



けやきの会便り

特定非営利活動法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会 埼玉県支部

NPO法人 KHJ 埼玉・群馬「けやきの会家族会」会報 No171 (2019年1月6日発行)
家族と家族をつなぐ「コミュニケーション」ペーパー <http://www.khj-keyaki.com/>

新年あけましておめでとうございます 今年もどうぞよろしくお祈りします 前回 (12月2日) の月例会では

[第一部] ガイダンス ・ 11/10, 11 全国大会 in 広島のご報告 ・ 「在宅ワーク」シンポジウムのお知らせ 7/17
にて ・ 居場所「J」・ 加 すまいる」12/20(木)屋外活動のお誘い(会報にて) ・ 1 月度月例会にて
新年会開催のお知らせ 7/17にて

[第二部] KHJ 会員向け全国調査が行われました

[第三部] 「外への動き出しと親の対応」 高橋 晋 先生

★外への動き出しと親の対応・・・高橋 晋 先生

1 本人の気持ちが外に向かうまで (1) 家族関係の回復と本人のI親げ-の回復 : ひきこもりの初期は緊張で固まってI親げ-が無い状態です。親の理解が深まり、家族との会話が増えると子は家の中で安心します。そして自分の気持ちを取り戻していきI親げ-が出てきます。(2) 本人の気持ちに沿った関わり : 普段の会話の中で雑談、話題を広げていきます。子の気持ち、どこに関心があるのか、どの程度外に向いているのかを把握しながら、子の気持ちに沿っていきます。

2 動き出しの種類 (1) 好きなこと、趣味からの動き : 好きなチームのサッカー観戦、音楽、カラオケなど人と共有できるもので人とつながる動きが大事です。(2) 居場所、自助グループなどへの動き : 子どもにとってどういう居場所が合っているかをみていきます。(3) 受験、各種スキル、資格取得 : 再チャレンジとして受験を考える方もいます。親は本人の動きに喜び過ぎず、かといって否定もしないで、本人の気持ちに合わせて詳しい人につないでいく事が大事です。(4) アルバイト、就職活動 : 高い理想で選ぶ事があります。その場合、親は止めないが、背中も押し過ぎず否定もしないで、子が自分で判断する事が大事です。逃げ道を作っておく事も親の役目です。ひきこもりから回復してからの最初の仕事は支援団体を通していくつか経験すると、感覚として身に付き継続できるようになります。 **3 外への動きが出てこないとき** (1) 外の情報の伝え方 : 家族会などでもらったパソレットをなにげなく渡し反応をみます。(2) 自発性・主体性をどう育てるか : 食事のメニューなど普段の生活の中で子どもに選ばせます。(3) 発達障害の影響が大きいとき : どういう言い方をすれば子に伝わるか、判断しやすいかを考えて伝える事が必要です。

4 動き出してからの対応 (1) 外のストレスを愚痴・不満として吐き出させる : 愚痴を自分の言葉で出すと子は客観的に状況を見られるようになります。(2) 「失敗=挫折」から「失敗=経験」に : 100%でないといけな
いと思っているので、チャレンジできただけでも頑張らだと伝えます。失敗を次に生かす方向に意識を変えていきます。(3) 家族関係のやり残し : 親へのわだかまりが解消しきれていない場合、親に不満や苦い思い出を吐き出します。**5 自分の人生を生きる** 主体的に生きていく方向性が大事です。家族に支えられながら、外での経験を自分の中で昇華していきます。

2月の月例会は2月3日(日) 午後1時から受付 ワッツコムザ 5階(地図3ページ)

1月の月例会は2017に開催された KHJ 全国大会 in 東京 2日目の分科会の1つ「発達障害」のDVDを視聴します。ひきこもり者には発達障害が内在するケースが多くあります。しかし発達障害は今まであまり知られてこなかったために生きづらさを抱えていながら、その理由を本人や周囲が気づくことなく見過ごし、やがて「思春期や大人のひきこもり」としてはじめて問題が浮上ります。近年はメディアで取り上げられ社会的な認知が広まりつつあります。スペクトラムと呼ばれるように幅や濃淡や症状が多様な発達障害について知識を深めましょう。

