

世田谷若者総合支援センター
メルクマールせたがや
事業報告書

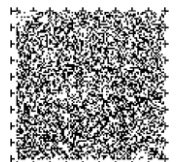
令和7年度



メルクマールせたがや

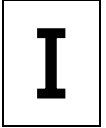
CHANCE・CHALLENGE・CHANNEL

事業運営 公益社団法人 青少年健康センター【茗荷谷クラブ】



目 次

I. はじめに	2
II. 事業概要	4
1. メルクマールせたがやの理念・体制	
2. 活動内容	
3. 世田谷区の若者支援ネットワーク	
III. 活動実績	16
1. 実績数値	
2. 利用状況	
3. 相談登録ケースに関する分析	
4. ティーンズサポート事業	
IV. 事業評価	42
1. アンケート結果	
2. 本人の声	
3. 家族の声	
4. 事例報告	
1) 過去の経験から自信をなくしていた本人が居場所利用につながった事例	
2) 本人には面会できていないが訪問を導入して肯定的な変化が見られた事例	
3) 家族面接を通して、家族と本人に変化が見られた事例	
4) 多機関連携により本人が徐々に自信を取り戻していった事例	
5) 個別面談を通じて過去を振り返り、傷つきをケアすることで前に進めた事例	
V. 世田谷ひきこもり相談窓口「リンク」	56
1. 概要	
2. 「リンク」における活動実績	
3. 「リンク」の居場所：「むすびば」	
VI. 広報・啓発活動	62
1. 広報・啓発活動	
2. 視察・見学対応	
【用語解説】	65



はじめに

I. はじめに

メルクマールセタがやは、開所当初から、セタがや若者サポートステーションと共に若者総合支援センターの1機関として、若者一人ひとりが望む自分らしい社会参加に向けた準備支援に取り組んできました。また、令和4年4月からは、生活困窮者自立相談支援センターであるぶらっとホーム世田谷と共同で、区内に新たに設置された世田谷ひきこもり相談窓口「リンク」(以下、「リンク」と記す)を運営することとなりました。「リンク」の開設に伴い、太子堂にあるSTKハイツに前述の3機関で入居しましたが、その後、わずか3年で三軒茶屋分庁舎の5階に移転することとなりました。今回の移転により、3機関がワンフロアとなり、これまで以上に意思疎通を図りながら円滑に連携できる環境で支援活動をしています。

令和7年度のメルクマールセタがやの活動実績は、延べ相談対応件数が7,869件となり、前年度より約1,500件増となりました。相談が増加した背景として、移転に伴い相談室が増設されたことにより、今まで以上に利用者の状況に応じて迅速に、丁寧に相談支援を実践できる環境になったことがあげられます。過去最多の相談対応件数を更新し続けており、継続的な支援が展開できていると言えます。一方、新規相談登録件数は減少したため、新規登録に向けたつなぎの支援が課題と考えられます。加えて、子ども・若者支援協議会における個別ケース検討会の開催数が年間で2件と少なかったことも、今後の課題と捉えています。世田谷区では、重層的支援協議会や新たに社会的擁護自立支援協議会など様々な会議体が設置されております。今後は、他機関と一堂に会して情報交換や支援方針を検討できる個別ケース検討会議の活用について、各協議会の動向を鑑みながら、より良い会議体のあり方を検討してまいります。

昨今の若者の現状は、文部科学省の調査によると令和6年度の全国の不登校児童生徒数が約35万4千人と過去最多を更新し続けています。また、厚生労働省から発表された令和7年の自殺の状況では、小中高生の自殺者数は538人と過去最多を更新したと報告されています。いずれも子どもの人口数は減少しているにもかかわらず不登校者数や自殺者数は過去最多を更新しているという憂慮すべき状況です。現代の子ども・若者にとって、今の社会は大変生きづらく、明るい希望や展望が描きにくい社会になっている状況が示唆されます。

メルクマールセタがやでは、開設間もないころから10代の若者への切れ目のない支援を目的として、ティーンズサポート事業に注力してまいりました。新規の相談登録件数に占める10代の利用者の割合は、令和3年度以降4割を超える水準を維持しております。10代という人生の早期の段階にある若者およびその家族が「支援機関に頼って良かった」、「相談してよかった」という肯定的な体験を提供できれば、その後の人生で困難に直面したときに、誰かに前向きに頼る動機づけになると信じて今後も重点事業として活動してまいります。

ぶらっとホーム世田谷と共同運営している「リンク」は、30代以降の方のご相談が多く寄せられております。世帯として複合的な課題を抱えている場合が少なくなく、「リンク」内だけでなく諸関係機関と支援方針を協議し、できることから、つながれるところから世帯への支援を実践しております。一方、ひきこもりが状態像を指す言葉であるが故に多様な相談が寄せられており、「リンク」における主たる支援対象者層を整理することも今後必要だと感じております。

引き続き、生きづらさを抱えた方が自分らしく人や社会とつながれるよう活動してまいります。今後ともご指導ご鞭撻のほど、よろしくお願いいたします。

令和8年8月 メルクマールセタがや施設長 廣岡武明

Ⅱ

事業概要

1. メルクマールせたがやの理念・体制
2. 活動内容
3. 世田谷区の若者支援ネットワーク

Ⅱ. 事業概要

1. メルクマールせたがやの理念・体制

メルクマールせたがやは、一人ひとりの相談者を大切にするその理念として、3つのCHAを掲げ、ひきこもりなどの様々な理由から社会との接点を持てず、生きづらさを抱えた方及びその家族に対して、多様な自立や相談者の望む生き方をサポートすることを目的に、相談支援(来所・訪問)、居場所支援、家族支援(家族会・出張セミナー)、他機関連携を実施している。

3つのCHA－メルクマールせたがやの理念－

CHANCE－きっかけ作り－

不登校やひきこもりなどで生きづらさを抱えた方やその家族を対象に、変化に向けた一歩を踏み出す・動き出すきっかけを作るための支援をします。

CHALLENGE－挑戦・動き出し－

活動やプログラムを通じて、新たなものに挑戦していくことをサポートします。
また、利用を重ねることで、自信をもって自立に向かえるよう支援します。

CHANNEL－つながり－

他の支援機関とつながり、連携をします。人とのつながり、関係性が生まれることにより、メルクマールせたがやを利用された方が再び社会とつながることができるよう支援します。

【対象】

区内在住の中高生世代以上の方とその家族。

なお令和3年度まで、本人(p.65 用語解説参照)が39歳までの方とその家族を継続的な支援の対象としていたが、令和4年度からは、①メルクマールせたがや利用者で40歳を迎えた方、②「リンク」を経てメルクマールが継続的な相談を行う方、について年齢上限を撤廃し相談支援を行っている。相談者が18歳未満の場合、利用登録には保護者の了承を必要とする。協定大学に在籍する学生は、住所地に関わらず利用できる(p.9)。

【開室日・時間】

月曜日～土曜日(祝日、年末年始は除く) 10:00～18:00

【料金】

無料。ただし、本人に精神疾患、発達障害などの診断があり、医療機関を利用している場合は、主治医と共有したうえで居場所を利用することになっている。また、居場所のプログラムにおいて、材料費の実費負担として参加費を徴収するものもある。

【職員】

公認心理師・臨床心理士・精神保健福祉士、社会福祉士、看護師などの有資格者もしくは若者・ひきこもり支援の専門性を有する者で構成される。令和7年度は職員26名(常勤9名、非常勤17名)、開室日平均12～13名の人員体制であった。

2. 活動内容

1) 相談支援

相談支援は、来所相談、訪問相談、出張相談を展開している。インテーク(初回面接)にて相談者の話を丁寧に聴き、本人及び家族の悩みや心配事、要望などの相談内容を把握する。相談を継続する中で問題・課題の解消に向けた適切な支援を行っている。来所による個別相談は担当制で実施しており、家族からのみの相談も行う。



訪問相談は、原則本人・同居家族の了解を前提とし、家族から本人の状態、家庭での生活状況などの情報収集を行い、本人とつながることを目的として実施している。必要に応じて、他機関と連携して訪問を検討し、実施する。

出張相談は、メルクマールせたがやの相談員が区内関係機関・公共施設に出張し、区内遠方地域での相談支援、他機関とのより円滑な連携を目的に行っている。令和2年6月より区内5つの総合支所の区民相談室を利用した出張相談会を開始したが、三軒茶屋駅近隣に移転して交通の利便性が高まったことから、令和6年度からは世田谷地域を除く4地域(北沢・玉川・砧・烏山)で実施している。また希望丘青少年交流センター「アップス」における出張相談は、平成31年2月より開始し、毎月第2木曜日に実施している。いずれの出張相談も1回30分程度の相談を受けている。ひきこもりなど生きづらさを抱え遠方からの利用を負担に感じる方にとって、身近な場所で相談できる機会となっている。

メルクマールせたがや
令和7年度
出張相談会
◎総合支所区民相談室

メルクマールせたがやの職員が各地域の総合支所に出張し、ご相談をお受けします。学校のこと、友達のこと、家のこと、生活や仕事のことなど、公認心理師等に無料でご相談ができます。

日程 (時間 14:00~16:30)	対象
地域 北沢 玉川 砧 烏山	世田谷区内在住の 中高生世代以上の方とその家族 ご家族の方のみのご相談もできます
4月 7日 (月) 22日 (火) 16日 (水) 3日 (木)	申込方法 相談は 予約制 です。 下記番号に、当日17時までにご連絡ください。 TEL: 03-3414-7867 受付: 月~土 10:00~18:00(祝日除く) 電話の際は「出張相談希望」とお伝えください。 ※世田谷地域にお住いの方は、入子室にあるメルクマールせたがやへの支所相談をご利用ください。申込先は上記の電話番号です。※ご相談内容によっては、世田谷ひきこもり相談窓口「リンク」をご案内することがあります。 【注意事項】 前日までに事前予約がない場合は、出張相談会が中止となります。
5月 19日 (月) 27日 (火) 21日 (水) 1日 (木)	
6月 2日 (月) 24日 (火) 18日 (水) 5日 (木)	
7月 7日 (月) 22日 (火) 16日 (水) 3日 (木)	
8月 4日 (月) 26日 (火) 20日 (水) 7日 (木)	
9月 1日 (月) 20日 (火) 17日 (水) 4日 (木)	
10月 6日 (月) 28日 (火) 15日 (水) 2日 (木)	
11月 12日 (月) 25日 (火) 19日 (水) 6日 (木)	
12月 1日 (月) 23日 (火) 17日 (水) 4日 (木)	
令和6年 1月 5日 (月) 27日 (火) 21日 (水) 8日 (木)	
2月 2日 (月) 24日 (火) 18日 (水) 5日 (木)	
3月 2日 (月) 24日 (火) 18日 (水) 5日 (木)	

※会場は変更をご確認ください。

(総合支所出張相談会)

メルクマールせたがや
令和7年度
出張相談会
◎希望丘青少年交流センター「アップス」

メルクマールせたがやの職員が出張し、ご相談をお受けします。学校のこと、友達のこと、家のこと、生活や仕事のことなど、公認心理師等に無料で相談ができます。

日程 (毎月第2木曜日 14:00~16:30)

令和7年 4月10日、5月8日、6月12日、7月10日、8月14日、9月11日、10月9日、11月13日、12月11日
令和8年 1月8日、2月12日、3月12日

●相談は**予約制**です。
メルクマールせたがやまでご連絡ください (TEL: 03-3414-7867)
電話の際は「アップスでの出張相談希望」とお伝えください。
●受付: 月~土 10:00~18:00(祝日除く) ●最終受付: 実施前日の17時まで
●事前予約がない場合は中止となります。

●対象: 世田谷区内在住の中高生世代以上の方、もしくはそのご家族
ご相談内容によっては、世田谷ひきこもり相談窓口「リンク」*をご案内することがあります。
●場所: 希望丘青少年交流センター「アップス」相談室
住所: 世田谷区南町6-25-1 *希望丘駅南口徒歩3分
●時間: 1回30分程度 *会場は変更をご確認ください。

メルクマールせたがやについて
主に不登校やひきこもりなど生きづらさを抱えた方とご家族を対象に
・個別相談(来所・訪問)
・希望の場での相談
・希望の場での家族向けの支援セミナー
を行っています。希望の場での支援は無料です。
関係機関と連携して、一人ひとりの社会参加に向けた一歩を応援します。

所管: 世田谷区保健福祉政策推進部生活福祉課

(アップス出張相談会)

2)居場所支援

居場所は社会参加のきっかけづくりのために通うことのできる交流の場である。居場所への参加は、グループ登録制としている。登録制の居場所にすることで、ひきこもりなどの生きづらさを抱えた若者が安心・安全感を持ちながら他者との交流体験を積み重ねていく場となっている。



【対象】

メルクマールセタがや利用者で、居場所登録をした 39 歳までの若者

※居場所登録をせずに参加できるオープンプログラムも月 12 回程度開催(メルサポ 2 回含む)

【開室日・時間】

月曜日～土曜日(祝日、年末年始は除く)

午前の回 10:30～12:30

午後の回 14:00～16:00 ※イベントの際はこの限りではない

【活動グループ】

グループ名	活動日	説明
Morning グループ	火 AM 金 PM	人数制限のないグループ。活動日は週 1～2 回。
Day グループ	金 AM 火 PM	人数制限のないグループ。活動日は週 1～2 回。
First Step グループ①	水 PM(隔週)	定員 5 名程度の少人数グループ。活動日は隔週 1 回。
First Step グループ②	月 PM(隔週)	定員 5 名程度の少人数グループ。活動日は隔週 1 回

令和 7 年度は 4 つのグループで活動した。利用者は登録の際にいずれかのグループに所属する。メンバーが固定されている活動グループの他に、グループ制限のないフリータイム、イベントや居場所登録者以外でも参加可能なオープンプログラムを実施している。

【オープンプログラム】

グループ登録前に参加可能なプログラム。居場所登録を検討しているが参加している利用者の様子や居場所の雰囲気がわからなかったり、どのように過ごしたらいいか不安を抱えていたりする方向けに、簡単な運動、座学形式の講座、クラフトや近所の散策など、興味・関心のあるものから参加しやすいようプログラム内容を工夫し実施している。

【メルサポ】

若者の中には、「支援」「相談」に対して構えのある方がいる。そこで、相談を経ずに予約もなしで「気軽にふらっと立ち寄れる居場所」として、平成 30 年度より世田谷若者総合支援センターをともに担う就労支援機関のセタがや若者サポートステーションと共同で実施している。毎月祝日を除いた第 2、4 土曜日に実施した。主に 2 機関の利用者が集う場所となり、様々な段階にいる参加者同士の交流が図られている。

世田谷若者総合支援センター
若者のための居場所
メルサポ



どんなところ？
気軽に立ち寄れて、交流できる居場所を提供しています。季節に応じたイベント、おしゃべりやボードゲームなど、自分のペースでゆったり過ごせるスペースです。

利用できる方
世田谷区在住の中学生世代から39歳までの方

定期的に集える場所が欲しい！
みんなの話を聞いてみたい！
コミュニケーションの練習をしたい！

※メルサポは世田谷若者総合支援センターのメルクマールセタがやの専用スペースです。世田谷区役所三軒茶屋分庁舎5階にあります。

開室時間：毎月第2・第4土曜日（祝日、年末年始を除く）
13:00～16:00（入室自由）

お問い合わせ先
メルクマールセタがや
TEL: 03-3414-7867
FAX: 03-6453-4750
受付時間：10:00～18:00（日・祝を除く）
ホームページ：https://3cha.tokyo/



（メルサポチラシ表）

メルサポQ&A

Q.利用料金はありますか？
A.無料でご利用できます。事前予約も不要ですのでお気軽にお越しください。

Q.何くらい参加していますか？
A.ばらつきはありますが、10名程度の場合が多いです。

Q.スタッフはどのような方ですか？
A.メルクマールセタがやと世田谷若者サポートステーションのスタッフが複数常駐しています。

Q.スタッフに相談できますか？
A.スタッフの人数や参加者の状況にもよりますが、その場でじっくり話すこともできます。より専門的な相談をご希望の場合は、メルクマール/サポートへ登録し、個人面談の機会を設けることをお勧めします。

Q.興味があるけど、いきなり行くのはちょっと…。まずは話を聞きたい。
A.メルクマールセタがやにお問い合わせください。TEL:03-3414-7867

世田谷若者総合支援センターについて

うまく人と話せない、何をやってもうまくいかない、家に居づらい、孤独を感じる、等、生きづらさを感じていたらメルクマールへ、臨床心理士、精神保健福祉士等の専門のスタッフが丁寧に話を聞き、一緒に考えます。安心して過ごせる居場所もあります。

開室時間：月～土曜日 10:00～18:00
※祝日、年末年始を除く
対象：中学生以上の区民の方とその家族（16歳未満の未成年者は保護者の同意が必要）
TEL: 03-3414-7867
FAX: 03-6453-4750

開室時間：火～土曜日 10:00～18:00
※祝日、年末年始を除く
対象：15歳から49歳までの若者とその保護者の方
TEL: 03-5779-8222
FAX: 03-3424-7786
MAIL: y-setagaya@roukyou.gr.jp

世田谷若者総合支援センター・アクセス
中野7丁目4番より、下記に移動しました！
メルクマールセタがや
（東京都世田谷区太子堂2-16-7 世田谷区役所 三軒茶屋分庁舎5階）

電車
東武東横線「三軒茶屋駅」徒歩3分
東武東横線「三軒茶屋駅」徒歩5分
バス
「下」三軒茶屋 徒歩1分
（駒沢球場～北沢タウンホール）

※駐車場：駐車場はありません




（メルサポチラシ裏）

【居場所スケジュール】

イベントやプログラム名を記載した居場所スケジュールは、毎月作成して利用者に配布・周知している。

令和7年 10月号 メルクマールセタがや 居場所スケジュール						
月	火	水	木	金	土	
メルクの副キャプ カメルレオン	メルクの副キャプ すずメルク	1 予約制 First Step合同 「秋のお出かけ —東京都現代美術館—」 ※時間や場所の 詳細はスタッフまで	2 オープン 予約制 ファーストクラブ	3 Day Group	4 オープン Teen's Time 「クリエイティビティ」	
フリー	Morning Group オープン 予約制	メルク集合 13:30 現地集合 14:00	9 オープン こころば 「0-100思考との 付き合い方」	Day Group	11 オープン メルサポ (13:00-16:00)	
6 Day Group	7 火曜日企画 「スーパーメルク ゴルフ」 (現地集合・解散)	8 First Step①	10 オープン	Day Group	12 メルサポ (13:00-16:00)	
13 スポーツの日	14 オープン オープンクラブ	15 オープン 予約制 食プロ 「いももち」 (持ち物:エプロン)	16 オープン おさんぽくらぶ 「駒沢オリンピック 公園」 (現地解散)	Day Group	18 メルク集合 13:30 現地集合 14:00	
メルク集合 13:00 現地集合 14:00	Morning Group	22 First Step①	23 Morning Group	Day Group	25 オープン メルサポ (13:00-16:00)	
20 スポーツの日 「いけせいでん」 (メルクor現地集合 現地解散)	21 Morning Group	メルク集合 13:00 現地集合 14:00 現地解散 17:00	30 メルサポ特別プログラム 「レディーズ茶話会」 オープン 予約制	Day Group	31 イベントプログラム 「せたがや大学 卒業クイズ」 -郷土資料館からも 出るよ-	
27 フリー First Step②	28 火曜日企画 「メルクセッションV @いけせいでん」 ※集合解散場所、 活動時間注意	29 First Step合同 「ピコピコようせい」 ～みんなで協力 スイッチ大会 Season6～	30 メルサポ特別プログラム 「AIはどうやって文章を 作るの?～作って・ 遊んで・理解する 生成AI体験会～」	Day Group	世田谷若者総合支援センター メルクマールセタがや 〒154-0004 東京都世田谷区太子堂2-16-7 世田谷区役所三軒茶屋分庁舎5階 ☎: 03-3414-7867 開所日時: 祝日を除く月曜～土曜 10:00～18:00	

（令和7年10月号）

3) 家族支援(家族会)

家族会には、講演会による「学び」、家族同士の「交流」の2つの要素がある。特に、家族同士の交流は家族会特有の機能であり、家族のピアサポート(p.65 用語解説参照)の場となっている。「学び」となるセミナーは、これまで参加者の多かったテーマや参加者のアンケートなどを参考に年間でテーマを考え、スタッフや外部講師による家族セミナーを開催している。「交流」となる交流会は、交流会をメインとした回やテーマが交流会に沿う回にて適宜実施している。

他機関とつながりがなく、悩みながらも個別相談へのハードルが高いと感じて孤立しがちなご家族に向けて、聴講で参加できる家族会は支援機関へとつながる入口機能となり、孤立防止と早期介入を目的に行っている。

【対象】

区内在住のひきこもりなど生きづらさを抱えた方の家族(年齢は問わない)

【開催日・時間】

毎月第3土曜日 10:30～12:30 (※8月を除く)

令和7年度より、3月は出張セミナーとの合同開催となった

【令和7年度家族支援実施内容】

令和7年度					
「うちの状況にあてはまるかも」「対応方法や知識を知りたい」など、気になるテーマがございましたら、お気軽にお問合せください					
家族会 年間スケジュール					
日付	時間	テーマ	講師	交流会	ご予約
第1回 4月19日 土	10:30 ～ 12:00	ひきこもり家族交流会 我が家の場合～これってうちだけ？～	進行役として メルクマールスタッフが入ります ※講師はありません	有	4月15日 (火)～ ※定員10名
第2回 5月17日 土	10:30 ～ 12:30	ひきこもりの基礎知識	メルクマールせたがや 相談員	有	5月15日 (木)～
第3回 6月21日 土	10:30 ～ 12:00	ひきこもっている人との関わり方 ～家族にできる工夫～	NPO法人育て上げネット 森 裕子 氏	有	6月2日 (月)～
第4回 7月19日 土	10:30 ～ 12:30	仕事とお金のハナシ ～お金にまつわる様々な制度～	ぶらっとホーム 榎田 裕 氏	—	7月1日 (火)～
第5回 9月20日 土	10:30 ～ 12:30	精神科医からみた不登校	都立松沢病院 精神科医 榎本 健也 氏	—	9月1日 (月)～
第6回 10月18日 土	10:30 ～ 12:30	心障士からみた不登校	杏林大学 学内講師 山下 竜一 氏	—	10月1日 (水)～
第7回 11月15日 土	10:30 ～ 12:00	仕事とお金のハナシ ～仕事に就くために～ ※講演者 榎田裕子氏あり(要予約)	せたがや若者サポートステーション 相談員	—	11月1日 (土)～
第8回 12月20日 土	10:30 ～ 12:30	ひきこもっている人との関わり方 ～家族自身のストレスケア～	メルクマールせたがや 相談員	有	12月1日 (月)～
第9回 1月17日 土	10:30 ～ 12:30	ひきこもっている人との関わり方 ～家族の心構え～	NPO法人I/ラマ 石井 正宏 氏	—	1月5日 (月)～
第10回 2月21日 土	10:30 ～ 12:30	仕事とお金のハナシ ～ファイナンシャルプラン～	ファイナンシャルプランナー 榎原 裕子 氏	—	2月2日 (月)～
第11回 3月21日 土	14:00 ～ 16:30	※出張セミナー合同開催 下巻新刊	筑波大学名誉教授 斎藤 隆 氏 ※場所：玉川区民会館	—	3月2日 (月)～
出張セミナー 年間スケジュール					
日付	時間	テーマ	講師	会場(※予定)	定員
第1回 6月14日 (土)	13:30 ～ 16:00	子どもの心の理解と対応	医学博士・公認心理師 栗田 裕子 氏	地区民会館 集合室A・B	40名
第2回 9月6日 (土)	13:30 ～ 16:00	働けない子どものライフプラン ～働き先後のための生活設計～	ファイナンシャルプランナー 村井 真一 氏	梅田パークホール 集合室	60名
第3回 11月29日 (土)	13:30 ～ 16:00	調剤中 ※詳細はメルクマールせたがやまで お問い合わせください	調剤中	島山民会館 集合室	60名
第4回 3月21日 (土)	14:00 ～ 16:30	不登校とひきこもりの 対応策	筑波大学名誉教授 斎藤 隆 氏	玉川区民会館 第4・5集合室	80名

4) 出張セミナー

出張セミナーは、メルクマールせたがやがある世田谷地域以外の4地域(北沢・玉川・砧・烏山)での利用者の開拓・利用促進、若者支援・ひきこもり支援の普及啓発・広報活動を目的としている。平成28年度より、世田谷若者総合支援センターとしてせたがや若者サポートステーションと共同

で開催しており、これまで精神科医やファイナンシャルプランナーなどによる講演を行うことにより、地域の方々に事業を理解してもらうきっかけにもなっている。

【対象】

対象要件なし。ただし、定員に達した場合は区民優先とする。

【開催日・時間】

年 4 回 13:30～16:00 ※3 月は 14:00～16:30

【令和 6 年度出張セミナー実施内容】

第 1 回 令和 7 年 6 月 14 日 砧区民会館集会室 A・B

「子どもの心の理解と対応」

講師：栗田明子氏(医学博士・公認心理師)

第 2 回 令和 7 年 9 月 6 日 梅丘パークホール(北沢区民会館別館)

