

4 支援者に支えられて社会へ

県
談

学校から社会へ

就労支援機関を利用して
社会へ

支援者に支えられて
社会へ

10 フリースペースで自分を見つめ直すきっかけになりました【20代女性】

高校、大学と学校生活をエンジョイ、就活も上手くいき希望した会社に正社員として就職できました。ところが職場の人間関係に毎日苦しんだ末、半年も経たないうちに退職してしまいました。その後も、正社員として採用、退職を繰り返した結果、自信を失いつつ状態に陥り人に会うことを避けるようになりました。

どうしたら良いか分からないまま、しばらくは自宅に引きこもっていました。このままではいけないと考え始めた時、ネットで見つけたフリースペースを思い切って訪ねてみました。ソファで好きな連載漫画を読んだりギターを教えてもらったり、ボランティアの人とおしゃべりをして毎日のんびり過ごしていました。

そんな時、支援者の方からカフェのお手伝いを紹介してもらいました。オーナーが、「ゆっくりと自分のペースで働けばいい。」と言ってくれたので、週1回から始めて週2回、3回と増やしていき、終日働くことが出来るようになりました。

接客に自信を持てるようになって、半年後には子どもたちを相手にした仕事に就くことができました。今振り返ると、親と口喧嘩ばかりしていた家から離れて、フリースペースで過ごしたゆっくりとした時間が、自分の中に動き出す力を蓄えた気がしています。



NPO 法人 ぐんま若者応援ネット「アリスの広場」理事長 佐藤さんの体験談



私は中学1年から6年間、不登校・ひきこもりでした。直接の原因は小学校から中学校への変化に対応できず、不安と緊張からトイレが極端に近くなったことにあります。

トイレの心配で外に出られなかったため、初めは父親と車で15～20分ほど、今までならなんてことない距離を行って帰るといった練習から始めました。ある程度慣れてきたら今度は電車で、同じく1駅、2駅と行って帰ることをして徐々に慣らしていきました。

15歳の頃からフリースペースに通うようになりました。ただ私は人見知りです。同世代が苦手な人、いつも代表の人にだけ悩み相談をしていました。

変化のきっかけは17歳の時、母から大検予備校の小さな新聞広告を見せられたことでした。当時はフリースペースにもっと行きたいけど1週間に一度行くのが精いっぱい、年齢もあつという間に10代後半となり、お先真っ暗、どん底でした。しかし、だからこそ大検予備校に通えば何か変わるかもと思えました。

もちろん、この決断にはとても迷ったのでお世話になっていた2つのフリースペースに相談しました。そこで「休みたくなったら休めばいい、周りの声を気にせず、自分のペースで行けばいい。」とアドバイスを受けて、通う決心がつきました。

そこから大検予備校に通い始め、3回試験を受けて大検（今の高卒認定試験）を取得、20歳で大学、24歳の時に大学院へ進学しました。

私は大検や大学受験も受けるか迷いましたが、父から「結果はどうあれ、試しに受けてみればいい。」という声で気持ちが軽くなり受けることが出来ました。

卒業後、就職するも半年で挫折、20代の終わりに再びかつて利用していたフリースペースのお世話になりました。そこで就労体験を通して自信を取り戻し、サポステの支援も受けて再就職できました。
 フリースペースに行くこと自体が外出の練習になっていたし、家族以外の大人と話す中で自分の考えが広がり、次へのステップに繋がったと思います。
 このように私は10代と20代の終わりにフリースペースのお世話になったことで、再び社会に戻ることができました。

11 ひきこもっていた娘が社会とのつながりを持ち始めたきっかけ【50代母親】

現在30歳になる娘が不登校で学校に行けなくなったのは、小学3年生の時でした。

登校時間になると腹痛や体調不良を訴えて学校に行きたがらなかったのも、無理矢理車に乗せて連れて行ったこともあり。小規模校だったので中学生になっても同級生の顔ぶれは変わりませんでした。担任の先生が家庭訪問に来てくれたり、中学校でスクールカウンセラーに相談したりしましたが、原因も分からず状況は変わりませんでした。



