



メディアで取り上げられた件数

本事業関連のメディア掲載回数：36回（新聞：22、テレビ：2、WEB媒体：9、雑誌：1、ラジオ：2、書籍：1）

2018/3/31現在

4月 豊中市まいぶれ

「さまざまな生きづらさを抱えている女性を対象とした交流会」

4/27読売新聞

「論点・ひきこもり女性「居場所」必要」

5/25朝日新聞

「ひきこもり 既婚女性にも」

5/31神奈川新聞

「相談支援の結び目に」

6/6 十勝毎日新聞

「話せない悩み女子会で共有」

週刊女性6/19号

『40歳過ぎの「引きこもり」のリアル』

7/4 沖縄タイムス

『引きこもり支援訴え/那覇で当事者「女子会」』

7/5 北海道新聞

「ひきこもる女性たち一歩外へ」

7/30 NHK NEWS WEB ひきこもりクライシス

①“100万人”のサバイバル～新しい働き方、生き方の模索～「ひきこもり女子会」

②～8050問題・高年齢化するひきこもり～「見過ごされてきた“女性のひきこもり”」

8/7 Yahoo!ニュース

「初調査でようやくわかった『ひきこもり主婦』の実態 背景には学歴も職歴も求められる女性像」

8/9 AERA dot.

不登校経験なし50歳の専業主婦がある日突然マイホームにひきこもった深刻な理由

9/6 RKBラジオ インサイトサンデー

10/15 静岡新聞夕刊

「ひきこもり「1人じゃない」静岡で初の「女子会」

10/19 毎日新聞

「ひきこもり女子会名古屋で30人参加」

11/29 FMひがしくるめ「鈴木実穂のonlyわん！」出演

12/14 [新聞] 聖教新聞「当事者の目線でひきこもり女子会を開催」

12/14 [新聞] 陸奥新報「同性だから悩み共感 女子会の輪広がる」

12/4 [TV] ハートネットTV シリーズ 平成がのこした“宿題” 第3回「ひきこもり」

2019

3/18[新聞]東京新聞「視点：女性の引きこもり 声を上げ始めた当事者」

3/12 [新聞] 山口新聞「ゴール」理解し、より良い居場所を」

3/10 [新聞] 高知新聞「ひきこもり女子」交流 生きづらさ語り合う 高知市

3/8 [新聞] 時事通信「安心できる居場所とは 引きこもり関連団体が意見交換」

3/6 [新聞] 高知新聞「高知市で3/9に「ひきこもり女子会」 3/10に講演会も」

3/2 [WEB] ひき☆スタ『ヒューマン・スタジオ まるさん ひきこもりQOL追究の旅！「ひきこもり×おしゃれカフェ」編』

2/27 [新聞] 東京新聞「安心できる居場所探そう 引きこもり当事者と支援者 渋谷で40人合宿」

2/27 [書籍] 新潮社「アラフォー・クライシス：「不遇の世代」に迫る危機」

2/28 [WEB] BLOGOS「家事をしていれば対象外」国の統計から漏れ、存在しないことにされている「ひきこもり主婦」たちの苦悩

2/26 [新聞] 毎日新聞夕刊 あした元気になあれ「ひきこもりママ会」

2/4 [新聞] 産経新聞『「ひきこもりママ会」 生きづらさ互いに共感』

1/24 [新聞] 朝日新聞 東京版『「ひきこもり女子」ママ会で語らいを』

1/21 [新聞] 東京新聞「<ひとゆめみらい>各地で女子限定の交流会」

1/16 [雑誌] 市民活動の広場「「幸せになるための支援」は「ひとりではない」と感じられる場から」

1/8 [WEB] soar「私はひきこもりだった。今でも人と関わるのは怖いけど、人との出会いは悪いものじゃないと思うんです。ひきこもりUX会議・恩田夏絵さん」

視点

「女子会」という言葉が使われるようになった十年ほど前、成人女性を「女子」と呼ぶことに、強い違和感があった。世の中すっかり定着した今でも、社会人の立場で「女子」を呼ぶことが気恥ずかしい。

女性を引きこもり

感の力なのでしょ」と代表理事の一人、林恭子さん(53)は話す。林さんも高校生の時の不登校をきっかけに、引きこもりを経験した。横になったとき、体起きてもできなかった時期があった。心の中は人が通じると初めて思えた精神科医との出会いは二十七歳の時、八人目の医師だったという。同じような経験を話してきた人たちと知り合い、三十代後半にかけて回復した。内閣府の調査によると、引きこもりのうち男性は多に上り、長年にわたる男性が多いとみられてきた。林さん



社会部・渡辺聖子

声を上げ始めた当事者

代に幅広い。顔を合わせているうちに、誰にも言えなかった思いが募り、ついに「引越してこよう」という決意に至った。一進一退を繰り返した。「話

日々論々

「女子会」という言葉が使われるようになった十年ほど前、成人女性を「女子」と呼ぶことに、強い違和感があった。世の中すっかり定着した今でも、社会人の立場で「女子」を呼ぶことが気恥ずかしい。そんな自分の気を留めた女子会がある。「ひきこもり女子会」。経験者らでつくる一般社団法人「ひきこもり女子会」が、自助会の一つの形

