



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 5月10日(日)

親 80歳ーひきこもる子供 50歳
**親が亡くなった時、ひきこもる子は
どうなるのでしょうか？**

講師：江口 綾子 氏 (グリーンコープ)

宮崎市の家計改善事業とは……!!

4月の例会には親と当事者、支援者がまーるくなって本音で話し合いができました。最近兄弟の方も来られていますが、皆さんがそれぞれの悩みを語り、または聴くという形がしっかりできていて、終了後も名残を惜しむようにロビーで話しておられました。

さて、先月も書きましたが、3月の「宮崎ひきこもり地域支援センター」による事例は、私たちに衝撃を与えました。80代の母親が亡くなり、残された40代の本人は生活ができなくなり、その後、何とか生活保護をうけて暮らせるようになったという「ひきこもりの子を持つ」家族にとって、今後に来るべき姿を見たような感じの事例でした。

そこで今月は、親が亡くなった後、残された子どもはどうなるのか!? という問題について、3月の事例のとき、特に家計についての助言をしてくださった宮崎市「これから」の家計改善事業の委託を受けている、グリーンコープの専門の先生においていただきお話を伺います。

それぞれ世帯によって事情は違いますが、ひきこもりの子どもを抱えている点は同じです。一人で悩んでいても何も解決しません。自分の家庭の現実をきちんと見つめなおし、今後の行く先が見えることがまずは悩みを解消する第一歩になるはずです。

家計改善支援事業は宮崎市の事業[無料]です。この事業は平成27年4月1日に施行された「生活困窮者自立支援法」に基づき実施される事業で、実施主体である宮崎市から社会福祉法人グリーンコープが業務委託を受けています。



■2026年 5月10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 (年会費3,000円以上お願いします)
(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

6月21日(日)13時半～中会議室
(6月は、第三回に変更)

7月12日(日)13時半～中会議室

令和8年4月12日(日)
ひきこもりの経験者と語りてみよう!! の報告
 ひきこもり経験者の若者と家族・スタッフ18名



Aグループの話し合い



始めにカスミ先生のヨガをしました



Bグループの話し合い

まず、カスミ先生による「椅子ヨガ」の指導を15分ほど受けました。「皆さんめっちゃいいですね！」と掛け声をかけてくださるのがとても励みになるという声がありました。すべてが解放された心地になり、気持ちと心がした。

その後、2グループに分かれて語り合いました。時間は、休憩をはさんで1時間半ほどでしたが、とても短い感じがするほど心をほどいて話すことが出来ました。また、終了後もまだ心残りがあるのか、話が続けている方々がいました。



《父 親》家の息子は、母親とは話しをするが、父親の私は避けているようだ。何か私が悪いことをしたのだろうか？私はどうしたらいいのか悩んでいる。

《息 子》
 ・父とはうまく話せない。
 ・世代間のずれがある!?
 ・仕事をしている父とは話さずらい。
 ・苦しさを語ろうとするが、逆に説教される。

ひきこもっている子がゲームに夢中になっている。課金をして、親にお金を貸してくれと言って困っている。
 ※中村クリニック〔広島通り〕はアディクションを得意とされます。

自分は、うつ状態になって動けなくなったことがあったが、趣味を見つけて立ち直れた。
 「正しさは、優しさではない、時には刃(やいば)にもなる」ということを言いたい。

自分はひきこもりの性質だと思う。ずっと一人で居ても大丈夫である。かえって一人が居心地がいいと思う。あとは経済的な問題だけだ。ネットで仕事を探している。

自分は福岡で働いていたが兄のサポートのために、帰ってきた。兄を見ていた父が亡くなってしまった。兄はメンタルが不安定で、入院歴もある。

宮崎県ひきこもり地域支援センター

ひとりで悩まないで、誰かに話してみませんか!! 相談を受け付けています。

LINE 相談窓口
 平日 8:30~17:15



@627erote
 ともだち検索!

ひきこもり地域支援センター
 平日 8:30~17:15

◆電話
 0985-27-8133
 0985-44-2411





★日南支部だより

■令和8年5月の「日南例会」
お休みします。

◎おしゃべり会→5/23(土) 担当=川野
■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8年5月の都城例会

《日時》5月10日(日) 13:00~16:00
総会を行います。〔第二日曜日〕
《会場》コミュニティセンター
■申込み・詳細は堀江さん 090-4581-5152

★小林支部だより

■令和8年5月の「小林例会」

《日時》5月17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
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 8:30~17:15

■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【つなぐ】のお知らせ

宮崎県楠の会ではひきこもりで悩んでいる方の
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 **5月16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 さがりふじ 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
- ・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

—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。どなたか会計をよろしく願います。
植田

2026年5月の計画

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

郵送作業
5 / 26
(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
宜しく願います。