ある時、平日の昼間、気分転換のため外に連れだそうとした時、みんなが学校に行っている時間帯に出かけるのを嫌がり、「自分は蟻のような存在で周りを大きな象に囲まれている。その目が赤くて睨まれているようで怖い。」と言い、それ以来、自分自身を家の中に縛り付けるような感じになりました。

本人は「勉強したいけど学校に行けない。」と言うので、自宅のパソコンで通信教育を学べるようにしました。やがて高校進学を期を迎えたので受験に臨みましたが、試験会場に入ったものの、大勢の人に緊張して、何もできないまま帰って来てしまいました。

高校受験に失敗してどこにも属さなくなりましたが、学校に行かないと決めてからホッと一息できる状態になりました。その後、夫婦で話し合っ、「本人が本人らしく生きていければいい。」と考えるようになりました。家で食事の手伝いをしながら、野菜を切ったり卵を焼いたりして少しずつ調理ができるようになりました。自分が食べたいホットケーキを焼いたり、インターネットで調べた料理に挑戦したりするようにもなりました。その度に私たちに味の感想を求めるので、いつも「美味しいね。」と応えていました。

ひきこもるようになった娘が外に出られるようになったのは、私自身が「ひきこもりの親の会」に参加するようになって、「母親が家庭で発する明るいメッセージが本人の自己肯定感につながる。」と、言葉かけが大事だと学んだこと、親の会で同じような経験をしたNPO法人の支援者の方を紹介していただいたことがきっかけでした。その方が、ボランティア活動で大勢の子どもたちに食事などを提供していて、その手伝いに娘を誘ってくれました。

最初のうちは緊張していた様子でしたが、みんなに「ごちそうさまでした。」と喜んでもらったり、挨拶をされたりして嬉しかったようでした。少し時間がかかったけど、今では親子でNPO法人のパソコン教室に定期的に通い、年賀状づくりを手伝えるようになりました。

最近はマイパソコンを持参してエクセルを使った作業ができるようにと頑張っています。他の人より時間がかかっているけれど、少しずつ社会との関わりを持てるようになった娘を両親でそっと見守っています。

NPO 法人「はじめの一步」支援者のメッセージ

県談

学校から社会へ



私たちの支援は、「職業体験」というよりは「社会体験の場づくり」です。我が家の娘も中学時代不登校で、本人の希望で定時制高校に進学しました。PTA 役員をしていた関係で同じような子どもを持つ親同士が相談し合えるコミュニティを作りました。

親が学び、日常生活で子どもへの言葉かけや接し方が変わり、親子の関係性が良くなると、親の誘いや提案に関心を持ち、何らかの行動がおきてきます。私たちの所へ来られるようになった時には、決めるのはあなた自身だし、断っても良いのだということを伝えます。自分の意思を大事にすることが許される場であることを伝えていきます。そうすることで安心感が生まれるのだと思います。

その後は誰かのために何かをして、「喜んでもらった」と実感できるような機会を作っていきます。わずかでも手数料を受け取る体験もしてもらいたいと考えています。

「自己肯定感」を実感していく経験を重ねていくことで、本人が自信を持てるようになり、少しずつ人との関わり、社会とのつながりが持てるようになります。そんな社会体験ができる居場所づくりを心がけています。

就労支援機関を利用して
社会へ

支援者に支えられて
社会へ

ひきこもりのご相談は ひきこもり支援センター（こころの健康センター）へ



ひきこもっている状態について、どこに相談したらいいかわからないとき、まずは電話で相談してみませんか。お話をうかがって、適切な機関をご案内しています。また、内容に応じて当センターでの面接相談（保健師、精神保健福祉士、医師等が対応）を行い、一人ひとりの状況に応じて回復の道すじを一緒に考え、身近な相談機関等へおつなぎします。

また、家族教室では、ひきこもりに関する知識や情報、関わり方の工夫等について学びながら、ご家族自身の気持ちのゆとりを持っていただく機会としています。

ご本人やご家族それぞれが元気になるために、一緒に考えていきましょう。



ひきこもり相談専用ダイヤル
☎ 027-287-1121

詳しい内容は、リーフレットをご覧ください。
<https://www.pref.gunma.jp/contents/100017938.pdf>



12 進む道を自分で決められるように応援しています

【NPO 法人カウンセリング&コミュニケーション・ミュウ (CCM) 支援員】

私たちは、日ごろ、心理学、カウンセリング、対人支援を学びながら地域で支援活動に取り組んでいます。県子ども・若者支援協議会(児童福祉・青少年課)からの依頼を受けて、ひきこもり状態である本人や保護者の支援で家庭訪問を行っています。

