



本会の活動は「赤い羽根共同募金」の助成を受けて運営しています。



いっぷく会便り



〈9月号〉 令和5年9月1日 発行

KHJ 静岡県いっぷく会 (NPO 法人全国ひきこもり家族会連合会の静岡県支部)

会長 中村 彰男

「いっぷく会」のホームページ <http://ippukukai.com>

8月例会のご報告

8月例会は、8月13日(日) 静岡市番町市民活動センターで開催しました。

◇連続学習会

13時15分～16時30分 参加者21 家族24名 (内初参加1名) (他に2名とオンライン参加者4名)

テーマ:『家族と地域 ～家族会の再考～』

講師: 静岡県公認心理師協会 江口 昌克氏



講師は、静岡大学の教授として臨床心理学を専門に臨床心理士、公認心理師の養成にご尽力されています。そして、いっぷく会には一昨年度から静岡県公認心理師協会のプロジェクトチームとして、相談会の実施や交流会に参画して、家族の現状把握と深い理解を探求しています。本日は、家族と地域について、そして、家族会の役割と方向性などについてお話しいただきました。

1. ひきこもり人権宣言

2021年12月に“暴力的「ひきこもり支援」施設問題を考える会”(引き出し屋業者の被害に合ったひきこもり当事者らで構成される)が、差別と抑圧の歴史を終わらせるために、ひきこもりの権利を定め、ひきこもりの人権を宣言しました。

ひきこもる権利、平等権、幸福追求権、ひきこもる人の生存権、支援・治療を選ぶ権利、暴力を拒否する権利、頼る権利の7条からなり、ひきこもる個人のみを治療や矯正の対象とするべきではなく、まず家庭や社会の改善を考えるべきであり、ひきこもる個人は、その改善を要求する権利を有する。となっています。また、被害者性(家族や社会が加害者で責任がある)のみではなく、加害者性(当事者の家庭内暴力や経済負担など)にも目を向けることが公平であるとうたっています。そして、

- ・自立とは、依存先を増やすことである
- ・希望とは、絶望を分かち合うことである
- ・ひきこもることは、生き抜く権利の行使である、とも記載されています。

2. 社会における家族の被害と苦痛、その対応

ひきこもりの当事者を抱える家族に対する社会の目は、徐々に理解は示されては来ていますが、さまざまな悩みを抱えています。家族の人権もまた

- ・子どもが変わるためには親が変わらなければならないという干渉めいた支配を強いられる
 - ・家族もまた「自己(家族)責任論」にさらされている
 - ・犯罪予備軍などの偏見や差別につながる偏向したマスコミ報道に脅かされ傷つけられている
 - ・生存に不可欠な支援が未整備なため、本人と家族はともに高齢化し、経済的にも困窮している、など・・・
- 家族の人権にも焦点をあてて考えていきましょう。

いわゆる「ひきこもり」の社会参画を考えるPT 第一次提言が、自由民主党から2021年5月に出ています。

- ・ひきこもり状態に陥るのは「自己責任」でなく、「社会全体で取り組むべき課題」として捉えて施策を進めるべきである。

- ・市区町村におけるひきこもり支援の企画立案等の中心的役割を担う部局の設定、関係部局間の連携による包括的な支援体制の構築等、地域の実情に応じた支援体制づくりの検討を示している。

「ひきこもりは、“本人・家族の責任”ではなく、“社会の責任”であることを明確に示すと共に、ひきこもり政策そのものを推進するための基本法の制定を進める。」となっています。

3. 家族支援の重要性と家族会の役割

家族は、当事者にとって、一番身近な理解者であると共に一番身近な支援者でもあることから、家族への支援は大変重要なものとなります。

幾つかの先行研究では、「親の会」に参加することで本人との関係を改善するプロセス（下記）を見出しています。

- ・ ひきこもりへの戸惑い → ひきこもりとの対峙 → 見方と関わり方の変容 → 本人の主体性の確立へ
- ・ 手の打ちようがない → 親の会での気持ちの立て直し → 本人の姿への直面化 → 混沌から整理 → 本人の立場で考える努力

