



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.241(2024年11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/>

★《埼玉県社会福祉協議会 ひまわり基金 決定のお知らせ》 埼玉県社会福祉協議会のひまわり基金に応募し9月に採択が決定しました。月例会開催には会報作成費、会場費、講師謝礼、資料印刷費、など毎月5万円ほど必要ですが、今年はその一部をひまわり基金の助成金(10万円)をいただき運営できることになりました。

★10月月例会 「子どもにお金を残す余裕がない!!」 田口ゆりえ 代表

8月の月例会「親亡きあとのマネーぷらん」のおさらいから講話がはじまりました。

1.対策案…◆国民年金保険料を支払う ◆通院している方は障害年金が可能か医師に相談 ◆国民年金基金 ◆iDeCo ◆生命保険信託、生命保険、個人年金が対策案となるが、その中で今できる1つか2つを取りあえず実行してもよい。そのうえでキャッシュフロー表の再作成をする。特に国民年金は老後を支える土台となるため免除申請している方は支払いを復活する。過去10年の未納分は追納できる。

2. 国民年金基金とiDeCo…どちらも公的年金なので、確定申告すると社会保険料控除の対象となる。この2つを合わせた合計の掛金が月に68,000円を超えてはならないという決まりがある。国民年金基金の加入は国民年金の支払が必須。終身年金。途中で支払いが困難になり脱退しても払った分については受け取れる。若い方は掛金が安い。一方、iDeCoは国民年金の支払いに関係なく加入できる。銀行と商品を自分で選ぶ。

3. 生命保険信託…親の死亡時から分割して保険金を受け取る。契約時に子どもを指定し毎月の受取額を決めておくため、お金の無駄遣いを防げる。契約は親のみでおこなえるので子どもの登場は必要としない。

4. なにもしないで8050に入ると…本人の抱える問題だけでなく親自身の発病、意欲低下、介護問題が重なる。親が活着しているうちは親の年金でなんとかかなるかもしれないが、やがて崖っぷちに立たされる。その結果は「無縁・無援・無円」の3つの困窮。一生働けないことを前提にとりかかると後の憂いが少ない。6030~7040の早ければ早いほど有利。

5. しかし、ピンチはラストチャンスにもなる…親の発病、死亡、介護は助けを求めるきっかけになる。最後まで希望を捨てない。そのためには本人に伝えたい相談機関や社会資源をエンディングノートなどに書いておき、リビングのテーブルなど目に付きやすい場所に常に置いておく。重要書類は透明なボックスに1つにまとめておく。

6. ある7040の対応例を紹介…ひきこもりの女性Sさんの母親から「どこの窓口でも相手にしてくれなかった。娘がこちらの家族会に連絡して家庭訪問に来てほしい、と言っている」と連絡がありすぐに訪問を開始。その時母は癌の末期で治療を受けていた。(父親はすでに他界)訪問に行きSさんとお話する中で、今までの経過から発達障害が考えられたため精神科で検査を受けるように提案。Sさんも検査を希望し精神科の同行がはじまった。医師に母親の病気のことをお話しSさんの発達障害の検査と障害年金の依頼をした。その一方で母親は癌治療に通っていて病院に併設の相談室で娘の件を相談し、地元の社会福祉課に繋げてもらった。Sさんは精神科の検査の結果、発達障害と強迫性障害の診断を受け1年半ののち障害年金の申請をする予定となった。障害年金申請の書類作成のサポートが必要となり当会と連携している社会保険労務士とともに申請書類の作成を進めた。また、社会福祉課の訪問時に当会も同席し協働を開始。そのご障害者支援センターの担当者が決まり「支援区分3」の支援環境が整った。まもなく母親が死亡した。障害年金受給までの間は母親からの相続金150万円がSさんの生活費となった。土地家屋はSさんが相続しそのまま住み続けている。Sさんには都内に住む弟がいるが音信不通、他に親戚はいない。現在通院は生活支援センターが同行。ゴミの始末は民生委員がサポート。 ※講話のあと恒例のグループ分けによるフリートークをおこない、お金の対策について話が盛り上がりました。

☆☆☆☆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

【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)

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

【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

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 NPO「ほっとプラス」平田代表
対応エリア有 ☎ 048-687-0920

**【きょうだいしま
いの会】ワッツ 2F
12/21(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
個別 CRAFT (Community Reinforcement and Family Training)**

