

令和5年度
下野市ひきこもりに関するアンケート調査
結果報告書

下野市健康福祉部社会福祉課

I はじめに

1 調査実施の概要

(1) 調査の目的

下野市では、令和5年5月から栃木県子ども若者・ひきこもり総合相談センター（ポラリスとちぎ）と合同で、「ひきこもり」に関する相談会を毎月開催し、ひきこもり状態にある方やその家族の支援に取り組んでおります。

内閣府の調査では、国内には146万人を超える方がひきこもり状態にあるという結果が公表されていますが、市内における状況については十分に把握できておりませんでした。そこで、市内の「ひきこもり」に関する現状を把握し、今後のひきこもり支援施策を推進する基礎資料とさせていただくため、ひきこもりに関するアンケート調査を実施いたしました。

(2) 調査の概要

①調査対象・方法等

調査対象者：下野市に在住する16歳から79歳までの市民

調査件数：2,600件（住民基本台帳から無作為抽出）

調査方法：郵送配布・回収

②調査期間

令和5年10月2日(月)～10月31日(火)

(3) 回収結果

配付件数	回収件数	回収率
2,600件	790件	30.4%

2 報告書をみるにあたっての注意点

- ・複数回答が可能な設問は、構成割合が対象者（30人）に対する割合となっているため、合計が100%になりません。

II 調査結果

問1 世帯の中に、いわゆる「ひきこもり※」の状態にある方はいますか。

※ひきこもりとは、仕事や学校などに行かず概ね6か月以上家庭内にとどまっている状態

項目	件数	比率
いる	30	3.8%
いない	752	95.2%
不明・無回答	8	1.0%
合計	790	100%

(「いる」と回答→「問2～問9」へ)

(「いない」と回答→「問9」へ)

世帯内にひきこもり状態にある方が、「いる」と答えた方は3.8% (30人) となっています。

問2 ひきこもりの方の性別は次のどれですか。

項目	件数	比率
男	19	63.3%
女	9	30.0%
不明・無回答	2	6.7%
合計	30	100%

性別は、「男性」が63.3% (19人)、「女性」が30.0% (9人) となっています。

問3 ひきこもりの方の年代は次のどれですか。

項目	件数	比率
小中学生	3	10.0%
中学校卒業後～20歳未満	1	3.3%
20歳代	4	13.3%
30歳代	4	13.3%
40歳代	8	26.7%
50歳代	5	16.7%
60歳以上	5	16.7%
合計	30	100.0%

年代は、「40歳代」が26.7% (8人)、「50歳代」「60歳以上」がそれぞれ16.7% (5人)、「20歳代」「30歳代」がそれぞれ13.3% (4人) となっています。

問4 ひきこもりの期間は次のどの期間ですか。

項目	件数	比率
1年未満	5	16.7%
1～3年未満	4	13.3%
3～5年未満	4	13.3%
5～10年未満	5	16.7%
10年以上	11	36.7%
不明・無回答	1	3.3%
合計	30	100.0%

期間は、「10年以上」が36.7%（11人）、「1年未満」「5年～10年未満」がそれぞれ16.7%（5人）などとなっています。

問5 ひきこもりの方と同居されている方はいますか。（複数回答）

項目	件数	比率
一人暮らし	5	16.7%
配偶者・パートナー	3	10.0%
父母	19	63.3%
子	2	6.7%
祖父母	1	3.3%
兄弟姉妹	13	43.3%
その他	1	3.3%
合計	30	146.7%

同居されている方は、「父母」が63.3%（19人）、「兄弟姉妹」が43.3%（13人）、「いない（一人暮らし）」が16.7%（5人）、「配偶者等」が10.0%（3人）などとなっています。

問6 ひきこもりの状況をお答えください。

項目	件数	比率
普段は家の中で過ごす、買い物や趣味に関する外出はする	25	83.3%
自室からは出るが家からは出ない	4	13.3%
自室からほとんど出ない	0	0.0%
その他	1	3.3%
合計	30	100.0%

状況は、「普段は家の中で過ごす、買い物や趣味に関する外出はする」が83.3%（25人）、「自室からは出るが家からは出ない」が13.3%（4人）などとなっています。

