

369

女性のひきこもり・生きづらさについての実態調査2017を経て

制作・発行

一般社団法人ひきこもりUX会議

「女性のひきこもり・生きづらさについての実態調査2017」報告書は
オフィシャルサイトにて公開しています

<https://uxkaigi.jp>

協力

新 雅史（社会学者）

石井 志昂（不登校新聞編集長）

松尾 祥子（公認心理師・臨床心理士）

編集

岡田 哲

Original Booklet



ひきこもりUX会議オリジナルブックレット
オンラインショップにて好評販売中!!

オンラインショップBASE「ひきこもりUX会議ショップ」
<https://uxkaigi.base.shop>



本冊子は「日本財団 2018 年度助成事業」として制作いたしました

Supported by  日本財団 THE NIPPON FOUNDATION

発行日 2019年3月31日

ひきこもりは男性だけではない

これまで一般的に「ひきこもり」といえば男性の姿がイメージされてきました。国や民間団体などが行ってきたさまざまな調査でも、ひきこもりの7〜8割が男性であるという結果が出ており、現在でも男性が多いことが定説のようになっていきます。

しかし、実際には女性のひきこもりも一定数以上存在しています。「ひきこもり≠男性」という従来のイメージから脱却し、現実の当事者の状況に即した支援を行うためには、ひきこもり女性の存在を可視化すること、そして本人が何に苦しんでいて、どのような支援を求めているのかを明らかにすることが必要です。そのような思いから、ひきこもりUX会議では2017年9月から同年12月にかけて、全国で初めて「女性のひきこもり・生きづらさにつ

いての実態調査」を実施しました。

調査では、41都道府県の計369名から回答を得ることができました。回答者の年齢は15〜60歳で、40代以上の割合が45・3%と、全体の半数近く存在することが明らかになりました。また、これまで政府や自治体の調査対象に含まれなかった既婚者または事実婚状態という、いわゆる「主婦」の割合は25・5%でした。UX会議では、ひきこもりUX女子会を通じて「主婦のひきこもりも存在する」と感じていましたが、想像を上回る割合が調査結果に表れたことにより、主婦ならではの孤独感、孤立感があることが浮かび上がりました。

もう一つ特筆すべきは、対人関係に苦手意識を持っているという方が87・5%と非常に多かったことです。自由

記述においても、コミュニケーションや対人関係に漠然とした恐怖感があるという回答が目立った一方、76・6%が人とコミュニケーションをとりたいと回答しました。

女性のひきこもり・生きづらさについての実態調査2017

調査期間	2017年9月〜12月
調査対象	全国のひきこもり等の背景や状態に起因する生きづらさを抱える性自認女性
周知方法	① 全国10箇所で開催した「ひきこもりUX女子会全国キャラバン」会場 ② ひきこもりUX会議のブログやソーシャルメディアでの告知
受付方法	ひきこもり女子会会場、郵送、インターネット
回答総数	369名

ひきこもりの働く意欲

労働意欲に関する設問では、69・7%が「働きたい」と答えています。ひきこもりは甘えている、怠け者だと言われることがあります、多くの場合、決して就労の意志がないわけではありませんが、働くことで自分を安定させたいと思っているけれども、心身の不調、人間関係の不安、スキルの不足など、さまざまな課題が立ちはだかっている。自分自身の心が安定しなければ、こうした課題と向き合うことはなかなかできません。心の安定や自己肯定感を得るためのプロセスが不十分であるために就労まで結びつかない、ということが調査結果から読み取れます。

社会では、ひきこもりは解決しなければならぬ「問題」であるという認識が一般的ですが、当事者にとってひき

こもりという選択は、社会から撤退することで自らの身を守るという、社会の側が抱える問題への「答え」でもあります。しかしながら、ひきこもりという状態を肯定的に捉え、自らの意志でひきこもり続けている人はほとんどいないのではないのでしょうか。当事者の大多数は、生きづらさに直面した結果としてやむにやまれず「社会からの撤退」としてひきこもっているに過ぎず、状況の打開を望んでいます。

