

報告

千葉県ひきこもり地域支援センター主催 【ひきこもり状態をめぐる家族のコミュニケーション】

2023/7/7

ひきこもりや不登校に関する家族支援やスーパーバイズに取り組む東京学芸大学心理学講座准教授の福井里江先生による講演と、会場に来られた当事者家族・支援者による活発な質疑応答で、ひきこもりの概念や実態・理論的な学びに加え、実際にひきこもり状態にある方や家族・支援者が直面している実態に触れることができました。

福井先生より「まんじゅう理論」、曰く「饅頭の『餡』（つらい・しんどい・怒り・悲しみ）を減らそうとするのではなく、『餡』に寄り添いながら、饅頭の『皮』（長所・工夫・頑張り）に注目して声かけをし『皮』をふっくらさせる」について説明いただきました。『餡』を減らそうとするのではなく『皮』をふっくらさせることで饅頭全体の『餡』の割合を減らしていく、そうすることで状況の改善を目指していく、ということでした。

ひきこもり状態になってからの期間は長期化する傾向がみられ、またひきこもり状態に関する周囲の理解はまだ十分ではありません。それだけに引きこもり状態にある方への支援は簡単ではありません。この「まんじゅう理論」は、関わり方のヒントをいただけたと感じました。

就労準備支援室だより



今回初めて利用者様による販売体験イベントを行いました。商品は野菜・ジャム・利用者様が制作した小物などで、セッティングから撤収まで。お客様も笑顔で買っていかれました。



動物愛護ふれあいセンターでのボランティア体験が始まりました。センターは殺処分を行わず適正譲渡に取り組んでおられます。散歩や清掃などでかわいい動物とふれあえます。

毎日発行!
スマホ
もぜひご覧ください!

家計改善 の 雑学

離婚時における
厚生年金記録の分割

離婚時に一定の
条件に該当すると、

二人の婚姻期間中の厚生年金記録を分割して、それぞれ自分の年金にすることができます。

分割方法には、「合意分割（婚姻期間全体について二人の厚生年金記録を分割する方法）」と「3号分割（国民年金第3号被保険者からの請求により、平成20年4月以降に被扶養配偶者であった期間の厚生年金記録のみが分割される方法）」の2種類があります。

それぞれ請求期限（離婚した日の翌日から起算して2年）が経過すると、原則として請求できなくなってしまいます。

また、すでに離婚等が成立し、相手方が死亡した日から起算して1ヶ月が経過した場合も請求できなくなってしまいます。



柏市地域活動支援センターあいネットでは、柏市から委託を受け、障害の有無や年齢に問わず、生活でお困りの方の福祉に関するご相談をお受けしています。

広報誌「じんけんぼん」では、日々の相談員の活動や報告を中心にお届けしています。ご相談いただくみなさん、関わりを持っていただくみなさんにあいネットを身近に感じていただければうれしいです。

柏市地域生活支援センター



あいネット

柏市地域生活支援センターあいネット広報誌

じんけんぼん

2023年度第2号

2023.9.15/No.186

もくじ

- 01：フードバンク事業について
- 02：あいネット相談員インタビュー Vol.1
かしまるネット(福祉相談窓口間のビデオ相談)について
- 03：報告【ひきこもり状態をめぐる家族のコミュニケーション】
就労準備支援室だより
家計改善支援の雑学【離婚時における厚生年金記録の分割】

社会福祉法人 生活クラブ 風の村 柏市地域生活支援センター あいネット

〒277-0005 千葉県柏市柏5-8-12 ラコルタ柏(教育福祉会館)1階

04-7165-8707

ainet@kazenomura.jp

月・金曜日(祝日除く)8:30-17:30

WEBSITE



フードバンク事業

この時期、お中元でそうめんやジュース・食用油等頂く機会はありませんか。美味しく食べていただく事が一番ですが、お中元がかぶってしまった、アレルギーで食べる事が出来ない、災害備蓄品の入れ替え等、賞味期限内に消費できない事もしばしばあるかと思えます。

