

はじめに

2017年度は、よこはま若者サポートステーション事業の延べ利用者数は、14,586人で、そのうち若者の相談件数は対前年比で延べ約200件増加しました。

全国的に就労支援機関全般の利用者が減少する中で、よこはま若者サポートステーションにおいては、厚労省事業、横浜市補助事業、生活困窮事業などの事業を活用して、ワンストップ型の支援を行うことで、様々なニーズを持つ若者を幅広く受け止めることができ、就労、福祉、医療、教育のはざまを埋めるきめ細かな支援は、いまだ多くの若者に必要とされていることがわかります。

しかし一方で、横浜市が2017年度に市民を対象に実施した「横浜市子ども・若者実態調査／市民生活実態調査」によると、若者サポートステーションの認知度は1.2%にすぎず、サポステ以外も含めて「知っている支援機関はない」と答えた市民が約48%にも上っています。

私たちは、自己責任の呪縛が広がる社会の中で、更に孤立し、問題が複雑化・長期化してしまわないよう「『困ったら相談できる場所がある』という情報を持ってほしい、そして当然の権利として利用してほしい」と心から願っています。

その前提として、「困っている時に利用してよかった」と実感をもってもらえる支援力の高い組織を作り続ける責務があります。2017年度も引き続き、個別相談の専門性を高める努力と並行して、地域の力とつながり、サポステの認知を広げ、利用を促進するための取り組み（入口事業）、相談から就労への多様な道筋をつくること（出口事業）を強化しました。

本報告書では、これらの方針に基づいた1年間の取り組みと事業実績をご報告し、その他、サポステ利用者の方からのヒアリング内容と、よこはまサポステが、定期的に訪問している高校関係者から、よこはまサポステ支援の意味などを御寄稿いただきました。御協力いただいたみなさまに御礼申し上げます。

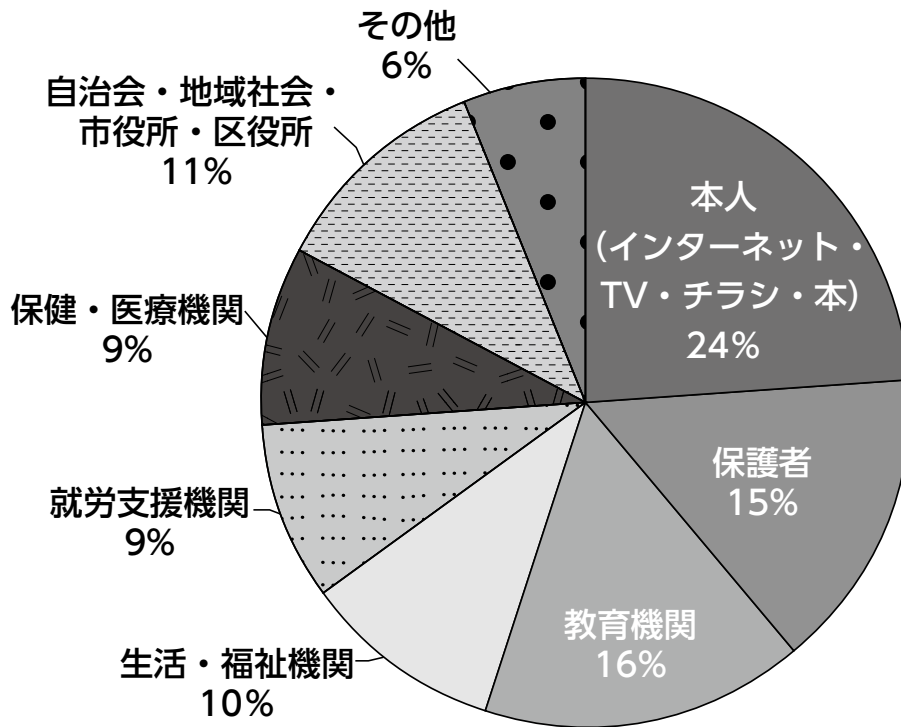
2018年5月吉日
特定非営利活動法人ユースポート横浜
理事長 綿引 幸代

第1章 2017年度事業実績（統計）

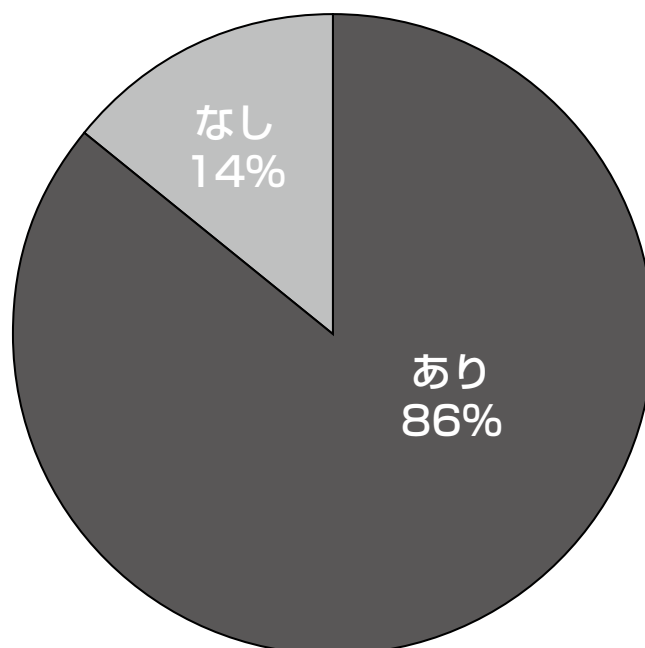
＊第1章の統計は、横浜市若者サポートステーション事業(横浜市)、生活困窮状態にある若者に対する相談支援事業(横浜市)、よこはま若者サポートステーション事業(厚労省)の実績を取りまとめた形で報告をいたします。

