

精神障害にも対応した地域包括ケアシステムの構築に向けた協議

岡山市のひきこもり支援について
(岡山市ひきこもり地域支援センター)

協議①

ひきこもり地域支援センターの支援につなげるためには

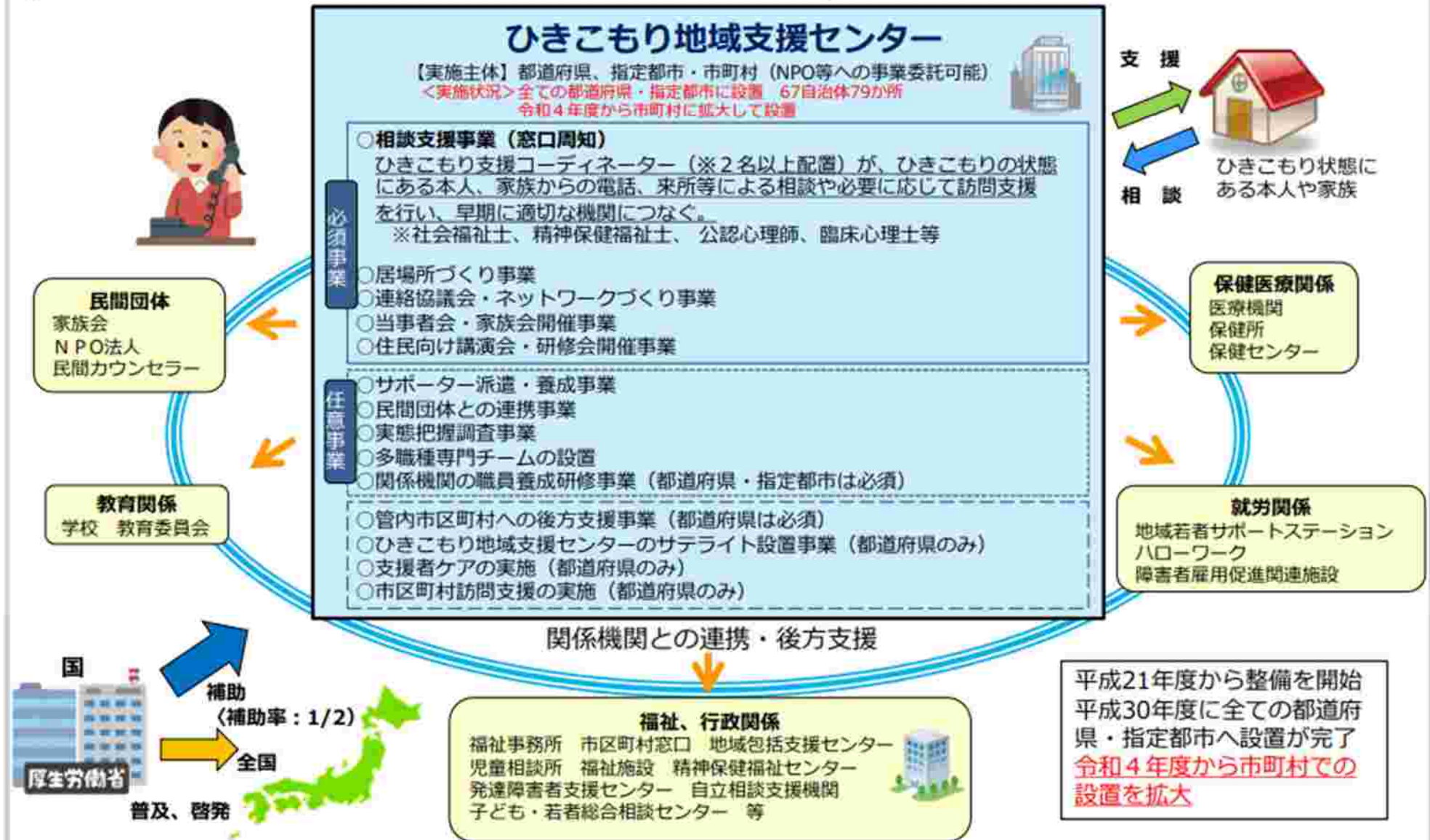
協議②

センターにつながってからの支援方法は

国のひきこもり支援について

ひきこもり地域支援センター

ひきこもり地域支援センター等設置運営事業（平成21年度～）



国のひきこもり支援について

📄 10代・20代を中心とした「ひきこもり」をめぐる地域保健活動のガイドライン（暫定版）
（2001年策定）



📄 10代・20代を中心とした「ひきこもり」をめぐる地域保健活動のガイドラインー精神保健福祉センター・保健所・市町村でどのように対応するか・援助するかー 【旧ガイドライン】
（2003年策定）



📄 ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン 【新ガイドライン】
（2010年策定）



📄 生活困窮者自立支援法
（2015年4月1日施行）



8050問題の顕在化により新たな指針が求められる

📄 ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～
（2025年4月1日公布）

ひきこもり支援の「指針」の特徴と推移

10代・20代を中心とした「ひきこもり」をめぐる地域精神保健活動のガイドライン（2001） ①

「ひきこもり」はさまざまな要因によって社会的な参加の場がせばまり、就労や就学などの自宅以外での生活の場が長期にわたって失われている状態のことをさします。これは、なにも特別な現象ではありません。何らかの理由で、周囲の環境に適応できにくくなった時に、ひきこもることがありえるのです。このような「ひきこもり」のなかには、生物学的な要因が強く関与していて、適応に困難を感じ「ひきこもり」をはじめたという見方をすると理解しやすい状態もありますし、逆に環境の側に強いストレスがあって、「ひきこもり」という状態におちいつている、と考えた方が理解しやすい状態もあります。つまり、「ひきこもり」とは、病名ではなく、ましてや単一の疾患ではありません。また、「いじめのせい」「家族関係のせい」「病気のせい」と一つの原因で「ひきこもり」が生じるわけでもありません。