

平成29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29年7月～平成29年10月の第4木曜日

【第1回】 7月27日(木) 14:00～16:00

【第2回】 8月24日(木) 14:00～16:00

【第3回】 9月28日(木) 14:00～16:00

【第4回】 10月26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、**7月13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

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 (担当:松田・平井)

# 平成29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：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 (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29年 7月27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	8月24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	9月28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26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4水曜日	1	12月27日(水) 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	平成30年 1月25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	2月22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22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

