



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.234(2024 年 4 月 7 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/>

マイナンバーカードを作成しマイナンバーカードを保険証として使える手続きはお済みですか？ 郵送申請、ネット申請(パソコン、スマホ)、証明写真機からマイナンバーカードの申請ができます。その後、保険証として使えるようにするにはネットで申請できます。同封の資料を参考にして手続きを勧めてみてはいかがでしょうか。

★3月月例会 「介護保険の仕組み/訪問現場でひきこもり本人と出会うとき」

地域包括支援センター永松氏と社会福祉協議会 清水氏から貴重なお話をお聴きました。

【介護保険の仕組み】…介護保険は 40 歳以上の方が加入。65 歳以上の方は介護が必要と認定された場合にサービスを利用できます。40歳から64歳までの方は特定疾病(がん、関節リウマチなど計16種類の病気)で介護が必要と認定された場合にサービスを受けられます。お住いのエリアを担当する地域包括支援センターを確認しておきましょう。認定の流れは地域包括支援センター窓口で連絡⇒訪問による認定調査⇒認定・通知が届きます。認定通知は、①非該当、②要支援 1・2(訪問による入浴や食事の介助、家事支援/通所による入浴や食事、他者との交流や体操など機能訓練) ③要介護 1～5(居宅サービスまたは施設サービス)に区分されます。その他にも重度要介護高齢者に訪問 理・美容、手すりの取り付けや段差解消の住宅改修(改修前に申請し限度20万円)などのサービスがあります。また、ココファンのサービス付き高齢者向け住宅は親子 2 人で入居できます。施設入所にかかる費用は多様のためお住いのエリアを担当する地域包括支援センターに詳しくお聞きしてみましょう。

【訪問現場でひきこもり本人と出会うとき】…「家事を行っていた息子」と題して体験事例をお聞きました。

同居の息子より両親に関する相談が包括に入る。父親は母親が入院してから外出しなくなり腰部脊柱管狭窄症が悪化し、1週間前にも転倒した。要支援1の認定があり、運動できるデイサービス(通所)を探したい。母親は脳梗塞を発症し現在は入院中。退院を病院より迫られており、自宅介護はできないので施設(入所)を探したい。母親は要介護5の認定があるが、年金が少ないので月5万円で入れる施設を探している。その後娘より連絡が入り(包括は娘の存在を初めて知った)、母親の年金は月5万円だが、父親の年金は月17万円あるため、月5万円で施設入所は難しいと病院の相談員より聞いている。また息子は長い間ひきこもりで収入がない。親の年金で生活しているため、少しでも安価な施設を探そうとしている。母親の施設入所に関しては病院で支援を受けながら、娘が行うので父親の支援をお願いしたい。父親の支援について包括が自宅に訪問すると、息子も同席して話をした。詳細を聞くと、父親はトイレや入浴等の身の回りのことは自分でできるが、家事は風呂掃除とたまにゴミ出しを行う程度で、ほぼ全てを息子が行っていた。デイサービスで運動するのも父親は拒否的だが、息子の意向に逆らえない様子で息子が決めたところへ行くと話す。父親はデイサービスに行き始めるが、運動はやる気がなく、徐々に体力と筋力が低下していった。半年後に自宅で転倒し、大腿骨骨折で父親も入院し、退院後は在宅介護ができないため施設入所の方向性となった。その時に初めて息子が自分はひきこもりで収入がなく、今後どうしたらよいのか分からないと包括に相談があった。包括は、さいたま市生活自立・仕事相談センターやひきこもり相談センターを紹介し、仲介を行なう提案をするが息子より断られる。息子の話によると始めは母親が急に入院し、父親も弱っていくのを見て何もできなかったが、少しずつ息子も家事を行わないとしようがないのでやっていた。父親も自分を頼るようになり、面倒だが自分のやるべきことだと思っていた。しかし父親が入院し急に不安になった。今までいろいろ出入りしていた人が来なくなった。もちろん収入がないことが一番の不安であるが、相談できる人がいないことも不安。なぜ包括にひきこもりの相談をしようと思ったのか確認すると、自分を父親のキーパーソンとして認めてくれたからという返事であった。

