

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11月20日 OSK 増刊通巻17号

<http://kibinokai.ciao.jp> 「メッセージ・21」

第110号 (平成24年11月)



「KHJ岡山きびの会」のご案内

2011年度年会費 正会員6,000円 賛助会員 3,000円
月例会参加費 " 500円 正会員以外の方 1,000円

郵便振込先 01830-6-77803 KHJ岡山きびの会

※ご入会・ご寄付は随時受け付けております。年会費未納の方は役員・スタッフにご相談ください。

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

【電話・FAX】086-264-5183

担当：萩尾 寛江

※お電話は午後5時以降にお願いいたします。お急ぎの場合この限りではありません。

居場所 岡山市北区表町1丁目4-64 上之町ビル4階 (市電・城下電停すぐ。アーケードに隣接)
月・水・金曜：午前11～午後4時、土曜：午後1時～6時 (詳しくは巻末をご覧ください)

「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。

<11月例会のお知らせ>

- 日時 平成24年11月11日(第2日曜日)午後1時~5時
場所 きらめきプラザ2階 ゆうあいセンター 大会議室全室
岡山市北区南方2丁目13-1 電話:086-231-0532
内容 ●演題 「仕事のない人たちに今考えること」
●講師 堀江 龍一 様(株式会社ODL 代表取締役社長)
●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 正会員 500円 正会員以外の方 1,000円

<12月例会のお知らせ>

- 日時 平成24年12月9日(第2日曜日)午後1時~5時
場所 きらめきプラザ2階 ゆうあいセンター 大会議室全室
岡山市北区南方2丁目13-1 電話:086-231-0532
内容 ●演題 「ひきこもり当事者家族を支援して思うこと!感じること!」
めら のぶこ
●講師 目良 宣子 先生(宝塚大学看護学部 地域看護学講師)
●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 正会員・非会員とも1,000円

12月講演会についてのおことわり

ひきこもりの当事者と家族が置かれている現状を、広く社会に理解していただきたいとの思いより、12月の講演会は一般の皆様にも参加を呼びかけております。

会員の皆様には、ご理解下さいますようお願いいたします。

来年以後の月例会は、1月・2月・3月の各第2日曜日に開催の予定です

月例会レポート（10月14日 開催分）

「やっと明かりが見えてきた」

—どの様なことがあるうとも自分の娘を信じて

選択理論心理士 倉谷陽子

石川県から来ました倉谷陽子と申します。よろしくお願ひいたします。我が家は会社員の夫と、もうすぐ22歳になる娘との3人暮らしです。

始まりは8年前のある朝のことです。娘から「なんだか、わからないけれど悲しい」と言われ、私たちは途方に暮れ、医師からは「うつです」と言われました。その日から不登校が始まり、高校は定時制に入学したものの、退学。その時、NPO ワンネスと連携をもち、通信制の高校に入りました。

ワンネスでは娘の好きなことを見つけ応援して頂き、手芸の好きな娘は楽しんでいるようでした。しかし、ワンネスには毎日参加するかと思いましたがあまりせず、「高校を卒業してどうするか」と聞くと、親の気持ちを察して「大学」と言って、ワンネスに引き続きお世話になりながら通信制の大学に通い始めましたが、途中でやめて、今は自分のやりたいお菓子の学校に行っています。

私は「なぜ、娘がこのような行動をするのか」知りたく、いろいろ探していたとき、選択理論心理学に出会い、それがわかりました。

それは「情報がどのようにして行動に結び付いていくか。欲求充足ができなければ、不健全にでも満たしていく」というようなことで、私自身の行動や娘の行動が分かり、私の行動を自己評価し、変えられるのに取り組んでいくようになりました。

「自立」「自立」と思いながら、転ばぬ先の杖としての行動を私がしていたことに気が付き、子どもにできることはさせようと心に決めました。

娘自らに入学手続きをさせましたが、ぐずぐずとしていてイライラはしたのですが、終えるまでさせました。

そして20歳になる少し前に、年金の手続き書類が来たので、「これが来たよ」と手渡ししましたが、なかなか見ませんでした。しばらくして、私は「役所からは大切なものが来るし、期限があるよ」と伝え、待つことにしました。

すると娘が、「市役所まで送って」と言いましたので送り、「ついて来て」と言ったので、娘の後をついて行きました。

娘が用紙を持って、震えながら立っていたところ、職員が声をかけてくださり、手続きを完了しました。

その帰りに「お父さんやお母さんに何かあれば、ここに来なさい。どうにかなる」と言い伝えました。



講演中の 倉谷 様

選択理論の提唱者“グラッサー博士”は、親のする4つの行為を言われています。

- 子どもに代わってする
- 出て行けとか、何もなくてよいとか、両極端なことをする
- 子どもとともにする
- 子どもを見守る

私は、この中の後半の2つともするか、見守っていきたいと思います。

これから先、どのようなことがあろうとも選択理論を心の中心に、人に振り回されない、自分自身の幸せな人生を送り、娘自身の成長を見守り、よき援助者になりたいと思います。

