

2019年度 自立相談支援事業者養成研修

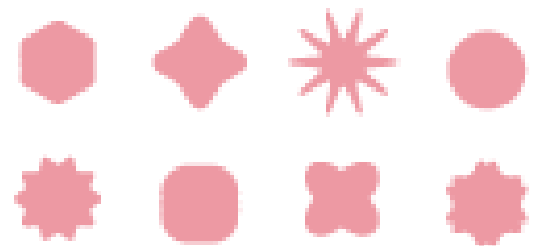
「ひきこもりの状態にある方の理解と支援の視点」

一般社団法人ひきこもりUX会議 林 恭子

一般社団法人

ひきこもり

UX会議



ヒキコモリ ユーエックスカイギ

2014年発足。

不登校、ひきこもり、発達障害、性的マイノリティ等の当事者・経験者によるクリエイティブチーム。

「当事者」たちが長い時間をかけて経験してきた生きづらさや葛藤、居場所のなさ、またさまざまな支援、そのすべてが“Unique eXperience”（ユニーク・エクスペリエンス＝固有の体験）だと捉え、当事者の視点から「生存戦略」の提案・発信を続けている。

HISTORY

2014

支援に関するシンポジウム
ひきこもりUX会議
参加者数：320名

2015

ひきこもり
おしゃれカフェ
参加者数：のべ80名

2016

ひきこもりUXフェス
参加者数：400名
ひきこもりUX女子会
これまで全国21都市で80回以上開
催、のべ3,300名以上が参加

2017

実態調査
回答数：369名
ブックレット発刊
「ひきこもり女子会」

2018

テーマはひきこもり×生存戦略
ひきこもりUXフェス
参加者数：400名
ブックレット2発刊
「ひきこもり女性たちのUX～実態
調査から見えてきたこと」

2019

居場所づくりに関する合宿研修
ひきこもりUX CAMP
参加者数：40名
小冊子発刊
「369女性のひきこもり・生きづらさ
についての実態調査2017を経て」

わたしたちの活動

場をつくる

**それぞれの「UX」を持ち寄る
イベントや集まりを企画**

- 当事者会の企画運営
- イベント企画運営
- 自治体や外部団体との連携

調査と発信

ひきこもりや生きづらさを抱える当事者向けの実態調査を行い、可視化されていない当事者の存在や声を発信

- 実態調査事業
女性のひきこもり・生きづらさに関する実態調査を実施。(2017年)
- 出版事業
ブックレット「シリーズ 私たちの生存戦略」発行。(2017年～)

語る

メンバー自身の経験を話したり文章にして届ける

- 講演
ひきこもり経験者としての体験を元にした支援のあり方などをテーマに全国各地で講演。
- メディアでの発信
- 政府への提言・ロビイング

川崎殺傷事件の発生を受け、 2019年5月31日に 「川崎殺傷事件の報道について」の 声明文を公表しました。

この声明は大きな反響を呼び
30以上のメディアで取り上げられました。

川崎殺傷事件の報道について(声明文)

2019年5月28日に神奈川県川崎市で起きた無差別殺傷事件につきまして、まずは被害に遭われた方、ご家族や関係者の方々に心からお悔やみとお見舞いを申し上げます。被害に遭われた方の一日も早いご回復と心の平安を取り戻されますことを心からお祈りします。
弱い子どもを狙い、尊い命を奪った犯行はいかなる理由があろうと決して許されるものではなく、私たちも強い憤りと共に深く胸を痛めています。

そのうえで、「事件を悲しみ犯行を憎むこと」「ひきこもる人たちをひとくりに否定すること」に向かいかねない現状に対して、ひきこもりの経験者であり、また日々多くのひきこもり当事者・経験者、ご家族と接している立場からお願いがあります。

「ひきこもり」への偏見の助長の懸念

川崎市による会見では「長期間任事に就かず、ひきこもり傾向にあった」「同居の親族からおこづかいをもらっていた」「市の精神保健福祉センターに複数回相談があった」との内容がありました。
これらが事実であったとしても、ひきこもっていたことと殺傷事件を起こしたことを憶測や先入観で関連付ける報道がなされていることに強い危惧を感じています。
「ひきこもるような人間だから事件を起こした」とも受け取れるような報道は、無関係のひきこもり当事者を深く傷つけ、誤解と偏見を助長するものだからです。