電話相談 (無料) 月・水 9 時～11

時半

通話料は利用者負担

048-651-7353

080-3176-6674

(事務局 田口)

たまに都合で予告なく休止することが

『新入会員向けのグループ学習会』

～2月10日(日)13:30 岩槻 ワッツ2階～

最近入会されたご家族向けですがご希望の方は
どなたでもご参加ください。

ひきこもりを理解し子どもへの対応や会話について基本
を学びましょう 限定 15 名 (チラシ参照)

事前申込:事務局の田口 左記の電話へお願いします

New! ひきこもり最前線 個別 CRAFT (Community Reinforcement and Family Training)

このプログラムは CRAFT 認知行動療法の個別版。国のガイドラインに登場するもので、ひきこもり対応の最前線です。『機能分析』、『会話実践練習』、『ホームワーク』を組みこんで親ごさんに問題解決の技法を分かりやすく具体的に学んでもらうためのものです。ひきこもり～コミュニケーションの回復～望ましい行動を増やす～信頼関係の回復～援助の申し出～医療機関や支援機関へつなげる、という流れでテーマ毎に月1回計9回のプログラムに沿って進めます。多くの会員の方に実践していただき、その結果、変化がみられました。『各家庭が臨床現場』、日常生活を安心感で満たすと会話が芽生えます。一方通行であっても挨拶からはじめていき、小さな刺激を加えます。この小さな刺激・反応の連鎖を積み重ねていきます。停滞期を脱する機会にしましょう。個別CRAFTプログラムをご希望の方はお申込みください。

田口(Meyers 先生のCRAFTワークショップ認定 KHJ 認定ピアサポーター 家族相談員)

各種 個別相談(ピアカウンセリング) 訪問支援 きずな工房・ひより工房への同行支援

*個別相談 *就労ステップ相談 *CRAFT (家族のための認知行動療法 上記参照) *訪問支援

きずな工房・ひより工房への同行支援 *親亡きあとのマネープラン相談(キャッシュフロー作成、生命保険信託の紹介などお手伝いします)

(田口代表他、KHJ認定ピアサポーター、相談員が対応 個人情報を守ります)

個別相談はご両親で出席できるよう土日祝も対応しています

★年会費 H30 年度分の納入ありがとうございました 未納の方は期限は 9/30 ですが間に合います

★会員の皆さまにはいつも年会費の納入にご協力頂きお礼申し上げます。H30年度分の年会費の納入期限は9/30 迄です。(年会費は会報の作成、印刷、切手代、会場費、「旅立ち」等に充てさせていただきます)

★過去退会された方の名簿の再登録もできますので希望される方やご不明な点は下記の田口へご連絡ください。納入方法は3通りあります。①H29 年 6 月同封の郵便振替票をご使用 ②月例会受付にてその場で納入 ③郵便局に設置してある郵便振替票に郵便振替記号番号(下記)を記入しお支払い。 ☆=郵便振替記号 00100-6 番号 504684 特定非営利活動法人 KHJ 埼玉けやきの会 家族会 ●記号、番号を印字してある振替票の再発行をご希望の方は、ご連絡ください。お送りさせていただきます。

年会費は「けやきの会便り・旅立ち」の作成、印刷、郵送、会場費などの必要経費です。会員の皆さまのご理解とご協力をお願い致します。

★新入会員への会報お届けは事務手続きの関係でひと月遅れる場合がありますが了承をお願いします。

●お近くの KHJ 支部の連絡先.....

