

平成12年9月20日第3種郵便物認可(毎月25日発行)

平成15年10月27日発行 O S K増刊通巻232号

O S K

K H J 岡山きびの会

「メッセ〜ジ・21」

03年10月号

《11月例会ご案内》

日時 11月16日(日) 13時～17時
場所 さんかく岡山 (岡山市男女共同参画社会推進センター)
岡山市表町3-14-1-201 (086-805-3355)
市内電車[清輝橋行]新西大寺町筋下車徒歩1分
会費 1000円

第1部 ビデオ学習

「家族・社会の支援」

(9/30 斎藤環, NHK人間講座「若者の心のSOS」第8回)

「公的機関に何ができるか」

(9/30 NHK「心の相談室」くひきこもりサポートキャンペーン)

第2部 グループ別話し合い

ビデオ学習を受けて、「私たちの家族会の役割は何か」、また「どのように県や保健所と提携し、支援を求めていったらよいか」について話し合い、皆で進む方向を求めていきます。

いも掘り体験をしませんか！

日時 10月19日(日) 13:00～【現地集合】
場所 早島町 佐々木農園【案内図参照】
用意 軍手、スコップ、汚れてもよい靴または長靴、お茶、
いもを入れる袋

道順 … 国道2号線「早島中」交差点を南に入り、つきあたりの信号を
右に曲がり、最初の曲がり角を左に行くとマルナカが見える。その
まままっすぐに線路まで行く。線路の手前を右に…踏切を過ぎて
左が畑です。車は川のそばに4・5台おけます。又、役場の駐車場
もいっぱいおけます。役場から歩いて5分です。早島駅から歩いて
も10分位です、線路ぞいに2つ目の踏切を目指してください。

さつまいもはいっぱいあります。

たくさんのお越しを待ってます。 佐々木 090-7771-3062

雨天 いも掘りは取りやめ、早島町「いかしの舎(☎)」で、《脱出支援》
《就労支援》等について佐々木さんご夫妻と皆で話し合うこと
にします。

晴天の場合も、作業終了後に「いかしの舎(☎)」で一休みします。

〔いかしの舎(☎)：上記「つきあたりの信号」脇 086-483-1243〕

雨天の時は、「わかば」グループは別行動を計画します。

参加 希望者は事務局(086-424-7162)までお申し出ください。
交通手段は車の乗り合わせなど互いに連絡を取り合います。

< 12月例会予定 >

日時 12月14日(第2日曜日) 13時～17時
場所 岡山国際交流センター(駅西口より徒歩3分)
岡山市奉還町2-2-1 (TEL. 086-256-2000)

講演 「国のガイドライン(*)の概要説明
及び 県の施策と今後の見通し」【仮題】

(*「10代・20代を中心とした「ひきこもり」をめぐる地域精神保健活動のガイド
ライン～精神保健福祉センター・保健所・市町村でどのように対応するか・援助す
るか～」…今年7月に厚生労働省が最終版として関係機関に送付したものです。)

講師 岡山県精神保健福祉センター 藤田 健三 所長

< 1月例会予定 >

とき 1月14日(第2日曜) ところ さんかく岡山
新春コンサート … [琴演奏] 森 祥子 さん
グループ話し合い … 精神保健福祉士・南雲千代子さんを囲んで

＜出石小・居場所＞スケジュール

— それぞれの時間帯にご注意ください —

- 10月13日(月) 10月例会
 14日(火)
 15日(水)
 16日(木)
 17日(金)
 18日(土) 【フリースペース】(10~12)
 小学習会(13~16)
-
- 19日(日) 《いも掘り体験会》(13~)
 20日(月)
 21日(火)
 22日(水) 【フリースペース】(13~16)
 23日(木)
 24日(金)
 25日(土) 【フリースペース】(10~16)
-
- 26日(日) <役員会>(11~)
 27日(月) NHK-TV『引きこもりサポーターキャンペーン①』
 28日(火) NHK-TV『引きこもりサポーターキャンペーン②』
 29日(水) 【フリースペース】(13~16)
 30日(木) 母親教室(13:30~16)
 31日(金)
-
- 11月 1日(土)
 2日(日)
 3日(月)
 4日(火)
 5日(水) 【フリースペース】(13~16)
 6日(木)
 7日(金)
 8日(土) 総社市保健師さんとの交流(10~)
 【フリースペース】(13:30~16)
-
- 9日(日) <役員会>(11~)
 10日(月)
 11日(火)
 12日(水) 【フリースペース】(13~16)
 13日(木)
 14日(金)
 15日(土) 【フリースペース】(10~16)
 16日(日) 11月例会

