

【事例 H29-20】 熊本市

ひきこもり状態にある本人への居場所活動支援

【概要】熊本市の委託で「熊本市ひきこもり支援センターリンク」が実施。社会的に孤立しがちなひきこもりの方が安心して過ごせる日中活動の場として、当事者プログラム（すまいring）を行っている。また、ひきこもりサポーター養成研修（当事者や家族向けのピアサポーター養成研修、ひきこもりに関心がある方向けのひきこもりサポーター養成研修）の実施をしており、修了したひきこもり当事者や家族、ひきこもり支援に関心のある方が当事者プログラム運営のサポートを行っている。

【大綱の分類】

- 4. 自殺対策に係る人材の確保、養成及び資質の向上を図る
- 7. 社会全体の自殺リスクを低下させる

【政策パッケージ分類】

- 基本2-5) 寄り添いながら伴走型支援を担う人材の育成
- 基本4-1) 居場所づくり活動

【事業実施年度】2018年度（2015年度～2018年度）

【事業予算】 17,200,000円（2018年度）

【利 点】

- ▼ 当事者プログラムでの活動を通し、自分のペースで安心して他者と交流する機会となり社会性の向上につながる。
- ▼ 同じ経験をもつ者同士で気持ちを分かち合うことができ、孤立を防ぐことができる。
- ▼ 当事者プログラムへの参加によって自信の回復ができ、社会参加への第一歩につながる。
- ▼ 週に2回実施することによって、外出の機会を増やすことにつながったり、若者サポートステーション等の他機関に通うようになった方も継続して参加することができる。

【実施に至るまで】

実施の背景・必要性

- ① ひきこもり状態にある方は、家庭（自室）以外で安心して過ごすことができる場所が少ない。
- ② 就労などの社会参加は心理的なハードルが高く、また、人との関わりについて不安が強い方も多い。そのため、社会参加につながる前段階として、参加しやすい活動場所が必要である。

計画を立てる上での工夫

- ① 他人と同じ空間にいることを目的とするもの（DVD鑑賞など）から、人と話をする・関わることを目的とするもの等、状態やニーズにあわせてプログラム選択ができるように工夫した。
- ② 生活自立を意識した調理のプログラムを取り入れたり、創作やゲームなど自分の好きなものや得意なものを通して達成感や自己肯定感を高められる活動を取り入れた。
- ③ 季節感が感じられるプログラムを意識して取り入れた。
- ④ 毎月初回には茶話会を行い、利用者が当月のプログラムの内容について意見を出し合うことで、主体性をもって参加できるようにした。

- ⑤ 当事者プログラム運営のサポーターには、ひきこもりサポーター養成研修を行い、利用者への対応の仕方や配慮する点等を学んでもらった。

具体的な内容

▼ 円滑な運営のため、スタッフ間で共有

- ・初めての参加者に対しては、参加前に面接にて、本人の状態や参加についてのニーズ（積極的に交流をしたい、まずは人と関わることに慣れたい、生活リズムを整えたい等）を聞き取る。
- ・本人がスムーズに参加できるよう、配慮すべき点についてスタッフ内で共有する。
- ・活動での様子について気になった点があればスタッフ間で共有し、カルテに記載する。
- ・フォローが必要な場合は個別面接を案内し、本人の思いを確認する。

▼ 当事者プログラムは週に2回（火・木）実施

- ・14:00~15:30で実施。
- ・時間になったら開始するが、途中参加や退出は自由。
- ・スタッフ1~2名で運営。ひきこもりサポーターは月に2~3回入る。
- ・内容については、ミーティング形式（フリートークや茶話会など）、レクレーション形式（調理や創作活動、DVD鑑賞、ゲーム会など）、屋外活動等を行う。

▼ ひきこもりサポーター養成研修の開催

- ・ひきこもりに関心のある方を対象とした研修は年1回2日間実施。内容は、傾聴の練習等のロールプレイ、ひきこもり疑似体験ワーク、アサーショントレーニングなど。
- ・当事者や家族を対象としたひきこもりサポーター養成研修は年1回2日間実施。内容は、自己分析ワーク、ピアサポートプラン作成、ひきこもりの理解と支援についてなど。
- ・受講修了された方はひきこもりサポーターとして登録後は、当事者プログラム運営のサポートや、講演会等での経験談の講話などを行っている。

