



宮崎県ひきこもり支援委託事業

2022年度ひきこもり回復プログラム

10月9日(日)



境先生を囲んで、ざっくばらんに語りあおう!!

「みんなでつくる宮崎のひきこもり支援」

さかい もとひろ

講師 境 泉洋 先生



境 泉洋 先生

今回は、境先生に講師をお願いしました。

可能な限りは、宮崎の例会に参加していただいている境先生。

ひきこもりの当事者ばかりでなく、私たち親にも寄り添い、温かく適切なアドバイスをいただいています。

今回は、皆さんとざっくばらんに語り合いたいとおっしゃっています。ぜひ、多くの皆さんの参加をお待ちしています。

宮崎県楠の会の会員の皆様の参加が、暗い海を漂う自分たちの「灯」を見つけ出す力になると思っています。

【プロフィール】宮崎県生まれ。1999年、宮崎大学教育学部卒。2005年、早稲田大学博士(人間科学)。臨床心理士。2004年志學館大学、2007年徳島大学を経て、2018年4月から宮崎大学教育学部 准教授。日本認知・行動療法学会事務局長、KHJ全国ひきこもり家族会連合副理事長、日本臨床心理士会ひきこもり対策専門員会副委員長、NCNP精神保健研究所薬物依存研究部客員研究員、認知行動療法研究常任編集委員、雑誌「臨床心理学」編集委員。著書に「CRAFTひきこもりの家族支援ワークブック」(金剛出版)、編集書に「地域におけるひきこもり支援ガイドブック」(金剛出版)、共著執筆「CRAFT薬物・アルコール依存症からの脱出:あなたの家族を治療につなげるために」(金剛出版)、分担執筆に「認知行動療法の技法と臨床」(日本評論社)、「ひきこもりに出会ったら」(中外医学社)、「『ひきこもり』考」(創元社)などがある。監訳に「CRAFT依存症患者への治療動機づけ」(金剛出版)、「アルコール依存のための治療ガイドブック」(金剛出版)などがある。

またまた
会場変更!!

会場が市の社協に
変わっています
ご注意ください。

■2022年10月9日(日) 13時半~16時半

《会場》宮崎市福祉保健センター 2階 視聴覚室
(宮崎市花山手・市立図書館隣り)

《参加費》 会員無料 (一般500円 ※会の活動費にあてます)

●お問い合わせ先 宮崎県楠の会事務局 090-9603-8780

■2022年9月11日(日) 例会の報告

◆ 漠然としたお金に関する不安の

「見える化」とその対策

FP (ファイナンシャルプランナー) : 増田 龍彦 さん



今回は、日本ファイナンシャルプランナー協会宮崎支部支部長の増田龍彦さんにおいでいただきました。宮崎県内には、800人程度のFPさんがおられるとのことですが、主に保険会社、証券会社、不動産関係、銀行関係の方々が仕事として資格を取っておられることが多いそうです。お願いした内容が多岐にわたっているため、二時間ほどで語れる内容ではないと前置きされながら、ご自分の体験を交え、詳しくお話していただきました。

お金のことは大事なのですが、そこには、人間関係が加わってくるわけで、それゆえとても難しいのです。まずは、とにかく一歩踏み出すことから始めることが大事でしょう。キャッシュフロー表づくりをお願いすると10万円はかかるとのこと。会員の中には、自分で大まかなキャッシュフロー表を作った人もいます。

また、FPを目指し勉強してみようか、とおっしゃる方も現れました。

お聞きしてもなかなか難しく、説明はできませんので、資料の中から一部をご紹介します。

1、ファイナンシャル・プランナー (FP) とは

- 人生の夢や目標をかなえるために総合的な資金計画を立て、経済的な側面から実現に導く方法を「ファイナンシャル・プランニング」といいます。
- ファイナンシャル・プランニングには、家計にかかわる金融、税制、不動産、住宅ローン、保険、教育資金、年金制度など幅広い知識が必要になります。
- これらの知識を備え、相談者の夢や目標がかなうように一緒に考え、サポートする専門家が、FP (ファイナンシャル・プランナー) です。