3年前、県の「中学卒業後の進路未決定者支援」で出会ったお子さんは、発達障害と診断されて小学校の頃から薬を服用していました。人との関わり方が苦手でコミュニケーションがうまくとれず、友人とのトラブルを多く抱えながら保健室登校を繰り返し、何とか中学2年生まで頑張っていました。3年生で不登校になりました。

卒業後の進路を心配したお母さんは、高校進学を相談していましたが、本人は、中学校に行けなかったことから勉強はもう無理だと受験を諦めていました。市役所に紹介されてサポステに親子で就労の相談にも行きましたが、途中で本人の気持ちが変わり家に帰って来てしまいました。やがて、進学も就職も出来ないでいる自分のことを「駄目な人間で、生きている価値がない。」と言い、自殺をほのめかすようになったそうです。

家庭訪問を始めた頃、本人には全く会えず手紙を書き残してしまいました。お母さんにとって、こだわりの強い我が子の行動を理解し受け入れることは、大変なことでした。そこで、発達障害の特性と一緒に勉強することから始めました。勉強を重ねて少しずつ理解していくにつれ、支援者を頼りにしてくれるようになり表情が和らいでいきました。そして、いつしか私たちの会話の場に本人が顔を出すようになり、3人で話ができるようになりました。

家庭訪問を続けていくことで、本人が興味を持っていることや拠り所としている考え、その時々的心情などを聴くチャンスとなりました。そして、大きな転機になったのは、私たちの活動拠点になっている「リカバリー・カレッジ (RCCP)」にお母さんと一緒に出掛けるチャンスが訪れたことです。RCCPは、スタッフとおしゃべりをしたり、自分のやってみたいことをしたり、時には一緒におやつや食事を作ったりします。日常生活の中から、当事者の得意なことを引き出していく場所です。活動を通じて他者から認められることで、人とかかわる楽しさや喜びを経験し、自分が役に立てる実感を得て、自己肯定感を育んでいきます。

訪問支援を始めてから3年、彼は今では、自身をさらに成長させたいと、就労移行支援事業所に週5日通い、やる気をもって職場体験のプログラムに取り組んでいます。



県
談

学校から社会へ

就労支援機関を利用して
社会へ

支援者に支えられて
社会へ

高校中退者・中学卒業後進路未決定者の支援

群馬県子ども・若者支援協議会では、中学卒業後や高校中退後の進路に迷っている本人や保護者の方を対象に、自分の進む道を自分で決められるように寄り添い、応援するための支援事業を行っています。

詳細は県 HP をご覧ください。
[https://www.pref.gunma.jp/
03/c2900104.html](https://www.pref.gunma.jp/03/c2900104.html)



進む道についてのご相談は **群馬県子ども・若者支援協議会**へ

「高卒認定資格を取りたい」「高校卒業を目指したい」「自分らしく働きたい」など、中学卒業後や高校中退後の進路に迷っている、ご本人や保護者の方、まずはご相談ください。

「群馬県子ども・若者支援協議会」では、社会生活を円滑に営む上で困難な状況にある子ども・若者の自立を支援するため、国や県のさまざまな相談・支援機関が連携しています。



群馬県子ども・若者支援協議会
☎ 027-226-2393

メールでのご相談は
kowaka-shien@pref.gunma.lg.jp



メールマガジン（毎月配信）
<https://www.pref.gunma.jp/03/bv0100019.html>



このリーフレットは HP からダウンロードできます。
<https://www.pref.gunma.jp/contents/100152541.pdf>



13 児童養護施設を退所して念願の一人暮らしを始めたのですが

【「ヤング・アシストいっぽ」支援コーディネーター】

一般社団法人ヤング・アシスト「ヤング・アシストいっぽ」は、群馬県社会的養護自立支援事業を受託して、児童養護施設・里親家庭で暮らしたことのある全ての方を対象に、生活相談や就労相談など自立支援の伴走を行っています。