江戸後期に登場

「染井吉野」起源に迫る

お花見で私たちが楽しませてくれるメイシオン。全国に植えられているのが栽培品種の「染井吉野」だ。江戸時代の後期に現れ、明治以降に広まったが、まだ謎もある。森林研究・整備機構森林総合研究所のチーフ長、勝木俊雄さん(植物分類学)に、染井吉野の起源を聞いた。(増井のぞみ)



桜の開花予想 (3月15日現在)

	ウェザーニューズ	日本気象協会	ウェザーマップ
札幌	4月27日	4月30日	4月29日
東京	3月21日	3月21日	3月21日
名古屋	3月22日	3月20日	3月21日
金沢	4月1日	3月30日	3月30日
福岡	3月20日	3月18日	3月20日

華やか

染井吉野の人気の理由は華やかさ。つぼみは淡紅色が青く、開くと純白になる。花の直径が二センチほどで、大き

父「オオシマザクラ」母「エドヒガン」

お花見の日を決定するのが桜の開花予想だ。気象庁の精度と民間の精度との差が広がった。2010年に予想が発表を始めた気象庁が独自に基準や手法で観測している。明治以降、鉄道の発達もあり全国に広まった。江戸時代後期に江戸の染井村(今の東京都豊島区駒込)の種木職人が売り出したのが始まりとされている。父「オオシマザクラ」母「エドヒガン」

開花予想、気温1万通り計算も

ウェザーニューズは、開花日を「木に一輪以上の花が初めて咲いた日」と定義。気象庁が指定した標本木のほか、名所の桜や、利用者が選ぶ「マイ桜」も対象で「1万人からの情報も考慮して予想する」。日本気象協会とウェザーマップは、開花日を気象庁と同じ「標本木で5~6輪以上の花が開いた最初の日」とする。予測は日本気象協会が「気象予報士の知見を重視」。ウェザーマップは「開花までの気温を1万通り計算して予測する」という。

K

「もっとも使いやすいワイヤレス充電シート。日本発。送る。形。中央。で。なる。



ワイヤレス充電器に変える方法を目標した。研究チームの対尾健二特任研究員は「自由に形を変えられることが特長。実用化に向けてさらに改良したい」と話した。(M)

小さな疑問お寄せください。蚊の針は折れないの? 自転車の前ブレーキが右手なのはなぜ? 不思議だが人には聞けず、調べようもない疑問に答えるコーナー「人には聞けない」を4月から毎月1回掲載します。電話番号かメールアドレスを明記して100-8505(住所不要)東京新聞(中日新聞東京本社)科学部まで。ファックスは03(3595)4889。Eメールはkagaku@tokyo-ndp.co.jp

論点

ひきこもり女性「居場所」必要



林 恭子氏

一般社団法人ひきこもり女子会
議代表理事、10代で不登校、20代
半でひきこもりを経験。Uxは
固有の体験という意味。51歳

ひきこもりという一般的な若き男性というイメージが強い。女性はこれまで少ないと思われ、支援もほとんどなかったが、実はたくさん存在していることがわかって始めている。

私たちは、2016年6月から、ひきこもり当事者や経験者、生きつらさを抱えた女性向け自助会「ひきこもり女子会」を開催している。これまでに10代

から60代までの延べ1700人が参加した。体験談を聞いたり、「自立」「独身」「恋愛」「仕事」といったテーマ別のグループで、自身の体験や思いを語りながら交流している。地方からの参加者も多い

ことから、昨年は全国キャラバンを実施した。札幌から福岡まで10都市を3か月で回り、地方で孤立している延べ552人の女性たちの切実な思いに触れた。ひきこもりつつ介護に入っている女性も多く、親子後

45%を占め、5年以上のひきこもり経験者が6割、10年以上が36%だった。これまで各種調査で省かれていた主婦も、全体の25%を占める割合にのぼった。

主婦であることで、周囲の人も、ひきこもっていることを問題とせず、心のうちを聞きあうことは思いが至らない。子育てしながらも周囲と一切交流を持たない声も多かった。

利用して良かった支援で最も多かったのが、自助会や居場所などの当事者サービスで57%だった。自助会は、とすれば「傷のなめ

合い」などと言われ評価されてこなかったが、実際にはこのような場が求められていることがわかった。一方、就労支援サービスが良かったと答えた人は13%にとどまった。

女子会に来て人と話す練習をしたり、来ること自体が練習だったりする。1週間前から体調を整え、電車に乗る練習をしたうえでたどり着く。それが成功体験となり、もう1回行くという目標ができる。このような人たちがとり、就労支援はまず先の話なのだ。

いじめ、不登校、家族問題、パワハラなどで深く傷ついて社会から撤退した結果、自己肯定感が低く、「生きていていいと思えない」と思っている。まず「就労」ありきではなく、「どう生きていきたいか」を、当事者や経験者と一緒に考え、本人が自ら道を選択し一歩踏み出せるよう支援してほしい。

