

## おしらせ

今後も支援者向け研修会や情報交換等を通して支援機関との連携を深めていきたいと考えています。来年度もどうぞよろしくお願いいたします。

## 平成 29 年度の活動報告

支援者研修会(基礎編・実践編)(6月・9月)  
ひきこもり対策連絡協議会(9月)  
ひきこもり講演会(中部地区、東部地区)(9月)  
情報交換会(12月)  
全県版家族交流会(3月)

## センセイの コラム



心理学で見つける“人生の意味”  
～ ロゴセラピー ～

静岡福祉大学社会福祉学部  
准教授 草野智洋

### 第4回

#### 「生産だけでなく 消費にも意味がある」

私たちは、働くことなど、「何かを産みだすこと」だけに意味があると考えがちではないでしょうか。そうすると、ひきこもりの人の人生にはまるで意味がないことになってしまいます。ご本人がそのように思っている場合はよくありますが、支援者まで同じように考えていては、ひきこもる人の支援はできません。

働くことにはもちろん意味があります。お金を稼ぎ、社会とつながり、生きがいを得られます。ですが、働くことができないひきこもり状態の人こそ、それ以外の方法で人生を意味あるものにする必要があります。それは、自然や芸術、人とのつながりなどを体験することです。「働かざる者食うべからず」という価値観では、ひきこもり支援はできません。



## 静岡県ひきこもり支援センター

〒422-8031 静岡県静岡市駿河区有明町2-20 静岡総合庁舎 別館4階  
静岡県精神保健福祉センター内

相談専用電話 054-286-9219

URL <http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-845/seishin/>



### 所長あいさつ

ひきこもり支援センターだより第4号をお届けします。

今年度最後のおたよりということで、平成29年度に新しく取り組み始めたひきこもり支援センターの家族支援についてお知らせします。

ひきこもり支援センターは県下に7つある健康福祉センターが支援拠点になっており、それぞれの地域で家族教室や家族交流会等を行っています(熱海・御殿場を除く)。西部地域については今年度よりご家族がより気軽に集まっていたり「茶話会」という形で毎月開催してまいりました。また、賀茂地域では昨年度より家族教室を始め、今年度は家族教室に参加されているご家族の要望により年度途中から交流会を始めました。詳細については2～3ページでご紹介しておりますので是非ご覧ください。

いずれも新しく始まったばかりですが、それぞれのスタッフがご家族とともに試行錯誤しながら取り組んでおります。ひきこもり状態にある方の支援はご家族のみの相談であったり、相談が長期にわたることも多く、ご家族は疲弊しやすい状態にあります。こうして同じ悩みを持つご家族同士が集まり、お互いに愚痴をこぼしながら支え合う場を持つことで、ご家族が元気になれるよう今後も支援していければと思います。

静岡県精神保健福祉センター所長 内田勝久

県内各地の健康福祉センターの様子を紹介します

## ～ 茶話会を始めました ～ 西部健康福祉センター

西部健康福祉センターでは、今年度から、ひきこもり個別相談を継続しているご家族を対象に、月1回の「茶話会」を始めました。

「茶話会」は、孤立してしまいがちなご家族が、辛い気持ちや喜びを安心して共有し、ご家族に元気を取り戻してもらうための交流会です。

茶話会は皆さんが気軽に参加できるようにと考え、時間内の入退室は自由です。現在は数名のお母さんが集い、普段の面接では話さけないことや愚痴っぽい話、本人への対応の工夫、お母さん自身の気持ちの切り替え法や、自分自身の生き方等…、少し重い話から、思わず笑える話まで、お茶を飲みながら和気あいあいと交流しています。



初めて参加した。自分だけと思っていたが、少し気が晴れた。来てよかった…



＜茶話会＞

毎月第3火曜日

14:00～15:30

西部健福での相談者対象

ここなら何でも自由に話せる場として吐き出しの役割と、このことは自分の家庭でもやってみようという自然な気づきや学びの場としての効果があります。

また、隔月にゲストで参加いただくメンターさん(\*)の体験談や考え方も、先輩の言葉として共感でき、元気をもらえます。「茶話会」はご家族の憩いの場・息抜きの場として、これからも継続していきたいと思っています。

\*「メンターさん」とは、ひきこもりが解消・軽減されたご家族のこと

散髪に行けないことを深刻に悩んでいたけれど、自分で切れば良いじゃん、皆に言われて目から鱗だった。ここに来ると、参考になることが有るので参加している。

(参加者の感想)



## 「家族のための交流会」を始めました！

賀茂健康福祉センター

賀茂健康福祉センターで開催されている「ひきこもり家族教室」に参加するご家族より、「今後も家族同士で集まりたい」との声がありました。そこで29年12月に「家族のための交流会」が誕生しました。



会の名前をみんなで「つばさ」に決めました！

自由に羽ばたけるつばさを広げて、これから先、会も親たちで伸びやかに育てていきたいですね。

＜家族のための交流会＞  
「つばさ」

賀茂地区のひきこもり家族教室  
参加者が対象です

家族同士で集まり、日頃の思いを語り合ったり、ゲームをしたり、学びあう場。もちろん無理に話さなくても大丈夫です。

ひきこもりのご本人には「めばえ」(賀茂の居場所)があるように、ご家族にも、安心して話せる場所があって、いいですね。

