

資料5 令和8年7月7日

第1回東京都地域福祉支援計画推進委員会

2026年7月7日 東京都地域福祉審議会

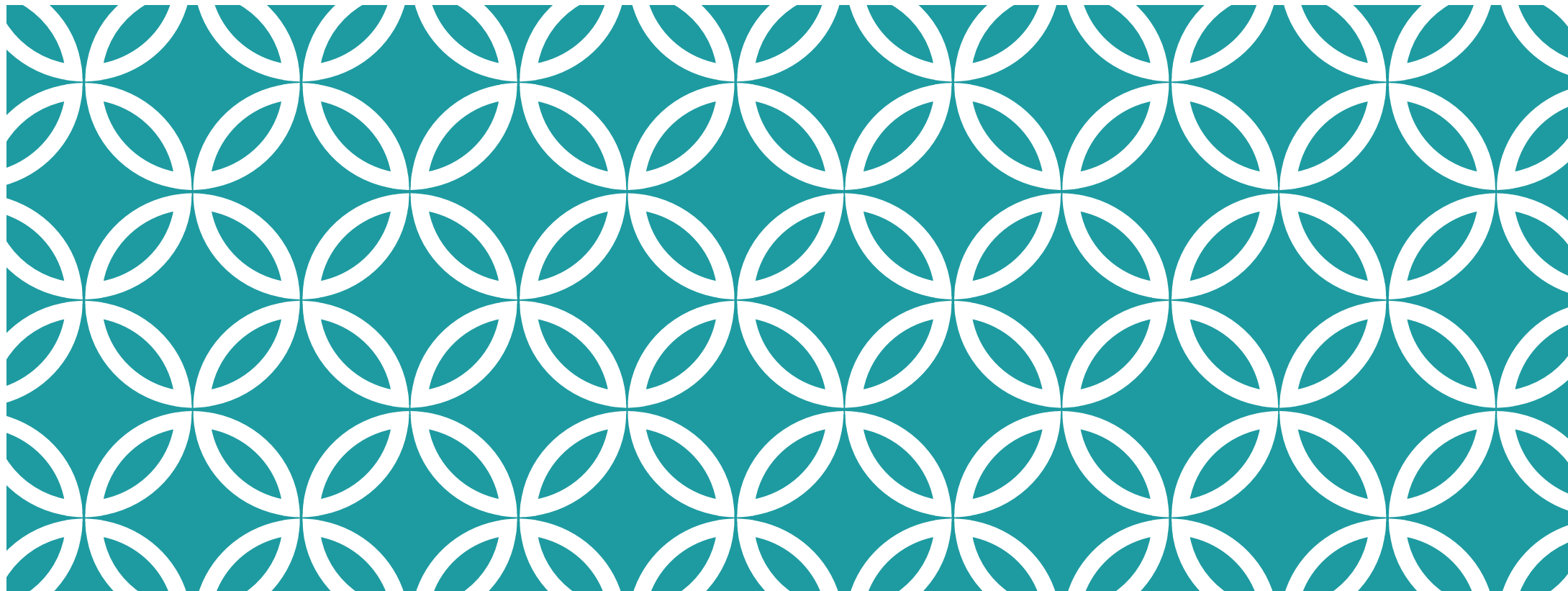
生活困窮の背景に何があるのか ～困窮者支援の現場から～

市川市よりそい支援事業がじゅまる+（多機関協働等）
市川市生活サポートセンターそら（自立相談支援事業等）

総合センター長

朝比奈ミカ





現場で学んだこと

事例から

Aさんの生活歴と相談のきっかけ

東北地方の出身。20代で借金をつくり親とケンカをして家を飛び出してから、**実家と連絡を取っていない**。

住込みの仕事を転々とし、10年前から派遣会社に登録。派遣先では**リーダーを任される**こともあった。

派遣先の工場が閉鎖となり、寮を出てネットカフェへ。**アパートを借りるお金が貯まらず**、ネットカフェ生活が長くなっていく。

安いネットカフェを探して、徐々に千葉方面に移動。ネットカフェの長期滞在者に高齢者が増えてきたことから、**自分の将来が不安に**。体調を崩して仕事に出られず**手持ちのお金が尽きる**。

