

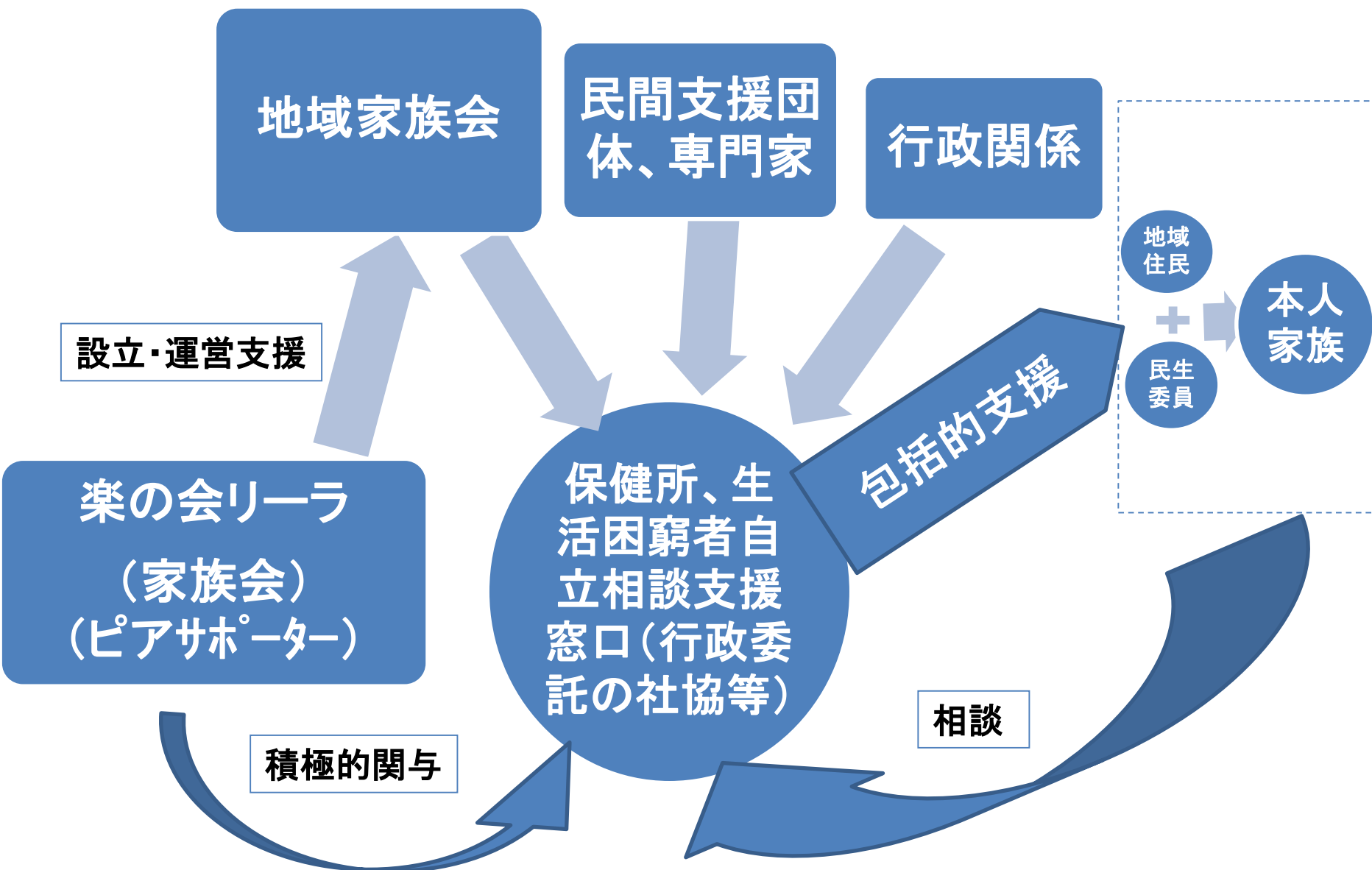
「ひきこもりに悩む本人と家族の支援」  
(1)「楽の会リーラの活動について」  
(2)「家族としての関わりについて」

