

# 「ひきこもり支援ハンドブック」の意義と課題

—— 新しい「指針」に対する補足としてのひきこもり支援論 ——

岩 田 光 宏

## I はじめに

「ひきこもり」という言葉は1990年代から社会に広がり、これまで我が国ではさまざまな支援が取り組まれてきた。当初は若者の問題として捉えられていたが、現在では「8050問題」といった幅広い年齢を対象とした複合的な問題を含み、相談支援の現場において対応困難な課題のひとつとして認識されるようになった。こうした現状に対して、2025年に厚生労働省は「ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～」(以下、ハンドブック)を公表した。ハンドブックは厚生労働省による令和5年および6年度の社会福祉推進事業の調査研究(事務局:有限責任監査法人トーマツ, 検討委員会委員長:長谷川俊雄)のなかで作成された。概要版(18ページ)と全体版(141ページ)が厚生労働省のサイトに掲載されている(厚生労働省, 2025)。

ハンドブックは公的なひきこもり支援の新たな「指針」として作成された。「ひきこもり支援に従事する全ての支援者」に対して支援を行う際の「共通認識」(ハンドブック; p4)を示したものであり、これからの自治体等における相談支援のなかで広く活用されることが想定される。この新しい指針によってひきこもり支援が充実していくためには、ハンドブックの内容について検討し、その意義と課題を整理しておくことが重要である。

これまでのひきこもり支援に関する公的な指針は、2010年に発表された「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)であった。なお、それ以前には2003年に発表された「10代・20代を中心とした「ひきこもり」をめぐる地域精神保健活動のガイドラインー精神保健福祉センター・保健所・市町村でどのように対応するか・援助するかー」(厚生労働省, 2003)があり、その2年前には同ガイドラインの「暫定版」(厚生労働省, 2001)が存在した。

本研究では、主に2010年の「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」(以下、ガイドライン)との比較を通じて、ひきこもり支援の指針としてのハンドブックの意義について整理を試みた。また、ハンドブックの記述に対して現場の支援者が抱くと思われる疑問点を指摘した。さらにその疑問に対する応答として、筆者が考えるハンドブックに対する補足としてのひきこもり支援論を示した。

なお本論文内におけるハンドブックからの引用は、(p 01)のようにハンドブックのページ番号を示した。

## Ⅱ ハンドブックの意義

### 1. ハンドブックの作成過程と構成における意義

ハンドブックは全5章で構成されている。第1章ではハンドブックの活用方法に加えて、ひきこもり支援の変遷および現状と課題が整理されている。第2章では、ひきこもり支援の対象者と目指す姿が述べられ、第3章では支援における価値や倫理が書かれている。第4章は支援のポイントであり40ページにわたり50のポイントが示され、第5章は事例で見る支援のポイントであり、架空事例30ケースがそれぞれ2ページにまとめられて示されている。

ガイドラインとの比較におけるハンドブックの意義を表に示した。なお表には、後述するハンドブックに対する疑問点と、ハンドブックに対する補足としてのひきこもり支援論も併せて示した。

まず、ハンドブックでは、その作成にあたった検討委員会のなかにひきこもり経験者による団体および家族会の委員が含まれていた（p131）。ガイドラインの分担研究者は精神科医など専門家のみであったことに対して、ハンドブックは「ひきこもり」に関する当事者の意見が反映されたものであることは重要である。

また、ハンドブックでは「ひきこもり支援の変遷」として、「ひきこもり」の捉え方や支援方法、および支援施策に関する歴史を示した上で、現状の認識と支援の指針を示していた。現在ひきこもり支援の施策は「身近な基礎自治体（市区町村）で」（p10）取り組むよう拡充され、支援体制の整備が進められているところであるが、ここに至った進展を後退させないためにはこれまでの変遷の歴史を共有することが重要である。

さらに、ハンドブックでは、各自治体の実践に基づく多様な対応例（架空事例）が掲載されている。ガイドラインは全68ページで、ひきこもりの評価方法と相談支援の方法を段階的に示したものであり詳細な事例の記述はなかった。豊富な事例を示したハンドブックは、支援のポイントの活用方法が理解しやすいものであると言える。

### 2. 「潜在的ニーズ」を含めてひきこもり支援対象者を広く捉えた定義

「ひきこもり」はあいまいな概念であるため、どのように捉えるかは立場や時代によって容易に変遷するものであり、共通認識を示すことは難しい。ひきこもり支援の公的な指針がたびたび更新される背景には、対象となる「ひきこもり」の捉え方の困難が影響したと考えられる。支援方法を説明するには前提として「ひきこもり」とは何かを記述する必要があるが、これまでの指針のなかで示されたひきこもりの定義はそれぞれ異なっている（p3）。ハンドブックにおけるひきこもり支援の対象者の定義は次の通りである。

「ひきこもり支援における対象者とは、社会的に孤立し、孤独を感じている状態にある人や、様々な生きづらさを抱えている状態の人となります。それぞれ一人ひとりの状況は異なりますが、具体的には、何らかの生きづらさを抱え生活上の困難を感じている状態にあ