問7 ひきこもりに至った理由はどのようなことが考えられますか。(複数回答)

項目	件数	比率
不登校または学校での人間関係	8	26.7%
就職の失敗や失業、職場での人間関係	12	40.0%
家族関係や家庭環境	4	13.3%
健康上の理由	10	33.3%
その他	3	10.0%
不明・無回答	1	3.3%
合計	30	126.7%

理由は、「就職の失敗や失業、職場での人間関係」が40.0%（12人）、「健康上の理由」が33.3%（10人）、「不登校または学校での人間関係」が26.7%（8人）などとなっています。

問8 ひきこもりについてどのようなところで相談（支援）を受けていますか。

項目	件数	比率	(複数回答)
医療機関	6	20.0%	
行政機関（市役所など）	3	10.0%	
福祉関係機関	3	10.0%	
教育機関	1	3.3%	
その他	1	3.3%	
受けていない	19	63.3%	
合計	30	110.0%	

相談（支援）先は、「医療機関」20.0%（6人）、「行政機関（市役所など）」「福祉関係機関」がそれぞれ10.0%（3人）などとなっています。

問9 ひきこもりについてどのような支援が必要だと考えますか。(複数回答)

No.	項目	件数	比率
ア	生活の支援	239	30.3%
イ	社会体験の場	273	34.6%
ウ	福祉サービスの申請支援	130	16.5%
エ	医療機関の紹介	177	22.4%
オ	自宅への訪問	157	19.9%
カ	気軽に相談できる窓口	429	54.3%
キ	本人や家族が悩みを話し合い、集まることができる場所	377	47.7%
ク	その他	17	2.2%
	不明・無回答	98	12.4%
	合計	790	240.1%

必要と考える支援は、「気軽に相談できる窓口」が54.3%（429人）、「本人や家族が悩みを話し合い、集まることができる場所」が47.7%（377人）などとなっています。

自由記入欄に記載いただいたご意見（一部抜粋）

回答数790人のうち、自由記入欄への記載者数は106人（13.4%）でした。

記載いただいた内容
大人一人を家族の生活費で支えていくのはすごく大変なことなので、本人に生活支援を受けさせたい。家の中がすごく暗くなり、どうしていいのかわからない。
スーパーにて、ひきこもり支援のチラシを見ました。誰でも見やすい所にチラシ等を置くのはよいと思うので、続けてほしい。
それならそれで、ここにいて大丈夫、いいんだよ。それなら、本人も周りも辛くならないのでは。ひきこもりでも、どこかに出かけられるところはないものか。
市の検診の中に、精神的な項目があると、早めに相談できると思う。
本人も苦しいと思いますが、その家族にも支援が必要かと。
本人を一人にしない。
対人関係が希薄になったコロナウイルス感染症流行後の今、「ひきこもり」は大きな問題です。社会全体で取り組むべき課題であり、市がこのようなアンケートをとり、動いて下さることに感銘を受けました。
生きがいがあると、ひきこもりは減ると思っている。
どういう対策や支援を実際おこなっているのかが、わかりにくいと思う。
意識調査での項目に感心致しました。
状況、状態で個人差もあり、それぞれの支援に関して合う、合わないが出てくると思う。本人もそうですが、家族も大変だと思う。
たくさんの支援を考えてくださっており、有りがたいと思います。孫が小学生の頃、対人関係で何回か学校に行くのが嫌だと朝泣いていました。私の年代にすると、そんなこと言われた位でなんで休むの！と叱りそうな内容ばかり。時代に合った対応が望まれます。上から目線、お説教は受け付けてもらえません。大変ですが、よろしく願い致します。
子ども食堂とか、支援施設等が少ない。発起人がいればボランティアの方も増えると思う。
心もそうですが、体の健康状態の確認。そのケアも必要だと思います。
一人でいても、息子家族から誘ってもらえない。一言声かけがあればいいなと思う。
病院に行くって言っても予約がとれないのが現実。もっと予約が取れやすかったら、すぐに病院に行かせたいと思う。ひきこもりになるのは、結局は人間関係。私もそうでした。
小中学生への支援を。特に重要だと思います。
学校に行けなくなる原因を作った教員は学校に出勤させない、かかわらせないなど対応取って下さい。
息子の友人が十数年ひきこもりですが、本人が通院する意思がなく、家族が困っているようです。まずは、家族が相談できる窓口が必要だと考えます。すぐに復帰は難しいため、自宅から外に一步出られるような環境づくりを家族と共に支援することも大切です。ひきこもりは、そうなるきっかけや理由が必ずある為、メンタルケアも大事になると思う。
ひきこもりの定義について。自分は仕事や学校に行っていません。自分や家族が関わる医療機関、家族の買い物は出かけます。療養中にあたるのか、この場合もひきこもりにあたるのか。
自治会活動や民生委員を通じての地域支援をより重要視することが大切と感じます。
公共料金、税金の未払い者などへの訪問などがあると早期に見つけ出せると思います。

