

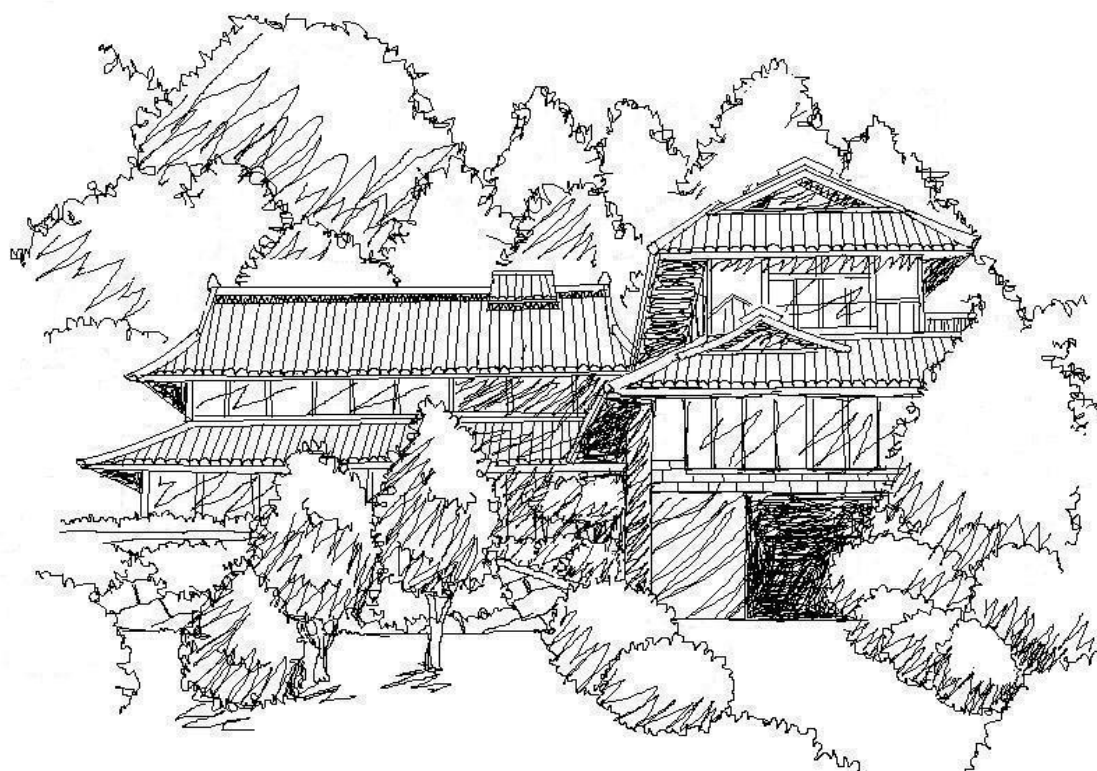
OSK KHJ岡山きびの会

平成 12 年 9 月 20 日 第 3 種郵便物認可(毎月 25 日発行)

平成 25 年 7 月 22 日 OSK 増刊通巻 91 号

<http://kibinokai.ciao.jp> 「メッセージ・21」

第 118 号(平成 25 年 7 月)



「KHJ 岡山きびの会」のご案内

2013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 01380-6-77803 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 〒709-0827

赤磐市山陽 5-8-20

【電話・FAX】086-955-2857

会長 中西 茂明

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・土曜：午前 11～午後 4 時、金曜：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。

グループでの話し合いの約束

- ここでの話はここだけのことにしましょう。
- 相手の話は受容しながら聴きましょう。
- 非難・批判はしないようにしましょう。
- 長く会に参加している人は新しい人に手をさしのべましょう。

<7月例会のお知らせ>

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

日 時 平成25年7月14日(第2日曜日) 午後1時~5時

内 容 ●演題 津山・きびの会の活動について
講師 川島 焔三 理事長

●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・正会員以外の方は1,000円

<8月例会のお知らせ>

日 時 平成25年8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 発達障害について
講師 NPO法人『人・ふれあい・ひろば』
藤井 弥生 代表

●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

6 月例会ビデオ観賞とグループカウンセリング

講師 日本教育カウンセラー協会
上級カウンセラー松田勝先生

1. ビデオ『ここまで来たうつ病治療』（NHK）を観賞

今、米国ではうつ病と診断されて、これまでの治療や抗うつ剤などを投与されるが症状が改善しない人々を対象に、最新の脳科学に基づいた診断と治療が行われています。

それはうつ病は脳の病気として脳の主に前頭前野部の血流量を検査します。それが健常者と比べて少ない場合、専用の強力磁気治療器により DLPFC（背外側前頭前野）を刺激して血流量を活発化させます。

