



けやきの会便り

NPO法人 KHJ 埼玉「けやきの会家族会」会報 No.209(2022年3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/>

田口代表から..2月例会はコロナ 6 波の最中でしたが月例会を開催し多くの方にご参加いただきました。講演のあとの質疑タイムには切実な状況を吐露する方も多くみられ、皆様の発達障害への関心の高さと困り感を再確認しました。発達障害への学びは今後の企画にも取り入れたいと思います。

★2 月月例会 「引きこもりに発達障害という光をあててみる」 臨床心理士 奥野大地氏

「発達障害は厳密には医療用語ではなく、特性と併存症状の複合体です」という前置きからお話が始まりました。発達障害とは発育・発達のどこかの領域が、どこかの過程で止まる or 滞ってしまうこと。

例 遺伝、栄養、虐待、事故、熱発、てんかん、トラウマ(震災も)、親の死など(発達のどの段階でも起きる)止まらず発達し続ける分野もあるし、止まってしまっている分野を補うために、より発達することもある。

併存症状にはてんかん・知的発達障害、うつ・不安反応・フラッシュバック(トラウマを冷凍保存させやすい)(世の中は・自分は「こうだ」という決めつけ) 薬物依存・行為依存(飽きずに同じ行動を繰り返す)(報酬を待てるかは成熟しないと獲得されない)精神運動興奮の不随意さ(疲れやすい、面倒くさい、多弁、映画のフォレスト・ガンブ…ゴールしても走り続ける)行為障害・反社会性(自分で自分を規定するという段階まで至らない)(反抗期以降の発達が阻害された)

発達障害は、コミュニケーション・対人関係の質、興味の対象が停滞すると⇒自閉症スペクトラム障害・行為障害。計画性実行機能の発達が停滞すると⇒注意欠陥・多動性障害。全般的に知的発達が停滞すると⇒発達遅滞。読み書きそろばんのどれかだけが停滞すると⇒学習障害。性的嗜好の変遷がどこかで停滞すると⇒小児性愛・パラフィリア。反抗期で停滞すると⇒反抗挑戦性障害

大人の発達障害

現状では、かつて発達障害があったことを見過ごされてきた(と想定される)人たちを指している。

いつ起きてもおかしくない災害・親やペットの死などによって成熟の過程をどこかで止めた人は(止めざるを得なかった)「その時点から」発達障害。そのようなことで引きこもってしまうと人間として完成していく、成熟していくための何かが妨げられてしまう。

発達障害という光のもとで見る

引きこもったことで得るものと失うものがある。引きこもったことで滞る成熟(人間的完成)の部分。

発達障害があったから引きこもった部分がある人もいるであろうが、引きこもっている状態にあるため老化＝成熟に向かえない。

心の健康はストレスがなくなった時に、いかに早く元に戻るか(レジリエンス)であるが、辛い時に平気なことが「強さ」ではない。ストレス下でも変わらないことが健康なのではなく、ストレスがなくなった時にいかに早く、引きずらず、元通りに戻るかである。記憶力が良すぎるといやなことがあった場合、関わりたくなる場合がある。

マズローの理論では欲求の階層①生理的欲求②安全と安定③愛情と所属④承認(賞賛)・自尊心⑤自己実現となる。自己実現＝社会貢献であると捉えて良い。

安定とは、明日は先週の同じ曜日と同じだろう。あしたは今日の続きだろう。そこには自分用の席があることと考えられる。親の為、祖父母のために何かをやるということがあったら過小評価してはいけない。

その先に自己実現がある。

New!【障害年金相談 親亡きあとのマネー相談】

「働けない子どものお金を考える会」の
浜田裕也さんが「障害年金申請」や「親亡き
後のお金の組立て」をサポートします。メール、来所相談、訪問、Zoom、にて対応。

090-3692-0320（留守電メッセージを入れて
ください） y-hamada@ab.auone-net.jp

社会保険労務士(障害年金申請サポート)

日本FP協会(ファイナンシャルプランナー)CFP

【兄弟姉妹の会】 次回は 3月19日

岩槻駅東口コミュセン(ワッツ)2階 地図3P
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かかります。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。
(グループ 500円)

電話相談は随時
行っています。
お気軽にどうぞ。
土日祝も対応
(留守の時も
あり)

New!【ハガキ訪問】

本人宛に葉書をお出しし
ます。コロナ終息後に電
話でお申込を！

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 C R A F T 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 C R A F T 公認ワークショップ認定)

🍷 **その他 個別相談 きずな工房・つみ喜への同行支援**

土日祝も対応

★年会費 2021 年度分の納入ありがとうございました

★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。2021 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きます)

★過去退会や休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3年5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(右記)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をお願いします。

★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ご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」 滝口陽子 ☎ 045-370-9195
- ◎ 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」 担当者 ☎ 090-2916-0346
- ◎ 「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 埼玉けやきの会事務局】 : さいたま市北区盆栽町 190-3

入会費用(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、個別相談会場で「けやきの会」ご入会の手続きができます。下見は 2 千円。また事前に事務局の田口へ電話にてお問合せができます。 048-651-7353 080-3176-6674

