

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10月20日 OSK 増刊通巻9号

<http://kibinokai.ciao.jp>

「メッセージ・21」

第109号（平成24年10月）



作品提供：中西さん

「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。

<10月例会>

日 時 平成24年10月14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
内 容 *講師:倉谷陽子
*演題:「親として」と題して
*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

<11月例会のおしらせ>

日 時 平成24年11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 大会議室全室
内 容 *講師:堀江龍一様(株式会社ODL 社長)
*演題:「仕事のない人たちに今考えること」と題して
*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

コスモスの花



九月講演の内容

“日常生活の流れを変えてみよう”

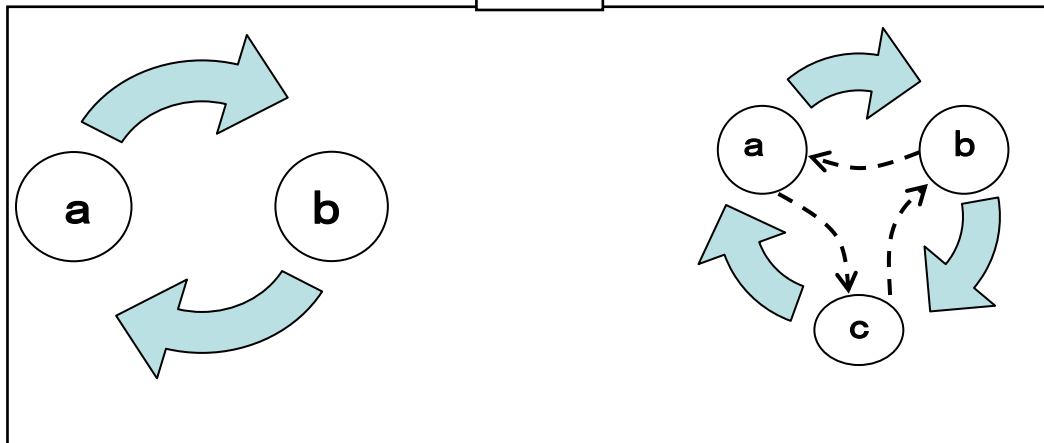
小阪 美穂子
(家族相談士)

私たちは周囲の人々と交わず、たった一人で生きていく個人がないように、家族は地域社会の影響を受けながら社会へ何らかの影響を与え生活しています。家族をシステム(組織)としてとらえ、その中の相互関係について考えてみましょう。

家族システムでは家族の症状や問題は(原因) = (結果)として直線的に考えるのではなく、円環的、循環的相互作用として考える。

(A図)のように(原因) → (結果) → (原因) → (結果)と因果関係があると考えることができます。

A図



- それではこのことをわかりやすく1つの家族の例を考えてみましょう。
例として

太郎君の家族	祖父・祖母	} の6人家族です
	父・母	
	太郎・妹	

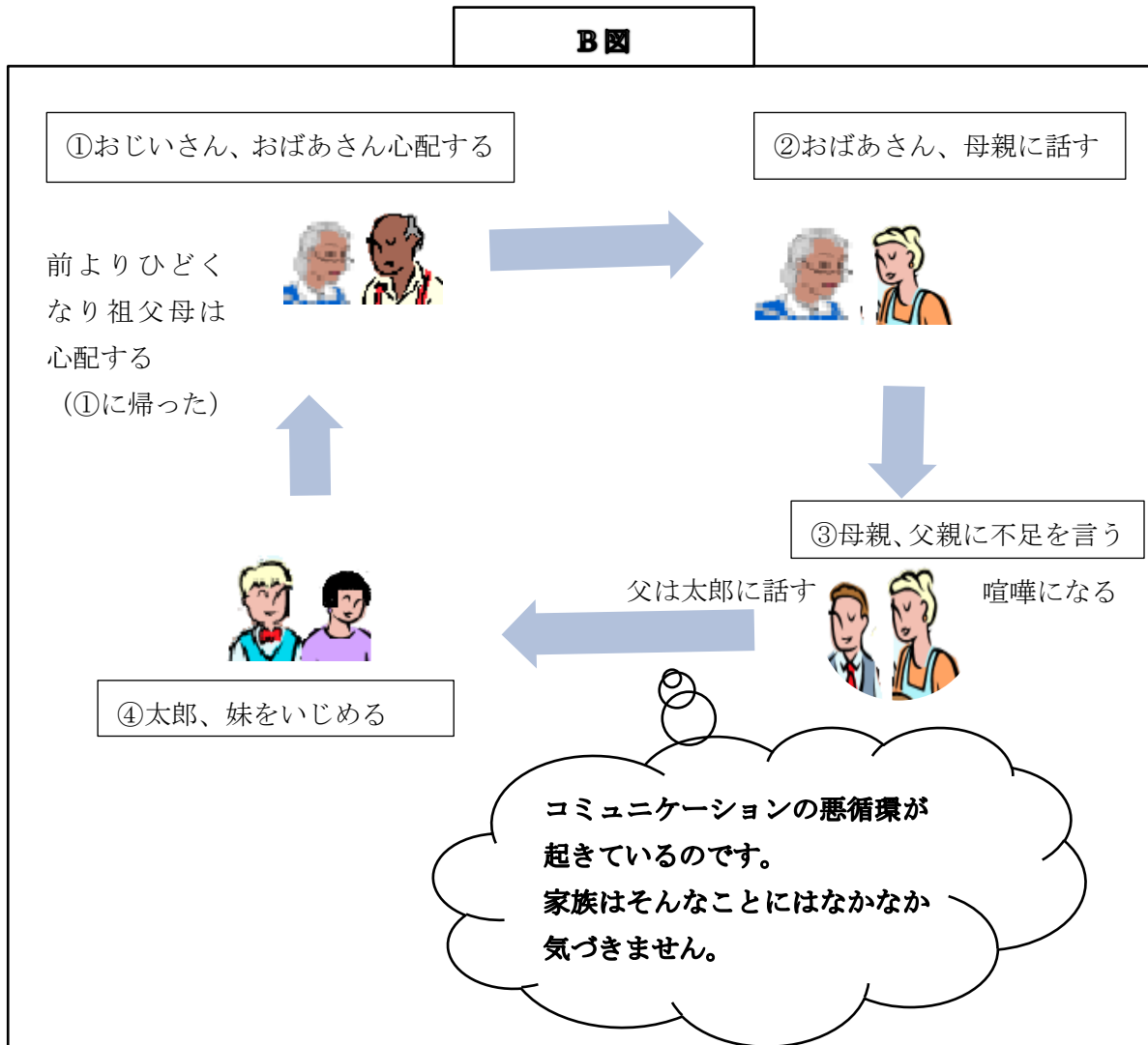
- ①両親は働きに出て祖父母が孫の面倒を見ています。ところが最近、太郎君が妹をいじめています。祖父母は困りました。
- ②とうとう、祖母は母親に「太郎が妹をいじめて困る。何とかしない」と伝えました。
- ③母親は父親に「お父さん、太郎のこともっと考えてよ！仕事、仕事でいつも太郎をほっといて！」と言いました。
父親は「太郎、おまえ、お兄ちゃんだろう！もっとしっかりせんといかんよ」と