「犯罪者予備軍」というイメージに苦しめられる

これまでもひきこもりがちな状態にあった人物が刑事事件を起こすたび、メディアで「ひきこもり」と犯罪が結び付けられ「犯罪者予備軍」のような負のイメージが繰り返し生産されてきました。社会の「ひきこもり」へのイメージが歪められ続けられれば、当事者や家族は追いつめられ、社会とつながることへの不安や絶望を深めてしまいかねません。

「8050問題」への誤解を引き起こす

また「8050問題」とは、ひきこもり当事者とその家族の高年齢化傾向にもなる課題を指しており、今回のような犯罪行為に結びつく可能性を含む問題という意味ではありません。今回の事件と関連づけて「まさに8050問題」と表現することも適切ではないと考えます。

以上のことから、報道倫理に則り、偏った不公正な内容や、事件とひきこもりを短絡的に結びつけるような報道はしないことを報道機関各社に求め、「ひきこもり」や「8050問題」に対して誤った認識や差別が助長されないよう、慎重な対応を求めます。

また報道に際しては「専門家」「有識者」だけでなく、ひきこもり当事者・経験者の声を取り上げていただきたくお願い申し上げます。当事者不在で「ひきこもり」が語られ、実態に即さないイメージが拡大していくことは、さらなる誤解と偏見を引き起こします。

私たちが接してきたひきこもりの当事者や経験者は、そうでない人たちと何ら変わりありません。「ひきこもり」がどうかによらず、周囲の無理解や孤立のうちに長く置かれ、絶望を深めてしまうと、ひとは極端な行動に出てしまうことがあります。事件の背景が丁寧に検証され、支え合う社会に向かう契機となるのが、痛ましい事件の再発防止と考えます。特定の状況に置かれている人々を排除したり、異質のものとして見るのではなく、事実と照り冷静に適切な対応をとっていただくようお願い申し上げます。

2019年6月26日、ひきこもりUX会議はKHJ全国ひきこもり家族会連合会のみなさんとご一緒に根本厚生労働大臣との意見交換会に臨みました。

大臣には「当事者・経験者の声を聴くこと」「支援構築の場に当事者・経験者を入れること」「就労支援の手前の支援（居場所等）が必要であること」などのメッセージをお伝えしました。

言語切替 日本語 ? 点字ダウンロード サイト閲覧支援ツール起動 (ヘルプ) 文字サイズの変更 標準 大 特大 English site

ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

ホーム

Google カスタム検索

検索

テーマ別を探す 報道・広報 政策について 厚生労働省について 統計情報・白書 所管の法令等 申請・募集・情報公開

ホーム > フォトレポート > 平成31年/令和元年 > ひきこもり関係団体との意見交換会

ひきこもり関係団体との意見交換会

2019年6月26日(水)
東京都
厚生労働大臣室
ひきこもり関係団体との意見交換会

根本厚生労働大臣は、KHJ全国ひきこもり家族会連合会とひきこもりUX会議で活動する方々と意見交換を行いました。

意見交換会の中で、根本厚生労働大臣は、ひきこもりの状態にある方やそのご家族への支援に向けて「ひきこもりの状態にある方を含む、生きづらさを抱えている方々をしっかりと受けとめる社会をつくっていかねばならない」という決意を新たにしました。まずは、より相談しやすい体制を整備するとともに、安心して過ごせる場所や自らの役割を感じられる機会をつくるための施策を、ひきこもりの状態にある方やそのご家族の声も聞きながら進めてまいります」とメッセージを発信しました。

関連リンク

- 情報配信サービス
メルマガ登録

ひきこもりUX女子会

- 2016年6月 ひきこもり等の生きづらさを抱える女性(性自認女性含む)を対象に 東京・表参道にて開始
- 2019年9月までに80回開催、のべ3,300名(10代～60代)が参加
- 参加者の25%は主婦