「働けない子どものライフプラン～親亡き後の生活設計～」

講師：村井英一氏(ファイナンシャルプランナー)

第 3 回 令和 7 年 11 月 29 日 烏山区民会館集会室

「子どものサポート ～親にしかできないこと、親だからしにくいこと～」

講師：柴田泰臣氏(就労移行支援事業所ビルド神保町施設長)

第 4 回 令和 8 年 3 月 21 日 玉川区民会館第 4・5 集会室

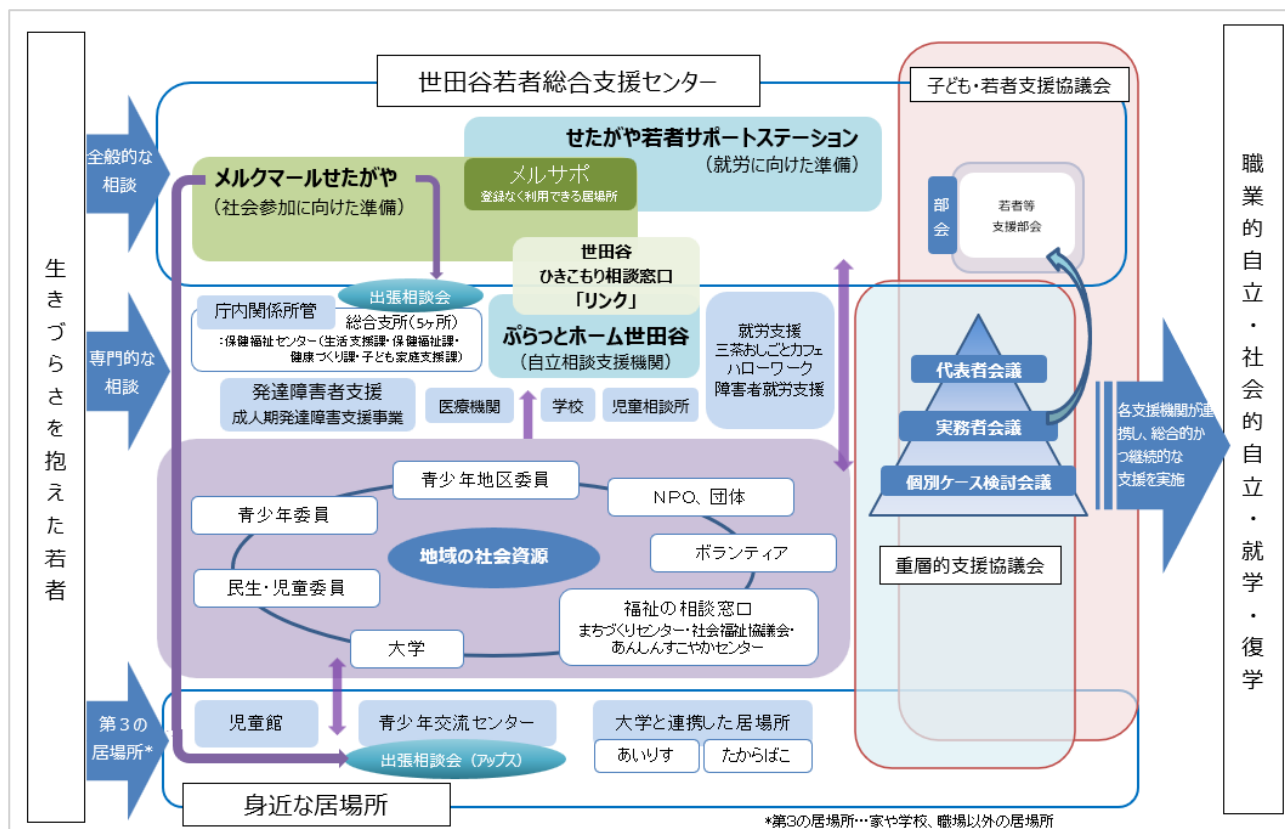
「不登校とひきこもりの対話的支援」

講師：斎藤環氏(筑波大学名誉教授)

5) 他機関連携

他機関連携は、「つながる・つなげる支援」として社会への自立の一步、暮らしやすさを支援する上で必須である。世田谷区は、子ども・若者支援協議会(次項参照)を設置しており、メルクマールせたがやがこれまで実務者会議となる「不登校・ひきこもり支援部会」の事務局を務めてきた。令和 7 年度は、会の名称を「若者等支援部会」と変更し、不登校・ひきこもりに限らず幅広いテーマを取り扱っていくこととなった。区内には就労、障害、生活などの支援機関が多く存在し、各協議会のネットワークにおいて、本人のニーズにあった適切な機関と顔の見える連携を目指す。

また、世田谷区と区内大学とで若者支援に関する協定が結ばれ、平成 27 年度よりひきこもりなどの学生支援、若者の身近な居場所づくりを進めている。令和 7 年度現在、昭和女子大学、日本大学文理学部の 2 校との連携を実施している。



①個別ケース検討会議

複合的問題を抱える利用者の支援には、多機関・多職種が互いの専門性を活かし合うことが大切となる。機関同士の情報交換や支援状況の共有、支援方針の決定、役割分担などを目的に開催する。

子ども・若者支援協議会と重層的支援協議会のもとに位置づけられた担当者レベルでの会議のため、出席者は各機関における実務担当者を中心に構成される。会議の内容や知り得た情報には守秘義務が課せられる。メルクマールせたがやは、世田谷区の子ども・若者指定支援機関として、子ども・若者育成支援推進法に基づく個別ケース検討会議を開催することができる。

②せたがや若者サポートステーションとの連携

せたがや若者サポートステーションとは、世田谷若者総合支援センターを担う機関として、密に連携して若者支援に取り組んでいる。同じ建物という立地条件を活かし、文字通り担当者同士の「顔の見える連携」ができることで迅速な対応につながっている。

また、世田谷若者総合支援センターとして、合同での出張セミナー(p.8)、「メルサポ」(p.6)や心理教育的なワークショップを中心とした「ここらば」などの居場所プログラムを開催している。

6)医療相談

令和7年度から新たな取組みとして、外部の精神科医による医療相談を開始した。医療相談では、主に利用者面談、スタッフ向けの事例相談や精神医学に係る講義を行った。

利用者面談は、精神科医師との面会が肯定的な体験になることを目的に、原則担当相談員が同席のもとで利用者が医師に相談する場である。あくまで相談であり、診察・診療の場ではないこと、普段利用しているメルクマールせたがやで医師と面会できることから、精神科医療機関への受診の前段階として活用している。スタッフ向けの事例相談や精神医学に係る講義は、医師からの精神医学的な見立てを得られる場、精神医学の知見を学ぶ研鑽の場となっている。

若者支援、ひきこもり支援において、本人・家族が精神的な不調を抱えながらも精神科医療に対して抵抗感や不安から未受診の場合がある。メルクマールせたがやは、中学生年齢から20代までの若年層の相談利用登録者割合が全体の7割と高く、精神疾患の好発期にある利用者が多いことから、精神医学的なアセスメントの視点は重要であり、医療相談の場で精神科医師に相談できること、精神医学に係る研鑽の機会があることは支援の質の向上につながると考える。

令和7年度における医療相談は年4回実施した。そのうち、利用者面談は4件であった。医療相談を経て、受診に結び付いたケースが2件、受診にはつながらなかったが、医療受診のイメージをもつことができたケースが1件あったことから、精神科医療に対する受診のハードルが下がったと考えられる。令和8年度においても年4回実施する予定である。

3. 世田谷区の若者支援ネットワーク

世田谷区は、平成 27 年 2 月に子ども・若者育成支援推進法第 19 条に基づき、主に区内の子ども・若者支援に関する機関の連携を円滑に進めることを目的とした「世田谷区子ども・若者支援協議会」を設置した。会議体は代表者会議、実務者会議、個別ケース検討会議に区分される。機関同士の情報共有、支援内容の協議など関係機関連携を強化することにより、ひとつの機関で区内の若者を支援するのではなく、区全体で総合的かつ継続的な支援を実施するためのネットワークが構築されている。

メルクマールせたがやは、子ども・若者育成支援推進法による子ども・若者指定支援機関として、実務者会議となる「若者等支援部会」の事務局を務めている。

1) 若者等支援部会の主な取組み

若者等支援部会は、前身の不登校・ひきこもり支援部会を踏襲し、主に 10 代の若者に係る支援機関や教育機関で構成される。令和 7 年度は、新たにヤングケアラーコーディネーター、せたエール、ゆうカフェが加わった。

令和 7 年度に開催された全 3 回の内容は表の通りである。令和 7 年度は「子どもや若者の非行・犯罪」をテーマとして、各回で話題提供および意見交換を行った。参加している委員が積極的に意見・発言を交わす区内外の支援情報の共有の場となっている。各機関の顔つなぎの場として機能し、構成機関同士の連携が強化されている。

また、毎年度各構成機関の支援活動の理解を目的として、構成機関別事業一覧を作成している。

第 1 回 7月 3日(木)	第 2 回 10月 2日(木)	第 3 回 2月 26日(木)
【内容】 ・部会説明 ・各機関の紹介 ・話題提供:「コロナ禍を経ての青少年の現状」 講師: 青少年健全育成支援相談員 金指 宜和氏 ・グループディスカッション	【内容】 ・話題提供①少年犯罪の現状について 講師: 北沢警察署生活安全課少年係警部補 渡辺 康芳 氏 ・話題提供②犯罪・非行等からの立ち直り支援について 講師: 北沢補導連絡会副会長・保護司 金子 健太郎 氏 ・グループディスカッション	【内容】 ・話題提供①少年センターの概要や事例等について 講師: 世田谷少年センター心理技術職員 大竹 詠子 氏 ・話題提供②トー横の若者たちの現状等について 講師: 世田谷区立山野小学校PTA会長 諸橋 幸子 氏 ・グループディスカッション

【若者等支援部会構成機関】

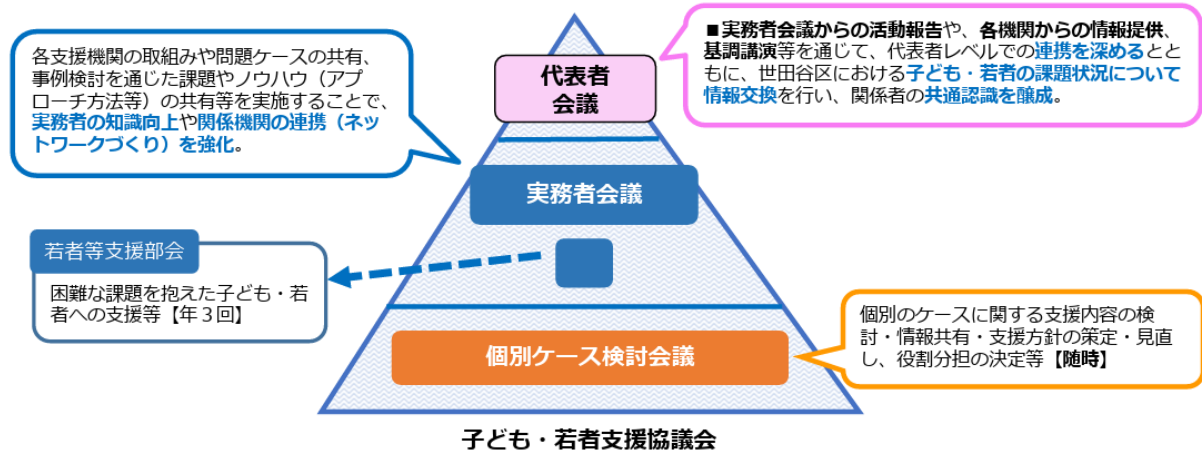
保健福祉センター保健福祉課	教育総合センター教育相談課	特定非営利活動法人 まひろ（エリア・ワン）
保健福祉センター健康づくり課	都立世田谷泉高等学校	NPO法人日本子どもソーシャルワーク協会
保健福祉センター子ども家庭支援課	都立中部総合精神保健福祉センター	※認定NPO法人ブリッジフォースマイル せたエール
生活福祉課	都立松沢病院	
障害保健福祉課	ぶらっとホーム世田谷	※一般社団法人ヤングケアラー協会
子ども家庭課	野毛青少年交流センター	※公益財団法人プラン・インターナシ ナル・ジャパン ゆうカフェ
児童課	希望丘青少年交流センター「アップス」	
児童相談支援課	池之上青少年交流センター	（事務局）メルクマールせたがや
世田谷区児童相談所	世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」	（事務局）子ども・若者支援課
世田谷保健所健康推進課	NPO法人東京都自閉症協会 みつけばハウス	※令和7年度新規構成機関

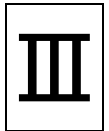
【世田谷区子ども・若者支援協議会説明図】

子ども・若者支援協議会の概要

名称	子ども・若者支援協議会
根拠法令	子ども・若者育成支援推進法 第19条第1項
対象者	就学及び就業のいずれもしていない子ども・若者その他の子ども・若者であつて、社会生活を円滑に営む上での困難を有するもの
目的	関係機関等の支援を適切に組み合わせることにより、その効果的かつ円滑な実施を図ること。

*子ども・若者支援調整機関…子ども・若者部子ども・若者支援課長
*子ども・若者指定支援機関…メルクマールせたがや





活動実績

1. 実績数値
2. 利用状況
3. 相談登録ケースに関する分析
4. ティーンズサポート事業

Ⅲ. 活動実績

1. 実績数値

平成26年度から令和7年度までのメルクマールせたがやの実績数値は表の通りである。

メルクマールせたがや【令和7年度利用実績】

延べ相談対応件数(単位:人)

		H26・R4年度 合計	R5年度合計	R6年度合計	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	累計
延べ相談対応件数	メルク対応件数	26132	4855	5150	478	529	523	585	577	549	545	494	504	530	502	562	6378	42515
	リンク対応件数※1	507	1021	1184	96	85	110	103	95	123	131	116	187	149	126	170	1491	4203
合計		26639	5876	6334	574	614	633	688	672	672	676	610	691	679	628	732	7869	46718

※1:リンク対応件数:「リンク」の相談にメルクマールせたがやの職員が対応した相談件数

登録ケース数の増減について(実ケース数)

	H26・R4年度 合計	R5年度合計	R6年度合計	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	累計
先月末日の累計登録ケース数				456	448	456	453	457	465	458	454	459	452	450	442		
当月中の新規登録ケース数	856	116	85	6	9	5	14	12	4	4	7	3	4	2	6	76	1133
当月中に終結したケース数	446	53	102	14	1	8	10	4	11	8	2	10	6	10	6	90	691
当月末日の登録ケース数				448	456	453	457	465	458	454	459	452	450	442	442		

活動ルーム(居場所機能)の延べ利用人数

	H26・R4年度 合計	R5年度合計	R6年度合計	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	累計
延べ利用者数(延べ人数)	13173	1306	1196	92	108	103	122	101	120	145	125	126	124	120	148	1434	17109

アウトリーチ関連数値

	H26・R4年度 合計	R5年度合計	R6年度合計	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	累計
個別ケース検討会議の開催数	176	11	4	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	2	193
他機関主催の個別ケース検討会議の出席数	73	88	83	5	9	5	10	4	9	7	8	7	4	5	10	83	2474
訪問相談実施件数(延べ人数)※2	982	271	261	22	20	21	21	22	28	23	28	24	26	29	32	296	
出張相談(4支所・アップス)※3 実施件数(延べ人数)	173	67	50	3	3	3	1	4	2	8	5	3	7	3	5	47	

※2:平成26年度～令和元年度の訪問実施件数は、希望丘青少年交流センターの出張相談を除く件数 ※3:令和2年度～令和5年度までは5支所

家族会の参加人数

	H26・R4年度 合計	R5年度合計	R6年度合計	4月	5月	6月*	7月	8月	9月*	10月	11月*	12月	1月	2月	3月*	合計	累計
延べ参加者数	1576	245	286	10	12	25	18		38	15	9	12	16	14	58	227	2334

※:出張セミナー実施月

ティーンズサポート事業 ※平成28年度より開始

	H26・R4年度 合計	R5年度合計	R6年度合計	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	累計
先月末日の累計登録ケース数				90	69	71	74	76	80	81	80	83	82	82	82		
当月中の新規登録ケース数	242	46	35	2	2	4	7	5	1	1	4	1	1	0	5	33	356
当月中に終結したケース数 (20代に達したケースを含む)	175	37	47	23	0	1	5	1	0	2	1	2	1	0	2	38	297
当月末日の登録ケース数				69	71	74	76	80	81	80	83	82	82	82	85		
延べ相談件数(来所) R2年度までは訪問・出張相談含む	3369	807	696	47	78	82	76	82	69	67	78	72	70	68	75	864	5736
延べ相談件数(訪問/出張相談)	141	55	50	2	2	1	1	1	1	1	3	1	6	4	4	27	273
累計件数(来所・訪問・出張相談)	3510	862	746	49	80	83	77	83	70	68	81	73	76	72	79	891	6009
延べ居場所利用者数	1329	16	80	0	15	10	16	8	14	21	16	18	12	12	20	162	1587

メルサポ

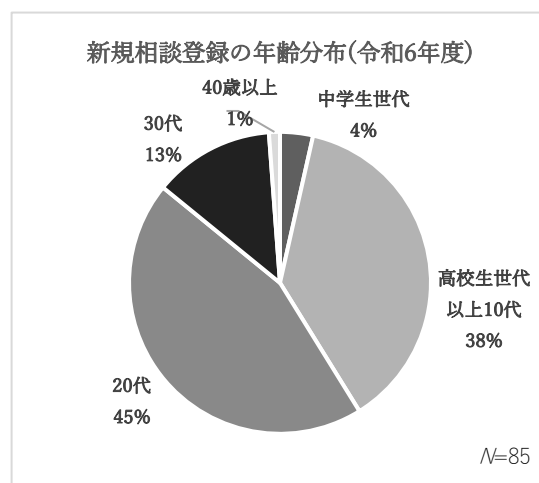
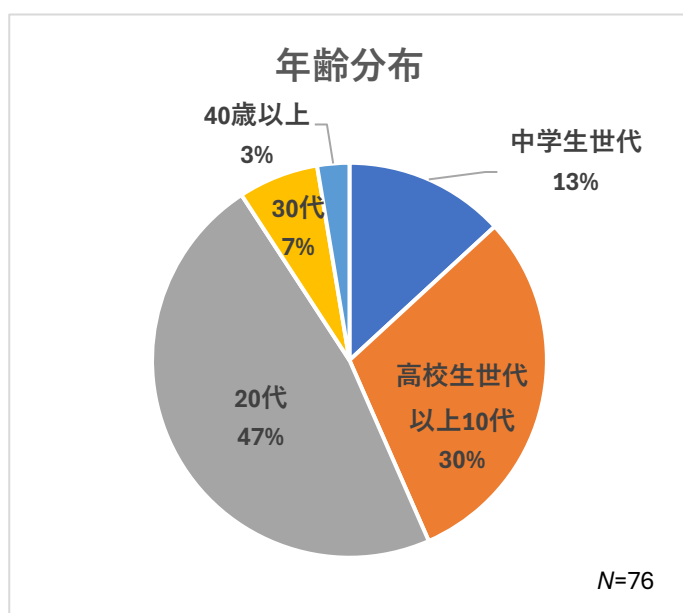
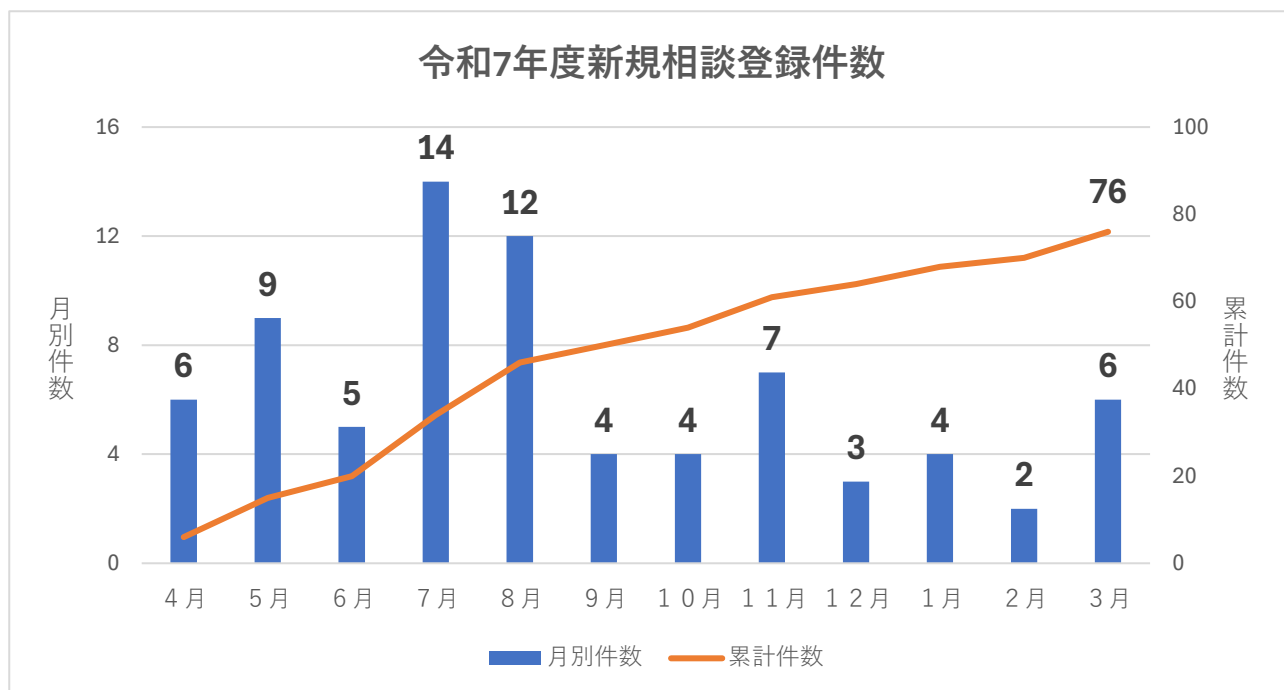
	H26・R4年度 合計	R5年度合計	R6年度合計	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	累計
実施回数	101	26	23	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	28	178
延べ参加者数	899	226	183	17	17	14	13	21	19	28	18	16	21	27	17	228	1536

むすびば

	H26・R4年度 合計	R5年度合計	R6年度合計	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計	累計
実施回数	10	12	12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	46
延べ参加者数(再掲)	27	59	46	4	4	5	6	4	4	4	3	4	4	6	7	55	187

1) 相談支援

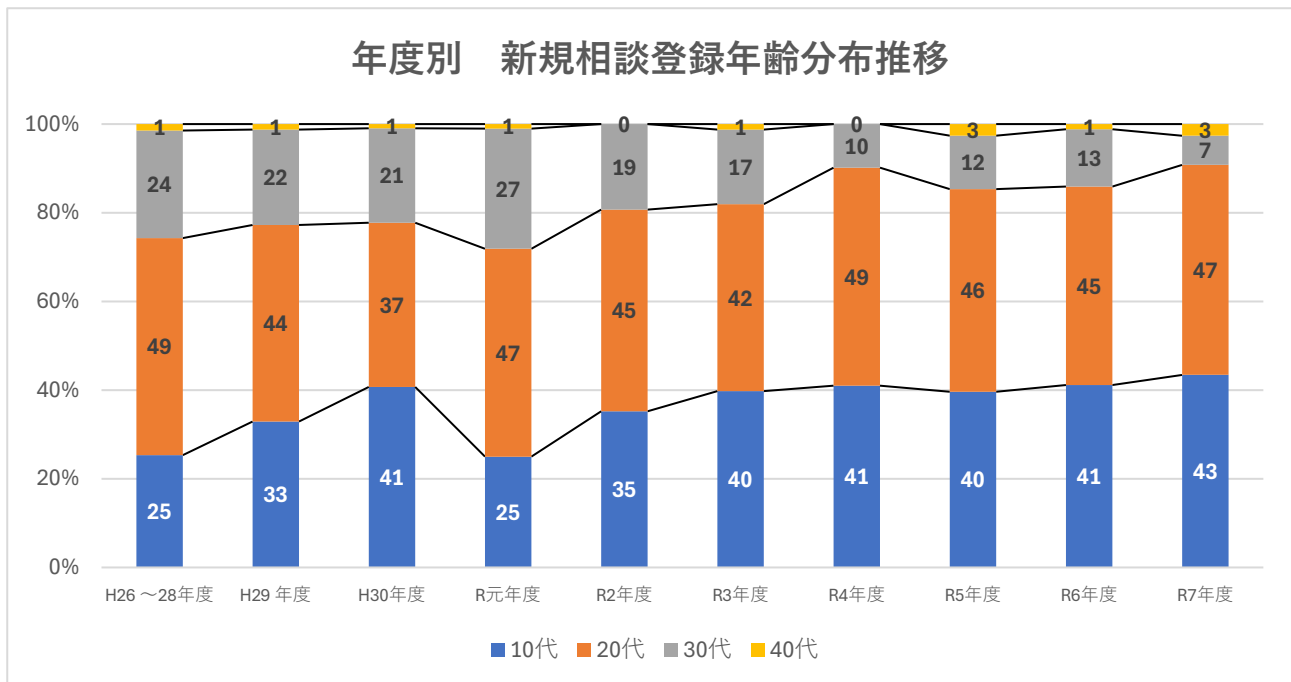
①新規相談登録件数



新規相談登録とは、インテーク(初回面接)を行った後に受理会議を実施し、メルクマールセタがやで受理したケースのことを指す。令和7年度新規相談登録件数は76件であり、月平均では6.3件であった。件数が近年減少傾向にある理由としては、令和4年度の「リンク」開設に伴い、これまでメルクマールセタがやの新規相談で受けていたであろう一定数の層が、「リンク」の新規相談に流れている可能性が考えられるが、引き続きの検証が望まれる。

