

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23年10月24日 OSK 増刊通巻1343号

<http://kibinokai.ciao.jp> 「メッセージ・21」

第97号（平成23年10月）



きびの会員作品：尾形さん

「KHJ岡山きびの会へのご案内

2011年度の年会費＝6000円 各月例会の参加費：会員＝500円（4月より変更）
賛助会員＝3000円（4月より変更） 年会員以外の月例会参加者＝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5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

火・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23年10月9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研修室分室1
- 内容 *講師:小西しゅんよう先生・(「コミュニテイキャンパス」主宰者)
*内容:活動報告など
*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、正会員以外
1000円



今年発刊されました
コミキャン文庫②の表紙です

<11月例会のおしらせ>

- 日時 平成23年11月13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研修室分室1
- 内容 *内容:みんなで話合い。お互いに話し合きましょう。
*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、正会員以外 1000円

9月例会報告（9月11日）

「きびの会 家族教室」参加者の声を聞く

（西紀子先生の家族教室参加者の体験談）

まず初めに 西先生の司会で家族教室の参加者の自己紹介からはじまりました。

（A・B・C・D・Eさん 5名の自己紹介）

Aさんの体験発表

- ・ 西教室との関わり合いは まず、きびの会の親の会が心の支えでした。親の会は第二日曜日であり 私は日曜日に来ることが難しかった。しかし西教室が第三水曜日にあることがわかったので、参加させていただきました。
- ・ 西教室の良いと感じる点
 - ① 自由に話すことが出来る（一ヶ月分の体験を）
 - ② 人数が少ないので話し合いがしやすい。

Bさんの体験発表

- ・ 子供は最初は生活に荒れていて、親として非常につらかった。
- ・ 西教室の良いと感じる点
 - ① 西先生は常に真剣に聞いてくれ、そして相談に乗ってくれる。
⇒先生が「つらいね！」と言ってくださった時に勇気を貰った。
 - ② 子供に対しての話し方が悪かった時はキチッと注意してくださる。
⇒メンバーからも良い方向への話し方をアドバイスして貰える。
 - ③ 同じ状況のメンバーであり安心して報告出来て、元気も貰える。
 - ④ 終業時にはメンバー全員で「頑張ろうね」と励ましあう

Cさんの体験発表

- ・ 子供は都会の大学に行っていた。家族の中でも主人と姉には心を開かなかった。
外出しても人が気になり、人が怖いと感じるようになっていた。
- ・ 西教室との関わり合いは 私は息子の状態に落ち込み、そして孤独を感じていた。
その時（昨年）「家族教室 参加者の声を聞く」の会合に参加できた。
- ・ 西教室の良い点と感じる点
 - ① 西先生とメンバーから適切なアドバイスが得られる。
 - ② その結果心が明るくなり、それが子供に対しても前向きな姿勢で接することができている。
- ・ 最近の状況
本人も自信が付いたのか 週2回程 外出している。
アトピーがひどく、自分一人で病院に行くようになった。

主人や姉との関係も良好になってきている。

Dさんの体験発表

- ・ 最近の状況 時々本屋に行っている。
食事は両親と共に出来ている。
ピアノを習いに行き出した。そのピアノの先生とは気が合うみたいで会話が
進んでいる。
- ・ 親としての気持ち
今は、この子が居って良かったなーと思えるようになりたい。

Eさんの体験発表

- ・ 母親としての反省
娘に対して優しさが足りなかった感じがする。
色々勉強したが、学ぶことに時間を取り過ぎて、子供に愛情をかけなかった
のがいけなかった。
家庭に居場所としての環境が低かった。
- ・ 最近の状況
主人が3月に死去して以来、娘の表情が明るくなってきた。
娘が積極的になってきた。 例えば最近に15年ぶりに病院に行った時、
先生に「病院に今まで来られなかった理由を」本人がキチッと説明した。
娘が母親の私をコントロールする姿勢がある。
例えば 娘のことについて話をすると 娘は「お母さんが勉強している
ことは 私のほうが良く知っているよ」と言う。
毎夜（明朝まで続く）娘が話しかけてくる。

