

家族会のご案内



ひきこもり

専門支援センター通信

沖縄県ひきこもり専門支援センター
〒901-1104 沖縄県南風原町字宮平212-3 TEL:098-888-1455 FAX:098-888-1449

第1号
平成30年3月発行

平成28年10月4日 沖縄県ひきこもり専門支援センターが開所しました

家族向け講演会

平成29年12月2日(土)「ひきこもり」当事者を支えるために家族ができること
和歌山県精神保健福祉センター所長(精神科医) 小野善郎 先生

「ひきこもり=大人への移行のトラブル」と理解することができ、思春期の遷延化や「自分のしたいことが見つからない」という当事者の状況があります。

現代は「自由だけど不確かな時代」であり、親は子どもの将来に口出しせず、自分の将来は自分で決める時代です。親の経験や価値観だけでは対処できない社会的な流れの中で、大人への移行の中で「難民化」してしまい、ひきこもり状態に至ってしまいます。ひきこもりは一律に定義できませんし、困りごとさまざまです。

子どもの成長とともに親子関係は変化していきます。幼児～小児期は親が子の世話をするという依存関係(縦関係)です。幼児期の密着した関係から、小児期には距離が離れていき、思春期には、斜めの関係へ変化していきます。成人期になると、横のつながり(絆)となり、子育ては終わりに近づいていきます。その後は「世話」ではなく「援助」となるのです。

ひきこもることで、社会から消え、地域から消え、家族から消え、「存在」が消えることがあります。助けを求められず、手を差し伸べられず、取り残されたまま時間が止まります。まずは本人の「存在」と「生活の場」として、家族または地域とのつながりを回復することです。例えば家族ができることは、本人のことを話題にしたり、気にかけて、ふつうの会話をすることです。(※講演内容より抜粋)



家族教室

家族がひきこもりの知識と当事者への対応方法を習得し、適切な対応ができるようになることその学びを家族同士が共有することで、家族が安心して健康的な生活を送れるようになることを目的に家族教室を開催しています。

対象:当センターで支援している家族

会場:当センター教育研修室

ひきこもりとは・

病名や診断名ではなく、ひとつの状態をあらわす言葉です。自宅にとどまったまま、就学や就労、家族以外との親密な対人関係がない状態がおおむね6ヶ月以上続いていることを指します。心と体が疲れている場合は、ひきこもることが必要な時もあります。

H29年度実績

開催日	内容	参加家族
第1回 7月5日	①講話「ひきこもりとは」 講師:心理士 ②ワーク「家族自身の行動を振り返る」	9家族13人
第2回 8月2日	①講話「ひきこもりの長期化と心の病気」 講師:所長 ②ワーク「気になる行動と望ましい行動」	17家族28人
第3回 10月11日	①講話「ひきこもり当事者の体験談」 ②ワーク「ポジティブなコミュニケーションスキル」	22家族32人
第4回 11月8日	①講話「家族(家族会会員)の体験談」 ②ワーク「家族自身の生活を豊かにする」	17家族25人
	延べ数	65家族98人

北部地区

「不登校・ひきこもりを考える会」
場所:北部福祉事務所(名護市)
日時:毎月第3木曜日 19:00~21:00
参加費:200円
連絡先:090-4514-7984
(親川)



中部地区

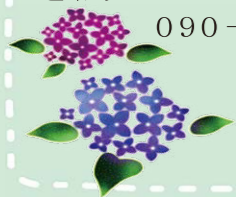
「ひきこもりを考える交流会」
場所:沖縄市社会福祉センター(沖縄市)
日時:毎月第2日曜日 14:00~17:00
参加費:300円
連絡先:090-9783-8990
(豊里)

※場所、日時の変更あり。
お問い合わせください。



「那覇・南部 ひきこもり親の会」

場所:那覇、南部方面(お問い合わせください)
日時:毎月第2もしくは第3土曜日
14:00~16:00
参加費:200円
連絡先:090-3797-6888(赤嶺)
090-6862-3727(東盛)



「つどい」

場所:沖縄国際大学9号館1階介護
実習室、ボランティア支援室
日時:概ね第4土曜日 10:00~12:00
(場所の都合で第3・第5土曜日変更あり)
参加費:適宜徴収
連絡先:090-1949-8825
(知名)



NPO 法人ちゅらゆい(コミュット!)

ニート・ひきこもり~親や支援者の会~
場所:うるま市健康福祉センターうるみん
日時:毎月第2火曜日 18:00~19:45
参加費:500円
連絡先:098-923-0697



全国ひきこもり KHJ 親の会沖縄支部 ていんさぐぬ花の会

場所:なは市民活動支援センター内
日時:毎月第1土曜日 13:00~16:00
(定例会・勉強会)
毎月第3土曜日
(サークル活動、他)
参加費:月500円
連絡先:070-5277-2036



相談実績(平成29年度)

ひきこもり専門支援センターでは、ひきこもりに関する相談支援を行っています。ひきこもり状態にある本人及び家族等を支援するとともに、関係機関と連携することにより、ひきこもり状態にある本人の自立を促進し、本人及び家族の福祉の増進を図るため、平成28年4月に開所し、同年10月より相談業務を開始しました。

相談支援は、主に電話、来所相談または同行支援となり、その他適宜必要な支援を実施しています。3名のひきこもり相談支援専門員(保健師、看護師等)が丁寧に相談に応じています。

電話相談は、月曜日～金曜日(祝日、年末年始、慰霊の日を除く)の午前10時～12時、午後1時～4時。来所相談は予約制で実施しています。

(1) 相談実績

ア.相談対応延べ件数(平成28年10月～平成29年9月)