小学習会

『聴くことの力』のビデオ
 や小テキストを題材に、身
 近な話題でフリー・トーク

いも掘り

みんなと一緒に、自分で掘
 ったおいもは格別おいしい
 ことでしょう。

→ P. 8 参照

母親教室

〈聴き方練習〉 〈言葉かけ
 練習〉や〈ロールプレー〉
 で気づきを深めましょう。

居場所

【フリースペース】は親・
 子、みんなの居場所です。
 気軽にお越してください。真
 に心安らぐ場にしましょう。

連絡電話：土曜日のみ
 (070-5306-9539, 花谷)

【出石小学校】 岡山駅(表口)前の大通りを南(市役所方向)へ約500M, 林原
 駐車場を過ぎてすぐの「幸町」交差点(歩道橋あり)を東に入ると、次の信号の右斜め角です。
 門にカンヌキがかかっていたら外からはずして入ってください。
 校門を入れて右手斜め前の管理棟の3階に「KHJ岡山きびの会」の部屋があります。

引きこもり「親の会」の1年3ヶ月 《仲間》と《希望》に出会えました

M. O.

二男は30歳の時、職場で長期の陰湿な集団いじめを受け、心身共に傷つき仕事をやめました。それから6年余り家におります。

仕事をやめてから、神経症状が出てきました。繰り返す手洗い、トイレのたびの着替え、山のような洗濯物、電気・水道代が4倍近くになり、真夏も厚いカーテンをひき窓も開けない生活です。

私も<うつ>状態になりました。電話にも出られず、人にも会いたくない。体調も悪くなりました。「私なんか母親になる資格はなかった」と、自分を責め、夫を責め、消えてしまいたいとさえ思いました。

3年前から二男は柴犬の仔犬を飼い始めました。正月に帰ってきた長男に誘われてジョギングも始めました。しだいに外へも出られるようになりました。

それと前後して、夫の教え子夫妻の会社で「職親」的な気配りをいただきながら、8ヶ月間ほど仕事ことができました。誰をも信じられなかった二男が、人間への信頼を取り戻していくありがたい契機になりました。

家庭の中が少し落ち着いてきた一昨年暮れ、岡山・金剛寺で県下初めての「引きこもり親の会」があり、夫婦で参加しました。

本堂一杯に、百人以上の人が集まっていました。その数に驚くとともに、「自分たちだけではないのだ」と勇気づけられました。

親の会に出会えて初めて、兄弟にも親戚にも言えなかったことが、みんなの中で話せました。息子を、夫を、自分自身をやさしく見つめられるようになりました。

「引きこもり」の言葉におびえることもなく、みんなと一緒に学び合い、支え合いながら、少しずつ希望がわいてきました。「この子のおかげで私は変わった。勉強させてもらえてよかった」という声をよく聞きます。その言葉に私はまた励まされています。

しかし、今の二男を受け入れてくれる職場も環境もまだありません。親の会のみんなと力を合わせて、道を切り開いてやらなければならない、それまで力のある限り歩み続けようと思っています。

(' 0 3 . 3 . 1 8)

