



けやきの会便り



NPO 法人 KHJ 埼玉「けやきの会家族会」会報 No.219(2023 年 1 月 8 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/>

明けましておめでとうございます! 今年も宜しくお願い申し上げます。 冊子「親亡きあとの子のマネーぶらん」は只今増刷中です。1 月中に完成予定です。購入ご希望の方は会場またはハガキにてお申込みください。将来のマネーぶらんは、できるだけ早く計画するのが得策です。就労に期待するあまり時間を無駄にしないことも大切です。

★12 月月例会 「障害年金って どんな人がもらえるの?」 浜田裕也氏 社会保険労務士 CFP

①障害年金とは…病気やけがによって日常生活や仕事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。精神疾患では、統合失調症 双極性障害 発達障害など。ひきこもりについては、精神障害の病状の影響により日常生活に制限があるかどうかを考慮する。ひきこもりだけでは受けられない。援助を受けて働いている場合も考慮される。 診断書の項目に日常生活能力の判定がある。(1)適切な食事(2)身の清潔保持(3)金銭管理と買い物(4)通院と服薬(5)他人との意思伝達及び対人関係(6)身の安全保持及び危険対応(7)社会性。この項目だけでなく、家での様子、言動なども主治医に詳しく伝えておくといよい。

②障害基礎年金について…障害年金の種類は、【障害基礎年金 1 級、2 級】 【障害厚生年金 1 級、2 級、3 級】がある。障害基礎年金 2 級の場合、月額 約 65,000 円と支援給付金 5,000 円 合計約7万円が支給される。また、障害年金の級と精神保健福祉手帳の級はそれぞれの認定基準が違うので全く別物。

主治医に障害年金が請求できそうか聞いてみることも参考になる。

③受給要件 3 つのハードル… a)初診日 障害の原因となった病気やけがについてはじめて医師の診療を受けた日のこと。 b)納付要件 初診日の前日においてその月の前々月までに国民年金の被保険者期間がある場合は保険料納付済み期間がその期間の 2/3 以上あること、が原則。 特例もあるが、国民年金を未納状態にしないことが重要。免除・猶予申請をすれば未納にはならないので、手続きは必ずしておく。

c)障害認定日の時の障害状況 障害認定日(初診日から 1 年 6 ヶ月たった日のこと)以降に障害年金の手続きをすることができる。また、症状が軽くても、その後症状が重くなった方は、事後重症請求をすることができる。

④窓口相談のポイント…年金事務所での相談は、予約制。事前に電話し、「誰の相談で誰が窓口に行くのか」を説明し、必要なものを確認する。身分証明書で写真のないものは、2 点の証明書が必要となる。(保険証、通帳、年金手帳など) 相談に行く前には、〈傷病名 初診日 通院歴 治療の内容 家での様子 就労状況〉などをメモしておく。 今までのことを事前に洗い出し、確認して充分準備をしてから話をすること。

⑤3 つの書類のポイント… ・受診状況等証明書 初診の病院と認定日(初診から 1 年半)の病院が同じ、または事後重症請求時の病院が同じ時は、診断書で初診日の証明をする。初診の病院と違うときは、受診状況等証明書で証明をする。カルテがもうない、廃院しているなどで受診状況証明書が取れない場合は、初診日を証明できるものを添付する必要がある。→診察券、領収書、お薬手帳など→何もないときは、2 番目、3 番目の病院で書いてもらう。 ・診断書 本人の状態や状況が医師にきちんと伝わるようにする。診断書に記入漏れ、記入ミスがあれば、何度か病院に行くことになる。 ・病歴就労状況等申立書 発病日から現在までの状況をできるだけ詳しく書く。発達障害、知的障害の方は生まれたときから書く。医師の診断書には表われないことを代理の親、または本人が記入する。 書類記入などたいへんな労力があるので、全ての作業を社会保険労務士に依頼することもできる。 その場合の費用は、成功報酬で障害年金の 2 ヶ月分。不成功の場合は、診断書、交通費などの実費のみ。(浜田裕也氏への連絡先は、会報 2 頁左上を参照のこと)

☆☆☆☆次月の予定は 3 頁下部のプログラム表をご覧ください☆☆☆☆

【障害年金申請 親亡きあとのマネー相談】

社会保険労務士でFPの浜田裕也氏がキャッシュフロー表作成と障害年金申請をサポートします。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!) y-hamada@ab.auone-net.jp