1. 2017年度登録者の概要

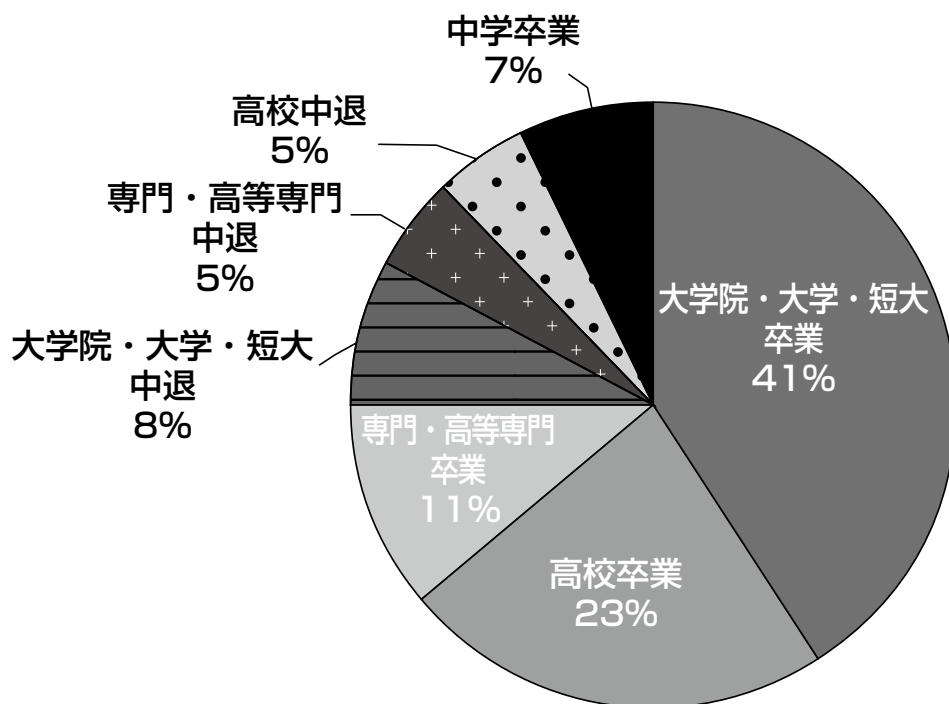
(1) 支援につながった経緯



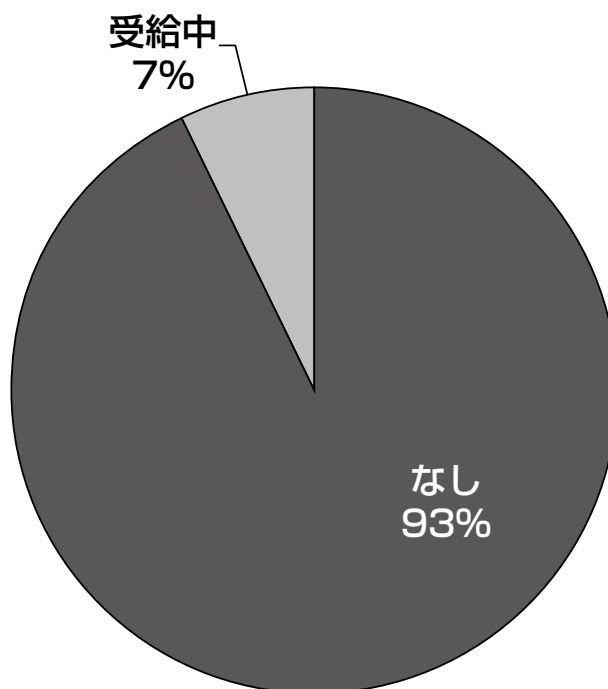
(2) 職業経験の有無



(3) 最終学歴



(4) 生活保護世帯の割合



2. 進路決定実績

	正規	非正規長期		非正規短期	職業訓練	進学	その他	合計（人）
		週20時間以上	週20時間未満					
事務従事者	9	29	4					42
販売従事者	6	18	37	6				67
サービス 職業従事者	4	14	14	1				33
保安職業従事者		2	3					5
農林漁業従事者								0
生産工程従事者	14	7	7	4				32
運転従事者			1					1
建設従事者	4							4
運搬従事者	1	19	10	7				37
清掃従事者	2	5	16	1				24
上記で 分類できない職種	16	18	25	27				86
職業訓練					10			10
進学						3		3
その他 詳細不明	1	1	2	1				5
計	57	113	119	47	10	3	0	349

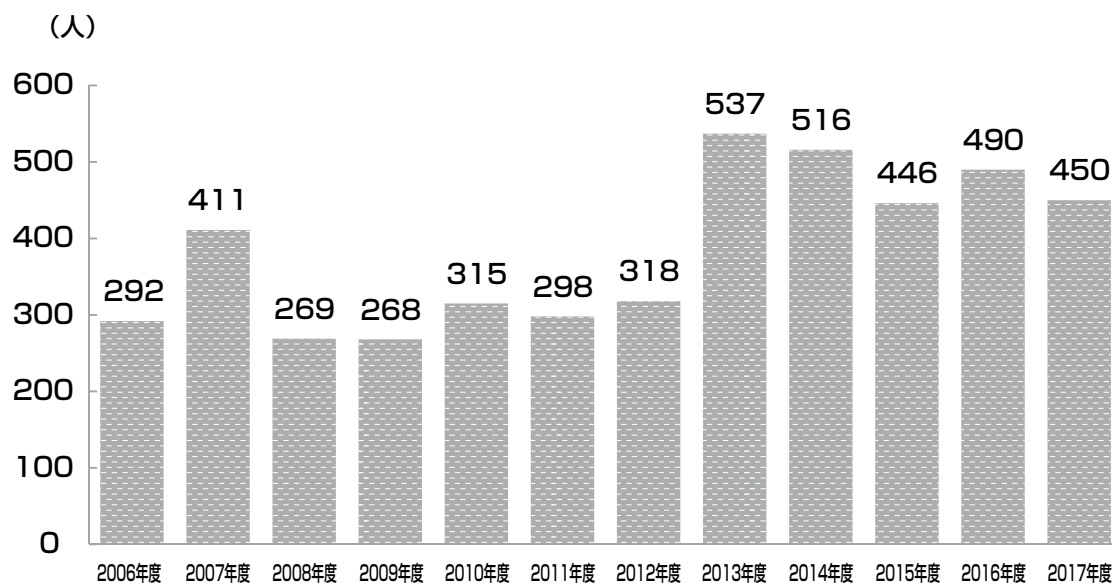
3. 開所からの推移

(1) 利用者数の推移

(延べ人数)

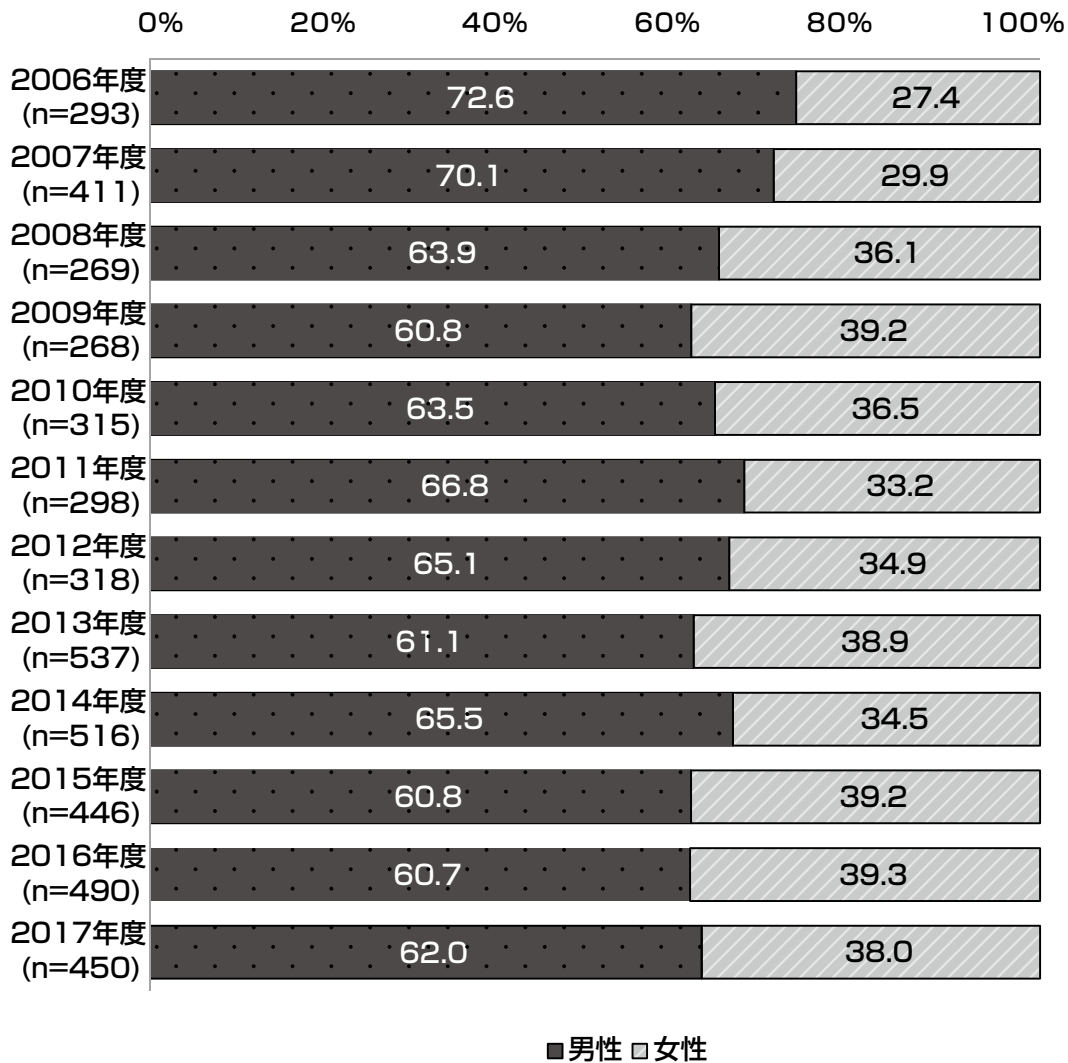
年度	総受益者	若者	保護者	その他（支援者等）
2017年度	14,586	12,980	590	1,016
2016年度	13,994	12,773	560	661
2015年度	13,777	12,558	506	713
2014年度	14,210	13,042	510	658
2013年度	13,426	12,106	616	704
2012年度	10,670	9,121	504	1,045
2011年度	11,273	9,914	452	907
2010年度	11,463	9,917	553	993
2009年度	10,960	9,380	592	988
2008年度	9,833	8,287	866	680
2007年度	9,503	7,754	825	924
2006年度	2,409	1,927	207	275
総計	136,104	119,759	6,781	9,564