表：「ハンドブック」の意義と疑問点および補足としてのひきこもり支援論

| ハンドブックの意義                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● 「ひきこもり」に関する当事者の意見が反映された指針</li> <li>● ひきこもり支援に関する歴史や、豊富な事例を示した</li> <li>● 「潜在的ニーズ」を含めてひきこもり支援対象者を広く捉えた定義</li> <li>● ひきこもり支援における「社会モデル」の重視</li> <li>● 外形的な支援目標ではなく「自律」に向かう支援のプロセスを重視</li> <li>● つながり続けることを目的とした伴走型支援を重視</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
| 現場の支援者が抱くと思われる疑問点                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |  |
| <p>Q1. 伴走型支援として関わる際に、何を話せばよいのか？</p> <p>Q2. 伴走型支援をいつまで継続すればよいのか？</p> <p>Q3. 本人の意向がいつまでも示されない場合はどうすればよいのか？どのような支援計画を立てればよいのか？</p> <p>Q4. 地域に対する活動は何のために行うのか？ 相談支援の担当者がしなければならないことなのか？</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |  |
| ハンドブックに対する補足としてのひきこもり支援論                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>● ひきこもり支援の目的は自律に向けた「環境整備」であると捉える</li> <li>● 「居場所づくり」を伴走型支援のなかに位置付ける</li> <li>● 「地域共生社会」の実現に向けて伴走型支援における「相互性」を重視する</li> <li>● 本人のストレングスを見出すためにチーム支援を行う</li> <li>● 相談支援と「地域づくり」をつなぐために市町村プラットフォームを活用する</li> <li>● ひきこもりの「支援」に内在する「押し付け」について認識する</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |  |
| 疑問点に対する応答                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |
| <p>A1. 相互性を重視して、本人が「する側」になる瞬間が増える話題を選択することが大切である。そのきっかけとして、たとえば、生活者としての自分自身の話をする。本人の強みを知るために、興味関心事を推測してそのことを話題にする。それを「教えてもらおう」（教えてもらったことが理解できない場合は、支援チームの誰かに尋ねて教えてもらおう）。その際に、支援者自身もその時間を楽しむことを大切にする。</p> <p>A2. 「つながりの量」が増えていくことによって、支援者との1対1の時間の必要性が相対的に薄まっていくまで。そのためには伴走型支援のなかに「居場所づくり」を位置づけて一体的に取り組む必要がある。</p> <p>A3. 本人の意向を大切にする姿勢は重要だが、注視すべきなのはそれが示される環境が整っているかどうかであり、そのための具体的な配慮や工夫を検討することが重要である。支援計画は、ニーズに対して多様なサービスを組み合わせるための相談支援のなかで必要とされるものである。伴走型支援によってつながりを増やすために必要なのは、支援計画を立ててそれに沿って行う関わりではなく、生活者の側面を大切にしたい自由な関わりであり、そうした関わりが続くなかでストレングスを見出そうとする柔軟な姿勢である。</p> <p>A4. ひきこもり支援では居場所づくりによってつながりを増やすことが必要であり、その居場所づくりのための「人・機会・場所」は相談支援機関内だけでなく地域のなかから見出すことができる。そのために市町村プラットフォームを多様な主体が参加する場として活用することが重要である。相談支援と参加支援・地域づくりを一体的に行うことにより、相談支援の業務が円滑になる。またそのような市町村プラットフォームは、支援者自身の居場所にもなる。したがってそのような地域づくりには積極的に関与することが望ましい。</p> |  |

る、家族を含む他者との交流が限定的（希薄）な状態にある、支援を必要とする状態にある、本人やその家族（世帯）です。また、その状態にある期間は問いません。」（p 13）

ガイドラインにおけるひきこもりの定義では、「原則的には6か月以上にわたって」としてひきこもり状態の期間の目安を示していたが、ハンドブックでは問われていない。

また、ガイドラインでは「確定診断がなされる前の統合失調症が含まれている可能性は低いことに留意すべき」として定義のなかで精神疾患の診断名を挙げ、精神科診断を軸とした客観的な評価を重視する考えが示されていた。対してハンドブックでは「様々な生きづらさを抱え」という広い捉え方を示していることが特徴的である。なお、この生きづらさとは「その人自身が感じている固有のもの」(p 13)であり、他者との交流の範囲についても「支援者が判断できるものではなく」と説明されている。すなわちひきこもり状態の本人や家族の主観的な「困り感」を重視している。

ただし生活上の困難を感じて支援を必要とする本人や家族とは、自ら支援を求める人に限定されない。「支援を必要とする状態」について、本人や家族が「自ら支援を求める声を発することができない場合も多々ある」(p 13)と説明しており、そうした場合に支援者が「潜在的なニーズ」を「対話を通じて確認していくことが重要」であるとしている。すなわち自ら援助を求められなかったり、支援の提供に対して拒否を示す人であっても、直ちに支援の対象外とみなさないよう注意を促している。

以上の通りハンドブックでは「ひきこもり」を客観的な基準で定義せず、支援対象者であるかどうかは支援者が関わりを継続するなかでわかっていくことであると捉えている。すなわちひきこもりの相談窓口に現れたすべての人が支援対象者であると捉えることを求めていると考えられる。

「ひきこもり」はあいまいな概念であるため、既存の制度や相談支援の対象から外れてしまうことが少なくない。相談支援からの排除は本人や家族の孤独・孤立をさらに深めることになる。定義として客観的な基準を示すと、さらに支援の対象外と見なされる事例を生み出しかねないため、できる限り広く支援対象者として捉えようとすることは重要である。また、支援開始時に援助希求の弱い事例が、支援の継続によってニーズを顕在化させていくことは少なくない。そのような事例を支援の対象外として排除してしまうリスクを軽減するためには、相談支援の対象者のニーズを顕在化しているものだけに限定せず、「潜在的なニーズ」まで含める必要がある。多様な状態の者を相談支援の対象に包摂するために「潜在的ニーズ」を想定したことは、ひきこもり支援の指針であるハンドブックの最も重要な意義であると考えられる。

なお、上記のハンドブックの定義は「ひきこもり」の定義ではない。「ひきこもり支援対象者」の定義として記述されている。すなわち支援対象者ではないひきこもり状態の者の存在も否定しておらず、「ひきこもり」概念全体の多様性も重視し、尊重していると言える。

### 3. ひきこもり支援における「社会モデル」の重視

ハンドブックでは支援のポイントの記述(第4章)の前に、支援における「価値や倫理」(第3章)を示している。そこでは「人間観」として支援対象者を「人として尊厳ある存

在」(p 18)として理解することや、「社会観」として「社会環境や時代背景にも着目し、本人や家族を取り巻く社会がどうあるべきかを考えていく」(p 19)ことの重要性や、「互いに支えあえる存在である」「本人の意思を尊重する」(p 20)などの「支援観」を持つことが必要だとしている。

一般的にひきこもりは本人の怠けであり、本人や家族の自己責任であるといった偏見を向けられやすい。支援のなかでも、早急に就労等に向けた努力を勧められがちである。また、ひきこもりの本人に多く含まれる、精神科の患者や障害者も、個性のある生活者としてではなく治療や支援の対象者として認識されてしまいがちである。ひきこもり支援に従事する者がそうした見方に陥るリスクを踏まえて、ハンドブックでは共通認識として持つべき「価値観」を示した上で、「支援者は、一般的に常識と考えられる社会規範などを語りだすことや、それらを用いて説明、支援することなどはさげなければいけません」(p 19)と戒めている。

