

令和7年度第2回 ひきこもり支援協議会 議事録
(主要な質疑応答及び結果)

開 催 日 時	令和8年7月28日（火曜日） 午後6時00分～午後8時00分
会 場	本庁舎 5階 509会議室
出 席 者	【委 員】文京学院大学人間学部人間福祉学科 教授 中島 修、 東京学芸大学教育心理学講座 教授 福井 里江、 NPO 法人楽の会リーラ理事（KHJ 全国ひきこもり家族会連合会 KHJ 東京都支部） 上田 理香、株式会社 Meta Anchor 代表取締役 山田 邦生、 高齢者総合相談センター（包括）中央高齢者総合相談センター長 佐藤 春実、 豊島区民生委員児童委員協議会 高田地区会長 安井 敦子、 瀧本 裕喜、豊島区保健所保健予防課 精神保健係長 若林 由美、 豊島区民社会福祉協議会 共生社会課長 田中 慎吾、 東京都 福祉局生活福祉部生活支援担当課長 鈴木 豪、 豊島区 福祉部長 猪飼 敏夫 【オブザーバー】NPO法人インクルージョンセンター東京オレンジ 三浦 辰也、甲斐 正大、 仲俣 実穂 【事務局】豊島区 くらし・居住支援課長 今井 有里
傍 聴 者	なし
会 議 次 第	開会 - 挨拶（中島会長） - 新任委員自己紹介 - 令和7年度ひきこもり相談窓口実績報告【資料1】 - 豊島区ひきこもり支援方針について【資料2】 - 新宿区・豊島区共催フォーラム「ひきこもり・生きづらさについて考えよう」開催報告【資料3】 閉会
資 料	・ 次第 ・ 資料1 令和7年度豊島区ひきこもり相談窓口実績 ・ 資料2 豊島区ひきこもり支援方針 ・ 資料3 新宿区・豊島区共催フォーラム「ひきこもり・生きづらさについて考えよう」開催報告 ・ 参考 名簿 ・ 参考 座席表

主要な会議内容及び質疑応答について

開 会

1 挨拶 中島会長

2 新任委員自己紹介

3 令和7年度ひきこもり相談窓口実績報告【資料1】

（事務局）概要について説明

- ・令和7年度の相談者数は167名。本人からの相談が約4割。20代～50代の幅広い世代からご相談いただいている。
- ・相談の方法は、最も多いのが電話相談、続いてメール相談、来所相談。
- ・家族、知人等からの紹介でつながった方が一番多く、全体の四分の一程度を占めている。
- ・相談の主訴で一番多いのは生きづらさに関する事、次が家族の事、学校、仕事の事。
- ・2事例紹介。

（会長）相談ではない形でのつながりが大事という話が前回の協議会で出た。今相談に繋がっている状況がどんなものなのか、事例についてもお話しいただいたことでイメージを持てたのでは。

（委員）継続相談者が半分を超えているのが心強い。相談することで逆に傷ついたり、相談することへの不安や恐れを過去の何らかの相談で経験している方が、この人にだったらもう1回相談しようと思えているということだと思う。継続相談の期間はどれくらいなのか、平均がわかれば知りたい。

（相談員）一度相談があつて、半年以内に話が少し動き、一旦終結となる方が半分ぐらいいる。それ以降は長い方が多く、3年を超えている方も10人以上いる。年に数回だけだけれども、何かあった時に相談したいとご連絡いただく方もいらっしゃる。

（委員）相談の主訴が明確で、1つ解消すると終わるという方もこの半分の短期間に含まれていると思う。明確な主訴はなくてもここにだったら電話して話を聞いてもらえるという場にもなっていると感じた。

（会長）生活困窮の相談はターミナル駅のようなところで、1回の相談で終わることが多い。ひきこもりの相談は長い方が多いように感じる。地域性はあるのか。

（相談員）自立相談はある程度どういう主訴を持って、どんな計画やプランを立てていくか本人と話すと思うが、ひきこもり相談の場合は必ずプランを立てるというよりは、まず本人がどうしていきたくか、コミュニケーションを取るということを第一にしている。何か決めなければならないとなると、本人がそこから逃げたくなったり、プレッシャーを感じてしまうことがある。相談員はいつまでに何をするかというような相談はしないことにしており、それが継続相談につながる1つの

要因だと感じる。

(副会長) つながり続ける支援を実践しているのが素晴らしい。寄り添いの姿勢や本人の声が出てくるまで粘り強く関わっている。また、必要ならばその日のうちに即時対応もしているという点が信頼感につながっているのではないかと。つながり続けることが必要な人もいて、毎日の電話で命をつないでいただいている。関係機関との連携を取りながら、本人たちの暮らし全体を支える取組ができているからこそその継続件数につながっているのではないかと思います。