(2) 新規登録者数の推移（再登録者除く）

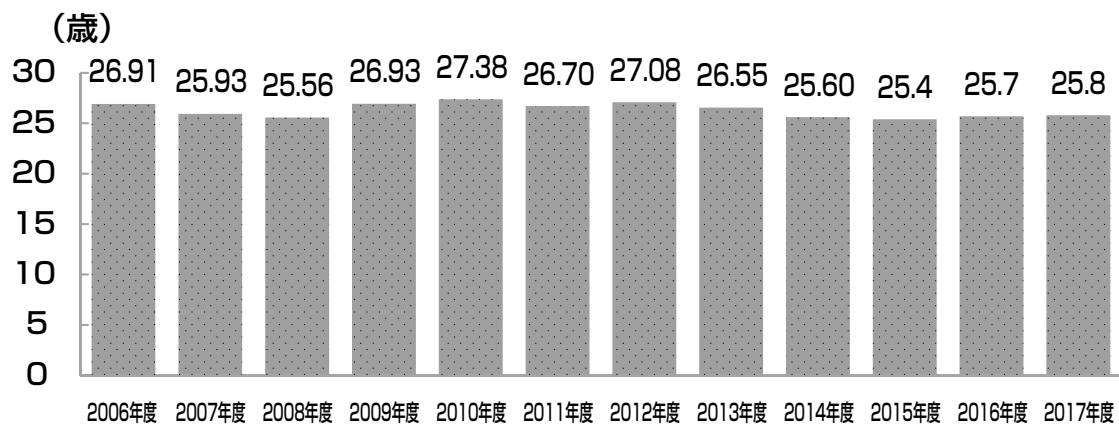


*新規登録者数は、職員配置数によって変動している。

(3) 新規登録者の男女比



(4) 新規登録者の平均年齢



(5) 新規登録者の居住地

横浜市内 区別年度推移

	2006年度	2007年度	2008年度	2009年度	2010年度	2011年度	2012年度	2013年度	2014年度	2015年度	2016年度	2017年度	合計 (人)
港北区	10	24	16	19	20	16	21	33	37	41	30	35	302
旭区	17	20	12	12	13	19	24	36	36	49	29	27	294
戸塚区	11	22	7	12	20	16	10	22	35	33	38	24	250
神奈川区	16	11	7	16	20	12	24	26	35	33	27	22	249
保土ヶ谷区	14	18	10	5	17	18	13	31	26	40	30	27	249
南区	14	20	10	14	14	13	13	23	31	39	22	18	231
金沢区	12	18	9	13	10	11	11	31	22	23	29	30	219
鶴見区	13	22	7	8	20	15	15	25	19	22	24	27	217
港南区	19	17	12	12	12	11	12	22	28	25	18	26	214
磯子区	10	21	4	9	12	3	18	21	19	21	21	22	181
青葉区	14	16	14	7	13	19	4	28	18	19	16	12	180
泉区	6	11	5	12	21	10	14	20	20	26	18	17	180
瀬谷区	6	8	7	10	8	11	21	22	18	18	21	17	167
緑区	12	7	6	6	10	9	7	13	23	34	21	17	165
都筑区	3	7	7	7	8	12	11	18	18	32	17	18	158
中区	4	7	3	6	9	6	15	12	18	13	17	12	122
西区	8	8	1	3	4	5	9	17	9	13	10	9	96
栄区	7	5	9	4	3	8	3	8	4	5	8	13	77
合計	196	262	146	175	234	214	245	408	416	486	396	373	3551

15歳～39歳人口比率と2017年度登録者数

	15歳～39歳人口	2017年度登録者数	人口比(0/0000)
金沢区	50,583	30	5.93
瀬谷区	31,557	17	5.39
磯子区	43,340	22	5.08
港南区	53,044	26	4.90
保土ヶ谷区	57,789	27	4.67
栄区	28,609	13	4.54
泉区	37,580	17	4.52
旭区	60,511	27	4.46
南区	53,258	18	3.38
緑区	50,340	17	3.38
戸塚区	73,364	24	3.27
中区	38,341	12	3.13
港北区	112,817	35	3.10
鶴見区	87,385	27	3.09
都筑区	60,136	18	2.99
神奈川区	76,356	22	2.88
西区	31,375	9	2.87
青葉区	87,329	12	1.37
横浜市全体	1,033,714	373	3.61

第1章 2017年度事業実績（統計）

横浜市外 年度別推移

	2006年度	2007年度	2008年度	2009年度	2010年度	2011年度	2012年度	2013年度	2014年度	2015年度	2016年度	2017年度	合計
川崎市	16	25	24	21	12	14	10	20	16	32	12	7	209
横須賀市	8	10	13	8	9	8	13	24	20	31	27	18	189
東京都	16	15	19	6	6	7	6	17	12	15	7	10	136
藤沢市	8	22	18	17	7	8	4	9	5	14	8	7	127
大和市	1	8	3	4	4	6	8	13	12	13	5	6	83
相模原市	6	11	8	5	1	6	1	5	6	8	3	3	63
海老名市	4	4	5	3	3	2	5	4	1	8	5	5	49
逗子市	3	4	5	4	5	5	2	0	3	4	6	0	41
県内郡	4	5	2	3	3	5	2	3	4	6	1	0	38
厚木市	4	6	3	1	6	4	3	2	0	2	2	2	35
平塚市	4	5	3	2	3	1	4	5	2	6	6	4	45
鎌倉市	3	2	4	3	4	4	3	2	3	5	1	3	37
座間市	2	4	2	4	2	3	1	3	6	3	1	3	34
綾瀬市	2	0	3	0	3	2	2	7	3	2	2	0	26
伊勢原市	1	5	0	1	3	3	4	4	0	2	0	1	24
茅ヶ崎市	7	5	0	0	0	0	4	5	0	10	2	3	36
秦野市	2	7	2	1	5	1	1	1	0	1	1	0	22
小田原市	3	4	5	2	2	1	1	1	0	2	2	0	23
三浦市	0	0	0	1	1	2	2	2	2	0	2	2	14
千葉県	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	4
静岡県	1	1	0	0	0	0	0	0	2	0	0	1	5
南足柄市	0	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	1	4
茨城県	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	3
京都府	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2
宮城県	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1
埼玉県	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
兵庫県	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
富山県	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
愛知県	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1
北海道	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
計	97	146	122	89	80	83	76	127	100	164	94	77	1255

第2章 2017年度事業報告

よこはま若者サポートステーションの支援内容は、個別相談、プログラム、地域ネットワークの3本の柱で構成されています。2016年度から、「サポステ利用の入口をより広く、サポステから就労への出口をより多く」できるよう、地域ネットワークを入口事業と出口事業に整理し、相談員の中の役割分担も明確にして、各事業に取り組んできました。



第2章では、①入口事業、②個別相談支援事業、③プログラム事業、④出口事業について報告します。

1. 入口事業報告

入口事業とは

よこはまサポステの新規登録者は、他機関からの紹介を受けて来所した者の比率が増えており、2017年度は、新規登録者450人のうち60%が教育機関、生活・福祉機関、他の就労支援機関等からの紹介であった。(P.3参照)

新規登録者（他機関からの紹介比率）

2014年度	2015年度	2016年度	2017年度
55%	55%	58%	60%

他機関からの紹介が増えている背景の一つとして、2016年度から「入口事業」という枠組みを作ったことで、地域との連携に関わるサポステ内部の体制を整えたことが挙げられる。2017年度は、6人の相談員が入口事業の担当となった。

入口事業の役割

地域との連携を図る入口事業は、以下の4つの役割を果たしている。

(1) 連携窓口

他機関の支援者や学校関係者など地域からの連絡・相談を受け、紹介を受けた若者がその人の状況、目的に合った形で支援機関につながるができるよう調整を行っている。紹介の目的や若者の状況やニーズについてお伺いし、その人にとってよこはまサポステの利用が適切かどうか、サポステ以上により目的に見合った機関がある場合には、電話の段階で紹介することも行っている。このプロセスを挟むことで、サポステ来所以前の早い段階で適切な機関につながる事が可能になり、せっかく来所したものの「期待していた機能とは違う」といったずれを防ぐことができる。

(2) アウトリーチ（出張相談）

サポステ本体での支援のみでなく、地域の中に直接出向いて支援を行うことで、支援が必要な状態にあるもののまだサポステを知らない、利用したことがない潜在的な利用者層へのアプローチを図る。高等学校、大学、専門学校といった教育機関、泉区生活支援課などで出張相談（定期／不定期）を行っている。

(3) 広報活動

地域と連携していく中で、よこはまサポステの機能や対象者像を正しく伝え、新たな活用機会へつなげていく。具体的にはサポステ見学会、説明会を開催したり、関係機関が主催する会議への参加、研修の講師などを行っている。

(4) 地域との連携・協働

地域から紹介を受けて、サポステ支援が始まった後でも、本人を支援する上で必要な場合は、紹介元と連携を図り、情報共有やそれぞれの機関が持つ強みを活かす関係構築を築くことで、若者を中心にした支援の輪を広げている。

