

平成30年度総社市市民提案型事業

～ひきこもり支援事業報告～

生き辛さを抱えた方と社会の壁を考える



特定非営利活動法人

心の扉

kokoro no tobira

後援：総社市社会福祉協議会

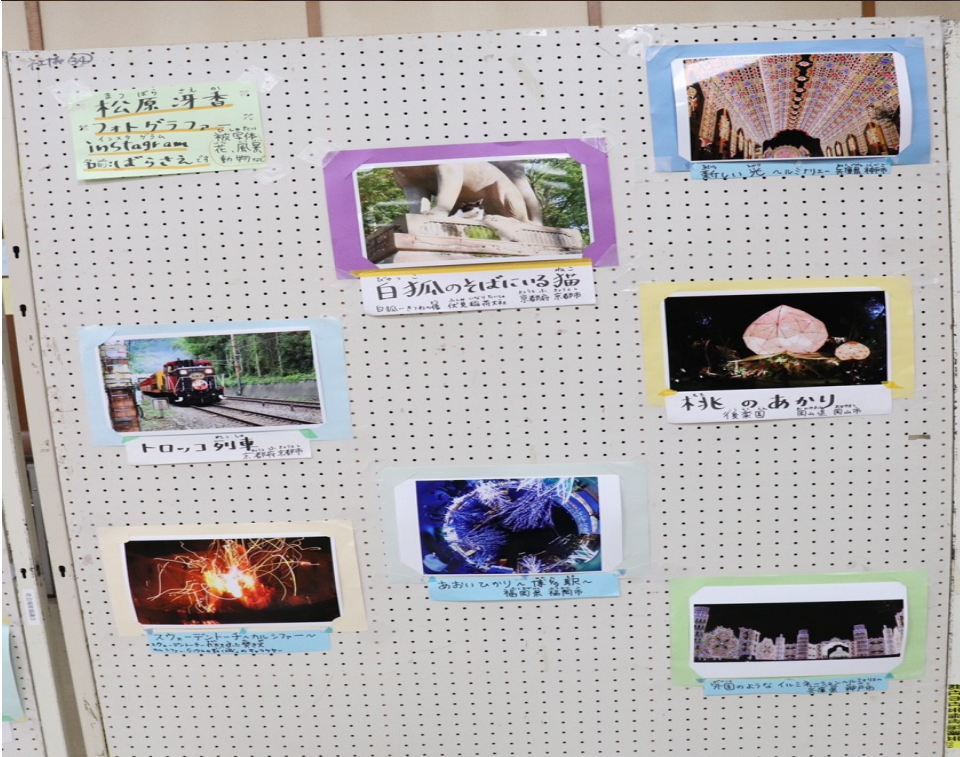
目的・活動及び得られる成果

※ ひきこもり予防

- ・一人一人の理解を得ることで、生き辛さを抱えた方との関わり方が変わる。言葉がけや、接し方が優しくなることで、町全体をあたたかく豊かにする
(お互いに助け合えるあたたかも町づくり)
- ・趣味や好きなことを見つけ、活力につなげる
(うつ症状から遠ざける)

※ ひきこもり支援

- ・通年を通しての相談（インターネット・電話等も含む）
 - ・自立や社会参加へのきっかけをつくる
 - ・保健・福祉・医療へ導く（家族への支援も含む）
- (総社市と協力しあい、市のひきこもり支援サポーターとして関わることで身近における問題を、専門機関に繋げやすくする)





勇気と元気でつながる L I V E 2019.1.12

総社市総合福祉センター 後援：総社市社会福祉協議会

①ひきこもりを増やさない（予防）

呼びかけたこと

☆森源太さん⇒自立することの大切さ・好きなことや夢を見つけることが将来につながるようになる！
今はうっとうしく思っても、時間が経てば家族の言葉は感謝に変わる！

☆上田若渚さん⇒目が見えない自分を、いつも母が支えてくれ、チャレンジすることで乗り越えてきた。
周りの方にたくさん支えられ、幸せのでっかい輪でつながっている！

☆心の扉⇒ひきこもりと呼ばれる方達の不安を伝え、優しくあたたく関わりを持って欲しい。
家族は、本人の生きづらさや特性を見過ごさないで、早期に福祉や医療につなげて欲しい。

