



# すとるベリー通信

NO. 20

NPO法人KHJとちぎベリー会(平成22年7月25日発行)

## 厚生労働省「ひきこもりの評価・支援に関するガイドライン」が公示

(新版)「ひきこもりガイドライン」が厚生労働省の「国立国際医療研究センター・国府台病院」のホームページに5月20日掲載されました。全国の精神医学・研究者86人(代表:齋藤万比古先生)が平成19年から3年間にわたって調査研究し、昨年5月に中間報告と(案)がまとめられ、今年の2月13日に東京大学安田講堂で公開講座が行われました。その内容を踏まえ、引きこもりの定義、評価、留意点、段階、診断と支援方針、支援の考え方、ネットワーク、アウトリーチ等が公的なひきこもり支援の指針として68ページにまとめられ発表されたものです。内容は以下をご覧ください。

<http://www.imcjkohndai.go.jp/pdf/jidouseishin/guideline100520.pdf>

## 7月25日(日)月例会 午後1時30分～4時

とちぎ福祉プラザ 3F 福祉A B グループミーティング

### 回復の第一歩 引きこもり状態を正しく理解する

回復のためには諦めず、家族が関わるのがとても大切です。忙しいからと先延ばしせず、適切な対応を学習しましょう!

## 7月21日(水)学習会 午後6時30分～8時

宇都宮市民活動サポートセンター 団体室 AB

### 言葉の掛け方 特徴をとらえて

日曜日の月例会へ参加できない方や、更に深く学習したい方にお勧めです。少人数で和気あいあいと進めます。

7月28日 わかものの居場所 午後1時30分～4時

宇都宮市東生涯学習センター 1階 和室

### 参加費 無料

誰にも何も言われず1人で過ごせる心地良さあり、仲間と語り、たわむれ、ぶつかり合える良さあり。いろいろな人との関係から距離感をつかみ取り、何時しか苦しさを感ぜずに関われる。そういう自分を実感できるようになる居場所です。

8月1日(日) 足利の居場所 午後1時～4時

足利市宮北町 5-11 民家 (毎月第一日曜日) 500円

参加費 500円 詳細は 090-8319-3812 (20:00以降) 齋藤

不登校・ひきこもりの若者や保護者の方の語らいの場です。不登校やひきこもりによって孤立してしまっている若者が、人と接する機会を持つことによって、自立への準備をする。様々な人とのつながりを作るのが目的なので、どなたでも参加はOK。

前回は、若者と一緒に行った楽しいカレーパーティでした。

♪ベリー会入会のご案内♪～

☆利用会員 全ての催し・事業に参加できます  
入会金 1000円 年会費 2000円

初めてご参加の方は月例会々場で入会手続きが出来ます

☆会の運営に参加する正会員、会の支援を行う賛助会員も受け付けています。詳しくはお尋ね下さい。

### ☆初参加者相談コーナー

月例会へ初めて参加された方のための相談コーナーです。  
当会のカウンセラー、支援相談員、訪問カウンセラー、ひきこもり支援相談士が対応いたします。

### ☆個別相談、グループ相談

月例会の他に相談がしたい方、定期的に続けたいという方に個別に対応致します。

#### ♪♪ カウンセラー個別相談

初回無料、次回より 60分 3,000円 事前に電話にてお申込下さい。

090-4247-2829 齋藤

#### ♪♪ 栃木 家族相談会（個別相談会） 於：栃木市 吉田邸

NPO法人グローバルヒューマン代表理事 大河原康雄

完全予約制 一家族1時間 5,000円

お問合せ、ご予約 090-9316-0166 大河原

#### ♪♪ 新潟県佐潟荘 副院長 精神科医、心療内科医

医学博士 中垣内 正和先生グループ相談会

8月22日 埼玉けやきの会 5,000円

申込は齋藤まで 090-4247-2829

## ※ お願い

☆ **NPO法人になる直前まで会員としてご入会されていた方で、NPO法人になった後、入会手続きの終わっていない方にお知らせです。**

**入会金は不要です。年会費のみのお振込をお願い致します。**

**(平成23年3月31日迄にご入金がない場合は退会とみなし名簿から除きます。ご了承下さい)**

利用会員 年会費 2000円

振込先 [郵貯銀行からの振込みは](#)

記号 10740 番号 28873101

[郵貯銀行以外の金融機関からの振込みは](#)

店名 078 店番 078 口座番号 2887310

ゼロナナハチ ゼロナナハチ店 と読みます

名前(口座名義人) 特定非営利活動法人KHJとちぎベリー会

## 家族が引きこもったら、回りが最初にやれること…

- ・引きこもった原因が何であろうと慌てずに、その状態を認める。
- ・引きこまざるを得なかった当事者の気持ちを理解し、話があれば十分に聞くことに徹する。
- ・世間体や人並から外れることを焦り、親という力で叱咤・激励・説教・哀願・懇願・期待を異常にしない。
- ・家族の在り方を再考してみる。
- ・家族会等で同じ状況の仲間のお話を聞くなどして、抱え込まない。
- ・自分が何とかしなければとか、自分がいなければこの子は駄目になるとかのような必死な関り方をしない。
- ・忙しいからと関りを後回しにせず、積極的に声かけ等の適切な関りを持つ。関り方は当事者の回復に合わせて都度変えていく。
- ・病気も視野に入れる。

などいろいろな対応を出し入れして、無理なく、適時に背中が押せて長引かせないことが大切です。

## 引きこもってから時間が経ってしまったら…

- ・個別相談等を利用して、関り方を再構築する。
- ・長い期間の対応の中で反応の良かったことを思い出し、そこから関り方のポイントを見つけて関る。
- ・腫れ物に触るような対応でなく、人として尊重して自然な対応を心がける。
- ・関り方を学習し、固執した考え方、偏った考え方に気付いてもらう対応をする。
- ・長期化すると人が怖く、更に長期化へ向かうこととなるので、閉塞的な環境に風を入れる訪問サポート等を勧める。
- ・高い目標でなく小さな目標から出来ることを一緒に考える。
- ・自身が楽になることを丁寧に説明して、出来れば受診を勧める。

等などですが、これらは頭で理解しても、いざ実行となると「これでいいのか」と不安になったり、当事者からの反撃等に合ったり、自信をなくすなどが常に起こります。

これらを乗り越えていく為には、自分にあつた家族会等を見つけて、心置きな仲間に会い、一緒に取組み、家族自身がともに成長していくことが回復への大きな力となります。