また、支援者の判断・行動に関する具体的指針として「倫理」を示しているが、そのひとつとして「広く社会に働きかける視点をもつ」(p 24)ことを挙げている。ハンドブックは「社会モデル」すなわち「その人とその人を取り巻く環境・社会との関係性上に問題があり、環境・社会の調整によってその問題を改善するという考え方と方法」(p 2)を採用している。そのため、ひきこもり状態にならざるを得なかった「社会の側にある複合的な課題を把握し」「広く社会に働きかけるソーシャルワークの視点に基づいた取組が求められている」(p 24)としている。「地域社会への働きかけ」については、「ひきこもり支援の目指す姿」(p 14)における記述でも「地域住民や周りの人たちが必要に応じて見守ることができる社会（環境）づくりをすすめていく必要があります」(p 15)と書かれている。

ガイドラインは精神科診断を軸とした評価を重視しており、「医療モデル」すなわち「個人が手にしている問題に原因・理由を求めて、個人を変えることで解決をめざす考え方と方法」(p 2)に依拠した指針であった。これに対してハンドブックは「社会モデル」を採用し、本人や家族を孤独・孤立状態に追い込んでいる社会の側の要因を重視している。支援者が安易に本人や家族の中に原因を求めて働きかけてしまうことを戒めるとともに、環境としての社会による影響を捉えてその変革を行うという「アドボカシー」としての活動もひきこもり支援に含めることが示されていると言える。支援者がアドボカシーの視点を持つことは、ひきこもり支援において後述する「伴走型支援」を行うために必要な認識であると考えられる(岩田・米澤・赤穂, 2025)。社会モデルの視点の重要性を示した「価値と倫理」に関する記述は、まさにハンドブックの副題「寄り添うための羅針盤」の共通認識として重要な意義があると考えられる。

#### 4. 外形的な支援目標ではなく「自律」に向かう支援のプロセスを重視

ハンドブックの記載のなかで最も特徴的な概念と思われるのが、「ひきこもり支援の目指す姿」として示された「自律」であろう。ひきこもり支援の方法を説明するにあたり、



ハンドブックではまず「ひきこもり支援の目指す姿」を次のように示した。

「ひきこもり支援では、本人やその家族が、自らの意思により、今後の生き方や社会との関わり方などを決めていくことができる（自律する）ようになることを目標とします。本人が社会参加を実現することや就労することのみを支援のゴールにはせず、自律に向かうプロセスとしてとらえることが必要です。ここで言う自律は、「自身を肯定し、主体的な決定ができる状態」のことを指します。支援する際には、支援者も本人やその家族も、ともに「自律」することができるよう、互いにプロセスを共有していきます。」（p 14）

ひきこもり支援の目標として一般的にイメージされがちなゴールは、外出して他者と交流することや、就労して経済的に「自立」することであろう。ガイドラインでは、ひきこもり支援の過程を階段状の図で示し、その最後（最上段）には、就学・就労を中心とした「本格的な社会活動」を置いた。「ひきこもりの当事者への就労支援を開始するにあたって大切な点は、支援者との関係が良好に保たれており、当事者の意欲が向上し、かつ背景精神疾患の病状の改善が一定以上に認められていることなど」とし、「支援者が人工的にこの過程を加速させること」を戒めていたが、支援の目標が就労を代表とする社会参加であることは、一般的な「自立」のイメージと合致していた。

対してハンドブックでは「社会参加を実現することや就労することのみを支援のゴールにはせず」として、「自立」を目標に定めることを否定し、支援過程を階段状に描くこともしていない。その代わりに採用した概念が「自律」である。これはそこに向かう「プロセスとしてとらえる」ものであるため、就労による「自立」のように外形的に達成されたことがわかる目標とは本質的に異なる。自律とは「尊厳や主体性、自尊感情を回復」（p 14）して「主体的な決定ができる状態」とされており、「自己実現の過程」（Maslow, 1968）のように、外形的に達成できたと判断することができないものである。ハンドブックでは「ひきこもり支援の目指す姿」として、外形的な支援目標ではなく、自律に向かうプロセスが支援のなかで生じることを求めていると言える。

また、自律に向かうプロセスは「自分の意欲や動機を発見していく過程」（p 15）でもある。つまり「潜在的ニーズ」の顕在化である。そのための方法として、「本人やその家族のペースに合わせたオーダーメイド型の伴走型支援を行い、関わり続けることが大切」（p 14）としている。すなわち、支援者が関わり続けることによってニーズが発見されていくことが「目指す姿」であると考えられている。

ひきこもり支援では、支援者が「外出」や「就労」といった外形的な目標を提示することによって支援の途絶に至ることが少なくない。そうした支援方法は本人や家族を相談支援から遠ざけ、孤独・孤立状態を深めてしまうリスクになる。支援による再受傷や状況の悪化を引き起こさないためには、支援者が「自立」を目標とする認識にとらわれず、支援のプロセス、すなわち対象者との関係のあり方に着目した実践を行うことが重要である。「自律」に向かうプロセスを重視し、伴走型支援の必要性を示したハンドブックの意義は

大きい。

ただし、ハンドブックでは、支援における具体的な取組としては「社会参加や就労」も含まれ「本人の自律的な決断として、就労をはじめとする社会参加が選ばれることは少なくありません」としており、結果的に「自立」に至ることは否定されていない。「自立」に比べて「自律」はわかりにくいと、結果的に「自立」に至ることが多いのであればそれを目標として支援を行っても同じことだと考えられてしまうかもしれない。しかしあえて「自立」を目指さずプロセスを重視する理由には、「治療者が能動性を控えればクライアントの主体化が起きる」といった「急がば回れ」のような逆説（斎藤, 2024）の原理があると考えられる。「安心してひきこまれるから動けるようになる」といったひきこもり支援の現場において少なからず認められる逆説を支援論の中心に据えていることは、ハンドブックの革新的な特徴であると思われる。

