

「ひきこもり」に特化した日本初の白書

ひきこもり白書2021

特別収録

コロナ禍における
ひきこもり・
生きづらさ
についての調査
2020

1,686人の声から見えた
ひきこもり・生きづらさの実態

A4版 192ページ
フルカラー

定価2,970円
(本体2,700円+税)

ISBN978-4-910472-65-2
C3436 2700E

一般社団法人 ひきこもりUX会議 編・著

監修 新雅史 (社会学者) / 関水徹平 (社会学者)

NOW ON SALE!
ひきこもりUX会議
オンラインショップ



1,686人の回答

約46万字
におよぶ記述

徹底
分析

◆◆◆◆ 当事者視点の支援の構築や
◆◆◆◆ 地域福祉、就労環境、政策立案に

◆◆◆◆ 安心・安全な場づくりや
◆◆◆◆ 居場所等の運営のために

◆◆◆◆ 対話・コミュニケーションを
◆◆◆◆ 一歩先へすすめるツールに

◆◆◆◆ 多様な「ひきこもり」の
◆◆◆◆ 捉え方のアップデートに

ひきこもり白書2021

1,686人の声から見えた
ひきこもり・生きづらさの実態

〈特別収録〉

コロナ禍における
ひきこもり・生きづらさ
についての調査2020

(社会学の
参考図書・白書)

amazon カテゴリーランキング1位
ベストセラー1位

amazon カテゴリーランキング1位

当事者が直接回答、その多様性を定量的に明らかに
した空前の規模の労作、関係者(に限らず)必読。
斎藤環氏(精神科医)

行政には成し得ない、当事者視点による調査として意義のある一冊。
当事者のまとまった声を見ることができるとはとてもありがたい。
自治体ひきこもり担当課長
詳細は裏面を
ご覧ください

「ひきこもり」の再定義のために

これまでの国や自治体による「ひきこもり」の調査結果や、メディアが伝えてきた「ひきこもりの当事者」像は、残念ながら往々にして「リアル」であるとは言いがたい気がします。一面的で、ときに否定的なイメージや、本人たちの実相や支援現場の実感と乖離した統計データがひとり歩きしたままでは、適切な支援や政策も、

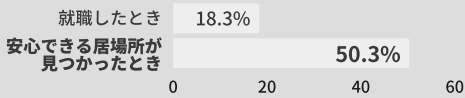
本人たちが望むライフデザインも描けません。それぞれのひきこもる心理や事情に、当事者団体である私たちならではの想像力をはたらかせ、敬意をもって聞き取りをすること。それを回答者一人ひとりの目線に立って、ていねいに読み解き、伝えていくこと。あらためてそこから始めたいと思いました。（「はじめに」より）

事実

重要な事実、意外な事実、現場が持っている実感値に定量的な裏付けが取れた事実など、豊富なデータを精査し、クロス集計も駆使して、ひきこもり、生きづらさの事実を浮き彫りにしています。

生きづらさの改善・軽減には「就労」よりも「安心できる居場所」

▶▶▶ かつて生きづらさが改善した変化は？



急な病気でも頼れる人がいない：真に孤立状態 4人に1人以上

▶▶▶ 「現在ひきこもり」の単身世帯に限れば およそ 3人に2人

現在就労していない人のうち何らかの就労経験あり 約8割

働くことによるダメージ、あるいは就職活動時の痛みや苦しさひきこもりの要因になっているという声も多くありました。働き方に対する「多様性の貧しさ」とも言えるのではないのでしょうか。

各種支援の利用経験者のうち「課題を感じている」人 約8～9割

当事者の人たちが、安心して窓口を訪れ、利用できるような支援をどのように構築し、おこなっていけばよいかを考えるヒントに溢れています。

2回以上にわたり断続的にひきこもり経験がある人 4人に1人以上

現在ひきこもっていない人のうち「生きづらさ」を感じる人は8割を超えており、働いていながら「現在ひきこもり」を自認する人も約1割いた。

..... etc.

