが、ある若者が「あそこにあるつながるカフェに行っている者です」と小声で言った。店主は「つながるカフェさんか」と述べ「えらいね。今の若い連中はどうしようもない者ばかりかと思っていた」と語り、市場で仕入れた山形産の佐藤錦のさくらんぼを振る舞ってくれた。つまり賃金はもらわないけど褒めてもらえる。想定外の報酬をもらえたりする。だからこの方向でやっていく。いきなり就労は難しい。だからゴールとは何だろう。通信に自分の経験を載せることも市民として行動していることだろう。だから就労がゴールというのは嘘だと思う。

私は当事者本人を変えることはできないと思う。変えられるのは本人との関係と本人を取り巻く環境は変えられる。でも関係と環境は変えられるけれども、こちら側が良かれと思って関係と環境を変えたけれども本人にとってはとても迷惑だということもある。そこは気をつけなければいけない。でも本人を変えるというのは、本人が非常に傷つく経験になる危険性があるからやめた方がよいだろう。だから勝手に訪問し引き出すということは絶対にしてはいけない。

3. 支援-被支援の垣根を越えて

次は支援される人と支援する人との関係である。これは「父権主義的關係」で、どうしても対等な関係にはならない。この「支援される・支援する」というのは、社会そのものの関係性が支援の中に投影されている。だから親・支援者に経験者が入ってほしくない。そこに経験者が入るといくら経験していたとしても、経験のない支援者や見当はずれのアドバイスをする親とまったく同じになってしまう。それではどうしたらよいか。理想かもしれないが、「みんな当事者作戦」というのはどうか。本人も困っている、親も困っている、当事者経験者も困っている、私のような援助職も困っている。「さあ困った」というところで、その共通項のところわかちあっていくことが大事なのではないか。だから当事者経験者が自分の失敗や大変さや不安や困難を語るということは、本人が手にしている困難と共通項が多い可能性がある。それで当事者経験者は自分の親を通して、本人の親の困難さも共有ができる。このようにみんなで分かち合っていくというのはどうか。だから私も本人に対して白状する。「私もどうしたらよいかわからないし、もともとアドバイスしようと思っていなかったけど、ど

う受け止めてよいかわからない。お願い、助けてほしい。今私から何と言われたら一番楽ですか」このように本人に聴いている。本人は「援助職は何でもわかっていて、親にはできないアドバイスができると思っていた」というと「それは幻想だよ。ただ知恵を出し合うことしかできないんだ。相談という二文字は昔、四字熟語だった。二文字分短縮された。本来は『相互談義』なんだ」と私は答える。つまり「相互談義」が短縮されて「相談」になった。相談は誰かが誰かを助けるという上下関係ではなく困っていることをお互いにディスカッションすることが「相談」なのだ。おそらくピアの関係はもっと豊かに「相談」ができるのではないかと思う。

3-1. 居場所をめぐって

私たちは「組織・集団」か「孤立」か、どちらかにいなくてはいけない。ゼロか100かみたいな世界だ。いきなり内から外へ飛び出そうとするからきつくなる。日本は決定的に中間的な組織集団が少ない。あらゆる人にとって中間的な組織があればよいのだがない。私は精神科クリニックにいたときに神奈川県庁と横浜市役所の嘱託ソーシャルワーカーとして多くの鬱の公務員をみてきたが、その人たちの多くは、中間的組織集団がまったくない。サークルに入っていると友だちがいて日曜日に遊びに行くことができるとか、地域の自治会で何とかしているとか、そういう人たちは豊かさを感じているという言い過ぎかもしれないが、中間的組織集団を持っていることの効果があったのだろう。集団で上手いかなくなると居場所、サードプレイスが大事で、中間的組織の範疇に入るメールや手紙もそうなるのではないかと考える。

私は横浜市で居場所をやっているが、今まで居場所というと、強い結びつきを求める場所だとか、継続することを求める居場所だとか、発言力が大きい本人が仕切る居場所とか、次の場所へ移行させることを目的とした居場所とかがある。さらに意図的な居場所があるが、そうではなく意味や価値や目標を前面に出さない居場所が必要だ。目標を掲げないで緩やかで前のめりにならない居場所づくりが大事だと思っている。

上手くいっている自助会、上手くいっていない自助会がある。割田大悟さんともよくディスカッションをしているが、割田さんの居場所が成功しているのはフォームがあるのだが、意味、価値、目標を前面に出さない居場所を本人たちに任せるという姿勢を徹底的に大事にしているからだ。組織や場の目標とはせず、強要しないことが大事だ。

3-2. あそび・まなび・ケア・つながり

私は居場所の要素を考えていて、ひきこもりだけではないが居場所を検討するときに4つの要素(あそび、まなび、ケア、つながり)で検討している。遊びが少ないとか学が少ないとか居場所で違ってくる。居場所のもつ性格や特徴によって4つの要素の組み合わせの割合が変わる。だからひきこもりの居場所もこのような4要素で分析をしてみるとどうなるのか。やはり偏りが無い方がよいと思っている。

居場所が「学校化」することがある。居場所に行ったら苦しくなったという人たちがいる。4つのP「遊び」「情熱」「計画」「仲間」という4つの要素がある程度生き生きとしているときに創造性を変えていくことができる。そうしたものが生み出されて、常に居場所はアメンバーのように形を変えながら前に行ったり後ろに戻ったり横に行ったりしながら、だけどその新鮮さを保たせるのが私のもつイメージだ。間違っても居場所をつくる時にリーダーを誰にするかとか、この居場所のルールを決めようとかすると一気に居場所にならなくなる。

居場所というのは、カオスの状態が普通だ。渾沌としている。つまり多様性(ダイバーシティ)を認めている。いろんな価値があってよいし、いろんな感じ方がある。だけどカオスはすぐ混乱する。混乱するからルールがほしくなるけれど、ルールではなく整序への働きかけをするのだが、い

い加減な整序への働きかけをする。そして渾沌をつくる。これはぐるぐる回る。このカオスは「わかりあい」「もたれあい」「わらいあい」「もうけあい」など「わかちあい」共生を生むということが大事だ。

先ほど言った「カオスを維持すること」は「統制・管理・支配しないこと」に必要なことでもある。この時系列で大事なことは経験者も援助職も必要なことはある人とある人とを分けない、導かない、教えない、来た球を打つ、多様なモデル。こういうことを大事にしていかないとカオスを維持継続できないと思っている。

もっというひきこもりの問題というのは私たちの多くの市民の生き方が問われていることでもある。生き方をもう一回考え直すことが大事だ。最後に私たちにできることは、本人と苦楽をともにして生きていくことだ。コントロールフリー（非管理・非暴力・非抑圧）の「対話」を育むこと。そのためにどんな方法がふさわしいのかを議論できればと思う。

6-2. 講義Ⅱ－ひきこもりアウトリーチとピア実践

－ピア実践にみる主体形成－ 立命館大学 山本 耕平 教授



はじめに

私は、JYC（一般社団法人若者協同実践全国フォーラム）の共同代表である。今日、私に与えられたテーマは、「ひきこもりアウトリーチとピア実践－ピア実践にみる主体形成－」であるが、私は、今日このテーマを技術的にとらえ、そのHow toをお話しするのではなく、私たちが共有すべき実践哲学について触れたいと思う。

1. ひきこもりアウトリーチと権力・暴力

私は、三菱財団の研究助成を受け、「ひきこもる若者を対象とするピア・アウトリーチ支援者養成に関する研究」という研究に取り組んだことがある。ここに示したのは、そのときヒアリングさせていただいたあるピアの語りである。

1-1. ひきこもり支援と権力・暴力

この語りにある、支援者は「他人様の生き方に口出しし、恐れ多くも他人様の人生そのものに介入する」ことを要請されているという言葉はどのような意味をもっているのか。

これは、ときとして本人の権利を奪いかねない「介入」となる「支援」に対する厳しい語りではないか。この言葉が示す支援の「暴力性」「権力性」を我々福祉実践者は注目すべきである。

支援の「暴力性」「権力性」というのは、なにも戸塚ヨットスクールやアイメンタルスクールのような人の命を奪ってしまう支援のみをさしているのではない。いかにも優しい支援者かのような表情

をし、優しい言葉を使う者であっても、その人が行う支援に暴力性や権力性をみることがある。

私たちは、その「権力性」「暴力性」を克服し、プロ・ピアの実践者と当事者やその家族、地域住民がそれぞれの役割を果たし、ひきこもり当事者が主体的に生きていくことが可能な社会を築く実践は、いかなる実践哲学と方法をもつべきかを考えなければならない。

私たちは、いま国家権力が個々の人生に法や制度を通して介入している事実と、新自由主義化が進み自己責任論が社会を襲うなかで生じている介入について考える必要がある。

まず、国家権力の介入の一つには、2000年から施行されている精神保健福祉法第34条がある。それは、民間の業者が病院への移送を行い人権上の課題が生じる事例が多くなったことと、1999年暮れから2000年年頭に明らかになった新潟女児監禁事件を背景として生じた。

長期にわたりひきこもる当事者を、診察前から医療保護入院と決めた上で精神保健指定医が診察を行う処置をとり、応急病院への搬送を行うことを合法化したのが、この34条である。これは、まさに、早期治療・早期対応の名で迫る「権力」によるひきこもり当事者の人生への介入装置であると言えよう。

1-2. 「正常」と「異常」を分ける暴力

こうした権力的な介入は、精神の正常と異常の区別にまで及ぶ。誰が、どのような基準で「正常」と「異常」を分けるのか。

これには、いくつかの基準がある。まず、一つ目が、適応的基準がある。これは、所属する社会・共同体・集団に適応している状態を正常とし、そこに適応できずに社会的活動を行えない不適応状態を異常とする基準である。ただ、ここで考えていただきたいのは、適応できているか否かの基準は、誰によって設けられるのか。例えば、これ以上傷つきたくない「ひきこもって」いる人がいるかもしれない。その人は、自身を懸命に護り生きているが、「ひきこもって」いるという事実は、社会への不適応とみられるかもしれない。

次に、価値的基準である。これは、その社会で守るべき規範やルールを遵守する意識を持っている者を正常とする基準である。これも怖い判断基準である。社会規範は、慣習や道徳、社会通念、世論・常識といったものと、法律や合理的な理論体系に基づくものに大きく分類される。その両方とも、その時々々の社会の本流というか、社会で容認される価値で基準が創り上げられる。

三つめが、統計的基準である。これは、統計で該当する集団の中で、平均的な行動・思考・価値観を持つ標準的な人格像を求めるものである。これは、多くの場合、データ・サンプルを集積し、統計学的処理を行い測定する。留意しなければならないのは、過去には、アメリカの黒人差別を進めるために、意図的になんらかの課題がある黒人と優秀な白人をデータとして選び統計をとった歴史がある。

次に、病理的基準とは、病理学的知見や医学的診断基準を前提として行う医学的検査や問診によって、健康と診断されれば正常、病気と診断されれば異常とする基準である。これについては、DSM-5の編纂にあたってきた精神科医のアレン・フランセルが「正常を救え」という本のなかで、「なぜ医師は結論に飛びつくなか。なぜ観察し、見守り、情報を集め、成り行きを見定めぬのか。答えは簡単である。DSM-5に載っている診断が下されたときしか、診察に対して保険金が支払われないことが多いからだ」と述べている。ここに、まさに、この病理的基準の問題性が現れている。

私たちは、実践者の背景に「異常と正常」を判断する権威性が存在しないのかを常に問われなければならない。

1-3. 「支援—被支援」関係にみる権力性

私たちの実践を左右するものに、実践者が、当事者や家族をどのような視点でとらえるかということがある。ここで大津さんが指摘するように、実践者に「弱者を救う」という思い上がりがないのか、

さらに、その実践者の背景に、彼らの前に登場した当事者を「異常」と「正常」に分ける支援をおこなおうとする権威性が存在しないのかが常に問われなければならない。

彼が、「NPO に来ているっていうより、そういう人に会いに来て話すという方が、自分にとっては有意義であるって感じです」と、述べていますが、この言葉に重要な意味が存在すると考える。彼が、ここで「そういう人」とは、まさに当事者が実践体によってやってくることに抵抗を覚えない人である。

「来ること自体、自分が弱くなったような気がする」という語りは、相談に来る一相談にのるという関係性、つまり支援する一支援を受けるという関係性に権威性が存在しないのかを考える問題提起ではないか。

この言葉のなかに存在する権威性を、フーコーが権威性を捉える三つの要素から考えてみよう。フーコーは、権威性を捉えるとき、理念や法、制度等の「装置」、実務上のテクニックである「戦術・テクニック」、いかに実践が展開されているかを問う「戦略やテクノロジー」の三つの要素で捉える。

私は、福祉臨床を考える上で、実践者と当事者の関係性に協同的關係性が必要であると主張してきた。この協同的關係性とは、実践者と当事者が、実践上の不服や意見につき相互に意見を出し合い、その実践上の課題はなにかを相互に検討し、相互が共に実践上の矛盾を使用する力を育てる関係性である。

この関係性は、福祉実践のなかにある三つの価値観を克服することを考えている。その三つの価値観とは、一つは、年長者これはときにはその支援実践体の経営者であることもあるが、その年長者への忠誠競争を強いるかのような価値観である。

この価値観をもつ人は、保護者には、「あなた方は力がないのだから、私に任せなさい」と言い、当事者には、誰が決めたか判らない規則に従い、支援者の指示に従うことを強いる。私は、この価値観のなかに、パターンリズムをみる。これは、別の角度からみると、その忠誠に従えないものを排除する、いわば「異質の排除」を行う価値観である。この「異質の排除」とは、いじめが生じるときの論理である。

私は、そうした価値観を克服するためには、実践者と当事者の間に協同的關係性を求めることが必要であると考えてきた。それは、個々人の課題を個々人の努力で追求するとともに、そこに集う当事者・実践者さらには地域住民が、それぞれの課題を追求できる集団さらには地域や社会をどう作り上げるかを追求する関係性である。

この関係性の下では、生きづらさは個人の課題ではなく、社会でありその社会のシステムに課題があると捉え実践を展開する。このため、今ある社会を是とせず、今、ある社会への適応や再適応を強いることはしない。今、ピア・アウトリーチは、この協同的關係性にに基づき実践されているのではないか。

2. ひきこもりアウトリーチー侵襲的アウトリーチへのピアの提言：ピアスタッフの語りからー

では、今、ひきこもりアウトリーチを受けてきた当事者やそれを実践している者たちは、その実践をどう捉えているか。彼らの語りを参照に捉えていこう。

2-1. 他者との出会いによって固有の人生を生きるピアサポート

濱田由紀が、ピアサポートが追及するものを「他者との出会いによって固有の人生を生きること」と「他者の幸せに自分を活かすこと」の二つに求めているが、この「固有の人生」とはどういうものだろうか。濱田は、画一性から解放され固有の人生を歩むことができると指摘する。

私は、ここで、この固有の人生について、先ほど述べた「正常」と「異常」の基準との関わりもあり、少し社会学者のニコラス・ローズの考えを紹介したいと思う。

ニコラス・ローズは、正常性とは「自然であるがゆえに健康なもの」「実際は不健康と判断される

ものに相対するもの」「合理化された社会計画」の三つの装いをもって現れると述べている。こうして現れた正常性の基準は、「自然な子ども、母親、家族のイメージを構築するために、どのように正常性を特定し、どのような方法で振る舞うべきか」を指示し、「現実と正常性が一致しないとき、異常性を特定する手段と介入のための理論的根拠を提供する」と指摘する。

今日、我々は、どう生きるかを強いられ、その生き方でないと「正常」と判断されない支配的な価値観の下で人生そのものを支配されている状況はないだろうか。もちろん、そのなかでは、固有の人生を模索することは非常に困難といえる。

2-2. 回復とは？

「回復ってというのはちょっとニュアンスが違う」「回復したってという区切りのあるもんじゃないんで」という語りに重要な意味があるのではないだろうか。ニコラス・ローズが指摘するように「正常性を特定し、どのような正常な方法で振る舞うべきかについて」の指示を「回復」として当事者に強いている状況はないだろうか。

この「回復ってというのはちょっとニュアンスが違う」という言葉は、社会的に「正常」とされる基準に統制されてきた私たちの主体に対する疑問提起ではないかと考える。彼は、「回復したってという区切りのあるもんじゃないんで、人としては絶えず成長していくとか、しんどい部分を抱えつつやっっていくっていう部分はあっていい」と、いわゆる回復し「立ち直る」ことこそがひきこもる者が正常化する道であるといった基準に疑問を呈している。

2-3. ピア・アウトリーチャーとして育つ覚悟

さらに、「回復したってという区切りのあるものじゃない」と考える彼は、ひきこもり当事者として自己が育ち、ピア・アウトリーチャーとして育つために、「揺らいでしんどいかどうかという部分を自分の中で噛み砕く」という覚悟が必要であると考えている。

これは、いわば「正常性の基準」を創りなおす覚悟のなかで生きている姿ではないかと考える。ニコラス・ローズは「心理学基準にしたがって、心理学の専門家との提携によって子どもを統治するのが、母親の意思になった。小さな市民の魂は、専門知を通じた統治の対象となった」と述べている。ピア・アウトリーチャーは、まさに、自身に続く仲間たちを社会的な要請に基づき統治するために存在するのではなく、社会的統治に対峙できる力を獲得するために当事者と共に生きるのである。そこに存在する関係性が、協同的關係性ではないだろうか。

この統治に対する力こそ、ピア・アウトリーチャーのなかで、自己の意味ある人生を築き、当事者が不自由から解放されるために必要な力ではないだろうか。

上智大学の岡知史は、セルフヘルプには「わかちあい」「ひとりだち」「ときはなち」の三つの役割があると述べている。ここで少し考えていただきたいのが、「気持ちとしては支援者の立場でやってはいるけど、語るときには当事者としての自分っていうのを出しながらやった方が気持ちは通じるとか」という語りは、何を意味しているのだろうか。

体験をわかちあい、一人ひとりが自分の力で立ち、一人だけではないという安心感を得て、解放される実践のなかで、自己の「ときはなち」を可能とするピアスタッフが、「支援者」として統治されるならば、自己を「解放放つ」ことさえ困難になることはないだろうか。

2-4. ピア・アウトリーチャーと協同的關係性

ピア支援は、まさに統治と対峙し意味ある生活を獲得することを可能にする実践ではないかと考える。その実践では、社会的に「失敗」と評価されることを恐れ回避するのではなく、その「失敗」に当事者と共に挑戦するピアスタッフが存在する。もちろん、そのためには、それを可能とする実践哲

学とピアスタッフとピアが相互に育つことが可能な集団が必要である。私はその集団、つまり、社会的な評価や統制と対峙することが可能となる集団で、自己を語り、親を語り、社会を語ることが必要であり、そこで、意味ある人生を語るコミュニケーションが保障される必要があると考えている。

その取り組みがあつてこそ、ひきこもりによって失った機能や自尊心、社会的役割さらに人生を獲得することが可能となる。そこに、意味ある生活や人生の獲得がある。

ここで集団と述べたが、この集団はピア・アウトリーチャーの育ちを保障する装置だと考える。佐藤洋作が、ひきこもりを中心とする生きづらい若者たちにとって、その生きづらさを克服する作業として「垂直なコミュニケーション」を「水平的なコミュニケーション」に組み替える作業が必要であると指摘している。また、私は、自身にとって必要なことと実践体にとって必要なことを仲間やスタッフとともに話し合うことが必要であると述べ、集団の質は、当事者から指摘され変革される必要があるという考えを示している。この集団を私は民主的集団という言葉で表している。

これは、当事者と実践者さらには地域住民が相互の議論を通し、集団の質を変えることが可能な集団を意味する。さらに、そうした集団を当事者と実践者さらには市民が参加し育てあげるなかで、それぞれが社会的な統制と対峙する力を育てると考えている。

佐藤洋作が指摘されている「水平的コミュニケーション」を、その実践で体験された当事者の語りをここに示している。この当事者は「支援」という感覚はあまりなく、「自分で自分たちの働き方をつくっていく」のを「いいな」と思える集団がそこにあったのである。ここに、まさに他者との生活の共有があり、他者と目指す意味ある明日の共有があるといえよう。

私は、三菱財団から補助を受けた研究の報告書で、「困った事実」を、権力を有する側—実践者もこの権力を有する存在である—の支配的価値観は、『困った人たち』の物語として一括し排除する可能性をもつ」と述べている。

「困った人たち」は、ニコラス・ローズが「正常性の基準 (criteria) は、子ども期とその変化についての科学的知識に対する専門家たちの主張に基づいて、彼らによって精巧に作り上げられる」と指摘するように、いまある社会に適応するドミナント・ストーリーに適応するか否かといった基準が、専門家たちによって作り上げられている。

ピア・アウトリーチャーは、このドミナント・ストーリーに、自身に続く仲間たちを適応させる働きをする存在ではない。もしドミナント・ストーリーを強いるならば、彼らは、そのピアを自身の仲間として認識することがないだろう。

この調査時に聞き取りをしたあるピア実践者は、ドミナント・ストーリーを強いる実践者の権力性を「自分たちの行為が自分たちだけの価値観にもとづく正義を振りかざしていることに気づいていないかのようだ」と、実践者が自分たちの支援を受けない人を困難事例とする基準に対する厳しい問いかけを行っている。ここにみるように、権力的につくりあげられる正常性の基準を、実践を展開する上での基準とし、アセスメントを行い実践展開するならば、まさに、実践者は権力の使い手となる。

3. ピア・アウトリーチャーと協同的關係性

では、実践において、いかなる関係性が必要であろうか。私は、そこに求められるのが「支援—被支援」関係を越えた協同的關係性であると考えている。

3-1. 協同的問題解決の「戦術」としてのピア・アウトリーチ

協同的問題解決の「装置」にとってもっとも問われるのは、その実践哲学である。この実践哲学は、実践者、当事者、地域住民がそれぞれにもつ異なった生きづらさを、共に解決することが可能となる哲学でなければならない。

しかし、今日、競争主義社会のなかで、他者との相互批判を通し他者と共に育つことが至って不得

手になっているのではないだろうか。この相互批判は、まさに協同的問題解決方法といえる。その協同的問題解決には、実践上の戦術・テクニックが必要である。その戦術・テクニックは、当事者、実践者、地域住民の各々の要求を満たすことが可能となるものでなければならない。

次に、問題解決の戦略・テクノロジーであるが、私は、福祉実践を「出会い」「危機介入」「個・家族・地域・社会の制限との対峙」という三つの局面で捉えている。今回は、「出会い」と「危機介入」に限定し、その「戦略・テクノロジー」を述べたいと思う。

3-2. 揺れ動くなかで育つ協同的關係性

協同的な関係性の下では、その仕事を成し遂げていくために自身の役割を遂行するとともに、他者にその仕事を成し遂げるための要求を行うことが必要となる。そこでは、その仕事を成し遂げるために、実践者、当事者、地域住民が、相互に徹底した議論を行うことが必要となる。その討論は、相互の曖昧さを許し合うものではなく、相互の揺らぎを保障するものとなるから、ある意味厳しい討論となる。その討論を、福祉の世界で必要なアセスメントにおきかえて考えるとどうなるだろうか。

私は、個人々人をアセスメントするとき、その対象となる個人が参加しないアセスメントは実践的意味をなさないと考えている。アセスメントには、必ず、当事者やその家族も参加し、実践者が果たすべき役割と当事者や家族が果たすべき役割を明確にすべきだと考える。そこで、「自分の思い通りに動いてくれない」と感じる実践が存在したならば、その意味を相互が討論するなかで明らかにすべきである。

私は、その協同的關係性の下では、当事者と実践者が「対等な関係・対等なレポートのふりをするのではなく、相互に尊敬し、相互に情報を交換し、相互にオープンで明確なコミュニケーションを確立する関係性を確立すること」が可能になると考えている。さらに、その関係性の下では、ときに実践者と当事者の権力・力関係の逆転が生じると考える。

本来、実践者がもつ権力は、当事者の生活に変化を生み出すために積極的に利用すべきものであり、社会福祉実践は、そのいたるところで、常にその力関係が常に変化することを認識しなければならない。

4. 協同的問題解決としてのピア・アウトリーチの局面—「出会い」と「危機介入」に限定して

実践者集団は、多くの当事者や家族が語る事実と出会う。この語りのなかには、実践者が今まで体験したことがない事実が含まれているかもしれない。そのとき実践者は、そこに示されている課題の意味を問い、実践者がどう生きるか、自己に課されている役割はなにかを自身に問うことが求められる。その過程のなかで、実践者（ピア・プロ）は、今ある社会のあり方に疑問をもち、今までの実践や制度の在り方を問い、今、もっている価値観が揺るがされる。

この過程を創り出すためには、実践者（ピア・プロ）、当事者が参加する実践集団が必要である。さらに、その集団は、揺るぎ合うことが保障される実践者集団となる必要がある。

