



# 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・群馬「けやきの会家族会」会報 No173 (2019年3月10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 (2月3日) の月例会では

### 「第一部」 ガイダンス けやきの会田口代表

- ・1月28日(月) 埼玉県社会福祉課主催「生活困窮者支援員を対象としたひきこもり研修会」にてKHJとして伊藤全国代表、田口代表、上田事務局長、比嘉千賀医師が登壇しました。大勢の参加者から「たいへん勉強になった」という評価をいただきました。
- ・居場所「ココ カラ すまいる」の活動報告(朗読会など)
- ・新入会員向け「グループ学習会」のご案内(2月10日(日)岩槻ワッツコムザにて 2頁参照)
- ・きずな工房からお知らせ
- ・「兄弟姉妹・パートナーの会」(3月16日(土)から年4回)発足予定のご案内 2頁参照
- ・【3月日程変更のお知らせ】・3月の月例会の日程変更(3月10日(日)第2日曜日)
- ・3月の金曜学習会は3月15日(金)に開催します。(高橋晋先生)

「第二部」 けやきの会 家庭状況アンケート調査 19名の方にご協力いただきました。皆様ありがとうございました。調査結果は6月の月例会にてご報告させていただきます。

・・・ブレイク体操・休憩・・・

### 「第三部」 テーマ別 東京大会分科会交流会 DVD「発達障害」視聴 視聴時間 約1時間40分

#### 第12回KHJ全国大会 in 東京2017収録 第1部 “もしパートナーが発達障害だったら”...

夫婦関係から発達障害を考える”と題してアスペルガー・アラウンド代表 櫻田万里さんの体験談でした。夫と長男がアスペルガー症候群の診断を受け、自身もAC克服体験を生かしながら13年間特別支援学校に勤務されました。家族にアスペルガー症候群の人を持ったことで、自らは正反対のカサンドラ症候群になるという苦悩の日々から“変な人と結婚したのだから、変な結婚生活をめざす”を掲げ、一風、独自の家庭環境を作り上げています。特に印象的だったのは、「サザエさんの家庭はどこにもない」また「～すべき」の亡霊から解放されるという理念の下、家庭を安住の場と考えず、変化を楽しむ事、自らが選択する力を養い、未来の自分をステートメントするという幸せの構築に向けて働きかけていくというものでした。

もう一つのお話しは、NPO法人 てくてく理事長の山本洋見さんからでした。“障害があっても、なくても一人の人として生きていく”というコンセプトと共に活動を展開しています。課題は沢山あるけれど、とりあえず今日を生き延びる、というお話でした。ひきこもっていてもそうでなくても生きていくために必要なものとして、「お金? YES!」「空気? YES!」「人? YES!」 YES YES! 優劣つけがたく、どれも大切と語り、そして人を研究・観察して始めたのが「てくてくファーム」でした。当事者と家族を巻き込んで自然の中で作業をすると、その人の地が見えてくるといいます。畑で収穫した無農薬野菜はこだわりのスーパーで販売し、買い物をしてくれるお客さんの笑顔を見ると、また頑張ろうという活力になるそうです。

## 4月の月例会は4月7日(日) 午後1時から受付 ワッツコムザ 5階(地図3ページ)

4/7 は「親亡きあとの子どものお金を考える会」社会保険労務士で日本FP協会の浜田裕也先生にお越しいただきます。今回のテーマは「障害年金ってどんな人がもらえるの?」「疾病や通院歴に関係するの?」「申請のポイントは何?」など、障害年金を申請する方のために長年サポートしてこられた実務経験を通して、具体的なお話をお聴きできる貴重な機会となります。どんな質問にも丁寧にお答えしますのでなんでも質問しましょう。会員のみなさまにお集まりいただけたらと存じます。

## New『兄弟姉妹 パートナーの会』発足

～3月16日(土)14:00 岩槻ワッツ2階～

親子間と違う距離感での悩み又パートナーならではの抱える辛さなど、同じ仲間に来て互いに話したり聴いたりしましょう

電話相談 (無料) 月・水 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田口へ

048-651-7353 080-3176-6674

## 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・ひより工房への同行支援 個人情報を守ります

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

土日祝も対応しています

## ★年会費 H30 年度分の納入ありがとうございました 未納の方は期限は 9/30 ですが間に合います

★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。H30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。①H29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願います。

## ●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

◎ 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」鈴木恵美子 ☎090-5764-3366

◎ 長野県「らい鳥の会」唐澤秀明 ☎080-3433-4904

◎ NPO 法人とちぎ「バリー会」齋藤三枝子 ☎028-627-6200

◎ 群馬「はるかぜの会」榎本明 ☎080-3727-8726

◎ 「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「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) (賛助会員 入会金1千円 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。