倉谷様からのメッセージ

今日は講師としてお招きしていただき、ありがとうございました。

講演終了後の分かち合いでは貴重な感想をお聞かせいただき、ありがとうございました。皆様の個々のご家庭の様子をうかがうことができたこともありがたかったです。

困難なこともたくさんあるかと思いますが、少しでも明るい気持ちでお過ごしいただくことや、皆様のご家族のご健康をお祈りいたしております。

むすびに一倉谷さんをお招きして

この6年間ぐらい、倉谷さんと会う機会があり彼女の変化を見てきました。何か暗い、問題があるのかなと感じていました。不登校のお子様もあるということも知り、あ〜なるほどと感じていましたが、心理士になるべく取り組まれ、2年半ほど前から変わられたなと感じていました。

いろいろな状況下でも、脱皮できたなと思えるようになり、ここ1年半ぐらい、行動を共にすることが多く、今年の夏、お子様の話で『年金の手続きのエピソード』などお聞きする機会があったので、お招きしました。

「ひきこもりが長い」「深刻さが違う」などよく言われますが、倉谷さんがお子様に振り回されないで、自立を手助けされる姿勢を拝見していて大変だったと思います。

大抵の親は子どもに振り回されるか、外に出させようとして親子関係が悪くなっていくケースが多いと思います。

自分の生き方を鮮明にされ、子どもに振り回されないで、子どもの成長の手助けをすることはどんなに忍耐のいることか、自分を常に律していかなければならないか。私も常に自分を自己評価し、律していくか、常に考えるところです。生きている限りこの姿勢は貫きたいと思います。

萩尾 寛江

講演を終えて—アンケートの回答から

Aさん

親の立場で娘さんの苦悩を共に解決されたお話を聞いて非常に参考になりました。
解決されたポイントは、2つあると感じました。

- ① 娘さんの苦悩と並行して、親が選択理論を勉強して実践された。
- ② 娘さんの成長とともに詳細な経過と方向を、親として実践・指導された。

Bさん

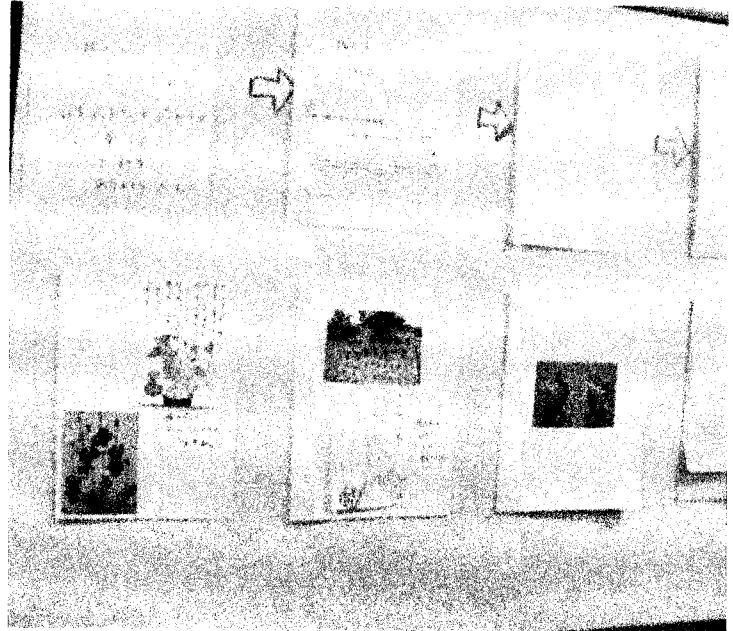
8年間、我が家の歴史を話され、お母さんが「自分が変わった」というテーマで、その子なりにやりたいことをさせてやろうと思われ、子どもの心をつかまれたことは良かった。

年齢ということもあって立ち止まったら、親も焦ることもあるが、やりたい方向を大切にされたことが大切だと思った。

Cさん

倉谷さんは娘さんの異変に素早く対処されたこと、ご夫婦でいつも協力されてきたこと、それが良い方向に向かわれているのかなと思います。我が家に欠けていたと思います。

顔を合わせなくなって8年。息子の話をしっかり聞くことも、自分で自分のことをするよう自立に向けた声かけも難しいですが、できることを夫婦で一生懸命考えねばと思います。