記載いただいた内容
周りの気付きこそが重要。家庭間はもとより、地区（地域）でのコミュニティや声かけ等、気軽に相談できる環境づくり。（自治会や地区、班、学校…）
家族にひきこもりがいる経験がありません。実際にそうなったらどうしたらいいか、今のところ想像できません。
小中学校で増えていると聞いている。学校に登校できなくても、担任の先生の定期的な声かけ（心配）で子供は救われる。友人との交流も無くなってくるので、その点も先生が配慮して下さるとありがたい。先生もお忙しいでしょう。雑用を減らして、生きている生徒を大切にできる時間を与えてあげてほしいです。
近所づきあいが今あまりなく、ひきこもりなのか分かりづらいです。
社会とのつながりをどう持たせるか。人数分の形があると思う。
理由は人それぞれ、支援されたくない人もいるはず。かたまってしまった心を自由にするための何かが必要だ。その何かを探し出せる人が必要だと思う。
テレビなどで見ているだけで、ひきこもりは近くにはいませんが、小さいことから少しずつ、心が開けていったら良いと思います。共稼ぎの家庭が増え、祖父母との同居がない今、難しいかもしれませんね。
老々介護についても取り組むべきだ。
役所は話を聞くだけでなく、最後まで確認が必要だと思う。
問9にて、カ・キを回答しましたが、実際はそのような支援はあると思います。いかにその様な支援を受けようと思えるかが重要だと思います。
親の教育ができる機関や人が必要、かつ実施できる環境が必要だと思う。
ひきこもりという状態が、なぜ起きるのか？本人の素因や環境因などをもっと研究して、どうすればよいのかを専門家にアドバイスをもらい、市や国にもっともっと発信していく（精神科医、臨床心理士など）
地区の民生委員さんが、早めに気がつき、行政に報告する体制も必要だと思う。大人のひきこもりだと親が年配なため、親も精神的につらい日々を送っていると思うとつらいです。
ひきこもりの方、本人が外に出たいのか、家に閉じこもっていたいのか、どうしたらよいのか分からないのか…。問題の原点である本人の希望・願いをどう引き出していくか、難しい問題だと思います。
社会に参加可能な機会を開催するといい。市民センターにお願いしたい。
アンケート調査後に、市の全体の状況を知らせるなどしてほしいと思います。
ひきこもりながらできる仕事を紹介してください。
本人が外に出たくないのであれば在宅就労支援が出来ると良いのでは。ITとか…。
税金が高いのも1つの理由だと思います。働けば働く分だけ税金取られると、働きたくなくなります！
ひきこもりの状態の家族を抱えている人達に、きちんと向き合った聞き取りを行って、どういう支援が必要かを定めることが大切だと思います。
「相談できること」を広くPRすること。本人家族以外でも、気付いた市民から情報提供出来るような流れ等の体制づくり。
ひきこもりに支援はとても重要であると思いますが、個人や家族の問題という部分が大きいと感じるので、そこに税金を使いすぎないようにしてほしいというのが個人的な意見です。
学校に通えなくなってしまった子供が、勉強だけでも進められる場所があると助かると思う。

