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４月２４日　　ＯＳＫ　　増刊通巻１４１３号

http://kibinokai.ciao.jp　「メッセージ・２１」

第103号（平成24年4月）

作品提供：Ｏ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下さい。

「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。

＜4月例会＞

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

＜5月例会のおしらせ＞

日　時　　平成２４年５月13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）
　　旧国立病院・きらめきプラザ２Ｆ　大会議室①②
内　容　　＊総会
　　＊講師：　新谷美和さん（おかやま発達障害者支援センター）
　　＊演題：　未定
　　＊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

3 月例会報告（3 月 11 日）

講演内容：「私の相談活動より」と題して

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
矢田初恵先生

矢田先生と体験談発表者の方

今回の講演は前半と後半がありました。前半部分の矢田先生のお話をおもな部分に纏めました。

日常の仕事をしている、相談員としての活動の中で感じた事を話すのが一番かと思います。ウオーミングアップとして、最近「良かったこと、嬉しかったこと、楽しかった事」を、見つけてみましょう。

（紙を配る）

- ✧ 退職して私の誕生日に小さい花束をくれた。
- ✧ ひさしぶりに長い道のりのウォーキングが出来た
- ✧ 少し先の話ではありますが、私が友人と旅行に行ってもよいと言うＧＯサインをもらった事が、ホッとして嬉しく思っているところです。
- ✧ 孫と公園で遊んだこと。庭の剪定ができた。
- ✧ 知人の事業所Ｂ型移行ができたこと。リカバリーキャラバン隊に参加し、良かった。知人とのつながりが復活した。
- ✧ 息子と本心を話せる様になった。　思いやりの言葉がかわせるようになった。
- ✧ 息子が外出、買い物等をしてくれたこと。
- ✧ 旅行に行くことに対して本人には淋しいからと遠慮をすることがありますが、「お父さんとゆっくりして」と言われて嬉しく思っています。
- ✧ 50 年ぶりくらい昔の仕事仲間と会えたこと。
- ✧ 昨日と今日ツーデーマーチに行ってきました、10ｋｍ、5ｋｍ。
- ✧ 骨董市でピンクのワイングラスを 2 ケ手に入れたこと、自分へのご褒美です。
- ✧ 居場所活動を通じてあらたな友人が出来たこと（なんでも話せるよい友人です）
- ✧ ユートピアに行けるようになった事。
- ✧ パソコンを買った。それを子（本人）が教えてくれる。
- ✧ 娘と孫が帰省してきたこと。
- ✧ 子どもがサッカーを見に行ったこと。
- ✧ テニスで思うようなプレーができたこと。
- ✧ 家族が元気でこの冬を乗り越えることができた。

（前半部分について）

◎発達障害について（Ｑ＆Ａ）の抜粋

Ｑ：発達障害について、とりわけ成人のかたの就労支援など具体的な話が聞きたい。

Ａ：平成 17 年４月に「発達障害者支援法」が施行されました。岡山市は昨年度より岡山市発達障害者支援センターが発足しています。

成人については、児童期と比べて、まだまだ支援が十分とはいえません。けれども、保健・教育・福祉の連携をはかるなど、基本的な取り組みが始まっています。

就労支援については、トレーニングですが、体験や学習をともにとりくみ、得意分野を生かす工夫で一緒にします。

◎3 月１１日午後２時４６分、キラメキプラザ会館からの呼びかけで、例会出席者全員で東日本大震災追悼の黙祷を行いました。

（後半部分について）

◎体験発表

体験発表は矢田先生とミカさん・お父さんとのＱ＆Ａ方式で行っております。

矢田先生：今日は、備前市のミカさんとお父さんと、ご一緒しています。いまミカさんは週３回、自宅からバスで、ユートピアに通って来て、みなさんと封入作業、お菓子シール、エコマグづくりなどの軽作業にとりくみ、また好きな写真をとりにでかけるグループに入っていて、メール友達もできました。お手元にユートピアの紹介パンフレットをくばっていますので、作業や活動の様子をご覧ください。まず、ミカさん、お父さんから、自己紹介をお願いします。

ミカさん：私は、去年の１０月迄、高校の頃からずっと自宅の自分の部屋にいました。体に力がはいらず、頭が痛く、貧血もあるので、動くことができませんでした。今一番うれしいことは、ユートピアに通うようになったことです。

