



## 宮崎県ひきこもり支援委託事業

# 2024年度ひきこもり回復プログラム

6月9日(日)宮崎市



第一部 13:30~13:50

### 令和5年度宮崎県「楠の会」総会

- 1、開会 議長選任
- 2、議事 第一号議案 令和5年度事業報告及び収支決算書の承認について  
第二号議案 令和6年度事業計画及び収支予算書の承認について
- 3、その他
- 4、閉会

【休憩】 13:50~14:00

第二部 14:00~15:30

### 講演会 「脱出!ひきこもり・不登校」

—ここは、若者の笑顔と自信を取り戻す場所です—

講師：鳥巢 正治 氏 (八おき塾代表理事)



◆プロフィール 2008年9月、中学3年の息子が不登校になり、ひきこもり・不登校の若者がいっぱいいる事を知る。また、息子の不登校の解決により、コーチング(人材育成手法)でひきこもり・不登校は解決できること、および第三者の介入が有効であることを発見する。  
2015年4月、東京より故郷福岡に戻り、「コーチングでひきこもり・不登校の社会復帰を支援」をスローガンに八おき塾(福岡わかもの就労支援プロジェクト)を立ち上げた。現在、八おき塾では66名の若者が社会復帰を果たし、塾生は福岡だけでなく九州全域、遠くは東京からも来る。

■2024年 6月9日(日) 13時半~16時半

《会場》 宮崎市民プラザ 4階 学習室

《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

### 【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ひいたします。  
宮崎県「楠の会」

### ◆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」

広告

# 鳥巢正治氏 講演会

令和6年6月号

発行:宮崎県楠の会

## 「脱出!ひきこもり・不登校」 —ここは、若者の笑顔と自信を取り戻す場所です—

お話し:八おき塾代表理事 鳥巢正治さん  
(福岡わかもの就労支援プロジェクト)

6月の楠の会の例会は、福岡市にある「八おき塾」の鳥巢正治さんにおいでいただきます。「コーチングでひきこもり・不登校の社会復帰を支援」をスローガンに八おき塾(福岡わかもの就労支援プロジェクト)を立ち上げた鳥巢さん。その考え方や現在の八おき塾の様子などを伺います。



©2024 八おき塾 福岡わかもの就労支援プロジェクト

八おき塾のホームページから



### 鳥巢正治さん プロフィール

2008年9月、中学3年の息子が不登校になり、ひきこもり・不登校の若者がいっぱいいる事を知る。また、息子の不登校の解決により、コーチング(人材育成手法)でひきこもり・不登校は解決できること、および第三者の介入が有効であることを発見する。

2015年4月、東京より故郷福岡に戻り、「コーチングでひきこもり・不登校の社会復帰を支援」をスローガンに八おき塾(福岡わかもの就労支援プロジェクト)を立ち上げた。現在、八おき塾では66名の若者が社会復帰を果たし、塾生は福岡だけでなく九州全域、遠くは東京からも来る。近日は、親子の会話がなく前に進めない家族の支援に力を入れている。



八おき塾(福岡わかもの就労支援プロジェクト)では、受講生一人ひとりに担当コーチが付きます。そして、コーチと一緒に活動することで成功体験を積み重ね笑顔や自信を取り戻し、ひきこもりや不登校を脱出することができます。身近に働いてもない、学校にも行ってもない若者がいたら、ぜひ声を掛けて頂けませんか。相談会は無料・要予約。



■2024年6月9日(日) 13時半~16時

《会場》 宮崎市民プラザ 4階 学習室

《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

#### 今後の例会の予定

7月14日(日) 13時半~

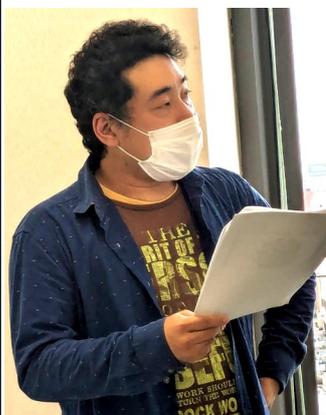
8月11日(日) 13時半~

■2024年5月12日(日)宮崎 例会の報告  
**「私のひきこもり体験談」**

講師：二宮 数豊さん(宮崎21高齢者福祉研究会事務局運営責任者)

