



女性のひきこもり・生きづらさについての実態調査2017 結果の概要

一般社団法人ひきこもりUX会議

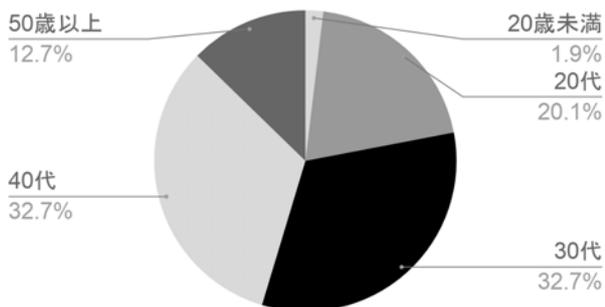
一般社団法人ひきこもりUX会議では、2017年9月から同年12月まで、全国各地で行った「ひきこもりUX女子会キャラバン」に合わせて全国で初めて「女性のひきこもり・生きづらさについての実態調査」を実施いたしました。性自認女性を対象とした自助会での出会いから多くの方々に回答のご協力をいただき、このような結果を得られることとなりました。

調査期間	2017年9月～12月
調査対象	全国のひきこもり等の背景や状態に起因する生きづらさを抱える性自認女性
配布方法	①全国10箇所で開催した「ひきこもりUX女子会全国キャラバン」実施会場 ②ひきこもりUX会議のブログやソーシャルメディアでの告知
回答数・方法	回答369名 ひきこもり女子会会場、郵送、ウェブでの受取
調査協力	公益財団法人日本財団

1. 年齢

15歳から60歳まで回答。平均年齢は37.7歳。ひきこもり調査の対象から外されがちで40代以上が40%以上回答している。女性の場合、ひきこもりつつ介護を担っている人も多く、将来の自分に大きな不安を抱えながら相談に行くこともできずに目の前の介護に追われている。また人間関係に不安があるためヘルパーなどが家に入ることに抵抗があり、一人で抱え込むことも多くなりがち。

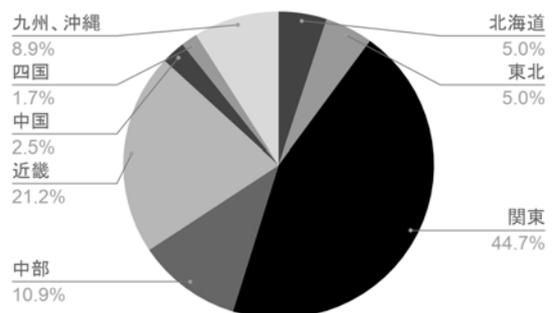
年代[回答数=364]



2. 地域

関東以外が半数以上。全国から回答があった。ひきこもりUX女子会全国キャラバンをおこなった成果。

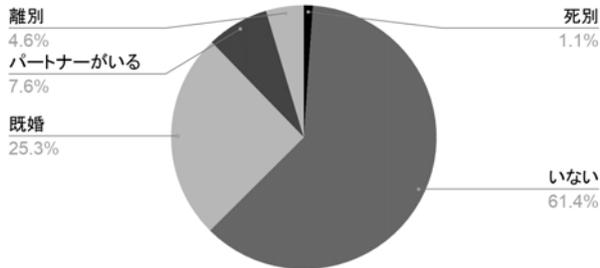
地域[回答数=358]



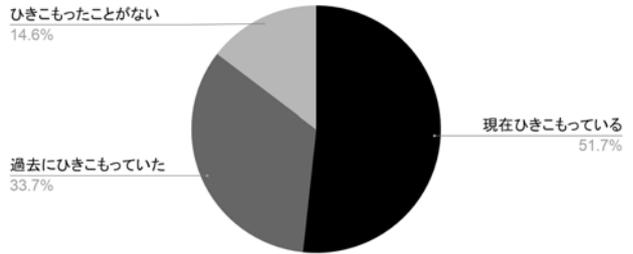
3. 既婚・パートナーについて

既婚女性が4分の1を占めている。通常、「主婦」は「ひきこもり」とみなされないため、当事者調査によって明らかになったデータといえる▼

既婚・パートナーの有無 [回答数=368]