NPO法人楽の会リーラ  
事務局長 市川乙允  
平成29年8月28日

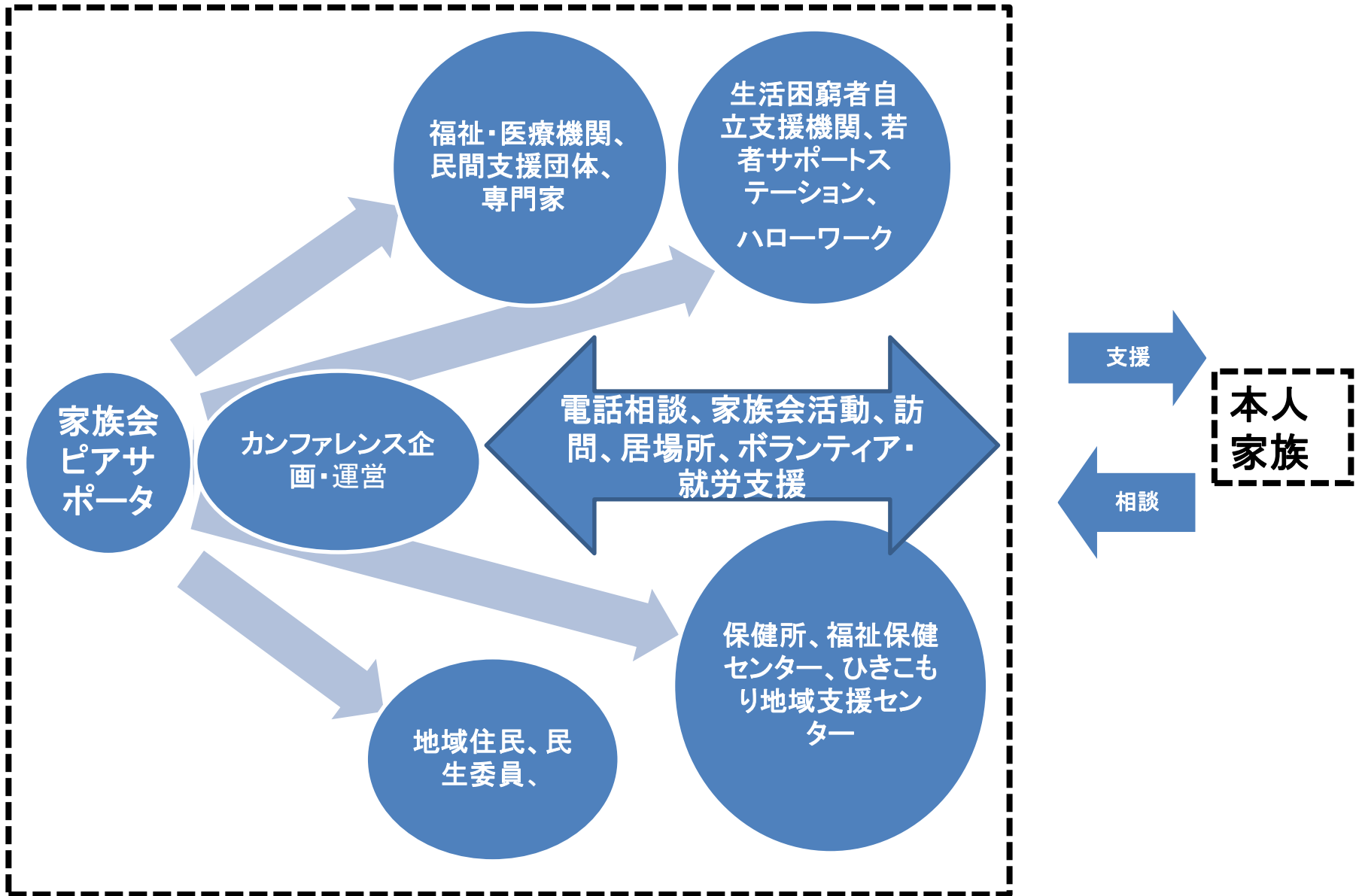
## (1)【NPO法人楽の会リーラとは】

- 16年前に、ひきこもりの親の会「楽の会」として設立され、その後2013年にNPO法人社会参加支援センター・リーラと統合されて、「NPO法人楽の会リーラ」となり現在に至っています。
- ひきこもりの回復は、当事者ご本人支援だけでは片手落ちであり、効果的でないことから、楽の会リーラでは親・当事者の目線での家族支援を行っています。地域の家族会立ち上げ支援も行っています。
- 楽の会リーラ(家族会)は、日本で唯一のひきこもりの家族会「NPO法人KHJ全国引きこもり家族会連合会」の「東東京支部」として、全国ネットワークを駆使して、最新の支援情報を常時入手し活動に生かしています。

