社協黒岩支部役員・関係者

地域包括支援センター展勝地

✿さくらネットミーティング✿

合同研修会報告

令和2年6月18日（木）１０：００～

黒岩地区交流センター

本日のメニュー表

① 講師紹介：岩手県中部保健所　主査保健師　大森　美紀　氏

② 講　演　：「ひきこもりの方の気持ちを理解し支援を考える」
50分

③ 質疑応答：　参加者の中から講師への質問等　10分

④ 講　評　：　北上市社会福祉協議会黒岩支部長
菅原　敬夫　氏

⑤ アンケート記入

地域包括支援センター展勝地さくらネットミーティングの目的

- 地域包括支援センター展勝地圏域内の地域の皆様、ケアマネージャー、介護事業所と顔の見える関係を築き、気軽に相談し合える関係を構築する。
- 法人を超えて事例検討会、研修会など行う上でお互いを知ることが大事。ケアマネージャー、関係機関、地域の皆様とのネットワークを構築。
- 支援困難事例検討、多職種・関係機関連携、地域課題の抽出、地域の社会資源の開発。
- 地域の主任介護支援専門員として必要な知識・技術の向上。

※主任介護支援専門員のケアマネジメント力の更なる向上（事例検討等におけるファシリテーション・プレゼンテーション能力など）

※主任介護支援専門員同士のネットワークの構築

※地域の介護支援専門員・事業所内介護支援専門員へのスーパービジョン力の向上

※地域づくりへの参画

岩手県のひきこもりの実態

- H31.2岩手県公表　地域住民の社会参加活動に関する実態調査より
- H30.6～8、民生委員、児童委員3339人へアンケート調査（郵送）
- 回答数：2755人、回答率：82.5%
-

調査結果①

- 1、3分の1以上の民生委員、児童委員が「担当地区にひきこもり状態で概ね15歳以上の方がいると回答。
- 2、相談内容は「将来のこと（今後の生活が心配等）」が最多。次いで「学校、仕事のこと（不登校、就職の失敗等）」、「経済的なこと（困窮等）」の順

※支援策として必要：家庭や家族への支援、相談窓口の周知・充実

調査結果②

- ・ひきこもり状態の方の数：岩手県全体、1616人
- （あくまでも民生委員が把握している人数であり、実際はもっと多い。全国では60万人いると言われている医師把握200万人くらい）
- ・男性　約7割＞女性　約3割　40代：25.2%、30代：20.6%、50代：19.6%
- ※働き盛りが多い。
-

調査結果③

- ・ひきこもり期間：10年以上　37.1%　5～10年未満19.0%

  ※40代以上同居家族ありで10年以上ひきこもり46.9%

- ・ひきこもるきっかけ：「不明」約4割（本人に聞いても理由が明確でない。以前不登校、いじめの経験があった人もあり。丁寧に生育歴を聴くようにしている）　「就職後の失敗や退職」約18%、「不登校」「本人の病気」「就職の失敗」14%

  ※お子さんの生育歴が課題となる場合が多い。

調査結果④

- ・家計状況：「普通」約35%「苦しい、生活保護受給」約17%
- （必ずしも金銭的に苦しい家庭ではない場合も多い。親亡きあとどうしたら良いか課題）

※ 50代、60代以上医療機関の支援の割合が高い→繋がるきっかけになる。

ひきこもりとは

- ●社会的ひきこもりの定義
- ・6ヶ月間以上、社会参加せず・精神障害を第一の原因としない（交流関係あると外れる）

  ※「社会参加」には「就学」「就労」のほか、「親密な仲間関係」も含まれる

  ※コンビニ、スーパーに行っているは社会参加ではない→外出の有無ではない。

  ※家族以外と交流があるかどうか、病気が考えられない場合、社会的ひきこもり

- ●社会的ひきこもりの特徴
- ・不登校との関連性は高い（生育歴から）　・1970年代後半から増加
- ・比較的、男性事例に多い（知的レベル高くイケメン多い）
- ・しばしば著しい長期化（数年～十数年）に至る（80・50問題に繋がる）
- ・長期化と共に精神状態が、あるいは家庭内暴力などの問題行動が出現しやすい

  ※本人も葛藤がある。

- ●両親の精神的健康度（K6）
- ・ひきこもり者を抱える家族の精神的健康度は低い（精神的苦痛を抱えている日が多い）

  セルフケアに力を入れることが大事（家族の支援が大事になる）

  ※家族自身の世界を大事にすることは、ひきこもりご本人にとっても良いこと
- ・家族は「親亡き後」の不安とわが子のケア、世間体の三重苦によるうつ準備状態。
- ・ひきこもりに限らず、親と同居している精神障がい者の支援においては、ライフプランの策定をはじめとする経済的基盤づくりへの配慮が求められる。

- ●鑑別診断
- ・統合失調症（もっとも重要）※若い世代に多い10代後半～30代相談して専門家の診断
- ・発達障害（誤診事例が多い）※社会に適応できないケースが多い。
- ・回避性人格障害　・社会不安障害等

  ※アセスメントし、上記に該当しない場合社会的ひきこもり

- ●若者は「なぜ働くのか？」
- ・旧世代：「食うため」　若年世代「承認のため」（働いていることにより、自分を承認）マズローの法則：低次の欲求が満たされれば、1つ上の欲求を持つようになる。

