

(令和四年度 福岡市ゲーム依存等に対応したひきこもりサポート事業)

カウンセリングスペース



やどりぎへようこそ



福岡市ゲーム依存等に対応したひきこもりサポート事業とは

ゲーム依存等の問題を併せ持つひきこもり状態にあるご本人やそのご家族等に対して、適切な支援を行うため、相談窓口の開設や居場所の設置等の事業を実施するものです。

対象者は福岡市内に居住する、ゲーム依存等の問題を併せ持つ、概ね 15 歳以上のひきこもりご本人及びそのご家族等になります。

以下の①～④は福岡市より委託を受けて実施しています。ご利用は無料です。

① 相談窓口（水曜日から土曜日の 10：00～14：00）

- ・電話及び初回相談（留守電の場合はお名前と電話番号をお知らせください、折り返しご連絡致します）

② 居場所の設置（水曜日から金曜日）

居場所活動として当事者向けにグループを実施しています（詳細はHPに記載）

- ・ネット依存予防教育
- ・自分勉強会
- ・感情の整理プログラム
- ・時間管理プログラム

③ 当事者プログラム・家族学習会の開催

（本人向け）

- ・ネットゲーム依存・インターネットの乱用回復支援プログラム(毎週土曜日 13:30～15:00)

（家族向け）

- ・家族向けプログラム（CRAFT）の実施(毎月第二月曜日 18:30～20:00)
- ・家族会(毎月第四金曜日 18:00～20:00)

④ 講演会等の開催（年一回程度開催）

ひきこもりの背景にゲーム依存等の問題がある方や家族向けの講演会の実施をし、正しい知識の普及と啓発を行います

カウンセリングスペースやどりぎ

福岡県福岡市東区箱崎 1 丁目 26-17-2F（R4年8月1日～）

TEL：092-409-5178 E-mail：yadorigi@japanmac.or.jp

HP：https://www.japanmac.or.jp/yadorigi/

Twitter：@CS_Yadorigi



初回相談後、継続したカウンセリングをご希望される場合は有料となります。

①相談窓口

金曜・土曜に初回相談を受け付けます。ご予約はお電話・もしくはHPのフォームでお申し込みください。初回相談の前にお電話で現在の状況をお聞きすることがあります。

②居場所の設置

4つの本人向けグループを設定しています。グループの詳細は以下の通りです。

ゲーム障害のための心理学講座：ネット・ゲーム依存についての概要や依存になる要因や背景について等、あらゆる角度から学んでいけるプログラムになっています。

感情の整理プログラム：うつうつ・くよくよした気持ちを切り替え、新しい考え方を学ぶグループです。心配や不安と上手に付き合っていく方法を一緒に学んでいきましょう。

自分勉強会：「空気を読むのが疲れる」「本音と言えない」など、発達障害の特性によって悩みを抱えてきた方に向けて、自分の特徴や癖について一緒に勉強し、自分をうまく生かす方法を考えるプログラムです。

時間管理プログラム：ADHDタイプの方の大人の方に向けた、時間管理を学ぶプログラムです。計画的に物事をこなす方法や整理整頓、夜更かしの改善、ギリギリ癖の克服、やる気の出し方等、時間管理にまつわる生活改善を行います。※初回に書籍・手帳の購入が必要です。

③当事者プログラム・家族学習会の開催

(本人向け)

ネットゲーム依存・インターネットの乱用回復支援プログラム：ネットゲーム依存・インターネット乱用の問題改善を図るための具体的な対処方法を学習し、同じ問題を抱える仲間との交流を通して乱用問題からの回復を目指すグループです。

(家族向け)

家族向けプログラム(CRAFT)：“否認の病”と言われる依存症は本人が治療に繋がりにくく、家族が疲弊してしまいます。CRAFTは、本人とのコミュニケーションを改善することで治療に繋げる確率を上げることを目指します。※初回のみ書籍の購入が必要です。

家族会：依存症の回復プログラムについての学習会や家族の体験談等、ご家族自身の依存症の問題との向き合い方について学んでいく会となっています。

⑤講演会等の実施

情報はHPやtwitterにて随時更新中です。