生物学的要因、心理的要因、社会的要因などが、さまざまに絡み合っ、て、「ひきこもり」という現象を生むのです。ひきこもることによって、強いストレスをさけ、仮の安定を得ている、しかし同時に、そこからの離脱も難しくなっている、「ひきこもり」は、そのような特徴のある、多様性をもったメンタルヘルス（精神的健康）に関する問題ということができましよう。



ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン（2010） ②

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、家庭外での交遊など）を回避し、原則的には6ヵ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態（他者と交わらない形での外出をしてもよい）を指す現象概念」と定義（概ね従来通り）。なおひきこもりは、「原則として統合失調症の陽性あるいは陰性症状に基づくひきこもり状態とは一線を画した非精神病性の現象とするが、実際には確定診断がなされる前の統合失調症が含まれている可能性は低くないことに留意すべきである。（略）現に支援を必要としている、精神保健・福祉・医療の支援対象としてのひきこもり」のことです。

【2つのガイドラインの共通点と特徴、そして課題】

当時の社会状況及び時代背景の影響を受けて、「ひきこもり」は現象概念であるとともに、精神保健・福祉・医療の支援対象であるという理解がされている。①②に当てはまらないご本人の存在というひきこもりの多様性、並びにひきこもりは個別的で多義性がある。そのため「医療モデル」に加えて、および援助・支援に共通する有効な「社会モデル」が求められている。
⇒『ハンドブック』 2025.4.1～

国のひきこもり支援について（ひきこもり者数の推計等）

Ｑこども・若者の意識と生活に関する調査（内閣府）

実施：令和4年11月

対象：全国の10～39歳の男女2万人 / 40～69歳の男女1万人

有効回答数：10～39歳の男女8,555人 / 40～69歳の男女5,214人

設 問	選択	普段どのくらい外出しますか
選択した回答	①	趣味の用事のときだけ外出する
	②	近所のコンビニ等には出かける
	③	自室からは出るが、家からは出ない
	④	自室からほとんど出ない

