

● 無作為抽出アンケート調査
(調査①)

● 無作為抽出アンケート調査(調査①)

I 調査の概要

1 調査目的

『生活状況に関する実態調査』のうち、本調査(調査①)では、広く本市の実態を把握するため、北九州市住民基本台帳データから無作為抽出した15歳から64歳までの市民5,000人(調査対象者)とその20歳以上の同居者を対象とした調査を実施する。

2 調査項目

(調査票A票【本人票】)

- (1) 基本的属性について(Q1~Q8)
- (2) 学校生活に関すること(Q9~Q10)
- (3) これまでの経験(Q11)
- (4) 就労・就学等に関すること(Q12~Q17)
- (5) 普段の活動に関すること(Q18~Q19)
- (6) ひきこもりの状態に関すること(Q20~Q24)
- (7) 相談機関に関すること(Q25~Q29)
- (8) ひきこもりの状態からの立ち直りに関すること(Q30~Q34)
- (9) メンタルヘルスに関すること(Q35)
- (10) 社会資源に関すること(Q36~Q37)
- (11) 悩み事の相談に関すること(Q38~Q40)
- (12) 自分についてあてはまること(Q41~Q43)
- (13) 支援のあり方についての意見(Q44)
- (14) 現在や将来の不安(Q45)

(調査票B票【同居者票】)

- (1) 対象者の基本的属性について(Q1~Q6)
- (2) 対象者の学校生活に関すること(Q7~Q8)
- (3) 対象者の就労・就学等に関すること(Q9)
- (4) 対象者のひきこもりの状態に関すること(Q10~Q13)
- (5) 相談機関に関すること(Q14~Q17)
- (6) 対象者のひきこもりの状態からの立ち直りに関すること(Q18~Q22)
- (7) (同居者票回答者について) 基本属性について(Q23~Q25)
- (8) (同居者票回答者について) メンタルヘルスに関すること(Q26)
- (9) (同居者票回答者について) 社会資源に関すること(Q27~Q28)
- (10) (同居者票回答者について) 悩み事の相談に関すること(Q29)
- (11) (同居者票回答者について) 自分についてあてはまること(Q30~Q32)
- (12) (同居者票回答者について) 支援のあり方についての意見(Q33)
- (13) 対象者に関する現在や将来の不安(Q34)

3 調査対象

- (1) 母集団 北九州市に居住する 15 歳から 64 歳の者
- (2) 標本数 本人 5,000 人と同居する成人 (20 歳以上)
- (3) 抽出方法 住民基本台帳から無作為抽出

4 調査時期

令和 4 年 2 月

5 調査方法

郵送配布、郵送回収。

なお、調査期間中に未提出者について、はがきを郵送し調査票提出を促した。

6 回収結果

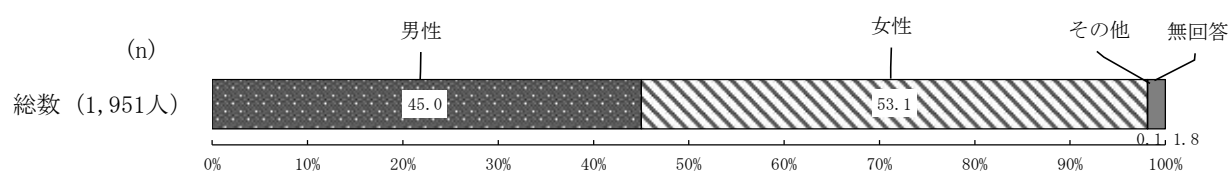
有効回収数(率) 本人 1,951 人 (39.0%) 同居者 1,540 人

7 対象者の属性 (本人票)

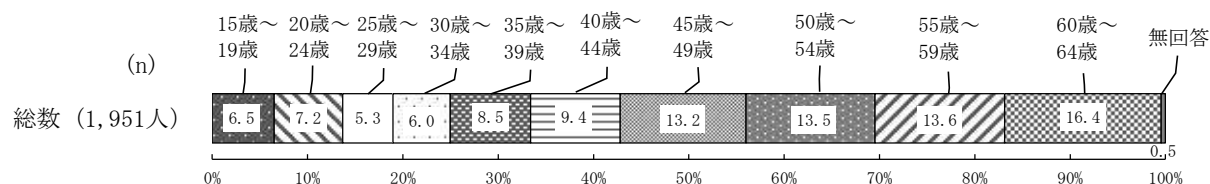
(1) 居住区



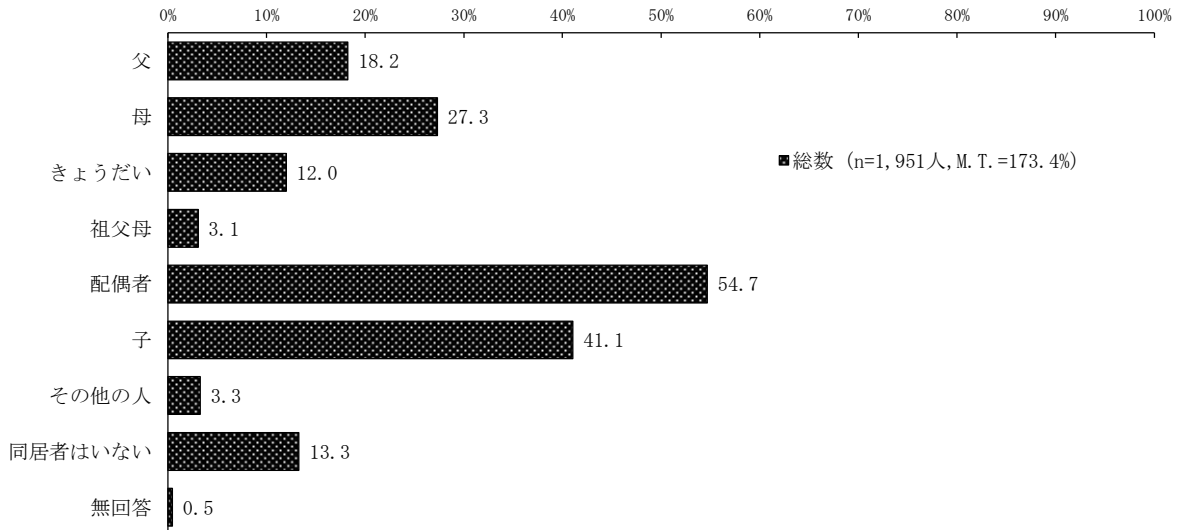
(2) 性別



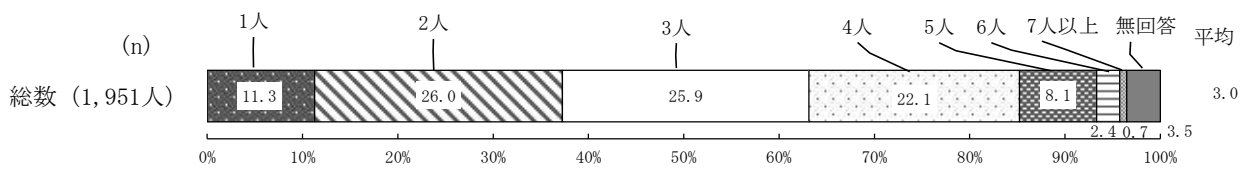
(3) 年齢



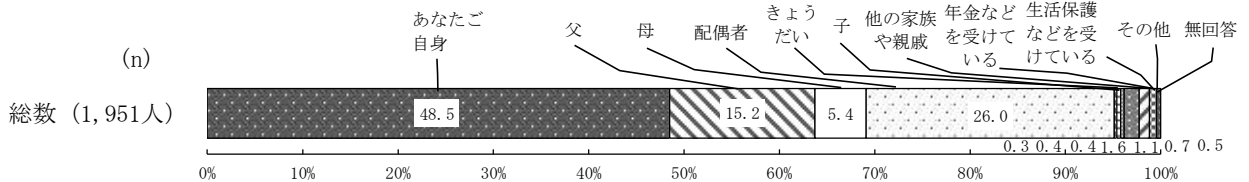
(4) 同居者



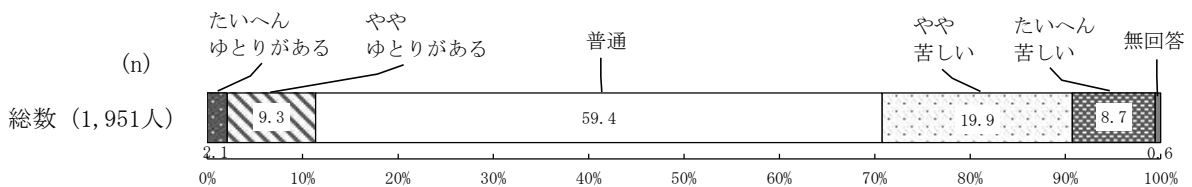
(5) 同居人数



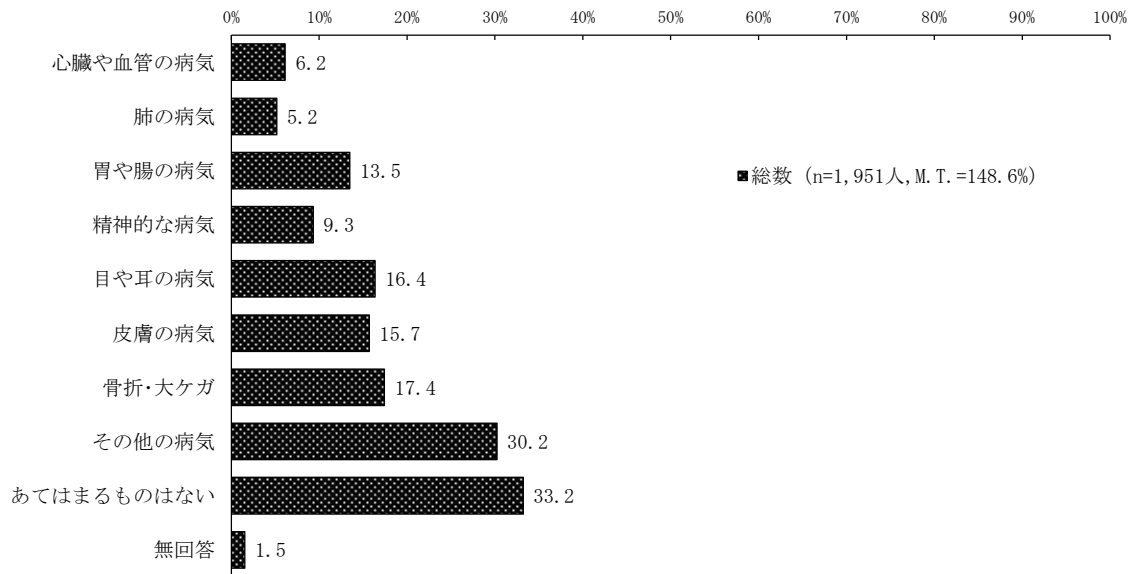
(6) 主生計者



(7) 暮らし向き



(8) 通院・入院経験のある病気



Ⅱ 定義

1 広義のひきこもり群(本人票)

本調査では、内閣府政策統括官により実施された調査（平成 27 年実施の「若者の生活に関する調査」、および、平成 30 年実施の「生活状況に関する調査」）の報告書に基づき、以下のように定めた。なお、内閣府調査では、社会的自立に至っているかどうかに着目し定義している。

「Q 2 0 ふだんどのくらい外出しますか。」について、下記の 5～8 に当てはまる者

- 5. 趣味の用事の時だけ外出する
- 6. 近所のコンビニなどには出かける
- 7. 自室からは出るが、家からは出ない
- 8. 自室からほとんど出ない

かつ

「Q 2 1 現在の状態となってどのくらい経ちますか。」について、6 か月以上と回答した者

であって、次の 3 類型のいずれにも該当しない在宅者。

①

「Q 2 4 現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、「病気（病名： ）」を選択し、身体的病気の病名を記入した者（注 1）

②

「Q 2 4 現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、

- ① 「妊娠した」を選択した者、
- ② 「介護・看護を担うことになった」を選択した者
- ③ 「その他（ ）」を選択し、（ ）に出産・育児をしている旨を記入した者

「Q 1 2 あなたの現在の就労・就学等の状況についてお答えください。」で、「専業主婦・主夫」又は「家事手伝い」と回答した者

又は

「Q 1 8 ふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけてください。」で、「家事をする」、「育児をする」又は「介護・看護をする」と回答した者

のいずれかで、かつ、

「Q23 最近6ヶ月間に家族以外の人と会話しましたか。」で、「よく会話をした」又は「ときどき会話をした」を選択した者

③

「Q24 現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、「その他（ ）」を選択し、（ ）に自宅で仕事をしている旨を記入した者

「Q12 あなたの現在の就労・就学等の状況についてお答えください。」で、「勤めている」又は「自営業・自由業」と回答した者

又は

「Q18 ふだんご自宅にいるときに、よくしていることすべてに○をつけてください。」で、「仕事をする」と回答した者

(注1) 「Q24 現在の状態になったきっかけは何ですか。」で、「その他（ ）」を選択し、外出が困難となる身体的理由を記入した者等についても、「病気(病名:)」を選択し、身体的病気の病名を記入した者と同様に判断した。

該当者の人数は46人(有効回収数に占める割合2.36%)。

このうち、Q20で6又は7、8に該当する者を「狭義のひきこもり」、Q20で5に該当する者を「準ひきこもり」とし、「狭義のひきこもり」と「準ひきこもり」の合計を「広義のひきこもり」とする。

広義のひきこもり群抽出に使用している項目のうち、3類型(①、②、③)にて使用している項目について未回答の者についても、未回答であることをもって広義のひきこもりに該当しないと断定はできないと判断し、未回答であることのみをもって広義のひきこもり群から除外していない。つまり、該当項目に未回答で、3類型に該当する(除外対象者となる)か断定できない者も広義のひきこもり群に含めている。

そのため、本調査で抽出された広義のひきこもり群には3類型に該当するかもしれないが、広義のひきこもりの可能性もある者を含んでおり、幅広に抽出された可能性があることが示唆される。

令和4年3月31日現在の北九州市住民基本台帳による年齢別人口から、15歳から64歳における広義のひきこもりの推計数は以下のとおり。

北九州市「住民基本台帳」15歳から64歳人口：527,885人 有効回収数：1951人

【該当 人数(人)】 【有効回収数に 占める割合(%)】 【北九州市の 推計数(千人)】

ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する	16	0.82	4.3	準ひきこもり 約4,300人
ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける	19	0.97	5.1	
自室から出るが、家からは出ない 又は自室からほとんど出ない	11	0.56	3.0	狭義のひきこもり 約8,100人
計	46	2.36	12.4	広義のひきこもり 約12,400人

(注) 単位未満は四捨五入してあるため、合計の数字と内訳の計が一致しない場合がある。

2 過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群（本人票）

本調査では、内閣府政策統括官により実施された調査（平成 27 年実施の「若者の生活に関する調査」、および、平成 30 年実施の「生活状況に関する調査」）の報告書に基づき、以下のように定めた。

本人票「Q30 あなたは今までに6か月以上連続して、以下のような状態になったことはありますか。」について、下記の1～4に当てはまる者

1. 趣味の用事のときだけ外出する
2. 近所のコンビニなどには出かける
3. 自室からは出るが、家からは出ない
4. 自室からほとんど出ない

であって、

本人票「Q33 その状態になったきっかけは何でしたか。」で、「病気（病名： ）」を選択し、身体的病気の病名を記入した者及び「その他（ ）」を選択し、（ ）に自宅で仕事をしている旨を記入した者（注1）

又は、

本人票「Q30 あなたは今までに6か月以上連続して、以下のような状態になったことはありますか。」について、下記の1に当てはまる者であって、

1. 趣味の用事のときだけ外出する

かつ

同居者票「Q18 対象者の方は今までに6か月以上連続して、以下のような状態になったことはありますか。」について、下記の5に当てはまる者

5. 1～4のような状態（注2）に6か月以上連続してなったことはない

を除いたもの。

該当者の人数は 117 人。

（注1）「Q33 その状態になったきっかけは何でしたか。」で、「その他（ ）」を選択し、外出が困難となる身体的理由を記入した者等についても、「病気（病名： ）」を選択し、身体的病気の病名を記入した者と同様に判断した。

（注2）「1～4のような状態」は以下のとおり。

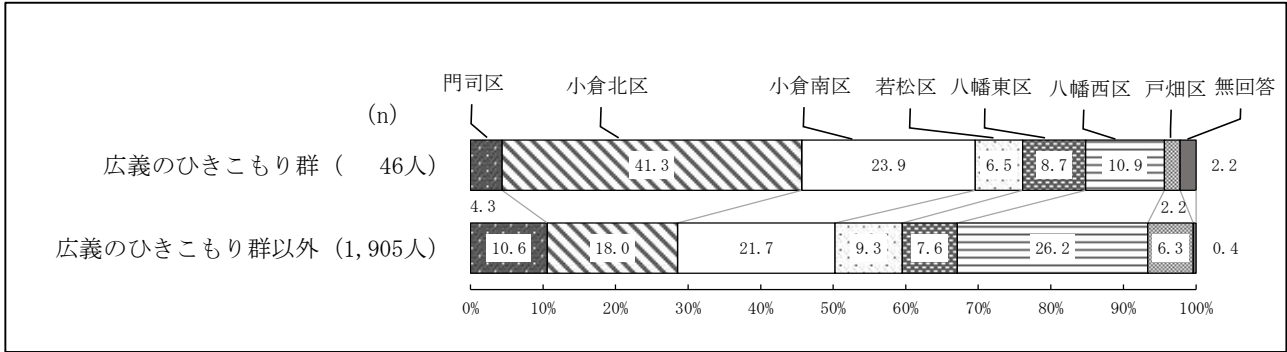
1. 趣味の用事のときだけ外出する
2. 近所のコンビニなどには出かける
3. 自室からは出るが、家からは出ない
4. 自室からほとんど出ない

Ⅲ 調査の結果

【Q1～Q12はすべての方がお答えください。】

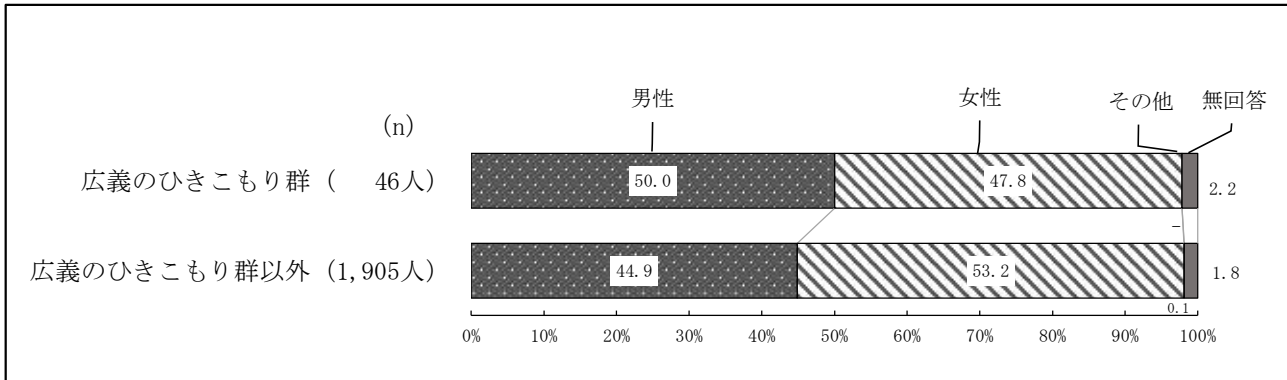
1 【本人票】居住区

本人票Q1 あなたがお住まいの区をお答えください。(○はひとつだけ)



