

# OSK KHJ岡山きびの会

平成12年9月20日第3種郵便物認可（毎月25日発行）

平成24年3月22日 OSK 増刊通巻1399号

<http://kibinokai.ciao.jp> 「メッセージ・21」

第102号（平成24年3月）



作品提供：中西茂明さん

## 「KHJ岡山きびの会」のご案内

2011年度の年会費：正会員年会費＝6000円、賛助会員年会費＝3000円

各月例会の参加費：正会員＝500円、正年会員以外の方の月例会参加費＝1000円

ご入会・ご寄付は何時でも受け付けております。年会費未納の方はお納めください。

郵便振込先 01380-6-77803 KHJ岡山きびの会

## 「KHJ岡山きびの会」連絡先

〒700-0944 岡山県岡山市南区泉田56番地5 萩尾事務所内

会長 萩尾寛江（電話・FAX 086-264-5183）

KHJ電話相談室 花谷幸芳（080-1908-3861） 不在時あり

居場所・上之町ビル4階 岡山市北区表町一丁目4-64

月・11～16時、水・11～16時、金・11～16時、土・13～18時  
曜日によって担当者が変わります。連絡時間など、詳しくは最終頁をご覧ください。

## 「KHJ岡山きびの会」の願い

不登校・ひきこもりの子どものことで悩んでいる親どうしが情報を交換し、親の気持ちが癒され、元気づけられ、「この子がいてくれて本当に良かった」と心から思えるようになることを目指します。そして本人たちが、自分の意志と選択と決定において、生き生きとして社会参加できるようになることを支援します。

### <3月例会>

- 日 時 平成24年3月11日(第2日曜日) 13時 ~ 17時
- 場 所 ゆうあいセンター(岡山市北区南方2丁目13-1) TEL (086-231-0532)  
旧国立岡山病院・きらめきプラザ2F 研修室分室1
- 内 容 \*講師: 矢田初恵先生(地域生活支援センターパレット・相談支援専門員、精神保健福祉士)  
\*演題: 「私の相談活動より」  
\*ひきこもり相談会(役員による来談者へのオリエンテーション)
- 参加費 月例会の参加費、  
正会員500円 正会員以外 1000円

### <4月例会のおしらせ>

- 日 時 平成24年4月8日(第2日曜日) 13時 ~ 17時
- 場 所 ゆうあいセンター(岡山市北区南方2丁目13-1) TEL (086-231-0532)  
旧国立岡山病院・きらめきプラザ2F 大会議室全室  
4月度と5月度は大会議室となっております。
- 内 容 \*内容: 話合いましょう。お互いに理解しましょう。  
\*ひきこもり相談会(役員による来談者へのオリエンテーション)
- 参加費 月例会の参加費、  
正会員 500円  
正会員以外 1000円

作品提供: Oさん



## 2月例会報告（2月12日）

\*講師：茂本陽子先生（精神保健福祉士・もみじの会事務局・NPO法人けしご山サービス管理責任者）

### 「母親として—私の原点」と題して

前半には数点は茂本先生の言われたことの一部を記載しました。後は皆さんのコメントを載せました。

- 「こころの元気」に掲載された「親子で暮らしています」の抜粋の一部紹介  
発症後はどう生きるかは、本人の選択に任せるしかありません。本人の人生なので  
すから。私の人生を次男が尊重してくれたように、息子の選択を尊重するのが親の役  
割だと思います。健常者であれ障害者であれ、自分のことは自分で決めたいのです。  
次男は、親の支援が必要であれば自分で要請するでしょう。その時に備えて、いつ  
でも応じられるように、親は元気でいたいなあと思っています。
- お願いすると言うこと  
本人の意思とか気持ちは一番大事と思っています。嫌だといっているのは嫌なのだ  
と思います。それではどうするかということですが、「死にたい」と言っている人に本  
人の意思ですから「どうぞ」とは言えないわけです。「お願いだから死なないでくださ  
い」とお願いするしかないのです。私の場合は、鬱の長男が死にたくて、死にたくて  
しょうがなくなってお医者さんに行って「死にたい」と訴えたときに先生が「茂本君  
お願いだから死なないでくれ」と言って、先生でもお願いするのだから親が「死なな  
いでくれ」とお願いするのは当然だと思った。お願いだから死なないでくれとお願い  
しています。どうしてもと言うときには親からお願いと言うことがあっても良いので  
はないかと思っています
- 「10年ひきこもるからな！」と言われたこと  
他のお母さんたちが話をしている一生懸命子どもさんのことをしてあげているとこ  
ろを聞きます。私の場合には「あーそう、しょうがないわね」の反応なので、薄情な母  
親かなと思うのです。「10年引きこもるからな！」と言われてもなにも考えずに案外  
あっさり「あーそう、どうぞ、どうぞ」と言ってしまいます。他のお母さんのように情  
が深ければ他の言い方をされたと思うのですが・・・私はこの様なことから情が薄い  
のかな？とってしまうこともあります。会話なのですが、息子の場合には薬を飲んで  
いましたので最初の内は「飯」、「水」、の様に単語1つだけのしゃべりだったのです。  
そして、飯が美味いと単語2つになったときには非常に嬉しかったです。
- 言葉は言霊  
良い言葉をかけると言うところで、言葉は言霊ですと言われて



