



けやきの会便り



特定非営利活動法人 KHJ 埼玉「けやきの会家族会」会報 No.230(2023年12月3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 <https://www.khj-keyaki.com/>

第17回KHJ全国大会 in 千葉が11/4(土)千葉市文化センター、5(日)千葉市民会館にて開催されました。

大会テーマは、「それぞれの人権が守られる社会へ」～ひきこもり基本法はなぜ必要か～

★1 日目の基調講演 「ひとりにしない」という支援…NPO法人抱樸(ほうぼく)理事長、東八幡キリスト教会牧師の奥田知志氏。北九州を拠点に生活困窮の人、社会から孤立状態にある人を30年にわたり支援してきた。支援の根底には自ら申請するという条件がある。来られない人には、一番辛いこと。孤立して他者性を失うと自分が見えなくなる。こちらから出かけ出たいという思いを大事にする。抱樸にたどり着いたA子「どうでもいいのち」が口ぐせ。問題解決していくのは、縦の成長だが、世界を広げていく横の成長で生きのびることができる。A子は、子どもとの関わりから「3割生きようと思う」に変わっていった。共に生きることができなくても、ひきこもっていても「生きている」という事実に意味があり、大事にしている普遍的価値。問題解決型の支援ではなく、伴走型の支援を実現していく。8050 問題に見られるように家族は限界を迎えている。自己責任や家族の責任だけでは対応不可能な現実がある。抱樸が葬儀を担うことで、アパートの入居拒否も無くなった。個人や家族に任せられていた役割をみんなで分担していける社会をつくっていく→家族機能の社会化を目指している。

★2 日目の分科会から 第5分科会 「つながり続ける支援体制の構築」～私の実践からみえてきたこと～
市川市生活サポートセンターそら 朝比奈 ミカ 氏の発表

中核地域生活支援センターとは、2004 年度に設置された千葉県独自の包括的相談支援事業。県内13カ所に委託を受けた社会福祉法人、NPO法人、医療法人が運営にあたる。対象者や問題を問わない包括的相談支援が最大の特徴。◎中核センターの寄り添い型支援…相談支援のプロセスにおいて「買い物、安否確認」「傾聴、話し相手」「食糧支援」等を実施しながら信頼関係を築き、問題解決や生活の立て直しを支えていった方々を「寄り添い型支援の対象者」としている。◎つながりにくい支援とどうつながるか…本人の今いる場所から援助関係を築いていく。本人から見えている世界を理解しようと努める。過去または現在の関わりの中から情報を集めて、きっかけを検討する。ことながら動き出すタイミングはいつ、どんな時なのか。動き出したときに支えていけるよう、誰がどうつながっておくかを考える。面接だけでは本人を理解できず、働きかけや出向くこと、立ち会うこと、反応すること等を継続していく。◎相談支援の立場で知りたいこと…①これまでの生活歴 どんな生活で周囲との関わりはどうだったか。②本人の長所、得意なこと、できていること、興味や関心。強みは何か、「その人らしさが分かるエピソード」、日々の過ごし方。③課題 身近な人たちはどう見ているのか。本人はどう思っているのか。親御さんは、まとめて書き留めておくとよい。

◎地域の相談支援の場から…価値観や生活スタイルは多様化し、自立のための「自律する(選ぶ、決める)力」は落ちている。家族以外の誰かと出会い、健康な背中を見せる年長者とつながれる場が必要。ナナメの関係。

◎これからの課題(ひきこもりの方を念頭に)…*細くでもつながりを作っていくことが大切。*「住まい」について、賃貸住宅だけをターゲットとしていた「居住支援」から持ち家の相続や維持管理も含めた大きな枠組みでの住まい支援が必要。*排除や抑圧を経験してきた人たちだからこそ、小さなことから選択や意思決定を積み重ね、尊厳を回復していく丁寧な関わりが重要に。*地域組織を基盤とした相談の仕組みと地域の中で声を挙げにくい人たちに向けての相談の仕組みのかみあわせ/地域がつながる仕掛けづくり。

★シンポジウムでは、ひきこもり基本法の必要性、課題などが支援者、親、当事者から出され、第1分科会でも論議されました。その他、8050等の諸課題、メタバース居場所を体験するなど、有意義な2日間となりました。