近年、私たちの女子会のようないきこもりの当事者活動が各地で始まり、今年19日、初の全国ネットワーク団体が設立された。まずは当事者、経験者の声を聞き、それぞれの状況や環境、思いに沿った支援が構築されることを願っている。

ライフスタイル



「女性」を指す言葉が、いつの間にか「女性」から「女」へと変わっていった。この変化は、女性自身の変化を反映しているように思われる。女性自身も、かつては「女性」として扱われていたが、今は「女」として扱われるようになった。これは、女性自身が「女」として立ち立って来たことを示している。女性自身が「女」として立ち立って来たことは、女性自身が「女」として立ち立って来たことを示している。女性自身が「女」として立ち立って来たことは、女性自身が「女」として立ち立って来たことを示している。

苦闘の20年間
「高校2年生のとき、不登校になりました。その後は、引きこもりの生活を送っていました。高校卒業後、就職先を探しましたが、なかなか見つからず、引きこもりの生活を送っていました。高校卒業後、就職先を探しましたが、なかなか見つからず、引きこもりの生活を送っていました。高校卒業後、就職先を探しましたが、なかなか見つからず、引きこもりの生活を送っていました。

一昨年までの内閣府・引きこもり調査の対象は、15歳から30歳。6歳以上が男性という結果でした。しかし、この調査には「家事手伝い」とされた無職の女性や主婦が含まれていません。女性の引きこもりは見落とされてきたのです。今回は、自身もかつて引きこもりを経験し、現在は一般社団法人「ひきこもりUX会議」の代表理事として活躍する、林恭子さんの登場です。

ひきこもりUX会議
代表理事 林恭子さん



ひきこもりUX会議代表理事 林恭子さん

立ち直りや変化を求めるのではなく、ただ、安心していられる場をつくりたい。

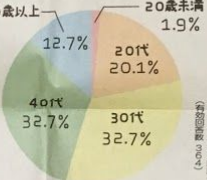
当事者の目線で
ひきこもり女子会を開催



ひきこもりUX会議告知
全国の「女子会」情報、実績報告書、冊子購入、講演依頼は <https://uxkai.jp/> から。
○12月25日(火) 午後1時30分～4時「ひきこもりUX女子会」(東京・渋谷)
○2019年2月28日(水) 27日(火) 支援者を対象に「人が集まる現場の作り方」講座(東京・渋谷)

「ひきこもり女子会」は、ひきこもりの女性たちが集まり、互いに支え合い、情報交換や相談を行う場です。また、社会復帰を目指す女性たちへのサポートも行っています。

女性の引きこもり年代層



この年代層別のデータから、引きこもりの女性が増えているのは、20代から40代にかけてです。これは、就職難や結婚難、子育ての負担などが原因と見られます。

「ひきこもり女子会」は、ひきこもりの女性たちが集まり、互いに支え合い、情報交換や相談を行う場です。また、社会復帰を目指す女性たちへのサポートも行っています。



ひきこもり女子会の様子

【編集】加藤由子 【写真】林恭子さん提供 【レイアウト】小谷光一 【イラスト】PIXTA

●ご感想をお寄せください life@seiko-np.jp

武蔵野銀行アプリ
フルメニュー
お得なクーポン配布中

武蔵野銀行

全国の主な都市

都市	天気	気温
札幌	晴	60
仙台	晴	30
札幌	晴	0
金沢	晴	60
大阪	晴	10
広島	晴	20
高松	晴	10
福岡	晴	10

あなたの痛みはどれですか？

肩、足、腰、手・腕

あれっ？ 痛くない!!

再春製薬所

再春痛散湯エキス錠

まずは、無料試供薬をお試しください。

お電話 0120-305-305

FAX 0120-444-104

どち
いえ
ない

「害かトニ」ハな総馬

ん寄せられた

安心してできる居場所探そう

引きこもりの当事者と支援者が、安心してできる居場所づくりについて学ぶイベント「ひきこもりU X C A M P」が二十六日、渋谷区内で始まった。二十七日までの二日間、経験を共有して支援のあり方を考える。

「ひきこもり女子会」をはじめ、当事者の居場所づくりに取り組む一般社団法人「ひきこもりU X 会議」が開催。合宿しながらの研修は初めてで、約四十人が北は東北、南は九州から集まった。

同会議のメンバーは元当事者や家族、性的少数者といった立場から、同会議とは別に交流会や起業支援な

引きこもり当事者と支援者 渋谷で40人合宿



安心してできる場づくりについて語るひきこもりU X 会議のメンバー＝渋谷区で

どの活動をしている。初日は、メンバー五人が各自の活動を紹介しながら、同会

議に生かしている気つきや心掛けなどを話した。当事者が自らの思いを発

信するメディア「ひきポス」の石崎森人編集長は「ただの居場所だと人間関係に意識が向きがちになるが、みんなで一つのものを作ると仲間意識を持てる」と紹介。船で世界一周するピースボートで人生が変わった恩田夏絵さんは「多様な人間がたくさんいることが安心をつくるベースになっていて、U X 会議の活動に生かしている」と語った。