上記4つの役割のうち、1. 連携窓口における地域からの問い合わせ実績と、2. アウトリーチ（出張相談）事業の実績について報告する

(1) 連携窓口実績

以下は、他機関の支援者から連絡が入った件数の推移である。

他機関からの紹介・問合せ件数合計

連携先／連絡数	2014年度	2015年度	2016年度	2017年度
市内生活支援課（生活保護）	29	20	29	30
市内生活支援課（生活困窮）		3	8	7
横浜市青少年相談センター	8	10	26	18
地域ユースプラザ（4か所）	4	3	1	7
地域ユースプラザ区役所出張相談			1	3
子ども・若者総合相談センター	0	0	6	5
新卒応援ハローワーク	9	6	5	3
その他就労支援機関	6	6	6	4
医療機関	1	8	10	14
障害に関する支援機関 （地域就労援助センター、基幹相談支援センター、 就労移行支援事業所など）	4	5	4	12
少年・児童関連 （家庭裁判所など）	0	4	10	8
その他	12	9	17	19
紹介・問合せ合計	73	74	122	130

支援機関からの問い合わせ中で、例年最も多いのは市内の生活支援課（生活保護世帯支援、生活困窮支援）からで、2017度は計37件の問い合わせがあった。

2017年度の特徴としては、障害に関する支援機関からの問い合わせ件数の増加が挙げられる。既に医療機関への通院、障害者手帳を所持した状態で、障害福祉サービスにつながってはいるものの、手帳枠で就労をするかどうか決めかねていたり、納得していないなどの経緯で、サポステ利用についての問い合わせケースが多い。

また2016年度から地域ユースプラザによる各区役所への出張相談（「ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談」）がスタートしたことで、区役所へ相談に来た若者、保護者をサポステに紹介していただくケースもあった。

(2) アウトリーチ（出張相談）実績

アウトリーチ事業として、「学校連携事業」と泉区生活支援課から受託している「泉区における就労困難な若者の社会参加促進事業」について報告する。

①学校連携事業

法人として、これまでの支援の中から生じた課題意識として、若者が抱える困難が長期化、複雑化する手前での支援の重要性、特に「学校教育から離れる移行期」における支援の大切さを認識しており、それに対応して、サポステ事業、生活困窮者自立支援事業、他団体との連携事業等（「就職弱者の若者へのキャリア支援事業」）などと組み合わせることで、在学中から中退、卒業後まで切れ目のない支援の実現を目指している。

具体的な支援内容としては、3つの高等学校に月2回程度定期訪問を行い、在学生や卒業、中退した生徒に対して個別相談、セミナーを行う他、その他の高等学校、大学、専門学校などでも生徒や学生のサポステへのつなぎ、学校内での相談、セミナー、教員向けのサポステ紹介などを実施している。

学校連携事業実績

	2013年度	2014年度	2015年度	2016年度	2017年度
連携学校数 ※年度内に連絡を取った学校	14	19	20	24	35
うち新規連携校	—	11	9	7	14
うち訪問(来所)実施校	10	5	18	21	26
うち定期訪問実施校	2	2	4	3	3
うちセミナー実施校	1	5	3	4	5
うち新規登録学生の在籍校	7	12	14	16	20
新規登録学生数 ※学校連携を介してサポステ登録につながった学生数	18	57	46	42	47

連携した学校数（年度内に電話や来所、訪問などで連絡をとった数）は年々増加傾向にあり、2017年度は10校程度増えた。その要因として、8月に開催した学校関係者向けのサポステ見学会のチラシを高校や専門学校等約80校に郵送したことによって、よこはまサポステの認知度が上がったことによる。見学会参加者のみならず、見学会には参加できないものの「どんなところか詳しく知りたい」との問い合わせが増えた。

また、学校経由でサポステを利用した若者の支援内容は、本人の同意のもと、紹介元の学校と密に情報を共有している。その理由としては、学校での様子も踏まえて支援を行うことができる点に加え、サポステの丁寧な支援内容を学校側が把握することで、安心感を持ってもらうこと、また成果が出ることで他にも支援が必要な学生を紹介されるなど、次につながっていく効果も有する。

高等学校などで行うセミナーでは、「相談をするとはどういうことか」、「相談をするとどんなことが起こるのか」を伝えた上で、サポステ以外にも社会には様々な支援機関があることを紹介している。

定期訪問実績

	田奈高校			横浜翠嵐高校定時制			希望ヶ丘高校定時制		
	2015年度	2016年度	2017年度	2015年度	2016年度	2017年度	2015年度	2016年度	2017年度
定期訪問回数	24	19	19	19	19	19	21	19	15
延べ相談件数	74	64	48	52	47	42	57	59	50
相談利用学生数	35	32	25	19	16	16	14	16	18
うちサポステ登録につながった学生数	13	6	2	6	8	6	4	4	4

定期訪問でつながる生徒に共通していることとして、生徒自体の課題に限らず、家庭の困難（経済的困窮、不安定な家族関係、ひきこもり・進路未決定のきょうだいなど）が背景にあることが多い。しかし、本人の取り巻く環境は支援を要する状態であるにも関わらず、自身で相談を訪れる生徒は少なく、ほとんどの場合が教員の勧めで相談につながるなど、生徒自身の相談のモチベーションは総じて高くなく、危機感の少なさや現状へのあきらめなどもうかがえた。そこから相談を開始し、卒業・中退後も継続して支援をしていく上では、一人ひとりに応じた柔軟な対応や相談の意義、意味を丁寧に伝える工夫が求められた。

また、在学中に一度でも相談の経験があることで、中退後や卒業後に自主的にサポステに予約の連絡をしてくるケースも見られる。様々なリスクの中で育つ若者が「困ったら相談できる」場があるという情報を持っていること、そして自らつながるまでのモチベーションが持たず、知らない場所に行くハードルもある中、学校のつながりで一度でも顔を合わせ、相談というものを経験していることで、若者が支援につながる可能性は高まることを実感している。

寄稿 よこはま若者サポートステーションと田奈高校の連携について

財) 神奈川県高等学校教育会館教育研究所特別研究員、東洋大学非常勤講師
(2017年度まで田奈高等学校教員)

金澤信之

▶「進路未決定」という課題

田奈高校は2007年にクリエイティブスクールの指定を受け、中学時代に様々な理由で持てる力を発揮できなかった生徒を積極的に受け入れ、社会に送り出すことを目的とした学校作りが始まった。だが、この指定を受ける前から本校は包摂的な支援を心がけており、生徒が自己肯定感を醸成し、教師（大人）との信頼関係を取り戻す居場所となりつつあった。しかし、このような取り組みと比較して、出口（進路）に関わる支援はなかなか従来の型を抜け出すことができなかった。それによって長い間、進路未決定者が卒業生の30～40%で高止まりしていたのである。進路未決定は生徒が抱える困難の解決を難しくさせる。卒業後に職員室を訪れる生徒達の相談を聞く度にそのことに教職員は気づかされていった。

▶あらゆる相談に対応することで、知識が増え困難を早期に発見する

この課題に対応するためには学校の努力だけでは限界があると考え、外部と連携したり、外部人材を積極的に校内に迎え入れる等の新たなキャリア支援が必要と考え、本校独自の取組であるキャリア支援センターを発足させた。このセンターの最初の外部連携がよこはま若者サポートステーション（以後よこはまサポステ）からの出張相談であった。出張相談は校内名称を「田奈Pass」と呼び、あらゆる相談に対応した。恋愛問題、親子関係はもちろんのこと、在留資格や経済的な困窮、障害、自傷行為など多岐に及んだ。このような相談を通して教職員も生活保護や障害者就労、障害者就労移行支援等についての知識を増やすことができたのである。そして、こうして知識を増やすことによって、生徒の困難を早期に発見し相談に繋げることが可能となった。

▶困難性が高いがゆえに必要な「切れ目のない支援」

本校で一番多い進路希望は就職であるが、それが難しい場合の原因は、本人のみならず家庭の状況にも及び、そこへの配慮がなければなかなか生徒は仕事に就けない。相談の振り返りをよこはまサポステの相談員とするたびに、そう実感するようになっていった。これはすぐに解決のできる課題でないことが多い。だからこそ、卒業後（中退後）も支援を継続できるよこはまサポステの存在は心強かった。在学中から、さらには学校を離れた後も続く切れ目のない支援の構築は教育だけでは難しい。そこを埋めていただけたと考えている。

また、高卒求人を軸とした田奈高校独自の就労支援と連携し、就職内定者に対して行ったSST（Social Skills Training）は今後の連携の方向性を示したと言える。キャリア教育では埋められない実践的な支援が可能になると確信した。

例は少なかったが、よこはまサポステが独自に持っているネットワークの中で職場体験をしたり、職場見学をすることができた。これは、単にキャリア支援に留まらず、同行することで本人の強みを見きわめ、その後の支援にとっても役だっている。

しかし、支援をさらに充実させるためには、単に出張相談に終わらせず、高校の強みである職業安定法の職業紹介と深く結びつき、相談支援と就労支援の一体化を図るべき段階に来ていると感じている。学校というプラットフォームにサポートステーションとハローワークが一体化するようなビジョンである。まさに福祉と教育と労働の連携である。子ども、若者の困難が可視化され始めた現代において、このような在学中から卒業後、中退後にも継続する就労支援を核としたシームレスな若者支援の実現を強く期待している。

