

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 28 年 1 月 21 日 OSK 増刊通巻 391 号

<http://kibinokai.ciao.jp> 「メッセージ・21」

第 148 号(平成 28 年 1 月)



『KHJ 岡山きびの会』のご案内

2015 年度 年会費 正会員 6000 円 賛助会員 3000 円

月例会参加費 正会員 500 円 正会員以外の方 1000 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。

連絡先 会長 槌谷 富子 〒702-8002 岡山市南区福成 1-128-4 【電話】090-2094-9589

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思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。

<1月例会のお知らせ>

日 時 平成 28 年 1 月 10 日 (第 2 日曜日) 午後 1:30~4:30

場 所 きらめきプラザ 2 階 ゆうあいセンター 大会議室

岡山市北区南方 2 丁目 13-1 電話: 0 8 6 - 2 3 1 - 0 5 3 2

内 容 ● 演題 「ひきこもり」親の将来・子の未来 (グループカウンセリング)

講師 全国 WEB カウンセリング協議会心理カウンセラー

山本 利美 先生

●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

<2月例会のお知らせ>

日 時 平成 28 年 2 月日 (第 2 日曜日) 午後 1:30~4:30

場 所 きらめきプラザ 2 階 ゆうあいセンター 研修室 (大会議室の左側)

岡山市北区南方 2 丁目 13-1 電話: 0 8 6 - 2 3 1 - 0 5 3 2

内 容 ● 演題 自然食と簡単整体講座

講師 大阪府療術師会会員 大塚桂子さん

●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

KHJ ひきこもりサポーター養成研修に参加して (参加者 2 名の報告)

“今日は！！” 浅山と云います。9月のKHJサポーター養成研修にいつて来ましたので、その報告というか、私なりの感想などを話してみたいと思っています。

まず、私がどういった動機から研修に参加したのか、①自分がひきこもりから脱出したい、②同じ当事者の人に会ってみたい、ということでした。「あすなる」にかかわるようになって「きびの会」にも来させていただくようになりました。その中で今回のサポーター養成講座に参加するにあたって、気持ち的にはサポーターになりたいというより、当事者や家族の方と繋がりを持ちたいと参加しました。そして、参加にあたって個人的に確認したいと思った事が3点ほどありました。

- ①当事者の親はできるだけ自分の子供にかかわるべきではない。
- ②私自身の体験・何人かから聞いた話として、親元では自分自身が動きづらかった事。
- ③当事者の死生感などについて、当事者・家族の方と話しできたなら今後支援者としてかかわる時にも生かせるのではと思いました。

次に研修の内容ですが、参加された親御さんが暗い部屋でシーツを被ってひきこもり疑似体験をしています。そこに、当事者の参加者が逆に親の立場で自分が言って欲しくなかった言葉や反対に言って欲しかった言葉をかけるという内容でした。また、「親子での会話」という事例研究では、35歳になるまでひきこもっている子供が「毎日生きていても仕方が無い。いつ死んでも良い」と言った時、親御さんはどういった対応をすれば良いかをグループ討議しました。私自身も当事者として確認したかった内容でしたが、参加された親御さんからは「そんなことは言わないで」「なぜそんなことを言うのか」など、否定的な当たり前な回答しか出ませんでした。私は「うん分かった。」と一旦受け止めてあげて「飯でも食いにいこうか」と、ある程度「腹をくくっている子供」に対して、まず発言を認めてあげたならその中から話が進められるのではと思っています。また、訪問活動をする話の中で大事な事として訪問当事者に対して最初の挨拶をどうするかという事例で、当事者の方に会う前にはご家族に関係をもっていくわけですが、「お父さん・お母さんに呼ばれてきました。」ではダメです。訪問した自分は何かかを判ってもらう方法が必要なのですが、これという回答が出ませんでした。以上サポーター養成研修に参加しての感想を述べさせていただきました、ありがとうございました。

^{おんり} 穩璃さんから

“今日は！！” いつも例会や居場所に参加させていただきありがとうございます。これからサポーター養成研修の報告をさせていただきますが、こういった場では穩璃一（おんりはじめ）と名乗らせていただきます。

