

令和7年度 文京区版ひきこもり総合対策について



令和7年8月22日

生活福祉課 自立支援担当



文京区版ひきこもり総合対策



1. 令和6年度ひきこもり支援の取組について

- (1) 文京区ひきこもり支援センター報告
- (2) ひきこもり等自立支援事業（STEP事業）報告

2. 令和7年度ひきこもり支援の取り組みについて

- (1) 相談・支援につながる体制の強化 ①効果的な情報発信の検討
②相談へのハードルを下げる
- (2) 区民も含めたひきこもりの方へのサポートの体制
重層的支援体制整備事業との連携
- (3) 令和7年度文京区ひきこもり支援活動計画

3. 広域連携支援の取り組みについて

1. 令和6年度ひきこもり支援の取組について

(1) 文京区ひきこもり支援センター報告



相談実績

		令和4年度	令和5年度	令和6年度
延べ相談(件)		164	271	253
新規相談(件)		43	56	47
相談者内訳	本人	11%	20%	23%
	家族	64%	59%	58%
	その他	17%	21%	20%

相談手法別実績

項目		件数(延べ数)
電話相談		125
メール相談		2
SNS等オンラインによる相談(メール除く)		0
来所相談		97
訪問による相談		25
その他	同行	3
	郵便	1
計		253

新規相談_初回相談の相談者

項目	最初の相談者（人数）						小計
	当事者	親		兄弟姉妹	その他のほか、不明等		
		うち、50歳以上	うち、80歳以上				
電話相談	5	1	8	0	3	8	24
来所相談	4	1	12	5	3	4	23
訪問相談	0	0	0	0	0	0	0
計	9	2	20	5	6	12	47

年代別、性別の実相談人数

項目	性別			実人数
	男	女	その他	
10代	5	3	0	8
20代	8	5	0	13
30代	7	4	0	11
40代	9	7	0	16
50代以上	11	9	0	20
年齢不明	3	0	0	3
計	43	28	0	71

1. 令和6年度ひきこもり支援の取組について

(2) ひきこもり等自立支援事業（STEP事業）報告（相談実績）



相談実績

	令和4年度	令和5年度	令和6年度
延べ相談(件)	818	998	984
新規相談(件)	31	29	22

相談手法別実績

項目	件数（延べ数）
電話相談	173
メール相談	0
SNS等オンラインによる相談(メール除く)	0
来所相談	787
訪問による相談	24
計	984

新規相談_初回相談の相談者

項目	最初の相談者（人数）						小計
	当事者	親		兄弟姉妹	そのほか、 不明等		
		うち、50歳 以上	うち、80歳 以上				
電話相談	0	0	2	0	0	0	2
メール相談	0	0	0	0	0	0	0
SNS等オンラインによる相談	0	0	0	0	0	0	0
来所相談	5	0	19	1	0	0	24
計	5	0	21	1	0	0	26

年代別、性別の実相談人数

項目	性別			実人数
	男	女	その他	
10代	5	9	0	14
20代	30	13	0	43
30代	21	4	0	25
40代	15	5	0	20
50代以上	5	2	0	7
年齢不明	0	0	0	0
計	76	33	0	109

1. 令和6年度ひきこもり支援の取組について



(2) ひきこもり等自立支援事業（STEP事業）報告（居場所等）

【居場所支援】 延べ利用者497名

フリースペース	SST	女子会	よつば庵	カフェレオン
212	178	9	5	93

【社会参加体験活動】 延べ利用者17名

社会参加準備	地域交流	農業体験
0	17	0

【その他支援】 延べ利用者86名

定着化 サポート	ジョブコーチ
59	27

講演会

実施月	講演会タイトル	参加人数
6月	“「ひきこもり」からの生きなおし”～社会と離れてもう一度つながるまで～ 講師：岡本 圭太氏（社会福祉士、精神保健福祉士）	39
10月	“ひきこもりのご家族の関わり方”～ゼロから学ぶ“ひきこもり”へのケア～ 講師：益田 裕介氏（精神科医、早稲田メンタルクリニック院長 YouTuber）	80
2月	“ひきこもり家族のライフプラン” 講師：畠中 雅子氏（働けない子どものお金を考える会、ファイナンシャルプランナー）	37