↓かつ

設 問	現在の状態となって、どのくらい経ちますか
選択した回答	6か月以上

↓かつ

病気等を理由としていない15～69歳の男女

①～④を広義のひきこもりと定義

※内：①準ひきこもり / ②③④狭義のひきこもり

参考：ひきこもり者数の推計		全国割合	岡山市人口 (R4.11)	岡山市の推計 ひきこもり者数
広義のひきこもり	15～39歳	2.05%	187,850	3,851
	40～69歳	2.98%	268,970	8,015
準ひきこもり	15～39歳	0.95%	187,850	1,785
	40～69歳	1.23%	268,970	3,308
狭義のひきこもり	15～39歳	1.10%	187,850	2,066
	40～69歳	1.75%	268,970	4,707

家から出られない重度のひきこもりは、岡山市の推計で1,200人以上存在すると考えられる。

集計結果		該当者数	有効回収数に占める割合	
普段は家にいるが、自分の趣味に関する用事のときだけ外出する	15歳～39歳対象調査	67人	0.95%	準ひきこもり
	40歳～69歳対象調査 (参考：うち40～64歳)	64人 (30人)	1.23% (0.70%)	
普段は家にいるが、近所のコンビニなどには出かける	15歳～39歳対象調査	52人	0.74%	広義のひきこもり
	40歳～69歳対象調査 (参考：うち40～64歳)	81人 (50人)	1.55% (1.17%)	
自室からは出るが、家からは出ない	15歳～39歳対象調査	21人	0.30%	
	40歳～69歳対象調査 (参考：うち40～64歳)	4人 (3人)	0.08% (0.07%)	
自室からほとんど出ない	15歳～39歳対象調査	4人	0.06%	狭義のひきこもり
	40歳～69歳対象調査 (参考：うち40～64歳)	6人 (3人)	0.12% (0.07%)	

参考：ひきこもり者数の推計（狭義のひきこもり内訳）		全国割合	岡山市人口 (R4.11)	岡山市の推計 ひきこもり者数
狭義のひきこもり	15～39歳	1.10%	187,850	2,066
	40～69歳	1.75%	268,970	4,707
普段は家にいるが、近所のコンビニなどには出かける	15～39歳	0.74%	187,850	1,390
	40～69歳	1.55%	268,970	4,169
自室からは出るが、家からは出ない	15～39歳	0.30%	187,850	564
	40～69歳	0.08%	268,970	215
自室からほとんど出ない	15～39歳	0.06%	187,850	113
	40～69歳	0.12%	268,970	323

岡山市のひきこもり支援について （岡山市ひきこもり地域支援センター）

岡山市ひきこもり地域支援センター（概要等）

■支援体制

- ・常勤職員 兼務2名（心理士）
- ・非常勤職員 専任5名（心理士・精神保健福祉士・看護師）

■支援対象者

- ・岡山市内在住の本人、家族
- ・病気（統合失調症や神経症など）ではなく、ひきこもっている状態

※ひきこもり支援センターの対象ではない場合

医療的支援が優先される場合や、集団プログラムに適さない中高年は、こころの健康センターの地区担当が相談を受け、個別支援を実施。社会的なひきこもりでなく、身体や知的障害等でひきこもっている場合は、一旦相談を受けて、しかるべき関係機関につなぐ。

■支援内容

- ・個人療法（面接、ピアサポーター派遣）
- ・家族支援（家族教室）
- ・ピアサポーターとの交流
- ・グループ活動
- ・居場所づくり（ボランティア等）
- ・普及啓発
- ・支援従事者研修