親の会（家族会）は、下記に示すように重要な役割を果たしています。

- ・ 親自身が受容されて強固な心理的支持が得られる
- ・ 正しい知識を得られる機会と場が提供される
- ・ 長期的で継続的な心理的安定の場が確保される

それによって、親自身が安定しゆとりが生まれ、親が本人の生き方を受け入れられるようになり、本人は自分の人生を主体的に歩んでいけるようになっていくものです。

ここで、家族会の役割を整理しておきます。

①相互支援（助け合い）

- ・ 語り合う：自分だけが悩んでいるのではない、受け止めてもらえる仲間がいる
- ・ 相互交流：行事などへの参加で親睦を深めることが家族の活力アップとなります。本人が元気になるためには、家族が落ち着くこと、そして支援する家族として元気になることが重要です。
- ・ 情報交換と手助け：インターネット上の情報（口コミなど）が正しいとは限りません。実際に利用した家族会仲間からの生の情報は信頼感があります。

②学習（学び合い、知見を広める）

勉強会、研修会、施設見学などを通じてお互いに学び、知見を広げることによって、本人への接し方に役立っていきます。

③社会的運動（外に向かった働きかけ：ソーシャルアクション）

H28年度に厚労省が共生社会をめざす地域づくり（社会から見過ごされている・見離されている現状を、専門的な支援法の制定（支援資源の整理）で打開する。）を掲げましたが、146万人にも上る“ひきこもり問題”に対しては、当事者およびその家族への支援が滞っているばかりではなく社会から見離されている状態です。

“ひきこもり問題”が埋もれないように、現在KHJ本部が中心となって行っている活動、
-研究調査 -広報啓発 -人材育成 -政策会議・プラットフォーム参加 -ロビー活動（法制化など）・・・
を支部の皆さまも積極的に推進することが非常に重要です。
専門の法律がないと社会を動かすことは出来ません。反対に法律があると社会は自ら動きます。組織化された家族会がなせる技です。

4. 受援力を高める

ひきこもりの当事者を抱える家族は、外に対して「助けて」とはなかなか言えないものです。本当に助けて欲しい人ほど「助けて」とは言えないのです。

家族会に参加していれば会員との交流の場で情報共有ができますが、地域で孤立している家族は相談窓口にも行けない状態です。これをどう打破するかです。

- ・援助要請能力（「助けて」と言える力）を高め
- ・そして、受援力（「本人が・家族が・住んでいる地域」が今どのような状況なのかを支援者に積極的に伝え、助けを求め、支援を受ける力）＝生きる力）を高めることが大事です。
- ・これにより、支援者による伴走支援が出来るようになります。

本人や家族の声を行政などに届ける中間組織が必要です。これには、専門家団体もありますが、家族会の役割も大きいものがあります。地域の声を受け止め支援に繋げてください。また、住民が関わる支援にもさまざまな形があります。相談・訪問ボランティアなどの直接支援から市民講座参加など間接支援です。地域に理解者を増やして上手く活用して下さい。

5. 持続的な家族会にするために

精神障害者家族会活動の歴史を振り返ってみます。

1965年にトップダウン型で作られた家族会の組織で、精神分裂病の診断名変更や精神障害者手帳創設などの大きな役割を果たしました。現在は、地域精神保健福祉機構と全国精神保健福祉会となつていますが、会員数は減少しています。その要因として、障害者自立支援法の施行に伴って、家族会が運営していた作業所が不要となったことや、全国組織が解散し新組織となったこともあげられますが、やはり会員の高齢化が大きな要因でした。当該団体は構成員に本人や関心を持つ関係者などを加え活動しています。これらを参考に、いっぷく会の家族会も持続可能な家族会になるようにご尽力ください。

「ひきこもり親の会のリーダーが、自らの役割の基軸を見出すまでの体験のプロセス」(齋藤まさ子ら, 2019) を引用します。

会の運営

- ①リーダーになる決断：断れない、会は不可欠
- ②ホッとして語れる場の堅持：聴き手に徹する
- ③実践からのゆるぎない確信を得る努力：親の変化で子が変化の実感、変化の糸口は親の主体性
- ④羅針盤獲得の後押しの促進：相互対話の有効性、変化を目指すプランニング

