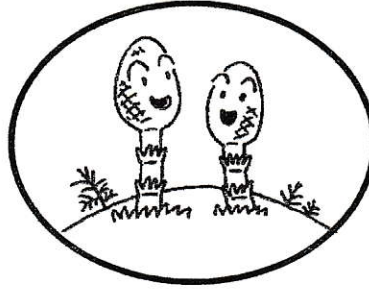


# 中野わの会

## お知らせ

令和3年12月11日号



<URL>

<https://kazokukai.tokyo/nakanoku/>

<mail>

[nakanowanokai@gmail.com](mailto:nakanowanokai@gmail.com)

<tel>

080-3088-8308 (綱島)



コロナウイルスの感染対策として出された緊急事態宣言も解除され、区有施設の利用も定員に戻りました。しかし、オミクロン株の感染が広まりつつあり安心はできません。

当面は、感染防止の3つの基本(マスクの着用、3密の回避、手洗い)を守り、活動を続けていきたいと思えます。皆様のご協力をお願いいたします。

### 1. 本日のスケジュール

- |                             |                                   |
|-----------------------------|-----------------------------------|
| ①報告事項                       | 13:30~13:40 (10分)                 |
| ②親の寺子屋:家族以外の人との<br>つながりをつくる | 13:40~14:50 (1時間10分)・・・質問の時間を含みます |
| 講師 : 上田 理香氏                 |                                   |
| 【休憩】                        | 14:50~15:00 (10分)                 |
| ③家族懇談                       | 15:00~16:30 (1時間30分)              |
| カウンセラー : 上田 理香氏             |                                   |

### 2. 本日の講師、カウンセラー

上田 理香氏

・KHJ全国ひきこもり家族会連合会本部事務局長

・2019年度より東京都ひきこもりに係る支援協議会に、当事者・家族の代表として参加されました。

### 3. 報告事項

- ①中野区報11月20日号に「ひきこもり特集」が掲載されました。  
・区内で活動する2団体(カタルーベの会、中野わの会)が掲載されました。

### 4. 講演会、オンライン配信情報

- ①楽の会リーラ12月度月例会・・・楽の会リーラ便り<令和3年11月号>より(P2, 3参照)  
※参加人数が、コロナの影響で申し込み先着50名になっております。参加ご希望の方は楽の会リーラにご確認ください(TEL:03-5944-5730)
- ②OSDよりそいネットワークよりオンライン配信(P4参照)

### 5. 令4/1、2月の月例会

- ・1月・・・1/8 鷺宮区民活動センター (チラシ参照)
- ・2月・・・2/12

以上

### <お願い>

令和3年度歳末たすけあい運動～地域活動いきき募金～にご協力ねがいます。

<この活動は、中野区社会福祉協議会を通して歳末たすけあい募金配分金の一部を受けて実施しています>

# 楽の会リーラ便り

令和3年11月号

## 令和3年12月18日(土)月例会のご案内

\* 会場参加のほかに、オンライン有料配信(家族会員限定)も予定しています。2004年にカナダでスタートしたサンシャインプロジェクト。ご本人の得意なことや興味に合わせて、様々な楽しい教育プログラムに取り組みながら自信を回復して頂くことに重きをおいています。心理、才能、社会性の面から同時に自信をつけていくので回復が早く、本プロジェクト参加者の約8割の方々は、素晴らしい才能を発揮され社会と繋がっています。ひきこもりは素晴らしい人材の宝庫です、どのようにサポートしていくのか、ご家族にどんな支援ができるのか実例を紹介しながらお伝えします。

テーマ:「ひきこもりから社会参加へのサポート」

～ウエストコーストのサンシャインプロジェクト～

講師:細越 美和 氏

ウエストコーストインターナショナル株式会社代表

主催:NPO法人楽の会リーラ 共催:豊島区

日時: 令和3年12月18日(土) 13時～17時

場所: 豊島区立産業振興プラザIKE・Biz 6階 多目的ホール

(池袋西口から徒歩8分～10分程度)

参加費: 1,000円(当事者、特別会員、当事者会員無料) (申込先着50名)

(新型コロナウイルス感染拡大状況により中止する場合があります)

\* (申し込みいただいた方を優先で先着50名、当日受付も致します)

(熱、咳、等体調に変化のない方で、マスク着用で会場では検温、手指の消毒、密にならない着席をお願いいたします。ご連絡先も確認いたします。

尚、当分の間グループごとの対話交流会は行いません)

13時15分頃

受付・開場

13時30分～14時

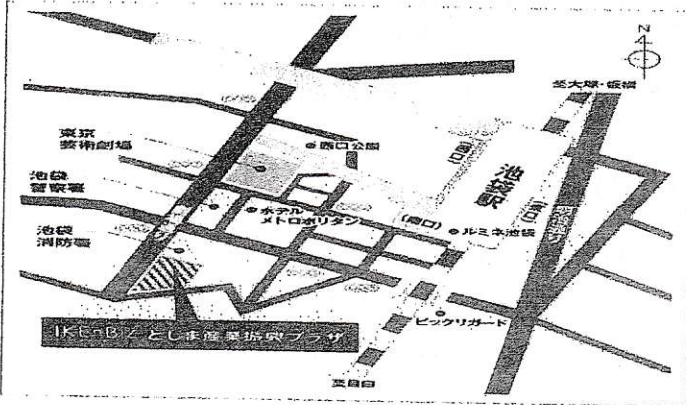
連絡(事務局より)

14時15分～16時30分

講演(質疑応答含む)

