

日本初のひきこもり当事者・経験者主体の企業、驚きの経営術！



ひきこもり×在宅×IT＝可能性無限大！

# 株式会社 ウチラめっちゃ細かいんで

2020年12月1日刊行

株式会社あさ出版（代表取締役：佐藤和夫、所在地：東京都豊島区）は、佐藤 啓 著『ひきこもり×在宅×IT＝可能性無限大！ 株式会社ウチラめっちゃ細かいんで』を2020年12月1日（火）に刊行いたします。

ひきこもりの人たちは人財の宝庫だった！

東京都千代田区にある企業「株式会社ウチラめっちゃ細かいんで」（通称：めちゃコマ）は日本で初めての、ひきこもり当事者・経験者が主体の株式会社です。現在、完全在宅で30名近いスタッフが働いています。「めちゃコマ」では、生きづらさ、働きにくさを感じているけれども仕事をしたいと思っている人たちが安全・安心に働けるように、「型破り」な就労サポートを行っています。

本書では企業設立から3年、大量離職の危機を乗り越え、代表である著者が、ひきこもり者たちと一緒に仕事をする中で気づいた彼ら・彼女らの可能性、社会への提議などをまとめました。ひきこもり当事者やその家族、人材マネジメント担当者や経営者にもぜひご覧いただきたい1冊です。

ひきこもり×在宅×IT＝可能性無限大！

株式会社ウチラめっちゃ細かいんで

刊行日：2020年12月1日（火）

価格：1,650円（税込）

ページ数：272ページ

著者名：佐藤 啓

ISBN：978-4-86667-248-9

## 【目次】

- 第1章 ひきこもり界限につながってみたい
- 第2章 ひきこもり×在宅×IT＝無限の可能性
- 第3章 「めちゃコマ」誕生
- 第4章 ひきこもり者マネジメントのむずかしさ
- 第5章 めちゃコマ「第2ステージ」の幕開け
- 第6章 在宅×IT以外の新たな可能性
- 第7章 ひきこもりの「垣根」の先へ



## 著者プロフィール 佐藤 啓（さとう・けい）



株式会社ウチラめっちゃ細かいんで代表取締役社長

フロンティアリンク株式会社代表取締役社長／株式会社ニュータイプ・ラボ代表取締役社長

1973年、北海道生まれ。東京工業大学工学部卒業、米ワシントン大学経営大学院(MBA)修了。1996年、セイコーエプソン株式会社入社、ソフトウェア部門にて6年間のエンジニア経験の後、会社派遣による2年間の海外留学を経て、経営企画部門にて新事業育成等を担当。同時期に東京工業大学非常勤研究員も兼務。2006年にフロンティアリンク株式会社を設立。2017年に、日本初のひきこもり者主体の株式会社「ウチラめっちゃ細かいんで」を設立、内閣府をはじめとする官公庁や企業などで講演を数多く行う。2019年、長崎県五島市に、障害者の在宅雇用を推進する株式会社ニュータイプ・ラボを設立。2020年、同社代表取締役に就任。



## 「めちゃコマ」の安全・安心を担保するための方針

書籍より一部抜粋要約

- ①ひきこもり者の場合、得意なことと不得意なことの差が大きいことが多くある。苦手なことにとらわれて自己肯定感が低下してしまわないよう「**苦手なことができるようになることを、すぐには要求しない**」と明言し、安心感を醸成する。
- ②メンタルケアをしっかりと行うために、**面談やコミュニケーションの場を確保する**。
- ③「履歴書の空白」や「面接での緊張」を気にするひきこもり当事者・経験者が多いことを踏まえ、**履歴書提出と面接は無しで採用する**。その代わりに、原則として全員に2週間～1カ月ほど、ボランティアベースで仕事をお願いするトライアルを経験していただく。



## 「めちゃコマ」の「型破り」な就労サポート事例

書籍より一部抜粋要約

### パーセントでの体調報告

同じ職場で毎日顔を合わせていれば、ちょっとした表情やしぐさなどで相手の体調や気分などを想像することができます。在宅の場合はそれができません。

何かいい方法はないものかと考えていたある日、天気予報の「降水確率60%」という数字が目飛び込んできました。「これだ!」と、とっさにひらめきました。天気と同じように、体調やメンタルの状態も、日によって変わります。そこで、それをざっくり、パーセントで表してもらうようにしたのです。

### 面談での「Dワード」チェック

「Dワード」とは、「でも」「だから」「どうせ」「だって」「できません」「ですから」のように、「D」で始まるネガティブな意味を伝える言葉のことを指します。これにプラスして「私なんて～」の「なんて」も含めて、Dワードとしています。ネガティブ志向だったり、自分に自信がない人は、得てしてこのDワードを無意識のうちに乱用しがちです。

ひきこもりになる原因は人それぞれと言われますが、一つ共通しているのは自己肯定感や自尊心を傷つけられることが多かったことと、それらを高める機会が少なかったことのように思います。何かあるたびに「だからあなたは……」「どうせあなたなんかが……」のような、「Dワード」を他人から言われることが多いのです。

自己肯定感の負のスパイラルを断ち切るために、「Dワード禁止令」を出し、定期的な面談で「Dワード」チェックを行っています。

### 5種類の働き方

「単価制アルバイト」「時給制アルバイト」「単発の業務委託」「契約社員」「正社員」の5種類の働き方を提示しています。この制度の狙いは、スタッフのメンタル負荷を少なくしつつ、できる限り公平性を担保できるようにすること、そしてスタッフが自分のペースで成長し、自己肯定感を高められるようにすることにあります。

書評・著者インタビュー取材等のご検討をいただければ幸いです。情報掲載、画像提供の問い合わせ

古垣（フルガキ）TEL：03-3983-3225 090-4424-6911 [furugaki@asa21.com](mailto:furugaki@asa21.com)

株式会社あさ出版 東京都豊島区南池袋2-9-9 第一池袋ホワイトビル6階