



ひきこもり・生きづらさに ついての実態調査2019

速報資料

発行：2020年3月26日

一般社団法人ひきこもりUX会議

1,686名が回答、リアルな「ひきこもり」の実態が明らかに

2019年秋、一般社団法人ひきこもりUX会議は「ひきこもり・生きづらさについての実態調査2019」を実施し、1,686名（うち「ひきこもり」当事者・経験者1,448名）の方から回答を得ることができました。

これまでも国や自治体等でさまざまな「ひきこもり」の実態調査が行われてきましたが、これほど多くの当事者・経験者が直接回答をした本調査は、画期的な成果であるとの評価をいただいています※。

調査結果から、現在ひきこもっている人の4人に1人が深刻な孤立状態にあることや、年齢が高くなればなるほど、ひきこもり期間が長くなること、また支援のあり方に多くの課題があることも明らかになりました。

この調査結果を当事者の声を反映した支援の構築に活かし、誰も排除されることのない社会のデザインへ活用されていくよう、広く実態を知っていただきたいと思っています。

※松山大学人文学部准教授 石川良子氏、立正大学社会福祉学部准教授 関水徹平氏による

すべての回答者（総合）の数値

- ・ 回答した1,686名のうち、「ひきこもり」当事者・経験者1,448名
※内閣府調査 平成30年:対象者47人（40歳以上）、平成28年:対象者49人（39歳以下）
- ・ 年齢は6歳～85歳（女性61.3%、男性33.9%、その他4.8%）
- ・ ひきこもり期間の累計平均8.8年、年代が進むごとに長期化傾向（10代は3年→60代は18年）
- ・ ひきこもっていることが「つらい」と感じている人は6割（61.9%）
- ・ 急な病気でも頼れる人がいない人（＝「真に孤立した状況」）が25.9%
→4人に1人以上
- ・ 生活費に困窮してる人が45.7%
- ・ 就労支援サービスや行政機関からの支援を受けている人のうち、そのサービスに課題を感じる人が約9割（就労支援サービス：87.2%、行政機関によるサービス：88.0%）

< 調査概要 >

調査期間： 2019年10月17日～11月15日
調査対象： ひきこもり・生きづらさの当事者・経験者（年齢・性別問わず）
配布方法： イベントやSNSなどオンライン上での告知、クチコミなど
回答数・方法： 有効回答1,686名（オンライン回答94.2%、書面回答5.8%）
監修： 新雅史（社会学者）
調査協力： 公益財団法人日本財団

現在「ひきこもり」と回答した人の数値

- ・ 回答した1,686名のうち、現在「ひきこもり」が940名
※内閣府調査 平成30年:対象者47人（40歳以上）、平成28年:対象者49人（39歳以下）
- ・ 年齢は14歳～71歳（女性61.4%、男性32.7%、その他5.9%）
- ・ ひきこもり期間の累計平均10.6年、年代が進むごとに長期化傾向
（10代は2.5年→60代は22.3年）
- ・ ひきこもっていることが「つらい」と感じている人は6割（58.1%）
- ・ 急な病気でも頼れる人がいない人（＝「真に孤立した状況」）が28.3%
→4人に1人以上
- ・ 生活費に困窮してる人が約半数（48.4%）
- ・ 就労支援サービスや行政機関からの支援を受けている人のうち、そのサービスに課題を感じる人が約9割（就労支援サービス：89.7%、行政機関によるサービス：88.1%）

**ひきこもることの苦しさ、生活や将来への危機感、
支援に繋がっても適切な対応がなされていない実態が明らかになった。**

現在「ひきこもり」と940人が調査に回答

「ひきこもり・生きづらさについての実態調査2019」を実施し、1,686名から回答を得た。そのうち「現在『ひきこもり』ですか」という設問に「はい」と答えた当事者は940名である。これだけ多くのひきこもり当事者・経験者から直接回答を得られた調査は前例がないものである。これまで続けてきた当事者目線での活動の結果、多くの人が自分の声を届けてほしいと協力してくれたのではないかと。ひきこもり支援において当事者・経験者の声を反映していくことは最も重要であり、この多くの声を活かした支援の構築を希望したい。

【有効回答数1,686件】

年代

すべての有効回答者の年齢は6歳から85歳、平均年齢は36.3歳。40歳以上が37.3%。今回はオンライン回答が94.2%だったこともあり、やや若い世代が多い結果になった可能性がある。

