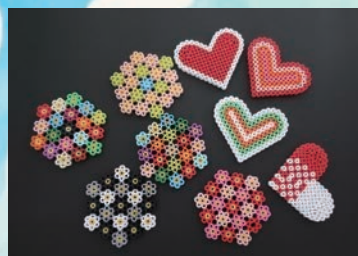
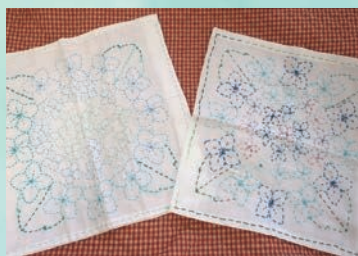


ととらば

NAGAOYA



きたばやしびょういん さくひん
北林病院デイケア作品

今号の内容

P2 「名古屋市ひきこもり地域支援センター」開設 10 周年

P3 「ひきこもりコミュニケーションプログラム」の紹介

令和 4 年度ひきこもり支援セミナーの報告

P4 依存症相談員増員に関する案内

令和 3 年度薬物関連問題関係機関連絡会の報告

P5 令和 3 年度こころの健康フェスタなごやオンラインの報告

公式 twitter アカウントのご案内

P6 リレーでつなごう！地域の支援機関 <第 21 回>「10 代のフリースペース パルス」

名古屋市ひきこもり地域支援センター

開設 10 周年

名古屋市ひきこもり地域支援センター
所長 安井 禎

平成 24 年 5 月に開設致しました名古屋市ひきこもり地域支援センターは、今年で開設 10 年となりました。当初 2 名であったひきこもり支援コーディネーターも 3 名となり、徐々にではありますが、相談・支援体制を充実させてまいりました。とは言え、まだまだ支援の届いていない方々が多数いらっしゃるのも事実です。平成 27 年度と平成 30 年度には内閣府による実態調査が行われ、全国に 100 万人以上の方が広義のひきこもり状態にあるとの推計値が示されています。40 歳以上 65 歳未満の方を対象とした平成 30 年度の調査では、年齢の高い方やひきこもり期間が長期にわたる方も多くいらっしゃるのことが分かりました。

ひきこもりの問題はその数の多さだけが問題なのではありません。ひきこもりに至った経緯も異なれば、現在抱えていらっしゃる困りごとも様々です。そうすると、何を支援の目標とするのかもケースごとに異なります。名古屋市ひきこもり地域支援センターでは、相談に来られる方がどんなことにお困りなのか、どのような支援がお役に立つのか、何を支援の目標にしていくのかを考える、丁寧な関わりを意識して活動を続けて参りました。もちろん、当センターだけで必要な支援を完結させることはできません。それぞれのお困りごとに応じ、必要な関係機関の皆さまのお力をお借りしながらこれからも活動を続けていきたいと考えています。これからもどうぞよろしくお願い致します。

ひきこもり地域支援センターのご紹介

ひきこもり地域支援センターは、名古屋市在住・在勤・在学のひきこもり状態にあるご本人やご家庭を対象とした相談機関です。お電話でご相談の内容をお聞きし、必要に応じて、専門のひきこもり支援コーディネーターによる予約来所相談を行っています。

電話番号 052-483-2077

● こんな時に…

ご本人	ご家族
<input type="checkbox"/> 人に会うのが怖い	<input type="checkbox"/> 本人がひきこもっている
<input type="checkbox"/> このままではいけないと 思うけれど、どうしたらいいか わからない	<input type="checkbox"/> 本人と会話できない、 どう声をかけたらいいか わからない
<input type="checkbox"/> 家族とうまく話せない	<input type="checkbox"/> 本人が仕事を探そうとしない
<input type="checkbox"/> 将来が不安	<input type="checkbox"/> 本人の将来が心配
<input type="checkbox"/> 仕事しないといけないと 思うけれど、一歩が踏み出せない	<input type="checkbox"/> 本人が学校や仕事に 行きたがらない

※相談は無料です。相談内容についての秘密は厳守します。相談内容によっては、より適切な支援機関等をご紹介します。関係機関からの相談にも応じます。

「ひきこもりコミュニケーションプログラム ～家族の豊かな関係づくり～」の発行について

このプログラムは、これまで名古屋市ひきこもり地域支援センターが実践してきた支援内容等をもとに、ひきこもり状態にあるご本人を日々支えているご家族の一助となればと思います、令和4年3月に作成し、「家族のつどい」や個別面談のなかで活用しています。

プログラムは、5回に分け、各回のポイントの掲載、自身のチェックや対応について考えて記載ができるワークシートもあります。各回の内容は①現在の状況をチェック②ご家族自身が元気であるために③ご本人とのきっかけ作りや話の聴き方④コミュニケーションを豊かにするために⑤自分の気持ちの伝え方となっています。それぞれのご家庭によって、ご本人とご家族との関係性は異なるため、ご家族自身が今後、ご本人とどのような関係を築いていきたいかを振り返りながら、このプログラムに取り組んでいただくと幸いです。本プログラムは、名古屋市公式ウェブサイトからダウンロードできるほか、各区保健センター等で配布しております。



