

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7月18日 OSK 増刊通巻1446号

<http://kibinokai.ciao.jp> 「メッセージ・21」

第106号（平成24年7月）



「KHJ岡山きびの会」のご案内

2012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。

<7月例会>

- 日 時 平成24年7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 研修室①
内 容 *講師: 萩尾寛江 米国ウイリアム・グラッサー協会認定スーパーバイザー、
KHJ岡山きびの会会長
*演題: 「自分さがしー自分の性格がわかりますか」
*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

<8月例会のおしらせ>

- 日 時 平成24年8月12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①
内 容 *講師: 萩尾寛江 米国ウイリアム・グラッサー協会認定スーパーバイザー、
KHJ岡山きびの会会長
*演題: 「自分さがしー自分の性格がわかりますか」7月の続き
*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

WGIA インターナショナル・カンファレ

参加して

萩尾 寛江

6月の3日より10日ほどリアリティセラピーのインターナショナル・カンファレンスのため、ロサンゼルスに行ってきました。ロサンゼルスの気候はからりとしていて過ごしやすく、お天気に見舞われ楽しく過ごすことができました。

ロサンゼルスのロヨラ・メリーマウント大学を貸切り、アフリカ、ヨーロッパ、アジアの国々などの人々が一堂に集い、事例検討やワークショップや医学的な脳の研究など情報交換をしました。この集まりは2年に1度、世界のどこかで開催しています。

いつも、会議に出て思うことが、ヨーロッパ圏やアメリカ圏など、大学が広く自然が多く設備の整っていること、古い建物や設備を大切に使用していることに驚きます。ロヨラ大学も、備品や設備など、ものを大切にされ、構内ではリスが走り、ハミングバード（ホバーリングしながら花の蜜を吸う10センチぐらいの鳥）をはじめ多くの小鳥が宿舎の窓近くで「おはよう」というように朝は起こしてくれました。大学の中は手入れがよくされた芝生や花壇には花いっぱい気持ちよく過ごせました。大学の周囲をあるくと3時間ぐらいかかり構内が広いので運動量も増えました。

カンファレンスは朝9時から夕方6時までで相当厳しいスケジュールでした。その中で印象に残ったのはリアリティセラピーのカウンセリングでクライアントにかかると脳の中心部分が活発になり、精神的な病気が治ると脳の断層写真などを見せていただきました。常に楽しいことや少し先の明るい未来をイメージしていくことでよくなっていくのだと話されていました。それと家族や周りがプラス思考で関わるのが大切だと思いました。

夜は参加各国の人と話したり、ダンスパーティの日は12時近くまでダンスをしたり楽しく過ごしてきました。

受付風景



街並み風景



カンファレンスで1番多く学んだことはグラッサー博士（リアリティセラピーの提唱者）からです。博士は90に近いお年で、心臓の手術後は「ほとんどベッドの中で寝ていらっしやる」とお聞きしていました。オープニング当日は「参加するから連れて行って」とヘルパーさんに声をかけられ、車いすですで最初から最後のダンスパーティまで参加され、私たち一人ひとりに温かい声をかけていただいたり、にこにこしながら写真に入っていました。一つのことを成し遂げられた人って温かく威風堂々とされ、私たちに人の生き方について身をもって示していただきました。人生最後は博士の様な生き方がしたいと思いました。たとえ多くの身体的機能を失っても人には態度価値があるということ学びました。私にとっては稔りある旅でした。また何かの時にお話ししたいと思います。

大学の構内風景



皆さんのコメント

6月講演会の感想

▶ 京都オレンジの会の活動を、聞くことができよかったです。「ひきこもり」を脱出された2人の当事者の方も来てくださいました。質問時間は、多くの質問がでしたが、当事者本人を中心にすえた、いろいろな方の体験にもとづいた、わかりやすいお答えでした。
矢田初恵

▶ 居場所活動について具体的なアドバイスを頂き、とても嬉しく思いました。若者と一緒になにかをする

例えば、パソコン入力とか簡単な作業で、交通費と食費 500 円ぐらい出してあげられたら・・・オレンジの会では、朝、10 時ぐらいに入ってランチ作りに参加したら、1 日 500 円ぐらいあげられるので、2 回の 1000 円で映画を見に行ったりとか・・・楽しいことをする。また

若者向けの手作りのハガキ通信により声かけをしているとの事

あなたのこと忘れてないよ！

ずっと見ているよ！

心配しているよ！ こういったメッセージを手書きにて送るようにしているとの事
なかなか、すぐには実行できないかも知れませんが、若者にとって、居心地の良い安心して、のんびり出来る空間、環境作りに励みたいと思いますので、お父さん、お母さん方も是非、お力お貸してください。

▶ 「若者が楽しく集まれる場所、楽しく仕事ができる場所としての居場所をぜひ作ってあげてください」と稲垣先生より励ましのメッセージが届きましたこと、お伝えします。

尾形松子

居居場所活動の感想

▶ 7月4日の居場所にて「花の絵」シリーズ始めました。

初回なので、比較的描きやすいコスモスの花に挑戦。ハガキに線描にて、参考作品の好きな部分を、各自、ピグマペンでかいて彩色。それぞれ、個性的で風に揺るる雰囲気表現できていて、嬉しく思いました。次回からは、色紙に描いて玄関に飾りたいとの気の早い要求もでていて、楽しいひととき過ごせました。