ネットで検索して都内のNPOにメールをし、**1時間以上歩いて都心の事務所まで相談に出向く**。市川市内のネットカフェで寝泊まりしていたことから、NPOからそらに連絡が入り、歩いて戻って相談につながる。

心配してくれる人がいない

できるように見える

大丈夫と言ってしまう



必要な人に必要な情報が届いてない

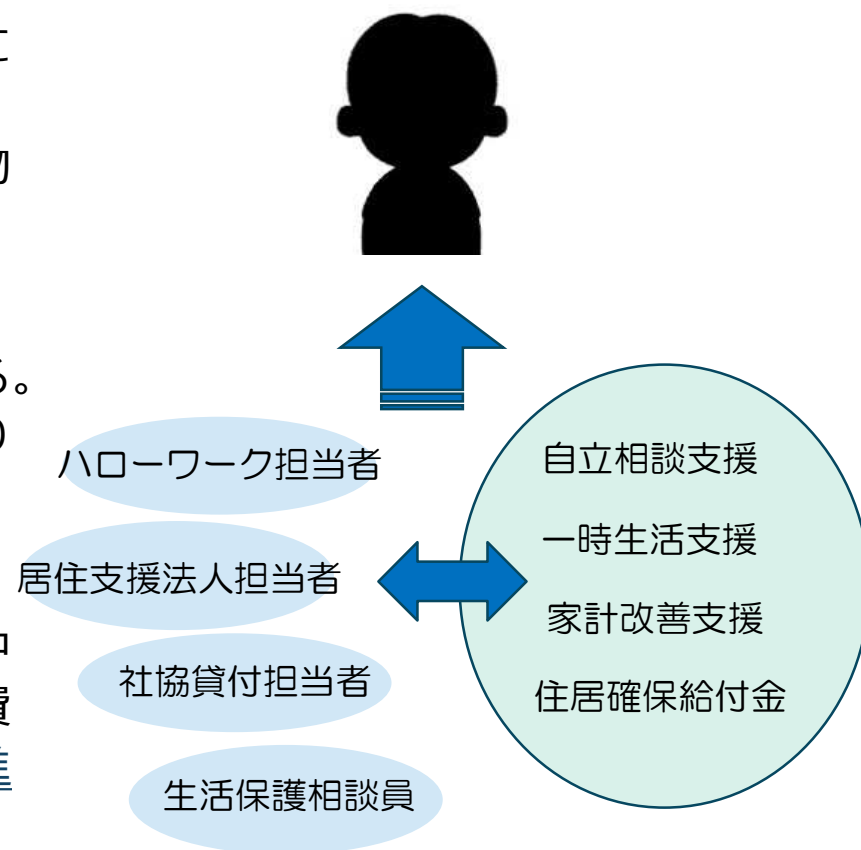
途中で相談することを諦めていたかもしれない

法に定める事業や社会資源を活用したAさんへの支援

生活保護の相談窓口に同行して説明を受けたが、扶養照会に抵抗があり申請せず。そこから一時生活支援の利用を提案、本人は同意して利用申し込み。コインロッカーと一緒に荷物を取りに行き、部屋に運び込む。

翌日以降、時間をかけて今後の進め方について話し合い。社協の担当者から総合支援資金の貸付について説明を受ける。家計改善支援で家計の計画を立てたうえで、アパートを借りるための住宅入居費の貸付を申請する。

緊急連絡先がなかったため、居住支援法と連携してアパート入居を支援。住居確保給付金により就職活動期間中の家賃の補助を受け、週2～3日のアルバイトにより生活費を得ながら、ハローワークの生活保護受給者等就労自立促進事業により就職を決める。