ひきこもりコミュニケーション
プログラム PDF



ひきこもりに関する
情報発信

令和4年度名古屋市ひきこもり支援セミナーについて

6月17日(金)、7月8日(金)にオンライン開催し、ひきこもりの支援機関の方など2日間で86名の方にご参加いただきました。6月17日(金)は、「『ひきこもりを生きる』を支援する」をテーマに白梅学園大学教授の長谷川俊雄氏よりご講演いただきました。「『ひきこもり』っていけないこと？」と先生からの投げかけから始まり「本人を変えようとしなさい。本人との関係、本人の取り巻く環境を変えてみる」「『生きること』の支援であること」など「ひきこもり」をどう捉えるか、ひきこもりの支援とはどのようなことかなどについてお話をいただきました。

7月8日(金)は「若年層ひきこもり家族への心理的支援」をテーマに東京未来大学講師の野中俊介氏よりご講演いただきました。ひきこもり支援におけるCRAFT(コミュニティ強化法と家族トレーニング)の目的や考え方などについてお話をいただき、グループワークやチャットも利用しながら、参加者にも事例などについて考えてもらい、意見を出し合う参加型の講話となりました。

2日間を通して、参加者からは「2日間参加して、本人の視点と家族の視点共に理解を深めることができた」「ひきこもり、それも生き方の一つということを改めて大切に思った」「CRAFT的な見方、機能分析を知ることができ、支援者として参考になった」「他の支援機関の方の意見やお話も聞くことができ、貴重な機会となった」など感想が寄せられました。このようなセミナーを通して、支援者一人一人が“ひきこもり支援とは何なのか”“ひきこもりの方やご家族にとって、よりよい支援とは何なのか”を考えるきっかけになればと思います。

名古屋市精神保健福祉センター（こころば）依存症相談員増員に関するご案内

本市の依存症対策として、当センターでは平成30年7月より「依存症相談窓口（電話：052-483-3022）」を開設しています。名古屋市内在住、在勤、在学のアレルギー・薬物・ギャンブル等の依存で悩んでいる方やそのご家族などを対象とし、電話や面談でのご相談、ご本人・ご家族向けのプログラムなどを実施しています。相談件数も年々増加傾向にあり、窓口開設当初2名の依存症相談員が、本年度4月より3名となりました。

ご相談の多くは「依存行為をやめたいけどやめられない」「辛いのにつつい手がでてしまう」また「対象者の依存行為をやめさせたい」などの内容です。当センターではご本人やご家族が抱えているこれらの辛さに焦点を当て「まずは相談し、相談を継続することの大切さ」「ご本人への関わり方のコツ」などをお伝えしています。今後もお気軽に相談いただける「依存症相談拠点機関」を目指し努力してまいります。

依存症相談における連携の必要性について

依存状態にある方やそのご家族が、地域にてより安定して生活を継続するためには、関係機関による連携やその構築が欠かせません。一機関では必要なニーズ全てへの対応は難しく、できることも限られており、自助グループと協働のもと、各機関が持つ強みを活かした有効的な連携が必要です。その取組として、アルコール・薬物・ギャンブル依存に特化した関係者が集まる連携会議を実施しています。「令和3年度薬物関連問題関係機関連絡会議」には、初めて名古屋矯正管区からもご参加いただきました。矯正管区とは、法務省に位置づけられた刑務所や少年院などを監督する機関です。薬物依存の方においても、司法機関と医療・保健・福祉機関との連携により、地域生活に戻るうえでご本人やご家族が抱える「生きづらさ」を軽減するための連携が大切です。以下、ご参加いただいた田尻氏よりご感想をいただきました。今後よりよい連携の構築やその在り方を探り続けることが、求められています。

令和3年度薬物関連問題関係機関連絡会議に参加して

名古屋矯正管区第一部更生支援企画課 更生支援企画第一係長

田尻 勇一

今回特に印象的だったのは、事例検討の場面に、薬物の問題が表出している「その時」のみならず、支援を必要とする方をどのように「一生涯」支えていくのか、という視座が提示されていたことです。刑務所を始めとする矯正施設では、出所後に住む場所や就労先を調整する社会復帰支援のほか、薬物依存離脱指導などを実施して、支援対象者が円滑に立ち直れるよう取り組んでおりますが、矯正施設職員による支援対象者への働き掛けは、原則として在所中に限られるという制限があります。本会議に参加させていただいたことで、在所中から「出所後」の更に関先を見据えた生活を想定した上で、地域の必要な支援につなげていくことが重要であると実感いたしました。また、支援を必要とする方を一生涯支えられる体制の一翼を担えるよう、まずは、本機会等を通じて、本会議に出席された皆様等に矯正の取組を知っていただきつつ、今後も相互理解及び連携を深めていきたいと存じます。

