みやざき楠の会ニュース

NPO法人KHJ全国ひきこもり家族会連合会

令和７年　12月号

発行：宮崎県楠の会

宮崎県ひきこもり支援委託事業

2025年度ひきこもり回復プログラム

12月14日（日）宮崎市

「宮崎県ひきこもり地域支援センターの開設10年の振り返りと、今後の支援について」

講　師：直野　慶子　先生

（宮崎県精神保健福祉センター 所長）

12月は、県の精神保健センターの所長であり、県立宮崎病院精神医療センター医長の直野先生においでいただくことになりました。
先生は大変お忙しい中お引き受けいただきました。
「宮崎県ひきこもり地域支援センター」についてじっくり伺いたいと思います。

プロフィール

宮崎大学医学部医医学系研究科博士課程卒業 ： 平成19年3月
宮崎大学医学部附属病院精神科 講師 ：平成25年10月
宮崎県精神保健福祉センター 所長 ：平成30年4月～（現職）
宮崎県立宮崎病院 精神医療センター 医長 ： 平成30年4月～（現職に至る）
宮崎大学医学部医学臨床教授　称号授与： 平成30年4月～（現職に至る）

専門分野・資格

医学博士
精神保健指定医
日本医師会認定産業医

■2025年　12月14日（日）　13時半～16時

《会　場》　宮崎市民プラザ　4階　中会議室

《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

12月14日㈰13時半～
1月10日㈯13時半～

■2025年10月12日(日)宮崎例会の報告
《 久保浩明先生の講演会 》
「気になる精神症状への向き合い方・関わり方」

こころの不調や精神疾患は現代社会で大きな課題であり、これはひきこもっているかどうかにかかわらず誰にでも起こりえます。ただ、実際に不調を抱えても、支援や治療になかなかつながらない現状にあります。
今回は、宮崎大学医学部臨床神経科学講座精神医学分野・助教の久保先生においでいただき、身近な方が気になる不調を示したときの理解や関わり方についてお話しいただきました。

久保先生は宮崎県公認心理士・臨床心理士会のひきこもり支援グループ(14名)の中核を担われている方でもあり、個別相談や講演会の講師として楠の会とも長年関わっていただいています。
今回は、メンタルヘルス(こころの健康)を主題にお話しいただきました。精神の不調には、こころと体の両方に対処が必要なことから、家族が取り組む課題を説明されました。
丁寧で分かりやすい説明で、充実した時間でした。

その後、実施した家族会では7～8名の2班に分かれ、近況を報告しあいました。
今回は、父親の参加4家族とひきこもり本人も加わり、終了時間まで活発な意見が交わされました。
参加されたご家族は、ほとんどが県のひきこもり地域支援センターを利用されており、現状改善に努力されている様子が伺われました。

全国KHJにおいても、家族会の大切さは、強く言われているところです。
毎月でなくとも、例会へできるだけ参加しましょう。

ピアサポーター養成研修(KHJ主催) 受講生募集

ひきこもり経験者の方で《ピアサポーター研修》を受けたい方がおられましたら、宮崎県楠の会より推薦いたします。研修後は認定証がもらえます。《受講料 5000円》
以下の3つの事ができる方です。
① 1/11(日)、1/12(月)、3/1(日) のオンライン研修会に参加できる方
② 支部活動に**継続的**にかかわることのできる方 (所属の有無は問わない)
③ 遅滞なく課題(アンケートや活動報告書など) を提出できる方

※ 希望する方がおられましたら、12月前半までに植田まで連絡ください。
植田 090-9603-8780

◆2025年11月2日(日) ひきこもりサポーター研修会②◆

《KHJなでしこの会 田中義和さんの 講演会 》

「支援につながらない人をどう理解するか」

～ひきこもり支援ハンドブックを手がかりに～

明るく語る、田中義和さん

【はじめに】

KHJなでしこの会の代表、田中義和さんにおいでいただいのは、昨年に引き続き2回目でした。
田中さんは大学の教授をなさっていた方で、お嬢さんがひきこもっておられます。 親の立場でのお話が分かりやすいのと、日本におけるひきこもりの全体像を見渡してのお話をしていただけるところが、宮崎に住む私たちにとってありがたいことだと思います。