《はじめに》

今回は、「宮崎21高齢者福祉研究会」で活躍しておられる、二宮数豊さんにお話を伺いました。



ひきこもりの体験談を話していただくことは、ご本人にとってはたいへん辛いことだと聞ききます。二宮さんはこの日、パワーポイントを使いながら、これまでのさまざまな出来事を淡々とお話してくれました。淡々とはありましたが、聞いている親の私たちには、心に重く響くものがあり、その大変さと、それを乗り越えてきた今の彼の様子を想うとき、なんとも知れずしみじみした気持ちになりました。現在は、結婚されお子様もおられるとのことでした。体験談の一部をご紹介します。

《中学・高校時代》

・あまり授業が楽しくなく、勉強に実が入らなかった。友達は結構いたので、それなりに平凡で楽しい学生生活を送った。ただし、小学校の頃になりたいと思った医学部への進学は叶わなかった。塾に居場所ができていた。

《大学時代》

- ・研究と就職活動の両立で不眠とうつ病になった。➡ 心と身体がズレている
- ・ひきこもり➡就職不採用➡ネガティブになり昼夜逆転➡病院にかかった

【回復のきっかけ】

- ・家族が腫物に触るようではなく、いつも通りに接してくれた。
- ・祖父母の家で自由にさせてもらい、散歩や畑仕事を手伝った。
- ・薬は合わなかったのでやめた。

○散歩や農作業で身体を動かし、家族の支えもあり、就職することができた。➡安心感から回復

《社会人時代①ひきこもり》

- ・蓄積されたデータの整理、プログラミング講習会などを開催したり、夜の勤務で睡眠リズムが狂ってしまった。➡もがいていた、何もかもうまくいかず目標が見つからずイライラ➡会話少い

【回復のきっかけ】➡プログラミングの技があったため、ハローワークで

《社会人時代②ひきこもり》

- ・いじめが原因で他人が信じられなくなった。 部屋から出られない。

【外で活動できるようになつたきっかけ】

➡入院などを経て、支援団体から支えてもらった。サポステや様々な団体にかかわった。

○カウンセラーさんから、**「一歩踏み出すための方法」**を教えてもらった。

- ・**暴露療法** ・まずは外に出てみる。
- ・**人に慣れる**➡ 行動しているうちに外で活動ができるようになった。

夢・目標 が私にはない、  
でも  
人を喜ばせること!  
人のご縁を  
紡いでいきたい。

※二宮さんが、現在  
大事にしている言葉!!

中村文昭の人生が変わる  
4つの鉄板ルール

- ①頼まれごとは、試されごと
- ②返事は0.2秒
- ③できない理由を言わない
- ④今できることをやる

素直に受け止める  
努力が必要!!





★日南支部だより

■令和6年6月の「日南例会」

《日時》6月15日(土)13時30分～15時30分

《会場》日南生涯学習センターまなびピア  
(日南市木山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6年6月の「都城例会」  
はお休みです。次回は

《日時》7月20日(土)

13時30分～15時30分

《会場》コミュニティセンター

★小林支部だより

■令和6年6月の「小林例会」

《日時》6月16日(日)(第3日曜)

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、発達障がい、  
精神障がい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 **6月15日(土)** pm 2時～5時

◆会場 南宮崎駅前アーケード内  
エデュコラボ  
(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  
ン  
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

## 【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、ご自身の生きづらさなど聴いていただくことで、心が軽くなります。ご希望の方は、植田までご連絡ください。

090-9603-8780

(料金の一部負担については、今までどおりとなりました。ご心配おかけしました。)

宮崎県楠の会

# 2024年6月の計画



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

フードバンクみやざきからの食品配布日  
◆ 6月9日(日) 宮崎例会会場  
◆ 6月15日(土) エデュコラボ (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  
6/25(火)  
10時~12時



たっちゃん