

## お知らせ

令和6年度ひきこもり講演会を開催します！

講師：ひきこもり UX 会議 林 恭子 氏

ひきこもり体験談ピア・サポーター 橋本 太 氏

令和6年度10月10日(木)にひきこもり講演会を開催します。ひきこもり UX 会議の林恭子氏とひきこもり体験談ピア・サポーターの橋本太氏を講師に招き、ひきこもり当事者でもある2人からひきこもっているときの気持ちや家族・支援者に求めていたことなどについて講演していただきます。参加を御希望の方は精神保健福祉センターホームページ上のチラシを御確認ください。

## ☆書籍紹介☆

「ひきこもりの真実—就労より自立より大切なこと」  
林 恭子 著

この本の中で、ひきこもり当事者の林氏のひきこもり体験が語られており、当事者であっても、家族であっても、支援者であっても、ひきこもりということを実感として理解できる内容だと感じました。また、ひきこもり当事者の声がまとめられており、当事者が本当は何に困り、何を求めているのかを、この本を読むことで知ることができます。一人一人異なる当事者の、生きてきた歴史を尊重し、支え合うことの大切さを改めて感じる事ができる1冊です。



「ひきこもり白書 2021—1,686人の声から見たひきこもり・生きづらさの実態—」  
一般社団法人 ひきこもり UX 会議

一般社団法人 ひきこもり UX 会議が、2019年秋に調査したデータ(最新)をもとに統計、分析、考察を試みたもの。A4判フルカラーで視覚的にも随所に工夫が凝らされ、自由記述の回答文がふきだし状に並び書面も、とても印象的な資料です。

一般的なひきこもりのイメージと、当事者の声からなる実情は一致しているとは限りません。非常に丁寧な考察、分析と共に、当事者の生の訴えが聞こえてくる、そんな一冊です。



## 静岡県ひきこもり支援センターだより



〒422-8031 静岡県静岡市駿河区有明町2-20  
静岡総合庁舎 別館4階  
静岡県精神保健福祉センター内

相談専用電話 054-286-9219

<https://www.pref.shizuoka.jp/kenkofukushi/shogaifukushi/seishinhoken/1004161/1033822.html>

\*ひきこもり支援センターだよりのバックナンバーは当センターHP内に掲載しております。

## 職員挨拶



ようやく秋の気配を感じ、やっと一息つけるような季節になりました。はじめまして、今年度から県ひきこもり支援センターで相談担当をしております、精神保健福祉センターの杉田です。

私は昨年度まで、静岡市で生活・就労に課題を抱えた方の就労相談に従事して参りました。ひきこもり支援を担当して驚いたのは、支援領域の広さ、方向性も多岐にわたることです。お話を伺う際は、俯瞰的な捉え方が大切と感じ、できるだけ先入観のないフラットな視点で聴くよう心がけています。広い視野での対応に緊張することありますが、現場の経験豊富な先輩の皆さんとも相談しながら、よりよい支援の在り方や情報をお伝えできますよう奮闘しています。

お話を伺う中で大切にしているのは「気づき」です。できるだけ、相談者ご自身の、主体性を意識した支援に努めたいと思っています。課題に直面している当事者やご家族が、解決の道筋を主体的に選択・決定できることが理想だと感じています。エンパワメントの視点から、ご相談される方が本来のご自身らしさ、心の穏やかさを取り戻す、そのためのお手伝いできれば心からうれしく思います。

ひきこもりの回復には、本人を支えるご家族等のサポートも必要です。ここから一歩踏み出そうとされるご相談者と共に、いま何ができるのか考えていきたいと思っています。



## 県ひきこもりコーディネーターが在駐している県ひきこもり支援センター

### 相談専用電話窓口（精神保健福祉センター）



電話番号 **054-286-9219**  
 受付時間 10時～12時、13時～15時  
 月曜日から金曜日  
 （土日祝日及び年末年始を除く）

コーディネーター



杉田 (すぎた)



柴崎 (しばさき)



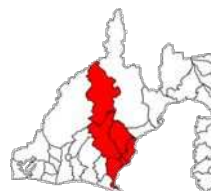
来所相談 (予約制)



情報提供

「どこに相談したらいいの？」  
 という時にはこちらにどうぞ。  
 支援機関等の情報提供や県下  
 7健康福祉センターでの来所  
 相談のご案内をしています。

### 中部地区（中部健康福祉センター）



来所相談 (予約制)

毎週  
 月曜日  
 水曜日  
 金曜日

榛原分庁舎でも  
 来所相談ができて  
 います。

コーディネーター



鈴木 (すずき)

家族教室

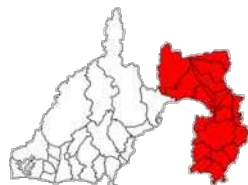


(年3回)

相談専用電話からの紹介  
 や、中部健康福祉センターに  
 直接問合せのあったご相談に  
 ついて、電話相談や来所相談  
 で対応しています。来所相談  
 は藤枝市内にある中部健康福  
 祉センターでコーディネータ  
 ーと地区担当の職員とで対応  
 しています。

家族教室は、ご本人への関  
 わり方のヒントとなるような  
 学習や、ご家族同士の交流の  
 場でもあります。

### 賀茂・熱海・東部・御殿場・富士地区（各健康福祉センター）



コーディネーター



落合 (おちあい)

担当地区  
 賀茂圏域、東部圏域（沼  
 津市、三島市、伊豆市  
 伊豆の国市、函南町）



多田 (ただ)

担当地区  
 熱海圏域、東部圏域（沼  
 津市、裾野市、清水町、  
 長泉町）、富士圏域、  
 御殿場圏域

東部・賀茂地域には5カ所の健康福祉セン  
 ターがあり、コーディネーターと各センタ  
 ーの職員で相談にんでいます。また、当事者  
 家族の交流の場として「家族交流会」を開催  
 しています。ご希望の方は、まずは電話でご  
 相談ください。

健康福祉センター	来所相談 (予約制)	家族交流会
賀茂	毎月第2水曜日、随時	
熱海	奇数月第2金曜日 随時	
東部	随時（随時修善寺支所での 相談も可能です）	年6回程度
御殿場	随時	奇数月 第3または 第4金曜日
富士	随時	

### 西部地区（西部健康福祉センター）



来所相談 (予約制)

掛川支所や浜名  
 分庁舎でも来所相  
 談ができます。

家族教室



茶話会  
 (月1回)

コーディネーター



高梨 (たかなし)

相談専用電話からの紹介や、西部  
 健康福祉センターに直接問合せのあ  
 ったご相談について、来所（予約  
 制）・電話・必要に応じて訪問にて対  
 応しています。ご相談には一緒に考  
 える姿勢を大切にしています。

ご家族同士の交流の場として毎月  
 第3火曜日に「茶話会」を開設して  
 います。ご家族が孤立せず、ほっと  
 安らげる場になるとよいと思ってい  
 ます。