『子育て・教育なんでも相談ネットワーク通信』への原稿として書きました。

きびの会 9 月度例会

平成 15 年 9 月 20 日 1 時 30 分～4 時 40 分

103 名参加

1) 開会挨拶

2) 佐々木元会長挨拶

奥山会長への感謝・お礼など簡単な挨拶と現状などの話。

3) 川島会長の奥山会長紹介

行政も引きこもり対策元年として動き出した。

引きこもりの子供たちの共通点はシャイで、プライドが高く、やさしくて、共通点がある。この会に参加するきっかけとなったことを話された。

行政にアピールできるように勉強するためにも奥山会長に来岡をお願いした。

4) 奥山雅久代表から

講演 『引きこもり対策元年』

～ 引きこもりの実態と動き始めた社会 ～

岡山の立ち上げには真言宗の津下住職のお世話になった。

高野山の集まりには 21 名の若者が集まった。そして一人の脱落者もなかった。

本人たちは、ある環境に入るといけるのだなあー。きっかけ、自信、人のためになるということをするには大きなエネルギーとなる。

30 代以上が 37% に達している。思春期問題としてこの時期に何が起きているのか？ 効率主義の世のなかに入っていけるか？ 日本の豊かな時代にうまれてきている、生きるとはなんということか？ などの問い合わせが来ている。時代の落とし子である。親の世代と子供の時代のギャップがあり親の価値観を押しつけても通用しない。

親も子も世間体をすごく気にしている。

子供が大人になってゆくには引きこもっている、考える時も必要と考える。

日本の精神医学界は 20 年遅れている。

KHJ には 11 歳から 53 歳までの方が入会している。

引きこもりは二次障害が発生してくる。強迫神経症、人格障害など本人は自己否定して自信がもてなくなっている。ひきこもりは百人百様である。

水を飲みたくない馬に水を飲ますことは出来ない。煮詰まって煮詰まったときに、どう親が出るか。

家族機能不全、父が離れてゆき、お母さんが息子さんのパートナーとなって共依存となってくる。

親が死んでも何とかなる。いま苦しいことと、将来の不安。この事を一緒に考えるからどうにもならなくなる。子供は親が死んだら何とかなる。生活保護、障害者年金、などある。国がなんとかしてくれる。

個人が何とかしようとするから大変だ。国が何とか動くと思う。

世間体、横並び意思、金太郎飴、の意識がある。自分だけの中で何とかしようと思っている。

「引きこもりガイドライン」が出て、行政が対応しなければならないことになってきた。これから動き出すことになる。いろいろな施設、民間の施設を連携して動きが求められている。

うちだけで何とかしようと思ってもだめである。行政にどんどん頼るべきである。人が人をケアすることを必要となってくる。

強迫神経症、摂食障害、社会不安障害、慢性疲労症候群 … これらは家族を巻き込んで大変である。

社会が変わり、考えが変わり、

生物学的要因の人も含まれている(アスペルガー、自閉症、PTDST、統合失調症、etc) 願望と実現は別個のものだよ! 親自身がやりたい事をすることは大事。

人間は社会的動物、一人では生きてゆけない。自分がいい思いをしなければ他人に優しくなれない。従来 of 価値観は通用しない。

鈍感な人は引きこもりにはならない。引きこもりの人は高い能力を持っている。後の社会には役に立つと考えて行うことは大切である。

長い間小さいときから引きこもっていると、他者性の欠如があり、いきなりの就労はまずだめである。中間施設(居場所)が必要。中間施設に補助金が出てくれれば助かる。段階的に係わりを持ってもらわなければうまく行かない。

根本的行動 … 大人になったら親から離れて行動するのが普通の摂理。

だが日本ではパラサイトしてしまう。それを認める文化がある。全員が中流意識。

他のグループとの共同で事業を作ることも大切である。やろうという意志を持たなければ何事も出来ない。

他者の考えに振り回されない自己を作る。真の個人主義の考え。

ほしい、ほしいと思えば自縛にとらわれる。

自己実現するために行動するのであれば苦にはならない。喜び、楽しみが伴ってくる。精神保健福祉センターにケースワーカー、臨床心理士の応援を依頼してもうまく行くのでは … 、ガイドラインもできているので。

子供は彼等の人生として大切にしなければならない。

5) 事務局報告

- *砂川公園でバーベキュー大会を10/5に行う。参加ください。本人、親も。
- *サポーター研修希望申し込みの締め切りは本日です。
- *居場所をもっと積極的に活動したい。出石小学校は来年も使用できる。
- *保健師さんが「きびの会」の活動の内容を教えてほしいと依頼してきている。
- *居場所 … 土曜日は4時まで行なう。
- *会計報告 … 赤い羽根共同募金会から25万円の助成あり。パソコンを購入。

