

厚生労働省 主催

2025.8.23 (横浜)

ひきこもり VOICE STATION 全国キャラバン2025

長谷川俊雄

白梅学園大学名誉教授
社会福祉士・精神保健福祉士
NPO法人つながる会 代表理事
social work lab MIRAI 代表

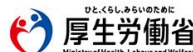
パネルディスカッション「自立？自律？生きやすい社会はどっち？」

ひきこもり経験者と話そう。
誰もが生きやすい地域について。



ひきこもり
VOICE STATION

2025年8月23日(土)～11月8日(土) (参加無料(オンライン中継あり))
13:00-16:00(開場12:30) ※終了時刻は会場により変更・延長の可能性あり



厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

全国6都市で開催!
8月23日(土) 神奈川県横浜市

『ひきこもりVOICE STATION』
クリエイティブ
プロデューサーに就任!

演出家
宮本亜門さん参加!



9月13日(土) 高知県高知市
9月20日(土) 秋田県秋田市
10月11日(土) 新潟県新潟市
10月18日(土) 奈良県奈良市
11月 8日(土) 大分県大分市

長谷川の発言やパネルディスカッションの際の資料という位置づけです。この資料を用いてお話するわけではありません。

『ひきこもり支援ハンドブック ～寄り添うための羅針盤～』の位置づけ

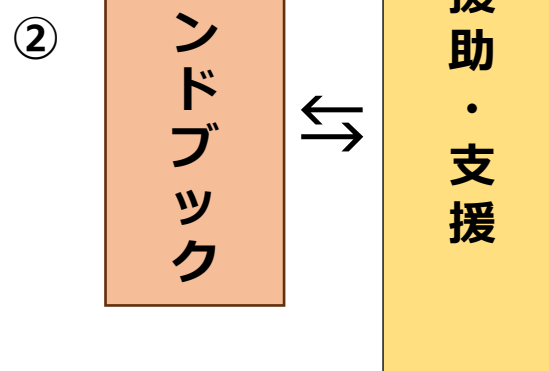
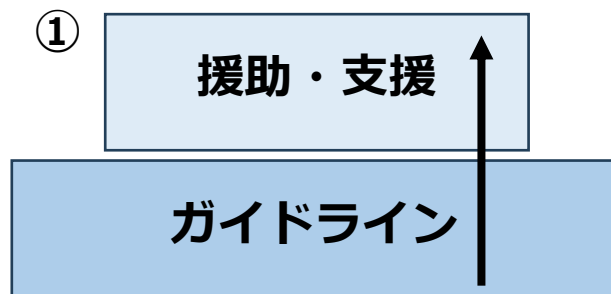
1. 「ガイドライン」ではなくて「ハンドブック」であることの意味

① ガイドライン（基準、最低限度） → マニュアル（公式・手順）

➡ 教科書（テキスト）

② ハンドブック → 手引き、参照

➡ 参考書



2. 「寄り添う羅針盤」の羅針盤の意味

相談や支援は、アセスメントと信頼関係を前提として取り組まれる。

しかし、情報不足のままに見切り発車せざるを得ないことも多い。相談・支援に回答を与えてくれるものは何もない。自分の頭と心とからだと経験を使って、仮の地図を描いて、慎重に進んでいくしかない。それでも迷うときは、地図に羅針盤（コンパス）を当てて新たなルート（方法）を探り進んでいく。

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」ということがあります。

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、
「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出来ましよう。



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カ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】

当時の社会状況およ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行われていることである。①②の対象に当てはまらない多くの本人の存在。いわゆる「医療モデル」に加えて、および共通することとして「社会モデル」による理解と支援の必要性がある。➡『ハンドブック』（2025.4.1～）