お父さん：ビデオを何本も録画して、じっと見ていた、いまでも部屋にいっぱいあります。

矢田先生：ユートピアに通ってくるきっかけはどんなことでしたか。

お父さん：お母さんが居るんですが、今日は腰が痛くて来られませんでした、二人でいつもどうしたら。いいか分からない、それが分からないでしました。

ミカさん：１０年前に頭が痛かったので、総合病院を受診しました。

矢田先生：私は地元のメンタルクリニックからの相談

で、初めてミカさんに会いました。総合病院診療科から地元のメンタルクリニックにかかっておられました。まず、ご両親からお話を聞き、ミカさんが障害者手帳を持つこと、障害年金の申請をお手伝いしました。

お父さん：家に、保健師さん、市の福祉の人にも来てもらいました。昼間、ユートピアに通ってはどうか、とすすめてもらいました。家の中ばかりいてはいけないと思ってきたので、一緒に見学に行きました。

矢田先生：まず、週二回、昼ごはんがすんでから、お父さんに車で送ってもらい、一時間半、作業をやってみる、から始めました。はじめは、お父さんもとても心配されて、本人がえろうなったら、すぐ連れて帰りますから、とユートピアの駐車場でずっと待っておられました。

ミカさん：教材のＤＶＤを組み合わせる作業が、私もできた。「仕事」ができたことがうれしかった。（白の作業帽子を付けて行う）工賃も、毎月、だんだん増えています。

矢田先生：その後、ミカさんは、お母さんも「今、家のなかでミカがいちばんがんばっているんです」と言われるように、ほんとうに生活をひろげておられます。外では、食事をすることができない、ましてや他人の前で食べることができなかったミカさん、ユートピアの運動会に参加でき、運動公園で仲良くなった方と一緒に弁当を広げました。十一月の閑谷学校撮影ドライブに参加、デジカメ、プリンターも買いました。一月の新年会で「自分で、バスで通います」とみんなの前で挨拶しました。携帯電話ももち、友達とメールができます。二月には、岡山市での「フエスティバル」で花束をもち壇上に上がり、「来年は私が歌います」と言われました。私達職員も驚くような活躍です。

ミカさん：今すぐには出来ませんが、二年か三年ぐらいして、自立できたらいいと思います。

お礼

矢田先生にはお忙しい中、貴重なお話を聞かせてもらいました。そして体験談を発表していただいた本人と家族の方に感謝します。このお話を通じて皆さん方も希望、気付き、元気をもらえたのではないかと思います。ありがとうございました。

皆さんの感想

○　一般社会の中で生きていくのか、障害者支援をうける社会で生きていくのか。
「自分で納得して社会の中での居場所をみつけてほしい。」というのが親の願いです。今の生活を何とか変えたい、という気持ちが強くなり、何かのサインを出してくれるまで待つしかないのかと思います。それまでは、家が唯一の安心できる居場所なので、親が元気で明るく過ごすことが、大事かなとも思います。

発達障害であれば、自分を見つめ直すことができると聞いたことがあり、自分から動きだせるのか、困った感がない等の不安は、ありますが、本人の成長する力を信じて見守っていこうと思います。

○　貴重なお話、体験談をありがとうございました。
体験談は、私にとって心強い勇気を与えて頂けるものです。今日も力を頂きました。きびの会に出て来るのは、楽しみでもありますが、行く前はなかなか足が上がらないものです。（自分の弱さですが）来れば何か力を頂けます。
多くの人たちのご厚意もすごく感じます。希望を信じ、皆様と進んで行きたいと思いました。

○　子供のことで、聞きにきました。
これからどう相談していこうかと迷い中です。はやく、みなさんのようになってほしいと願っています

○　最後に体験談を話された方に「ご両親にして頂いて嬉しかったことは何ですか」とお聞きしました。「ご両親が私のことを気にかけて見守っていてくれたことが嬉しかった」と言われました。親として見守るということはなかなか難しくついつい口出ししたり先回りしすぎたりして本人の自己決定を摘んでしまう。ご両親は娘さんに適切な行動をとられたのだなと思いました。見習うようにしたいと思います。

皆さんのコメント

3 月 17 日居場所にて善哉を作りました。

○担当の方が餅を搗く、小豆の手配とお手数掛けました。おかげさまであまーい、美味しい善哉ができました。色々な話題で盛り上がっておりました。写真には善哉が写っていないのが残念ですが・・
次のこのような機会がありましたら是非ご参加ください。何か新しい発見があるかも・・