■沿革

- | | |
|---------|--|
| 平成22年7月 | 岡山市こころの健康センター内に開設。（相談電話受付：祝日・年末年始を除く水・金） |
| 平成22年9月 | 一部業務（就労支援、居場所の提供等）をNPO法人リスタートに委託 |
| 平成26年9月 | 一部業務（就労支援、集団療法、居場所の提供等）を社会福祉法人あすなろ福祉会に委託 |
| 平成28年7月 | 相談電話受付を祝日・年末年始を除く月～金に変更。 |
| 令和 2年4月 | 一部業務を社会福祉法人手をつなぐ育成会内ひきこもり支援センターきずきへ委託 |
| 令和 4年4月 | 直営化 |



岡山市ひきこもり地域支援センターの段階的支援



①相談支援

- ・ひきこもり当事者や家族などの相談対応や訪問支援。
相談を受けてから、状況を把握し、アセスメント会議開催。
- ・医療・心理・生活の三つの視点からアセスメントを行い、
必要な支援を判断。

②出会い・ 評価段階

- 【家族教室・家族面接】
- ・ひきこもり当事者のいる家族が対象。
- ・家族同士の交流で、エンパワーメントを高めることが主目的。
他の家族の話聞くことで、ひきこもり当事者に対する理解を深め、
関わりについて考える機会とする。

③本人支援段階

- 【ピアサポーターの派遣・本人面接】
- ・元ひきこもり当事者及びそのご家族にピアサポーターになってもらい、
本人の面接や家族の集い、家族のティータイムに参加協力してもらい、
当時の体験を語ってもらう。