◎ NPO 法人「楽の会リーラ」市川乙充 (火・木 13:00～17:00) ☎03-5944-5730

◎ 西東京「萌の会」須賀啓二 FAX 03-3883-2358

◎ 山梨県「桃の会」篠崎博子 ☎0554-66-4073

◎ 神奈川県「虹の会」安田賢二 ☎080-2107-1171

◎ 横浜「ばらの会」鈴木恵美子 ☎090-5764-3366

◎ 長野県「らい鳥の会」唐澤秀明 ☎080-3433-4904

◎ NPO 法人とちぎ「ベリー会」齋藤三枝子 ☎028-627-6200

◎ 群馬「はるかぜの会」榎本明 ☎080-3727-8726

◎ 「町田家族会」上野亨二 ☎042-810-3553

◎ NPO 法人千葉「なの花会」藤江幹子 ☎070-2191-4888

◎ 茨城県「ひばりの会」荒井俊 ☎047-364-7332

KHJ「けやきの会」事務局 さいたま市北区盆栽町 190-3 (正会員 入会金 2 千円) (賛助会員 入会金 1 千円 年会費 6 千円)

※ 初めてご参加の方は 月例会、学習会、個別相談会会場で「けやきの会」入会手続きができます。

また事前に田口代表へお電話にてお問い合わせもできます。048-651-7353 留守の場合は 080-3176-6674

★次ページに総合学習会プログラム・当事者居場所・相談会・家族教室その他を掲載 どうぞご覧ください

第13回 KHJ 全国大会 in 広島(2018年11月10,11日)のご報告 (12月金曜学習会はお休みでした)

【大会一日目】《開会行事》伊藤正俊 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会共同代表の挨拶

来賓挨拶:広島県知事 市長 山本博司参議院議員 県会議員 市会議員

■基調講演 ジャーナリスト池上正樹「8050 問題とひきこもり」 ■基調報告 愛知教育大学 川北稔「長期高齢化したひきこもり者とその家族への効果的な支援」 ■行政説明 厚労省社会援護局 小野博史「国におけるひきこもり支援施策」 ■シンポジウム「孤立防止のために何が必要か」

【大会二日目】《第一分科会》長期高齢化の予防と地域共生を考える 《第二分科会》家族会のあり方について《第三分科会》元気になれる第一歩として 《第四分科会》兄弟姉妹の会 《第五分科会》元気回復行動プラン

■閉会の挨拶(大会実行委員長 広島もみじの会 藤岡清人)

【KHJ 中垣内正和共同代表の発声で大会宣言を採択し大会は閉会となりました】

大会宣言 ①私たちはひきこもり当事者(ひきこもっている本人、親、兄弟姉妹等の家庭)が幸せに生きていくために継続して創意工夫をこらして活動することを決意する ②私たちは全国組織を有する唯一のひきこもり当事者団体として世代を越えて共に連携・協働し全国の市町村単位・地域単位まで活動が広がることを目指す ③私たちはひきこもっている本人とその家族が安心して暮らしていくために偏見と排除のない包摂社会と生き方の多様性を認められる地域社会を目指す ④私たちはひきこもっている本人とその家族が本当に必要としている安心してつながれる地域資源の創出のために本人および家族の意見を各市町村単位で掬いあげていけるような仕組み作りを求める ⑤私たちはひきこもり支援の年齢枠が全国で撤廃されることを求める ⑥私たちは以上の項目を幅広く産・官・民・学が協働することによって誰もが孤立しないで自分らしく安心して暮らせる共生社会の実現を目指す (2日間で494名参加)



★下記プログラム表の黒文字が月例会 紫文字が学習会で行うものです。※家族 当事者限定

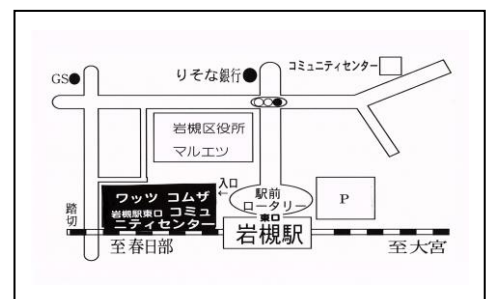
2/3(日)	13:00	東京大会分科会 DVD「発達障害」	DVDの後アンケート調査	岩槻WATSU 5F
2/8(金)	13:30	社会への参加と今後の課題	高橋 晋 家族相談士	岩槻WATSU 2F
3/10(日)	13:00	長期化・高齢化と親の役割	高橋 晋 家族相談士	岩槻WATSU 5F
—	—	3月の金曜学習会はお休みです		—
4/7(日)	13:00	障害年金ってどんな人がもらえるの?疾病や通院歴は?申請するときのポイントは?	浜田裕也 社会保険労務士	岩槻WATSU 5F
4/12(金)	13:30	聴き方・話し方 教室 ①	瀧本 裕喜 カウンセラー	岩槻WATSU 2F
5/5(日)	13:00	子どもとの関わり / 制度の利用	田口 ゆりえ 代表理事	岩槻WATSU 5F