参加ご希望の方、ぜひ一度見学かたがた居場所に遊びに来てください。

次回は、7月25日の予定となっています。

担当：尾形

電話：262-0938

お知らせ掲示板

◎お願い

年会費未納の方は郵便振込み、又は例会時にお納めください。

郵便振込先 01380-6-77803 KHJ岡山きびの会

◎8 月度の西先生の家族教室は 8 月 8 日（第二水曜日）に都合により変更になります。ご注意ください

◎日 時：7 月 11 日（水曜日） 13 時 30 分より

茶話会のご案内

会 費：300 円

申し込み（7 月 10 日までに） 畑まで 電話：086-222-9421

色んな体験や思いを話しあいましょう。

◎7 月 4 日 & 7 月 25 日（水曜日） 13 時 30 分より

会 費：300 円

「花の絵」を描いて楽しみましょう、お気軽にお越しください。

担当：尾形 電話：086-262-0938

◎日時：7 月 19 日（第三木曜日） 13 時 30 分～16 時

PCでうちわ作り：費用は不要、数に制限がありますので早めに申し込みください。

申し込みは花谷迄 電話：080-1908-3861

◎日時：7 月 20 日（金曜日）

布ぞうり作り

会 費：300 円

素足にやさしい布ぞうり、ボツボツでも作って見ませんか？

担当：坂本まで 電話：086-421-3796

◎日 時：8 月 10 日（金曜日） 13 時 30 分より

茶話会のご案内

会 費：今回不要

申し込み（8 月 9 日までに） 榎屋まで 電話：086-262-9335

自分の好物など持ち寄り、わいわいと楽しい話題で盛り上げましょう。

多数の参加、お待ちしております。

◎講師募集！！

あなたの特技を居場所で役立ててみませんか？

手芸 洋裁（小物作り） 編み物（マフラー、ベスト、エコたわしなど）

木工作 特にパソコン入力できる方お力貸してください。みなさんのご協力お待ちしております。会報担当まで申し出てくださいね。

東備支部活動案内

*「東備・きびの会」

石橋宅で、第4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。

詳しくは、前日までにお問い合わせください。

連絡先：石橋洋子 携帯：090-2807-7418

6月25日役員会の報告

- * 6月例会の報告
- * 8月講演の内容について
- * 9月講演について
- * 会報チェック
- * 会計報告
- * 役員による研修会：7月24日

菅原さん推薦図書

◎みんなネット（2012年4月号）

全国精神保健福祉会連合会発行 A5 40P

解説：この号の、最も注目といえるのは特集の認知行動療法です。これは前号の続きなのです。わかりやすく、具体的に紹介されています。また、わかりやすく、制度の話と、本人、家族の投稿が印象に残ります。

◎過去の新聞の紹介

○日本経済新聞

2012年5月21日発行の生活面に「私のトリセツ作って元気 心の不調は対策ノートに」と記事が掲載されています。内容はWRAP（Wellness Recovery Action Plan）を紹介されています。本のお求めは

元気回復行動プラン WRAP(A4 横書き 96P ¥1,000 発売元コンボ 電 047-320-3870

○山陽新聞

2012年6月4日発行の岡山医療健康ガイドに「うつを知る 小林建太郎」と題して連載されています。10回の予定（5ヶ月～10ヶ月）でさまざまな角度から「うつ病」を解説していきます。解説の医師は複数の医師で担当していきます。

詳しくは、山陽新聞ホームページの目次の医療（岡山医療ガイド）を御覧ください

7月 岡山きびの会居場所カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2 居場所	3	4 居場所 花の絵	5	6 居場所	7 居場所
8 月例会	9 居場所	10	11 居場所 茶話会	12	13 居場所	14 居場所
15	16 祭日・休み 海の日	17	18 居場所 西家族教室	19 PC教室 (団属作り)	20 居場所 布ぞり作り	21 居場所 松田相談日
22	23 居場所 役員会	24	25 居場所 花の絵	26	27 居場所	28 居場所
29	30 居場所	31	1 居場所	2	3 居場所	4 居場所

8月 岡山きびの会居場所カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
29	30 居場所	31	1 居場所 花の絵	2	3 居場所	4 居場所
5	6 居場所	7	8 居場所 西家族教室	9	10 居場所 茶話会	11 居場所
12 月例会	13 盆休み	14	15 盆休み	16 PC教室	17 居場所	18 居場所 松田相談日
19	20 居場所	21	22 居場所 花の絵	23	24 居場所	25 居場所
26	27 居場所 役員会	28	29 居場所	30	31 居場所	1 居場所

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

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。

西家族教室：13:30～16:00 西紀子カウンセラー、毎月第3水曜日、参加料200円

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3,000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 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、8月、10月、11月、12月、1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7月18日発行 OSK増刊通巻1446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)