



令和6年度「よりそい」親の会
～不登校・ひきこもりのご家族向け～

精神科の先生のお話

日時 10月6日(日) 10:00～12:00
場所 福井県社会福祉センター2階 身障第2研修室
(福井市光陽2-3-22)

講師 鈴木 太 先生

福井大学 子どものこころの発達研究センター 地域こころの支援部門特命准教授
上林記念病院 こども発達センターあおむし センター長

参加費 無 料

対象 ご家族が不登校やひきこもりで悩まれている方

定員 60名(先着・事前予約制)

内容 精神医学から見た不登校・ひきこもりについてお話いただきます。

不登校・ひきこもり状態で起こりやすい症状やご本人へのかかわり方の
コツ、病院受診の目安などお知りになりたい方はぜひご参加ください！！



講師プロフィール

平成11年、大阪市立大学医学部卒業。平成17年、同大学院医学研究科脳神経科学修了(医学博士)。大阪市こころの健康センター医師、大阪市立総合医療センター精神神経科/児童青年精神科医長、名古屋大学医学部附属病院親と子どもの心療科助教、福井大学子どものこころの発達研究センター児童青年期こころの専門医育成部門准教授を経て、令和4年度から上林記念病院こども発達センターあおむしセンター長、福井大学子どものこころの発達研究センター地域こころの支援部門特命准教授を務めている。大阪市こころの健康センター時代から、ひきこもり相談、精神保健相談を担当し、令和2年度から福井県ひきこもり支援専門チームひきこもり支援アドバイザーを務めている。

資格 精神保健指定医、日本精神神経学会精神科専門医、日本精神神経学会精神科専門医制度指導医、日本医師会認定産業医、日本児童青年精神医学会認定医、子どものこころ専門医、PEERS® Certified Provider、医学博士。

学会/研究会活動 日本児童青年精神医学会代議員、日本摂食障害学会評議員、日本総合病院精神医学会児童・青年期委員会委員、日本小児精神医学研究会中部地区世話人、日本小児心身医学会東海北陸地方会世話人、一宮精神科医会副会長。



お問い合わせ・申込先

福井市 福祉健康部 福祉政策課 福祉総合相談室よりそい (福井市大手3丁目10番1号)
TEL:0776-20-5580 E-mail:yorisoi@city.fukui.lg.jp 担当:前田、谷口、山中

参加をご希望される方は、このQRコードを読み取り、必要事項をご記入の上お申し込みをお願いします。受付完了後、受付メールが届きます。また、申込時に鈴木先生への質問も募集しておりますので、併せてご記入ください！！

*QRコードからのお申し込みが難しい方や、関係機関の方で参加を希望される方は、上記連絡先までお電話ください。



令和6年度「よりそい」親の会

～不登校・ひきこもりのご家族向け～

「よりそい」親の会では、毎月様々なテーマにそって、家族がお互いに上手に安心して暮らせるように、お子さんとのかかわり方について、ご家族同士で意見を出し合いながら学んでいます。令和6年度は厚生労働省のガイドラインにおいて“ひきこもり”の家族支援として取り上げられている＜CRAFT＞を中心に勉強しています。

CRAFTとは？

CRAFTでは、『家族』をひきこもり支援の中核を担う人と考え、①家族の負担を軽減し、家族が元気で健康でいられることと、②家族関係の改善を目指します。そのために、CRAFTでは家族のコミュニケーションに焦点を当て、お子さんへのかかわり方について、プログラムに沿って学んでいきます。

日時 毎月第3木曜日 14時～16時 * 3月のみ第2木曜日開催
場所 福井県社会福祉センター4階 第1技能習得室（和室）
対象者 ご家族が不登校・ひきこもりで悩まれている方

11月21日 CRAFT：家族自身の生活を豊かにする

「本人が辛いのに家族が楽しんではいけない」「本人に悪い」と考えている親御さんはいらっしゃいませんか？実は逆なんです。本人は「自分のせいで家族が元気がない。悲しんでいる」と考えがちです。家族自身の生活を豊かにすることで本人の元気な姿や社会参加のきっかけになります。

12月19日 CRAFT：安心できる関係づくり

家族を避けて生活する、家族を見て嫌そうな顔をする。お子さんはそんな行動を取っていませんか？学校、仕事、将来について話題にしていくことは大事です。ただし本人のタイミングや状況、気持ちによるところが大きいのです。今現在どの話題が安全で、どの話題に警戒しているかを整理してかわるヒントを探していきます。

1月16日 CRAFT：ポジティブなコミュニケーションスキルの獲得

本人と良好な関係を築いていくためには、親御さんの普段の口ぐせや態度、言葉の選び方はとても大事な要素になります。臨床心理士の資格を持った相談員からわかりやすく学べる内容になっています。

2月20日 CRAFT：上手にほめて望ましい行動を増やす

【行動することで何か良いことが起こったり、嫌なことがなくなったりするとその行動は繰り返される】という人の行動の原則をヒントに、望ましい行動を増やすにはどうしたらよいかを考えていきます。

3月13日 CRAFT：先回りをやめ、しっかりと向き合って望ましくない行動を減らす

「本人は何も言わないし、私が言わなきゃやらない」。そんな風に考えて、つい先回りして声を掛けたり、本人の代わりに動いてしまいませんか？本人がどうしたいかを言葉にして、それを行動にしてくれるヒントを学べる内容になっています。

興味がある回だけの参加や途中からの参加も大歓迎です。一度見学に行きたいという方も大丈夫です。ぜひご連絡ください！！

