

ひきこもり相談窓口「はばたき」へ相談に来たKさんの、ひきこもりから一般就労に至ったケースを紹介します。



30代のKさんは大学卒業当時、就活で挫折し、面接に強い不安を覚えて以来、外に出て人と話すことができず、約10年間ひきこもり状態。

初回

家族相談

父がはばたきに相談。
Kさんや家族の状況、ひきこもり状態になった背景などを丁寧に聞き、利用できそうなサービスや家族の関わり方を一緒に検討。

来所、電話、訪問、メールなど、相談しやすい方法で対応します。一人ひとりのペースに合わせて本人の意思を尊重しながら関わり続けます。

4か月後

本人相談

Kさんもはばたきに相談。Kさんから直接話を聞くことで、希望に合わせた支援の提案。

スワローの様子▼



5か月後

居場所支援

居場所支援「フリースペース・スワロー」に参加。
会話が苦手なKさんは、安心して過ごせる居場所で人と話すことに慣れることからスタート。

3年後

就労相談

3年間家族相談や本人相談、居場所支援を継続。
その後Kさんの意思により、就労相談を開始。

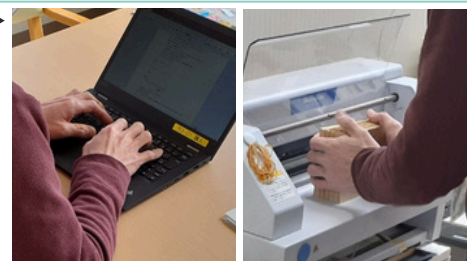
就労相談では、自己理解や自己分析、仕事の探し方や求人票の見方など、働くことに関する相談を行います。

3年半後

就労訓練・バイト

いきなりの就職は不安なため、社会福祉協議会で週3日、3時間簡単な仕事の体験をする就労訓練を実施。
働くことのイメージができ、自信がついたことにより、週4日、6時間のバイトを8カ月間継続。

就労訓練の様子▶



4年半後

就職

興味があった機械製造系の正社員として就活を開始。
はばたきが同行し、気になる会社への見学や、履歴書の添削・面接の練習などを行った後、志望する会社の採用試験を受け、就職。

安心して働いていくために、就労後も相談を継続している方もいます。
困った時の相談先の一つとして、はばたきを活用してくださいね★

Kさんと職場の社長へ インタビューを行いました！

**はばたきに相談に来てから4年半経った
今、Kさんは正社員として働いています。**

お仕事はどんな内容ですか？

Kさん：市内の自動車関係の設備設計製作関連の会社で製造の業務をしています。

Kさんが相談に来た当初は人と話すことに苦手意識があり、面接に不安を感じていたようですが、実際に面接をしてみてどうでしたか？

Kさん：はばたきで面接の練習をしたり、一緒に職場へ見学に行ったりすることで、面接への緊張は和らぎました。

社長：面接は問題なく、働きたいという熱意を感じました。働いているところを見てもひきこもりだったという感じはしない。よく頑張ってくれています。

Kさんは人と話すことが苦手かもしれないですが、それは得意不得意の一側面です。

誰しも得意なことと苦手なことがあります。100%を求めるのではなく、それぞれが得意なことをやって70%くらいできればいい。残りの30%は仲間が補ってくれます。

とても素敵な考え方ですね。

Kさんはそんな会社で働いてみてどうですか？

何か変わったことなどはありますか？

Kさん：入社してから溶接技能や砥石技能の資格を取りました。

働くのに必要な目の前のことを日々頑張っています。余暇は体を休めるか趣味のゲームをしています。

好きなことを続けながら新しいことにも挑戦しているんですね。

最後にお2人からひきこもり状態の方へメッセージはありますか。

社長：ひきこもりの期間というのは、長い人生のほんの少しの時間。それを「貴重な体験」とし、未来に希望を持ってつなげてほしい。Kさんは同じ境遇の人の気持ちのわかる人。それはひきこもりを経験したからわかるという強みになります。

はばたきはその人の心を引き出して社会に送り出す手助けをしてくれるとても良い取り組みだと思います。



Kさんの働く姿（図面を見ながら
製品を組み立てているところ）



先輩社員（奥）にKさん（手前）
が教えてもらっている様子
（部品に穴をあける作業）

Kさん：何かきっかけがあれば変わっていけると思います。そのために健康の管理など準備はしておくと思います。私は、はばたきに来たことで少しずつ変わってきました。全然人としゃべれないところから、正社員として働けるところまでのサポートをしてもらえました。

はばたきではひきこもりに関するさまざまな相談を受け付けています。

【相談無料・秘密厳守・匿名可】

ご本人だけでなく、ご家族や地域の方などどなたでもお気軽にご連絡ください。

電話：0562-93-5051 / 080-6900-7941

mail：habataki@toyoake-syakyo.jp