#### 5. つながり続けることを目的とした伴走型支援を重視

前述した通り「ひきこもり支援の目指す姿」である「自律に向かうプロセス」を実現するための方法としてハンドブックが重視しているのが「伴走型支援」（p 14）である。

伴走型支援を重視するにあたり、ハンドブックでは「現状や経過」としてひきこもり支援における問題解決型（課題解決型）支援の重視により支援の途絶が生じやすいことを指摘している。ひきこもり状態の「解消を目指すとともに、就労を目的とした支援」すなわち「外に出ること」「就労すること」を目指す支援によって、本人が「さらに傷つき、その結果として支援から遠ざかる場合や、支援者に対して拒否的な反応を示してしまう」（p 14）ことを現状の支援における問題としている。「事例で見る支援のポイント」のなかでも、支援者が問題解決型支援を行おうとした際に、支援の拒否や支援関係の途絶が生じることが複数の事例のなかで具体的に示されている。すなわちハンドブックでは、ひきこもり支援において問題解決型支援に偏った関りを行うことは状態を悪化させることが多いと不適切である、という認識を示していると言える。ひきこもり支援における支援の途絶は、本人や家族の孤独・孤立状態を深めるリスクになる。したがって、ハンドブックではひきこもり支援の方法として、問題解決型支援ではなく伴走型支援に比重を置く必要性を強調していると考えられる。

また、ハンドブックでは「自律に向かうプロセス」は、「支援者も本人やその家族も、ともに「自律」することができるよう、互いにプロセスを共有して」いくものであるとしている。伴走型支援とはつながり続けることを目指すアプローチ（厚生労働省, 2019）であり、その「つながり」の本質とは「対等性・相互性あるいは双方向性」である（奥田, 2021）。ハンドブックでは、本人や家族を「支援する側の相談員と同じ存在」（p 18）と捉える人間観を推奨している。すなわち、伴走型支援によるつながりによって、本人だけでなく家族や支援者にも、自律に向かうプロセスとして意欲・動機の発見や主体性の回復などがもたらされる可能性を示唆していると考えられる。

ひきこもりに限らず、生活困窮や社会的孤立にある人に対する支援において、伴走型支

援は問題解決型支援との両輪として必要であるとされている（厚生労働省, 2019）。ひきこもり支援の対象者はそのような課題のある人々との重なりが大きい。したがって、ひきこもり支援のハンドブックにおいても、問題解決型支援に偏らず、まず支援者が本人や家族につながることを目的とした伴走型支援を行う重要性を強調していることは大切である。

### Ⅲ ハンドブックに対する疑問点

ここまで主にガイドラインとの比較からハンドブックの意義を整理してきたが、ここからはハンドブックに対して、現場の支援者が抱くと思われる疑問点を指摘する。なお、以下に示す疑問点は、自治体の心理職としてひきこもりの相談支援に長らく従事し、現在は居場所づくりを中心としたひきこもり支援や現場の支援者との研究会等に取り組んでいる筆者（公認心理師・臨床心理士）の経験から推測したものである。

#### 1. 「伴走型支援として関わる際に、何を話せばよいのか？」

ひきこもり支援に限らず相談支援の現場では、利用者から持ち込まれる「問題」に対して解決を目指す支援の方法はイメージしやすい。ガイドラインでは、ひきこもり状態の背景としての精神医学的な問題に対するアセスメントの方法とそれに応じた支援の方法が具体的に示されていた。

一方、ハンドブックでは、問題解決型支援に偏らず、つながることを目的とした伴走型支援を行うことを推奨している。しかしその際に具体的に「何を話せばよいのか」についてのまとまった説明は示されていない。そのため、これまで様々な領域で問題解決型支援を中心とした相談支援を実践してきた専門的スキルの高い支援者ほど、問題に焦点を当てずに本人や家族と関わろうとした際に、何を話せばよいのかわからないという疑問を抱くのではないだろうか。

この点についてハンドブックでは「ひきこもり支援のポイント」のなかで、「他愛のない話題であっても、支援者のことを「安心して相談できる人（本人のひきこもり状態のことに干渉や否定をしない人）」であると認識してもらうためのコミュニケーションが必要」（p 37）「世間話などの何気ない会話を行えるよう、継続して関わりをもつことを提案する」（p 49）といったポイントを示し、「事例で見る支援のポイント」（第5章）でもいくつかの事例のなかで伴走型支援における具体的な会話の内容が示されていた。たとえば「他愛もない話をしながらコミュニケーションを重ね」（p 71）「雑談のようなやりとりを続けた」「相談員自身の趣味や、オンラインゲームなどについて共感を得た」（p 73）「好きなゲームが一緒であることが判明し、また話そうと約束」（p 127）などである。このようにハンドブックを注意深く読むことで、何を話せばよいのかについてのアイデアを得ることはできるかもしれないが、整理されたポイントは示されていない。

伴走型支援はひとりひとりに寄り添い「オーダーメイド型」で提供されるものであるため、多様なひきこもり事例に対してそれぞれ何を話すことが望ましいかを示すことは難しい。また、新しい概念である「伴走型支援」に求められる知識や技術は未整理であり、今



後の蓄積が求められる課題である。しかしだからこそ、これまでのひきこもり支援における実践や研究等から現時点における有用と思われるコツをまとめ、ひきこもり支援における伴走型支援では、どのようなことを話すのかといったポイントとなぜそうした話題を選択するのかといった説明を整理して示すことは重要であると思われる。

## 2. 「伴走型支援をいつまで継続すればよいのか？」

ハンドブックではひきこもり支援からの排除が生じないことを重視し、支援者が本人や家族とつながり続けることを繰り返し求めている。しかしそのつながりをいつまで継続すればよいのかについては説明されていない。「自己決定したゴールに到達し次のステップにつないだ場合も、支援対象者とゆるやかにつながり続ける」(p 52)とあるが、支援者との関わりがどのようにゆるやかになってくのかについてのポイントと見通しは示されていない。

支援者が伴走型支援として相談支援における1対1の面接等を維持することだけに注力すれば、ひとりの支援者が抱える対象者との面接等の業務は増加の一途をたどるだろう。相談支援の業務量は増えるばかりであり、「いつまで継続すればよいのか」との疑問を抱かざるを得ないと思われる。

## 3. 「本人の意向がいつまでも示されない場合はどうすればよいのか？ どのような支援計画を立てればよいのか？」

ハンドブックでは「本人の意向」の確認を重視している。「支援者が支援の目的や目標を決めつけることのないように、また、急かすことのないように本人の意向をじっくりと確認していきます」(p 43)として、「意向の確認のポイント」を示している。たとえば「本人のニーズが明確ではない場合」として、「何気ない会話で信頼関係を築きながら、意思確認のタイミングを見極めます」(p 43)「本人のニーズは何かということに思いを巡らせながら、本人とのコミュニケーションをとおしてニーズを絞り込んでいくようにしましょう」(p 44)などの「意向確認におけるヒント」を示している。しかしそのようなヒントを活用したとしても、本人から「意向」を示されない場合は少なくない。そのとき支援者は、いつになったら「本人の意向」が示されるのだろうか、という焦りを抱くだろう。