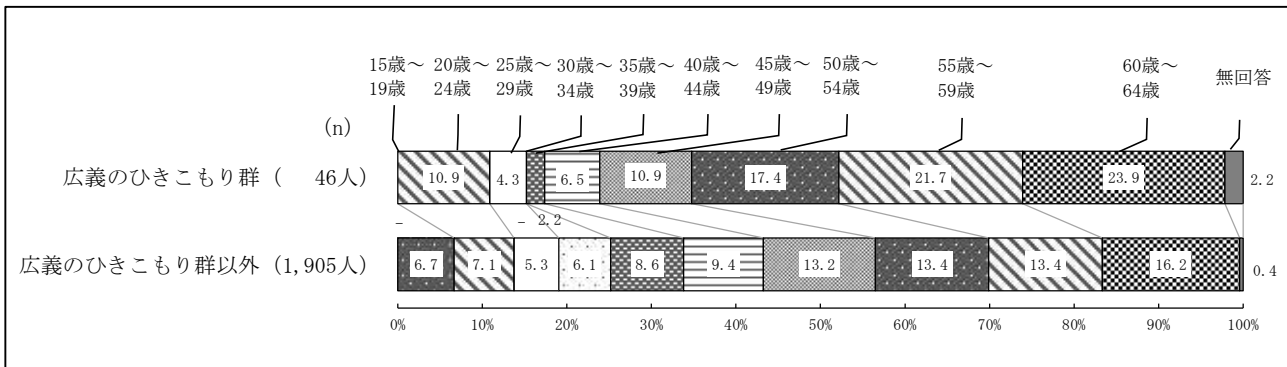
2 【本人票】性別

本人票Q2 あなたの性別をお答えください。(○はひとつだけ)



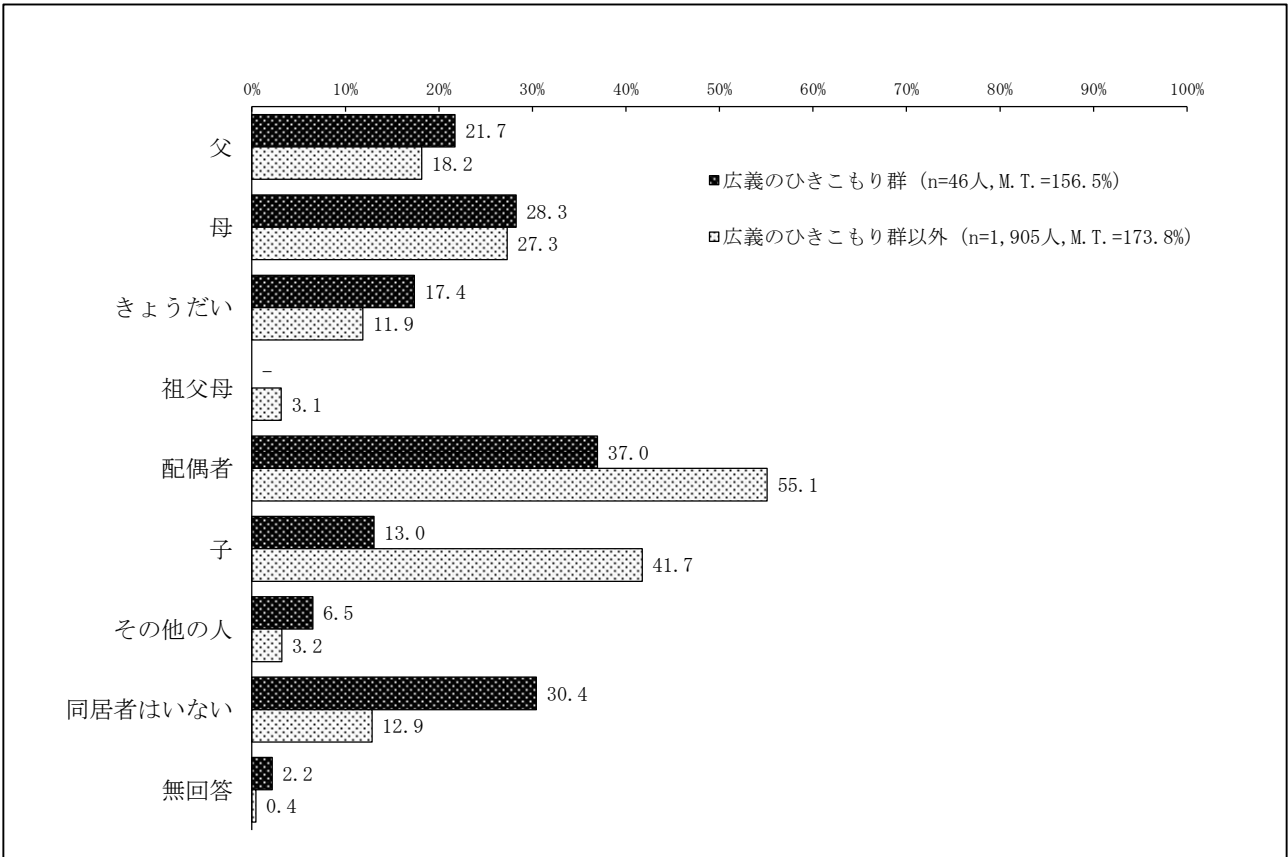
3 【本人票】年齢

本人票Q3 あなたの年齢をお答えください。(○はひとつだけ)



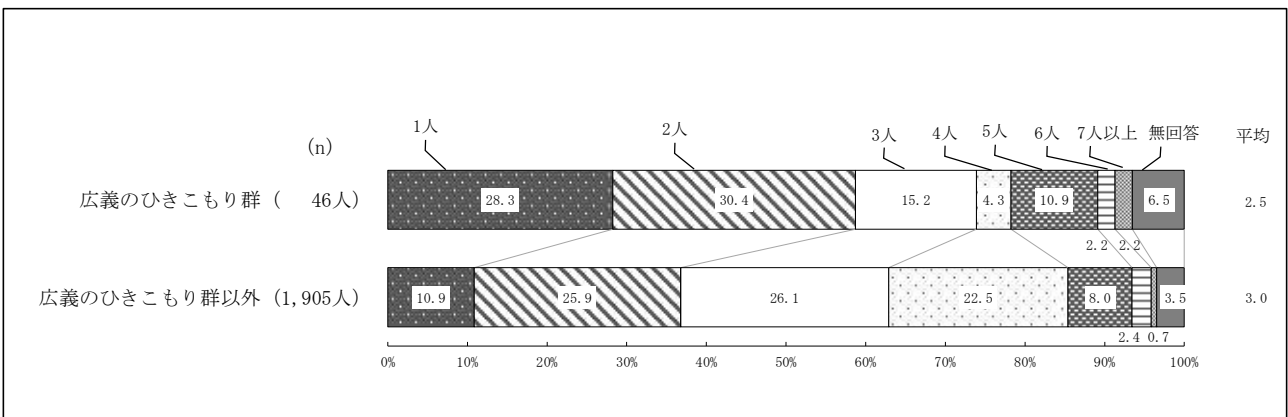
4 【本人票】同居者

本人票Q4 現在、あなたと同居している方すべてについて○をつけてください。(○はいくつでも)



5 【本人票】同居人数

本人票Q5 現在、同居している人は合計で何人ですか。あなたも含めた人数を記入してください。
(数字で具体的に)

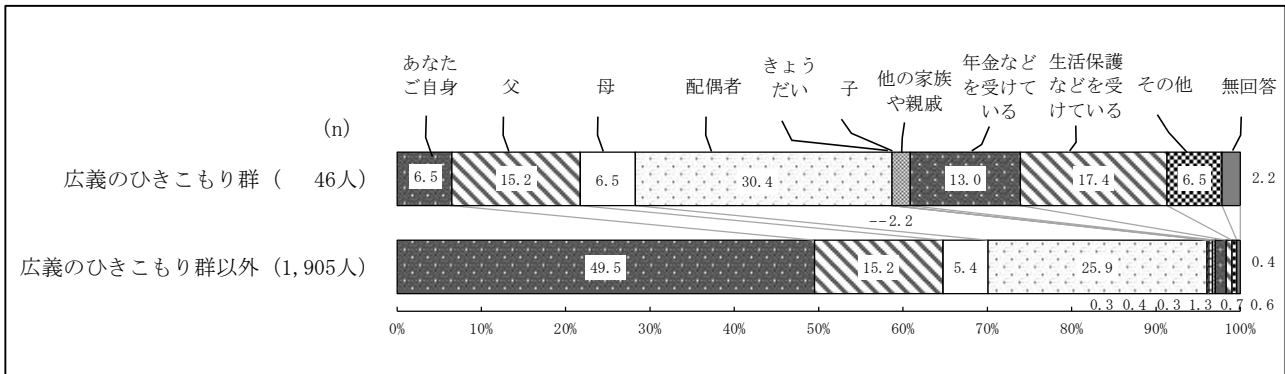


6 【本人票】主生計者

本人票Q6 あなたの家の生計を立てているのは、主にどなたですか。生計を立てている方が複数いる場合は、もっとも多く家計を負担している人をお答えください。

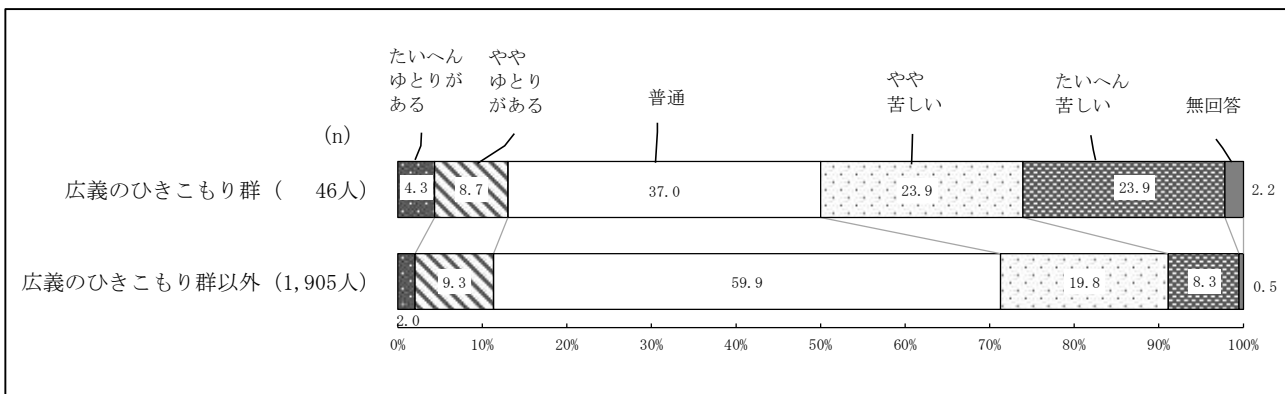
また、主に仕送りで生計を立てている方は、その仕送りを主にしてくれている人をお答えください。

(○はひとつだけ)



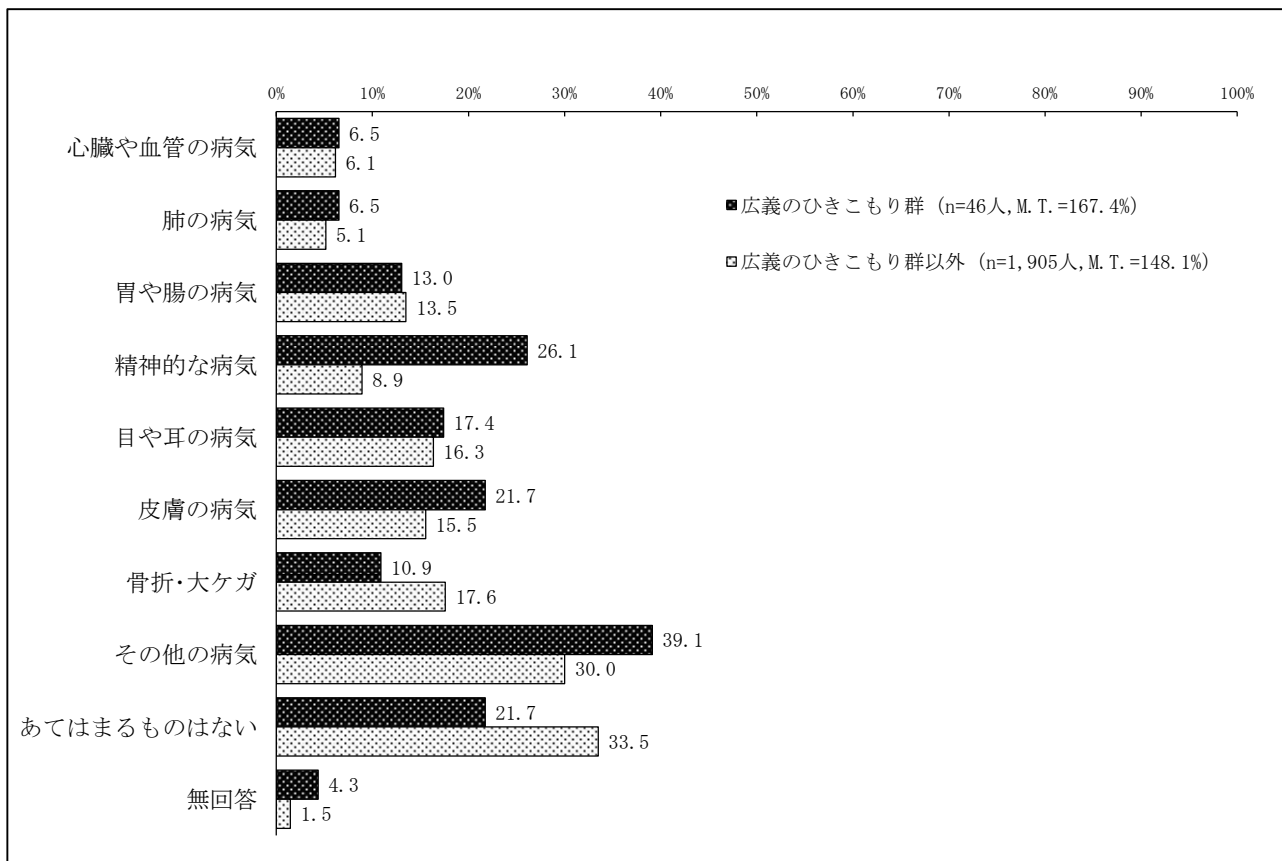
7 【本人票】暮らし向き

本人票Q7 あなたの家の暮らし向き（衣・食・住・レジャーなどの物質的な生活水準）は、世間一般と比べてみて、どれにあたると思いますか。あなたの実感でお答えください。(○はひとつだけ)



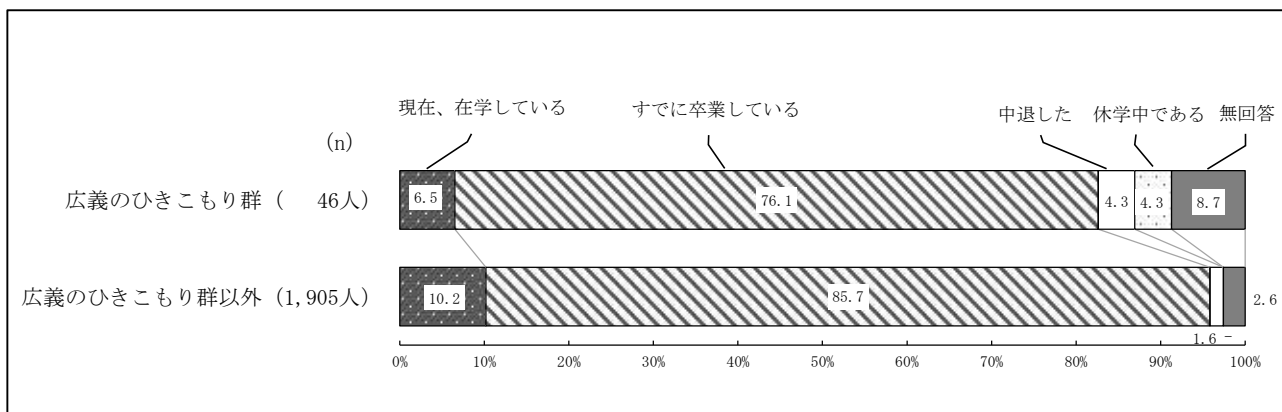
8 【本人票】通院・入院経験のある病気

本人票Q8 これまでに、以下の病気やけがで通院や入院をしたことはありますか。通院・入院したことのある病気に○をつけてください。(○はいくつでも)



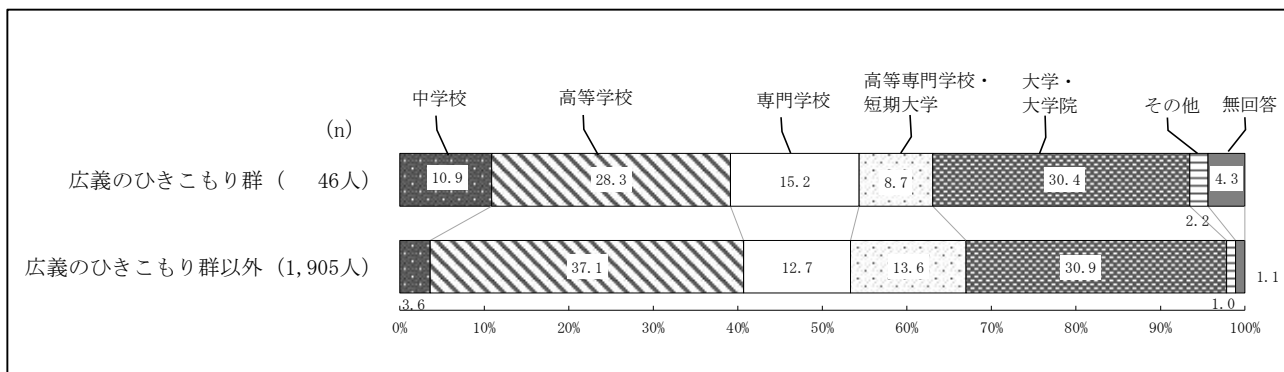
9 【本人票】通学状況

本人票Q9 あなたは現在、学校に通っていますか。(○はひとつだけ)