養成研修報告の前に私のプロフィールを少し話させていただきます。現在44歳になりますが、今までに4度のひきこもり経験があつて一度目は高校の時で、普通科から定時制に転校しました。2度目は大学の時で結果中退になりました。その後フリーターしながら何とか働いていましたが、ある事故が原因で3度目のひきこもりを経験しました。そして自分に発達障害があると判つて4度目のひきこもりを2年間経験します。現在は徐々にですがひきこもり状態からは脱しつつありますが、働けてはいません。40歳を過ぎて人生を変えようといつても中々無理があります、障害者年金は今も申請中です。将来的には、ひきこもりサポーターの様な仕事をしてみたいですし、現在精神障害ピアサポーターの資格を持っていますが、そこで学んだ事とまた今回の研修にも当てはまると思うのですが、ひきこもりの子供をどう気持ちアップさせるか？。良い気持ちにさせるには、過去に経験した接客業に通じるものが有るかなとも思います。

さて、会場は、宇奈月温泉にあるNPO教育研究所という、ひきこもり当事者を宿泊更生する施設が有りそこが会場でした。私の場合6人の相部屋で私以外は全員親世代でいろいろ話を聞かれました。子供さんの気持ちを蕪にもすがる気持ちできているのだな、親として若者の気持ちを知りたいと受講されているようでした。私の場合当事者ですので当事者の気持ちはこうですよと言われても、当たり前すぎて親が子供の事を知

って子供をやる気にさせるための内容が少なかったかなとも感じました。①これから生きていても良い事があるか、ひきこもりの子供は時々死んでも良いやというところがどこかにあるし、親としては1日でも長生きしてほしい。子供が長生きしたいと思う仕掛けは何なのか。②先程、浅山さんからも出ましたが当事者に会うために親を仲介するわけですが、そこにはどういう方法があるかそういった事が研修で判ればと思いました。そして、2日目の研修になります但本部のスタッフをしながら訪問活動もしている方から話が聞きました。彼女自身もひきこもりの経験があってそれを生かして訪問活動をされているそうです。その中で、ひきこもりの長期化する要因として、

- ①家族の孤立化、
- ②支援組織につながらない、
- ③世間から隠そうとする
- ④家族の機能不全（関係の悪化）、
- ⑤家族が就労にこだわる（本人の気持ちを無視）、
- ⑥家族の過保護



などが話されました。

当事者グループトークの中でも、「どうか かまってくれるな」の声が多かったようです。また親が否定的・非難的態度、ダメダメといった態度を親がするのはいけない、最悪暴力につながってしまう事もあるのかな。そして一方に社会的偏見・理解が無い・支援機関が無いなどと長期化する土壌が多く有るように思います。それと、話を聞いていて思ったのは、結局家族が一人の人間として元気が無いといけない、一生懸命でお互にしんどくなってはいけない。親が楽しく元気に生きていれば、子供は親を見ていて何か楽しそうと思います。そこが解決の一つの糸口だと思います。

では、ピアサポーターとして何ができるかというか、万能ピアサポーターはいないと思います。ピアサポーターとしての能力・対応範囲を知ること、チームプレーをしながらカバーしあう、ミイラ取りがミイラにならないともかぎりませんから。あるピアサポーターさんの話ですが、同じ当事者として伝えあえる事が有る。話を聞くだけの訪問も良いのではないか。受け答えをしてくれても否定は絶対しない、など話されました。自分もひきこもりの経験を生かして、寄り添う事が出来て、ひきこもり経験がプラスに変わったなら、なんて素敵な事かな、自分にもできる事が有る・生きがいを感じられるなら、それは、ひきこもりから抜け出せる大きなキーワードかもしれません。

次に、11月にKHJ本部主催で開かれた、全国ひきこもり当事者会にスタッフとして参加しましたのでその話を少しさせていただきます。ひきこもり大学に講師として出席された方が一同にそろって話し合い、「いおり」という座談会である講師をされた人は「自分の人生を笑って欲しい」、誰かと話したい、普通ってなんですか、など、そして、聞いている人も当事者が多いので彼らも出てこれたのではと思います。