(委員) 「父親が厳しく言わない」という事例には共感した。「いつ働くのか？」と家族から言われると、かえってプレッシャーになり、動けなくなってしまう。「働かないと食べていけないよね」と言われてしまうと、「どうしたらいいのか、分からなくなる」と当事者から話を聞くことがある。

4 豊島区ひきこもり支援方針について【資料2】

(事務局) 概要について説明

- ・協議会での意見を踏まえ修正。改訂したものは区ホームページでも公開中。
- ・これまでの支援方針に加えて、新たに支援方針3を加えた。
- ・ひきこもり支援の歩みを掲載。また、読みやすくなるよう重要な点は赤字で強調した。

(副会長) 新規相談件数が減ってきているのが1つの課題。令和5年度の新規122件がいかに多かったか。広報としま生きづらさサポート特集号の全戸配布が効いていたかと思う。いかに周知をしていくのか、相談してもらいやすい仕組みをどう作っていくのか、件数が減っている背景などを伺いたい。

(事務局) 5年間やってきて、区役所で考えられる周知によって相談につながる方は一定数つながったと考えている。これから先は周知だけではつながりにくい方をどうやって相談窓口につなげていくのが課題である。引き続き丁寧な周知はしていきたい。また、関係機関との連携をとりながら、民生委員・児童委員等の地域で活動されている方とつながっていきながら相談の掘り起こしをしていきたい。

(会長) UX 会議のような対話型の居場所作りがこれから大事になってくるかもしれない。相談という形だけではない、オープンダイアログのようなものも大事かもしれない。

(副会長) 紹介がじわじわと増えていることも大きな変化だと思っている。取組を知っている人が区の中に増えていき、声をかけてくださるのは大きな循環だと思う。この流れを大事にしたい。

(委員) 啓発グッズを作るのはどうか。ボールペンや垂れ幕、うちわなどポップな感じで。

(会長) 豊島区もカードを作った。図書館に置いてあって嬉しかった。

(委員) イベントのタイトルに生きづらさが入ったことで自分にも通じる思いがあって参加しやすかったと

いう声があったが、令和5年度の広報としまでも同じ反応があった。「ひきこもり」は未だにイメージが悪く、ネガティブイメージが強い。「生きづらさ」だと、自分との共通点を見いだして、そこに足を運ぼうとする方がいらっしゃるのではないかな。

(委員) 本人が相談にこられる方が多いとあったが、年代や傾向がわかれば教えてほしい。

(相談員) 若い世代の当事者は家族からの相談が多い。その後窓口で本人がつながる。40代50代になり、本人が危機的な状況になったり、金銭的な余裕がなくなってから、本人主体で相談に来ることが増える。

(事務局) 豊島区の場合は若者の総合相談窓口「アシスとしま」もある。若い層はアシスとしまがまず入り口になっている可能性があるため、相談実績の情報を得て、次回報告させていただきたい。アシスとしまの対象年代は、基本的には39歳まで。

(副会長) 39歳が近づいてくると、本人も親御さんも不安になる。次のつながりが重要で、ひきこもり相談窓口と連携していけるとよい。

5 新宿区・豊島区共催フォーラム「ひきこもり・生きづらさについて考えよう」開催報告【資料3】

(事務局) 概要について説明

- ・令和8年7月20日にとしまセンタースクエアと戸塚地域センターで実施。豊島会場は来場者66名。
- ・ひきこもり支援についての講演、パフォーマンス、座談会を実施。

(委員) 区外の参加者が多いのはどういうふうに受け止めているのか。

(事務局) 今までのイベントでは自分の居住地ではない方が非常に多かったのですが、今回豊島区の方は比較的多い。他区と連携しながら、行きたい所が選べるような環境づくりが大事だと感じている。

(会長) こういうのを見ると都での広域支援の大事さを感じる。広域的な動きで何か考えたりしているのか。

(委員) 今、都内のいくつかの自治体が連携しながらピアサポーターの養成を試行している。ただ養成等について難しさや課題もある中で、ピアサポーターの養成は広域行政で取り組んでほしいとの意見もいただいている。これに関して、都のひきこもり支援協議会では、養成にとどまらずその後の活躍の場についても言及があった。例えば、今回の共催フォーラムのようなイベントに、ピアサポーターもスタッフとして加わり、一緒にイベントを盛り上げるといった活躍の場も考えられると思った。ピアサポーターの養成に関しては、区市町村と連携しながら検討を進めて行きたいと思う。

(会長) 豊島区がこういう活動をやっているということが周囲に知られているから来てくれるのではないかな。

(委員) このチラシを最初に手に取った時に、行政臭・支援臭をあまり感じない、ライトな感じが良かった。敷居の低さが今回他の自治体にはない良さだった。フェスティバルのようなイベントの開放

