



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.251 (2025 年 9 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/>

★《残暑お見舞いもうしあげます 9 月になっても猛暑が続いていますが皆さまお元気にお過ごしでしょうか》
第3水曜日の当事者居場所「ココ・カラすまいる」に1人の青年が欠かさず参加してくださっています。風船バレーやカードゲームで楽しく過ごしています。残暑が収まった頃にはもう少し参加者が増えるといいな、と期待しながらスタッフ3名も楽しく遊んでいます。お試し参加や親御さんだけの飛び入り参加も大歓迎です。

★8月月例会 「8040 父亡き後、実家に住む母弟との関わり」 きょうだいしまいの会 大林裕氏

大林裕さんは当事者のお兄さん。実家から離れて都内に住み独立した生活をされています。けやきの会のきょうだいしまいの会にいつも出席し近況報告などしていただいています。本日の月例会では当事者のお兄さんの立場から貴重な経験談をお聞きました。これまでの振り返りと見えてきた課題などもお話してくださいました。

① <現状>

お母さんは週に 6 日介護サービスを受けている。他に3カ月に1回の介護相談で介護委託の方と確認をするためその都度実家に出向き介護事業所の方と関わりを持っている。ひきこもりの弟もその場に参加します。

3年前に父が病死した際、母と弟は葬儀に出席できず兄ひとりで葬儀をおこなった。葬儀に出席しない母弟の父との関係や気持ちを理解できずに精神的に辛かった。死後の諸手続きも母と弟はできず1週間休暇をとり、ひとりで手続きをせざるをえなかった。しかし公共料金の変更や行政手続きは1週間でも間に合わず苦労した。遺産相続の手続きは地域包括の方の紹介で行政書士にお願いした。ここでも父の通帳の未整理や暗証番号が誰も分からず右往左往した。遺産分割協議書の作成にあたり弟は実印を作り、その自慢話を兄に話した。

3年後、母の入浴や下の始末に援助が必要ということが判明し地域包括や保健師による週2回の介護サービスの受け入れを始めた。当初は認知症(軽度)の母と自分に警戒心を持つ弟は一方的な提案や働きかけに拒絶的だったが、次第に第三者を受け入れケアしてもらうことへの抵抗感は軽減するなかで兄は心労が減りとても安堵した。最近は週に 6 日介護サービスを受けるまでになった。

② <父が倒れてから亡くなるまで>

父が庭先で倒れ緊急入院したという一報が入った。いったん症状が落ち着き、その後の受け入れ施設を探して最中に病院内で死亡した。

③ <弟がひきこもってから父が倒れるまで>

弟は25年前にアルバイトを辞めひきこもりの生活を続けてきた。普段は買い物程度の家事を担っていた。しかし兄は弟の悩みや気持ちを理解できず問題を先送りしていた。兄は当初同居していたが何かを変えなくてはという思いから地元を離れ実家から距離を空けた。

④ <現在の問題点>8040 本人、親との距離感(関わり方)

母と会話や雑談ができない。弟は事業所の方の助言(母の布団の天日干し)に対応できない。これに対し、家族会議をつづけてきたが、工夫が必要と考え TOILAB(問いラボ/質問カードを使って対話を効果的にする)を使い聞き方・話し方を変えている。

⑤ <今後について>

母の施設入所→

次回の介護認定で要介護 3 になったら市内特養に申し込む。部屋に空きが出たら弟、介護事業所、まちかど相談室、私(兄)で話し合いの上、入所するかどうか決める。

親亡き後の本人への対応→遺産分割の実施。実家は弟にゆずろうと思う。

生活困窮者自立支援制度の利用を提案

生活保護申請の提案→残りが 10 万円になったら社会福祉課で対応してもらう。

親亡き後の親自身の権利関係の手続き、処理(遺産相続)→世帯主変更。家土地。健康保険料など。

自分のひきこもり関係への関わり方→

主に兄弟姉妹の居場所。兄弟姉妹の会。きょうだいしまいの会への参加～居場所等でファシリテーターを担当する。家族会運営の居場所(葵鳥等)～利用者として利用する

家族会で兄弟姉妹の立場として体験発表する。その他。

後半は恒例の 5 分間ブレイク体操で心身をほぐしたあと、グループに分かれて自由トークをおこないました。大林さん、当事者、経験者も親御さんの間に入り、参加者それぞれの悩みや思いを話したり聴いたり、家族会ならではの和やかな交流の場になりました。参加された皆さま猛暑の中おいでいただきありがとうございました。