茶話会

実施月	5月	7月	9月	12月	1月	3月
参加人数	6人	12人	9人	10人	10人	12人

2. 令和7年度ひきこもり支援の取り組みについて



【文京区ひきこもり支援の目指す方向性】

ひきこもり本人・家族等 つながる体制にむけて

効果的な情報発信の検討
相談へのハードルを下げる取組の検討

区民 受け止め、支える地域共生社会にむけて

ひきこもり支援に関心のある区民を増やす
ひきこもり本人にアウトリーチできる区民を育成する
ひきこもり地域共生サポート事業（新規）の実施

支援機関・支援者等 支援の連携強化に向けて

多機関・多職種連携を図る
重層的支援体制整備事業との連携を深めていく

令和7年度

＜効果的な情報発信の取組①＞

- ・STEP事業講演会のチラシ（表面）を改善
ひきこもり情報誌配布の周知など
- ・区HP、SNSの改善

＜ひきこもり地域共生サポート事業の実施＞

- ・アウトリーチサポーターの養成から活動管理、フォローアップまでの体制整備

＜重層的支援体制整備事業との連携強化＞

- ・旧ひきこもり等自立支援会議を重層的支援体制整備事業連絡会に移行
- ・ひきこもり地域共生サポート事業の実施
（重層的支援体制整備事業の参加支援事業として実施）

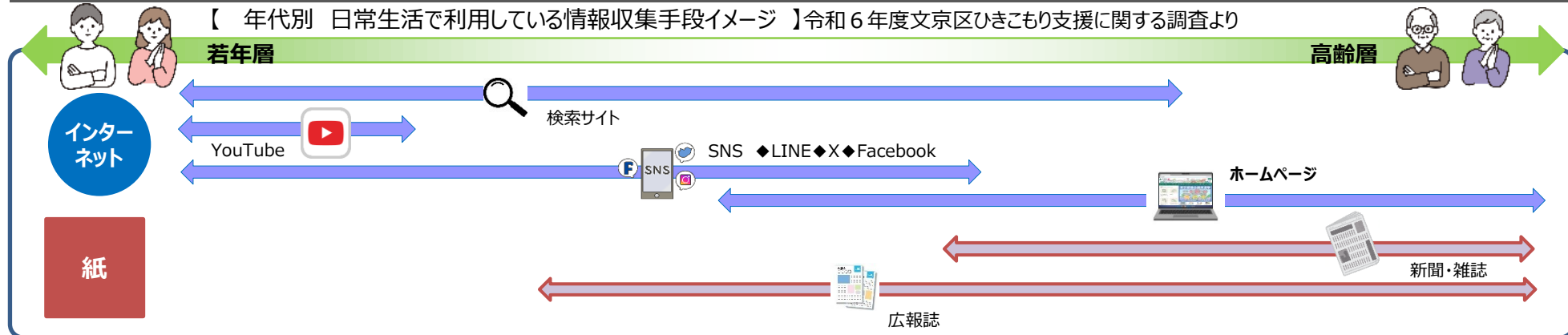
2. 令和7年度ひきこもり支援の取り組みについて

(1) 相談・支援につながる体制の強化 ①効果的な情報発信の検討



年代に合わせた効果的な広報

【年代別 日常生活で利用している情報収集手段イメージ】令和6年度文京区ひきこもり支援に関する調査より



キャッチやすくわかりやすい情報の展開

紙

内容の改善

全年齢層に効果的な周知

- ◆ チラシを活用した相談窓口、情報誌配布等の周知
- ◆ 区報、イベントポスター、チラシに相談窓口QRコードの掲載
- ◆ STEP事業の概要がわかるチラシの作成（資料第3号）

ネット

ホームページの改善

中高年以上の利便性の向上

- ◆ 検索キーワード、検索エンジン用説明文の設定
- ◆ 説明部分を簡易にし、文章量を削減

ネット

SNSの改善

若者世代に届きやすいメッセージ

- ◆ アイコンとしての画像活用
- ◆ 相談窓口の告知



必要な情報の提供

ひきこもり本人、家族に向けて

- ◆ ひきこもり経験者のニーズを基にした情報提供
- ◆ 相談、居場所等、多種にわたる支援や多様なイベントのわかりやすい告知

区民に向けて

- ◆ 相談窓口、支援内容をわかりやすく掲載

【相談者からの声】

情報誌の内容は良いのにネット上で探したのが大変だった。わかりにくい。

チラシにひきこもり支援に直接たどり着けるQRコードがあったら良いのに



2. 令和7年度ひきこもり支援の取り組みについて

(1) 相談・支援につながる体制の強化 ②相談へのハードルを下げる



【ひきこもり相談のハードルを下げるために～より"つながる"仕組みづくりを目指して～】

私が相談してもいいの？

本名を言わなくてはダメ？

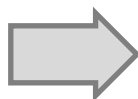
ひきこもり支援って何してくれるの？

予約は必要？

秘密は守られる？



課題：不安があると相談につながらない



- 相談までの「不安」を軽減させる情報発信を
- 居住している自治体には知られたくない
⇒ 広域連携の支援の拡充

支援につながるまでの「5つのハードル」
(厚労省「ひきこもり支援ハンドブック」～寄り添うための羅針盤～)