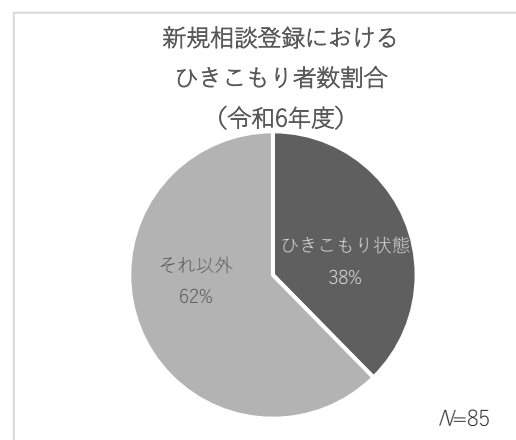
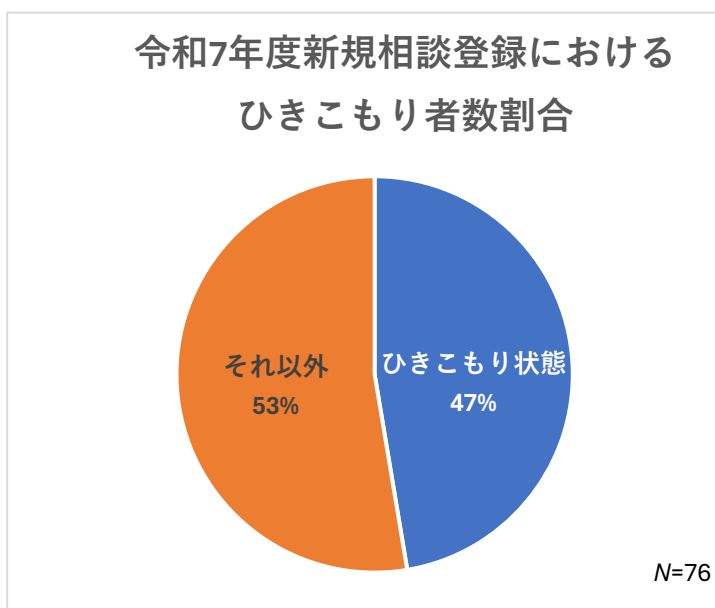
また令和7年度は新規相談登録件数76件の内、20代が47%(36件)と最も割合が高く、次に高校生世代以上10代が30%(23件)と高値を示していた。中学生世代は13%(10件)、30代は7%(5件)、40代以上は3%(2件)だった。令和6年度に比べると「中学生世代」の割合が増えている。中学校に在籍している間に早期介入することで、切れ目のない支援ができるという意

味で意義が大きいと言える。



平成 26 年開所から令和 7 年度まで、新規相談登録ケースの年齢分布の推移について上図に示す。20 代は年度毎にばらつきが見られるが、30 代は令和 4 年度から約 1 割となり開所当初と比べて減少傾向にあり、令和 4 年度に「リンク」が開設したことによる影響が考えられる。一方 10 代の割合は令和元年度に一度減少しているが、再び増加している。新規相談に関しては、若年齢化が進んでいると言える。

②ひきこもり者数割合



次に、ひきこもり者数割合について上図に示す。メルクマールせたがやでは、これまで将来ひきこもりに移行する可能性のある 6 ヶ月未満の準ひきこもりを含めてひきこもりと定義して支援してきた。令和 7 年 1 月に厚生労働省から発行された「ひきこもり支援ハンドブック～

寄り添うための羅針盤～」では、ひきこもり支援の対象者はひきこもり状態の期間を問わないものとされたことから、メルクマールセタがやのひきこもりの定義が国の方針と合致することとなった。

令和 7 年度新規相談登録件数の内、ひきこもり状態は 47%(36 件)だった。平成 26 年の開所から令和 2 年まで新規相談登録件数のうち、ひきこもり状態にある利用者の割合は約 6 割を維持していた。令和 3 年度以降は、ひきこもり状態ではない「それ以外」の割合が上回ることもあり、傾向が変化しつつある。これは、新規相談登録に占める若年層の割合が高くなり、第三者との接点が保たれているなどひきこもり状態になる前に早期に相談登録利用につながることで、ひきこもり状態の割合が低くなったと考えられる。

***ひきこもりの定義(厚生労働省「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」より)**

様々な要因の結果として社会的参加(義務教育を含む就学, 非常勤職を含む就労, 家庭外での交遊など)を回避し, 原則的には6ヵ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態(他者と交わらない形での外出をしてもよい)を指す現象概念。

***ひきこもり支援対象者の考え方(厚生労働省「ひきこもり支援ハンドブック」より)**

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違いますが、具体的には、

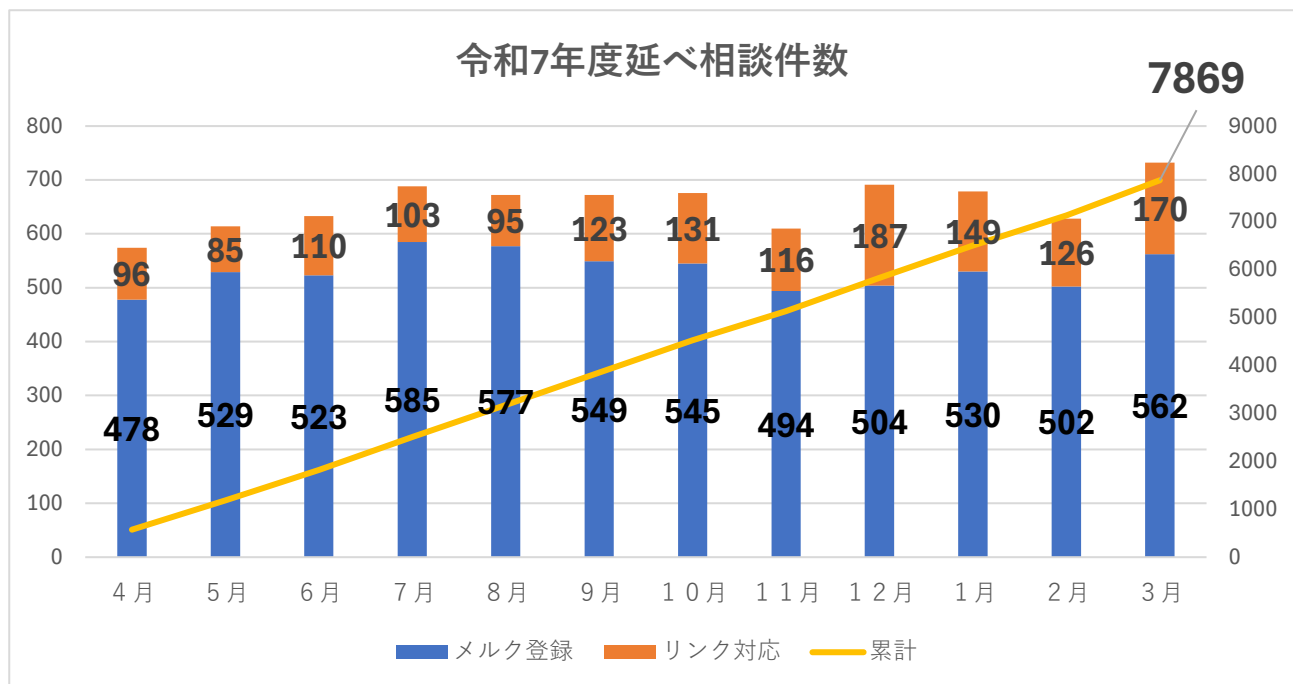
- ★何らかの生きづらさを抱え生活上の困難を感じている状態にある、
- ★家族を含む他者との交流が限定的(希薄)な状態にある、
- ★支援を必要とする状態にある、本人やその家族(世帯)です。

また、その状態にある期間は問いません。

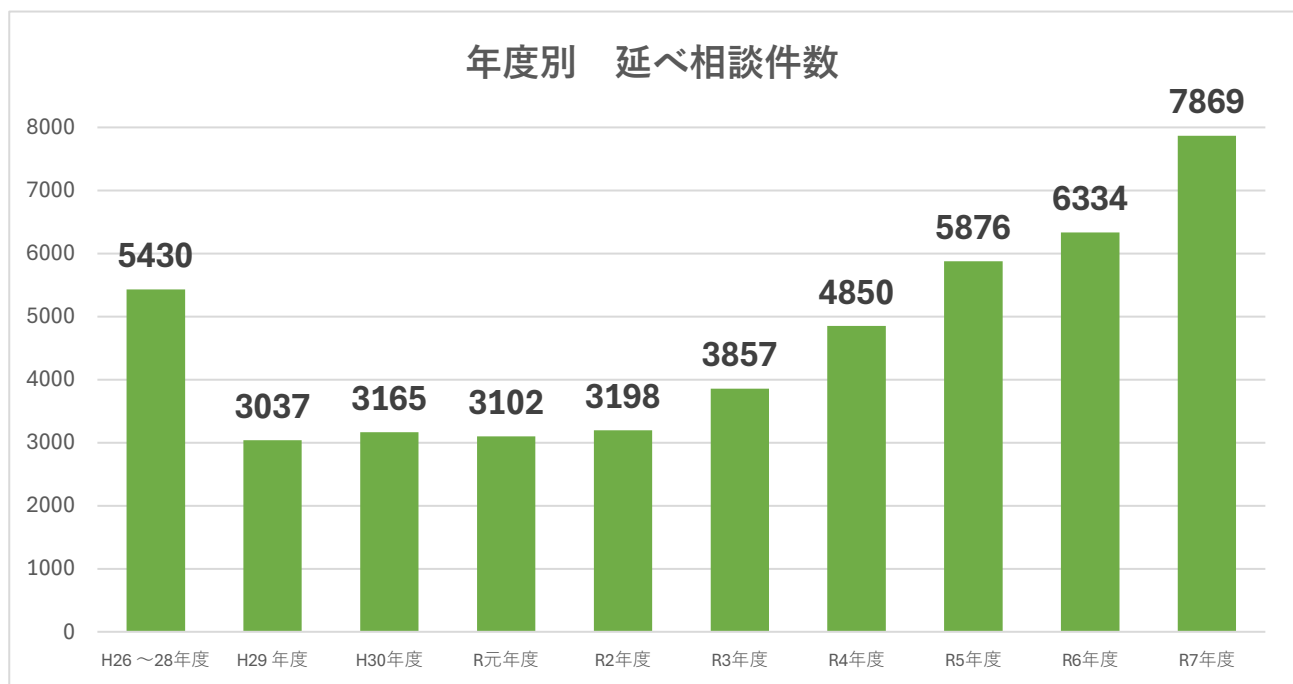
③終結件数

終結とは、就労や就学、他機関の利用など様々な理由でメルクマールセタがやの利用を終了したケースを指す。令和 7 年度の全終結件数は 90 件だった。月別に見ると 4 月が 14 件と最も多く、新年度を迎えて新たな所属先を見つけたタイミングで終結を申し出る場合が多かったと考えられる。終結理由などに関する詳細は、終結理由内訳(p.31)にて述べる。

④延べ相談件数



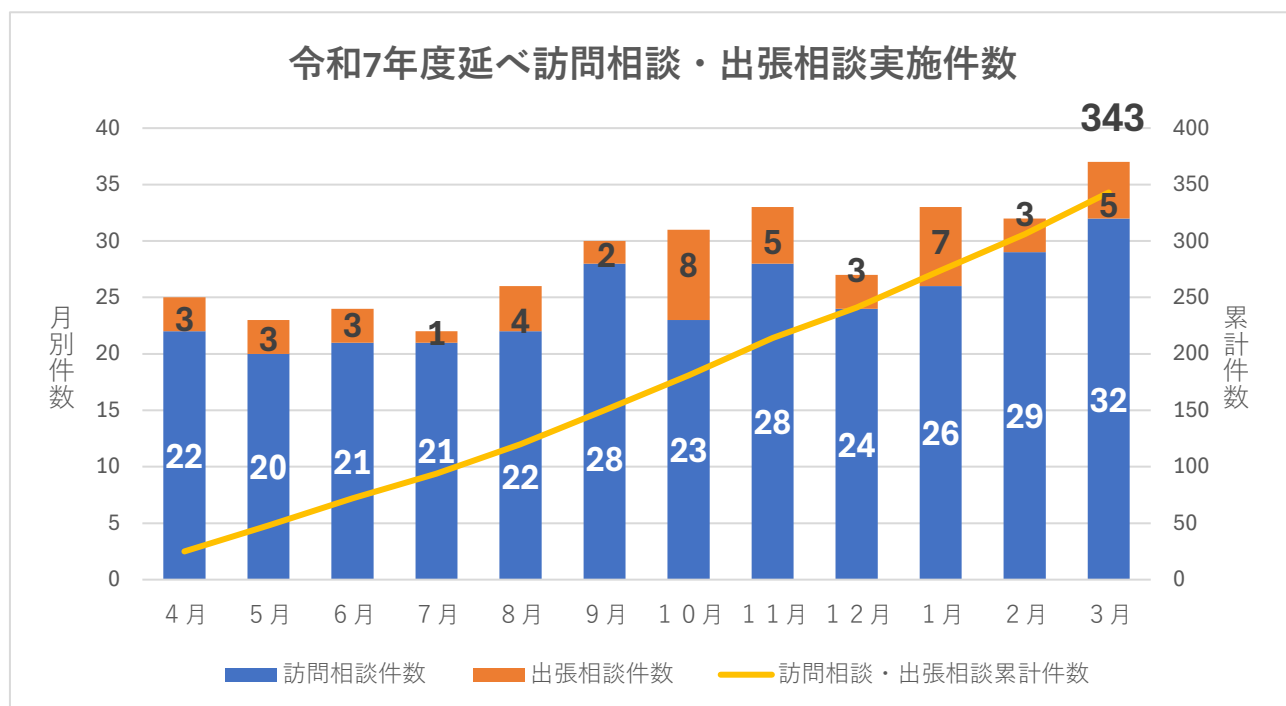
延べ相談件数は、来所相談、訪問相談、電話・文書対応などあらゆる方法での相談件数を合計した数値である。令和7年度は、月平均約656件の相談対応を行った。



平成26年度開所から令和7年度までの延べ相談件数を上図に示す。平成29年度以降、延べ相談件数は年間3,000件を超える数値で安定している。一方、令和3年度以降は相談件数が約500～1,000件増加しており、令和7年度においては令和6年度に比べて1,535件増加した。新規相談登録件数が令和6年度より減少している状況の中でも延べ相談対応件数が増加した背景には、①非稼働ケースを整理したことで事務負担が軽減し、継続相談の対応を充実させることができたこと、②移転に伴う相談室の増設により、相談頻度を上げるなど実施回数を増や

すことができたことなどが影響していると考えられる。

⑤延べ訪問相談・出張相談件数



訪問相談件数とは、利用者の自宅への訪問相談と、こころスペースや関係機関に出向いての出張相談、関係機関への同行など、メルクマールせたがや以外の場で相談を実施した延べ件数である。メルクマールせたがやのスタッフが、「リンク」として対応した訪問や出張相談、関係機関への同行などの件数も含まれる。一方、出張相談件数とは、希望丘青少年交流センター「アップス」と世田谷区役所4支所で相談を実施した延べ件数を示している。

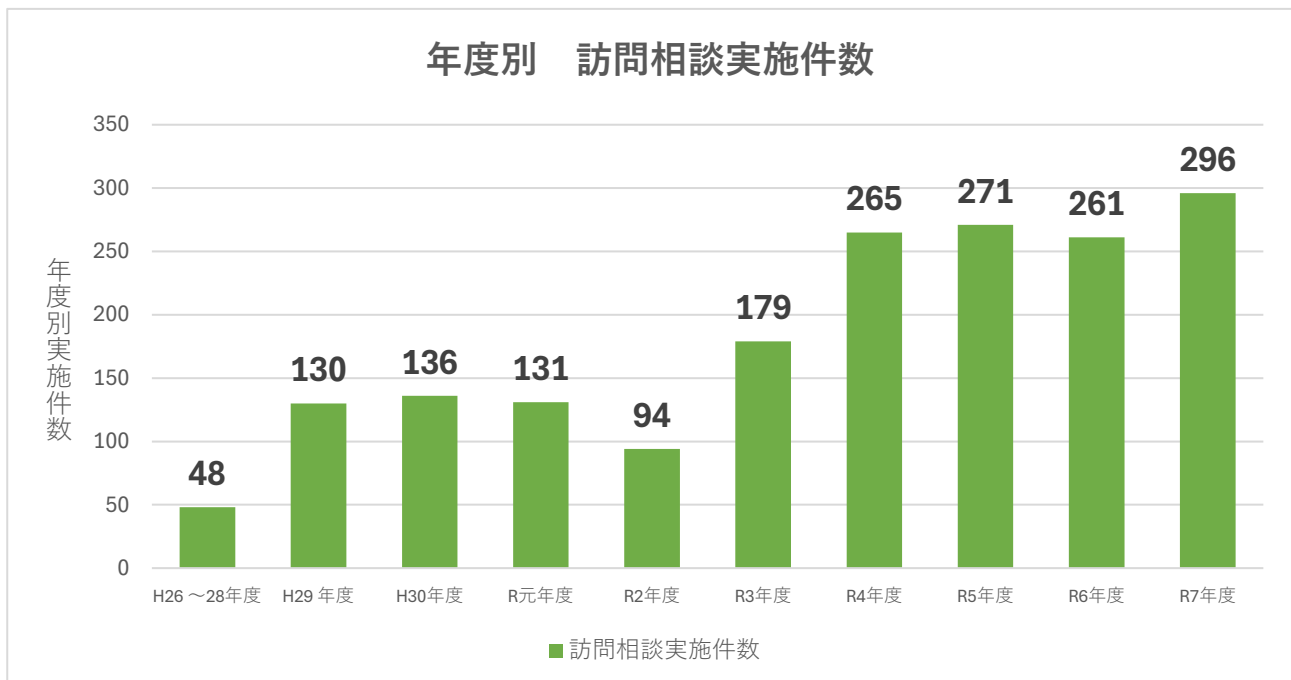
令和7年度の延べ訪問相談・出張相談件数は343件であった。令和6年度と比較すると32件増加している。出張相談会場別件数については次の表の通りである。

【令和 7 年度 出張相談会場別相談件数】

会場	利用者(人数)		関係機関(人数)		合計 (人数)
	メルク	リンク	メルク	リンク	
北沢総合支所	8	0	0	0	8
玉川総合支所	3	0	1	0	4
砧総合支所	16	0	0	0	16
烏山総合支所	3	4	0	0	7
希望丘青少年交流センター 「アップス」	12	0	0	0	12
合計	42 人	4 人	1 人	0 人	47 人

平成 31 年 2 月より、希望丘青少年交流センター「アップス」での出張相談を月 1 回定例で実施しており、令和 7 年度の延べ相談人数は 12 名であった。また、各総合支所の区民相談室における出張相談は 47 名の利用であった。令和 5 年度からは、「リンク」相談についても、出張相談の活用を開始しており、令和 7 年度は利用者と関係機関を合わせた延べ相談人数は 4 名であった。

メルクマールセタがやの利用者の中には、健康面・体力面に不安のある方なども多い。長距離の外出が困難な方にとっては、定期的な出張相談会が相談の入口として機能していると考えられる。

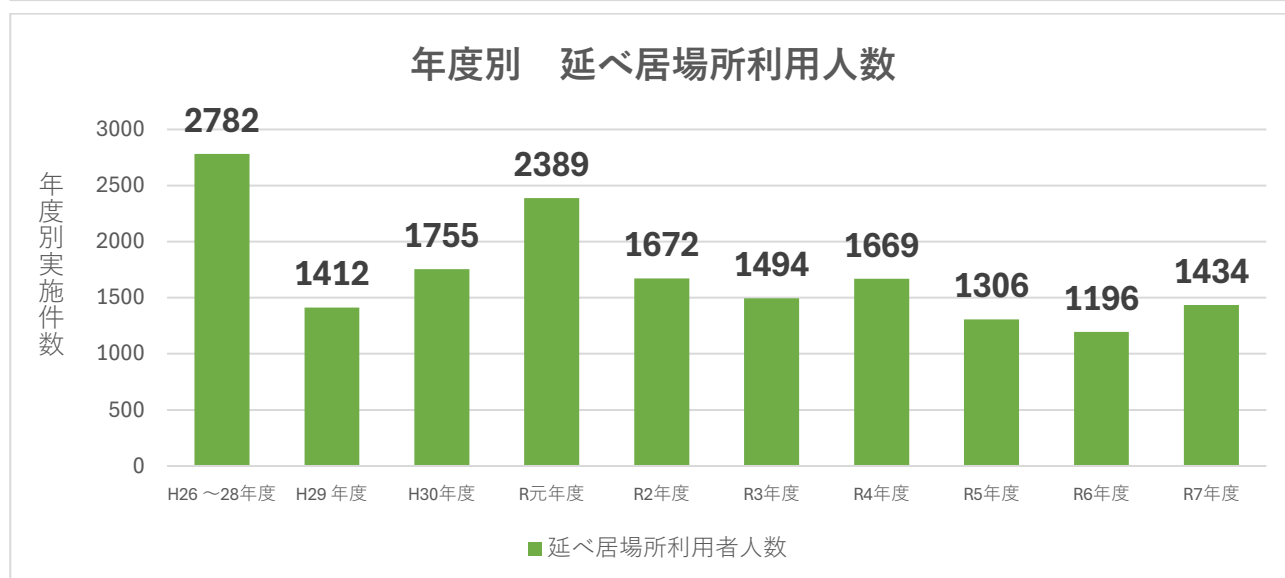
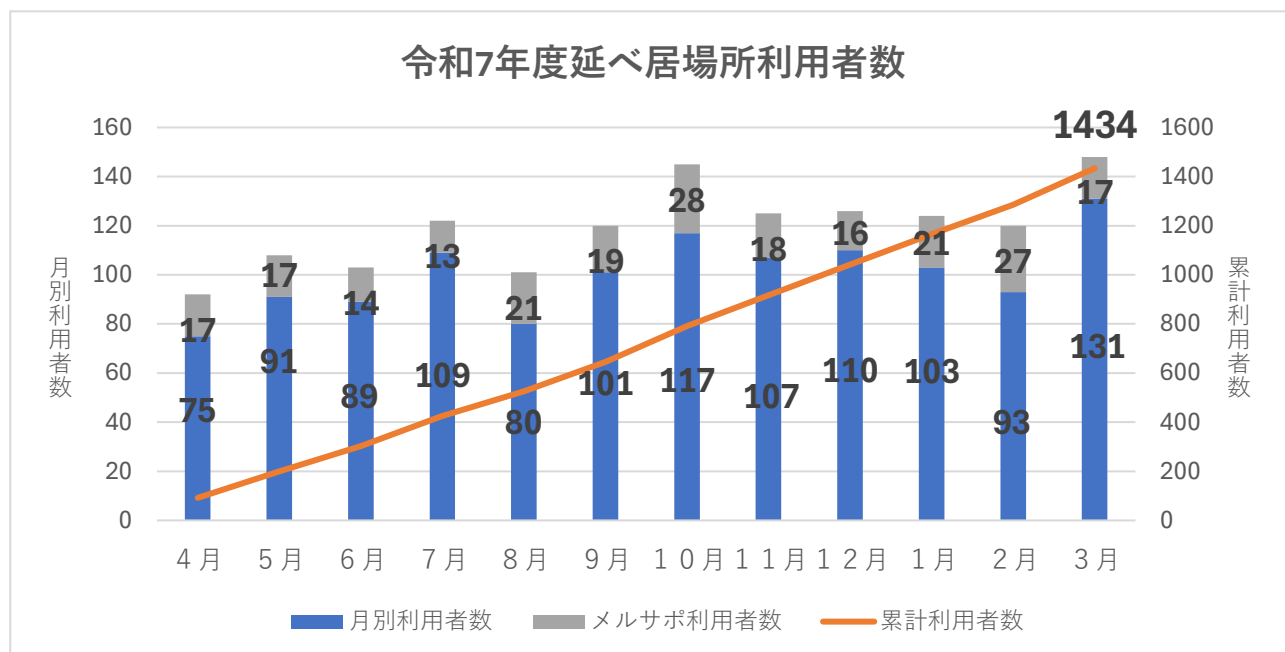


上図に開所以降の年度別訪問相談実施件数を示す。令和 7 年度の訪問相談実施件数は 296 件と過去最多だった。上図から、令和 3 年度までと比較し令和 4 年以降は訪問相談件数が増加し

ていることがわかる。この結果は、令和4年度以降の訪問相談件数に「リンク」として対応した訪問相談が加算されたことが理由と言える。ひきこもり当事者の中には様々な課題が複雑に絡み合っている状況にいる方が多く見られる。当事者や家族の方などから支援機関へつながることが難しい場合もあるため、支援や資源を届けるために支援者側が出向くことも必要である。