お知らせ:12月18日月例会について、オンライン配信(有料:1,000円)及び会場開催します。

楽の会リーラホームページにてご確認願います。



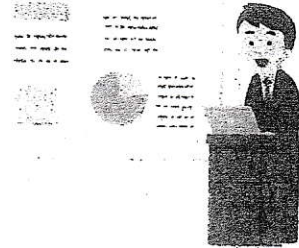
月例会予定:

1月22日(土)午後IKE/biz(多目的ホール)

2月26日(土)午後IKE/biz(多目的ホール)

3月19日(土)午後IKE/biz(多目的ホール)

4月23日(土)午後IKE/biz(多目的ホール)



### 令和4年1月22日(土)月例会のご案内

\* 会場参加のほかに、オンライン有料配信(家族会員限定)も予定しています。  
テーマ:「コロナ禍でのひきこもり対応」

～家族として本人との向き合い方について考える～

講師:徳丸 享 氏 (臨床心理士、公認心理師)

立正大学准教授 日本臨床心理士会副会長

東京公認心理師協会会長

場 所:豊島区立産業振興プラザIKE・Biz 6階 多目的ホール

参加費:1,000円(当事者、特別会員、当事者会員無料) 定員:50名予定

\* (新型コロナウイルス感染防止のため、申込先着50名)

(新型コロナウイルス感染拡大状況により中止する場合があります)

# OSD通信 2021年11月

## 1. 11月講演会～一般公開のお知らせ～

好評につきYouTube一般公開中です。お見逃しなく！

<https://youtu.be/nvq0zALCTj0>

○第一部 ポジティブサイコロジーの視点

「強みの見つけ方」～不登校・ひきこもりからの回復へ

講師：医学博士、公認心理師 松隈 信一郎 氏

○第二部 OSD事例紹介～障害年金のお話

講師：社会保険労務士 赤岩 幸一 氏

\* 次回講演会は、2月27日(日)に予定しております。

「こころの土台づくり」講師：畑田敏雄氏(当事者/就労移行事業所経営)

## 4. 学習会第7回(10月)配信中～ひきこもりを理解するための学習会

○第7回OSD学習会～回復事例から学ぶこと

講師：OSD代表理事 馬場 佳子

<https://youtu.be/eTC4kpJkQgg>

### <プロフィール>

よこはま都市未来研究所代表、不動産鑑定士。民事・家事調停委員。

大手信託銀行時代から30年以上に亘って開発企画・不動産/相続コンサルに従事。

8050の50世代であり、夫の看護、舅姑を含む5人の介護、子の不登校の経験から、様々な生きづらさと向き合っって現実的な解決策を模索、活動に生かしている。

少年友の会にて非行少年の付添い・再犯防止プログラムへの参加やこども食堂の支援など、多くの若者や子供たちが自身の未来を生き生きと語れる社会に、少しでも近づけるよう「今、できること」を行っている。

学習会は、月1回YouTubeによる公開フリー配信(無料配信)。

スマホなどをお持ちで通信環境があれば、どなたでも何回でもご視聴可能です。

### <第1回から第6回も好評配信中>

第1回学習会 我が子はどうしてひきこもったのか。～そこには理由があります

講師：カウンセラー 増淵由子 氏

第2回学習会 精神医学からみたひきこもりとは

講師：精神科専門医/指導医 牛島 定信 氏

第3回OSD学習会～親の無条件の肯定的関心とは

講師:臨床心理士 榊田 智彦 氏

第4回OSD学習会～人は頼って甘えてごねて育っていく

講師:家族相談士 上田 理香 氏

第5回OSD学習会～おこずかいの意義～自立への一歩として

講師:カウンセラー 藤江 幹子 氏

第6回OSD学習会～反抗期を取り戻しひきこもりからの回復につなげる

講師:家族相談士 高橋 晋 氏

<11月下旬配信予定>詳細はホームページをご覧ください。

第8回OSD学習会～不快話からの気づきと快話の実践

講師:臨床心理士 池田 佳世 氏(講師が変更になりました)

以上

令和3年度 **中野わの会** 活動実績(4~12)

令和3. 12. 4  
網島

注1)SOSは、生前に親がしておくこと(すること)の略である

注2)(○)は当初の計画を示す

開催日		活動内容			講師			会場 講師	内容
		家族 懇談会	親の 寺子屋	SOS	カウンセ ラー	ピアサ ポーター	他		
4/10	土	○				○		ZERO西学2 市川氏	令2報告/令3計画
(5/8)	土	(○)	(○)			(○)		X	コロナで中止 (予定:船越先生のDVD視聴)
6/12	土	○		○		○	○	スマイルなかの 丸山氏(社協) 高橋氏	成年後見制度と家族信託
7/10	土	講演会<8050問題か ら考える生活とお金と 住まい>						ZERO西学1 阿部氏	
(8/14)	土	(○)		(○)		(○)	(○)	X	コロナで中止 (予定:介護<親の老後・子の老 後>)
9/11	土	○	(○)	○	(○)	○	○	スマイルなかの 天引氏(包括) 高橋氏	介護<親の老後・子の老後>
10/8 ~17		<NPOパネル展>						中野夢通り	主催:中野区役所
10/15	金	講演会<ひきこもり~ 親の立場でできること、 地域にもとめられること ~>						ZERO視聴覚 池上氏	中野社協・カタルへの会と共催
11/13	土	(○)	○	(○)		○	○	スマイルなかの 徳丸氏 吉田氏	無条件の肯定的関心とは
12/11	土		○		○			スマイルなかの 上田氏	家族以外の人とのつながりをつ くる

以下予定

1/8	土	○		○		○	○	鷺宮区民活動	
2/12	土		○		○				
3/12	土	○				○			
合計回数									