

働いた経験はキャリアとなる一方、それが原因となり、ひきこもりの状態から抜け出...

田中 敦さん 札幌市 NPO法人 レター・ポスト・フレンド 相談ネットワーク理事長

Q ひきこもる40代息子 将来が心配

同居する40代の息子は大学卒業後、民間企業5年ほど働いていま... (70代女性・釧路管内)



A 支援機関に相談 孤立防いで

- ひきこもりに関する主な相談窓口
北海道ひきこもり成年相談センター、札幌市ひきこもり地域支援センター
NPO法人レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク
全国ひきこもりKHJ家族会連合会北海道はまなす(札幌)

す一步を踏み出せない当事者は多いです。弱みを見せたくない、今の状況をさがめられない... 相談は、道が設置している「北海道ひきこもり成年相談センター」や、保健所、市町村の保健福祉担当窓口で受け付けています...

読者の相談を募集します。氏名(紙面では匿名)、市町村名、性別、年齢、電話番号を明記し、北海道新聞くらし報道部「みんなの相談室」へ。送り先はこの紙面の上にあります。また、道新デジタルからも応募できます=QRコード=

親との会話では子どもに返事を求めず、根気よく声をかけ続けてください。何もない会話の中で「リーフレットを見つけたから置いておきな」と、市町村や社会福祉協議会などで配布されているひきこもり支援に関するリーフレットを渡し、支援機関へ誘いかけてみるのも一案でしょう。(聞き手・熊谷知香)

家族の交流会では、同じような悩みを抱える人と出会う「気持ちが悪くなった」「子どもとの関わり方のヒントを得ることができた」という声が聞かれます。当事者の交流会では、ひきこもりを経験した人や当事者同士が支え合う「ピアサポート」に取り組みたいです。同じ経験をしている人との関わりを通じ、働き始めた当事者もいます。親と子にそれぞれ別の人生があります。親は自分の健康に気をつけ、趣味などの楽しみを持ちましょう。心配している親の姿は、子どもにプレッシャーを感じさせます。親が元氣な姿を見せることが大切です。

「ひきこもり VOICE STATION フェス」と相談会
フェスは2月5日午後1時~4時5分。オンライン会議システムZoom(ズーム)と、会場(TOKYO FMホール=東京都千代田区)で参加できる。2部構成で、第1部はタレントの高橋みなみさんが司会を務め、当事者や経験者によるトークや俳句などを通じて、ひきこもりへの理解を深める。第2部はパネルディスカッション「ひきこもりから考える、誰もが生きやすい地域の在り方とは」を行い、経験者や支援者らが話し合う。相談会は午後4時15分~7時25分、Zoomと電話で。当事者と家族の悩みや不安に、経験者や支援者が応じる。

いずれも厚生労働省が主催し、参加・相談無料。申し込みは特設サイトhttps://hikikomori-voice-station.mhlw.go.jp/event/で、今月31日まで受け付ける。問い合わせはひきこもりに関する広報事業事務局、電話03・6441・6574(平日午前9時半~午後5時半)へ。