

## 1 定義

「様々な要因の結果として、社会的参加（義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家族外での交遊など）を回避し、原則的には6か月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態（他者と関わらない形で外出している場合も含む）」※病名ではない

## 2 ひきこもりの現状

○15~39歳（H28年内閣府「若者の生活に関する調査」）

①狭義のひきこもり 推計17.6万人

（自室からほとんど出ない、自室からは出るが家からは出ない、近所のコンビニ等には出かける等）

②準ひきこもり 推計36.5万人（普段は家にいるが、自分の趣味に関する用事のみだけ外出）

広義のひきこもり（①+②） 推計54.1万人

○40~64歳（H30年内閣府「生活状況に関する調査」（40~64歳対象））

広義のひきこもり（①+②） 推計61.3万人

⇒ひきこもり当事者（と、その家族）の高齢化・長期化が示唆された（8050問題）

## 3 ひきこもりの背景、要因

第1群  
統合失調症、不安障害等

第2群  
広汎性発達障害知的障害等

第3群  
パーソナリティ障害や身体障害性等

⇒精神療法的アプローチ、薬物療法、生活・就労支援など支援はタイプごとに様々

## 4 ひきこもり支援の段階

出会い・評価段階

家族支援  
(当事者の個人療法)

個人的支援段階

個人・家族支援

中間的・過渡的な集団  
との再会段階

集団療法、居場所提供、  
個人支援（家族支援）

社会参加の試行段階

就労支援、集団療法、  
居場所提供、（個人支援）

⇒テレワークは最終の「社会参加の試行段階」にある当事者への活用が考えられる

## 5 ひきこもり地域支援センター「きのぼり」（精神保健福祉センター）の相談状況

- ・ひきこもりの背景は個人ごとに異なり、派生する問題も異なるので「ひきこもりの改善=就労」にこだわらず、個人にあった目標や方針を設定
- ・当事者や家族を孤立させないこと、追いつめないこと
- ・家族支援は非常に有効

## 6 ひきこもり支援へのテレワーク活用について

- ・就労支援を行う際に、まず「就労意欲」を持ってもらうことが大前提だが、社会参加の選択肢を広げるとい意味でテレワークの有効性は高いと考えられる
- ・テレワークによる就労支援の可能性を考えると、ひきこもりの段階的に見てセンター利用者で適用できる当事者は多くはないが、社会福祉協議会等で行っている生活困窮者自立支援制度の利用者等にはテレワークによる就労の活用も考えられる。
- ・40代以上の長期化した当事者へ就労支援としても有効と思われるが、その場合、パソコン操作等基本的なスキル習得等に課題がある
- ・当事者へテレワークによる就労支援を検討する場合、仕事発注側については、ノルマ制を避ける等、ストレス脆弱性への配慮と理解が必要であると考えられる。
- ・外出に強い抵抗があるひきこもり当事者が、テレワークを通して経済活動、社会貢献を行うことで低下した自尊心を回復する等、その後の状態改善のための足がかりとなりうる