4-1. 実践者（プロ・ピア）と当事者の主体が育ちあうとき

ミッシェル・フーコーは、「自らを救う人は、警戒の状態、抵抗の状態、すべての攻撃と襲撃を押し返すことを可能にする自己に対する制御と至上権の状態にある人」であり、「自分自身を救うこと」は「支配と奴隷状態から逃れること、人を脅迫する強制から逃れること、そして自己の権利を回復させ、自らの自由と自立を取り戻すこと」であると述べる。

フーコーは、「他者の救済」と「自己の救済」を対として把握する。これを支援—被支援の関係で読み解くとどうなるだろうか。支援者であるか被支援者であるかは、関係のあり方で変わると考えることができるのではなかろうか。被支援者の権利を回復させる支援者は、実践過程で自己の権利を回

復させる。その実践過程のなかで、双方の主体が育ち合うのではないだろうか。

4-2. 協同的問題解決と出会いの局面

双方の主体が育ちあう出会いの局面であるが、この局面で実践者が当事者（仲間）と出会い、ほんの数回の相談を行い、「あなたの強さ、可能性はここだ」と伝えることが可能だろうか。もしそれができれば、それは実践者の傲慢ではないかと思う。その傲慢な実践者に「この人に、自分の気持ちが解るのだろうか」「資格をもっているらしいが、この年端のいかない者が私と一緒に悩んでくれるのか」という思いをもって当然だろう。

窪田暁子が「自分の言い表しがたい気分共感を持って接してくれる、安心できる、好感の持てる相手の眼の中に映っている自分と出会うことによって、人は自分自身を見直すことを学ぶ」と述べているが、これは、実践者、当事者双方にとって言えることではないだろうか。出会いの局面が「好感の持てる眼」のなかに自身の姿が映り安心でき、自身を見直すことができる双方の関係性を創り上げる局面にならなければいけないのではないだろうか。

4-3. ピア・アウトリーチと危機介入

次に、ピア・アウトリーチと危機介入について考えてみよう。そもそも危機介入とは、脆弱性が高まり家族の危機が生じたときに、できる限り早期に介入し、決定的な危機を招くことを防ぐために行う介入手法である。

この危機介入は、場合によっては、命との関わりが生じるときには、侵襲的な介入を必要とすることもある。ただ私は、この危機介入においても、協同的關係性は必要であると考えている。まず、当事者の危機と出会ったピア・アウトリーチャーは、緊急アセスメント会議を招集することであろう。その緊急アセスメント会議において、ピアスタッフは、アセスメント対象者である当事者のアドボケーターとして参加することが必要ではないだろうか。そこでは、危機介入が必要以上に侵襲的な方法とならないかを確認するとともに、その当事者と家族が持っている力を伝え、適切な介入を提案する役割を果たすことが求められる。

さらに危機アセスメントにおいて、度重なるアウトリーチを危機介入方法として決定したときには、何がストレスとなり危機を招くこととなったのかを正しく分析し、アウトリーチのなかで、当事者や家族が以前から持っていた課題解決の力を知る必要がある。さらに危機を招いたとき、手助けとなるインフォーマルを含める支援者の存在について分析することが必要だろう。

当事者は危機的な状況を確実に察知し、必ずしも他者による効果的な介入を自身から願い出るものではない。ただ、生活上の困難が生じたとき、駆け込むことができる場が自身の近くにあればどうだろうか。その場が、危機を一時的に回避できる場であり、そこで、安心できる「仲間」が日々の実践を行っているならば、当事者は危機と意欲的に向き合うことが可能になる。

またその場が、地域の実践者の組織化を効率的に行う核となるならば、それは、危機介入の「装置」として機能することになる。その危機の回避を行うことができる場は、個々の危機への介入から普遍的な地域生活のニーズを組織化する。

5. 協同的關係性と専門性

協同的關係性は、実践者、当事者が相互に不自由から解放されるために必要な関係性であり、その関係性のなかでこそ、プロ・ピア双方の専門性が育つのではないだろうか。

バーレットは、専門職と職業を区別する特色の一つに専門的判断があるという。この専門的判断について、実践的な質疑を行う必要がある。

それは、①当事者と実践者は、その新しい状況をいかに探りあうのか。いかに提示し合うのか。②

複雑に変化する状況の記述は、専門職のみの見解で行われるのか。③新しい状況への個別の対応判断は実践者のみでおこなうのかという質疑である。

5-1. 不自由を解き放つ協同的關係性にみる専門性

みなさんが取り込まれるピア・アウトリーチは、自身の体験を語り直す取り組みではないだろうか。それは、「セラピストが知らなかったことに反応して、語り手が記述し直し、説明し直すこと」が可能となり、「両者は影響しあいながら共に進化する」(H. アンダーソン)。この語り直しのなかで、実践者と当事者が共に影響しあい共に進化することが可能となる。また、この語り直しは、協同的な問題解決を可能とする。

H. アンダーソンらが「クライアントによって語られた個人史を根拠にして新たな意味を生み出してゆく共同作業」の下で、「人生に新たな意味と理解をもたらし、新たな主人公が登場する物語」が展開し、新しい未来が切り開かれると述べているが、ここで取り込まれる共同作業のなかで、当事者・実践者・地域住民が相互にアセスメントを行い、相互の課題を追求し、「当事者としての」「家族としての」「実践者としての」「地域としての」語りを丹念に仕上げ直し、“一人称で語られる物語の内容を変化させ”「我々の人生・実践・地域（社会）」を創り上げるのである。

5-2. 協同的問題解決の「戦略」を追求する「装置」の創造

ピア・アウトリーチは、その共同作業そのものであり、協同的問題解決の「戦略」が追及する「装置」の創造を可能とする実践ではないだろうか。

その実践は、「専門家として援助を与える者」対「不適格で援助を受ける者」という構図に常に疑問を投げかけ克服するものであり、ピア・アウトリーチでは、実践の質（実践の場のミッションや哲学、当事者の主体性保障、アウトリーチ等にもみる侵襲性の有無）に関するアセスメントを実践参加者が集団として行う努力を行い、個々がひきこもりと対峙するために実践体が護られ、安全が保障される制度の創造に取り組む必要がある。さらに、ひきこもりのみではなく、地域社会でスティグマとの対峙を計画的にめざすことが、その実践において追求されるのではないだろうか。

運営されるピア・アウトリーチの集団は、実践に参加する当事者の自由裁量が保障され、当事者の参加が強要されず、その場から抜け出ることが保障されている場でなければならない。また、どのような実践内容の展開が可能であるのかを検討し、実践参加者が参加しプランを立てることができ、実践体が自治的に運営されることが必要であろう。

6-3. 講義Ⅲ—古くて新しい『文通』という試みでつながった若者たち

～手紙、はがきによるひきこもり支援の可能性 NPO 法人仕事工房ポポロ代表 中川 健史 氏



はじめに

私は1980年頃から活動をはじめた。1977年くらいに大学を卒業したので70年代はほとんど学生生活をしていて学習塾をはじめた。1980年は非行のピークといわれている時代で初期の10年間くらいは非行少年と付き合っていた。非行のピークが過ぎたあと不登校の子どもたちが登場してきて、不登校の会からひきこもり問題を考えるようになってきた。

1. 孤軍奮闘時代を振り返る

1980年に塾をはじめ、その後90年代くらいから不登校ひきこもりの関係の活動に入って、2000年代から特に若者たちの問題に関わってきた。80年代はまだ20代だったため周りがよく見えていなかった。しかも非行少年たちが日々やってくるような状況の中で文字通り孤軍奮闘してやってきた。特に90年前後で非行少年と付き合いながら一方で不登校の子どもたちと付き合いはじめると、不登校の子どもたちの居場所をつくって朝10時くらいから子どもたちがやってくる。夕方から本業の学習塾をはじめ塾が終わると今度は非行少年たちがやってくる。最初の孤軍奮闘時代を振り返ると、やはり一人ではしょうがないというのがあり、一貫してネットワークをつくらなければいけないと考えてきたため、現在は各地でいろんなネットワークをつくり法人化している。

90年代「不登校の子どもたちとの出会い」があり、これはもともと不登校の子どもたちの居場所をつくったときに子ども一人当たり70万円とか中学生なら100万円を超えるような形で一人あたりの国家予算が入れられている。ところが不登校の居場所に子どもたちが来ると校長が認めれば出席扱いにされるが、出席扱いされるだけでお金が全然でてこない。だから基本的にはたくさんの人にお金を寄付してもらい、10年ばかり年間百数十万円ずつ寄付を集めて活動していた。それがその後の大きな力になっていったが、そういうことを組織化してネットワークをつくるのがとても大事だ。

1-1. 生きにくさの若者たちと共に

2000年代に入った頃、ちょうど90年代の就職氷河期時代に就職できなかった人、それから就職はしたけれど一度仕事を辞めてしまい、その後仕事が見つからない人たちが現れはじめた。私は学習塾をやっているので地域にたくさんそういう子どもたちがいる。卒業して大学へ行ってそれぞれ活動している人もいれば、同じくらいの数の子どもたちが不安定な雇用だったり、仕事ができなかったりする子どもたちが地域にいたことがわかった。

それで2000年代には、そうした若者たちの問題にもからみながら、最初は2003年「学び座」を開設し子どもたちが私の学習塾に集り交流を持つ機会をもった。それは不登校の子どもたちの居場所は別にあったが、不登校の子どもの居場所は親たちが「どうせ学校へ行っても学習塾にお金を払うのだから」と言うので、毎月7千円ずつ子どもたちの親からフリースペースを維持するためにお金をもらっていた。ところが20代～30代の若者たちは食べることは家で面倒みてもらっているが、「お小遣いがほしい」とか「フリースペースに行くのに7千円だしてほしい」とかいえない。だから子どもたちのフリースペースとはまた別のところで「学び座」をやらざるをえなかったという事情もあり、そこに十数人の若者たちが現れた。当初は10代の終わりから20代前半の子どもたちが多いかと思っていたが、実は30代の人たちが「学び座」をはじめた頃には中心を占めていた。

「仕事工房ポポロ」をつくったのは2007年である。「学び座」に集まってくる子どもたちが学習塾は岐阜市郊外にあるので、岐阜駅から塾へ通うためのバス代がない、バイクに乗ってくる子もいるがガソリン代がないなどの理由で「今日は行けない」という連絡がたびたびあり、そういう日常で使う小銭すら困っていることがわかり、稼げる仕事をつくらうということから「仕事工房」という言葉を頭に付けた法人をつくった。年配の方は知っていると思うが「どぶ川学級」（不良少年たちと素人の青年労働者の真剣勝負ともいえる集団学習の場を描く1972年公開の日本映画）というのがあり、70

年代は地域の子育てや教育の運動が各地であって、今私たちのところでも学習支援やっているが、その源流は私の中では「どぶ川学級」になっている。

1-2. 困難に置かれる働き盛りの若者たち

今私が関わっている人たちは10代の不登校の子どもたちから20代～50代まで、ひきこもりで高齢の人たちは今50代でいる。私は今63歳だが、あまり私と年齢の違わない当事者の人たちがたくさんいる。それから不登校の子どもたちがいるので不登校の親世代が30代～40代である。そしてかつて働き盛りで社会の中心的な存在だった30代～40代の人たちが今もっとも困難な状況に置かれている。2010年子ども若者育成支援推進法が施行された。それではじめて概ね39歳くらいまでの人たちの問題をそこでカバーできるようになった。それから生活困窮者自立支援法が今から4年前にできたが、この法律もそうした人たちをカバーすることになっているが、例えば中年期の政策が日本には存在していない。その人たちの保障が何もない状況で今基本的にもっとも大変な世代となってしまった。

2. つながり・出会い・居場所―出番と役割―

仕事工房ポポロで常に意識している活動の4つの柱は、今日のテーマにもなっている「つながり、出会い、居場所」だと思っている。その後「出番」と「役割」というのもとても大きな柱だが、今少子高齢化が進み、結婚もできないわけだから、少子高齢化の問題は彼ら彼女らの問題でもあるけれども、一番大きな問題は企業の論理でいうと儲かるところには仕事をつくりそこに人を投入して利益を上げながら拡大再生産をしようというスタイルである。

そこに働けない若者たちを送りこもうというのが就労支援の基本的な流れだが、私は基本的にそういうことではなく、少子高齢化が進んでいる中で大きな間違いだったのは、困っているところに仕事がつくられていないということだ。私たちの住んでいるところでも山間部へ行くと限界集落みたいなところがいくつもあって、ほとんどが70代～80代の高齢者ばかりが住んでいる。そこに実は本当の地域の困りごとがあるにも関わらず、そこを何も手当てをしてくれなかった。つまり若者たちが働かないでひきこもって悶々とした生活をしている状況の中で、彼らの「出番」をつくってこなかったのではないか。だから仕事をつくる時には、彼らが今一番必要とされているところに「出番」をつくることを地域の人たちは意識する必要があると思っている。出番があればそこに必ず役割が生まれる。そこがとても大事な要素だと思う。高齢で寝たきりになってしまうお年寄りや生産性という点ではゼロだ。子どもたちも働いていないから生産性はゼロだ。でもその人たちに価値がないのかといえば決してそうではなく、そういう寝たきりになった人たちが各地にいるところが、その人たちがいるがゆえに介護の制度ができ、そこに施設がつくられそこで働く人たちの仕事生まれる。つまり役に立たない人は一人もいなくて、できる人もできない人もいるし凸凹はみんな持っている。その凸凹をお互いにカバーし合いながら一緒に生きていこうというのがとても大事だと思っている。

2-1. これまで出会った孤立した若者たち

「つながり、出会い、居場所」について今日は主に話したい。私がこれまで出会った孤立した若者たちということでいくつか紹介したい。基本的にひきこもっている人たちだが、0さんは40代で一人暮らしをしておりリーマンショックで仕事を失いSOSの電話が入りしばらく岐阜で生活していたが結局名古屋に戻られて愛知県の貧困ビジネスと呼ばれるアパートに入居させられ生活保護の受給をして十数万の生活保護費の中から2万5千円くらいのお小遣いをもらいながら暮らしているところで、そこから脱出させ一人暮らしできるようにサポートをした当事者である。

私たちがニュースレターで気をつけているのは、スタッフが結婚することがあって3年～4年前に小さい記事を書いたことがある。そしたら0さんが怒って電話をかけてきて、「何であいつに結婚で

きて俺に結婚できないんだよ」といつてきた。結婚の記事を見せるとそのときは3人くらい読者が減った。それくらい結婚の問題というのは当事者にとって大きな課題である。この夏は暑かったので「大丈夫だったか」と尋ねると、4階建てのアパートの2階に住んでいてエアコン壊れたので、扇風機と窓と廊下のドアを開けっ放しにして「何とかやってきた」という。岐阜は暑いところなので大変だったが、私が出会った頃は窓もカーテンも閉めてしまい、ほとんど開けない生活を長くしていたので「えらい進歩じゃないか」といつていたが、またひきこもるという生活をしている。

次のケースは40代後半の女性で今は50代になっているが、この方からプロパンガスのボンベをガス会社が交換できないので雑草を刈り取ってくれないかと連絡があった。見に行ったらガスボンベどころか家の前の庭には私の身長より高い草が覆い茂っていた。本人は20歳頃からひきこもっていて両親は既に亡くなっている。一人暮らしのため庭掃除も植木の手入れもできなくなり地域では「おぼけ屋敷」と呼ばれている家に住んでいる。みんなで草刈と庭木の剪定にでかけけるためニュースレターで呼びかけた。そうしたら10人くらいの子たちが集まってくれた。しかも私が会ったことがないひきこもりの若者たちが結構多くいた。それはびっくりしたことの一つだった。結局ガスボンベは取り出すことができた。生垣も切れるだけ切り、つる草も屋根の上にもまで生え登っていたので、そういうのも全部取り払って半年くらいかけて毎月2~3度出かけて作業した。このときにひきこもっていた人たちに、お金にはならないが「出番」をつくらうといつた。自分も役に立てるかもしれないと思っている人が多くいることが理解できた。だから「出番」をつくらうことが大事だと思いつた。

そのようなことでひきこもっている人たちの問題がいくつか見えてきた。経済的に困窮しているケースが少なくない。先ほどの一人暮らしで庭の掃除をした人は法的な手続きは何もできずに相続ができていない。だから親名義の貯金が下ろせない。自分名義の貯金を切り崩していた。実際の月々の生活費をみると2万~3万円で生活している。しかもとても難しいと思いつたのは生きる意欲がない。つまり欲望が枯渇している。食べることを含めて意欲がなくなっている。この当事者の場合スーパーやコンビニでビニール袋に入ったうどんを買ってそれを普通に食べるのではなく、ビニールの袋の先を少し切つて電子レンジにかける。温かくなつたら切り口から醤油を少しさしてそれを食べていた。何故料理しないのかを尋ねたらゴミを捨てられないという。地上波デジタル放送に変わった時点でテレビを見ることができなくなり乾電池式のラジオがあるが乾電池が捨てられずに困っていた。時々ラジオを聞くようなので私たちのところからラジオは提供した。また座布団を敷いて寝ていたため布団や衣類も提供した。

その後、私たちの仲間の女性が買い物に同行した。何度か同行してもらい近所に居場所をやっているところがあったので、そこにつないだ。次第にそこで働いているボランティアの人と仲良くなつて結婚した。結果として結婚もできて現在はお化け屋敷といわれた自宅も出てアパートで二人暮らししている。

2-2. 手紙や絵葉書を活用した支援

A県に住む女性には絵葉書送っている。自分の部屋で私が送つたはがきを写真に撮つて一緒に送つてくれたこともある。絵葉書のお礼が書いてあつて後半には「毎日苦しくて辛い日々です。夜は両親の食事の音や声を聴きながら2階で一人過ごしています。今は夜中の少しの時間以外はテレビを見ることがほとんどできません。食事を美味しく味わう余裕もありません。栄養がとれなくても普通に温かい食事をとりたいてです。一日中辛いですが天気の日は一層辛いです。今は周りに弱音を吐ける人もいません。とにかく人に臨機応変にうまく合わせられません。本当は生きて幸せになりたい」と書いてあつた。幸せになりたいという気持ちはとても大事なことだと思いつた。生きる意欲そのものが枯渇してしまっている人が多い中でこういう気持ちは凄く大事にしていきたい。

手紙やはがきを使った支援でいつと、B県に住んでいるKさんから「時々過去のいろんなことを思い出しては苦しくなり具合が悪くなつて生きてることが辛くてもうだめだと泣けてくることもあ

れば、一日過ごすのもやっという日もあります。勇気がなくて外に出られないまま一日終わってしまう日もあります。私は社会経験が一度もないまま、ずっと自立という言葉が頭から離れないで辛くしています。いまだに自立できない自分はいつもいけないと思ってしまいます。このポポロのニュースレターを読まれているみなさんにお聞きしたいのですが、自立するとはどのように思われますか。教えてください」と書かれた手紙が届いた。これはそのままニュースレターに掲載した。読者からいろいろと反響があった。その反響もそのまま掲載し対話を行った。レター・ポスト・フレンドの田中さんたちがやっている一方通行の絵葉書もあるが、私が意識しているのはこの子と読者多数との関係をつくることにより、つまり私が何かを述べて人が変わるわけもないし、その人が豊かに生きられるわけでもない。できるだけ多くの人とつながりながら一緒に考えることだと思い実践している。

2-3. 思いを汲み取り課題を可視化する

私たちが当たり前だと思うことができない人たちがたくさんいる。それは過去の経験の蓄積があつてのことなのだ。だから丁寧にその人たちの思いを聞きとることが何よりも求められると思っている。それからもう一つは問題を可視化すること。例えば今月号のニュースレターの表紙にある写真は当事者の人には配慮が必要だが、もちろん許可をとってできるだけリアルに本人たちの顔や姿を伝えたいと思っている。

子どもの貧困に携わっていると「日本に本当に貧困な子どもがいるのか」とよく聞かれる。アフリカのユニセフがやっているような写真にはリアルに痩せ細った子どもたちの写真がでてくる。でも日本の子どもの貧困の問題を取り上げる時には、子どもの写真を載せない。そうするとなかなか伝えきれない。でもこの子どもたちはすでに成人していてこういうところに掲載されることを含めて意志を持っているわけだから、手紙も匿名で載せることが大半だが、それでもできるだけこういう問題が社会の中にあることを見せていかないと社会の人たちは気付かない。だから先ほどのようにお化け屋敷に住んでいる女性の問題は世間の人たちはまず知らない。こういう問題が社会や地域にあることを誰が知らせるかといえば私たち以外に知らせる人はいないと思う。それが自分たちの役割だと思っている。だから社会に何も問題がなかったことにさせないことがとても大事である。

それからもう一つは、私一人だけではないと感じてもらえるその励ましは、本人たちにとても大きな勇気を与えると思う。だから問題があることをきちんと可視化することを意識してやらないといけないと思う。また私の心の中で思っていることだが、出会ったときに決して出来ないと言わない。先ほどの女の子がいろんな相談機関やいろんなところを周って相談をしてきた。でもそこで自分のことが受け止めてもらえて自分のことを聞きとってもらえた意識が全くない。そうではなくて少なくとも私たちのところでは自分たちは何もできないかもしれないが「あなたのことは決して見捨てないよ」ということを伝えていくことだと思う。だから結果が良くなるかという問題ではなくて、制度になげられたかどうかではなくて自分は見捨てられずにずっと付き合ってもらっているということがとても大事である。だから自分一人で抱え込まないことも大切だが、同時に絶対にその人のことを見放さない、見捨てない、とことん寄り添うことが重要である。

2-4. 葉書を持ち歩き時間があるときに送る

私は外出するとき普段かばんの中にいつも葉書を持ち歩いていて少しでも時間があると書く。大したことはない、2〜3分で書ける。喫茶店に入ると5〜6枚は書ける。名簿を持ち歩いている。今私が毎月出している人たちは60人くらいいる。住所と名前さえわかれば基本的に送れる。何月に出したこともメモをとってあるので月に1回送るようにしている。ニュースレターは毎月郵送しているので2〜3か月出せなくても大丈夫。だからそれだけでよい。何かの手違いでニュースレターが届かないと見捨てられたらと思う人たちがいる。とても難しいことではなくて見捨てないということ

は何かしらつながりを常にもっていくことだ。そのことがとても大事である。また、その人の人生はその人だけのものであって、人の人生を私たちがコントロールできないし、コントロールすることもできないということがとても大事なことの線引きなのだ。でも当事者の人たちが支援者になると自分の辛かった経験を重ねてしまい、相手の人生を何とかしてあげなくてはと思い込みすぎるところがある。それは当事者に限らず私たちもそうだが、その人の人生をコントロールしてはだめで、その人の人生はその人だけが決めるということをしちんと線引きしてみていく必要がある。

2-5. ニュースレターそのものが居場所に

居場所というのは物理的空間だけではなく、ニュースレターそのものが居場所のひとつだと思っている。C 県に J さんという女性がいる。彼女からはじめて電話がかかってくるのが 2012 年。手紙の支援を開始したのは彼女からひきこもっているという電話を受けたが要領を得なかったので、私の方から折り返し電話をかけ何度か話をしたがなかなか話が通じない。その理由は、家には固定電話しかなく両親がそばにいるため思うように話ができない。そのため手紙を書いてもらうことにした。私の方から先に手紙を書いて返信用の切手を入れて送った。そしたら返信が返ってきた。彼女から返ってきた手紙は新聞広告の裏側の白い部分を表にして折り畳んで封筒がつくってあった。「どうしたの」と尋ねたら、家には切手もなければ便箋も封筒も何もない。ボールペンもなく最初は鉛筆で書いていた。つまり家庭が貧困だと本人はいう。その後手紙で長くやり取りをしているがまだ一度も会ったことがない。D 市に住んでいて私が仕事で行ったときに自宅へ訪問したことあるがそのときも本人には会えなかった。それでもこの 6~7 年休まずにニュースレターに登場してきて、毎回手紙を送ってくる。これは C 県特派員という肩書で書いている。その他、個人的な手紙も来る。彼女と会ったときに携帯電話もない、インターネットの設備もないため手紙でしかやりようがなかった。

その後私たちの周りにいる女性から「この子たちは着るものをどうしているの」と尋ねられたことがあったので、彼女に「服とかはどうしているの」と聞いてみた。彼女は「何もない」と答えた。古い服を集めたら送れることを伝えたら欲しいと返事があったのでとりあえず服、帽子、靴などを入れて 7 箱送った。そしたらその中に気に入ったものがあった。そのタイミングで D 市の保健所の保健師が訪問してくれて、それで外出できるようになった。その前の年に D 市役所にも保健所にも連絡して、一度保健師に訪問してもらったことがある。そのときに保健師から聞いた話では、玄関先で立ち話ができる。その一回きりの訪問で終わっていた。この保健師は一年後くらいに母親とスーパーで会う。保健師が母親のことを覚えていて、「その後 J さんはどうですか」と尋ねた。母親は「相変わらずです」と答えた。それで二回目にまた訪問してもらった。そのタイミングで私たちの送った服が届いていた。本人は着る服があるので外に出る気持ちになったと思うが、その保健師が尋ねてくれてそのタイミングで外へ出られて精神科の病院へつないでもらった。それから今はニュースレターの最新号では仕事を辞めたとか書いていて、仕事をするところまで元気になっていることがわかった。