【発達障害のグループ相談会】2/19(日)13:30

ワッツ 2F 下茉莉 精神保健福祉士 対応
子どもが障害かもしれない、どう接したらよいかなど、
発達障害との付き合い方のグループ相談(2,000円)

【訪問看護ステーション ひだまり】

048-778-8380 宮原駅近 **看護師による精神科 訪問看護**
○精神科通院中の方は看護師が訪問し日常生活の相談やサポートを行います。医師の指示書が必要です(保険適応 自立支援医療適応) ○未受診の方で受診を希望する方には医療に繋げるサポートを行います(保険外 30分 2,500円)訪問対応エリア有。エリア外もご相談ください。

【無料電話相談】
ご家族、ご本人、
相談支援員の方

無料電話相談をおこなっています。お気軽にどうぞ。土日祝も対応(留守の時も有)通信料自己負担
080-3176-6674
048-651-7353

【兄弟姉妹の会】
12/17(土)14時
ワッツ 2F

兄弟姉妹の方の居場所。仲間と会い悩みを分かち合いましょう。できるだけ事前にお申し込みください。
(500円)

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います。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)

土日祝も対応

🍷 その他 個別相談 きずな工房・ランデフワークス・つみ喜への同行支援

★年会費 2022 年度分(令和 4 年度分)の納入にご理解とご協力をいただき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。2022 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 K H J 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、会場費等の必要経費です。会員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。ご了承をお願いします。

●お近くの KHJ 支部の連絡先は、KHJ 本部ホームページの支部一覧をご覧ください。www.khj-h.com

【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 1,500 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。 2

～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～

【発達障害との上手な付き合い方 グループ相談会】

精神保健福祉士の下茉莉氏をお迎えし第一回発達障害グループ相談会を 10 月 20 日に開催しました。参加者は 8 人。相談内容の一部を加工して掲載します。下氏は発達の当事者、支援者でもあります。

25 歳 女性 母親の相談 受診歴なし・・・4 年前からひきこもる。本人は病気じゃないというが母は発達障害からくる強迫性障害と対人恐怖という認識。中学で不登校、大学を卒業し、その後は目標がなくなって動かない。本人は映像作家を目指したかったが、親にことごとく反対されたと思っている。アニメは好きで今でも絵を描く。3 年は喋りまくり興奮状態だった。料理や浴室の石鹸の臭い、隣家の音、ドアの開閉音に過敏。買い物を頼むと納得すればやってくれる。納得しないと行動しない。⇒音の対策としてノイズキャンセリングがある。医療機関への誘導は家族会の情報として伝える。

45 歳 男性 父親の相談 受診歴なし・・・18 年前からひきこもる。18 年間で本人と会えたのはたったの数回。2 階の部屋にいるが父が居る部屋との間に深い河が流れているようだ。本人の心境は、父母と姉への憎しみ。父は仕事をしてお金を残してあげるだけ、と高齢だが働き始めた。親のよかれと思う言動が、逆だったり意味がなかったりする。今は生きているだけで良いと考えている⇒障害の部分は消えない。発達障害はトラウマがフラッシュバックし何かのきっかけで爆発しやすいが、本人は家族との膠着状態を保つことで、自分の心のバランスと命を守っていると考えられる。親は異なる人格の人を尊重する。頼み事を言われたときにはしっかりと対応する。

18 歳 男性 母親の相談 受診あり・・・3 歳から落ち着きのなさすぎと同じものに固執していた。3 歳時で検査を受け ADHD アスペと診断された。小 4、5 年まで頑張ったが次第に顔が青ざめてきた。勉強が難しくなり提出物が間に合わなくなった。精神の手帳を取得した。困っていることは、課題提出の期限を守れない、こだわりが強いため納得いかないし行動しない、言葉に対して強い反応がある。とりあえず専門学校の入学が決まったが、卒業後の就職が心配。⇒現状就職状況はかなり厳しい。本人にとっても就労のイメージを描くことが苦手である。卒後すぐに就職を目指すよりも就労移行支援事業所や就労継続 B 型事業所に通い、就労の訓練を受けてからにする方が安全。