「ガイドライン」と「ハンドブック」の考え方の関係性

「ガイドライン」2010

病気や障害を背景としたひきこもりを対象とした考え方
⇒医療の必要性と有効性

A

「ハンドブック」2025

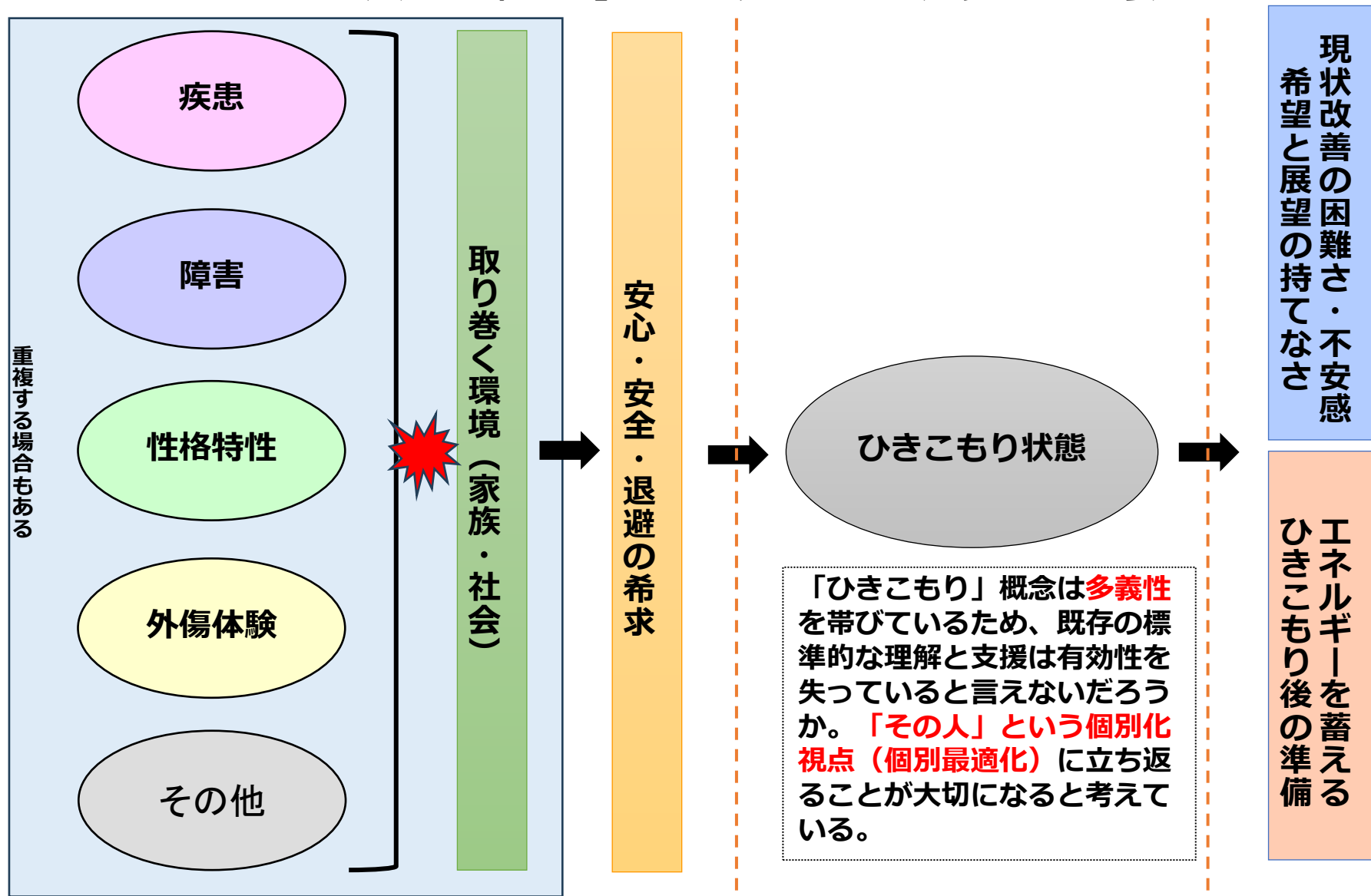
病気や障害を背景としない、あるいは背景が明確ではないことを含むひきこもり全般を対象とした考え方
⇒支援の必要性と有効性