母親の虐待で幼児期から入所していたSさん（19歳女性）は、高校卒業後に無事就職、長年暮らした施設を退所して念願のアパートでの一人暮らしを始めました。彼女は真面目な性格だったので、小・中学校はほとんど休むことなく通っていました。進学した高校では卒業後の一人暮らしを夢見て、就職に向けて学校生活も頑張っていました。

私は、就労相談支援員や就職先の会社との調整役で、Sさんの職場見学や就労体験などのサポートをしていました。彼女が一人暮らしを始めて間もなく、就職先の社長さんから「Sさんが仕事を欠勤している。どのように対応したらいいか。」と相談の連絡がありました。本人からはSNSでメッセージが送られて来て、自殺をほのめかす言葉が見られたとのことでした。

すぐにSさんのアパートを訪ねましたが会ってもらえず、ショートメールのやりとりをする中で食事を取っていないことがわかったので、フードバンク等を活用して食料を届けることにしました。その際の食料の受け渡しも玄関のドア越しで、直接顔を合わせることは出来ませんでした。出身施設の職員との接触を拒否していましたが、情報提供だけは行いました。

社長さんはSさんと連絡ができる状態だったので、本人への関わり方を助言し、心療内科に連れて行くことをお願いしました。私も同行し少し発達障害があることが分かりました。

一人暮らしは孤立しがちになるので心配もありましたが、自立して成功するまで施設に頼りたくないというSさんの気持ちもわかっていたので、まずは一人暮らしの生活を安定させるために本人が受け入れやすい傷病手当の手続き、その後、生活保護申請手続きを支援しました。

しばらくは継続した見守りが必要と思われたので、本人との関係が最も深い児童養護施設の職員に支援の窓口になっていただくことにしました。本人の中に就労への意欲が湧いて来たら、直接的な支援を再開するつもりです。



群馬県社会的養護自立支援事業とは💡

里親家庭や児童養護施設等を年齢到達等で退所する方に対して、社会生活を行う上での相談や就労支援を入所中から退所後まで一貫して実施する体制を整えて、退所する方が社会的に自立していけるよう支援することを目的とする事業です。

対象者

- ① 児童養護施設・里親家庭等で暮らしたことがあるすべての方
- ② 児童養護施設・里親家庭等で暮らしていて、近い将来、自立を控えている方

里親宅や施設などを出た後のサポートは ヤング・アシストへ

里親宅や施設などで18歳を迎え、自立しなくてはならなくなった若者の生活や就労などのご相談は、アフターケア事業所「ヤング・アシスト」へお寄せください。

ヤング・アシストは、児童養護施設などを退所した若者たちが、安心して社会生活を過ごせるようお手伝いするところです。支援が必要な若者一人ひとりに「継続支援計画」を策定します。また、18歳を超えて里親・ファミリーホーム宅、児童養護施設などに居住する場合、県から生活費などを支援します。



ヤング・アシスト ☎ 027-289-3771

メールでのご相談は
info@youngassist.com

HP「ヤング・アシストいっぽ」
http://youngassist.com/



14 人の気付きを大切にしている支援を行っています【前橋保護観察所 保護観察官】

保護観察所では、罪を犯した人や非行を起こした少年の再犯・再非行を防ぎ、改善更生するよう、地域の保護司さんとともに、保護観察中の人の指導などを行っています。

保護観察官や保護司の仕事で大きな比重を占めているのが、保護観察を受けている人との「面接」です。面接を通して、本人の生活実態を把握し、関係諸団体の協力を得ながら、改善更生のために必要な指導や支援を行っています。

高校は卒業したものの、進路が決まらないままであったことからひきこもりがちとなり、非行問題を起こすに至ってしまった少年がいました。

彼は、中学に入学した頃から父親への家庭内暴力を繰り返し、昼夜逆転の生活に陥り、中学2年の時に非行問題を起こして警察沙汰となり、家庭裁判所の審判で不処分になったという経緯がありました。

高校に進学してから、消極的であっても何とか通学を続けて卒業しましたが、進路が決まりませんでした。卒業後は短期間のアルバイトをしては、しばらくはひきこもるとい生活をしていました。そのような不安定な生活をする中で再び非行問題を起こして警察沙汰となり、家庭裁判所の審判で保護観察処分となりました。