体験発表後の質問

- ・ 質問内容＝発表者及び子供さんの健康を阻害されたことはありませんか？

Aさん・・・軽い鬱にかかった経験がある。解決法は友人と会話でリラックスした。

Bさん・・・子供に気を使うあまり、精神的に不安定になる 特に寝つきが悪い。

(安定剤で対応している)

Cさん・・・時々 気持ちが落ち込み、気分的にしんどくなる時がある。しかし
私の両親が近くに住んでいるので、そちらの世話で気が紛れている。

Dさん・・・息子は主人と話をしないので私が間に入って気を使っている。

Eさん・・・精神的にも身体的にも健康を害してきました。

講演受講の感想

西先生は、最後に人から聞いた話ですけれど、次のようなお話を披露して下さいました。

人生は あ い う え お

あい 夫婦愛 親子愛 もろもろの愛

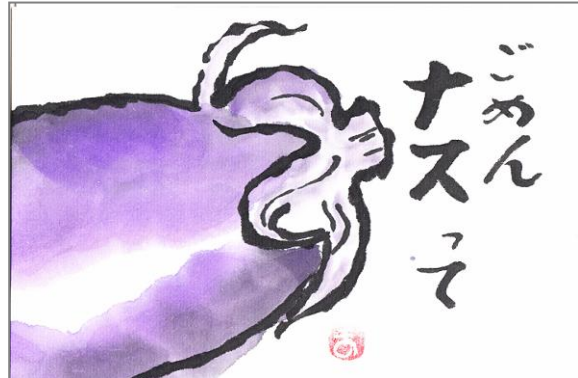
う 運 いい運を大切に

え 縁 いい縁を大事に 悪縁はたち切るように

お 恩 色々なことに対する恩 ありがとう 感謝します

子どもは、5歳までに一生分の親孝行をする。と言われてるように、幼い頃を思い出してみましよう。どんなに愛らしく、我が子の誕生を喜び、感謝したことでしょう。私の子どもでいてくれて、ありがとうの気持ちを忘れないで、日々少しずつでも、前進してまいりましよう。

尾形松子



皆さんのコメント

◎10月28日ミニキャップ作りの感想

出来上がりが楽しみです。外出にも色々な帽子をかぶり出かけたらと、ルンルン気分になります。もっとたくさんの参加者があって、おしゃべりできたらなお嬉しい！！

お知らせ掲示板

◎講演会の案内

「幸せを育むすてきな人間関係」と題して萩尾寛江（当会会長）の講演会が開催されます。ウイズフェスティバル 2011 の一環として行います。

場所 きらめきプラザ705号室

日時 平成11月11日（金曜日）10時～12時

ご多忙中とは、思いますが、ご一緒に楽しく学んでみませんか。

◎居場所の催し

①絵又は編み物の講習会

毎月第4水曜日には、絵か編み物をして一緒にたのしみませんか？
何かリクエストありましたらお知らせ下さい。（例：ベスト、マフラー等）
担 当：尾形まで気軽に問合せください。 Tel086-262-0938
注：祝日、正月、盆休みの場合は休みです。11月は第4水曜日が祭日の為、第5水曜日に開催します。

②ドリームキャッチャー作成

インディアンの魔よけのお守り。良い夢を掴むための飾りを作ってみませんか？

日 時：10月26日（水曜日） 1時30分より

用意するもの：材料費として300円程度予定ください。

制作指導：稲本さん

◎その他

9月より居場所開催日 火曜日を改め月曜日に変更になりました。
月曜日は萩尾先生の居場所当番日になっております。

東備支部活動案内

*「東備・きびの会」

石橋宅で、第2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。

連絡先：石橋洋子 携帯（090-2807-7418）

<役員会の報告>

◎実施日：9月26日（月） PM1:30～4:30

- ① 10月度 月例会についての検討
 - ・ 会報の内容検討
 - ・ 居場所活動検討“ドリームキャッチャー”を作る
 - ・ 萩尾会長 所要のために月例会に参加出来ない旨の報告あり
- ② 10周年記念行事（12月11日）についての検討
 - ・ 事前準備内容とそのスケジュールを話し合った
 - ・ 記念講演のチラシの内容確認
- ③ 会計報告
 - ・ 8月度の予算管理と下期予算予測の確認

