

# 平成28年度 社会的ひきこもり家族教室 プログラム

- 後期の開催日時は、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：ビデオや講義、経験者からのメッセージ等を通じての学習  
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                                                                      |
|-----------|---|-----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| 【終了】前期    | 1 | 平成28年<br>7月28日 (木)<br>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)<br>ビデオ：NHK「ひきこもりに対する正しい理解」<br>意見交換            |
|           | 2 | 8月25日 (木)<br>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)<br>意見交換                               |
|           | 3 | 9月29日 (木)<br>14:00～16:00          | 講話：家族の立場からのメッセージ (ご家族)<br>意見交換                                           |
|           | 4 | 10月27日 (木)<br>14:00～16:00         | 前期のまとめ (精神保健福祉センタースタッフ)<br>意見交換                                          |
| 後期「第4木曜日」 | 1 | 12月22日 (木)<br>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)<br>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)<br>意見交換 |
|           | 2 | 平成29年<br>1月26日 (木)<br>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<br>意見交換                                     |
|           | 3 | 2月23日 (木)<br>14:00～16:00          | 講話：本人の立場からのメッセージ<br>(ご本人・ひきこもり地域支援センタースタッフ))<br>意見交換                     |
|           | 4 | 3月23日 (木)<br>14:00～16:00          | 後期のまとめ (精神保健福祉センタースタッフ)<br>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、これからに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



# 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28年12月～平成29年3月の第4木曜日

【第1回】 12月22日（木） 14:00～16:00

【第2回】 1月26日（木） 14:00～16:00

【第3回】 2月23日（木） 14:00～16:00

【第4回】 3月23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**12月8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「アシヌ」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）

《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 093-522-8742 FAX 093-522-8746 担当 大谷 平井