

# 中高年のひきこもり支援の一考察

## — 家族を通して —

桃山学院大学 社会福祉実習指導室

高田さやか (005010)

キーワード：中高年ひきこもり 高齢化 親子関係

### 研究目的

不登校・ひきこもりの親の会参加者のうち、中高年ひきこもりを含む18歳以上のひきこもりの親から聞きとったひきこもりの生活実態と家族関係の変化、中高年のひきこもり支援の少なさを、困難さから支援のあり方について考察する。

### 研究の視点および方法

ひきこもりとは、2007～2009年度厚生労働科学研究費補助金こころの健康科学研究事業「思春期のひきこもりをもたらす精神科疾患の実態把握と精神医学的治療・援助システムの構築に関する研究」(研究代表者 齊藤万比古)の「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」のひきこもりの定義が一般的に使用され「様々な要因の結果として社会参加(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ヶ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態。(他者と関わらない形での外出をしている場合も含む)」とし、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症性の現象とするが、実際には確定診断がなされる前の統合失調症が含まれる可能性は低いとしている<sup>1</sup>。

ひきこもりの人口については、2006年度「こころの健康についての疫学調査に関する研究」では、全国で約26万世帯と推計している<sup>2</sup>。一方で、2010年内閣府の「若者の意識に関する調査(ひきこもりに関する実態調査)」では、「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」「自室からは出るが、家からは出ない」「自室からほとんど出ない」狭義のひきこもりが23.6万人、「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」準ひきこもりが46.0万人で、これらを合わせた広義のひきこもりが69.6万人と推計している。これは、15～39歳5000人を対象として調査して出た結果を同年齢の全国の人口に当てはめて計算したものである<sup>3</sup>。

一方、2015年度の調査では、15歳から39歳までの狭義のひきこもり群17.6万人、準ひきこもり群36.5万人、よって広義のひきこもり状態にある者は推計54.1万人としている<sup>4</sup>ことから、ひきこもりの数は、調査の回答結果から該当する人口に当てはめて計算しているため、その実態はおおよそでしかなく、人知れずこもっていることも多く、正確に把握することはかなり困難である。

そして、これまでは39歳までが調査の対象としていたが、母集団を満40歳から満64歳までの広義のひきこもり<sup>5</sup>の推計数は61.3万人としている<sup>6</sup>。

調査によって年度が異なるが、これらを合わせるとおよそ 130.9 万人がひきこもりとなる。

特に 40 歳以上の中高年のひきこもりは、ひきこもり歴も長く、親も高齢化し、経済的にひっ迫していくことは間違いない。そのために、支援のためのアプローチも期間も必要とし、ひきこもり脱出までの道のりは長いことが考えられる。また、精神疾患や慢性疾患等にも対応が求められる。

本研究では、不登校・ひきこもり親の会に参加している家族のうち、中高年のひきこもりとその親に焦点を当てて、グループでの話し合いの中から中高年のひきこもりの実態と高齢化により新たな課題が増え、抱え込んでいる親との親子関係に着目し、その支援の糸口について考察する。

ここでの「不登校・ひきこもりの親の会」とは、A 市社会福祉協議会主催で毎月 1 回定期開催され、市内北部に近い B 地区では午前で開催で、20～30 名ほどが参加し、市内南部に位置する C 地区では午後の開催で、10 数名ほどとなっている。

社会福祉協議会が主催のため、参加費も予約も必要なく、HP を見て遠方から電車で、あるいは遠方から自転車で、または近所から参加している。

支援者は、心理カウンセラー、元ひきこもりの親、ひきこもり支援団体のスタッフ、障がい福祉サービス事業所のスタッフ等その時々で異なる。

会の流れは、参加人数が多ければ、子の年齢が 18 歳を境目にグループ分けをする。18 歳未満の子の親は、回ごとに参加者が入れ変わり、18 歳以上のひきこもりの子をもつ親のグループは、同じ顔ぶれになることが多く、新規で参加する方の話を中心に共感したり、ひきこもり脱出の成功体験の話を中心に展開していくことが多い。

なお、不登校・ひきこもりの親の会の前後に発達障がい者の当事者の会が開催されているため、その流れで参加している方もいれば、ひきこもりで発達障がい疑われる場合には、都合の合う時間に開催されている会に参加している方もいる。

参加者の傾向は、圧倒的に母親が多く、父親の参加は、夫婦そろってか単独で、継続して参加することはない。

### 倫理的配慮

本研究については、日本社会福祉学会研究倫理指針に基づいて行うものとする。

### 研究結果

親の視点となるが、中高年ひきこもりの生活を整理すると以下の点が挙げられる。

#### ・規則的な生活

長年ひきこもっていると昼夜逆転も落ち着き、深夜まで起きていて昼頃起きてくることはあっても、安定した生活リズムを保ち、完全に逆転とまではいかない睡眠と 3 回とまでいかなくても食事をとる生活を送っている。