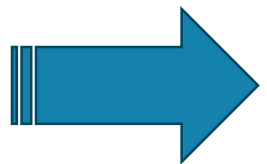
Aさんのその後

1年後、居住支援法人の担当者から、Aさんが家賃を滞納していると連絡を受ける。Aさんに電話やメールをするが、連絡がつかない。

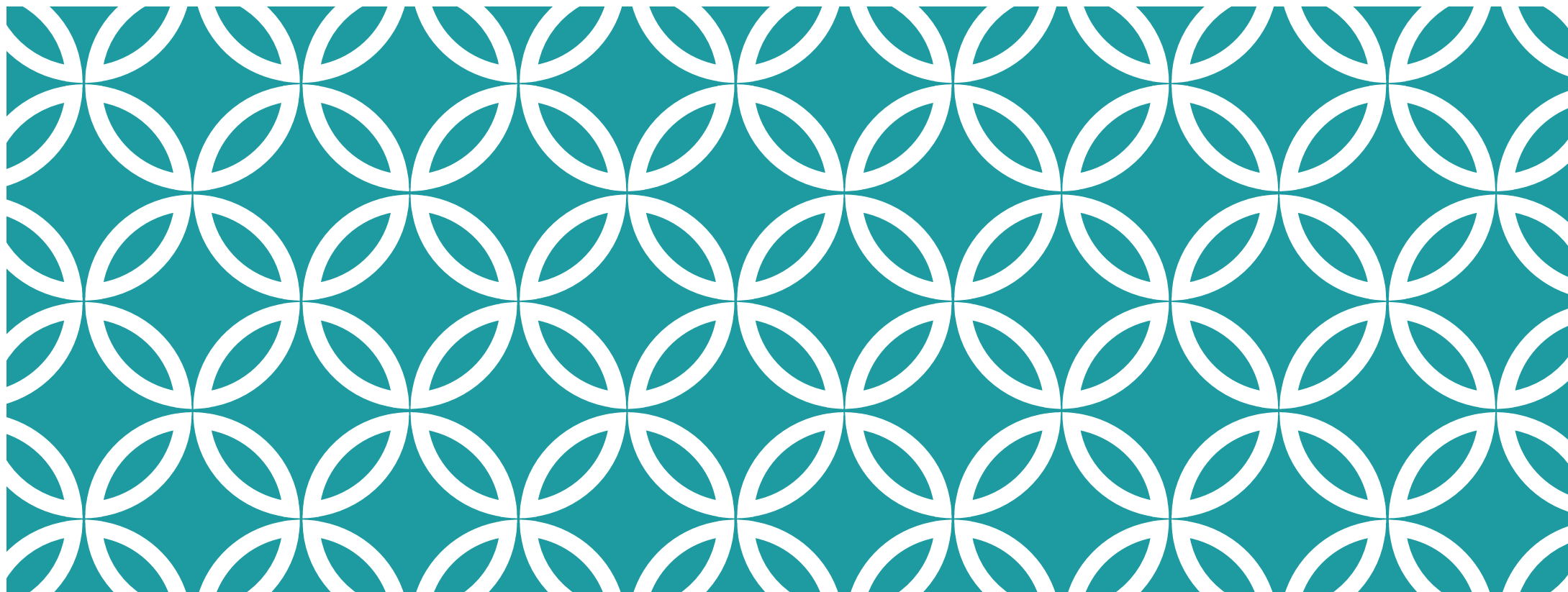
就職先の会社に連絡したところ、3か月前に退職したとのこと。

Aさんの自宅を数回訪問したが不在の様子。時間を変えて朝早くに訪問、Aさんは部屋にいてドアを開けてくれた。

外は晴れて明るいがAさんは雨戸を閉めたまま。電気も点けずにPC画面の明かりで過ごしている。



Aさんの「自立」とは何か？困窮者支援の役割は何か？



課題の提起

システム(社会・制度)と人々の暮らしのギャップ

- 専門分化が人生や生活を分断し、対応されていない問題は存在しないという建前により、公的な支援から排除されている人たちがいる。
- 一般的に、誰にも、ある程度健康で余裕（時間・お金・精神）のある家族がいて、フォローをしてもらえるはずと考えられてきた。その結果、家族のキーパーソンに大きな負担がかかるとともに、頼れる家族のいない人が不利益を受けている。
- 人と人とのつながりが薄れた結果、「孤立・孤独」が人々の健康を蝕んでいる。

