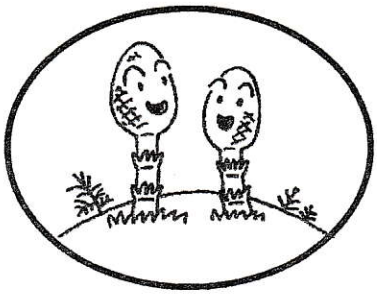
中野わの会

お知らせ

令和4年1月8日号



<URL>
https://kazokukai.tokyo/nakanoku/
<mail>
nakanowanokai@gmail.com
<tel>
080-3088-8308（綱島）

新年あけましておめでとうございます

昨年の中野わの会の活動は、コロナ禍で月例会を2回中止することになりました。昨今の情勢では、新規感染者数が徐々に増えてきており安心はできません。皆様もくれぐれ感染にはご注意願います。
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います。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令和4年度の活動について討議	13:40～14:40（1時間）
【休憩】	14:40～14:50（10分）
③家族懇談	14:50～16:30（1時間40分）

2. 本日のピアサポーター

水之江　富司一（ふじかず）氏

・ピアサポーターのご経験は1年ほど。（不登校のお子さん、ご家族のサポートを5年前から行っております）

・アドバイスというより、水之江さんご自身の体験だとこうだったというようなお伝え方になると思います。

3. 報告・討議事項

①「歳末たすけあい・地域福祉活動募金」

・12月度の例会で、皆様から8，200円の募金をお受けいたしました。

振替払込請求書兼受領証

00120-3
42562
社会福祉法人 中野区社会福祉協議会
8200
中野わの会
綱島啓友 様
03-12-21
中野上高田
郵便局
(01241)
N94150043

