



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 No177 (2019年7月7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 (6月2日) の月例会では

★ガイドス けやきの会 田口代表

・KHJ 本部関係(旅立ち 川崎市殺傷事件に関する本部の声明文)・居場所「ココ・カラ すまいる」のご報告と6月の活動予定・月例会、学習会の会場 変更について案内がありました。

★「2019 年度定期総会」を開催しました…はじめに議長から総会開催の会員定足数が満たされた旨の説明がありました。続いて、2018 年度事業報告と収支決算、2019 年度事業計画と予算案の発表、理事の辞任に伴う新理事の選任があり、全員の承認のもとに議案が決議され総会を終了しました。みなさまのご協力ありがとうございました。

★平成 31 年 2 月 3 日実施の KHJ 埼玉けやきの会 調査結果の報告がありました (以下概要です)

・家族が定期的に集まり仲間と繋がり、地域から孤立することなく、互いに悩みを共有しながら子どもへの接し方を工夫した結果、家庭内事件や犯罪、自死の発生がありませんでした。

・「けやきの会月例会・学習会」が「大変役に立つ」「ある程度役に立つ」と100%の人が回答。

・本年度の大きな成果として挙げられることとして、就労移行支援事業所利用者 10 名中 7 名が就職決定、1 名が就職活動中、2 名が通所中です。B 型事業所継続利用者 2 名、となっています。

・悩みを共感できる立場として、先輩家族が後輩家族に同じ目線で寄り添いながら具体的な助言を行うことにより、結果として高い成果につながると実感しています。

・個別の項目では「家族間の関係が改善しつつある」が 71%、「一人で外出できた」は 72%、「家族と一緒に外出できた」は 55%でした。「家事など家庭内で一定の役割がある」は 81%でした。

●「通院している人」の合計割合は昨年度の 21%から 32%に上昇。「精神の手帳を取得している」は 21%、「障害年金を受給している」は 16%、「国民年金に加入している」は 68%、でした。

●「当事者の将来の経済的な見通しがある程度できた」は昨年度の 21%から 39%に上昇しました。

● 80-50 問題が喫緊の課題となり当事者を含む家族の不安が重くのしかかっています。

今年も当会で作成した冊子「親亡きあとの子のマネーぱらん」の発売および「親亡きあとの子のマネーぱらんグループ勉強会」の開催を予定しています。

● 平成 29 年 4 月から開催を開始した居場所「ココ・カラ すまいる」(心と体を笑顔にしよう)は現在女子が 3 名参加し、体操やデザイン画、ネイルアート、カードゲームなどで楽しく過ごしています。

● 家族や当事者が地域から孤立せず仲間を得て相互の支えあいと安心感のもと、元気になり回復のための学びを得ながら生きていけるように、さらに「生き抜くために必要な経済的な問題の解決」と「当事者の自立生活」「地域にある支援機関との連携」にむけて寄与していく所存です。

★「経験者と語ろう」は 4 名がグループに分かれて入り有意義なフリートークが行われました。(内容略)

8 月の月例会は 8 月 4 日(日) 午後 1 時から受付 コミュセシ いわつき (地図 3 ページ)

8/4(日)の月例会は高橋晋先生による「トラブルには意味がある」のお話をお聴きします。学習会でおなじみの高橋先生ですが、8 月の月例会でお話を聴けるまたとない機会です。先生ご自身の経験からにじみ出る語りはもとより、関わり方を親と子の双方の目線で解説しながらいつも丁寧にお話していただいています。

「トラブルは本人からのメッセージ」です。ひきこもりの子どもの理解を深めるために是非お集まりください。

【兄弟姉妹・パートナーの会 (第3回)】

9月21日(土)開催 14:00

コミュセンいわつき (地図3ページ)

兄弟姉妹の多くの方は悩みを誰にも打ち明けられずひとり苦しんでいます。苦しい時、辛い時、ひとりで悩まずに同じ仲間と会い、つながりを持ち、ご自分の人生における支えにしましょう。飛び入り参加もできます。 グループ参加 500円 個別相