6) 奥山代表の質疑応答

- * 薬は医科薬としてなっている物は医者の方箋が必要
- * 慢性疲労症候群は学術的に適用されていない。外国では適用されている。
熊本の大学とか全国でも、これを調べている病院は少ない。これがピタッとくればうまく行くことも多い。慢性疲労症候群として引きこもる人と、引きこもった結果慢性疲労症候群になる人も多い。前頭葉に血流が行かなければ前向きな考え取り組みが出来なくなってくる。結果、横着病ともいわれる。フラボノイドの多く含まれている銀杏葉エキス。1月服用として結果が出なければ慢性疲労症候群ではない。朝、40分の運動をすればよくなる。生活習慣病の一種とも思われる。
- * 社会不安障害
精神保健福祉センターに行けば対処してくれる。
- * 精神科の病院
引きこもりの精神科は十把一絡げ(じっぱひとからげ)にすることは難しい。
- * 親と子と別々に分かれて暮らすことについて
子供は見放され感を持たないか。
本人と親、社会の段階を知ることが大切である。親がメンタルケアを受け、一番よいと思われるものを選択する必要がある。とことん話して行動すれば結果は納得ゆくものになる。世間体で行動すれば失敗する。
暴力に対しては親殺し、子殺しは絶対さげなければならぬ。こちらが過剰の反応をしないこと。しかし統合失調症などの精神病は別。
- * アスペルガーについて
好きなことをしてゆけば専門家等になる道もある。肉体労働して血流を高めてゆく手もある。
- * 息子と父の関係
父が本人の状況を理解してうまく行くレベルもある。やってみる可能性は高い。
距離感が保てなくてひきこもりになるケースもある。
- * パソコンの件
慣れてゆかなければならぬ。バーチャルなことを出来るが実感は出来ない。人と交わることにしか出来ない。パソコンも道具として使うことは問題ない。電磁波の問題はある。
- * グループホームで近くにあるところを教えてください。
岡山の近くには少ない。宮崎、東京、千葉、京都のライフワークはあるが絶対数が少ない。必要と思われる。
- * 息子と共依存との関係
とにかく離れることである。逃げる、状況による。根本的に変えると言うタイミングがある。結果を求めない。

NHK教育TV『ひきこもりサポートキャンペーン』

10月27日(月)・28日(火) <2夜連続>

《ひとつの出会い ～ ヤイコと100人の若者たち～》

「ひきこもりサポートキャンペーン」のキャンペーンソング“Life's Like A Love song”を歌っている矢井田瞳さん、通称ヤイコ。今回、ヤイコと100人の若者とのトーク&ライブが実現します。

集まる若者の多くは、HP上の「ネット相談室」「掲示板」にこれまでアクセスしてくれたひきこもっている本人。およそ1000人(18歳以上・連絡可)にダイレクトメールを送り、コンサートの参加者を募集しました。勇気をもって参加してくれた若者たちが、「人が怖いって思ってしまうのですけれど」「自分をどうやって肯定すればいいの?」「誰からも愛されない自分って何?」「夢をもちたい」などなど、率直な想いをぶつけあう場となります。

ひきこもりからの一歩、というのは百人百様。でも、ちょっとした出会いや小さな成功体験など、そのきっかけは意外とささいなことだったりもします。番組ではこの1日をドキュメントし、歌とトークを通して元気や勇気を伝えられたら…と願うヤイコと、最初の一歩のきっかけをつかみたいというひきこもっている若者との「ひとつの出会い」を伝えます。

岡山きびの会 連絡電話

0868-23-3294 川島(会長・津山)

086-424-7162 織井(事務局・倉敷)

710-0815 倉敷市日吉町517-4

070-5306-9539 花谷(出石小,土曜10~12時のみ)

平成12年9月20日第3種郵便物認可(毎月25日発行)平成15年10月27日発行 OSK増刊通巻232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 (Tel. 086-263-7537)

(定価1部100円 は会費に含まれます)