②中野区ひきこもり支援部会員の推薦要請

・中野わの会に推薦要請を受け、綱島がお受けすることにしました。（別紙②参照）

③令和4年度中野わの会の活動について（別紙③、④参照）

4. 講演会、オンライン配信情報

①楽の会リーラ1月度月例会・・・楽の会リーラ便り＜令和3年12月号＞より（別紙⑤、⑥参照）

※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・・・2月講演会（別紙⑦、⑧参照）

③KHJ本部・・・相模原市民講演会YouTube配信（別紙⑨参照）

5. 令4年／2月の月例会

・2月・・・2／12　会場が中部すこやか福祉センター（2階）会議室になります

以上

＜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＞

中野区地域包括ケア推進会議「ひきこもり支援部会」の設置

★中野区からの配布資料より転載する

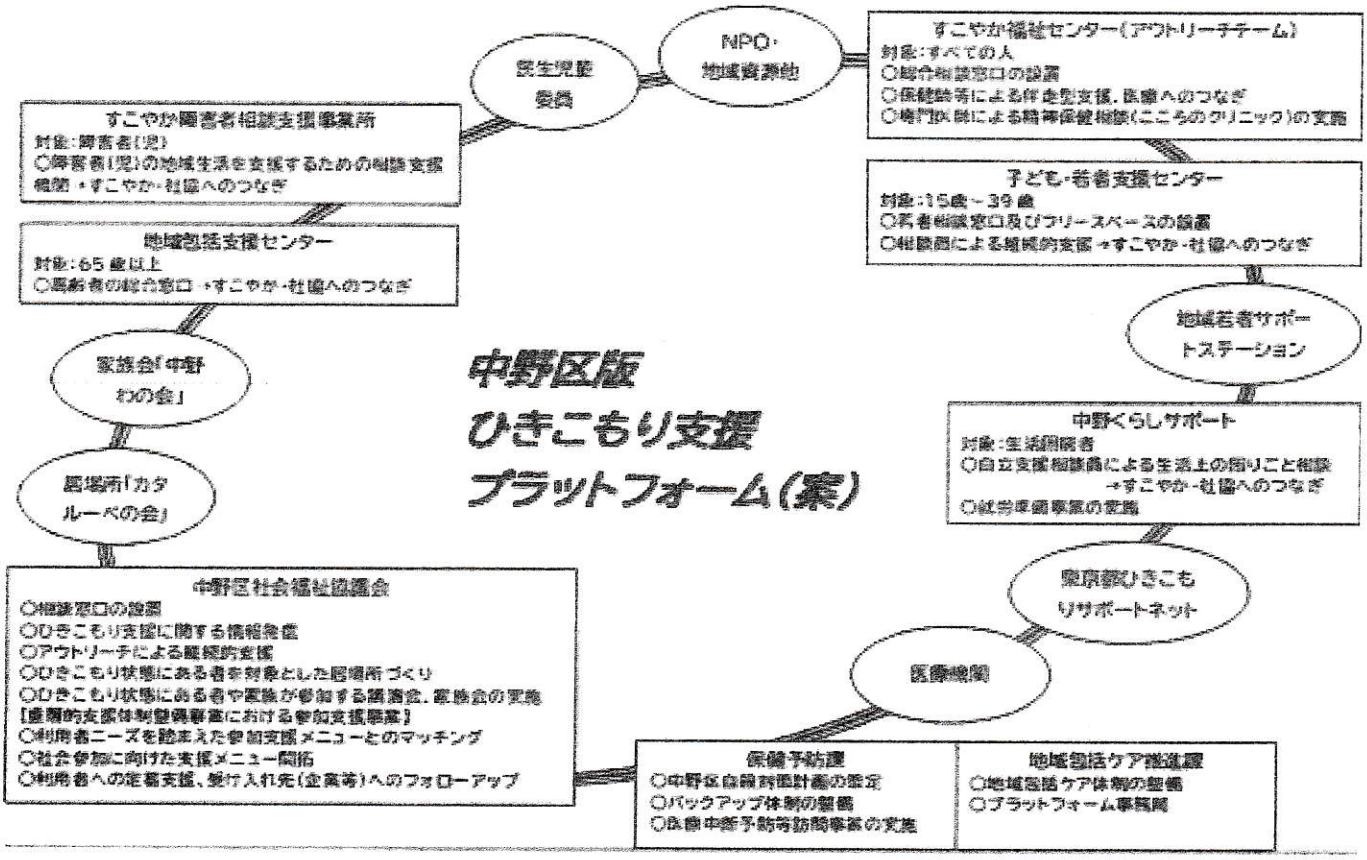
担当部局：地域支え合い推進部地域包括ケア推進課地域包括ケア推進係

1　部会の目的

地域におけるひきこもり支援の気運醸成のためのネットワークを作り、相互かつ適時に連絡・情報共有を図ることができる関係性を構築するため、ひきこもり支援部会を設置し、各関係機関の連携のあり方や支援の課題等について検討する。

2　主な検討事項

- ○　支援対象者の実態やニーズの把握
- ○　課題の共有
- ○　地域における支援者連携のネットワークの構築
- ○　当事者・家族に適切に届く効果的な情報発信
- ○　ひきこもりへの理解促進のための普及啓発