「いおり」当事者座談会のルールは、

- ①話している人には頷いて聞く。
- ②自分の考えと違っても否定はしない。
- ③異なる意見の中に新たな発見が有る。
- ④いろんな人が話せるよう自分の話は簡潔に。
- ⑤個人的な話もできるが、この場限りで。

など、グループトーク司会術を習ってきました。今後活かしていければと思っています。

報告会の後、二人の報告者を囲んで、第一グループ（子供に何を残すか=浅山グループ）と第二グループ（子供とどう接するか=穏璃グループ）に分かれて、グループで話し合いました。内容は割愛します。

お知らせ掲示板

KHJ親の会名称が変わりました。

2015年12月1日よりNPO法人全国ひきこもりKHJ親の会（家族会連合会）が、特定非営利活動法人KHJ全国ひきこもり家族会連合会に名称が変わりました。

今後とも広く、親、本人、きょうだい、支援者を含めた、ひきこもり当事者団体として活動していきます。

NPO法人津山・きびの会

トトロの家（0868-23-0028）の住所
708*0863 津山市小桁137-2

12月5日「カラオケを楽しむ会」には8名参加、12月17日には医療生協の「トトロ班会」忘年会に11人参加でした。新年会は1月16日に予定しています。1月の終りか2月の初めに自家製味噌の仕込みを検討しています。ご関心のある方は何時でもご連絡ください。

連絡先 川島焔三（090-7541-5263）

今回の報告会はいかがでしたか。

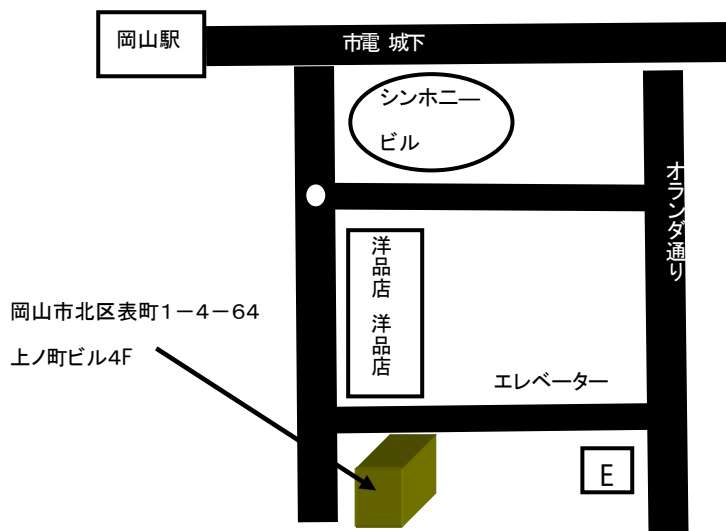
- 今回の『ピアサポーター研修』から、今後の訪問支援者として活動されることを期待します。別途「訪問支援」をテーマに検討会が必要と考えます。

当事者学級 きびAU会にお越し下さい。

1月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2 休日
3 休日	4 休日	5	6 居場所	7	8 居場所	9 家族教室 居場所
10 定例会	11 居場所	12	13 居場所	14	15 役員会 居場所	16 松田先生
17 休日	18 居場所	19	20 PC教室 居場所	21	22 居場所	23 若者学級 居場所
24 休日	25 担当者会議	26	27 母親学級 居場所	28	29 居場所	30 居場所
31 当事者学級						

きびの会 居場所 地図



家族教室 (原則) 第2土曜日 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

母親学級 (原則) 第4水曜日 午後1時半～4時

父親学級 (原則) 第1土曜日 午後1時半～4時

若者学級 (原則) 第4土曜日 午後1時半～4時

当事者学級 (原則) 最終日曜日 午後1時半～6時

パソコン教室 (原則) 第3水曜日 午後3時～5時

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日行) 平成28年1月21日発行 OSK 増刊通巻391号

発行所 岡山障害者団体定期刊行物協会 702-8025 岡山県岡山市南区内尾 739-1 綾部小百合 (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)