②「泉区における就労困難な若者の社会参加促進事業」

	2013年度 (8月～)	2014年度	2015年度	2016年度	2017年度
出張日数	31	48	46	46	45
延べ利用人数（若者）	29	120	131	94	129
延べ利用人数（保護者）	7	2	3	12	17
★延べ利用人数計	36	122	134	106	144
うち家庭訪問利用人数計	0	1	4	12	17
相談キャンセル数〔率〕	15〔29%〕	46〔27%〕	64〔32%〕	51〔32%〕	38〔26%〕
延べ相談件数（ケースワーカー） ※合計には含まず	14	36	2	12	11
★相談利用人数（若者）	16	21	23	23	19
うち新規利用人数	16	18	9	16	4
うちサポステ登録につながった人数	0	5	1	1	2

泉区生活支援課からの委託で2013年度より継続している「泉区における就労困難な若者の社会参加促進事業」では、サポステ本体での支援ノウハウを活かし、すぐの就労、社会参加が難しい生活保護世帯の若者や保護者に対して、区役所内での出張相談、家庭訪問を実施している（毎週水曜日、相談員2名が交替で出張）。

区役所内での支援機関の出張相談としては、他課内で地域ユースプラザによる「ひきこもり等の困難を抱える若者の専門相談」も行われているが、サポステの社会参加促進事業の特徴としては、支援対象者を生活保護、生活困窮世帯の若者に限定し、生活支援課の担当ケースワーカーと密に連携を取りながら支援を進めていること、そして毎週かつ終日と出張相談の頻度が高いことで、継続的な相談、家庭訪問を行っていることである。

2017年度の出張相談の実績としては、利用人数自体は少ない一方で、延べ利用人数（若者、保護者）の総計は最も多く、キャンセル数・率も低いことから、同じ若者が相談を利用し、支援が継続していることが伺える。

その背景として、区役所まで相談にくることが難しい若者に対して、ケースワーカーとともに家庭訪問を行ったり（2017年度 5世帯）、相談の中で必要に応じて一般職業適性検査（GATB）を実施したりとその人の状況やニーズに合わせた支援方法、ツールを導入したことも本人の相談のモチベーションに影響したと考えられる。

2. 個別相談事業報告

2017年度は相談員15名を配置した。

よこはまサポステ支援は、個別相談を土台としている。

プログラムや入口事業、出口事業など他の支援事業も個別相談の支えがあってこそ、有効に機能していく。したがって、相談の入り口であるインテーク（初回相談）の段階から、主訴を丁寧に聞き取り、その中で本人の抱えている問題を見立て、それを踏まえた実現可能な支援プランについて本人と共有するよう心掛けている。

また、年々地域の関係機関からの紹介が増えているため、インテーク後の継続的な相談の中で、支援機関、学校、医療機関等との連携や協働は重要なファクターとなっている。

他機関や関係者との連携、協働においては、本人の同意のもと、必要に応じて情報を共有し、見立てや方針のすり合わせを行っていくことで、本人を取り巻くさまざまな機関や関係者間のネットワークを構築することができる。

サポステにつながる紹介元やその後の進路、状況によっては並行利用先など、よこはまサポステを利用する若者の多くが複数の社会資源を利用している。そのため、各機関、関係者同士の連携、協働のあり方が本人のよりよい支援を考える上では大切である。

個別相談実績（プログラム参加等を除く）

	2015年度	2016年度	2017年度
延べ個別相談件数（本人）	9,386	10,255	10,463
延べ個別相談件数（保護者）	161	161	151
合計	9,547	10,416	10,614

その他、一人ひとりの相談員の「個別相談」の専門性を高め、かつ精神的な負担を軽減できるよう、2017年度も引き続き、「コンサルテーション」「振り返り面談」を行った。「コンサルテーション」とは、各相談員が「困った」と感じたときに経験豊富な相談員と一緒に考える、助言を受ける機会を設ける仕組みである。2017年度は延べ577回コンサルテーションが活用された。また、「振り返り面談」は、管理職と定期的に面談をして、すべてのケースについてかわりや方針の見直しを行い、指導を受けるものである。

その他、全体会議での研修、自己研鑽研修も合わせて、法人の使命、支援の考え方を確認し、支援スキルやノウハウを補い合って、組織全体で相談員の育成、個別相談の質の向上に取り組んだ。

コラム 「自己決定を支援する」とは

よこはま若者サポートステーション
副施設長

池田彩子

▶「自己決定能力」を見極める困難さ

私たちは「自己決定の支援」を法人のミッションの一つにかかげている。この言葉は、支援の現場でよく耳にする言葉である。「当事者の自己決定を尊重する」という文脈で用いられることが多いが、その大切さについて異論のある人はほとんどいないだろう。自己決定の支援が難しい場面としては、重度の障害のある人や認知症の高齢者など、当事者の意思表示が難しかったり、判断能力が乏しいことが明らかだったりする場合が想像しやすい。翻って、サポートステーションのように、障害者を主な対象者としておらず言語による相談を求めてくる人を対象とした相談機関においては、自己決定の支援は容易なことなのだろうか。

私たちは自己決定を支援するときに、選択肢を提示して説明をすればその人が自分にとって最適な決断ができるのかどうか、それをまず見極めることを重視している。サポートステーションに来る若者は、どうしたいか、何をしたいか、どれを選びたいか、はっきり言葉にすることができる人や、少なくとも肯定否定の意思表示ができる人がほとんどである。それでもなお、自己決定の能力を見極めることは困難で重要な作業なのである。

それはなぜか。たとえば、一見スムーズにコミュニケーションが取れる人でも、複雑な話題になると理解が追いつかずあいまいな態度でやり過ごす人がいる。見過ごされてきた発達の偏りがある、偏った認知や判断をしがちな人がいる。冷静を装っていても実は不安定な精神状態で、適切な判断が困難な状態にある人がいる。特定の価値観にとらわれて本心に気づかずそれを表現できない人がいる。相談員の評価を気にしたり望まれる回答を必死に探したりする人がいる。あるいはそうさせてしまう相談員がいる。相談に訪れる若者の決断の背景には、多かれ少なかれこのような問題が潜んでいる。

▶自己決定を支援するために必要な視点

私たちはそのような若者に対して、知的能力、発達の偏り、精神疾患やそのときの精神状態、価値観やパーソナリティ、その人の置かれている環境などのいろいろな側面から、どのような支援をすればより適切な自己決定ができるかを考えるようにしている。働くことを目指して相談に訪れる若者を対象にそのような作業をするには、多くの知識と鍛錬が求められる。場合によっては相談員が選択肢を絞ったり、提供する情報をわかりやすく加工したり、その人の考え方の癖を指摘したり、リスクを説明して再考を促したり、決断をじっくり待たせたりする必要が出てくることが多い。

自己決定を大切にするということは、その人の能力や環境を十分に吟味しないまま本人の言葉通りに支援をすることではなく、相談員側の価値観や支援のしやすさに左右されるものでもなく、高度なアセスメントと信頼関係があってこそ可能になる、長く困難な道のりなのである。

▶共にたどり着いた結論を全力でサポートする

そのようにして共にたどり着いた結論に対して、たとえそれが客観的にはベストに思えないものだったとしても、「自己責任」という言葉で突き放したりせず、全力でサポートして共に歩いていくことも、極めて重要である。このプロセスすべてを常に丁寧に誠実に行うことで、その人は初めて「尊重されている」と感じるができるのではないかと私たちは考えている。そう感じられることで、その人は一つの決断ができただけでなく、その先へと続く自信を少しずつ手に入れていけるのではないだろうか。そういう支援を、私たちは今後も目指していきたいと考えている。

3. プログラム事業報告

2017年度よこはまサポステのプログラム実績は下記の通りである。

プログラム名	実施回数	参加人数（延べ）
ストレッチ体操	24回	105人
学びなおし（個別型）	18回	100人
CBT（認知行動療法）	48回	283人
SST（ソーシャルスキルズトレーニング）	24回	162人
のんびりテーマトーク	12回	84人
自己プロデュースセミナー	12回	101人
職業人の話「働くまでの道のり」	4回	57人
アルバイト活動セミナー面接編	12回	52人
アルバイト活動セミナー履歴書・電話編	12回	49人
GATB	24回	135人
エクセル講座	24回	158人
ワード講座	24回	138人
ホンキの就職	15回	80人
計	253回	1,504人