いました。悪い言葉は使わない方が良く、そういうことを長男が言って、私に説教するのです。この様に親に対して言ってくれることはありがたいのかなあと思います。

眠れない日が幾日も続いていても、限界まで我慢していて眠れないんだと訴える、気が付けばもっと早く言ってくれなかったの？と言うことが良くあるので、喋ってくれることが嬉しいです。

- 月例会で顔を合わせたが、相手の話をちゃんと聞いていなかった。

相手の子と自分の子は一緒ではないが共通する部分がある。相手の話を一生懸命聞くようにした。「良いところを見つけてあげましょう。」

相手の方にはではなく頑張っていますね。自分に言っているところもある。一人で頑張るのではなく、仲間と頑張ることも大切。相手の頑張りが、自分のことの様に思える。そういうふうにして自分を変えていくことも大切かと思う。



作品提供：O氏

## 皆さんの感想

- S.Hさん

息子さんとのかかわりを細かく話されたことに真剣に聞かせていただきました。沢山の質問にひとつひとつ答えて下さり、涙を出されていながらも苦労、又笑もあり身につまされてしまいました。

” 本人の人生を尊重してどんとかまえて見守ることが親の役割だ” とそのとおりだと実感しました。

次回又講演を希望いたします。

- 匿名さん

大変厳しい状況をきりぬけられた精神力に感激しました。生きているだけでよいと言われたことに感銘を受けました。また本人は生きるだけがせいっぱいということを再確認しました。

- Sさん

講師の先生、はじめ、グループの方の、それぞれのお話を聞かせていただいて、一人一人の暮らし、体験は違い、とても参考になったということは少ないのですが、とても気が楽になりました。

私も頑張ろうという気持ちになりました。

幸せって何だろうと考えました。

➤ T,Aさん

茂本先生のお話に、私の息子にも似ていて、本当に、一生懸命聞かせていただきました。

大変ありがとうございました。

そして矢田先生にも、大変いいお話を聞かせていただき本当にありがとうございました。

➤ 匿名さん

父と母の関わり方は違い、父は父なりに一生懸命考えて行動されたことが、一部の事では父の思いが息子に伝わらなくて迷惑にとられていた。善意で行っても相手に受け止めてもらえなくては迷惑になってしまうということです。茂本さんの家族の場合にはお母さんがうまくホローされて息子さんの気持ちを聞き出されて対処されたことが良かったと思います。

➤ 匿名さん

母親として「生きていてくれさえすればいい」という思いをもっておられて、それがお話のところどころに出てきて胸を打つお話の内容でした。

グループでの話し合いも、そんな思いをうけて、いつもより、たくさんの発言がありました。ひとつひとつの言葉が、しっかり地についていて感動をうけた、今日のお話でした。忙しい中、ありがとうございました。

➤ 尾形さん

病気のことを理解したい、息子さんの役に立つことを見につけたいとの思いから、福祉大学に編入学を決心された先生の心意気に感動！母親、主婦の立場では、なかなか実現出来ない環境ながら、大学にて、学ばれたその姿勢に絶大なる賛辞を送りたい。又、次回も先生の講演を希望します。とのメッセージが今までの講演のなかで一番多かったことを、付記させて頂き、先生の今後の増々のご活躍を祈りつつ。ご多忙にも関わらず講演くださいましたことを、心から感謝いたします