多忙の夫から家事を任され、職場ではパートリーダーとして働き、2人の子どもを育て、入院中の姉の看病をし、一人暮らしの母の介護を心配し、時折ひどいめまいに悩まされるエツコさん。システムで分断され、解決する機会や力を奪われてしまう



総合相談に寄せられた相談ニーズの様相

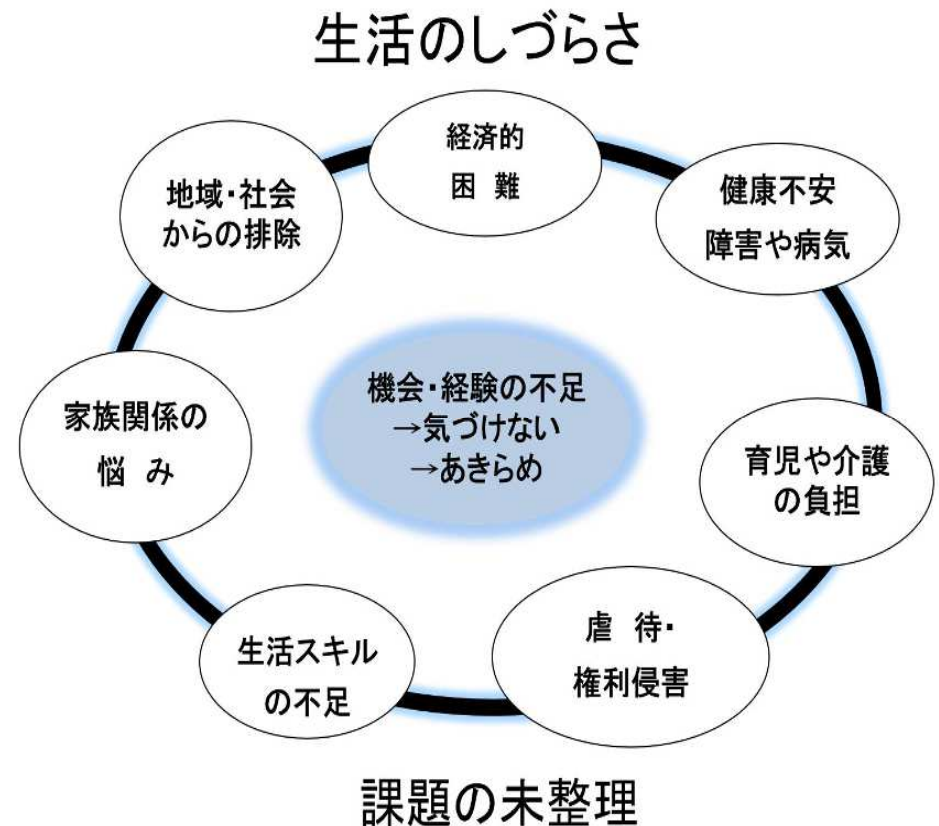
①「生活のしづらさ」を抱え、混乱している状態

→ 混乱のなかで生活課題が複合化

②機会や経験の乏しさから、生活困難に気づけず、解決をあきらめている状態