福島県から参加した支援者の女性は「インターネットなどで団体の活動は見ていたが、生の声を聞いて自分の中に生き生きと入ってきた。学びを深めてみたい」と話していた。二十七日はワークショップを予定している。

(渡辺聖子)

区議の松板橋区長選四月の統一地議の松島道昌所属での出馬「原発ゼロ」の市民団体の今後、立憲民党、社民党、をを目指す。

松島さんは学習塾経営を五年に区議に六期目。四年維新の党から二十六日にた会见で松島参加の街づくりと語ったでは「公共施設、再生エナ

都心

高尾山薬王院

都内の

都心部

府中

八王子

きょうの予

降水確率

朝0% 昼

気温

最高10度

北の風や

の風

社会部東京

〒100-85

東京都千

電話 03

FAX 03

mail:sh

tot

したま右

電話 03

FAX 03

立川支局

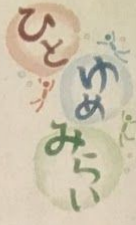
電話 04

FAX 04

武蔵野 04

八王子 04

町田 04



各地で女子限定の交流会

ひきこもりUX会議代表理事

林 恭子さん(52) = 東久留米市



林恭子さん(豊島区)

引きこもりの生活をして
いる人、生きることに苦し
さを感じている人が集ま
り、気持ちを打ち明け合っ
た交流会を全国各地で開い
ている。試みに参加者を女性
に限定して開いた「ひきこ
もり女子会」が注目を集
め、開催の依頼が引きも切
らない。

かつては自分も引きこも
りて、死を意識したことも
あった。始まりは高校二年
のゴールデンウィーク明
け。体に異変が起きた。頭
痛が治まらず、はうように
しか歩けない。病院を転々
としても原因が分からず、
やむなく休学。その後、父
親の転勤先で転入した学校
も、大学入学資格検定(大
検)を受けて入った大学も
中退した。

一般社団法人ひきこもりUX会議 不登校や引
きこもり、発達障害、性的少数者(LGBT)の
当事者や経験者が集まって2014年に発足。「U
X」は英語で「固有の体験」を意味する「unique
experience(ユニーク・エクスペリエ
ンス)」から付けた。当事者の会などイベント情報
はホームページで随時提供している。25日と2月
12日には清瀬市で「ひきこもりママ会」を開催。

性格だが、父親の転勤で転
校するたびに変わる校則、
当時の体罰に疑問や憤りを
感じていた。厳しかった母
親との関係も、自分を消耗
させていたと気付いた。

四十代になって、当事者
や親の会などで経験を語り
始めた。既存の支援は就労
を目的としていることが多
く、参加者にとって「ハー
ドルが高い」現実が見えて
きた。現在の活動をともに
する仲間と出会い、二〇一
四年には自助会などを開く
一般社団法人「ひきこもり
UX会議」を設立。現在は
代表理事の一人を務める。

自助会には少ないながら
女性もいる。そこに着目し
て「女子会」を企画。初回
に三十人、二回目には八十
人を超え、交流会とは呼べ
ないほどの人数が集まり、
存在を顕在化させた。「こ
んなにもニーズがあるとは
思わなかった」と驚く。

一八年度は全国で女子会
を開き、さらにノウハウを
広めようと女子会の作り方
講座も始めた。会を共催す
る自治体も出てきた。「私
たちは支援ではなく、場を
提供しているんです」。次
は性的少数者(LGBT)
が集まれる交流会を企画。
引きこもりの当事者だった
からこそ、やりたいことは
たくさんある。

(渡辺聖子)

スピ
ンお
らお
て算
谷区
立布
し

都内公立小に配布 新年度

育成

青ヶ島村長選あす告示 無投票の可能性高く

信を問いたい」として立候補を予定。ほかに立候補の動きはなく、無投票となる

映画監
全かが
体一淵
りが二
玉泉所
林一淵
宮崎監
訪れた
木林の
汗を流
柳瀬

例制

行政

生か

どの

見し

神

産、

「淵の森」環境を守る

受

表

明

二

十

養

れ

つらい胸の内、打ち明け交流

ひきこもり女子会 名古屋で30人参加

ひきこもり状態や、生きづらさを抱える女性を対象にした交流会「ひきこもりU×女子会in名古屋」が、名古屋市中区のソレイユプラザなごやで開かれ、約30人が参加した。参加者たちは、当事者の体験談を聞いたり、お菓子を食べながら少人数に分かれて話し合ったりするなど、和やかな雰囲気での交流のひとときを過ごした。