絆が生まれることで、支援者の増加や、逆戻りしないあたたかい町づくりにつながる。

☆総社市社会福祉協議会ひきこもり支援ワンタッチ⇒総社市での活動の紹介。

②参加者の中から相談者へつなげる（支援）

音楽講演から相談につながった方 4名

- ・不登校小学生の親族の方
- ・疾患が原因でひきこもり傾向にある本人や親族の方

医療2名 保留1名 様子観察 1名

アンケートから得られたイベント成果につながる回答

- ・ わかなさんの歌声に励まされました。自分の幸せさに気が付きました。
- ・ なんでもチャレンジしようという気持ちが大切だと感じました。わかなさんのお母様の寛大さに感動しました。
- ・ 親戚に不登校の子がいるが、当たらず触らずで過ごしてきました。今日の講演を聞いて、一緒に考えていこうと思った。
- ・ 源太さんも、若渚さんも、どちらも話していたように、母の言葉や接し方、家族の在り方が大切なんだとあらためて感じました。
- ・ 明日からの勇気をもらえました。

無料 参加者 78名

好きなことをみつける日 目的

2018.12.15 総社市総合福祉センター 来場者 48名 後援：総社市社会福祉協議会

五感にアプローチ (趣味～就労へのアプローチ・健常者と同じ時間を過ごす)

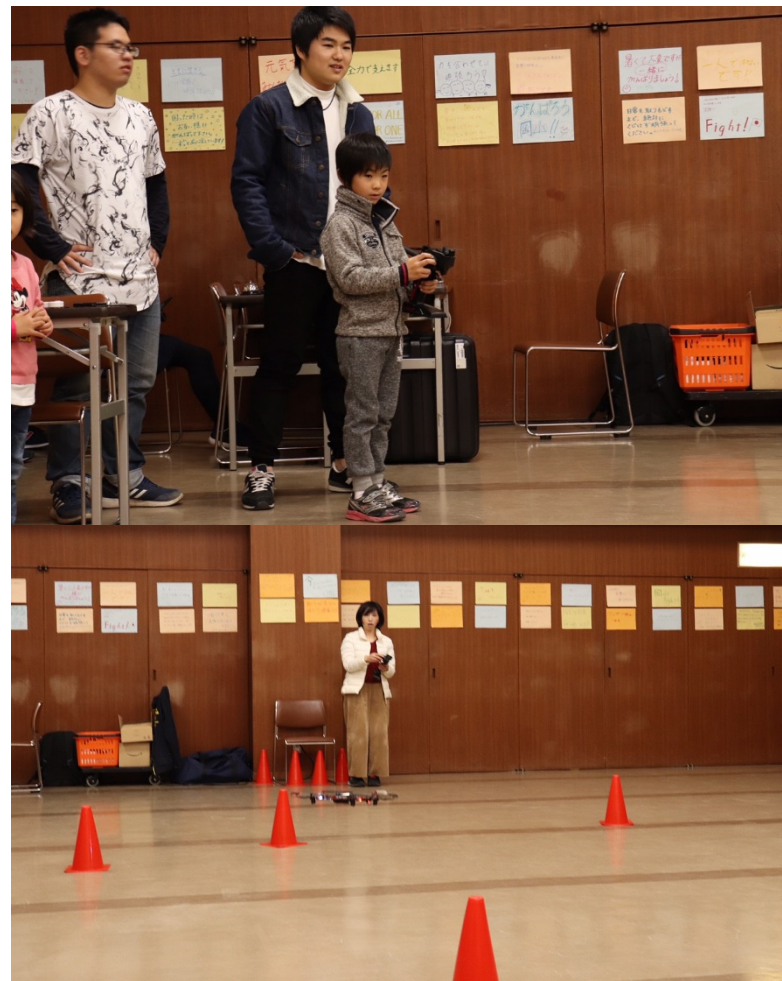
良い刺激を素早く感じることができる。限定した体験コーナーではなく、色々回れるブースを設置する。(音や光の苦手な方への配慮)

