

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 7月～10月の第3木曜日（月1回・計4回）

- 【第1回】 7月16日（木）14:00～16:00
- 【第2回】 8月20日（木）14:00～16:00
- 【第3回】 9月17日（木）14:00～16:00
- 【第4回】 10月15日（木）14:00～16:00

※ 第1回目からご参加のためには、**7月2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）

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（おおよそ半年以上）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

お住まいの区の区役所保健福祉課高齢者・障害者相談係へご連絡ください。**受付後、区役所にて事前面談を行います。**

門司区（清滝1-1-1）	☎ 093-321-4800（直通）
小倉北区（大手町1-1）	☎ 093-582-3430（直通）
小倉南区（若園5-1-2）	☎ 093-952-4800（直通）
若松区（浜町1-1-1）	☎ 093-751-4800（直通）
八幡東区（中央1-1-1）	☎ 093-671-4800（直通）
八幡西区（黒崎3-15-3）	☎ 093-642-1441（代表）
戸畑区（千防1-1-1）	☎ 093-881-4800（直通）

平成27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3木曜日の 14:00～16:00 です（前期・後期共通）
 - 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：ビデオや講義、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の時間（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3木曜日】	1	平成27年 7月16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：NHK「ひきこもりに対する正しい理解」 意見交換
	2	8月20日（木） 14:00～16:00	ビデオ：「こうすれば子供と対話ができる」：齋藤環先生説明 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	9月17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	10月15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3木曜日】	1	12月17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：NHK「ひきこもりに対する正しい理解」 意見交換
	2	平成27年 1月21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	2月18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	3月17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

