



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会報

ひきこもり



イラスト 高津



会報は札幌市さぽーととほっと基金助成事業・ひまわりピアサポート基金により作成されています

## Index

- 2ページ 第9回通常総会を開催  
ひきこもりサテライト・カフェ in 小樽⑨を開催
- 3ページ 手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業推進委員会 ほか
- 4～5ページ  
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  
開発事業 第1回支援開発検討委員会開催
- 6ページ 札幌市の委託事業 居場所「よりどころ」開催
- 7ページ 北広島市・苫小牧市で「ひきこもりサテライト・カフェ」を開催
- 8ページ こちら事務局／編集後記

第9回通常総会を開催〜地域拠点型アウトリーチの成果

5月26日土曜日、午後6時〜午後8時まで第9回通常総会を開催、書面表決委任状を含む29名の正会員出席のもと第1号議案から第8号議案までを審議し、全会一致で可決されました(写真1)。

平成29年度の事業説明では、旭川市を皮切りに長年当NPOが取り組んできた地域拠点型アウトリーチによる居場所支援が広がり、小樽市で「ひきこもりサテライト・カフェin小樽」を官民共同で開催できた効果が述べられました。今年度も道内2市で「サテライト・カフェ」が開催することが決まり、さらなる広がりを見せはじめています。

また午後8時〜9時まで当NPO平成30年度第2回理事会を開催し、任期満了による役員改選により、吉川修司理事・武田俊基理事のほか、新しく植西あすみ理事を迎え理事体制を拡充しました。来年は団体設立20周年を迎えます。新年度もよろしく願います。



(写真1) 議案の説明をする田中理事長

ひきこもりサテライト・カフェin小樽を開催



(写真2) サテライト・カフェ会場の様子

6月6日水曜日「ひきこもりサテライト・カフェin小樽」を小樽市総合福祉センター4F和室で開催。晴天で暑さが増すなか当事者経験者10名・家族6名・支援関係者4名の参加がありました。大人になってから発達障がいと診断を受けた40代の当事者から話題提供が行われ交流をもちました。当事者からの話題提供は毎回好評です。

本日は広報「おたる」6月号を見て当事者と家族で参加された方がおりました。昨年10月からはじめたサテライト事業ですが、これはアウトリーチという一つの理論に基づいて展開しています。アウトリーチというと、とかく個人(ミクロ)に対するものとイメージされやすいですが、地域(メゾ・マクロ)に

アウトリーチするという方法論があると考えています。北海道は広大な地域特を有しますので、地域拠点型のアウトリーチがますます求められると思っています。

8月からは北広島市にて、北広島市役所、きたひろしま暮らしサポートセンターと、障がい者生活支援センターみらいの共催ほか2団体の後援のもと試行事業を開始します。苦小牧市では、苦小牧市役所・北海道苦小牧保健所の共催のほか6団体の後援による大規模な連携事業として8月9日から全5回開催します。もはや一事業一団体機関連で行う時代ではないと考えます。

なお、ひきこもりサテライト・カフェin小樽は毎月1回第3水曜日午後2時から小樽市総合福祉センター4階和室にて開催しています。詳細は7〜8ページをご覧ください。



(写真3) 6月14日付北海道新聞道央版5月に開催されたサテライト・カフェの様子を伝える

# L・P・F活動報告

## 第1回手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業推進委員会

6月3日(日)、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金「手紙を活用したピア・アウトリーチ開発事業推進委員会」を北海道立道民活動センター「かでる」2・7で開催し、函館・帯広・旭川・小樽などの委嘱ピアサポーター委員が集まった。田中敦委員長の司会進行のもと提案された協議事項を委員間で話し合った。

同委員会は、ひきこもり当事者及び家族の高齢化という二重の不安に対する対応策として当事者とピアサポーターが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行われた。委員会は6回開催予定。

委員は9月に開催される実務者予定者研修会受講後、各地で募集する絵葉書によるピア・アウトリーチ希望者に対して直筆による絵葉書を作成し送付する。現在当NPOが担当している希望者に加え総数約70名まで希望者を増やす計画。広大な面積を有する北海道では、当事者の掘り起しが難しいため、有効な手立てのひとつとしてとって実施する。



