

\\Voice\\ 当事者の声

ひきこもりの当事者だった2名の方に、
相談窓口の相談員を交えて、
お話を伺いました。

30代男性 Aさん

中学1年生の時から徐々に学校に行かなくなり、高校2年生からは自宅から出なくなりました。

きっかけは…はっきりした理由はなく、何でも相談できる存在だった人が亡くなったことや小学校の先生との関係性が影響しているかもしれません。

当時は「これからどうしよう？取り残されてしまう」という焦りと、「このままでもいい」という気持ちの両方を感じていましたね。

6年くらい前に家族の紹介で窓口相談に行きました。一人で区役所に来るのを目標に、2年かけて相談員の方と少しずつ外出できる距離を延ばしていきました。ひきこもっている間に家族から急かされるようなことを言われたことはなくて、もしそうだったら今と状況は違うかもしれません。子どもたちの学習支援や就労体験などを通して、今は自分に自信がついた気がします。焦らず、ゆっくりでいいんだと思います。



相談員より

家族と相談に来たAさん。当初から優しく、家族と仲良く話していました。ゲーム感覚で外出する距離を延ばしながら、Aさんのペースでじっくり積み重ねていったことが大きかったのだと思いますね。これから働き始めて生活が変わっていても、ありのままのAさんであってほしいし、いつでも話をしに来てほしいですね。



20代女性 Sさん

初めて窓口相談に行ったのは、冬のとても天気の悪い日でした。当時は人に会いたくなくて、家族と一緒にあえてその日に行きましたね。

最初は相談員の方の中でも一部のひとしか関わることができませんでした。好きな野球の話やキャッチボール、ダンスをしながら、徐々に関係を築いていくことができました。保育施設での就労も経験したのですが、子どもとの関わりはもちろん、そこで一緒に働いた職員の方と仲良くなりスイーツを食べに行ったのも良い思い出です。少しずつ色々な体験をして社会と関わっていくうちに、今は仕事や一人暮らしにもチャレンジしたいという気持ちが生まれています。

もし当時の私と同じように悩んでいる方がいたら、「自分から行動してみたら少し何か変わるかもしれないよ」と言ってあげたいですね。

相談員より

Sさんと知り合ってから5年になるでしょうか。発売日にCDを買いに行ったり、ダンスイベントに出るために練習したり、職員と一緒に少しずつ体験を重ねてきました。Sさんは就労を目標にパソコンの勉強をしていますが、集中力や熱心さに講師の方も目をみはるほどです。Sさんのペースで頑張りすぎずにいきましょうね。



初めまして、私たちは豊島区ひきこもり相談窓口で相談員をしています

今ひきこもっているあなたへ

今何か困っていること、誰かに話したいなあって思っていることはありませんか？私たちは決して正論を押し付けたり、無理やり支援に結び付けたりすることはありません。もしも、私たちが必要になったら、いつでも連絡をしてください。



家族や周りの皆さんへ

家族・関係者からの相談についても対応します。これまで、仕事に就いてはすぐに辞めてしまう子の将来を不安に思う両親からの相談もお受けしました。どんな相談でも構いません。必要な時どうぞ私たちを思い出してください。