2) 居場所支援

延べ居場所利用者数

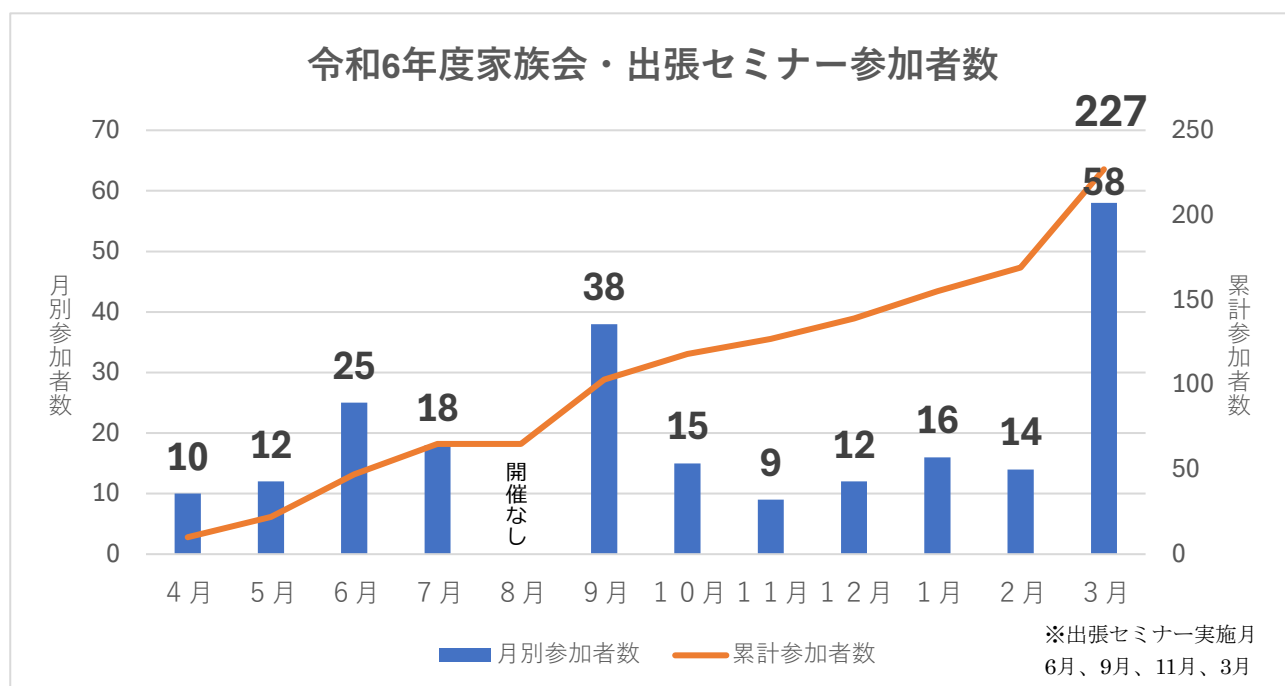


令和7年度のメルクマールセたがやの居場所登録者数は、年度内に終結したケースを含めて73名だった。延べ居場所利用者数には、登録制の居場所活動、居場所登録不要のオープンプログラム、登録・相談不要のメルサポの利用者数が含まれる。令和7年度の居場所延べ利用者数は1,434名で、令和6年度と比較して238名増加した。利用者数増加の背景には、令和7年度は利用者のニーズに沿ったプログラムを企画するよう心掛けたこと、個別面接で積極的に居場所導入を検討したことなどの取り組みの成果と考えられる。

令和 7 年度は、Morning Group や Day Group、First Step などの登録グループにおいて、利用者と話し合いながら活動内容を決める「グループ企画」を実施する頻度が高かった。また区外遠方や美術館などへの外出系プログラムを企画してほしいという声が多く、各グループの参加者が積極的に外へ出て活動範囲を広げようとする姿勢が見られた。

3) 家族支援

家族会・出張セミナー参加者数



令和 7 年度の家族会・出張セミナー延べ参加者数は 227 名であった。令和 6 年度 286 名と比較すると 59 名減少したが、令和 7 年度は 4 月が家族交流会だったため定員が 10 名だったこと、3 月に家族会と出張セミナーが合同で開催されたことなどが影響したと考えられる。また、出張セミナーは、3 月の斎藤環氏による講演が参加者数 58 名で最も多かった。

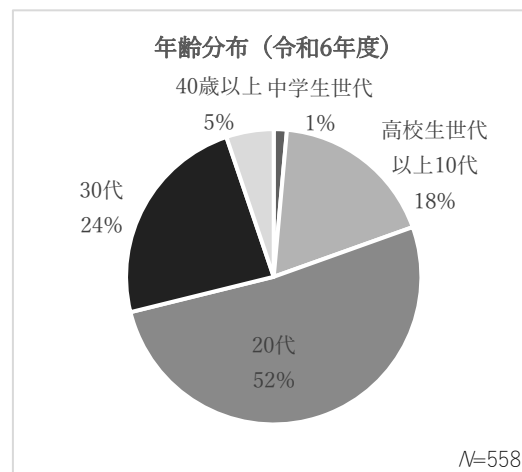
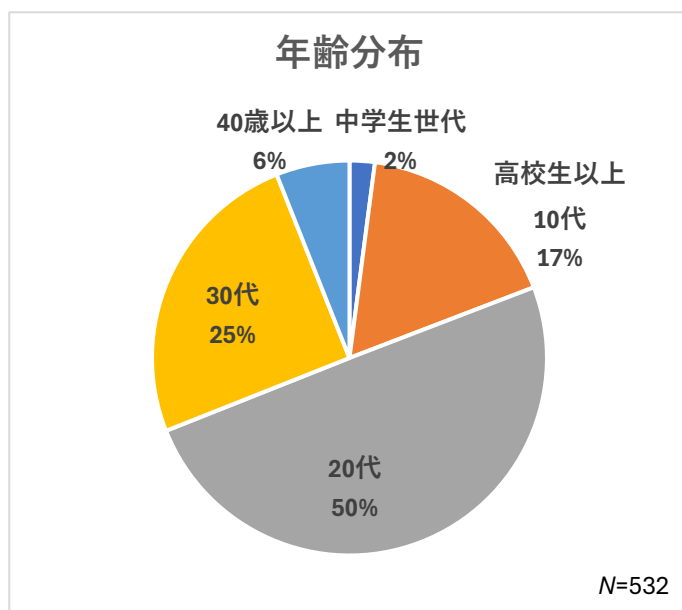
令和 6 年度のニーズ調査において、家族交流会を求める声を多く寄せられたため、令和 7 年度は「ひきこもり家族交流会 我が家の場合～これってうちだけ?～」を実施した。交流会後のアンケートにおいては全 10 件中「よかった」が 9 名、「ややよかった」が 1 名と、満足度の高い会であった。交流会を継続してほしいという声も多かったため、令和 8 年度も引き続き交流会を実施していく方針である。

2. 利用状況

1) 相談登録者

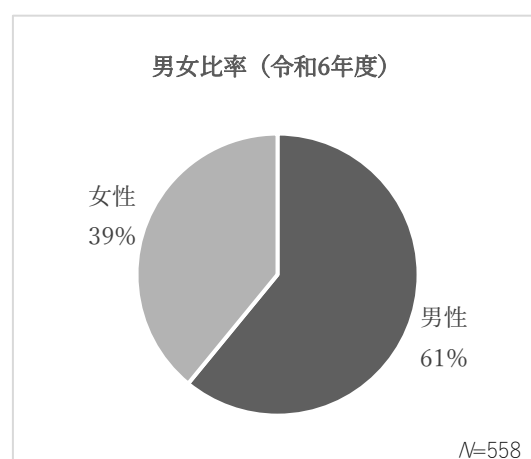
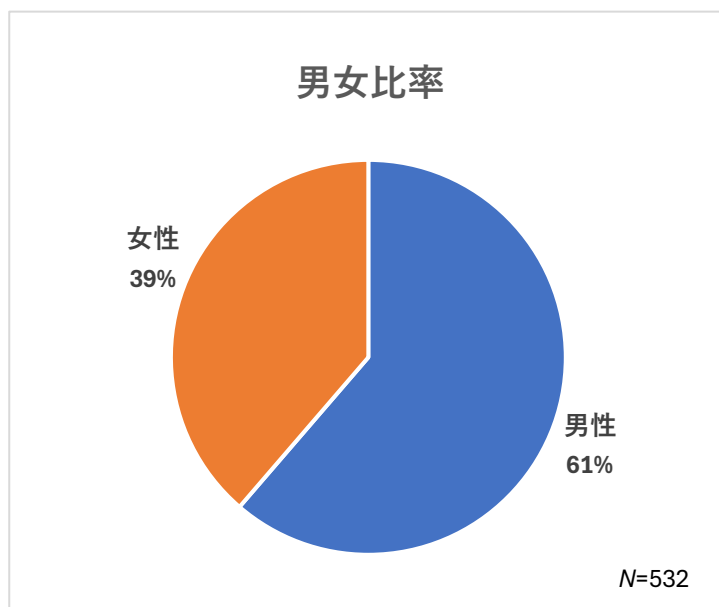
以下には、令和 7 年度中に相談登録のあった 532 件の利用状況を示す。

① 年齢分布



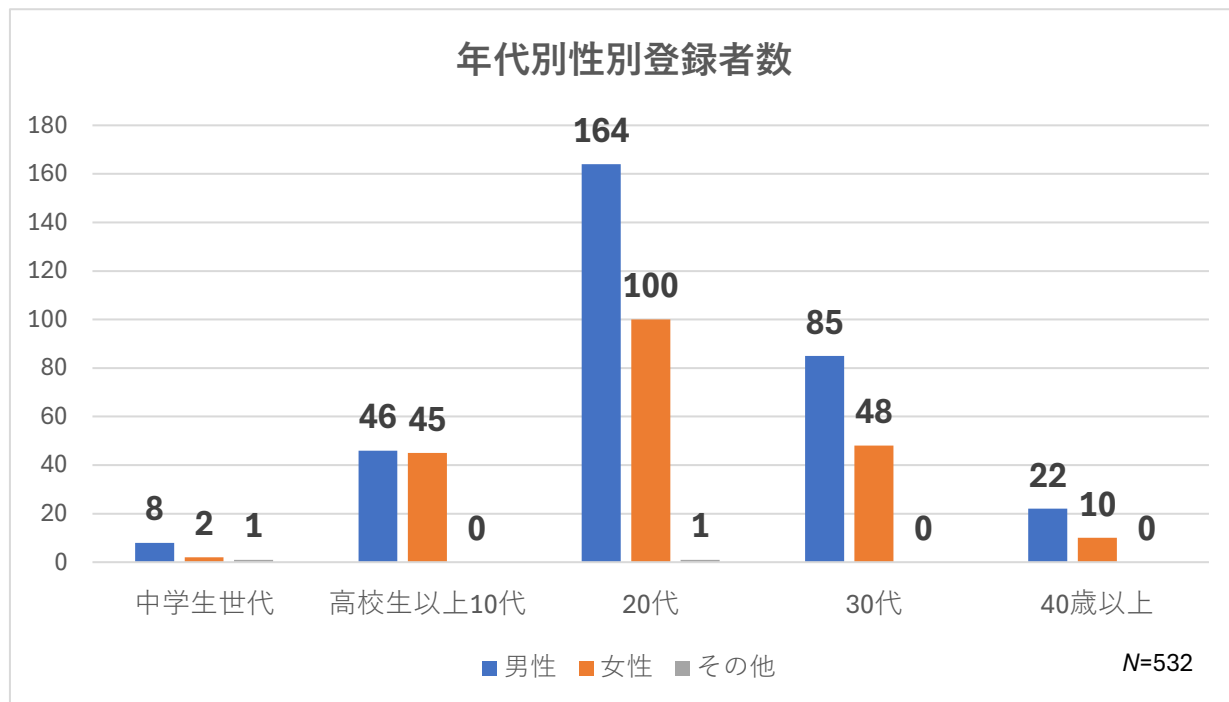
相談登録における利用者の年齢分布を示す。20代が 50%を占めており、中学生世代が 2%、高校生世代以上 10代が 17%、30代が 25%、40歳以上が 6%となっている。全ての世代において、令和 6 年度と大きな差はなかった。

② 男女比率



相談登録における男女比は男性が 61%、女性が 39%と、男性の割合が高い。平成 26 年度は男性 56%、女性 44%だったが、男性の割合が増えており、平成 29 年度以降は 6 割以上が男性となっている。また令和 6 年度と令和 7 年度とで男女比は同じ割合となった。

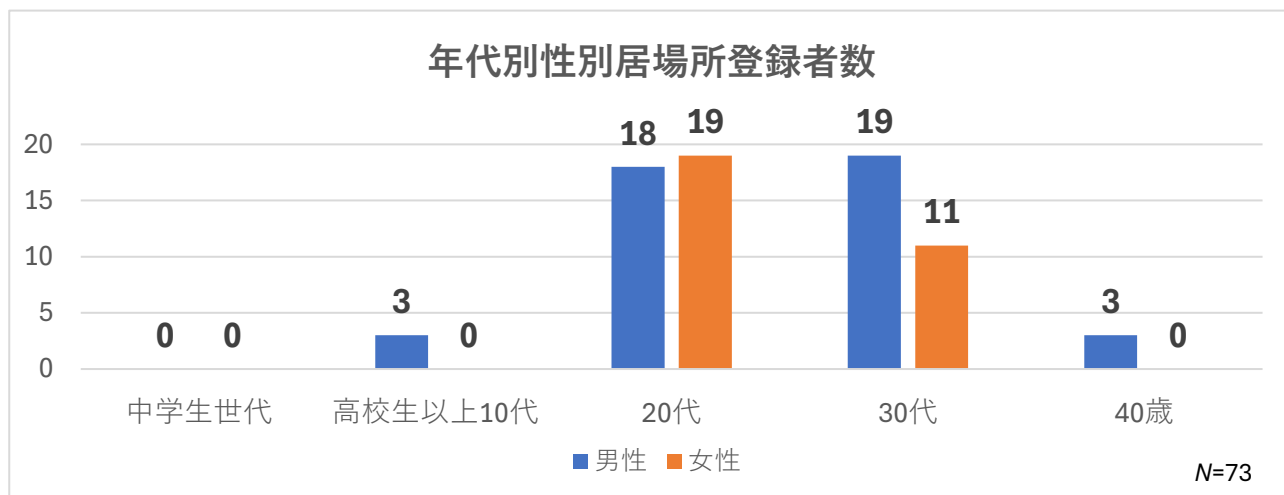
③年代別性別登録者数



相談登録における年代別の性別登録者数は、すべての世代で男性が女性を上回っていた。

2)居場所登録者

年代別性別居場所登録者数

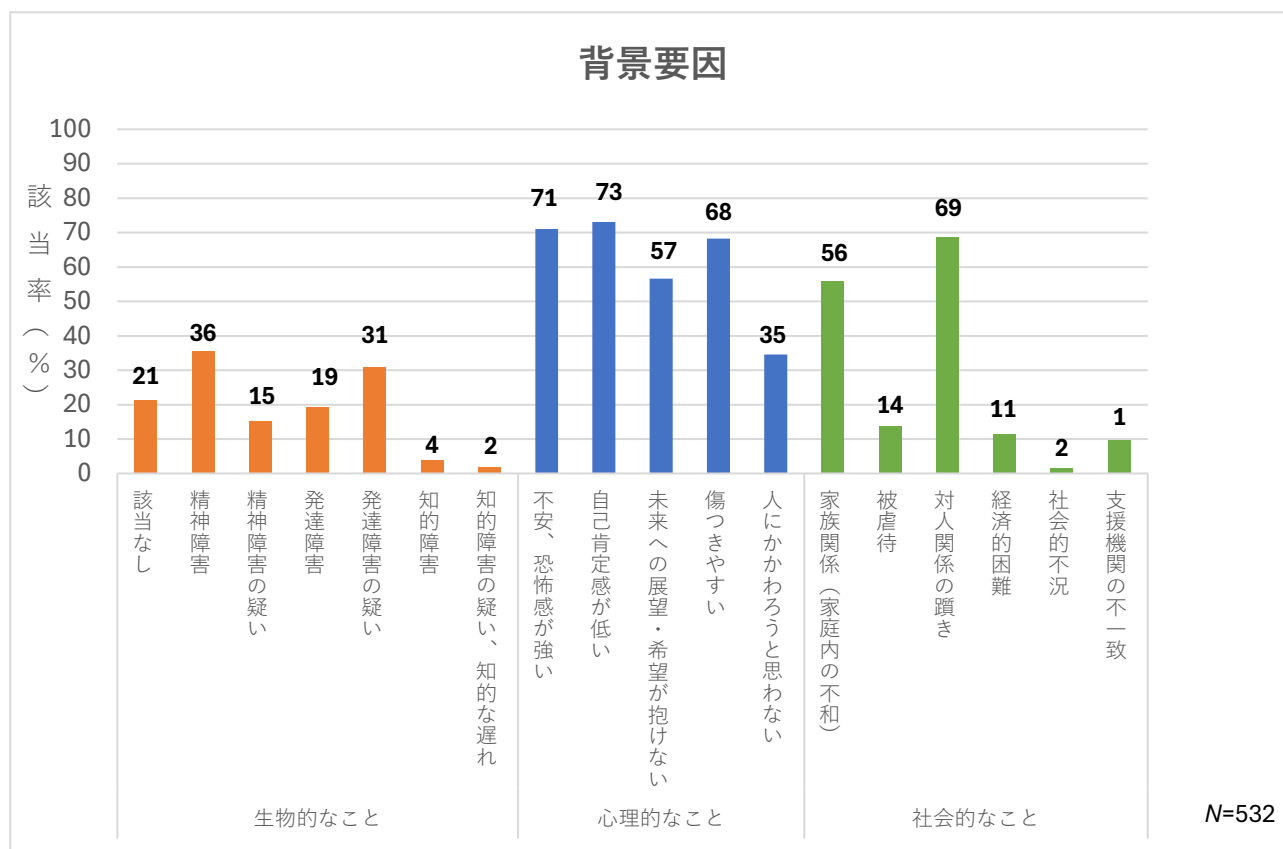


令和7年度の居場所登録者においては20代と30代が多かった。また、男女比が20代以外は男性の割合が高かった。中学生世代の居場所登録者が開所以来いないことについては、中学校に在籍中であること、支援機関として教育相談室、ほっとスクールなどの選択肢があり、メルクマールせたがやの居場所利用のニーズが低いと考えられる。10代の居場所登録は3名と令和6年度と同数だった。10代の居場所活動についてはp.37で述べる。

3. 相談登録ケースに関する分析

以下に、令和7年度中に相談登録のあった532件に関するデータを示す。

1) ひきこもりなどの背景要因



相談登録ケースにおける背景要因を示す。この表は、相談登録532件の内、背景要因となる各項目の割合を示している。「精神障害」「発達障害」は医師からの診断があるもの、「知的障害」は医師からの診断があるか愛の手帳を取得しているもの、「精神障害の疑い」「発達障害の疑い」「知的障害の疑い」については明確な診断がない、もしくは現在医療機関にかかっているがそれらの障害が疑われたことがあるものとしている。

割合が高いものから、心理的要因の「自己肯定感が低い」が73%、「不安、恐怖感が強い」が71%、社会的要因の「対人関係の躓き」が69%、となっている。また、生物学的要因では、疑いを含め「精神障害」が51%、「発達障害」が50%であった。

令和元年度より、ひきこもりなど利用者の抱える生きづらさについて、「生物・心理・社会モデル」(p.65 用語解説参照)に沿って各項目の割合を出している。ひとつの項目や領域に偏ることはなく、利用者が抱えている背景が多様かつ複合的であることが示された。また、心理的要因の項目は全体的に割合が高いこと、家族関係や対人関係などの人間関係に関する項目が高いため、ひきこもり支援においては心理学的視点や関係性の視点をもつことが重要であることが示された。

2) 主訴分類

主訴分類とは、インテーク時点における申込み用紙への記載や話の内容を基に、相談員が主訴と見なしたものである。

令和 7 年度の相談登録 532 件の主訴を本人・家族で内容別に集計したところ、本人は就労・就学(例：「今後の進路について」)が最も高かった。次いで対人関係(例：「人と関わる機会を持ちたい」)が多くなっている。家族の主訴は家族関係が最も多く、次に就労・就学の割合が高かった。

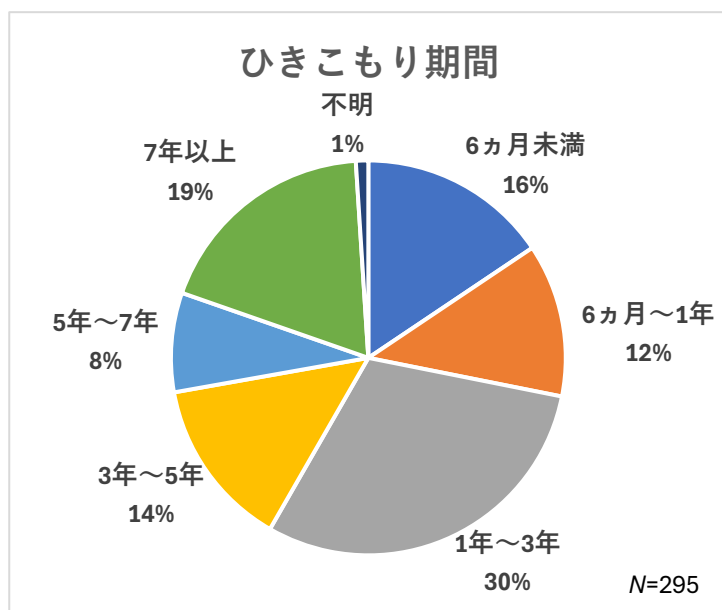
【令和 7 年度主訴分類】

	本人	家族
対人関係	90(27%)	50(13%)
健康面	35(11%)	11(3%)
生活面	60(18%)	29(8%)
就労・就学	125(38%)	120(31%)
家族関係	19(6%)	167(44%)
その他/不明	2(1%)	5(1%)
合計	331	382

【令和 6 年度主訴分類】

	本人	家族
対人関係	92(26%)	62(15%)
健康面	32(9%)	14(3%)
生活面	70(20%)	34(8%)
就労・就学	125(36%)	140(34%)
家族関係	26(7%)	160(38%)
そのほか/不明	6(2%)	6(1%)
合計	351	416

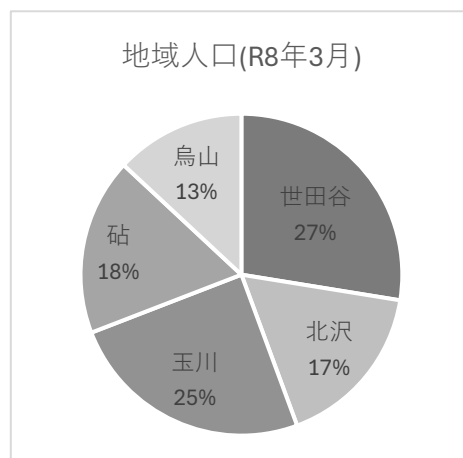
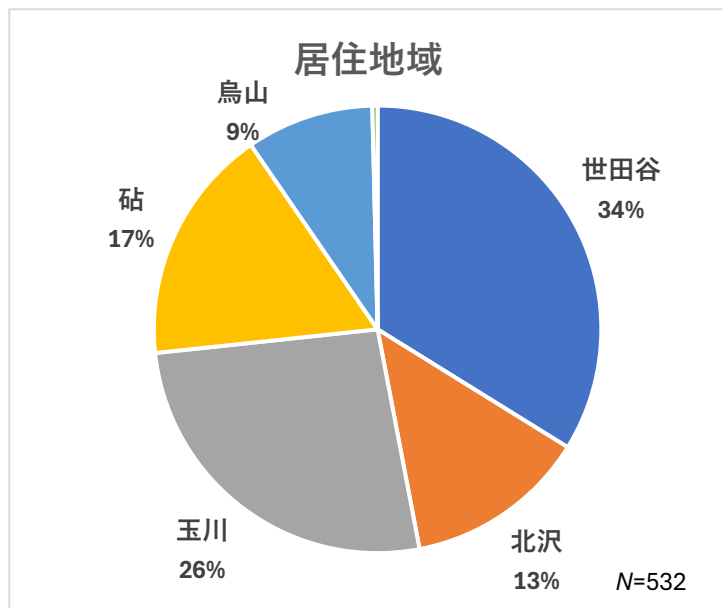
3) ひきこもり期間



上記のグラフは「ひきこもりなし(N=237)」を除外した 295 件におけるインテーク時点でのひきこもり期間の割合を示している。割合は「1～3 年」が最も高く 30%、次いで「7 年以上」が 19%、「6 ヶ月未満」が 16%、「3 年～5 年」が 14%、「6 ヶ月～1 年」が 12%となっている。「不明」とは断続的にひきこもり期間が見られ、正確なひきこもりの経過を示すことができないものである。

ひきこもり期間が比較的短い 3 年未満の割合は、開所以来徐々に増加しており令和 7 年度は 58%の割合を占めた。ひきこもり状態が早期の段階で利用につながってきていると考えられる。