④中間的・ 過渡的な 集団との 再会段階

- 【小集団活動】
- ・安心して過ごすことで、自然な形で
対人交流し成功体験を積むことが目的。

⑤社会参加の 試行段階

- 【社会参加応援事業・就労支援】
- ・当事者が安心できる居場所づくりや、
当事者が安全に他者と交流できる
場をつくることで、段階的な社会
参加を支援する。

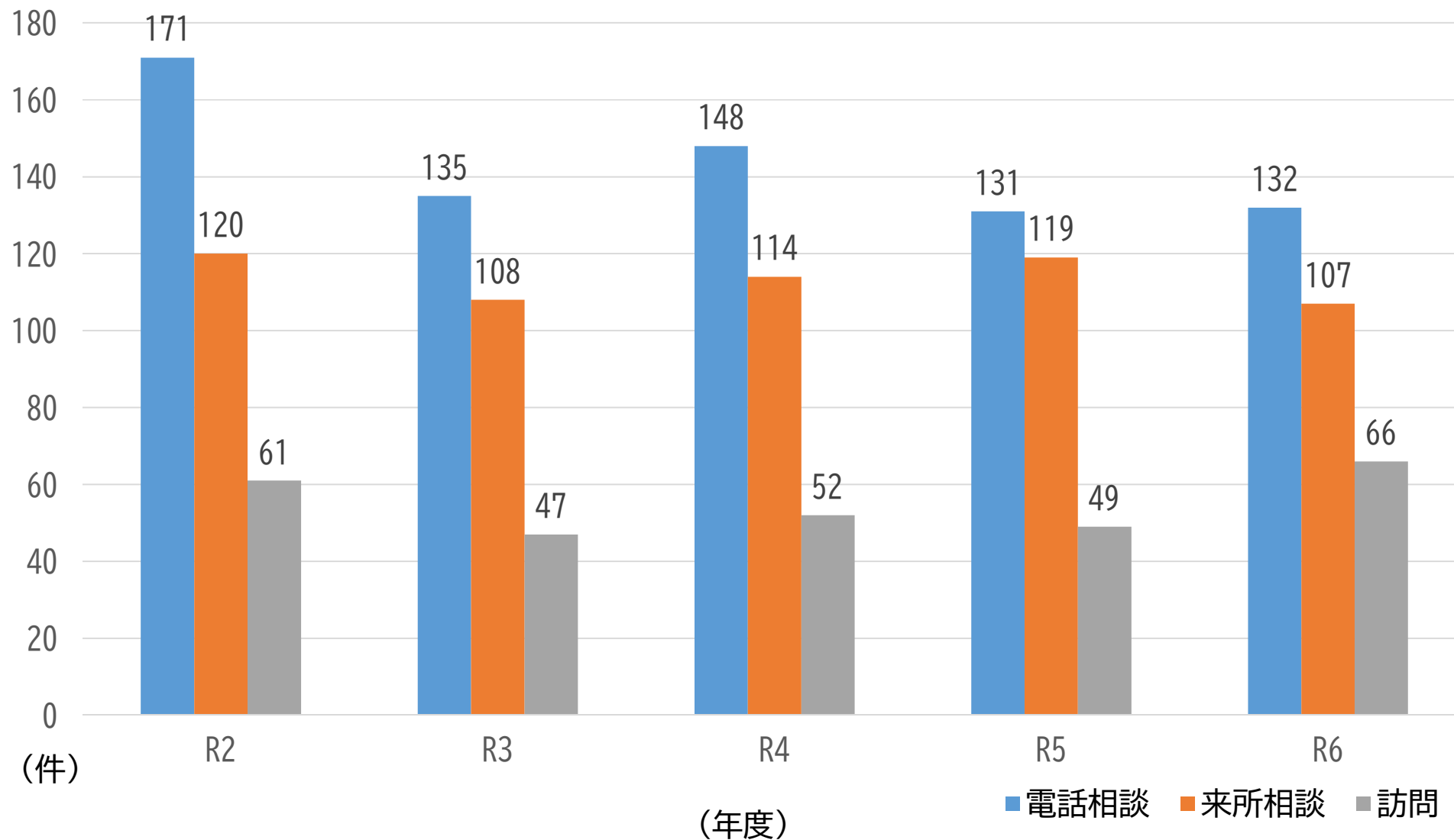
いびきスペースによる支援

- 市内のアパートの一室を、居場所として提供している。
- 社会参加のための小集団活動を実施。外出先で活動することもある。
- R4年度から委託から直営化。以下のような手厚い支援が可能となった。
 - ・要支援者を直接いびきにつなげられるようになり、利用者が増加。
 - ・職員が直接支援に関わるため、支援者についての情報交換がしやすくなり、細やかな対応が可能となった。
 - ・先輩がステップアップしていく過程を利用者が目の当たりにするため、よい刺激になっている。