現在「ひきこもり」と回答した人の年齢は14歳から71歳、平均年齢は36.4歳。40歳以上が37.4%。

▼報告書 【総合】より

年代	
20歳未満	2.3%
20代	25.7%
30代	34.7%
40代	26.6%
50代	9.1%
60代以上	1.6%
有効回答数	1633件

▼報告書 【現在「ひきこもり」】より

年代	
20歳未満	2.3%
20代	24.2%
30代	36.1%
40代	27.1%
50代	8.9%
60代以上	1.4%
有効回答数	911件

性別

すべての有効回答者のうち女性が61.3%。UX会議が「ひきこもりUX女子会」を開催していることもあり女性が多くなったと考えられるが、それを差し引いても女性のひきこもりは少なくないことがわかる。すべての有効回答者の女性のうち、既婚者は20.1%を占めた。

また、すべての有効回答者のうち4.8%が性別（性自認）において「その他」を選択しており、そのうち「ひきこもりの原因やきっかけ」に「性自認や性的指向が該当する」と答えた人は41.3%にのぼった。支援の際「性自認や性的指向」についての理解や配慮を求めたい。

▼報告書【総合】より

性別（性自認）	
男性	33.9%
女性	61.3%
その他	4.8%
有効回答数	1660件

▼報告書【現在「ひきこもり」】より

性別（性自認）	
男性	32.7%
女性	61.4%
その他	5.9%
有効回答数	933件

ひきこもり期間は平均8.8年、年代ごとに上昇（10代は3年→60代は18年）、長期化傾向

長期化、高年齢化は明らか

すべての有効回答者（ひきこもり経験者・現在ひきこもり）のひきこもり期間の平均は8.8年。7年以上の人が48.6%いる。最も多いのが10～15年（16.2%）で20年以上の人も9.3%。

現在「ひきこもり」であると回答した人のひきこもり期間の平均は10.6年。40歳以上の人に限定すると、ひきこもり期間の平均年数は14.2年に及んでいる。年齢が高いほど、ひきこもり期間が長期化しているという実態が明らかになった。

▼報告書【総合】より

問5 あなたの「ひきこもり」期間はいつからいつまでですか

年代ごとのひきこもり平均年数			
年代	平均	標準偏差	有効回答数
～10代	3.0年	3.3年	28件
20代	5.3年	4.4年	297件
30代	8.9年	6.2年	428件
40代	11.0年	8.4年	315件
50代	13.4年	10.9年	88件
60代	17.9年	14.9年	14件

▼報告書

【現在「ひきこもり」】より

年代ごとのひきこもり平均年数			
年代	平均	標準偏差	有効回答数
～10代	2.5年	1.6年	19件
20代	6.5年	4.8年	189件
30代	10.6年	6.年	274件
40代	13.2年	8.4年	203件
50代	16.年	11.6年	58件
60代	22.3年	13.7年	11件

▼報告書【総合】より

問4 あなたの「ひきこもり」期間（累計）についておしえてください	
6ヶ月未満	3.4%
6ヶ月～1年未満	5.5%
1年～2年未満	8.6%
2年～3年未満	8.3%
3年～5年未満	14.4%
5年～7年未満	11.3%
7年～10年未満	14.3%
10年～15年未満	16.2%
15年～20年未満	8.8%
20年～25年未満	4.4%
25年～30年未満	2.5%
30年以上	2.3%
有効回答数	1,422件

現在「ひきこもり」回答者のうち“生きづらい”と回答したのは92.4%。ひきこもることが「とてもつらい」「つらい」と回答したのは58.1%。

社会からはひきこもりは「甘え」や「怠け」などと見られることも多いが、実際は生きづらさを抱えて、苦しんでいる人が大半である。

現在「ひきこもり」と回答した人のうち、問7に「とてもつらい/つらい」と答えた人は58.1%、問12「自分のことを嫌いだと感じるときはありますか」に「常に感じる/時々感じる」と回答した人は88.5%。

▼報告書【現在「ひきこもり」】より

問8 あなたは、「生きづらさ」を感じたことがありますか	
現在「生きづらさ」を感じる	92.4%
過去に「生きづらさ」を感じていた	6.5%
「生きづらさ」を感じたことはない	1.1%
有効回答数	936件

▼報告書【現在「ひきこもり」】より

問7 ひきこもることは、あなたにとってつらいことですか、それとも気が楽になることですか	
とてもつらい	29.1%
つらい	29.0%
気が楽になる	17.6%
とても気が楽になる	5.2%
あてはまらない	19.1%
有効回答数	936件