手紙と私たちの側の意識の問題として、単に手紙でやり取りするだけではなく、地元の支援機関に伝えていくことによって、これだけのことができる。彼女は去年スマートフォンを手に入れた。インターネットだけがそれで見られるようだが、情報がそれまでは入ってこなかったのが画期的なことだった。手紙だけでもこうした支援ができるのだ。

次のケースもニュースレターを送っている当事者たちである。送られてきた手紙には「外になかなか出て行けなくてポストに行けなく、どうしようかと悩んでいます」と書いてある。確かに手紙の支援はよいのだが、相手から送り返してくるときには、相手もポストまで行かなければならない。それは大きなハードルだ。「ポストまで行けなくて悩んでいます」とか「ガタガタ震える」とか「夜暗くなってからポストまで走っていった」とか、そんなことがときどきある。これも J さんからのもので、「でも今年は久しぶりに誰かに、ニュースレターのみなさんにあけましておめでとうございますと伝

えることができました。今年は一人ではないと思える年明けです」と書いてあるが、この子と手紙のやり取りをするようになったことが一つのきっかけとなり、5年前「ポポロ」から「みんなに年賀状を送ってみよう」ということになり、全員に送ったことがあった。毎月このニュースレターを送っているけれども、ニュースレターには「あけましておめでとう」とは書かない。おめでたくない人もたくさんいるので書かない。年賀状送っても大丈夫かという気持ちで送って見たら、家族の方から「わが子に届いた年賀状がこの1通だけだった」という返信が何件かあった。受け取った彼らが「ポポロ」から届いた年賀状を大事に部屋に持っていったことを聞いてこれは居場所だと思った。だから田中さんたちは、手紙支援が広い意味でのアウトリーチだと言うが、私は広い意味での居場所だと思っている。

3. 相談機関には手紙や絵葉書支援の発想を

親がまず家族会に出てきて、そこをきっかけに手紙やはがきを送ったりする。それから居場所やサテライト（別の場所）を開催したときに来てくれた人たちがつながる場合もある。また相談機関からつながる場合もあるし、電話やメールで来る人が一番多い。

ただ問題は、相談機関から手紙やはがき支援をしてほしいと言われることは全然ない。相談機関の人たちは多分そういう経験もなければ発想もないので、居場所は使えるかどうかの問い合わせはいくらでもある。でも居場所に来るにはかなりハードルが高い。その前に信頼関係をつくるためには、いろんな形で交流することが大事だと思っているが、まず紹介してくることはない。手紙やはがきの入り口部分はとても大きい問題だと思っている。電話とかメールは緊急度が高い。先ほどのお化け屋敷とか貧困ビジネスからの救出とかは緊急度が高い場合があるが、基本的には孤立感が大きい人が多いので、関係をつくるまでには時間がかかるといった方がよい。

3-1. 断られない限り手放さない

これもとても大事なことだが、一度出会ってつながった人は断られない限り決して手放さない。多く的人是にさまざまな相談機関を巡った人たちで、基本的には出会った人みんなに絵葉書を送る。ひきこもっている人にはもちろん送るが、会うことができる人、ときどき会うことができる人にも送る。電話ができる人にも送る。場合によっては親にも送る。何故かという回答を持ち合わせていない。回答を持ち合わせていないというのは、「あなたはこのようなした方がよいですよ」とか「こういう制度を使えますよ」ではない。その人が感じている孤立感とか孤独感とか社会とつながれていないというそうした問題を解消するには、回答があるわけではないということ。だから私たちと知り合った以上は決して一人にはしないということを基本にしている。それは一人ではないという安心感の中ではじめて自分がどうしたらよいのかという答えを見つけることができると思っているからだ。そういう安心感がないと次にどうしたら良いかなかなか踏み出せないことだと思う。だから手紙や絵葉書を使った交流にはとても大きな力があるはずだ。

手紙や絵葉書は、出会った人をどうしたらつなぎとめておけるか。要するに相手が見捨てられたと思わないために役立つとても効果的なツールである。電話は相手とこちら側の都合があるため難しいところがあるが、絵葉書はこちらが書いたら必ず相手に届くし相手の都合に関係なく届けられるのでとても大事だ。それを送り続けること、これは月に1回と決めなくてもよい、2か月に1回でも3か月に1回でもよいが、送り続けることにより何かあったときにここに助けを求めよう、この人に助けを求めようと思ってもらえるためのツールだと思っている。

あるホームレス支援をやっている人たちが、ホームレスの人に自分たちの事務所を書いた葉書を出す活動がある。ホームレスの人たちが本当に困ったときに「ここに助けてほしいと書いてポストに入れるだよ」と伝える。そうすると本当に困ったときには連絡がくる。そういうツールだと思っている。

だから絵葉書を使った支援はとても効果的だ。ただそのことの意味があまりわかってもらっていないので、レター・ポスト・フレンドの田中さんにしても私にしてもそのことで何かしら事業化できるところまでは至っていない。

3-2. 事業の普遍化のために

ここは一緒に考えたいと思うが、「普遍性がある」、だからどんな形でどのようにやったらよいかを考えることも大事だし、手紙や絵葉書を書くためのスキルもあるかもしれない。手紙や絵葉書を書いたことがない人が、私たちのところでいえば当事者の人たちに書いてもらおうと、宛先の部分を住所と名前を隅に小さく書いたりしてバランスを考えない。はがきの紙面の使い方がはじめての人にはわからない。それから支援者の養成は、「若者との対話力」が最終的に問われてくると思う。ここはとても重要である。

それからもう一つは私たちが持つておかなければいけない視点として、個人的な問題だがその背景には必ず社会の問題があると考えないといけない。本来社会の問題なのに個人の自己責任にされていることがとても多いので、私たちの構えとしては必ず社会の問題だと考えている。個人の問題として解消してしまうと問題の本質が見えてこない。これははじめの問題でもそうだが、いじめられた本人に問題があったと捉えているから本質的な解決がつかなくて毎年同じことが繰り返されている。

居場所で「出番」をつくることでいうと、仕事もなく稼ぎもない若者が生活困窮している人たちに食料を運んだりするわけで、これは大きな矛盾だがお金になるかならないかだけの問題ではなく、「出番」があることは彼らにはとても大事なことで、ありとあらゆることを述べて「出番」や居場所になっている。それから本人たちが自分たちのことを語る場所をたくさんつくっている。これも子どもたちに教える場所だ。「出番」と「役割」は今日のテーマではないのであまり触れなかったが、私も手紙を使った支援についてはきちんと検証したわけではないのでぜひこの場でこんなことがあった、こんなエピソードがあったみたいなことを一緒に出してもらいながら、この活動を田中さんたちがやっているピア・アウトリーチや居場所の活動だと位置づけられるような活動に広げられたらよいと思う。

6-4. 実技演習 初心者でもできる絵葉書づくり体験

小樽不登校ひきこもり家族交流会世話人 鈴木 祐子 氏



はじめに

長男の不登校をきっかけに小樽市で不登校・ひきこもり家族交流会世話人を続けている鈴木祐子氏は、23年に渡ってひきこもり当事者宅を中心に絵葉書を送り続けている。

実務者予定者研修会では実技演習として日常生活にある新聞紙や道端にある落ち葉、100円ショッ

ブに売られている身近な材料を駆使して個性ある作品づくりの魅力を紹介した（写真）。

1. 創意工夫を凝らした絵葉書づくり

研修では鈴木祐子氏の指導のもと、参加者が思い思いの絵はがきを作成し、アイデアを凝らした絵はがきをつくる機会となった。



1-1. 受講者の主なオリジナル作品介绍



1-2. それぞれの主な作品の解説

左上上段から) ①. 新聞紙を背景に鶴の折り紙で親子のようなイメージを出してつくった。真ん中には絵本みたいなものを置いた。②. ちぎり絵をつくりたかった。ひきこもりも歪みがたまって地震のようになるけれど、これで大丈夫といった自信をつけることでそれが積み重なりいきいき暮らせるようになるように自然の力も人間の力もあると思ってつくった。③. 100円ショップの材料を使い背景の宇宙は折り紙でつくった。

左上中段から) ④. 英語で loose (ルーズ) と書いてつくってみた。⑤. いろんな形の色の落ち葉を置いてつくってみた。⑥. 猫がかわいかったので使いたいと思い、落ち葉が4枚あったのでわざと尻尾を隠して、4つ又になった尻尾のように幻想的にできたらよいと思いつくった。⑦. 猫が落ち葉の山で遊んでいる感じのものをつくった。⑧. 猫をかいてみたので「こんなちゃん」とか「またにゃん」とか書いてみた。花を貼っただけで「ありがとうまたね」と書いている。⑨. 猫を使いたくて服を着せてみて座布団に座らせてみてもよいかと思いつくった。

左上下段から) ⑩. お家をつくってみた。中がさみしいのでニャンコ(猫)を入れて。あととごく当たり前にという感じのものをつくった。⑪. シンプルに刈り方がずれた。頭を使わずただ貼ってみた。⑫. 一枚目はシンプルに落ち葉を貼った。ハートがかわいいと思いきが届けられればと思った。二つ目は、取れてしまったが二つあったものを使いウサギに見える方もいるしリスにも見え、尻尾を付けて何の動物かわからないようにつくっている。

2. 講師からの総評

講師の鈴木祐子氏からは、一人ひとりがつくった独創的な絵葉書を見て「今日はみなさん熱心に取り組んでくれて私自身が感動した。やっていただいてわかったことは、絵葉書に出来合いのシールを貼るような何の技もないことをした人が一人もいなかったこと。みなさん独自のものを駆使して誰かに送り届けたいと想像しながらつくったのではないかと思う。私の方が勉強させてもらった」と感謝の意を語った。

6-5. 講義Ⅳー堺市におけるひきこもり支援～サカイ式すべらないグループワークと ひきこもりピアサポーターによる実践 前 堺市こころの健康センター相談係長・臨床心理士 岩田 光宏 氏



1. 堺市における支援の経緯

サカイ式すべらないグループワークというふざけたネーミングだが、特別なことをやっているのではなく、学会で内容を説明するときに何か必要だろうということで名付けた。今日来られているよう

なひきこもりの支援の実践者に話す機会は少なく、多くは公務員として例えば民生委員児童委員にひきこもり支援5年やっていると報告させてもらったり、あるいは学会などで心理職の仲間にひきこもり支援について説明したり、ひきこもり支援に興味関心のない人たちに理解啓発の意味で説明してきたので、みなさんからすると物足りない話になってしまうかもしれないが、基本的には私の体験談だと思って聞いてもらいたい。

私の前職はこころの健康センター、いわゆる精神保健福祉センターだが、そこにひきこもり地域支援センター業務があとから加わり支援を行っている。私は12年間そこに勤務し2018年4月に人事異動になった。相談の対象者はひきこもりで困っている15歳以上の方で堺市民に限っている。障害者手帳を持っている人や病気を持っていることが明らかな人に対してはひきこもり状態であっても専門機関がすでにあるので、初期対応の時点でそちらを案内している。わからない事例も結構あるが、そういう場合は継続して相談を受けている。家族に対する個別相談を中心に言い、本人に会える状況になれば本人に会っていくスタイルをとっている。

今日のテーマであるグループ集団支援の話だが、いきなり集団に入ってもらうスタイルではない。基本的には全員個別支援をしているなかで、グループに誘っている形になるのでアセスメントとして本人をしっかり把握したうえで集會に誘うというやり方をしている。相談件数が非常に多くなっている。実数が380件で延べ数が5,200件なので継続して何回も相談に来ている。グループワークにもたくさん人に来てもらっている。

参加者の平均年齢は30歳を超えている。5人に1人は40代以上で4人に1人くらいは10年以上ひきこもっている。ひきこもり家族教室など個別相談以外にもいろんなアプローチをしている。手紙による相談は少なくメール相談が多いが、今日は目から鱗というか手紙は有効というか活用していくことで、堺市に帰ったら仲間たちにしっかり伝えていきたい。それからアウトリーチ、本人にどうつながるかという話してほしいとの要望だったが、手紙はしていない。しかも訪問に関しても原則、家族相談か本人の来所を目指すというやり方になっているので、いきなり本人の許可なく訪問することは基本的にはしていない。

家族相談からどのように本人と会う機会をもつかということを考える意味で、家族や一般市民、民生委員児童委員にひきこもりを理解してもらうためにテキストを作成している。堺市こころのセンターホームページからダウンロードが可能なので興味がある方は参照してほしい。

URL <http://www.city.sakai.lg.jp/kenko/kenko/hokencenter/kenkocenter/kokoropan.html>

2. 訪問事例から

訪問した事例を1件紹介したい。Kさんという10代後半の男性のところへ家庭訪問をした。中学に入学してすぐに不登校になり中学はほとんど登校せず5年くらいひきこもっていた。昼夜逆転になり自室でテレビを見たりゲームをして過ごしていた。ただある日突然自分の人生が無意味なものだと思えたようで死のうと覚悟したのだが、自殺は恐くてできないため断食で死ぬと思い食事をとらないという宣言をして本当に食べなくなった。心配した母親が数日後に相談に来た。このケースの場合、直ぐに訪問すべきという結論に至り、精神科の医師とベテランの保健師と一緒に私は当時勤務1年目だったが随行した。相談者宅の居間で待っている間、Kさんから「何しに来たんだ」と文句を言われると思ったが、母親に呼ばれて居間に入ってきたKさんが思っていた以上に低姿勢で親和的に接してくれた。それから話ができるようになっていった。その後しばらく訪問して一緒にパワプロ（実況パワフルプロ野球という野球のゲーム）をやったりしていた。Kさんは非常にこだわりの強く人間関係が苦手だが、遊戯王カード（トレーディングカードゲーム）に非常に詳しくデュエル（トレーディングカードゲーム・デュエルマスターズ）を覚えてもらった。

3. サカイ式すべらないグループワーク

ここからは体験談だが、グループワークがなぜ重要かという点、母親との個別相談において「ここに来たら何かあるのですか」「本人の話聞いてくれるだけでですか」と聞かれたときに地域に案内できる居場所がなかったので「こういうグループがあるんですよ」と答えられたらよいと思った。つながるための支援ももちろん大切だが、つながった後に何をするのか答えられる必要があると考えグループワークに取り組んできた。

ひきこもり支援で私たちが難しさを感じながら試行錯誤したのが、サカイ式すべらないグループワーク（以下、SSG）というものだ。当初いつまでグループで遊んでいるのかという問題があった。そこで精神保健福祉センター内にひきこもりの居場所支援として「青年活動グループ」をつくった。プログラムは調理とかスポーツとかレクレーションを中心に月2回開催し年間予定表をつくり開始した。開催すると5名くらいの男性が来てもらえるようになった。和やかな雰囲気ではそれはそれで良かったが課題としては利用者が増えない。初期の参加者がだいたい30歳前後の男性で、そこに合わない人が参加できないというのが主な理由で、特に10代後半くらいの若い女性がこの中に入れないでいた。

「いつまでも同じメンバーで風通しが悪い」「今のメンバーでいい。崩したくないから」といった意見が出され話し合った結果「グループの利用期限を決めよう。2年利用したら卒業」といった案も出されたが、2年経過してもその人の状況が変わらなければひきこもるだけである。それならばグループで遊ぶのをやめて就労準備のプログラムをしてはどうかという提案もあった。しかし常連で来ている参加者は就労したいとは言っていないため、グループに参加できるようになったのに来なくなるかもしれない。「とにかく工夫が必要だ」ということに気付いた。最初の1~2年目くらいは特定のメンバーしかは入れない状況があり、当たり障りない内容を実施していた。そのためどうやってグループに参加者を呼ぶか議論すべきなのに、どうやって追い出すかを議論するという恥ずかしい状況だった。

3-1. プチデイケア化の試み

どういう工夫が必要かと最初に考えたのは「プチデイケア化」の試みだった。これは、とりあえず今までは調理しようというときは一つの部屋でみんなが集り行っていたが、二つの部屋を同時に使い一つは自由に過ごせる居場所としてゲームとか雑誌とかを置いて開催時間内は出入り自由にする。二つ目の部屋では「今から1時間は調理をするので、こちらに参加したい方はこちらにも来て下さい」と呼びかけるといった、外へは出ていきたいけれどプログラムには参加したくない人はとりあえず一つ目の部屋でのんびり過ごすことができるように選択肢を二つ提供できるようにした。プログラムの内容に関してもプチデイケア化したのだからレクレーション以外もやることにした。居場所があるのでレクレーションを楽しみたい常連の参加者が持っているニーズだけに答えなくてもよいということ考えた。そこで新しい企画は何するかという話の中で、「歯科衛生講座」を実施することになり、隣の部署の歯科衛生士に講座をしてもらうことにした。講座形式なので常連のメンバー以外の若い女性でも来てもらえると思い、ひきこもりの健康にも貢献できる画期的な企画として自信をもって開催したがこれが余計なお世話だった。参加者がいなかったため、常連メンバーがいる部屋に行って講座への参加をうながしたが断られた。利用者のニーズを無視したこちら側の自己満足で行うとこのような状況になる。いろんな方が参加者にいるのでこちらの思いで「健康になってほしい」とか良かれと思ってやったことが押しつけになっていた。

3-2. 一期一会の講座形式

そこから方法をSSG方式で行うことにした。要はニーズと企画とのミスマッチがあるという視点に立って、利用者のニーズを把握するために個別相談を受けている人の話を聞く中でその利用者の興味

関心を把握し、それを持ち寄ってプログラムの内容を考えることにした。まだグループに参加していない人もどういったグループなら参加しやすいかを考えることにした。言うまでもないが「歯科衛生講座」が駄目だということではなく、そのときの参加者のニーズに適していなかったのだ。その一方で「プチデイケア化」で居場所からプログラムを独立させるという発想自体は良かったので、すべてのグループをその場限りのイベントにして、年間計画表に定められた内容を行うのではなく、毎回あたかも初めて開催されるかのような案内チラシを作成した。これで「いつも同じような人が集まらない」とか、「1回限りの参加でもよい」といったメッセージを持たせている。回数は基本的にはその場1回限りで、3回シリーズのようなものを含めて限定的なものとしてやっている。定期的な形ではないところが特徴だ。このようにすると各回のグループは一期一会のような出会いの雰囲気になった。

3-3. 個別ニーズに応じたテーラーメイドの企画

テーラーメイドの企画でニーズをどのように把握するかは、ニーズと言いながらも当事者本人には聞いていない。つまり直接聞いて答えにくい人、聞けない人がいる。「何をしたいの」と親から言われ続けても何も答えられないのにそれをここで聞いたら黙り込んで来てもらえなくなる。聞ける人には聞くが、聞けない人には「最近何をしているの」という話からどのようなことに興味がある人なのかを推測している。またグループワークには参加していないけれど個別相談を受けている人に対しては、こういうグループなら参加してくれるのではないかと想像して個別担当しているスタッフが集まってKJ法（データをカードに記述し、カードをグループごとにまとめて、図解し、論文等にまとめていく方法）で会議をしている。

このように推測したニーズを考えたら案内チラシを作成しているが、そのチラシも例えば、ものづくりしたい方向けに「羊毛フェルトで馬のマスコットをつくろう」といったもの。講座でもクリスマスカードをつくったことがあるが、研修会で実施した絵葉書や飛び出すカードづくりは良いと思う。ものづくりしたい人もいるだろうし自分のペースで何かしたい人もいるだろう。調理のようにみんなで作るのが苦手でも自分のものを自分でつくりたい人もいるので、そういう方向けにチラシを作成して案内している。外出したい方向けに「〇〇に行こう」といったチラシを作成するといった感じで企画ごとにチラシを作成しているが、これを参加者全員に配らないところがポイントで、明らかに外出することが嫌な人に「〇〇に行こう」のチラシは渡さない。細かい手作業のものづくりが苦手な人にカードづくりをやらせることはしない。それはこちらが推測して渡す時点で人を選んでいる。

3-4. 安心してすべれるプログラム企画

テーラーメイドのグループワークは、一期一会方式で開催しているため、参加者がゼロ人になることはないのていろいろと模索を試みた。一つは参加者同士の交流がない講座形式のグループワークの開催。4人だけで対戦ゲームをするような大衆受けしないことも行う。このやり方は浦河のべてるの家方式であり、べてるの家の理念に「安心してさぼれる職場づくり」というのがあり、それを模倣して「安心してすべれるグループワーク」を考えた。このような企画で開催したグループにはたくさんの参加者があったのでグループ企画で安心してすべれるがゆえに全体としては最初の失敗のようなことがなくなってきた。

先ほども述べたように安心してすべれるというのは講座形式で、これは本当にシーンとしていて、むしろシーンとしている方が良いということで企画している。どうしても専門職や支援者はグループというと頭に浮かぶのは話はずんで交流している状態で「いつも話さない人が2~3人のグループの中で話せるようになって良かった」など先入観がある。もちろんそのような状況になったほうが良い人もいるが、そうしたくない人は参加しにくいということで、あえてシーンとしている。後方に座

って講師の話の聴くだけ、観察しているだけでもよい。それからマニアックな少人数企画にもチャレンジした。例えば「ミャンマーの仏教について」という講座や、遊戯王も複数の部屋を使用して好きな遊びに参加できるようにしたこともある。

3-5. 緊密すぎないゆるやかな雰囲気

なぜ多くの人に参加してくれたのかについてあと付けの理屈だが、ひきこもり状態で相談に来られる人で、働きたい気持ちがまったくない人はあまりいないと思うが、働きたい気持ちがあるとしても仕事に就くことはハードルが高いため、仕事に行きにくい人がこういうグループワークに参加する。一方で私たちが考えてきた初期のグループは、何かしたい気持ちは働きたい気持ちよりも多いように思うが、一方で雰囲気ができた既存の集団に自分が入りにくい状況がある。一方で何かしたい気持ちよりも自分の興味関心があり何かをしたい気持ちの方が高いだろう。

例えばデュエルが好きな人がデュエルの大会に参加したいという気持ちがあって、雰囲気のできた既存の集団よりもその都度案内されるプログラムの方が入りやすいのではないかなど、ハードルの高さとか何かしたいという気持ちと同じくらいあるので、参加してもらえないのではないかと考えた。

このような形式ですすめていくとSSGのグループの雰囲気はその場限りの雰囲気になるので、緊密すぎないゆるやかな感じになる。毎回すべてのプログラムを案内されていないことは本人たちが理解しているので、「前回何で来なかったの」「次回は参加するの」といったプレッシャーがない。なんとなくお互いに「こんな人がいるな」というレベルの人間関係で全く自己開示がない。個人の事情を打ち明ける人はない。「キャラ」が目立たず「いじり」がほとんどないという薄い人間関係である。ただ雰囲気としては悪くないという感じになった。

3-6. 当事者が講師になる

20代前半の男性でTさんという人がいて、小学校5~6年くらいから学校へ行けなくなり12年間ひきこもり状態が続いた。自室でアニメを見たりテレビゲームをやり過ごしていた。母子家庭で母親は忙しくて相談する機会がなかったが知人の勧めで来談してその経過のなかでTさんも来談してもらえるようになった。電車やバスにあまり乗ったことがなかったが一緒に乗る練習をして、いろいろと出かけるようになりグループにも参加してもらえるようになった。非常に実直で真面目な性格でインドア派だが好きなことには積極的で、やがてピアサポート活動にも参加するようになった。ハンドメイドの手作り雑貨づくりにはまり、100円ショップで材料を購入して自宅でもつくっている。ハンドメイド雑貨屋の店主になりたい夢があり、創作プログラムの講師をやりたいという希望が出されたので現在は講師も担当している。創作グループワークではフェルトでつくったパンダやクロワッサン、お寿司をリアルに再現した作品をつくっている。講師として担当してもらったので謝礼金を支払っている。

一期一会方式ではその場限りのイベントなのでスクール形式の講座ができる。その中で講座形式では基本的にその場の設定が大事だ。円座のような形式だと緊張するので、学校の先生の話の聞くような形式をとる。その場が大切なので話す内容は何でもよい。最初はスタッフの趣味の話などしていたが話題がなくなったため利用者に語ってもらうことにした。話してもらえそうな人に依頼し引き受けてくれたら謝礼金を支払っている。サッカーが好きな人にサッカーの講座で話してもらったり自作パソコンのつくり方を教えてくれる人もいた。

4. ひきこもりピアサポーター

ピアサポーターのIさんは40代前半の男性で大学を卒業したときに就職氷河期で苦労されて数年フリーターをされたあと就職したが、30代で退職しその後10年ほどひきこもった。普段は規則正し

い生活をされて自室で読書などをして過ごしてきた。両親が来談されたことがきっかけでIさんも来てもらえるようになった。将来の不安は語られたが就職の話はまったくされない。誠実で少しシニカルな人柄だった。グループワークへの参加を案内したが「傷のなめ合いだ。行きたくない」と断られた。これが最初の出会いだった。