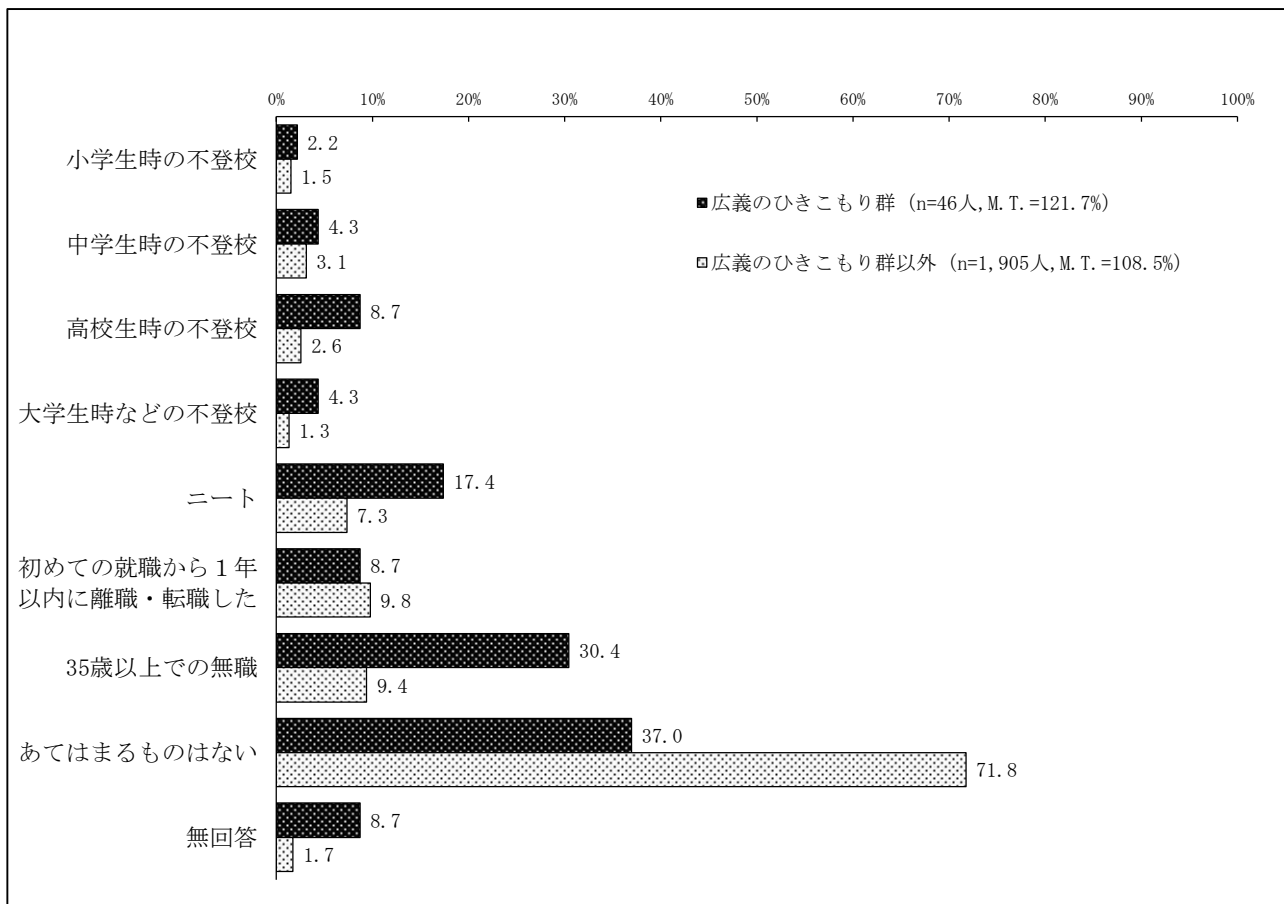
10 【本人票】卒業・在学中の学校

本人票Q10 あなたが最後に卒業（中退を含む）した、または現在、在学している学校はどれですか。（○はひとつだけ）



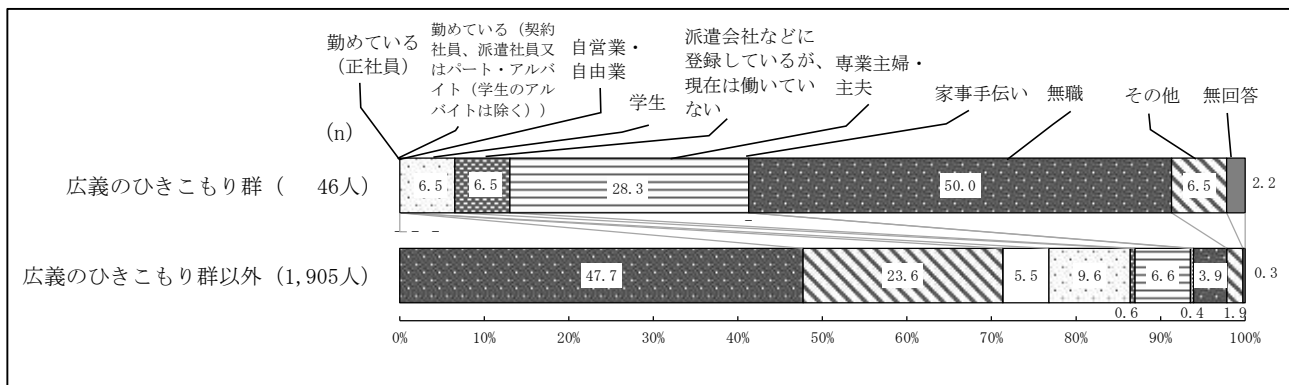
11 【本人票】これまでの経験

本人票Q11 これまでに、以下のようなことを経験したことがありますか。あてはまるものに○をつけてください。（○はいくつでも）



1 2 【本人票】現在の就労・就学等の状況

本人票Q 1 2 あなたの現在の就労・就学等の状況についてお答えください。(○はひとつだけ)

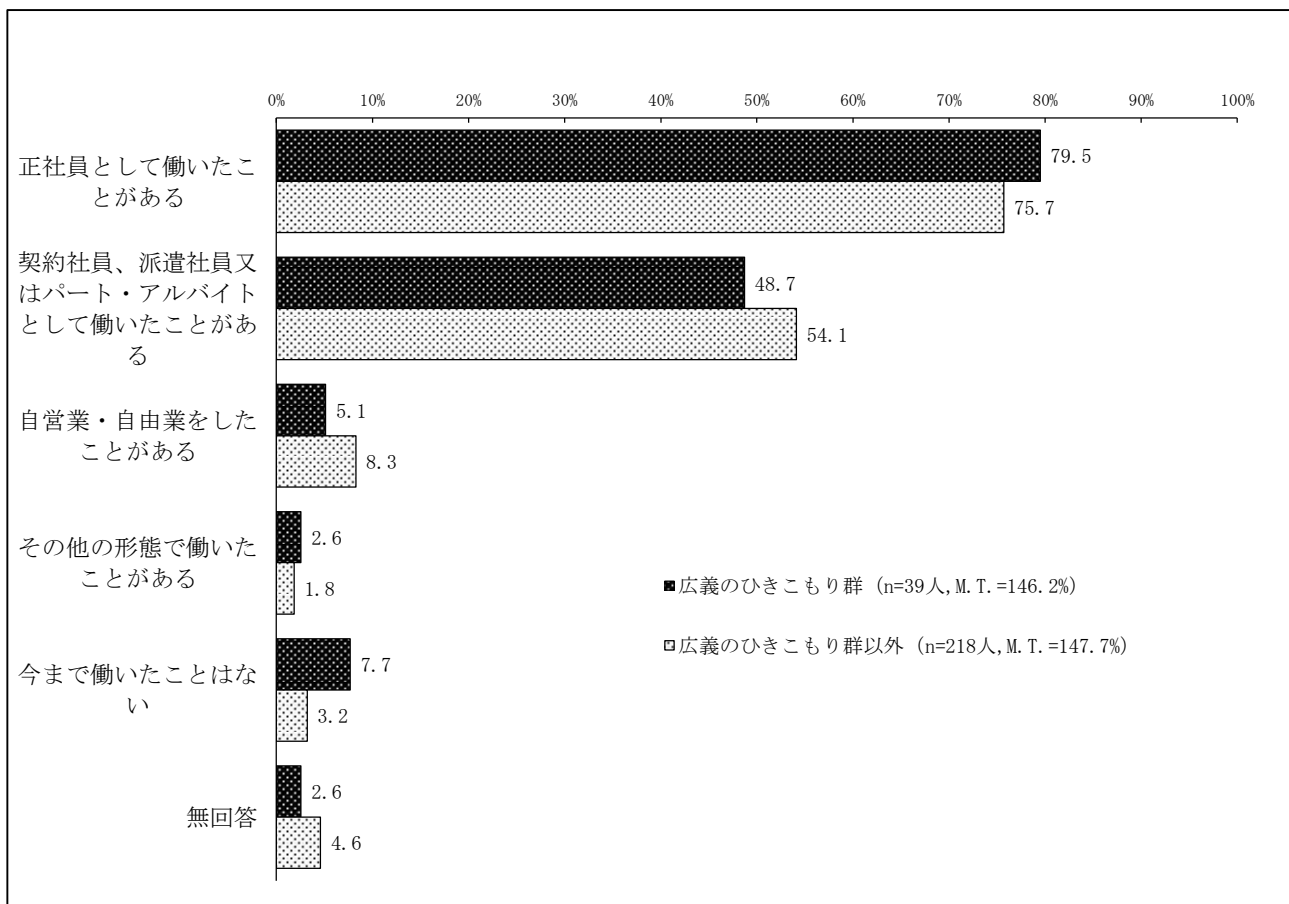


【Q 1 2で「5～8」に○をつけた方のみ、Q 1 3～Q 1 6にお答えください。】

1 3 【本人票】働いた経験

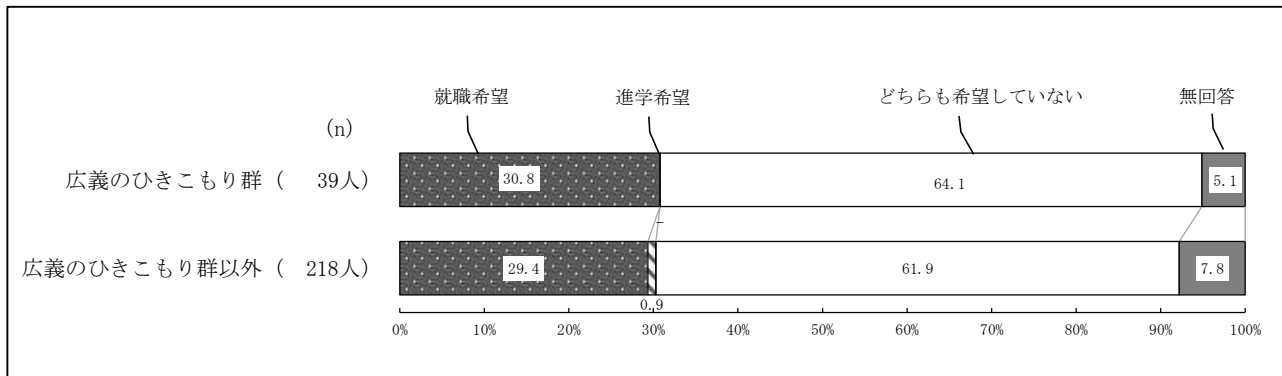
本人票Q 1 3 あなたは、今までに下記のような形態で働いていたことはありますか。

(○はいくつでも)



14 【本人票】就職又は進学希望

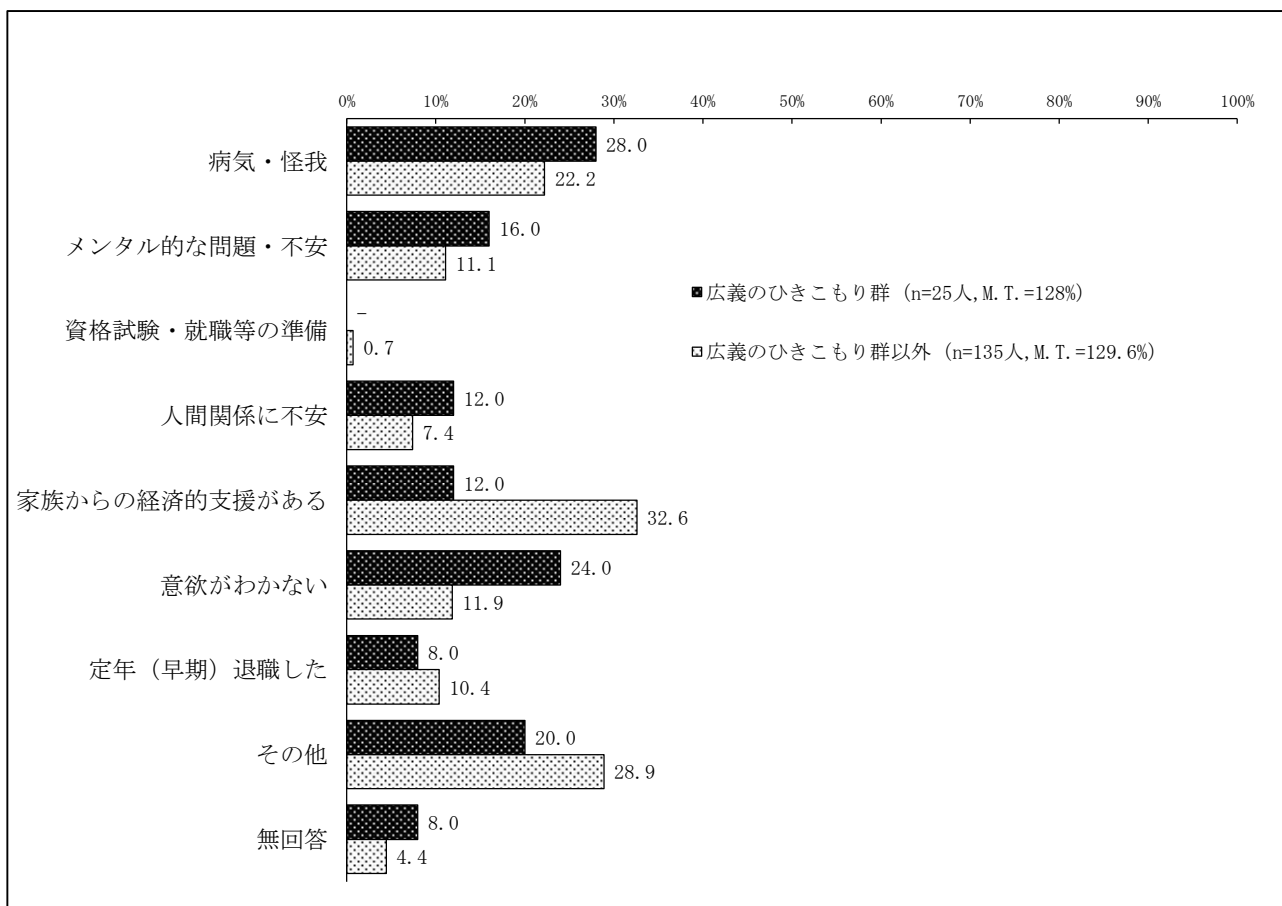
本人票Q14 現在、就職または進学を希望していますか。(○はひとつだけ)



【Q14で「3」に○をつけた方のみ、Q15にお答えください。】

15 【本人票】就職又は進学希望しない理由

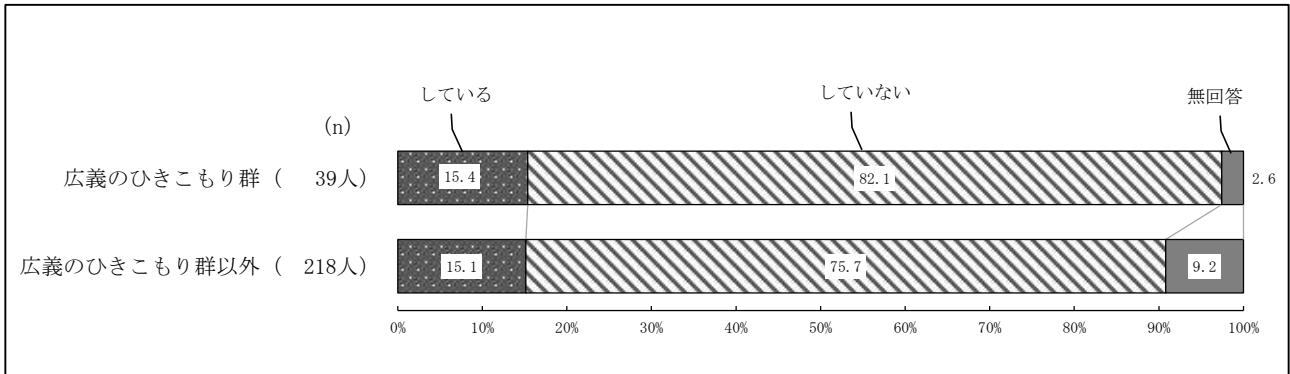
本人票Q15 進学・就職を希望していない理由についてお答えください。(○はいくつでも)



【Q12で「5～8」に○をつけた方がお答えください。】

16 【本人票】就職活動

本人票Q16 現在、就職活動をしていますか。(○はひとつだけ)



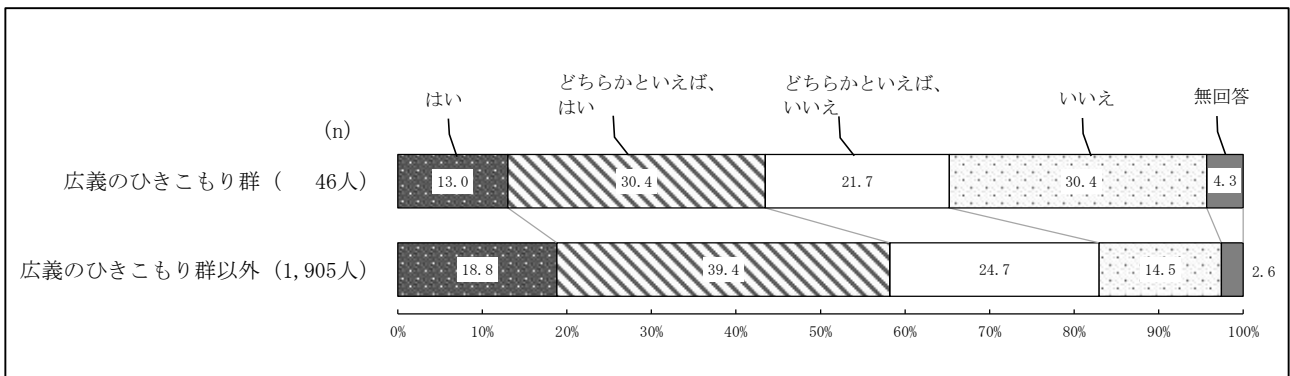
【Q17～Q20はすべての方がお答えください。】

17 【本人票】職業に関する考え方

本人票Q17 次に挙げられた職業に関する意見の中で、あなたの考えにあてはまるものに○をつけてください。(○は各項目につき、ひとつ)