# 皆さんのコメント

## 1月8日居場所にて、長がーい巻きずし作りの感想

○初めてのお寿司づくりでワイワイ言いながら楽しい時間を過ごせました。次には本当にギネスに載るほどの



お寿司にしたいと思います。

○時間の設定が少し早すぎたのか少人数でしたが、楽しく長いお寿司を巻くことが出来ました。

お話ししながら楽しくおいしく頂きました。

# お知らせ掲示板

## ◎居場所の催し

①あまーい、あまーい ゼンザイを作ります。

日時：3月17日（土曜日） 時間：3時～4時

ワイワイみんなで楽しい気持ちでお汁粉（ゼンザイ）を食べませんか。

申し込み先：坂本・・・電話 086-421-3796

槌谷・・・電話 086-262-9335

参加費：実費・・・300円程度予定ください



②編み物などを楽しみませんか

毎月第4水曜日には、編み物をして一緒にたのしみませんか？

何かリクエストがありましたらお知らせ下さい。（例：ベスト、マフラー等）

担当：尾形まで気軽に問合せください。 TEL086-262-0938

# 東備支部活動案内

## \*「東備・きびの会」

石橋宅で、第2金曜日（祭日は休み）、14時～17時まで集まっています。

「ひきこもり相談会」もおこなっています。相談希望者の方はお気軽にお立ち寄りください。電話相談もおこなっていますので気軽にどうぞ。

注：四月より活動の場を変更する予定です。詳しくはお問い合わせください。

連絡先：石橋洋子 携帯（090-2807-7418）

## <役員会の報告>

2月26日の役員会開催

1. 4月～8月の講師を決める（ほとんど未決定につき希望する講師を、ご存じの方は、お知らせください。） 講演の大枠決める
2. 会報の件  
会報の作成は各自力を合わせて行う。ボイスレコーダーは坂本さんが行う  
会報チェック（会への希望、要望などをどしどしご提案ください）
3. 講師への報償費を検討する
4. 24年度の居場所活動について  
イ) 居場所活動188日の活動日予定を決定、盆休み、正月休み決定  
ロ) 居場所担当曜日の決定  
ハ) 居場所活動に対する取り組みについて検討（運営資金の調達）  
ニ) 居場所にて手作りの作品を販売しては、どうか？
5. 備品消耗品費予定分の購入6点了承
6. 23年度会計の決算予定の数字出す。

## 菅原さん推薦図書

### ◎こころの元気プラス 60（2012年2月号） 発行者NPOコンボ

藤野英明、増川信浩、吉田誠司、南紘子、相澤和美、宮岸真澄ほか、B5 64P

解説：この号の巻頭の座談会「当事者の時代がやってきた」注目と言えます。次に門屋の主張では本人、家族の自己主張の意義、重要性を強調していることは大切なことと思います。

### ◎読売新聞（過去の掲載を紹介）

2012年2月6日 朝刊 社会面 「強力大麻バズ横行」

解説：この記事の中で最も注目されるのが「強力大麻バズ横行」後半に青少年期に使用すれば将来的に統合失調症などの精神疾患を発症するリスクが高まる、の箇所です。

### ◎読売新聞（過去の掲載を紹介）

2012年2月7日 朝刊 社会面 「子共のSOS 2万3千通 津崎哲郎」

解説：この記事では法務省法務局が毎年秋に全国すべての小中学校で配布している切手不要のミニレターの紹介と活用事例が載っております。いじめの相談というと一般的に学校、教育委員会、文部科学省という系統が思い浮かびますが、もう一つの系統に法務省、弁護士会の系統もあることに大いに注目し、普及の拡大することの必要性を強く感じさせます。

## 「KHJ 岡山きびの会」3月、4月の予定

「月例会」以外はすべて上之町ビル4Fにて行っています

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 居場所	3 居場所
4	5 居場所	6	7 居場所	8	9 居場所	10 祭日
11 例会	12 居場所 萩尾勉強会	13	14 居場所	15 PC教室	16 居場所	17 居場所 善哉 松田相談日
18	19 居場所	20 春分の日	21 居場所 西家族教室	22	23 居場所	24 居場所
25	26 居場所 役員会	27	28 居場所 編み物など	29	30 居場所	31 居場所
1	2 居場所	3	4 居場所	5	6 居場所	7 居場所
8 例会	9 居場所 萩尾勉強会	10	11 居場所	12	13 居場所	14 居場所
15	16 居場所	17	18 居場所 西家族教室	19 PC教室	20 居場所	21 居場所 松田相談日
22	23 居場所 役員会	24	25 居場所 編み物など	26	27 居場所	28 居場所
29	30					

**月例会：** 原則第2日曜日、きらめきプラザ2F・ゆうあいセンターにて、13～17時

**西家族教室：** 13:30～16:00 西紀子カウンセラー、原則毎月第3水曜日、会員は参加費無料

**居場所：** 年末年始とお盆と祝日は休み。利用料は頂いておりません。

利用時間：月、水、金曜日は11時～16時まで、土曜日は13時～18時迄

担当：月曜日は、萩尾寛江カウンセラー(086-264-5183) 17時過ぎて連絡ください。

水曜日、金曜日、は各担当者の輪番制、土曜日は山本利美カウンセラーが居ます。

**松田相談日：** 松田勝カウンセラー、原則第3土曜日、9～18時、定員8名、

予約先・中西：TEL090-9500-9618&086-955-2857 金額：会員は1時間3000円

**萩尾勉強会：** 萩尾寛江先生選択理論勉強会、原則第2月曜日、14～16時、

問い合わせ先・萩尾寛江カウンセラー(086-264-5183)、参加料500円

**PC(パソコン)教室** 原則第3木曜日、月一回、13:30～16:00、ワードとエクセルを中

心にして練習します。詳細は花谷(080-1908-3861)まで。原田講師が丁寧に対応します。

**今後の月例会の予定、3月、4月、5月、6月、7月、8月(第2日曜日)予約済みです。**

平成12年9月20日第3種郵便物認可(毎月25日発行)平成24年3月22日発行 OSK増刊通巻1399号  
発行所 岡山障害者団体定期刊行物協会 702-8025 岡山市浦安西町74-9 脇 妙子(Tel086-263-7537)

無断での掲載、転写は禁じます。(定価100円は会費に含まれています)