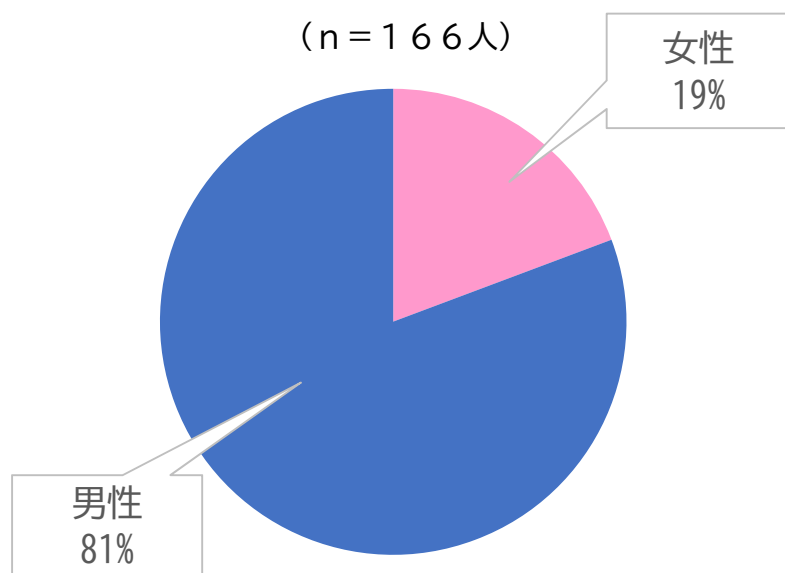
ひきこもり 支援従事者研修

支援従事者のレベル向上を
目的に相談の傾向等から
スタッフで話し合い、
研修テーマを決定

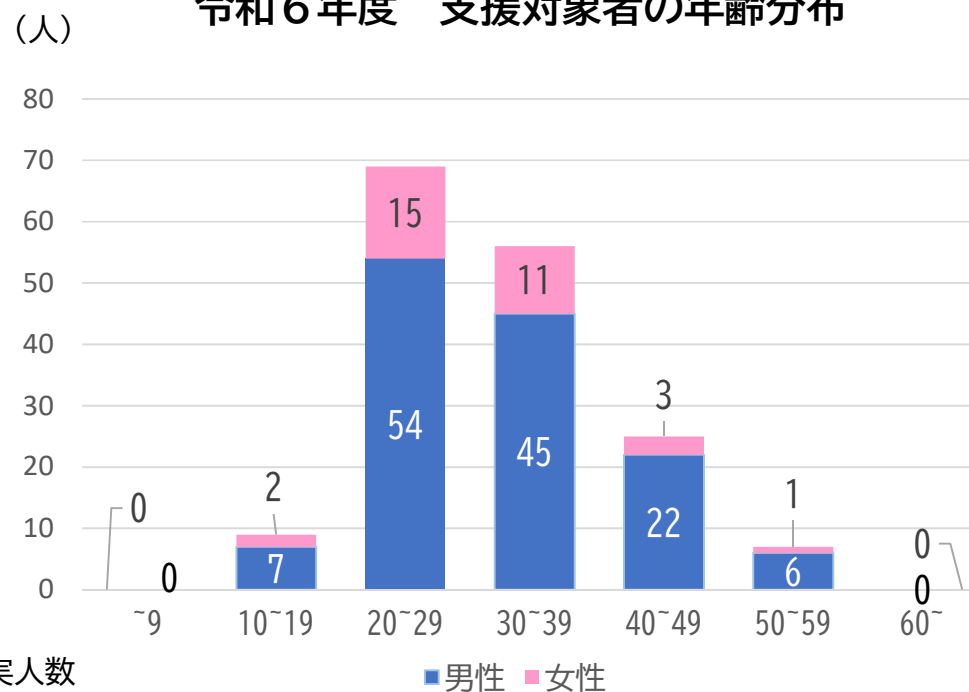
相談対応数の推移（相談種別）



令和6年度 支援対象者性別割合

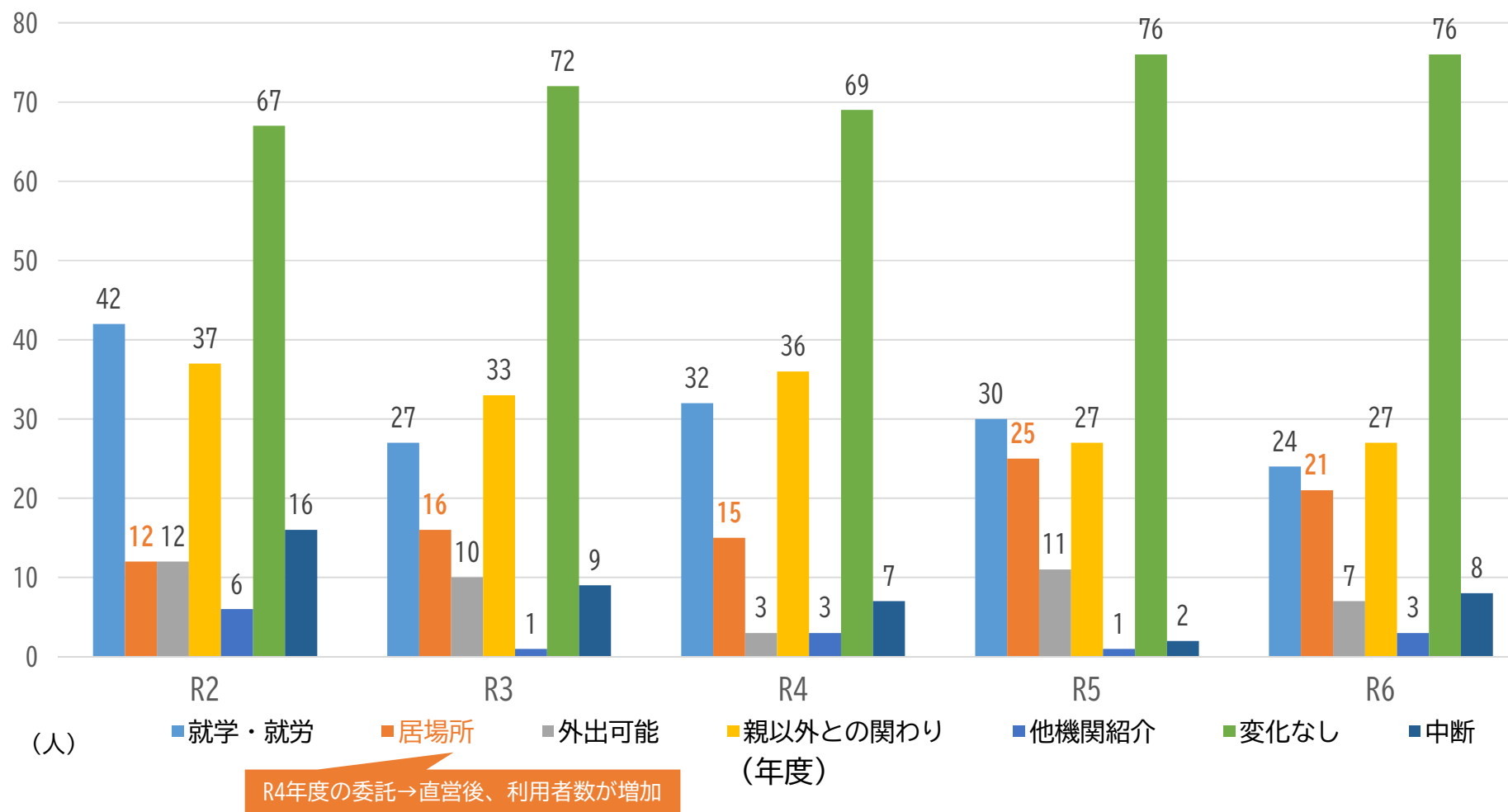


令和6年度 支援対象者の年齢分布



- ・ 支援対象者の8割が男性。
- ・ 支援対象者の年齢は20～40歳代が150人と全体の9割以上を占め、8050問題予備軍からの相談が多くなっている。

支援対象者の年度末時点の状況



<留意点>

- ・「変化なし」には、支援対象者の親族等への支援を含んでいる。
- ・支援対象者は毎年度流動する（R5年度対象外となったものが、再び対象になることもある）。
- ・岡山市では、支援対象者や親族等のペースに合わせた伴走支援を行っており、個々の状況に応じて支援段階が異なることに留意が必要。