2019年5月～2019年10月

「ひきこもりUX女子会 全国キャラバン2019」

表参道、札幌、富山、仙台、名古屋、大阪、広島、福岡、熊本、の9都市で開催中
他、大阪府6市、東京都5市区等でも開催



第一部 当事者体験談

ひきこもりなど、生きづらさを抱えている・抱えてきた当事者・経験者が自身の体験を話す。



第二部 テーマトーク

少人数（4～5人）に分かれてグループごとにテーマを設けて交流。テーマ例は「家族関係」「自立」「主婦」など。

ひきこもり女子会 自治体との取り組み

- ◎横浜市男女共同参画センター(2015年7月～2018年3月)
- ◎西東京市公民館(2017年6月～)
- ◎豊中市くらし支援課(2017年11月～)
- ◎練馬区男女共同参画センター(2018年1月～)
- ◎東久留米市男女平等推進センター(2018年7月～)
- ◎広島市男女共同参画推進センター(2018年10月～)
- ◎清瀬市男女共同参画センター(2019年1月～)
- ◎仙台市男女共同参画推進センター(2019年6月～)
- ◎大阪府(大阪市、豊中市、吹田市、茨木市、枚方市、能勢町)(2019年9月～)

若年女性のための
わたしの「これからライフ」PartⅡ

だれにも相談できず、へこんでいるのは、わたしだけではなさそう...
同じような悩みや経験を持つ人と話してみようかな。

人間関係がちょっと苦手...
元氣な人を見ると羨しくて...
動き色いけどなんとなく自信がない...

社会に一歩踏み出す元氣がない...

人間関係がちょっと苦手...
元氣な人を見ると羨しくて...
動き色いけどなんとなく自信がない...

社会に一歩踏み出す元氣がない...

プログラム 全席とも 14:00～16:00

1 聞いてみよう「わたしの生きづらさ」
内容：内田 真由 (女)
講師：東原 美穂 (女) ひきこもりUX会議代表理事 ほか
費用：300円 (資料代)

2 講演会「ほんとうの私を取り戻すまで」
内容：内田 真由 (女)
講師：林 恭子 (女) ひきこもりUX会議代表理事

3 「ゆるヨが体験」
内容：内田 真由 (女)、林 恭子 (女)、西原 真由 (女)
講師：滝沢 美穂 (女) ひきこもりUX会議代表理事

4 ワークショップ「わたしが欲しい女子会」
内容：内田 真由 (女)
講師：東原 美穂 (女) ひきこもりUX会議代表理事 ほか
費用：300円 (資料代)

対象：19～39歳 女性
講師がわからない方も参加可。
▼会場：男女共同参画センター 1階
▼申込：電話またはファクス、電子メールでの申込可 (1ヶ月前まで)
※お申し込みは、お申し込みの日の前日まで、お申し込みください。

中心・総合窓口 練馬区立男女共同参画センター 1階 事業担当
〒177-0041 練馬区石井町1-10 電話：03-3966-9007
E-Mail: info@hikikomori-nai.net
http://www.hikikomori-nai.net/

ひきこもりUX会議PRESENTS

Hikikomori Oshare Cafe

「メイクの仕方わからない」
「久しぶりにでかけるけど、どんな服をきたらいいかわからない」
「自分に似合うメイクや服がわからない」

『おしゃれ』を通して、
ほんの少し前向きに明るい気分になってみませんか？

ひきこもり×おしゃれカフェ
フォーラム南太田・大会議室
メイク編 2015年7月10日(金)・コーディネート編 7月22日(水)

ひきこもりUX会議

Hikikomori Joshiukai!!

ひきこもりUX会議
ひきこもりUX女子会
&ひきこもり女子会のつくり方講座
横浜

ひきこもり状態にあって、対人関係の難しさを感じているなど、様々な生きづらさを抱えている女性を対象に、交流会を開催します。この企画は、性自認が女性であればご参加いただけます。

私たちにも生きることがつらく苦しい時期がありました。時間をかけて自分を取り戻し、すべてが解決したわけではありませんが、今は前に向かって生きて行こうと思っています。その為にできたこと、やめたこと、きっかけ、そんな経験も少しお話しします。そして一緒に考え、語り、情報交換もしましょう。

ひきこもりUX会議が横浜でひきこもり女子会を開催するのは初めてのことで、ひきこもり女子会の実態と、自分たちで居心地のよい場をつくれるよう、女子会開催講座も開講します。好きな顔にお気軽にご参加ください。

男女共同参画センター横浜南 2017年度公益型男女共同参画事業

生きづらさでつながる 講演会 と つながるカフェ

どなたでもご参加いただけます！ 不登校・ひきこもりの経験を持つ、現在、全国で「ひきこもりUX女子会」を開催している講師からお話しも伺います。

講演会 ひきこもり女子会
～共感が生むはじめての一步～

講師：林 恭子さん
(一般社団法人ひきこもりUX会議代表理事)