B

A…specific（特定の、専門的な）／ B… generic（一般的な、共通の）

「ひきこもり」状態における背景の多様性と共通性への視点の大切さ

～ラベリングを超えて「個別化」して受けとめる・理解することから始める～



『ハンドブック』における「ひきこもり支援の対象者」の考え方

Q4	ひきこもりの支援対象者と定義の違いは？
A4	これまで一般的に用いられてきた定義は、ガイドライン上の定義として整理されており、社会参加の状況、日常生活面や経済面における支援の必要性、その状態の期間の長短などによって既存制度の枠外として支援の対象外とされることがありました。また、様々な背景や理由によって、生きづらさや日常生活での困難を抱えていても相談に至らない、潜在的な対象者の方々もいます。このハンドブックでは、ひきこもり支援の対象者を従来よりも広くとらえることで、支援の入口につながりやすくするとともに、その後の段階的な支援にも幅がうまれることを期待しています。「第2章 ひきこもり支援の対象者と目指す姿」（13 ページ）において基本的な考え方を記載しましたので、是非、ご参考にしてください。

『ひきこもり支援ハンドブック』「Q&A」から

ひきこもり支援における対象者とは、社会的に孤立し、孤独を感じている状態にある人や、様々な生きづらさを抱えている状態の人となります。それぞれ一人ひとりの状況は違いますが、具体的には、

- ★何らかの生きづらさを抱え生活上の困難を感じている状態にある、
- ★家族を含む他者との交流が限定的（希薄）な状態にある、
- ★支援を必要とする状態にある、

本人やその家族（世帯）です。また、その状態にある期間は問いません。

「ひきこもりの定義」と「ひきこもり支援の対象者」

○「ひきこもり」の捉え方

- ①ある条件が充足したとき (新ガイドライン)
 - ②多様性・多義性である (ハンドブック)
-

○治療が必要である場合 ➡ 定義や基準による診断

(専門職・行政が規定する対象者)

○支援が必要である場合 ➡ 困っている状態・事実とその把握

(柔軟性があり、ご本人の意思が反映できる)

○「ひきこもり」は疾患・障害ではなく「状態」として理解するのであれば、その「状態」はさまざまであり、一律に規定できない。

○「ひきこもり」の定義は、ディスコースとして受け取られている。

○「ひきこもり」は多様性と多義性があることから、個別化して捉えることが求められている。定義により多様性と多義性が尊重されないとき、パッケージ化された汎用性の高いルーティン支援になる可能性もある。個別最適化(個別化されたwell-being 志向)の支援と本人の尊厳を守るために、家族(親、兄弟姉妹)を含んだ緩やかな位置づけとなっている。

ひきこもりの対象規定である定義がないことの積極的意義 ～「包摂モデル」は支援から取り残す人をつくらない～

前提：ひきこもりは**多様**である

定義に該当するひきこもり
状態にある人

ひきこもり状態にある人

概念の上に明確な定義があること



《**峻別モデル**》

定義はひきこもり状態にある人を「ひきこもり」と「非ひきこもり」に峻別する機能を持つ。支援を受けられる人と受けられない人を生み出す。

ひきこもり状態にある人とその家族
(認識しない人と家族は除く)