③地域社会や家族から孤立している状態

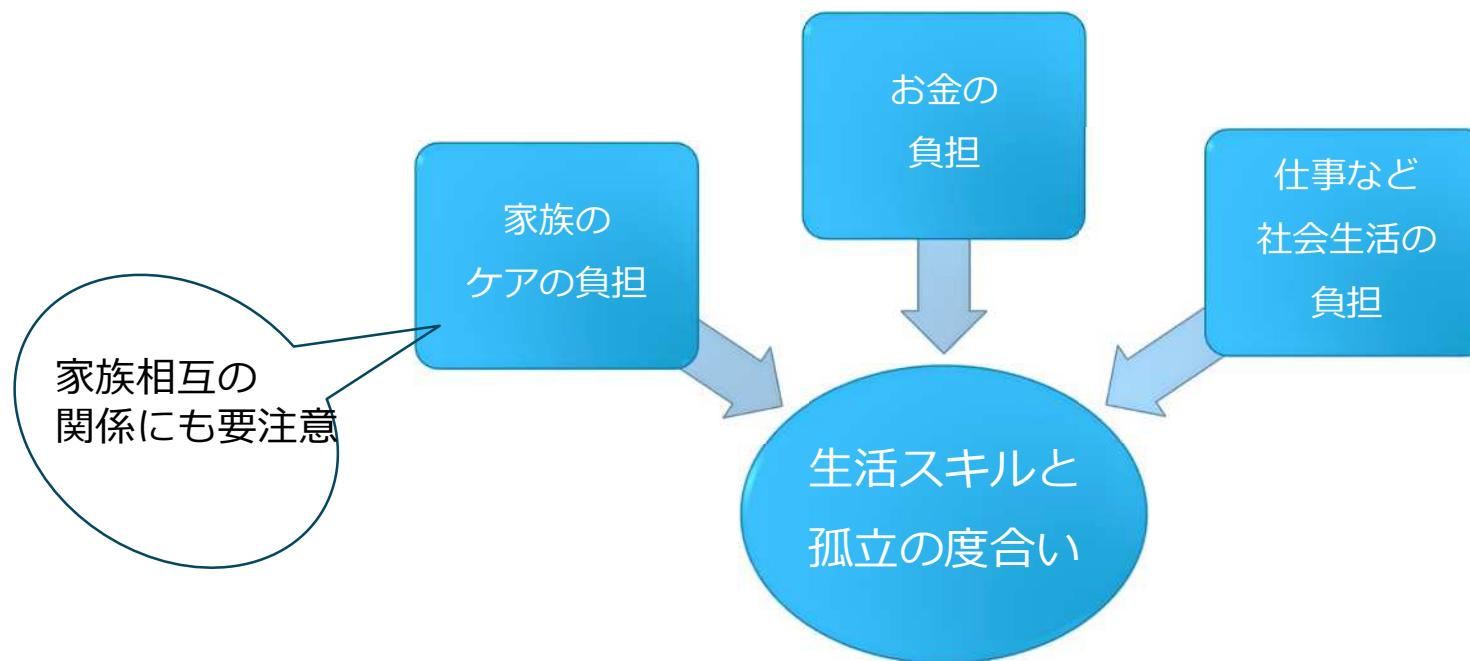
* ①～③が重なり合っていることも多い



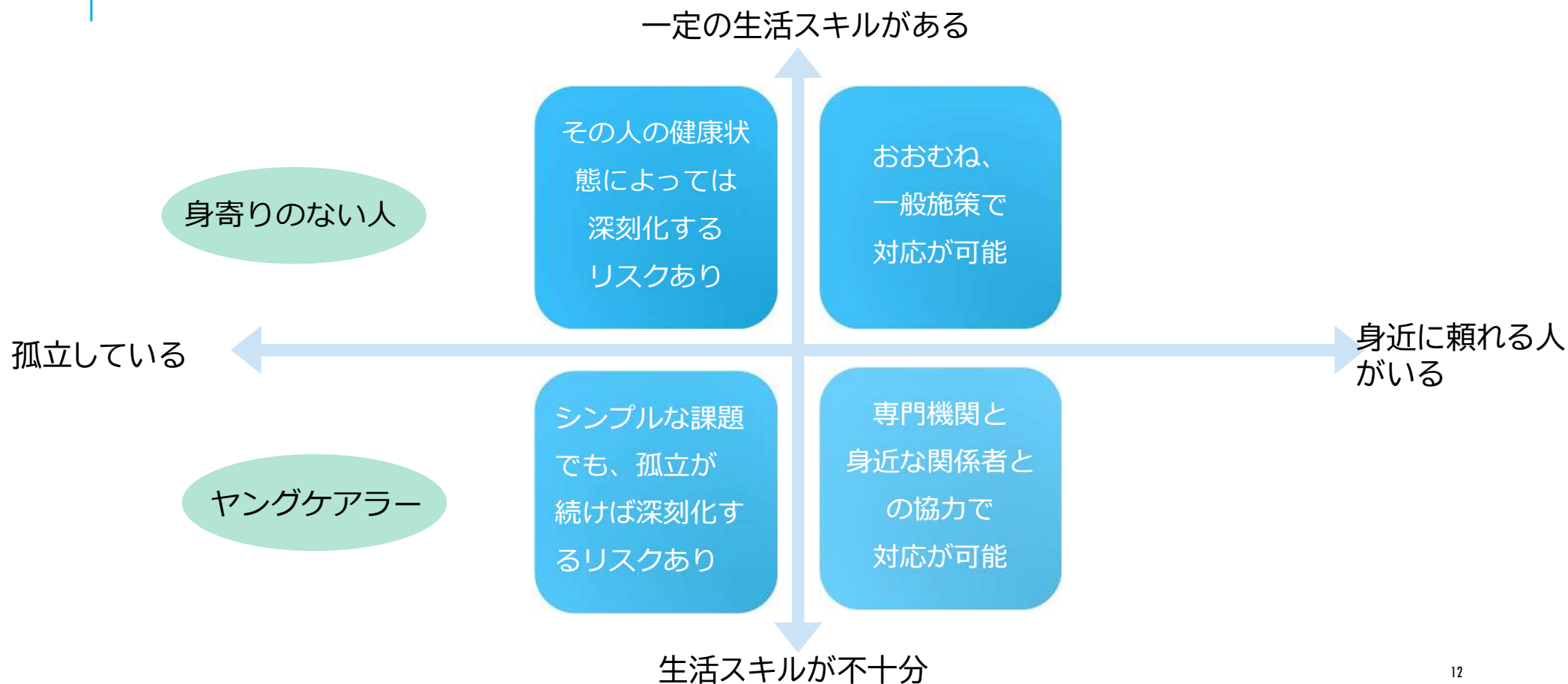
生活困窮者支援が着目すべきこと

- 自己理解の不十分さ、ソーシャルスキルの不足、社会的孤立が共通する課題
- こうした課題が解決されなければ、「生活困窮者」は再生産されていく
- その人へのアプローチ／地域社会へのアプローチ／支援のあり方