記載いただいた内容
小さい頃からひきこもりの教育をしていくことで、社会生活の基礎を覚える。実際大人になってからでは教育が遅い。他と比べない、競わない日常、勉強と遊びを分けられる人間になれるよう教育したい。
20歳未満までに対してであれば、社会体験で外の世界を経験し、前向きな行動を繰り返す事が良いと思うが、社会に出てからのひきこもりはハードルが高いと思う。ケースバイケース。
ひきこもりの原因が分からないと対策ができない。まず、話すことがスタート。訪問して話を聞くことから始まると思う。
相談窓口は、対面だけでなく、Web等、外へ出る事が苦しい方でも相談しやすい環境があっても良いと思います。
好きでひきこもっている方は少ないと思いますので、外に出る何かのキッカケを見つけられる方法を探していただける環境が整うことを願います。
今までこの問題に悩んでいる方を知らず、無知を悟りました。今後色々考えたいと思います。
ひきこもりの原因を知ることによって適切な支援の方向が見えてくる。本人の意志に寄り添って、ゆっくり自立支援する。
部屋にひきこもりながらも可能な仕事や勉強等の提供や紹介。
人間同じ立場にならなければ、実際の相手の気持ちは分からない。だから、お役所のお給料いっぱいもらって裕福幸せな人間が、ひきこもっている人の支援なんかできるわけがない。
経済的理由でひきこもる人もいると思う。国民の大半、特に高齢者は、年金生活より生活保護の方がよっぽどいいと言っている。年金だけじゃ生活できないと。
何を話しても「良し」とする懇談会を開催し、フリートークの会とする。
ひきこもり？ 現在、名称変更になったのではないか。「こもりびと」に。
周囲にひきこもりの方がいないので、具体的に何をどのように支援したら良いかわからないが、幼少の頃からの子供の環境が、社会そのものが悪いような気がする。もっと全ての人が寄り添わないと、日本はもっともっと悪くなってしまう。
たくさんの方がひきこもりをしていると聞きます。話ができればひきこもりにならないと思います。話をする事は難しいと思うので相談支援専門の方にお問い合わせの方が良いのでは？ それでも難しいと思いますが、根気強くお願いします。ひきこもりの親は、大変だと思います。近くにいたら助けたいと思っています。
ひきこもりに関して何か支援されるのは、とても良い事だと思いますが、今回のように無造作に送ってしまうと、本人か、その家族が複雑な気持ちになります。なので、手間はかかりますが、誰に送るか選考したほうが良いのではと思いました。
これ以上、ひきこもりする人を増やしてほしくないと思っています。もっと相談できる場所を増やしてほしい。
私自身も10年間くらいひきこもり、無職の経験があり、家族に迷惑をかけていました。現在は、就職出来働いています(約4年間働けている)。ひきこもりの人たちはマイナスの感情を持っているので(給料面、残業(サービス残業)、人間関係、いじめ等)、会社での働き方を変えたり、そういう人達を馬鹿にしない、偏見を持たないで接すれば、ひきこもりの人も社会に出られると思う(支え合いして居心地が良ければ社会に出られると思う)。私は、職業訓練をきっかけに外に出ております。後は、その人のやる気次第。
支援や相談等、幅広くイロハについて広報等々でPRしてほしい。
大人と子供で、ひきこもりの本質は違うと思いますが、大人は問題も責任も本人次第だと思います。しかし、子どもの頃の環境や経験で、そうになってしまう方も多いため、子供の頃から周囲の人との関係の築き方などを学ぶ場があれば、解決してくると思います。
本人が主体的に行動できる、気持ちが前向きになるきっかけ(機会)を作ることが必要。