倉谷家の歴史—展示スペース

Dさん

今日は親として子どもの話を最後まで聞いてやるのが大事だと学びました。

Eさん

自分自身の勉強不足を感じた。今日聞いたことを少しずつでも実行していきたい。

Fさん

これからの子どもの生活に関し、今まであまり考えてこなかったのが、考えていけないと思いました。少しずつですが話ができるようになりました。会に来て成長したと思いました。

T・Kさん

本日、倉谷先生の実際あった娘さんに対しても対応の仕方…よくわかり参考になりました。大変ありがとうございました。

Hさん

皆さんの話を聞いて、ひきこもりの子を抱える親の気持ちや本音を知ることができました。子どもは大切な存在だけれど、子どもとの距離感がもどかしいと感じました。

KHJ 全国大会に参加して

萩尾寛江

今回は京都で開かれました。支部長会議で各地の活動報告から始まりました。きちんと居場所・職場を作り、子どものためにやっているところ、まだ何もしていないところなど様々でした。

素晴らしいケースとしては、宅老所を開設したり、シイタケ栽培などして若者の雇用を生み出しているところ、レストランなどしているところなどあり、参考になりました。

しっかりしているところは、協力して親が本気で取り組んでいます。また若者が居場所に来られるようにいろいろアイデアを出しているところがありました。

支部長会議で皆さんが一番に言われることは「子供だけで食事の準備ができるように訓練している」とのことでした。たとえばお鍋の会を開くなど、いろいろと取り組まれていました。

夕方はお弁当を囲みながら親睦を深めました。若者と一緒になり歌を歌ったり、ビデオを見たりして夜9時過ぎまで楽しく過ごしました。

2日目は分科会で始まり、居場所づくり、薬、兄弟姉妹の会などに分かれました。

私は『居場所づくり』に参加しましたが、やはり、いろいろなアイデアをいただき、参考にしていきたいのですが、そのためには少しずつ改革をしていかなければと思います。しかし、なかなか難しいこともあり悩んでいます。“居場所のあり方”に変化を求めない声に、耳を傾ける必要もあります。

岡山の居場所も、このままではいけないと思いますので、ひきこもっている子どものことを思うと、少しでも若者が参加できるように、ここを離れて、子どものために自由にできるようにしたいと思います。

また、一人で独自にして、グループホームや農園などと考えることはたくさんありました。

全体の講演会では、文化人類学のひきこもり研究についてのお話を聞きましたが、大学の研究室でなさればいいのではと思うような発表でした。

そのあとシンポジウムがあり、イシスの山田さん（京都オレンジの会）がお話しされた「アサガオは暗闇のそこで咲く」という言葉が印象に残りました。

アサガオは朝早くではなく暗闇で咲くそうです。閉じこもっているとき、人生の大きな美しい花を咲かせているのかもしれない。

居場所でも 新しい取り組みを始めています

居場所・例会などに来てくれる若者にスタンプを1個、ひとつでもお手伝いをしてくれたらもう1個擦します。10個集めた人には参加賞として何かプレゼントを贈ることにしました。

この大半は私のお小遣いからです。
今週16日のウィズフェスティバルの会場で、講演会とバザーを開きます。
ぜひお越しいただき買ってください。

きらめきプラザ7階
10時～12時 講演会…萩尾
バザーは16・17日の2日間

お知らせ掲示板

◇ 萩尾会長による個人カウンセリング

萩尾寛江会長個人による、ひきこもり相談、
カウンセリングを行います。

お気軽にお越しください。

日時：11月13日（火）

料金：1時間3,000円

お問い合わせは電話・FAX 086-264-5183へ

◇ 萩尾教室勉強会

選択理論の勉強会です。

日時：11月15日・12月20日

両日とも午前11時～午後1時

パソコン教室を

開講しています

ワードとエクセルを中心に、

原田講師が丁寧にお教えます。

パソコンを使ってみたくて

使い方が分からない人、

もっと使いこなしたい人など、

どなたでもご参加ください。

日時（原則）第3木曜日

午後1時半～4時

お問い合わせ：花谷

電話 080-1908-3861

「幸せをはぐくむ素敵な人間関係」と題し

ウィズフェスティバル2012で萩尾会長講演

－ 同会場でバザーも開催しています

バザーでは、居場所活動で製作した
布ぞうり、プチマフラー、エコたわし、ネックレスなどを
販売しています。ぜひお越し下さい。

日時：11月16日 午前10時～12時

場所：きらめきプラザ7階 705号会議室

講演の参加申し込みは電話・FAXで

086-264-5183（萩尾）

086-262-0938（尾形）

事務局・役員から皆さんへお願い

風邪・インフルエンザの季節です。

少しでも体の調子が悪く感じたら、

暖かいものを摂って

ゆっくり休んで下さい。

それでも良くならない時は

迷わず病院に掛かりましょう。

「東備・きびの会」

第4土曜日(祭日は休み) 午後2時～5時まで、
石橋宅で集まっています。

「ひきこもり相談会」も行っています。

相談をご希望の方は、お気軽にお立ち寄りください。

電話相談も行っております。お気軽にどうぞ。

連絡先：石橋洋子 携帯090-2807-7418

菅原さん推薦図書

◇ 新聞感想 (毎日新聞・人間ルポ欄より)