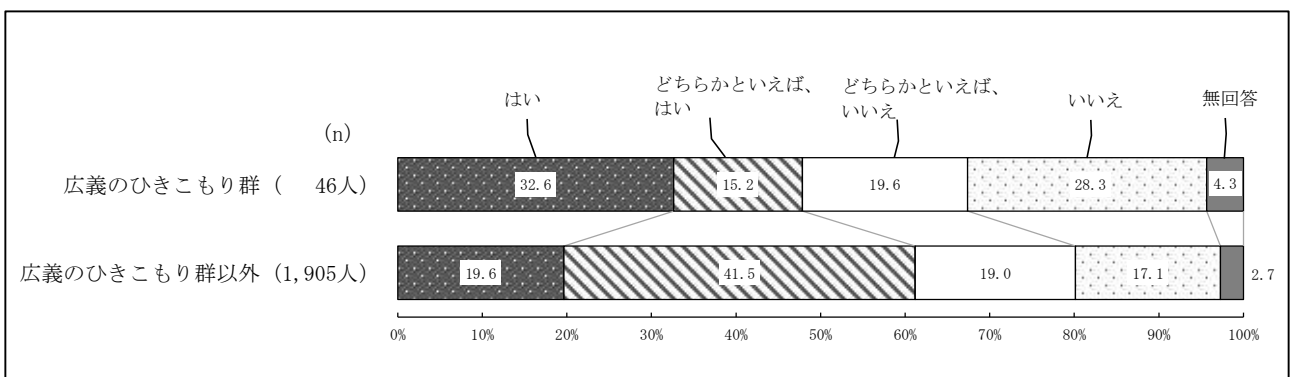
【本人票】

本人票Q17 (1) いつか必ず自分にふさわしい仕事が見つかると思う



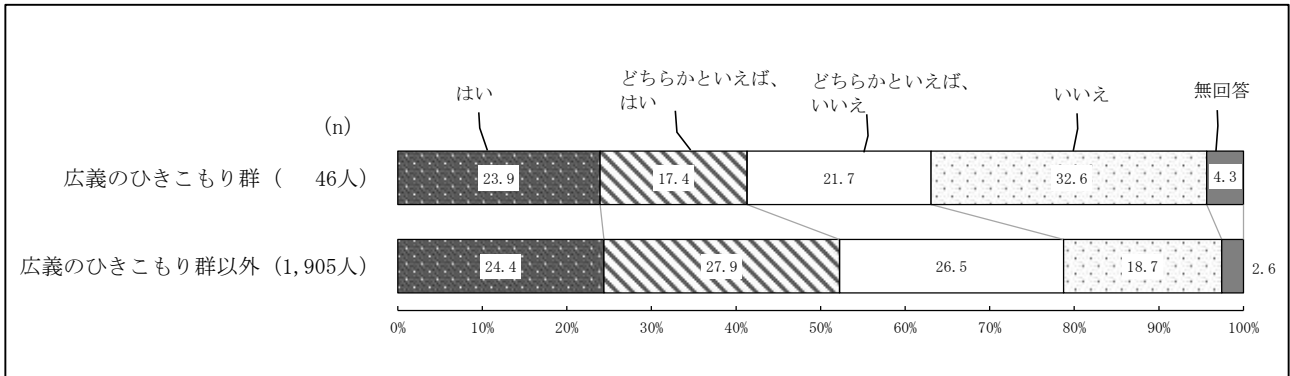
【本人票】

本人票Q17 (2) いつか自分の夢を実現させる仕事に就きたい



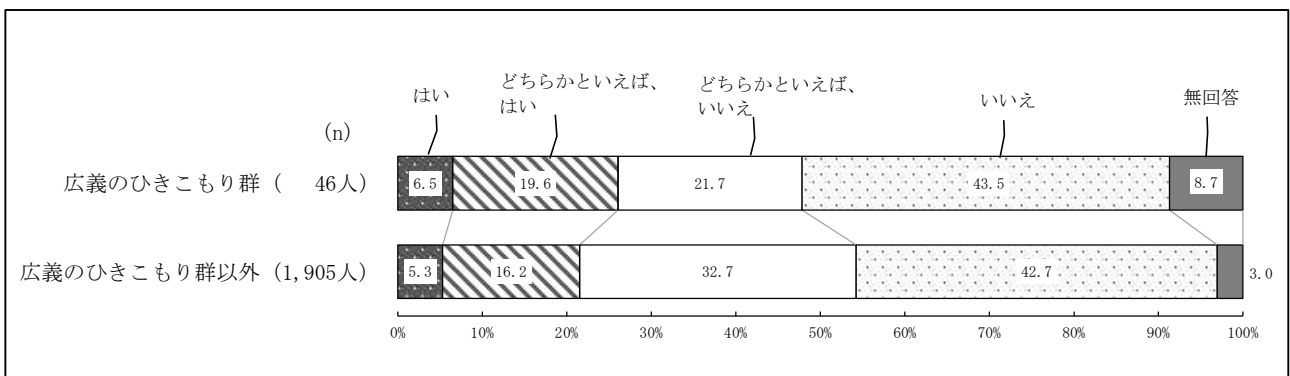
【本人票】

本人票Q17 (3) 仕事をしなくても生活できるのならば、仕事はしたくない



【本人票】

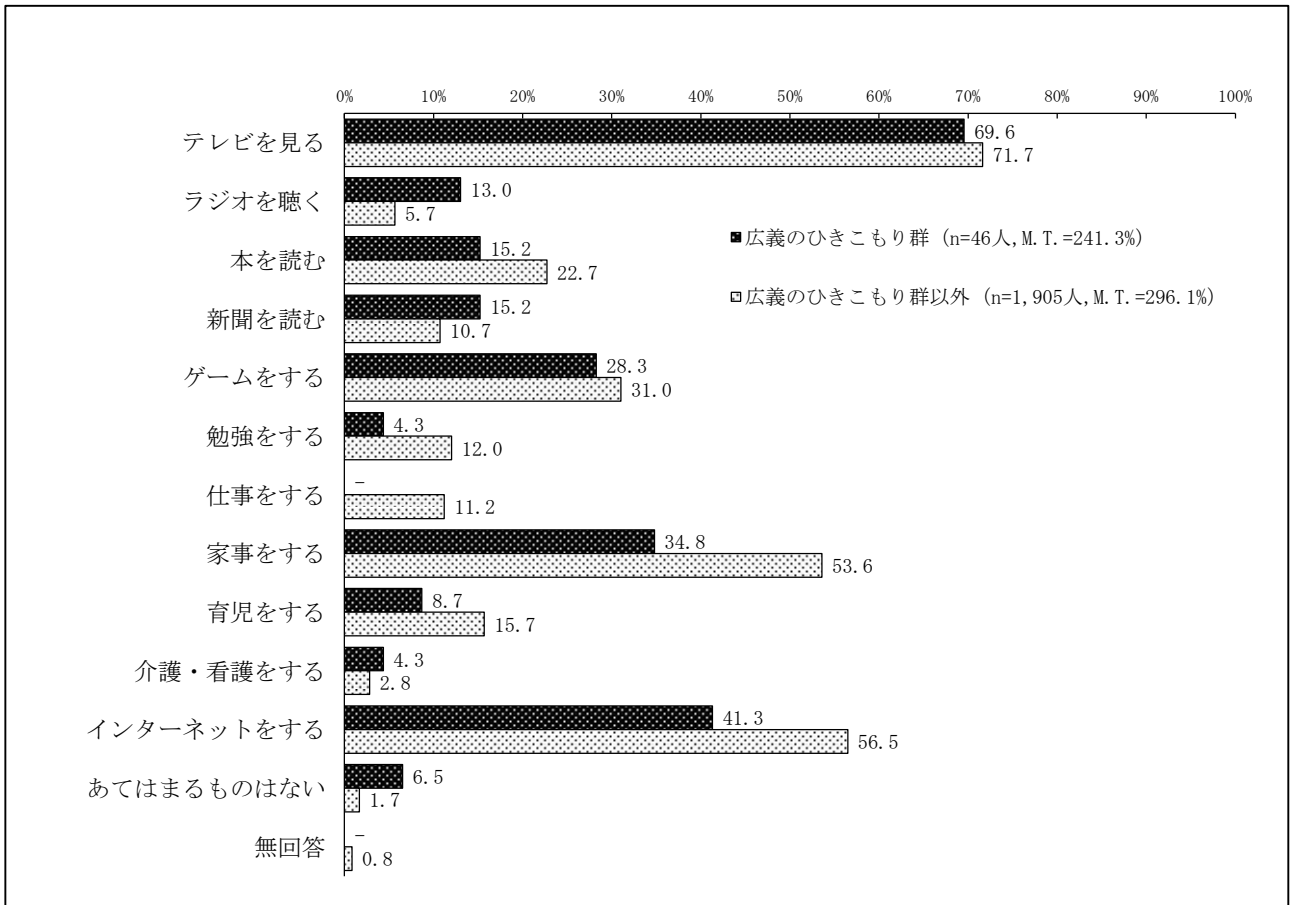
本人票Q17 (4) 定職に就かない方が自由でいいと思う



18 【本人票】ふだん自宅でよくしていること

本人票Q18 ふだんご自宅にいるときに、よくしていることに○をつけてください。

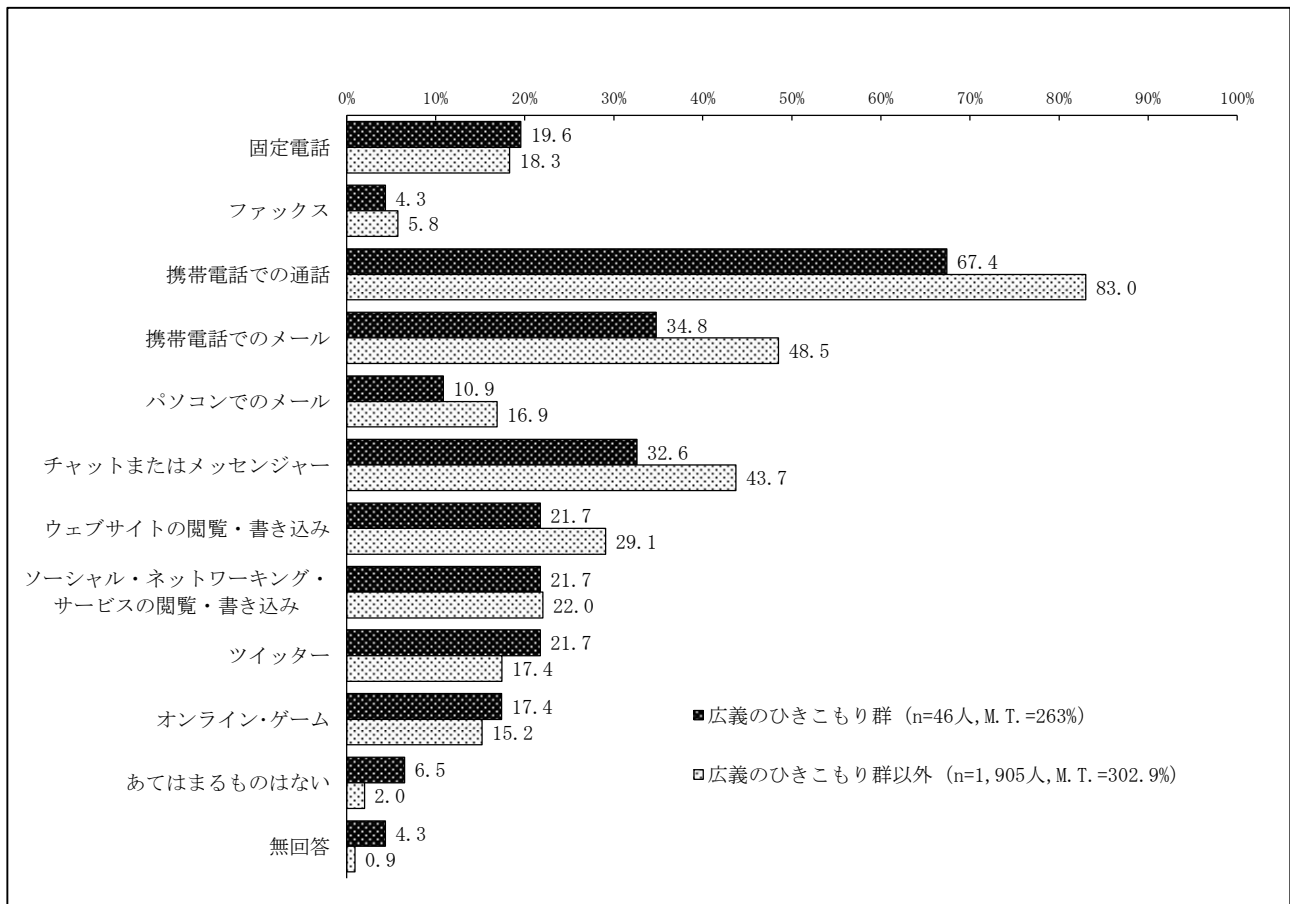
(○はいくつでも)



19 【本人票】通信手段でふだん利用しているもの

本人票Q19 以下に挙げられた通信手段の中で、ふだん利用しているものに○をつけてください。

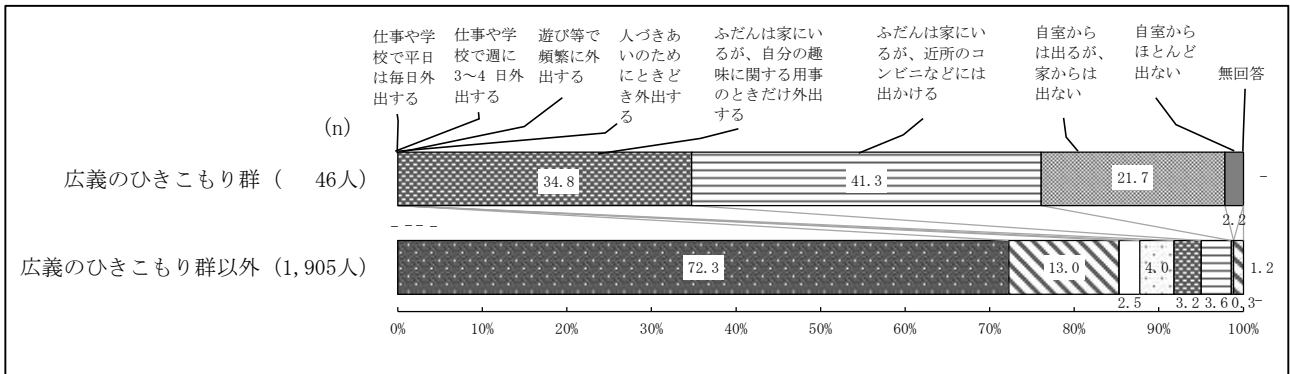
(○はいくつでも)



Q20の設問は、広義のひきこもり群を定義するために使用している。

20 【本人票】ふだんの外出頻度

本人票Q20 ふだんどのくらい外出しますか。(〇はひとつだけ)

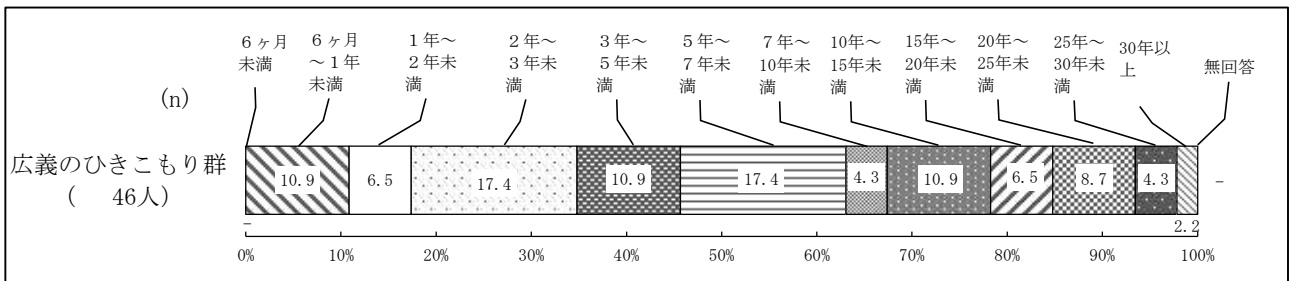


Q21~Q29は、Q20において外出頻度が低かった者（「ふだんは家にいるが、自分の趣味に関する用事の時だけ外出する」、「ふだんは家にいるが、近所のコンビニなどには出かける」、「自室からは出るが、家からは出ない」、「自室からほとんど出ない」を選択した者）のみが回答する項目である。
本報告書では、その中でも広義のひきこもり群に該当する者のみの集計結果について記載する。

【Q20で「5~8」に〇をつけた方のみ、Q21~Q29にお答えください。】

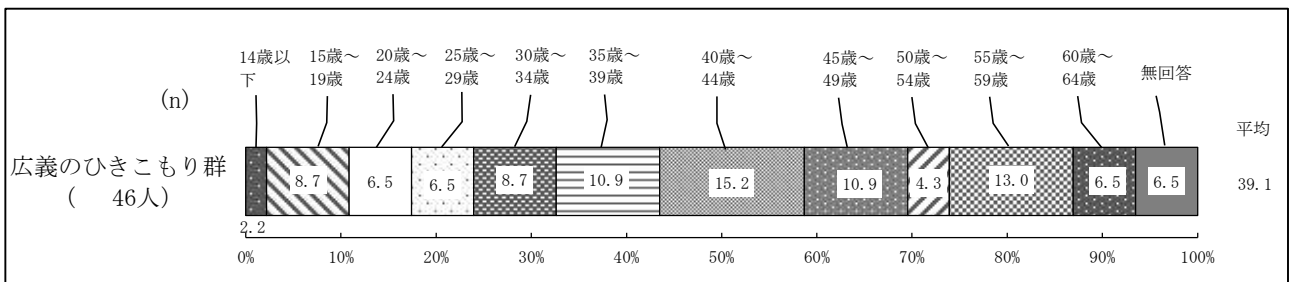
21 【本人票】ひきこもりの状態になってからの期間

本人票Q21 現在の状態となってどのくらい経ちますか。(〇はひとつだけ)