既婚だがひきこもりを自認 [回答数=89]

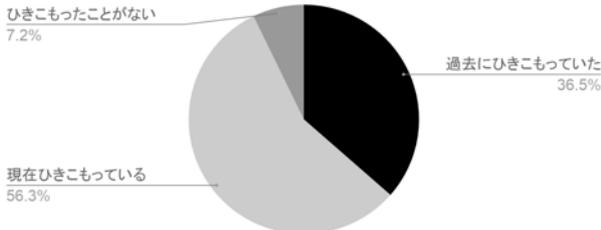


▲既婚者の中で現在ひきこもっている人が過半数を占めた。主婦のひきこもりは家族や周りも問題と感しないことも多くより見づらい。本人のつらさが理解されず孤独感、孤立感も強いと思われる。

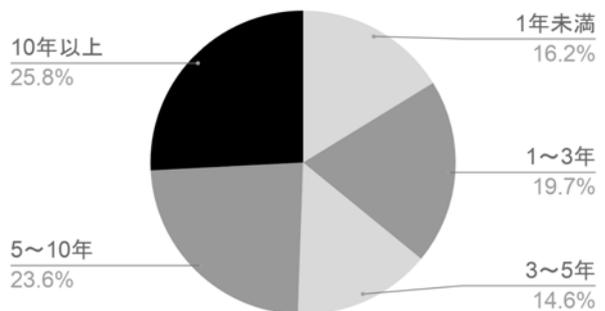
4. ひきこもり年数の長期化

5年以上のひきこもり経験者が約半数。10年以上が約25%。支援につながらないまま長期化し、女子会では「どこにも相談に行ったことがない」という声も多い。

現在のひきこもり状態 [回答数=362]



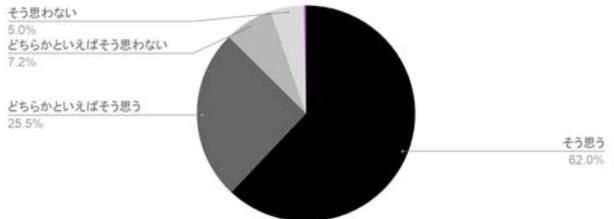
ひきこもり経験 [回答数=321]



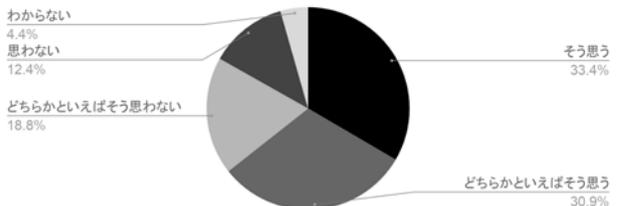
5. 男性への苦手意識

対人関係に漠然とした恐怖感をもっていると答えた方が90%近く。男性に苦手意識がある人も3分の2以上と高い。既存のひきこもり支援には女性向け、女性のみを対象としたものはほぼない状態。女性が安心して支援を受けられるようにする工夫が必要とされている。ひきこもりの原因やきっかけとして、DV、性被害を挙げた方は、それぞれ5%ずついる。

対人関係に漠然とした恐怖感がある [回答数=361]



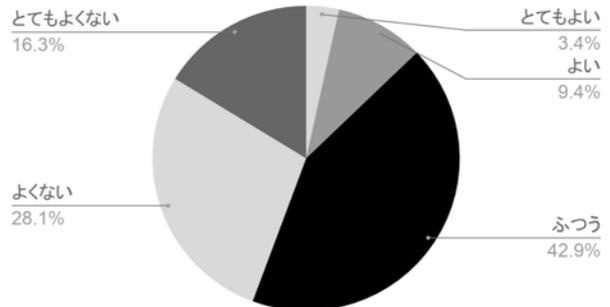
男性に苦手意識がある [回答数=362]