その課題はその人（世帯）が背負える荷物なのか
→課題にだけ着目するのではなく、その人（世帯）を見る



孤立の状態によっても荷物の重さは変わる



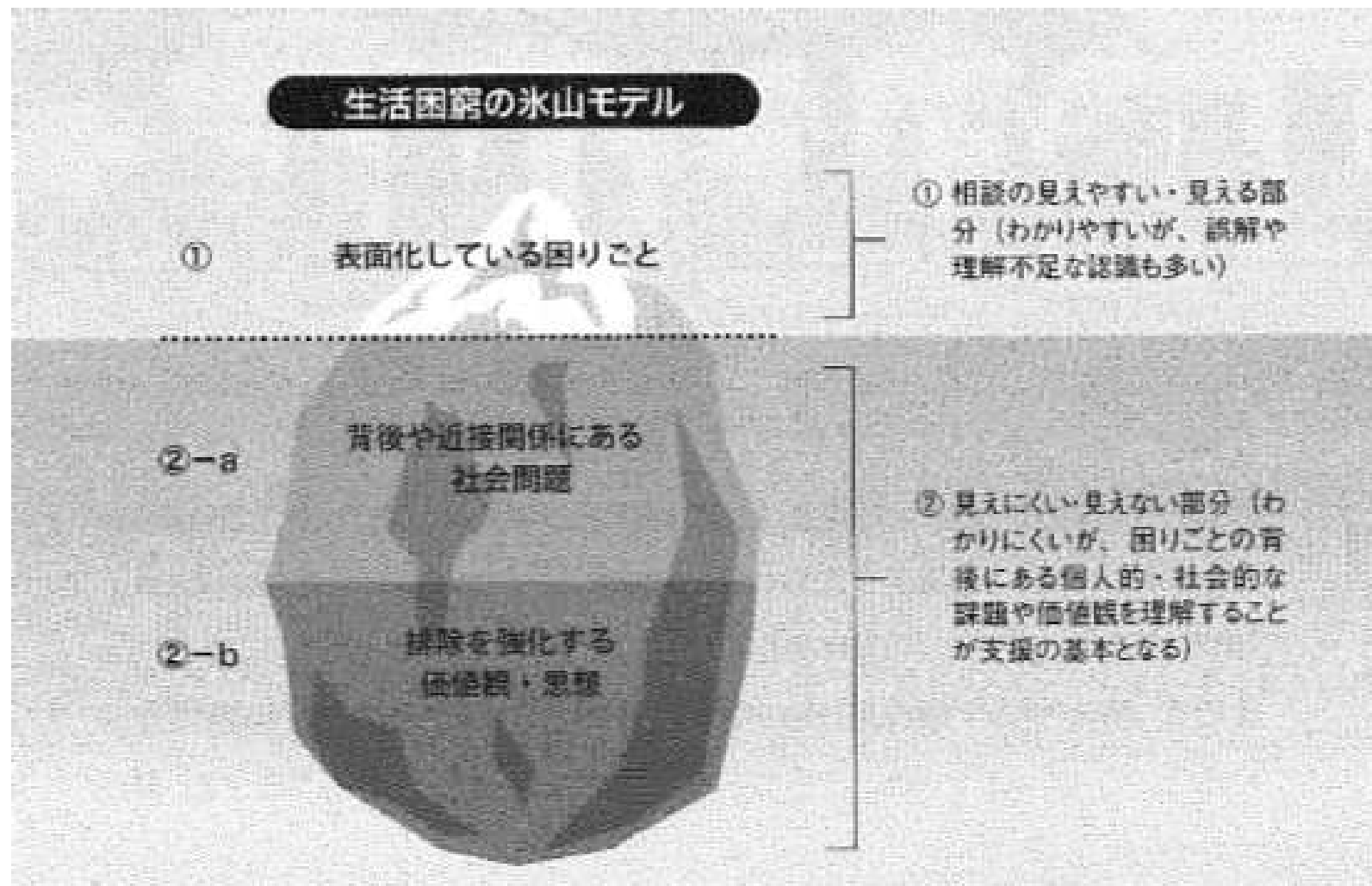
孤立や生きづらさの背景（見えにくい課題）

- 軽度知的障害や境界知能の人たち
～大学卒／車の免許を持っている人／家庭をもっている人等々。知的障害にあたるIQ70以下の人は人口の2.1%、日本に265万人程度該当するが、そのうち療育手帳所持者は104万人（H28年度末）。境界知能の人は14%、1680万人＞東京都の人口は1432万人。
- 知的遅れを伴わない発達障害
～対人関係の難しさ、こだわりによる生活障害、同時に複数のことをこなすのが苦手。社会生活への不適應で気づくことも多い
- 気分障害、高次脳機能障害、若年性認知症等
- 虐待等による情緒の未発達、激しいいじめ、DV等による自尊心の破壊、他者への信頼の喪失
→ 「心のケガ（トラウマ）」理解の必要性

相談窓口からは見えにくい人たちや課題の存在を
常に想像する



冰山モデルの 理解と活用



「ヤングケアラー問題」の社会的背景

- 家族を構成する人数の減少
 - 社会の仕組みの問題（依然として家族を当てにする）
