



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 埼玉支部

特定非営利活動法人 KHJ 埼玉「けやきの会家族会」会報 No189(2020 年 7 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.khi-keyaki.com/

前回(6月7日)は総会を開催しました。開催にあたり皆様から委任状 110 通、議決権行使書 2 通を受取り総会開催の定足数は満たされました。当日は理事 3 名、監事と司会各 1 名、会員2名が出席という異例の開催でしたが、全員の承認のもと各議案は議決致しましたので紙面をお借りし報告申し上げます。

7月からけやきの会の活動をすべて再開します。感染防止対策に全力をあげて準備してお待ちします。

参加の皆さんはマスク必須、マイボールペン、大声で話さない、フリートークはしないようご協力お願いします。
★「家族のお金と親亡きあとのマネーぷらん」前月の6月号でモデル家族のキャッシュフロー表を提示しま
た。これを参考にして各家庭にてキャッシュフロー表の作成を課題にあげました。作成された方は如何でし
たでしょうか? 子の将来のお金の見通しがついた、と安堵した親御さんはわずかだと思われます。しかし、

ここからが本番です。連載の最終回となる今月は、対策案をいくつか提示します。あきらめず可能な限り各家庭に応じて対策を練り、覚悟を決めてできる限り実行に移しましょう。

≪7. 今から講じられる対策を検討し可能な限り実行しよう≫

- a) 収入を増やし支出をおさえる・・高価なレジャーを身近で安価な公民館活動等に切り替え心豊かな生活にする。健康に良い手作り料理や散歩で健康寿命を延ばす。ポスティングや介護施設のアルバイトなどで収入を増やす。家賃が高い場合は住み替えする。都市部なら駐車場の経営で土地活用を検討など。
- b) 国民年金(老齢基礎年金)の保険料を継続して支払っているか、免除申請か、確かめる・・親御さんの負担は大きいと思いますが子が65歳になってから受け取れる年金なら、それを原資に不足分を補うという計画を立てられます。また確定申告すれば扶養控除の他にも扶養する子のために納付した社会保険料として控除を受けられます。保険料を支払う余裕がないという家庭でも免除申請して未納期間扱いされずにすみます。
- c) 国民年金基金(国民年金基金令にもとづいた公的年金)・・国民年金(老齢基礎年金)に上乗せする年金のため、国民年金の納入が前提条件です。将来設計にあわせて自由にコースを選ぶことができます。掛金を一時的に払えなくなったり、途中で就職し厚生年金に切り替わっても、納めた金額に応じて65歳から受け取れます。また社会保険料控除の対象となり確定申告すれば全額が控除されます。20歳以上から加入でき、早い年齢で加入すると掛金が安くすみます。
- d) 障害年金を受給できないだろうか・・統合失調症、躁鬱病、非定型精神病、てんかん、中毒精神病、器質精神病、身体症状を伴う発達障害などが主な対象となります。精神科へ通院しながらまずは医師に相談します。 障害年金の申請は何度でもトライできますが社会保険労務士に依頼する方法もあります。初診日の前々月までに3分の2以上の期間で年金保険料を納めていることが要件です。
- e) 余裕があれば生命保険・生命保険信託を利用する…あらかじめ受取人を指定しておき確実にひきこもりの子にお金を遺すことができます。生命保険信託は親の死亡時から一定期間にかぎり分割して受取人に保険金をわたす仕組みとなっています。

7月の月例会は7月5日(日)午後1時から受付 ワッツ(岩槻駅東口コミュセン)(地図3ページ)

7月例会は藤田孝典氏をお迎えしお話をうかがいます。藤田氏は NPO ほっとプラスの理事を務める社会福祉士。バブル崩壊期における年越し派遣村の支援活動から始まり、現在は「生存のためのコロナ対策ネットワーク共同代表。 反貧困ネット埼玉代表。最新刊に「棄民世代」「中高年ひきこもり」「下流老人」。聖学院大学客員准教授。

- ページ1

New! 【オヤジの会好評開催】

月例会終了後、岩槻駅東口駅前のサイゼ

リアでオヤジの会をひらきます。お父さ

ん同士で心おきなくなんでも話し合い、

【兄弟姉妹の会】9月19日(土) 14:00

岩槻駅東口コミュセン(ワッツ西館)2階 親御さんが高齢になり悩みが深くなってきた という兄弟姉妹の声が聴かれます。 仲間と会い 悩みを分かち合いヒントをもらって楽になり ましょう。500円 6月20日は中止

こなっています (留守の時もあり)

電話相談は随時お 📑 New! 【ハガキ訪問】 本人宛に葉書をお出し します。ご相談ください

: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)

土日祝も対応

各種 個別相談 訪問支援 きずな工房・つみ喜への同行支援

田口代表 林見、今城 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 2020 年度分の納入ありがとうございます

未納の方は6月号会報に同封の郵便払込票にてお支払い願います

★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。2020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、等に充てさせていただいております)★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2年6月号同封の郵便払込票をご使用 ②月例会、学習会受付にてその場で納入 ③郵便局に設 置してある郵便払込票に記号番号(下記)を記入しお支払い。 =☆=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払込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」印刷、郵送、会場費などの必要経費です。会員の皆様のご理解とご協力お願い致します。 ★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お願いします。