現在「ひきこもり」急な病気でも頼れる人がいない人が28.3% 4人に1人は「誰も頼れない」孤立状態

ひきこもりの4人に1人は真に孤立した状態

現在「ひきこもり」と回答した人のうち、急な病気でも頼れる人がいないと答えたのは28.3%。現在ひきこもっている4人に1人以上が、病気という困難なときに頼る人がいない状況は「真に孤立した状態」と言える。平時における支援もさることながら、病気や災害など緊急時の支援をどう構築するかが求められる。

▼報告書【現在「ひきこもり」】より

問16-1 あなたには、急な病気などによって、身の回りのことで困ったときに頼れる人はいますか	
いる	71.7%
いない	28.3%
有効回答数	932件

現在「ひきこもり」と回答した半数近くが生活に困窮

現在「ひきこもり」と回答した人のうち、生活費に困っている人が48.4%。現時点で半数近くがすでに「困っている」。将来や今後の不安に「経済的なこと」を挙げる人が多いことから（自由記述より）、将来さらに困窮者が増えると推察する。

▼報告書【現在「ひきこもり」】より

問28 現在、あなたは生活費に困っていますか	
困っている	48.4%
困ってはいない	51.6%
有効回答数	930件

すべての有効回答者の半数以上が大学入学以上

最後に在籍した（または現在在籍している）学校が短大、専門学校以上と回答した人が70.0%。高学歴者が多く、またひきこもり開始年齢は20代がもっとも多いことから（約22歳）、不登校からの「ひきこもり」だけでなく、就労後における「ひきこもり」にも注目すべきである。

▼報告書【総合】より

最後に在籍した（または現在在籍している）学校は次のどれですか	
小学校	0.5%
中学校	3.5%
高校／高等専門学校	24.7%
短期大学	6.1%
大学	43.8%
大学院	4.7%
専門学校	15.4%
その他	1.3%
有効回答数	1,666件

支援に関するコメント抜粋

- とにかく就職がゴールでその後の定着支援があまり考えられていないように感じる
- “自立”のゴールが「企業に正規雇用されること」メインで、そうでない生き方については相談しづらい。
- LGBTを想定した支援がない。LGBTの抱える困難を軽視して自己責任化する。
- お役所仕事で本当に支援してほしいことには対応できない。その支援にアクセスするために、まず生きてること、話せること、動けること、考えられること、手続きできること、交通手段、お金、等々の条件が揃わない。田舎では人目が気になって利用できない。
- 若者サポートステーション等→「若者」「39歳まで」「就労」これらの言葉で疎外され、利用しませんでした。
- サポステとサポステに紹介された作業所？の用な所で就労について酷いプレッシャーをかけられ精神症状が再発した。
- サポステで、経済的自立が為し得ない中での就労、ワーキングプア以下の収入状況で働いていても、「就労を果たした」、「支援を達成した」とされてしまうこと。
- サポステに通っていた際、担当の支援員が引きこもり等に理解がない人だったため、相談事に関してドン引かれたり驚かれることが多くストレスになった。支援員はひきこもり経験者やある程度理解のある人がやって欲しい。
- 引きこもり経験のない職員が、複雑で繊細な状態の利用者に対応できておらず、傷つけてしまうことも多い。いかに就業率を上げるかを目標としており、その後のフォローが不十分なため、社会参加がより困難な状況に陥ってしまう場合もある。結果、引きこもりを利用した搾取になっている。
- 民間団体は、強い言葉で精神的に追い詰めたり、無理やり部屋から連れ出し施設に監禁するなど、人権を無視した犯罪紛いのことをする団体に対し規制がない。
- ただでさえ地方にはその手の支援がない上にあってもすぐ就職に向かわせる圧力ばかり。
- こんな状況は明らかにおかしい。SOSを発信しても、受け取ってもらえない。いったい誰のために色々な窓口が存在するのか分からない。行政を含めてこんな対応は、初めから誰にも寄り添っていない。早く、気軽に相談をとか言っている、口先だけなのだと思い知った。もう誰を頼ればいいのか分からない。
- どのサービスにも言えることだが支援を受けられる場に参加するのに交通機関を使えば、無職の間は増える予定のない金がそれだけで減る速度が加速するのでとりあえず交通費が欲しい。それか無職、若しくは貧困層の交通費を軽減してくれるような国による支援が欲しい。
- ハローワークでは、経歴を見て叱責のようなことを言われ、職業訓練のコーナーでは「あなたねえ」と説教を受け、断っても続ける人がいて、傷ついた。
- ハローワークで履歴書を見せたところ、態度変わり高圧的になった。家から近場で働きたいと思うと話すと、家の近くに働く場所無いでしょ！と、私の話は聞かず、自分だけが話し続けて、怒られ続けて終わった。
- ひきこもりに対して社会不適合者として接する人ばかりな上、効果的な支援をできる人もおらず、アドバイスも的外れなものが多い。ひきこもり=社会不適合者ではなく、社会にゆとりや多様性がないからひきこもりが増えている。ひきこもりになる人を最初から欠点のある人として接する人が支援機関に多すぎる。また多様な働き方を提案できる人もいない。
- ひきこもりの自助会には、とても助けられました。助けられています。ただ、自助会の数が少ないです。ほとんど、ありません。
- カウンセリングや生活改善、対人関係の練習、職業訓練等を、総合的・段階的に出来ると良いと感じる。
- どこに相談しようとしてもたらい回しにされた。結局相談すらできなくて、何の支援も受けられなかった。