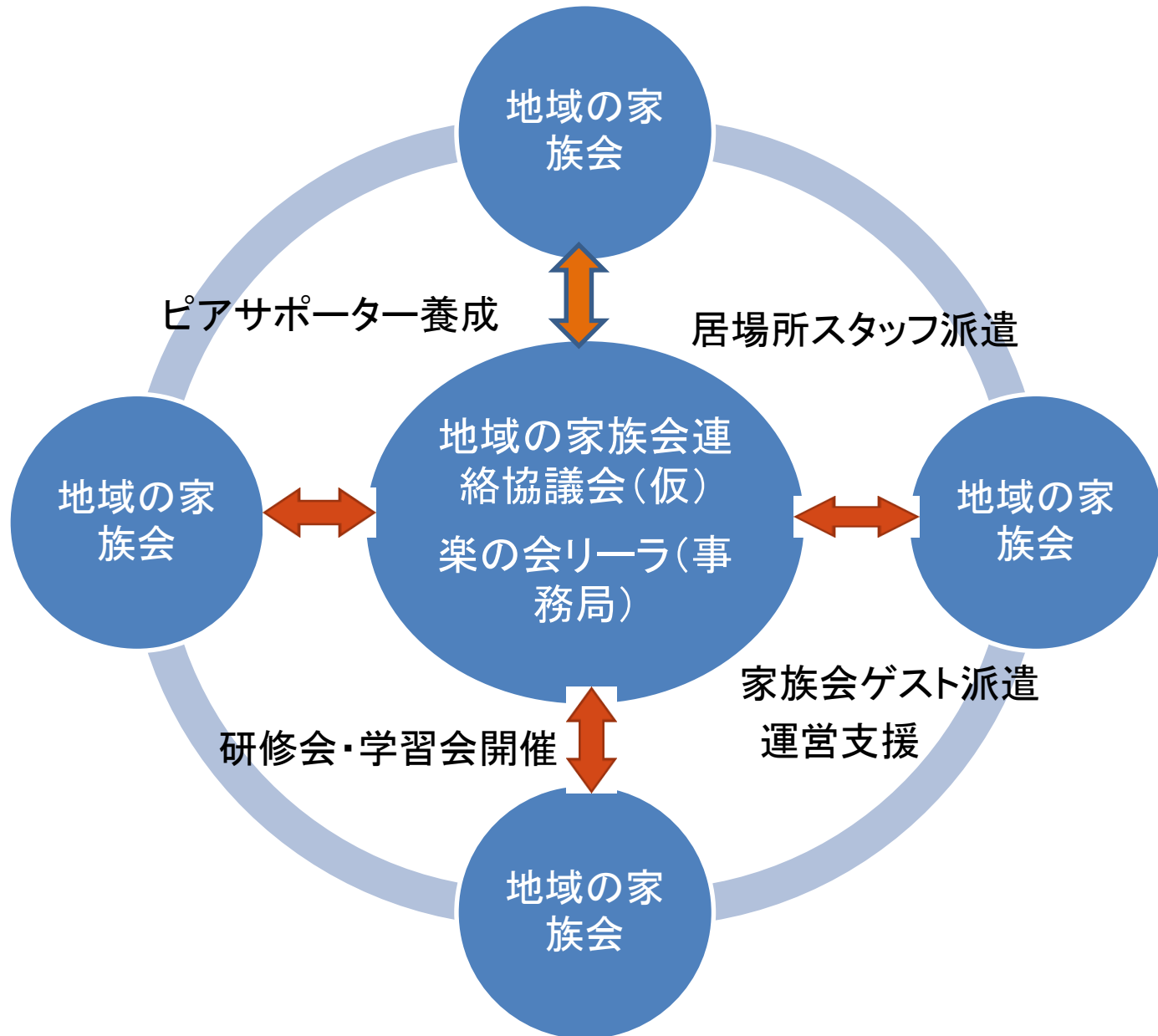
# 家族会の将来目指す方向



# 地域(住み慣れた)の家族会(将来のイメージ)



# 楽の会リーラと地域の家族会（目指す方向）



# 「支え合いの精神」を基本とした 楽の会リーラ応援体制

【応援体制】「孤立状態から繋がりへ」生きづらさを抱えるひきこもり状態を受け止め、前向きに社会とかかわって生きていけるように応援する。

【楽友会長】本人の考え方、生き方に対する応援

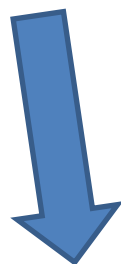
