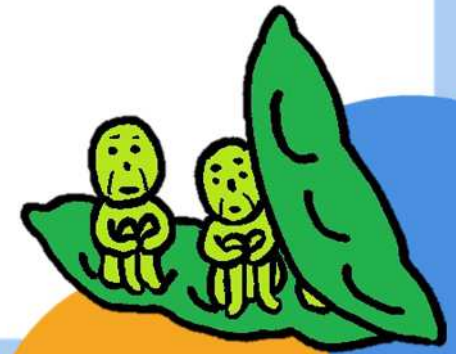


令和8年度 岐阜市サービス提供事業所研修会

「ひきこもり」の理解

～理解とつながりが孤立を防ぐ～

岐阜市ひきこもり地域支援センター
ひきこもり相談室



ひきこもりの状態にある人の数

対象	2010	2015	2018	2022
15～39歳	69.6万人 (1.79%)	54.1万人 (1.57%)		2.05%
40～64歳			61.3万人 (1.45%)	2.02%
15～64歳			115.4万人 (65人に1人)	146万人 (50人に1人)
		男性63.3% 女性36.7%	男性76.6% 女性23.4%	40～64歳女性が 半数を上回る これまで家事手伝いと されていた女性が...

岐阜市では
推定**4,800人**

内閣府「若者の意識に関する調査（ひきこもりに関する実態調査）」(2010)・「若者の生活に関する調査」(2015)
「生活状況に関する調査」(2018)・「こども・若者の意識と生活に関する調査」(2022)

「ひきこもり」とは… 国

ガイドライン2010

さまざまな要因の結果として、社会的参加（就学、就労、家庭外での交遊など）を回避し、原則的には6か月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている現象概念

定義

厚生労働省「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」(2010)による定義



ハンドブック2025

対象者

社会的に孤立し、孤独を感じている状態にある人や、様々な生活上の困難を抱え、家族を含む他者との交流が限定的（希薄）な状態であり、かつ、支援を必要とする本人及びその家族。

※その状態にある期間は問わない。

厚生労働省「ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～」(2025.1)による定義

「ひきこもり」とは..

有識者・支援者

ひきこもっている人は

「たまたま困難な状況にあるまともな人」

参考文献：斎藤環「社会的ひきこもり」PHP研究所、1998年

さまざまな要因により、社会や人と一時的に距離を取った結果、徐々に**社会とのつながり**がなくなり、家族以外の人、または家族とのコミュニケーションの機会が減ってしまった状態である。

