

平成30年度 前期 開催のお知らせ

社会的ひきこもり家族教室

精神保健福祉センターでは、「社会的ひきこもり」と言われる状態にある方のご家族を対象とした「家族教室」を開催しています。

悩み孤立しがちなご家族同士がともに考え、学ぶことで、ご家族の孤立感を和らげ、ご家族自身が安心して健康に過ごすことができるように例年、開催しているものです。

開催日時 平成30年6月～9月の第4木曜日

【第1回】 6月28日（木） 14:00～16:00

【第2回】 7月26日（木） 14:00～16:00

【第3回】 8月23日（木） 14:00～16:00

【第4回】 9月27日（木） 14:00～16:00（月1回・計4回）

※ 第1回目からご参加のためには、**6月14日（木）まで**にお申込みください。

会場

北九州市立精神保健福祉センター（小倉北区馬借一丁目7番1号「アシスト21」5階）

※回により会場が変更になる場合もあります（その際は事前にお知らせします）

内容

講話（社会的ひきこもりの理解、対応方法、社会資源紹介 など）、意見交換

対象

「社会的ひきこもり」と言われる状態にある方のご家族（北九州市内居住の方）

《対象となる「社会的ひきこもり」とは》

概ね18歳以上の北九州市内居住の方で、およそ、次の状態にあてはまる方

- ①長期（おおそ半年以上）にわたって、年齢に相応した自宅以外での社会的生活（就労、就学だけでなく家族以外の人との対人交流）がみられない。
- ②明確な疾患や障害（例えば統合失調症、躁うつ病、パニック障害、強迫性障害、発達上の障害等）の存在が考えられない。

※対象となるかご家族だけでは判断が難しいこともありますので、まずはご相談ください。

申込受付

北九州市立精神保健福祉センター（☎093-522-8729）へご連絡ください。**受付後、住所区の区役所にて事前面談を行います。**

《教室の主催・お問い合わせ先》 北九州市立精神保健福祉センター

TEL 093-522-8729 FAX 093-522-8776（社会的ひきこもり家族教室担当まで）

平成30年度 社会的ひきこもり家族教室 プログラム

- 開催日時は、第4木曜日の 14:00～16:00 です
- 前期・後期、あわせて1年間の教室です。1期4回、計8回継続してご参加ください
 - ※ 後期から参加される場合は、次年度の前期までの参加になります
- 各回の内容は、前半：講話やビデオ、経験者からのメッセージ等を通じた学習
 後半：参加者同士の意見交換 (あわせて2時間)
 - ※プログラム及び各回の内容は、変更になる場合もあります

★ プログラム

期	回	日 程	内 容
前期 【第4木曜日】	1	平成30年 6月28日(木) 14:00～16:00	オリエンテーション(精神保健福祉センタースタッフ) ビデオ：ひきこもりについての理解や対応方法 意見交換
	2	7月26日(木) 14:00～16:00	講話：ひきこもりの経過と家族の対応(精神保健福祉センタースタッフ) 意見交換
	3	8月23日(木) 14:00～16:00	講話：家族の立場からのメッセージ(ご家族) 意見交換
	4	9月27日(木) 14:00～16:00	前期のまとめ(精神保健福祉センタースタッフ) 意見交換
【予定】後期 【第4木曜日】※12月は第3木曜日	1	11月22日(木) 14:00～16:00	オリエンテーション(精神保健福祉センタースタッフ) 講話：ひきこもりの経過と家族の対応(精神保健福祉センタースタッフ) 意見交換
	2	12月20日(木) 14:00～16:00	ビデオ：ひきこもりについての理解や対応方法 意見交換
	3	平成31年 1月24日(木) 14:00～16:00	講話：本人の立場からのメッセージ (ご本人・ひきこもり地域支援センタースタッフ) 意見交換
	4	2月28日(木) 14:00～16:00	後期のまとめ(精神保健福祉センタースタッフ) 意見交換

★ 家族教室のねらい

- ・家族自身が健康に過ごせるようになる
無理をしない / よい面を見る / 原因探し
ではなく、これからの生きる対応の工夫を
- ・家族が仲間と出会い孤立感を和らげる
思いを語り合う / 安心して話せる場となるように

★ 家族教室の約束事

- ・ここで聞いた話は外へ持ち出さない
- ・話すことが負担に思える時は、
パスしてOK