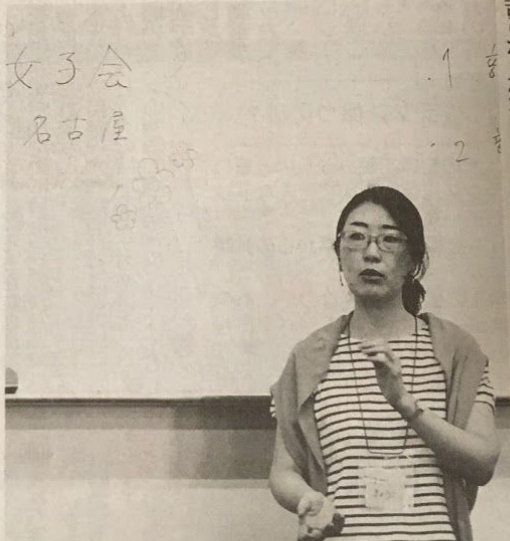
当事者らで作る「ひきこもりU×会議」(横浜市・林恭子代表)が2017年9月から続ける全国キャラバンの一つ。同会議は16年6月から同女子会を始め、地方でも開催された。「地方でも開催」との要望を受け、全国キャラバンとして北海道、大阪、福岡など各地で開催。これまでに延べ約2,000人が参加した。

第2部では、「仕事」「自立」「私のいきつ

当事者の体験談を聞く第1部では、林代表と、会の進行を手伝う池尾彩音さん(37)がこれまでの経験や思いを語った。高校時代に不登校となり、30代半ばまで断続的にひきこもり状態を経験した池尾さんは「何もしていない自分はダメだと思いい泥沼にはまっていく感じがした。道を歩くだけでも緊張した」と当時のつらい胸の内を打ち明けた。

「第2部では、「仕事」「自立」「私のいきつらさ」などのテーマごとに少人数で話し合った。林代表は「ずっといる。まずは安心して苦しかったが、どこに相談していいかわからなかった」という女性がいた。林代表は「安心して話を聞いてほしい」と話している。

【岡村恵子】



ひきこもり状態だった時の思いを語る林恭子・ひきこもりU×会議代表一名名古屋市中区のソレイユプラザなごやで



ゴトさんのつり天国



セイゴ・マダカ到来 木曾川河口

ついでの間まで「暑の松本浩さん写真・い、暑い」を連発して玉や提供から5人の乗っていたのに、朝夕は上着り合いで出船。最初が必要になってきた。木曾川河口の船釣りで、17〜25号のセイゴを25〜43匹と43〜61匹を落しハセに加え、セイゴ・マダカがシーのマダカを船中で3匹

大潮が狙い目。年末までいけるでしょう」と予測している。

(弥富・玉や釣員) 0567・68・1333

【伊良湖沖】15日は4人の乗合船でタチウオからアジのリリース

【美浜沖】15日半夜は80人の乗合いで、13〜33号のマイカを12〜42匹と40〜67号のタルイカを0〜1匹。早瀬・美浜釣舟センター 0770・32・1308

【舞阪沖】8日は浜松市の山本太太さんが、船のジギング釣りで72号、3・94号のマダイをゲット。(舞阪あけぼの釣員) 05

知っ得



イベント

◇三谷祭 20、21日 蒲郡市内の八咫神社、若宮神社、三谷海岸など。約300年の歴史

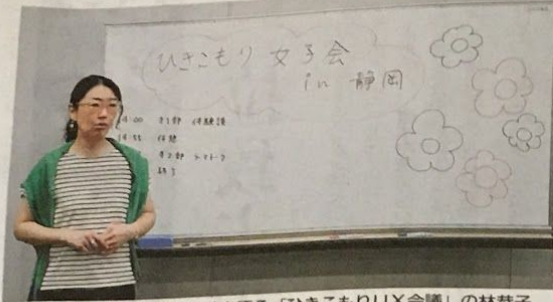
480人、21日12時 笹尾山・陣場野会場 ほかではメイスイベン ト(関ヶ原合戦絵巻)、両日開催の戦国グッズマーケットなどさまざま

アウトドア

◇探鳥会 21日9時半〜12時、岩屋堂探鳥会 瀬戸市岩屋町の岩屋堂温泉入り口のコミ ュニティバス停前集合、雨天決行 21日9〜12時、大池公園探鳥会 東海市中央町の市役所駐車場にてニスコ

古屋 三軒 屋三 ロン。 えさ、 もらう。 姿を いた。 をテ 品24 館無 同店) 11 10時、 市昭和 美術館 後藤幸 安太郎 近代百 などの 点を展 一般の 上500 証) 高校生 同休館 同館の 5000

ひきこもり「1人じゃない」



不登校やひきこもりの経験を語る「ひきこもりUX会議」の林恭子代表理事＝静岡市駿河区の県男女共同参画センターあざれあ

静岡で初の「女子会」

不登校やひきこもりの経験者でつくる「ひきこもりUX会議」（東京都）は、静岡市駿河区の県男女共同参画センターあざれあで「ひきこもりUX女子会」を県内で初めて開いた。当事者やその家族、支援者ら約20人が参加した。全国キャラバンの一環として開かれ、男性がいない場で素直に語り、思いに共感し、仲間存在を実感できる場になっている。

女子会は2部構成で、当事者以外も参加可能な第1部は、同会議代表理事の林恭子さん（52）＝東京都＝が経験を語った。林さんは高校2年の時、不登校になり、「起きている間中、だめな自分を責め