- ◎ NPO 法人「楽の会リーラ」市川乙充 (火・木 13:00~17:00)② 西東京「萌の会」須賀啓二 FAX 03-3883-2358◎ 山梨県「桃の会
- ◎ 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 2 080-3433-4904 6200
- ◎ 群馬「はるかぜの会」担当者 2080-9373-4760
- ◎ NPO 法人千葉「なの花会」藤江幹子 2070-2191-4888
- - ◎ 山梨県「桃の会」 篠崎博子 2 0554-66-4073
 - ◎ 横浜「ばらの会」滝□陽子 2045-370-9195
- ◎ NPO 法人とちぎ「ベリー会」齋藤三枝子 2028-627-
 - ◎ 「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

「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」入会手続ができます。(下見2千円) 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 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 どうぞご覧くださし

KHJ 埼玉群馬**けやきの会** 回復のための**常設プログラム** 継続はカ

~常設の総合学習会です。 継続は力、初心の方も長期の方も青年達も一緒に学びましょう~

冊子「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

ご家族とご本人のために





作成 発行 平成 30 年 7 月 NPO 法人 KHJ 埼玉けやきの会家族会 月例会、学習会にて販売します(1,000円) 送付を希望される方は下記を葉書に明記のうえ お申し込みください。

お名前 郵便番号 ご住所 電話番号 「親亡きあとのマネーぷらんを申込み」と明記 送付の場合は送料込みで 1,200 円 払込票を同封してお送りします 葉書のあて先 〒330-0836 さいたま市 大宮区 大原 7-2-1-1-5

諏訪部 絹枝 宛

★下記プログラム表の黒文字が月例会 紫文字が学習会でおこなうものです

| 7/5(日) | 13:00 | 中高年のひきこもり | 藤田孝典 ほっとプラス | 岩槻WATSU 5F |
|----------|-------|------------------------------|--------------------------|------------|
| 7/10 (金) | 13:30 | なぜ、ひきこもったのか~本人にと ってのひきこもり | 高橋 晋 家族相談士 | 岩槻WATSU 2F |
| 8/2(日) | 13:00 | お金の見通しとキャッシュフロー 表の作成 | 浜田裕也 日本 FP 協会 社会保険労務士 | 岩槻WATSU 5F |
| 8/7 (金) | 13:30 | 気がかりをイメージで取り組む (フォーカシング①) | 高橋 晋 家族相談士 | 岩槻WATSU 2F |
| 9/6(日) | 13:00 | 親と子の傾聴ワーク | 上田理香 KHJ 本部事務局長 | 岩槻WATSU 5F |
| 9/11 (金) | 13:30 | 深い自分とつながる (フォーカシング②) | 高橋 晋 家族相談士 | 岩槻WATSU 2F |

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)青年無料(但 親ごさんは入会)専用 P 無

岩槻駅東口コミュニティセンター(ワッツ西館) 本048-758-6500 岩槻区本町 3-1-1 (岩槻駅東口 1分)

お問い合わせ…田口 080-3176-6674 048-651-7353

就労継続支援 B 型『きずな工房』のご案内

★事務局の近くにある就労継続支援事業所「きずな工房」機械部品等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)生活リズムの立て直しや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。希望者には就職のサポートもおこないます。(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 5 名(男性 3 女性 2)通所中。

★8 名(男性7女性1)は就職しました。

さいたま市北区本郷町 166-1(ベルクそば ファミリイマート隣) (アクセス) ・JR宇都宮線 土呂駅西口 から徒歩13分

・大宮駅東□から 宮原駅東□行きバス 前原下車 徒歩5分

きずな工房 2048-788-2533 または田口 048-651-7353

就労継続支援 B 型『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し、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★就職のサポート も実施。★利用料無料。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月開催は石川清氏にお問合せください 弁財市民センター 個別相談 ミニゼミ 14:00~17:30 プログにて要ご確認。 (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(留守電にメッセーを) (070-5655-8376)

- ●推薦図書 当会作成「学習会記録集」月例会、学習会にて販売1,000円 送付は1,300円
- ●県内の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。

当事者居場所 さくら草クラブ 会場は岩槻ワッツ 年齢上限なし

〔*ココ・カラ すまいる〕*初めての方は要ご 連絡

・・・・こころと体を笑顔にしよう・・7/15(水) 14:00~16:30 実施 大宮公園駅改札口 14 時集合、博物館の見学を予定しています









〔仕事体験ができる居場所 8/2(日)〕実施

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おこないます。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。親ごさんと同伴いただく事もできます。

- ◇青年たちの相談タイム(無料)
- ◇会話の SST(トレーニング)希望者に実施中
- ◇おやごさんのみのお手伝い、

親子ペアの参加も歓迎

- ◇50 歳代の男性女性も歓迎
- ◇おやごさんにはけやきの会入会をお願いして います
- ◇おやごさんにはけやきの会入会を お願いしています



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

親亡きあとの子のマネーぶらん
動けない子どもが一人になったとき
Bらないようにうから付着するための本
ご客扱とご本人のために

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