



令和4年度活動報告

杉並区のひきこもり家族会

フリーランス杉並家族会



代表：飯田恵美子

フリーランス杉並家族会とは。。。。

・フリーランス杉並家族会は、発達障がいや不登校からひきこもっている方とそのご家族と共に学び、話し合い、共感し交流することで、少しでも元気になれる家族会を目指しています。

・フリーランス杉並家族会は、KHJ全国ひきこもり家族会連合会の関東支部NPO法人楽の会リーラの地域家族会として運営している任意団体です。

・フリーランス杉並家族会は、昨年度（令和4年4月～令和5年3月末まで）は、草の根事業育成財団の助成金により活動をする事ができました。また、杉並社協ボランティアセンター及びすぎなみ協働プラザ団体登録をしています。

・フリーランス杉並家族会は、昨年度杉並区長及び福祉に強い区議会議員にひきこもり支援対策充実のために、要望書を提出しました。

・原則として、奇数月の第4日曜日に家族会を開催。さらに、12月からは毎月第4水曜日に家族懇談会を開催しています。



ひきこもりとは

- ・学校や社会でこころの傷を負ったり、生きづらさを感じて自分を守るために自宅に引きこもっている状態のこと
で病気ではないと言われてます。
- ・「ひきこもり」という言葉が社会に登場して約30年。
ひきこもりの総数は150万人を超えたと言われてます。
杉並区では、推定5700人のひきこもりがいると言われて
ています。
- ・コロナ禍で人との関りが希薄になった現在、どの年代
からでも誰でもひきこもり状態になる可能性があります。
- ・東京都ではゴールは従来の「就学、就労」ではなく、
「自己肯定感をあげる」にシフトしてきていると同時に、
「家族会」の重要性を掲げてます。

地域ひきこもり家族会の必要性

- ・ひきこもり家族の約4割が誰にも相談で
きずに孤立しています。
- ・地域の家族会に参加することで「自分
ひとりではない」と感じ、家族同士でのつ
ながりを持つことで孤立化を避けること
ができ、親及び子の居場所にもなってい
ます。
- ・情報貧困者が多くいますので、希望を持
てるような情報を届ける役割を果たして
います。
- ・社会資源とつながることができる場所。
- ・行政に対して、ひきこもり支援充実のた
めに動くことができます。
- ・ピアサポーターの育成



令和4年度活動報告

第15回家族会(5月22日)

- ・テーマ:「税理士から見た”8050問題“の課題と解決策について」
- ・講師:菊地則夫氏(税理士)
- ・参加人数:20名
(家族18名・当事者2名)



令和4年度活動報告

第16回家族会(9月11日)

- ・テーマ:「“8050問題”の本当の原因とは?~親子共倒れにならないために今できること~」
- ・講師:池上正樹氏(ひきこもりジャーナリスト)
- ・参加人数:35名(参加対象は家族・支援者のみとした)
(家族29名・支援者:2名・その他4名)
- ・杉並区及び杉並社会福祉協議会の後援を得る。
- ・東京都都議会議員あかねがくぼかよこ氏に参加していただきました。



令和4年度活動報告

第17回家族会(11月27日)

・テーマ:「ひきこもる子どもにどう寄り添っていけばいいの?~家族支援士からみた本人の気持ち~」

・講師:上田理香氏(KHJ全国ひきこもり家族会連合会本部事務局長・家族支援士)

・参加人数:28名(家族19名・当事者4名・支援者1名・その他4名)

・東京都都議会議員1名、杉並区議会議員3名にご参加いただきました。



令和4年度活動報告

第17回家族会(1月22日)

- ・タイトル:「臨床心理士に聴いてみよう!
～ひきこもり本人と家族の心を軽くするために～」
- ・講師:徳丸氏・芝山氏(臨床心理士)
- ・参加人数:17名(家族15名・当事者2名)
- ・初試みとして講演会形式ではなくグループディスカッション形式で開催。



令和4年度活動報告

第18回家族会(3月26日)

・タイトル:「家族で考えるひきこもり本人への接し方～足立ひきこもり家族会のピアサポーターから学ぶ～」

・講師:氏家好子氏(足立ひきこもり家族会代表・ピアサポーター)

・参加人数:19名(家族14名・当事者2名・支援者3名)※雨のため6名欠席。





令和4年12月13日 岸本杉並区長と面談

ひきこもり支援対策充実のために要望書を提出した結果、行政側からの支援が増えつつあります。

(例)

毎月開催の親の居場所になる会場を無償提供。

杉並区のサイトにひきこもりに特化したページをアップした。
ひきこもり相談窓口の明確化など。



令和4年度予算

予算	
・講師謝礼金：	65,000円
・会場費	： 27,100円
・印刷製本費：	15,750円
・消耗品費用：	10,982円
・ボランティア保険：	3,000円
支出合計	： 121,832円

予算	決算
・自己資金：	22,832円 ➔ 28,832円
・参加費	： 30,000円 ➔ 48,000円
・助成金	： <u>69,000円 (予定額)</u> ➔ 45,000円
収入合計	： 121,832円 ➔ 121,832円

※自己資金は、12月から開催した家族懇談会参加費(200円×30名=6,000円)により当初予算より増加。

※家族会参加費(500円×92名=46,000円)により当初予算より増加。



「助成事業の実際と成果」

・草の根助成金事業として、5月、9月、11月、1月、3月の5回の家族会を開催し、約100名の家族、当事者、支援者の方が参加しました。

・助成金のおかげで、ひきこもりジャーナリストの池上正樹氏を招くことが出来ました。当会の場合は、参加費500円ですが、ひきこもり当事者は無料としており、また一家族の金額ですので、参加費から講師謝礼金を捻出することが難しいのが現状です。

・著名な講師を招くことで、杉並区の後援をいただくことができ、広報すぎなみに掲載していただき、多くの人に当会の存在を知ってもらう機会を作ることができました。

・9月には東京都都議会議員、11月には杉並区議会議員3名が家族会に参加していただきました。

・家族会の存在を知っていただいた結果、遅れている杉並区のひきこもり支援対策が前進しました。

・さらに、杉並岸本区長と面談し、要望書を提出することができました。

・回を重ねるごとに参加人数が増加し、行政との連携も活発に。



「今後の取組み・これからの展望・新たな課題」

・昨年度家族会を開催して、参加される家族、当事者の知識欲の強さを感じました。そのため、今年度は、よりひきこもりに詳しい専門家を招いての講演会を3か月に1度開催することにしました。

・家族会は家族、当事者が参加するので、家族だけが参加できる親の居場所的な「家族懇談会」を毎月開催することにしました。その場所は、杉並社会福祉事務所が無償提供してくれ、家族会と行政との連携を始めることができました。

・さらに行政の支援対策充実のために、都議会議員、区議会議員とも連携をとりながら、より多くの人に家族会の存在を知っていただき、参加していただき、少しでも元気になって「親が変われば子が変わる」を実践していきたいです。

・ただ「ひきこもり」はまだ「恥」という思いで隠したがる家族もいるので、そのような家族に寄り添えるような家族会にすることが新たな課題となっています。

ご清聴ありがとうございました!