令和3年度

「こころの健康フェスタなごやオンライン」を開催しました

「こころの健康フェスタなごや」は名古屋市の自殺対策事業の一環です。令和3年度は、令和4年2月18日(金)～令和4年3月21日(月)の期間を設け、特設ホームページ上で番組等を配信するオンライン形式にて開催しました。

「話してみよう、こころの健康」がテーマのオンライン番組では、タレントの眞鍋かをりをさんをゲストに迎えました。精神科医の藤野智哉先生から、こころの健康について分かりやすく解説をいただいたほか、身近な人の変化に気づき、声をかけ耳を傾ける「ゲートキーパー」の役割について、ゲートキーパーとして活動されている山本秀樹さんからお話いただきました。

出演者の経験談や専門家のアドバイスなどが活発に飛び交い、コロナ禍におけるこころの健康の保ち方や、セルフケアの重要性など、学びや気づきを得られる内容となりました。また、体験型のコンテンツとして、ダンスやヨガのエクササイズ動画も配信し、こころだけでなく、からだのリフレッシュについても関心を高めていただくことを目指しました。開催後のアンケートでは「勉強になった」「ゲートキーパーについて知ることができた」等の感想をいただいたほか、セルフケアについて関心が高まった様子も見られました。

「こころの健康フェスタなごや」が、自分自身や身近な人のこころの健康について考えるきっかけのひとつとなれるよう、今後も取り組んでまいります。

名古屋市精神保健福祉センターこころらぼ

公式 twitter アカウントのご案内

twitter を活用して、こころの健康について情報発信をしています。この機会にフォローをよろしくお願ひします。

※アカウントは発信専用です。

個別のリプライやコメントなどへの返信等には対応していませんので、ご了承ください。

アカウント ID: @cocolabo758

<https://twitter.com/cocolabo758>

こちらの画像を読み込んでアクセスできます▶



だい
10代のフリースペース
パルス

🏠 パルスってどんなところ？

10代に向けたフリースペースとして喫茶店“港まちの社交場 NUCO”を
月2回、無料で解放しています。中学生～18歳なら誰でも利用できます。

子どもたちが安心して過ごせる居場所を目指して2021年よりスタート
しました。晩ごはん、お菓子、ジュース、カードゲーム、ボードゲームなどを
用意しています。利用料や予約は不要です。



? 居場所ではどんな過ごし方をしているの？

一階は喫茶店のお客さんや地域の方との交流の場となっています。二階は
10代専用スペースで、子どもたちの自由に使うことができます。

みんなでゲームをしたり、勉強したり、一人でぼーっと過ごしたり、それ
ぞれの目的に合わせて利用できます。



り よう あん ない
利用案内

【日 時】 毎月第二・第四金曜日 17:00-20:00
【場 所】 港まちの社交場 NUCO (ニューシーオー)

〒455-0037 名古屋市港区名港 1-18-4
名古屋市中村区名港線 2 番出口から徒歩 3 分

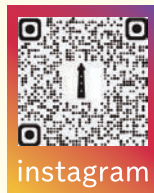
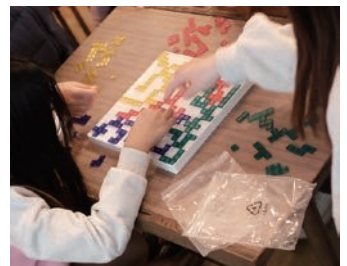
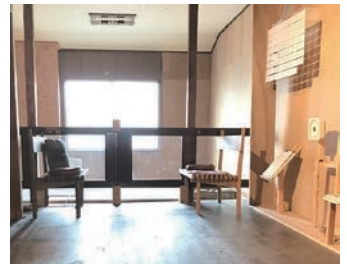
【お問い合わせ】 larotondacomoda@gmail.com / 担当：廣瀬

【instagram】 @pharus_lrc

【twitter】 @pharus_LRC

【企画・運営】 LRC (エルアールシー)

【主 催】 港まちづくり協議会



じ かい だれ だれ き が す ばしよ
今回は、「誰でも誰とでも気兼ねなく過ごせる場所」
「KONOMACHI」さんです。
instagram : @nagoya_hongakuji

なごやしせいしんほけんふくし つうしん
名古屋市精神保健福祉センター通信
こころば NAGOYA 31号

はっこうび ねん がつ はっこう なごやし はっこうぶすう ぶ
発行日：2022年9月/発行：名古屋市/発行部数：2,800部
へんしゅうたんとう なごやしせいしんほけんふくし
編集担当：名古屋市精神保健福祉センターこころば

こころば NAGOYA

〒453-0024
名古屋市中村区名楽町4丁目7番地の18

http://www.city.nagoya.jp/kurashi/category/

tel : 052-483-2095

⑥ 22-5-3-0-0-0-0-0-0-0.html

fax : 052-483-2029