4-1. ボランティア体験

Iさんは真面目な人で社会の役に立ちたいと思う気持ちが凄く感じられた。本が好きで市立図書館に依頼して特別講座「図書館ボランティア体験講座」を企画した。この内容であればIさんも来てもらえると思った。また図書館ボランティアに興味がある人が複数いることを予測して企画した。Iさんも参加してくれることになった。最初は数年続けて乱雑に並んでいる書籍を並べ替え整理するボランティアとして協力してもらった。図書館としては助かるのでIさんは月に数回図書館に行き数年間継続してもらったが無報酬だった。役に立ちたいという思いがあり、何かをする能力があるが一般就労は難しいIさんに活躍できる企画がないかと思った。利用者には障害者手帳を取得する人もいるが、そうでない人は一般就労へ向けたいろんな機会があればよいと思った。先ほど「出番」と「役割」の話があったが、Iさんにもあればよい。ボランティアはしてもらっているが、もう少し報酬が得られるような活動をする機会をつくれないうか。そういう人たちが他にも複数いた。

4-2. 「堺市ユース・ピアサポーター」養成派遣事業

厚生労働省が平成 25 年度から「ひきこもりサポーター養成研修事業」を行うことになった。厚生労働省のホームページに掲載されている内容によれば「同事業は、ひきこもりの経験者を含むピアサポート」なのでひきこもりの本人とその家族がサポーターになることができる。このサポーターを家庭訪問に派遣することができる。家庭訪問と記載されているが、家庭訪問でなくてもよいと解釈もできる。実際、訪問活動は難しいかもしれない。もちろん行ってもらえる人はよいが、私たちとしては例えばIさんに家庭訪問は難しいだろうと思うなかで、本人が何かをしてそれに対する報酬を公的な予算で支給できる機会だととらえ「堺市ユース・ピアサポーター養成派遣事業」を開始した。この事業はIさんのように相談に来られているなかで、社会参加を目指しているが仕事をされてなくて時間がある人、ボランティア活動をされている人が数回の養成講座を受講後活動に入る。何をするのかというと家庭訪問ではなくて、企画ミーティング活動をしてもらう。これはSSGで一期一会方式として続けてきたので一回限りのイベントを企画してもらう。そのイベントにいろんな人が来てもらうという計画案をしている。

Iさんに役に立つ機会になるので企画ミーティング活動に誘ったら「参加したい」と言ってくれた。ちなみにこの会議に参加してみなさんと話し合ってもらおうと一回につき謝礼金2,950円を支払っている。このお金の半分は堺市、半分は国の補助金から支出されている。

4-3. 安心してスベれるサポーター会議

企画ミーティング活動のときに初めてひきこもりという言葉を利用者に言っている。つまりこころの健康センターではひきこもり地域支援センターもやっているが、そういう看板はどこにも掲げていない。だから家族は広報でひきこもりという言葉のみで来談されているが、本人が個人面接に訪れたときにひきこもりという言葉の数える回数でしか使ったことがない。本人が「自分はひきこもりです」と言って来談する場合もあるが、とりあえず親に言われて来た人も多いため、その人たちに「あなたはひきこもりですよ」などと話すとき「自分はひきこもりではない」と来なくなる場合もあるので、あえてひきこもりという言葉を使わない。そういうなかでSSGを続けてきたがグループ名に「ひきこもりの～」といったタイトルはない。具体的に何をやるグループなのかがわかるタイトルになっている。

ただ、養成研修・派遣事業でひきこもりという言葉が一部でてくる。つまりここで初めてひきこもりに関して意識してもらうことになるわけだが、かなり自分の好みを言い合って「こんなグループワークをしたい」という意見が出されるため各人の個性がみえる。今までの自己開示しないSSGのグループの雰囲気とは違い濃い関係になっている。連絡先の交換や友達関係付き合いも当然はじまってくる。大事にしているのはミーティングの雰囲気で、私たちも一緒に参加してアイディアを出したりするが、私たちが仕切って決めるわけではなく一緒に考える。スローガンは「安心してスベれるサポーター会議」なので、しょうがないことを言っても安心してスベれる、あたたかい目で見られるという大阪の文化があるので、私もボケまくってもみなさんが突っ込んでくれる。

4-4. やりたいことがアイディアになる

それから「筋道つけず拡散させよう」と寄り道をたくさんしながらダラダラとお喋りしながら企画を練っていく会議をしている。傾向として新しいことをやりたい人が多い。みなさん家で自分のパソコンなどで調べてくる。例えば何年か前に流行った「おにぎらず」というにぎらないでサンドイッチのように調理するものがありそれをつくる企画もあった。「あなたの知らないアナログゲームの世界」という企画もあった。ボードゲームといえば人生ゲームやウノとかトランプのようなものになるが、最近ではさまざまなボードゲームが流行っている。私もボードゲームにはまっていて、そういう情報を調べてくれる人もいる。

また博物館やリスがいる公園に行くことについて情報を調べてきて外出企画を行ったこともある。一人ではできないがやってみたかったことを挙げる人が多かったように思う。例えば「お菓子の家をつくろう」という企画では、話にはよく聞くお菓子の家を実際につくる試みで、いくつかのグループに分かれビスケットやクリームなどを使い、他にスティック菓子を木に見立ててつくっていた。また外遊びの企画としてテレビでもたまに取り上げられる大きなシャボン玉をつくる企画も行った。子ども心に思っていたけれどもやらなかったことを提案してくれた。このような「一人ではできないからみんなでやってみよう」といった企画をみなさんが出してくる。

4-5. Iさんの変化

Iさんは「ピアサポート活動をやる前はグループのスタッフが企画したほうが効率的だ。なぜ僕たちがやらなくてはいけないのか。会議で話し合うのは無駄。さっさと決めてしまったほうが楽だ」と最初は思っていたが、実際に会議で話し合ってみるとこういう時間が大事だと思えるようになったと後で語ってくれた。またIさんは、他のグループについては「傷のなめ合い」と述べていたが、企画する場合は「他にどんなことをグループがやっているのかが気になるので教えてほしい」といわれ、今までは拒否されていたので案内しなかったが、他のグループ企画の案内チラシをみせたところ、「これ見に行ってみます」と参加するようになった。

Iさんは音楽とか文学に詳しく、ピアサポーター活動以外で講座のプログラムで講師を務めてもらえると思えば依頼したところ「私なんて音楽や文学が語れるほど詳しくないですよ」と断られた。「そうですか。別に音楽や文学でなくてもいいのですが」と言ったら「どうしてもというなら、それでは何か別に話せることを考えてみます」と約束してくれた。後日「UF0～空を飛ぶ人の心」というデザインのチラシを作成してくれた。Iさんは『UF0の目撃事件の歴史を振り返る』というタイトルで話したい。みなさん参加したいですか」と語りかけた。私はこのチラシをみたとき正直なところマニャックな内容なので心配にはなったが、多くの参加者が集まってくれた。何がヒットする内容なのかまったくわからない。

グループワークの企画だけではなく体験談を話してもらいたいと思い、ひきこもりサポーターの養成講座とは別の講座を開催した。体験談発表をしてもらうための準備として「サカイ話し手養成講座」

を実施した。これは体験談を家族教室やグループワーク、研修などで話す機会がたくさんあるなかで準備してもらい発表してもらおう。Iさんもこれに参加して「バラエティ就活笑百科」というタイトルで発表してもらった。内容は仕事の体験談を聞きたい人が結構多いので、就職活動や就職された人の体験談を私たちが企画しIさんに来てもらい3人の人が3回ずつ発言してもらった。家族教室における本人の話というのはとても人気があるように思う。Iさんも大勢の家族の前で話してくれた。

4-6. ピアサポートから就労へ

「バラエティ就活笑百科」が実施されたときIさんは仕事をしていた。ピアサポーターをやった後に介護職員初任者研修、昔のホームヘルパー2級を受講されて介護職として働いている。この講座でIさんはピアサポーター活動をしてきて仕事をしたいと思い、研修を受けて介護の仕事をしていることや仕事の内容について紹介してくれた。グループの参加者は「介護ではしもの世話をするのはですね。大変だと思います。私にはしもの世話などとてもできません」と質問を出した。Iさんの回答は「うんちやおしっこなんて臭いだけのものです。大したことはありません。それよりも本当に怖いのは人間です」という内容だった。私は現在も苦しい思いをしながら仕事をされているIさんのこの言葉にとっても感銘を受けた。ただIさんは仕事の大変さなどの愚痴を家族には話さない。両親も心配されて続けて相談に来られていたが、家では何も話さないというなかで、昼間は仕事をしているためグループ活動やピアサポーター活動にも参加できなくなったIさんは仕事場と自宅を往復するだけの生活になっている。一息つける場所がなく仕事をした後の孤立の問題もある。家族が心配されていることはIさんも承知していることだが、家で仕事の愚痴を言えば家族が心配して「そんなことを言わないで頑張る」と言われ、余計に話しにくくなるのかと思った。

そのため就労後に話せる場所をイメージして立ち上げたのが、「このサカイの片隅に」という自助グループである。日中に仕事をしているためにグループ活動に参加できない人たちが夜間に集まってボードゲームをしたり会話をしている。私も今は職場を離れてしまったが、ここに関しては仕事と関係なく独立した自主グループなので毎回参加してボードゲームで遊んでいる。私自身が完全に癒されている。Iさんも毎月参加してもらい、会場の手配など手伝いをしてもらっている。他にも会計事務や菓子類を調達する人も参加者で分担し対応している。結構Iさんは仕事の愚痴をよく話してくれるので良かったと思う。これからも続けていきたい。ただ残念ながらブログを開設しているが、パスワードで開くようにして全公開していない。知らない人に参加してほしいためだが、参加者で決めたことなので構わないと思う。

5. 終わりに

SSGという形で試行錯誤をしながら利用することに対してハードルの低い方法を考えて興味のあるプログラムをまず利用する。Kさんが遊戯王カードやスマッシュブラザーズで遊びたい人が集まれる企画を立て、図書館のボランティア体験や講座なら参加できるようするなど、参加することのハードルを考えながら企画する側になれる仕組みもつくり仲間と一緒に楽しく企画してもらい、ピアサポーター活動、グループワークを中心に考えてもらう。

そしてもう一つは講師をすること。講座形式やワークショップや創作講座の講師や、体験談発表の講師をやってもらおう。このような形でSSGが成り立っていると考えたとき、多くは利用者が、Iさんのようにボランティアの講座から入っているがメインは企画する側になってから利用する側になる方もいれば、一部講師から入る方もいる。みんなの輪に入るのが嫌だとか企画会議で人の中に入るのが嫌な人でも、自分の得意なことで例えばクラシック音楽に詳しい方に講師を依頼すると引き受けてくれる方もいた。講師に対しては謝礼金を支払うことができるが多様な機会があることが大事だ。私たちは「就労支援はしない」というコンセプトがある。就労した人の体験談を聞く機会はあったが、

履歴書の書き方だとかは一切やっていない。それは地域若者サポートステーション(以下、サポステ)がやっている。興味ある方に対してはサポステの見学会をしたことはあるが、そこから先はサポステで対応してもらおう。

その人にとってSSGに参加することがひきこもりのゴールではないがプロセスのうちの一つではないかと思っている。

7. 当事者・ピアサポーター双方の効果を測定するアンケート調査結果

本事業ではひきこもりピアサポート活動の効果を測定するため絵葉書によるピア・アウトリーチを利用した当事者(家族)を対象にした質問紙郵送アンケート調査並びに担い手のひきこもりピアサポーターに対する質問紙郵送アンケート調査を併せて実施した。調査は当事者とピアサポーター双方に行うことでピアサポート活動が本来意図する一方的な支援ではない相互支援(互惠性)を見出すことを目的とした。

7-1. 調査の実施期間及び方法

調査実施にあたっては、前述してきたように2018年12月の第4回事業推進委員会において調査票項目等の検討を協議したうえで質問紙郵送アンケート調査票の作成を行い、該当する当事者(家族)50名並びにピアサポーター8名宛に郵送し2019年1月末までの約1か月間を設定し、専用の返信用封筒(受取人払い)にて回収してもらえるよう努めた。

また調査票郵送にあたっては事業推進委員会での意見を受け、とくに利用する当事者に向けた調査票の文面や文字体をはじめ、回答のお願いを呼びかける独自の絵葉書を作成し同封するなど当事者が答えやすいよう気配りや心配りを行った。申込み者が家族の場合は家族宛に調査票を郵送し、当事者本人に回答が無理な場合は家族が本人に代わり代弁して無記名にて回答することができるようにした。

7-2. 倫理的配慮に基づく調査分析

調査票を郵送した結果、2019年1月末(一部2019年2月上旬)までに最終的に回収された有効回答者数は当事者50名中31名、ピアサポーター8名中8名であった。回収率はそれぞれ当事者62%、ピアサポーター100%であった。

回収された有効回答者数のすべての調査データはMicrosoft Excel2016のワークシートに入力して、SSRI 量的アンケート集計・分析ツール BellCurve hidekichi Dplus, 株式会社社会情報サービスのコンピューターソフト・ウェアを使用して解析、各設問の単純集計に加えクロス集計、平均値集計を実施した。なお統計分析のソフト・ウェア上、複数回答や端数処理関係で各項目の合計が100%にならない場合がある。

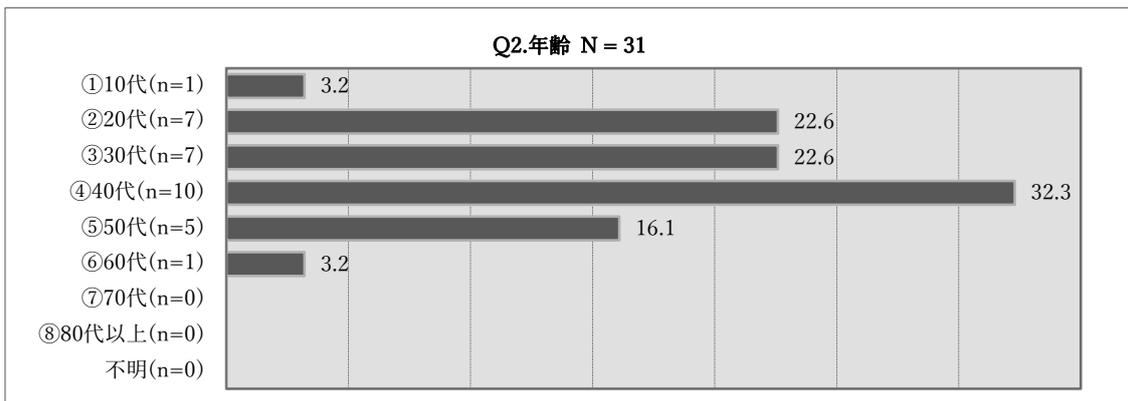
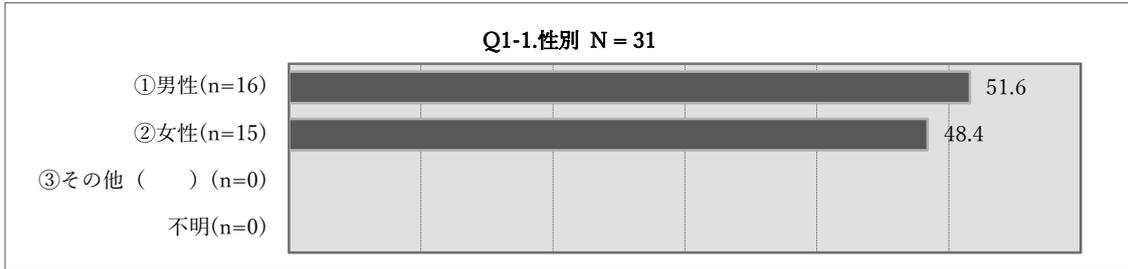
また自由記述回答の設問(FA)についてはテキストマイニング法(TM法)による質的研究を取り入れトレンドサーチ 2015, (株)社会情報サービスのコンピューターソフト・ウェアを用いて文章データからの重要語句の抽出とその関連性を可視化する解析処理を行った。

テキストマイニング法とは、回答されたアンケート調査票に記載された文章からなるデータを単語及び用語(ターム)、文節で区切り、それらの出現の割合や共出現の相関関係、出現傾向、時系列などを解析することで有用な情報を導き出すテキストデータによる統計分析方法である。

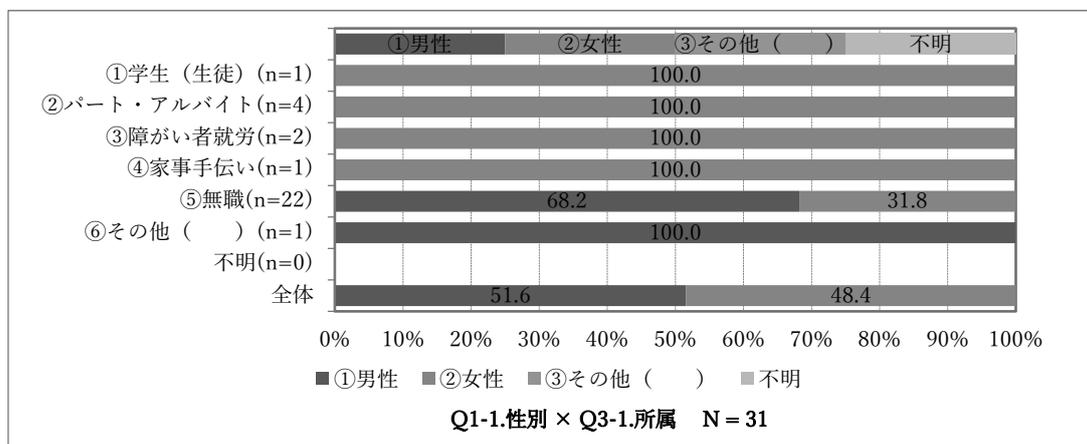
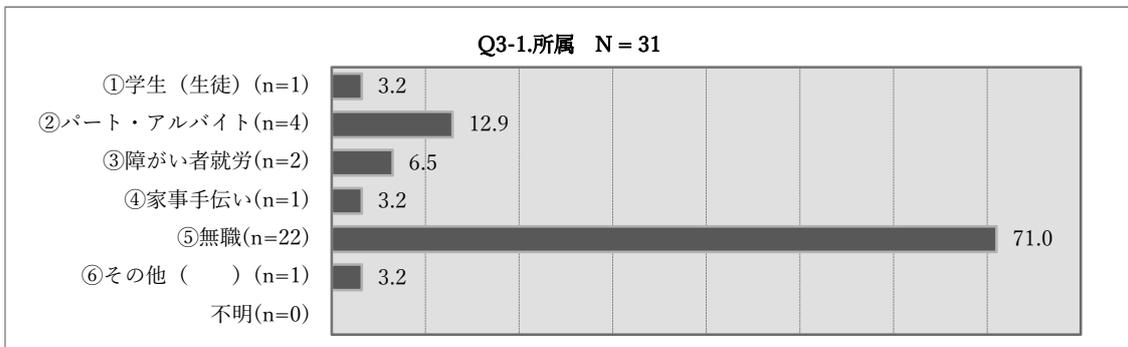
郵送調査は一般社団法人日本社会福祉学会研究倫理指針に従い、ひきこもり当事者本人やその家族の了解のもと個人や地域、所属先などの情報が特定されないよう十分配慮しながら実施した。

7-3. 当事者（家族）による調査結果

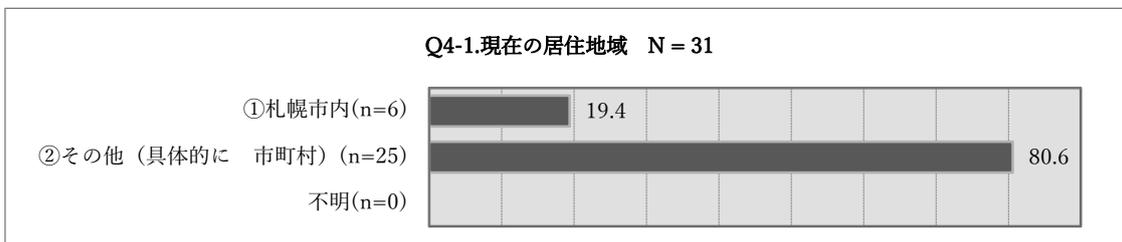
まず当事者（家族が当事者本人に代わって回答したものも含む）による調査結果から見てみよう。回答者である当事者の基本情報についてである。



利用した Q1-1. 当事者の性別については、大きな差はなく「男性」16人 (51.6%)、「女性」15人 (48.4%) とほぼ同数の結果となった。Q2. 当事者の年齢では「40代」10人 (32.3%) ともっとも多く、次いで「20代」「30代」各7人 (22.6%)、「50代」5名 (16.1%)、「10代」「60代」各1人 (3.2%) となった。

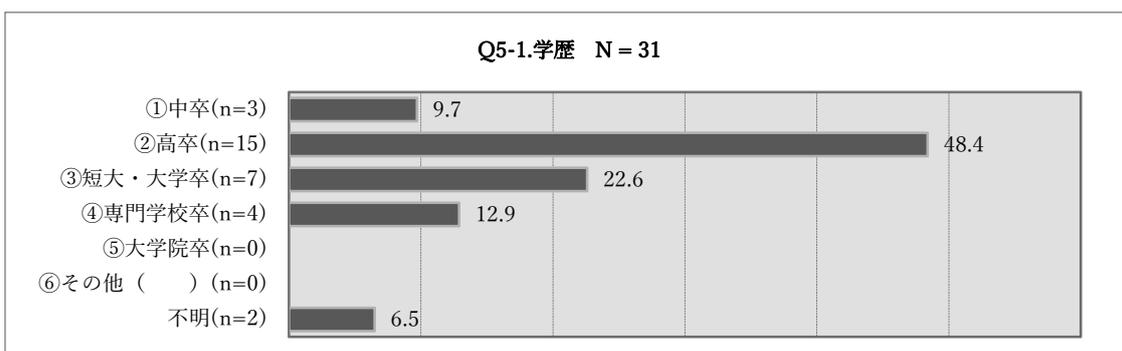


Q3-1. 当事者の現在の所属については、「無職」22人(71.0%)がもっとも多く、Q-1.「性別」×Q3-1.「所属」のクロス集計結果では男性(68.2%)の比率が高かった。「パート・アルバイト」4人(12.9%)や「障がい者就労」2人(6.5%)、Q3-1-1.「その他」1名(3.2%)の「短期アルバイト」を含めても仕事に就いている人は全体の22.6%に留まりQ-1.「性別」×Q3-1.「所属」のクロス集計分析では全員「女性」であった。また「学生(生徒)」「家事手伝い」各1名(3.2%)は少数であった。

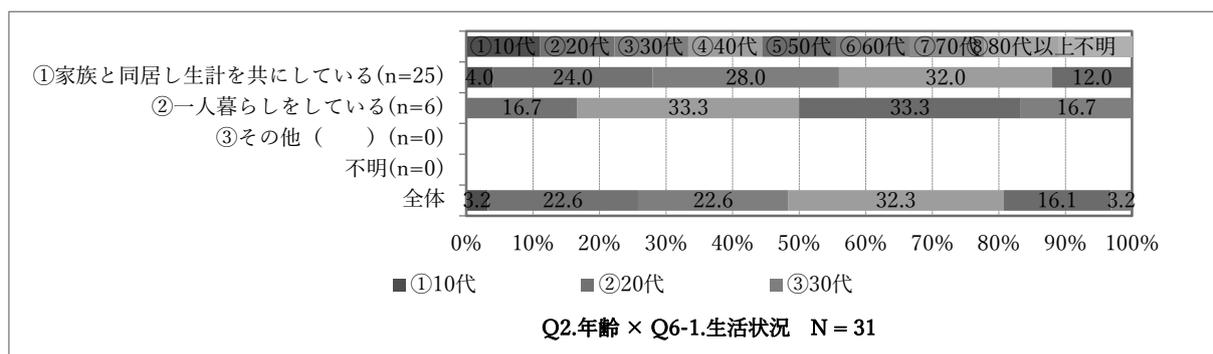
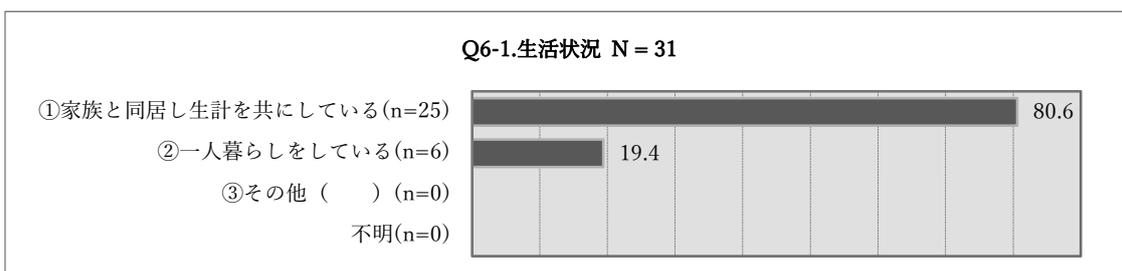