菅原さん推薦図書

◎みんなねっと、2011年7月号

みんなネット香川大会の案内があります。野上、中山芳樹、ほか、

A5 40p 年間購読料 3500円 「公益社団法人」全国精神保健福祉社会連合会

ホームページ <http://seishinhoken.jp> TEL 03-6907-9211、

解説：この号の中で、最も注目といえるのは、「ACT(アクト)ー Zero 岡山」のスタッフへのインタビューです。これは、みんなねっと、香川大会での記念講演や第2分科会に登場する人物をとりあげた内容ですので読んで頂きたいところです。なお、今後の号の中で香川大会の特集号が出版されるかと思われますので、その号と合わせての精読もお願いするものです。

◎こころの元気プラス 55(2011年9月)号

藤井あゆみ、まつもとあけみ、倉田 真奈美、丹羽大輔、川北 誠、ほか、B5・64p、

年間購読料・5000円 購入先：NPO コンボ(地域精神保健福祉機構 047-320-3870、

ホームページ <http://www.comhbo.net>)

解説：この、会員制・月刊誌も、これまでに何度も紹介してきましたが、この号では岡出県の在住者が登場しています。いつもの事ですが、おなじみの当事者も出てきます。こちらの団体では当事者(患者)、本人の声を最も重視しているので、この分野の事やいろいろな分野の話題を知りたい方には特におすすめ致します。なお「みんな。ねっと」では親を中心とした家族、法律制度の話題が中心です。全都道府県に出先機関があるのも特長です。

新聞情報

精神疾患加え5大疾病、5大疾病に位置つけ

読売新聞、朝日新聞、出陽新聞、中日新聞、しんぶん赤旗の各新聞において6月～8月の間に掲載されました。精神疾患加え5大疾病、5大疾病に位置つけとして取り上げられました。「精神」の分野がようやく、てこ入れされる見通しになりました。精神医療の充実期待として事を紹介している事です。

WHOでは「三大疾患」の一つに位置つけられ「長妻 昭、元・厚生労働大臣」時代に発足した「こころの健康政策・構想(実現)会議」の署名活動の成果ともいえそうです。

いじめ後遺症、ケア悩む

日本経済新聞・8月8日(月曜)日付この記事の中で注目といえるのはNPO・リーラ(東京都文京区)を紹介している事です。



「KHJ 岡山きびの会」10・11月行事予定

「月例会」以外はすべて上之町ビル4Fにて行っています

	日	月	火	水	木	金	土
10 月 度							1 居場所
	2	3 居場所	4	5 居場所	6	7 居場所	8 居場所
	9 月例会	10 祭日	11	12 居場所	13	14 居場所	15 居場所 松田相談日
	16	17 居場所	18	19 居場所 西家族教室	20 PC教室	21 祭日	22 居場所
	23	24 居場所 役員会	25	26 居場所 トリームキャッチャー	27	28 居場所	29 居場所
11 月 度	30	31 居場所	1	2 居場所	3 祭日	4 居場所	5 居場所
	6	7 居場所	8 PC教室 特	9 居場所 クリスマス	10	11 居場所	12 居場所
	13 月例会	14 居場所 萩尾勉強会	15	16 居場所 西家族教室	17 PC教室	18 居場所	19 居場所 松田相談日
	20	21 居場所	22	23 祭日	24	25 居場所	26 居場所
	27	28 役員会	29	30 居場所 編物・年賀状			

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

西家族教室： 13:30～16:00 西紀子カウンセラー、原則毎月第3水曜日、会員は参加費無料

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。

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3000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・原田(0869-22-1711)、参加料500円

PC(パソコン)教室 原則第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23年10月24日発行 OSK増刊通巻1343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)

(定価100円は会費に含まれています)