太郎にいいました。

④太郎君は今までより、ますます妹をいじめるようになりました。

①（に帰る）祖父母は「どうしようか」と今まで以上に、なやみました。

下のB図をご覧ください



◎両親で話し合い「もう少し、一緒に遊んだり、子どもと触れ合うこと」にしました。父親は「お兄ちゃんだから」と言わなくなりました。妹に太郎君は意地悪ではなくやさしくなりました。家族全体が落ち着いてきました。

◎太郎君の場合、祖父母が母親に話すことで両親の喧嘩になり、太郎君の~からのプレッシャーが関係しているようです両親が太郎君と一緒に遊ぶことで気持ちが落ち着いてきました。

このように、私たちは家族を考えるとときに自分たちの気付かないところにコミュニケーションの悪循環はないでしょうか。日常生活の中でうまくいかないことに気づいたら、誰かを悪者（原因）とするのではなく人間関係がどのようにつながっているのかを見つけ、そこで起こっている悪循環をどう変えるか考えてみましょう。そのためには日常生活の流れを少し変えて新しい風を入れてみましょう。散歩する。うたう。誰かと話すとか……………。

8 月例会の感想

☆ 今日のAさんの体験談では、「親が変われば、子どもが変わる」が、キーワードだったと思います。外へ出るきっかけ（タイミング）、病院へ、行くきっかけ（タイミング）も大事ではないか？という意見がでました。お母さん自身が、地元の精神障害者の作業所の指導員をされたことが、「きっかけ」になったと話されました。 矢田

☆ 家族のかたちの違いによって、親の変わり方もさまざまであっても、「親が変われば子が変わる」具体例をくわしく話され、印象深く聴かせてもらいました。
京都オレンジの会の報告から・・・「きびの会」でもぜひ、自発的な動きをお願いしたいものです。

☆ オレンジの会の話聞いて、若者が中心に活動していること、とにかく、楽しくあくまで若者を中心にと話された熱意に感動した。

☆ 色々なパターンのひきこもりの方があると思いますが基本的には親子関係だと思います。その家族単位の相談を受けて差し上げる方がわかりやすいのかなとおもいました。

☆ 半年ぶりに出席し大変良いお話を聞かせて頂きありがとうございます。今日の話より口うるさいのはだめにする事にあらためて気がつきました。私自身は、息子を褒めることを忘れないように心がけています。（これはまだまだです）

☆ Aさんのひきこもり体験談は、当事者の変化がよくわかりました。やはり、本人が”その気”になるかどうか、障害を受け入れるためには年数がかかることもわかりました。
（個人差があるとはおもいますが・・・）親が変わるという話も共感できましたので、私も引きつづき行動力を発揮するとともに夫婦で同じ目線で子どもを見守っていこうと思いました。