(写真1) 事業説明をする  
田中理事長

## 絵葉書によるピア・アウトリーチ希望者募集



ピアサポーターが作成した絵葉書を毎回在宅にすることが多い当事者にお届けいたします。さりげなく届く絵葉書には同じ境遇にある立場のものでしかわからない思いが詰め込まれています。決して見返りを求めず片思いですが私たちと絵葉書を通して交流できれば有難いです。

実施期間：2019年3月末日まで

実施内容：ひきこもりピアサポーター直筆コメント入り絵葉書を月2回程度郵送送付

募集条件：絵葉書によるピア・アウトリーチを受けてみたい当事者

費用：無料

申し込み方法：申し込み用紙に必要事項を記入の上、FAXかEメールでお送りください

## 成果物のお知らせ

「当事者から捉えるひきこもり回復後における就労定着促進 調査研究事業 報告書」A4判 全47頁

希望者には郵送料一冊500円で頒布します。部数に限りがあります。お早めに申し込みください。



(写真2) 2016年1月に開催された「道産こもり179大学 in 旭川2015」で講師を務める

☆女性初の理事・植西あすみさんの紹介  
今年度から理事に加わった植西あすみさんは、長年季節性のうつ病に悩まされてきましたが「ひきこもりにかかりきって、幸せにひきこもる」ことを浦河のべてる流当事者研究を通して体感。ムーミン生活を推奨するナチュラリストです。当NPOが主催したイベントの講師としても活躍しました(写真2)。当NPOの理事として女性ならではの視点から当事者発信が期待されます。旭川の当事者会「NAGI」のメンバーでもあります。よろしく願います。

# 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事業 第1回支援開発検討委員会開催 ～中高年層の貧困・8050問題・母子孤立死をめぐる検証～

家族支援を通して長期にわり在宅状態にあるひきこもり当事者の状態像を客観的に評価し、当事者本人に適切な支援が結びつくことを目的に「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事業」第1回支援開発検討委員会が開催された(写真1)。委員は函館・帯広・旭川・鷹栖・小樽・札幌と道内各地にある当事者団体や家族会、支援機関の代表者12名(当NPO理事・監事を含む)で構成され、ひきこもり現況チェックリスト試案等について活発な意見交換を行った。

後半、北海道医療大学の大友芳恵教授(写真2)から専門の高齢者の貧困研究の立ち位置から、地域包括支援センターとのかかわりからとらえるひきこもり8050問題に接近して学んだ。

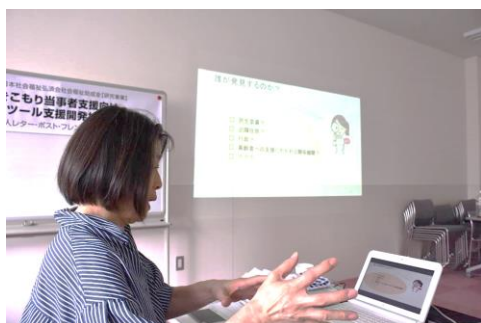
## ◇生活困窮者自立支援法

大友教授は、社会経済環境の変化に伴い年収200万円以下の勤労者や子どもの貧困、ひとり親世帯の貧困率の上昇など生活困窮に陥るリスクを抱える人が増加したことが、生活保護に至る前の段階の「国民の生活を重層的に支えるセーフティーネット」として法制化された「生活困窮者自立支援法」であると述べ、現在の生活困窮者をめぐる諸状況を説明した。また、ひきこもり支援の対象者である当事者は、国の制度政策的には生活困窮者の自立支援法の対象者であることが述べられた。つまり日本社会の保障制度(医療保険、公的年金、雇用保険など)から漏れ落ちていく可能性が高い立場が長期高齢化するひきこもりの当事者といえる。