日時：8月7日(火) 14:00～16:00

会場：東久留米市役所7階704会議室
対象：ひきこもりのご家族、ご本人、支援者、関心のある方
定員：50人(要申込)

林 恭子さん プロフィール
不登校・ひきこもりの経験を持つ。現在、全国で「ひきこもりUX女子会」を開催している講師からお話しも伺います。

●申込・問い合わせ
フィフティ・フィフティ(市役所2階)
開催時間：9:00～17:00(平日)
電話：042-472-0361
mail: fifty2@city.nagasakurume.lg.jp

つながるカフェ
●ひきこもりの生きづらさを抱えているお話を聞ける。同じ悩みを抱えている仲間とつながることができる。一緒に悩みを共有できる場があります。参加費は無料です。お気軽にご参加ください。

●vol.1「ヨガでからだをほぐす」
9月4日(水) 14:00～16:00

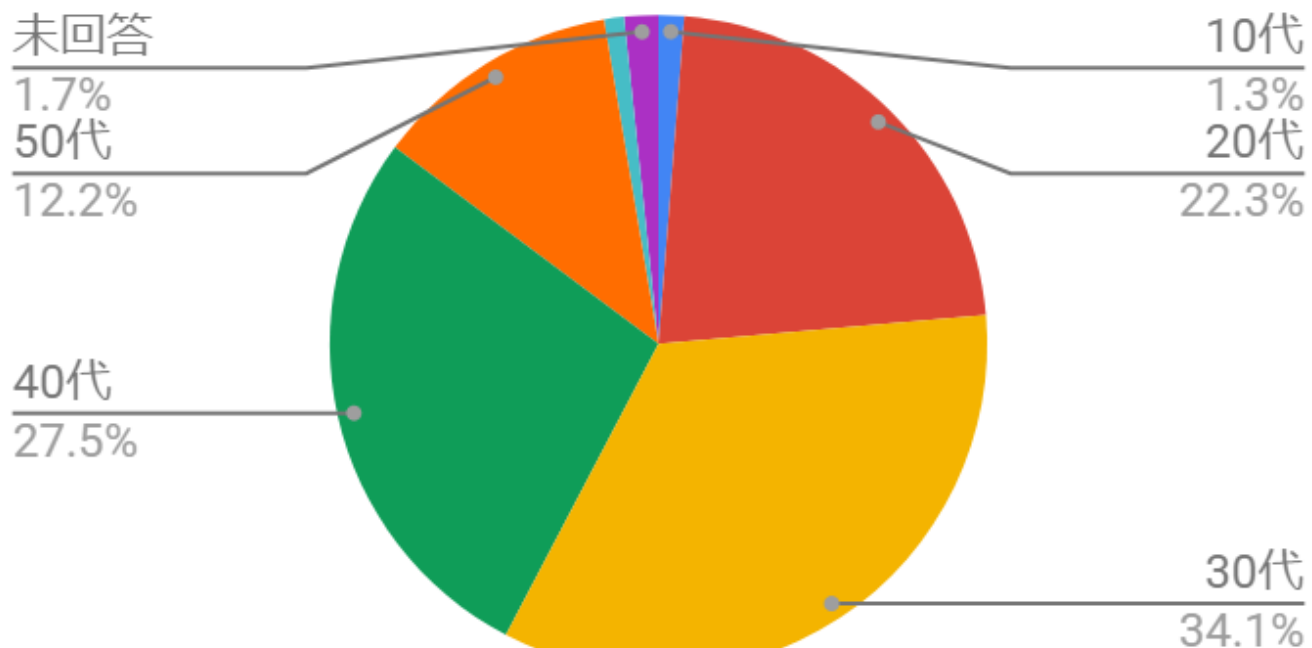
●vol.2「好きな本を片手に読書会」
9月25日(水) 14:00～16:00