 - 制度の縦割りが家族を分断
- 家族のなかで、比較的、健康で能力のある人に負担が集中する

「ヤングケアラー」の人たちが教えてくれたこと

- 家族が助け合うのは当然で尊いものだという社会の意識、そのなかで身についた自らの感覚
- 家族や関係機関から当てにされてしまう
 - 誰かを頼って助けてもらえた経験が少ない、
自分が助けてもらえる存在だと思っていない
- 健康な家族の生活を知らない
 - 自分の生活が「特別」だと気づくのが遅れる
- 友だちの家族や生活がうらやましい
 - 自分の家族や生活のことを話せない
- 家族のために自分を犠牲にし、その役割から下りられなくなる
 - 学校生活の中断や不安定雇用を余儀なくされ、孤立していく

親子の関わりは18歳以降も続く・・・

- 親が倒れる、困窮する、罪を犯す・・・
→行政や医療、司法は、どこにいても、親族を探し出して
引っ張り出そうとする
- 距離をおいても罪悪感に苛まれる。親子がどのような関係になるのか、
揺れながら、その人や家族にとっての「答え」を見つけていく
- 「社会的孤立」は傷病や貧困と同様、生活リスクの一つ。
家族のケアに費やす時間や労力によって社会参加の機会が奪われるこ
とが最大の問題。