電話相談 (無料) 月曜日 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)

たまに都合で予告なく休止することがあります

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公認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・つみ喜への同行支援

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 個人情報を守ります

土日祝も対

★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「ベリー会」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

★次ページに月例会、学習会プログラム・当事者居場所・連携機関・家族教室その他を掲載 どうぞご覧ください

6月金曜学習会 『居場所・支援者につなげる』 家族相談士 高橋 晋先生

1.外につながる以前に必要なこと 外とつながる前段階として ・自分(子)の気持ちを親が受け止めてくれるという信頼関係を築くこと ・周りに合わせるのではなく、「これは自分の好きなこと」「これはプレッシャー」等を自分で感じ、感情や感覚をとり戻していくこと ・家の中での役割を持ち、人の役に立つことで自信を持つことが大切です。

2.外への興味・関心から 子の気持ちに余裕がなく人に対する緊張も強く、親子関係もよくない時は支援等の話から逃げてしまいます。子の気持ちがどの方向に向いているか、どういう話なら抵抗なくできるかを日常の中で親が感じとり、子の好きな施設を一緒に見に行く等、外に対する緊張感を和らげながら、その先で人とつながることを考えていきましょう。

3.居場所へのつながり方 ・親からの情報提供と提案…試しに親の会等でもらったパンフを子に手渡してみた時、すぐに返すようなら、まだ外に気持ちが向いていません。子が動き出した時は、否定せずに受け止めましょう。逆に強く勧めると親のために無理に動こうとしてしまいます。一緒に考えながら

子自身が選んだという感覚を持てるようにしましょう。・訪問はタイミングと相性…親が焦って訪問の人を呼んでしまうと親に不信感を持ちます。好きなことを共有できる人、雰囲気の子と同じ人等、相性はとても大事です。・本人が居場所に興味を持ってから…まず親が見学に行き「こういう人が来ていたよ」「スタッフのいい感じだよ」等、子がイメージを持ちやすいように伝えましょう。

4.居場所の種類と相性 ・宿泊型…ひきこもりの特質を理解し、じっくり関わってくれる所で子が自分で希望することが大切です。・通所型…プログラムのある所、本人にまかせる所等、子に合った場所を見極めましょう。・自助グループ等…上から目線の支援ではなく、当事者同士がやっていることを伝えましょう。

5.居場所や支援者との関係を通しての成長 上手くいかないことがある時、親は先回りせず、子の愚痴を吐き出させることが大切です。子の側にも課題があることを気づけるようにしたり、人との関係をどうつくっていくかの視点で親も考えていきましょう。スタッフに自分の気持ちを話したり、少しずつ人に頼っていけるようになるとういことです。

6.外につながり始めてからの親の役割 親は落ち着いて構え、子の気持ちを受け止め「どうすればいいかしらね」等と返し、直接的なアドバイスは控えます。子は外でのストレスをいっぱいためこんでくるので、家で十分に吐き出せる関係をつくっておくことが大切です。

★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

| | | | | |
|------------|-------|-----------------------------|--------------|------------------|
| 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 |
| 8月の学習会はお休み | | 8月の学習会はお休み | | |
| 9/1(日) | 13:00 | 「聴き方・話し方教室 ①」 | 瀧本 裕喜 カウンセラー | コミュセンいわつき |
| 9/13(金) | 13:30 | ひきこもりと社会の変化 これからの働き方・生き方 | 高橋 晋 家族相談士 | コミュセンいわつき |
| 10/6(日) | 13:00 | 「聴き方・話し方教室 ②」 | 瀧本 裕喜 カウンセラー | コミュセンいわつきの 予定 |

