

こころの健康づくりだより

～こころの健康づくり対策協議会より～

○ひきこもりとは…

「ひきこもり」とは、病名ではなく状態をあらわす言葉です。

「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」（厚生労働省2010）では、ひきこもりを「様々な要因の結果として社会的参加（義務教育を含む就学、非常勤職を含む就労、家庭外での交遊など）を回避し、原則的には6ヶ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態（他者と交わらない形での外出をしてもよい）を指す現象概念」と定義しています。

「自室からほとんど出ない」「自室から出るが家からは出ない」という人だけでなく、「近所のコンビニ等には出かける」「趣味の用事の時だけ外出する」という状態が半年以上続いている人も含みます。

つまりひきこもりとは、外出ができるかどうかが基準ではなく、家族以外の人との関わりがない状態、または家族とすらもない状態のことを指しています。

○「ひきこもり」の要因

個々のケースの背景にあるもの

ひきこもりの背景には、

- ①精神疾患を有すると思われる場合
- ②精神疾患を有しないが、もともと対人不安が強く、コミュニケーションの苦手感をもつ発達障害、またはその傾向を持つ場合
- ③精神疾患も発達障害も認めないが、対人不安が高く、社会参加に困難を抱えている場合
- ④ある時期まで社会適応できていた人たちが、何らかの挫折やダメージからひきこもる場合

など様々なタイプがあります。

ひきこもり状態に陥る要因は、いじめや体罰、受験や就職活動の失敗、失業、病気などが挙げられます。今の世の中が、昔と比べてはるかに生きづらい、世の中になっていることも、知っておいたほうがいいでしょう。

「ひきこもり」は、長期化すると精神障害の症状や家庭内暴力などの問題行動が表れやすくなります。ぜひ、抱え込まずご相談ください。



ひきこもり相談窓口

- ・三重県ひきこもり地域支援センター（三重県こころの健康センター）
ひきこもり専門電話相談 相談専門電話 059-253-7826
実施日時：月曜日～金曜日（祝日を除く）9時～16時
※水曜日は依存症専門相談と同時に実施
※面接相談の予約は、事前に専門電話相談へご連絡ください
- ・桑名保健所 地域保健課 0594-24-3620
- ・子育て健康課 377-5652 保険福祉課 377-5659
- ・就労支援機関 四日市障害者就業・生活支援センタープラウ 354-2550

有料広告掲載欄

CCNet光

無料スマホ教室

※予約制

受講料

0 円

■はじめてスマートフォンを使用される方へ

- # 1つ1つの操作の不安解消
- # スマホを使って快適な生活
- # 「知りたい」がわかる！！

開催日時
毎月第4水曜日 14時から16時
開催場所
CCNet北勢局
問い合わせ先(フリーコール)
0120-441061

限定
8名

北勢局ご案内QR