※金渡さなければ働くか→✕、ご飯食べさせなければ働くのでは→✕逆効果

- ●適切な就労支援はケアである。
- ・適切な就労は「生理的欲求」「安全欲求」「関係欲求」「承認欲求」「自己実現欲求」全て　を満たす。
- ・ケアに「高度な専門性」は不要

→多くの半専門家のサポートにより就労支援はケアになる

※ボランティアでの住民等

ひきこもりを知る（本人の心理）

- ●ひきこもりを知る（本人の心理①）
- ・それは、苦しい場や関係から逃れるため、自分を守るための対処法。
  →社会関係から切れてしまうことに…不安、焦り、葛藤、同様、落ち込み
  ※自分は役に立たない、親のすねかじりなど否定的な自己イメージの循環が始まる。

- ●ひきこもりを知る（本人の心理②）
  ※葛藤を知ること、自分と向き合って過ごしているから不安。絵やパソコンなど得意なところを注目し社会参加することが大事！

- ●ひきこもりを知る（本人の心理③）
- ・ひきこもり状態は、「繋がりを拒否された場を拒否」
  ※本人が家族以外の人と繋がることは、回復の第1歩。第三者を頼る。

家族の心構え

- ●家族の基本的心構え
- ・本人が安心してひきこもれる関係づくり→逆に思うが、安心できる場が大事！
- ・両親が一致団結→それぞれが違う意見だと間違った方向に行くことがある。
- ・金銭管理は一定額→お金渡さないと外に出るか？無くても出ない
- ・暴力は徹底拒否→器物損壊も
- ・原因追及・犯人捜しは禁物→何でひきこもったか、誰がひきこもらせたか。

- ●コミュニケーションの回復
- ・「会話」すべて→大事！
- ・断絶の場合はまず挨拶の励行から→返ってこなくても毎日行う。
- ・挨拶・誘い・お願い（「やってもらえると助かるよ」など声掛け）　・相談
- ・「これみて悟れ」式は不適→家族がイライラしたら気が付く
- ・本人からの訴えは、さえぎらずに最後まで聴く→本人の話を聴くことが最も大事！

- ●家庭内暴力への対処
- ・初期：刺激せずに対話を心がける
- ・慢性期：暴力の慢性化→容認→エスカレートすると家族正しく判断できなくなる。
- ・密室化の予防：避難逃げることが大事！
- ・避難の原則：帰宅のタイミング→あまりすぐだと本人がクールダウンできない。

- ●ひきこもりと「対話」→大事！
- ・思春期は「対話」の不足や、欠如からこじれていく
- ・議論、説得、正論、叱咤激励は→「独り言」であり、しばし事態をこじらせる。

  ※家庭内暴力になる。
- ・外出させたい、仕事につかせたいなどの「下心」は脇に置いて

  →本人の言葉に耳を傾ける

●事例検討

- 事例①
- 　30歳（男性）と両親の3人暮らし。刃物を両親に向けたりして、警察が入ったりした。保健所等の関わりの後、本人は両親と離れ1人暮らし。お互いに距離を置くことで両親の負担軽減、健康回復に繋がり、本人も今のところ落ち着いて過ごしている。

- 事例②
- 　16歳の高校生の娘は後に中退。母親より部屋の壁を壊すとの情報あり（壊すのは自分の部屋の壁のみ）保健所の訪問は、母親の気持ちの落ち込みが見られるようになってからは控えていた。その後何回か電話をするも繋がらず様子を見ていたが、数年後母親から保健所に電話が入り、娘が通信教育で勉強を始めたと報告あり。
-
- 事例③
- 　30歳の娘は小学校当時いじめに合い、中学校まで不登校。高校は通信教育だったが中退、その後就労せず自宅で引きこもり。父は生後3か月で亡くなり、母親が女手一つで娘を育てた。母親は高齢出産ということもあり、生活も困窮。母親は自分の兄弟にお金を借りたりしていたが、兄弟から貸すお金がないと相談あり。今は生活保護となっている。

●皆さんにお願いしたいこと

- ・ひきこもりの相談やそういう人がいるらしいという情報がありましたら、保健所に情報提供を
  ※市役所障害福祉係、岩手中部保健所

- ・皆さんが直接介入することは、かえって介入が難しくなるリスクがあることを理解しておく。（近所の目や世間体に悩んでいる家族もあり、ますます相談行動から遠ざかってしまう可能性がある）※家族が相談してきたらまず傾聴

- ・家庭内暴力等の情報や家族からのＳＯＳは速やかに関係機関へ
  ※駐在、北上警察署生活安全課

● 質疑応答

- Q、資料の家族の基本的心構えのところに、愛情より親切との記載があったが詳しく内容について聞きたい。
- A、愛情は時には重く、本人には負担になることがある。親切にもいろいろあるが、「好きそうな物が売っていたから買ってきた」「一緒に食べない？」等のさりげない気づかい、声掛けが本人に響くこともある。関わり方が重要。

※親しき中にも礼儀あり、親と子の境界がないと問題。プライベート犯してはいけない。

- Q、保健所への情報提供、相談等は数ある保健所の中のどこに言えば良いか？
- A、基本は保健師がいる市役所福祉課障害福祉係。ケース対応における困難事例等がある場合には、中部保健所に相談してもらえると良い。

研修の様子