一冊でも読んでください。

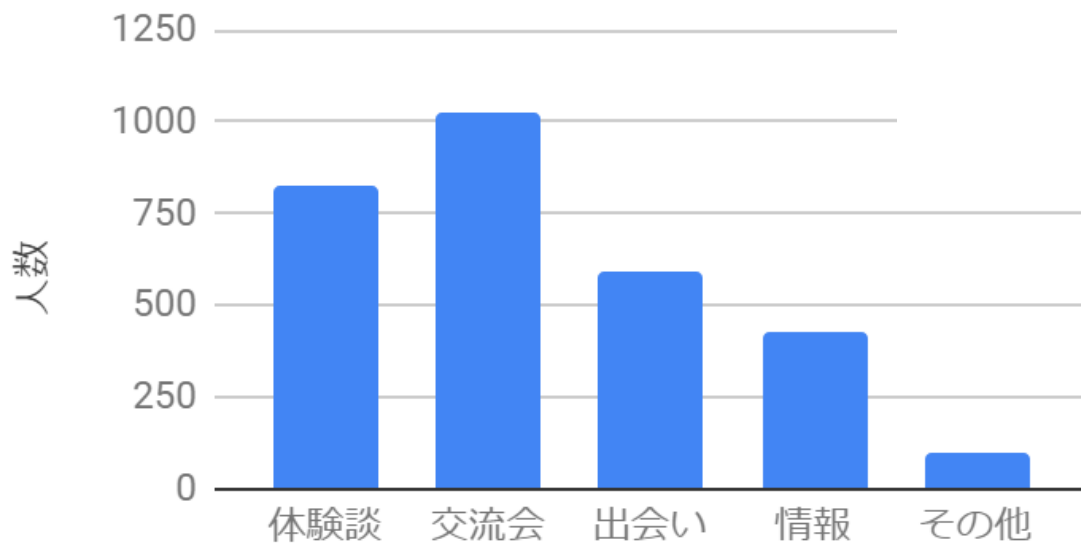
平成30年度 フィフティ・フィフティ(東久留米市男女平等推進センター)主催
実行委員 東久留米市男女平等推進センター(代表) 林 恭子(代表) 西原 真由(代表) ほか
基本理念 (新たな舞台で「男女が参画 男女が活躍」と共に認め合い ともに暮らしをつくるまち 東久留米)

参加者層

年代



何に期待してきたか



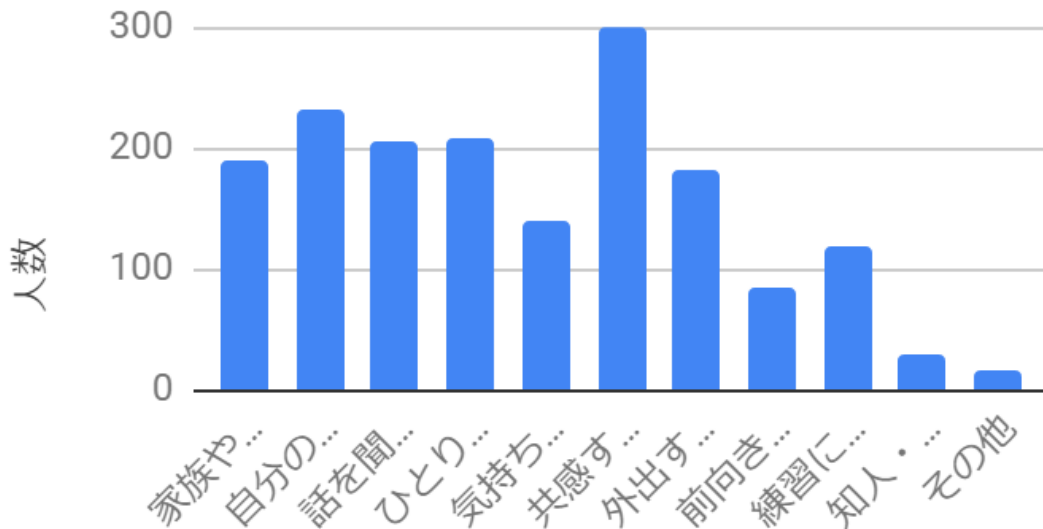
<開催において工夫していること>

- ひきこもり・生きづらさの当事者限定
- 人通りの少ない平日の日中を選択
- 開始時間は昼過ぎから
- 予約申込や参加がプレッシャーになるので、事前予約は不要
- 遅刻、早退、休憩自由という雰囲気づくり

参加して良かった点

(複数回答可 有効回答492件)