調査概要

ひきこもり・生きづらさに関する実態調査2019

- 有効回答数 1,686名
- ひきこもり当事者・経験者 1,448名
- 上記の内「現在ひきこもり」 940名

本書における「ひきこもり」の"定義"

国などが定める既存の定義（外出頻度等の客観的な状態像）によらず、回答者の自認、経験的・主観的な判断にゆだねた。

- 年齢層：6歳～85歳
 - 居住地：全都道府県
- その他 4.8%

男性 33.9% 女性 61.3%

コロナ禍における影響

- 単身世帯の3人に1人が生活に困窮
- 精神状態が悪化 6割超
- 「良かった」変化も感じている 7割超

調査概要

コロナ禍におけるひきこもり・生きづらさについての調査2020

- 有効回答数 397名
- ひきこもり当事者・経験者 345名
- 上記の内「現在ひきこもり」 229名

総計46万字あまりに及んだ自由記述には、将来への不安、支援への要望、家族や社会に対するさまざまな思いなど、切実な現状が寄せられました。一部をご紹介します。

現実

“ 家族はいるが話さない、友人知人の類は1人もいない。ひとりぼっちです。きっと私も「親の死体と同居していたひきこもり」として警察のお世話になるでしょう。”

“ 就労が最終目的になっているものばかりで安心できる居場所がない。存在の肯定をしてくれる場で心の充電をしないと、就労に進むのは難しいと思う。”

“ 仕事自体より、そこで発生する人間関係に対して気が重い。人間が嫌いなわけではない。むしろ、たくさんの人と仲良くなりたい。（人が）嫌いなのではなく、（人間関係が）怖い。信じられないほどエネルギーをつかう。”

“ ひきこもりが必要としている支援をしているのではなく、支援団体のやり方に、ひきこもりの側が合わせないといけない。主体がひきこもりの側でなく、職員の方にあるのが問題だ。”

“ 誰も私の名前を呼んでくれる人がなくなる恐怖。”

“ とにかく収入がないこと。早く働かなくてはと思い無理をして傷つきながら働き、心が壊れてまた働けなくなる。そして普通の人は働けているのだから、お前の努力が足りないのだと周りから思われること。”

ひきこもりUX会議 オンラインショップ

送料無料

<https://uxkaigi.base.shop/items/46260672>

こちらで提供中 amazon

<https://www.amazon.co.jp/dp/4910472657>

同送の注文書（メール）でもご購入いただけます。

▶▶▶ お問い合わせ等は info@uxkaigi.jp

contents

序章

本書で使われるデータについて

第1章

ひきこもりとは誰か

第2章

ひきこもりを巡る家族関係と人間関係

第3章

ひきこもりと経歴・就労

第4章

ひきこもりの苦しさとは何か

第5章

支援・サービスの利用経験と課題

第6章

居場所や当事者活動に対する期待と課題

第7章

座談会「ひきこもり」の再定義のために

特別収録

コロナ禍におけるひきこもり・生きづらさについての調査2020

新雅史 ARATA Masafumi

社会学者、流通科学大学商学部専任講師。1973年福岡県生まれ。明治大学法学部卒業。東京大学大学院人文社会系研究科博士課程単位取得退学（社会学）。著書に『商店街はなぜ滅びるのかー社会・政治・経済史から探る再生の道』（光文社新書）など。

監修

関水徹平 SEKIMIZU Teppei

社会学者、立正大学社会学部准教授。1981年神奈川県生まれ。早稲田大学大学院文学研究科博士後期課程単位取得退学。博士（文学）。著書に『「ひきこもり」経験の社会学』左右社、『独身・無職者のリアル』扶桑社新書（共著）など。

企画・制作

一般社団法人 ひきこもりUX会議

2014年発足。不登校、ひきこもりの当事者・経験者によるクリエイティブチーム。当事者の経験や視点を「生存戦略」に活かすためのさまざまなイベントやワークショップ、講演、出版等メディアを通じて提案・発信を続けている。

<https://uxkaigi.jp/>



本書のご購入について