

ひきこもり当事者家族支援基礎講座

NPO 法人 南大阪サポートネット

〒589-0011 大阪府大阪狭山市半田 6-1179

助成事業の概要

ピアサポーターとして基本となる「ひきこもり当事者家族支援基礎講座」を開催しました。講座では、主にひきこもり状態にある当事者を支える家族が適切な理解と対応を学ぶこと、お互いが助け合える存在であると気づくことを目的とし、専門家による講義、当事者体験談を中心にファシリテーターの進行で当事者、家族支援者が共に「一緒に学び考えよう」を掲げて実施しました。

テーマ「ひきこもり 一緒に学び考えよう」講演と学習会

7/7 睡眠に関すること ～お医者さんに聞いてみよう まずは知ることから～

9/14 発達課題 どう向き合う？ ～基礎知識と家庭での関わり方～

10/5 伴走者のカタリバ ～家族・支援者のカタリバ～

10/20 ヒキコモリ ナマノコエ ～ひきこもって今がある～

11/10 伴走者のカタリバ ～家族・支援者のカタリバ～

2/2 子どもの自立した生活のために

2/16 ひきこもり 不登校 伴走者の集まり

3/20 家族ができる伴走支援

感ずる場となりました。支援に関する正しい知識を得るだけでなく、同じ悩みを抱える人とつながることの安心感を共有できたことが、最大の成果です。

講師による専門的な話や、当事者・家族の語りに触れることで、自分たちだけが特別ではないこと、悩んでいるのは自分だけではないことに気づく人が多く、「ほっとした」「気持ちが軽くなった」という声が寄せられました。また、傾聴や尊重といった関わり方の姿勢について学ぶことができ、家族としてどのように寄り添うかを改めて考えるきっかけにもなりました。

親として「何かしなければ」と気負うことが多い中、「親がまず楽になることが大事」「自分を責めなくていい」というメッセージは、多くの参加者の心に届きました。学習会では、情報だけでなく、気持ちを共有できる温かい場づくりを意識し、参加者が安心して語り、聴き合える空気が育まれました。

ひきこもりの問題は一人ひとり状況が異なり、正解がないからこそ、学び合い、話し合い、支え合うことが必要です。本事業は、その第一歩となり、今後の地域での支援や理解促進の基盤づくりに大きく貢献するものとなりました。

助成をいただいたことで、こうした貴重な場を実現できたことに、深く感謝申し上げます。

事業の成果

本助成を受けて実施した講演・学習会は、ひきこもり当事者を支える家族や関係者が、「ひとりで抱え込まない」「孤立しない」ことの大切さを実

成果の広報・公表

当法人のイベント「月のまつり 2025」（2025年11月頃開催予定）内で掲示公表をする。今

回の講座・学習会の実施報告や受講者の声を、当団体の発行物や LINE 公式アカウント、ホームページ、フェイスブックなどで順次発信していく。併せて公民館や図書館、市民活動支援センターなどの市民に開かれた公的機関に配架依頼をして、より多くの人の目に留まるようにする。

また行政や社会福祉協議会をはじめ公的な支援窓口や機関には、今回の実施報告をすることで団体の基幹となる活動も併せて広報していく。

■ 今後の展開

今回の講座を通して学んだことを当事者支援・家族支援の現場で実践活用していく。そのためにはケースワークに基づいた研修を定期的に重ねていくことが必要であり、より効果的な学びの機会になるように今後も年間を通して計画的に実施していく。

「ひきこもり当事者家族支援講座」の報告書類は当法人の居場所に保管し、必要に応じて閲覧、活用する。特に貴法人の助成を受け開催してきた「ピアサポーター育成に関するシリーズ講座」の受講者有志がスタートさせた、近隣ひきこもり情報マップ作成事業（えすこーと）においてもピアサポーターのすそ野が広がることを目指す。ピアサポーターとしての活動も長く続けていけるような取り組み方を目指すとともに、活動からの振り返りを始め「まず自分たちが学び続けること」を大切にした緩やかな繋がりのあるチーム作りと活動を継続させる。