

「豊島区ひきこもりフォーラム～当事者の立場からの本音～」開催報告

日時：令和7年10月29日（水）13:15～16:30

場所：としまセンタースクエア

来場者：89名（第1部89名、第2部45名）

ねらい：当事者やピアの立場から豊島区ならではの視点で本音を語る

【第1部】

・「ひきこもり支援ハンドブック」についての講演

東京学芸大学 教育心理学講座教授の福井里江氏にひきこもり支援のポイントをご説明いただいた。

・パネルディスカッション

豊島区ひきこもり相談窓口を利用した当事者3名が登壇。人前で話すことに慣れておらず、緊張していたが、ご自身の経験談を自分の言葉で語っていただいた。

・登壇者

カドさん：40代男性（単身）ひきこもり歴20年以上。IT企業の社内配送・受付業務。

さとけんさん：20代男性（家族と同居）ひきこもり歴1年未満。食品会社の事務サポート。

Sさん：30代男性（家族と同居）ひきこもり歴10年以上。スーパーの店員。

・トークテーマ

マイひきこもり経験、相談するきっかけ、周囲の人の反応、生活や気持ちの変化

【第2部】

その場に集まった参加者とピア（ひきこもり経験者）とのテーブルトーク。参加者からは「支援のヒントがあった。」「当事者の話を聞くことができた。」といった感想をいただいた。ピアはネットワーク会議で連携している団体（楽の会リーラ、OSDよりそいネットワーク、としま若者応援ネットワーク、MetaAnchor）に6名推薦いただいた。

【感想】

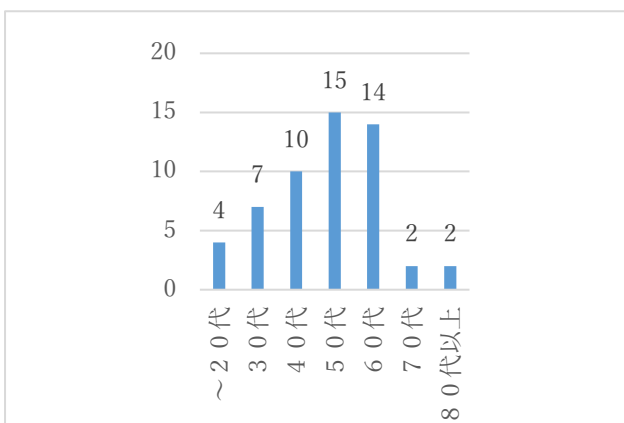
- ・綺麗事でなくリアルな言葉でまっすぐ伝わった。もっと聞きたかった。ハンドブックの理解が深まった。
- ・当事者のリアルな声を聴けて良かった。こちらも勇気づけられた。
- ・相談窓口が色々あり、連携しているのがいいなと思った。
- ・当事者、家族、支援者で連携がとてもスムーズにできていることが伺えた。
- ・“今の本人”を見るという大切さがわかった。
- ・ひきこもりから脱した人の体験談をもっと知りたい。それが現在ひきこもっている方々の助けになると思う。
- ・外とつながることで少しずつ行動が変わったり、考え方が変わっていく様子を聞くことができ、参考になった。
- ・ひきこもり当事者同士での交流の場を増やしてほしい。
- ・フリーランスなど多様な生き方をしている当事者の話を聞いてみたかった。