また事前に田口代表へお電話にてお問い合わせもできます。048-651-7353 留守の場合は 080-3176-6674

★次ページに総合学習会プログラム・当事者居場所・相談会・家族教室その他を掲載 どうぞご覧ください

2月金曜学習会 『社会への参加と今後の課題』 家族相談士 高橋 晋先生

1【外への動き始めと支え方】本人が家庭の中で会話が増えて、エネルギーを蓄えると回復が進んでいきます。“暇だ”等の発言が出るようになると親の気持ちが前のめりになり先回りしたくなりますが、余り焦りすぎずに子供の話を傾聴する姿勢を保ったままの方が結果的には進展していきます。気持ちに寄り添うことが重要です。2【仕事へのハードルとつながり方】子供自身が居場所や支援団体の中で安心してられる事が大切です。活動の中で次第に不満やストレスを表現するようになって、本人の劣等感←完璧主義ととらえて家庭でストレスを吐き出させます。・居場所や支援団体は様々、それぞれ特色があります。活動の中でコミュニケーションが取れて仲間やスタッフとつながれることが大切です。参加できるようになっても、子供によっては「働かなくては…」と焦る場合があります。この段階では就労はハードルが高すぎて、挑戦しても失敗に終わってしまうことがあります。親はあくまでも子供の気持ちをくみ取り“あなたもいろいろ大変なんだね”程度の言葉かけで寄り添い、話に向き合いながら時間をかけて見守りましょう。・就労の選択肢として親戚や知り合いの会社なら安心と思いがやすいですが、周りが関わり過ぎてしまい、結果としてトラブルがおきることも多々あります。継続ではなく2, 3日の手伝い程度なら問題はありません。・本人が自分で仕事を見つけた場合でも、高望みした仕事内容であることが多く現状に合わないことがあります。本人としては「ひきこもって何もしなかった分を取り返したい」という思いがあるからです。ここでも親は先回りして止めることはしない方がよいです。自分を客観視できるようになることが大切で、自己の経験値を高め内省することによって成長していきます。3【働き始めてからのつまずき】・自分に合った仕事に就いてから継続できるまで・家族関係のやり残し・自分が生きる価値とは等のお話でした。4【これからの社会の変化と働き方・生き方】親の時代(高度成長期)は終身雇用制度のもと我慢して働けば、夢を叶えることができました。会社が社員を育てるという気風もありました。しかし子世代は違います。これからは人と人とのつながりが出来る新たなコミュニティが求められ、多様な生き方が容認される時代を築くことが課題で

★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。

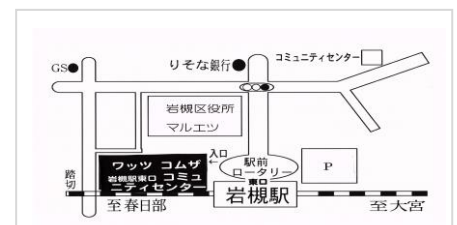
3/10(日)	13:00	長期化・高齢化と親の役割	高橋 晋 家族相談士	岩槻WATSU 5F
3/15(金)	13:30	発達障害とひきこもり	高橋 晋 家族相談士	岩槻WATSU 2F
4/7(日)	13:00	障害年金ってどんな人がもらえるの? 疾病や通院歴は?申請のポイントは?	浜田裕也 社会保険労務士	岩槻WATSU 5F
4/12(金)	13:30	無条件の肯定的関心とは	高橋 晋 家族相談士	岩槻WATSU 2F
5/5(日)	13:00	制度を上手に利用しよう	田口 ゆりえ 代表理事	岩槻WATSU 5F
5/10(金)	13:30	過去へのこだわりと親へのわだかまり	高橋 晋 家族相談士	岩槻WATSU 2F
6/2(日)	13:00	元当事者と語ろう(グループトーク)	元:経験者の男女3人	岩槻WATSU 5F
6/14(金)	13:30	居場所・支援者とつなげる	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) 青年は無料 (但し親ごさんに入会をお願いしています)

アクセス…東武アーバンパークライン 岩槻駅下車 東口徒歩すぐ  
会場…岩槻駅東口コミュニティセンター 通称ワッツコムザ  
(ワッツコムザの電話 048-758-6500)

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

★事務所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★医療機関を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(女性3名)通所し就労訓練中。★6名(男性)はすでに就職しました。

<< 『きずな工房』 就労移行支援事業所 >>

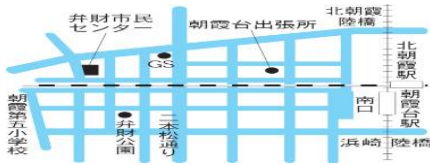
さいたま市北区盆栽町 386 (盆栽踏切、セブノイレブそば)  
(アクセス) ・東武野田線大宮公園駅から徒歩 6 分 ・宇都宮線土呂駅から徒歩 8 分 ・大宮駅が高崎線宮原駅からバス 12、13 分  
きずな工房 ☎ 048-788-2533  
または田口 ☎048-651-7353 080-3176-6674

