

いみず



Re Community, (リ コミュニティ)

人と地域をイキイキの連鎖でつなぐ

そんなまちづくりをたくさんの人のコミュニティを使い実現したい



【地域共生社会 共に生きる】をテーマに
「射水市がどんなまちになったら
よいか」について毎号、関連ある方々
に想いを書いていただきます。

今回は、新コーナー キラキラ^{キラ}きらり
人で紹介しました、「一般社団法人
とやまのめ中谷さん」のメッセージです。

お問合せはこちらまで

【ご意見・ご感想などございましたら、ぜひお寄せください。】

社会福祉法人 射水市社会福祉協議会

〒939-0351 射水市戸破4200番地11 救急薬品市民交流プラザ2階
総務課 ☎55-5201

〈E-mail〉 honsho@imizushakyo.jp
 〈ホームページ〉 <http://www.imizushakyo.jp/>



特集 ひきこもりって何だろう？

まず知ろう、ひきこもりNOW

P2

すてっぷからのお知らせ

P4

令和5年度 事業報告・収支決算

P5

キラキラ^{キラ}きらり人

P6

新学生プロジェクト

P7

社協からのお知らせ

P8

この広報紙は、一部共同募金の助成を受けています。

ひきこもりって何だろう？ まず知ろう、ひきこもりNOW

知る、考える、みんなが生きやすい社会へ

ひきこもりという言葉聞いて、どんな想像をしますか。

「怠けでしょ。」「親の甘やかしでは？」
「仕事なくてうらやましい。」……。
そのイメージは正しいでしょうか？

ひきこもりは、状態を表す言葉で人をラベル付けするための言葉や病名、呼び名ではありません。ましてや、ある時から、急に『ひきこもりの人』という理解不能な存在になり、ひきこもりという人間になったということでは決してありません。

私たちは、ひきこもりという言葉についていつの間にか、映画やドラマのワンシーンの影響を受けて、なんとなく勝手なイメージを持ってしまっているのかもしれない。また、10年前、20年前の思い込みをそのまま抱えているのかもしれない。

そこで、今回は誤解や偏見、勘違いされやすいイメージを持たれがちな『ひきこもり』について解説します。

ひきこもり？

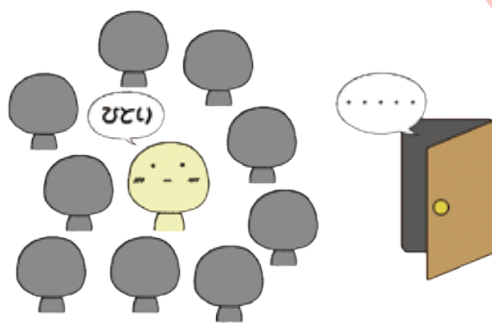


「ひきこもり」は、状態を表す言葉です。

『ひきこもり』は、病名や診断名、又はそのものではなく、概ね6ヶ月以上社会参加していない状態を表す言葉です。

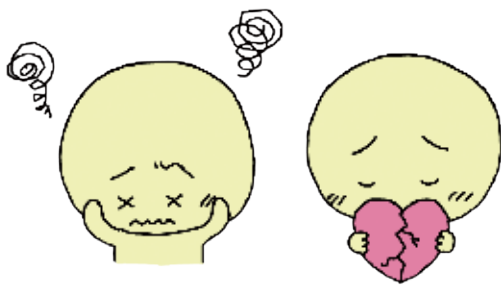
部屋に閉じこもるだけが「ひきこもり」ではありません。

自室にひきこもる状態の方もいれば、他者と関わらずに近所のコンビニや趣味の用事で出かける方もいます。



心の問題を抱える方もいます。

ひきこもりは、非常にストレスフルな状況であるため、長期間ひきこもり状態が続くと、こころの問題が生じる可能性もあります。実際に、ひきこもり状態の方の中には、確定診断がなされる前の精神疾患の方が含まれている可能性は低いと考えられています。



※2022年11月の内閣府調査で、外出をほとんどしない状態が長期間続く、いわゆる「ひきこもり」の人は、15歳から64歳までの年齢層の2%余りにあたる推計146万人に上ると公表されました。