フードバンク事業では、企業や個人様から破棄されてしまう予定の食品を引き取り福祉施設や子ども食堂、または支援機関を通じて生活に困窮している世帯に無償で提供しています。



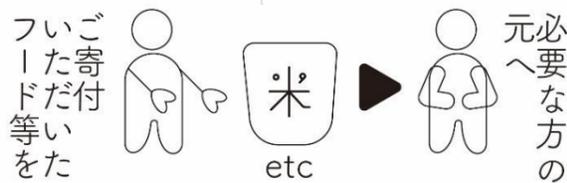
フードバンク事業の活動に賛同いただいたイトーヨーカドー柏店とイトーヨーカドーアリオ柏店はフードドライブ（食品の回収）窓口を設置されています。その窓口寄せられた食品をあいネットが責任をもって回収し、生活に困窮している方にお配りできるよう活動しています。

あいネットでは就労準備支援室（就労したいけれども病気や障害等様々な理由で就労することが難しい方々が活動する場）の体験講座として回収に行きます。皆様の善意から寄せられた食品がどのように利用されていくのかを身近に感じながら、回収された食品を賞味期限別、米などの主要な食品別に仕分け、いつでも困っている人達がすぐに利用できるように整えます。人の思いやりがつながっていく優しさを感じながら回収作業を行っています。

あいネットでは食料品に加え、粉ミルク、紙おむつ、ベビーフードも募集しています。その他ベビー用品を必要とされる方もいらっしゃいます。タイミングによりお受け取りできるかどうか変わるため、ご提供いただける方はまずあいネットまでご連絡いただけますと幸いです。また、まだ使うことのできる冷蔵庫や洗濯機などの家電製品のご寄付も受け賜っておりますので、こちらもお問い合わせください。引き続き皆様のご支援をよろしくお願いいたします。

●ご寄付いただける食品

お米や缶詰、インスタント食品、乾物、飲料など、賞味期限が明記されていて、かつ3か月以上ある物。常温で保存が可能な物。



いつもフードバンク事業にご協力いただきありがとうございます！

2023年4～7月にご寄付いただいた食料品（お米、インスタント食品、缶詰、飲料など）は**全 638 kg**になりました。皆さまのあたたかいご寄付に心より感謝申し上げます。

今回は入社6年目の草間相談員（以下く）と入社3ヶ月目の稲毛相談員（以下い）にインタビューしました！

あいネット相談員インタビュー



●あいネットの相談員を選んだ理由

い：僕はもともと社会福祉協議会で勤務していましたが、自分の担当していた部署では相談範囲が限られていて、もっと幅広く福祉の悩みごと、ちょっとしたことで話してもらえるような相談窓口で働きたいと思いました。

く：自分の気持ちを言葉にすることが難しいですが、自分がすごく悩みやすい性格であることが、精神保健福祉士になるきっかけになりました。私は子どもの頃に一緒に悩んで考えてくれる大人が周囲におらず、子どもながらに「人に頼れない」と感じたことがきっかけでずっと悩んできたんです。辛い思いをして悩んでいる方の話を真剣に聞ける人になりたい、そのような状況の方が話をしたいと思ってもらえるような人になりたいと思いました。最初は医療や教育に関わる相談員にも興味があり医療機関で働いた経験もありますが、より地域で困っている人の相談を聞きたいと思うようになりました。

●あいネットで働いてみて

く：1人1人、または世帯ごとの悩みは表面的に見えないですね。それぞれの事情や悩みごとがあって、自分が汲み取ることに悩んでいらっしゃる方がたくさんいる。入社当初は、ご相談を受けても自分に知識がなかったためどのように対