Q4-1. 当事者の現在の居住地については、「札幌市内」6人(19.4%)、「その他」25人(80.6%)となり、とりわけひきこもり関連のサービスに限られる札幌市以外のニーズが高かった。

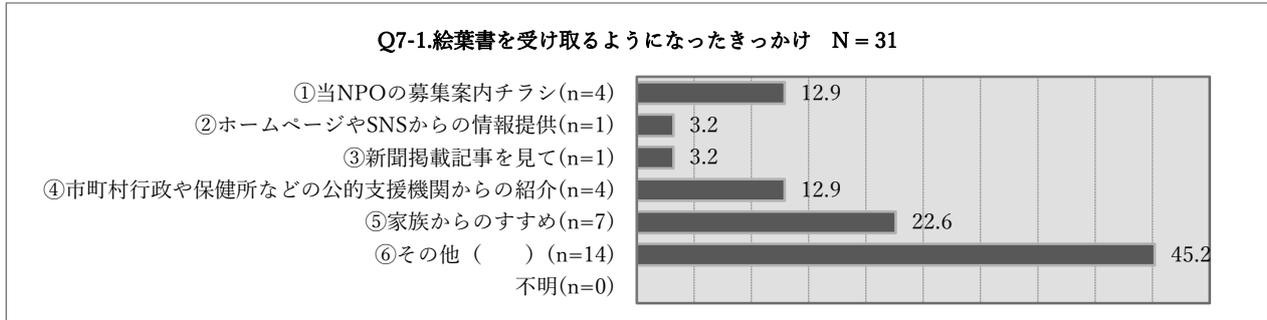
Q4-1-1. 「その他」の内訳としては、北海道第二の中核都市旭川市をはじめ函館市、小樽市、帯広市、室蘭市、名寄市や上川郡など町村郡部などである。また道外においては新潟県、岐阜県、埼玉県に在住する当事者の利用もあった。これらはインターネットなどの情報提供から利用に結び付いたものであった。



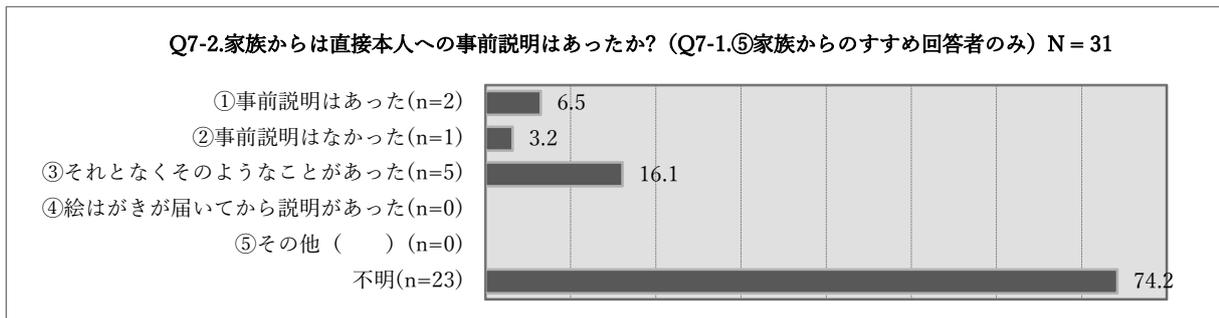
Q5-1. 当事者の学歴については、「高卒」15人(48.4%)と最も多く、次いで「短大・大学卒」7人(22.6%)、「専門学校卒」4人(12.9%)、「中卒」3人(9.7%)、「N.A」2人(6.5%)となった。



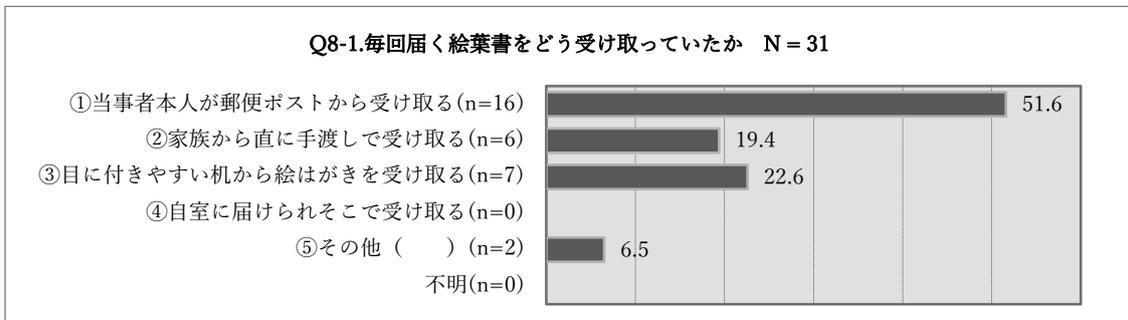
Q6-1. 当事者の生活状況については、「家族と同居し生計を共にしている」25人（80.6%）と全体の8割を占めもっとも多く、親が当事者本人の中心的な生活経済面の支えになっていることがわかる。また「一人暮らしをしている」当事者は6人（19.4%）であり、Q2. 年齢×Q6-1. クロス集計結果で見ると年齢が40代以上になるにつれその割合が増えている。両親が高齢となり親亡き後一人で生活する当事者が増える傾向として理解できる。



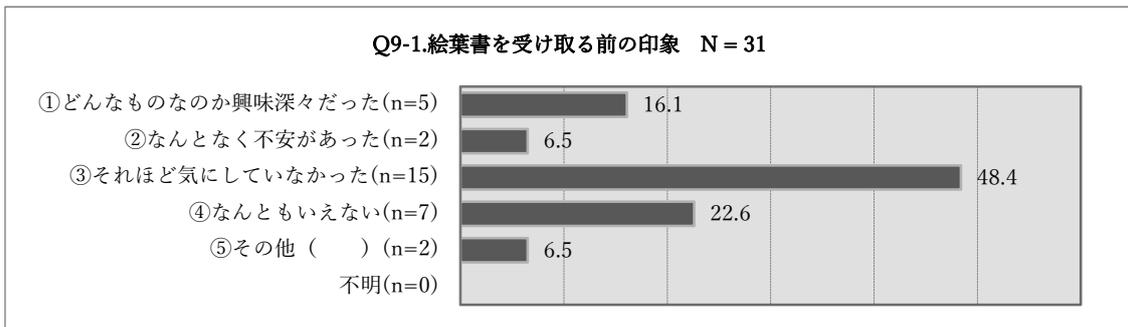
Q7-1. 当NPOのピアサポーターから絵葉書を今回受け取るようになった、そのきっかけについては、「その他」14人（45.2%）を占めた。Q7-1-1. 「その他」の内訳としては、知人や保健所・親の会のスタッフなどからの情報提供やインターネットコミュニティ「girls channel」といった口コミサイトがもっとも多く、次いで「家族からのすすめ」7人（22.6%）、「当NPOの募集案内チラシ」「市町村行政や保健所などの公的支援機関からの紹介」各4人（12.9%）で、「ホームページやSNSからの情報提供」「新聞掲載記事を見て」は各1人（3.2%）とごく少数に留まった。



さらにQ7-2. 設問Q7-1. で「⑤. 家族からのすすめ」と回答した7名に対して絵葉書を受け取る心構えとして家族から直接本人への事前説明があったかについては、「事前説明はなかった」1人（3.2%）を除いて「それとなくそのようなことがあった」5人（16.1%）、「事前説明はあった」2人（6.5%）と回答した。

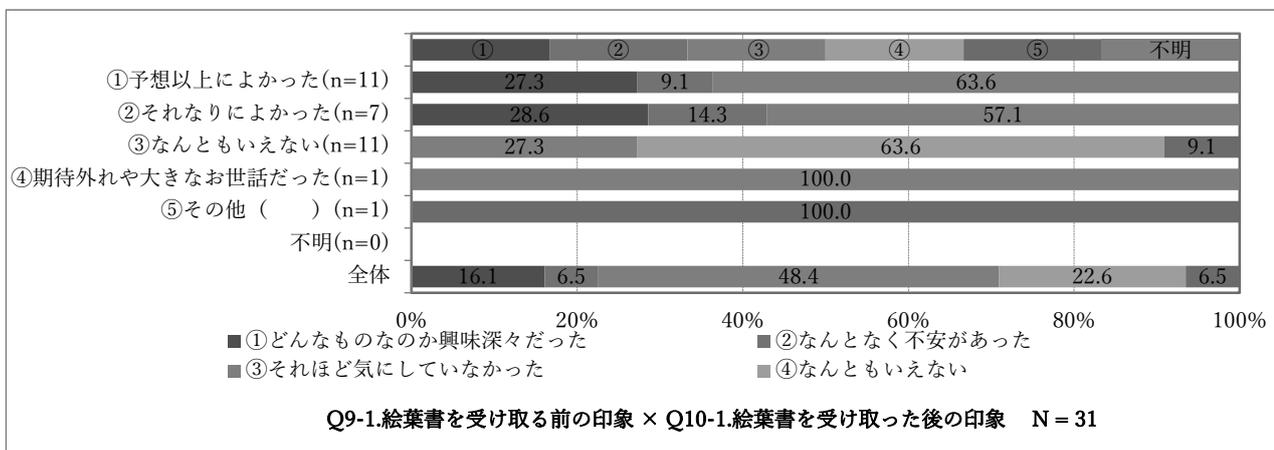
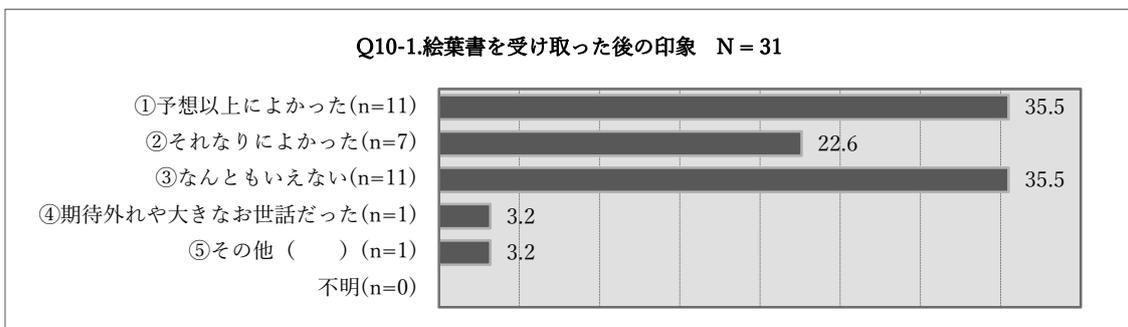


Q8-1. 当NPOのピアサポーターから毎回届く絵葉書をどのようにして受け取っていたかについては、「当事者本人が目につきやすいテーブルに置かれたところから絵葉書を受け取る」7人（22.6%）「家族から直に手渡しで受け取る」6人（19.4%）がある一方で、「当事者本人が郵便ポストから受け取る」16人（51.6%）が半数以上を占め利用する当事者が自ら届けられる絵葉書を受け取っていることがわかった。



Q9-1. 当 NPO のピアサポーターから発信される絵葉書を受け取る前の印象はどのようなものであったについては、「それほど気にしていなかった」15人 (48.4%) ともっとも多く、次いで受け取る前からは「なんともいえない」7人 (22.6%)、「どんなものなのか興味津々だった」5人 (16.1%) と続いた。「その他」2人 (6.5%) の内訳は、Q9-1-1. 「今回ははじめてだからわからない」と回答し、「なんとなく不安があった」は2人 (6.5%) であった。

また「なんとなく不安があった」2人 (6.5%) についてはクロス集計分析では「家族のすすめ」や「市町村行政や保健所などの公的支援機関からの紹介」された当事者であった。

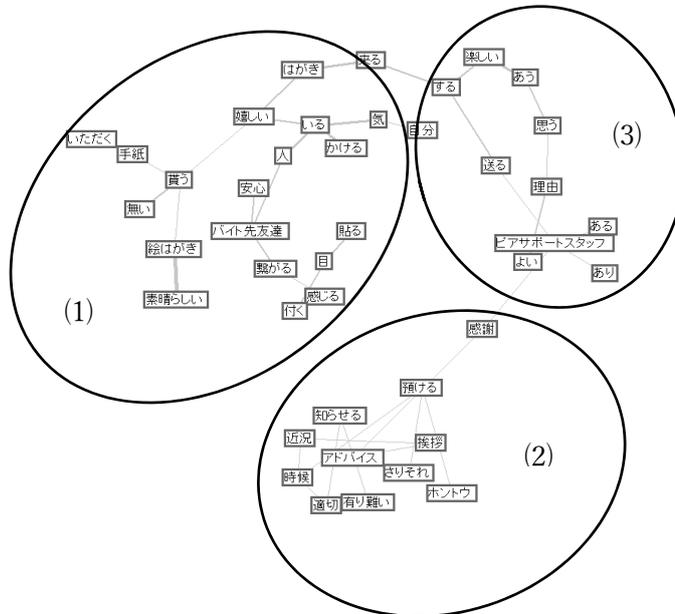


Q10-1. 当 NPO のピアサポーターから発信される絵葉書を受け取った後の印象はどのようなものだったかについては、「予想以上によかった」11人 (35.5%)、「それなりによかった」7人 (22.6%) を合わせると 58.1% と全体の半数以上を占めた一方で、「なんともいえない」11人 (35.5%) があった。「期待外れや大きなお世話だった」「その他」各1人 (3.2%) と少数であったが、その内訳では Q10-1-1. 「急に届いたから受け取る前の印象なんかない」という率直な意見が寄せられ申込みの際に紹介する家族や支援者が当事者本人に絵葉書が届くことを事前にしっかりと説明しているかが問われる結果となった。

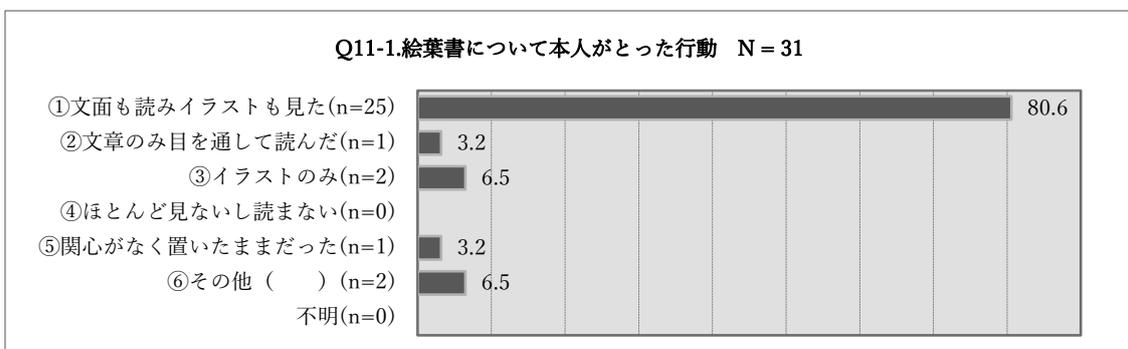
また Q9-1. 絵葉書を受け取る前の印象 × Q10-1. 絵葉書を受け取った後の印象のクロス集計結果では、絵葉書を受け取る前の印象として「どんなものなのか興味津々だった」と回答した5名全員及び「なんとなく不安があった」と回答した2人全員が絵葉書を受け取った後の印象では「予想以上によかった」

4人、「それなりによかった」3人と回答、さらに絵葉書を受け取る前の印象として「それほど気にしていなかった」と回答した15人のうち11人が絵葉書を受け取った後の印象では「予想以上によかった」7人、「それなりによかった」4人とそれぞれ回答した。絵葉書を受け取る前の印象として「なんともいえない」と回答した7人は絵葉書を受け取った後の印象でも全員「なんともいえない」と回答した。

図-1) 絵葉書を受け取って「よかった」と思ったその理由に関する TM 法による解析結果

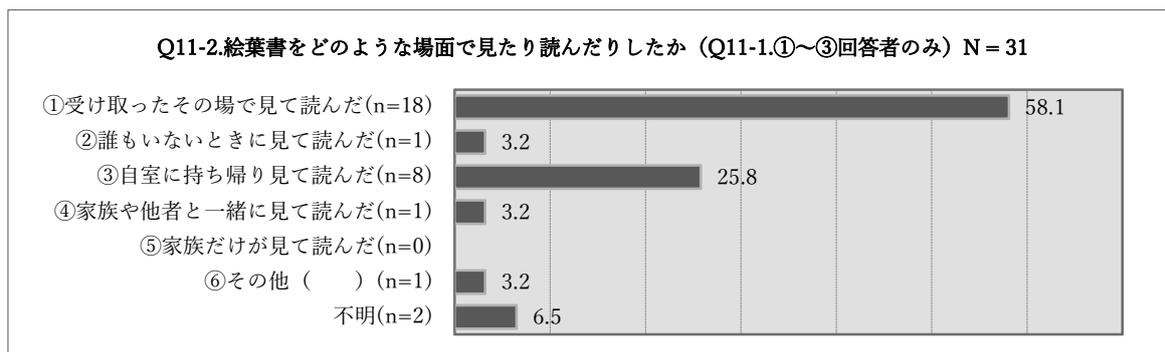


Q10-2. 設問 Q10-1. で「①. 予想以上によかった」「②. それなりによかった」と回答したその理由に関する自由記述回答 (FA) ではテキストマイニング法 (TM 法) を用いて解析した。その結果、大きく 3 点がその理由として挙げられた。(1). 「絵葉書を通した他者とのつながり」ができたことである。バイト先の友達以外で安心してつながることができる他者が絵葉書を通して見出された。(2). 「絵葉書に添えられたコメント」がよかったこと。近況や時候のお知らせやときにはさりげない適切なアドバイスがこれにあたる。最後(3). 「ピアサポートスタッフ」からの発信がよかったという意見である。ピアサポーターから絵葉書が郵送される意義がここでは示されている。一方、Q10-3. 「期待はずれや大きなお世話だった」という理由では、「興味深い資料・新しい情報は欲しいが季節の挨拶等は不要」とする意見があった。当事者にとってはたわいもない季節感がよいという人もいればそうでない人もいるので一度も会ったことがない当事者に対しては関わりながらその都度軌道修正していくことが求められる。

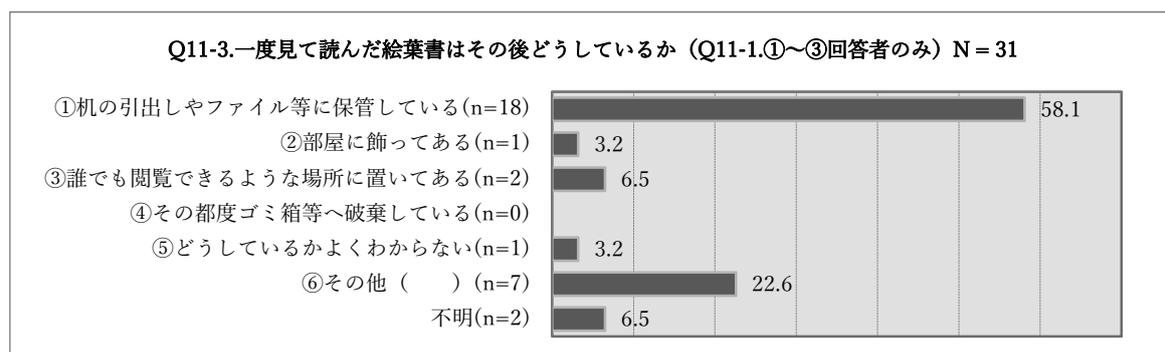


Q11-1. 毎回受け取ってきた絵葉書について利用する当事者本人がとった行動については、「文面も読みイラストも見た」25人(80.6%)と回答した当事者が全体の8割を占め、「イラストのみ」2人

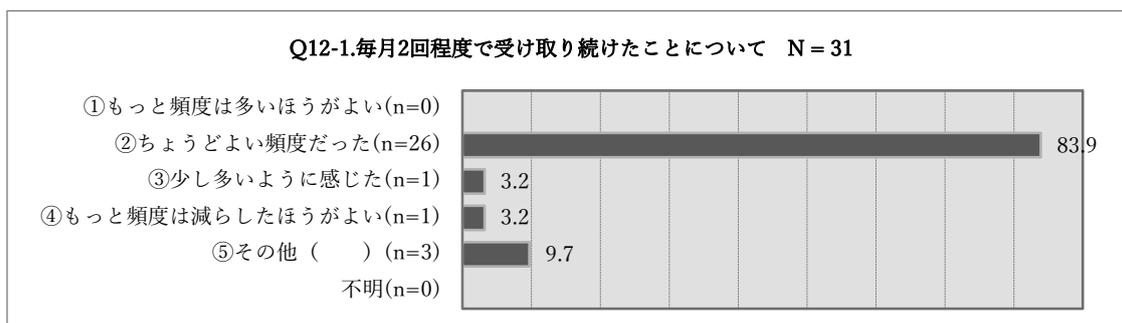
(6.5%) 「文章のみ目を通して読んだ」「関心がなく置いたままだった」各1人(3.2%)はごく少数で、「ほとんど見ないし読まない」と回答するものは、まったくいなかった。



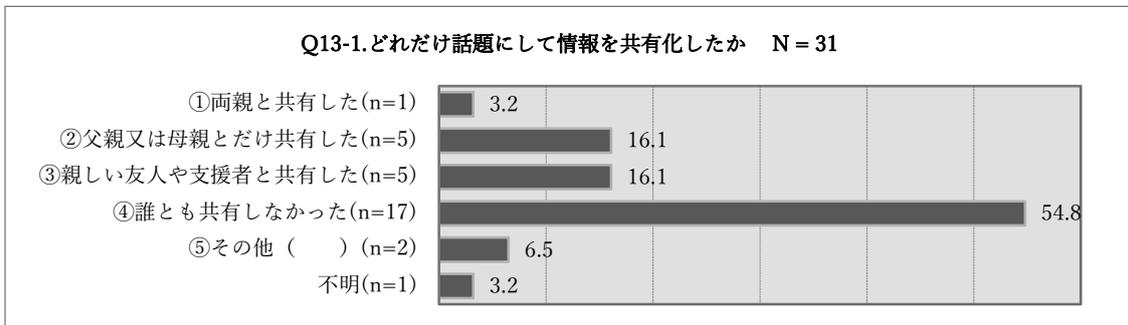
Q11-2. 設問 Q11-1. で「①. 文面も読みイラストも見た」「②. 文章のみ目を通して読んだ」「③. イラストのみ」と回答した当事者で受け取った絵葉書をどのような場面でそれを見たり読んだりしたかについては、「受け取ったその場で見て読んだ」18人(58.1%)が全体の半数以上を占め、次いで「自室に持ち帰り見て読んだ」8人(25.8%)と回答した。「誰もいないときに見て読んだ」「家族や他者と一緒に見て読んだ」各1人(3.2%)はごく少数で「家族だけが見て読んだ」と回答したものはなかった。「その他」1人(3.2%)の内訳は、Q11-2-1. 「親は見ていると思うのですが気持ちがわからない」と当事者が親に感想等を語らない現状が伺えられた。



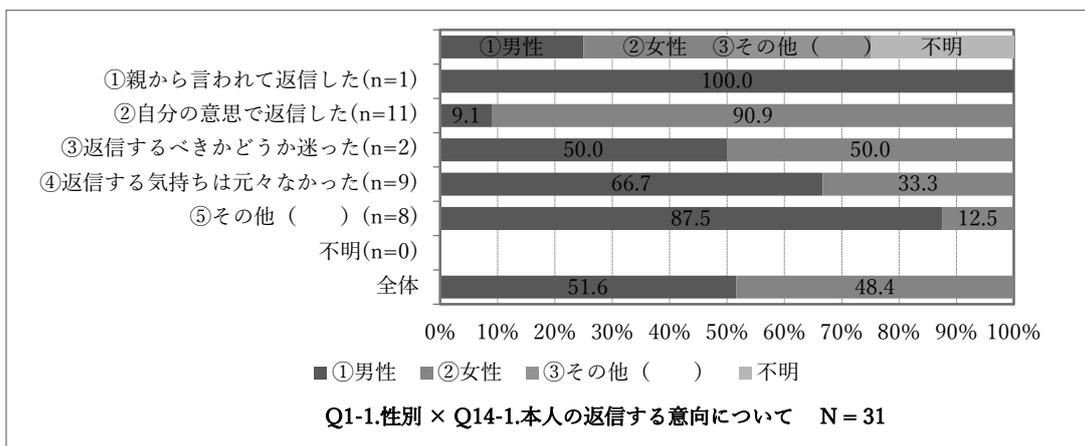
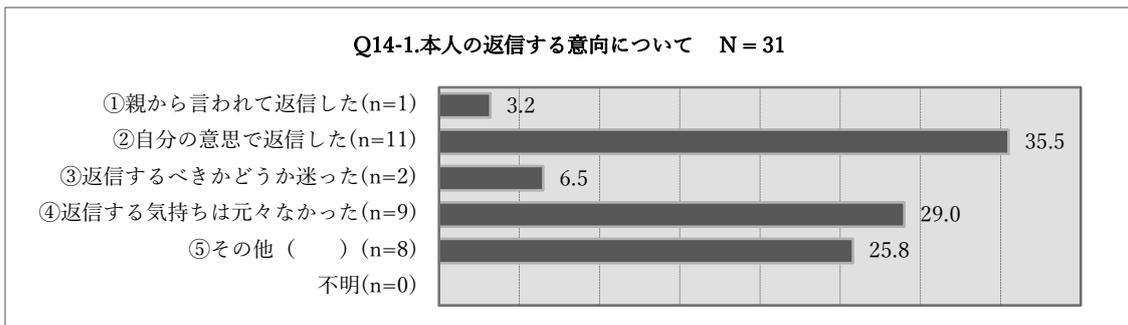
Q11-3. 設問 Q11-1. で「①. 文面も読みイラストも見た」「②. 文章のみ目を通して読んだ」「③. イラストのみ」と回答した当事者で一度見て読んだ絵葉書はその後どのようにしているかについては、「机の引き出しやファイル等に保管している」18人(58.1%)と半数以上を占め、続く「その他」7人(22.6%)の内訳ではQ11-3-1. 「とってある」「そのままテーブルに置くので親が保管している」「自室ではなく茶の間に保管している」「ある程度たまったらシュレッダー」「最初は保管していたが途中から破棄するようにした」など詳細に回答した。また少数ではあるが「誰でも閲覧できるような場所に置いてある」2人(3.2%)、「部屋に飾ってある」「どうしているかよくわからない」各1人(3.2%)も見られた。