ひきこもりに限らず、誰しもが能力や特性に関係なく自分らしく生きる権利を有しています。しかし社会からのネガティブな視線や、それを内面化してしまった価値判断によって自己肯定感が削られ、「〇〇したい」「こうありたい」など主体的に自分の生き方を決

めることができなくなってしまっています。

ここにいて大丈夫なのだと思える場や、そこで自分の話を否定されずに聞いてもらえる安心感、ひとりではないという気持ちを得ることができれば、自分の意志で動き出せる当事者は多いはずです。また、彼らがひきこもること示した「答え」から逆照射される、社会の不寛容さや選択肢のなさといった課題へのアプローチも見えてくるのではないのでしょうか。

「個」から「群」へ——必要なのは安心できる居場所

当事者から求められているのは、既存の就労支援のようなアプローチだけでなく、最初の一步を踏み出すためのサポートであり、その一つが「居場所」ではないでしょうか。ひきこもりU×女子会では、必ず当事者が自身の体験を語る時間を設けています。自分の半生における悩み・苦しみについて打ち明け、それが受け止められたり、時に共感を得られたりする。居場所を通じて人と関わることで、「自分はひとりではないんだ」と感じられる。それが現状から一步を踏み出すきっかけになるのです。実態調査の中で、これまでに利用した支援・サービスについて「自助会・当事者主催イベントがよい」と回答した人が57%という高い結果は（なお就労支援12・8%、行政窓口21・1%）、頑張るためのエネルギーや最初の一步を

踏み出す「勇気」のようなものを得られていることの表れなのだと思います。当事者が第一に必要なとしているのは、そのような安心感を得られる空間ではないでしょうか。

今回の実態調査を通じて、「女子会」という場がなければ出てこなかった言葉がたくさんあることを実感しました。「個」だったものが「群」としてセグメントされることで、個人にもアイデンティティが生まれる。生きづらさを抱えている当事者の多くにとっては、女子会という空間が自己肯定感や心の安定を得られる場として作用していることがわかりました。また、アンケートに答えるという行為そのものが自分自身の生きづらさや希望について改めて考える機会になっている、ということ

も実態調査を実施してわかったことの一つです。それは、アンケートの自由記述に顕著に表れています。ひきこもりU×会議の活動の根底には、不登校、ひきこもり、発達障がい、セクシュアル・マイノリティといった当事者性を活用しながら明るい未来を築き上げようという考えがあります。男女その他の性別や、ひきこもりであるかどうかに関わらず、すべての人が自らの意思で人生を選択できる社会の実現に向けて、当事者からの視点を広く伝えていきたいと思っています。

当事者の声を伝える 貴重な調査

松尾祥子さん（公認心理師・臨床心理士）

臨床心理学の論文や報告書などを読んでいても、当事者本人やその支援に焦点を当てた研究は非常に限られており、このような当事者の方々のリアルな声を伝える実態調査の存在はたいへん貴重です。調査レポートを目にしたとき、普段患者さんと接している中で得ていた実感がそのまま数値化されているように感じ、衝撃を受けました。このような調査は当事者の方々にとっても、つらい思いをしているのは自分ひとりではないというメッセージとなり、新たな一步を踏み出すためのプロセスとして役立つと思います。

残念ながら多くの医療現場では、現在もひきこもりは病気のよう、「治療」の対象であると認識されています。それが医療的な正しさとなってしまっているため、当事者本人の望まない方法で心の状態を変えようとするような行為も少なくありません。

このような実態調査の存在は、旧来的な支援から当事者を第一とする新しい支援へシフトするための足がかりに

なっていると思います。

生きづらさを抱えて苦しんでいる当事者の方はもちろん、そのご家族、医療関係者やソーシャルワーカー、支援施設やハローワークに勤めている方などにもぜひ読んでほしいですね。

