ひきこもり支援から見えてきたもの
～健康調査を契機に継続支援している例～

みやぎ心のケアセンター
基幹センター地域支援課
保健師　齋藤　和子
精神保健福祉士　大沼れいら
山元町保健福祉課　保健師　横山　静枝
保健師　伊藤　加奈

はじめに

山元町では平成24年度から、東日本大震災の被災者を対象とした被災者健康調査（実施主体：宮城県・山元町）を実施している。健康調査要フォロー者の対象者で、ひきこもりだった本事例に対し、定期的な訪問を継続したことで本人及び家族に良い変化がみられたので、関わりを中心に報告する。

１．山元町の概要及び被災状況

山元町は福島県との県境に位置し、宮城県の湘南といわれ、温暖で過ごしやすいところである。人口は約12,000人、高齢化率は38.6％、就労継続支援事業所はＢ型が２か所である。被災状況は、町面積の約40％が浸水し、死亡者は637名、避難者数は約6,000人である。

２．事例紹介

氏　　名：Ａ氏　年齢：20代後半　性別：女性

家族構成：父、母、兄、本人、妹の５人家族で、兄と妹は独立している。父は休日のみ自宅に戻り、平日は母と本人のふたりで過ごすことが多い。

生 育 歴：地元で生まれ、幼少期は問題なく地元小学校へ入学した。中学校へ進学したが大人しい性格で１年生時無視され夏休み以降不登校となった。時々保健室に登校して３年生の修学旅行には参加できた。高校には進学せず自宅で過ごしていた。19歳の時、父親の勧めで運転免許を取得した。現在は、家事の手伝いや、母の通院送迎や買い物を常に母と一緒にしている。昼夜逆転はなく、自室で過ごすことが多い。現在脂肪肝にて近医にて治療中であるが、精神科などの受診歴はない。

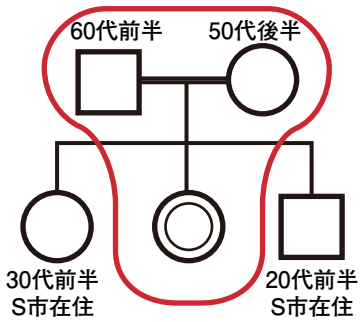

図１　家族構成

３．経過

平成27年度の被災者健康調査で要フォロー者（Ｋ６：16点）となったことで、訪問を実施した。初回訪問後のカンファレンスで「本人がひきこもり状態であること」「Ｋ６が高得点であること」「BMI30以上であること」で継続訪問対象者となり、訪問を開始した。

訪問は山元町保健師とみやぎ心のケアセンターの保健師２名で実施することになった。平成28年７月初回訪問時の本人の状況は、髪がボサボサ、Ｔシャツにズボンで無表情、発語はまったくなかった。問いかけに首を傾けて意思表示をしており、代わりに母親が問いかけに対し答えてくれた。

この状況から、知的障害があるのかどうか、どう関わっていいのか悩んだが、家族の思いを確認するため父との面談を実施した。父は、「一般就労は難しいと思う。でもこのままではいけない、なんとかしなければ」「家族以外の人と少しでも関わってほしい。半日でも働いてほしい」という思いであった。父が本人を良く理解していることに驚き、支援目標を「作業所通所」とすることにした。

支援方針を、①本人のニーズを確認するため定期的（月１回）に訪問し、信頼関係を構築する。媒体を活用した関わりの工夫（トランプ・折り紙など）②作業所などサービス利用を提案する（ひきこもり支援施設紹介など）③父と面談し、本人の状況と父の思いを確認しながら対応するという３つの支援方針を立て、支援を開始した。

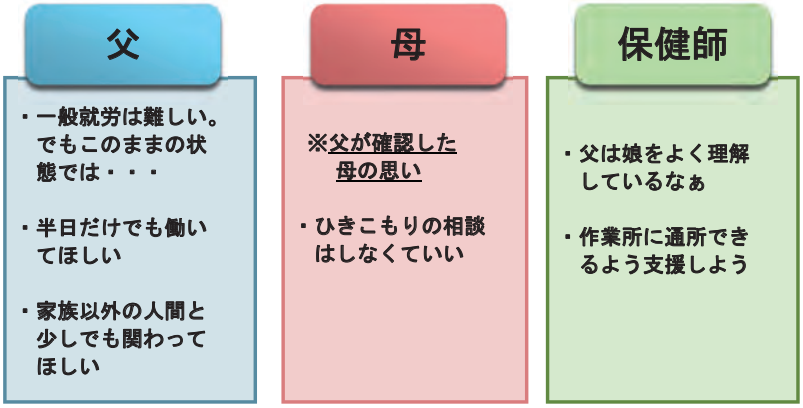

図２　父と面談（父・母の思いを確認するため）

訪問時にトランプを持参し、本人･母を誘って４人でトランプをした。最初は促されるままだったが、訪問３か月が経過した頃、徐々に本人自らトランプを配り、七並べをするなど発語や笑顔も増えた。勝負に勝つために作戦を考えるなどの姿が見られるようになった。次の訪問時には母がトランプを買って待っていた。