Q12-1. 毎月2回程度の頻度で絵葉書を受け取り続けたことについては、「ちょうどよい頻度だった」26人(83.9%)と全体の8割以上を占め、「少し少ないように感じた」「もっと頻度は減らしたほうがよう」各1人(3.2%)とごく少数に留まった。Q12-1-1. 「その他」3人(9.7%)の内訳では当事者本人と親との会話がなく「なんともいえない」という回答があった。

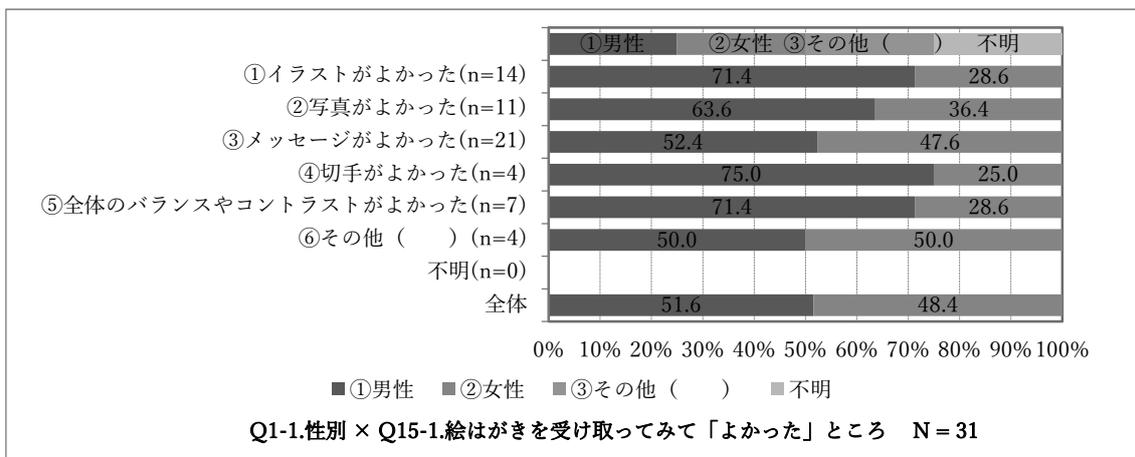
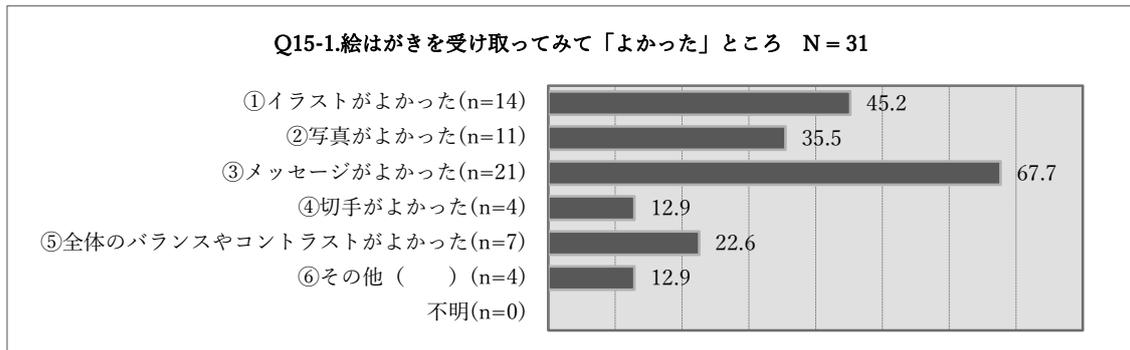


また Q13-1. 受け取った絵葉書について家族や周囲の人たちとどれだけ話題にして情報を共有化したかについては、「誰とも共有しなかった」17人(54.8%)と最も多く、次いで「父親又は母親とだけ共有した」「親しい友人や支援者と共有した」各5人(16.1%)という当事者が2割弱存在したが、「両親と共有した」は1人(3.2%)に留まった。「その他」2人(6.5%)の内訳では、「カウンセラーさんと話題になることがあった」と回答した。



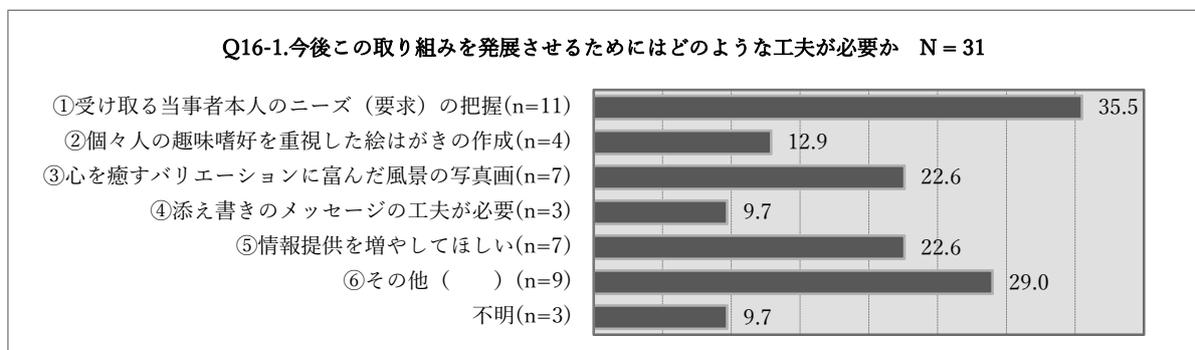
Q14-1. 受け取った絵葉書に対して当事者本人が返信する意向については、「親から言われて返信した」が1人(3.2%)あった以外は「自分の意思で返信した」11人(35.5%)が最も多く、返信を求めないことが前提であったにもかかわらず思いがけない返信が全体の3割以上あったが、Q1-1. 「性別」×Q14-1. 「本人の返信する意向について」のクロス集計結果では女性の返信率(90.9%)が男性(9.1%)より非常に大きかった。また「返信する気持ちは元々なかった」9人(29.0%)やQ14-1-1. 「その他」8人(25.8%)の内訳として「家族回答なのでわからない」「母親が返信したらというのが今のところは」「メールで返信した。年賀状を出した」「書くことが苦手で失礼している。スタッフか

ら返信しなくても良いと言われていたし金銭的な面もあるので返信しなかった」と本事業の趣旨に沿うものであった。



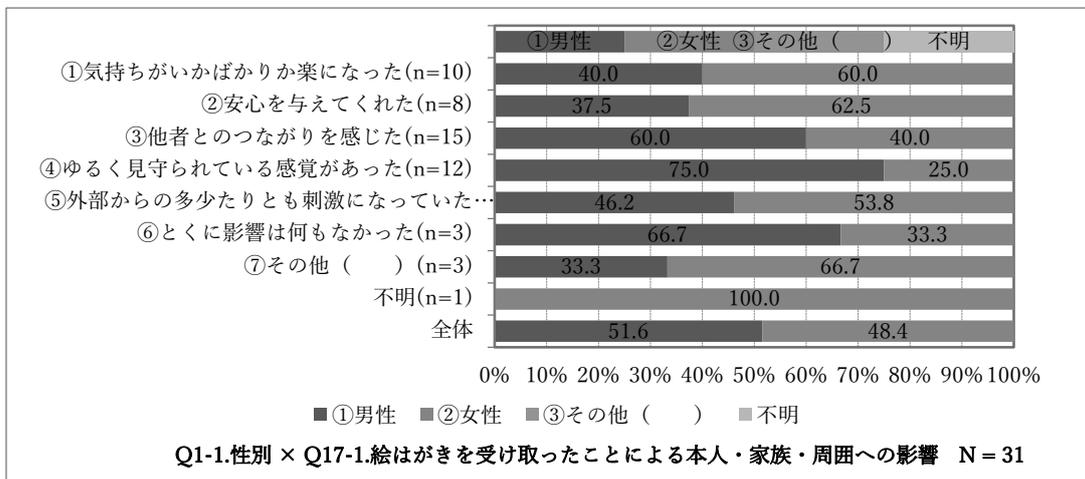
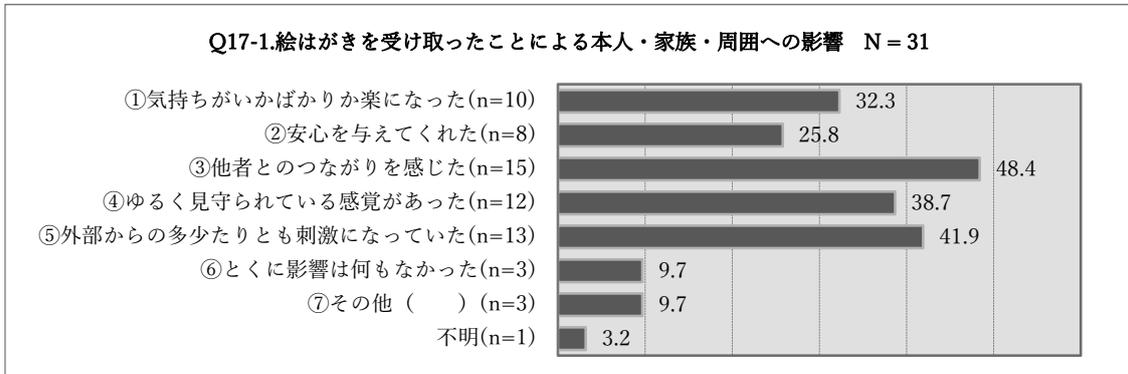
Q15-1. 本事業で当 NPO のピアサポーターから絵葉書を受け取ってみて「よかった点」については、「メッセージがよかった」21人（67.7%）で全体の6割以上を占め、次いで「イラストがよかった」14人（45.2%）、「写真がよかった」11人（35.5%）とひきこもり経験者ならではの有効な言葉や自作イラスト・写真を伝えることができた。

Q1-1. 「性別」×Q15-1. 絵葉書を受け取ってみて「よかった」ところのクロス集計結果では、「イラストがよかった」（71.4%）「写真がよかった」（63.6%）は男性の比率が多く、一番多かった「メッセージがよかった」は男女ともにその比率が高かった。また「全体のバランスやコントラストがよかった」7人（22.6%）、なかには「切手がよかった」「その他」各4人（12.9%）とする回答があった。Q15-1-1. 「その他」4人（12.9%）の内訳としては「うれしかった」とする感想が多く見られた。



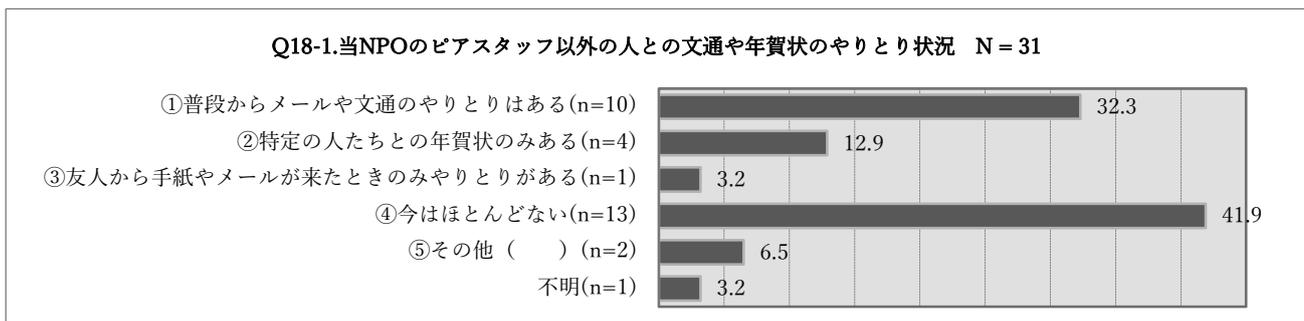
Q16-1. 今後この取り組みを發展させるにあたりどのような工夫が必要かについて当事者の立ち位置から聞いたところ、「受け取る当事者本人のニーズ（要求）の把握」11人（35.5%）が一番多く、続く Q16-1-1. 「その他」9人（29.0%）の内訳では「工夫が必要など恐れ多い」「現状の簡便なもの

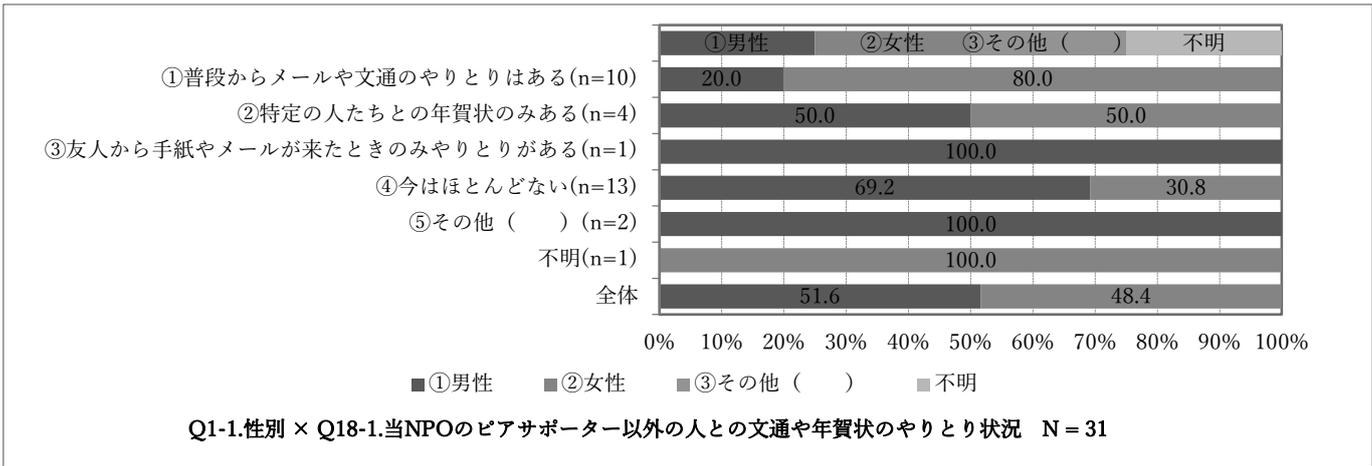
で充分」「葉書を送ってくださるだけでもそれぞれ何かしらの変化を感じていると思う」といったものから「ひと言添えるだけでもうれしい」「もっといろいろな人から絵葉書がほしい」「当事者がどれだけのことで悩んでいたか、どんな性格なのか知ったうえで何かしらのサポートがほしい」といった要望があった。また「心を癒すバリエーションに富んだ風景の写真画」「情報提供を増やしてほしい」各7人(22.6%)、「個々人の趣味嗜好を重視した絵葉書の作成」4人(12.9%)や「添え書きのメッセージの工夫が必要」3人(9.7%)もあった。



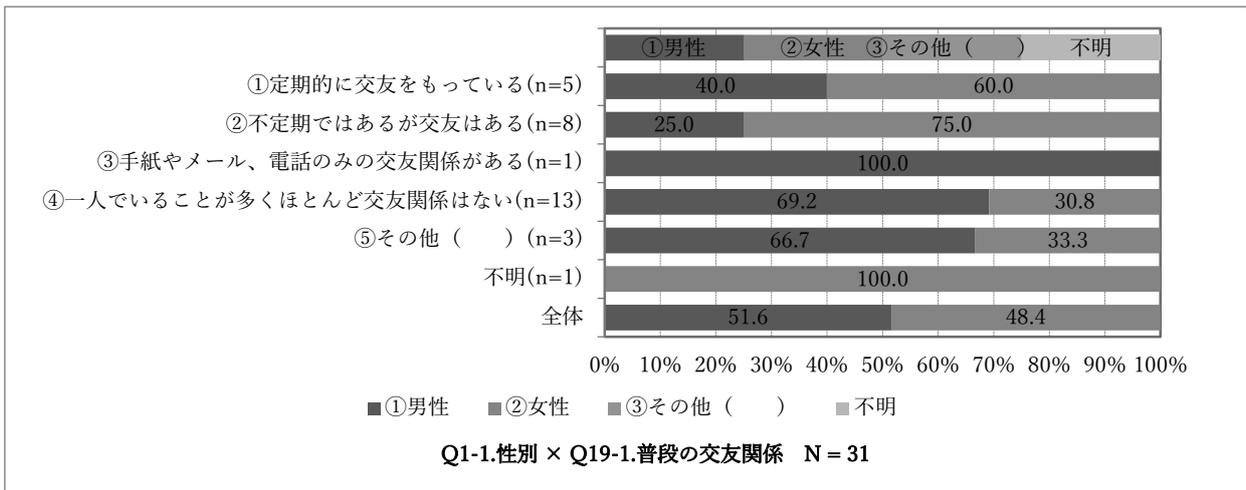
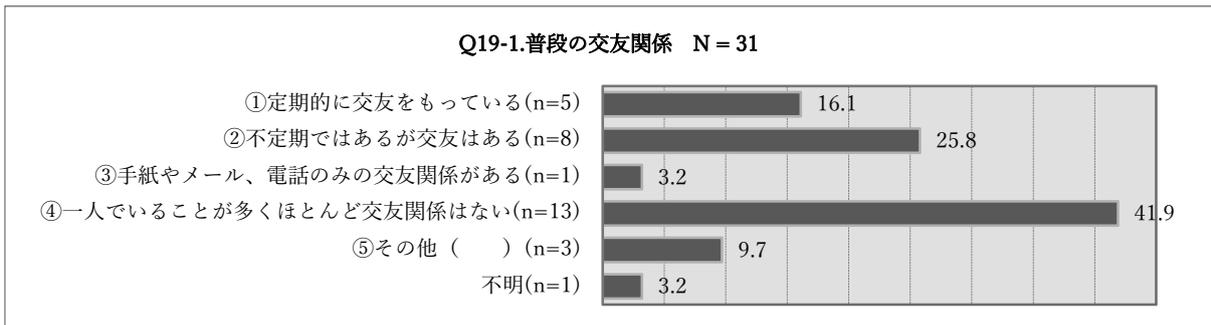
Q17-1. 毎回絵葉書を受け取ったことによる当事者本人や家族、周囲への影響については、「他者とのつながりを感じた」15人(48.4%)、「外部からの多少たりとも刺激になっていた」13人(41.9%)、「ゆるく見守られている感覚があった」12人(38.7%)、「気持ちがいかばかりか楽になった」10人(32.3%)「安心を与えてくれた」8人(25.8%)と続き、「とくに影響は何もなかった」3人(9.7%)に留まった。Q17-1-1.「その他」3人(9.7%)の内訳ではとくに記載事項はなかった。

Q1-1.「性別」×Q17-1.「絵葉書を受け取ったことによる本人・家族・周囲への影響」のクロス集計結果では、「他者とのつながりを感じた」(60.0%)、「ゆるく見守られている感覚があった」(75.0%)で男性の比率が高かった一方で、「気持ちがいかばかりか楽になった」(60.0%)、「安心を与えてくれた」(62.5%)は女性の比率が高かった。



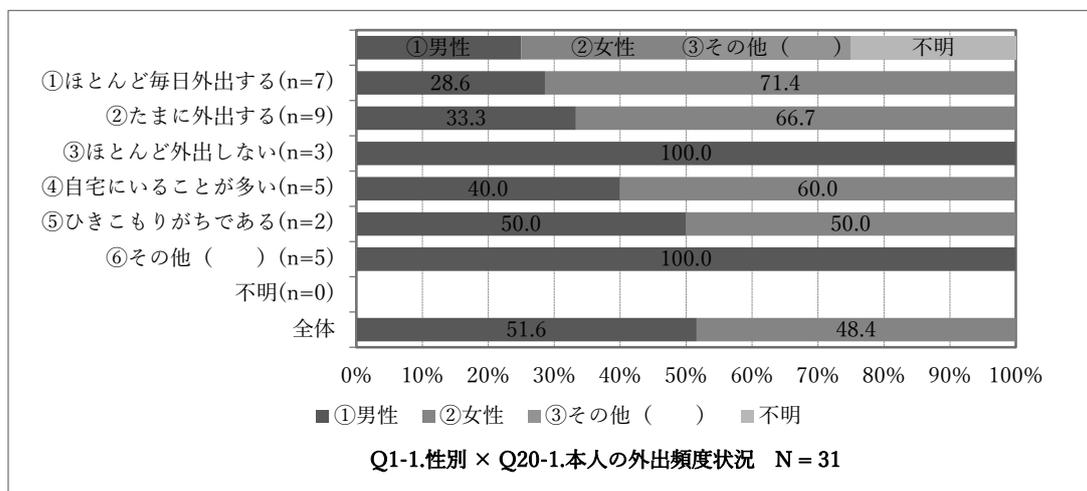
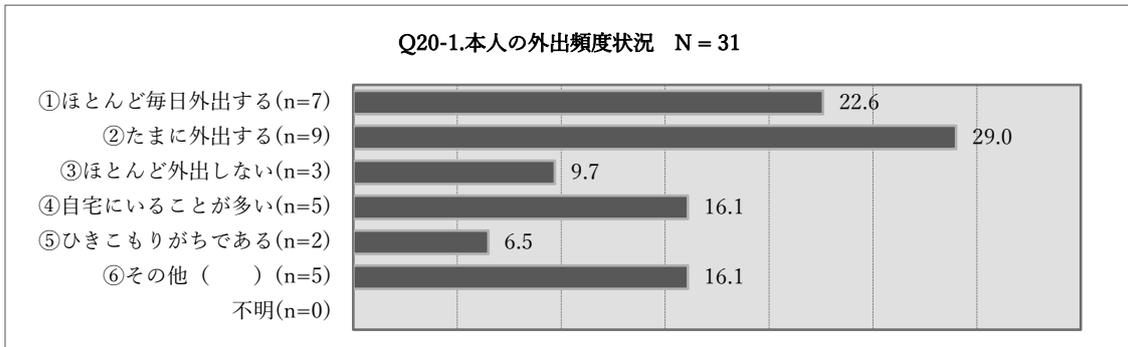


Q18-1. 当 NPO のピアサポーター以外の人たちとの文通や年賀状のやりとり状況については、「今はほとんどない」13人(41.9%)と多く、「普段からメールや文通のやりとりがある」も10人(32.3%)あるが、Q1-1.「性別」×Q18-1.「当NPOピアサポーター以外の人との文通や年賀状のやりとり状況」クロス集計結果でみると女性の比率(80.0%)が多く、「今はほとんどない」では男性の比率(69.2%)のほうが高かった。また「特定の人たちとの年賀状のみある」4人(12.9%)と少数、「その他」2人(6.5%)の内訳では「メール・電話ときどきある」「隔週おきに兄弟姉妹から電話がある」という回答があった。