* 仕事セミナー（警備、屋根職人、家づくり、IT）は出口事業（P.24）参照

サポステを利用して就職した人の中で、定着支援、ステップアップ支援を希望する方に対しては、個別相談を通して心理面のサポートや実践的なアドバイスを行ってきた。2017年度は、それに加えて、セミナー（『働きやすさ』と『やりがい』をつくるための3ステップ）を開催した。集団プログラムでは「職場の人間関係で苦労している」「今の仕事が本当に自分に合っているのか分からない」などの悩みや迷いを感じているのは、自分だけはないという安心感を抱くことができ、同じように悩む「仲間」の中で、「仕事をしやすい環境」「やりがいを感じる環境」を考えることができた。

4. 出口事業報告

出口事業とは

よこはまサポステでは、開所以来、多くの事業所にご協力を頂き、ジョブトレーニング事業を実施してきた。ジョブトレーニング事業は、あまり職歴のない若者が、働く体験を通じて、自信を深めるために参加する事業である。

新しい事業所を開拓したり、人手不足の企業から声をかけていただく機会が増えるに伴い、ジョブトレーニング以外の枠組みでの企業とのつながり方・つなぎ方が求められるようになった。そこで、2016年度より、ジョブトレーニング事業の枠を超えて、サポステから地域の事業所や企業につながる取り組みを「出口事業」と位置付け、体制を整え、2017年度の出口事業は、4名が担当した。

出口事業の内容

出口事業の内容と2017年度の実績は以下の通りである。

(1) 出口事業連携先の開拓

2017年度は、新たに約100事業所との接点をもち、2016年度の約50社から倍増している。その要因として、職員1人を、事業所開拓・調整に関わる専門員として配置し、横浜市地域貢献企業、神奈川県中小企業家同友会に集う企業など社会貢献意欲の高い企業を中心に協力を依頼したことがあげられる。その他、他地域のサポステとつながりを持っている派遣会社や企業から、よこはまサポステとも連携したいとの相談を受ける機会も増えた。

それら事業所・企業のご協力を得て、「ジョブトレーニング」(10日間の仕事体験)、「仕事セミナー」(職業紹介・会社紹介を兼ねたセミナー)、「シゴトライアル」(体験先に雇用されることをめざす、座学と職場体験を組み合わせたプログラム)、合同企業説明会(神奈川県中小企業家同友会とのコラボレーション)などに取り組んだ。

(2) ジョブトレーニング事業

一人ひとりのニーズに合わせて体験先や体験内容を個別にアレンジし、10日を1クールとして、最長30日までの職場体験を行う。職歴が無かったり、長期に渡るブランクがある若者が、1日3時間～4時間、週2日～3日程度の頻度で取り組むケースが多い。

初めて受け入れていただく事業所では、本部と現場のズレや齟齬が起こることのないよう、またサポステに対して信頼感をもっていただけるよう、現場担当者とのきめ細かな調整を心がけた。(ジョブトレーニング等実施事業所は巻末資料参照)

(3) シゴトライアル

人材を求める企業と連携して、体験のみではなく、就職につながるができるプログラムを開発・実施した。2017年度はじめて取り組み、2社の協力を得ることができた。2社とも、人材を確保したいというニーズがあったため、各社に応じたプログラムを提案した。

シゴトライアル概要

	内容
初日研修	<ul style="list-style-type: none"> ・キャリア人生におけるアルバイト経験の意味 ・労働法の基礎知識 ・体験先業界案内 ・アルバイトのルール ・マナー ・職場見学
職場体験	<ul style="list-style-type: none"> ・1日4時間/連続5日間 ・毎日、企業担当者の同席で振り返りを行う ・実習記録の作成と企業担当者からのフィードバック
評価	<ul style="list-style-type: none"> ・採用、不採用の結果と全般的なフィードバック ・企業担当者から「笑顔・挨拶」「作業効率」「自主性」について5段階評価と評価の根拠を記載していただく
労働条件の確認	体験先で就労が決まった場合は、本人、企業、サポステの3者で労働条件の確認を行う。

シゴトライアル実績

参加者数	終了者数	体験先での採用数	体験先以外での終了後 3か月以内の進路決定	体験先以外で終了後 半年以内の進路決定
79人	73人	32人(8人)	5人(2人)	2人(2)人

* () 内は週20時間以上の就労となった人の数

集団で仕事体験を行う取り組みはよこはまサポステでは初めてであったが、体験先に複数で就労することができると、同じ職場にサポステの「同期」「先輩」がいることになり、利用者にとって安心できる環境になった。

更に、体験先では就労につながらなかった人もその後別の企業で就職が決まる率が多く、体験した人全体の53%が半年以内に就労している。その他、体験先で就労が叶わなかったことをきっかけに、7名が福祉サービス利用につながる事ができた。

企業側の状況によっては、採用ラインが上下してしまう難しさがあるが、主体的に動くことが苦手であったり、就労経験があまりない利用者にとっては、働き始める一歩として適したプログラムであるといえる。

(4) 出口系セミナー

出口系セミナーとは、はじめにセミナーで職業紹介、業界紹介などを行い、その後に希望者に対して、現場見学、採用面接、就職へとつながっていく仕組みである。2017年度は警備、家づくり（外構・外壁）、屋根づくり、IT、機械設計などのセミナーを実施した。

主に仕事紹介を目的として、サポステ主催で実施したものと、企業主催で会社紹介を積極的におこなったものの2種類がある。

サポステ主催セミナー

	実施回数	参加者数	現場見学者数	就業数	決定率 (就業者数÷ 参加者数)
警備セミナー	8回	19人	1人	1人	5%
家づくりセミナー	6回	23人	5人	3人	13%
合計	14回	65人	6人	4人	

企業主催セミナー

	枠組み	実施回数	参加者数	現場見学者数	就業数	決定率 (就業者数÷ 参加者数)
屋根づくり	6月開始、隔月開催	5回	13人	5人	1人	0%
IT系 ①	当該企業のプログラム開始に合わせて不定期開催、12月より入門編追加	入門編 2回 実践編 5回	入門編 12人 実践編 37人	5人	1人	1%
機械設計	当該企業のプログラム開始に合わせて11月に実施	2回	9人	3人	1人	0%
IT系 ②	1回実施	1回	4人	3人	3人	1%
IT系 ③	下期2回実施	2回	31人	6人	—	1%
合計		17回	106人	22人	6人	3%

企業と連携したセミナーは、シゴトライアルに比べると就業につながる割合が低い。しかし、利用者にとっては、外出の機会、人の中で話を聞く機会、未知の仕事に触れる機会も提供にもなっており、その視点も踏まえて運営していく必要がある。

就労へつなげていくには、それぞれの企業ときめ細かなコミュニケーションを図りながら、改善点等を共に検討し、実施していく必要がある。

(5) 神奈川県中小企業家同友会×よこはまサポステ 合同企業説明会

よこはまサポステの運営団体である特定非営利活動法人ユースポート横濱が所属している神奈川県中小企業家同友会の協力を得て、よこはまサポステを会場に、合同企業説明会を開催した。2017年度はじめての取り組みである。

同じ同友会のメンバーということで法人と参加企業が継続的な関係が保てるため、安心して利用者に紹介でき、また利用者も慣れた場であるサポステが会場のため、参加者はすぐに定員に達した。

中小企業家同友会×サポステ 合同企業説明会 実績

参加企業	利用者参加数	見学・体験参加者	就業数
5社	19人	7人	2人 (正社員1人/パート1人)

合同説明会に参加した企業からも、

- ・多くの若者とお話ができ、充実感があつた。
- ・規模感がちょうどよく、中小企業的にも助かつた。
- ・通常の新卒向け会社説明会の参加者とは異なった様々な経歴の方と話す機会となり、その方々の特徴が会社にとって有益になり得ると認識できた。
- ・自社業界のイメージを聞くことができ、実際に就職を希望する人たちがどういったことを思っているのかを知ることができた。

などの感想をいただき、好評であつた。今後も定期的を開催する予定である。

以上の通り、出口事業を利用して就労数は48人となった。総進路決定数に対する割合は約13%である。ハローワーク等からの応募はハードルが高い若者にとって、出口事業の拡充がより一層求められる。

出口事業による就労決定実績の推移

	2015年度	2016年度	2017年度
ジョブトレーニングから	10	7	5 (0)
シゴトライアルから	-	-	33 (8)
セミナーから	8	6	8 (8)
同友会合同面接会から	-	-	2 (2)
合計	18	13	48 (18)

* () 内は、週20時間以上

第3章 よこはま若者サポートステーション利用者ヒアリング

よこはま若者サポートステーションは、横浜市が2017年度に実施した「横浜市子ども・若者実態調査／市民生活実態調査」に協力し、利用者ヒアリングを行いました。

第3章では、調査の際にお聞きした「利用の経緯、支援の内容、利用した感想等」について掲載します。

(1) 相談員との会話を通して気づきを得る (30代男性)