次に折り紙を持参し、本人、母と４人で鶴などを折った。次の訪問時には、母親が折り紙や折り紙の本を購入しており、本人が折り紙の本をみて折った作品をうれしそうに見せてくれたり、本人が保健師に折り方を丁寧に教えてくれた。

ひきこもり支援の事業所があることを面談時に父に伝えていたことで、父の退職の時期と重なったことから、嫌がる本人を父が説得して一緒に見学に行った。しかし、本人が通所を嫌がったため父が週１回送迎していた。訪問時に、本人には「嫌なら嫌って言っていいよ」と伝え続けた。しかし、徐々に自ら進んで通所し、１年後には、父の復職もあったが電車で通うようになった。また、本人不在時母が「事業所で何をしてきたか話すようになった」「通所の前日はお風呂に入り、洗髪するようになった」「自分で服を買ってくるようになった」とうれしそうに話してくれた。

通所から１年半経った現在、本人の生活が広がり、笑顔や発語が増え、楽しく通所（週２～３回）できている。施設では折り紙を他利用者に教えるなど役割も担えるようになってきている。本人に事業所に通うことについて聞いてみると、「いろいろな体験ができてうれしい」「以前は話をしたくても話せなかった」「役に立つことがうれしい」と話している。

４．考察

訪問を開始して約２年で、本人の生活が広がり笑顔や発語が増え、楽しく通所できている。本人の変化と同時に両親の変化も見られ、それがさらに本人の変化を後押ししていると思われる。その要因として、定期的な訪問を継続し本人や家族の信頼を得ながら状況に合わせた支援ができたこと、トランプや折り紙など媒体を活用することで本人の能力をアセスメントできたこと、チームで訪問することで本人担当と母親担当と役割分担しながら支援すると同時に、対応についても常に検討しながら継続支援できたことが考えられる。

おわりに

本人の変化が家族の変化をもたらし、その相乗効果が今回のような良い結果につながっていると考

写真１　本人の作品①（バラ）

写真２　本人の作品②（花束）

える。今後も本人と家族の気持ちを確認しつつ、寄り添いながら支援を継続していきたいと思っている。

最後に山元町保健福祉課、横山保健師から寄せられた「２年間のひきこもり支援を実施して感じたこと」を載せる。

保健師になって初めてのひきこもり支援だったので、訪問を開始することになったときはどう支援したら良いのか、どこをゴールと捉えたら良いのか、支援することで変化するのだろうかなど、不安が多かった。しかし、一人ではなくチームで訪問することになったので「どうにかなるかな」と思って訪問に臨んだ。

私自身もひきこもり支援に対して学習するようになり、積極的に研修会にも参加するようになった。研修会の中で、実際にひきこもりだった方が、最終的には就職できたという体験談を聞き、そのような方もいるのだと感じることができ「変わる」と信じて支援しようと思うことができた。

まずは信頼関係の構築からと思い、本人が負担にならずに楽しいと思えること（折り紙）を勧めると、本人自ら進んで取り組むようになり、ちょっとしたきっかけで得意なことを見つけられるのだと思った。また、トランプに関しては、訪問でやっていいものなのかと最初は半信半疑だったが、トランプをすることで本人の笑顔が増え、また、知的能力を把握することもでき、重要なツールだったことも実感した。

父が積極的に動いてくれたこともあり、引きこもり支援センターにつながってからは、どんどん変化が見られ、私自身の自信や喜びにつながった。また、本人だけでなく、家族、特に母の変化が著しく見られ、それがまた本人の変化につながり、さらに私の自信につなげてくれた。

最後には学会発表を行い、この事例に対する質問が多く寄せられたことは、他者、他専門職からも関心の大きい事例であることを実感でき、今後の自分の保健師活動に大きな財産となると感じた。

なお、本稿は平成30年９月30日第９回東北精神保健福祉学会山形大会で、山元町とみやぎ心のケアセンターが共同発表したものに、一部追加したものである。

倫理的配慮

対象者へ口頭で説明し同意を得た。また、みやぎ心のケアセンター倫理委員会の承認を得て実施した。