平成27年4月に成立した「生活困窮者自立支援法」。法律施行後の平成29年度厚生労働省の統計では、新規相談を受けた総数(約22万人)の約6割が男性で、就労していない40代～50代の男性が全体の21.4%を占めていたことが判明。これは平成の就職氷河期、失われた20年を生きた世代が親の介護をきっかけに離職した人たちが再就職できずにいる現状が背景の一つにある。高齢者である80代の親世代と職業に就くことが出来なため実家での生活を余儀なくされる50代の子世代が同居せざるをえない。この一群が「8050問題」に関わっている。このような状況の中、生活は高齢の親の年金頼みという安定性のない経済生活を訴える親からの相談が出はじめていた。

## ◇就労準備支援事業～釧路市の事例

「生活困窮者自立支援法」では、このような生活保護の受給対象にはならないが、生活が困窮している人たちのためにさまざまな支援事業を提供するワンストップ型のサービスを展開しているが、制度に組み込まれているいくつかの支援事業のうち「自立相談支援事業」と「住宅確保給付金」以外の事業は任意事業のため各市町村で受けられるサービスが一定ではない。任意事業の中でとくに重要なのがひきこもりなど一足飛びに「就労」へ向かうことが出来ない当事者のために一般就労の手前で必要な処置を講じる「就労準備支援事業」だと大友教授は主張し、率先的に行っている釧路市の事例を報告した。



(写真2) 北海道医療大学・大友芳恵教授



(写真1) 第1回支援開発検討委員会の様子

釧路での支援事例からみえることは、当事者に対してマンツーマンで寄り沿う支援が一定期間必要で、精神的な回復を経ながら段階を踏んだ中間的就労を推し進める必要がある。大友教授は「『動いてこそ自立』ではなく、自立には多様なゴールが必要だろう」と述べ、通常的就労支援では保障されない緩やかな段階を踏んだ中間的就労の効果を提示した。さらに「中間的就労の場が当事者にとって自立になる場合もあるので、中間的就労に対する生活費程度の(金銭的)保障も必要だろう」と現行法の課題にも言及した。

## ◇地域包括支援センターの事例からみえるひきこもり支援の課題

続いて大友教授は専門分野である高齢者問題に触れ、在宅介護生活を送る要介護者やその家族にとっての相談窓口である地域包括支援センターがかかわった事例を挙げた。高齢者家庭に同居する子どもがひきこもっていたことを定期的にケアマネージャーが家庭訪問を続けるうちに確認するが、親子関係に課題があることを察知しながらも本来高齢者へのケアが目的なため、どこまで踏み込んでひきこもっている子どもにアプローチをすればよいか悩んだという。以上のような事例はほかにもあり、関わりを持つ包括職員が感じたひきこもりの子どもを持つ家庭の共通項として「親はひきこもっている子どものことを話したがない」「子どもの対人スキルが低下している可能性が高い」「経済的に圧迫している」ことを挙げた。

ひきこもっていた子どもと接見を重ね就労支援へつなげた例も挙げられたが、スムーズに進んでいない状況も報告され、各市町村では対応状況は違うと思われるが、就労準備支援の大切さがじゅうぶん理解されていない実体が明らかにされた。

最後に大友教授は高齢者年金収入の現状を細かく解説し、国民年金のみに頼らざるをえない生活者の課題、貧困問題に言及し、今後のあり方として人間らしい生活が保障されるためには日本国憲法第13条を順守し「一人ひとりのさまざまな生き方と自由と幸福が保障される社会になることが必要だ」と訴えた。

## ◇札幌市母子孤立死事件検証

続いて田中敦理事長（写真3）がこれまで当NPOが北海道内の長期在宅ひきこもり当事者家族を対象に行ってきた調査結果をもとに現在のひきこもりを取り巻く課題を述べた。高年齢化する親子、ひきこもる本人を支える世帯の年間所得の低さから読み取れる経済的課題、社会的孤立に陥りやすい家族の問題が浮き彫りにされた。現実化した社会的孤立の実例として平成30年1月札幌市内で発生した札幌母子孤立死事件について触れた田中理事長は、実際に孤立死した親子が住む現場に赴き近所や地区民児協へのヒアリング調査を行いその内容を交え報告した。