さらに、この状態が長期化することで**自尊心が低下し**、対人関係能力の低下により社会参加が難しくなった状態である。

参考文献：山根敏恵「親も子も楽になるひきこもり“心の距離”を縮めるコミュニケーションの方法改訂版」中央法規、2022年

「ひきこもり」とは.. **本人**

「ひきこもり」の問題とは、今しんどいこと。
「生きていく方法」が無いことではない。
「生きていく意欲」が失われていることにある。

NPO法人ウィークタイ代表理事 **泉翔**氏（令和5年度ひきこもり講演会）

動けないのは**怠けている**からではなく、
パソコン用語で言うなら、**「ビジー状態」**

詩人・フリーライター **喜久井伸哉**氏（令和7年度ひきこもり講演会）

「ひきこもり」とは

現象や状態像であって、病名でもなく、その人そのものでもない

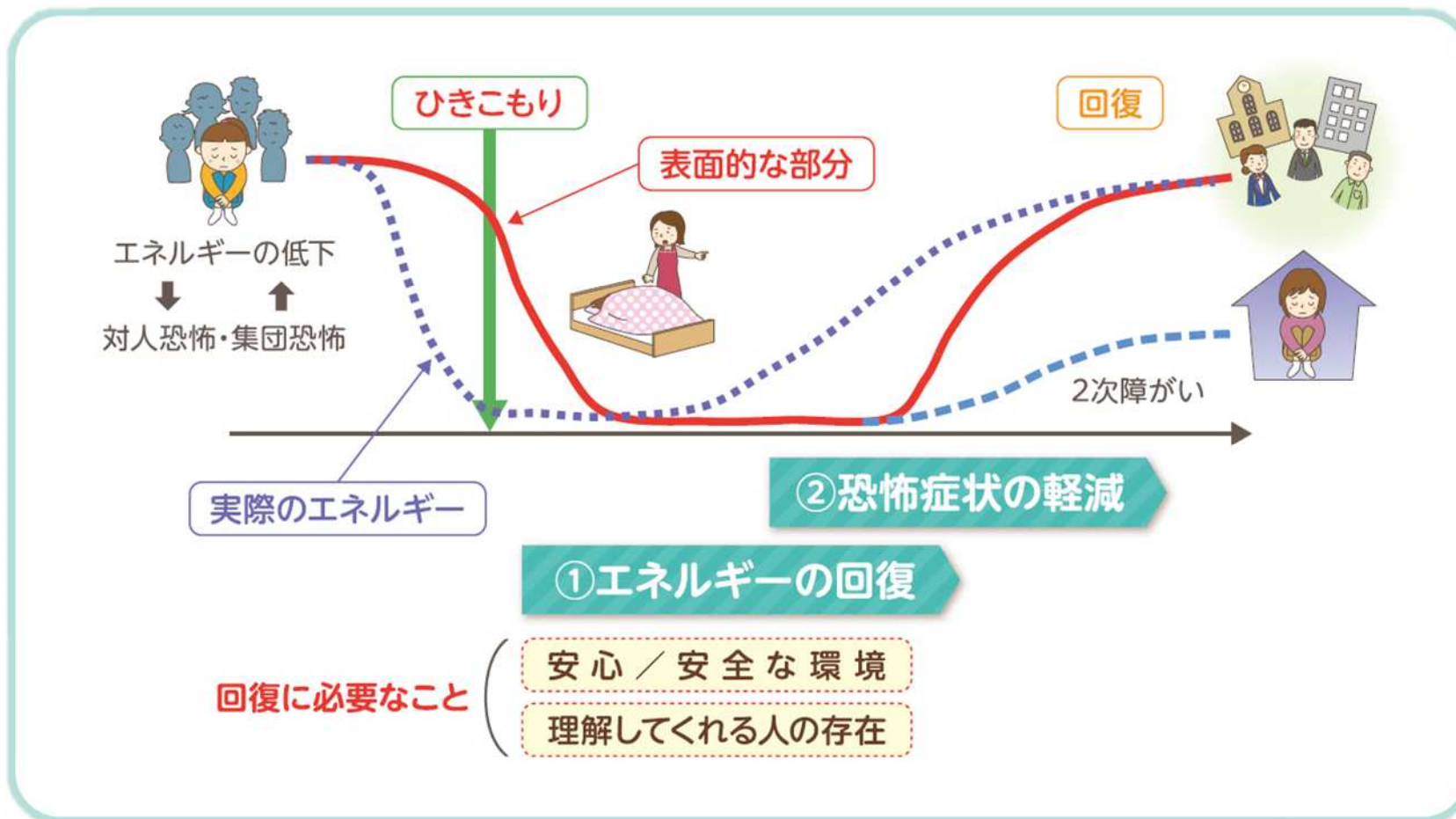


「ひきこもり」は怠けている、さぼっているのではなく、
『このままでは心や体が壊れてしまうため、立ち止まって考えないと生きていけない』
という状態。

“生きるため”に自分を守っている

“生きるため”のエネルギーを貯めている 「充電期間」

回復の経過



参考文献：島根県ひきこもり支援センター「ひきこもり状況の理解のために」

ひきこもり支援の目指す姿

自律

▶本人及びその家族自身の意思で今後の生き方や社会の関わり方などを決める「自律」を目指す。

▶社会参加の実現や就労はプロセスであり、それのみが支援のゴールではない。

岐阜市ひきこもり地域支援センター ひきこもり相談室について

- 令和5年4月に
福祉部福祉政策課内に設置
(平成23年からひきこもり総合相談窓口を
担っていた保健所地域保健課の事業を引き継ぐ)