相談実数 222名

支援方法	相談者内訳				延べ総数
	本人	家族	関係機関	その他(知人等)	
電話相談	182	544	142	7	875
面談による相談	75	228	12	0	315
メール・文書	4		2		6
同行支援	13	15			28
家庭訪問	3	1			4
延べ総数	277	788	156	7	1228

イ.相談対象者(平成28年10月～平成29年9月)

図1.相談対象者(性別) n=222

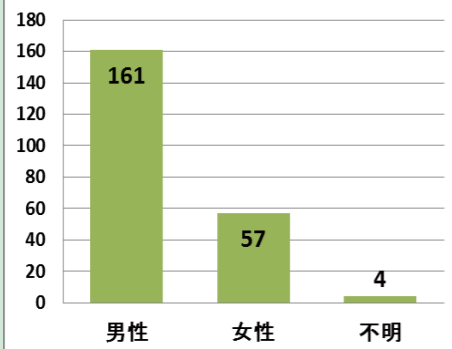
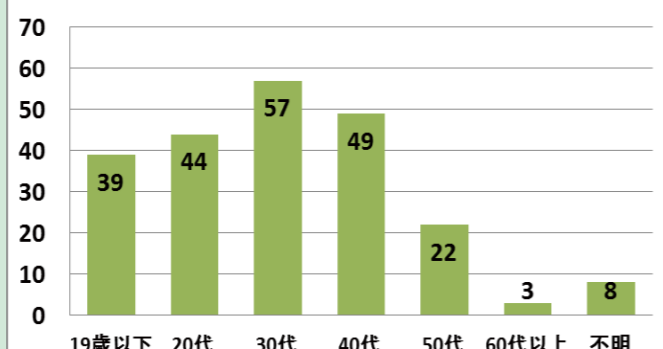
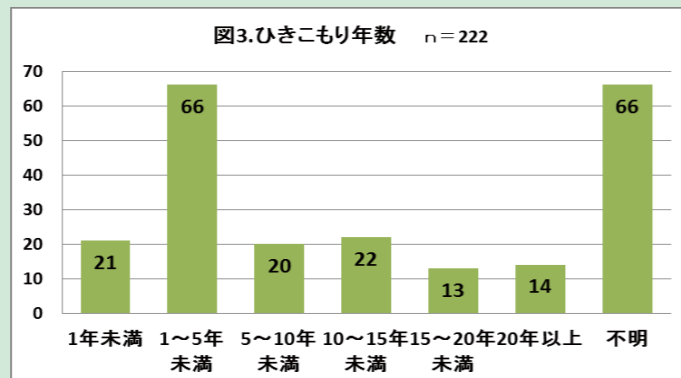


図2.相談対象者(年代別) n=222



ウ.ひきこもり年数

図3.ひきこもり年数 n=222



支援者研修会

平成29年9月22日(金)「CRAFTに基づくひきこもりの家族支援」

徳島大学大学院 社会産業理工学研究所 准教授 境 泉 洋先生

CRAFT プログラムは、ひきこもり本人と周囲の人との関係を豊かにするための家族向けプログラムです。

CRAFT について、丁寧にお話いただいた上で、ロールプレイの指導をしていただき、実践的な研修となりました。

家族関係の基盤を整える方法の一つとして、「警戒心を緩める方法」を紹介します。ひきこもっている本人と会話ができない、コミュニケーションがとりにくい場合、まず、本人が感じている警戒心を緩め、安心させることです。そのために、本人が安心するような言葉をかけ、温かい態度を示します。例えば、気持ちをわかってあげる、本人が楽しめる話をする、好きな食べ物を用意する、家族にゆとりがある、ほめるということです。反対に警戒することは、仕事の話、将来の事、ひきこもりになったことを責める、他者と比較することなどで、当面は口にしないようにします。すぐに効果を感じられなくても、3か月程度、安心するような言葉かけを実践し続けることで、多くの場合は信頼関係が回復することにつながります。その他にも、ほめること、望ましい行動を引き出すポイント等、実践的なポイントについて詳しくお話していただきました。

参考：CRAFT ひきこもりの家族支援ワークブック(金剛出版)

※ CRAFT (Community Reinforcement and Family Training : コミュニティ強化と家族訓練)



～警戒心を緩める方法～

- 1 気持ちをわかってあげる
- 2 本人が楽しめる話をする
- 3 好きな食べ物を用意する
- 4 家族にゆとりがある
- 5 ほめる (※講演内容より抜粋)

ひきこもり支援地域連絡協議会

地域の既存の社会資源(医療、保健、福祉、教育、就労等の関係機関)の体制構築や、地域において適切な支援ができることを目的として開催しています。

地区	日程	会場	内容	参加機関	参加人数
八重山	6月30日	八重山保健所 2階会議室	・ひきこもりに関する講話、事業説明 ・事例検討(2事例)	市町村担当課、青少年センター、就労支援機関、民生・児童委員、社会福祉協議会、保健所、福祉事務所	11機関 24人
宮古	12月1日	宮古合同庁舎 講堂	・ひきこもり専門支援センター事業説明 ・事例紹介 ・講話「ひきこもりの理解と対応」 講師 和歌山県精神保健福祉センター 所長 小野善郎先生 ・事例検討(1事例)	市町村担当課、就労支援機関、民生・児童委員、NPO法人、障害者支援機関、保健所、福祉事務所	7機関 17人
北部	1月24日	21世紀の森体育館 会議室	・ひきこもりに関する講話、事業説明 ・事例紹介 ・北部地区における支援の報告 アトリエみらい理事長 東邦治氏 ・事例検討(1事例)	市町村担当課、就労支援機関、障害者支援機関、民生・児童委員、パーソナルサポートセンター、若者サポートステーション、保健所、福祉事務所	14機関 25人