費用…日曜日は月例会参加費 1,000 円 ※会場・日程…上記プログラムで最新情報をご確認ください

金曜日は 1,500 円(一家族) 青年は無料

アクセス…東武アーバンパークライン 岩槻駅下車 東口徒歩すぐ
 会場…岩槻駅東口コミュニティセンター 通称ワッツコムザ
 (ワッツコムザの電話 048-758-6500)

お問い合わせ…田口 080-3176-6674 048-651-7353



就労移行支援 『きずな工房』のご案内

★事務局の近くにある就労移行支援事業所「きずな工房」。機械部品の組み立て作業を行い賃金が出ます。(椅子に座っての軽作業)就労へ半歩進めたい方は体力回復と就労訓練にお役立てください。2年間継続利用できます。(1h/1日利用可)利用者負担金なし。交通費は自己負担。市内、市外の方。精神、発達、知的、難病の方対象。男女65才未満の方OK★医療機関に受診されていない方はご相談ください。書類提出で対象となります。★見学、相談、体験、ご希望の方は下記にご連絡を!★けやきの会元当事者が現在7名(男性4名女性3名)通所しており就労訓練中。3名はすでに就職しました。

<< 『きずな工房』 就労移行支援事業所 >>

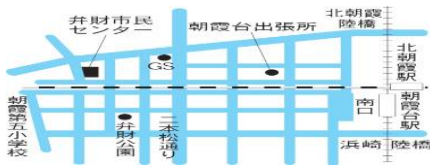
さいたま市北区盆栽町 386 (盆栽踏切、セブイレブンそば)
(アクセス) ・東武野田線大宮公園駅から徒歩 6 分 ・宇都宮線土呂駅から徒歩 8 分 ・大宮駅が高崎線宮原駅からバス 12、13 分
きずな工房 ☎ 048-788-2533
または田口 ☎048-651-7353 080-3176-6674

就労継続 B 型 『ひより工房』のご案内

★『きずな工房の姉妹施設』。就労が難しい人や就労移行支援はハードルが高い人に適した施設です。本人の体調に合わせて無理なく長く(年齢制限なし)通える憩いの居場所。仲間やスタッフさんと軽作業(内職など)を行います。★自信がいたら「きずな工房」へ移ることもできます。★現在けやきの会から1名利用。★下見、見学、相談はお気軽に連絡を!! ★無料 さいたま市北区本郷町 166-1 048-780-2917(ひより工房)または田口へご連絡ください

CVN 家族教室 朝霞ルーム (弁財市民センター)

全体会◆1月開催は1月20日(日)14:00~17:30 予約不要
1000円 ミニゼミ「ゆがんだ金銭感覚 小遣い問題をどうするか?」
個別相談は石川へ要予約 3000円/時 弁財市民センター
(訪問サポート・南国への旅費・滞在・サポート 等有料)
訪問サポートは個別相談のうえ 青年居場所は無料 18:30~
◆お問い合わせ…石川(留守電にメッセージを!)
(070-5655-8376)または hangin83.jp@ybb.ne.jp



当事者居場所 さくら草クラブ

会場は岩槻ワッツ 2 階 年齢の上限はなし

🌸[ココ・カラ すまいる] 1/21(月) 14:00~16:30

こころとからだを笑顔にしよう!!