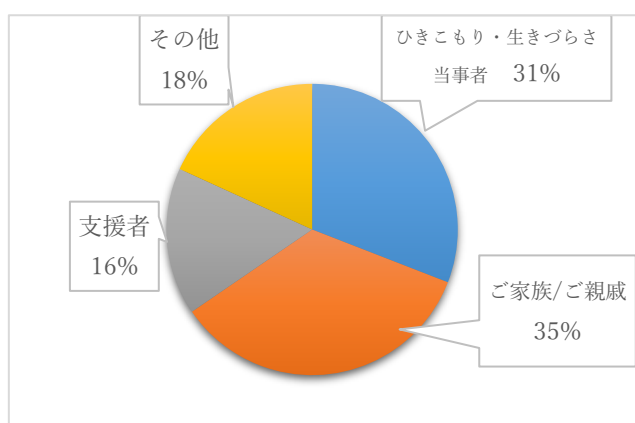
- ・「ひきこもり支援」というよりも、「生きづらさを抱える人への支援」だと思った。
- ・ハンドブック活用のやり方を具体的に聞いてみたい。ハンドブックのどこをどのように読み、理解すればよいのかが難しい。
- ・豊島区のひきこもり相談窓口は支援員の話や当事者の話からも、寄り添ってくれる、頼りになる場所であることが伝わらやましく感じた。豊島区のひきこもり窓口のような場所がもっと全国に広がればよいと思った。
- ・これだけ違いがあると住む自治体というのは人生をも変える選択になるのではとってしまった。
- ・市町村によってひきこもりに関してはずいぶん差があるが、都外からも無料で参加できる機会があり感謝している。

【アンケート集計結果（回答 54 件）】

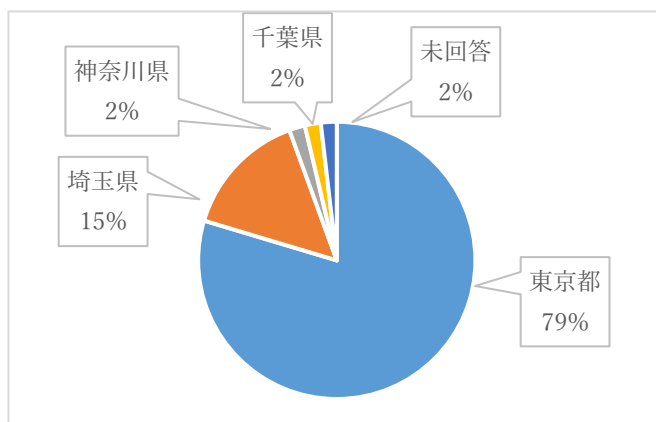
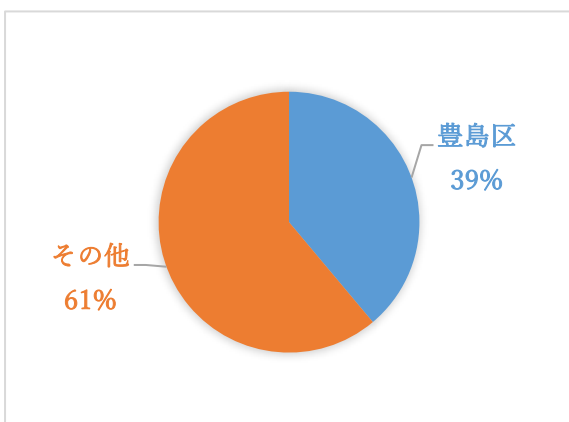
・参加者の年代



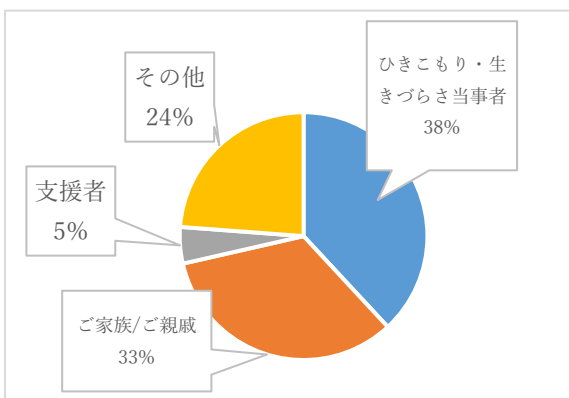
・参加者の立場



・お住まい



・豊島区民の内訳



・フォーラムを知ったきっかけ