- 技術** 働き方改革と少子化等の問題から、職業に求められる専門性の面で、今よりも資格が必要になってくるとされる。早期から興味を持つ事で、進路時の不安等の軽減につながる。ドローン検定や講習を受ける方は、会社で必要な方や、第二の人生の楽しみにという方が多いが、ドローン大会世界チャンピオンには、小学5年生の子どもが優勝したりと、年齢に関係なく趣味～仕事へ幅広く興味をもたらしている。ドローンがどんな場所で活躍しているか等も紹介する。
- 芸術** 綺麗なもの、思い出、様々な思いを色んな感じ方で残せる写真や絵画は、感性に良い刺激を与える。収入に結び付けるのは難しいが、趣味として高齢になっても続けていけるものである。
- 料理** 今回は自然薯を予定しているが、自宅でもできる簡単なレシピで行うことで、家族とのコミュニケーションの時間となる。また、『食』を通して楽しい時間を取ることで心が開き、不安や悩みを話したり、聞いたりすることができる。
- 手芸** 個人事業主として、ちょっとしたアイデアで収入につながる道もあるという事を知っていただく意味と、物づくりの楽しさから、趣味へもつながる事を知っていただく狙いとする。
- 音楽** 軽音楽で気軽に体験できるものとし、市内で音楽活動を行っている方や、音楽好きの方に協力していただき、音を合わせることの楽しさから音楽への興味を誘う。

※ 今年度は相談ブースを設置する。プライベートを考慮し、静かな場所を作る。

※ ほっこりブースは日頃の不安や疲れからくる緊張の緩和・癒しを目的とする

ドローン体験ブース



室内でできる、ラジコンタイプのドローンを使用しての操縦体験。
個人や親子、家族での参加があった。ゲーム感覚でできる3Dシミュレーションも楽しかった。もうちょっと操縦時間が欲しかったという声も。

3Dシミュレーション7分 小型ドローン操縦8分

参加人数 4名・6ペア

芸術ブース ～写真・絵画～



プロの写真家によるタイムラプスの紹介や、当事者・ご家族又は、一般の方からの絵画・写真を掲示し、ポップで楽しさや良さを伝えた。

お菓子作りブース ～自然薯～



♪ 自然薯のクレープ作り ♪



自然薯の体に良い話の後、クレープを焼き、日頃の事について話すコミュニケーションの時間となる。 参加人数 5名

ハンドメイドブース トトロの森づくり



子どもから大人まで1番楽しめたブースでした。
ドングリや木の実を拾うことで、色んな楽しみ方ができ、ハンドメイドならではの達成感と満足感を味わう効果がありました。

参加者16名

ハンドメイドブース つまみ細工・べんがらレジン



人気のレジン(ベンガラ使用)
つまみ細工 (人形の喜峯生地)
費用800円～1000円



材料費がかかるのか、参加費が高すぎるのではないかと提案し続けたが、講師とのやり取りがうまくいかず、参加者0人
レジンとは、誰にでもできる低価格なものなので、31年度は取りやめに。

音楽ブース 楽器に触れる体験



無料なので、誰もが気軽に楽器に触れることができ、スタッフも楽しんでいた。
中には、音に敏感な中学生が、ご両親に見守られて参加することができた様子。
。アンプの音量調節により、ヘッドフォンも外して演奏体験を行うことができ、
初めての体験だったので、親子でとても喜ばれていた。

ほっこりブース ～アロマリラックス～



保湿クリームや、ルームスプレー・香り袋を作り、アロマから得られるリラックス効果を紹介しながら、日々の悩みなどのお話を聞く時間をゆっくり持った。

効果としては、良眠を促すもの、イライラや不安を和らげるもの、緊張をほぐす作用を引き出す精油を使用。生きづらさを抱えたお子様を持ち、日々緊張を抱えてらっしゃる方から、「リラックスにつながった。夜良く眠れるようになるかも！」との感想をいただいた。参加者 6名

結果・対策・課題

通年を通しての相談は 11 件 イベントからは 4 件

メールや電話での相談 7 件

※ 総社市のひきこもり支援につながった方 0人

※ 病院へつながった方 4名(精神・心療内科・婦人科・神経内科)

☆ 保留2名 ☆ 様子観察 2名 ☆ 相談に至らなかった方 3名

事例1) 病気や生きづらさ(疼痛の持続・敏感体質・手術等の切除がきっかけで、生活が変わり順応できない方など)

事例2) 発達障害に両親が気が付いておらず、不登校であった。携帯電話依存から

家庭内での暴動。精神科を受診も、その場で暴れたため転院から入院の運びとなる。現在は退院し、一時的に学校に行けていたが、現在はまた休みがちである。

これからの社会と合わせた支援や予防が大切であり、大きな課題。ITやAIの進化が、ものすごいスピードで世の中に変化をもたらすことは確実で、今後の社会を生活しにくく感じる方が急増していくと思われる。(キャッシュレスや働き方改革など)
慎重に予防や支援を考えていかないと、逆効果の結果となってしまう