



けやきの会便り



NPO 法人 KHJ 埼玉「けやきの会家族会」会報 No.220(2023年2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/>

KHJ 本部発行「たびだち秋季号」のお知らせ。発達障害グループ相談会、兄弟姉妹の会のお知らせ等がありました。(2頁を参照)「親亡きあとの子のマネーぶらん」冊子は増刷しました。ご希望の方はご購入ください。

★1月月例会「生活困窮者支援の現状と生活保護制度について」NPO 法人ほっとプラス代表 平田 真基 氏
1 はじめに…「生保」 生命保険も生活保護も命を守るもの、万が一の備えと言う点では共通している。生活保護は、憲法 25 条(生存権)に基づく最低生活の保障。(さいたま市では、1ヶ月約 12 万円程度の支給)

「ホームレス」 仕事の喪失や家族との別れを体験、精神疾患や知的障害の人もいる。本人の困り感が見えにくい。(令和 4 年厚労省調査では全国で 3,448 人、埼玉県 130 人。ネットカフェ生活者は人数に入っていない。)

2 NPO 法人ほっとプラスとは…さいたま市でソーシャルワーク実践を通じて、すべての人がほっとできる社会の創造を目指す NPO。福祉による・地域の貧困問題の解消・すべての人が住みやすい街づくり・社会変革の実現に寄与すること、を目的として活動している。

🌀ほっとプラスの支援活動 ①【生活相談】ホームレス状態にある方、生活に不安のある方から相談を受けソーシャルワーカーと一緒に問題の解決を目指す。【夜回り活動(反貧困ネットワーク埼玉)】月 2 回、川口駅、大宮駅周辺で実施。②【住まいの提供】支援付きアパート、シェアハウスなど不動産屋さんと連携したアパート探しをし、住まいを確保する。③【日常生活支援】孤立化の防止として、自宅訪問や病院への付き添い、食事会の開催等を行っている。また、自立生活援助として、障害を持つ方たちの生活を見守り、その方らしい生活の実現に向けてサポートするサービスも行う。(日常生活の相談、買い物、通院のサポート、公共料金等の支払い確認等)④【ソーシャルアクション】メディアを通じた発信、著書の発行、講演会活動等。2019 年 11 月には、TBS 報道特集で、ほっとプラスの活動が放映される。(本日の講演の中でもほっとプラスの活動の様子を動画で視聴)

実際の相談事例の紹介…a.40 代女性、精神障害 2 級でひきこもり状態、両親は東北の実家に戻る、本人は埼玉に残りたい→不動産屋の紹介、生活保護申請にほっとプラスが同行。 b.30 代男性、精神障害が有り、仕事にチャレンジしてもすぐに鬱状態、ひきこもりに。社会福祉士の資格を取る。その後再度ひきこもり状態になる。ほっとプラススタッフとして働きたいと相談があり、ほっとプラスで受け入れる。

3 社会保障が果たす役割…防貧→貧困に陥ることを事前に防止。社会保険が大きな役割を担う。

救貧→貧困に陥った者に対する救済。生活保護制度による生活扶助、住宅扶助、医療扶助が主な役割を担う。

4 生活保護制度…生活保護は、・収入が生活保護基準以下・ケガや病気、障害などが理由で働けない・年金や他の制度を使っても生活保護基準に届かない、等の方が利用することができる。親と同居していて、子のみ申請することはできない。持ち家は、資産価値が低い場合認められる可能性はある。申請時の所持金は 10 万円を切る程度。申請、面接相談、調査を経て保護の決定まで原則 14 日かかる。

生活保護は、①生活扶助(衣食、水道光熱費、携帯など)②住宅扶助(家賃、契約更新料など)③医療扶助(病院の治療費)④介護扶助(介護サービス利用費)⑤教育扶助(子が義務教育を受けるのに必要な費用)⑥出産扶助⑦生業扶助⑧葬祭扶助、以上8項目に扶助費が分れており、申請者の状況に応じて支給額が決定される。

☆子ができるだけ家事や役所の手続きなど行えるように、また、どこへ相談するかを子と確認しておく等、日々考え実践していきたいものです。 🌀NPO 法人ほっとプラス連絡先Tel048-687-0920 首都圏生活保護支援法律家ネットワークTel048-866-5040 他にも相談先は「親なきあとの子のマネーぶらん」冊子に掲載。☆

★★☆☆★★☆☆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】
3/18(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あいまししょう。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。

～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～

1月学習会～「無条件肯定と言いなりの違い」～高橋晋 家族相談士

無条件肯定は理解と対応の入口

無条件肯定とはカウンセリングの基本である傾聴（寄り添って聞く）の一つ。

傾聴の三原則は、**無条件肯定的・感心、共感的理解、自己一致** です。

ひきこもりの子自身を手助けできるのは身近な家族、特に親である。本人が回復してくると親に自分を理解してほしいと色々話をしてくる。そのときつい親の意見を言ってしまうが、その気持ちは一旦横に置く。話の主役・主体は子であり、話を否定的に捉えず、そのまま受け入れる。辛かった時の体験・気持ちに寄り添い話を聴く。親自身も自分と向き合い、自分を知り、子が感じていることに寄り添い感じ取っていく。わだかまりから親を責めることもあるが、大事な事と受け止める姿勢、態度を示す。その場で返せなくてもよい。親として冷静に話を聞くことは難しいことでもあるので支援者に頼ることも大事である。

「無条件肯定」で起きてくる問題

無条件肯定は一般人のカウンセリングでは良いが、ひきこもりは根が深い。本人は表面（頭・理屈・意識）の要求と奥（体・感覚・無意識）にある愛情・安心感の要求を持っている。親が表面だけの要求に対応していると子の本当に必要な部分が満たされず、だんだんと親子関係にズレが生じ、その要求がエスカレートする。親はこんな時、何かおかしい、ズレが生じていると感じ取れたり、親自身の考えだけでは解決・対応出来ないときは、支援者やサポーターと繋がり意見を参考に対応する。愛情、安心感を求めていることを親が理解していると子が自覚するにはかなりの時間がかかるものである。

※質疑応答から：TVを観るジャンルから見えてくる心理状態

教養番組（科学・文化・歴史）：ひきこもっていても何もしていない訳でなく価値のある事も学んでいる。バラエティー・スポーツ番組：日々の辛さ、ストレスを紛らわす、躍動感で自分を満たす。ドラマ：回復してきた時、この先は人間関係と愛情でここを満たしたい。

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

お問い合わせ…田口 080-3176-6674 048-651-7353



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)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
4/2(日)・ 13:00	家族(親)の体験談	Nさん Yさん	岩槻 WATSU 5F
4/14(金) 13:30	(予定)我慢が見せかけの回復を生む	高橋晋 家族相談士	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

2/15 (第 3 水曜) 午後 2 時から

ここ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

2/5 (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