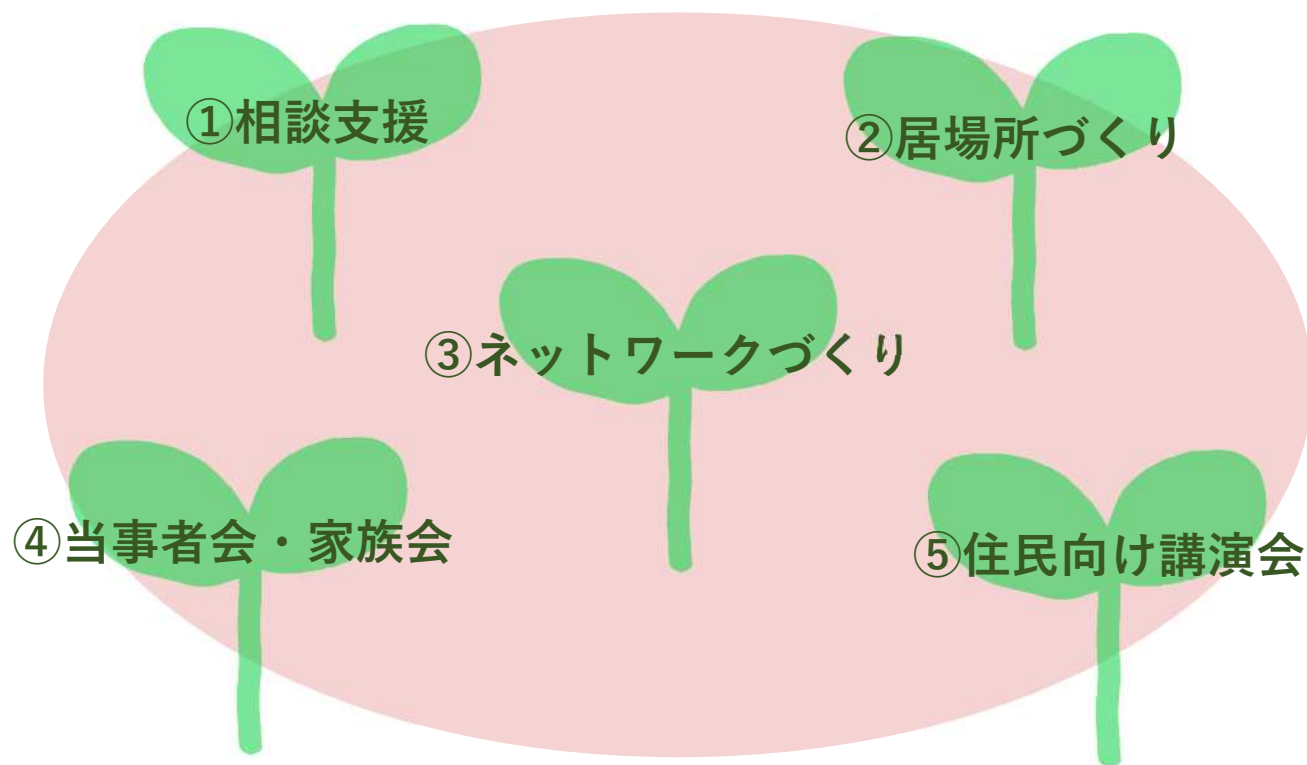
➔ より相談しやすい環境整備



- 室長、保健師、精神保健福祉相談員の4人体制
- 令和7年度から相談室を「ひきこもり地域支援センター」として位置づけ

岐阜市ひきこもり地域支援センター ひきこもり相談室について

5つの取り組みにより支援の充実を図っています。



岐阜市ひきこもり地域支援センター ひきこもり相談室について

- ひきこもりの状態にあるご本人やご家族の相談
 <相談方法> 面談、電話、メール、訪問、zoomによるオンライン相談
 出前相談など・・・相談しやすい環境整備のため、様々な選択肢を用意
- メタバース空間を利用した居場所や居場所の利用支援など
- 家族向け学習・相談会ひきこもり家族の集い「ほっとcafé」
- 精神科医による家族相談
- 市民向け、支援者向けの講演会
- 理解啓発活動、ひきこもり相談室の周知活動（研修や各種広告等）
- ひきこもり支援連携会議の開催
- 相談員等の資質向上の取り組み（研修、専門職による支援者向けスーパーバイズ）
- 関係機関との連携
- **周辺自治体との広域連携(新規)**・**居場所と社会参加の後押し(新規)**

利用者のご家族やご自身のご家族、お知り合いの方に
「ひきこもり」に悩んでいる方はいませんか？

抱え込まずに、専門の相談員にご相談ください。

年齢制限
なし

秘密厳守

匿名相談
OK

岐阜市ひきこもり地域支援センター
ひきこもり相談室

058-214-3703

(平日 8時45分～17時30分)

✉ hikikomori-soudan@city.gifu.gifu.jp

ホームページ、
オンライン申請はこちら
↓↓↓