支援者が本人の意向確認に対する焦りを抱くだろうと推測するのは、ハンドブックが「ひきこもり支援の流れ」として、「支援方針・計画」の作成とそれに基づく支援の実施を「基本」として示しているからである (p 30, 31)。「対象者の意向を反映した支援の計画・実行」(p 45)として、「本人の望むゴールを自己決定できるよう支えていくことが重要」とある。一方、「無理にニーズを明らかにしようとしたりすると支援の拒否につながる場合もあります」(p 44)とも書かれている。本人の意向が明確に示されないことが多いというひきこもり支援の特性に対して、本人の意向を反映した支援計画を立ててそれに基づく支援を実施することが基本であるという記述は、支援者に混乱をもたらすおそれがある。本人の意向がわからない場合はどのような支援計画を立てればよいのか、との疑問を抱く

と思われる。

4. 「地域に対する活動は何のために行うのか？ 相談支援の担当者がしなければならないことなのか？」

ハンドブックは社会モデルを採用しているため、地域社会に対する働きかけについての記述も多い。前述した箇所（Ⅱ-3）の他にも、「ひきこもり支援の流れ」（p 30）において、「地域におけるひきこもりについての理解の促進」が「支援の流れの基礎・基盤になります」（p 30）と書かれている。また、「支援につながるための広報・周知は重要」というポイントを示し、「相談機関や窓口などの情報を周知すること」が「支援の入口」として重要であるとしている。

たしかに「地域住民や周りの人たちが必要に応じて見守ることができる社会」（p 15）をつくるために働きかけることは、間接的に本人や家族の支援になる。しかし直接的に本人や家族と関わっている支援者が、そのような働きかけを行う意義については書かれていない。また支援の入口として相談窓口の周知といった普及啓発活動は重要であるが、それも日々の業務で相談対応に追われている支援者が担当しなければならないのだろうか。相談件数が増加すれば、相談支援を担当する自分自身の業務量が増加する。すでに過大な相談支援業務を担っている支援者は、地域に対する活動の積極的な意義を見出せず、それを自分がしなければならないのか、という疑問を抱くと思われる。

#### Ⅳ ハンドブックに対する補足としてのひきこもり支援論

ハンドブックに対して現場の支援者が抱くと思われる疑問点を挙げたが、ここからはその疑問に対する応答を試みる。その応答は、筆者が考えるハンドブックに対する補足としてのひきこもりの支援論を基に作成した。またその支援論は、かつて筆者がひきこもり支援の変遷を整理した上で示した「これからのひきこもり支援におけるキーワードの整理（試論）」（岩田, 2025）を基に、ハンドブックの補足として重要だと思われるポイントについて記述した。ハンドブックの意義を否定せず、その補足としてのひきこもり支援論を示すことは、これからのひきこもり支援の実践を充実させるために重要であると考えられる。

1. ひきこもり支援の目的は自律に向けた「環境整備」であると捉える

ハンドブックでは「ひきこもり支援の目指す姿」として「自律」の概念を採用している。「自立」ではなく、「自律」を重視したことがハンドブックの特徴であるが、どちらも本人や家族といった支援対象者「個人」に対して目標が定められていることに共通点がある。たしかにハンドブックは社会モデルを採用しており、本人を取り囲む「環境」としての家族や支援者の関わり方を詳述していた。また、地域社会のあり方に関する記述もあった。しかし「地域社会への働きかけ」は「さらなる取組」として書かれるなど、補足的な位置づけに過ぎず、あくまで相談支援の対象者である「個人」に注視した指針であると言える。

相談支援を社会保障に位置付けることを主張する法学者の菊池馨実（2019）は、社会保障の目的として個人の「自立 independence」ではなく「自律 autonomy」の支援を重視し、社会保障とは「個人が人格的に自律した存在として主体的にみずからの生き方を追求していくことを可能にするための条件整備」の制度であるとしている。相談支援を社会保障として捉えるならば、その目標は自律に向けた「条件整備」であると考えられる。すなわち「個人が自律すること」を目指すのではなく、それを可能にするための「条件（環境）が整うこと」を目指すべきだと考えられる。

ハンドブックで繰り返し指摘されている通り、ひきこもり支援において重視されるべきは「本人の意向」である。しかし相談支援に従事する支援者が「注視」すべきことは、「本人の意向」ではなく、本人の意向を大切にできるための条件としての「環境」の方である。ハンドブックが「自律」や「本人の意向」を重視するあまり、それを読んだ支援者が「個人」に焦点を向けてしまうおそれがある。それは本人に対して個人としての変容（成長）を求めるアプローチとして受け取られ、脅威を感じさせるリスクとなる。社会モデルによるひきこもり支援の目的は、自律や本人の意向そのものではなく、あくまで環境を整えることである。

したがって「本人の意向がいつまでも示されない場合はどうすればよいのか？」という疑問に対する応答は次の通りである。本人の意向を大切にする姿勢は重要だが、注視すべきなのはそれが示される環境が整っているかどうかであり、そのための具体的な配慮や工夫を検討することが重要である。

## 2. 「居場所づくり」を伴走型支援のなかに位置付ける

相談支援における面接などの業務では、本人や家族と支援者が1対1で関わることが多い。その時間における環境とは、支援者自身および支援者の関わり方である。そのためハンドブックでは、「自律に向けた支援」を行う支援者自身の価値や倫理を含めた関わり方について丁寧に記述していた。しかし「居場所づくり」に関する記述はわずか（p 62）であった。

伴走型支援の目的は「つながり続けること」であるが、相談支援の担当者との1対1のつながりを継続することだけではない。伴走型支援の時間の経過とともに「つながりの量」が増えていくこともその目的とされている（奥田, 2021）。ひきこもり支援における伴走型支援の目的は、支援者との1対1の関わり方の継続だけでなく、集団支援や居場所の利用などを通じて他者との関わりが増えていくことが含まれると言える。