☆☆☆☆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

New! 【当会のサポーターが訪問します 田口】
ご本人の希望があればご連絡ください
まずは親御さんのご相談から入ります

New! 【生活保護 自立生活援助】
生活保護の相談や生活上の困りごと(家事・金
銭管理・役所の手続き)などを支援します
生活保護の NP0「ほっとプラス」平田代表
対応エリア有 ☎ 048-687-0920

【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

**【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】ワッツ 2F
3/16(土)14時**

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
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

🍵 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ぱらん相談

★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 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」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

3月の学習会 なんでもグループ相談会



6名の方が参加、その中で2名の方の相談内容を記載致します

(個人情報のために一部加工)

※田口代表・ピアサポーター2名からのアドバイス

◎40代前半・女性・7～8年ひきこもり期間が続いた。徐々に回復し母親と一緒に旅行したり、田舎の実家の手伝いができるようになった。その間、親に対してちょっとした不満・愚痴を吐いた。本人自身『自立したい。。。』と強い思いがあり、2年前から『きずな工房』に繋がった。雨の日も休まず真面目に通い、今年、障がい者枠雇用で就労に至った。母親から「きずな工房の職員の同行で医療機関を受診、日々の工房での作業、就職面など丁寧にサポートして頂き‘人の有難さ’を実感し、とても感謝している」と報告がありました。※きずな工房は、障がい者枠雇用の就労中に何かトラブルがあれば介入し丁寧に調整をしてくれるサポート体制があります。因みに障がい者枠での就職は履歴に空白があっても問題はない。

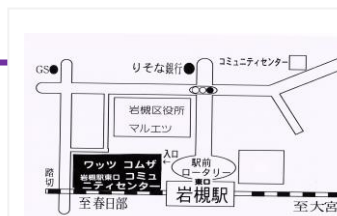
◎30代前半・女性・5～6年間ひきこもりが続く。ASDの診断（障害年金受給中）母親との会話や家事の手伝いは出来る。一時、派遣社員として働いたが、人間関係でつまずき退社、その後、いろいろ仕事を探すかうまいくさず、ひきこもりとなった。以前はイライラしていたが最近は落ち着いている。「働きたい」意欲はあると思う。学習会等で学びながら、親として本人への働きかけのタイミングと、どの様に働きかけたらいいか、悩んでいる。

※{働きたい}＝「働ける」ではない。ASDは環境の変化を嫌い孤独を好む傾向が強い。本人の出来る事は手放しながら見守り、自分で出来る事を増やすような‘生活面での自立’を目指す。焦らず段階を踏んで進むことが大事。いざ外へのスタートはまず居場所に参加して人に慣れること、生活のリズムを整えることから始めるのが、先に進む為にも安心・安全な流れとなる。

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



4/7(日) 13:00	障害年金の申請と受給の現状	浜田裕也 社会保険労務士	岩槻 WATSU 5F アトリエールム
4/12(金) 13:30	なぜひきこもったのか～本人にとってのひきこもり	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F
5/5(日) 13:00	ひきこもりの理解と関わり方～発達特性や物事の捉え方の視点から	緒方広海 臨床心理学者 LITALICO 代表	岩槻 WATSU 5F
5/10(金) 13:30	対人緊張・対人恐怖	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F
6/2(日) 13:00	支援思考から生活思考へ 親にしかできないこと	丸山康彦 ヒューマンスタ ジオ代表	岩槻 WATSU
6/14(金) 13:30	なんでもグループ相談	田口ゆりえ代表他ピアサポ	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。10 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

『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

【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(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。エリア外もご連絡を!

居場所 さくら草クラブ

🌻【ココ・カラ すまいる】ワッツ 2F

4/17 (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

5/5 (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。



【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