作：令4年1月1日

中野わの会

綱島

令和4年度　中野わの会の活動体制、活動内容について

令和4年1月2日

綱島

令和3年度の活動を振り返りますと、多々問題が浮かび上がってきております。令和4年度の活動計画を策定するにあたり、皆様にご相談したいと思います。

＜問題点＞

・綱島の体調

・月例会一日で、学習会と家族懇談会をするのは時間的に無理がある

ご相談の内容

1）月例会

・ひと月ごとに学習会と家族懇談会を交互に開催する。

・時間を13:30～16;00

・16:00～17:00活動メンバーによる打ち合わせを行う（新規）

2）活動メンバー打ち合わせ

・目的　：　当日の月例会の振り返り、次回以後の月例会の準備打ち合わせ

主な業務

・年度計画の策定

・配布資料等の作成

・会場の準備、後片付け

・など

・活動メンバー　：　中川、三條、松本、矢崎、後藤、綱島（敬称略）・・・6名

3）月例会についてのご提案

4）家族懇談会へのご提案

5）学習会へのご提案（テーマ等）

6）活動資金

・中野区社会福祉協議会に助成金をお願いする。

注）中野区地域包括ケア推進会議「ひきこもり支援部会」の進捗状況によっては、中野わの会の活動に修整をすることがあります。

第14回 ひきこもり(不登校)家族心理教育基礎編 ご案内

ひきこもり（不登校）は、「関係性の病」といわれています。
「そのうちに働くだろう」と放っておいても解決はしません。また、叱咤激励をすると「部屋から出てこない」「口を利かない」「昼夜逆転」に発展する場合や「家庭内暴力」につながるなど家族問題が深刻化することもあります。

ふらっとコミュニティでは、このような家族からの相談を聴いて終わるのではなく、６年前から**「家族心理教育基礎編（6回プログラム）＋実践編（1回/月）」でサポート**しています。もちろん、必要に応じて個別面接も行います。家族が子どもにどう向き合い、声をかけたら良いのか、何が先回りなのかなどを学び合い、親が変わっていくことをサポートします。そうすると「ドアが開いた」「返事をした」「生活音がするようになった」「暴言・暴力がなくなった」「何が苦しいか言えるようになった」「家では普通になった」「病院に行く」など変化を起こします。現在、「家族心理教育実践編」は5グループあり、約８０名のご家族が毎月参加されています。（宇部市だけでなく県内各地から参加あり。県外は福岡県・大分県・広島県）
さらに個人支援に繋がり、居場所への通所や就労を始めた方もおられ、成果を上げています。
現在は、当事者会「バースデイ」も発足しました。精神的な病気を抱えている方は「メンタル訪問看護ステーションconamu（心愛夢）」でのサポート、介護が必要になった高齢の親御さんには「ここからサポートセンター」がケアマネジメントを行い、家族サポートを行っています。最近では、この支援体制が全国から注目され、多くのマスメディアに取り上げられるようになりました。ぜひ、一度ご相談の上、参加申込をしてください。

❀対象：子どものひきこもりで困っている家族　10家族程度、支援者
❀場所：KDDI維新ホール（山口市産業交流拠点施設）
（山口市小郡令和１丁目１－１JR新山口駅北口直結）
❀日程＆内容：以下参照（すべて参加可能な方を優先します）
❀対応：山口大学大学院医学系研究科　教授　山根俊恵
❀参加料：一人　２５,０００円（書籍・資料代込み）（事前に徴収予定）

第1回	R4・3月4日(金) 10:00～12:00	ひきこもりのメカニズムや生きづらさを理解しよう
第2回	R4・3月4日(金) 13:00～15:00	「対話」のあり方について理解しよう
第3回	R4・3月5日(土) 10:00～12:00	問題と感じる行動（暴力など）を振り返り、その方法を理解しよう
第4回	R4・3月5日(土) 13:00～15:00	ポジティブコミュニケーション・好ましい行動を増やす方法を理解しよう
第5回	R4・3月6日(日) 10:00～12:00	先回りをやめて、子どもとしっかり向き合う方法を理解しよう
第6回	R4・3月6日(日) 13:00～15:00	これからの対応方法を一緒に考えよう（元ひきこもり者の話など）

相談・参加申込は、お電話の上、FAXでお願いします。
NPO法人　ふらっとコミュニティ ひだまり TEL/FAX 0836-21-1552
月～金　9：00～17：00　森坂・杉野・空野

楽の会リーラ便り

令和４年12月号

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

緊急事態宣言が解除され順調に楽の会リーラの月例会、親の学習会、カフェ葵鳥を開催しております。しかしながら新型コロナウイルスオミクロン株の発生により先行き不透明感は依然として解消されておりません。このような中で家族としてコロナ禍をどのように乗り越えていったらよいのか、何らかのヒントを得たく徳丸先生よりご講演をいただきます。多くの皆様のご参加をお待ちしています。