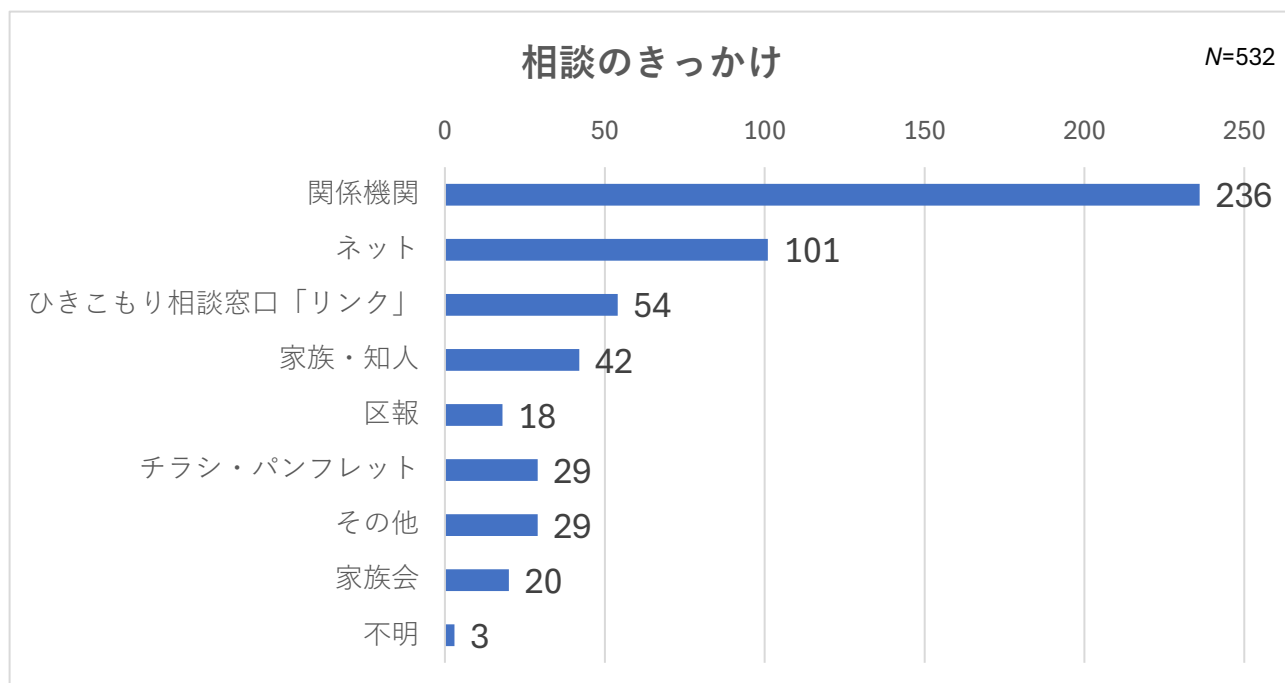
4) 地域別分布



相談登録 532 件における居住地一覧を示す。メルクマールせたがやの所在地が世田谷地域であることもあり、世田谷地域から来所する利用者が 34%と最も高く、次いで玉川地域 26%という順になっている。世田谷区の地域別人口の割合と比較すると、ほぼ同様の割合となっており、区内全域から利用につながっていると考えられる。

メルクマールせたがやの所在地から遠方にあたる烏山地域は、9%と最も利用が低い地域となっているものの、地域人口比率から考えると一定数利用につながっていると考えられる。

5) 相談のきっかけ



相談登録 532 件における相談のきっかけは、236 件(44%)が「関係機関」からの紹介となっており、半数近くを占める。この傾向は開所以来続いている。3 番目に多かったのが「リンク」で、54 件(10%)だった。「リンク」でのインテーク後、メルクマールせたがやでの継続相談が開

始されたものや、「リンク」に問い合わせたことでメルクマールせたがやのことで知り、相談につながったケースがこれに当たる。割合は 10%ではあるものの、令和 4 年 4 月に開設して既に 3 番目の多さとなっており、窓口開設の影響力の大きさがうかがえる。
紹介を受けた主な関係機関の内訳は以下に示す。

紹介を受けた関係機関一覧

区関係機関

- ・ 総合支所保健福祉センター
 - 健康づくり課
 - 生活支援課
 - 子ども家庭支援課
- など

就労支援機関

- ・ 若者サポートステーション
- ・ 就労移行支援事業所
- など

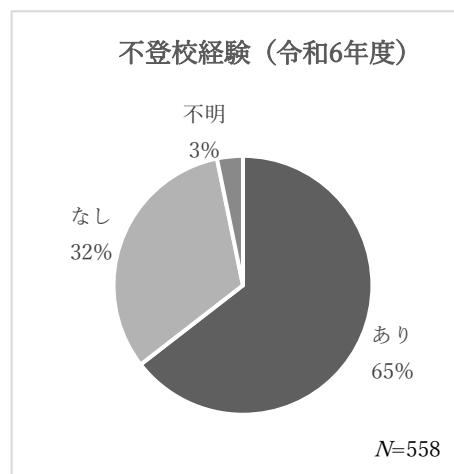
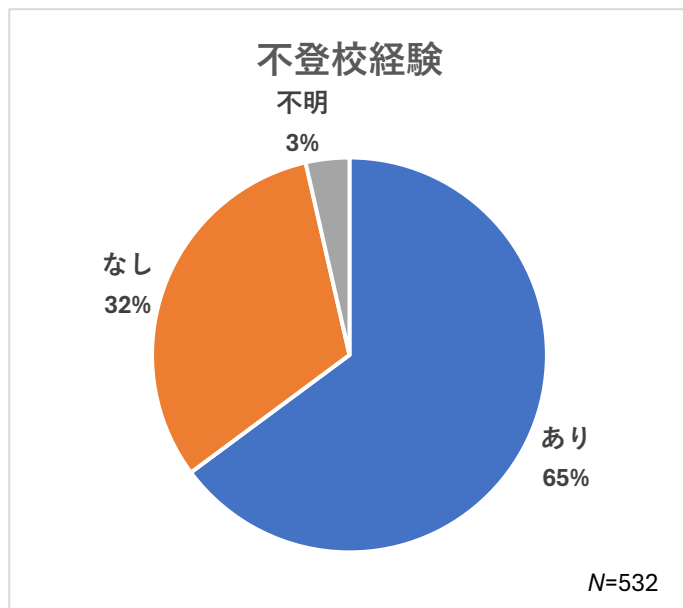
教育機関

- ・ 中学校(教員、スクールカウンセラー)
- ・ 大学学生相談室
- ・ 教育総合センター
- ・ せたがやホッと子どもサポート(せたホッと)
- ・ ほっとスクール(教育支援センター)
- など

その他

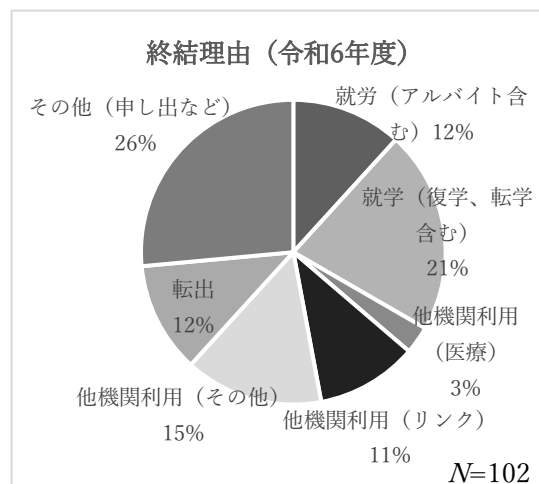
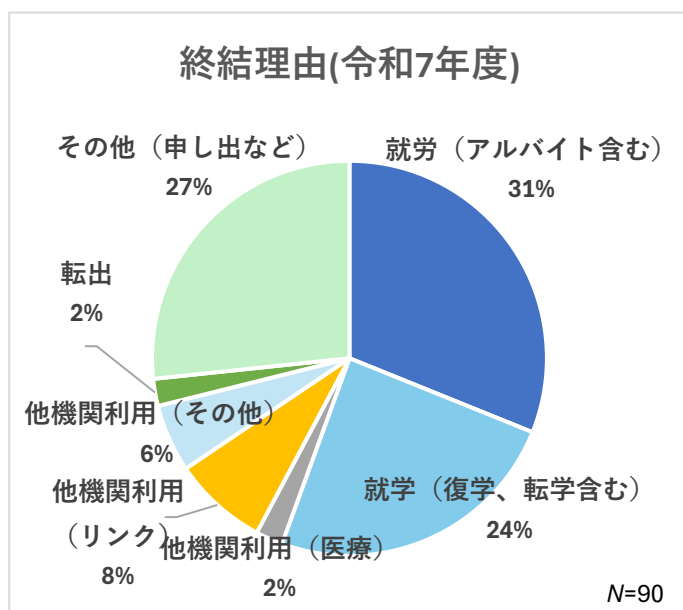
- ・ ぶらっとホーム世田谷
- ・ 医療機関
- ・ 自立援助ホーム
- ・ 中部総合精神保健福祉センター
- ・ 障害者相談支援センター
- ・ まちづくりセンター
- ・ 電話相談
- など

6) 不登校との関連



相談登録 532 件における不登校経験の有無を示す。全体の 65%が学齢期に不登校を経験していることが示された。平成 28 年度以降、7 割前後の高い水準で推移している。

7) 終結理由内訳



終結理由を 6 つに分類し、「就労」はアルバイトを含む就労に就いたもの、「就学」は学校への進学・復学となったもの、「他機関利用」は医療機関や別の支援機関などを主な利用先としたもの、「転出」は区外への転居、「その他」は利用者からの利用終了の申し出や 1 年以上連絡が取れず音信不通状態で終結したものなどとした。令和 4 年 4 月より年齢上限が撤廃され、年齢(40 歳)到達を理由として利用終結に至ることはなくなった。

令和 7 年度における終結件数は 90 件だった。終結理由内訳を見ると、「就労」が 31%、「就学」が 24%であった。令和 6 年度と比較すると「就労」の割合が高くなっており、半数以上が就労あるいは就学という社会参加を経ての終結となっている。

メルクマールせたがやでは、初回相談(インテーク)後、その時点で継続相談利用の辞退がない限り基本的に利用登録としている。しかしながら、利用者によっては初回相談後から連絡がつかないケース、悩み事が解決して必要があれば再相談としていたがその後音信不通になってしまうケースが一定数ある。これらのことから、その他の割合は比較的高くなる傾向にある。

【終結件数 90 件】

終結理由	終結数	小計
就労（アルバイト含む）	28	50
就学（復学、転学含む）	22	
他機関利用（医療）	2	8
他機関利用（その他）	6	
他機関利用(リンク)	7	
転出	2	
その他（申し出など）	23	
合計	90	

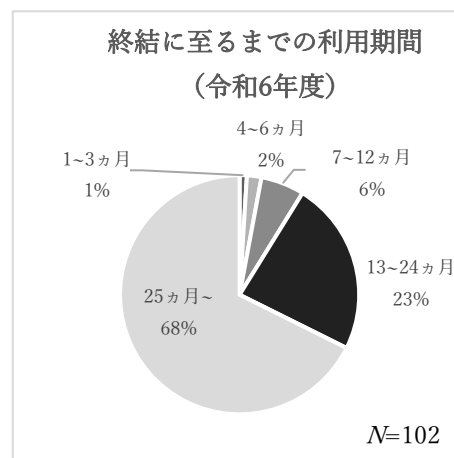
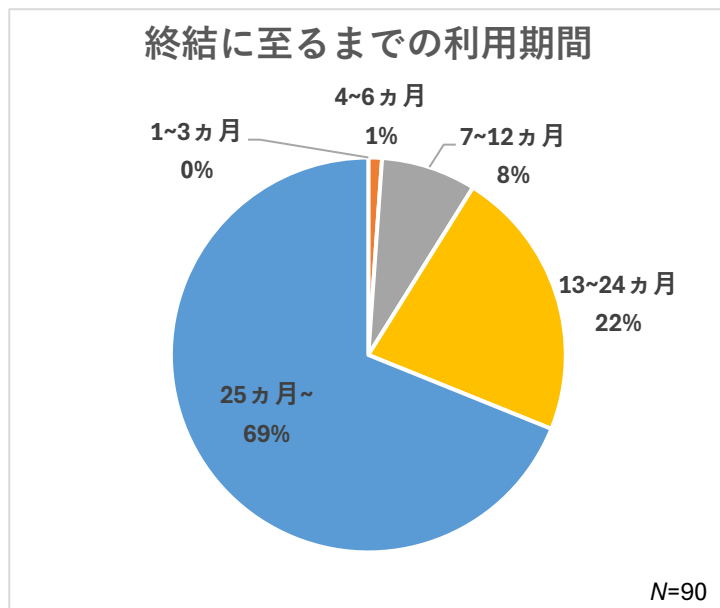
【他機関利用先一覧】

せたがや若者サポートステーション
就労移行支援事業所
高校(スクールカウンセラー)
保健福祉課(発達支援コーディネーター)
地域障害者相談支援センターぽーと など

就学による終結の校種内訳

中学	1
高校	6
大学	14
専門学校	1

令和 7 年度終結件数における、利用期間別の割合を以下に示す。



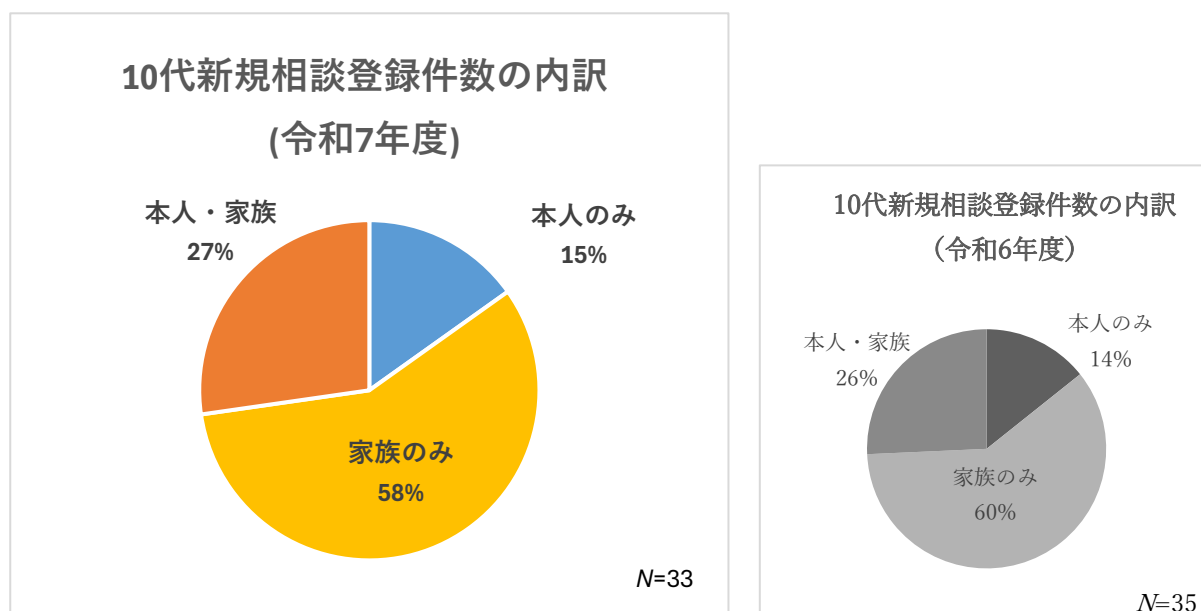
終結に至るまでの利用期間は、25 ヲ月以上が 69%と最も高かった。1~3 ヲ月は 0%、4~6 ヲ月は 1%、7~12 ヲ月は 8%、13~24 ヲ月以上は 22%だった。

上記の結果から、ほとんどのケースで終結までに 1 年以上の期間を要していることがわかる。メルクマールせたがやでは、「何に困っているか」という主訴を一緒に考えるところから始まる相談であったり、複合的な課題を抱えた方の相談だったり、長期的な支援が不可欠である。また、音信不通の状態にあっても、最低 6 ヲ月以上は終結とせず、電話や手紙などでアプローチを試みてから終結としていることから、1 年以上の利用期間の割合が高くなっていると考えられる。

4. ティーンズサポート事業

平成 28 年度より、早期支援・早期介入を目的として 10 代の若者への支援に注力するべく開始したティーンズサポート事業について示す。令和 7 年度に新規相談登録された本人年齢 10 代が 33 件で、令和 6 年度よりも 2 件少なかった。

1) 10 代新規相談登録件数の内訳(インテーク時点)



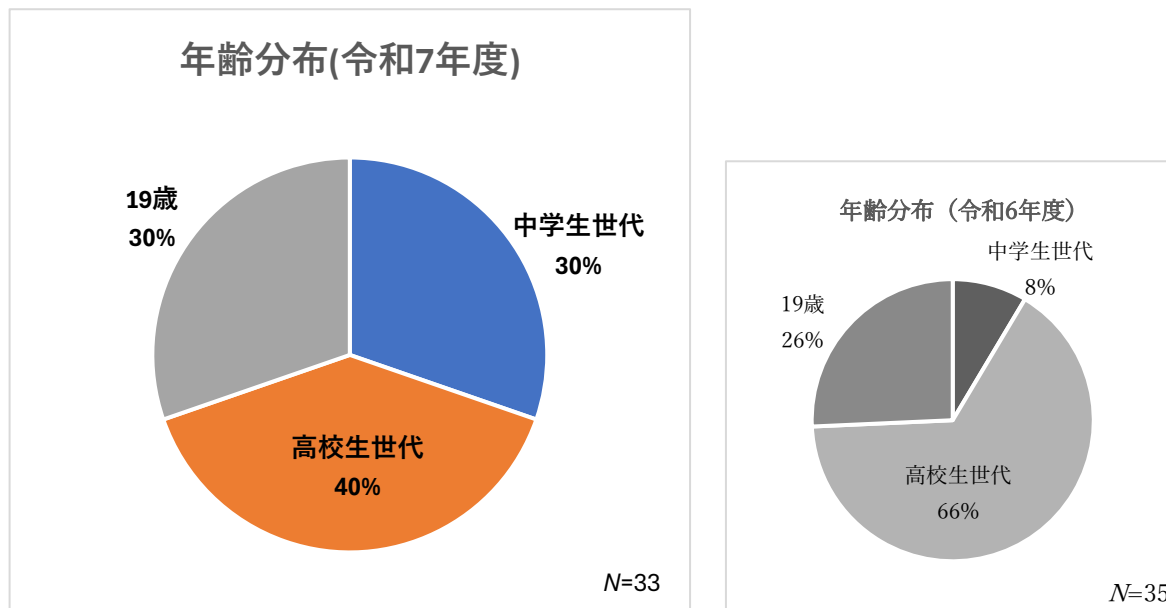
令和 7 年度における 10 代新規相談登録 33 件の内訳は、「家族のみ」が最も高く 58%となっている。令和 6 年度と比較すると、「家族のみ」「本人のみ」「本人・家族」の割合はほとんど変わらなかった。

また、10 代新規相談登録 33 件の相談のきっかけは下の表の通りである。令和 7 年度はネットを見て来所につながった件数が 7 件と最も多かった。次に多かった相談のきっかけは、教育相談室からの紹介、区内関係機関からの紹介で 5 件だった。

【令和 7 年度 10 代の新規相談登録の相談のきっかけ】

きっかけ/機関名	件数	きっかけ/機関名	件数
教育相談室	5	医療機関	1
スクールカウンセラー	1	親・知人	2
中学校	1	ネット	7
高校	0	チラシ・区報	3
区内関係機関	5	ひきこもり相談窓口「リンク」	1
児童相談所	1	家族会	2
子ども家庭支援課		その他	4

2) 10代新規相談登録件数における年齢分布

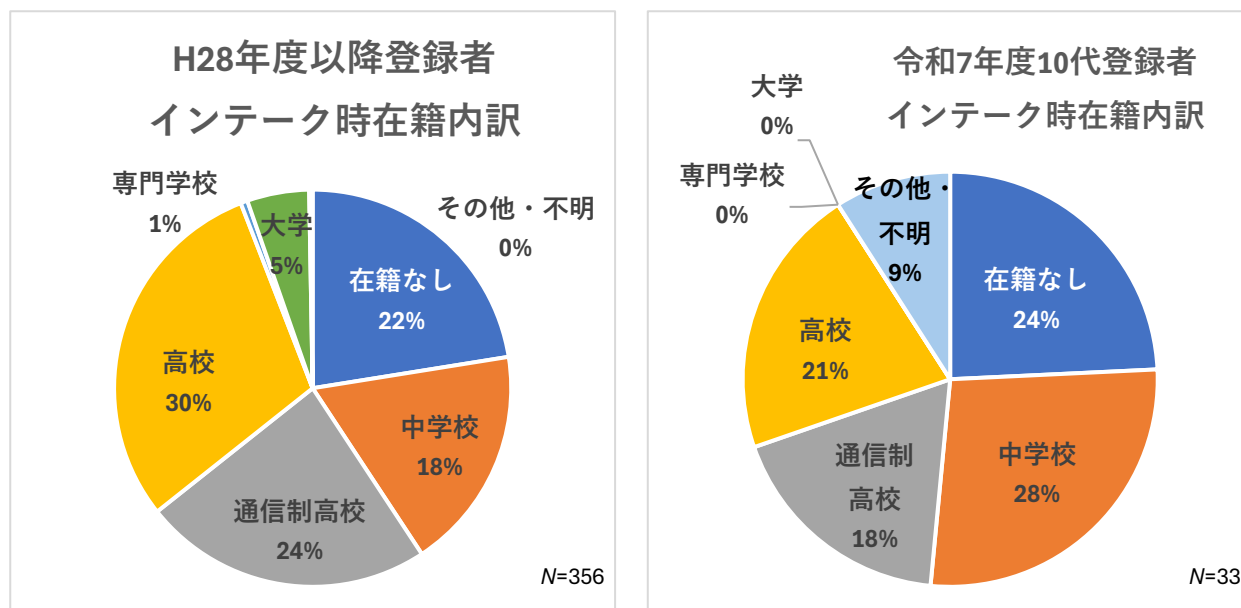


10代新規相談登録における年齢分布は、中学生世代が30%(10件)、高校生世代が40%(13件)、19歳が30%(10件)だった。令和6年度と比較すると高校生代の割合が減り、中学生世代の割合が増加した。

メルクマールセタがやでは毎年度、区内公立中学校全生徒に向けティーンズサポート事業のチラシを配布している。また、令和7年度は切れ目なく支援を引き継ぐことを目指し、区内公立中学校に配置されているスクールカウンセラー連絡会に出席して事業紹介や、中高生支援者懇談会などに参加することで児童館などとの連携強化に努めてきた。中学生世代の保護者からは、中学卒業後の相談先がなくなってしまう、高校入学後どのように子どもを見守っていけばいいのか、といった不安や心配の声と同時に、メルクマールセタがやがあると知って安心したという声も聴かれた。義務教育終了が支援の切れ目ではなく、新たな相談先や支援につながるタイミングとなるよう、今後も中学生世代の保護者とのつながり強化、教育機関との連携強化に力を入れていく。