#### ・健康志向

もともと病院嫌いだったり、人との関わりを避けたい、お金がかかるといった理由から独自の健康法にこだわったり、体重増加に対する筋力トレーニングをするなどで健康を維持しようとしている。そもそもほとんど外に出ない上、外に出ても人との接触が少なく、病気

にかかるとも少ない。

#### ・ひきこもりへの過程

もともと不登校気味だったのが、完全に不登校になる、高校や大学で不登校から中退するなどしてひきこもる。または、学校は何とか通ったが、アルバイトや就職して働いた経験があるものの仕事がうまく行かなくなり、再就職にハローワークに通うが徐々にひきこもる。

#### ・質素な生活

外出が少ないために、服は古びてヨレヨレでいつも同じ物を着ている。物の買い換えもせず、欲しいという意欲がない。携帯電話を持っていても高額になるような課金もせず、インターネットで調べ物をする程度で、ネットショッピングもカード払いや電子マネーなども購入システムに適應できないためか、利用しない。携帯電話も古い機種で古いプランのままになっており、プラン変更の督促の電話があっても出ようとせず家族が対応しなければならない。

#### ・人に対する恐怖

人との接触が怖い、つまりひきこもっている状況や昼間から外出していることを人からどう思われるのかを非常に気にしていて、人と接触しようとしなない。「アルバイトでもしようかな」など言いつつ面接にさえ行くことなく、変わらない生活をしている。

次に、中高年のひきこもりと親の関係について整理した。

#### ・期待と落胆

「アルバイトしようかな」のつぶやきに家族がアルバイト情報誌を目に付く場所に置くが、見向きもしない。アルバイトから始められるかもしれないと期待が膨らむが、しばらく待っても全く興味を示すことなく過ごしている様子を見て、落胆することを繰り返すうち、「また言い出した」と期待が外れる前提で対応してしまう。けれども、わずかな望みについて期待してしまう。アルバイトが始められれば、その先はステップアップして働けるのではないかと期待をしてしまう。

また、家で長年過ごしていることから、本人の服がヨレヨレで、古びていて、あまりにもみずぼらしく見えるのを見かねて、母親が買い与えるが、着ない。

父親の参加の場合、ひきこもりを解決できる方法がすぐに見つかるのではないかと期待して会に参加するが、すぐに解決する方法がないとわかると落胆する。なかには、過去の子との対立から対応に困っていることや社会に出られないのは、根性が足りないからだという考えを変えきれないことに困惑とともに現実に直面して落胆している。

#### ・こだわり

子どもの頃に嫌だったことを繰り返し訴えてくるが、そもそも覚えていないうえ、本人がそのような受け止め方をしていたとは思ってもみななかったが、今更言われてもどうしようもないという思いが強い。

本人が良いと思ったことを家族にも勧め、それについて延々と語るが、親としては偏った考え方だと思えることから興味が無い。また、食べ物にもこだわりがあり、家族が合わせられるのは疲れる。他には、テレビから得た政治の批判などを延々されるが、内容がステレオタイプの話で、興味が沸かない。狭い世界で生きていることから、話の内容に幅がなく、話す相手も親しかいないために、偏った話を何度も繰り返されることに苦痛を感じている。

#### ・父親の存在

父親が定年退職し、家族3人で毎日ずっと家にいることに母親が辟易している。子のひきこもりが悩みであり、子への対応は慣れているのでいいものの、家事に協力しない夫のことまで負担が増えたうえ、ひきこもりへの理解もないために子との対立が起きると、間に入らざるを得ず、自身も働きに出たいが、年齢的に働ける場もなく、この息の詰まる生活がずっと続くと思うとうんざりする。

・障がい受容への抵抗

長いひきこもりを経て障がい福祉サービスを利用している親の話を聞いて、同じような特性を認めるものの、それを子に告げるのは、自分の子育てが間違っていたのではないか、ひきこもりを障がいのせいにして解決策を求めることに浮かない顔をしており、躊躇している様子である。また、それをどのように子に切り出していいのかわからない。

・将来の不安

このままひきこもっていて変わらなければ、経済的にも料理や家事、家計管理もできないままどうなるのか非常に強い不安を抱いている。

・役割

母親が葬儀などで一時的に不在になるなどして、家事やペットの世話を頼むと何とか生活し、ペットの世話もそれなりにこなしている。しかし、頼んだ期間が終わると一切しなくなる。

熱帯魚を飼い始めた頃は一生懸命に世話するために早起きまでしていたが、家族が興味をなくすと同時に全く何もしなくなった。家族の中で、役割を任されると親が思っている以上にできるものの、それを続けることができない。