感があり、参加しやすいと思った。新宿会場にはどう中継したのか。

(事務局) プロジェクターで投影した。手作りで中継をしたため、配信トラブルがあった。少し編集をして、新宿区の YouTube チャンネルで後日公開予定。新宿区の個別相談は 10 人枠を取っていた。事前に豊島区からは 3 名ご予約があったが、当日いらしたのは 1 名。当日参加の方や新宿区の方もいて、合計で 4 人の相談があった。猛暑日で来ていただけるか心配だったが、来場していただいた方には、本当に最後まで熱心に参加いただいたという印象。

(会長) 改めて共同でやって気づいた点はあるか。

(事務局) 区の担当者同士で、単純な情報交換だけではなく、それぞれの区のやり方や実情等をかなり密にやりとりできたことがメリットとなった。今後どうしていくかも、新宿区と相談しながら考えていきたい。

(会長) ピアサポーターの養成は豊島や新宿ではやっていないのか。

(事務局) 豊島区はやっていないが新宿区は今年始めた。

(委員) 楽の会はおそらく唯一と言ってよいぐらいピアサポーターの養成を積み重ね、活躍の場が増えている。その一つが新宿区の居場所。北区、板橋区、立川市、町田市にも広がっている。どこの区であっても自由にピアサポーターを派遣できると良い。

(委員) 高齢の方との関わりの中で、ひきこもり状態の家族がいる家庭が増えてきている。まだご両親がいるうちは、困りごとがあってもなんとかなっているが、ご両親が急に亡くなったり、施設に入ったり、入院したとなると、30 代から 50 代ぐらいで自分自身のことをやりきれない方たちにどう関わっていくかという難しさを支援の中で感じている。こういった関わりの中で、少し圏域を広げていき、一緒に関わることができると、早い段階で繋がりやすくなるように感じた。

(事務局) 今年豊島区では区民提案で「ケアする人がケアされる時間」という事業を始めた。

(委員) ちょうど「ケアする人がケアされる時間」のチラシをご案内した家庭があった。顕在化するのは何か課題ができた時だが、その少し前に繋がれた方が良かったということが往々にしてある。関係機関への周知や啓発をするために、支援方針を庁内にもっと広めたら良いのでは。

(会長) 支援者主導にならないようにしなければならないが、支援者がつながり、見守ってサポートしていかなければならないこともあり、バランスが難しい。本人がどうしたいか、ご家族がどうしたいかが大事だと思う。

(委員) 身近にひきこもり状態になってしまった方がいて、ご家族にこの相談窓口のことを伝えたいと思った。NHK のラジオ放送で「みんなでひきこもりラジオ」を毎月最終金曜日 20:00～欠かさず聞いて

いる。ひきこもりの方は自己分析がとてよくできており、共感力も高い。良い番組なのでお勧めしたい。

(委員) ラジオも1つの居場所だと思っている。匿名でも自分の声を発信できるというのが居場所になっている。一方でメタバース居場所はあまり人が集まっていない。人と人の何かを感じられないと居場所とは感じられないのではないだろうか。

6 各委員からのご意見・情報交換

(委員) 今回の哲生氏のパフォーマンスは、ギターに癒されるとか、哲生氏なら何か代弁してくれるのではないかと思い、哲生氏に会いに行ったのではないか。「相談」という言葉にハードルがある人でも、参加できるイベントがあると、横のつながりができて、きっと生きやすくなると思う。

(委員) 相談員はバッドニュースを受け止められるかどうかで器が決まると思っている。過去のトラウマや怒りに対してギリギリのところまで戦っている方の話を誰が受け止めているのか。第三者に言う前に親が最前線で受け止めている。癒しの前に怒りを受け止めてほしいという当事者の思いがある。他者への不信感や裏切られ感、深い傷つきを抱えている方はまだ相談に至っていない。そういった方は家族が受け止め役になっている。母親と娘の密着度合いが強いため、母娘の関係が顕在化した時にかなり孤立しやすいと思っている。

(会長) 表に見えている数字や相談内容で話を進めがちだが、表に見えていないものをどうキャッチしていくか考え続けていかなければならない。これが今 SOS を出せない人の大きな課題だ。

(事務局) 今まで子供が急にキーパーソンの役割を求められて、急に社会の矢面に立たなければならず、非常に戸惑われている事例に出会ってきた。様々な角度から連携し、深い支援をどういう形で行っていくのか。ケアする人がケアされる時間を始めたが、単発の事業であり、そこではここまでの話は難しいと思うので、切り分けて考えていく必要があると感じた。

