



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



〈2月号〉 令和7年2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>

1月例会のご報告

1月例会は、1月12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：20家族、21名

学習会テーマ：臨床心理士の方々との交流会

講師：一般社団法人 静岡県公認心理師協会

波多野 実穂氏 前原 真弓氏 鈴木 梓氏

いっぷく会では2021年度より静岡県公認心理師協会様から御支援を頂き「心理士による相談会」を実施。また、それと同時期に始まりましたいっぷく会の地区会にも心理士の方々のご参加を頂いてきました。心理士協会様からも、今までひきこもり家族との接触は少ないとお伺いし、心理士の方々の勉強のためにもこの機会を通じて家族や当事者の実態を知っていただく機会としてもご参加いただいています。一方、家族の方も、心理士という仕事がいまひとつ分からないもどかしさがありました。そこで、今回、心理士の仕事について、また、このプロジェクトでひきこもりについてどのように捉えられたか、などお伺いする機会として「臨床心理士の方々との交流会」を企画しました。



トップバッターは【波多野 実穂さん】です

自己紹介、経歴、勤務先の紹介がありました。現在は、JA 静岡厚生連遠州病院勤務に加え浜松市スクールカウンセラー、一般社団法人 静岡県公認心理師協会ひきこもり支援プロジェクトで活躍されています。遠州病院(浜松市中央区中央1-1-1)の概要、総合病院とはどのような病院か、臨床心理士・公認心理師の業務概要についてお話しいただきました。

遠州病院での臨床心理士・公認心理師の業務概要(下記)、心理相談室の紹介がありました。

現在は、常勤・非常勤計5名体制で小児科、精神科の順に年間500件ほどの依頼に対応しています。

- ・カウンセリング(小児科、精神科、一般科)
- ・心理検査(小児科、精神科、脳外科、神経内科)
- ・看護学校講義(心理学、発達心理学、対人関係援助論)
- ・緩和ケア(カウンセリング、コンサルテーション、院内研修)
- ・もの忘れ外来(神経心理学的検査)
- ・虐待・DV対策チーム(児童虐待・DV・高齢者虐待への対応)
- ・ヘルスサポートチーム(Covid-19に関する職員のヘルスサポート)

★心理士を目指したきっかけ

中学生時代に、友達のいいところと自分を比べて、「自分ってなんだろう?」と悩み苦しんでいた時に周りの支えによって自分を取り戻すことが出来た。

大学の教育実習で、30人ほどの子どもたちに同時にかかわることの難しさを感じた。そして、自分がかかわれたのは元気で活発な子どもたちであったが、本当は大勢の中に入れない「気になる子」に丁寧にかわりたい思いがあった。

★ひきこもり支援を始めて思ったこと

親御さんの自分を振り返る力のすごさを実感しました。私自身も当事者の方や親御さんと接することで自身の葛藤を感じますが、親御さんたちはさらなる葛藤を抱えられていることに触れることもできて、少しでも支えられるようになりたいと思っています。



続いて【前原 真弓さん】です

自己紹介、経歴の紹介がありました。現在は、私設カウンセリングルーム、学校・訪問診療クリニックでの心理士、静岡県公認心理師協会ひきこもり支援プロジェクトなどで活動されています。元々は非行・強制領域での仕事が長く、その後各種学校のスクールカウンセラーを中心に、福祉、産業領域の仕事もされてきたそうです。

★いろいろな経歴を経て感じてきたこと

- ・一人で生きている人はいない：当事者への支援に加えて家族への支援が大変重要
- ・どんな人もよくなりたと思っている：あきらめ、自暴自棄を支える人が必要
- ・身体あつての人生、生活：身体を整えることからのアプローチも大切

★学んできた主な心理療法など

- ・解決志向：原因ではなく解決にフォーカス
- ・トラウマ療法、発達支援への開眼：認知からのアプローチだけではなく、身体からのアプローチ
- ・役に立ちそうなものは何でも：神経系、原始反射、呼吸、コーチング、催眠、食、栄養、睡眠、フラワーエッセンス、療育整体、陰陽五行、キネシオロジー、アントロポゾフィ・・・

★ひきこもり支援プロジェクトに参加して

- ・親の会など周りに話せる環境があることがご家族の支えになっていることを実感
- ・仲間と支え合うことの大切さ
- ・居場所（当事者が行ける場所）の重要性
- ・8050問題（当事者とその家族の高年齢化）が課題
- ・不登校の低年齢化からその後続く、幅広い年齢層やいろいろなスタイルでのひきこもりに対する支援の必要性、柔軟性

今後は、私設、訪問診療カウンセリング、TTTG (Trauma Treatment Therapist Group) 活動に加えて、認知（解決志向でのカウンセリング、コーチング）、心（トラウマインフォームドな視点でのトラウマ療法カウンセリング）、身体（食、睡眠、感覚、発達を通して身体を楽にしていくこと、環境改善、セルフケア）、つながり（味噌汁カフェ、オンライングループ）を目指していきます。また、なかなか外に出て行けない方や対面にハードルの高い方へのオンラインカウンセリングの可能性も考えています。