このときに重要なのは、「環境」としての集団支援や居場所を整えることを目的とした「居場所づくり」の視点と実践である。その反対は、たとえば本人に対して既存の集団や居場所に参加するよう働きかける支援であり、これでは「他者との関わりが足りない」「1対1の面接だけで集団には入れない」という問題を本人のなかに見出してそれを克服させようとする問題解決型支援になってしまう。あくまで伴走型支援として行う集団・居場所支援では、「つながりの量を増やす」という課題を「個人の問題」と設定するのでは

なく、つながりの量を増やすことを可能にする「環境の整備」として「居場所づくり」を行う必要がある。たとえば、支援者との1対1の関係が安心して過ごせるようになった本人に対して、その時間の延長のように参加できる集団・居場所支援をオーダーメイドで創出した上で、無理強いしないよう誘うことである（岩田・真志田・金谷, 2016）。もちろん地域にある既存の社会資源のなかに、本人に合った居場所が見つかるのであれば創出する必要はない。しかしそもそも社会に居場所が見つからない故に孤独・孤立に追い込まれていたのがひきこもり支援の対象者なのである。したがって当面は、伴走型支援としての1対1の関わりの後にオーダーメイドで「居場所づくり」を行う支援が必須であると考えられる。

本人が安心して参加できる集団・居場所支援をオーダーメイドで創出するには、その本人が安心して過ごせるための配慮や工夫のポイントについての知識が必要である。その知識は伴走型支援を継続していくほど、それを行う支援者のなかに蓄積されていくものである。したがって、伴走型支援を行う支援者が、個別の相談支援を行うとともに「居場所づくり」にも携わることが重要である。重層的支援体制整備事業では、相談支援と参加支援・地域づくりを一体的に行うことを重視している（厚生労働省, 2021）。個別の伴走型支援の先には、対象者が参加できる居場所が必要になるからである。問題解決型支援では、各問題と解決法に応じて提供されるサービスが切り分けられており、相談支援の担当者がそれらをつなぎ合わせるというしくみであった。一方、伴走型支援では相談支援と「居場所づくり」を切り分けることに積極的な理由はなく、むしろ一体的に行うからこそ「つながりの量」が増えていく環境を整えやすくなると言える。

このような主張は、多忙なひきこもり支援の担当者の業務を増やし、過剰な負荷をかけることになると思われるかもしれない。しかしひきこもりの伴走型支援のなかに「居場所づくり」を位置付けることは、結果的に1対1の個別相談のみが続く状態を短縮させ、支援者にかかる負担を軽減させるしくみなのである。集団・居場所支援を利用した本人は、その後さらに別の場に参加し、他者とのつながりを増やしていくことになる（岩田・真志田・金谷, 2017）。そのようにしてつながりの量が増えていくことによって、支援者との1対1の関係の意味は相対的に薄まっていくことになる。

したがって「伴走型支援をいつまで継続すればよいのか」という疑問に対する応答は、「つながりの量」が増えていくことによって、支援者との1対1の時間の必要性が相対的に薄まっていくまで、となる。そのためには伴走型支援のなかに「居場所づくり」を位置づけて一体的に取り組む必要がある。ハンドブックの補足としてひきこもりの居場所づくりの方法（特定非営利活動法人KHJ 全国ひきこもり家族会連合会, 2020など）を学ぶことが重要である。

### 3. 「地域共生社会」の実現に向けて伴走型支援における「相互性」を重視する

社会モデルによるひきこもり支援の目的が自律に向けた「環境を整えること」であるならば、本人や家族に直接関わる支援者のあり方だけでなく、どのような社会が望ましいの



かについての「目指す姿」を示すことも必要である。相談支援におけるミクロなつながりを取り囲む環境として、マクロな社会が存在しているからである。伴走型支援を重視するのであれば、目指す社会のイメージは「地域共生社会」となるが、ハンドブックにその記述はなかった。

前項で筆者は、伴走型支援としての1対1の関わりの後にオーダーメイドで「居場所づくり」を行う支援が当面必須であり、そのために相談支援の担当者がその本人が安心して過ごせるための配慮や工夫のポイントに関する知識を活用することが重要であると述べた。このような記述に対して、支援者は「どこまでやってあげなければならないのか」との疑問を抱くかもしれない。たしかに過去に社会のなかで傷つき、生きづらさを抱えた本人がつながりを回復するためには、支援者が支援のなかでその本人に合った配慮を提供する必要がある、それは「支援をする側」としての行動である。ただし、伴走型支援におけるつながりの本質とは「対等性・相互性・双方向性」である。ハンドブックでも自律のプロセスにおける相互性の重要性を示唆していた。自律に向かって尊厳や主体性が回復した本人は「支援を受ける側」に留まらず、ときに「する側」になる。また、支援者はときに「される側」になる。そのような相互性が伴走型支援におけるつながりの本質である。そして、地域共生社会とは「支援する／される」という一方的な関係に固定されず、相互性のある関係の広がりを目指している。そうした地域共生社会を思い描くことで、相互性を重視した伴走型支援を行うことが可能になると思われる。

具体的な伴走型支援において相互性を重視すると、支援者が支援対象者に「お願い」したり「してもらう」ことが多くなる。たとえば、対話のなかで教えるのではなく「教えてもらう」瞬間が増える。訪問を続けるより「来所してもらう」ことをお願いする。居場所への参加をお誘いして「来てもらう」。被支援者として居場所を利用した本人はやがて「仲間を支援する側」になっていく（岩田, 2017）、などである。このような相互性が展開するには、支援者が自らの専門性にこだわらず、自身も自律を歩む生活者であるという側面を意識して、支援に臨む必要がある。「どこまでやってあげなければならないのか」との疑問は、自らを「する側」のみに固定した際に生じるものであると言える。

#### 4. 本人のストレングスを見出すためにチーム支援を行う

本人が「する側」になる環境を整える方法のひとつは、その本人の「強み」を活かせる機会をオーダーメイドで創出することである。そのためにはその本人の「強み」（ストレングス）を知る必要がある。ストレングスとは、本人の特技のような優れた能力だけでなく、興味関心事や本人を支える環境なども含まれる（Rapp & Goscha, 2011）。本人の興味関心事などに関する知識は、問題について話し合う問題解決型支援ではなく、「問題を軸としない関わり」（宮脇, 2012）を重視した伴走型支援の継続によって蓄積されていくものである。そして、その際に重要なのが「チーム支援」の機能である。チーム支援には多様な意義があり、ハンドブックでもチーム支援の重要性をたびたび指摘していたが、本人のストレングスを見出すための機能については書かれていなかった。