軽い体操とゲームで心と体をほぐしませんか。今月も楽しい企画で遊びますよ。気が向いたときだけでも参加OKです。仲間に会ってみよーかな~と思い始めた人はお気軽にどうぞ! 親ごさんだけの参加も大歓迎ですよ!



🌸[仕事体験ができる居場所 2/3(日)]

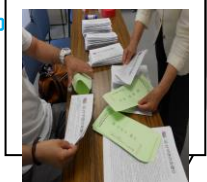
居場所を兼ねた仕事体験です。月例会日の午前10:00から1時間、会報の封入作業を、午後は月例会の受付補助と封筒の切手貼りを行っています。ご本人の体調に合わせて、午前のみ、午後のみでも参加いただけます。まだ働く自信がないと思っている青年に最適です。最初は親ごさんと同伴いただく事もできます。

◇青年たちへ、相談タイムを設けています (会員無料)

◇会話の SST(トレーニング)希望者に実施中

◇おやごさんのみの参加やお手伝い、親子ペアの参加も歓迎

◇50才代の男性女性もちろん歓迎



●県内の就労移行支援事業所(公的機関)の情報を知りたい方はご連絡ください「生き抜く」の冊子にも掲載しています

●おすすめ図書「子育てが終わらない」…小島貴子 斎藤環

「親亡きあとの子のマネーぷらん」ハンドブック紹介 KHJ けやきの会 作成 保存用



将来の子の経済に漠然としたイメージや不安を抱いていませんか?本書はキャッシュフロー表の作成だけで終ることなく問題を明らかにしたうえで今から講じられる具体案を提示しています。実行に移しやすい内容となっています。

月例会場 1000円 / 送付ご希望 1200円 (郵便払込票を同封してお送りします)

◆送付ご希望の方は葉書にて下記要領でお申込みください

〒番号、ご住所、お名前、「親亡きあとの子のマネーぷらん」と明記
葉書の宛先・・・〒330-0836 さいたま市 大宮区 大原 7-2-1-1-5
諏訪部 絹枝 宛

親亡きあとの子のマネーぷらん

働けない子どもが一人になったとき

困らないように、今から行動するための本

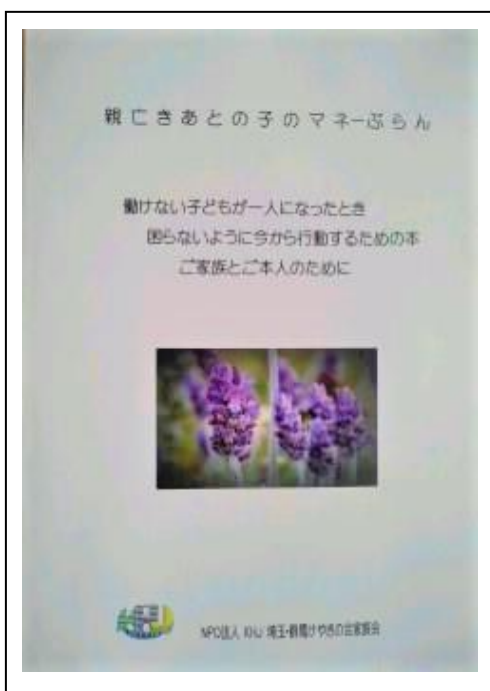
ひきこもりの子どもを持つ親(親の会)が

同じようにひきこもりの子どもを持つ

親ごさんをご本人のために書きおろしました

保存版としてご購入しお役立てください 具体的提案も載せています

価格：月例会場 1,000 円 送付 1,200 円 (NPO 法人 KHJ 埼玉けやきの会家族会)



◆送付ご希望の方は葉書にて
下記要領でお申込みください
郵便振り込み用紙を同封してお送りします

◇葉書の宛先

〒330-0836

さいたま市 大宮区 大原 7-2-1-1-5

諏訪部 絹枝 宛

◇〒番号、ご住所、お名前

「親亡きあとの子のマネーぷらん」ハンドブックの送付をお願いします、と明記してください