



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「けやきの会家族会」会報 No175 (2019年5月5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/>

前回 (4月7日) の月例会では

「第一部」ガイダンス けやきの会田口代表

・居場所「ココ・カラ すまいる」の報告・内閣府発表のひきこもり実態調査のお知らせ・**7月からの月例会・学習会 会場の変更**について。**新たな会場は追ってお知らせします。**(ワッツは7月から来年2月頃まで工事の為使用できなくなります)・B型事業所「つみ喜」の紹介・ブレイク体操が行われました。

★本日の講演「障害年金ってどんな人がもらえるの?」浜田裕也 社会保険労務士 ファイナンシャルプランナー

「障害年金ってなに?」・・・病気やけがによって日常生活や仕事などが制限されるようになった場合、受け取ることができる年金のことで、精神疾患では、統合失調症、うつ病、双極性障害、発達障害、てんかん、知的障害が対象となり、日常生活や仕事などのくらい制限されるのかによって決まります。診断名がつけば障害年金が一律にももらえるわけではなく同じ診断名でも、もらえる人ともらえない人がいます。日常生活能力(適切な食事や身の清潔、金銭管理等)、病状、社会性、など様々なことを考慮し総合的に判断します。

「障害年金の種類は?」・・・障害基礎年金では1級、2級。障害厚生年金では1級、2級、3級があり1級は障害状態が最も重いため金額が高くなっています。

「もらえるとして金額はどれくらい?」・・・初診日が国民年金に加入中(20歳以降)または20歳前であること、その他種々の要件が満たされているとして、2級の場合 年額780,100円 月額約65,000円が支給されます。障害年金の級と精神保健福祉手帳の級はまったく別物です。「障害年金の級で何級になりそうですか?障害年金が請求できるくらい症状は重いでしょうか?」と主治医に聞いてみるのも一つの方法です。

「支給要件として少なくとも3つのハードルをクリアする必要があります」・・・①「初診日」とは、障害の原因となった病気やけがについて初めて医師の診療を受けた日のこと(病名が判明した日≠初診日)

②「納付要件の原則」とは、初診日の前日において、当該初診日の属する月の前々月までに国民年金の被保険者期間がある場合には、当該被保険者期間に係る保険料納付済み期間と保険料免除期間を合算した期間が、当該非保険者期間の3分の2以上あること。但し2026年3月31日までに初診日がある場合に「特例」があります。この場合、初診日の前々月までの直近1年間で未納がないことが必要です。

③「障害認定日」とは、初診日から1年6か月たった日のことをさします。障害年金の手続きができるのは初診から1年6か月たってからとなります。障害認定日に症状が軽くても、その後症状が重くなった場合、事後重症請求ができます。

「年金事務所または役場の年金課での窓口相談のポイント」・・・委任状があれば親が本人の代理で手続きも可能です。身分証明書、傷病名、初診日、通院・入院歴、治療内容、家での様子、就労状況などメモしておきましょう。提出書類が非常に多く手続きに労力と時間を要することを覚悟して始めましょう。

★「本日、ご講演いただいた浜田裕也さん(社会保険労務士)に手続きのすべてを依頼することもできます」

その際の費用は約13万円(成功報酬の額)です。不支給の場合は医師診断書料、交通費、切手のみ負担。

「浜田さんへの連絡」☎ 090-3692-0320(対応中は留守電にて受信後おろかえし連絡をさしあげます)

6月の月例会は6月2日(日) 午後1時から受付 ワッツコムザ 5階(地図3ページ)

6/2(日)は2019年度けやきの会総会を開催します。皆様ご参集をお願いします。総会のあとは2018年度に実施の「けやきの会アンケート調査結果」を説明します。後半はひきこもりの元経験者(男性と女性の計3人を予定)をお招きしてグループ別のフリートークを行います。昨年はじめた企画ですが、たいへん好評でしたので今年も開催することになりました。元当事者の生の声を聴き、直接アドバイスを受けられる機会となります。

6/2 月例会「元当事者と語ろう」

6/2(日)は総会のあと、月例会にて元当事者をお招きしグループ分けのフリートークを行います。昨年はじめた企画ですが、たいへん好評をいただきましたので、今年も実施することになりました。元当事者の生の声を聴いたり直接アドバイスを受けられる機会となります。

【兄弟姉妹の会(第2回)】 ワッツ 2Fにて
6月22日(土)14:00 飛び入り参加もできます

電話相談 (無料) 月・水 9時～11時半
048-651-7353 通話料は利用者負担
080-3176-6674 (事務局 田口)

お問合せはお気軽に上記の田口へ

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)

