

第3回「ひきこもり家族教室」の進行表 (例)

□日時：平成15年11月20日(木)

教室開催時間13:30-15:30

□場所：県北保健福祉事務所 4階会議室

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・「家族の支えと具体的対応」の学習し、家族が社会的ひきこもりについての理解できる。 ・ミーティングを通して、来所家族同士が知り合い、相互援助関係づくりをしていける。 ・教室を通して、家族の心理社会的な力の回復と強化を評価していく。 	スタッフ
時間	内容	備考
11:30- 13:00- 13:15-	準備 受付(配布) スタッフ打ち合わせ	
13:30- (5分) (30分)	1. 開会 進行: 記録: アンケート配布 2. オリエンテーション、スタッフ紹介 3. 教育セッション 「家族の支えと具体的対応」 講師: (ビデオ使用)	音楽
14:05 (15分) (10分)	5. グループセッション 進行: 遠藤、記録: 前田、山元 *最初は、全体のグループで実施 ①オリエンテーション ②「家族の自己紹介」 (家族の氏名、地区、私の好きな動物) ③ウォーミングアップ (ゲーム) ④グループ別にテーマの検討 *人数が多い場合は、2グループで実施 「私が、現在困っていること」を出し合 って、その話題からテーマを決める。 (ひきこもり子供の年齢、性別、ひきこ もり期間、現在の状況、困っているこ と)	持ち時間を決める 長くなる場合は、あ る程度のところで次 ぎに移る。 隣同士で、ジャンケ ンを行い、勝ち負け を決め、グループ分 けをする。
15:30	休憩(お茶タイム) 「私が、具体的テーマ(具体的ポイント に絞りこんで)から、現在困っている事へ の、具体的アイデアを出し合う」 ⑤解決したいポイントを絞り込む ⑥家族で、アイデアを出し合う ⑦困っている家族が、アイデアを選ぶ *全体のグループにもどる ⑧各グループでの話し合った内容の発表 (発表者は、) ⑨全員に「今日の感想」 6. その他 次回のお知らせ 本日分のアンケートは記入してもら 回収用のアンケートの説明を行う。 個別相談の予約を確認する。 7. 閉会	音楽 お茶 アンケート回収のた めの、郵送用の封筒 を配布する。
15:30-16: 00	スタッフミーティング	

(事例2) 福島県県中保健福祉事務所「平成15年度ひきこもり家族教室」

1. 目的

県中地域の「ひきこもり」状態にある者の家族が「ひきこもり」に関する基本的な知識、対応の心構えを学ぶとともに、家族間の相互援助的な力を活用し、支援することにより、家族自身が持つ潜在的な力を回復、強化することを目的とする。

2. 対象

「ひきこもり」状態にある青少年の家族等でかつ県中保健福祉事務所、郡山市保健所が開催する「心の健康相談」等の相談を受けた者

3. 実施場所

郡山市中央公民館

4. 周知方法

対象者に対し、個別に周知する

5. スタッフ

思春期・青年期相談会（「心の健康相談」の一環）担当医師、保健師、心理士等

6. 内容

回	テーマ	教育的セッション	グループセッション
第1回		ひきこもりとは 講師：医師	自己紹介・教室に参加して自分自身どう なりたいか・講義を聞いての感想
第2回		家族の健康について 講師：保健師	家族自身の健康
第3回		家族からのメッセージ 講師：NPO法人「わたげ」家族	講師への質問・交流
第4回		家族の対応について 講師：心理士	本人への対応について
第5回		コミュニケーションについて 講師：保健師	コミュニケーション

企画・運営については県中保健福祉事務所・郡山市保健所が隔月で担当交代する。

7. 参加者数

回	人数	実人数 (名)	延人数 (名)
第1回		9	9
第2回		1	9
第3回		0	7
第4回		0	6
第5回		1	6
計		11	37

- ・参加経路：継続ケース1名、広報誌（新聞）4名
心の相談から5名、医療機関から0名、市町村から0名
- ・参加の選別（疾病の有無の判断）：
嘱託医 10名、保健師 0名、その他 0名
- ・参加者の状況：母のみ参加8名、父のみ参加1名
両親の参加1組
- ・本人の年齢：10代0名、20代7名、30代3名
- ・ひきこもり期間：1年未満3名、1～5年未満3名
5～10年未満3名、10年以上1名

8. 参加者の感想等（教室終了後のアンケートより）

(1) ～自分自身が変わったこと～

- ・ 私共家族だけが苦悩しているのかと思ったが、以外にいろんなところでいろんな家庭が苦悩しているのがわかり、深刻さが失せていった。
- ・ 腹をすえて我が子が見守れるようになった。我が子は私の分身であり、どこまでも正面を向いてつき合わねばならないと思う。
- ・ 少し自分が楽になった事で周りにやさしくなれた。また勉強したことで本人への対応が少し解ってきた。
- ・ 見守ること、かかわりのタイミングがつかめるようになった。

(2) ～本人が変わったこと～

- ・ イライラの回数が減ったり、好きなことへの集中力が増した。
- ・ 全体におだやかになり、自ら家事の手伝いなどしてくれるようになった。

(3) その他 運営全体の要望・感想等

- ・ お互いの良かったことを言い合うのは心理的効果があり、継続が必要と思う。
行政と心理の専門家、当事者の三位一体の運営を基本とする。
- ・ 本人の活動への支援も対応してほしい。

第 1 回 思春期・青年期ひきこもり 家族等教室企画書
(企画運営担当 県中保健福祉事務所)

月 日	平成15年10月21日 (火)	
内 容	※教育セッション、グループセッションの内容 ・ 開講式・オリエンテーション ・ 教育セッション：「ひきこもりについて」 ・ グループセッション：自己紹介及びテーマ「近所の人に子どものことを聞かれた時の対応」	
時間配分	13:00 開始時のミーティング：今日の流れを確認 13:30 開講式 開会のことば あいさつ（県中保健福祉事務所） スタッフ紹介（各々簡単に自己紹介） 閉会のことば 13:40 オリエンテーション 13:50 教育セッション テーマ「ひきこもりについて」 講師：すがのクリニック 圓口 博史 氏 14:20 休憩（お茶をのみくつろぐ時間として確保） ※初回なのであまり長い休憩はとらない 14:35 グループセッション ・ グループセッションのルール説明 ・ 自己紹介：①名前、②現在の所在地（市町村名） ③本人の状況紹介（年齢、ひきこもり年数、今の生活状況） を簡単に行う ・ グループセッション：テーマに沿って発言を促す （但し、自己紹介で長引いた場合はテーマにこだわらない） 15:25 次の案内、アンケート、参加申し込みについて説明 （アンケートは渡し済みの封筒で送付すること。参加申し込み書の取り扱いについて） 15:30 終了 15:30 終了時ミーティング：教室の振り返り、参加者の参加状況確認	司会：中島 五島部長 中島 圓口医師 大森 浜尾
留意点	今回は初回であることから特に緊張感を和らげる雰囲気づくりに努める。 教室の表示は「家族教室」とする。	
スタッフ	針生ヶ丘病院 ：大森 精神保健福祉センター：前田・山元 郡山市保健所 ：小崎 県中保健福祉事務所 ：中島・浜尾	
準備物	資料等 ：教育セッション時：ビデオ、テレビ、携帯スクリーン グループセッションルール説明用紙・ プログラム・参加申し込み書・アンケート お茶・お菓子 開始前・休憩のBGM の用意	