保護観察が始まりましたが、次第に家庭裁判所の審判前と同様の生活に戻ってしまい、担当の保護司さんとの面接も怠るようになっていきました。

彼がこのままの状態を続ければ、らせん階段を落ちていくように再び非行問題を起こしてしまうと懸念されたので、私は、すぐに彼の自宅を訪問しました。

彼は、仕事をしたいという希望はあるものの、どのように仕事を探したら良いものか、その手段も分からない様子でした。また、真面目な性格ですが、融通が利かず、それが離職を続ける要因のようでした。彼の同意を得て、私からNPO法人「群馬県就労支援事業者機構」が運営している就労支援事業所の相談員さんに連絡し、彼の希望を丁寧に聞いてもらったところ、建設関係の仕事をしたいという希望を持っていることを確認できました。

幸い、その建設業の協力雇用主さんの事業が、彼が関心を持っている内容だったこともあり、また、協力雇用主さんも彼が保護観察中であるということや彼の性格も理解してくれて、彼のやる気も認めてくれたことから就職が決まりました。その後、彼が前向きに仕事に取り組んでいることを協力雇用主さんが評価するところとなり、報酬も多く得ることになって、彼の精神面や生活面全般が安定し、職場での定着が実現しました。



協力雇用主及び NPO 法人群馬県就労支援事業者機構



群馬県内の経済界の協力を得て、事業者の立場から、犯罪や非行を起こした人たちの就労を支援し、円滑な社会復帰を助けて、群馬県の安心・安全な社会づくりに貢献しています。

再犯防止のためには就労の支援がとても大切です。人が円滑な社会復帰・職場定着するためには、本人の気付きと協力雇用主の方々の理解が重要です。

15 ひきこもる若者の就労を支援しました【役場福祉課 担当職員】

生活困窮家庭の子どもたちの学習支援を行っている支援員さんが、20歳になる小学校の教え子が自宅にひきこもっているらしいと聞きつけ、父親に福祉課に相談するよう促したと連絡がありました。早速、父親に会って事情を聴くことにしました。

息子さんは、中学生の時、母親、同居の祖母が相次いで亡くなり、父親と二人暮らしが始まったのをきっかけに不登校になり、そのまま自宅にひきこもるようになりました。兼業農家を手伝う以外は、特に仕事はしていませんでした。そこで父親に息子さんの支援に関わる同意を得て、本人に会わせていただきました。

彼は、中学校を卒業してから自動車の運転免許を取得した以外に何も資格を持っていなかったため、就職活動に役立つと考えて、父子（母子）家庭の児童を対象にした「高等学校卒業程度認定試験合格支援事業」を説明して、取得に向けて勉強することを勧めました。でも、「もう勉強はいいから。」と言うので、就労を目指して支援をすることにしました。

父親の農業の手伝いをしていた経験があるので、まずは、地元の農家に協力していただき、1日限りの稲刈りの手伝いから始めました。ちょうどこんにゃく芋の収穫期でもあったので、次は農業法人にアルバイトで雇い入れていただきました。ここで約2ヶ月間働けたことで本人も働くことに自信を持った様子で、一緒にハローワークへ行くことにしました。



窓口で求人票を見ていると、ちょうどタイミング良く、こんにゃく製造会社が従業員を募集していることが分かり、早速、応募をお願いしました。面接日には私も同行させていただき、社長さんに本人の事情をお話ししました。