※自由記述から一部抜粋、表記・表現は原文ママ

行政・民間の相談先に相談経験7割「ある」（すべての回答者）

すべての有効回答者のうち、「病院・診療所による医療サービス」を利用したことがある人は72.7%。「ハローワークや若者サポートステーションなどによる就労支援・サービスを利用したことがある人」は60.3%。

現在「ひきこもり」と回答した人のうち、「病院・診療所による医療サービス」を利用したことがある人は71.5%。「ハローワークや若者サポートステーションなどによる就労支援・サービスを利用したことがある人」は56.3%。

当事者は動こうとしていないのではなく、自ら支援に繋がろうとしているにも関わらず、支援先で適切な対応がなされていないということではないか。

また、自由記述では支援者に知識や理解、配慮がないことから相談して傷つけられたという声が非常に多かった。やっとの思いでたどり着いた窓口で失望し、再びひきこもったり、次に窓口につながるまでに長い時間を要することもあることから、支援者の理解促進のための研修等が急がれる。

▼報告書【総合】より

問17 あなたは、これまでに利用したひきこもりに関する支援・サービスについて課題を感じていますか						
	とても感じる	感じる	あまり感じない	感じない	利用したことがない	有効回答数
病院・診療所による医療サービス	30.8%	28.9%	10.7%	2.3%	27.3%	1666件
ハローワークや若者サポートステーションなどによる就労支援・サービス	32.9%	19.7%	6.6%	1.1%	39.7%	1666件
行政機関による支援・サービス	34.4%	18.1%	5.8%	1.4%	40.4%	1665件
民間団体による支援・サービス	22.3%	16.1%	6.7%	1.8%	53.2%	1661件
当事者主体による支援・サービス	15.2%	18.1%	11.3%	2.2%	53.2%	1662件

▼報告書【総合】より

問17で利用経験者のうち、課題があると答えた人の割合			有効回答数
就労支援サービス	課題がある	87.2%	876件
	課題がない	12.8%	129件
行政機関によるサービス	課題がある	88.0%	874件
	課題がない	12.0%	119件

断続的にひきこもっているのではないか

すべての有効回答者（ひきこもり経験者・現在ひきこもり）のうち、ひきこもり回数2回が314人、3回が84人、4回21人と、断続的にひきこもっている人が少なからずいる。一度就労を含む社会復帰をしたように見えても再びひきこもる人がいることから、支援のゴールを捉えなおす必要があると思われる。

ひきこもり関連事業の各セクターに「心理的安全性」を確保することが必要

問10について、すべての有効回答者のうち、生きづらいつ況の軽減や改善に、「安心できる居場所が見つかったとき」（45.4%）、「自己肯定感を獲得したとき」（41.3%）が高数値となり、「就職したとき」は16.6%だった。ひきこもりや生きづらさの回復には就労を目指した支援より、心理的安全性を確保した場や人が必要とされていることがうかがえる。

居場所に参加したい人58.1%、似た経験をした人に感じる安心感の高さ

すべての有効回答者のうち、居場所に参加したい人は58.1%、参加したいと思う理由として「同じような経験をした人と出会う・話せる」が58.6%で最も高い。似たような経験をした人と出会い「ひとりじゃなかった」と思え、安心して対話できることで自己肯定感を回復する場になっているのではないかと。

▼報告書【総合】より

ひきこもりの平均回数			
ひきこもり回数	平均年数	標準偏差	有効回答数
1回	7.4年	7.3年	1186件
2回	4.4年	4.8年	314件
3回	3.3年	4.7年	84件
4回	1.9年	1.7年	21件
5回	2.5年	0.7年	2件
6回	2.0年		1件