☆ 本日、小阪様、A様のお話を聞かせていただき、私どもの息子とよく似ていて、大変、参考になり、本当にありがとうございました。

“京都オレンジの会” 視察報告で共感した点。

- ◇ まず、17年前から活動開始されており、経験豊富であることがよく解りました。なかでも、役員の方がしきりに「若者が中心に活動されている」現実には素晴らしく共感されていたことです。
- ◇ 私たちの居場所活動もこのように実現できることを願って、今後も努力しなければいけない。私もこの報告を聞き、全く同感の意を強くしました。今後は、きびの会の活動に出来るだけ協力していきます。 中西
- ◇ 「親が変われば子が変わる」の意味が解らないまま・・・作業所で三年間働いているうちに息子が変わってきた。薬を飲みはじめ、次の年から作業所に出かけるようになり、去年は、車の免許も修得したそう。行動範囲が広がり、今日も友人たちと島根方面へ、遊びにいかれているとか・・・Aさん＝お母さんが作業所から持ち帰った仕事をきちんとやり遂げておられ、達成感を味わうことが出来たようです。お母さんのさりげない行動が良かったのかなと思いました。口うるさく言うより後姿ですね。適材適所の言葉のように、タイミングよい声かけが出来ておられた賢いお母さんに感心しました。20数年ものひきこもりからの脱出に成功、希望が持てると勇気づけられました。 尾形

お知らせ掲示板

➤ 茶話会のお知らせ

自由に集まって、わいわいおしゃべりをしましょう

日 時 : 10月15日(月) 13:00~

会費 : 不要 申し込み : 不要 担当 : 萩尾

➤ 萩尾教室勉強会

上之町の居場所にて選択理論の勉強会です

日時 : 10月18日(木) 11:00~13:00 毎月第三木曜日に開催されます。

➤ 講演会のお知らせ

日 時 : 11月3日(土曜日) 14:00~15:30 入場無料

講 師 : 齊藤 環 氏

内 容 : 若者のこころと地域支援のあり方
～不登校 ひきこもり支援から見えてきた現状～

会 場 : ライフパーク倉敷 大ホール 倉敷市福田町古新田 940

13時から整理券、配布します。

主催者は倉敷市です。詳しくは倉敷保健所へお問い合わせください

➤ **萩尾会長による個人カウンセリング**

上之町の居場所にて萩尾会長個人による、ひきこもり相談、カウンセリングなど行います。お気軽においでください。

日 時 : 11月13日(火) 毎月第2火曜日

費 用 : 1時間 3,000円 申し込み、お問い合わせは、TEL、FAX : 086-264-5183

➤ **萩尾会長による講演会**

日 時 : 11月16日(金) 午前10:00~12:00

演 題 : 「幸せをはぐくむ素敵な人間関係」と題して

場 所 : きらめきプラザ7階 705号会議室

申込み : 萩尾 fax : 086-264-5183 尾形 086-282-0938 まで

同じ場所にてバザーを行なっています。居場所で作りためた、布ぞうり、プチマフラー、エコたわし、ネックレスなど出品されています。是非ごらんください。

居場所臨時閉室の案内

日時 10月22日(月) 11:00~13:00 在室、13:00~県庁にて会議出席のため閉室

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お気軽にどうぞ。

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

菅原さん推薦図書

◇ **こころの元気プラス 66号 (2012年8月)**

特定非営利活動法人 地域精神保健福祉機構・コンボ

特集として「メンタル・ヘルス漫画の世界」です。読者から寄せられた情報や、編集部が見つけたまんがを一挙公開!さらに、「ツレうつ」の細川貂々さん、「ビョーキです」の書き下ろし漫画も掲載あります。

◇ **新聞感想**

読売新聞 8月5日の風座標のコラムに新しい住民運動を紹介されています。ここで筆者は自分たちで議論の場をつくり政治に反映させる道を探っていると書いています。この事は私たちの患者団体にも自主的に行動することを願っています。

		カレンダー		10月		
日	月	火	水	木	金	土
30	1 居場所	2	3 居場所	4	5 居場所	6 居場所
7	8 居場所 祭日・休み	9	10 居場所	11	12 居場所	13 居場所
14 月例会	15 居場所 茶話会	16	17 居場所 家族教室	18 萩尾教室 PC教室	19 居場所	20 居場所 松田相談日
21	22 居場所 県会議	23	24 居場所 花の絵	25	26 居場所	27 居場所
28	29 居場所 役員会	30	31 居場所	1	2 居場所	3 居場所
				11月		
日	月	火	水	木	金	土
28	29 居場所	30	31 居場所	1	2 居場所	3 居場所 祭日・休み
4	5 居場所	6	7 居場所	8	9 居場所	10 居場所
11 月例会	12 居場所	13 萩尾相談日	14 居場所	15 萩尾教室 PC教室	16 居場所	17 居場所 松田相談日
18	19 居場所	20	21 居場所 家族教室	22	23 居場所 祭日・休み	24 居場所
25	26 居場所 役員会	27	28 居場所 花の絵	29	30 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3木曜日、11～13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、11月、12月、1月、2月、3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10月20日発行 OSK増刊通巻9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)