当事者性を活かした 支援デザインの提示

石井志昂さん（不登校新聞編集長）

今回の実態調査は、当事者団体ならではのアプローチによって、これまでの行政による調査からは見えてこなかったひきこもりの実像を描き出しました。「ひきこもりⅡ男性」という先行イメージに対して、ひきこもり女性の存在が可視化されたことは大きな成果だと思います。一口にひきこもりと言っても、高学歴の方や主婦、正規・非正規を含め働いていた人も一定数存在しており、その中で就労や結婚、出産、育児など、女性特有の生きづらさに直面している実態が浮き彫りになりました。

ひきこもりU×会議の強みは、当事者性を活かした支援

デザインを提示できるということ。「ひきこもり女性（自認）」「ひきこもりママ」、「ひきこもり×セクマイ（※）」などの会もそうですが、一般の人はおろか支援者からも「そんな人いるの?」と聞かれるような、細かすぎるセグメントがインパクトを持っているのだと思います。

近年、自宅や職場・学校とは異なるサードプレイス（第三の居場所）の必要性が注目されています。UX会議は、自身の歪みや葛藤に端を発したサードプレイスがあっても良いのだと提示しているのではないのでしょうか。さまざまな活動を通して、新しい形のライフデザインを提示しているのだと思います。

（※）セクシユアル・マイノリティのカジュアルな略称。ここではLGBTQを含む多様な性を生きる人のことを指す。

調査によって可視化される「ひきこもり」

新雅史さん（社会学者）

ひきこもり、あるいは生きづらさを抱えている人は、現代社会のなかで「個」に分断されています。では、国や自治体は、こうした「個」をいかに捉えてきたのでしょうか。

内閣府の調査では、ひきこもりを「仕事や学校に行かず、かつ家族以外の人との交流をほとんどせずに、6か月以上続けて自宅にひきこもっている状態」と定義して、その実態を調査してきました（厚生労働省による2018年実態調査）。ただ、この定義は、いささか乱暴ではないかと感じます。すこしでも学校に行ったり働いていると「ひきこもり」から外される。また、家族以外の人間関係があっても「ひきこもり」ではない。こうした定義で、果たして「ひきこもり」と感じる人びとの実態が把握できるのか、極めて疑問です。

この定義は、国や自治体が「ひきこもり」の人数をカウントするために作られたようなものです。国や自治体は、学校や雇用のデータを持っています。不登校や無職の人びとひきこもりの定義を無理に定めて、ひきこもりが増えた、減った、と一喜一憂しても仕方ありません。それよりも「ひきこもり」と感じる人びとが、どのようなことに苦しんでいるかをしっかりと読み解くことが重要です。また、ひきこもりが、どのようなことから「ひきこもって」いるのか。たとえば、「働くことからのひきこもり」「友人関係からのひきこもり」「家族関係からのひきこもり」「社会的な時間軸からのひきこもり」といった分類から、その実態を把握することも重要でしょう。当事者に必要な支援は、こうした当事者ベースの調査から明らかになるように思われます。

をベースにすれば「ひきこもり」の人数を類推できるわけです。こうした行政調査を否定するわけではありませんが、自らを「ひきこもり」と感じて苦しむ人びとを排除した調査になっていないか、反省的に検討する必要があります。

UX会議は、「ひきこもりUX女子会」を全国各地で開催しつつ、その参加者をベースに、ひきこもり女性の調査を行ってきました。あくまで対象は、「ひきこもり」だと感じている方々です。こうした厳密な定義に囚われない調査によって、女性のひきこもりの中に既婚女性が一定数いて、彼女たちならではの生きづらさが可視化されたことは、たいへんな意義がありました。こうした調査が可能となったのも、「ひきこもり女子会」という女性だけに限定した場を設けて、安心してコミュニケーションできる回路を創ったからこそです。社会的弱者への調査は、まずは安心できる場の確保、および信頼のおける調査者の存在なくしては、不可能です。

女性は、就職↓結婚↓出産↓育児という社会通念上の時間軸のなかで生きること強いられる傾向が強いように思います。実際、UX会議の調査でも、女性という役割を生きたことへのプレッシャーやそこから生じる摩擦などが、女性特有の生きづらさを産み出していることが明らかになりました。