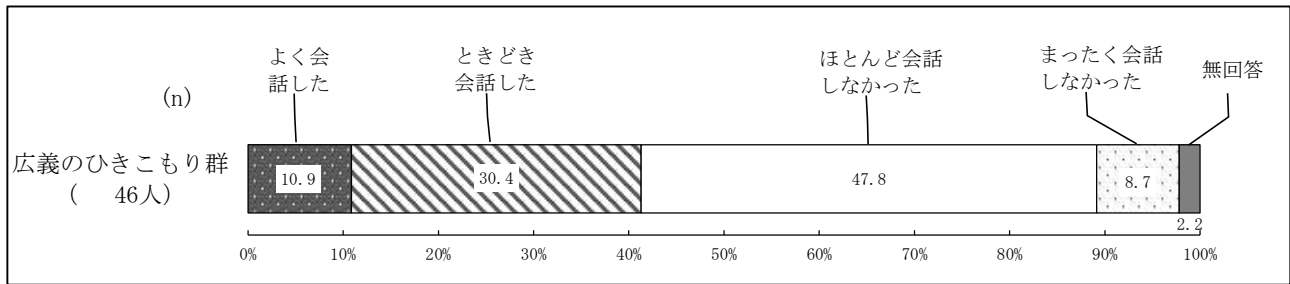
22 【本人票】初めてひきこもりの状態になった年齢

本人票Q22 初めて現在の状態になったのは、あなたが何歳の頃ですか。(数字で具体的に)



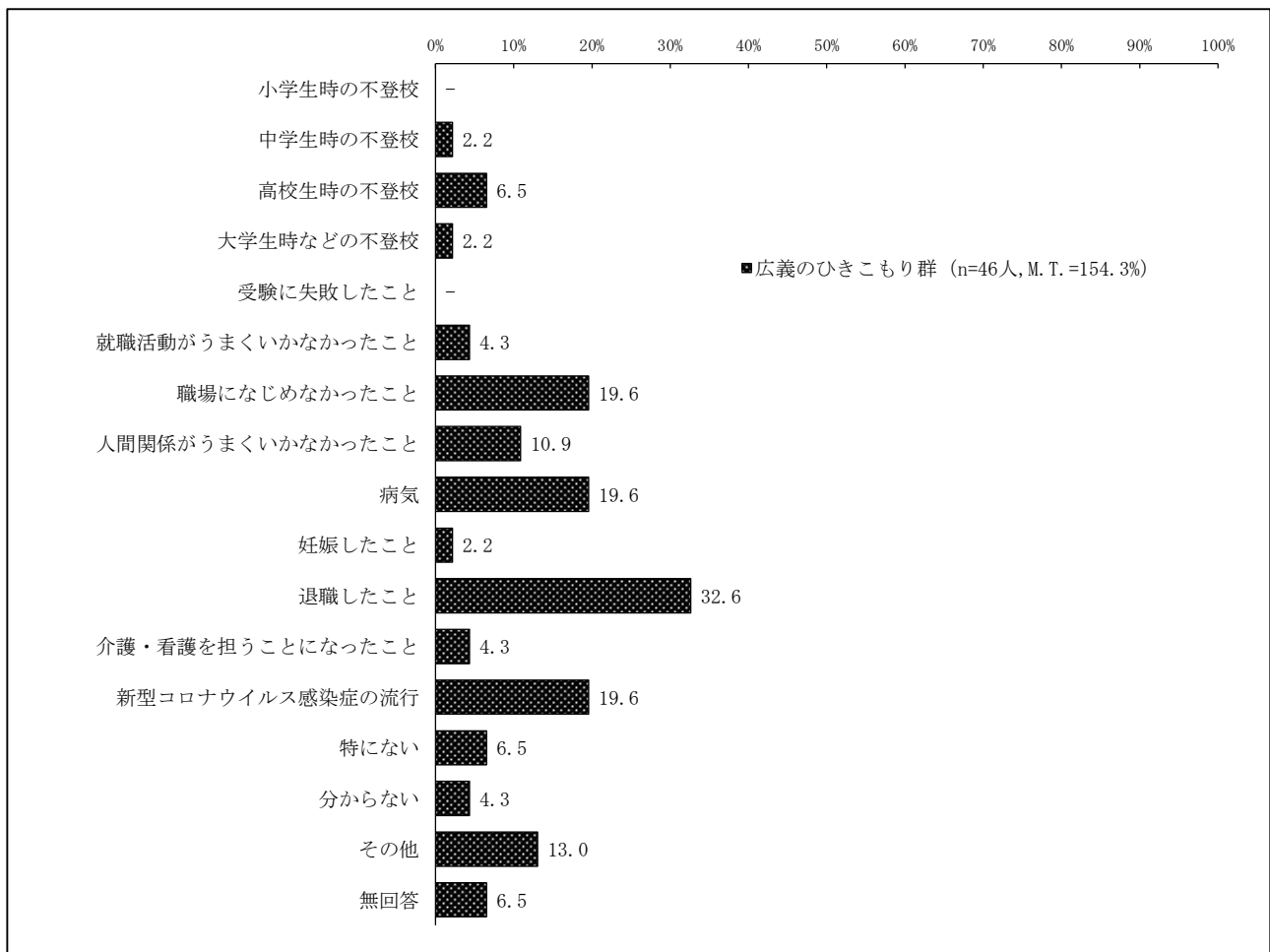
2 3 【本人票】 家族以外との会話の状況

本人票 Q 2 3 最近 6 ヶ月間に家族以外の人と会話しましたか。(○はひとつだけ)



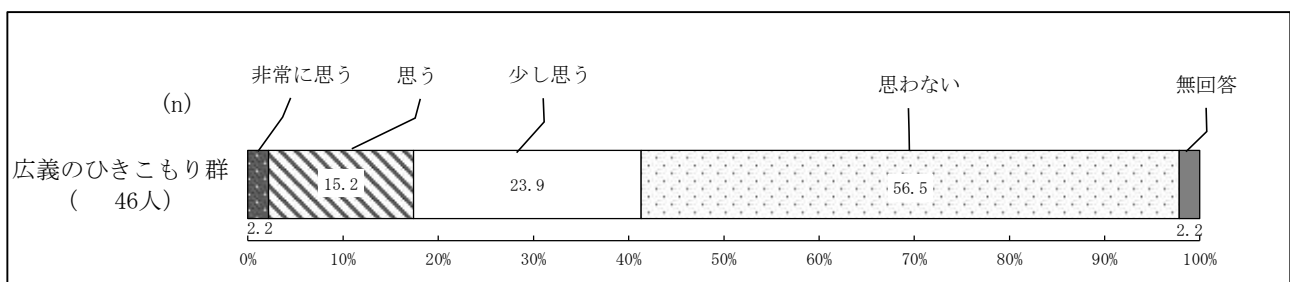
2 4 【本人票】 ひきこもりの状態になったきっかけ

本人票 Q 2 4 現在の状態になったきっかけは何ですか。(○はいくつでも)



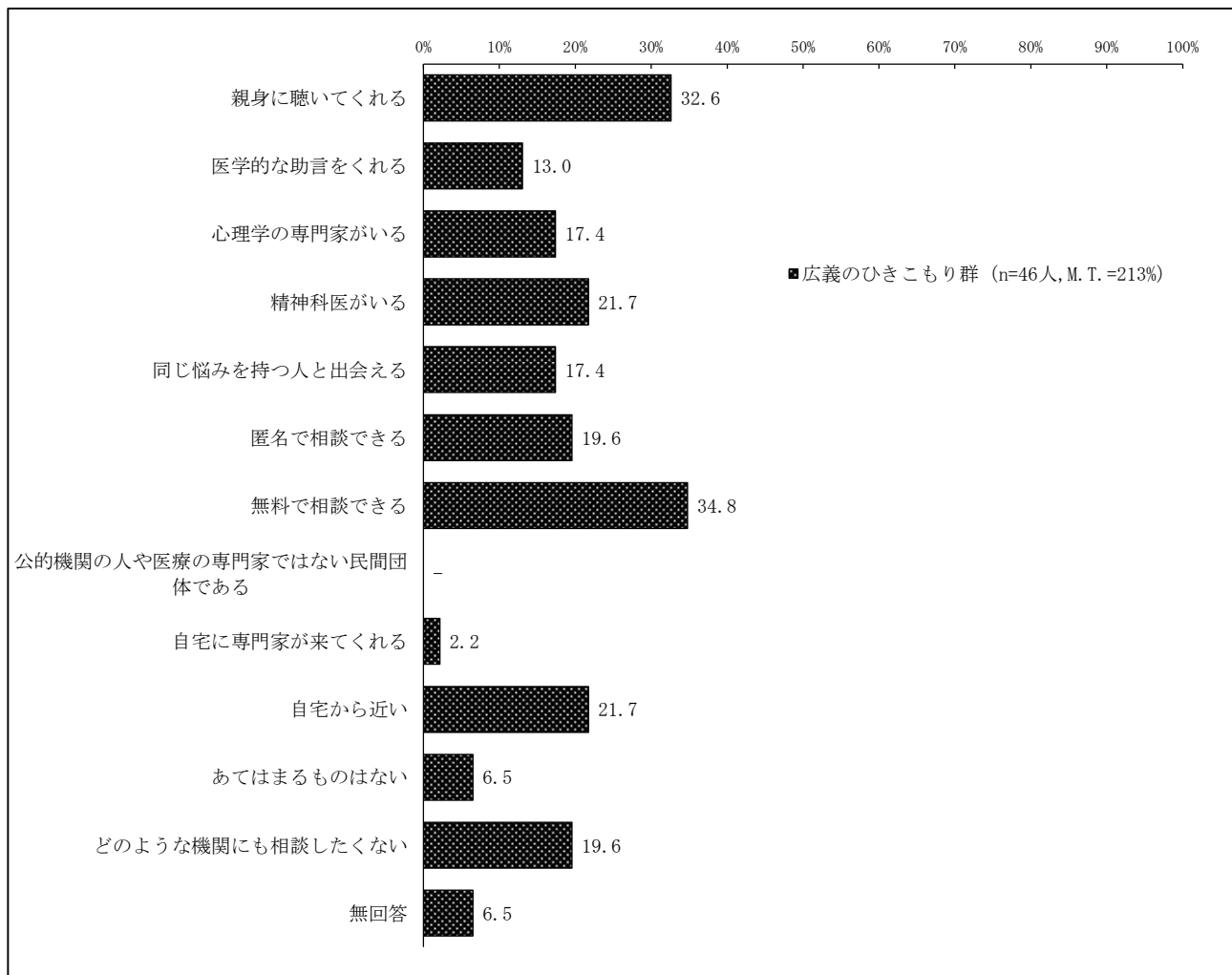
2 5 【本人票】 ひきこもりの状態について、関係機関に相談したいか

本人票 Q 2 5 現在の状態について、関係機関に相談したいと思いますか。(○はひとつだけ)



26 【本人票】ひきこもりの状態をどのような機関なら相談したいか

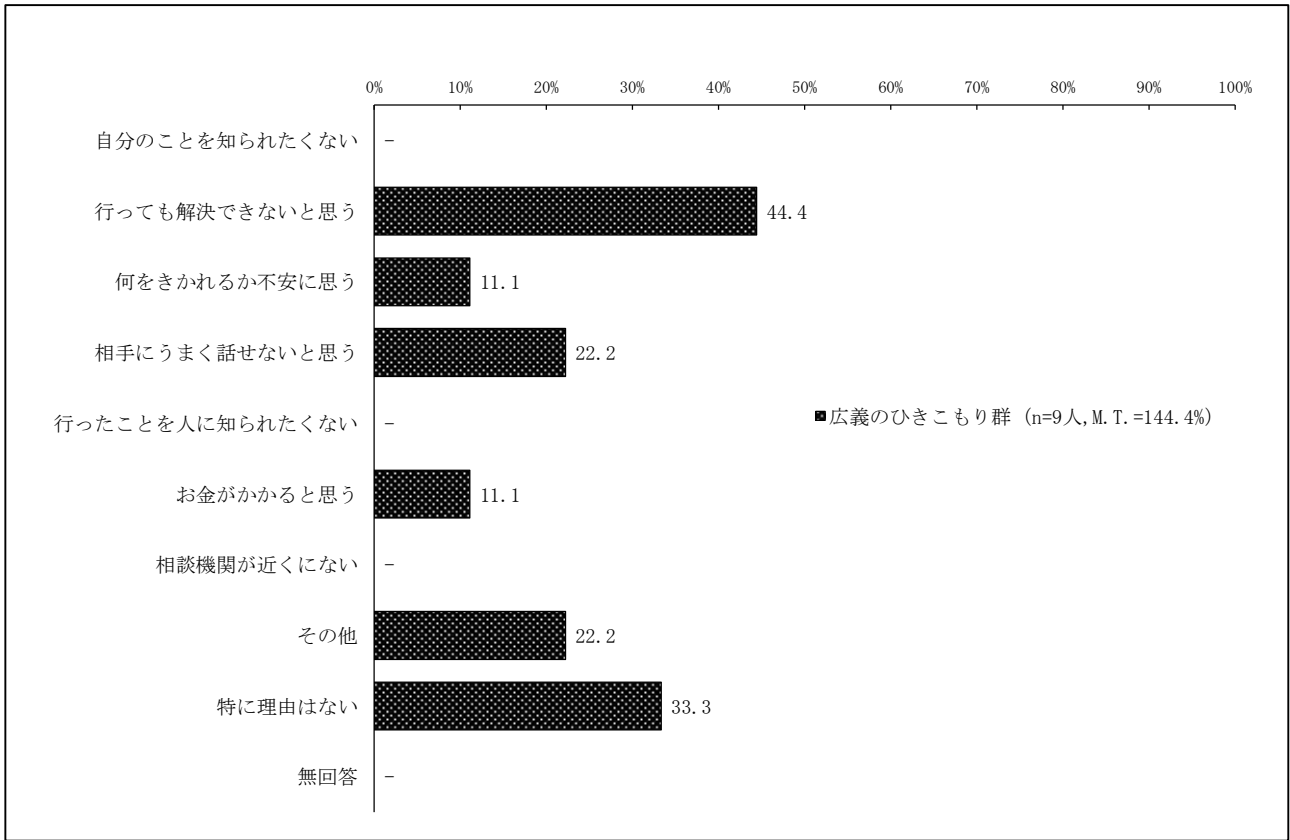
本人票Q26 現在の状態について、関係機関に相談するとすれば、どのような機関なら、相談したいと思いますか。(〇はいくつでも)



【Q26で「12」に○をつけた方のみ、Q27にお答えください。】

27 【本人票】相談したくない理由

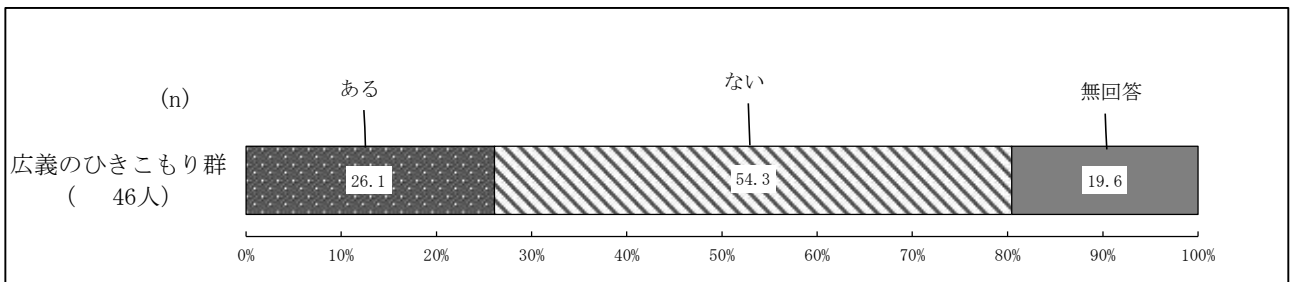
本人票Q27 相談したくないと思う理由は何ですか。(○はいくつでも)



【Q20で「5～8」に○をつけた方がお答えください。】

28 【本人票】関係機関に相談した経験

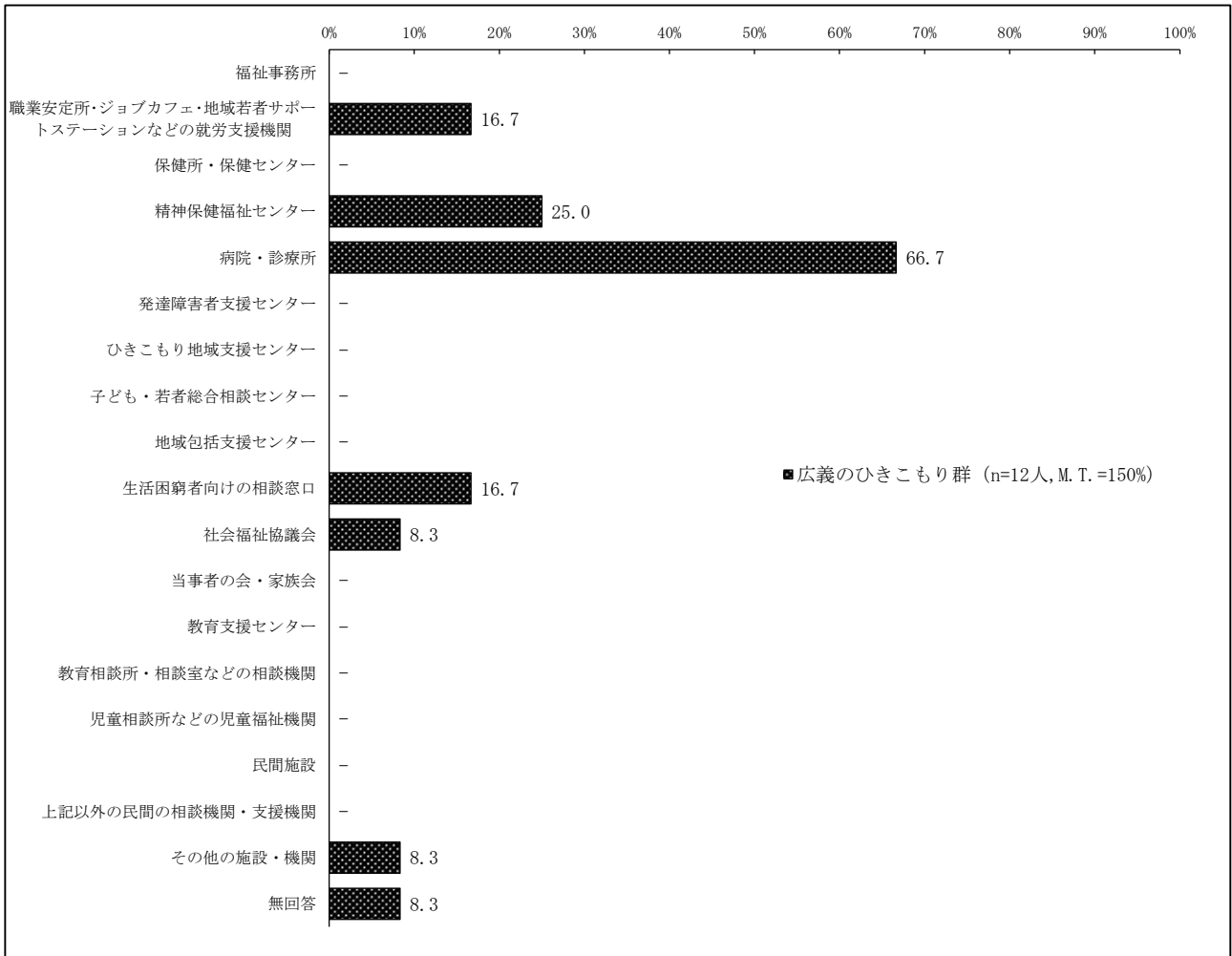
本人票Q28 現在の状態について、関係機関に相談したことはありますか。(○はひとつだけ)