事件の概要は、ひきこもり当事者52歳、母親は82歳。父親が死去後転居した築40年を超えるアパートでは親子は普段から近所付き合いがなく、地域住民も親子の姿を見かけるのは月に2～3回程度しかない。ひきこもり当事者は、近所にある銭湯には親子で週1回通っていたことや、銭湯近くに設置された自動販売機で飲み物を買っていた姿や、自宅近くでうずくまっているところを目撃されていた。母親は昨年12月中旬、ひきこもり当事者は同月下旬に衰弱死したものとみられている。ガスの検針にきた業者が異変に気づき通報して発見された。

孤立死した親子が住むアパート2階に住む単身高齢者には定期的にその地区を担当する民生委員児童委員が定期的に訪問していたが、1階に住んでいた孤立死した親子の存在は分からなかった。民生委員児童委員も全てに目を配る余裕がないのが現状である。札幌市では「地区福祉のまちづくり推進委員会」が地区社会福祉協議会として設置していたが、残念ながら機能していないため、今後地域の協力員体制を整備するなど検討していかなければならない」と事件の起こった地区民生委員児童委員協議会では見解を示している。

スクリーンに投影された田中理事長が撮影した現場の写真からは重々しくはられている「立ち入り禁止」のためのロープが事件の痕跡を知らせていた。以前からこの地区は自殺者や孤立死が多いことで知られていたが、あらためて8050問題が孤立死という形で顕在化する現状を考える必要があることが再認識された。NHKでは「ひきこもりクライシス100万人のサバイル」の特設サイトを設置しているがいかに生命の危機予防線を張り巡らしていくかがこの事件から学ぶべきことだろう。



（写真3）札幌市母子孤立死事件について報告する田中理事長

皆様からの投稿をお待ちしています

〒064-0824 札幌市中央区北4条西26丁目3-2

「NPO法人 レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク」事務局 通信編集部 宛

e-mail ; info@letter-post.com



## 北広島市・苫小牧市で「ひきこもりサテライト・カフェ」を開催

札幌圏域ひきこもり居場所支援拡充事業では、小樽市に引き続き、北広島市と苫小牧でも「ひきこもりサテライト・カフェ」を開催します。

ひきこもり当事者を支える親の高齢化によって家族が支えていく仕組みから地域で支えていく仕組みへの転換が求められています。「ひきこもりサテライト・カフェ」では家族対応の行き詰まり感やひきこもり当事者が抱える閉塞感を打開し、それぞれの参加者が有益になりうるさまざまな情報を提供しお互い支え合い学び合える関係性つくることのできる集まりにしていきたいと思います。

### ひきこもりサテライト・カフェ in 北広島

第1回 8月2日(木) ひきこもりサテライト・カフェ①・事業説明懇談会

第2回 9月6日(木) ひきこもりサテライト・カフェ②

第3回 10月4日(木) ひきこもりサテライト・カフェ③

第4回 11月1日(木) ひきこもりサテライト・カフェ④

いずれも午後3時～4時30分まで 出入り自由

会場: 第1回のみ 北広島市芸術文化ホール活動室1(北広島市中央6丁目2番地1)

第2回～第4回 きたひろしま暮らしサポートセンターぽると相談室

(北広島市中央3丁目8-4 三和ビル2F)

共催:北広島市・きたひろしま暮らしサポートセンターぽると・障がい者生活支援センターみらい

後援:地域活動支援センターMHC 北ひろしま・北海道新聞社

### ひきこもりサテライト・カフェ in 苫小牧

第1回 8月9日(木) ひきこもりサテライト・カフェ①・事業説明懇談会

第2回 9月13日(木) ひきこもりサテライト・カフェ②

第3回 10月11日(木) ひきこもりサテライト・カフェ③

第4回 11月8日(木) ひきこもりサテライト・カフェ④

第5回 12月13日(木) ひきこもりサテライト・カフェ⑤

いずれも午後2時～4時まで 出入り自由

会場: 第1回のみ 苫小牧保健所 2階会議室(苫小牧市若草町2丁目2番21号)

第2回～第5回 苫小牧市民活動センター 4階和室(苫小牧市若草町3丁目3番8号)