【楽友家族】家族のひきこもりに対する考えかた、捉え方の変容を促進する。

# NPO法人楽の会リーラ支援活動

家族会月例会  
カウンセリング、  
**グループ相談会**  
電話相談等の相談  
訪問相談支援  
親の学習会

居場所

(カフェ葵鳥「あおどり」)



ひきこもり  
状態



居場所支援



社会参加



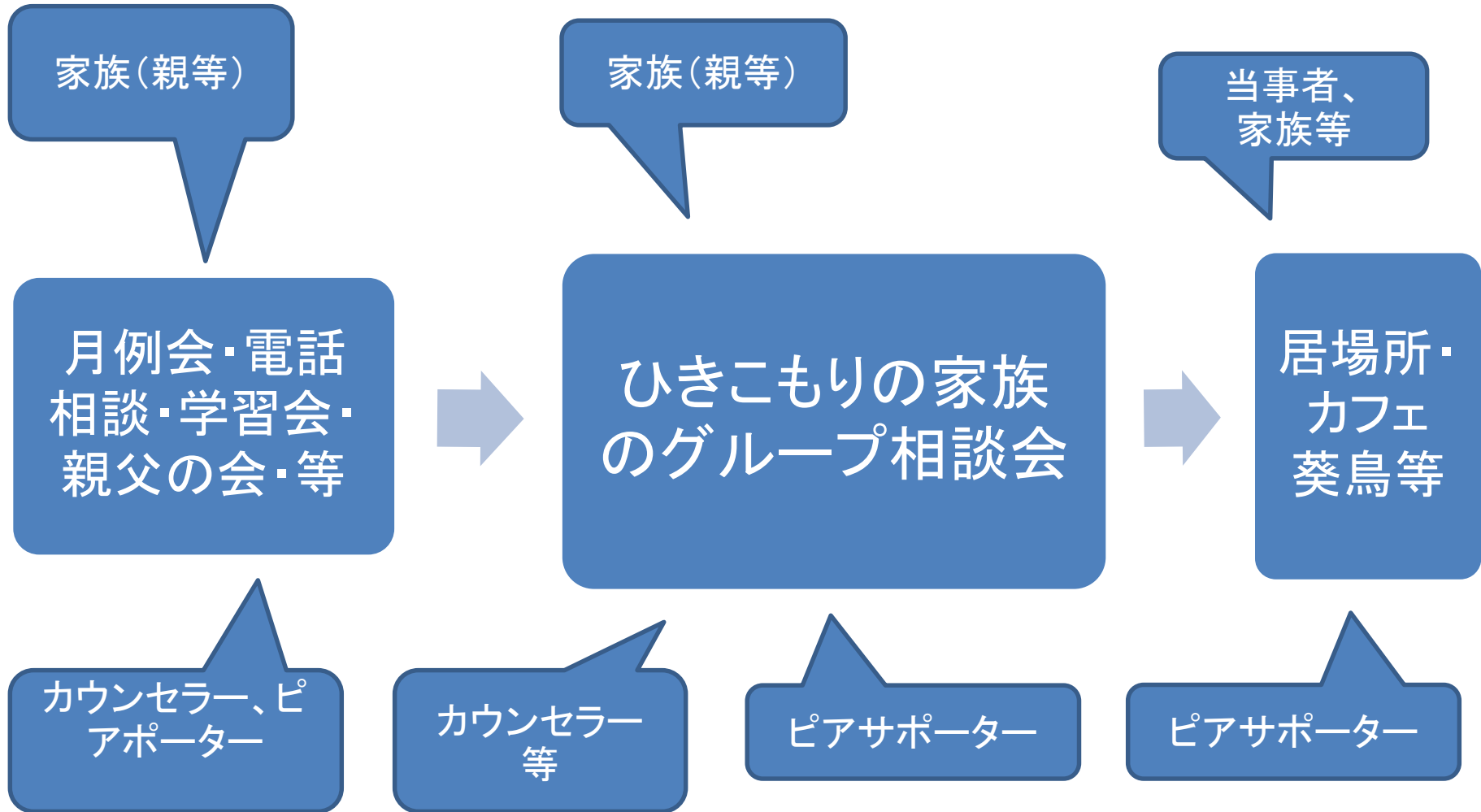
就労体験等支援

ボランティア、就労体験  
フェアトレードコーヒー  
関連事業(コミュニティーカフェ)