(委員) 家族の問題は複雑で解決できないケースが多く、家族関係を家族間で解決するのはかなり厳しい。誰かが介入した方がよい。生きづらさについてぶちまけられる人は少ない。農作業によって自己開示ができるようになってきている人もいる。辛いことを聞くのではなく、コンテンツを基に何か一緒にやっていくのが良いのでは。ただ話してくださいとは当事者にとってきつい。男性はコンテンツがある方がコミュニケーションが取りやすい。男女ともにパン作りが好きな人は多かった。当事者は後ろめたさがあるから、就職活動ができず、ハローワークにも1人で行けない。誰かのお墨付きがないと動けない。就職はハードルが高く、自分のことを理解してくれる人がいないとひきこもりに戻ってしまうパターンがよくある。同じような経験をした人と一緒にチームで仕事をする、それを地方でやるのは鍵になるのではないかと思う。

(委員) 自分で決めないと人のせいにするので、自分の意志で何か選べる催しやプログラム等、本人が主体となれるようなものと良いと思う。当事者もお互いにサポートしあえるような関係になるとよい。

(委員) ずっと家にいると認知が歪んでしまうので、認知を変えていくことが重要。地域の人との繋がりの中で新しい生き方や働き方が入ってくるのではないかな。だから、当事者の選択肢はもっとあったほうが良い。昔はおせっかい文化や共同体が強かったが、今は自分が主体的に動かない限り、日本の社会では何もできない。

(委員) 自分で動けなくなってくる単身世帯が 2050 年に 44.3%と言われており、SOS が上げられない人が増えている。おせっかいな町内のおばちゃんや民生委員・児童委員の出番が増えてくるのではないかと予感している。人の声がするのは自分がいると認識できるのではないかな。

(委員) 子どもや高齢者のことは把握しやすいが、ひきこもりは地域の壁も絡まって、噂や熱中症訪問で訪ねたときに、聞いていないもう一人と一緒に住んでいたという形で発見される。社協とは協力体制ができており、発見した人は社協につないでいる。

(委員) そういうことができるのが地域の方だと思う。専門職は 24 時間 365 日地域にいることはできない。どうやってつながったのか、誰がどこからつながって相談できたのかが大事だと思っている。熱中症訪問は 75 歳以上単身でサービスにつながっていない人に全戸訪問している。

(委員) 家族とトラブルを抱えて住民票を変えられないまま生活実態を移された方が制度につながらなかったり、発見されにくく、難しさを感じている。そういった方に地域の方が気づいたとしてもどうサポートしたらよいかわからないということも出始めている。

(会長) 住民登録のない子供や外国籍の子供は小学校に入れないとか、色々なところに問題が広がっている。見えていない課題がまだたくさんある。

(副会長) 新規の相談が減ってきているが、広く周知をする中で声を上げられる方はある程度拾えているのでは。これからは声を上げることすらできないでいる、もっと困っている方への支援を考えていかなければならないと感じる時間だった。相談に繋がる手前に何が必要なのか、共感してもらえるか、わかってもらえるかという感覚が必要で、これからますます経験者の存在が大事になってくるのではないかと感じた。そうなった時に、二者関係（相談者・支援者）の中では難しく、共通な何かが真ん中にあることによってつながりやすくなるのではないかなと思う。仕事やボードゲームなどの活動コンテンツや、体験談や演奏が聴けて自分が共鳴できるものが見つかるといったものが必要になってきている。ケアする人も孤立しないで繋がり合えるのが大事だし、区も孤立しないで繋がるのも大事だと思った。声をかけてもらえるのはやはり知名度があるという強みだと思う。ピアが活躍できるよう、ピアが孤立しないよう一緒に働く周りの人がどう関わっていくのかも一緒に考えていかないといけない。

(委員) 訪問による相談はどんなものが多いのか。

(相談員) 本人からの希望に応じて訪問している。

(会長) 最近、相談の流れではない受け止め方はないのだろうかと考えている。相談も大事ではあるが、相談ではない形で受け止めていく方法を考えていかなければならない人たちがいる。居場所であったり、色々な形の中で声を出してもらえるようにする。同じ思いをしている人同士だからこそ出てくるというのを大事にしていきたい。

(委員) 人の役に立ちたいと思っている人は多い。そこに人間の本質があるように感じている。働かなくても良いけれど、その人自身が役に立っているという感覚さえあれば、死にたいとは思わないと思う。

(会長) 自ら選べるようにするとか、大事な言葉が色々出てきたと思うので、今後のきっかけにできれば良い。最後に部長から一言頂戴したい。

(部長) 有意義な議論を行っていただき、次なる施策のヒントをいただいている。本人や家族の方、相談につながらない事例の情報をお届けいただきたい。今後、孤独・孤立対策に力を入れ、福祉部だけではなく、全庁的に対策を講じながら進めていきたいと思っている。その中でもひきこもりや生きづらさを抱えている方には、今日色々なヒントをいただき、新たな活動の場を作っていくことも含めて、しっかりと取り組んでいきたい。

(会長) これをもって、令和8年度第1回ひきこもり支援協議会を終了する。

閉会