【Q28で「1」に○をつけた方のみ、Q29にお答えください。】

29 【本人票】相談した機関

本人票Q29 どのような相談機関等に相談しましたか。相談した機関に○をつけてください。
(○はいくつでも)

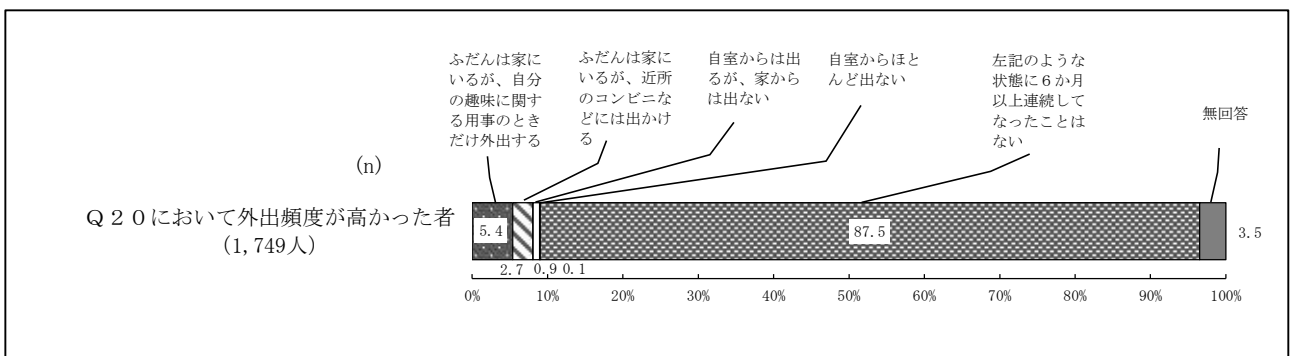


【Q20で「1~4」に○をつけた方のみ、Q30にお答えください。】

Q30の設問は、過去に広義のひきこもり群であったと思われる人の群を定義するために使用した。

30 【本人票】過去の外出頻度

本人票Q30 あなたは今までに6か月以上連続して、以下のような状態になったことはありますか。
(○はひとつだけ)



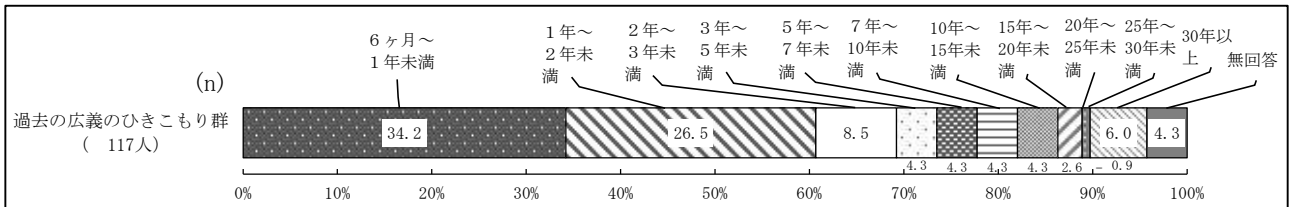
Q31～Q34は、Q20において外出頻度が高かった者（Q20において1～4を選択した者）のみが回答する項目である。

本報告書では、中でも過去の広義のひきこもり群に該当する者のみの集計結果について記載する。

【Q30で「1～4」に○をつけた方のみ、Q31～Q34にお答えください。】

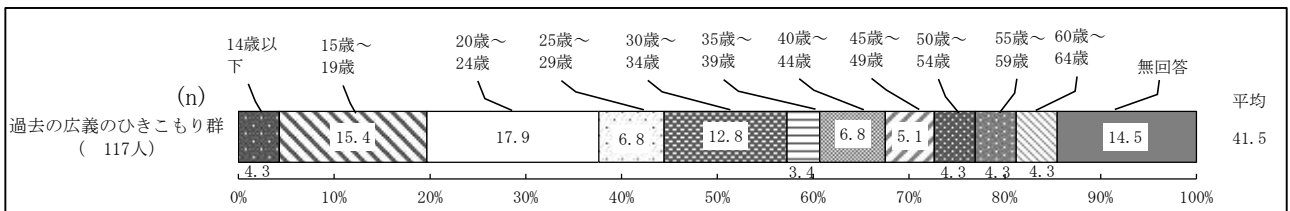
3.1 【本人票】過去にひきこもりの状態だった期間

本人票Q31 その状態はどれくらい続きましたか。(○はひとつだけ)



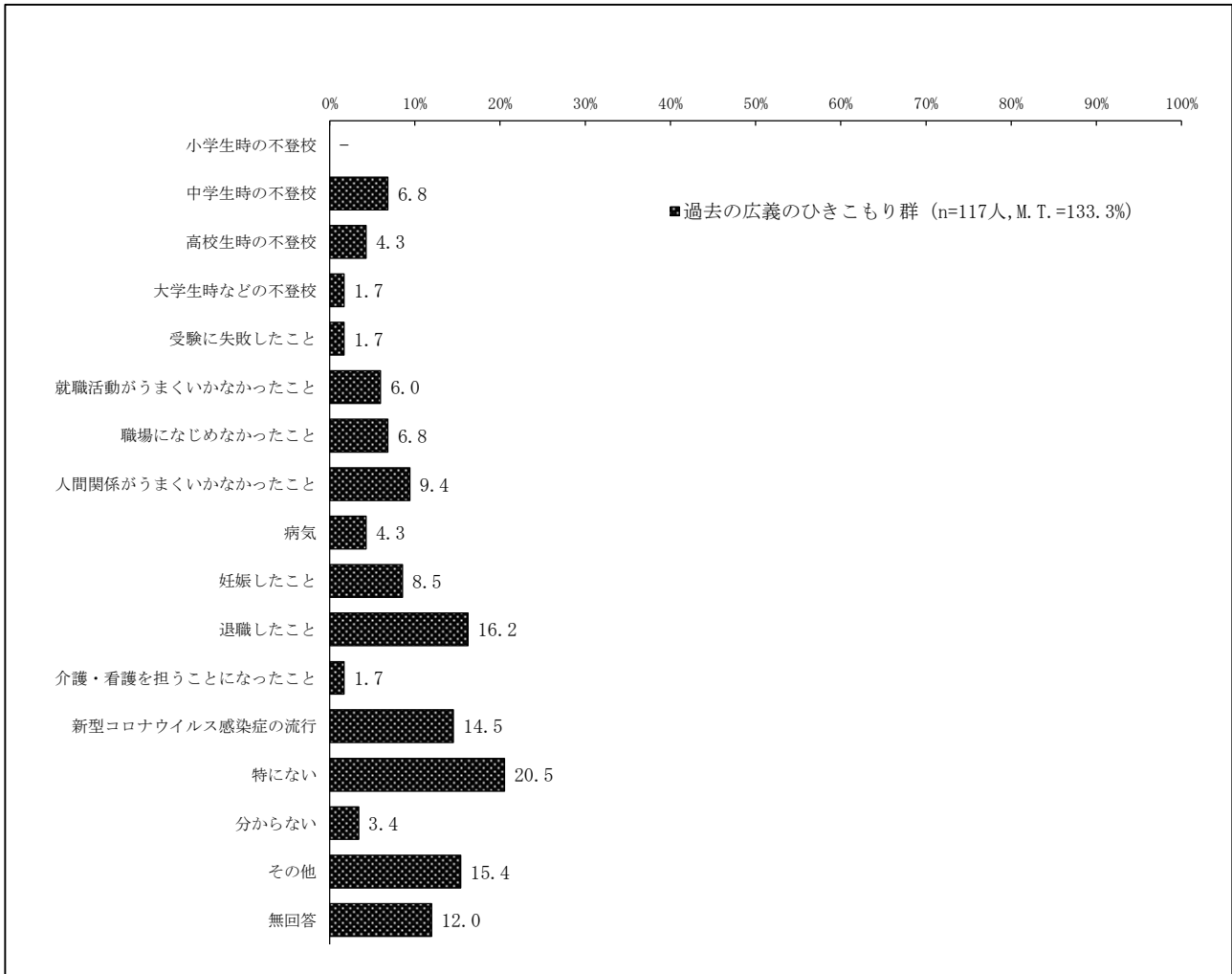
3.2 【本人票】過去に初めてひきこもりの状態になった年齢

本人票Q32 初めてその状態になったのは、あなたが何歳の頃ですか。(数字で具体的に)



3.3 【本人票】過去にひきこもりの状態になったきっかけ

本人票Q33 その状態になったきっかけは何でしたか。(〇はいくつでも)



34 【本人票】ひきこもりの状態ではなくなったきっかけや役立ったこと

本人票Q34 その状態から、Q20で回答した現在の状態になったきっかけや役立ったことは何だと思いますか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋し、きっかけや役立ったことを内容別に分類した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

<就労（アルバイトを含む）に関連すること>

就職。
アルバイトを始めたこと。
再就職先ができた。
仕事を再開したから。
復職。
仕事に行っているから。
適性のある仕事に就けたから。
直雇用にこだわらず、派遣社員になったため。
知人から現在の職場を紹介されたこと。
オンラインゲームを断って就職したこと。
コロナが少しおさまってきた時に仕事ができるようになった。
仕事をして給料をもらうために仕事を頑張っている。

<家族や友人、知人等に関すること>

家族の協力、支え。
周囲の方達の支え。親や友人。
不登校の頃、親が無理に登校させようとせず、家に居させてくれたこと。高校の時知り合った人が、仕事を手伝わせてくれたこと。
家族がうつ病の状態に対して理解してくれて精神科への通院などバックアップしてくれたこと。
親の近くに引っ越してきて、育児など一人で抱えこまなくなった。
新しい友人がオンラインでできた。
前所属部署の同僚や上司の方が前所属部署に戻るよう進めてくれて、力をかしてくれたこと。

<生活状況や社会状況の変化>

就職、資格取得、独立と予定通り進んだこと。
環境の変化（引っ越し）。
授業形態の変化。
転居に伴い生活が一変したことに加え、コロナがおこったため出られなくなったから。
コロナウイルス感染が落ちついたから。
高校入学。
国家試験に合格したこと。

<家族状況の変化>

子どもが成長して、一緒に外出できるようになったから。
義父の死。母の仕事の手伝い。祖母の介護。きょうだいひとり親家庭となったため子育ての手伝い。
子どもの結婚と母の他界。
家庭の諸々で時間に余裕がなかった。周囲の人とのつながりが支えになった。

<医療機関、支援機関等の利用>

中学生時代のいじめによる不登校後、高校入学後うつ病を患う。精神科通院を1～2年続け回復、通院や周囲の理解や支援があったため。
うつ外来に通院したこと（自分の状態を他人に話すこと）。
福祉サービスの自立訓練や就労移行事業所を利用している。

<自身の変化>

時の流れ。
遊びすぎて退屈になった。
退職してしばらくは心身ともにリフレッシュしたかった。

<妊娠、出産、育児>

妊娠、出産、育児のために。
妊娠で産休ー育休中だった。

<その他>

子どもが小学校に入学し、お金が必要になったから。
趣味。
家にずっと居ることが元々不向き。外に出ることが好き。仕事もあるし、育児家事もある。
子どもを預けられる環境が整っていた。夫の実家が近く、義両親が協力的で、職場復帰もスムーズだった。また、預ける幼稚園もすぐに決まった。
特になし。

【Q35以降はすべての方がお答えください。】

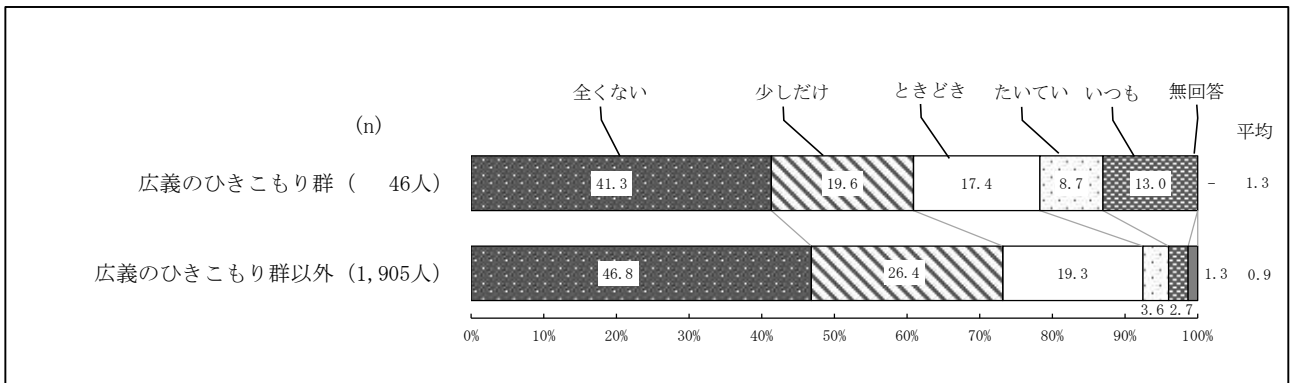
35 【本人票】 K6

K6について 一般住民を対象とした調査で、うつ状態や気分・不安障害などを把握するために米国で開発された6項目の質問である。6つの設問それぞれを0から4点とし、本調査では合計点が13点以上をカットオフポイントとした。

本人票Q35 過去30日の間、あなたがどのように感じていたかについておたずねします。あてはまるものに○をつけてください。(○は各項目につき、ひとつ)