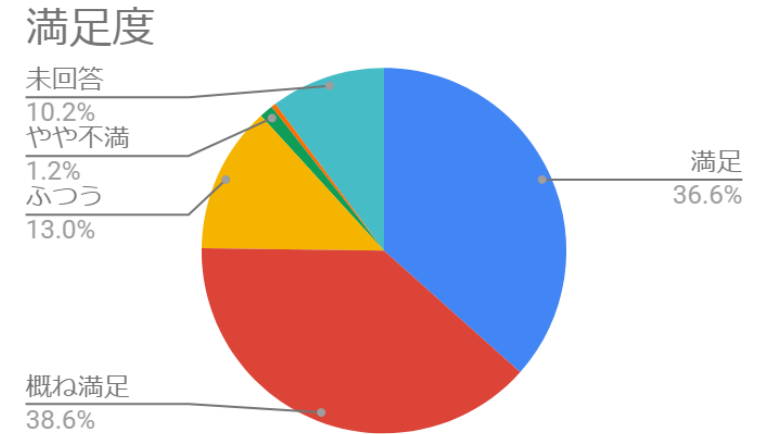
良かった点



良かった点	人数	割合
共感する話があった	299	61%
自分のことを話せた	232	47%
話を聞いてもらえた	205	42%
ひとりじゃないと思った	209	42%
家族や支援者以外と会話をした	189	38%
外出する機会になった	181	37%
気持ちが楽になった	140	28%
練習になった	119	24%
前向きな気持ちになった	85	17%
知人・友人ができた	30	6%
その他	16	3%
参加者数	492	100%

参加者が求めているもの

- 「同じ体験をした人の話を聴きたかった」
- 「罪悪感が和らいだ」
- 「自分はそんなにダメな人間ではないと思えた」
- 「こんなことをしているのは私ひとりだと思っていた」
- 「久しぶりに家族以外の人と話すことができました」
- 「女性だけの集まりはとても珍しく、本当にありがたいです」
- 「カウンセリングだと共感してもらえらるけど、
本当の意味での共感、当事者の立場の人同士が
出会うことがなかったのでその重要性を凄く感じました」
- 「極度のコミュ障の私が、いきなり初対面の人と
壁を作らずにトークができたという不思議現象にも
似たことが起こったことによる感動」



▼75%が「満足」と回答

「交流」
と
「出会い」

安心できる 居場所が 必要です

「居場所」とは

- ・ 居てもいい場
- ・ 「支援」「就労」目的ではない場
- ・ 緊張しても不安でも居られる場
- ・ 何かを意図されない場

- ・ 追い立てられない場

※支援機関に相談したくない
66.1%（内閣府調査/平成28年）

意識していただきたいこと

「就労ありき」は

追い立てられない環境

- すぐに結果（就労）につなげようとするのは逆効果にも。
- 「ひきこもりは働く意欲がない」は間違い
- 支援機関で働く職員のひきこもり理解促進は急務

可視化されはじめた存

女性やセクシュアル・マイノリティのひきこもり

- ひきこもり女子会によって、女性のひきこもりの存在が明らかに
- 「LGBT当事者でひきこもり」など、二重の社会的マイノリティである当事者もいる
- 「ひきこもり＝若年男性」というイメージからの脱却

「選択肢」が必要で

年齢や本人の状況に合わせた「生きるための支援」

- 中高年の当事者支援
親の介護や看取りをしている高齢化した当事者も。
- 外の世界に触れるための場
一歩目が就労支援だとハードルが高すぎる。会話する、公共交通機関を使う、人の中にいる練習ができる場が地域差なくある状態。

ブックレット 『シリーズ わたしたちの生存戦略 ひきこもり女子会』



定価:500円 応援価格:2,000円

《ブックレット目次》

- 02 はじめに
- 06 ひきこもり女子会から見えてきたこと
- 16 ひきこもり女子会に行ってみた～参加した人の声～
- 24 マンガエッセイ「ひきこもりUX女子会に参加して」
- 32 ひきこもり女子会をつくるための11のポイント
- 44 ひきこもり女子会をはじめてみた
- 50 ひきこもり女子会に行ってみよう～よくある質問～
- 52 斎藤環さんロングインタビューつながりが生む自己肯定感
- 61 おわりに