▼報告書【総合】より

問10 問8で1または2と回答した方にお聞きます。あなたは、どのような変化によって生きづらいつ況が軽減または改善しましたか（複数回答）		
	該当する	該当しない
就職したとき	16.6%	83.4%
経済的に安定したとき	35.7%	64.3%
からだの不調や病気が改善したとき	22.3%	77.7%
こころの不調や病気が改善したとき	40.5%	59.5%
新しい人間関係ができたとき	32.0%	68.1%
家族関係が修復したとき	13.8%	86.2%
安心できる居場所が見つかったとき	45.4%	54.6%
自己肯定感を獲得したとき	41.3%	58.7%
良い治療者・支援者に出会えたとき	34.6%	65.4%
その他	18.6%	81.4%
有効回答数		1,684件

▼報告書【総合】より

問29-1 あなたは当事者会や居場所、フリースペースなどに参加したいと思いますか	
参加したいと思う	58.1%
参加したいと思わない	26.0%
存在を知らない	15.9%
有効回答数	1,675件

自由記述抜粋

- 「8050問題」という言葉が辛いです。そんな言葉つけられても、不安を煽るだけで解決になっていないような気がします。この言葉自体が、ひきこもっている人たちの追い詰めている気がします。「それでいいよ」って、寄り添って欲しいだけなのに。
- 1~2年働いては身体・精神を病んで辞めて2~3年引きこもる状態を繰り返しています。年を重ねるごとに引きこもる期間が長引き社会復帰が難しくなっているので、この先、完全に引きこもりになってしまわないか怖くて不安です。
- 40代になっても、生き辛さから全く解放されず、生きる事に疲れてきているので、どのように、自分の最期をむかえるのか。自分を自分で成り立たせて行かれるのか。とても不安でいっぱいです。
- 親子してひきこもりに近い状況です。母の年金で生活しています。母が病気したら、介護になったら、死んでしまったら、辛く寂しいので耐えられるか不安です。自立ができてないので生きていたくないと思ってます。死ぬ勇気もないかもしれませんが。
- 親の介護問題について。自分を虐待していた親が年老いたときにどこまで関わればいいのか不安に思っています。気持ちとしては極力関わらたくないのですが、親からは期待されています。
- お金がない。親が死亡または介護が必要になったら生活できなくなる可能性が高い。あまり仲の良い弟がいるので、生活保護の申請もしにくい。
- 少しでも引きこもっている人達が自己肯定ができるように（まず自己肯定ができないと、動き出せないと思うので）、その為には、啓蒙活動ももっと必要だと思う。こういったアンケートで、引きこもり当事者の声が社会に発信されるのは意義のある事だと思う。頑張ってください。
- ひきこもり=若者というイメージがまだあるので、40歳以上でも集まれる場所を増やしてほしい。そして、役所の窓口にも、ひきこもり経験者がいれば、相談も行きやすくなると思う。
- ひきこもり状態を脱して8年が経ちました。しかし、ひきこもりから脱したことも働けるようになったこともゴールではなく新たな生きづらさを抱えながら生活をしています。ひきこもりや精神疾患のある人を見る社会の目は厳しく、それに適応するためには過去を隠し続け嘘をつき続けなければなりません。ひきこもり支援は、就労をはじめとした当事者を外に出すことが目的とされていることが多いです。しかし、私は経験者として今悩み苦しんでいる当事者の方々に外に出ることや働くことを勧めることは決してできません。「普通」というルールを外れた後でも安心してその後の人生を生きたいように、また家族がすべてを抱え込んでしまうのではなく、一人一人が独立した個人としての生活ができるように、取り巻く環境そのものを変えていかなければならないのではないかと考えています。
ux会議の存在は、ひきこもりを隠して生きなくて！と言う思いの強い私に、糧にし、強かに生きる術にする発想を与えてくれました。
- この実態調査に参加することができて、とても嬉しいです。今苦しんでいる人の幸せのため、役立ちますようお願いしております。
- ひきこもり支援全部が怖くて嫌で、当事者が声を上げていることを知り始めて少し安心できました。
- 休日引きこもるために、と自分に言い聞かせて平日は働き十分な収入は得ていますが、人とかがかわるのは未だに苦手で、なんであんなこと言ったんだろうと自己嫌悪に陥る毎日。交際相手もいませんし、友達もほぼいないです。将来は孤独死でしょうね。ほぼ毎晩、このまま目を覚まさなければいいのと思います。小学生のころからもう30年近く、自分で死ねないから生きているけれど、早く楽になりたい。安楽死ができる制度と、孤独死をすぐに発見してくれる制度が欲しい。
- 死にかたで悩んでいます。孤独死になるのは確定なので、死体をどうするのか。政策で福祉の費用を順調に削り続けているのを見るにつけ、早く死なないといけないのに、まだ生きててすみませんと感じます。
- 安楽死を認めて欲しい。誰にも迷惑をかけずに死にたい。自殺すると迷惑をかける人がでてしまう。
- この状況で得られる仕事もないわけではないですが、それは希望と言えるようなものではないです。自殺する為の仕事、過労死する為の仕事、なら探せば見つかります。でも私が欲しいのは希望です。希望がないなら、生きようと思えません。日々が地獄です。安楽死だけが希望です。そんな状況になりたくなかったので00代10代20代と自分なりに頑張ってはきました。他の人が遊んでる時も部活に早朝自主練に夜自主練に打ち込んで。でも無理でした。世間からは、甘え、怠け、努力不足、どうせ遊んで生きてきたんだろ、と散々言われました。私らにそんな感情を持っている彼らのなかで円満に働ける気もしません。ただでさえ心身ボロボロなのに。
- 働いたことが一度も無くこのままではいけないとわかっていても外に出るのが怖い。
- せめて47都道府県の県庁所在地で、高齢40歳以上の引きこもり向けの支援をして下さい。東京大阪などの大都市で積極的な取り組みをやっても地方民は何もできません。
- 労働環境の改善をしてほしい。ひきこもりの先にあるものがブラック企業なんて悪い冗談。心を病んでひきこもりが悪化してしまう。また、中間的就労の場の創出をしてほしい。
- 私はいわゆる氷河期、ロスジェネ、団塊ジュニアです。就職難でした。受験にも失敗しました。真面目に生きてきたのにこの仕打ち。就労支援も39歳までが大半だし、もうどうしていいのかわかりません。上の世代にも支援でないのでしょうか。
- ベーシックインカムが理想だ。様々な支援団体にお金を回すくらいなら直接当事者にお金を渡したほうがよほど良い効果があるし、結果的に支出も抑えられるという。日本もぜひそうなってほしい。
- 引きこもりの支援=就労という風潮が辛いけれど、現実、特殊な才能でもない限りは人の集団の中で働かないと生きてはいけないという仕組みそのものをどうにかしてほしい
- 「引きこもりが起因とされる犯罪」の報道の仕方について問題提起をして欲しいです。当事者はものすごく不安になり、傷つき、怯えます。テレビで報道を見た後、居場所と自分の存在すら外圧によって奪われてしまうのではないかという思いに駆られ半日泣いていました。追い詰められたら自殺しようと決意するほど傷つき思い詰えました。どうか「引きこもりの人を見守っているよ」という優しいメッセージを出して下さい。