地域の相談支援の場から①

- わかりにくい生活のしづらさを抱えた人たち（軽度知的障害、発達障害、情緒障害、認知症、トラウマ経験）の排除リスクが高まってきている

* 産業構造の変化

第一次産業、第二次産業

～単純な反復の必要性や余地がある

第三次産業～想像、応用が求められる

* つながり（「地縁」「血縁」「社縁」）の希薄化

～その人のことを説明できる人がいない

→ その人の生活のしづらさの背景に何があるのかを、本人と一緒に理解していくプロセスと周囲に伝えるアプローチが重要

地域の相談支援の現場から②

複雑な生活課題を抱えた相談が増えている

生活困窮、多重債務、健康不安、触法、ひきこもり、暴力、ホームレス、
犯罪被害、アルコールや薬物への依存、自死遺族・・・・

- 支援者のつながる力が問われている
- 生活困窮者自立支援法をどう活かしていくか

地域の相談支援の場から③

- 価値観や生活スタイルは多様化し、自立のための「自律する（選ぶ、決める）力」は落ちている
 - ナナメの関係をつくれる場、家族以外の誰かと出会い、健康な背中を見せる年長者（ロールモデル）とつながれる場が必要
- いろいろな人たちが同じ空間を共有し、相互に関わりことで、役割が生まれる

地域の相談支援の現場から④

相談支援二一ズの掘り起こしは今後もすすんでいき、一対一の支援関係を生涯、継続して保障していくことは難しい

- 『OS強化型』 『On The Life Training』 の伴走型支援、生活スキルを身につけていく、つながりを増やしていくための働きかけや関わりが求められている
- グループの支援、場の支援が重要に

地域の相談支援の現場から⑤

- インフォーマルな関わりは、居住地を中心とした地域社会にとどまらない。相談者が若年～現役世代であれば、社会的な関わりの方の範囲はさらに広がる。
 - SNSによるつながりの広がりをどう捉えるか
～世代間のギャップは予想以上に大きい
- 身近な市町村中心の仕組みだけではニーズをキャッチしきれない。国や都道府県も個別支援に関与する、タテにつなげるサブシステムが必要。（まさに、重層的！）

地域の相談支援の現場から⑥（コロナ禍を経て）

- 在住外国人の人たちへの生活支援をどうするか
～病気や障害、出産、育児、介護 等々
- 若年世代や女性たちの自殺の増加
→ 社会の「ジェンダー」「家族」バイアスの
シワ寄せ
- 改めて浮き彫りになる、10代後半以降の子どもたち、若
者たちへの政策の貧しさ

求められている現場の視点、姿勢

- 「答えの見えない」「何もできない（かもしれない）」相談に対して、**孤立の状況**を見定めながらニーズを探り当てていく。その場で終わらせずに援助関係を築き、関わりながら、チームで、ネットワークで、経過のなかで、検討する。
→ **「生活モデル」を広げていくことが大きな命題**
- 一人では何もできないが、チームアプローチやネットワークは葛藤や不協和音も伴う。居心地の良い蛸壺から出て外の風にあたり、分野や立場を超えて自分の言葉で語ることを続けていく。
- 孤立の解消がすべての関係者の共通のゴール。**これから先の人生で**役割をもって生きていけるように、多少のアクシデントがあっても、深刻になる前に誰かが気づけるように、環境を整える。

これからへの 課題

- いまもこぼれ落ちている課題は存在するという意識
⇒ 「新たな問題」としてでなく、「共通する構造」を捉える
- 各分野をつないでセーフティネットの構築へ
⇒ 多様な価値のすりあわせ／人材の育成
- 地域組織を基盤とした仕組みと、地域の中で声を挙げにくいニーズをキャッチする仕組みのかみあわせ
⇒ 仕組みの不全と想像力の欠如は、弱い立場におかれた人たちへのシワ寄せとなってあらわれる
- つながる関係、場所＝出口こそが大事
⇒ 一人のニーズから始まる地域への働きかけ、公共性を基盤とした「保証」の仕組み、居場所以上雇用未満の柔らかな「就労」の可能性