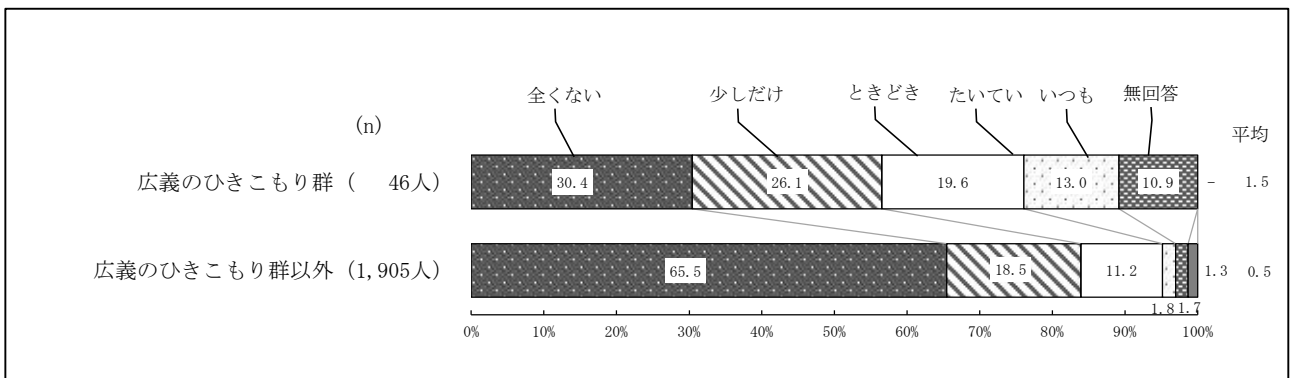
【本人票】

本人票Q35 (1) 神経過敏に感じましたか



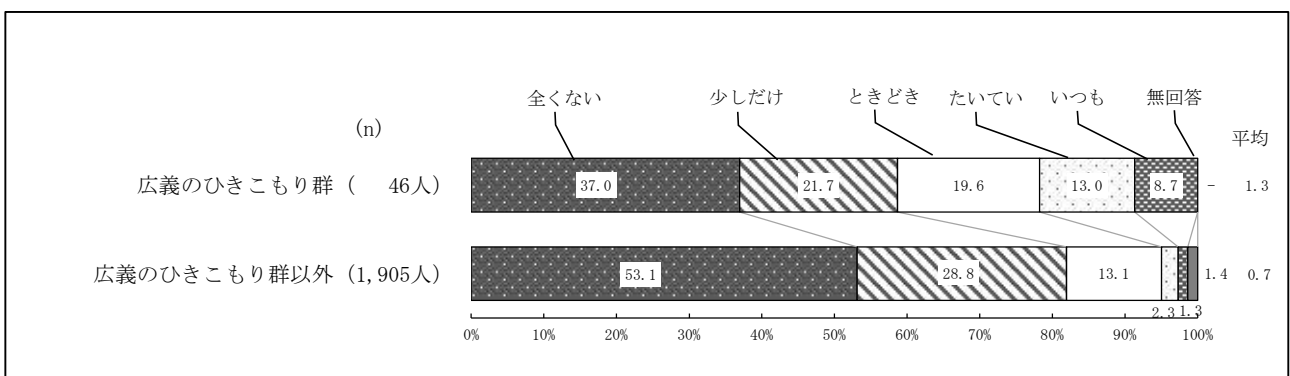
【本人票】

本人票Q35 (2) 絶望的だと感じましたか



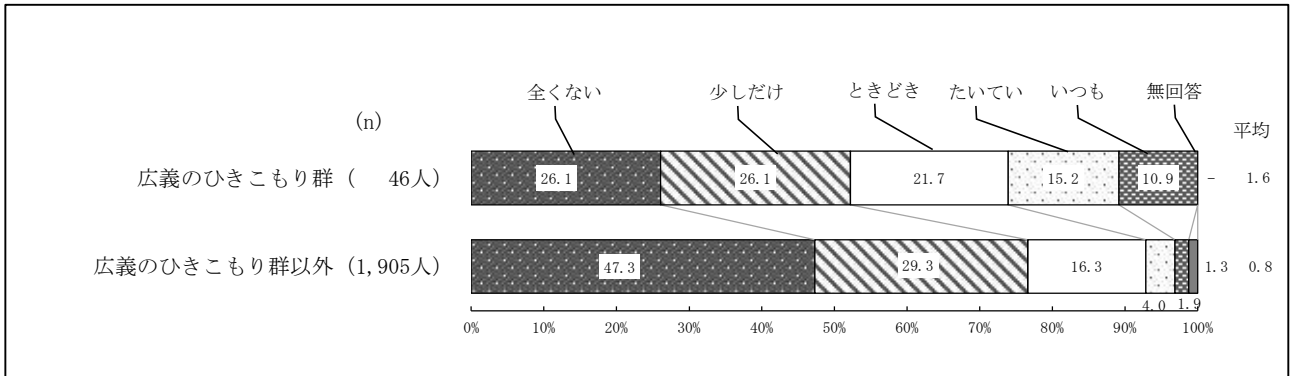
【本人票】

本人票Q35 (3) そわそわ落ち着かなく感じましたか



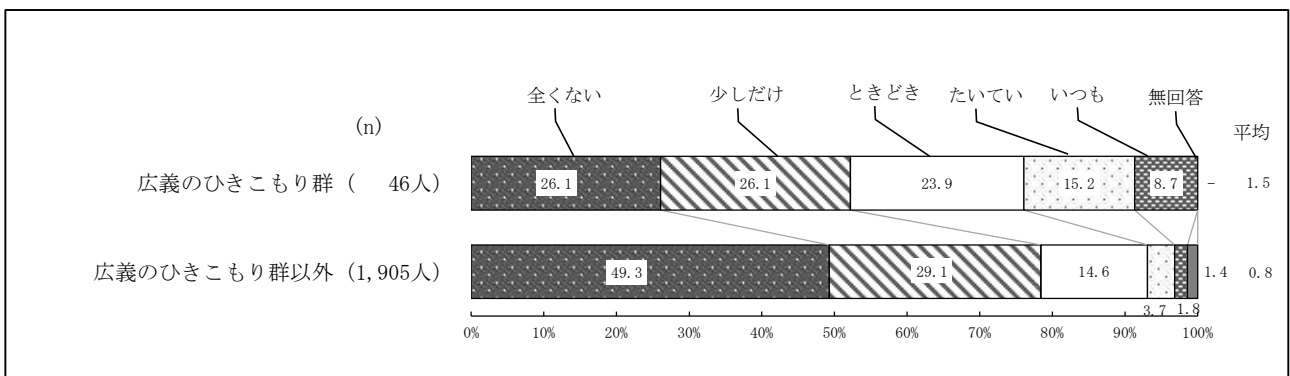
【本人票】

本人票Q35 (4) 気分が沈み込んで、何が起ころしても気が晴れないように感じましたか



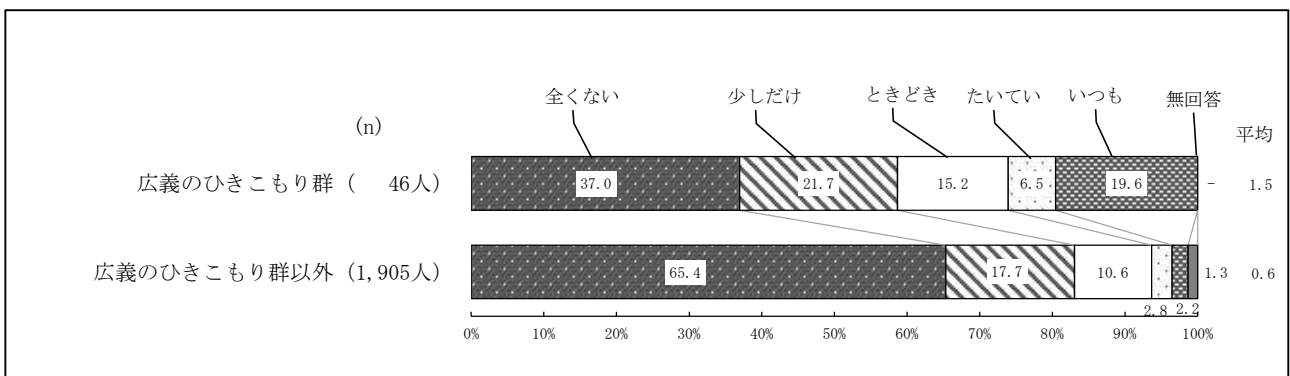
【本人票】

本人票Q35 (5) 何をするのも骨折りだと感じましたか



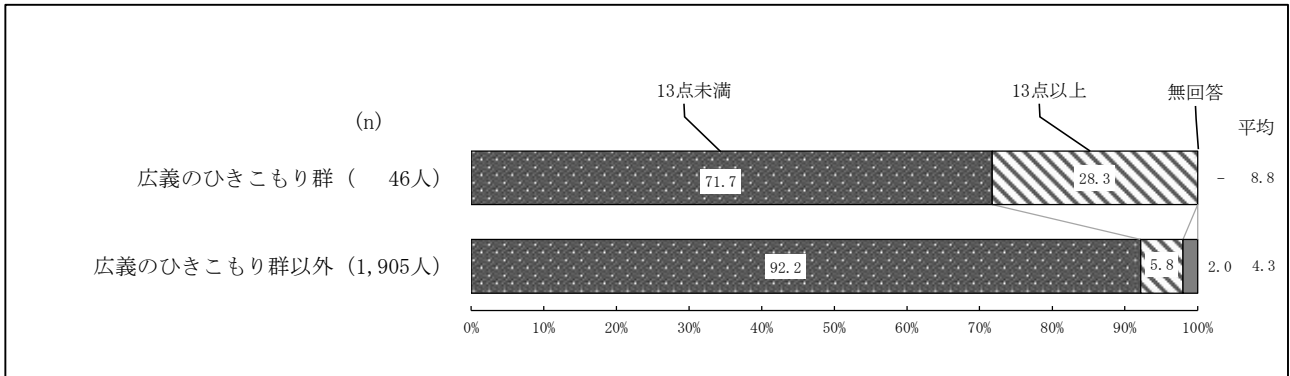
【本人票】

本人票Q35 (6) 自分は価値のない人間だと感じましたか



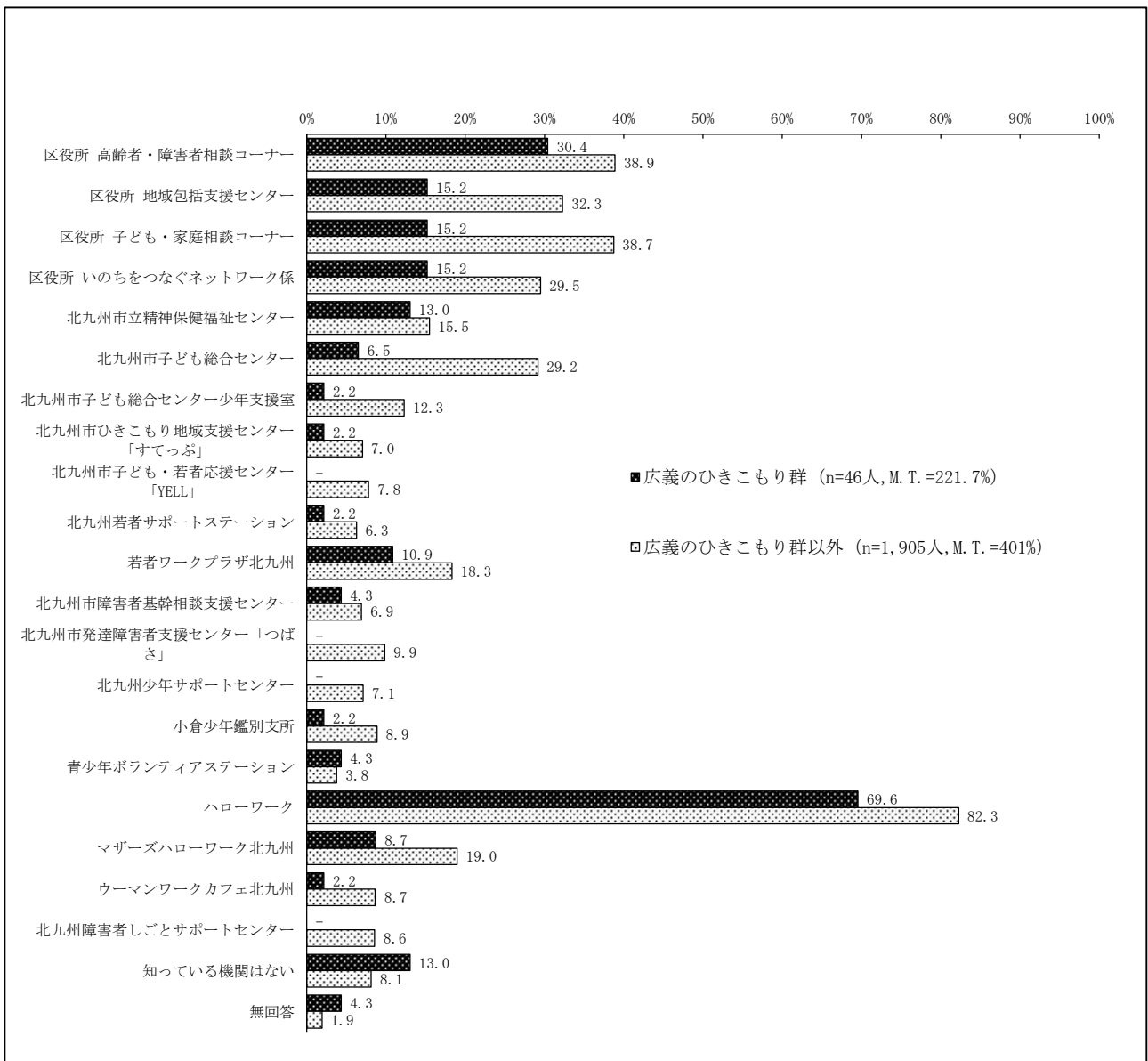
【本人票】

本人票Q35 Q35の合計点



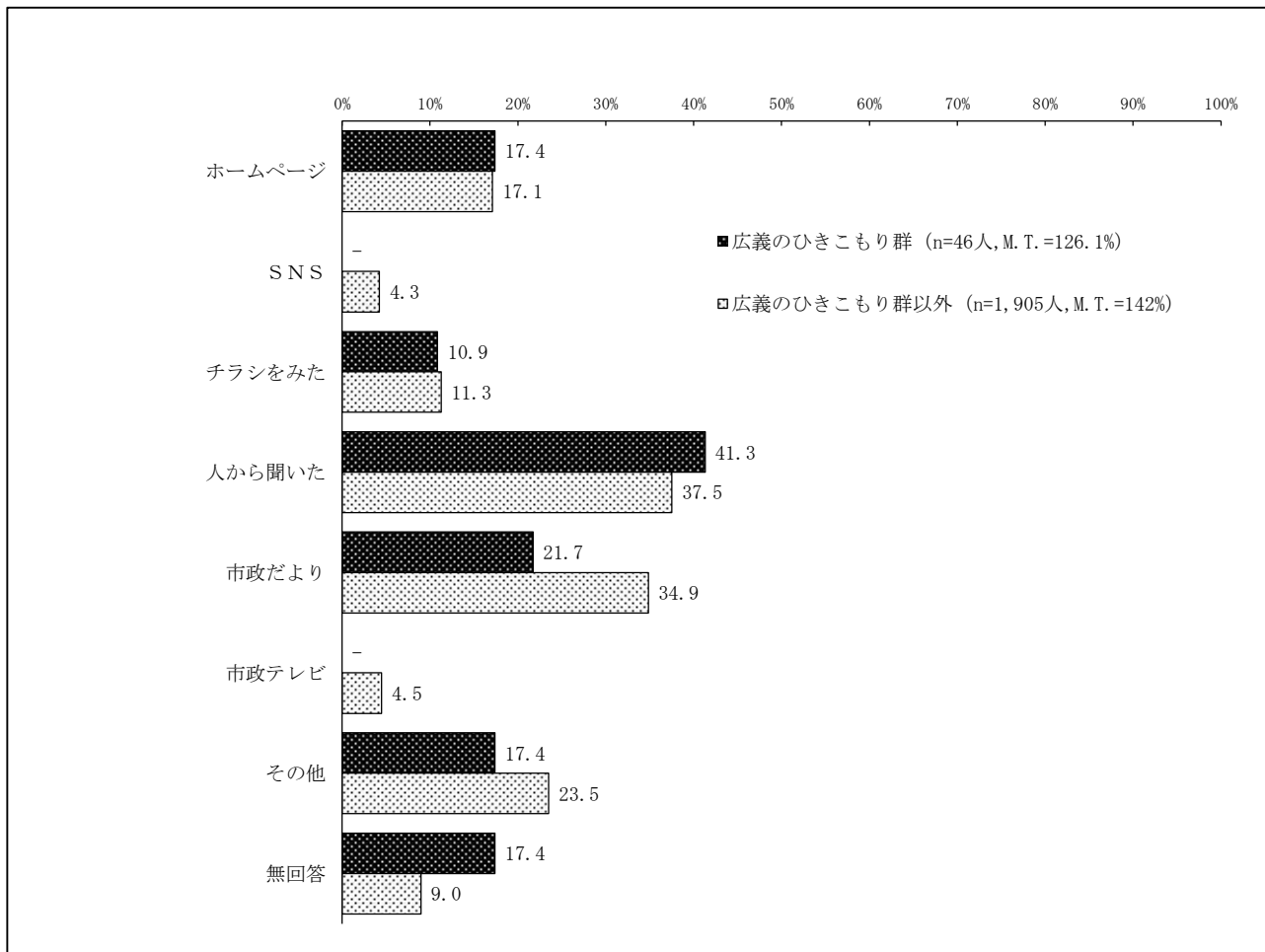
36 【本人票】相談機関の認知

本人票Q36 あなたは、以下の機関や事業を知っていますか。知っている項目に○をつけてください。(○はいくつでも)



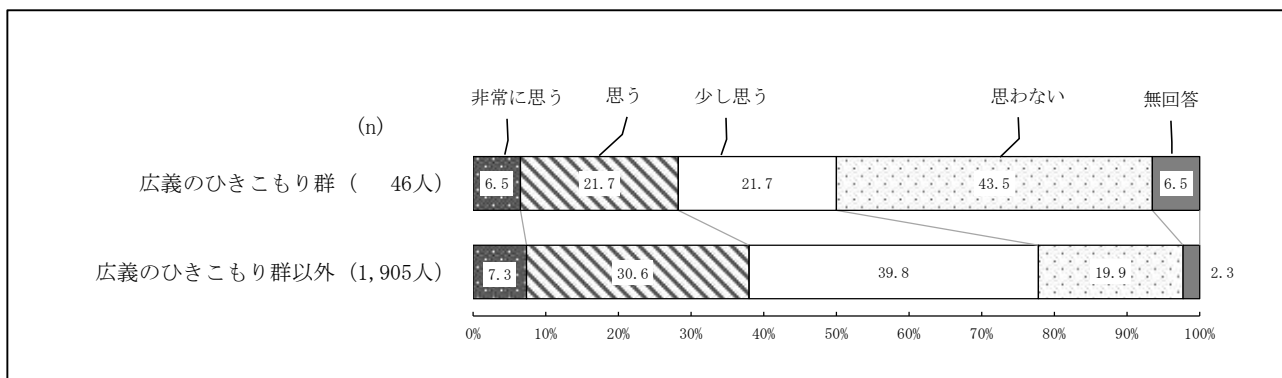
37 【本人票】相談機関の認知経路

本人票Q37 あなたは、その相談機関、事業があることをどのようなかたちで知りましたか。
(〇はいくつでも)



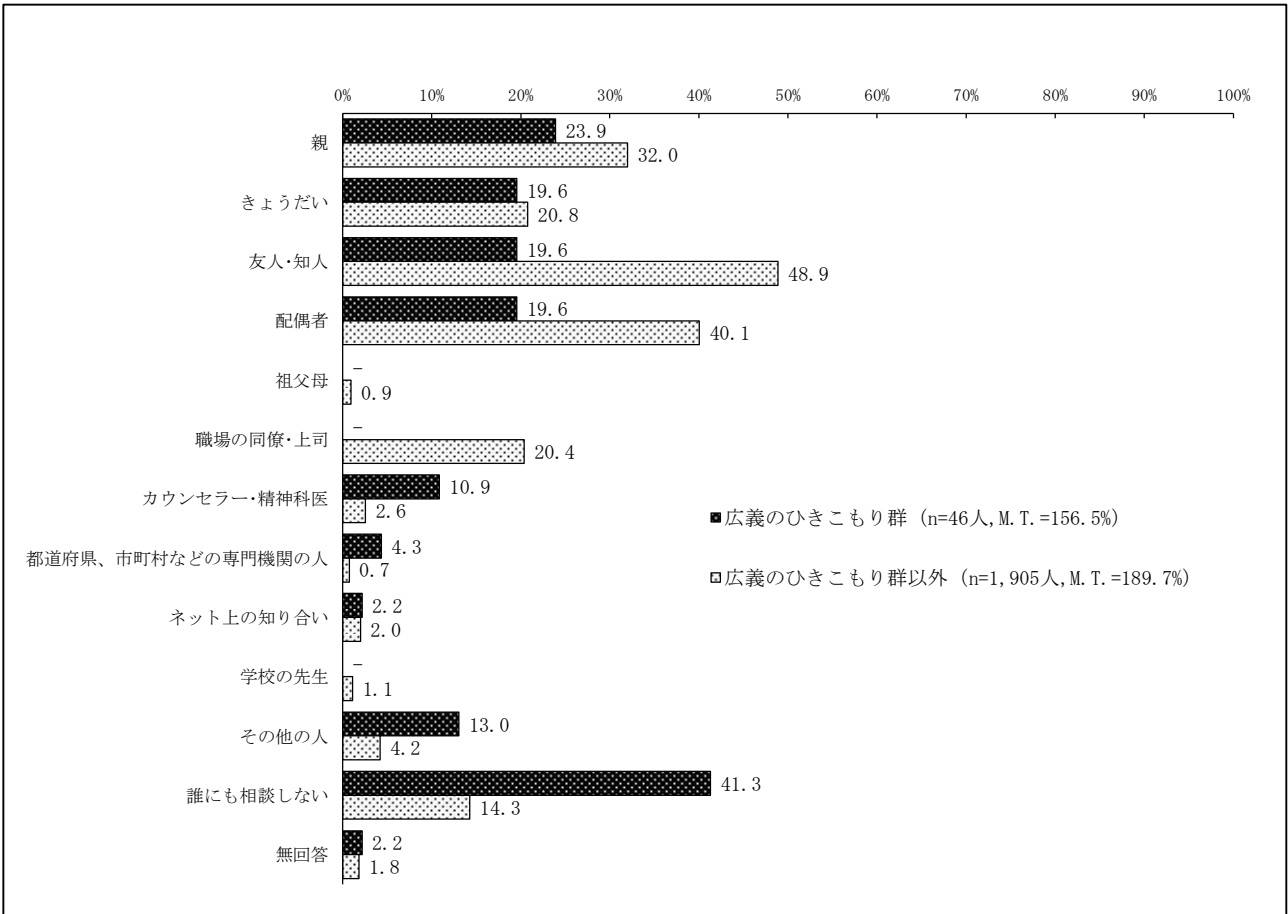
38 【本人票】悩みを誰かに相談したいか

本人票Q38 あなたはふだん悩み事を誰かに相談したいと思いますか。(〇はひとつだけ)