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

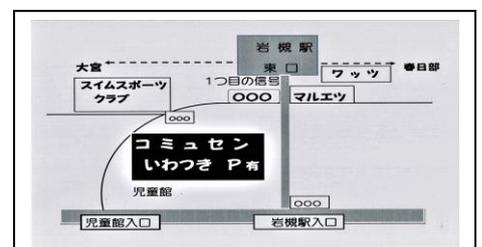
金曜日は 1,500 円(一家族) 青年は無料

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 6 分

会場…コミュニティセンターいわつき 専用 P 有

(コミュセンいわつきの電話 048-758-1980) 岩槻区本町 1-10-7

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！★けやきの会の青年が現在3名(男性2女性2)通所し就労訓練中。★8名(男性7女性1)は就職しました。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。

New 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◆7月の開催日程は7/15(月祝)14:00~17:30 予約不要
弁財市民センター ミニゼミ「発達パ・ソサリテの歪み 暴言 暴力」
(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

当事者居場所 さくら草クラブ

会場はコミュセンいわつき 年齢上限はなし

🌸[ココ・カラ すまいる] 7/15(月) 14:00~16:30

7月は屋外活動となります。

上尾の原市沼へ古代蓮を観に行きます。

ニューシャトル大宮駅改札口前に 10 時に集合してください。

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。仲間に合わせてみよーかな~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 8/4(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



●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対策を具体的に提示。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



「兄弟姉妹 パートナーの会」

●兄弟姉妹の多くの方は悩みを誰にも打ち明けられずひとり苦しんでいます。苦しい時、辛い時、ひとりで悩まずに仲間と会い、つながりを持ち、話したり聴いたりし、ご自分の人生における支えにしましょう。

飛び入り参加もできます。

グループ参加 500 円 個別相談別途

●日時：2019年9月21日(土) 14:00

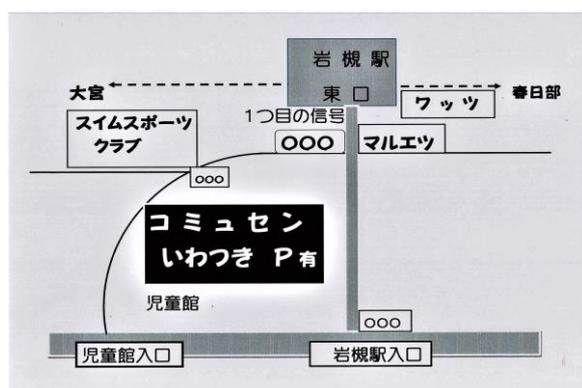
●会場：コミュニティセンターいわつき

■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

■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



コミュニティセンターいわつき
(さいたま市岩槻区本町 1-10-7)

☎048-758-1980

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7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

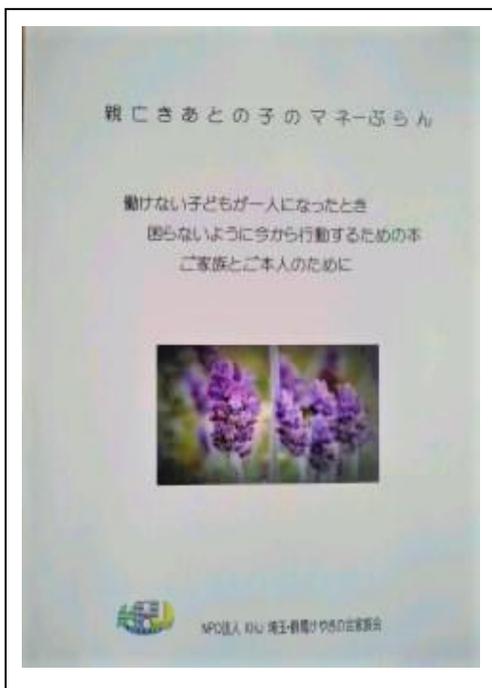
ひきこもりの子どもを持つ親(親の会)が

同じようにひきこもりの子どもを持つ

親ごさんとお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