【補 足】

- ▼ 次月のプログラム予定表を窓口にて配布、また、ホームページにも掲載している。

熊本市ひきこもり支援センター「りんく」 ~すまいるing♪~

2月のプログラム予定表

火 (14:00~15:30)	木 (14:00~15:30)
<p>303号室使用</p> <p>5日</p> <p>● 茶話会&3月のプログラム決め 皆さんでお茶を飲んでお菓子を食べてながら、のんびりと3月のプログラムを一緒に決めていきます。皆さんで観てみたい、観てほしいDVD、取り組みたい創作・制作活動、室内運動・外出などを決めていけたらと思います☆お気軽にとりまぜ!</p>	<p>7日</p> <p>● ゲーム会 (フレステ2&8&Wi) 本日はスタッフがゲームしたいだけかも?(笑) 本体は、フレステーション2、3、任天堂Wi;を用意しています!ジャンルも格闘、レース、アクション、RPG、スポーツなど様々。みんなまでやってみたい!ゲームソフトやコントローラーを持ってきてくれる方も歓迎!是非お持ち下さい!!1人プレイも、もちろんOKです☆</p>
<p>12日</p> <p>● 創作「ペーパークラフトで季節飾りを作りましょう」 ペーパークラフトで、来月のひな祭りの飾りを作りますか? 箱のパーツを切り揃えて、立体的な様に組み立てていく作業は箱がずぶずぶ濡れますが、完成した時はきっと達成感もひとしおだと思います!皆さんと一緒に作ってみませんか?</p>	<p>14日</p> <p>● 気ままな空間「フリースペース」 自由に過ごせる、自由な時間。ジグソーパズル、ペーパークラフト・レジンクラフト・お絵かき、漫画を読む、お昼寝、お題は何でもあり!自由に過ごせる居場所です。話が苦手とか、参加に勇気がいるなど思われる方は、ここから始めてみるのもいいかもしれませんね(´▽`)</p>
<p>19日</p> <p>● フリートーク 昨年からの好評につき、第3弾です!昔話はなかなか話しくいけど、ちょっと他の人と話してみたいなとか、他の人の話を聞いてみたいな、と思ったりありませんか? 最近気になったこと、面白かったテレビのことなど一お題は何でも自由、ちょっとのぞいてみるだけ、話を聞くだけの参加でも、もちろんOKですよ(´▽`)</p>	<p>21日</p> <p>● DVD鑑賞「ミッション：インポッシブル/フォールアウト」 トム・クルーズ主演の大人気シリーズ、最新作です。イースター・ハント率いるスパイチームが複数のアルトニウムを盗んだ犯人を追うが、回収日中で何者かに奪われてしまい…。今作もトム・クルーズによる数々の渾身のアクション満載で、見所が目白押しです!</p>
<p>26日</p> <p>● 調理「チョコレートのお菓子」大江公民館 皆さんで、あま〜いチョコレートのお菓子を作ってみませんか? 今回はお菓子作り体験です!ご参加お待ちしています(´▽`) 本学会は12-45に「ウェルバル」隣です!大江公民館まで一緒にいきますよ、ありませんか、エフワン、三井市まで持参下さい。 ※ 直接行かれる方は前日までにスタッフにお知らせ下さいね。</p>	<p>28日</p> <p>● アナログゲーム トランプ、ウノ、人生ゲームに、海外のカードゲームなどなど、定番のものや昔懐かしボードゲーム、更には新しいゲームを使ってアナログゲームをやってみませんか?アナログゲームならではのやりとりの楽しさや、これまでに無い新鮮さがあるらしい(´▽`)です。参加者歓迎!です。</p>

※プログラムはウェルバルくまもと8階の「すこやかホール」で行います。プログラムによっては場所が変更になる場合もあります。

【お問い合わせ】
※活動プログラムに参加希望の方は、下記の連絡先にお問い合わせください。 熊本市ひきこもり支援センター「りんく」
TEL: (096) - 366 - 2220 メールアドレス: tomori@kumamoto-link.com (担当: 伊津野 野村 陳 木庭)

【成 果】

- ▼ 年間98回実施。うち、ミーティング形式15回、レクレーション形式79回、屋外活動4回。参加延べ数270人（実22名）（表1参照）。

表 1

開催回数	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
ミーティング形式	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	2	1	15
レクレーション形式	6	7	7	7	8	7	7	7	6	6	6	5	79
屋外活動	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	4
合計	8	9	8	8	9	8	9	9	8	8	8	6	98
延参加人数	27	29	26	16	29	25	24	28	17	16	18	15	270

- ▼ 2018年度のひきこもりに関心のある方向けのひきこもりサポーター養成研修は受講者数7名、認定者数7名。当事者や家族向けのひきこもりサポーター養成研修は受講者数1名、認定者数1名。
- ▼ ひきこもりサポーターの当事者プログラム支援実績は延25回（表2参照）。

表 2

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
ひきこもりサポーター支援	2	1	2	2	3	2	2	3	1	3	2	2	25

- ▼ 就労に対する意欲が高まり、若者サポートステーション等に通いながら参加をしている方もいる。

【課 題】

- ▼ 20代～40代の若年層の参加者が多く、中年期以降の方は参加しにくい実態がある。

【事業種別】	ひきこもりサポート事業、ひきこもり支援に携わる人材の養成研修事業
【準備期間】	240日
【人 数】	4人（委託先職員）
【人口規模】	約740,000人
【財政規模】	655,256,458,000円（2018年度）
【自治体負担率】	50%
【事業対象】	ひきこもり状態にある方やその家族
【支援対象】	ひきこもり状態にある方やその家族
【委託の有無】	有
【実施主体・問合せ先】	熊本市こころの健康センター TEL : 096 (366) 1171 Mail : kokoronokenko@city.kumamoto.lg.jp

【参考資料・文献】

- (ア) 熊本市ひきこもり支援センターリンク HP
<http://www.kumamoto-link.com/index.html>