CRAFT 認知行動療法は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。田口(Meyers 先生の C R A F T 公認ワークショップ認定)

上記をご希望の方は事前にお電話でお申込みください 080-3176-6674 (田口)
048-651-7353

土日祝も対応

★年会費令和6年度分(2024年度分)の納入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。令和6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。

★**住所を変更された方はすみやかに連絡をお願いします。会報の未到着がないようにご協力ください。**

★**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 けやきの会事務局】さいたま市北区盆栽町 190-3 【活動場所】岩槻駅東口駅前コミュニティセンター
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

10月の学習会～家族以外の人とのつながりをつくる * 高橋晋 家族相談士



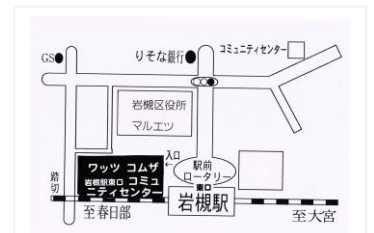
1. 家族の関係が基本 ・親子関係:親は働かない子の状況に焦りがちだが、その前に家族との関係(土台)が大事。それができていない状態で外とつながろうとしても、周りに気を使い崩れてしまうことになる。 ・兄弟関係:どちらも余裕がない時は関係が悪化するが、その時に親が取り持とうとすると大体失敗する。親は間に入らず一人ひとりを相手にして、その時のその子を満たしてあげる対応を心がける。兄弟には将来経済的負担は背負わなくていいと伝える。
2. 外への興味・関心から 回復が進んでくると、親は支援につなげたいと思うが、押し付けられたと感じると、親子関係悪化につながる。今興味あることを共通の話題にして、「本人の好き」を他者と共有できることから始める。本人が一人で出かけることが難しい場合は、親から誘い一緒に出掛けるなど試みる。家族の中で警戒心がなくなってきたら、社会参加支援のパンフレットなど渡してみても、本人の緊張の様子などから時期を測る。
3. 訪問と居場所での関わり 訪問はタイミングと相性が大事。本人にとっては期待と葛藤で疲れる。訪問後文句が出たら「別の人に替えてもらえるか頼んでみようか」と、『支援の人は替えがきく』ことを伝える。居場所は参加するまでのハードルが高い。親が行って子に様子を伝え、不安を軽減することもよい。行きはじめは期待と不安が強く、帰宅後に愚痴や文句が出る。親は慌てずねぎらいながら一生懸命聴く。辞めたいと言ったら別の居場所探しを提案する。
4. 仕事・社会参加 本人が望んだら支援団体を探す。1日限りなど短期での身内の手伝い(引越・収穫等)の提案もよい。本人が自分で仕事を見つけた場合、無理だと思っても否定的なことは言わない。ただ逃げ道の用意や辞めた時のプラスのフォローをすることが大事。
5. 本人が家族以外の人とつながっていく時の親の役割 ①不満・愚痴の受け皿になる ②本人が考えるよう促す ③人間関係について相談にのる ④溜め込んでいるのを察する。

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



11/3(日) 13:00	ほっとプラスの活動と生活保護の要件	平田真基 ほっとプラス代表	岩槻 WATSU 5F
11/8(金) 13:30	発達障害傾向のある子との関わり方	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F
12/1(日) 13:00	外への動き出しと親の関わり	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 5F
12/13(金) 13:30	親亡きあとのマネーばらん(2)	田口ゆりえ 代表	岩槻 WATSU 2F
1/5(日) 13:00	タイトル未定	講師未定	岩槻 WATSU 5F
1/10(金) 13:30	長期化の要因と必要な対応	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F

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
- ★利用料なし 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。11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

【New!! けやきの会 蓮田ルーム オープン】

蓮田駅前 蓮田マイン 2 階 ひかりサロン内

11月は 11/16(土) 13:30~15:30 (毎月第 3 土曜)

ひとりで抱えている悩みを吐き出してホッとしませんか。申し込み不要 個人情報を守ります。

非会員さんも参加できます 無料

【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 3千円

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ることなく問題を明らかにしたうえで今から講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 4

居場所 さくら草クラブ

🌿 (ココ・カラ すまいる) ワッツ 2F

11/20 (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

12/1 (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が必要です。



訪問看護ステーション 【ひだまり】

訪問看護ステーション 【ふりいる】

048-778-8380(宮原駅近) 048-884-8391(上尾市)

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!