ひきこもり状態にある人とその家族

緩やかな概念の上に明確な定義がないこと



《**包摂モデル**》

ひきこもり状態にある人とその家族を対象とする。しかし、そのことを認識しない人（認めない人）とその家族を除くといった自由意志は尊重する。

『ハンドブック』における「自律」の考え方 ①

自律 ➡ 自身を肯定し主体的な決断ができる状態

〈キー・ワード〉

背景・心情の多様性、意思尊重、自己決定、継続した支援、回復

Q6	ひきこもり支援の目指す姿として「自律」が示されていますが、社会参加の実現や就労を支援のゴールに設定してよいのでしょうか。
A6	社会参加の実現や就労を目指して支援することも大変重要です。しかし、ひきこもり状態に至った背景や本人の心情は多様であり、本人の意思や回復する力を抜きにした支援では前に進めていくことが難しいです。そのため、支援のプロセスにおいて、まずは本人が自らの意思や思いを決めていくことができるよう支援することが重要です。本人が自らの意思や思いを決めていくことができるようになれば、就労や社会参加の実現は見えてきます。しかし、就労や社会参加が実現しても、それをどのように継続していくかを見極めることや、その後の長い人生をどのように生きていくかを決めていく力が、回復していくためには必要な場合があります。そのため、就労や社会参加が実現したことをもって支援が完結するものではなく、社会参加や就労を含め、本人にとっての自律（自身を肯定し主体的な決断ができる状態）に向けた具体的な支援について、他機関・他職種と連携しながら継続的に取り組んでいくことが大切であると考えています。

『ハンドブック』における「自律」の考え方 ②

本書では、ひきこもり支援において**目指すべき姿**は、一人ひとりの背景や心情をとらずに社会参加や就労のみを求めることではなく、**本人のペースに合わせながら、本人やその家族が、自らの意思により、自身が目指す生き方や、社会との関わり方等を決めていくことができるようになること（自立ではなく自律）**としました。この「自律」とは、自己を律すること、社会に適応するといったとらえ方ではなく、**本人の尊厳や主体性、自尊感情を回復する意味であり、その自律に向けたプロセスを本人と支援者が共有しながら一歩ずつ進むこと**を目指すものです。自律の形は一人ひとり違うものであり、決まったものではありません。自律に向けた具体的な取組として、社会参加や就労も含まれており、本人の求める支援は多様であるといえます（**家族は本人の自律を支える役割だけではなく、家族も自律することが望ましいといえます。**）。本人の自律的な決断として、就労をはじめとする社会参加が選ばれることは少なくありません。重要なことは**「本人が自分の意欲や動機を発見していく」過程**です。

一方で、自分の意思や希望の表出がうまくできない本人に対しては、支援を進める中で、**本人が望む未来を具体的に描けるよう、ともに考え、選択しやすい情報提供に努めながら、意思表出や意思形成、自己決定につながる丁寧なサポート**をすることが必要です。

「自立」と「自律」

- 援助・支援における「自立」は、何かを手にする、状態が変化する、どこかに所属する、就労する、社会参加する…ことを意味する**目的（目標）**として受けとめられてきた。また、「自立」の機能面は「ひとり立ち」「力を借りない」等として取り扱われてきた。

「誰ひとり取り残さない」「共生社会の実現」と言うとき、そこには誰かを頼ること、制度・社会資源を活用することが含意されている。**「自立」と「孤立」との親和性が高い**こともあり、ひきこもりの場合は**「自立」の強調がひきこもりを長期化や深化につながる**可能性がある。

- 「自律」は、**その人の尊厳そのものを尊重**しようとする考え方である。ひとりの人間として尊重されたい、自分の感じていることや考えていることを表明したい、自分のことは自分で決定したい等の価値が意味されている。**当事者主義**や**当事者本位**の考え方が含まれている。また、援助職（支援者）との相互関係性が**父権主義的ではなく対等性のある支援**を志向することが求められる。

- 「個別最適化」「自己決定尊重」「対話」**を柱とした考え方と言えるだろう。

ソーシャルワーカーの歩みと新自由主義の関連性

～「自律」から「自立」への変化が援助や考え方へ大きく影響を与えた～

1981年 横浜市役所 社会福祉職

- ・横浜市寿生活館（隣保施設）生活相談員
- ・戸塚区福祉事務所 生活保護現業員
- ・泉区福祉事務所 生活保護現業員
- ・泉区保健所 医療ソーシャルワーカー 精神保健相談員