- ① 誰が相談できるのかわかりづらい
- ② 個人情報と求められることへの抵抗
- ③ 相談後、何が行われるか分からない
- ④ 予約が必要で、待つこと自体が負担になる
- ⑤ 他の人に知られないか不安がある



● 最初の一步を踏み出しやすくするための工夫 (一例)

・ オンラインでの相談受付

→「Logoフォーム」を活用し、初回相談の予約を受け付ける
ニックネーム等での申込も可能とする

・ 対面や電話での相談が難しい場合の対応

→必要に応じて、メール相談や手紙での対応を行い、
相談のハードルを下げる

2. 令和7年度ひきこもり支援の取り組みについて

(2) 区民も含めたひきこもりの方へのサポートの体制・重層的支援体制整備事業との連携



ひきこもりサポーター養成研修

- 【目的】 ひきこもりに対する理解者の裾野を広げる
【対象】 全区民 (R8年度～)
【内容】 ひきこもりに関する基礎知識

令和2年度～7年度まで民生委員に対する研修として実施。
令和6年度時点で民生委員の86%の方が受講済み

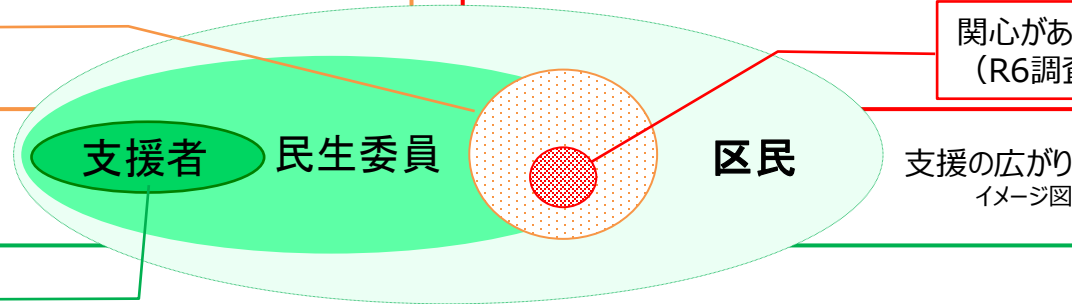
関心はあり、知識としては知っておきたい (R6調査: 50.8%)

アウトリーチサポーター養成研修

- 【目的】 自らが相談に来られない場合でも支援を届けることができる人材を増やす
【対象】 R6年度: 8名 R7年度: 9名。文京区在住者に限らず
【内容】 アウトリーチに関する知識等 全3回
【活動内容】 茗荷谷クラブのマッチングにより支援 (同行や訪問等)

※ひきこもり地域共生サポート事業での研修

関心があり、力になりたい (R6調査: 14.8%)



ひきこもり支援従事者養成研修 (重層的支援体制整備事業との連携)

- 【目的】 精神科医のスーパーバイズ等から、今後の支援に役立つ視点をもち、支援者としての資質向上を図る。
【対象】 福祉、教育、保健分野等で業務に従事している支援従事者
【内容】 ① アセスメントスキル向上研修 (初心者向け)
② 事例検討会 (全支援者向け)
③ ケースカンファレンス運営研修 (中堅職員向け)

HDSK会 ひきこもり支援できること探す会 (ひきこもり支援関係機関連携強化検討会)

- 【目的】 8050問題ケース支援に関連の深い支援関係機関の連携の強化を図る。
【対象】 高齢者相談係、社協、包括、拠点、茗荷谷クラブ ひきこもり支援センター
【内容】 ① 事例検討
② ひきこもり支援に関する情報共有

2. 令和7年度ひきこもり支援の取り組みについて

(2) 区民も含めたひきこもりの方へのサポートの体制・重層的支援体制整備事業との連携



【ひきこもり地域共生サポート事業】

・地域のひきこもり支援に関心のある人が、安心してアウトリーチ支援に継続的に関わることができる仕組みを作り、ひきこもり本人と関わる人を広げていくことで、地域共生社会の実現を目的として実施する。