機関紙発刊、ホームページ関連  
セミナー、講座等開催

支援員(ピアサポーター)養成

# 楽の会リーラ支援体制





# 回復に向けての応援体制

当事者

電話相談

手紙・電話  
訪問・居場所  
の出前

居場所

ボランティア就  
労体験

就活  
へ

社会性

行動変  
化

ひきこも  
り状態

月例会

学習会

家族

ひきこもりの  
家族のグ  
ループ相談  
会

ボランティア活動

# 【家族支援】

電話  
相談

毎週火曜、  
木曜に開設

月例  
会

講演会：親亡き後  
対策、就労支援、  
当事者・家族体験

親の学習会（ひきこも  
りについての理解と対  
応についての基本を  
学ぶ）

第2、第4火曜  
夜事務所で開  
催

親父の会（父  
親がキーマ  
ン：理解する）

月一回  
程度日  
曜開催

家族のグループ相談会  
（カウンセラーのアドバイ  
スの下、具体策について  
考える）

毎月**3~4**回開催し、  
ピアサポーター等によ  
る支援等も検討す  
る

# 【当事者支援】

電話相談

火、木の13時～17時相談受付(カウンセラー、ピアサポーターが対応)

訪問支援：居場所の出前、ピアサポーター及び専門家による訪問等

グループ相談会を経て具体的に支援方針を決める

居場所

楽々楽拿(オープンで、封入作業等作業あり(毎月1回))

カフェ葵鳥:交流、なかま作り等中心で、気軽に誰でも利用できる(水、金、日、木の夜、他一部火曜の夜等)

カフェ葵鳥でのボランティア、配達、清掃作業、等

ボランティア・就労体験支援

## コミュニティーカフェ「葵鳥(あおどり)」

毎週水、金日の13時～17時営業

日曜は不定期営業

火、木の夜カフェ等。

～職業講話等の講座、女子カフェ等のイベント等～



# コミュニティカフェ「葵鳥（あおどり）」 の目指す方向

地域との交流

ホッとできる・安心出来る居場所、  
会員同士の仲間づくりの場

カフェ：水、金、日の  
各13時～17時  
及び火曜（一部）、  
木曜の夜カフェ  
（18時30分～20時30分）

ボランティア・スタッフによる支  
援：、講座、相談会、レクレー  
ション等のイベント

カフェでのボランティア、就労体  
験支援

# 楽の会リーラ利用料金

会費: 入会金1,000円 会費: 家族会会員5,000円 当事者会員1,000円	年	非会員	家族会会員
家族会月例会		1,000円/回	1,000円/回/1名
例会居場所(1回/月)		無料	無料
親の学習会		2,000円/回	1,500円/回/1名
親父の会		5,00円/回	5,00円/回/1名
カウンセリング		—	8,000円/時間/1家族
訪問支援		—	10,000円/回/1家族(4,000円:ピアサポの場合)
グループ相談会		—	3,000円/回
居場所の出前		—	4,000円/時間
ボランティア体験		—	500円/回
就労体験		—	500円/回

## (2) 家族としての関わり

娘の不登校・ひきこもり

- 妻任せで、不登校の本人を理解することに消極的
- 会社人間

恋愛・結婚・子育て

- 親の会の立ち上げに関わる
- 理解に努める
- 妻との関係深まる
- 自分自身の人生を見つめる

子どもの不登校で神経症再発

- 娘家族の支援
- 親の会等に深くかかわる
- 地域との関わりを深める

# 不登校からひきこもりを経て恋愛、結婚、子育てへ

(10代前半～)  
不登校・ひきこもり

- 小学高学年でのいじめが原因で中学2年より不登校(強迫神経症)
- イタリアプロジェクト参加で劇的に変わる

(20代～)恋愛、  
結婚、出産、子育て

- 事情承知で恋愛、結婚し、1児を儲ける
- 育児、嫁姑問題等で、精神的に不安定となり嫁ぎ先を出る

(30代～40歳)  
家事、子育て

- 夫婦、長女の3人家族で、家事、子育て中
- 長女の中学不登校で悩み、落ち込む
- 同高校生活から大学受験へ



# 10代前半から後半

## 社会

- 母親: 親しい隣人、友人、姉妹に打ち明け孤立を防止に努め相談機関を利用
- 父親: 兄弟には打ち明けるが、職場ではごく親しい同僚にのみ話す、親の集い参加
- 本人と地域社会とのつながり持てず