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

主催:NPO法人楽の会リーラ　　共催:豊島区

日　時:　令和4年1月22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）

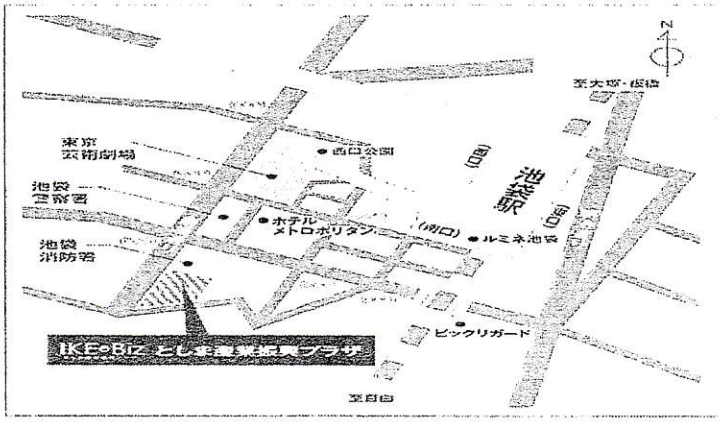
（新型コロナウイルス感染拡大状況により中止する場合があります）

＊（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。

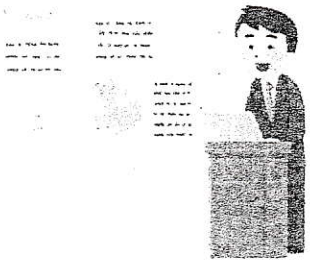
尚、当分の間グループごとの対話交流会は行いません）

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：1月22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）

5月28日（土）午後IKE/biz（多目的ホール）

令和4年2月26日（土）月例会のご案内

オンライン配信はありませんので、会場参加をお願いいたします。

テーマ：「ひきこもりの理解と対応～アウトリーチの取組み～」

講　師：西　いづみ　氏　（精神科医）

東京都立中部総合精神保健福祉センター　地域支援科長

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）

一般社団法人
OSDよりそいネットワーク

2022年

OSD 2月講演会

参加無料

第一部

こころの土台づくり
～就労支援の現場から、当事者レポート～

【講師】 就労移行支援事業所　スイッチ・新所沢
創業者　畑田 敏雄 氏

精神障害当事者（手帳２級）
早稲田大学第一文学部　哲学科　卒
岩手県立大学　後期博士課程　退学
国立　長岡技術科学大学　大学院　客員准教授（３年間）
国立　熊本大学　大学院　非常勤講師（２年間）
人材開発・組織開発コンサルタント会社コンサルタント
EAP会社コンサルタント（コンサルタント歴２０年）
産業カウンセラー
著書「こころの土台づくり」2021年5月刊
52歳で発病、精神障害者となる。2年間完全なひきこもりの後、就労移行支援事業所を創業

第二部

８０５０問題対策：OSD 事例紹介

【講師】今日からはじめる認知症対策
～家族信託と成年後見制度～

講演会後に１０分程度の個別相談(要予約) を受け付けております。そのほか、ご相談は随時お電話やメールにて受け付けいたします。お気軽にご相談ください。

日時

2022年
2/27（日）
14：00～16：30

13：30 ～ 開場
14：00 ～ 開演(Web 同時配信)
第1部　14:05 ～ 15：30頃
～　休憩 ～
第2部　15：40頃 ～
※時間は前後することがあります

場所

YouTube でもご覧いただけます！
（人数制限なし）

としま区民センター小ホール(6階)

池袋駅東口より 徒歩約5分

＊マスクの着用をお願いいたします。
＊当日、体調のすぐれない方のご参加は
ご遠慮いただきますようお願い申し上げます。

お申し込みは裏面をご覧ください

OSD は (O) 親が (S) 死んだら (D) どうしよう？と思い悩むひきこもりの親の声から生まれ、KHJ 全国ひきこもり家族会連合会の理事たちの発案で結成されました。