2、FPが対応する相談テーマの一例

- | | |
|-----------|-----------------------------|
| ○ 家計管理 | ・日々の家計管理・将来のための貯蓄方法 |
| ○ 老後の生活設計 | ・老後の生活資金の準備方法・老後の生活設計の方法 |
| ○ 教育資金 | ・教育資金の準備方法・奨学金の活用 |
| ○ 年金・社会保険 | ・公的年金制度の仕組み・社会保障制度の仕組み |
| ○ 住宅資金 | ・住宅ローンの借り方・住宅ローンの繰上げ返済と借換え方 |



お金について不安を感じるのは、問題を正しく認識していないからです。それでは暗闇を歩くようなもので、どこに落とし穴があるのか、この道で合っているのか、と不安になります。解決すべき問題とご自分に合った対策が見つければ、目指すべきゴールに向かって進むことができます。その案内をするのが、FPの役割です。保険の相談などでも、単に商品と比較検討するのではなく、家計の状況やライフプランなどを踏まえたうえで、いくら保障が、いつまで必要かを考える必要があります。また、FP相談によって、想定していなかった方向に話が進むこともあります。例えば、「離婚したいのでお金の相談をしたい」という相談では、家計の見直しをご提案したことで、離婚が回避されたケースもあります。お金がないから揉めているのであり、家計を改善すれば、修復の可能性がある、とみられたからです



4、相続・遺言

「相続」を「争続」にしないために!!
 「慌てない」「モメない」「損しない」

【遺言書の確認】

法務省HPから

種類	メリット	デメリット
自筆証書遺言	○ 費用がかからず、自宅などでも作成できる ○ 作り直しが容易	× 記載内容に不備があると効力がなくなる × 紛失や内容を書き換えらる恐れがある
公正証書遺言	○ 内容に不備の心配がない ○ 原本が公証人役場で保管されるので紛失の心配がない	× もっとも費用と手間がかかる × 証人が必要なので内容を秘密にできない
秘密証書遺言	○ 紛失や内容の書き換えられるなどの心配がない ○ 遺言書の存在は明かしつつも、内容は秘密にできる	× 費用と手間がかかる × 内容に不備があると効力が失われてしまう

5、信託とは

「信託」とは、「信じて託す」と書くように、「自分の大切な財産を、信頼できる人に託し、自分が決めた目的に沿って大切な人や自分のために運用・管理してもらう」制度です。

「信託」という言葉を聞いて、何を思い浮かべますか？ 利用したことのない人にとっては、「それって何？」と思われるでしょう。信託とは、「自分の大切な財産を、信頼する人に託し、大切な人あるいは自分のために管理・運用してもらう制度」のこと。財産の管理・運用を、「誰のために?」「どういう目的で?」ということを決めて、信頼できる人に託すこと(信託すること)が、信託の大きな特徴です。財産を信託された人(受託者)は、信託した人(委託者)の決めた目的の実現に向けて信託された財産を管理・運用します。



9月の親の会例会は、宮崎県福祉総合センターで行われました。

◆増田先生から、たくさんの資料と、「家計お役立ちシート」などをいただいています。ここではなかなか紹介しきれませんが、必要な方は、植田までお申し込みください。お送りいたします。まずできることは、家の預金通帳やかけている保険を整理して、書き付けたものを子どもに渡しておくことから始めてはどうでしょうか。植田 090-9603-8780

台風被害お見舞い!!