射水市ふくし 総合相談センター すてっぷの取組

詳しくはP4へ

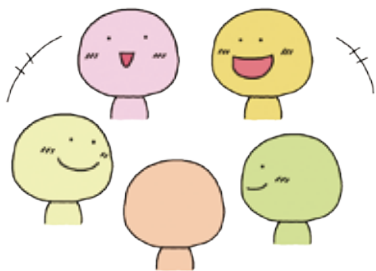
すてっぷカフェ

生きづらさを抱える方が集まって自由に過ごす居場所です。



すてっぷカフェ家族会

ご家族同士が交流リフレッシュして頂くとともに、ひきこもりに対する理解を深める場です。



ひきこもりサポーター養成研修会

ひきこもりの正しい理解を広げ、地域により多くの理解者・支援者を増やします。



あなたのタイミングで
いつでも相談に
のりますよ。



退職

不登校

病気

人間関係

「ひきこもり」の要因はさまざまです。

きっかけは、不登校、受験や就職の失敗、職場や学校での人間関係やリストラ等、人によって背景は様々です。中には特に明確な理由がない場合もあります。

あらゆる年齢で「ひきこもり」の状態は起こります。

今や若者特有の問題ではなくなっています。

2019年の内閣府調査から、自宅にいる40～64歳のひきこもり状態にある方は推計61万3千人と公表されました。ひきこもり期間は7年以上が半数を占め、長期化・高齢化が裏付けられました。



一人一人背景は違う

知る・理解



生きづらさを抱えている

ひきこもり
VOICE STATION



心と体が疲れているときは、誰でもひきこもることが必要な場合があります。それは、決して特別なことでも、問題なことでもありません。しかし、ひきこもることによって、その人らしく生きることができなくなることで、必要な支援が届かなくなることは大きな問題です。

ひきこもり状態は人によって様々ですが、ひきこもっている人の多くは、苦しい思いをされています。解決には時間や周りの理解と支援が必要です。大切なのは、ひきこもり状態を非難せず、当事者の気持ちに寄り添うことを心がけることです。そして、本人だけでなく周りの人たちも孤立しない、孤立させないことです。

すてっぷは、「どこに相談していいかわからない悩み」をていねいに聞き、個別相談に応じます。また、だれもが、ひきこもりや生きづらさについて理解を深める機会を実施しています。

令和6年度開催事業

◇射水市ひきこもりサポーター養成研修

※事前申し込みが必要です

9/5
(木)

時 間 10:00～16:30

場 所 救急薬品市民交流プラザ（別館）

- 定 員 40名（先着順）
- 申込締切 8月23日（金）

ひきこもりに関する正しい理解、本人や家族への関わり方などを学び、地域での理解者や支え手を増やす研修です。

◇すてっぷカフェ家族会勉強会

※事前申し込みが必要です

第2回目

8/24
(土)

「家族の役割、親として本人への寄り添いについて考える」

講師 坂本 美奈子 氏（NPO法人りばていOne）

第3回目

11/30
(土)

「家族同士が集い、語り合うことの大切さ（家族の有効性）」

講師 山岡 和夫 氏（ひきこもり家族自助会「とやま大地の会」）



時 間 13:30～15:30

場 所 救急薬品市民交流プラザ（別館）

- 対 象 ひきこもり状態にある方のご家族
- 定 員 各回20名（先着順）
- 申込締切 各回開催日の1週間前まで



QRコード
申込方法

ひきこもり状態にある方のご家族に向けた学びと家族同士で話をする時間です。

◇すてっぷ出張相談会

9/25
(水)