・居場所

父親が家にいると自室にひきこもっているが、父親が外出した途端に部屋から出てきて、リビングやキッチンで過ごしている。このように家の中での居場所も本人にとっては重要である。

上記のようにひきこもりが長期化することで、疲弊感や焦燥感が互いに増し、親子関係も家族関係も変化しているようである。しかしながら、親であることを辞められず、ひきこもりが早く解消されることを期待して様々な方法を試みているものの続かなかったり、続けられなかったりする。ひきこもっているひとも決してその状況をよしとしている訳ではなく、何とかしなければいけないと焦っている様子が垣間見える。その方法は、社会との接点がないことや発達障がいや精神障がいの傾向の可能性があることから、独特な方向へ向かっているといえる。

## 考察

ひきこもりの母子密着について、斎藤（2003：）は、「母親に専業主婦が多いということは、24時間同じ空間を共有しているわけで、母子密着が進みやすい。そうなるとだんだん、母親が自分の思いとおりにならなかったりすると、些細なことでものすごく激怒して、それこそ殴る蹴るの暴力を加える。でも自分の一部だから後ですごく痛いわけです。だから反省して謝る。で、しばらくするとまた怒り出す」<sup>7</sup>と家庭内暴力の構造について述べている。今日では、ひきこもり家庭の母親が専業主婦ということも減っているといえるが、子育てが父親よりも母親がすべきだという考えは根強く密着が強く、特に中高年のひきこもり世帯

は、母親の子育て負担が強い。そのため、母子が強い依存関係を築く結果になり、家庭内暴力につながっているといえる。ひきこもっているひとの家での役割の少なさ、自立を促す他者の関わりのなさ、アルバイトを探そうとする発言に対する先回りなどに現れている。親として最大限に応援しようとして行動したことが、期待の重さ、息詰まり感からさらに前に踏み出せないともいえる。つまり、親子の関係が近すぎるためにおこる悪循環に陥っているといえる。

また、川北（2019：18-19）は、「8050問題を家族の中に閉じこめている心理の深層にあるのは、いくら高齢になっても、たとえ子どもから自分には対応できない暴力を受けていても『親であることを降りられない』<sup>8</sup>心理であること」と述べている。さらに川北（2019：18-19）は、「我が子がひきこもっていることを『恥ずかしい』と考えていることからひきこもりの問題解決が容易でない」<sup>9</sup>と述べている。不登校・ひきこもりの親の会の参加者も親族友人にもひきこもりの子のことを話せるひとがおらず、親戚にも責められかねないために疎遠になっていることから、家族全体が社会との接点を失って孤立している。そのために、ひきこもりを脱出しようとして他機関に頼ることで、見捨てたと子に受け止められるのではないかと躊躇する。本来なら、違った視点で話ができるひとが間に入ってもらえるといいのだが、その隙さえない密着状態だといえる。

川北（2019：101）はひきこもり支援について、「『家族支援』『個人支援』『居場所型支援』『就労支援』は、必ずこの順番で進むわけではないが、ひきこもり支援を実施する多くの機関や団体が共通で行っている。本人や家族の状況に応じて必要な支援が組み合わせられることが重要である」<sup>10</sup>と述べている。最初の突破口は親であり、親が全面的に相談機関に信頼を寄せていて、依頼する姿勢がなければ、事態を動かすことができない。そして、長くひきこもりを抱えてきた家族に対しても全面的な支援が必要である。すでに、家族関係がいびつになっていることから家族関係も構築する支援が必要である。

中高年のひきこもりが使える社会資源については、相談機関としては、保健所（大阪府こころの健康総合センター＝ひきこもり地域支援センター、大阪市こころの健康センター）である。ひきこもり地域支援センターでの実相談人数は、2018年度は2,2118人で、そのうち50代以上が1,037人となっている。ただし、国の支援制度は、40歳以上になると活用できる支援がない状況である。

障がいの認定を受けていれば、就労継続支援、就労移行支援につなげることができる。就職の際には、特定求職者雇用開発助成金（安定雇用実現コース）、トライアル雇用助成金（一般トライアルコース）、キャリアアップ助成金を活用して働くことができる。また、家族から自立することで、生活困窮者支援法における支援を受けることも可能である。

しかしながら、相談機関もひきこもり支援への知識に乏しく、「昼夜逆転から直すべきだ」や「本人が来ないことには何もできない」「本人が自由に使えるお金を一定金額渡すことで、社会に出る意欲を引き出す」といったアドバイスを受けている。困り果てている親にとって「もっと親がこうすべきだ」という言葉は、重い負担を感じると理解しておかなければならない。そして、間違ったアドバイスが、2019年5月川崎市でスクールバスを待つ小学生とその保護者への殺傷事件<sup>11</sup>や同年6月小学校の運動会の音に「ぶっ殺す」と発言した息子が本当に事件を起こしかねないと父親が殺害する<sup>12</sup>などの重大な事件につながりかねない。