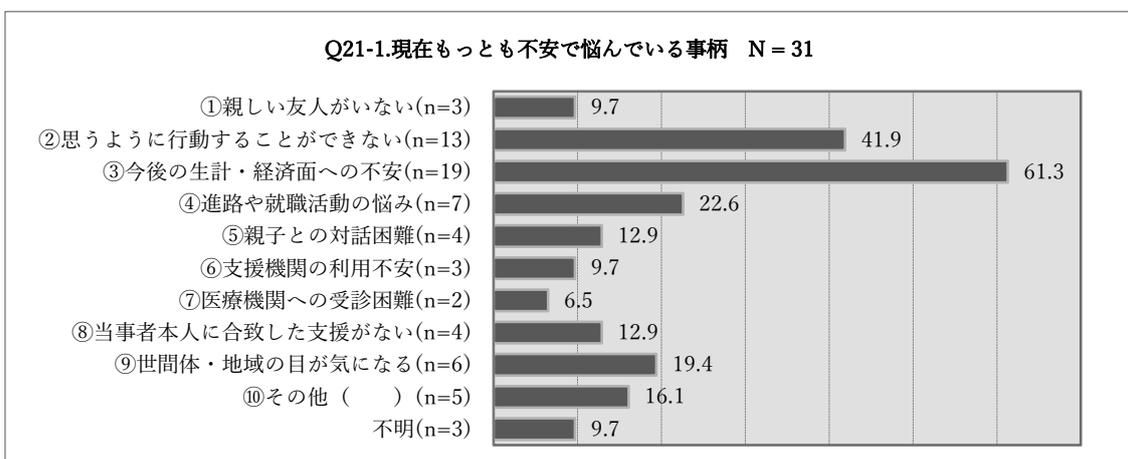


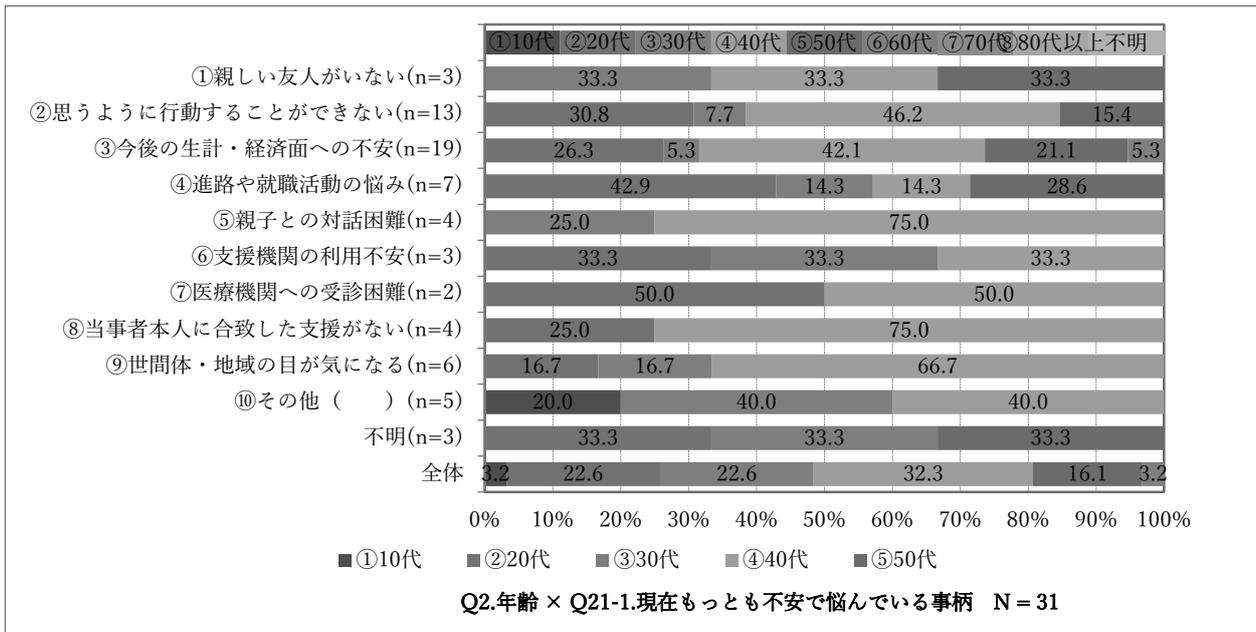
さらに Q19-1. 当事者の普段における交友関係でも「一人であることが多くほとんど交友関係はない」13人(41.9%)が一番多く、Q1-1.「性別」×Q19-1.「普段の交友関係」のクロス集計結果では男性の比率(69.2%)のほうが高く示している。一方「不定期ではあるが交友はある」8人(25.8%)「定期的に交友をもっている」5人(16.1%)が次いで多く、Q1-1.「性別」×Q19-1.「普段の交友関係」のクロス集計結果では、男性より女性の比率(75.0%, 60.0%)が高くなっている。

また少数ではあるが Q18-1-1. 「その他」 3 人 (9.7%) の内訳では「同窓会があるときは出席している」から「交友関係は全くない」まで回答があった。「友人からの手紙やメールが来たときのみやりとりがある」 1 人 (3.2%) でインターネットや SNS などが普及している今日においてその回答数は少なかった。

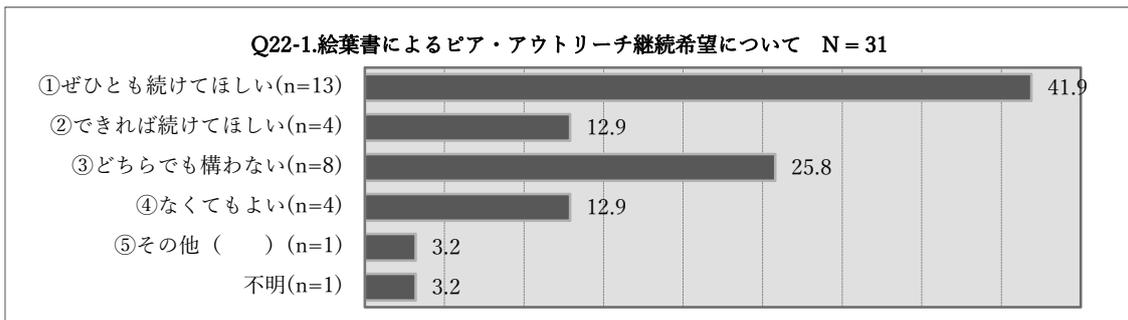


Q20-1. 当事者の外出頻度状況については、「たまに外出する」 9 人 (29.0%)、「ほとんど毎日外出する」 7 人 (22.6%) と多くの当事者は何らかの用事で外出をしているが、Q1-1. 「性別」 × Q20-1. 「本人の外出頻度状況」のクロス集計結果では、外出度合は女性の比率のようが高い傾向を示した。「自宅にすることが多い」「その他 (Q20-1-1. 内訳では「まったく外出しないや病院の通院や買い物ときだけ）」各 5 人 (16.1%)、「ほとんど外出しない」 3 人 (9.7%)、「ひきこもりがちである」 2 人 (6.5%) も全体の 43.9% を占め在宅生活となっている。





Q21-1. 現在もっとも不安で悩んでいる事柄については、「今後の生計・経済面への不安」19人(61.3%)が全体の6割を占め、Q2.「年齢」×Q21-1.現在もっとも不安で悩んでいる事柄のクロス集計結果では年代が進行するほどその不安度が高まっていることが伺えられた。また「思うように行動することができない」13人(41.9%)が全体の4割を占め、当事者本人が現状を何とかしたいという気持ちの現れとも理解できる。「進路や就職活動の悩み」は7人(22.6%)に留まりそれ以前の課題があることが伺えられた。地方圏に行けば行くほど「世間体・地域の目が気になる」6人(19.4%)、Q21-1-1.「その他」5人(16.1%)の内訳では「わからない」「3次元的には願望が実現しない」などといった回答が見られた。さらに少数回答としては「親子との対話困難」「当事者本人に合致した支援がない」各4人(12.9%)、「支援機関の利用不安」3人(9.7%)、「医療機関への受診困難」2人(6.5%)であった。



Q22-1. 今後も絵葉書を継続して受け取ることの希望については、「ぜひとも続けてほしい」13人(41.9%)、「どちらでも構わない」8人(25.8%)、「できれば続けてほしい」「なくてもよい」4人(12.9%)と継続希望する当事者が多かった。

またQ22-2.「ぜひとも続けてほしい」「できれば続けてほしい」と回答した理由についてテキストマイニング法(TM法)にて解析したところ、4つのカテゴリーが生成され、(1).絵葉書が届く喜びやつながる安心が得られること、(2).絵葉書を受け取ることで気持ちのハリや切り替えになること、(3).落ち込んでいるとき届く絵葉書から励ましを感じ取れること、(4).細かい糸で外部と接触していることで孤立の状態でなくなることが挙げられた。

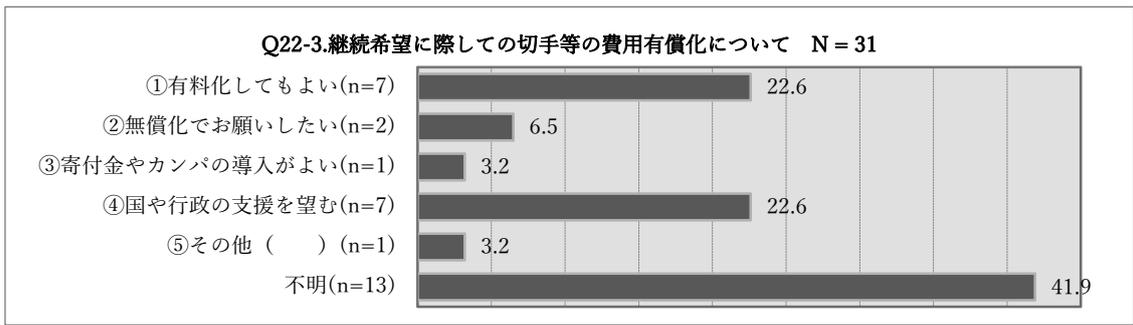
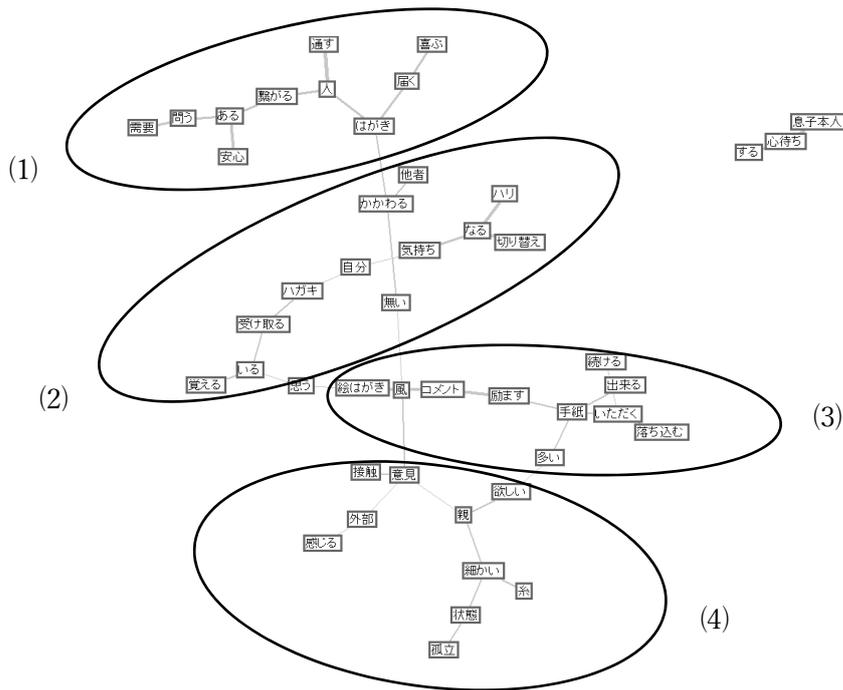
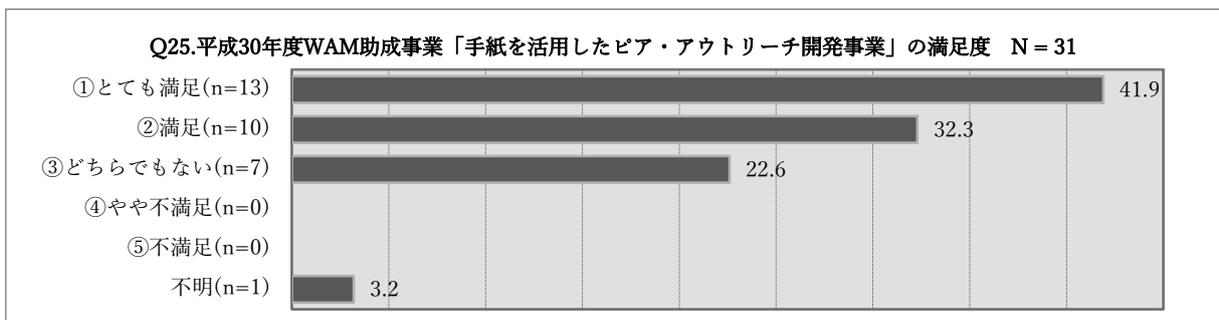


図-2) 絵葉書によるピア・アウトリーチ継続希望するその理由に関する TM 法解析結果



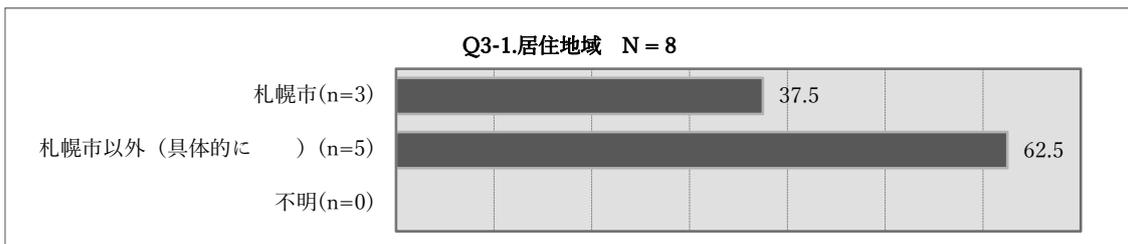
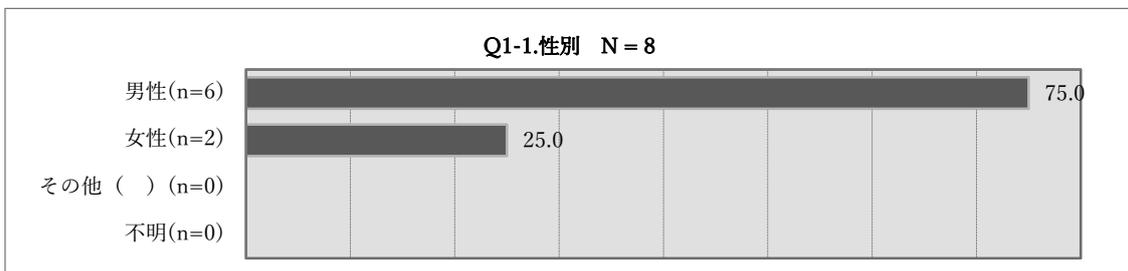
さらに Q22-3. 今後継続を想定した場合、切手等の費用有料化については、「有料化してもよい」「国や行政の支援を望む」各 7 人（22.6%）が同数で多かった。ただし「無償化でお願いしたい」「その他（Q22-3-1. 内訳では「有料化してもよいが土地柄近所の支払機関に抵抗がある」）」各 1 人（3.2%）や「無償化でお願いしたい」2 人（6.5%）がいることから有料化には慎重を期し極力無料で提供できるように今後とも努める必要がある。



最後に Q25. 平成 30 年度独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成事業として企画された「ピアサポーターによる手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業」は総体として満足いただけたかについては、「とても満足」13 人 (41.9%) 「満足」10 人 (32.3%) を合わせると 74.2%に達した。「どちらでもない」は 7 人 (22.6%) あったが、「やや不満足」「不満足」はまったくいなかった。

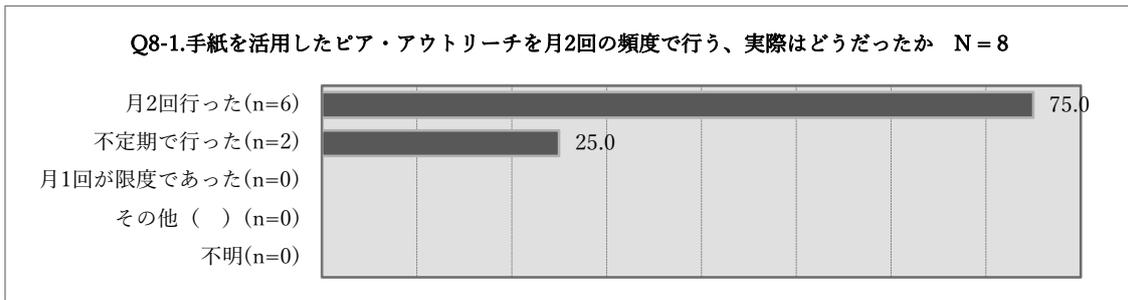
7-4. ひきこもりピアサポーターによる調査結果

次に絵葉書によるピア・アウトリーチ活動を担ったひきこもりピアサポーターに対する調査結果を述べる。実務者予定者研修修了後はすでに実践活動を有する実務者 3 名に加え新規者 5 名が今回の研修の学びを活かして活動を開始し絵葉書によるピア・アウトリーチ活動を分担して取り組んだ。実務者予定者研修会は当初計画では 7 月に行う予定であったが個々の講師の都合や会場の調整で 9 月にずれ込んだことから絵葉書によるピア・アウトリーチの募集と実働を早め、すでに絵葉書によるピア・アウトリーチを担っていた実務者や予定者については前倒しして活動に従事した。

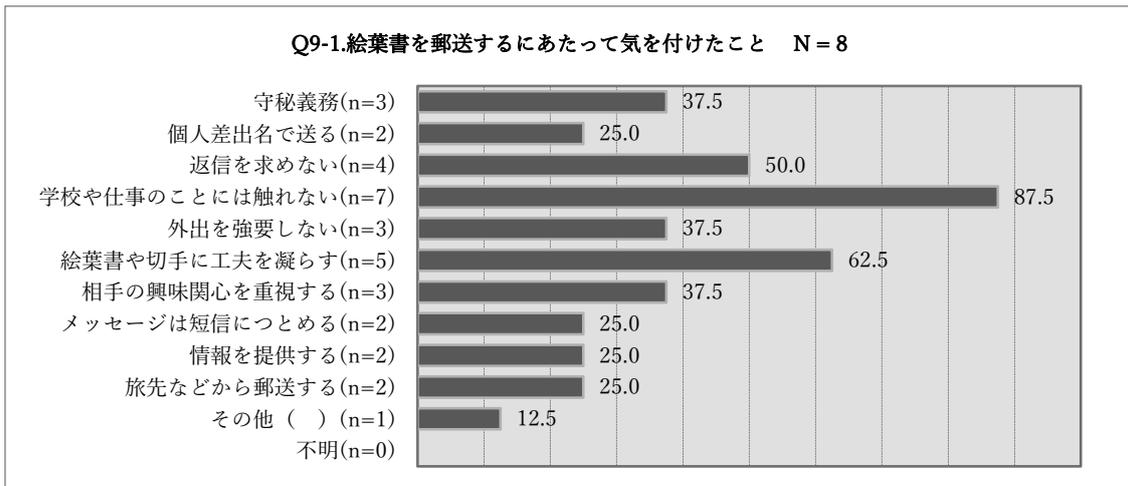


まず Q1-1. ピアサポーター従事者の「性別」については、男性 6 人 (75.0%)、女性 2 人 (25.0%) であった。Q2. ピアサポーター従事者の「平均年齢」は 44.75 歳であった。Q3-1. 「居住地域」は、札幌市 3 人 (37.5%)、札幌市以外 5 人 (62.5%) と札幌市以外のピアサポーターが多く占め、絵葉書によるピア・アウトリーチが地方圏にニーズがあることからマッチングできる人員体制となった。また Q4-1. ピアサポーターの職業もパート・アルバイト、自営業、障害者就労継続支援施設を含めた労働体験を有する人から無職の人まで存在し、昨今、無職者だけではない就労経験からの躓きや挫折によってひきこもりが増大していることからそうした人たちの気持ちに寄り添えることが可能となった。さらに加えて Q5. 「不登校ひきこもり経験値 (経験者はその年数、家族の場合はその対応歴)」も平均 11 年と 10 年以上を有しているほか、同様に Q6. 「不登校やひきこもりなどのボランティア等の活動経験年数」も平均 12.25 年と 10 年以上を有していることから理解されよう。

Q7. 今回手紙を活用したピア・アウトリーチにかかわるにあたってピアサポーターとして当初抱いていた感情・気持ちについては、「絵が苦手なので難しいと思っていた」「どんな葉書を書けばよいのだろうか」と手紙の内容について想像できず不安になっていた」「自分には難しいのではないかと」をはじめ、「1 名につき月 2 回葉書にひと言添えることに負担感があった。半年間継続できるかという不安があった」という、責任を担う役割において相手も自分も傷つけないという自己愛的な真面目さゆえに深く抱え悩み込む姿がある一方で、「ずっとやってみたいことを夢見ていたことだから『やったー』と思った」「書くことは苦にならないので相手がいることでやりがいがある」といった前向きな気持ちや、とりあえず「できる範囲でやろうと思った」というスタンスも見られた。

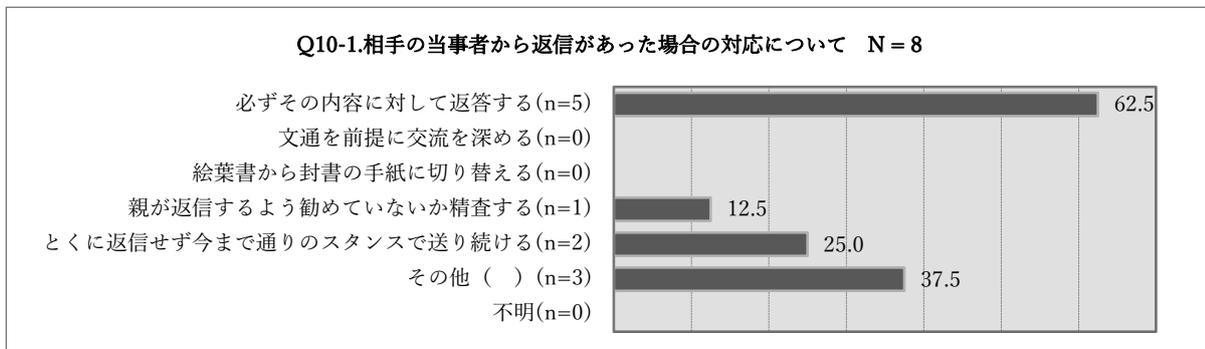


こうした気持ちは実働にどう影響されただろうか。Q8-1. 今回手紙を活用したピア・アウトリーチを月2回の頻度で行うことになっていたが、実際はどうだったかについては、「月2回行った」6人(75.0%)、「不定期で行った」2人(25.0%)と7割以上のひきこもりピアサポーターは月2回送り続けた。



Q9-1. 今回絵はがきを郵送するにあたって、気を付けたことについては、全質問項目において回答者が見られたが、とくに当事者がされて嫌なことだと感じている「学校や仕事のことに触れない」に7人(87.5%)が気を付けたこととして第一に挙げた。次いで「絵葉書や切手に工夫を凝らす」5人(62.5%)、「返信を求めない」4人(50.0%)、「守秘義務」「外出を強要しない」「相手の興味関心を重視する」各3人(37.5%)が上位を占めた。

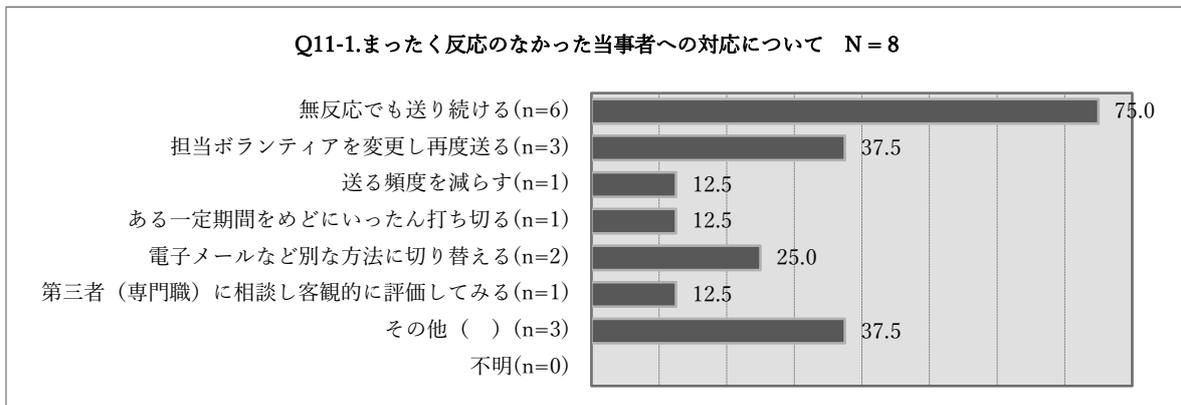
Q9-1-1. 「その他」1人(12.5%)の内訳では、相手が喜ぶためには自分がやっていて何よりも楽しいと思うことが重要であり「つくっていて楽しい絵葉書にする(自分も楽しいことが大切)」などひきこもり経験者としての貴重な意見が出された。



また Q10-1. 今事業では「返信を求めないこと」が条件であったが、相手の当事者からもしも返信があった場合の対応については、「必ずその内容に対して返答する」5人(62.5%)がもっとも多く、次いで「その他」3人(37.5%)や、月2回郵送するなかで対応することなので「とくに返事をせず今