ひきこもり女子会をつくるための11のポイント

ひきこもり女子会を企画してみたい「やってみたくて、わたしには無理かも」と思っている方も多いかもれません。でも、例えば2~3人でファミレスで集まるだけでもそれは「女子会」です。

ひきこもり女子会」は、なにかしらの生きづらさに悩み苦しんでいる人同士が自発的に集まり、支えあうことを目的とした会です。強制ではなく、必要だと思う人たちが自発的に集まり、支援する側・される側に分かれずに対等な関係のなかで、それぞれの体験や思いを共有することが目的です。

ひきこもり生きづらさを抱えた当事者／経験者であり、すべてを助けてはいけません。主催者と参加する人たちみんなが協力し合う場になるよう協力し合ってつくっていきましょう。

ひきこもりUX女子会のアンケートより

自分だけかと思っていたことがそうではなく、共感してもらえたことにびっくりしたと共感しました。

自分一人ではできなくても、人と一緒に「何かできるかも」と思えます。

女子会のことを知っていましたが、今日やっと来ることができました。

いつも楽しみにしています。

とにかく続けてほしい。

楽しい気持ち、安心する気持ちなどが湧いてきて、人と話すこと・共有することの楽しさを感じました。

気軽に開催してほしい。

いろいろな人の意見や考えとは別の考えや新しい発見があることがありました。

自分たちの考え方がとても安心できる、つらい考えに共感する人に出会いたいと思います。

みんないろいろな悩みのあるんだなと実感しました。

参加を勧げていたので、今日は頑張って来ることができて良かったです。

開催する側は大変だが「予約不要」なのが苦手な人から好評です。



《ひきこもりUX DAY CAMP 開催！》

2019年9月～札幌、仙台、東京、名古屋、大阪、福岡で開催

ひきこもり当事者・経験者、支援者が一緒に、あったらいいなと思える居場所、行ってみたいと思える居場所、またそれを作るにはどうしたらよいかを共に考え実践するためのワークショップ

ひきこもりUX
DAY CAMP
2019秋～ やるよ!!
行くせ、全国6都市



ひきこもり・生きづらさ当事者の声が満載！

HIKIPOS

ひき
ポスト
01



特集

なぜ、ひきこもったのか

ひきこもり当事者が語る“原因”



HIKIPOS 特集 **こうして人とつながった 経験者が語る“人とつながる方法”**

ひき 18.5.15
ポスト No.2
定価 500円
当事者価格 100円
応援価格 2000円
ひきポスト

人とつながる最初の一步「鎖の匙をもて」
まどうま

動画配信サイトからつながる
ロンゴロウ

私たちが実践した
コミュニケーション不安を和らげる方法
黒田雄

「ふつうの人」になります
ひきこもりのまま社会とつながるために
はむと地井多

【マンガ】
ボクがコミュ障である理由
ナトコトモ

社会に出ていくよりも、逃げること
黒田大樹

支援を活用し
ボランティアでつながる
過去の記憶、未来に重ねて
はむと地井多

タイエツでつながる
黒田大樹

家族を失った僕が、地域の資源とつながるまで
おまじま

あきらめたらそこで試合開始ですよ
ひきこもり(トク)とニューメディア・デジタル
コミュニケーションの未来を
黒田大樹

自殺のない社会へ
黒田大樹

世界のみきこもり
女性ひきこもり当事者
テルリエンスの場合
はむと地井多

メンバーリストに登録すると
ひきポストの最新情報がきます！
登録: <http://www.hiki-pos.com/hikipo/>

フォローしてください
@hiki-post
Facebook ページ www.facebook.com/hiki-post

お問合せ先
メール info@hiki-pos.com
Twitter [@hiki-post](https://twitter.com/hiki-post)
Facebook ページ www.facebook.com/hiki-post

HIKIPOS

ひき
ポスト

2018-02-06

ピアサポートセミナーから学んだ“理解の力”



繰り返しになりたい相談者は紅葉を愛した。ピアサポートセミナーに興味を持ったのが、支援施設での研修ひきこもり人ピアサポートセミナー活動研究会へ行くきっかけでした。ひきこもり始め ネットで見た心の動き ひきこもりからの解放 担当