外部と連携

- ⑤連携先の活用を図る：行政とつながるメリットや財政面での公的支援、専門家による学習や助言
- ⑥社会貢献への使命感を強める：実践から得た知見の社会還元と孤立家族への呼びかけ

家族会は自然発生的に生まれるものではありません。いっぷく会役員の思いや苦難の声をぜひ関係者に、そして孤立している家族に届けていきましょう。

<参考資料>

「家族会運営と連帯状況に関する評価調査票」(R2年度厚労省社会福祉推進事業)

調査評価の指標(下記項目)を5段階評価しているものです。持続的な家族会にするために、いっぷく会の運営に役立ててください。

- ・家族会の理念と役員
- ・家族会の運営
- ・家族会のプログラム
- ・行政(主に区市町村)のひきこもり担当所管との連携
- ・当該地域における関係機関ネットワーク
- ・個人情報保護

このように学習をさせていただきました。ありがとうございました。この後は、江口先生にも入っていただき、親の好きな場所(海、山街、家)別のグループに分かれて話し合いをしました。



10月例会のお知らせ

日時：令和5年10月8日(日) 13:15～16:30 (受付13:00～)

会場：静岡県男女共同参画センター「あざれあ」第2研修室

連続学習会テーマ：「ひきこもり、回復へのプロセスと歳月」

講師：SCSカウンセリング研究所 坂本 崇代 氏

尚、当日は10時より同場所で準備会を行っています。配布物の準備やら、話し合いを行ったりしていますので是非お出かけ下さい。例会時とは一味違った雰囲気、気軽な話もできます。皆さんの参加をお待ちしています。

・会員の方で、オンライン(Zoom)での参加を希望される方は2日前までにメールでお申し込み下さい。

受付当番： □富士市以東 □静岡市駿河区、清水区 □静岡市葵区 ■藤枝・焼津以西

お知らせコーナー

(次回例会までの予定など)

・臨床心理士による「相談会」(無料)

東部地区 9月16日(土) 相談時間 1回目13:30～ 2回目15:00

富士市フィランセ東館2階面接室 (担当心理士) 江口昌克氏

(予約制) お申し込み、お問い合わせはお電話で 事務局 Tel 090-6081-0766

地区会のご報告

西部地区 (8月19日実施)

出席は心理士の先生2名、会員3名です。人数が少ないため日頃の悩みを聴きながら、先生からアドバイスをいただきながら—という感じで会が進みました。親はどうしてもひきこもりや不登校の当事者に関心がむかい、他の兄弟に目がいかなくなってしまう。そんな中で兄弟もきっと辛い思いをしているんだろうなという悩みもありました。

東部地区 (8月27日実施)

今日は会員3名と、新顔の心理士さん2人といつもの心理士さんで、全部で7人でした。会員3人がよく喋る人だったので、話を上手く切り上げられなくて、反省です。精神病院の心理士さんが、けっこうアドバイスくれて、お三人は来たかいいがあったんじゃないか、と思います。

「個別相談会」のお知らせ

日時：令和5年9月15日(金) 9:30～21:00 (小会議室)

16日(土) 9:30～12:00 (小会議室) 13:00～21:00 (中会議室)

17日(日) 9:30～18:00 (小会議室)

場所：静岡市番町市民活動センター (カウンセラー) 「人間関係と心の相談舎」代表 菊池 恒 氏
(会員限定・有料) お申込み・お問い合わせは 事務局 090-6081-0766 まで



いっぷく会は、会員制で会員の会費で運営されています。会員以外の方もご参加されることは大いに歓迎していますが、その場合は参加費を一回1500円負担して頂いています。ただし初回は体験として無料で参加いただけます。そして年会費8000円(年度途中での加入は月割額700円)で、加入していただければその後の参加費は無料です。詳しくは事務局までお問い合わせ下さい。

事務局 電話 090-6081-0766 E-mail : ippuku-kai@outlook.jp