★次頁に月例会、学習会プログラム、当事者居場所、連携の就労支援機関、その他を掲載。どうぞご覧ください。

～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～

2月学習会は高橋晋先生のお話 ～外への動き出しと親の関わり～



1. 本人の気持ちが外に向かうまで…*家族関係の回復と本人のエネルギーの回復 家族で雑談等会話を増やし、親子関係のわだかまりがなくなりエネルギーが回復すると「退屈だなあやることない?」と言うようになる。***本人の気持ちに沿った関わり** 親の考えを一方向的に話すのではなく、本人の意向を肯定的に受け止め、自分で考えて行動するように誘導する。

2. 動き出しの種類…*好きなこと、趣味からの動き パソコンや音楽など横の繋がりができ、親もそれに対して情報や話題を増やす ***居場所、自助グループなどへの働き** 本人が興味を持った時は親も一緒に見学する。本人が無理な時は親が行き(スタッフ、年齢層など)伝える。本人の動き出しは鈍いので、本人に合わせて焦らず、ゆっくりと向き合う ***受験、各種スクール、資格取得** 資格を多数取得して満足し、足踏みしてその先にすすめないような時は否定せず、努力を認めてやる。通信よりも人とかかわるスクールが良い。***アルバイト、就職活動** 自分で探す場合は、親はそれを見守る。高望みする場合は、それなりの仕事を見つけるが挫折もする。直接否定せず逃げ場を作ったり、本人自身が現実を再認識できるようにしていく。

3. 外への動きが出てこないとき…***外の情報の伝え方** ①居場所、社会参加パンフレットを突き返した→まだ外と向き合えない。②チラッと見て返した→親との関わりとエネルギーを高めてからにしたい。③受け取った→大切な情報。詳細を親と一緒に調べた。前向きになっている。

自発性・主体性をどう育てるか** 「夕食は何がいい?など」日常で本人の話す量を増やし意見、判断力を育てていく。発達障害の影響が大きいとき** 曖昧な事を捉えられない。動き出しに少しずれた動きや極端な行動をとることがある。ある程度は認めて細かく言わない。

4 動き出してからの対応…*「おつかれさま」「お茶でも飲む?」など話しやすい雰囲気作りで不満や愚痴を吐き出すようにする。***「失敗＝挫折」から「失敗＝経験」に** 動き出したことをプラスにとらえる。***家族関係のやり直し** 失敗すると親へのわだかまりに戻るが親は自分を責めない。

5 自分の中の物差しを持つ・育てる 幼少期から本人は周りに合わせようとし自分の感覚、欲求に蓋をしてきた。自分の中の物差しを持ち育て、自分づくりしていくことが大切である。

下記プログラム表の黒文字は月例会 紫文字は学習会にて実施

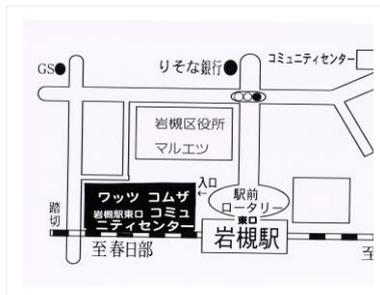
会場・・・岩槻駅東口コミュニティセンター(岩槻ワッツ コムザ) 地図参照

東武線岩槻駅東口から10メートル ☎048-758-6500 岩槻区本町3-1-1

参加費用…月例会(第1日曜日)1,000円 学習会(第2金曜日)1,000円

お問い合わせ…田口 080-3176-6674 048-651-7353

下記プログラムはコロナの状況で変更することがあります



3/6(日) 13:00	ひきこもり兄弟姉妹の会	深谷守貞 社会福祉士	岩槻 WATSU 5F
3/11(金) 13:30	グループ相談 (申し込み不要)	田口代表 他ピアサポーター	岩槻 WATSU 2F
4/3(日)……13:00	ひきこもりと社会制度	深谷守貞 社会福祉士	岩槻 WATSU 5F
4/8(金) 13:30	なぜひきこもったのか～なぜひきこもっているのか	高橋 晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F

就労継続支援 B 型『きずな工房』のご案内

★事務所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生活リズムと体力回復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6名(男性4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 ファミリーマート隣)

〔アクセス〕 ・JR宇都宮線 土呂駅西口 から徒歩13分

・大宮駅東口から 宮原駅東口行きバス 前原下車 徒歩5分

きずな工房 ☎ 048-788-2533

または田口 048-651-7353 080-3176-6674

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

●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 下記の諏訪部宛に申込み。

●県内の公的機関の情報を知りたい方はご連絡を!

当事者居場所 さくら草クラブ

🌿〔居場所 ココ・カラ すまいる〕ワッツ2F
3/16(第3水曜)午後2時から

こころと体をほぐしにきませんか!! 仲間と会ってみたいと思ったら、気が向いたら、お気軽に見学できます。初めての方は要ご連絡。



🌿〔居場所 仕事体験ができる居場所〕
ワッツ2F

4/3(第1日曜)10時から封入作業。11時からミーティング。午後1から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。

◇青年たちへ、相談タイムを設けています (無料)

50歳代の方も歓迎。年齢、性別を問いません。親ごさんのみのお手伝いも歓迎。居場所ご利用に際しては親ごさんのご入会をお願いしています。



New! 🍒 訪問

さくらんぼ会のピアサポーター2人が
お宅に訪問サポートします

火 木 土 1回1時間半 5千円 他交通費千円

【申込電話】 荒井 080-5543-9739

水金 午後2時~4時 金は午後6時~8時も

「親亡きあとの子のマネーぱらん」ハンドブック販売 KHJ 埼玉けやきの会 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ぱらん」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