## 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。本人の体調に合わせて無理なく長く(年齢制限なし)通える憩いの居場所。仲間やスタッフさんと軽作業(内職など)を行います。★自信がいたら「きずな工房」へ移ることもできます。★現在けやきの会から1名利用。★下見、見学、相談はお気軽に連絡を!! ★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ください

## CVN 家族教室 朝霞ルーム (弁財市民センター)

全体会◆2月開催は3月24日(日)14:00~17:30 予約不要  
1000円 ミニゼミ「閉塞的な親子関係の第一歩」  
個別相談は石川へ要予約 3000円/時 弁財市民センター  
(訪問サポート・南国への旅費・滞在・サポート 等有料)  
訪問サポートは個別相談のうえ 青年居場所は無料 18:30~  
◆お問い合わせ…石川(留守電にメッセージを!)  
(070-5655-8376)または hangin83jp@ybb.ne.jp



## 当事者居場所 さくら草クラブ

会場は岩槻ワッツ 2 階 年齢の上限はなし

🌸[ココ・カラ すまいる] 3/18(月) 14:00~16:30

こころとからだを笑顔にしよう!!

軽い体操とゲームで心と体をほぐしませんか。今月も朗読と風船ゲームでたのしみますよ。気が向いたときだけでも参加OKです。仲間に会ってみよーかな~と思い始めた人はお気軽にどうぞ! 親ごさんだけの参加も大歓迎ですよ! 下見もできます。



🌸[仕事体験ができる居場所 4/7(日)]

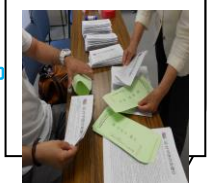
居場所を兼ねた仕事体験です。月例会日の午前 10:00 から 1 時間、会報の封入作業を、午後は月例会の受付補助と封筒の切手貼りをしています。ご本人の体調に合わせて、午前のみ、午後のみでも参加いただけます。まだ働く自信がないと思っている青年に最適です。最初は親ごさんと同伴いただく事もできます。

◇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」の冊子にも掲載しています

●おすすめ図書

「子育てが終わらない」…… 小島貴子 斎藤環

## 「親亡きあとの子のマネーぷらん」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

ページ 4

## 「兄弟姉妹 パートナーの会を発足」

- 8050 問題で親が動けなくなっている今、兄弟姉妹が親と違う距離感の中で本人との関わり方に苦しむことも多い。親と本人の関係性から疎外され、寂しい思いをしている。
- パートナーが仕事につまづきひきこもったため家庭が混乱しているという悩みも増えています。

そこで同じ仲間が集まって悩みを吐き出し気持ちを楽にしませんか。

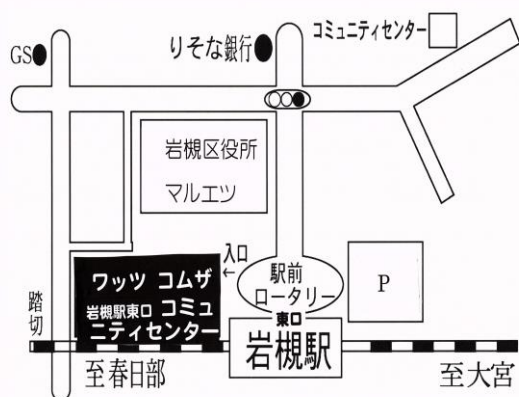
- 日時：2019年3月16日(土) 14:00
- 会場：WATSU ワッツ岩槻駅東口コミュニティセンター 2階

■ 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

■ 参加費：500円 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



ワッツ岩槻駅東口コミュニティセンター2階  
(さいたま市岩槻区本町3-1-1)  
☎048-758-6500  
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0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

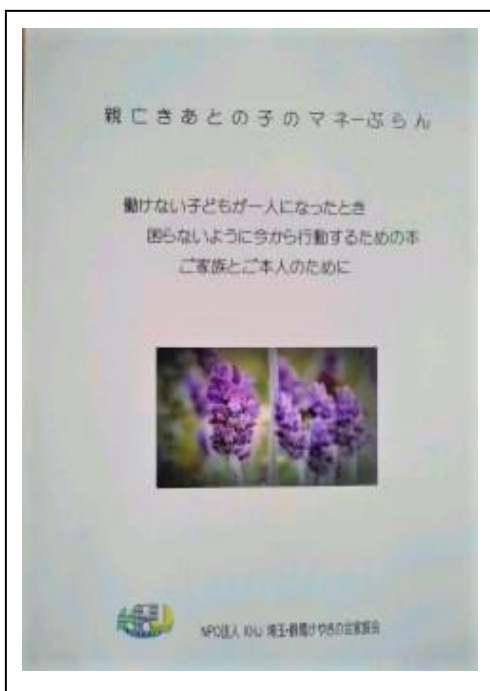
ひきこもりの子どもを持つ親(親の会)が

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