☆☆☆☆☆☆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)

【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可能。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 NP0「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**
9/20(土)14時

兄弟姉妹の方の居場所。
仲間と会い悩みを分かち合いましょう。
できるだけ事前にお申し込みください。
飛び入り参加も OK です

🌱 **各種個別相談 きずな工房・つみ喜への同行支援 親亡きあとのマネーぶらん相談**
🌱 **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7年度分の納入をお願いします**

★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。令和7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。ご了承ください。**

●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

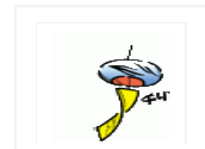
【KHJ けやきの会事務局】さいたま市北区盆裁町 190-3【活動場所】岩槻駅東口駅前コミュニティセンター
入会費用(正会員 入会金 2 千円 年会費 1 万円)(賛助会員 入会金 4 千円 年会費 6 千円) ※初めてご参加の方は 月例会、学習会、個別相談会場で「けやきの会」ご入会の手続きができます。下見は 1,500 円。
また事前に事務局の田口へ電話にてお問合せができます。

☎ 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。

8月の学習会 ～トラブルや危機をチャンスにしよう～

高橋晋 家族相談士



ひきこもりもトラブルの一つで一時的にはマイナスではあるが、これまでの生き方がよい方向で生きられなかったことの結果であり ‘ひきこもり’ という形で表面化してきたことととらえる。これからの生き方に取り組むチャンスである。

1 危機の種類★親とのトラブル（暴力 etc）：否定し追いつめ無理やり動かそうとする事から暴力が起きる。うまく対処出来ないときは支援者につなげることで⇒チャンスへ★本人からの SOS（自殺危機、病気、けが etc）：病気や体調不良による不安・不眠・イライラなどで病院を受診する⇒チャンスへ★社会・他者とのトラブル（近所・支援団体・居場所 etc）：現在の行き詰り感や怒りを家族以外に吐き出す。ときには警察や強制入院の対応となることもあるが、最終的には家族での対応⇒チャンスへ

2 親の対応★危機が起きた時は、難しい事ではあるが、落ち着いて本人と話す。家族での対応だけで難しい場合は支援者に相談する。★基本的には本人に確認を取りながら対応するが、本人のプライドを配慮したり、親子の不信感が生じる危険があれば、分からないように裏でフォローする（支援者につなげ早い対応をする）★危機継続中の本人との対応：危機の種類によって異なるが、表面的には同調しながら、焦らず安定感を持って対応する。

3 支援者につなげる★親の支援者への頼り方：相談し易い人に相談する。★本人と支援者との関係：親が関わっている支援者に本人もつながりやすい。本人と合わないときは変える。★医療につなげる場合：身体の症状から診療科を選び Dr から精神科への受診を勧めてもらう。

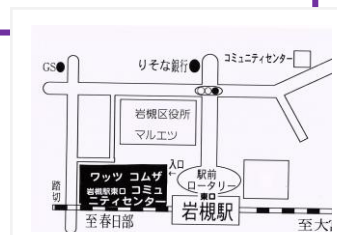
4 危機への対応が信頼関係の回復につながる。本人の苦しさの対処を親子の問題として共有する⇒信頼回復のチャンスとなる。親は味方でいてくれると安心する。

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



9/7(日) 13:00	こだわり・わだかまりから抜け出すには	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F
9/12(金) 13:30	マネーぱらん学習会①	田口ゆりえ代表	岩槻 WATSU 2F
10/5(日) 13:00	親の介護相談とひきもり本人との関わり/事例	包括支援センター 永松氏 清水氏	岩槻 WATSU 5F
10/10(金) 13:30	お金・物・愛は回復に必要なもの	高橋晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F
11/2(日) 13:00	ほっとプラスの活動/生活保護の制度 外国の保護制度は?/ ～事例～	平田真基 ほっとプラス代表	岩槻 WATSU 5F
11/14(金) 13:30	長期化・高齢化と親の役割	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』

体力と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

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!

居場所 さくら草クラブ

🌱(ココ・カラ すまいる)フツツ 2F

9/17 (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)フツツ 2F

10/5 (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とお
こなします。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 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ナーぷらん」…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 (郵便払込票と一緒に送付します)

◆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