社長さんから「学歴は関係ないから。」とっていただいたことで、本人はやる気になった様子で、採用後に会社を訪れると元気に挨拶をしてくれて、元気に働いていました。



県
談

学校から社会へ

就労支援機関を利用して
社会へ

支援者に支えられて
社会へ

高等学校卒業程度認定試験合格支援事業とは

ひとり親家庭の親及び児童が高卒認定試験の合格を目指し、民間の事業者などが実施する対策講座を受講する場合に費用の一部を支給しています。

詳しい内容は、県HPを御覧ください。
<https://www.pref.gunma.jp/02/d0110194.html>



高等学校卒業程度認定試験とは

いろいろな理由で高校等を卒業していない人のために、「高校を卒業した人と同等以上の学力があるかどうか」を文部科学省が認定する試験です。

この試験に合格すると、大学・短大・専門学校の受験資格が得られるほか、就職や資格試験にも活用できます。

試験内容や体験事例は、「子ども・若者の自立支援ガイド（学び編）」をご覧ください。

<https://www.pref.gunma.jp/contents/100152119.pdf>



高等学校卒業程度の学力をつけたい人へ

群馬県青少年育成事業団では、「地域における学びを通じたステップアップ支援促進事業」として、高等学校卒業程度の学力を身に付けるため、また、学び直しのための支援を行っています。

学習相談員が、高等学校卒業程度認定試験や修学等の学習に関する相談・助言を行います。

学習支援員が、高卒資格取得等に向けた個別の学習支援を行います。

詳しい内容はHPを御覧ください。
<http://www.gyc.or.jp/kaikan5/index.html>



16 外国人の子どもたちを支援しています【NPO 法人 Gコミュニティ代表】

1990年に入出国管理法が改正されてから、日系ブラジル人、日系ペルー人が就労目的に県内に多く居住するようになり、その後、フィリピン、中国、ベトナムなどの国からの来日も広がり、それに伴い県内の外国人児童生徒数も増えて近年では3,600人を超えています。

本国の学校に通っていた子どもが、家族と一緒に連れられて来日したり、親が先に来ていて、生活が落ち着いたからと呼び寄せられたりする場合には、親子ともに日本語を十分理解できないケースが多いです。自治体によっては、外国人の児童生徒が多い小中学校に日本語を指導するための教室が開設されています。

こうした子どもたちの課題は、学校の授業についていくことであり、自分の進路についての不安も大きいです。将来、希望する職業に就くには、どういう専門学校や大学で学ばよいか、そのために高校進学をどのように考えていったらよいかといったことです。

私たちの活動の一環として、本人や保護者を対象に「日本の高校、専門学校、大学のしくみがよく分かるセミナー」を開催しています。どんな学校があるか、どうすれば入れるか、学費がいくらかかるか、そのために日本語をどれくらい勉強すればよいかなどを説明しています。合格してから多額の入学金や授業料に驚いて、進学を断念することがないように奨学金に関する情報も提供しています。

高校進学の支援を行った若者が大学に進学、今春、卒業して就職した企業で頑張っているとSNSのメッセージで知らせてくれました。

日本で学ぶ外国人の子どもたちは、日本語を理解するだけでなく、自分が将来就きたいと思っている仕事を目指して、日本の教育システムの中で頑張ることが求められます。しかし、子どもたちの中には学校生活に馴染めずに不登校に陥る可能性があったり、既に不登校・不就学に陥ったりしているケースがあります。そうした子どもたちや保護者を対象に、母国語で心理カウンセリングを行うことが助けになります。

群馬県教育委員会の委託事業「外国人児童生徒等教育・心理サポート事業」では、多くのボランティアの協力を得て日本語指導・教科指導などの支援を行うとともに、ポルトガル語、スペイン語、英語、日本語を使えるコーディネーターチームが、教育委員会や学校、外国人の心理専門家、専門機関（児童相談所、発達支援センターなど）と連携しながら心理サポートなどの必要な支援を行い、不登校を防いだり、不登校・不就学からの復帰を目指したりしています。

また、「スクールホットライン群馬」事業では外国人の子どもの教育の無料電話相談を受け付けています。いずれの事業も支援の考え方は「自律の後押し」、自分で考えることができ、自分で決めることができるよう支援をしています。



外国人の子どもたちの教育相談は **スクールホットライン群馬へ**

外国人の子どもたちに関して、「日本語がわからない」「母語を忘れていく」「学校の授業についていけない」などのほか、不就学、不登校、高校・大学進学、いじめ、友人関係、親子関係、教育にかかるお金、日本への呼び寄せ、ストレス、不安…etc. などでお困りのとき、多言語相談員（女性）が問題の解決を見つけるお手伝いをします。

スクールホットライン群馬 ☎ 080-8730-6969

月曜日～土曜日 10:00～21:00

メールでのご相談は school.hotline.gunma@gmail.com