経験共有、気持ちを整理

「ひきこもりUX会議」の林恭子代表理事は、参加者の話を聞いた。「ひきこもりの経験者だけでなく、親・人間関係」などのテーマごとにグループに分かれて話した。参加した県東部在住の30代女性は、「参加者の話すふとした一言に共感した。自分の思いを素直に言えるのは貴重」と話した。同区の30代女性は、「ひきこもり状態だった十数年前はインターネットが今ほど普及しておらず、悩んでいるのは自分一人だと思っていた。同じ立場の人間と話ができるのは、言葉にならない思いを誰かが代弁してくれ、自分の気持ちを整理できる」と話した。

科医と出会えたことや、同じ悩みを抱える人と話して楽になったことが転機になったとも伝えた。同会議スタッフも経験を語った。不登校、引きこもり状態のときは「生きていくだけで精いっぱいだった」。だが、家族に見守られる中、「動きだしたい」という思いが湧き、成人後に通信制高校を卒業し、就職もできた。第2部は当事者だけが参加し、「生きづらさ」「親子・人間関係」などのテーマごとにグループに分かれて話した。

分一人だと思っていた。同じ立場の人間と話ができるのは、言葉にならない思いを誰かが代弁してくれ、自分の気持ちを整理できる」と話した。これまでの自助団体や居場所所は男性参加者が多く、「女性の当事者もいるはず」と2016年に同会議が女子会を始めた。東京、京都で開いていたが、開催地以外からの参加者も多かったため、昨年からは全国キャラバンをスタートし、これまでに延べ2500人が参加した。同会議が17年に行つたひきこもりや生きづらさに関する実態調査では、「男性に苦しい意識がある」と答えた人が60%超に上り、林さんは「女性に特化した場や支援の必要性を痛感している」と話した。参加者が女子会を立ち上げた例が全国で10カ所以上あるという。同会議は女子会の運営方法を記した冊子を作成し、販売しているほか、「女子会のつくりかた講座」も開いている。来年2月には支援方法を伝える「ひきこもりUX CAMP」を予定している。（文化生活部・野島純子）

あすの運勢 二世島八次

10月16日（火曜日）

生まれ月	吉凶	方位	健康	金運	愛情
1月	良	南	△	○	◎
2月	吉	南東	○	▽	△
3月	吉	北東	▽	○	○
4月	吉	南西	△	○	○
5月	吉	西北	○	△	▽
6月	吉	北西	○	○	△
7月	吉	西	◎	△	○
8月	吉	北東	○	▽	○
9月	吉	西南	△	○	▽
10月	吉	北	▽	△	○
11月	吉	東	○	○	△
12月	吉	東南	△	○	△

イトセラ

★備蓄食にもバランスを 自宅では非常用に、どんな食材を備蓄しているだろうか。災害時、避難などで配られる食料は、おにぎりやパンなど炭水化物に偏りがち。体調を崩さないために

も、ビタミンやミネラルが豊富な食材をそろえておきたい。具体的には豆類やゴマ、ワカメなどの海藻類。それに野菜や魚、シイタケなどのキノコ類、芋類。これらの最初の文字をつなげ「まこわやさしい」と

東証2部

東邦化 547 ↑6	日精 2700 0	明治 438 ↓21	山崎 1855 0	光陽社 1732 ↑48	英和 895 ↑11	安川電 425 ↑7	西原電 875 0
ソフ 99 1020 ↑44	日神 1537 ↑43	石井 949 ↓19	オホ 563 ↓7	東水化 409 ↑19	北 808 0	オホ 94 ↓4	セコム 1 ー
川上 1386 ↑53	東邦金 1027 ↓84	タカ 661 ↓1	AST 2188 ↓22	リ 1855 0	0 シャル 472 ↓2	7-11 1185 ↓9	オジ 901 ↑5
			エ 1042 ↑12	リ 2018 0	0 平和 498 0.5	リス 1515 ↓5	マイ 769 ↓6

金融情報

円の対ドル

(15日)

ひきこもり 既婚女性にも

当事者団体アンケート 国推計の問題点指摘

女性のひきこもり当事者・経験者の現実
15～60歳の女性369人が、書面かオンラインでアンケートに回答。複数回答あり

居住形態は

親と同居	52%
配偶者・パートナーと同居	26
ひとり暮らし	17
きょうだいと同居	11
子どもと同居	9

自由記述欄から

- 中学の時にクラスの男子全員からいじめを受けた。他の会は男性の参加者が多いため、生理など女性特有の悩みが話せない
- 宿泊して生活を立て直していけるような女性専用の施設があったらいい
- 働きたいが、自治体のひきこもり支援には(39歳以下などの)年齢制限があって相談できない

内閣府は2015年、「社会的参加を回避し、半年以上、家庭にとこまり続けている」と推計した。

ひきこもる女性の現実が、当事者・経験者の集いやアンケートを通じて明らかになってきました。国の調査では「ひきこもり」にあてはまらない「主婦」や「家事手伝い」でも、ひきこもりに該当する人がいるとみられます。

