

令和6年度 ひきこもりを支える家族教室 プログラム内容

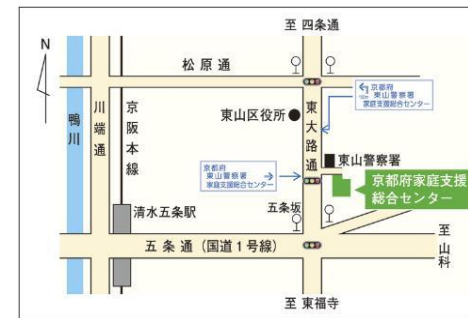
	日程	テーマ	内容
第1回	5月24日(金) 5月28日(火)	オリエンテーション ひきこもりの基本的知識を学ぶ	今年度の家族教室についてご説明します。ひきこもりの基本的知識について学ぶとともに、事例を通して、大まかな回復のプロセスを知りましょう。
第2回	6月25日(火) 6月28日(金)	ひきこもり経験者の体験談①	ひきこもりを体験した本人の話を聴くことを通して、ひきこもりについての理解を深めましょう。
第3回	7月26日(金) 7月30日(火)	親同士が語り合う～父の思い～	ひきこもり当事者を支える父の視点、思いを知り、登壇者の現在の活動状況等についてもお話しいただきながら、家族の役割について考えてみましょう。
第4回	8月27日(火) 8月30日(金)	さまざまな価値観に触れる～相談支援事業所の実践～	【会場変更予定】相談支援事業所の方の話を聴き、仕事の様子、仕事で大切にされていること等を学びましょう。会の後半では、当事者、家族を交えて、座談会を行います。
第5回	9月24日(火) 9月27日(金)	認知行動療法の実践	認知行動療法について学び、ワークを通じて実践してみましょう。
第6回	10月25日(金) 10月29日(火)	ひきこもり経験者の体験談②	ひきこもりを体験した本人の話を聴くことを通して、ひきこもりについての理解を深めましょう。
第7回	11月19日(火)	プチ・ライフプランセミナー	福祉制度を中心に、生活の基盤を支える制度について学びましょう。
	11月29日(金)	ライフプランセミナー	【会場変更予定】ファイナンシャル・プランナーのお話しを聞き、生活を支える社会保障制度（生活保護制度、障害基礎年金など）について知り、いざという時の備えについて考えてみましょう。
第8回	12月10日(火) 12月13日(金)	コミュニケーション力を高める	演習を通して、コミュニケーションのコツ、相手への伝え方等を考えてみましょう。また併せて、子どもさんとの接し方について見直してみましょう。
第9回	令和7年 1月24日(金) 1月28日(火)	続・コミュニケーションを考える	ロールプレー（親子のやりとり）の様子を観察し、気づいたこと、感じたことを出し合ってみましょう。また、さらに良くするために改善できるところ、工夫できるところを考えてみましょう。
第10回	2月25日(火) 2月28日(金)	振り返り、まとめ	今年度の家族教室の内容について振り返り、まとめをしましょう。

○会場…京都府家庭支援総合センター（京都市東山区清水四丁目185番地1）／会議室等

○時間…午後1時30分～3時30分（前半：話題提供 / 後半：交流会）

☆☆参加された家族の感想（過去のアンケートより）☆☆

- ◇この問題を抱えているのは自分の家庭だけじゃないとわかった。
- ◇同じ悩みを持つ親同士で話せてホッとした。
- ◇ひきこもり問題に関わるいろいろな情報を得ることができた。
- ◇家では話せないことも、ここではみんなに聞いてもらえるので、毎回楽しみにしている。



参加家族同士の交流を中心とした家族の集いの場を設けています。「他の家族の話を聞きたいけど、自分から話すのはちょっと…」という方も歓迎しています。

是非お気軽にご参加ください。充実した時間になるよう、皆様と一緒に取り組んでいきたいと思っております。