【事業設計】

重層的支援体制整備事業
参加支援事業として実施

【事業内容】

- ① ケース検討：支援関係機関から事業利用についての問い合わせ等の対応
- ② アセスメント：支援関係機関とのケースカンファレンス
- ③ マッチング：登録されたサポーターと検討されたケースとのマッチング
- ④ 支援プラン作成：必要に応じて支援プランの作成、重層的支援体制整備事業事務局との打ち合わせ
- ⑤ 支援中のフォロー等：開始に向けての調整、活動管理（謝礼や保険等含む）、支援途中のフォローアップ等
- ⑥ ひきこもりアウトリーチサポーター研修
- ⑦ 登録後のサポーターのフォロー研修

【予算】 3,207千円

サポーター：Aさん

職業：会社員

Mさん：60代半ば・二人世帯

- ① 生活あんしん拠点
- ② 計画相談、社協、医療 等

ひきこもりがちだが人と話すことは好き。サポーターの訪問を楽しみにしている様子。一人で買い物や散髪へ出かけられるようになった。



サポーター：Bさん

職業：元会社員

Nさん：50代前半・単身世帯

- ① 生活あんしん拠点
- ② 生活福祉課、B型事業所 等

30年以上ひきこもり。生活スキルが乏しく不安が強かった。サポーター同行で買い物等経験を重ね、一人でできることが増えてきた。



サポーター：Cさん

職業：福祉職

Oさん：10代後半・三人世帯

- ① 基幹相談支援センター
- ② 茗荷谷クラブ、特支学校 等

サポーターが訪問、母と3人で雑談。波はあるものの少しずつ会話ができるように。



2. 令和7年度ひきこもり支援の取り組みについて

(3) 令和7年度ひきこもり支援活動計画



【STEP事業】

講演会 3回
対象：区民・家族

茶話会 6回
対象：家族

ほか 広域連携
(文京・千代田・台東)

日時	内容	対象
6月21日	講演会	区民・家族等
10月18日		区民・家族等
2月21日		区民・家族等
5月17日	茶話会	家族等
7月26日		家族等
9月6日		家族等
9月7日		家族等
11月1日		家族等
1月10日		家族等
3月7日		家族等

【UX女子会】

日時	内容	場所等
5月20日	女子会 つながる待合室	国立
6月18日		豊島
7月6日		武蔵野
7月17日		東大和
8月8日		文京
9月25日		日野
10月23日		国分寺
11月16日		昭島
12月18日		新宿
1月23日		杉並

【研 修】

日時	内容	対象
7月24日	HDSK会（本富士・富坂地区）	支援機関職員
7月28日	ひきこもりサポーター養成研修（全地区）	民生委員・児童委員
9月4日	ひきこもり支援従事者研修（アセスメントスキル向上）	福祉、教育、保健分野等で業務に従事している支援従事者
9月25日	HDSK会（駒込・大塚地区）	支援機関職員
11月20日	ひきこもり支援従事者研修（事例検討会）	福祉、教育、保健分野等で業務に従事している支援従事者
1月22日	ひきこもり支援従事者研修（カンファレンス運営）	福祉、教育、保健分野等で業務に従事している支援従事者

【会 議】

日時	内容	対象
6月26日	ひきこもり等自立支援会議	ひきこもり等自立支援会議委員
8月22日	重層的支援体制整備事業関係者連絡会	重層的支援体制整備事業関係者連絡会委員
12月18日	ひきこもり等自立支援会議	ひきこもり等自立支援会議委員
1月23日	重層的支援体制整備事業関係者連絡会	重層的支援体制整備事業関係者連絡会委員

3. 広域連携支援の取組



「文京区、千代田区、台東区」による3区連携事業（令和4年度～）

周囲の目による近隣へのアクセスのしづらさという課題を乗り越えるため、区の垣根をまたいだ広域連携支援を実施。
講演会、個別相談会、茶話会の相互利用

◆ R6年度 文京区民参加実績 23名（台東区開催4名、千代田区開催19名）



- ◆ 令和7年5月31日台東区開催
- ・ 講演会 29名（台東区9名、千代田区1名、**文京区9名**、都内6名、都外4名）
 - ・ 個別相談 9組 11名（台東区7組、**文京区1組**、都外1組）
 - ・ 茶話会 9名（台東区3名、千代田区1名、**文京区5名**）



告知データを提供、各区にて情報発信

3区相互にホームページにより情報発信。相互利用が認知されはじめ利用者数が増加傾向。

ひきこもりUX女子会（令和4年度～）

ひきこもり状態にある女性と家族を対象、申込不要のイベント。

令和4年度 5自治体
文京区、府中市、国立市、調布市、武蔵野市



令和7年度 10自治体
文京区、新宿区、杉並区、豊島区、武蔵野市、昭島市、日野市、国分寺市、国立市、東大和市



令和7年度は参加自治体の増加により開催場所、曜日のバリエーションを広げて開催。