問題解決のために行われるチーム支援では、支援者それぞれの専門性が生かされる。一方、伴走型支援のなかで本人のストレングスを見出すために行うチーム支援では、支援者それぞれの生活者としての側面を生かすことが重要になる。なぜならその本人の興味関心事を理解する際に必要とされるのは、専門的な知識ではなく生活における雑多な知識であり、一人の担当支援者だけでは不十分だからである。その本人の興味関心事に近い知識を持っている人は、均一的な支援者集団ではなく、多様性のあるチームのなかでこそ見つかりやすいと言えるだろう。その本人に対する配慮事項は担当支援者が中心となって考え、その本人の強みを活かせるための工夫はチームのなかで見出された意見を参考にする。そのような体制によって、本人の強みを活かせる機会をオーダーメイドで創出することが可能になると言える。

したがって、「本人の意向がいつまでも示されない場合どのような支援計画を立てればよいのか」という疑問に対する応答は次の通りである。支援計画は、ニーズに対して多様なサービスを組み合わせて提供するための相談支援のなかで必要とされるものである。伴走型支援によってつながりを増やすために必要なのは、支援計画を立ててそれに沿って行う関わりではなく、生活者の側面を大切にしたい自由な関わりであり、そうした関わりが続くなかでストレングスを見出そうとする柔軟な姿勢である。また「伴走型支援として関わる際に、何を話せばよいのか」という疑問への応答は次の通りである。相互性を重視して、本人が「する側」になる瞬間が増える話題を選択することが大切である。そのきっかけとして、たとえば、生活者としての自分自身の話をする。本人の強みを知るために、興味関心事を推測してそのことを話題にする。それを「教えてもらう」（教えてもらったことが理解できない場合は、支援チームの誰かに尋ねて教えてもらう）。その際に、支援者自身もその時間を楽しむことを大切にする。

#### 5. 相談支援と「地域づくり」をつなぐために市町村プラットフォームを活用する

以上のような「居場所づくり」を含む伴走型支援を行うには、公的なひきこもり支援の体制整備が必要である。孤独・孤立に追い込まれ生活困窮など複数の課題を抱えるに至った本人や家族に対する支援は、国や自治体の責任のもと公的サービスとして提供されることが必要であると考えられる。しかし同時に、ひきこもり支援を公的サービスで完結しないことも必要である。公的サービスだけでひきこもり支援を完結させようとすると、支援に関係する者が本人・家族・ひきこもり支援の従事者の三者のみに限定され、その三者が地域社会から孤立することになりかねないからである。「ひきこもり」を問題として捉えて自治体の担当者に押し付け抱え込ませるようなことをしないためには、地域共生社会の実現を目標として定め、そのためのしくみを創ることが重要である。筆者はそのために「市町村プラットフォーム」を活用すべきだと考えるが、ハンドブックには市町村プラットフォームについての記述がほとんどなかった。

厚生労働省は2020年に市区町村に対してひきこもり支援の市町村プラットフォームを設置・運営することを求める通知を発出している。市町村プラットフォームとは、地域住民

がさまざまな課題に対してそれぞれの知識や資源を活用しながら話し合うための場であり、関係機関の支援者だけでなく、当事者や家族、民生委員等の地域住民が参加し、連携のネットワークとして機能することが期待されている。市町村プラットフォームにさまざまな立場の参加者が関わることで、本人や家族の居場所を創るなどの地域づくりを活性化していくことが重要である（岩田, 2025）。ひきこもり支援において相談支援・居場所づくり・地域づくりを一体的に行うためには、市町村プラットフォームの活用方法の指針を示すことが重要である。

社会モデルによるひきこもり支援では、本人や家族が安心してつながることができる人・機会・場所を社会の側から提供することが求められる。その選択肢として、公的サービスの支援者による伴走型支援（居場所づくりを含む相談支援）は必要である。ただし、それは選択肢のひとつに過ぎない。その本人や家族にとってさまざまな事情から、その支援者が安心できない存在であるかもしれないし、そもそも行政が提供するサービスに対する不信感が障壁になっている可能性もある。さらに、被支援者として扱われる関係性を避けるため、「支援」を拒否している場合もあるため、最初から「強み」を生かして社会と繋がる「活躍支援」（菊池まゆみ, 2019）の視点による実践も重要である。自律に向けた支援の環境を整えるには、さまざまな選択肢を準備することが求められる。

また、伴走型支援のなかに「居場所づくり」を位置づけることが望ましいと述べたが、その本人のためにオーダーメイドで創出するものは、相談支援機関における集団・居場所支援に限定する必要はない。本人のストレングスを見出すためのチームも同様である。市町村プラットフォームに参加するさまざまな立場の人がチームとなり、多様な視点で本人のストレングスを見出し、本人とつながる人となったり、機会を提供したり、場を設けたりすることが理想である。そして当初は「支援される側」であった本人や家族が、市町村プラットフォームを通じて「する側」にもなれることも重要である。地域社会とは、本人・家族等をあたたかく見守り、ときに積極的に「支援する側」であるべきだが、「支援される側」でもあり、多様な主体の積極的な参画を求めているからである。こうした理想を実現するためにも、相談支援と「地域づくり」をつなぐための市町村プラットフォームの活用方法をひきこもり支援の指針に含めることが重要であると思われる。

したがって「地域に対する活動は何のために行うのか、相談支援の担当者がしなければならないことなのか」という疑問への応答は次の通りである。ひきこもり支援では居場所づくりによってつながりを増やすことが必要であり、その居場所づくりのための「人・機会・場所」は相談支援機関内だけでなく地域のなかから見出すことができる。そのために市町村プラットフォームを多様な主体が参加する場として活用することが重要である。相談支援と参加支援・地域づくりを一体的に行うことにより、相談支援の業務が円滑になる。またそのような市町村プラットフォームは、支援者自身の居場所にもなる。したがってそのような地域づくりには積極的に関与することが望ましい。