1997年 精神科クリニック 精神科ソーシャルワーカー

※ 思春期青年期問題、家族問題、アディクション問題

2002年 愛知県立大学文学部社会福祉学科 准教授

2010年 白梅学園大学子ども学部子ども学科 教授

2023年 フリーランス・ソーシャルワーカー

※ social work lab MIRAI（オフィス開設）

新自由主義

市場原理を重視し、政府の介入を最小限に抑えることを目指す政治・経済思想です。簡潔に言えば、「小さな政府」を目指し、市場の自由な競争を促進することで経済成長を促そうとする考え方。

※ 1980～ / 日本：1990年



保健・医療・福祉・教育・介護等の対人サービスへ大きな影響を与える

- | | |
|--|--------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> ・自助 ・能力主義 ・成果主義 ・就労 | <p>○政策・制度への反映</p> <p>○価値・思想として定着</p> |
|--|--------------------------------------|

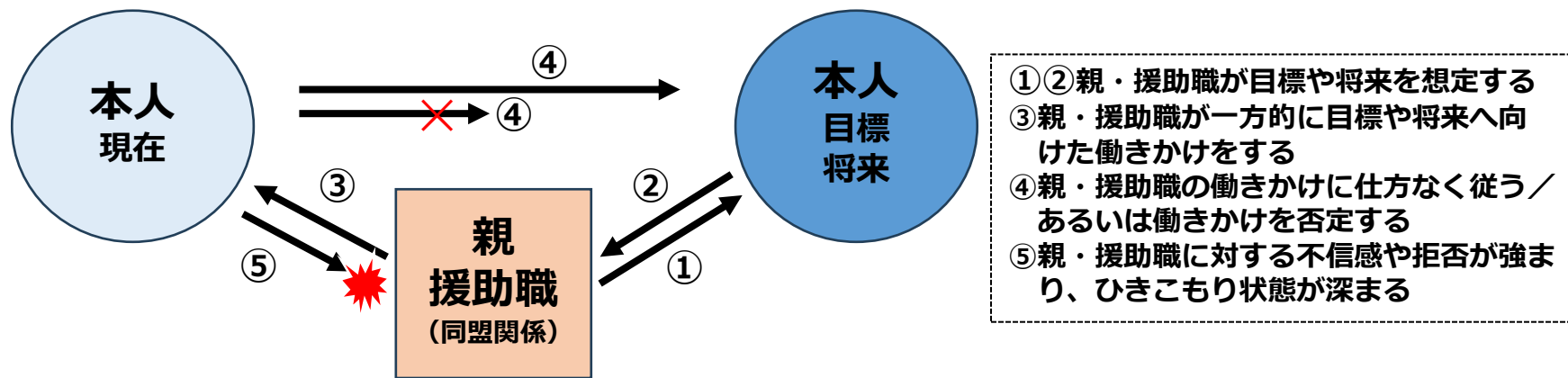
- ☆「自律」の後退と否定
- ☆「自助」「自立」の促進・最大化

- 経済政策等における新自由主義への懐疑や問題点への指摘
- 国民生活の困難性と生活困窮の拡大化
- 政治の在り方の変容（国民の政治的選択の変化）
- 生活苦・閉塞感・将来展望の持てなさによる疲弊と怒り

- ①新自由主義のもとでも教育の自主性・独立性に力点を置くことを「自律」の復権という考え方で主張する文献の出版がある。
 - ②ここ数年、さまざまな分野・領域で「自律」がタイトルやサブタイトルにつけられた出版が増えてきている。
 - ③イヴァン・イリイチのコンヴィヴィアリティ（conviviality）に注目した「自律協生」（訳語）という用語の提案がある。
- 「自律」には、他者との「対話」と「力を合わせる」といった他者とのかかわりを前提にしている。

自立支援と自律支援のちがい（概念図）

1. 「自立」を目指す支援



2. 「自律」を尊重する支援