この講演会は、公益財団法人キリン福祉財団「キリン・福祉のちから開拓事業」の助成事業です
公益財団法人 キリン福祉財団

お申し込み方法

申込受付期間 2月24 日（木）まで

Webからご参加の場合　YouTube 視聴

参加をご希望される方は、
下記 URL または QR コードにて申込みください。

https://forms.gle/iSS6mhMf3VyV6mJo8

会場開催ご参加の場合

参加をご希望される方は、
下記 URL または QR コードにて申込みください。

https://forms.gle/Phe4g1V2t8461cHd7

会場参加のみお電話でも受け付けております。
お電話での申込みの際は、お名前と電話番号をご教示ください。

０３-５９６１-５２５２

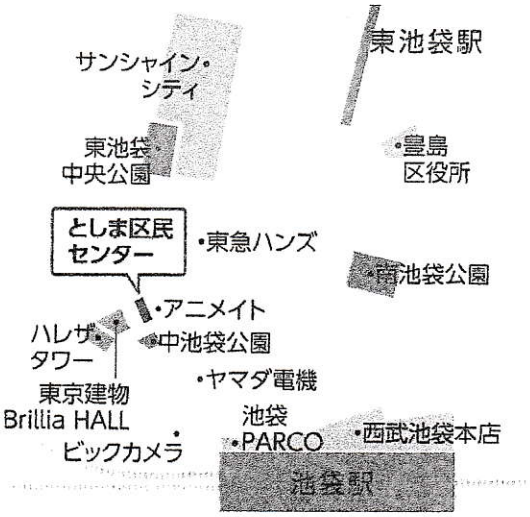
電話のみ締め切り２月２５日(金)

開催場所

としま区民センター
小ホール（6階）

東京都豊島区東池袋1-20-10
(TEL: 03-6912-7900)

前回と場所が異なりますのでご注意ください。



- マスクの着用をお願いいたします。
- 当日、体調のすぐれない方のご参加はご遠慮いただきますようお願い申し上げます。

講演会問い合わせ

〒１７０-０００２ 東京都豊島区巣鴨３-４-２
一般社団法人OSDよりそいネットワーク

TEL　０３-５９６１-５２５２
E-mail　info@osdyorisoi.jp

Copyright © 2020 一般社団法人 OSD よりそいネットワーク

動画配信講演　令和３年度　ひきこもり市民講演会

『ひきこもる』という生き方

～家族を元気にして本人を支える 本人の選択を尊重した先にみえるもの～

申込不要

参加無料
どなたでもご視聴いただけます

動画配信期間　令和３年11月15日(月)～令和４年１月31日(月)

講師

特定非営利活動法人　KHJ全国ひきこもり家族会連合会
本部・ソーシャルワーカー(社会福祉士)　**深谷 守貞** 氏

大学卒業後に福祉系団体で仕事をされていましたが、30代前半で免疫系疾患を発症し誤診等の様々な困難が生じて退職し、2年以上のひきこもり状態を経験されました。KHJ東京支部の居場所「楽の会」の参加をきっかけに生きづらさと向き合う勇気を得て、社会復帰・参加に至り、平成26年2月より「KHJ全国ひきこもり家族会連合会」本部において事務局運営、ソーシャルワーク業務に携わられています。

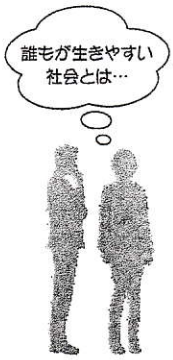
https://www.youtube.com/watch?v=MEN4b_mJbHU

視聴方法

You Tubeに保存された動画(約60分)をご覧頂きます。
QRコードにアクセスしご視聴ください。
You Tubeにて「相模原市精神保健福祉センター」の公式アカウントを検索して視聴できます。