応したらいいかわからず、一緒に悩んで一緒に心配して「どうしよう」と焦ることが多かったです。でも先輩たちは落ち着いて対応されていましたね。

い：僕は入社してもうすぐ2か月ですが、びっくりしたのは相談の幅の広さです。一言にお金がないと言っても、状況も家も家族も友人も人それぞれ違うことを実感しています。「ふくし」は「ふだんのくらしのしあわせ」と言いますが、皆が考えている「ふだんの、ふつうの」の基準が人によって異なっているのかなと思います。今は大丈夫でも、今後心配だからつなごうとおきたいという方もいます。色々な相談に触れる中で、同じような相談パターンでくるのではなく、1人1人切り離してその都度その方に合った寄り添い方が必要だと思います。相談が多いからこそ思います。

く：それぞれですね。相談しようって思ってくれるきっかけも必要で、一緒に悩むことも大事だと思うし、その気持ちを忘れずにいたいです。

い：あと、あいネットにはこれまでさまざまな経験をして、それぞれが培った強みや特色を支援うまく持ち込める相談員が多くて、学ぶことが多いです。

●心がけていること、大切にしている想い

く：真摯に向き合うことですかね。経験を積むと忘れがちになるのですが、初めてお会いする方に

はまた相談したいと思っていただけるように、継続して関わらせていただいている方にも毎回面談のためにつくってくださる時間を大事にしたいと思っています。その方の感じている思いを受け止め、ご希望に沿えるような支援を心がけています。挨拶には気を付けていて「お話しを聞かせてくださりありがとうございます」「お話しを聞かせてくださりありがとうございます」などのお礼をしっかり伝えるようにしています。

い：いつもご相談者様と同じ目線でいたいですね。また、ご相談者様が話しやすいように相互関係も大切だと思っているので、自分自身を知ってもらうことも大切だと思っています。

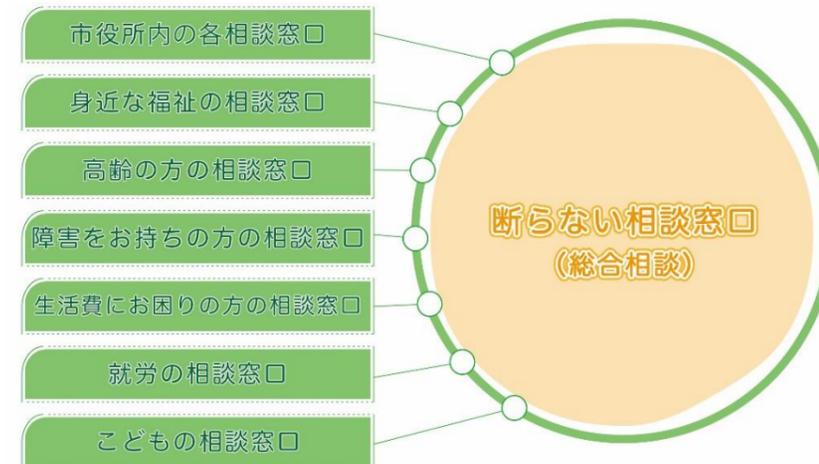
●あいネットの目指すところ

く：断らない相談窓口であることはあいネットの特色だと思っています。誰かに相談することはハードルが高いかと思うのですが、どこに相談したらいいかわからないという方も多いと思うので、悩んだときには、相談できる場所があると心にとめていただければと思います。

い：そうですね、肩ひじ張らず相談のきっかけや足掛かりになる相談窓口になれば。身近な方に相談するのも良いのですが、難しい方や苦手な方が話を聞いてもらえる場所があると知ってもらえればと思っています。

かしまるネット

柏市では、「柏市DX推進ガイドライン」をもとに、相談窓口のオンライン化『かしまるネット(福祉相談窓口におけるビデオ相談)』の運用が令和4年10月から開始されました。



始されました。

あいネットにも設置されており、かしまるネットを利用することで、ご相談者様が来所された際に、一つの相談窓口から移動することなくさまざまな相談窓口へおつなぎすることができるようになりました。

相談窓口をオンライン化することで、離れた相談窓口同士での即時情報共有や、支援にかかる移動時間の短縮ができるようになっています。