◎ DLPFC とは。

DLPFC は、判断や意欲をつかさどり働きが低下するとやる気が起こらなくなります。また、扁桃体の暴走を抑える役割をあわせて持ちます。

その扁桃体の役割は不安・恐怖・悲しみなどの感情が生まれる場所であって、それが暴走してしまうとこれらの感情が強くあらわれ止まらなくなります。

また感情刺激を表すのは扁桃体であって意識的な感情は扁桃体から前頭葉の皮質を直接。間接の信号で作られる。間接的な経路に入っている視床下部は身体にホルモンのメッセージを送って筋肉を収縮させたり、血圧を上昇させたり、心拍数を上昇させたりする。

こうした身体変化が体性知覚野にフィードバックされると、さらに情報は前頭葉皮質に転送され、そこで感情とみなされる。

ここで、ある男性患者さんが紹介されます。彼は長年治療を続けてきましたが、暗い穴に閉じ込められ出口が分らないというような、気分をかかえてきて先の磁気治療を始めました。

一日 40 分間磁気で脳を刺激して活動を活発化させる治療を行ったところ、2 日目には朝の目覚めが変わり、朝食が食べられるようになった。

2 週間目には体のだるさが無くなり、1 ヶ月目には笑顔が見られるようになり表情もまったく別人のように改善して奥様と新しいハンバーガショップを探すまでに回復されました。

患者さんは少しずつ症状が改善するたびに回復が実感されて、運動や規則正しい食生活などに取り組む意欲が高まってくる。そして、それがよりいっそうの回復をうながすという良い循環が生まれる。ことが確かめられました。

また、より症状の重くなかなか回復が見られない患者さんに対して先端に電極のついた細い電線を脳に直接埋め込み、脳を直接刺激つづけるといった治療法も紹介されました。治療を受けた患者さんの、インタビューで「人生を返してもらったよう。」という言葉が印象的でした。

また、従来の治療方法であるカウンセリングによって症状が悪化するのをおさえる・発症を防止することが出来ると報告されました。カウンセリングによって繰り返し DLPFC に働きかけ、鍛える。

そのことによって扁桃体の暴走を抑えるという。

最新の脳科学によってリアルタイムに脳の活動が把握できることから、自分自身で脳の活動をつかみ、DLPFC に働きかけることの効果も報告されていました。

今までの医師による問診と知識経験にたよった診断方法に代わって、誤診を防ぎ適切な治療につながれると注目される脳血流量の画像診断装置(光トポグラフィ)が紹介されました。

それは言葉を考えるときの脳の血流量の変化を測定することによって、判断を行うというものです。

- 健康な人の場合 言葉を考えると脳はすぐに活発になって血流量が増加します。
- うつ病の人の場合 DLPFC の働きが悪いため血流量はほとんど増えません。
- 統合失調症の人の場合は血流量が不規則に上下します。
- 双極性障害(そううつ病)の人の場合は血流量がゆっくりと上昇します。

それによって、正しい診断と治療の機会が増えたことも報告されていました。

休憩の後、前回と同じくグループカウンセリングを行いました。

松田先生からグループカウンセリングの約束として、

この場での話は決して外には出さないでほしい。

皆さんの話を、失敗した話・良かったといったような話を同じ立場・仲間として支えあう気持ちで聞いてあげてほしいと話されました。

その後、数人の方から自分のこと・子供の現状などが話されそれに、先生からアドバイスをいただきました。そこでは日本ではカウンセラーという公的資格がまだ無いのでカウンセリングを受けようと思っても現状は大変厳しい。子供は外との接点として親を(主に母親)を見ています。

その母親が変わったら、子供も必ず変わります。口で言うのはたやすいですが。

子供からの言葉・はたらきかけにストレートに理解しようとするのではなくて、その中に込められた、サインを見逃さないでほしい・注意してほしいと話されました。

KHJ 全国アンケートの資料が事務局にあります。

ご希望の方は、お声がけ下さい。

それと、KHJ 全国総会が福岡で有ります。全国の活動が直接感じられる貴重な機会です。

ご希望の方は、お声がけ下さい。

いかがでしたか、感想ご意見を聞かせてください

本日、先生のお話皆さんのお話、そしてビデオ 大変参考になりました。

いかがでしたか、感想ご意見を聞かせてください

子供の立場を考える回答が明快とても参考になりました。

いかがでしたか、感想ご意見を聞かせてください

ひきこもりの子供が自ら行動を起こすことは本当に稀であると思います。
親は『待つこと』とよくアドバイスを受けますが待つ年を重ねていくよりも、勇気を持って働きかけることも『あり』かなと思います。