「家事専業」も対象に実態調査を

ただ、推計では40歳以上や、「自宅で育児、家事をしている場合」、つまり主婦や家事手伝いは対象外。それだと女性の実態をつかみきれないと、ひきこもりの経験者でつくる「ひきこもりU×X会議」が独自にアンケートを実施した。

16年から全国10都市で開いた「ひきこもりU×X女子会」で、用紙を配布。経験者か今もひきこもっていると自認する女性ら369人から回答を得た。その結果、「既婚者」と回答した人が25%いた。また、40代以上が45%、期間が10年以上の人も全体の36%おり、高齢化・長期化している実態もうかがえた。

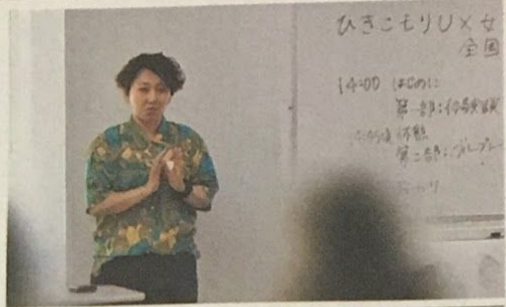
「U×X会議」の林恭子さんは、アンケートや女子会での会話を踏まえて、「独身の当事者は、親以外の誰とも関係性を持たない人が多い。既婚者は、親が夫に代わっただけでは」と語り、主婦の中にもひきこもっている人が一定規模でいるとみている。

『ひきこもる女性たち』の著書があるジャーナリストの池上正樹さんは、主婦などが内閣府推計では対象から外れていることについて、「結婚している女性は支援しなくてよいという価値観の表れで、当事者の存在を見えにくくしてしまっている」と批判。実態に即した推計の実施が、対策の第一歩とする。

結果をまとめたブックレットをウェブサイト(<https://uxkaigi.base.shop>)で販売している。1千円。当事者5000円。送料1800円。

(田沼紫織)

主催者が自身の体験談をした。



話せない悩み 女子会で共有

ひきこもりUx会議

対人関係や生きづらさを抱えた女性が集う「ひきこもりUx女子会」が3日、帯広市内のとかちプラザで開かれた写真。ひきこもりや、性の悩みを経験した

一般社団法人「ひきこもりUx会議」（横浜市）主催。道内開催は札幌以ては初めて。2014年にセクシャルティ（性的志向）や発達障害など何らかの生きづらさを感じたメンバーが立ち上げ、16年から全国各地で「女子会」を開いている。

この日は約15人が参加。帯広のフリースクール「自由学舎クラムボン」が開催に協力した。2部形式で行われ、第1部はひきこもりを経験した林恭子さん（代表理事）と、同性愛者の室井舞花さん（理事）の2人が自身の体験談を話した。林さんは16歳で不登校になり、半日出掛けると3日

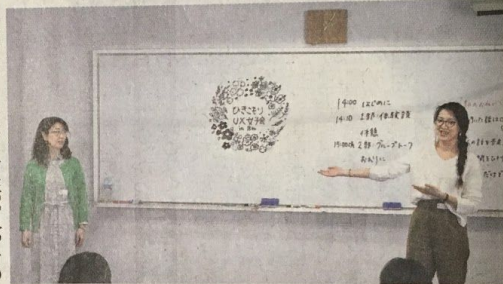
は休むような生活を送っていた。学校の理不尽な校則や母親との関係性の蓄積などが理由で、当時「これは社会で生きていけない」と絶望したが、28歳ごろ同じような悩みを抱えている人は自分だけではないこと

を知り、安心感を得た。「今では女子会の開催で全国を回るくらいまでになった。1人だと思って抱え込まないで」と話した。第2部は悩みを抱える人だけで話し合える場が設けられた。
(牧内奏)

1986年に海洋堂が初めて発売した「北斗の拳」のガレージキット。原作漫画の荒々しい筋肉美を手作業で表現している

「ひきこもり女子」交流 高知市 生きづらさ語り合う

ひきこもり経験について当事者らが語り合った「女子会」(高知市九反田)



通じて、ひきこもりから脱したといい、「人との出会いが大事。練習すれば少しずつできるよになる」と語りかけた。

この後は、参加した女性12人で交流(非公開。「人間関係」メンタルヘルス)などのテーマごとに4人ずつのグループをつくり、「自分の困り事をどこに相談したらいいか分からない」「孤立していると感じる」などの意見が出たという。

小学生の頃からひきこもりを繰り返してきた20代女性II高知市IIは「同じ悩みを持つていて、共感できることも多かった。お互い出会う機会はなかなかないので、今日は来て良かった」と話していた。

(河本真澄)

ひきこもり状態などで生きづらさを抱える女性たちが交流する「女子会」が9日、高知市九反田の市文化プラザ「かるぽーと」で開かれ、県内の当事者らが苦しみや悩みを語り合った。