🍷 各種 個別相談 訪問支援 きずな工房・ひより工房への同行支援 個人情報を守ります
田口代表、今城カウンセラー、林見KHJ認定ピアサポーターが対応

📅 土日祝も対応

★年会費 2019 年度分の納入をお願いします 9/30 までに納入いただくと幸いです

★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。2019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。①令和元年 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」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
- ◎ 神奈川県「虹の会」安田賢二 ☎080-2107-1171
- ◎ 長野県「らい鳥の会」唐澤秀明 ☎080-3433-4904
- ◎ 群馬「はるかぜの会」榎本明 ☎080-3727-8726
- ◎ NPO 法人千葉「なの花会」藤江幹子 ☎070-2191-4888
- ◎ 山梨県「桃の会」篠崎博子 ☎0554-66-4073
- ◎ 横浜「ばらの会」鈴木恵美子 ☎090-5764-3366
- ◎ NPO 法人とちぎ「ベリィ会」齋藤三枝子 ☎028-627-6200
- ◎ 「町田家族会」上野亨二 ☎042-810-3553
- ◎ 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 年会費 1 万円)(賛助会員 入会金 4 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。下見も可。また事前に事務局の田口へ電話にてお問い合わせもできます。048-651-7353 留守の場合 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

5月金曜学習会

『無条件の肯定的関心とは』

家族相談士 高橋 晋先生

1. 相手に聴く姿勢がないと本人は話せない ひきこもる子は相手の雰囲気を感じとるので相手が話を受け入れる状態でないと、伝えたい事を引っ込めてしまいます。子を理解しようとしている姿勢を伝えることが大事です。**2. 会話以前の関わり** 「行ってきます。ただいま。」など子にあいさつや声掛けをする事で日常の家族の自然な温かさが伝わります。**3. 本人から話が出てきたとき** 子が緩み始めると親に少しの事でイライラをぶつける事がありますが、回復の兆しと理解して動揺しないで受けとめます。親と子で過去の事実(出来事)にくい違いがあったとしても子の事実をそのまま受けとめます。わだかまりや怒りを吐き出し過去の子の気持ちに寄り添って聴きます。また子と一緒に時間が増えてきたら TV や天気など会話のベースを広げましょう。自分の気持ちが親に伝わったと感じられる事が子には大事です。**4. 『無条件の肯定的関心』の本当の意味** 表面で親に対して言う言葉と意識下で親に求めているものは異なっている事があります。子の無意識に求めている気持ちをキャッチできるような感性が大事です。子は家の中で安心できる、リラックスできる事を求めています。自然な親子関係に近づいていくと、自分を肯定する気持ちが出てきます。またお小遣いがある事で自分の欲求と充実感を育てられます。欲求や充実感は社会に出たときに適度な自己主張ができるベースになります。**5. 肯定的受容から深い理解と信頼へ** 子は自分が出したサインを親が受けとめてくれると実感すると信頼関係が築けます。子と向き合うひとつひとつの積み重ねと親の余裕が必要です。待つだけでなくこれから先の成長につながる提案などのやり取りをしながら、子の状態を確認していく事も大事です。**少し踏み込んだ提案をしたとき**に本人が示した反応や行動から子の状態を知ることができます。例えばパンフなどを手渡したとき子が即座に突き返した場合、「今はまだ見たくない、もっと自分と向き合ってほしい」。さっと見て返した場合、「興味はあるがまだエネルギーが足りない。けれど親の提案は受け入れている」。パンフをしっかりと持って行った場合、「自分にとって大切な情報なのでとっておこう」というように、それぞれの回復段階において示す反応ととらえられます。

★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

5/5(日)	13:00	制度をかしく活用しよう	田口 ゆりえ 代表理事	岩槻WATSU 5F
5/10(金)	13:30	過去へのこだわりと親へのわだかまり	高橋 晋 家族相談士	岩槻WATSU 2F
6/2(日)	13:00	元当事者と語ろう(グループトーク)	元:経験者の男女3人	岩槻WATSU 5F
6/14(金)	13:30	居場所・支援者をつなげる	高橋 晋 家族相談士	岩槻WATSU 2F
7/7(日)	13:00	CRAFT を活用した家族関係の改善①	野中 俊介 臨床心理士	コミュセンいわつき
7/12(金)	13:30	自発性・主体性を育てる	高橋 晋 家族相談士	コミュセンいわつき
8/4(日)	13:00	トラブルには意味がある	高橋 晋 家族相談士	コミュセンいわつきの予定です
8月の学習会はお休み		8月の学習会はお休み		

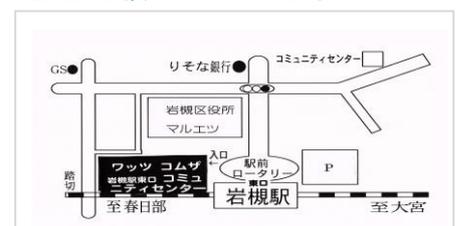
費用…日曜日は月例会参加費 1,000 円 ※会場・日程…上記プログラムで最新情報をご確認ください

金曜日は 1,500 円(一家族) 青年は無料 (但し親ごさんに入会をお願いしています)