この度の大型台風14号は、県内に大きな被害をもたらしました。日がたつにつれ、その実態が明らかになってきています。川の氾濫による床上浸水、土砂崩れによる家屋の崩壊、道路の寸断、停電、また農業関係では、さらに大きな爪痕を残しました。楠の会の会員さんの中にも大きな被害をうけた方がおり、心を痛めています。

また、避難の際、「ひきこもる子が避難を嫌がる!」という話も聞いています。何とか生き延びてほしいと思うのですが、ひきこもりの難しさを感じました。



【ひきこもりの相談を受けたい方 受付中!】

宮崎臨床心理士会の先生方が、楠の会の会員に向けて、相談会を開催してくださっています。家族の事情、ご自身の辛さなど、聴いていただくことで心が軽くなります。

「相談」をご希望の方は、植田までご連絡ください。相談料は無料です。日程は同封のプリントをごらんください。

◆植田=090-9603-8780

【令和4年 第6回 宮崎市議会定例会一般質問において 市議の島田健一議員が一般質問をされました】

(9月4日、島田議員の質問から抜粋)

島田議員の3つ目の質問が「ひきこもり支援の取り組みについて」でした。

(1) ひきこもり専用窓口の設置について

まずはひきこもりの人たちが起こした悲惨な事件についていくつか例を取り上げられました。そのあと以下のように話されました。



宮崎市議の島田健一さん

「ひきこもりを持つ親御さんの最大の悩みは、自分が死んだ後の子どものこと。ひきこもりの子を支援するセーフティーネットは、現段階では「生活保護」で生活を支えることになる。このまま、当事者や家族に実効性のある「ひきこもり」の支援を講じなければ、将来「社会保障」の増大につながると懸念する。支援の手が届き、ひきこもり当事者が、社会参加できるようになれば、段階的ではあるが、将来仕事をするにより、納税者となりえる。・・・早い段階での実効性のある対策を・・・。

このことについて宮崎大学の境泉洋教授は、「イギリスは、誰一人取り残さないために、ひきこもり対策を早い段階で講じて、将来の社会保障を抑制する取り組みをしている」と言われた。また、市の広報6月号で境先生は、「ひきこもりは頑張りすぎた証。新しい生き方を始めようというサイン。これまでの『一度ひきこもると、なかなか社会に戻れない』とか、『ひきこもる前の生活になんとか戻そう』という考えをみんなが変えていかなければならない」と話されている。

ひきこもりは、それまでの生活に無理があったから起こったといえるので、そのことに気付いたのはいいこと。新しい人生を始めるためのスタートにいると考えることが大事。

それまで、当事者を元に戻そうとしていた私は、まさに「目から鱗」でした。

生きづらさを感じたら抱え込まずに、家族や身近な人、専門家に相談しようといわれている。

そこで、本市のひきこもり支援の専用窓口が設置されているのか伺います。

(2)ひきこもり支援協議会の設置について

(3)ひきこもりの家族支援について

(4)ひきこもりの支援体制について

これらの質問につき、宮崎市福祉部第一社会福祉課より前向きに検討するという回答がありました。

(5)ひきこもりについて

ここでは、これまでの質疑応答を聞かれての清山市長の答弁がありました。いずれも前向きに検討されるという回答を得ることができました。今後の宮崎市の動きに期待するところです。

KHJジャーナル「たびだち」102号 18頁 「農福連携を考える」の掲載が始まる

「生きづらさを訴える人が増えている背景には、現代が他人とのコミュニケーションを、当たり前求められる時代であることも挙げられる。コミュニケーションが苦手な人でも、安心して活躍できる場所はないだろうか？ 農林水産大臣政務官の下野六太参議院議員の働きかけによって、今年5月から『農福（農業と福祉）連携によるひきこもり・障がい者の支援のあり方を検討する会』が発足した。今回は、現場の状況を把握するために、下野政務官と筆者（KHJ本部参与 永由道洋）が一緒に、山梨県北杜市と山形県米沢市の農福連携の現場を視察した。」

KHJジャーナル「たびだち」102号 18頁 より抜粋

【年会費納入のお願い】

宮崎県楠の会は、会員の皆様の会費で運営しています。

年会費の納入をよろしくお願いたします。

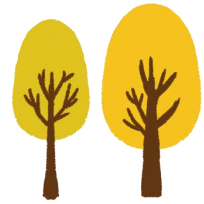
◆会費納入先

一家庭3,000円以上（年会費）

【郵便振替】

01750-6-100095

宮崎県「楠の会」



★日南支部だより

- 令和4年10月の「日南例会」は
《日時》 10月15日(土)
13時30分～15時30分
《会場》 まなび ピア (木山2丁目)
申し込み・詳細は田中さんまで・・・。
電話 090-5949-8843