【外とのつながりを持てなくなったわけ (困難を抱えた経緯)】

高校時代、大学院時代、SEで就職していた時、音楽関係の多忙な仕事をしていた時など、体力的な疲労とメンタル的な不安、落ち込みなどうつ状態になることは時折あり、必要に応じて通院をしていた。

音楽の専門学校を卒業した時には精神的につらくてとにかく寝ているしかない、というような状態だったため、治療に専念し、2年近く自宅療養した。

デイケアにも通い、だいぶ体調がよくなったので神奈川県障害者職業センターへ相談に数回行って、精神障害者福祉手帳と障害年金の取得を勧められ取得。障害者枠でドラッグストアの品出しのパートとして働き始めた。2か月経過したころ、特に辛いという自覚はなかったのだが、体調が急に悪くなり、休みがちになってしまい、職場に迷惑をかけていることが精神的な負担となってしまって自分から退職した。それから1年ほどまた自宅療養。

体調がまたよくなってきたので近所の郵便局で週4回、短時間のアルバイトを始めた。それも半年以上続けられたので、そろそろもう少し収入を得られる仕事へ変わりたい、と思ったのだが、いざ、応募を始めようとしたとき、今までの自分の経歴をいったいどうやって応募先の企業へ説明すればいいのだろう、どうやってまた普通に働けばいいのだろう、と次が見えない状態になってしまった。

【その時に思っていたこと】

うつ状態は良くなり、郵便局での短時間のアルバイトは出来るようになったが、正社員というレベルに就くプロセスが分からなくなって先が見えず、困っていた。

今の日本社会は現実的には精神疾患や体力がそれほどない人について理解がない。例えば履歴書も、今までの経歴をどうやって表現すればよいのかもわからなかった。

以前利用した障害者職業センターは自分にとってはあまり合わなかった。相談員が、身体障害者や知的障害者の方への対応には慣れているのかもしれないが、精神障害者には慣れていないのかな？と感じた。いつも忙しそうで5分ほど話して終わりだし、指示的な感じもして継続して相談したいとは思えなかった。今の自分の困りごとに、じっくり相談にのってもらいたかったのだと思う。

【よこはま若者サポートステーションに来るようになったきっかけ】

インターネットで「仕事」関連の検索をしていて、サポステのホームページを見て自分で予約した。ホームページを見て、予約制だし、きちんと会話してくれる、話をきいてくれる体制がありそうだと感じたため。

【支援を受けた感想】

様々な意味で素晴らしい支援だったと思う。目的は「就労」だけど、その中で、相談員との会話を通して、精神面、健康面での気づき、社会的なことへの気づきがあった。気づけたのはこのサポートステーションで相談員と一対一でじっくり会話できる場があったから。テーマに沿っての議論、ひとつのテーマをお互いの意見を出し合って深める場、いわゆる「ガチトーク」できる場というのは今の社会ではほとんどない。相手を配慮して、重くなり過ぎず、いわゆる空気を読んで会話するのが良し、とされている風潮がある。

ひとつのテーマについて、支援者側の意見と自分の意見をきちんと話す場があることは、「就労」以上に社会的利益のあるサービスだと思う。

<p>【現在の思い】</p> <p>結局は、自分で自分らしい生き方、道を歩いていくしかないと思っている。ピンチの時には助けてもらおう！と思っている。サポートステーション以外にも助けてくれるところはあるし、SNSも発達しているし、少しずつ進めていきたい。</p> <p>今、思うのは、お金をもらうことだけが仕事ではなく、やるべきことやるのが仕事、ということ。例えば、家でフライパン修理をすることも立派な仕事のひとつ。</p>
<p>【どんな支援を受けたか】</p> <ul style="list-style-type: none">・相談支援：会話支援、という感じ。自分の考え、今後の方向性を言葉にして伝える、自分の目的意識の確認を定期的にできる場があったことは体調面でもよくなったし、活力の素になっていた。・セミナー、就労体験支援：未経験の業種の体験ができ、その後、実習で学び、就労へと進めた。 あのシステムがなかったら製造業には就いていなかったと思う。
<p>【もっとあったら良いなと希望する支援】</p> <ul style="list-style-type: none">・個人事業主、家族経営の小さな商店やフリーランスとつながって、給料は出せないけど、助手が欲しい人とか居そうなので、若者に経験のチャンスをもらえれば。・いまはなくなってしまったが「きらり」のような、研修、実習、雇用のステップがきちんと用意されているプログラム。・中間就労的な、見習いや時給は安くてもいいので、そのかわり本当に無理せず、体調が悪い時には休めるようなインターンシップがもっとあるといい。

(2) もう一人、自分の味方が増えた (20代女性)

【外とのつながりを持てなくなったわけ (困難を抱えた経緯)】

小学校、中学校といじめを受けて、人との関わり方、話し方がわからなくなってしまった。高校までは勉強は苦手だけど、運動が得意だったため、何とか自分の居場所を保てていたけれど、高校に入って授業についていくのが大変で、学校に一時期通えなくなったことがあり、そのときに周りから「何で来ないの?」と聞かれ、自分でも行けない理由やどうしたらよいかがわからなくて困っていた中、一線を引かれてしまった気がした。

そこから人の中に入ることがさらに苦手になり、常に自分の話し方やふるまいが気になって、「周りが自分のことをよく思っていないんじゃないか」と不安に感じたり、人目を避けたり、そもそも人と関わりを持たないようにしたりしていた。

そんな状態で高校3年の終わりと卒業後にいくつかアルバイトもしたが、一緒に働く人となじめなかったり、お客様に接する方法がわからなかったり、質問するにも「今、聞いてもいいかな」と気遣いをしすぎてタイミングがつかめなかったりで、結果的に叱られることも多かった。

その後もお金は欲しいし、アルバイトをしたい気持ちは強かったけれど、なかなか受からない上に、働いた先で人間関係に苦労した経験もあって、社会に出ていろいろな人と関わるのが怖くなってしまった。

【その時に思っていたこと】

高校を卒業してから、何かのアンケートで所属を書くときに学生でも会社員でもなく“その他”に○をする、属するところや肩書きがないことが本当にしんどかった。高校までは学校に行っているという自分の予定や居場所があったけれど、卒業して学生でもないし、かといってバイトもしてないし、自分って何だろうと思っていた。

親からも「まだバイトしないの」と言われるたびにプレッシャーやストレスを感じて、苦しい気持ちになった。自分でも「この先もう仕事ができないかもしれない」と考えて、夜になると泣いたり、もう死んじゃってもいいやと思い、楽な死に方を検索したこともあった。

【よこはま若者サポートステーションに来るようになったきっかけ】

仕事について相談できる場所を母がインターネットで探して、サポステを勧めてくれた。

最初は緊張したし、小学校、中学校のいじめの際に、先生に助けてもらった覚えがなかったから、大人に対する不信感や人に相談することへの抵抗感もあったけど、来てみたら話しやすくて安心した。

【支援を受けた感想】

相談の場所が固い雰囲気ではなく、カフェのような気軽な印象だったので相談しやすかった。職員の人は向こう、利用者はこっちという仕切りがなく、座る場所を自由に選べる点もよかった。サポステに通い始めて以降も、アルバイトができていない状況はなかなか変わらなかったけど、サポステという用事、外出先もできたし、「自分は何もしてないわけじゃない、現実逃避じゃない」と思えるようになったことで、働いていない罪悪感や情けなく思う気持ちも少し楽になった。

相談については、担当者と仕事の話にかぎらず、色々な話をするのができたため、構えたり、つくった自分になつたりせずに自然に話せる関係がつくれて、担当者が心の支えになった。自分のこれまでや性格についてもよく知ってくれている分、日頃のこと話しやすいし、何かアドバイスをもらうにも、信頼できる人から言われたほうが自分に入りやすい。今までは何かあったら親にしか相談できないと思っていたけど、もう一人自分の味方が増えたことで、親には言えないこともここでは相談したり、自分の考えや思いを話したりできるようになった。

【現在の思い】

サポステで相談しながら、アルバイトを受けたり、働いてみて色々と悩んだりする中で、障害者手帳を取得して、今はコーヒー屋さんで仕事をしている。ただ、仕事といえども一般とは異なる働き方（就労継続支援B型）なので、時給ではなく工賃と普通に働いている人よりずっと手元のお金は少ない。

でも周りの友達には障害のことは話していないから、バイトではない、お金がないことは言えない。だから自分で頑張って節約したり、なるべく使わないようにしたりしている。

手帳をとったことで社会に出るための大きな扉は開けたけど、働き方、経済面は周りの子と同じではないから、中途半端に開いてしまった感もある。障害については確かにできないこともあるけど、できることもあるから、障害がわかったときは安心感と他の人と違うんだという思いの両方があった。