男性の目を気にせず話し合ってもらおうと、ひきこもりの人を支援する団体「ひきこもりUx会議」(東京)が2016年から全国で開いている。高知市の会には、県内の20、



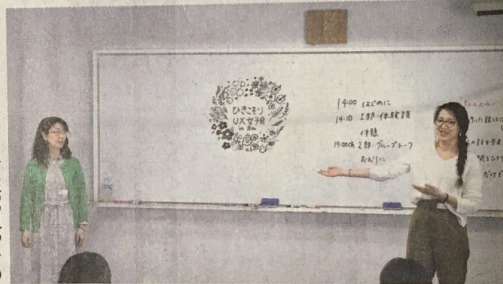
無限大チャレンジ 総合運動公園

国語 春期講座

1986年に海洋堂が初めて発売した「北斗の拳」のガレージキット。原作漫画の荒々しい筋肉美を手作業で表現している

「ひきこもり女子」交流 高知市 生きづらさ語り合う

ひきこもり経験について当事者らが語り合った「女子会(高知市九反田)



通じて、ひきこもりから脱したといい、「人との出会いが大事。練習すれば少しずつできるようになる」と語りかけた。

この後は、参加した女性12人で交流(非公開。「人間関係」「メンタルヘルス」などのテーマごとに4人ずつのグループをつくり、「自分の困り事をどこに相談したらいいか分からない」「孤立していると感じる」などの意見が出たという。

小学生の頃からひきこもりを繰り返してきた20代女性II高知市IIは「同じ悩みを持つていて、共感できることも多かった。お互い出会う機会はなかなかないので、今日は来て良かった」と話していた。

(河本真澄)

ひきこもり状態などで生きづらさを抱える女性たちが交流する「女子会」が9日、高知市九反田の市文化プラザ「かるぽーと」で開かれ、県内の当事者らが苦しみや悩みを語り合った。

男性の目を気にせず話し合ってもらおうと、ひきこもりの人を支援する団体「ひきこもりUx会議(東京)」が2016年から全国で開いている。高知市の会には、県内の20、



無限大チャレンジ 総合運動公園)

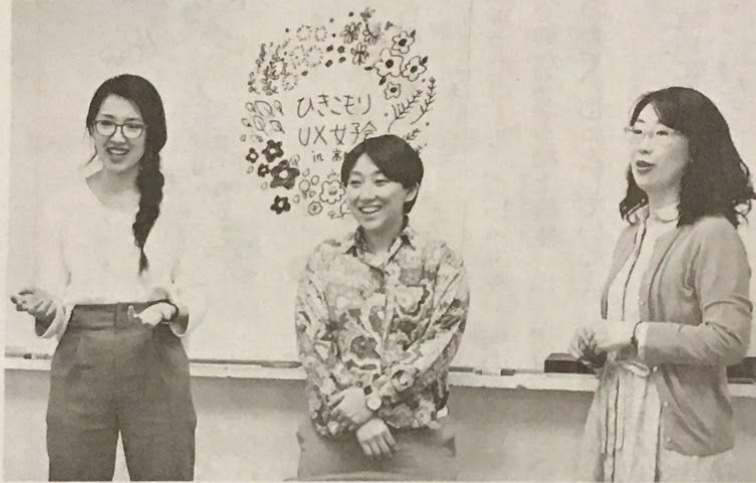
国語 春期講座

た。市で講習会を開いて登録した。この日は始めにヴァ実践した。サッカー教室で園児。山高輝さん(19)は「ボ」ときの動きのレクチャ。話していた。

【北村葉】

生きづらさ 打ち明け交流

経験について話す林恭子さんら(右)
—高知市九反田の市文化プラザかるぼーとで



高知でひきこもり女子会

参加者「外出るきっかけになった」

ひきこもり当事者団体「ひきこもりUx会議」は9日、生きづらさを抱えた女性の交流を目的に「ひきこもりUx女子会」を高知市文化プラザかるぼーと(同市九反田)で開いた。約20人が参加し、自分たちの経験や悩みについて語り合った。

【北村葉】

ひきこもりUx女子会は2016年、東京都で初開催し、関連企画を含め70回以上全国各地で開かれた。のべ2800人以上が参加したという。ひきこもりのイベントに女性が少ないことに違和感を持ち「女性でひきこもりの人もいるはず」と考え企画した。参加者は「生きづらさを感じていて、女性自認の人。対象者を絞らず、幅広い人に門戸が開かれているのが特徴だ。この日の女子会は2部に分かれて実施。1部では代表理事の林恭子さん(52)と恩田夏絵さん(32)が自らの体験を参加者に伝えた。林さんは高校、大学を中退し絶望していたが、20代後半に精神科の先

生と出会って少しずつ生きやすくなったという「空っぽだったエネルギーが戻ってきた」と振り返った。恩田さんは「人と会うことで見えてきたことがある。人と会うのは緊張するけどまず出会うことが何より大事」と訴えた。2部は参加者同士のフリートーク。4〜5グループに分かれ、さまざまなテーマで交流した。

参加した専業主婦の女性(43)は「一人で行き詰まっていた、外に出るきっかけが欲しかった。もっと今日のよう気軽に参加できる場があればいい」と話していた。

紙面編集 田中陽子