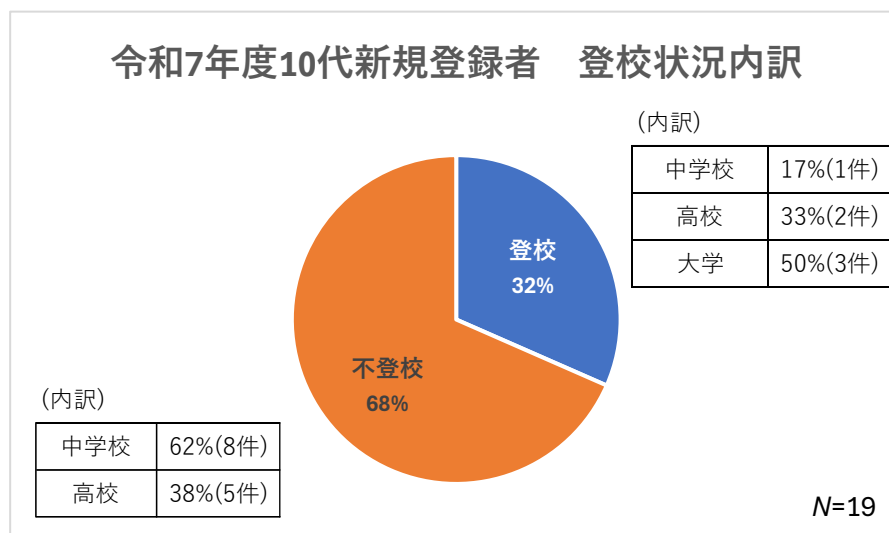
3) 平成 28 年度以降 10 代相談登録件数におけるインテーク時在籍内訳

ティーンズサポート事業を開始した平成 28 年度以降の 10 代相談登録件数におけるインテーク時の在籍内訳を以下に示す。



ティーンズサポート事業開始以降、10 代の相談登録件数 356 件のうち、高校が 30%と最も高く、通信制高校と合わせると 54%と半数以上を占めた。

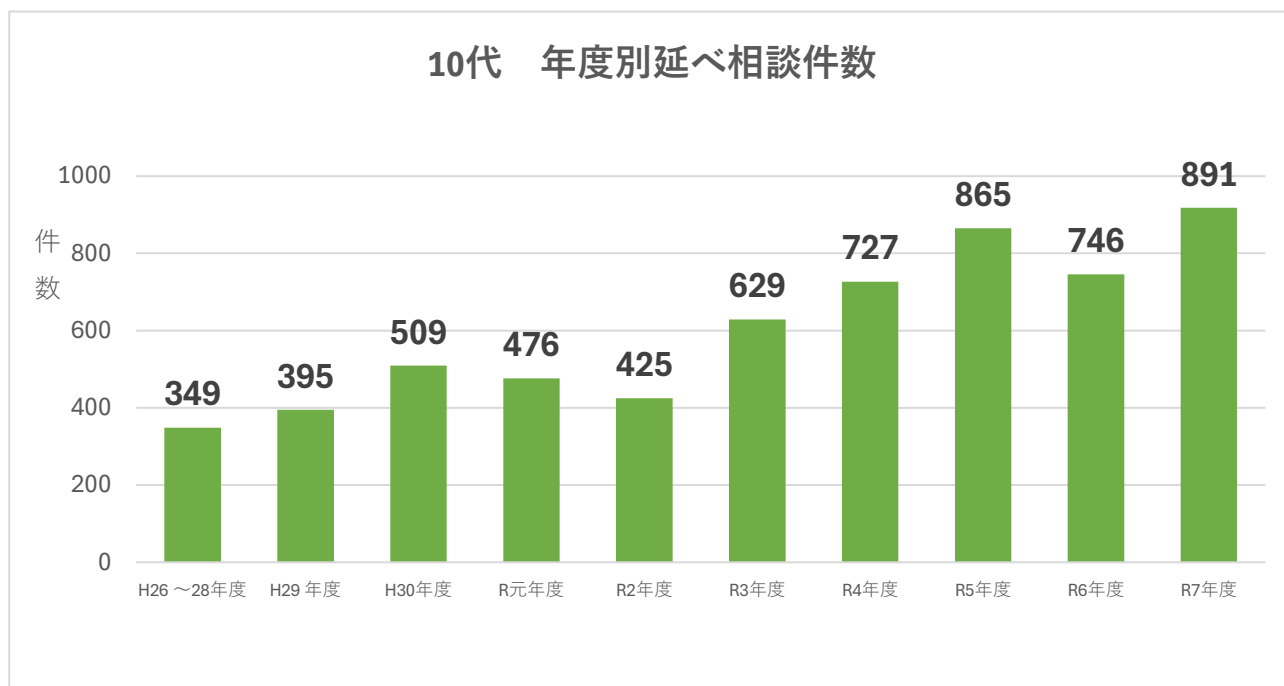
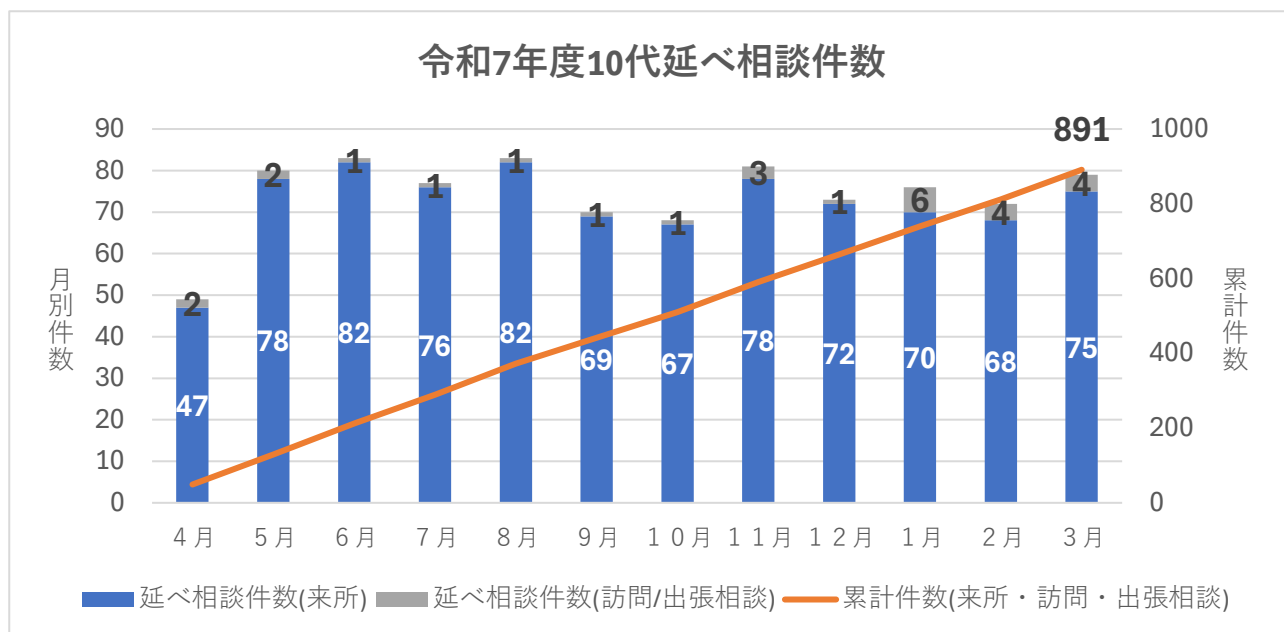
一方、「在籍なし」が 22%で、学校という 10 代の若者の社会生活の場から所属がなくなった若者も利用しており、地域における高校生世代への支援と中学校卒業後に所属のない若者が再び社会とつながるための支援が必要であると言える。なお、令和 7 年度では、「中学校」の割合が平成 28 年度以降登録者インテーク時在籍に比べて高かった。



また、令和 7 年度 10 代新規相談登録のうち、在籍なし及び通信制高校・通信制大学在籍を除く 19 件の登校状況は、不登校が 68%(13 件)、登校が 32%(6 件)であった。不登校の内訳を見ると、中学校の割合が 62%(8 件)と最も高かった。不登校やひきこもりの支援においては早期発見・早期介入が重要とされている。令和 7 年度は、中学校に在籍のある段階から利用につながり、早期介入する機会が多かったと言える。

4) 10代延べ相談件数・延べ居場所利用者数

①10代延べ相談件数



令和7年度10代の延べ相談件数は、メルクマールへ来所しての相談、家庭への訪問や出張相談を合わせて891件だった。令和6年度の746件から145件増加し、ティーンズサポート事業を開始した平成28年度以降最多となっている。

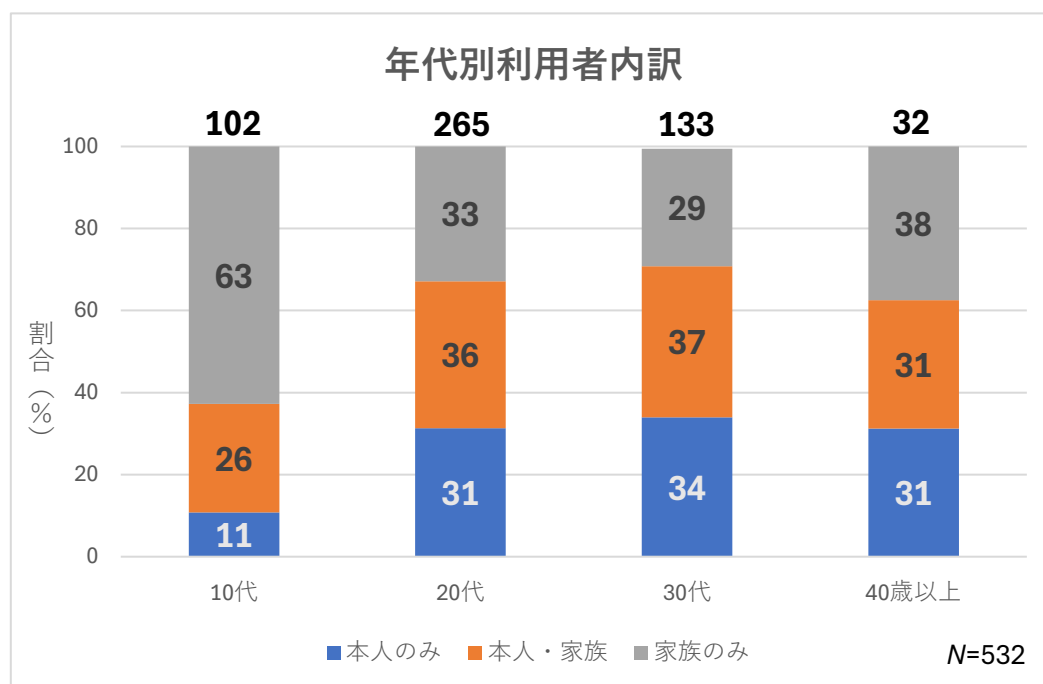
②10代延べ居場所利用者数

令和7年度10代の居場所延べ利用者数は、162名であった。令和6年度の80名であったのに対し、約2倍となった。

メルクマールセタがやでは、10代の若者だけが参加可能なプログラム「Teen'sTime」を令和3年度より月に2回、定期開催している。メルクマールセタがやの居場所は10代から30代まであらゆる年代の利用者が集まる多様性が尊重される場である。10代の若者がお兄さんお姉さん世代を頼りに居場所へ馴染んでいく様子も見られ、頼り頼られるという関係が自然とできやすい。

一方 Teen'sTime は、同世代だけということからフラットな関係が自然と構成されやすい。あらゆる世代が集まる場とはまた異なる居心地の良さが、Teen'sTime にあると考えられるため、今後も Teen'sTime の利用者増加に努める。

③年代別利用者内訳



上図に、令和7年度末時点での年代別利用者内訳を示す。10代は「本人・家族」と「家族のみ」を合わせて89%(91件)と、家族利用の割合は他の年代と比べて最も高かった。このことから、10代においては家族からの相談ニーズが高いことがわかる。世田谷区の場合、教育相談室など教育支援機関の対象は中学生までのため、メルクマールセタがやは高校生世代以上の10代が相談利用できる地域資源のひとつになっていると考えられる。また、所属のあるうちに利用につながることで、社会との接点が途切れることがないように早期支援を開始できていると言える。

メルクマールセタがやを利用する家族からは、「子どもも周りの目を気にするので、親が学校で相談することは難しい」、「子どもが大きくなってきて、家庭のことをどこで相談したらよいかわからなかった」といった声が聴かれる。家族が相談し支えられることは、生きづらさを抱える若者(子ども)本人の成長や自立を支えることにつながる。メルクマールセタがやでは、若者本人だけでなく家族のサポートも若者支援に重要な側面と考え、引き続き取り組んでいく。

5)10代の若者に関わる他機関との連携

メルクマールセタがやでは子ども家庭支援課や中学校、高校など10代の若者に関わる機関との連携強化に取り組んできた。令和2年4月に世田谷区児童相談所が開設され、10代の若者に係る支援において、連携の強化を図ってきた。

令和7年度に実施した10代の利用者に関する個別ケース検討会議を実施した機関一覧を以下の表に示す。

【個別ケース検討会議を実施した機関】

生活支援課	子ども家庭支援課
生活福祉課	中学校

令和7年度に実施した個別ケース検討会議は2件だった。複数の支援者が関わっている場合、支援者間の目標や足並みを揃えることが肝要である。個別ケース検討会議を実施することにより、アセスメントや支援方針などを深めることができ、より良い支援につなげられる。今後はより積極的に子ども・若者支援協議会における個別ケース検討会議の機会を設けられるよう取り組みたい。

IV

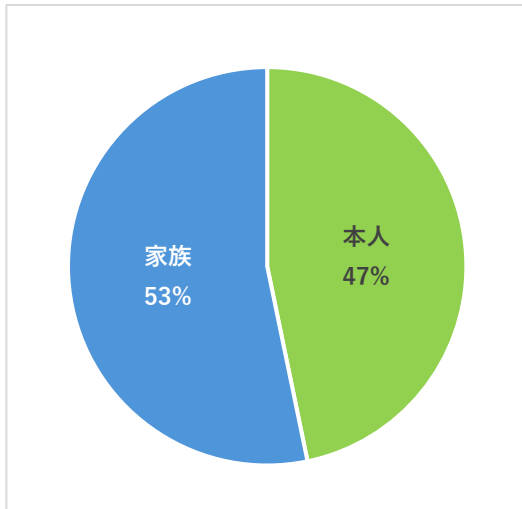
事業評価

1. アンケート結果
2. 本人の声
3. 家族の声
4. 事例報告

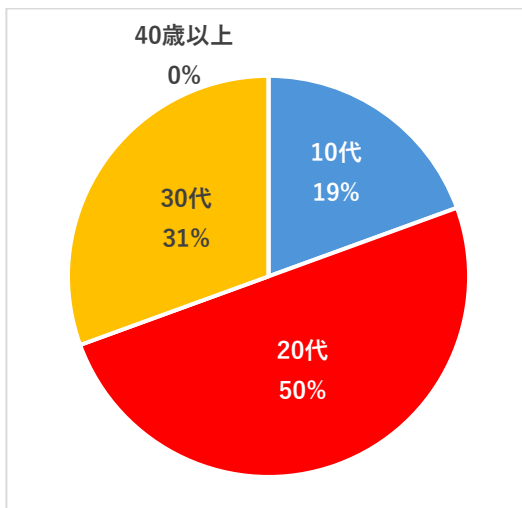
IV. 事業評価

1. アンケート結果

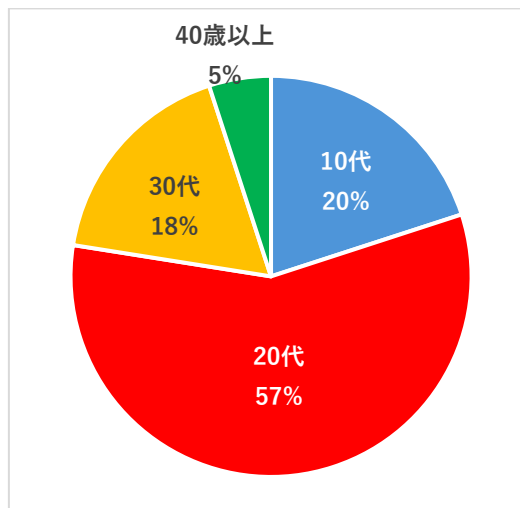
<回答者内訳>



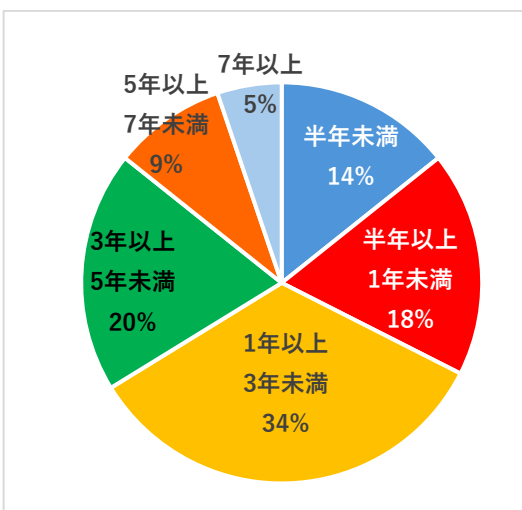
<回答者年齢内訳(本人)>



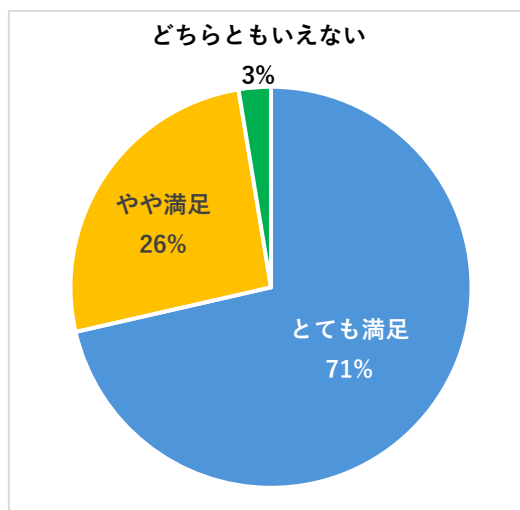
<回答者年齢内訳(家族 本人年齢)>



<利用期間>



<総合的満足度>



2. 本人の声(一部校正あり)

＜メルクマールせたがやを利用して良かったこと、役立ったこと、変化を感じたこと＞

家族が居らず一人なので不安を打ち明けやすく抱え込まなくなった

利用する前は家族以外との交流があまりなかったので外出する機会が少なかったですが、利用して親身になって相談に乗ってくれる素敵なスタッフに出会うことができ、外出する理由・機会が増えました。自分にとって心の拠り所、自分らしくいられる場所だと思います

自分の不安なことなど相談できるところ
親とも相談してくれるところ

話をする心が少し落ち着く

定期的に通うことで、外に出るきっかけを作れた。人に話すことがはばかれることも、少しずつ相談することで、心の中に溜めていたモヤモヤや、不安を払拭できた。他人とのコミュニケーションを取れる機会が増やせた（私生活でも仕事でも）

考え方、物事の捉え方が変わってきた。バランスがとれてきた。0 or 100 思考から、バランスのとれた思考ができるようになった。また、自分に厳しかったが、自分にとっても寛大になれてきている。自分に対して、思いやりを持てるようになってきたのかもしれない。

趣味が増えたり、自分の体型の悩みも相談できたりして、精神的に明るくなれている気がします。

外出の機会が増え、個人や家庭内ではできないことにも取り組むことができるのがありがたい。また家では話せないことも相談でき、助かっている。

相談員の方が私の趣味の話を知っている方だったので、話をするのが楽しくて、毎週、メルクに行くのがとても楽しみになっています。

人との会話が楽しいと感じられるようになった

1 人では気付かない考え方を共有できた

気持ちの整理や外出の増加

つらい時も利用することで楽になった

悩みをカウンセラーさんに聞いていただくことで、どんよりした気持ちを晴らすことが出来るのでとてもありがたいです。日々変化していく悩みを継続して聞いていただくことで、自分の未来の指針を考えることにもつながっています。

メルクでの相談をすることによって気持ちの整理などができ、人間関係や生活が少しずつ変わった。

自分のことを定期的に相談して自らの考えや思いを整理する場があることで、それをある種のマイルストーンとして、自分の生活を調節しやすくなった気がします。また、もともと人と話す機会があまりなかったため、定期的な面談を通じて、そうした点でも学びがあったように思います。

家族以外の方と会話をさせて頂く機会を個別相談と居場所活動で得ることができ、生活の中に楽しみが増えました。

いろいろな話を聞いて貰えるので、日頃の不安や心配を抱えすぎずに相談日まで持ち越すことが出来るようになった

親身に相談に乗ってくれる

人に話すことにより、自分の考えを言語化できるようになった

個別相談では自分の悩みや相談したいことを話しやすいので、とても助かっています。最初はほとんど話せなかったのですが、今は少し話せるようになりました。個別相談を重ねていく中で、気持ちが前向きになり、少しずつできなかったことや新しいことに取り組んでみようと思えるようになりました。居場所ではスタッフの方が優しく、話しやすく、過ごしやすいです。他の人とのコミュニケーションも自分のペースでとることができ、人との交流に少しずつ慣れていくことができました。今ではあまり緊張しなくなりました。人との関わりをネガティブに考えていましたが、居場所を楽しめたので、他の人と関わることを以前よりもポジティブに考えるようになりました。

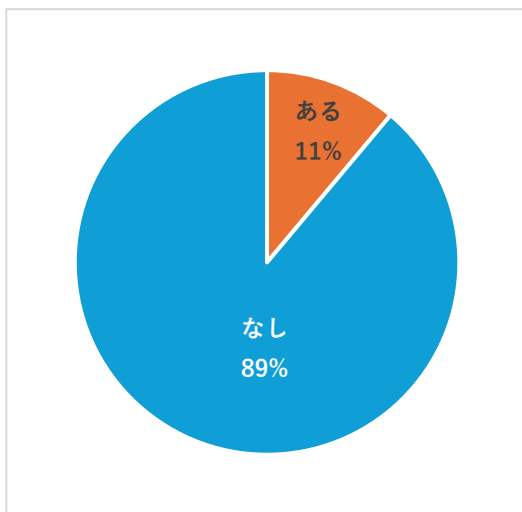
色々なことに相談に乗ってくれる。とても助かっている

コミュニケーション能力が上がった

話してもいいことか、誰に話したらいいかなどをあまり考えずに話せるのがありがたい。変化があれば知らせてもらえるのでは、との安心感から行動してみたいと思う事が増えた。

友達には話せない家族への悩み事を話せて、母もメルクマールに相談しているので家の中の空気が良い意味で変わったような気がします。

<今後、改善してほしいこと、取り組んでほしいことはありますか？>



LINE で予約できると嬉しい

電話が苦手なので予約変更などはネットでできると嬉しいです。

居場所での趣味などを話し合う機会をもっと増やしてほしい

居場所に参加させて頂いておりますが、祝日でプログラムがなくなることがあります。スケジュール調整なども難しいことは重々承知しておりますが、プログラムの開催日が祝日と重なった場合は別日で開催して頂けると、生活の中の楽しみが増え非常にありがたいです。

<その他>

いつも私が答えを出すのを辛抱強く待って下さってありがとうございます。一緒に問題に対して悩んでくださることに、心から感謝申し上げます。おかげさまで、大分、心のバランスがとれるようになってまいりました。これからもっと安定していけるのではと、期待しています。これからもどうぞよろしくお願い致します。

いつも大変お世話になっております。

個別相談のスタッフの方はいつも親身になって対応して下さいます。

居場所活動は非常に楽しく、まさに私の居場所になっていると感じております。

いつもありがとうございます。

末長くある様に、これからも利用したいと思います。

3. 家族の声(一部校正あり)

＜メルクマールせたがやを利用して良かったこと、役立ったこと、変化を感じたこと＞

じっくりと話を聴いて下さることやアドバイスをして頂けることなど、こちらの気持ちが安定します

話をじっと待って聞いてもらえるところ。親としての子への対応や考え方の修正をしてもらい、気持ちを分かち合えたことで心が軽くなっている。

少しずつ本人が明るさを取り戻している。不登校も必要なことだったかもしれない。

第3者の目でアドバイスいただける点が良かった。妻とこれまで聞けなかったことを聞けて良かった。

子供の向き合い方、フォロー、話を聴いて下さりありがたい。アドバイスやサポートを頂けている。

他の人に相談できないので、相談できて心のよりどころです。

相談員の方とお話しているうちに、息子の状態がマイナスと感じていたことがプラスの側面もあると気付かされることが多い。また、プラ・マイで思考するだけでなく、ありのままの息子の様子を、まずはそれが息子という人間なのだと認めることにつながっていると思う。それらの繰り返しで親の精神を安定させることになると感じている。

本人が前向きな気持ちになれば、様々なサポートを多くの方々に頂き、少しずつですが変化を感じていることに感謝申し上げます。

誰にも相談できないような話を聞いてくださることに、まず感謝しています。その上で、冷静、客観的な見立てを示していただき、ひきこもりを長期化させている原因には、親そのものの心の中にもあるのだと気づかされました。このような場があったことは、私たち家族にとっても、社会的にも、大変有意義であると思っております。

セミナー、家族会などのイベントが多い。気軽に相談できる雰囲気。

ほとんど自室で過ごしている息子とのかかわり方、声かけなどについて学ぶことが多いです。主人からの声かけも増えている様で、主人が作った朝食を息子が食べたりしています。親自身の不安を軽減することが出来、ありがたいです。

メルクマールでの面談後は気持ちが楽になるようで、家での会話も増えてきています。まだ本人としては会話の面でうまくいかない部分もありますが、「話を聞いてもらえる」ということに満足している様子です。私たち親にとっても相談できる場所がこれまでなかったため、気持ちが軽くなり、とても感謝しています。

子育ての悩みについて話を聞いていただき、自分の考え方のくせや偏りについて気づかせていただき、子供の見方においても別の角度から考えるきっかけとなりました。

何より本人が気持ちを話せる場所ができ、安定し、前向きになったと思います。
親である私自身もこちらで話を吐き出すことで、自制的に息子と接することができています。

本人のひきこもり状態が続く中で、どうしたら早く解決出来るのかを中心に考えて来ましたが、個別相談でお話をお伺いし、私共親は焦らず余裕をもって本人に接する様にした所、本人は徐々に穏やかになり、怒った時も直ちに収まり、又食器洗いなども手伝うようになりました。
相談員の方は真摯に相談を受けて下さり、大変良かったです。

日頃何気ないことを話せる場があることは、アドバイスをしていただくなど、自分の子育てについての確認をする点でもとても有難い場だと感じています。
夫と意見の違うことも多々あり、深い話し合いが出来ないので、心のもちようでも助けていただいていることが多々あります。いつも感謝しております。ありがとうございます。

本人の様子、家族関係に今のところ変化はございませんが、ご担当の方が親身にお話を聞いてくださり、また正確に現状を判断して下さるので大変心強く感じています。いつも本当にありがとうございます。感謝しております。