共催:苫小牧市・胆振総合振興局保健環境部苫小牧地域保健室(苫小牧保健所)

後援:苫小牧市社会福祉協議会・苫小牧市地域生活支援センター・相談支援事業所サポート・バオバブ親の会(不登校親の会)・北海道新聞社・苫小牧民報社

対象:ひきこもり当事者及びその家族など

参加費:無料 事前申込不要、直接会場にいらしてください

主催: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

札幌圏域ひきこもり居場所支援拡充事業は公益財団法人和証券福祉財団第24回ボランティア活動助成金事業として実施します。

### ◆「SANGOの会」例会のご案内

2018年7月は下記日程にて行います。初めての方も参加できます。概ね35歳前後のひきこもり当事者や経験者で、人との関係や会話に慣れたいと思っている方、またいろいろな情報を得たいと考えている方は、いらしてください。詳細は事務局までお問い合わせください。初めて参加される方で、少人数で会うことを希望される方は、事前に事務局までメール、電話でお問い合わせのうえ初心者の例会にお越しください。

#### 《初心者の例会》

と き：7月25日(水) 午後5時00分から午後7時00分まで  
会 場：北翔大学北方圏学術情報センター・ポルト3階 ミーティングルーム  
場 所：札幌市中央区南1条西22丁目1番1号  
(地下鉄円山公園駅下車徒歩5分)

《通常例会・初心者例会予定》は随時、当NPOのホームページで公開していきますのでご確認ください。<http://letter-post.com/>



### ◆「ひきこもりサテライト・カフェ in 小樽」開催のご案内

今後の開催スケジュール(8月以降)

8月15日(水) 9月19日(水) 10月17日(水) 11月21日(水) 12月19日(水)  
2019年1月16日(水) 2月20日(水) 3月20日(水)

と き：午後2時00分から午後4時00分まで 出入り自由

会 場：小樽市総合福祉センター4階和室(小樽市花園2丁目12番1号)

参加対象：ひきこもり当事者及びその家族など

参加費：無料 ※事前申し込み不要

後 援：小樽市、社会福祉法人北海道社会福祉協議会、北海道新聞社

告知案内：小樽市のホームページ <https://www.city.otaru.lg.jp/>

### ◆手紙を活用したピア・アウトリーチ開発実務者予定者研修会開催(2日間)のご案内

ひきこもりピアサポートの心構え等の基本的な理解をはじめ絵葉書作成のノウハウや手紙を出すタイミング、守るべき価値理念・知識・方法技術等を幅広く講義並びに演習で学びます。

受講修了者には修了証を交付いたします。ピアサポートに関心のある方はご参加ください。

講師：(第1日目)長谷川俊雄氏(白梅学園大学教授)、山本耕平氏(立命館大学教授)

(第2日目)中川健史氏(NPO法人仕事工房ポポロ代表)

鈴木祐子氏(小樽不登校ひきこもり家族交流会世話人)

岩田光宏氏(前・堺市こころの健康センター相談係長)

と き：(第1日目)9月29日(土) 午後12時00分・開場

(第2日目)9月30日(日) 午前9時00分・開場

会 場：北翔大学北方圏学術情報センター・ポルト5階 会議室A

参加対象：ピアサポーター実践者20名(予定) 参加費：1,000円

申し込み方法：申し込み用紙に必要事項を記入の上、FAX又はEメールでお送りください

### ◆道産こもり 179 大学小樽キャンパス開催予告

ひきこもり経験者が先生となりこれからの生き方を学びます。函館「樹陽のたより」の田中透さん、帯広「リカバリースポット」の白木明人さんが登壇し、10月14日(日)小樽市生涯学習プラザ・レビオで開催します。詳細が決まり次第お知らせします。

## ☆ 編集後記 ☆

北海道は例年になく冷夏で体調を崩しやすくなっていますので、皆さまご自愛のうえお過ごしください。秋には当NPO主催の多様な事業が予定されています。どうぞ足をお運びください。お待ちしております。

(発行責任者 理事長 田中 敦)

**無断複製はおやめください**