☆☆☆☆☆☆次月の予定は3頁下部のプログラム表をご覧ください☆☆☆☆☆☆ 1

【障害年金申請サポート 親亡きあとのマネー相談】

社会保険労務士でFPの浜田裕也氏が障害年金申請をサポートします。キャッシュフロー表作成もサポート。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

【発達特性のグループ相談会】

次の日程は未定

【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
(事務局田口)

【きょうだいしまいの会】

**12/16(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ょう。できるだけ事前にお申し込みください。

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対応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～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計9回を1年間かけて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。『適切な家族の関わりと工夫が改善のカギです』、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CRAFT公認ワークショップ認定)

土日祝も対応

なんでも 個別相談 きずな工房・つみ喜への同行支援 親亡きあとのマネーぷらん相談

★年会費 2023 年度分(令和 5 年度分)の納入にご理解とご協力をいただき有難うございました

★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。2023 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封筒に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」作成、印刷、郵送、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

～11月の学習会 断絶、沈黙している時の関わり方～ 高橋晋家族相談士



親子の関りを通し、コミュニケーションが早く回復する子もいればコミュニケーションがなかなか回復できない場合もある。また親へのわだかまりから抜け出せないこともあるため継続した努力が必要。こころを閉ざして長期に変化が見られない場合は、親から何らかの踏み込んだ働きかけが必要なものもあります。

***親の変化と親子関係の変化**：ひきこもりは生き方の躓き。親や周囲に合わせてきた結果ひきこもり、親に人生を奪われたと感じている。学習会等でひきこもりを理解していく。

家を安心して満たす：小遣いを渡す：安心からエネルギーが回復する。小遣いを拒否する子もいるが欲しい時に使うように伝え毎月一定額をあげる。自由に使えるお金があると欲求が出る。

ひとりの人間として尊重されている：本人に関わることは確認しつつ行う。返事がない時時間を置いて再度聞く。返事がなくても拒絶ではない。親の聴く姿勢として、「この先どうする？」は禁句。本人から話しかけてきたときは相槌をうつ。親からの話題は本人に負担とならない内容で。長く話し過ぎない。話のテンポは遅いが行間を大切に。親が学びに行っている事を察したときは「あなたのために…」はNG。親自身のために学んでいる事を伝える。

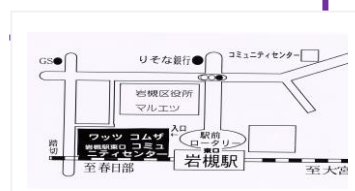
***本人の出す（言葉以外の）サインと対応**：態度でサインを出している。不満をイライラした態度でぶつけてくるが、動揺しない。これは回復への過程。昼夜逆転、ゲーム、PCばかりやっていると親は不安であるが、現実逃避して自分を守っていると捉える。

***変化が無いときの踏み込み**：親の望む方向で踏み込むのではなく、本人の望む方向から踏み込む。踏み込みはプラスの話題から入ってみる。過去のことは、短く、大雑把に話す。今をプラスとしてみてあげ、親の思い(心配)や先の話題(働く)はNG。本人の味方になろうとしていると話す。手紙も一つの手段。ただし手紙は後々残るものなので、支援者などと相談しながら書く。頻繁には出さない。別居状態からひきこもった場合は手紙やハガキ(返事が不要な内容)からはじめる。

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



12/3 (日) 13:00	リフレーミング	深谷守貞 社会福祉士	岩槻 WATSU 5F
12/8 (金) 13:30	なんでもグループ相談	田口ゆりえ 代表	岩槻 WATSU 2F
1/7 (日) 13:00	聴き方・話し方教室 ⑤ 終了後に新年会を開催します	瀧本裕樹 カウンセラー	岩槻 WATSU 5F 岩槻 WATSU 2F
1/12 (金) 13:30	発達障害傾向を理解し対応する	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F
2/4 (日) 13:00	聴き方・話し方教室 ⑥	瀧本裕樹 カウンセラー	岩槻 WATSU
2/9 (金) 13:30	自立と孤立の違い これからの生き方	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F

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

【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も可能です

『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

居場所 さくら草クラブ

🌱〔ココ・カラ すまいる〕ワッツ 2F

12/20 (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。遊びを中心に活動します。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

1/7 (日曜日) 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。



【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ます

【訪問 さくらんぼ会】ピアサポーター 荒井 火 木 土 対応エリア 上尾、桶川、北本
申込 080-5543-9739 1回 1時間半 6 千円

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ぱらん」…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