



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

令和8年6月号

発行：宮崎県楠の会

宮崎県ひきこもり支援委託事業 2026年度ひきこもり回復プログラム

6月21日(日)

今回は第3日曜日です。

第一部 13:30 令和7年度 宮崎県楠の会〔総会〕

第二部 14:00 講演会

講師：八おき塾 代表理事 鳥巢正治 氏
(福岡わかもの就労支援プロジェクト)

「ひきこもりの若者の声を聴こう！！

～どうしたら話してくれるのか？～」

「私でいいのですか？」
とおっしゃる鳥巢さん。
今年で3回目の宮崎です。

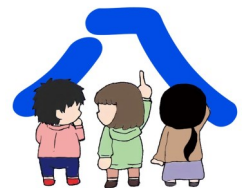


鳥巢正治 氏

今年も総会の季節がやってきました。宮崎県楠の会は、皆さんの会費の他に、10年以上前から「ひきこもり 家族向け研修会運営業務委託」を宮崎県から委託され、毎年約57万円の委託料をいただくことができています。今まで続いて受託できたのは、年間計画を立て、それに沿って毎月きちんと例会を行ってきたからです。計画だけなら誰でもできます。大事なのは、毎回会員の方々が、この会を必要不可欠な大切なものとして受け止めていただき、多くの方々が毎回参加してくださっていることです。その点を県もしっかり確認され、委託が続いているわけです。ありがたいことです。また、当初から素晴らしい経理をしていただいている、Sさんの力を忘れるわけにはいきません。

皆さん、ぜひ総会にご参加ください。そしてパンチのある「鳥巢さん」の話をお聞きしましょう。親は何をすればいいのでしょうか!!

福岡八おき塾 は、ひきこもりやニートの社会復帰を支援する団体です。名前の由来は「七転び八起き」にあり、困難を乗り越え、前を向いて歩くことを目指しています。主に18歳から39歳までの若者を対象に、コーチングや食事作りを通じて自信を取り戻す支援を行っています。



■2026年 6月21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)

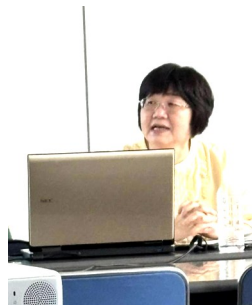
●お問い合わせ先 宮崎県楠の会事務局 090-9603-8780

今後の例会の予定

7月12日(日)13時半～中会議室
8月9日(日)13時半～学習室

令和8年5月10日(日) 「親が亡くなった時、ひきこもる子は・・・?!」の報告

江口 綾子さん 統括家計相談員
(グリーンコープ・宮崎市自立相談センター「これから」所属)



今回の講演のため、江口さんはたくさんの資料を作成してくださいました。スライドの文字は大きく、お話は大変わかりやすかったです。終了後、参加した20名ほどの会員からたくさんの質問がありました。その後、会員で感想を語り合いました。皆さん口々に「具体的な内容で、とてもためになった」という声が多くありました。会員の中にはそれぞれ様々な苦勞を重ねてこられた方もいて、その話にみんなで聴き入りました。それぞれの生き方は十人十色。困ったときは相談する勇気を!!

《江口 綾子さん》

グリーコープ、「これから」
家計改善指導員
〔高齢者保護、子育て、子ども
食堂、生活困窮〕
年間200件以上の相談にのら
れている大ベテランの指導員さん。

《宮崎市これから》は、生活保護に
至っていない生活困窮者に対する
「第2のセーフティーネット」。

様々な困りごとを引き受けて、一
歩一歩。税金の督促が払えない。
ガス水道電気代が…。恥ずかしがら
ずにまず相談してみよう。

《家計改善支援》は、生活再生に
向けた意欲を引き出すための助
言をしてくれます。〔酒、タバコ、
パチンコ、ゲームなどの依存症や
借金〕などがありますが、家族だけ
で悩まずにまずは相談しましょう。

《税金の滞納》

公共料金などを滞納した場合、
健康保険証が使えなくなるなど
様々な困りごとが生じます。

特に、ひきこもりの子どもを持
つ家庭では、国民年金の免除申請
を忘れずにすることが大切です。

《住まいの問題》▶課題の整理◀

- ①ご自宅で暮らし ている方は、
土地・家屋・などの名義を確認して
おく。名義が二人になっていたりす
ると大変。売却より相続の方が得。
- ②賃貸の方は、契約書や連帯保証人
の確認をしておく。

《後見人制度》

親が亡くなった後、自立ができ
ない、頼る人がいないということ
であれば、亡くなる前に「後見人」
をつけておく制度があります。

江口さんを通して、法テラス(無
料)や弁護士に相談しましょう。

《ひきこもりの人が一人で生活
する時》一ヶ月最低10万は必要!

- ▼住まい、アパート代か固定資産税
食費4万円、水道光熱費1.5万円
携帯代 5千円、医療費5千円
健康保険・介護保険 6千円
- ▼ひきこもりの人に生活能力を!!

《基本生活費》の考え方は、ひきこ
もり本人が生活保護を受ける時基
本となる考えです。もちろん一人ひ
とり試算されるもので差は生じま
す。障害年金や障害手帳によっても
変わります。親は、どこかに繋がっ
ておくことがとても大切です。

《法テラスは無料相談》

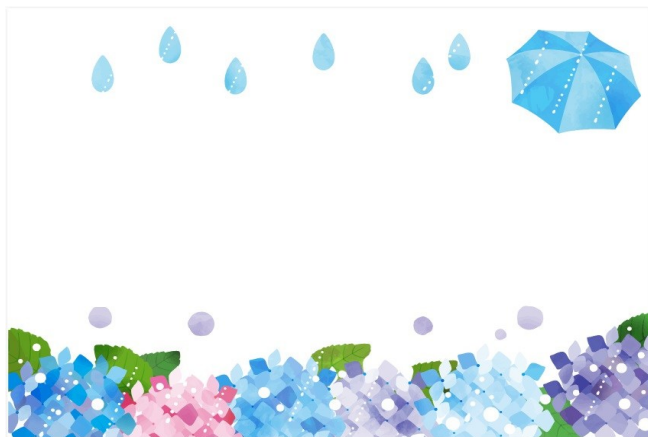
残される子どもさんの事も大切な
事だとは思いますが、やはり今日こ
こにおいていただいた方々の人生
もとても大事だと思います。
難しいかもしれませんが、どこかで
ほっとできる時間を大事にしてくだ
さい。先生の言葉にほろり…!

宮崎市自立相談支援センター「これから・日だまり」

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。

メール : hidamari@miyazaki-mhsw.jp

電話番号 : 0985-27-3118(月～金: 8:45～16:30)



★日南支部だより

■令和8年6月の「日南例会」
「ある支援者の経験談を聴こう!!」

《日時》6月20日(土) 13:30~15:00

《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→6 / 27 (土) 担当=川野

■申し込み・詳細は田中さんまで・・・。

★都城支部だより

■令和8年6月の都城例会

《日時》6月はお休みです。

■申し込み・詳細は堀江さん 090-4581-5152

★小林支部だより

■令和8年6月の「小林例会」

《日時》6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 8:30~17:15

■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 **6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 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聞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6月の計画

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



郵送作業

6/30(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。