## 6. ひきこもりの「支援」に内在する「押し付け」について認識する

最後に、社会モデルによるひきこもり支援であっても、そもそもひきこもりに関する「支援」を行うことに内在する問題から逃れられないことを補足として指摘する。

わたしたちが孤独・孤立状態に追い込まれたひきこもり状態の本人や家族に対して、つながりを増やすための環境整備を行うという活動は、「本人の意向」としてそうしてほしいと頼まれたわけではない。あくまで地域共生社会の実現を目指し、そこに向けた伴走型支援を提供したいと考えるのは、ひきこもり支援に従事する「支援者側」であり、こちらから開始されるものである。たしかに個別相談は主に家族からの依頼で開始されることが多いが、それを自己責任だとして突き放さず社会に包摂しようと試みることは、やはり支援者側の「思い」に端を発している。なぜならやっとの思いで来談した家族も、ひきこもりを問題として捉えて本人または家族自身にその原因を帰属させるように語ることが少なくないからである。社会モデルでひきこもりを捉えようとする支援者の態度にも、ひきこもりに対する関わりを「支援」と呼んだ際に生じる宿命的な「押し付け」が内在しており、支援者はそこから逃れることはできない。

ハンドブックにはこの点まで指摘されていなかったが、ひきこもり支援に従事する者は、社会モデルに基づく伴走型支援であっても、それが地域共生社会の実現に向けて対象者をまきこもうとする（仲間に入れようとする）活動であり、それを意識的に望んでいるのはこちら側であることを認識しておく必要がある。そうした認識を持って支援を行うことは、当事者とは異なる場所から関わろうとしているという自らの立ち位置（ポジショナリティ）を自覚することになり、孤独・孤立に追い込まれた人たちの当事者性を尊重することになる。この認識を持つことは、ひきこもり支援を行う際に必要な配慮のひとつである。また、支援に従事する際に、自らのなかに、それでも支援をしたい気持ち（利他の姿勢）があることに気づくためにも重要であると考ええる。

## V 今後の課題

本論文ではハンドブックに対して現場の支援者が抱くと思われる疑問点を示したが、あくまで現場の支援経験を有する筆者個人の推測に基づく。今後は実際に現場のひきこもり支援に従事している複数の支援者からハンドブックの活用状況や意見等を聴取した上で、改めて課題や活用方法などを整理していきたい。

本論文の後半では、ハンドブックに対する補足としてのひきこもり支援論を試みたが、ひきこもり支援に関する論点はあまりに多く、紙面の都合もあり、十分な記述には至らなかった。たとえば次のような論点も重要であると思われる。ガイドラインは精神科診断を軸とした「評価」の方法を詳述していたが、社会モデルを採用したハンドブックではそれに代わるアセスメントの方法を詳しく示していない。社会モデルによる本人や家族の捉え方についてポイントを整理して示すことは重要である。また、ひきこもり支援において問題解決型支援と伴走型支援とを「両輪」としてどのように用いるのかについてのポイントの整理も重要である。さらに、伴走型支援における「問題を軸としない関わり」や「居場



所づくり」についても本論文では概要を示したに過ぎず、具体的な記述には至らなかった。いずれも今後の課題として、稿を改めて論じていきたい。

#### 文献

- 岩田光宏, 真志田直希, 金谷尚佳ほか 2016 ひきこもりの個別相談段階から集団支援段階へ繋げる方法: グループワークの企画方法と効果. 臨床精神医学, 45; 1197-1205.
- 岩田光宏 2017 ひきこもり当事者によるピア活動を目的としたひきこもりサポーター養成派遣事業: 「堺市ユース・ピアサポーター」養成派遣事業の取り組みについて. 日本公衆衛生雑誌, 64(12); 727-733.
- 岩田光宏, 真志田直希, 金谷尚佳ほか 2017 ひきこもりの社会参加に繋げる集団支援の方法: サカイ式すべらないグループワークの実践と転帰分析. 精神科治療学, 32; 541-547.
- 岩田光宏 2025 地域づくりの土台として機能するひきこもり支援の市町村プラットフォーム: 阪南市「草の根ネット」による居場所づくりの展開から学ぶ. 大阪経大論集, 75(6); 40-60.
- 岩田光宏, 米澤宙, 赤穂亮介 2025 アドボカシーとピアサポートの臨床心理学: これからの心理職は自らの当事者性をどう捉えるか. 臨床心理学研究, 62(2); 40-48.
- 菊池まゆみ 2019 ひきこもり支援に有効だった「藤里方式」, 月刊自治研, 61; 38-43.
- 菊池馨実 2019 社会保障再考: 〈地域〉で支える. 岩波書店.
- 厚生労働省 2001 10代・20代を中心とした「社会的ひきこもり」をめぐる地域精神保健活動のガイドライン (暫定版): 精神保健福祉センター・保健所・市町村でどのように対応するか・援助するか.
- 厚生労働省 2003 10代・20代を中心とした「ひきこもり」をめぐる地域精神保健活動のガイドライン: 精神保健福祉センター・保健所・市町村でどのように対応するか・援助するか.
- 厚生労働省 2010 ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン. <<https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/2r98520000006i6f.html>> (2025年5月9日アクセス可能)
- 厚生労働省 2019 地域共生社会に向けた包括的支援と多様な参加・協働の推進に関する検討会 (地域共生社会推進検討会) 最終とりまとめ.
- 厚生労働省 2021 重層的支援体制整備事業に係る自治体事務マニュアル. <<https://www.mhlw.go.jp/content/tuuchi-sya0331-3.pdf>> (2025年5月9日アクセス可能)
- 厚生労働省 2025 ひきこもり支援ハンドブック: 寄り添うための羅針盤. <<https://www.mhlw.go.jp/content/12000000/001471237.pdf>> (2025年5月9日アクセス可能)
- 宮脇稔 (編著) 2012 精神科リハビリテーションの流儀: 援助者必携デイリーケアのエッセンス. 文光堂.
- 奥田知志 2021 伴走型支援の理念と価値. In 奥田知志・原田正樹 (編著) 伴走型支援: 新しい支援と社会のカタチ. 有斐閣.
- Maslow, A.H. 1968 Toward a psychology of being (2nd). D Van Nostrand (New York). 上田吉一 (訳) 1998 完全なる人間 第2版: 魂のめざすもの. 誠信書房.
- 斎藤環 2024 イルカと否定神学: 対話ごときでなぜ回復が起こるのか. 医学書院.
- 特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会 2020 居場所づくり実践マニュアル.
- Rapp, C.A. & Goscha, R.J. 2011 The Strengths Model: A Recovery-Oriented Approach to Mental Health Services, Third Edition. Oxford University Press. (田中英樹 監訳 2014 ストレン

グスモデル 第3版：リカバリー志向の精神保健福祉サービス. 金剛出版.)