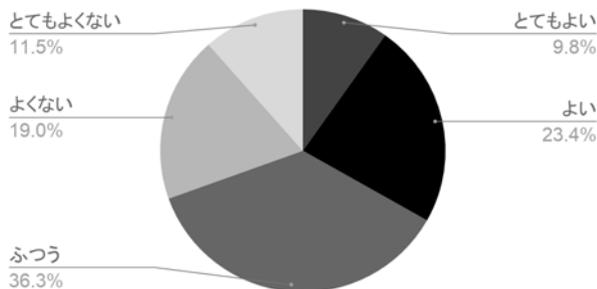
6. 支援のあり方について

就労支援サービスについては「よくない」「とてもよくない」が40%近く。医療サービスは肯定的評価と否定的評価がほぼ同率。当事者団体によるサービスに対する評価が高い。ソリューションよりもむしろ、居場所を求めている。友人づくりや居場所、変化のきっかけなど、何かを「される」場ではなく、自らが主体となりそこに居られる場が求められていると思われる。

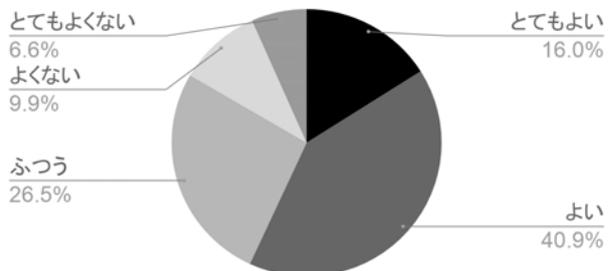
就労支援サービスについて[回答数=203]



病院/診療所などの医療サービス[回答数=295]



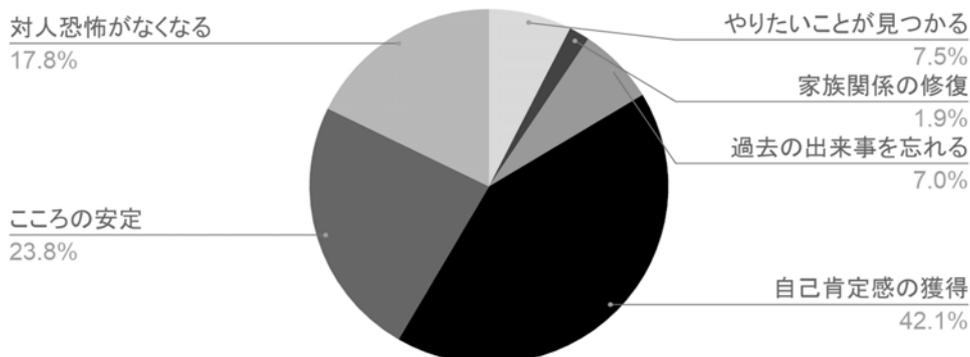
自助会など当事者団体によるサービス[回答数=181]



7. 安心できる場をつくること

ひきこもりの原因やきっかけとして58.8%が「コミュニケーション不安」を選んでいる。また、「人と交流したい」という人は76.6% (N=282) だが、「人の輪に入るのが怖い」と答えた人も83.8% (N=305) いる。では、どうすれば生きづらい状況を改善することができると考えているか。「やりたいことが見つかる」といった社会的活動のことよりも、まずは「自己肯定感の獲得」(40%)、「こころの安定」(22.6%)といった精神的な安定を重視している方が多い。

どうなったら生きづらい状況が改善したと思えるか[回答数=214]



自由記述抜粋

今まではこんな悩みを持っていて社会的にダメなのは自分だけだと思っていたが、女子会に参加して同じような気持ちを抱えながら日々もがいている人が大勢いる事を知り安心感や勇気を貰えた。(30代)