先生方の適切なご意見はもちろん、自分でお話をさせていただく中で思いがまとまり、本人に対して冷静に対応ができる様になったと思います。

自分の気持ちのよりどころとして利用させていただいています。いずれは本人が心の拠り所として利用して欲しいと思っています。

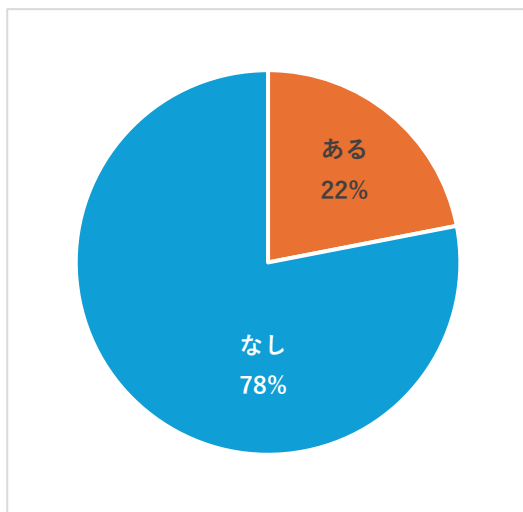
本人との間に入って橋渡しのような存在でいてくださるので、本当に有り難く思っています。
また、誰にも相談できないことを聞いてもらえて気持ちが楽になることもあります。

本人はこちらに来るようになってから、担当者との面談に定期的に行けるようになり、悩みを相談できるようになった。居場所づくりのイベントにも参加できています。

息子がひきこもる事に否定的だった夫がメルクの相談員の勧めで月一回の相談に来るようになりました。以前は子育て、学校のことなどすべて丸投げでかわろうとしなかった夫が回数を重ねることで理解しようという気持ちが出てきて夫も変わったと感じます。親の焦りや不安を受け止めてくれる月イチの相談があることで息子に余計なプレッシャーをかけずに過ごせてとても助かっています。

家族の変化（成長）を長期的に見られるようになった、家族への具体的な支援の仕方についてアドバイスを頂けた。ありがとうございます。

<今後、改善してほしいこと、取り組んでほしいこと>



親と本人が別々に個別で相談させてもらっているが、その時の子どもの様子を少しでも伝えて頂けると共有できますので、ありがたいです。

ホームページがどこにあるのかわからない。
他の人の様子がわからない。(体験など)

連絡手段が電話のみということに少し不便を感じることがあります。

心理療法など行ってほしいです。

友人が電話で問い合わせをした際、それだとメルクでやることは無いというような返事をもらったことがあるそう。しかし友人も我が家の状況と同じように感じたので、不思議に思った。

1年以上前に歯科へ自分で受診して2～3回通院できました。そのような時に、歯科医と家族とメルクマールで協力して、定期的に通院する方向へ導き、持続的に外出できる場面を増やしたりするのも一つの案だと思います。

ハードウェア的なことですが…引越し後、現在の面談のレイアウトは良くないと思います。フレンドリーではないレイアウトに見えます。面談室のレイアウトは変更できないのでしょうか。

本人は外出せず他人と会う事も一切拒否しています。私共は段々高齢となり、将来の不安は増すばかりですが、私共と同様のケースがあれば可能でしたら個別相談の場で教えて頂ければ幸いです。

障害をもつ本人が利用する場としては、少々ハードルが高く、この場に参加出来ない事が残念。何気に遊びにこれるシステムになるとよいと思う。

<その他>

丁寧な対応に本当に感謝しています。長期戦になっていますが、本人の成長も見えてきていますので、今後ともよろしくお願いいたします。

いつもありがとうございます。これからもよろしくお願いします。

家族会で、内部だけでなく外部からも様々な講師の方々がいらして教えてくださるのが有り難いです。厳しく感じる・見える現実も、似た状況を抱える方々と学んだりすることで、少しずつ考えていこう、踏み出していこうと気持ちが前に向きます。いつもありがとうございます。

家族のみでも相談をすることが続けられますので、とても感謝しています。

親が亡くなっても、生きやすい社会であるようにと願っています。

オープンダイアログによるひきこもり支援を実施される時は、ぜひ協力したいと思います。

プライベートな悩みを率直に話し、聞いていただける場は大変貴重です。いつも御対応ありがとうございます。

担当してくださっている方々には、心から感謝しております。いつもありがとうございます。

親としては本人が社会生活の中で生きて行ける様にいつも思っています。

こうした実現に向けて支援して頂いているメルクマールの皆様に感謝すると同時に、益々充実して活動される事を願っています。

いつもありがとうございます。親子でたくさんお世話になっております。引き続きよろしくお願いいたします。

事態はなかなか改善いたしません、大変満足しております

他の利用者の方や以前利用していた方の、どんな選択をしてどのような結果だったのかを参考程度に教えて頂きたい。

子どものことで不安になる気持ちに寄り添いながら相談に乗っていただけるため、とても話しやすいです。出会いに心から感謝しています。

4. 事例報告

※ プライバシー保護のため、内容は加工してあります。

1) 過去の経験から自信をなくしていた本人が居場所利用につながった事例

- | | | |
|------------|----------------------------|------------|
| ・相談者：本人/母親 | ・性別：男性 | ・ひきこもり歴：あり |
| ・年齢：10代 | ・主訴：外出する機会を持ちたい、他人の視線が気になる | |

本人は10代後半の男性。メルクマールセタがやには、通院先の主治医の勧めで母親と来所した。うつ病の診断があり、対人恐怖症状やADHD傾向、不眠も見られ、服薬をしている。メルクマールセタがやでの相談は2週間に1回の頻度で始めた。

相談開始当初は他人の視線が気になり通信制高校のスクーリングに通いたくても通えないこと、大学進学を見据え同世代との対人交流に慣れておきたいが不安なこと、不登校時に母親に辛さをわかってもらえず苦しかったこと、他人と同じようにできない自分に自信が持てなかったが直近の診察で発達障害の診断があり、はじめてほっとしたことなどが語られた。

これまで、本人は私立の中高一貫校に入学した当初は友人もでき、楽しく過ごしていた。しかし、授業に集中できずついていけない、課題が提出できず教師から叱責を受けるなど、段々と「自分はできない」「落ちこぼれだ」と感じるようになり、成績も徐々に下がっていった。それでも母親からの期待もあり塾に通い勉強を頑張るが、朝起き上がることができなくなり、本人曰く「学校に行きたくても行けない」状態になり不登校に至る。それから1年ほぼ寝たきりの生活を送る。その後、登校をめぐり母親と言い争い、暴言や自宅の物を壊すなどの行動も見られた。外出すると他人の視線が気になり「他人がわけもなく追いかけてくる」「なにか自分の容姿を批判される」ような怖さを感じ、びくびくしていた。高校は通信制に移り、精神科クリニックを受診し、服薬も開始となった。日中、起き上がり散歩程度の外出ができるようになった段階でメルクマールセタがやに来所した。

相談では、体調を崩した要因として周囲の期待に応えようとして頑張りすぎていたこと、完璧主義な性格、できないことを特性と結び付けて考え「自分にはできない」と考えるクセがあったため、特性の整理と自己理解を深めながら、まずは外出できる先を少しずつ増やせるように話し合っていた。本人が「やっと人並みの生活ができるようになってきた」「他人の視線が前より気にならなくなってきた」と自信をつけてきた段階で居場所の利用を提案。「自分はブランクが数年あって、何もしてこなかった」「他の利用者も不登校経験があるかもしれないけど、自分は普通の不登校じゃない」と怖気づくこともあったが、見学を通して、「皆、優しくて楽しく過ごせた」「思ったより大丈夫だった」と話し、居場所グループに登録し週1回の頻度で利用を開始した。居場所では好きなスポーツの話題やボードゲームを楽しみながら過ごした。同時に相談では本人が対人関係での疲れ具合やできていることを自らモニタリングできるようにサポートした。半年ほど経つと、通信制高校のスクーリングに安定して通えるようになっていた。「自分は苦手なこともあるけど、なんとかやっていけるかも」「いろんな人がいますよね。他人と比べすぎていたかも」と話したのが印象的であった。現在は通信制高校を卒業し、個別指導塾に通いながら大学受験を目指している。

居場所での対人関係を通じて自己理解を深め自信を取り戻し、本人の発言にも変化が生じ、将来の進路に向けて前向きに取り組み始めた事例である。

2) 本人には面会できていないが訪問を導入して肯定的な変化が見られた事例

- | | | |
|-----------------|------------------------|------------|
| ・相談者：母親・祖母/(本人) | ・性別：男性 | ・ひきこもり歴：あり |
| ・年齢：20代 | ・主訴：本人の話し相手になってほしい(母親) | |

本人は20代男性。大学に在籍はあるものの、2年生の後期から全く通わなくなり、外出自体もほとんどしなくなっていた。家族が大学に通わない理由を聞いても何も答えず、自室に戻ってしまう。家族との接点を避けるようになり、食事の時間もずらすようになった。母親は本人が何を考えているのか、これからどうするのか知りたくても話してくれない状況に困り、メルクマールセタがやに来所した。大学に通えなくなって約1年が経過していた。

本人は中学生の頃はバレーボール部に入り、精力的に活動していた。高校には学校推薦で入学し、不登校もなく過ごしていた。大学受験時は、親の勧めで受験校を選び、合格したところに進学を決めた。大学では、文化祭の実行委員会に入り、頑張っていたという。本人が大学2年の後期からパタッと休みはじめ、「今は大学に通えない」と言うので、母親はしばらく様子を見ていた。しかし、3年に進級する時点でも状態は回復せず、日常的な会話はできるものの大学の話を持ち出すと本人は何も答えず、黙って聞いているだけであった。大学の友人とは連絡も取らなくなっているようだった。本人が「SNSの登録は全部消した」と話していたという。

家族以外の接点がなく、家族に対しても距離を取っている本人の状況から、母親は本人の悩みを聞いてあげてほしいと訪問を希望した。母親には、本人の意向を確認しながら訪問を検討すること、本人から明確な拒否があった場合は訪問を実施しないことを説明し、母親を通して訪問を本人に提案してもらうこととした。本人は、「会わなくてもいいなら」と自宅に相談員が訪問することは了承した。訪問相談員から本人宛に手紙を書き、訪問日や自室から無理に出てこなくて良いことを伝え、母親のいる日に訪問を実施した。訪問当日は本人には会えなかったが、自宅で同居している祖母と面会することができ、家の中での様子を聞くことができた。

母親の来所相談に加え、訪問相談は本人の明確な拒否がなかったので月に1回、毎回事前に手紙を本人宛に送付し、訪問から帰る際に自室の前で声掛けを継続した。また、訪問相談時に同居する祖母に本人への関わりや気になることを聞くことで、祖母も心配が軽減され、安心して本人に関われるようになっていった。祖母も訪問相談員に本人の近況に加え、本人と一緒にいて嬉しかったことなど本人の肯定的な面を報告するようになった。訪問を続ける中で、本人には会えていないが、家族と一緒に2年ぶりに買い物に出かけたこと、本人が欲しいものを自分で選んで購入したこと、リビングで過ごす時間が増えて笑顔が増えたこと、本人が家族のために料理を振舞ったことなど、小さな変化が家庭内で積み重なっている様子が見られた。祖母によると、訪問相談員からの手紙は毎回嬉しそうに受け取って自室に持っていくとのことであった。居場所のニュースレターにも目を通していているという。

訪問を継続して1年以上経つが、本人が訪問相談員と面会することは今もない。しかしながら、以前よりも家庭内での家事手伝いをすすんで取り組んだり、家族と一緒に過ごす時間が増えたり、外出するなど、活動的になってきている。

本人への直接的な支援ではないが、訪問相談員が本人を脅かさず関心を向け続けること、同居する家族が抱える不安や心配が軽減されることで本人への関わりが変化し、本人に回復の兆しが見られる事例である。

3) 家族面接を通して、家族と本人に変化が見られた事例

- | | | |
|------------|-----------------------------|------------|
| ・相談者：両親/本人 | ・性別：女性 | ・ひきこもり歴：あり |
| ・年齢：20代 | ・主訴：今後社会に復帰していくためにはどうすればいいか | |

本人は20代の女性。ひとりっ子で両親との3人暮らしである。大学に進学し成績も優秀で、卒業後は一般企業に就職したが1年で退職。その後3年ほど自宅中心の生活を送っていた。一見、生育歴に大きな問題はないようだったが、両親から詳しく話を聞くと、小学生の頃から忘れ物が多い、宿題の提出期限を守れない、友達関係でも自己中心的な発言があった、などのエピソードが語られた。それでも、学校の成績が良かったことや、両親が先回りして指示していたことで、大きな問題は生じていなかった。しかし、就職という両親の管理が及ばない環境に入ったことで、それらの問題が回避できず、職場での指導や叱責に直面したのではないかと推測された。両親は本人にアルバイトを勧めたりしてきたが、なかなか動き出せないため、親子で来所した。

これまで本人の将来を期待してきただけに、両親の失望は大きかった。相談開始当初は、このところ本人に生じている状態について、「異様に長い時間手を洗うようになった」「行動がゆっくりすぎる」「混んでいる電車に乗れない」などと、問題点やできないことを細かく挙げた。また、問題点を克服するため、トレーニング的にアルバイトをさせようとする父親と、それはまだ無理でかわいそうだと主張する母親の間で意見の相違があり、面接の場で激しいやりとりが交わされることもあった。担当相談員は、父親、母親双方の気持ちを汲み取りつつ、本人に生じている問題についての情報提供を行った。更に、これまでの両親のきめ細かな養育を労った上で、将来は両親の管理を離れて本人が自分の意思で生きていかなければならない、そのためにも本人の意向を第一に据える必要があると繰り返し伝えた。

本人相談も継続されており、居場所利用の方向で動き始めたタイミングで、両親面接では、家庭での本人の変化を観察して面接時に報告してもらうという課題を設定した。＜変化には、居場所という環境に入ることでの疲労や失敗体験のようなネガティブなものから、期待や楽しさなどのポジティブなものもある。それらをバランスよく見てきてください＞とお願いしたところ、相談開始当初のような問題点やできないこと中心だった内容から、「笑顔が増えた」「発話が増えた」というポジティブな内容が中心となっていった。両親は、本人の居場所での体験を楽しみに聞くようになり、本人との会話が增进了。もともと本人は文章を書くのが好きで、最近は居場所で体験したことを詩で表現するようになっていた。それを両親は「着眼点が面白いんですよ」と、本人の長所を再確認したエピソードとして、相談員に教えてくれることもあった。両親が観察してきた内容を聴き、両親とともにそれを味わい楽しみながら、担当相談員の見立てを返すという方法で面接を継続していくと、両親の持つ本人像が「できないことだらけの困った人」から「困難なことも多いが、個性的で、生活を楽しめる人」に変化していった。さらに、家族関係にも変化が生じ始めた。両親が本人の変化について意見交換をする機会が増え、「仲が悪かった訳ではないが、家族でこんなには会話してこなかった。家庭でのコミュニケーションの形が変わったように思う」との発言もあった。本人にも変化が見られた。居場所での表情が良くなり発話が増えた。自らの意思で参加するプログラムを選んだり、ときには自己判断で休むこともできるようになるなど、少しずつ主体性や意欲を取り戻している。

相談開始当時の両親の主訴である「社会復帰」に至るにはまだ時間がかかりそうだが、両親、本人ともに、ひきこもっていた頃よりも、楽に楽しみながら生活できている。家族面接を通じて、本人にも家族にも変化が生じた事例である。

4) 多機関連携により本人が徐々に自信を取り戻していった事例

- | | | |
|------------|------------------|------------|
| ・相談者：本人/母親 | ・性別：女性 | ・ひきこもり歴：あり |
| ・年齢：20代 | ・主訴：これからどうしたら良いか | |

本人は20代の女性。運送業に就く父親がいるが収入は不安定でほとんど家に寄り付かず、稼いだお金をギャンブルなどに使ってしまうため、生活費は母親のパートと本人の障害年金のみである。本人が幼少時には今よりも家庭は円満であったが、本人の精神病の発症によって、母親がストレスを抱えアルコールに頼ることが多くなり、父親は家に帰ることが少なくなった。

今回、メルクマールセタがやへ相談に来たのは、会社員をしている妹が本人と母親の今後のことが心配になり、世田谷区のホームページを見て電話をかけて来たのが始まりであった。初回は、母、妹、本人の3人で来所した。本人の様子は、担当相談員とあまり視線を合わすことがなく、口数も少なく、緊張した様子であったが、時折クスッと笑みをもらし、自分のことを説明する時にはきちんと担当相談員に伝えることができ、能力の高さも窺えた。母親は過干渉な面があるにも関わらず、本人の幼少時のことをあまり覚えておらず、本人が学校でクラスメイトからいじめられていたことも知らなかった。妹は結婚して遠方に住んでいて頻繁に実家に帰ることはできないので、どうにかして母親と本人で生活できる環境を整えて欲しいとのことであった。

本人は都内の公立高校を卒業できたものの、精神病の悪化により、大学には進学せず就労もできずにいた。通院は月に1回、気分安定剤などを服用することで安定している。仕事をする能力について判断しかねたため、本人同意を得たうえで主治医に電話で尋ねたところ、障害者の就労を支援するサービスである就労継続支援が良いのではないかと、との見解であった。日常生活は、体調の不安定さもあり、自宅で過ごすことがほとんどで、ゲームやSNSをして過ごすことが多く、担当相談員から「雑談だけでも良いので来てみないか？」と声をかけたところ、2週間に1回の相談を承諾してくれ、徐々に1人で来所できるようになった。

本人がメルクマールセタがやに通い始めて数ヶ月した頃に、母親の様子がおかしいとのことで話を聞いてみると認知症の疑いがあり、日常生活に支障をきたすようなこともしばしば見られるようになっていた。すぐに地域担当の保健師と連絡を取り、母親のことを相談した。また、今後母親の認知症が進行していったときに、本人が父親から自立する可能性が高いと考え、自立するための経済的支援について相談するため、ぷらっとホーム世田谷に連絡し、面談の予約をした。初回は本人のみの他機関訪問は難しいと考え、担当相談員も付き添い一緒に面談をした。

また、本人との相談の中では、本人の自己肯定感が低かったため、本人ができていることを一緒に見つけ、好きなアイドルや舞台などについての雑談をしていったところ、笑顔が多く見られるようになっていった。実際に、母親の代わりに掃除や洗濯などの家事ができており、小さなことでもできていることを見つけて相談員と共有する作業を重ねていった。

ぷらっとホーム世田谷では、経済的なことや就労のこと、また父親の浪費について弁護士相談なども取り入れて相談してもらい、メルクマールセタがやでは主に心理面の相談などを行った。本人は、メルクマールセタがや、ぷらっとホーム世田谷、保健師に自らが質問や説明ができるようになってきており、視線も以前より合うことが増え、自信がついてきているようである。

複合的な背景を持つ世帯に対して多機関がそれぞれの強みを活かして支援に当たっている事例である。

5)個別面談を通して過去を振り返り、傷つきをケアすることで前に進めた事例

- | | | |
|---------|--------------------------|------------|
| ・相談者：本人 | ・性別：女性 | ・ひきこもり歴：あり |
| ・年齢：20代 | ・主訴：働きたいが、どうしたらいいのか分からない | |

本人は20代の女性。大学卒業後に事務職で勤務するが、徐々に遅刻やミスが目立つようになった。同時に、睡眠リズムの乱れ、食欲不振、希死念慮などの症状があらわれ退職した。精神科を受診し、うつ病と診断された。1年の通院後、本人が仕事復帰を望むまでに快復したところで精神科の医師の勧めでメルクマールセタがやへの来所に至った。

両親は本人が幼少期に離婚し、以降、母と姉との3人で同居していた。本人は、幼少期から大人しく、周囲の顔をうかがい、自分の意見が言えなかった。友人間でも争いごとを避け、相手の意見に従うことが多かったが、「合わせている方が楽だから」と、本人が負担を訴えることはなかった。大学は自宅から通えるところで、学部は「なんとなく入りやすいかと思って」と文学部を選択した。在学中に食事が摂れなくなり、体重が10kg減少し、心配した母と一緒に精神科を受診し、摂食障害と診断された。治療をしながら1年の留年を経て5年で卒業した。その後、自分で就職先を探して事務職としてフルタイムで働くが、勤務後数か月で上記のような症状が出現し退職した。

メルクマールセタがやに来所した当初は就職を希望していたが、面談を重ねていくなかで、自身の過去について振り返るようになった。幼少期に両親が離婚した際の傷つきの体験や、その気持ちケアされなかったこと、仕事をしながら家事育児をする母に迷惑をかけないように、良い子でいることを頑張っていたことなどが語られた。当時を振り返りながら「自分のことよりも相手のことを考えていると、自分が何を感じているのか分からなくなってきた」と話された。同時に、過去の人間関係や母に対する怒りや不満が語られるようになった。例えば、学生時代の時は「空気を読まない人が嫌いだった」ことや、母の考えは絶対で、次第に母が気に入るもの、母が怒らないものを選ぶようになっていたことなど、不満気に語ることが続いた。その頃から、うつの症状が再度出現し、外出自体が難しくなり、面談を一度中断した。その期間は、通院していた医療機関と連携し情報共有を行い、本人の見守りを継続した。しかし再び自宅で過ごすことが増えた本人に対して、母が外出を促した。その出来事がきっかけで、本人が母に泣きながら怒りをぶつけた。「今までたくさん我慢してきたんだな、と思うと、本当にしんどい時くらい休ませてくれてもいいじゃないか、と思って」と母に抗議した。この時のことを「初めて、自分で自分を守れたように感じます」と語った。母は本人の様子に驚くが、その頃から、少しずつ本人への接し方に変化が見られるようになった。まずは本人の感じていること、考えていることを優先させるように努め、本人の気持ちに共感的に応答するようになった。そのような関わりの中で、徐々に外に出られるようになり、メルクマールセタがやへの来所も再開した。その頃には、過去の語りと同時に、徐々に現在の本人の興味や、やりたいことの話が出てくるようになった。そして、動物が好きなことや小学生の時はトリマーになりたかった夢が語られた。母にも自分で相談し、トリマーの専門学校に進学した。学校に通い始めたことで、徐々にメルクマールセタがやへの来所頻度が減少していき終結となった。

1対1の面談の中で、過去を整理して傷ついた自分をケアし、良い子の自分と折り合いをつけられたことで、前に進むことが出来た事例である。



世田谷ひきこもり相談窓口「リンク」

1. 概要
2. 「リンク」における活動実績
3. 「リンク」の居場所:むすびば

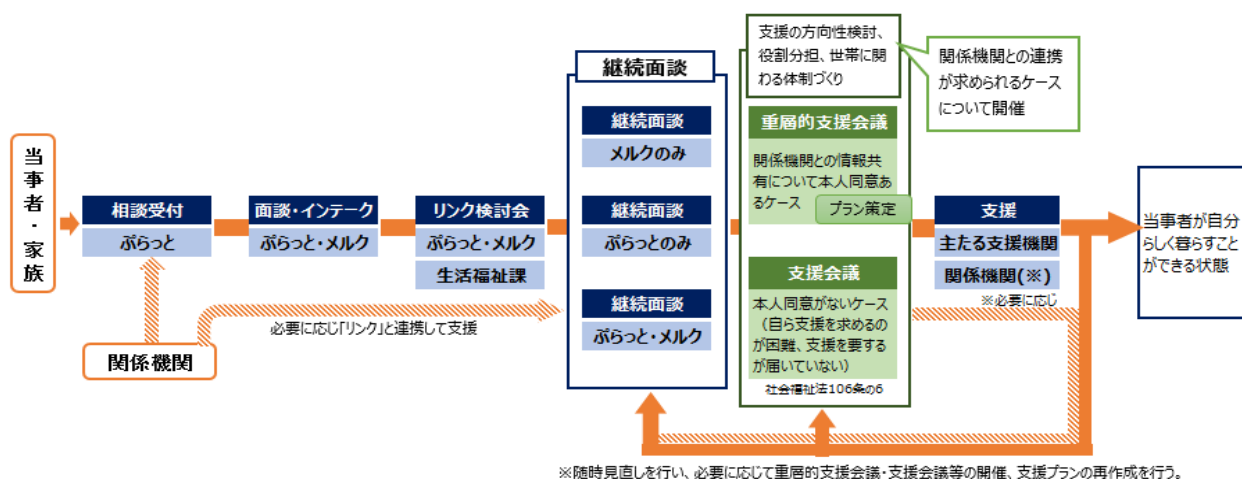
V. 世田谷ひきこもり相談窓口「リンク」

1. 概要

令和4年4月5日に世田谷ひきこもり相談窓口「リンク」が開設され4年が経過した。誰もが自分らしく暮らすことができるようサポートすることを目的に、メルクマールせたがやとぷらっとホーム世田谷が共同運営する窓口である。