【支援対象者情報】

性別 : 男性

相談時年齢 : 20代後半

周辺情報 : 大学卒業後、就職せずひきこもる

【支援の経過】

1 年目 母が来所相談。本人に来所意思なし

7 年目 居宅訪問開始（頻度：月1回）

会話はないものの、次回訪問に前向き

1 2 年目 コロナ禍。居宅訪問を拒否

コロナが落ち着いたころ居宅訪問再開

1 3 年目 小集団活動の利用開始

1 4 年目 居宅訪問から来所面接となる

医療受診の結果発達障害と診断

本人の希望によりB型事業所の利用開始

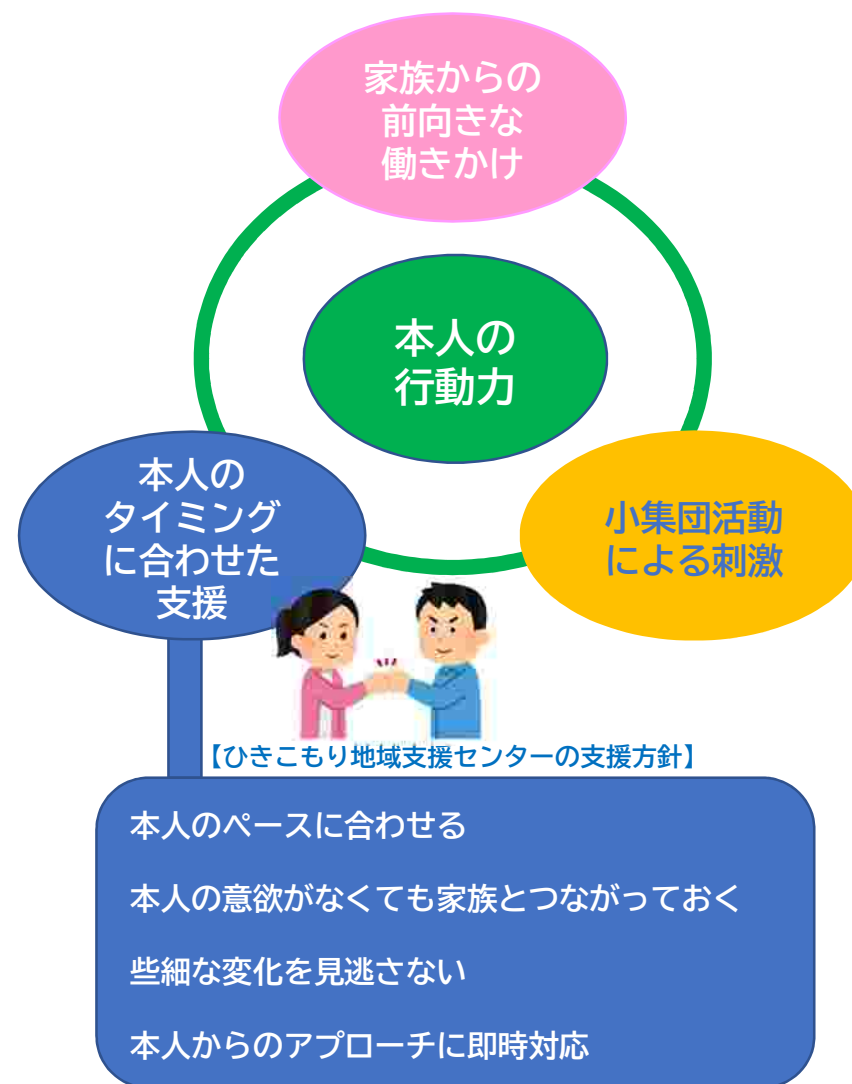
相談支援事業所へ計画相談を依頼

1 5 年目 本人よりデイケア利用及び障害年金受給希望

1 6 年目 ケース会議実施後、地域の支援機関へ引継ぎ

終結

【今回の事例のポイント】



協議①：ひきこもり地域支援センターの支援につなげるためには？

スライド6の内閣府調査のとおり、15～39歳の約2%、40～69歳の約3%が「広義のひきこもり」とされるなか、地域には、必要な支援につなげることができていない、ひきこもり者や家族等が一定数潜在的に存在していると考えられる。ひきこもり地域支援センターによる支援について市民に広く知ってもらうためにどのような方策が考えられるか。

協議②：センターにつながってからの支援方法は？

岡山市ひきこもりセンターでは、スライド8・11のような取組を行っている。本人・親族等含む支援対象者のペースに合わせつつ、地道にいていねいな支援を続けているところではあるが、これらのほかに、どのような支援が考えられるか。