※自由記述から一部抜粋、表記・表現は原文ママ

最後に

「あなたの声を届けてほしい」という呼びかけに対し、我々の予想をはるかに上回り、全国の1,686名のひきこもり・生きづらさの当事者・経験者らが声を寄せてくださいました。「この機会をつくってくれたことに感謝します」という声も複数あり、自分の思いや経験を伝えたい、知ってほしいと思っている人が多いこともうかがえます。

今回の調査では、自由記述に膨大な数の声が寄せられ、当事者・経験者のひとくくりにはできない個別の背景ををうかがい知ることができます。中でも支援の課題についての記述は大変多く、特に支援する側にひきこもりをもっと理解してほしいと強く望む言及が目立ちました。また「安楽死を望む」と書いた人が10名以上おり、長期化や高齢化による困窮や孤立から希望を失っている様子や、支援につながれていないなど、待ったなしの状況であることもうかがえます。今後、本調査をきっかけに行政や民間団体、支援に携わる方々の当事者への理解促進、そのための研修や講座など、“当事者と共に”必要とされる支援が構築されていくことを願っています。

一般社団法人ひきこもりUX会議

**今回の調査結果は、当事者・経験者、専門家の視点から詳細な分析をおこない、
2020年度中に『ひきこもり白書』として取りまとめ、
調査にご協力くださった方々の声をひろく社会に伝える予定です。**



一般社団法人ひきこもりUX会議
[WEB] uxkaigi.jp [MAIL] info@uxkaigi.jp