48 歳 女性 母親の相談 受診歴なし・・・母と姑との関係が本人の強いこだわりになり姑亡き今でも「親のせいであんなふうになった、人生を返せ!」と毎日激怒される。友人とは会話の輪に入れない。音、臭い、光、皮膚の感覚過敏の理由は HSP と誤解している。検査に繋がたい⇒母親はカサンドラ症候群になっている。「あなたにそんなふうになると傷つく」と応えて「ごめんね」は出来るだけ言わないようにし支配関係に陥らないように注意が必要。普段から本人とほどよい距離を空け精神衛生に努める。

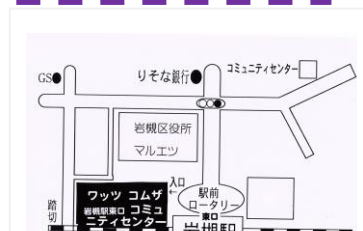
下記プログラム表の黒文字は月例会 紫文字は学習会にて実施

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) 1,500 円

お問合わせ…田口 080-3176-6674 048-651-7353



1/8(日)・ 13:00	生活保護の要件 活動紹介	平田真基 ほっとプラス代表	岩槻 WATSU 5F
1/13(金) 13:30	無条件の肯定と言いなりの違い	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F
2/5(日)・ 13:00	私(元当事者)の体験談	Y 君	岩槻 WATSU 5F
2/10(金) 13:30	自分で考えて、自分で決める力	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F
3/5(日)・ 13:00	体験談 兄弟姉妹の立場から	O 君 (当事者の兄)	岩槻 WATSU 5F
3/10(金) 13:30	グループ相談	田口ゆりえ 他ピアサポーター	岩槻 WATSU 2F

【当会連携の就労継続支援 B 型事業所のご案内】

- ★連絡のうえ、見学、体験ができます
- ★未受診の方、精神の手帳のない方も可能です
- ★少額の工賃が支給されます
- ★一定期間訓練を受けたあと就職のサポートをします

『きずな工房』

生活リズムを整えながら就職をゆっくり目指します
9名(男性8女性1)が就職しました

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)JR宇都宮線 土呂駅西口 から徒歩13分

☎048-788-2533

または事務局の田口へ 080-3176-6674

『ランデブワークス』

居場所としてゆるやかに過ごせる雰囲気の特徴です。

さいたま市大宮区上小町 468 エルドヴェール 1 206

大宮駅西口から徒歩 15 分(西口を出て直進、佐藤栄
学園隣のビルの 2 階)

☎070-8533-8161

または事務局の田口へ 080-3176-6674

『つみ喜』

さいたま市見沼区東門前 461-1

七里駅徒歩 3 分 048-720-8639 又は田口へ

【ハガキ訪問】 200 円

メッセージを添えたハガキを本人宛にお出しします

KHJ 埼玉けやきの会 作成 冊子 **保存版**

★「親亡きあとの子のマネーぷらん」…将来の子の経済に漠然としたイメージや不安を抱えていませんか？ 本書はキャッシュフロー表の作成だけで終わ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。実行に移しやすい内容となっています。

★「学習会記録集」…家族相談士の高橋晋先生から学ぶひきこもりの心理。子どもを理解し受け入れふたたび親と子がつながる。学習会の記録を集約。

★「親によるひきこもり回復の参考書」…家族の立場から日常生活の関わり方を具体的にわかりやすく解説。親だからこそできることや家族のあり方について見なおす機会となります。

<ご購入方法>

月例会、学習会にて 1000 円 / 送付 1200 円 (郵便払込票を同封して送付します)

◆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、電話番号「冊子名」を明記

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

居場所 さくら草クラブ

🌱【ココ・カラ すまいる】ワッツ 2F

1/18 (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。



🌱【仕事体験ができる居場所】ワッツ 2F

1/8 (第 2 日曜) 10 時から封入作業。
午後 1 時から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、午後のみでも参加できます。お気軽にどうぞ。親ごさんと同伴いただく事もできます。

50 歳代も歓迎。年齢、性別を問いません。
ご利用の際は親ごさんの入会をお願いしています。



【訪問 さくらんぼ会】

火 木 土 1 回 1 時間半 12,000 円

申し込み 080-5543-9739

(ピアサポーター 荒井)

ご連絡は 水 午後 2~4 時