お知らせ掲示板

① 5月13日（日曜日）は総会の日です。会員の皆さんには万事繰り合わせのうえ、ご出席をお願いします。

② 5月2日（水曜日）都合により居場所を休みます。

③ 会報担当者よりのお願い

例会時に皆様から寄せられた感想や会に対する要望並びにご提案に基づいて、読みやすく、わかりやすい会報を作りたいと思っています。皆様からの投稿をお待ちしています。

会報担当　　尾形松子

④ 居場所担当よりのお知らせ

- 5月9日（水曜日）　包装紙で作ったとは思えない素敵なブローチ作りに挑戦してみませんか？包装紙をご持参ください。

  問合わせ　　萩尾まで　　TEL. 086-264-5183

- 5月23日（水曜日）アクリル毛糸で、カラフルで洗剤不要の可愛い食器あらいタワシを作りませんか。

  毛糸は、こちらで用意しますが、もし、お持ちでしたら、よろしく。かぎ針は、糸の太さによりますので、お持ちの方は、見せてくださいね。

  問い合わせ　　尾形まで　　TEL. 086-262-0938

⑤ 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。　℡086-262-0938

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。相談希望者の方はご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ご気軽にどうぞ。

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＞

3 月 28 日の役員会開催

① 6 月以降の例会時の講師の選任

② 4 月の話合い　　前半・・・この例会をどうしたいか

後半…話し合い

③ 運営資金の調達・・・10 月ごろまでに手作り作品の募集

11 月か 12 月頃イベントで布ぞうり、手芸品の販売をしてはどうか

④ 次回の集合日時　　4 月 20 日(金)　4 月 23 日(月)・・・役員会

5 月 22 日（火)・・・親だけのおしゃべり会

菅原さん推薦図書

◎月刊みんなねっと　　２０１２年１月号

発行者：公益社団法人 全国精神保健福祉会連合会　　Ａ５版　40Ｐ

解説：この号で最も注目といえるのは「障がい者制度改革」特集の中で藤井氏の項目です。

◎月刊みんなねっと　　２０１２年２月号

上に同じく

解説：この号では「精神科医療／濵﨑　ひとみ(鳥取県・本人)　弟と付き合う兄としての体験談／原田　行造(静岡県・きょうだい」の体験談の特集が注目されます。

次に、未だ解明しきれていない統合失調症の考えられる原因や、治療方法の道筋などを、最新の研究をもとに解説しています（日本で現在開発中の統合失調症治療薬「ルラドシン：大日本住友製薬㈱」経口剤、承認有効成分は双極性障害うつ、米国では統合失調症にて承認

◎月刊誌　こころの元気プラス

(2012 年 2 月発行)

新しい時代をつくりたい！――それは、「こころの元気＋」が５年前に創刊したときからの願いです。５周年という節目にあたり、あらためて、これからの新しい時代について展望してみました。当事者の時代が今、どのように変わりつつあるのか、そのなかで、社会のあり方、支援のあり方がどのように変化しているのかをお伝えします。

◎読売新聞朝刊くらし家庭面の連載「医療ルネサンス」から最新記事や夕刊医療面に掲載の解説記事を紹介しています。

［シリーズこころ］統合失調症（２）訪問診療で深めた信頼(2012 年 2 月 20 日)

［シリーズこころ］統合失調症（３）共感、理解深める会話法(2012 年 2 月 21 日)

［シリーズこころ］統合失調症（４）金銭感覚　欠かせぬ能力(2012 年 2 月 22 日)

［シリーズこころ］統合失調症（５）新薬　症状が劇的に改善(2012 年 2 月 23 日)

［シリーズこころ］統合失調症（６）精神科入院　謎多いけが(2012 年 2 月 24 日)

「KHJ 岡山きびの会」４月、５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
4月	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　祭日	1	2　休み	3　祭日	4　祭日	5　祭日
5月	6	7　居場所	8	9　居場所 ブローチ作り	10	11　居場所	12　居場所
	13　例会 （総会）	14　居場所 萩尾勉強会	15	16　居場所 西家族教室	17　PC 教室	18　居場所	19　居場所 松田相談日
	20	21　居場所	22	23　居場所 編み物など	24	25　居場所	26
	27	28　役員会	29	30　居場所	31		

注：5 月 2 日（水）は居場所休みます。御注意ください。

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、参加は有償です。

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：℡090-9500-9618＆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４月 24 日発行　OSK 増刊通巻 1413 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）