経験者の話を聞くことができ、自分だけではないと思えた。(40代)

初めての参加とても勇気が要りました。行かずに後悔することにならずよかったです。怖くて第一部にしか参加出来なかったのですが、今度はテーマトークにも参加出来ればと思います。(40代)

すばらしい集いを作ってください、本当にありがとうございます。とても力づけられると共に、私はこんな出会いを求めていたのだと気づかされました。(30代)

"世の中では怠けてると批判されている、ひきこもり女性に目を向けて頂き活動をされている事に感謝しています。会などには参加できていませんがサイト等を見ると自分だけじゃないんだと自己嫌悪が和らいだりして助かっています。(30代)

同じ様に生きづらさを感じている人と交流できて、自分だけがおかしいという思いから解放された。生きていても良いと肯定してもらったような気持ちになれた。次の女子会までに達成する目標を設定して行動できた。(20代)

ひきこもり女子会 というものが存在しているということに、とても救われています。ありがとうございます。(20代)

自分は現状では「主婦のひきこもり」なので、独身ひきこもりの人とは境遇が違うなと思うこともありますが、グループテーマの机では同じ主婦の人とも話せてよかったです。(40代)

ひきこもり女子会の事知った時嬉しかった。人と話すのが怖くて苦手だけど参加とてもしたいです。だけど会場が遠くて断念。田舎は交通に本当に不便。車ないと尚更。いつかうちの県でも開催してほしいです。何かきっかけ掴みたい。(40代)

当事者の方の経験談を直接聞く機会がなかったので、とても貴重な経験でした。自分と同じような人もいるんだという安心感を得られました。(30代)

参加をしてみたいとは思いますが会場が遠く、更に開催日時と上手く自分の体調が合わないことが多くていけません。開催日数が増えたら良いと思います。(30代)

地方、僻地のひきこもりは特に悲惨です。助けてください。(40代)

外に出る大きなきっかけを貰いました。人と会うため、自分自身の手入りをしっかりしようと思えました。女性だけの集まりはとても珍しく、本当にありがたいです。ひきこもりの会に参加してたくさん会話する事ができたのは初めてです。何回目かの参加で友達もできました。以前の自分なら引きこもりを打ち明けている状態が友達ができるなんて考えられなかったことです。(20代)

行ってみたいと思いつつもなかなか勇気が出なくて、やっと今年の8月に初めて参加をすることができました。(40代)

身の回りの誰とも話題にならない、でも自分は気になっていることや困っていることがすんなりと通じる人たちに出会えた。(30代)

不登校になってから市の子供カウンセリングを受けたが、話を半ばしか聞いてもらえず無理やり型に押し込まれ親目線の意見を上から言われた。その後NPOのひきこもり支援の集まりに参加したが当事者とその親をきっちり分けておらず、来ている誰かの親の無神経な言動に嫌な思いをした。そこが主催している就労支援を受け、NPO経営の店でアルバイトを開始したが人の風通しが悪く社長も人権軽視の軽薄な人間性であったためたくさんの恐怖を体験させられた。心の弱った人達を社会的称賛のために利用し、八つ当たりのサンドバッグにしている場所だった。きちんと管理していない人任せでたいいことをしたいという欲だけの見切り発車な態度が、誰かの支援を必要としている人たちに苦しみという形でしわ寄せがいつている。良い支援の場が増えることを心から願います。(20代)

この調査結果は、2018年2月25日にひきこもりUX会議が主催する「ひきこもりUXフェスVOL.2」にて報告。2018年3月末には、スペシャルブック（販売予定）として当事者・経験者の視点からより詳細な分析・報告としてまとめ、調査にご協力いただいた方々の声を広く届ける予定。



一般社団法人ひきこもりUX会議

[WEB] uxkaigi.jp [MAIL] info@uxkaigi.jp