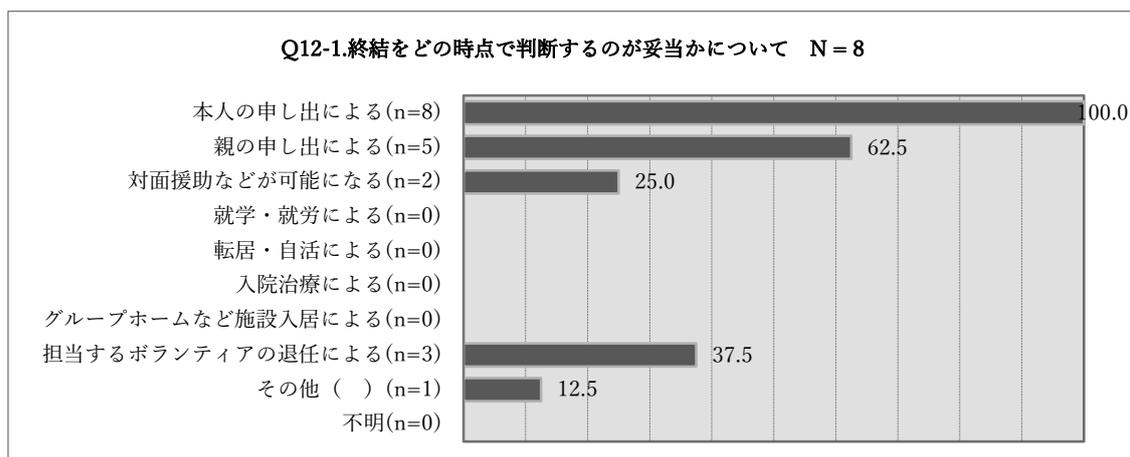
まで通りのスタンスで送り続ける」2人（25.0%）、さらに稀に見られる慎重に対応していく事項として「親が返信するよう勧めていないか精査する」1人（12.5%）の順となった。

Q10-1-1. 「その他」の内訳としては、返信が来たことがないため「まだわからない」という回答や具体例として「引け目を感じている内容に『それは大丈夫だよ』という気持ちを伝える。返信をくれたことに『うれしかった』『ありがとう』と自分の気持ちを伝える」、さらには返信があったことでピアサポーターとして「有頂天にならない、慎重に進めることが必要」という注意点も挙げられた。



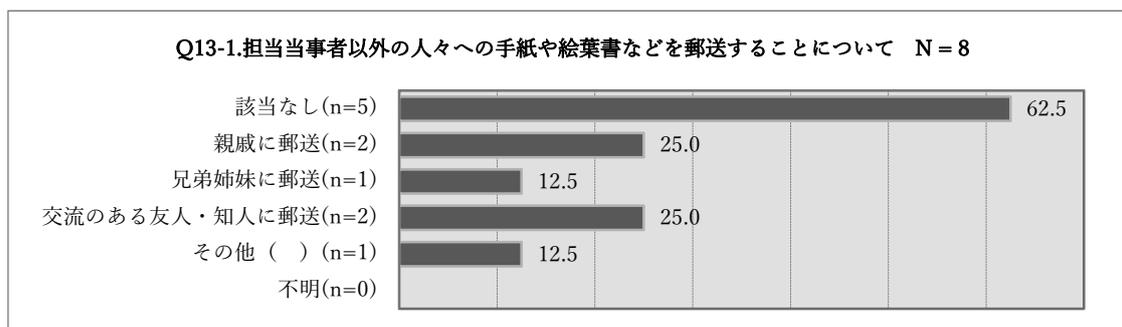
Q11-1. 長期にわたり絵はがきを郵送することを続けた結果、まったく反応のなかった当事者への対応についてどのように対応するかについては、反応がなくても受け取ることに意義があり「無反応でも送り続ける」6人（75.0%）がもっとも多く、次いで自分以外の人にも選択肢を広げる意味で「担当ボランティアを変更し再度送る」「その他」各3人（37.5%）、「電子メールなど別な方法に切り替える」2人（25.0%）ことで方法を見直すこと、「送る頻度を減らす」「ある一定期間をめぐりにいったん打ち切る」「第三者（専門職）に相談し客観的に評価してみる」各1人（12.5%）を占めた。

Q11-1-1. 「その他」の内訳では、「身内に様子を尋ねてみる。拒否的であれば効果はない」「保護者に状況を聞いた上で団体に伝え検討する」という意見があった。



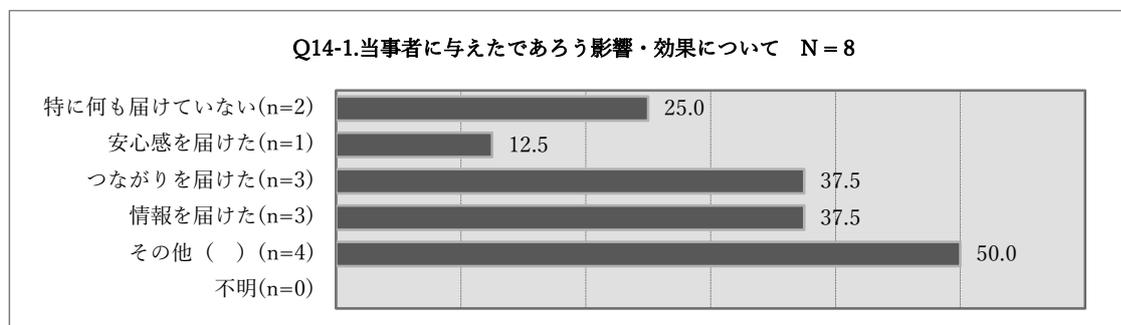
Q12-1. 手紙（絵葉書）によるアウトリーチ実践の終結をどの時点で判断するのが妥当かについては、「本人の申し出による」は8人（100%）全員が回答。次いで申し込み者が親であることもあり「親の申し出による」5人（62.5%）、やむを得ない事情を理由に「担当するボランティアの退任による」3人（37.5%）、「対面援助などが可能になる」2人（25.0%）、「その他」1人（12.5%）となった。

「その他」の内訳では、「人生の縁と考えれば細い縁をつなぐのも必要かと」という意見もあり、細く長くつながっていることも大切ではないかという見方もあった。

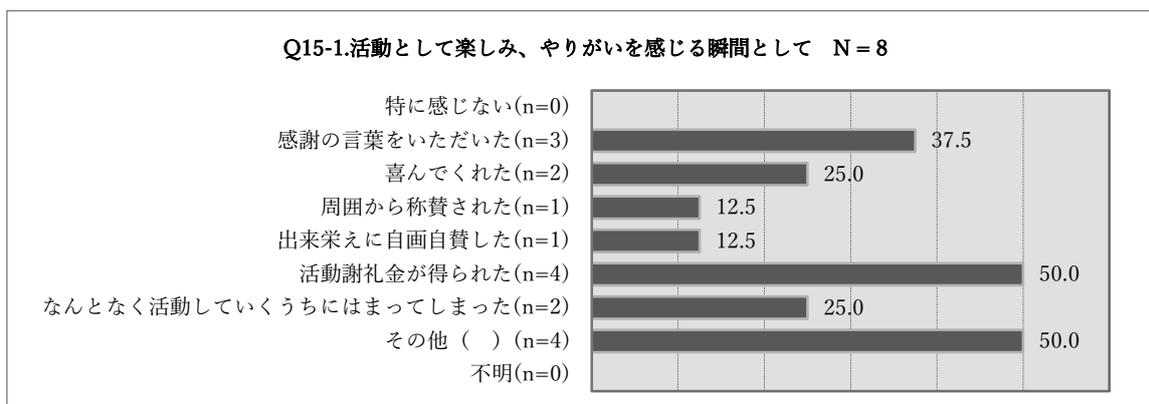


Q13-1. 日常生活において、担当当事者以外の人々へ手紙や絵はがき、暑中見舞い・年賀はがきなどを郵送することについては、「該当なし」5人 (62.5%)、が全体の6割を占め、次いで「親戚に郵送」「交流のある友人・知人に郵送」各2人 (25.0%)、「兄弟姉妹に郵送」「その他」各1人 (12.5%) となり少なからず手紙のやりとりをしていることがわかった。

Q13-1-1. 「その他」の内訳では、ひきこもりに限定せず「一人暮らしや孤立、問題を抱えている人に送っている」という回答があった。

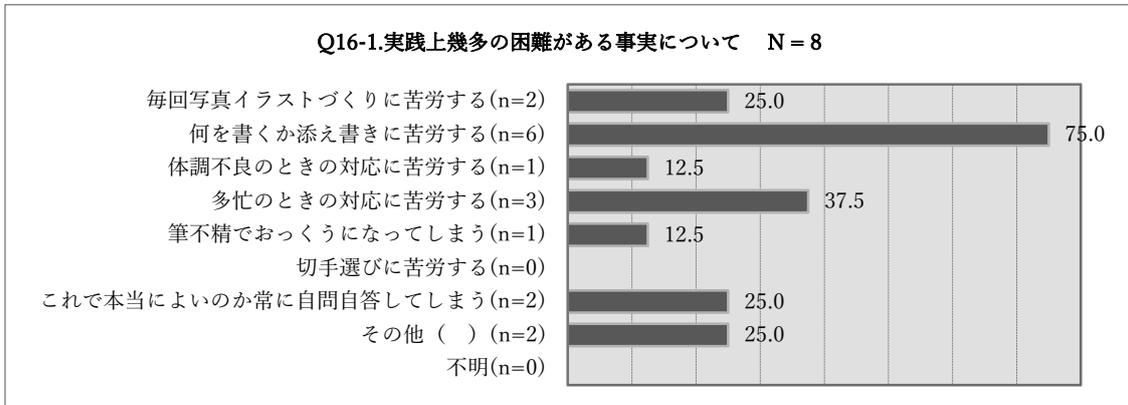


Q14-1. 今回送り続けた絵はがきが担当した当事者に与えたであろう影響・効果については、その半数を「その他」4人 (50.0%) で占めた。Q14. 1-1. その内訳でみると、「日常の出来事を届けた」「季節とからだ・気持ちを届けた」という回答がある一方で、「一方的なものなので効果は考えていない。むしろ書かせてもらって感謝、自分のはりあいになっている」「何をもって影響・効果と判断するかは難しい。わからない。だが本人が葉書に目を通していただいても効果があったと言っても良いかもしれない」と影響・効果をもたらすために行っているものではないというピアサポートがもつ相互支援 (互惠性) を感じる意見もあった。



Q15-1. 手紙を活用したピア・アウトリーチ活動として楽しみ、やりがいを感じる瞬間としては、「活動謝礼金が得られた」「その他」4人 (50.0%) がそれぞれ半数を占めた。Q15-1-1. 「その他」の内訳では、「必要とされていると感じた」「自分のひきこもり経験がとても活かされる場、当事者仲間で経験の交流ができることがうれしい・楽しい。自分の経験に重ねて『あのとき自分だったらどういふも

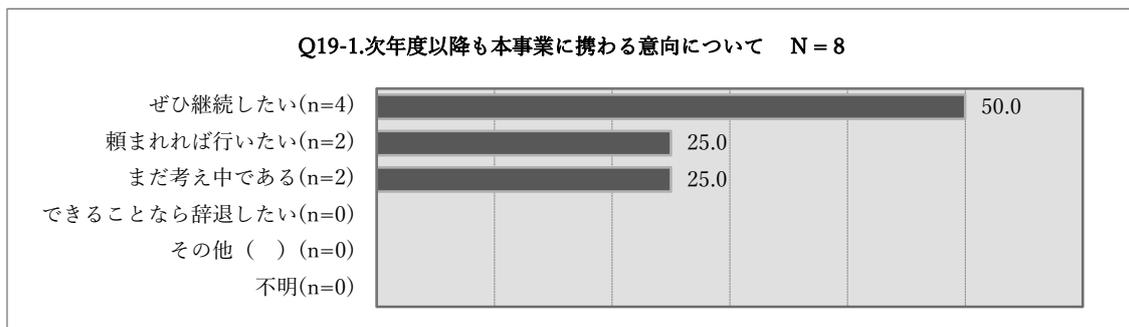
のが受け取れたらいいかな』と書いて書くことでその当時の自分も癒える」「書き送ることが生活の一部」「絵葉書選びにはある程度の楽しみを感じることができた」という感想があった。また「感謝の言葉をいただいた」3人(37.5%)、「喜んでくれた」「なんとなく活動していくうちにはまってしまった」各2人(25.0%)や「周囲から称賛された」「出来栄えに自画自賛した」各1人(12.5%)もあり、「特に感じない」は、まったくいなかった。



Q16-1. 手紙を活用したピア・アウトリーチでは実践上、幾多の困難があることも事実。ピアサポーターはどんな苦労を感じたかについては、「何を書くか添え書きに苦労する」6人(75.0%)がもっとも多く、次いで「多忙のときの対応に苦労する」3人(37.5%)、「毎回写真イラストづくりに苦労する」「これで本当によいのか常に自問自答してしまう」「その他」各2人(25.0%)、「体調不良のときの対応に苦労する」「筆不精でおっくうになってしまう」各1人(12.5%)と続いた。 Q16-1-1. 「その他」の内訳では、「苦はない」「なし」という回答であった。

Q17. 二日間に及ぶ手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業実務者予定者研修会で学んだことで活動上役に立ったことについては、「手紙を出すときの言葉が役に立っている」「手紙の内容や葉書づくりのアイデアを聞いたことが自分でどういった手紙・葉書をつくるかの参考になった」「レター・ポスト・フレンドは短文を大事にして、ポポロは長文の長い期間のやりくりを教えてくれてその両方のよさ・経験が聞いたこと。手作り実習で作る楽しさをみんなで味わえたこと。長い間当事者と手紙で関わってきた人たちの多彩な生の声、話が聞いたことがなにより」「絵葉書を当事者に送るとき送り手が必要以上に葉書送付に対する思い入れをなくしあっさりとした関係をつくる程度でよいこと。必要以上に難しく考えないこと」「絵葉書づくりの実技演習は参考となった。手紙・絵葉書を送るうえでの様々な工夫を知ることができて良かった」「手紙が居場所になるという着眼点にはった」という感想が寄せられた。

Q18. 手紙を活用したピア・アウトリーチにおける今後の展開についてどのようにすればさらによりよいものになるかについては、「この活動を多くの人に知ってもらおう」「長期的に継続して手紙を送っていることが重要であると考え」「ピアサポーターももらってうれしい実感が伴えばよい。ピアサポーター同士送り合いをしてみる。自分だったらこういうものがうれしいなと軸に作ってみる」「若い人や今の手段としてはレトロな感じがするが間接法と時間を要することがやわらかい関係性を築くのではと思う。ポストから収集され地方へ配達、ポストマンによって届けられる作業を考えると62円で贅沢な一枚だと思う」「ひきこもりサポーターの役割として位置づけられること」という意見感想があった一方で、「ピアサポーターが担当する人数を5名以下にすることで多少余裕をもった葉書づくりができると思う。現状では一律で同じ内容になっているので相手に合わせたコメントにするなどの工夫ができていない」「月に2通葉書を送ることに負担感があった。本来なら2名担当するところを1名に変更できたので続けることができている感じである」という課題を指摘する感想があった。



Q19-1. あなた様の次年度以降も本事業に携わる意向については、辞退したい人はなく、「ぜひ継続したい」4人（50.0%）、「頼まれれば行きたい」2人（25.0%）を合わせると75.0%となり全体の7割以上が継続する意志があり、「まだ考え中である」は2人（25.0%）に留まった。

Q20. その他上記事項以外のことでの意見感想や要望については、「とても面白い事業だと実際やってみて感じた。もっと広がりを見せてくれると良いなあとと思う」「やりたいことが活動費・謝礼金もあってできることがとてもうれしい。ライフワークとして自分の地域でも継続的に具体化していきたい夢になっている。手紙は人をつなぐとても大事なツール。実際に活動をしてみてその思いがさらに大きくなった」「この細い糸ができる限り続くと相手のその時々々の人生の流れに関わることができる。若い人には特にこれからの人生の困難に面したとき、間接的な応援団として関わることができる」とやりがいやその意義を感じている回答があった。

8. まとめ

本事業では、対等なひきこもりピアサポーターから郵送されてくる絵葉書を返信はできないが受け取ることなら可能とする当事者の心のありようをじゅうぶん理解して、ひきこもり当事者とひきこもりピアサポーター双方に無理のない距離感をもって緩やかに交流できる手紙を活用したピア・アウトリーチの開発事業について述べてきた。

当NPO活動における絵葉書によるピア・アウトリーチは「ひきこもり地域拠点型アウトリーチ」のなかに位置づけ、社会資源が乏しい地域にアウトリーチを図るメゾ領域のひきこもり支援からマイクロ領域にあたる個々の絵葉書によるピア・アウトリーチへつながり、さらにはマクロ領域としての新たな当事者活動の創出に接近する方法としてとらえてきた⁽²⁵⁾。昨今、ひきこもりの長期高齢化に伴い訪問支援をアウトリーチの言葉に置き換えられることが多くなっているが、アウトリーチそのものは訪問支援だけを指すものではないだろう。家庭に訪問するといった狭義のアウトリーチに留まらない広義のアウトリーチを理解していく必要性があり、手紙や絵葉書はその実践活動の一形態として挙げられる。

これまで触れてきたように絵葉書を活用した先行実践は全国的にも少なく、いくつかのひきこもりを支援するNPOや家族会等でその実践がなされている実態に留まり、その必要性が問われつつも実践領域としては広がらない現状であった。そこには電話や対面援助とは異なる文字や絵・イラスト・写真で伝えていく時間と労力が求められるという援助の難しさがその背後にあるのではないかと考えられるが、こうした実践活動に従来の専門職の視点だけではない、ひきこもり経験者としての視点や経験的知識が加わることで、専門職領域だけでは見出せないひきこもり実践として相乗効果をもたらすことが期待されている。前述してきた当事者による調査結果でもひきこもりピアサポーターならではの「メッセージがよかった」とする回答が予想以上の反応として多かったことから理解できよう。

また当事者会や自助会などで一度は対面したことはあるが最近姿が見られなくなったひきこもり当事者にも心に留めて絵葉書を郵送したところ、お礼の返信がありこれを契機に再び参加しはじめた

ケースも見られた。今事業の実務者予定者研修会において中川健史が述べていたように「手紙や絵葉書は相手が見捨てられたと思わないために役立つとても効果的なツール」であり、「送り続けることにより何かあったときにこの人に助けを求めようと思ってもらえる」ひとつの媒体として絵葉書が重要な役割を担っているといえるだろう。

近年になってようやく、こうした返信を求めない絵葉書によるピア・アウトリーチは北海道ひきこもり成年相談センターと札幌市のひきこもり地域支援センターでも取り入れられるようになった⁽²⁶⁾ほか、当 NPO で効果を上げていることを知った沖縄県内の団体がこれを取り入れ、専門性だけでなく感性も大事にした活動展開⁽²⁷⁾し広がりを見せはじめている。

しかしこれまで社会福祉援助技法としての手紙を特定の文献資料については、M. リッチモンド時代において手紙が訪問の代用となっている実在が指摘されながらも、ソーシャルワーク関連においてはかなり少なく、その効果を実証していく実践研究レベルに限界があることは事実として受け止められてきた⁽²⁸⁾。この現実は今も大きく変化しておらず、それぞれの地域におけるさらなる実践活動の蓄積が求められる。

謝辞：

本事業にあたっては、長谷川俊雄教授（白梅学園大学）、山本耕平教授（立命館大学）、中川健史氏（NPO 法人仕事工房ポポロ）、岩田光宏氏（前 堺市こころのセンター）、鈴木祐子氏（小樽不登校ひきこもり家族交流会）にはご多忙のところ示唆に富むご助言ご指導等をいただきましたことに心から感謝申し上げます。

また本事業推進にあたってご協力くださったひきこもり当事者とその家族、関係団体機関の皆さま、そしてご尽力いただきましたひきこもりピアサポーターの皆さまには感謝の念にたえません。本当にありがとうございました。

参考引用文献

- (1). NHK「ひきこもりクライシス“100万人”のサバイバル」公式サイト of 調査結果を参照。
<https://www3.nhk.or.jp/news/special/hikikomori/>
- (2). NHK「ひきこもりクライシス“100万人”のサバイバル」掲載の調査結果をもとに筆者が新たに公表した札幌市、岩手県、鳥取県、愛媛県におけるひきこもり実態調査結果を追加してグラフ化を行った。
- (3). 札幌市子ども未来局「平成 30 年度市民の生活等に関する調査（ひきこもりに関する実態調査）」（2019 年 3 月 8 日）
- (4). 斎藤環「社会的ひきこもり—終わらない思春期」PHP 新書（1998 年）
- (5). 厚生労働省平成 29 年度生活困窮者就労準備支援事業費等補助金社会福祉推進事業「ひきこもり実態に関するアンケート調査報告書」特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会（2018 年 3 月）
- (6). 田中敦「平成 30 年度公益財団法人日本社会福祉弘済会社会福祉振興助成金：長期在宅ひきこもり当事者支援向け家族アセスメントツール開発研究事業報告書」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（2019 年）
- (7). 「ひきこもりサポーター活用進まず 2014 年度以降、派遣 1 人 栃木県内」『下野新聞』（2017 年 6 月 13 日）
- (8). 「社会とつながる居場所 津別に引きこもり、心の患者ら集う施設」『北海道新聞』（2017 年 12 月 20 日）
- (9). 札幌市委託事業「ひきこもりに関する集団型支援拠点設置運営業務：通称『よりどころ』」（2018 年 6 月 1 日）
http://www.city.sapporo.jp/kodomo/ikusei/hikikomori_yoridokoro.html
- (10). 長谷川俊雄「ひきこもりの現象と援助—孤立と社会参加の困難を手にする若者への支援」岩崎晋也・岩間伸之・原田正樹『社会福祉研究のフロンティア』有斐閣（2014 年）

- (11). 田畑治「カウンセリング実習入門」新曜社（1982年）
- (12). 八巻香織「手紙でしか言えなかったーレターカウンセリングの子どもたち」新水社（1998年）
- (13). 八田誠二「手紙相談二十年ー相談事例八十一集」門土社総合出版（1990年）
- (14). 黒川昭登「臨床ケースワークの基礎理論」誠信書房（1985年）
- (15). 斎藤環「ひきこもり救出マニュアル」PHP 研究所（2002年）
- (16). 竹中哲夫「ひきこもり支援論ー人とつながり社会につなぐ道筋をつくる」明石書店（2010年）
- (17). 芦沢茂喜「ひきこもりでいいみたいー私と彼らのものがたりー」生活書院（2018年）
- (18). 芦沢茂喜「集団支援段階以降のひきこもり事例への支援」『医療社会福祉研究 vol. 25』日本医療社会福祉学会（2017年）
- (19). 中川健史「ひきこもり青年の相談と支援ー支援現場からー」別府悦子・喜多一憲『発達支援と相談援助ー子ども虐待・発達障害・ひきこもりー』三学出版（2014年）
- (20). 田中敦「手紙を活用したひきこもり地域拠点型アウトリーチ実践ー広域な北海道におけるひきこもりピアサポート活動を通してー」『社会福祉研究』129号, 公益財団法人鉄道弘済会（2017年）
- (21). 「厚生労働省平成 27 年度生活困窮者就労準備支援事業費等補助金社会福祉推進事業：ひきこもりピアサポーター養成研修派遣事業の効果的実施に関する調査研究事業報告書」特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会（2016年）
- (22). 割田大悟「ひきこもりのなどのピアサポートの現状」岩崎香『障害ピアサポートー多様な障害領域の歴史と今後の展望』中央法規出版（2019年）
- (23). 木村ナオヒロ「ひきこもり当事者発信と家族の再生」教育科学研究会編集『教育』かもがわ出版（2018年7月）
- (24). 矢部滋也「市民活動におけるピアサポートの活用 専門職と協働モデルによる事業所の立ち上げ」岩崎香『障害ピアサポートー多様な障害領域の歴史と今後の展望』中央法規出版（2019年）
- (25). 田中敦前掲書（2017年）ほか、田中敦「平成 26 年度独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成金：ひきこもり地域拠点型アウトリーチ支援事業報告書」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（2014年）並びに田中敦「公益財団法人日本社会福祉弘済会助成金事業【C. 実践研究】ひきこもりピアサポーターによる手紙を活用した効果的なアウトリーチ実践研究ー見返りを求めず片思いでゆるやかにつながる試みとしてー」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（2016年）を参照。
- (26). NHK 札幌放送局「おはよう北海道土曜プラスーひきこもるあなたへの絵はがき」（2017年6月17日）
- (27). 沖縄タイムス「引きこもりに『仕事や同級生はタブー』返事のない絵はがきも効果」（2017年3月21日）
<http://www.okinawatimes.co.jp/articles/-/89428>
- (28). 栗田修司「ソーシャルワークにおける手紙の利用」岡山県立大学保健福祉学部紀要第3巻1号（1996年）

執筆責任者

田中 敦 (NPO 法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク 理事長)

表紙イラスト：高津 達弘

ひきこもりピアサポーターによる手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業報告書
(平成 30 年度独立行政法人福祉医療機構社会福祉振興助成事業)

2019 年 3 月 30 日

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

札幌市中央区北 4 条西 26 丁目 3 番 2 号

TEL 090-3890-7048

E-mail: info@letter-post.com

URL: <http://letter-post.com/>