2018-02-01

「なぜひきこもったのか」私を10年閉じ込めた「牢獄の村」 後編・青年時代



（文・Toshi） 前編：私を10年閉じ込めた「牢獄の村」 幼少・少年時代 卒業後のイジメからひきこもり、外出が得意い環境に置かれ、そのまま大人・・・ 闇雲のみきこもり状態は、その根を秘しました。ひきこもったまま大人を迎える 子育て「お人形」の無い

2018-01-29

シチリア・東京 ひきこもりダイヤログ 第1回「イタリアのみきこもり界隈を語る」

シチリア・東京

【ひきこもり】は、ひきこもり当事者、経験者の声を届ける情報発信メディア。ひきこもりや、生きづらさを当事者自身が発信できる。当事者、経験者、支援者、家族のみなさんへ。定額制の月額料による記事をお届けいたします。

読者になる

注目記事

ピアサポートセミナーから学んだ“理解の力”

「なぜひきこもったのか」私を10年閉じ込めた「牢獄の村」 後編・青年時代

「NPO法人Node」

2018年5月設立

日本初のひきこもり当事者・経験者の全国組織

- NPO法人 レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク (北海道)
- ピアカフェ夢こもり | 青森さくらの会(青森)
- ひきこもりフューチャーセッション 庵-IORI-(東京)
- ひきこもりプレイス多摩(東京)
- 一般社団法人 ひきこもりUX会議(東京)
- NPO法人 ウィークタイ(大阪)
- NPO法人 グローバル・シップスこうべ(兵庫)
- 一般社団法人 hito.toco(香川)

役員・メンバーの紹介

代表理事
田中 尚 NPO法人 楽楽 NPO法人 レター・ポスト・フレンド相談ネットワーク 代表

副代表理事
林 恭子 NPO法人 楽楽 一般社団法人 ひきこもりUX会議 代表

理事・事務局長
森下 悠 NPO法人 グローバル・シップスこうべ 代表

理事
藤原 悠 NPO法人 ウィークタイ 代表
川村 真由 NPO法人 ひきこもりフューチャーセッション 庵-IORI- デスクワ
山本 凌音 NPO法人 ひきこもりプレイス多摩 代表
下山 洋輔 NPO法人 ピアカフェ夢こもり 代表
宮武 将太 NPO法人 一般社団法人 hito.toco 代表
野田 大志 NPO法人 一般社団法人 楽楽グループ(ひきこもり) 代表

監事
梶原 真加 たけなま真樹 監事

事務局
大橋 安晴 NPO法人 楽楽の由緒 事務局
佐藤 真 株式会社つらねつち+福のいし 代表
丸山 康平 ニューワンスタジオ 代表

Nodeの「由来」
Node(ノード)とは、「つなぎ目」の意味があります。
社会的・経済的・心理的に孤立し、生きづらさを抱えている人々を、
一人ひとりの多様な経験や知識を尊重し、つなぐ「つなぎ目」を築くための
「つなぎ目」となることを願い、Node(ノード)と名付けました。

Node設立までの「経緯」
2015年9月 関西・四国のみきこもり経験者有志数名で任意団体Node結成
2016年12月 大阪府で「つなぐ、むすぶ、つながる、当事者研究大会」を開催
2018年2月 全国の経験者有志10数名で特定非営利活動法人Nodeの設立を
確認、設立総会を開催
2018年5月 東京都から結成、法人登記

**つながりて
生きづらさを
わかちあう**

<https://node.or.jp/>
〒104-0051
東京都中央区橋本1-11-6 リバーサイドタワー
TEL : 03-6272-5851 (雑居地下3フロ)
FAX : 03-6225-0910
E-Mail : info@node.or.jp
Facebook : <https://www.facebook.com/NPOnode/>



支援者の方にやってほしいこと

1.居場所作り、当事者活動の支援

2.当事者・経験者の声を聴く機会作り
(講演会、フォーラムなど)

3.広報の工夫
(チラシデザイン、SNS、メディア等の利用)

4.訪問者の開拓
(歯科医、美容師など)

5.就労相談
(本人の希望に合うものを見つけ、そこにたどり着く方法を考える)

6.各種手続きの指南
(福祉の利用方法、行政手続きや地域での生活に必要な手続き)

7.女性・LGBT当事者への配慮

8.個別相談
(カウンセリング、家族相談等)

オフィシャルサイト uxkaigi.jp/
もしくは「ひきこもりUX会議」で検索