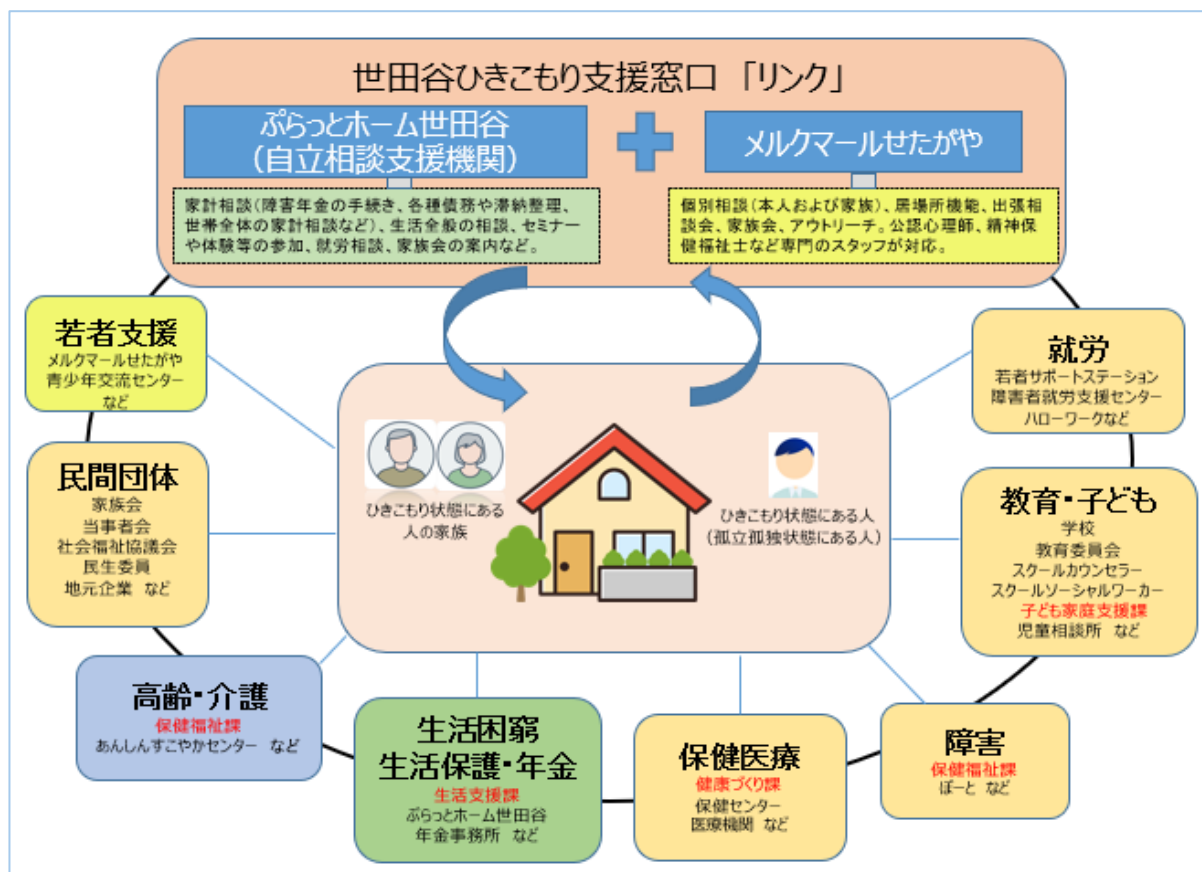
平成26年9月に開所したメルクマールせたがやでは、不登校やひきこもりなど生きづらさを抱えた若者とその家族を対象に個別相談、居場所、家族会などを運営してきた。ぷらっとホーム世田谷は、生活困窮者自立相談支援センターとして、経済的困窮をはじめ、あらゆる生活の困りごとを支援してきた。これまで、ひきこもりについては、若者はメルクマールせたがや、年齢を問わない孤独・孤立などはぷらっとホーム世田谷が支援してきており、「リンク」は2機関がそれぞれ培ったノウハウを活かし、ひきこもりや孤独・孤立状態にある当事者と当事者に係る全ての人と共に、その人らしい生活の再構築を目指している。

1) 支援の流れ



上図は「リンク」における支援の流れを示したものである。最初の相談受付後、ぷらっとホーム世田谷とメルクマールせたがやのスタッフが複数名体制で初回相談(インテーク)を実施する。その後、週1回開催のリンク検討会でぷらっとホーム世田谷、メルクマールせたがや、「リンク」の所管課である生活福祉課からなる参加人数約10名のスタッフ構成により、全ての初回相談内容や最初の支援方針について検討を行う。ひきこもりや孤独・孤立の背景には、心理的課題だけでなく、生活面における課題も多く存在する。そのため、どちらかの機関だけの見立てではなく、2機関それぞれの得意分野を生かし、多職種の視点も加味したうえで、世帯構成員及び世帯全体の状況把握に努めている。このように、多様な視点から課題整理と支援方針を検討し、協働体制で支援を進めていくこととなる。また、相談内容は多岐にわたることが多く、「リンク」内にとどまらず、区内外の公的及び民間の社会資源や支援を必要とすることが多い。その場合、重層的支援会議もしくは支援会議を開催し、様々な支援機関との協働体制を整える。

2) 世田谷区のひきこもり支援ネットワーク



上図は「リンク」が連携・協働してひきこもり、孤独・孤立状態にある人をサポートする際のイメージ図である。「リンク」では、世帯の抱える課題・問題に対して、多機関が共通の認識を持ち「協働」することを基本としたうえで、それぞれの機関の強みを活かし多方面からアプローチする「機関連携」を、世帯状況に応じて、時期ごとに柔軟に組み立てていく。ひきこもり状態にある人とその家族が抱える多様な困りごとに対し、当事者とその家族を支援の中心におき、世帯全体にとってよりよい暮らしのかたちを、支援機関がともに模索していく。そのため、このイメージ図は段階的で一方通行のものではなく、必要な支援を複数機関が同時並行的に支援を進めるかたちが表されている。

3) 世田谷区ひきこもり支援連絡会

重層的支援協議会の見直しにより、令和6年度をもって、8050 支援部会は閉会された。令和7年度より、ひきこもりの支援を推進するために、関係機関が情報共有及び意見交換を行う「世田谷区ひきこもり支援連絡会」が設置された。この連絡会の参加者構成はテーマにより異なるが、ぷらっとホーム世田谷が事務局を務めており、メルクマールせたがやは「リンク」の共同運営機関であることから毎回参加している。

2. 「リンク」における活動実績

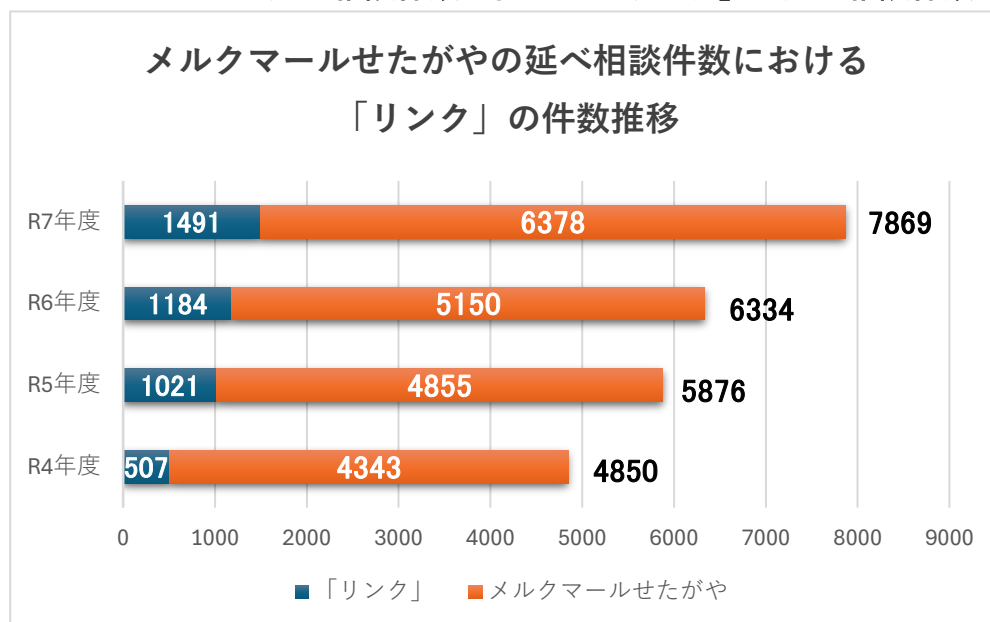
「リンク」における支援の流れ(p.56)にあるように、2 機関でインテークを実施した後、リンク検討会にて相談内容や利用者のニーズに応じて①2 機関(「リンク」登録)、②メルクマールせたがやのみ、③ぷらっとホーム世田谷のみの中から継続相談の担当を決めている。

メルクマールせたがやは、インテーク及び上記①、②で相談対応を行っているほか、③についても専門的なサポートを求められる場面で面談などに同席することがある。

1) 「リンク」新規受入れ件数へのメルクマールせたがやの関与

令和 7 年度における「リンク」の新規受入れ件数 99 件のうち、主に相談対応する機関の登録状況は、2 機関対応の「リンク」登録が 90 件(91%)、2 件(2%)がメルクマールせたがやでの登録となった。「リンク」における相談は、生活面への支援に加え、心理面への支援を必要とする相談が大半を占めることがわかる。

2) メルクマールせたがやの延べ相談件数に占める「リンク」の延べ相談件数



令和 7 年度のメルクマールせたがやのスタッフが「リンク」で対応した延べ相談件数は 1,491 件であった。メルクマールせたがやの延べ相談 7,869 件のうち、約 19%を占める。この割合は昨年度と同様であり、平均すると毎月約 124 件の「リンク」相談を実施している。

「リンク」対応の延べ相談件数は、リンク初年度の令和 4 年度 507 件、倍増した令和 5 年度 1,021 件（前年度比 150%）、令和 6 年度 1,184 件（前年度比 114%）、令和 7 年度 1,491 件（前年度比 121%）と右肩上がりの増加傾向にある。

3) メルクマールせたがやのアウトリーチ相談における、「リンク」件数の割合

令和 7 年度のメルクマールせたがやの延べアウトリーチ相談件数は 296 件であった。うち、「リンク」で対応したものは延べ 170 件であった。メルクマールせたがやのアウトリーチ相談の約 57%を占める。「リンク」は生活の困りごとを支援するぷらっとホーム世田谷と協働体制を敷

いており、自宅や関係機関での訪問相談だけでなく生活支援に係るアウトリーチ相談にメルクマールせたがやのスタッフが同行する機会などが多いと考えられる。

4)「リンク」相談の出張相談会の活用

従来、メルクマールせたがやへの相談を希望する方を対象としていた出張相談会であるが、令和 5 年度からは、「リンク」相談についても、区民の身近な場所での相談機会の提供として、各総合支所の区民相談室を利用した出張相談の活用を開始している。「リンク」相談の場合、基本的にはふらっとホーム世田谷(就労支援のパソナ職員含む)とメルクマールせたがやの 2 機関での対応となる。令和 7 年度の「リンク」相談の出張相談会延べ利用者人数は 4 名だった。

5)メルクマールせたがやを終結し、「リンク」登録となったケース

令和 7 年度は、メルクマールせたがやの支援を経て 4 名が「リンク」登録となった。当事者や世帯全体が生活課題など多様で複雑な困難さや生きづらさを抱え、支援内容が多岐にわたる場合、「リンク」の支援で知恵を出し合い強みを活かすことで、地域の関係機関との協働を円滑に進めやすい。

3. 「リンク」の居場所／むすびば

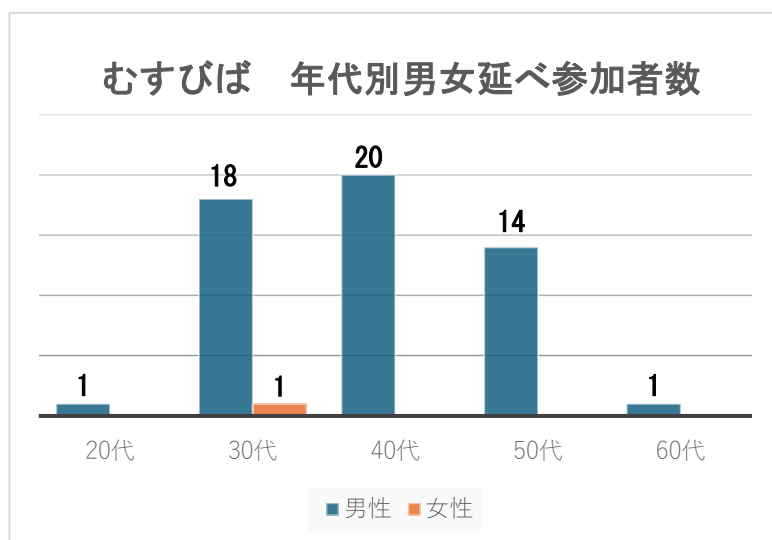
『むすびば』は「リンク」が開設された令和4年度から、ぷらっとホーム世田谷とメルクマールせたがやが合同開催してきた居場所活動である。令和7年4月からは、メルクマールせたがや主催での開催となり、各回、メルクマールせたがやスタッフが2～3名で運営している。

- ・ **利用対象**：「リンク」もしくはメルクマールせたがやの利用登録があり、継続的に個別面接をしている方
- ・ **目的**：地域の社会資源にはつながりにくい方でも安心して居られる場
- ・ **対象層**：おおよそ40代以上の方で、所属の有無に関わらず、孤独感・孤立感を感じている方で人とのつながりを求めている方。人の話をじっくり聞いたり、自分のことについて話をしてみたり、「トーク」を軸にして人と関わってみたい方。日々しんどさなどがあり、誰かと時間を共有したいと思っている方など
- ・ **開催頻度**：毎月1回、第2金曜 14:00～16:00
- ・ **場所**：メルクマールせたがや活動ルーム
- ・ **主な内容**：テーマトーク/フリートーク

1) 延べ参加者数

令和7年度のむすびばの延べ参加人数は55名(平均参加者4.6名)。ほぼ男性の参加で30代から50代の割合が高かった。リピーターが多くなっており、参加者からは新たな参加者に来てもらえるよう広報の工夫をしてほしいという希望や、全体の流れの見直しの意見も出ており、参加者の自主性が発揮されるような工夫を随時行ってきた。現状では、女性の参加希望者がいた場合、男性多数の中に新規に参加することになるため、女性スタッフが橋渡し役となるなどの工夫も必要である。

メルクマールせたがやの居場所利用は39歳までとなっており、上記のような中高年層が利用できる居場所としての役割もある。



1. 広報・啓発活動

2. 視察・見学対応

VI. 広報・啓発活動

1. 広報・啓発活動

1) ニュースレター

メルクマールせたがやでは、毎月居場所活動のスケジュールとあわせてニュースレターを発行している。ニュースレターでは、実施したイベントの様子や居場所プログラムの紹介など、メルクマールせたがやの活動が伝わるように作成している。ニュースレターは、利用者に配布するだけでなく関係機関にも送付している。

10月メルクマールせたがや ニュースレター

メルクマールせたがやとは…?
不登校・ひきこもり等で悩んでいる方や
そのご家族の方への支援を行っている機関です。
個別相談、居場所活動、家族会などに取り組んでいます。

居場所活動報告

居場所の様子は、ホームページの「ブログ」にも掲載しています。ぜひご覧ください☆

8月8日(金) インドア研究所 「いけせいDEボイトレ〜楽に上手に歌うコツ〜」

池之上青少年交流センターの音楽室をお借りして、ボイトレニング歴〇〇年のスタッフから声を出すコツを伝授! 思ったよりも声が出た、楽しかった等の感想がきかれました。

8月22日(金) Teen's Time「ていんずピンポン」

今回は、点数をつけ、総当たり戦にも挑戦してみました。1回目は普通のラケット、2回目はミニラケットでやったところ、順位も入れ変わって大盛り上がりでした♪

8月29日(金) メルサボ特別プログラム 「生成AIと一緒にゲームをつくろう!」

株式会社セックさんにご協力いただいているプログラミング教室。今年度の1回目は生成AIを駆使したプログラミングでした。10月30日(木)に行われるので、興味がある方はぜひ!

今月のオープンプログラム

気になるプログラムがあれば、相談員にお声がけください♪

スポーツの時間「いけせいテニス」

池之上青少年交流センターの屋上をお借りしてLet's テニス! 雨天時は同施設内で卓球の予定です。集合場所はメルクが現地、選べます(時間は裏面参照)。

火曜日企画①「スーパーメルクゴルフ」②「メルクセッションV @いけせい」

①個室で打ちっぱなしゴルフ! 参加費1700円〜(詳細はスタッフまで)。メルク集合またはオークランド集合(時間は裏面参照)、現地解散。予約制
②池之上青少年交流センターの音楽室で演奏しよう! 演奏曲目はスタッフまで。メルク集合または現地建物入り口集合(時間は裏面参照)、現地解散。予約制

食プロ「いもち」

じゃがいもとさつまいもでお餅!? エプロン持参 予約制

こころほ「0-100思考との付き合い方」

思考のバリエーションを増やすワークを中心に行う予定です。

おさんぽくらぶ「駒沢オリンピック公園」

リニューアルオープンしたメモリアルギャラリーを中心に公園散歩! 3Km弱歩きます。

インドア研究所「せたがや大学@郷土資料館実習」

郷土資料館で、区の歴史や民族について学びます。31日のクイズに役立つかも...? 集合場所はメルクが現地(上町駅)、選べます(時間は裏面参照)。

Teen's Time①「クリエイティビティ」②「#探求#街歩き#農大博物館」

①ペットボトルキャップを使って菜やコースターづくり♪
②農大博物館に出かけよう! 上町駅まで世田谷線で行きます。現地解散。

イベントプログラム「レディース茶話会♡」

紅茶を飲みながら女子トークに花を咲かせましょう ♪ 予約制

イベントプログラム「せたがや大学卒業クイズ-郷土資料館からも出るよ-」

世田谷区について、クイズで楽しみながら知識を深めよう!

メルサボ

世田谷区在住の中高生世代から39歳までの方であれば、メルクの登録なしで誰でもご利用できます。色々な人と交流してみたいという方はぜひ♪
★初めて参加される方は詳細をご案内致しますので、事前にご連絡ください★

世田谷若者協働支援センター メルクマールせたがや
〒154-0004 東京都世田谷区太子堂2-16-7 三軒茶屋分庁舎5階
TEL : 03-3414-7867(なやむな)
開所日時: 月曜日〜土曜日 10時〜18時 ※祝日は閉室
ホームページ: <https://3cha.tokyo>



ニュースレターの例(令和7年10月)

2) ホームページにおけるブログ

メルクマールせたがやでは、広報の一環として居場所活動の様子をブログで発信している。



(<https://3cha.tokyo>)

ブログでは、ニュースレター同様にイベント・プログラムの内容について写真を掲載しながら紹介している。ブログの読者に、メルクマールせたがやの取り組みや活動の様子が伝わるような内容を意識して作成している。なお、ホームページは居場所だけでなく家族会や出張セミナーの周知の場としても活用している。

3)事業紹介（研修会・会議体講師、会合の出席など）

事業紹介は、具体的な活動内容や利用者の様子などを周知し、若者・ひきこもり支援に係る地域の支援者にメルクマールせたがやを知っていただくことを目的としており、地域に理解者が増えることが、潜在的なニーズの掘り起こしにつながると考えている。また、「リンク」を運営する一機関として、ひきこもりの課題を有する世帯を支援している支援者に、有効に「リンク」を活用していただけるよう、ぷらっとホーム世田谷とともに、「リンク」の機能や8050問題への多機関協働での支援の進め方に関して、積極的に研修などでの広報に努めている。

令和7年度は学会発表を行い、全国に向けて「リンク」の活動を通じた社会課題解決のありようを提示し、参加者から意見をもらう機会を得た。

研修会・会議体（メルクマール）	研修会・会議体（リンク）
あんしんすこやかセンタースキルアップ研修	<区内>
昭和女子大学見学実習	あんしんすこやかセンタースキルアップ研修 講師
世田谷区精神障害者共同ホーム連絡会 講師	世田谷区福祉人材育成・研修センター
世田谷区任用スクールカウンセラー連絡会	ひきこもり（8050問題）の理解・支援力向上研修 講師
子ども家庭支援センター及び児童相談所職員 新任・横転者研修 講師	“ぼーと”及び基幹相談支援センター初任職員研修 講師
世田谷地域中高生支援者懇談会	
烏山地域中高生支援者懇談会 講師	
野毛青少年交流センター地域懇談会	
希望丘青少年交流センター運営委員会	

学会発表（リンク）
第32回日本精神障害者リハビリテーション学会 一般演題：世田谷ひきこもり相談窓口「リンク」～いわゆる「ごみ屋敷」事例から見てくる課題と求められる支援～ 自主シンポジウム：医療×地域連携～「精神障害者にも対応した地域包括ケアシステム」「重層的支援体制整備事業」を考える～

4)情熱せたがや、始めました。(略してねつせた！)による情報発信

世田谷区では、若者による若者向けのソーシャルネットワークサービスを利用した情報発信を行っている。長期休暇の時期などにあわせて、メルクマールせたがやの利用を促すメッセージを発信した。

5)地域と若者の交流

若者と地域の交流の機会として、野毛青少年交流センター主催の「のげ青縁日」、池之上青少年交流センター主催の「青年文化祭」、池尻児童館主催の「がやがや村祭り」にせたがや若者サポートステーションと一緒に世田谷若者総合支援センターとして「ワニたたき」という子ども向けの出店を行った。また、池尻児童館の餅つき大会にも利用者と一緒に参加した。

2. 視察・見学対応

メルクマールせたがやには、毎年区内外を問わず視察や施設見学の申込みがある。特に、居場所のコンセプトや機関連携など実際の運営について質問を受けることが多い。ひきこもりの方がどのようにして利用に至るのか、相談支援と居場所支援の取組みについて意見交換をすることがあり、メルクマールせたがやとしても、視察を通して他の自治体の取組みを知る貴重な機会となっている。

1) 視察対応

令和7年度の主な視察対応は以下の表の通りである。「リンク」が開設したことにより、メルクマールせたがやには主に若者支援施策に係る内容が多く、「リンク」には主にひきこもり支援や重層的支援体制整備事業に係る内容の依頼が多い。視察対応では、相談窓口機能だけではなく継続的な相談支援や居場所活動の他、協議会の運営や多機関連携について意見交換を行った。

視察対応（メルクマール）	視察対応（リンク）
中野区子ども・若者支援センター	世田谷総合支所生活支援課
せたエール	川崎市健康福祉局
千葉市こども未来局	厚生労働省 社会・援護局 地域福祉課
浜松市こども若者総合相談センター	
大田区子ども家庭支援センター	
NPO法人フリー・ザ・チルドレン、国立青少年教育振興機構、東京工科大学教員	

【用語解説】

- **アウトリーチ**：主に社会福祉の領域で使われる用語で、「支援者側から地域に出向いて支援を必要とする人に必要な支援と情報を届ける活動」のこと。メルクマールセタがやでは、利用者の自宅への訪問相談や地域に出向いての出張相談会などを実施している。また、他機関との連携や支援ネットワーク構築も広義のアウトリーチ活動である。
- **アセスメント**：「査定」と訳される用語で、相談者との面接場面でのやり取りの様子や聴取した情報などを基に、相談者の心理状態や力のある部分といった能力、課題などを見立て、今後の支援方針を計画すること。相談者を理解し、適切な支援を提供することを目指す。
- **インテーク訪問**：初回の相談を訪問で実施すること。通常、初回相談はメルクマールセタがやへの来所で実施するが、本人や家族が来所困難な場合は電話での相談希望を受けて訪問による初回の相談を実施している。支援を必要とする人へのアウトリーチ支援活動のひとつ。通常の訪問と同様にインテーク訪問においても、ひきこもりの本人の了承を前提としており、本人からの明確な拒否がある場合は実施しない。
- **エンパワメント**：個人や集団が本来持っている潜在能力を引き出し、湧き出させることを意味する用語。利用者が本来の力を発揮できるようになることで、自ら主体的に課題解決に取り組めるようになると考え、支援者は利用者の強みや能力を尊重した肯定的な働きかけを行う。
- **サテライト**：ここでは、「拠点」という意味で使用している。メルクマールセタがやは世田谷区の三軒茶屋が本拠地であるが、世田谷区は区役所機能が5地域に分かれており、広域で人口も多い自治体であることから、区民の身近な場所で支援を届けるためには「拠点」が各地域に必要と考えており、サテライトとして出張相談会を4地域の総合支所や希望丘青少年交流センター「アップス」で定期開催している。
- **生物・心理・社会モデル**：遺伝子や身体機能などの生物学的な面、気分や行動といった心理学的な面、生活する社会環境や文化などの社会的な面という3つの側面から、課題や困難な状況を包括的に捉えるという考え方。精神科医のエンゲルによって提唱されたモデル。
- **ピアサポート**：「同じ悩みを抱える仲間同士の支え合い」を意味する用語。メルクマールセタがやにおいては、居場所活動はひきこもりに悩む本人同士のピアサポートの場であり、家族会はひきこもりに悩む家族同士のピアサポートの場になっている。対等な関係性の中でお互いに支え合いながら成長し、課題を解決していく。
- **本人**：ここでは、「ひきこもりなど生きづらさを抱えた方」を指す用語として使用している。メルクマールセタがやはその方々の多様な自立や望む生き方をサポートする機関であり、家族が利用主体の場合も“家族を通した「本人」への支援”を実施している。



○ アクセス

【東急田園都市線・世田谷線】

三軒茶屋駅 徒歩 3 分

【小田急バス】〔下 61〕駒沢陸橋－北沢タウンホール

三軒茶屋バス停 徒歩 1 分

世田谷若者総合支援センター 令和 7 年度メルクマールせたがや事業報告書 ＜令和 7 年 4 月～令和 8 年 3 月＞

令和 8 年 8 月 発行

編集・発行 世田谷若者総合支援センター メルクマールせたがや
事業運営 公益社団法人 青少年健康センター【茗荷谷クラブ】

〒154-0004 東京都世田谷区太子堂 2-16-7 世田谷区役所三軒茶屋分庁舎 5

階

TEL 03-3414-7867 なやむな FAX 03-6453-4750

HP <https://www.city.setagaya.lg.jp/02412/8950.html>

<https://3cha.tokyo/>