記載いただいた内容
気軽に相談できる窓口が身近にあることが一番と考えます。次に、ひきこもりの原因は千差万別と思われるので、専門知識を持った相談員を多数配置し、個々にあった十分な支援ができる体制の実現を望みます。
対人関係でうまくいかなかった時をきっかけに、ひきこもってしまう人が多いのではないかと考えます。現在はリモートワークも増えてきていますので、そういった仕事で自分に合ったものを見つけられるサポートがあると。しかし、本人、家族の意欲向上が大事とも。やはり相談しやすい場があることが良いのかもしれません。
ひきこもりには経済的支援を直接するより、社会的関係を作る場の提供が先決だ。
ひきこもりを隠すことなく信頼できる周囲に話し、意見を聞くようにして欲しいと思います。
まずは、専門の人が自宅訪問等で本人または家族に会って話をする事が第一歩なのかな。
行政の窓口であると、知り合いや同級生がいるのではないかと、相談するのに抵抗感をもってしまうのではないかと。
ひきこもりの人から歩み寄らない限り難しいのでは？
本人のひきこもった理由を聞き、市や県でその意見をまとめ、原因を分析し、今後ひきこもりが減るような対策をする。対策がきちんとされていないから減らないのでは？
もっと早い段階で取り組んで欲しかったと思います。
地区ごとに相談員、情報収集発信等のボランティアを配置。
ひきこもりの時期があつたが、6ヶ月外に出ないことはない（現在）。ひきこもり傾向ある。
地元で生まれ育った人は友人がいますので、「ひきこもり」は比較的少ないと思う。他県から移り住んでいる人達が「ひきこもり」が発生する恐れがあるのではと思う。行事などに参加するといつてもなかなか参加出来ないのではないのでしょうか？ 支援（対策）と言ってもこれといった案も思い浮かびません。
引きこもり支援を行う市民団体との連携や、団体に対する支援をするのはいかがでしょうか。
本人がひきこもりになった原因を聞いてあげること。いじめなどのひきこもりならば、相手側との話し合いをして原因を取り除いて、本人が外に一歩足を出せる自信を取り戻してあげる等。
本市のひきこもり支援の実際について具体的な内容が知りたい。
話を聞いてあげることが大事ですよ。
ひきこもりの人を対象にした無料のイベントや、メタバース内でのコミュニティとかどうですか？
ひきこもりのタイプ、世代によって、支援の仕方には幅があるかと思う。本人よりも、その家族に手をさしのべてほしい。
ひきこもりは、本人だけが悪いわけではないと思うので、ひきこもる子を少なくするには、親のあり方を考えたり、親となる人の教育が必要だと思います。
労働も社会への参加も、本人の意思がなければ強制はできません。上記の回答は全て全国で試みることはすでにあるのに、ひきこもりがあいかわらず社会問題になっているという事は、さほど効果があると言えないのかと。本人がひきこもってはどんどん回復も難しくなるでしょう。もう一度基本から見直しを。
子供が小学校（中学校）卒業までは、家族と一緒に、子供が楽しく過ごすことが大切。
個人的な意見ではありますが、価値観の違い、性別を問わず、同世代ではなく、年上・年下との話し合いができる場所があればいいと思います。
ひきこもりや不登校はすぐにはやめることができません。色々な理由があると思うので、オンラインで学校の授業に参加できるようにして、少しずつ学校に行けるような環境を作ってほしいです。

記載いただいた内容
私も子供が不登校になったので、ご両親、家族の気持ちを思うとつらいです。
あまり人と接しないで、短時間で働いて少しでも収入が得られる支援が必要かなと感じます。月2～3回、個別に相談できる所があるといいなと思います。
正直、何らかの理由があっぴひきこもっているのなら、無理に外に出そうとしなくて良いと思うし、無理に話し合いさせたりするのもよくないと思う。自分のペースで相談したいことがあるなら、家族でなくても、全く知らない人にでも相談しながらでもいいから、外に出られなくてもその人が生活しやすくなるといいなと思う。
本人が独立することが大切だと思います。自立できる支援が必要だと思います。
一部のひきこもりを抱えている家族が、ひきこもりと認めていないケースがあるので支援が難しい場合もある。
自分の身内には今のところいないが、住んでいる周りに家の外に出られない人がいることを耳にするので、市の方もどんな支援をしているのかと思う。
努力家で有名な国立大を出た子が、何年も仕事に行けなくなっている。中学生の時にいじめられた等、理由はあるけれど、なぜだろうと思う。その子や家庭の問題ではない。その時に一人ひとりの声を聴き大切に育てる教育が必要だと思う。ひきこもりになっても、将来安心して生きていける支援が必要。
本人よりも家族が相談する方が多いと思いますが、不安に思っている事が色々ありすぎる印象です。親世代の価値観を崩すのは難しいと思いますが、ひとつずつ整理することが大切だと思います。お金の面は専門家にシミュレーションしてもらおうと具体的なので、今後の行動がわかりやすくなると思います。
私の息子も中学入学と同時に不登校になりひきこもり、その時に気軽に相談できる窓口や同じ境遇の方と話し合える場があったらよかったなと思いました。