★都城支部だより

- 令和4年10月の「都城例会」
《日時》 10月11日(火)
13時30分～15時30分
《会場》 都城市社会福祉協議会
申込み・詳細は堀江さん 090-4581-5152

★小林支部だより

- 令和4年10月の例会
《日時》 10月16日(日)
13時30分～15時30分
《会場》 小林市福祉センター別館
問い合わせ 小林市社協 大学さん
電話 0984-23-3466

宮崎県ひきこもり地域支援センター

(宮崎県総合保健センター 4階精神保健福祉センター内)

〒880-0032 宮崎市霧島1丁目1-2

専門の相談員が常駐し、親身になって相談に応じ
ていただいています。楠の会会員も多数相談に訪れ
ています。みなさんも、一度足を運んでみられては
いかがでしょうか。

■ 電話相談

0985-27-8133

0985-44-2411

※受付時間 8:30～17:00

■ 来所相談 電話相談の後、予約して来所。

■ 訪問支援 本人の状況や気持ちに合わせます。

■ 家族教室開催 各地保健所

一度登録すれば、親に何かあった時、必ず相談に乗ってもらえます。勇気を出して相談に行きましょう。秘密は厳守されます。

宮崎県楠の会【若者の居場所】のお知らせ

宮崎県楠の会では若者のための居場所
『つなぐ』を開設しています。
気軽においでください。

- ◆対象 ひきこもり、ニート、発達障害、
精神障害等生きづらさを感じている
当事者、経験者のみなさん。

- ◆日時 **10月15日(土)** pm 2時～5時

- ◆会場 南宮崎駅前アーケード内
レインボー教室
(宮崎市大淀4丁目5-25)



- ◆担当者 下り藤さん 電話
090-5385-7651

〒880-0944
宮崎市江南4丁目9-9 植田方
電話 090-9603-8780(植田)

ひきこもりの子を持つ親の会

KHJ全国家族会「みやざき楠の会」

ニュース会員約110名
援助会員約80名

ホームページは
宮崎県「楠の会」で

検索

クリック

相談、家庭訪問

◆相談電話《無料》

面談の方はあらかじめ植田までご予約ください。
※緊急の場合はいつでもご相談ください。



◆「宮崎県楠の会」若者就労支援 (賃金あり)

- ・イオン アイカルチャーの清掃
- ・郵送作業 ・食品配布の手伝い
- ・宮崎市の公園清掃

担当 佐川さん 090-9573-7199

【事務局だより】

① KHJジャーナル夏季号「たびだち」102号 会員無料・一般500円

- ◆特集: 当事者たちが斎藤環さんにインタビュー「ひきこもりは樂園ではない」
- ◆あなたはどのように「外」につながり続けているのか?
- ◆農福連携を考える
- ◆親子で対話ができるまで 親の試行錯誤 他

② これからの例会の予定

- ◆11月6日(日) 中原亜寿沙さん(宮崎市自立相談支援センター「これから」)
- ◆12月11日(日) 坂本明子さん(みやざきサポステ/統括コーディネーター)

2022年10月の計画



日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
イオン清掃	公園清掃			公園清掃		
9	10	11	12	13	14	15
宮崎例会 食品配布	公園清掃	都城例会		公園清掃		日南例会 若者居場所 食品配布
16	17	18	19	20	21	22
イオン清掃 小林例会	公園清掃			公園清掃		
23 30	24 31	25	26	27	28	29
	公園清掃			公園清掃	郵送作業	

フードバンクみやざきからの食品配布日
◆10月9日(日) 宮崎例会会場
◆10月15日(土) レインボー教室 (若者居場所・つなぐ)
※取りに来られない方にはお届けします。
[連絡-植田まで]

郵送作業
10/28(金)
10時~12時

コロナに負けず頑張るトラ。