３人の経験者と語り合う、田中先生と植田。

今回も痒いところに手が届くといった具体的なお話を聴かせていただきました。濃密なる内容のレジュメを同封しますので、一読してください。

特に、2ページの本人たちの声を集計したところは、胸が痛くなりました。

また、当事者3名の方々のお話は、参加者に大いに参考になったようでした。

《レジュメより》

◆支援は必要だと言われながら、利用している人は、26.6%

◆なぜ？ (1)ひきこもりとしての法整備 ➡ なし

「ひきこもり支援基本法」制定に向け、全国で力を結集して動く必要がある。

(2) 本人が支援を望まない･拒否する

(3) 本人が支援の場に出ていかない。

本人に拒否感が強い➡ 本人の気持ちを尊重する

家族だけでも、支援につながり続けること

30名ほどの参加者は、3時間熱心に研修を受けられました。

◎ 家族が元気に暮らすことを大切に　不安軽減、毎日の暮らしを大切に、健康 ➡ 幸運な偶然　仕事

◎ 長期戦には、家族会への参加を!!

家族の対話、交流の大切さ。否定されずに親が語る。 同じ立場て、じっくり聞いてもらう。

アンケートより

○ 多様な社会参加ができる世の中になるといいなと思いました。

○ 楽しかった。が話し合いの時間がもう少し欲しかった。

○ 講師の田中さんや、経験者の方のお話を通じて、「今のままが認められる」「家庭が居場所になる」といった関わりの基本が、どのように本人にとって、そのメッセージを居場所として感じてもらえるか、考えるきっかけになりました。

○ 支援を望まない本人に対してどのように支援機関に繋げるか、が難しいと思った。
当事者の気持ちや、田中先生のお話を聴けて、参考になりました。

○ 田中先生のお話を聴いて、今まで動いていなかった脳の細胞が刺激を受けたように思います。
※本人を焦らせることはしたくないと思いながらも、本人が外に出ようと思い始めたタイミングの見極めは(対話なのかも?)どのようにしたらよいかなとも思いました。

○ ひきこもり支援単独での法律の整備がされていないことを初めて知りました。
「新・ハンドブック」が、今までの就労支援中心の形態から、当事者の目指す生き方に焦点が当たっているのは良かったと思いました。

○ 田中先生のお話は、親の立場としての具体的な話（名古屋でのひきこもりの方に対する支援など）参考になることが多かったです。
三名の当事者の方の話も、三者三様なのだと思いました。同じひきこもりを経験していても、誰一人同じでなく、その方々のそれぞれの自律があることに感心しました。

○ イベントの無い日に開催してほしい。行政担当者とサポーターとの共同研修をしては…。今回の催事は広く県民へ広報した方がよかったのでは…。など、様々なご意見をいただきました。

―役員の方募集します―

会計をしていただける方を探しています。役員は会員の中からボランティアで協力しあっています。今回、長くご協力して頂いていた会計の方が、事情によりお辞めになります。

どなたかお願いします。よろしくお願いいたします。　植田

★日南支部だより

■令和7年12月の「日南例会」

《日時》12月20日(土)　13:30～15:30

《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）

◎おしゃべり会　➡　12/27 (土)

■申し込み･詳細は田中さんまで･･･。
電話　090-5949-8843

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。

★都城支部だより

■令和7年12月の「都城例会」

《日時》今月はお休みになります。

■申込み･詳細は堀江さん　090-4581-5152

★小林支部だより

■令和7年12月の「小林例会」

《日時》12月21日(日)（第3日曜）
13:30～15:30

《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　12月20日(土)　pm2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（さがりふじ）さん
電話　090-5385-7651

発行：宮崎県楠の会

〒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

【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、相談会を無料で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

【お知らせ】

長い間、「フードバンク宮崎」様より食料品をいただいてまいりましたが、この2025年12月をもちまして終了することと致しました。時節がらフードバンクの品物が、他のさらに大変な皆様へ届くことを願ってのことです。
ご了承ください。 今まで快くご協力いただきました「フードバンク宮崎」さまには、心より感謝申し上げます。　宮崎県楠の会　一同

2025年１２月の計画

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

フードバンクみやざき
からの食品配布日
★★ 最終回 ★★
◆12月14日（日）
宮崎例会会場
◆12月20日（土）
エデュコラボ
（若者居場所・つなぐ）

郵送作業
12/ 23
（火）
10時～11時半
市民プラザ3階

※簡単な作業です。お手伝い頂ける方を探しています。ご協力宜しくお願いします。