## 家族

- 母親: いち早く受容し本人をケア
- 父親: 仕事人間で妻任せから、親の集いに参加し本人の苦しみを認識
- 兄 : 理解できず受け入れず

## 本人

- いじめによる自信喪失と人間不信
- 強迫神経症、不安障害(薬服用)
- 臨床心理士によるカウンセリング
- 中2からの不登校であったがなんとか卒業
- 通信制高校入るも続かず、その後結婚後通信制高校卒業

# 10代後半から20歳で結婚へ

## 社会

- イタリア体験者同士の友人関係構築
- 父親: 職場でもオープンにし、気分が楽になる。
- 本人: 短期アルバイトにつく。友人との旅行先の民宿の長男と親しくなる。1年余りの恋愛期間を経て農業、農家民宿の家へ嫁ぐ

## 家族

- 母親: 本人のケア継続、イタリア体験先への夫婦及び仲間との旅行で、夫婦の絆を強める
- 父親: 単身赴任から、夫婦同居となり、親達との交流を契機に仕事の世界より、違う世界へ
- 兄: 妹(本人)と2人の生活で理解進む

## 本人

- いじめによる自信喪失と人間不信継続するが、やや弱くなる
- 強迫神経症、不安障害(薬服用)解消方向
- 臨床心理士によるカウンセリング継続
- イタリアプロジェクトを知り、本人の意志で参加: 45日間のイタリアでの農業体験等で自信をつける

# 20代前半から20代後半へ

## 社会

- 本人嫁ぎ先地にて通信制高校卒業。そこで友人との人間関係を作る
- 夫の転職及び長女の小学校入学を契機に短期アルバイトに従事するも、続かず
- 幼稚園、小学校のPTA役員等に従事

## 家族

- 母親:本人のケア及び時には孫の世話も手伝う。
- 父親:転職。ボランティア等仕事以外の世界を広げる
- 長男結婚

## 本人

- 結婚、長女出産、通信制高校卒業し、家事、育児に集中も嫁姑等の問題より同居から別居へ→
- 育児や村社会での人間関係等で悩むようになり、小学校時代のいじめがフラッシュバックすることもあり、体調不良により、嫁ぎ先地より実家近くへ転居→
- うつ的傾向が強くなり、心療内科へ通院
- 長女の幼稚園、小学校入学により、母親同士の関わりで時に悩み落ち込む

# 30代半ば～現在)

## 社会

イタリア体験の友人(夫婦子供1人の家庭を持つ)との交流

小学校のPTA役員等に従事

ひきこもり関連支援団体との関わりはない。  
心療内科へ通院し自立支援医療の認定を受け医療費の補助を受けている

## 家族

- 母親:本人のケア及び時には孫の世話も
- 親達との交流の継続及び会社退職後社会貢献型成年後見人を目指して、北社協の生活支援員登録
- **難病のため生活支援員は辞めたが、地域の町会役員に就く。**

## 本人

- 間関係が上手くできず悩むことがある。小学校時代のいじめがフラッシュバックすることもあるが、少しずつ対処しつつある
- 新たな課題:自分の子供の中学不登校
- 心療内科へ通院中で、うつ傾向が強くなったり、弱くなったりの繰り返しであるが、**最近は自分で相当コントロールできるようになった。カウンセリングを受ける等自分の状態を良好にすることに努めている**

# 所感

・良かったこと:

1) 家族の絆を強めた

2) 自分の人生を見つめる(見直し)

3) パートナーとしての夫婦関係を構築

4) ボランティアの世界、地域社会との関わりを  
持つきっかけになった

・課題

本人(長女)家族との関わり方

本人の長女(孫)の不登校から大学受験へ