最後に【鈴木 梓さん】です

自己紹介、心理士を目指したきっかけ、現在勤務している『静岡市ひきこもり地域支援センターDanDanしずおか』の紹介がありました。

ひきこもり地域支援センターは、厚生労働省ひきこもり支援推進事業であり、ひきこもりに特化した専門的な相談窓口として、全ての都道府県および指定都市に設置されています。地域における関係機関とのネットワークの構築や、ひきこもり支援に係る情報の幅広い提供など、地域におけるひきこもり支援の拠点としての役割を担っています。

“DanDan しずおか”は、NPO 法人サンフォレストが静岡市から委託を受け 2015 年から運営されています。

- ・ 駿河区南八幡町 静岡市立南部図書館 2 階 専用ダイヤル ☎ 054-260-7755
- ・ 火曜～土曜 9：00～17：00
- ・ 相談対象
 - 静岡市在住のひきこもり当事者・家族
 - 当事者は高校生以上、成人が多い
 - 当事者が小学校・中学校に在籍している場合、「静岡市 子ども若者相談センター」を紹介する
- ・ スタッフ
 - 精神保健福祉士、臨床心理士、公認心理師など
- ・ おもな取り組み
 - ①面接相談・電話相談：予約制／1 時間程度／定期的（1 ヶ月に 1 回程度）
 - ②訪問支援・同行支援などアウトリーチ：事前評価、当事者の同意が前提、他機関との連携
 - ③居場所提供：市派遣のひきこもりサポーターも参加（人間関係の広がりを目指す）
 - ④家族教室：ひきこもりの基礎知識、理解、接し方、医療福祉など情報交換
 - ⑤家族サロン：親の気持ちを吐露する場

★ひきこもり支援を始めて思ったこと

当初は、“ひきこもり”は、「人間」や「社会」を嫌っている？。何となく「特殊」な状態。誰ともつながらない一人ぼっち・・・のように捉えていたのですが、少し経って（当事者、家族と接するようになって）、ひきこもりは誰にでも起こりうること。現実と自分の気持ちを何とか折り合いをつけようとする強い硬直状態。誰にでもある、後ろめたさや罪悪感、時には怒り、これが強い。時々、誰かとつながる。近いけど遠い、家族だからこそその苦しみ、その絶妙な距離感など、ひきこもりに対する理解が深まりました。

この後のグループでの話し合いにも参加していただきましてありがとうございました。



3 月例会のお知らせ

日時：令和 7 年 3 月 9 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 1 会議室

学習会テーマ：ひきこもりと生活保護～親亡き後などの身辺自立

講師：NPO 法人 KHJ 全国ひきこもり家族会連合会

ソーシャルワーカー 社会福祉士 深谷 守貞氏

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。

・今回はオンライン（Zoom）での配信はありません。

◇会員交流の場「地区会」

- ・中部地区 3月1日(土) 13:30~16:30 (参加心理士) 久保 伸年氏
番町市民活動センター小会議室

(注: 東部地区会を2月23日(日)に予定していましたが、会場確保が困難なため中止にしました。)

◇臨床心理士による「相談会」 ~無料~

- ・東部地区 3月15日(土) 1回目 13:30~ 2回目 15:00~
富士市フィランセ東館2階相談室 (担当心理士) 江口 昌克氏

(予約制) 申し込み、問い合わせは事務局まで

《会長一言》

皆さんには詳しくお伝え出来ませんでしたでしたが、この半年間KHJ本部では大変な状況が続いておりました。事の発端は、昨年8月22日の理事会において、当会にも馴染み深い副理事長池上正樹氏と事務局長上田里香氏の2名を突然解任したことから始まります。しかもこの件を会のHPに即日掲載して世間に晒してしまったのです。理由はハウレンソウが欠けているとか独断専行が過ぎるとかいろいろ並べてありましたが、何れも一方的な意見で弁明の機会さえ与えられませんでした。そして6月の定時総会で承認された「たびだち」の発刊をはじめ年間事業のほぼ全てを中止してしまいました。

この暴挙に対し全国の支部から抗議の声が上がり、先の理事会決議の無効を訴えましたが、理事長は受け入れず時間だけが過ぎて行きました。この間本部事務は混乱を極め、対外的信用の失墜は甚だしいものとなりました。事態打開のため臨時総会を12月5日に開催し、圧倒的多数で先の理事会決議無効等を議決しました。それでも理事長は一カ月以上も動こうとしないため、最後の手段として理事長不信任の議決を前面に2回目の臨時総会を要求しました。

今回はさすがに白旗を掲げ漸く辞任を表明しました。これ以上は長くなりますので後報としますが、異常ともいえる性格の共同理事長2名を抱えてしまった経緯を検証するとともに、何よりもKHJ内部組織の立て直し及び対外的信用の回復は並大抵のことではありません。難題に取り組む新しい執行部に大いに期待するとともに積極的に協力していきたいと考えます。



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問い合わせ下さい。

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