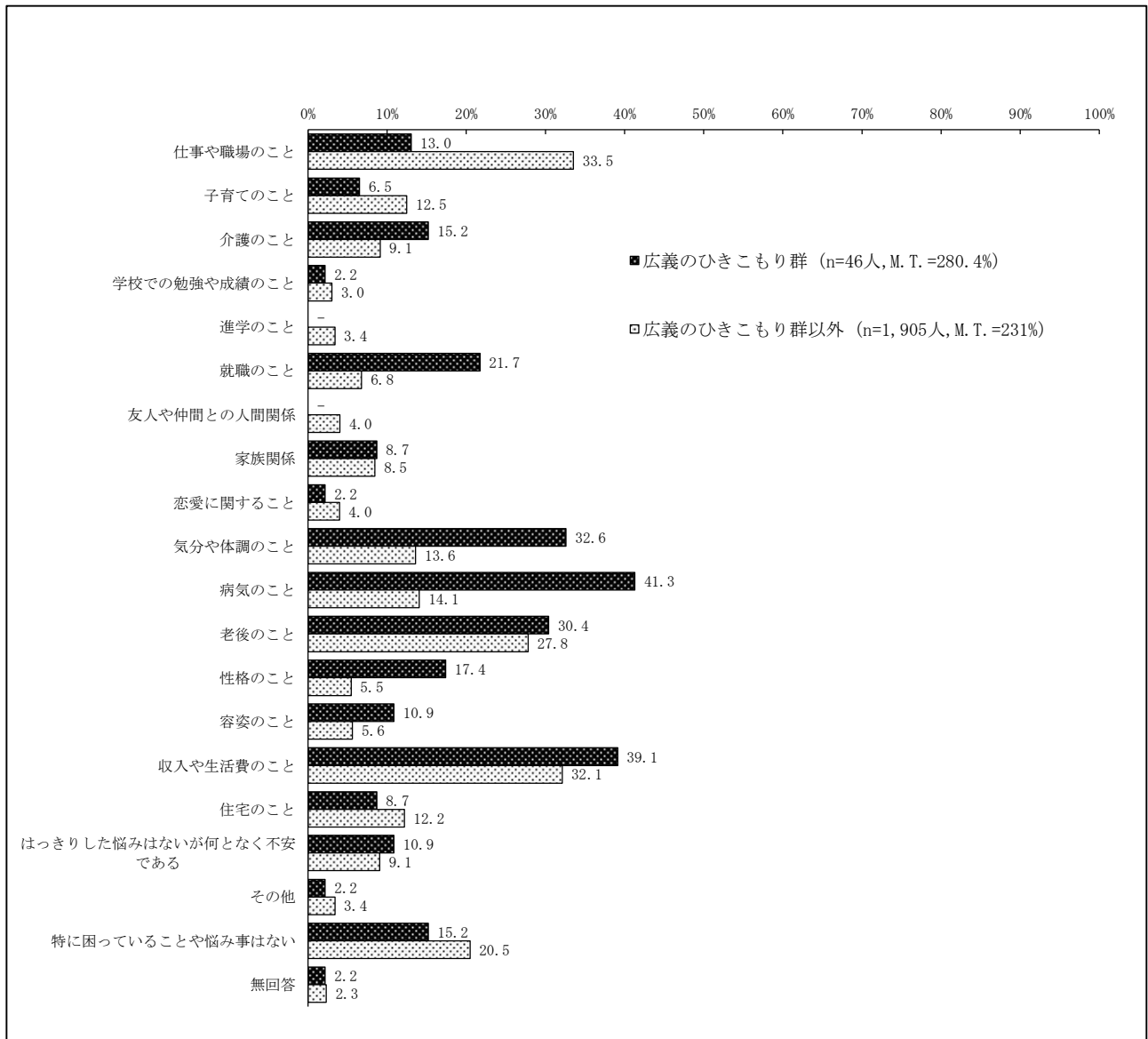
39 【本人票】悩みを相談する相手

本人票Q39 あなたはふだん悩み事を誰に相談しますか。(〇はいくつでも)



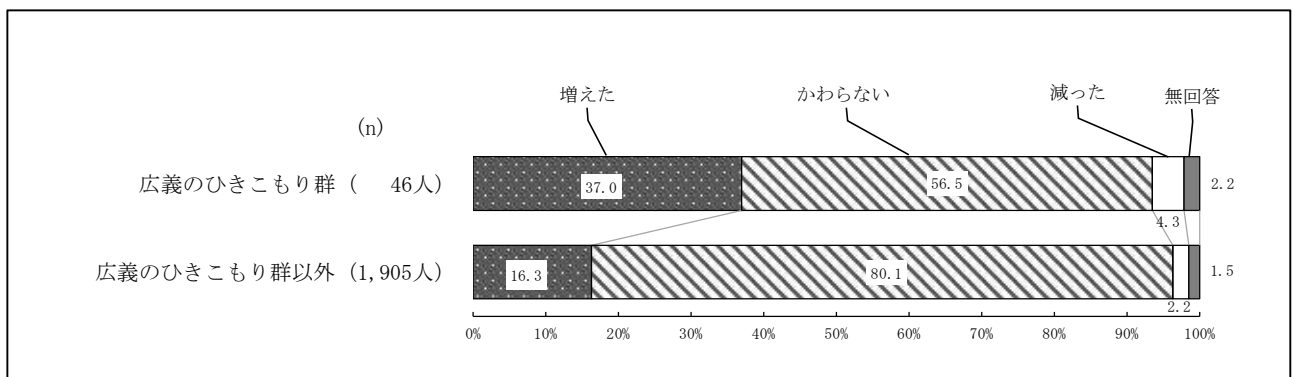
40 【本人票】困っていることや悩んでいること

本人票Q40 あなたが現在困っていることや悩んでいることはありますか。あてはまるものに○をつけてください。(○はいくつでも)



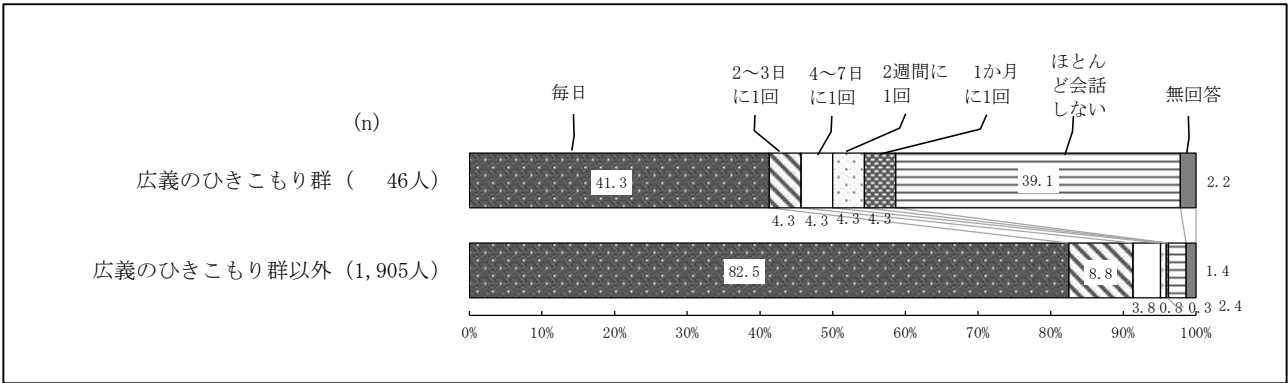
41 【本人票】新型コロナウイルス感染症流行前より孤独だと感じること

本人票Q41 あなたは、新型コロナウイルス感染症流行前より孤独だと感じることは増えましたか。(○はひとつだけ)



4 2 【本人票】ふだんの会話や世間話

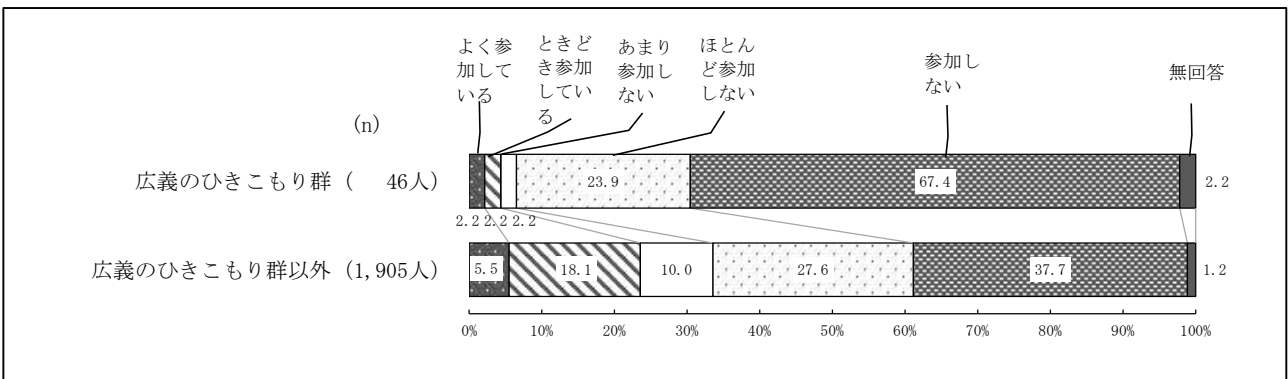
本人票Q 4 2 あなたは、ふだん人と会話や世間話をしますか。(〇はひとつだけ)



4 3 【本人票】活動参加状況

本人票Q 4 3 あなたは、地域の行事や、近隣にある趣味の活動によく参加していますか。

(〇はひとつだけ)



4 4 【本人票】支援のあり方についての意見

本人票Q 4 4 現在、北九州市では、身体の病気以外の理由でふだん外出ができない方たちへの支援のあり方を検討しています。こうした支援のあり方について、ご意見があれば、自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

<相談や支援に関すること>

難しい支援だと思うが、焦らず長い時間をかけて、少しずつ解決していくものだと思う。
その方達の気持ちを一番尊重すべきだと思う。
病気以外で外出できない方は、人それぞれ理由があると思う。外出ができない方に個々に理由を確認して、どうすれば外出できるようになるかを話し合っ、本人の意向をふまえた対応を考えていく必要があると思う。
サポートすることができることを伝えていく。その方の悩みを聞いてあげて、解決策や心の受け止め方などを一緒に考えてあげる。お仕事の紹介や職業訓練などの紹介。病院や介護施設等などの紹介。
現状、どの位の支援が行われているのか分からない上での意見。一人一人が抱えている事情が違うので、その人に寄り添った支援、伴走するような体温のある支援が必要と思っている。本人がどうなりたいたいのか、一番側でその人を支えている家族の望みは何なのか、本当の希望に寄り添った支援であればと思う。アウトリーチ支援は既にスタンダードだとは思いますが、思いつめて、いわゆる「引き出し屋」などに頼らずにすむように！と願わずにはいられない。
きょうだいの不登校になって感じたのは、誰かに話を聞いてもらうことの大切さ。私も家族等も色々な人が本人に話をしたが、あまり聞き入れてもらえなかった。それでもその後、カウンセラーの方や、学校に再び行き出してから保健室の先生などに共感をしていただいたり、アドバイスももらったりして、前を向けているようだ。本人はたくさんの方に恵まれて今があるが、孤独を感じている人や自分のことを話す勇気がない人等が安心して悩みや考えていることを相談できるような環境づくりをしていくことが必要だと感じる。(そういった機関を知ってもらうことなど) 非常に難しいことであると思うが、是非解決に向けて私達も取り組みたい。
インターネット、SNSなどを利用し、チャットのような形で気軽に相談できるとよいと思う。
仕事柄、医療に携わっているが、若い人であれば現在はSNSが便利だし、ほとんどの人が使っていると思うので、ネットなどをうまく活用しながら支援を行えばいいと思う。
外出しなくてもネット等で参加できるレクレーションの開催や支援があればよいと思う。
SNS等あるが、一番は、訪問して、顔を合わせるのが、よいと思う。
訪問診療を受けられる機会が増えたらよいと思う。
経験豊かな方が訪問して話を聞く。必要ならカウンセリングや薬をもらえる病院に紹介する。

<広報・啓発に関すること>

話を聞いてもらえるだけでも助かる人もいると思うので、チラシやCMなどで宣伝して、支援があるのを分かりやすくしたらいいと思う。
学校でどんな支援があるかを教えてもらえるといいと思う。
ネットなどで情報提供をしていただけると助かる。そのような支援について知るきっかけを得たいと思う。

インターネットやテレビCMを使って支援のお知らせをするべきかなと思った。そういう人たちにどのように情報をとどけるかも大事かと。

人と話したり、手紙やチャットでも誰かと交流するだけでも何かのきっかけになると思う。ボランティアなどで支援に協力できればと思うが、どこでどんなこと、どんな支援をしているか多くの市民が知れることも必要だと思う。

<話をする場、居場所>

誰にも話ができない状況の人達を助けてあげてほしい。少しでも話せるような場所があればいいと思う。

カフェのような形で話をしたりお茶をしたりして過ごすだけのものがあるとよい。支援とされると家で家族のために家事、子育てをしているのにつらい気持ちになる。

居場所を作ってあげてほしい。肉親以外に頼れる人を作ってほしい。

インターネット上で人との繋がりをもてる場があれば、外に出て人と実際に会うよりも気軽に参加できそうなのでよいと思う。

<家族や支える方等への支援>

同居家族の心労ケアも必要では？

普段外出できない方のお世話をなさっておられる方が孤立しないような支援が（多分、色々あると思うが）大切だと思う。知られたいと思っておられる方も多いかもしれないが、垣根を低くする考え方のようなものを普段から普通の認識にできるといいのではないだろうか。

本人へのサポートと併せて、周囲の人達へのサポートと精神的なケアが重要と思う。

<就労に関すること>

働きたくても働くことのできない（採用されない）若者に働くことができる環境を作ってもらいたいと思う。

在宅ワークの充実。

自身も1年半、無職を経験したことがあるが、ふだん外出しないようになった。就職活動を兼ねて何かを行う、施設（ポリテクセンター等以外で）があればよいと思う。

<地域での支えに関すること>

困りごとを気軽に発信できる場が地域があれば良いけれど、ドアを閉めれば同マンションでも人と会うことなどない。自分で何とかしなければと思っているが、繋がりがなさすぎるとも感じている。

コロナ禍もあり、仕事で悩む方、収入が減った方がおられると思う。誰かに相談できれば解決することができると思うが、そういった方は、相談する人がいなかったりすることが多いかもしれない。町内であったり、職場であったり身近な方がそういう状況に陥っていないか、私個人としては気をつけようと思った。

<その他>

貧困の方にはお金の支援を。精神的に困っている方には自宅訪問。
過剰な支援はやめて欲しい。本当に必要な方への支援強化。リハビリ施設充実。
ふだん外出ができない方から、意見を集めること。
同じような立場の人がいると心を明かせやすいと思う。機械的に接するだけでは熱意が伝わらず、支援する側もきついと思う。
実際に体験した人達が支援する側に向かう仕組みになるといい。
ひきこもりが非常識という考え方を 180 度変えてみてほしい。ダイバーシティの時代に外に出て周り与交流するのが正常だと思う一辺倒な考え方でなく、ひきこもってもいいじゃんと言える世の中に変えたら、皆生きやすい。
身近に該当する人がいないので考えたこともなかった。ご本人が“外出を望んでいるけど外出ができない”のであれば支援は素晴らしいと思う。自分自身そういう状態に陥った経験がないので何となく「甘えるのでは・・・」とか「ずるい・・・」みたいな気持ちを覚える所もあるので、色々な情報をこちらでも知ることで理解し、今後そういった方に出会った時に寛容になりたいと考える。
ご本人に会える場合は、専門の訪問支援の方や守秘義務を課せられるボランティアの方などに、訪問支援をしていただくなどはどうだろうか。少しでも外に出られる方には、市民センターに少人数で利用できるフリースペース等を定期的に（例えば、今もしている月 1 回の子育て支援のような形で）立ち寄れる場所を作ったり、市内何ヵ所かにカフェのようなところを作ったりすることはどうだろうか。いずれにしても、医療との連携や関わる人の研修等は必要だと思う。また、不登校など、子どもの頃からの支援も、もっと手厚くしていただければと思う。
お役所を通すとお固くて全く自由がないのでやりたいことができない。支援したくてもできないことが多すぎる。
カウンセラー・精神科医・受診の機会の提供（きっかけ作り）。
交通手段の提供。在宅医療の提供。
高齢者比率が高いので、支援を願う。特に、買い物や、受診へのフォローを願う。
分からない。

4 5 【本人票】現在や将来の不安

本人票Q 4 5 現在や将来のことについて、不安に思うことはありますか。ご自由にお書きください。

以下では回答の一部を抜粋した。なお、回答からは個人が特定できないよう加工している。

経済面、収入など。
老後の生活費。年金も昔よりどんどん減っていく中、私達が支給される時に、それで生活していけるのか。
老後のこと。子育てに現在お金が必要なので将来のために貯蓄できていない。子どもには迷惑をかけたくない。
将来の生活、年金等不安に思う。できるだけ健康に気をつけて、働き続けようと思うが不安。
共働き下での子育て。コロナや子どもが病気になった時等、仕事と育児・家事の両立が心許ない。
まだ今は育休中で働いていないが、働けるようになった時、働きやすい&子持ちOKの求人が多くあればいいと思う。
母子家庭のため、自分が病気になったら、子どものことが心配。
北九州市は女性の貧困がとても多いと思う。シングルマザーの方も多。そのため子どもも貧困の人生から抜け出せない。収入が余裕ある生活ができる、社会作り等をこれからの政治に望む。日本大丈夫?とってしまう。
単身者は自由で楽しめていると思われることが多い。高収入でない限り生活は苦しい。
難病のため、体の調子に波がある。フルタイムで働いたことがほとんどなく、現在もパートで4～6時間勤務。経済的にゆとりがないのが不安。決して高くない収入だが、毎月通院で1万円近くかかる。(特定疾患受給者証ありでも)かなり痛手。貯金ができないのでこの先、入院、手術となると生活できるかとても不安。
この先、ちゃんと就職できるのか。
将来、何の仕事に就いたらいいか全く分からない。
不妊治療中でなかなか子どもを授からず常に不安を感じている。
親の介護。
家族が病気のため、介護からくる不安。
子どもの病気。先が見えないこと。
子どもの発達や育児中の自分の働き方など色々不安に思うことはあるが、幸い相談窓口を利用できているし、以前より前向きに考えられるようになってるので大丈夫。
私達が大人になった時、経済や社会的環境はどうなっているのかという不安がある。成人して少しずつ私達世代が社会をつくっていかねばいけない中で普通の生活ができるのか。自分達が今の親の年になった時、自分の子どもやその先を生きる人たちが希望をもって生きていける世の中にするために、私達の生活に支障が出ない程度でできることは何でもしていきたい。
精神的な理由から現在休職中。転職を考えているが、コロナ禍ということもあり、どのように動いていけばよいか不安に思っている。引っ越したばかりで北九州で相談できる人がいない。
コロナ禍で友人等あまり会えないこと。
コロナが一日も早く終息して欲しい。とても疲れる。
コロナが落ち着いて以前のような社会に戻ってしまうと自由な働き方ができなくなるか。現在、充実しているため。不自由はあるが…。

どうなるかわからない不安はあるが、その時できることを考えてやっていくしかないかな、と
思っている。