いかがでしたか、感想ご意見を聞かせてください

とても良いお話、アドバイス有難うございました。
来てよかったです。

お知らせ掲示板

「東備・きびの会」のご案内

4月より開催場所は次のとおりになります。

場所：赤磐市山陽3丁目3-6

雨宮さん宅

開催日：第一火曜日、第二火曜日

第四火曜日 10時～15時ごろまで

「引きこもり相談会」・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

パソコン教室 開講中です

エクセル・ワードの基本操作を学びます。

季節の写真や

イラストを添えた近況報告も

原田講師と一緒に作りましょう

日時 7月21日(木)

午後1時半～4時

お問い合わせ 花谷

携帯 080-1908-3861

居場所活動の新しい試み

4月よりきびの会居場所にて毎週金曜日午後1時から6時まで、読書の好きな人達老若男女のサロンと学校嫌いな子供もちょっと寄れるような小さな部屋が始まりました。

気軽に一度見に来てください

連絡先

槌谷 富子 090-2094-9589

電話連絡は午後6時以降でお願いします

◎ 会員・準会員の皆様へ
役員会に参加しませんか？

役員会は毎月第4日曜日の
1時半から開催しております。

検討内容については積極的な
会の運営の検討をしております。

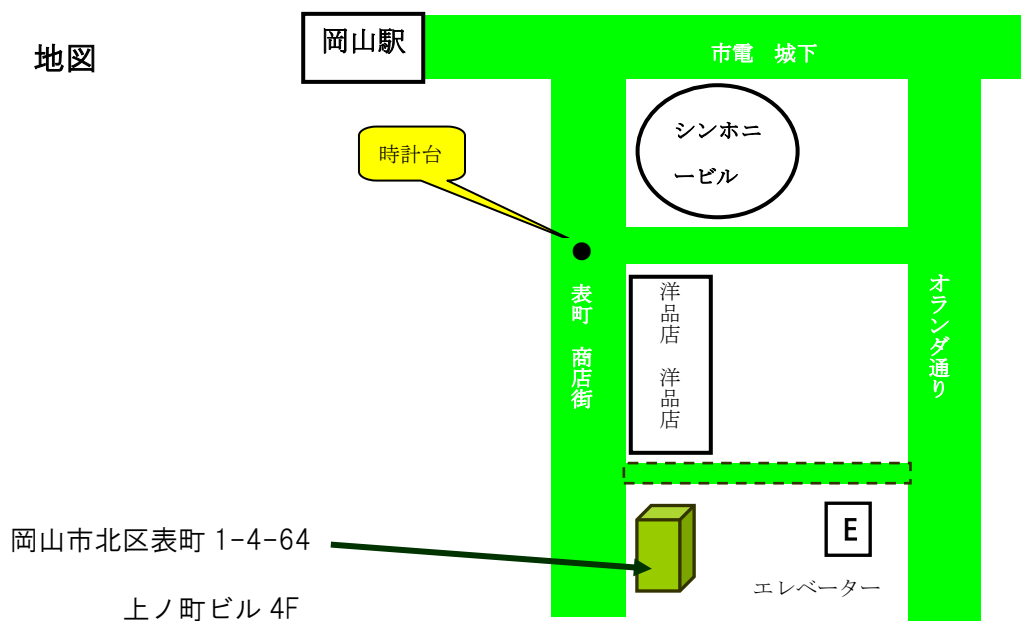
会員のフレッシュなご意見を反映
したいのです。

きびの会 居場所・行事カレンダー

7月

日	月	火	水	木	金	土
	1 居場所	2	3 居場所	4	5 居場所	6 居場所
7 休日	8 居場所	9	10 居場所	11	12 居場所	13 居場所
14 月例会	15 休日	16	17 家族教室 居場所	18 PC 教室	19 居場所	20 松田先生 居場所
21 休日	22 居場所	23	24 居場所	25	26 居場所	27 居場所
28 役員会	29 居場所	30	31 居場所			

きびの会 居場所 地図



家族教室 (原則)第3水曜日 午後 1 時半 ~ 4 時 担当:西紀子さん

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

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 25 年 7 月 22 日発行 OSK 増刊通巻 91 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)