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★医療機関を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!★けやきの会の青年が現在2名(女性2名)通所し就労訓練中。★7名(男性6女性1)はすでに就職しました。さいたま市北区盆栽町386(盆栽踏切、セブンイレブンそば)(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

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。体調に合わせて無理なく長く(年齢制限なし)通えます。軽作業(内職など)を行います。★下見、見学、相談はお気軽に。★利用は無料 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。

就労継続B型 ワークステーション『つみ喜』のご案内

★社会へ半歩踏み出してみようと思ったとき、『つみ喜』のやさしいスタッフが温かく迎えてサポートしてくれます。おせんべいの袋にシール貼りをするなど軽作業をとおり、ゆっくりと人に慣れていきましょう。生活リズムも無理せず徐々に整える練習ができます。

現在、当会から女子1人が通所中です★就労支援も可。★料金無料。連絡は下記又田口へ。同行支援もしますからご連絡ください。

さいたま市見沼区東門前461-1 七里駅徒歩3分 048-720-8639

CVN 家族教室 朝霞ルーム (弁財市民センター)

全体会◆5月の開催日程は5/26(日)14:00~17:30 予約不要
弁財市民センター ミニゼミ「かわいい子には旅をさせろ」
(訪問サポート・南国への旅費・滞在・サポート等有料)

青年居場所 18:30...



◆お問合せ 石川(留守電にメッセージを) (070-5655-8376) または hangin83.jp@ybb.ne.jp

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ナーぷらん」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

ページ 4

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] 5/20(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、朗読などで心と体をほぐしませんか。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や下見もできます。



🌸[仕事体験ができる居場所 6/2(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しています。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才代の男性女性ももちろん歓迎

◇おやごさんにはけやきの会入会を



●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

●おすすめ図書

「社会的ひきこもりから自立への歩み」...注文はfaxにて06-6768-2527 おおさか教育相談研究所

「親亡きあとの子のマナーぷらん」ハ

「兄弟姉妹 パートナーの会」

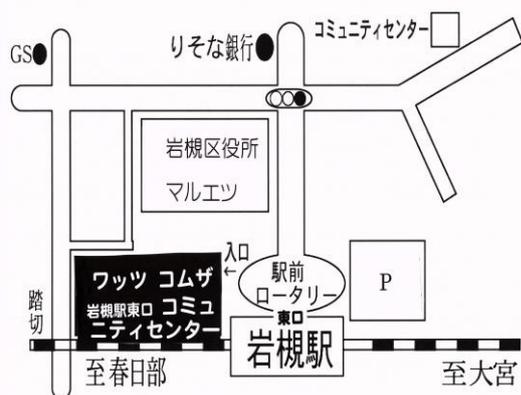
- 8050 問題で親が動けなくなってきた今、兄弟姉妹が親と違う距離感の中で本人との関わり方に苦しむことも多い親と本人の関係性から疎外され、寂しい思いをしていると
 - パートナーが仕事につまづきひきこもったため家庭が混乱しているという悩みも増えています
- そこで同じ仲間が集まって悩みを吐き出し気持ちを楽にしませんか
- 日時：2019年6月22日(土) 14:00
 - 会場：WATSU ワッツ岩槻駅東口コミュニティセンター 2階

■ 主催：NPO 法人 KHJ 埼玉けやきの会 家族会 担当：田口ゆりえ代表

今城容子カウンセラー

■ 参加費：500円 非会員の方のご参加もお気軽にどうぞ！

<お申込> KHJ 埼玉けやきの会 事務局 (田口) 048-651-7353 080



ワッツ岩槻駅東口コミュニティセンター2階
(さいたま市岩槻区本町3-1-1)
☎048-758-6500
アクセス:東武アーバンパークライン岩槻駅
東口下車 徒歩0分

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

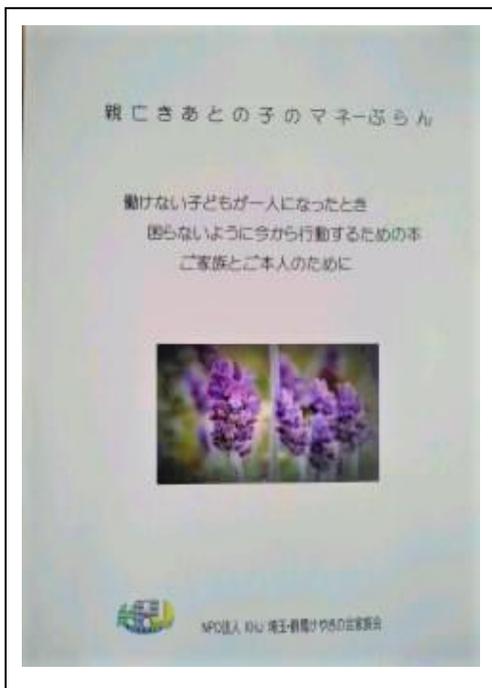
ひきこもりの子どもを持つ親(親の会)が

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