ひきこもりが高齢化し、様々な課題を抱え込み、孤立していることから、40歳以上の中

高年のひきこもりに対する支援制度や社会資源を拡充していくことが求められる。

(注)

1) 齊藤万比古研究代表「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」厚生労働科学研究費補助金 こころの健康科学研究事業「思春期のひきこもりをもたらす精神科疾患の実態把握と精神医学的治療・援助システムの構築に関する研究 (H19-こころ-一般-010)」

<http://www.zmhwc.jp/pdf/report/guidebook.pdf>

2) 2006年度「こころの健康についての疫学調査に関する研究」

3) 内閣府 (2015) p40

4) 平成30年版 厚生労働白書 (平成29年度厚生労働行政年次報告)

<https://www.mhlw.go.jp/content/000524475.pdf> 第1章 障害や病気を有する者などの現状と取組み第3節 社会活動を行うのに困難を有する者の現状と取組み

5) 厚生労働省社会・援護局 地域福祉課 市町村セミナー「ひきこもり支援施策の方向性と地域共生社会の実現に向けて」令和元年9月20日(金)によると、「ふだんは家にいるが自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」を準ひきこもり、「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」、「自室からは出るが、家からは出ない、または自室からはほとんど出ない」を狭義のひきこもり、が9.1万人である。これらを合わせた広義のひきこもりは、総務省「人口推計」(2018年)によれば、40~64歳人口は4,235万人なので、61.3万人と推計できる。

6) 準ひきこもり24.8万人、狭義のひきこもり9.1万人含む広義のひきこもりが61.3万人である。

7) 齊藤環 (2003) p36

8) 川北稔 (2019) p18-19

9) 川北稔 (2019) p18-19

10) 川北稔 (2019) pp101

11) 2019年5月川崎市多摩区において登校中の児童と保護者が19人が殺傷され、刃物で襲撃した51歳の容疑者が長年ひきこもりであり、同居する伯父や伯母とも会話がなかったとされる。市保健福祉センターが伯父や伯母に手紙を通じて自立を促すようアドバイスしたことで、腹を立て犯行に至った。朝日新聞2019年5月

12) 元農林水産事務次官の父親が同居するひきこもりがちの長男には家庭内暴力があり、小学校の運動会中の児童らについて「ぶっ殺す」と発言したことから、川崎市での児童ら殺傷を想起し、殺害に至った。朝日新聞2019年6月

#### 【参考文献】

池上正樹 (2010)『ドキュメントひきこもり「長期化」と「高年齢化」の実態』宝島社

池上正樹 (2015)『大人のひきこもり 本当は「外に出る理由」を探している人たち』講談社

川北稔 (2019)『8050問題の深層 「限界家族」をどう救うか』NHK出版

齊藤環 (2003)『OK?ひきこもりOK!』マガジンハウス

斎藤環 (2016)『ひきこもり文化論』筑摩書房

内閣府（2015）『平成 27 年版子供・若者白書』 日経印刷

松本俊彦編（2019）『「助けて」が言えない SOSを出さない人に支援者は何ができるか』 日本評論社

朝日新聞 2019 年 5 月 30 日朝刊「容疑者 同居家族と会話なし」

朝日新聞 2019 年 6 月 4 日朝刊「元次官『児童殺すと言われ』」

齊藤万比古研究代表「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」 厚生労働科学研究費補助金 こころの健康科学研究事業「思春期のひきこもりをもたらす精神科疾患の実態把握と精神医学的治療・援助システムの構築に関する研究（H19-こころ-一般-010）」

<http://www.zmhwc.jp/pdf/report/guidebook.pdf>

2020 年 8 月 3 日アクセス

厚生労働省社会・援護局 地域福祉課 市町村セミナー「ひきこもり支援施策の方向性と地域共生社会の実現に向けて」令和元年 9 月 20 日（金）

<https://www.mhlw.go.jp/content/12600000/000554777.pdf>

2020 年 7 月 28 日アクセス

内閣府「生活状況に関する調査（平成 30 年度）」平成 31 年 3 月

<https://www8.cao.go.jp/youth/kenkyu/life/h30/pdf/s2.pdf>

2020 年 7 月 27 日アクセス

平成 30 年版 「厚生労働白書（平成 29 年度厚生労働行政年次報告）」

<https://www.mhlw.go.jp/content/000524475.pdf>

第 1 章 障害や病気を有する者などの現状と取組み

第 3 節 社会活動を行うのに困難を有する者の現状と取組み

2020 年 7 月 20 日アクセス