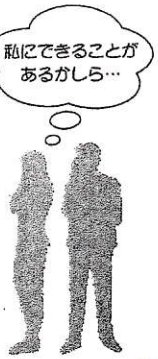
注意事項

インターネット接続にかかる通信料は各自でのご負担になります。通信環境をご確認の上ご視聴ください。
また、動画のダウンロード、録画、録音、撮影は禁止します。



「ひきこもり」は、将来への不安や家庭内葛藤、地域社会からの孤立など様々な事象をはらんでいます。ひきこもるご本人からすると、様々な要因から孤立した結果としてやむにやまれずひきこもっているに過ぎないかもしれません。それは、「現代社会では『ひきこもる』という選択をせざるを得なかった」とも言い換えられるのではないでしょうか。

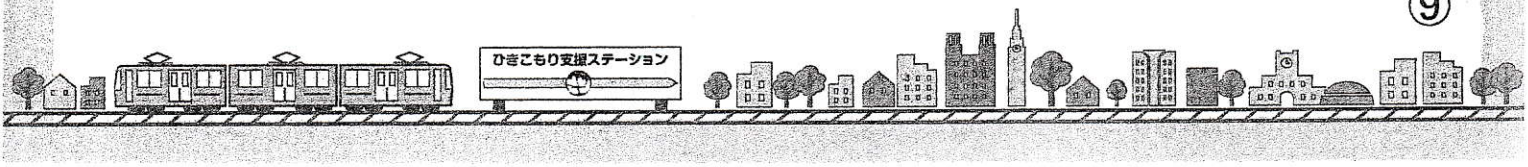
今年度は、ひきこもり状態にある方々やご家族が抱えている思いを踏まえて、誰もが生きやすい社会とはどのようなものかをご講演いただきます。



主催・問い合わせ先

相模原市精神保健福祉センター
(ひきこもり支援ステーション)
042-769-9818 (平日午前8時30分から午後5時まで)

SDGs 未来都市 さがみはら



ひきこもりの家族会

お悩みのご家族の方、一緒にお話ししませんか？

中野わの会

★ 日時：令和 4年 2月 12日（土）
13：30～16：30

①親の寺子屋：長期化の要因と必要な対応
・・・≪講師：家族相談士・カウンセラー　高橋　晋氏≫

②家族懇談会　・・・≪高橋　晋氏≫

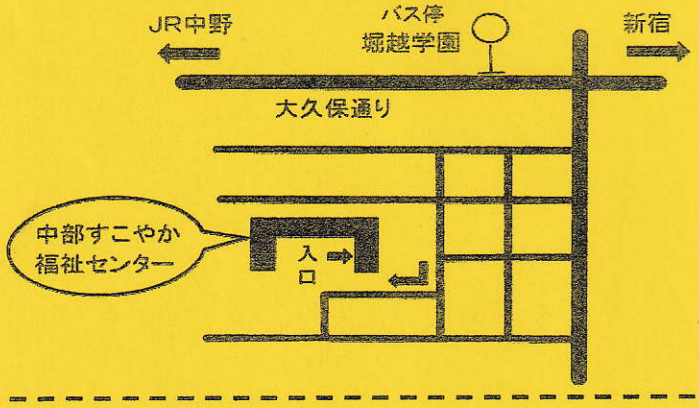
★ 場所：中部すこやか福祉センター（2階）
会議室

★ 定員：15名

★会費：100円

※毎月第2土曜日に開催する予定です
3／12 、 4／9

≪コロナ対策のお願い≫
①朝の体温計測
②マスク着用
③手のアルコール消毒



中部すこやか福祉センター
・住所：中野区中央3-19-1
・TEL：03-3367-7788

【交通機関】
▼バス停「堀越学園」より徒歩5分
・渋64京王バス　中野駅南口⇔渋谷駅
・宿05関東バス　野方駅⇔新宿駅西口

主催：ひきこもり地域家族会《 **中野わの会** 》
【問合せ】TEL：080-3088-8308（綱島）
E-mail：nakanowanokai@gmail.com
URL:https://kazokukai.tokyo/nakanoku/

協力：社会福祉法人中野区社会福祉協議会 ／ NPO法人楽の会リーラ

★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★