毎日新聞の人間ルポ欄に掲載されていたものの紹介です。

感銘を受けたところは、大学医学部生のときにパニック障害を発症され、その結果医者にはなれませんでした。その後、妹を亡くされ、自身のようにまだらな働き方をする人のことを意識して患者団体・支援組織を設立。「1人で100歩進むよりは、100人が1歩踏み出した方が社会を変えられる」とおっしゃっています。

このような感覚・発想が普及し一般化することは、新しい活動・運動の確立の鍵を握ると思います。

◇ 「月刊 新聞記事からできた本 こども」(クマノミ出版 <http://www.kumanomi.co.jp/>)

朝日・産経・東京・毎日・読売などの全国紙、そのほか地方紙の新聞から、子どもに関する記事・情報を広い集めた、ユニークで便利な月刊の新聞スクラップ誌です。

紹介した以外のテーマに基づいた記事を集めた本も、別途出版されています。

本についてのお問い合わせ 電話：075-950-1005

編集より — 会報・ヤングコーナーにご要望・ご意見をお寄せ下さい

前号より、当事者向けに“ヤングコーナー”の提供を始めています。

当事者の皆さん、岡山きびの会に「こんなことをしてほしい」もしくは「こんなイベントだったら参加したいな」といったご要望やご意見、普段「誰かに分かってほしいけれど、面と向かって言いにくいから」と声にしていないことなど、何でもお寄せ下さい。

担当：尾形 電話・FAX：086-262-0938

ご家族・支援者様にも、今まで以上に親しんでいただける誌面を目指してまいりますので、会報を読んでお気づきの点やアイデアなど、ぜひ今後の月例会の場などでお寄せ下さい。

◎ 会報12月号にご意見用紙を用意いたします。今しばらくお待ち下さい ◎

引き続き、会報表紙に掲載する写真・イラストなどの作品を募集しています。詳しくは、尾形（電話086-262-0938）までお尋ね下さい。

ごあいさつ

今号より、会報の編集メンバーに試験的に参加させていただいております。

当事者様、そしてご家族・支援者の皆様に親しんでいただける誌面づくりに、編集内はもとより皆様のご指導をいただきつつ頑張っております。

また皆様には今後、当事者様やご家族様へのご心情や、岡山きびの会の組織についてなど、教わらなければならないことが多くございます。

都度のご指導・ご教授のほどよろしく願いいたします。

安藤

岡山きびの会 居場所カレンダー

11 月						
日	月	火	水	木	金	土
				1	2 居場所	3 休日・休
	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
	19 居場所	20	21 居場所 西家族教室	22	23 休日・休	24 居場所
	26 居場所 役員会	27	28 居場所 花の絵	29	30 居場所	

12 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1 居場所
	3 居場所	4	5 居場所	6	7 居場所	8 居場所
9 月例会	10 居場所	11	12 居場所	13	14 居場所	15 居場所 松田相談日
	17 居場所	18	19 居場所 西家族教室	20 萩尾教室 PC教室	21 居場所	22 居場所
	24 休日・休	25	26 居場所 年内最終	12月27日から、居場所は冬休みです。 ご注意ください		

開所時間：月・水・金曜 午前11時～午後4時、土曜 午後1時～6時

月曜：萩尾寛江カウンセラー、水・金曜：当番者、土曜：山本利美カウンセラーが在室しています

西家族教室（原則）第3水曜日 午後1時半～4時 担当：西紀子先生（参加は有料です）

松田相談日（原則）第3土曜日 午前9時～午後6時 担当：松田勝カウンセラー

ご予約：中西 電話090-9500-9618または086-955-2857

料 金：会員は1時間3,000円 ※定員8名とさせていただきます。

萩尾寛江（原則）第2火曜日 午後2時～4時

選択理論勉強会 お問い合わせ：萩尾寛江カウンセラー 電話086-264-5183（萩尾事務所内）

参加料：500円

パソコン教室（原則）第3木曜日 午後1時半～4時 ワードとエクセルを中心に、原田講師が丁寧に対応します

お問い合わせ：花谷 電話 080-1908-3861

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11月20日発行 O S K 増刊通巻17号
発行所 岡山障害者団体定期刊行物協会 702-8025 岡山県岡山市南区浦安西町74-9 脇 妙子（TEL 086-263-7537）

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）