父も母も障害のことや今の状況は理解してくれている。でも父は苦労人だけど、母は自分がやればできる、いい会社に入ったエリートで仕事が趣味の人だから、なかなかわかってもらえない部分もある。

友達や親、そして同じ事業所の仲間にも話せないこと、それぞれに状況が異なるから共有しづらい部分をサポステで話して、気持ちの整理をしたり、ガス抜きをしたりしている。

(3) 孤立感が深まった時に安心して話ができる(20代女性)

【外とのつながりを持てなくなったわけ(困難を抱えた経緯)】

家庭環境がとて悪かった。父親は子どもの意思を尊重せず、苦手なことを無理やりやらせたり、うまくできないと叩いたり正座させられたりしていた。やりたいことは「わがままになるから」とやらせてもらえなかった。母親は物心ついたときから心身が不安定で、私が小学校のときには入院していたことがあり、その後精神疾患の病名がついた。ヒステリックだったり、家に食べ物が無いのに何もしてくれずひもじい思いをしていた。

学校では友人ができず、集団に入って同調することが苦手だった。親に服や教材を買ってもらえず、同級生と同じことができなかった。中学ではいじめられて保健室登校になり、高校は通信制に進んだ。専門学校は親が手に職をつけさせたいと言って、自分では苦手だとわかっていたのに福祉系の専門学校に通わされたが、やはり要領よく実習をこなしたり、女性のクラスメートになじんだりすることができずに、激しいいじめにあった。そのときも親はまったく理解せず辞めることはできなかった。卒業後体が動かなくなり、1年間ひきこもった。世間体を気にした親は、私の興味があった別の専門学校に再度入学させて、そこでカウンセラーに家族の話をしたり、苦手の背景に発達障害があることを聞いた。

【その時に思っていたこと】

死にたいと思っていた。どうやって自殺しようかばかり考えていた。自分は何をやってもできないダメ人間だと思っていた。ひきこもっていたときは一生パラサイトをして親に仕返ししようと思っていた。人とうまくやれない困り感がずっとあり、疎外感、孤立感、「一生このままなのだろうか」という焦り、親に対する憎しみ、怒りなどが渦巻いていた。

【よこはま若者サポートステーションに来るようになったきっかけ】

専門学校のスクールカウンセラーが紹介してくれた。

【支援を受けた感想】

サポステでは、発達障害を診てもらえる病院を紹介してもらい、精神障害者福祉手帳と障害年金の申請についていろいろ教えてもらって、地獄に光がさしてきた感じだった。特に発達障害については、その前から自分でも疑っていたけど、自分で探した病院では見てもらえず途方に暮れていたのが助かった。親と離れて一人暮らしをする相談にのってもらえて、思い切って家を出ることができた。

かろうじて連絡をとっていた友達とうまくいけなくなり、孤立感が深まったときにも、いつも安心して話せる場を提供してもらって、心の安定にとて役立っている。

【現在の思い】

親と離れて、少しずつアルバイトができるようになった。少しでもまともな社会人になりたいと思っている。スキルをつけて、親に頼らず、ホームレスにならずに生きていけるようになりたいので、家でプログラミングの勉強をしている。以前に比べたら階段を上れている気がする。

親と離れて今まで閉じ込めてきた辛い気持ちがあふれ出して、今でも死にたい気持ちに襲われることが、あるがなんとか前に進もうと頑張っている。

(4) 挑戦する時の不安を相談する (30代男性)

【外とのつながりを持ってなくなったわけ (困難を抱えた経緯)】

教育熱心な両親の元、中学受験をした。小学校の頃は塾に通い、勉強を頑張った。そのかいあって私立中高一貫校に入学。その後は大学を出て、したい仕事をして、という将来を思い描いていた。

しかし、中学に入学してからも、勉強を頑張る学校生活に息が詰まる気持ちができて、学校生活に馴染むことができなかった。不登校気味になり、高校に進学したものの、そのまま不登校が続き、高校一年で退学。家族ともうまくいかず、友人もおらず、孤独な状況がその後、初めて青少年相談センターに行き始めるまで、7年ほど続いた。

【その時に思っていたこと】

「大学を出て、仕事をする」というルートを下りざるを得なくなったのだが、その時点では、そのルート以外は自分では考えられず、どうしたら学校に戻れるか、ということばかりを考えていた。

両親ともうまくいかず、友人、知人もおらず、ただひたすら一人で考えていた。やりたいことが実現できない苦しさ、現状をどうにも変えられない苦しさで精神的に非常に辛い状況だった。

【よこはま若者サポートステーションに来るようになったきっかけ】

後で知ったことだが、両親は息子の状況を心配しており、青少年相談センターに保護者相談に行っていた。自分でも一人で考え続けることに限界を感じ始め、青少年相談センターへ相談に行くようになった。担当相談員に今まで思っていたことなどいろいろ話すことができた。面談に加え、リサイクルショップでのボランティアにも行くようになった。

青少年相談センターでの相談を始めて1年半ほど経ったころ、仕事に就くためもう一歩進めたい、と思い、紹介されてよこはま若者サポートステーションに行くことになった。

【支援を受けた感想】

一人で居たときには、「元の状態に戻りたい。戻らなければならない。」と考えてばかりいて、結局動けずにいたが、青少年相談センターやサポートステーションで相談を重ねる中で、考えてばかりでは仕方ない、まずはなんでもやってみよう、という考え方に変えることができた。

新しいことに挑戦するときには不安があったが、その不安も相談員に話すことで、何度も乗り越えてきた。「このやり方しかない」というのも思い込みで、目標を達成するためにはいろいろなルートがあること、たとえその時には進んでいるように感じられないことでも後から振り返ってみると、行動したことはすべて今に繋がっていくことなどを実感することができた。また、精神的な支えだけでなく、自分の段階に応じて、具体的なアドバイスや道筋を示してもらえたことにも感謝している。

【現在の思い】

振り返ってみれば、ボランティアから始まり、アルバイト、職業訓練、契約社員、正社員と着実にステップアップできているし、経済的な自立も果たすことができた。子どものころから描いている夢にも一歩ずつ、近づけている喜びもある。

今も、昔の自分のように一人で先が見えずに苦しんでいる人がたくさんいると思うが、勇気を出して、相談に行ってみてほしい、と思う。何かが変わるから、と伝えたい。

(5) 「また頑張れるかな」という気持ちになれる (20代男性)

【外とのつながりを持ってなくなったわけ (困難を抱えた経緯)】

数年前に生まれ育った町を離れて、ひとりで横浜に来た。頼れる人はおろか、知っている人もほぼいない土地で、「働かなきゃ」と無理やり働いてきた。何がやりたいのか、自分でも全くわからないまま、とにかく働かなきゃという感じだった。

サポステに来る直前までやっていた仕事で、人との対話や関係性に不安を覚えるようになって、人と話すのが嫌になって、仕事をやめた。辞めたはいいけどどうしていいかわからなかった。

自分にあった仕事や、自分のことについて、ゆっくり考えたいと思った。身近に相談できる人がいなくて、数か月間ひとりで悩んだが、答えが出ず、寝ているだけだった。

そのうち、どんどん外に出るのが嫌になり、気持ちが落ち込む日々だった。

【その時に思っていたこと】

何をしたいかわからず、不安しかなかった。

仕事ができず、暮らすことに不安があった。

悲しくて泣いてばかりいて、不安がどんどん大きくなっていった。

【よこはま若者サポートステーションに来るようになったきっかけ】

サポステを知ったのは、ひとりで数か月悩んで、「何かしたい」と思うようになったとき。インターネットで検索したら、サポステがでてきた。今まではそういう場所があると知らなかったが、誰かに相談しようと思った。ひとりで相談に行くのは、何を話せばいいかわからないし、恥ずかしさもあったけれど、このままでは回復しないと思った。

【支援を受けた感想】

使ってよかったと思っている。一度仕事も決まったし、不安な事をここで話せるようになって、家で悩んでいるより楽になった。サポステの相談ではどんなことでも吐き出せる。今まで、自分が抱えてきた不安はどんなことでもほぼ話して来た。

働いているときは、ここで不安を話すことで「また頑張れるかな」という気持ちになった。

ひとりで悩んでいたときは、孤独感を感じていたけれどサポステに来ると孤独感が減る気がする。

【現在の思い】

できることなら自分に合った仕事を見つけたい。なんでもいいわけじゃなくて、安心して働けるようになりたい。そうすることで悩みの種や不安の種が減り、悩みや不安に押しつぶされることもなくなるのではないかと考えている。これまでみたいに不安や悩みに押しつぶされるのはもう嫌だ。今度働く仕事はずっとやれるものがある。そのために苦手な対人を頑張ったり、不安なことにも挑戦していこうと思っている。それを応援してくれる場所があるのはありがたい。