時 間 13:30～16:30

場 所 大島コミュニティーセンター

福祉に関する相談やひきこもりに関する悩み、不安などの相談に出張して対応します。

毎月定例で開催

すてっぷカフェ

ひきこもりなど生きづらさを抱える方が集まって自由に過ごす場所です。
※途中参加、退出は自由です。

日 時 8/22㊥、9/19㊥、
10/17㊥、11/21㊥
13:30～15:30

場 所 救急薬品市民交流プラザ（別館）

すてっぷカフェ家族会

ひきこもりなど生きづらさを抱える方のご家族（両親・兄弟・親戚など）が集まって自由に過ごす場所です。
※途中参加、退出は自由です。

日 時 8/24㊥、9/28㊥、
10/26㊥、11/30㊥
13:30～15:30

場 所 救急薬品市民交流プラザ（別館）

ひきこもり相談会

ひきこもりに関する悩みや不安などの相談に専門資格をもった相談員が対応します。

日 時 8/6㊥、9/10㊥、
10/8㊥、11/12㊥
13:30～15:30

場 所 救急薬品市民交流プラザ（別館）

ひとりで悩まず 一度ご相談ください

相談・参加 無料

秘 密 厳 守

相談・問合せ先

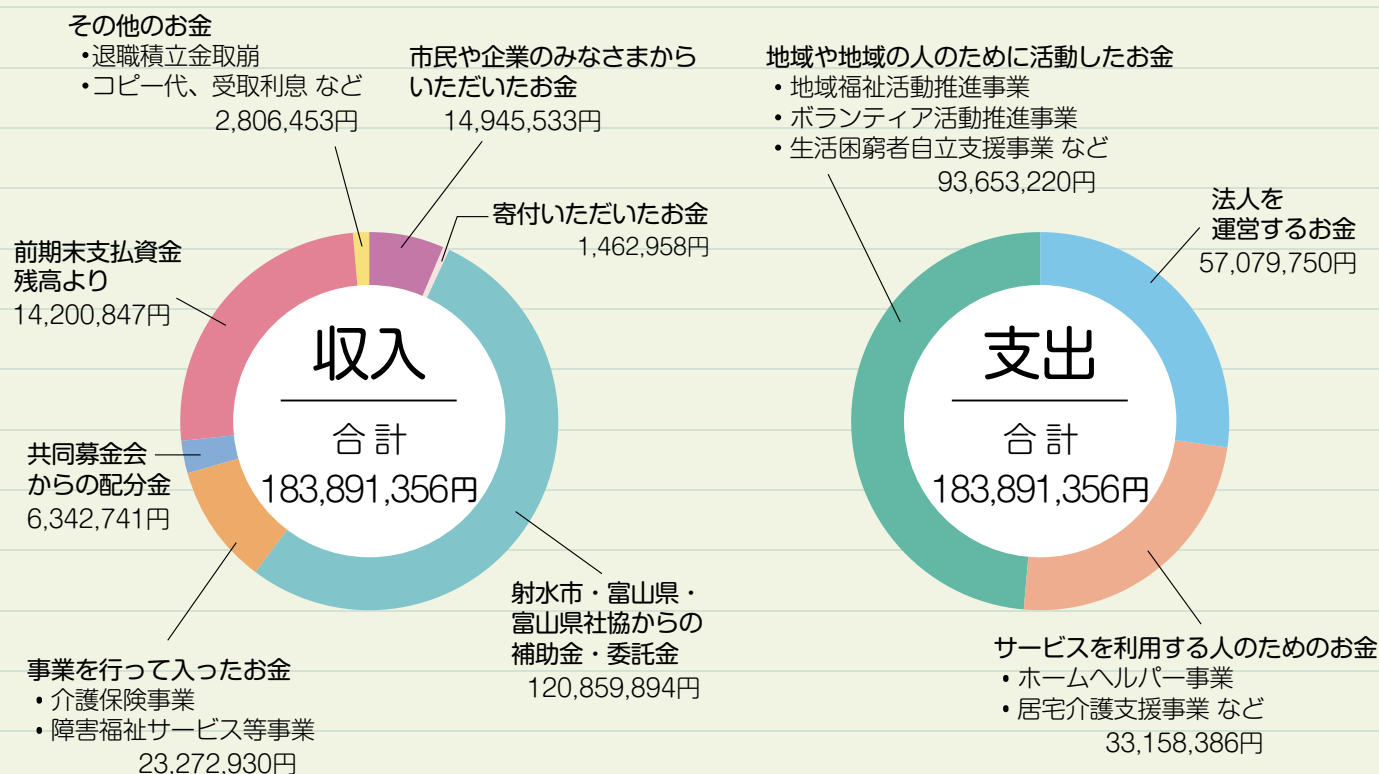
射水市ふくし総合相談センターすてっぷ
☎55-5203
☎55-5204（ひきこもり相談専用ダイヤル）
E-mai: step@imizushakyo.jp



▲すてっぷの紹介

令和5年度 事業報告・収支決算

当協議会では、「いみず地域共生プラン」に基づき、地域共生社会の具現化を目指し、「ともに支え合う人づくり」「安心して暮らせる地域づくり」「自分らしく生活できる仕組みづくり」の3つを基本目標として、地域福祉活動の推進及び事業展開に努めました。



※事業報告、収支決算の詳細は、当協議会ホームページに掲載しています。

心配ごと相談

日常生活から生じる心配ごと、悩みごとに関する相談に、民生委員・児童委員が適切な助言を行います。

小杉相談所

- 日時
8/6㊟、8/20㊟、9/3㊟、9/17㊟
13:30～15:30
- 場所
救急薬品市民交流プラザ
(1階ミーティングルーム)

新湊相談所

- 日時
8/1㊟、9/5㊟、9/19㊟
13:30～15:30
- 場所
新湊交流会館(1階研修室)
※新湊相談所は、9/19で閉所します。



※10月の日程は市の広報にて確認してください

問い合わせ 地域福祉課 ☎55-5202



スプラウトを持つ中谷さん

今回のキラキラ✧きらり人は

一般社団法人 とやまのめ

なか や こう よう

代表 中谷 幸葉 さん

県外で銀行員として働いていた時、富山ゆかりの方と縁があり、2019年に富山県射水市に來られました。

色々なプロジェクトに取り組み、いくつもの新しい挑戦に向かって、地域貢献活動を行っています。

団体の名前の『め』は、「芽」であり、新しい芽の意味を持ち、台風の「目」のように自分の周りを巻き込んでいく存在、イキイキした芽を地域に根付かせる存在として、一般社団法人『とやまのめ』を2023年に立ち上げました。

新企画

キラキラ
きらり人

地域で頑張っている、キラキラ✧さんを紹介するコーナーです。

活動内容

- 畑でのアグリスポーツの開催
- 富山湾の環境悪化の原因となっているウニを捕獲し、食用として商品化への取り組み
- スプラウト（発芽野菜）農家の事業継承など

活動で大切にしていること・ポリシーを教えてください。

- **リ コミュニティ (Re Community)**
人と人のつながりをもう一度復活する。
- **リ ジェネラティブ (Re generative)**
新しい形ではなく、元のあった状態に戻る。



アグリスポーツ教室



連携協定の氷見高校生が海でウニを捕獲

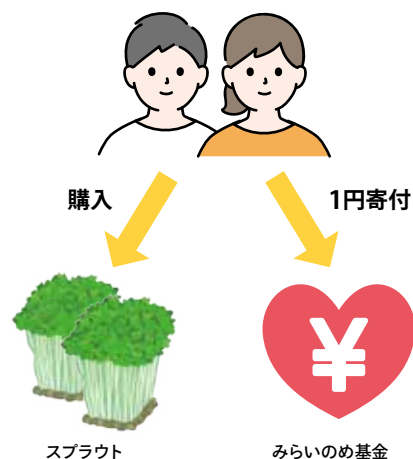
この二つの考え方を大切にしながら、活動を行っています。

今後どのような活動に力を入れたいですか。

『**みらいのめ基金**』です。

地域で頑張ることを応援したいという気持ちから、地域の若者たちの『芽』を育てることを目指し、基金を設立しました。

今は、スプラウトを購入することで、1円が基金へ寄附される仕組みです。今後、お弁当を購入することや燃料など循環事業を拡大することで、私たちの生活の一部から、未来の若者たちへ応援する仕組み作りを行います。



アグリスポーツとは何？

子どもたちが農作業を行ったり、整地されていない畑でランニングなどを行ったりすることで体を鍛えるものです。運動を通じて農業に接することで、食育や将来的には農業の担い手不足の解消につながると期待されています。

中谷さまから読者のみなさまへプレゼントをいただきました。詳しくはP8へ

新学生 プロジェクト

もろ え か ほ
諸江 佳歩さん
(18歳)



今回は、1月1日の震災時に射水市の避難所でボランティア活動した高校生(当時)諸江さんにお話を伺いました。



1 どのような活動をされましたか

塚原小学校の避難所で、避難所や車の中にいる人へ食料と水の配布や、介護が必要な方や体調が悪い方などを看護師の方に伝えたりしました。また、防寒対策として使えるマットや毛布、ヒーターなどを運搬したり足が不自由な方や高齢者の方をおんぶして2階、3階へ運びました。

2 率先して行動された時の気持ちや感じたことを教えて下さい

震災は体験したことがなく、とにかく自分ができることをしようと同級生と協力して動きました。また、私の母は「関節リウマチ」を患っており、すぐ動けず物を運ぶのも困難なため、家族のためにも自分が動かなければならないと思ったからです。

3 同世代へのメッセージ

今は日本で多く地震が発生しています。日本は地震大国であるため、いつ、どこで、なにが起ころうか分からない状況です。なにが起きても対応できるように防災グッズなど準備をしておくことが大切です。

災害は起こってほしくないですが、誰も止めることができず避けられないことなので、今回のように若い自分から率先して行動したいし、「誰かが動いてくれるだろう」という考えは捨て、誰でも率先して行動し力を合わせて欲しいと思います。

商福連携事業 射水市商工会×射水市共同募金委員会 コラボ企画

赤い羽根共同募金『ガチャガチャ募金(カプセル募金箱)』～商業と福祉がつながろう～

カプセルの中には、**商工会員の店で使える買物券**が入っています。

ガチャは**1回200円**で、全額が**共同募金の寄付金**になります。

ガチャを利用することで、募金とお得な買い物ができるしくみです。

救急薬品市民交流プラザ1階ロビーにカプセル募金箱を設置しています。

設置期間 7/16(火)～9/27(金) 1回 200円 **ハズレなし**

問合せ先 射水市共同募金委員会 ☎ 55-5201

詳しくはこちら→



