

# 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)

2019 年 6 月 27 日 OSK 増刊通巻 787 号

<http://kibinokai.ciao.jp> 「メッセージ・21」

第 189 号(令和元年 6 月)



## 『KHJ 岡山きびの会』のご案内

2019 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。

会 長 馬場 貴裕

連絡先 【電話】080-9795-2786 (居場所が開いている時間帯のみの着信専用電話です)

【メール】khj\_okayamakibinokai@yahoo.co.jp

居場所 岡山市北区表 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)

月曜日 : 12:00~17:00

水曜日 : 11:00~16:00

金曜日 : 13:00~18:00

土曜日 : 11:00~16:00

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。

### <令和元年 6 月例会のお知らせ>

日時 令和元年 6 月 9 日（第 2 日曜日）13:00～16:00

場所 きらめきプラザ 2 階 ゆうあいセンター 第 1・2 研修室  
※ 会場変更注意

岡山市北区南方 2 丁目 13-1 電話：086-231-0532

#### 内容

- 「ヨーガ療法」 講師：川島 和子  
(社)日本ヨーガ療法学会員認定ヨーガ療法士)  
※バスタオルを持参ください。
- きびの会文化祭（会場展示を行います。）

参加費 正会員 500 円 正会員以外の方 1000 円

### <令和元年 7 月例会のお知らせ>

日時 令和元年 7 月 14 日（第 2 日曜日）13:00～16:00

場所 きらめきプラザ 2 階 ゆうあいセンター 大会議室

演題 「県ひきこもり支援センターのとりくみ」

講師：ひきこもり支援コーディネーター

参加費 正会員 500 円 正会員以外の方 1000 円

ひきこもり本人が求めているのは何か？

～これからのきびの会について～

KHJ 岡山きびの会会長 馬場貴裕

人の親でもない僕が会長をしている事に違和感がある方が、少なからずいらっしやると推測されます

何より両親と不仲な僕自身が、誰よりも違和感があるかもしれません。

しかし今の僕は、精神疾患のある妻のある身で、仕事や家事を継続して行えず一日中寝込む事もある家族を支える立場であり、家族の支えを考えるという点では皆さんと一緒に認識しています。

年明けに皆さんに対してのアンケート結果からも、それぞれの家族の課題は、僕達夫婦の課題と類似していると感じています。

そのアンケート結果ですが、当事者の生活状況の乱れや、社会との繋がりが希薄になっている事の心配が多く見られます。

その改善の為には、家族が対等に本音で会話をする事が必要なのはわかっていますが、それが出来ない現状への苦悩も多く見られました。

その結果として、将来の見通しが立たない苦悩も多く見られました。

そのような現状の中で家族として出来る事が見出せない、また出来ていた事が老化と疲労で出来なくなっていくといった、家族の力の限界への嘆きの意見が大半を占めていました。

それらの課題の解消の為に、今年度の岡山きびの会は今一度、当事者や家族が使える福祉サービスや社会資源の情報収集と、家族の疲労やストレスを癒す為の家族交流の場の提供に努めていきたいと思っています。

本年度の月例会のテーマとしては、7月に岡山県ひきこもり支援センターの方に、県内の福祉サービスや社会資源について話して頂きます。

複雑な福祉制度と社会構造の中で、今一度、自分達が見落としている社会サービスを掘り起こしたいと思っています。

また6月には家族会員による健康講座を行い一番大切な健康の維持を考えていきます

その他、生活保護と後見人制度について、年金制度についても今後の月例会で扱う予定です。

一方で月例会や居場所に来られる参加者同士の交流を活性化したいと考えております。同じような悩みを持つもの同士で交流をする事で、孤立感の解消や情報共有は勿論の事、交流中から『本音のコミュニケーションが出来る環境は何か？』を皆さんと一緒に考えていき、それぞれのコミュニケーション能力の向上につながればと考えております。

力不足の点多々あるでしょうが、だからこそ会と皆さんと対話が一番必要になりますので、是非とも、今まで以上に月例会や表町の居場所に来て頂けたらと思っています。

何卒、宜しくお願い致します。

## ひきこもり本人が求めているのは何か？ ～僕の考えていること～

会長 馬場貴裕（KHJ ピアサポーター）

### 1 はじめに自己紹介

一方的な「講演」ではなくて、みなさんと対話する形ですすめたい。

①名前 ②大体の住所 ③最近楽しかったこと（連休のことでもよい） ④なぜ今日の例会に参加したか を全員から、ゆっくり時間をかけて、出し合った。

（新しい会長として、会員のみなで、会をもりあげていきたいという馬場さんの気持ちがあふれている。会長自身の自己紹介では、今まで知らなかった馬場さんの家族のことを自分のことばで、いっぱい話してくださった。会員同士も、**本音で語り合いたい、本心が言えるようになりたい、馬場さんがまず自分で示していつているように思った。**＝文責：矢田）

①副会長と事務局を担当している矢田。 ②岡山市中区。 ③新年度になって、和太鼓、フラダンス、書道の公民館講座を申込み、スタート。仕事も週半分続けている。仕事以外にも、それぞれ知り合いができ、自分ひとりではなかなか体を動かさないの、とても楽しく続けている。（6月文化祭でフラダンスやっは！と声いただく）連休は孫と「令和」の書初めをした。 ④ピアサポーター（ひきこもり経験者）の馬場さんと浅山さんが、会長と副会長になって、負うた子に教えられ、という心境！で、例会に参加した。早島町のSさん、③昨年の西日本豪雨、野菜畑の浸水存じませんでした、お見舞い申しあげます。瀬戸内市のHさん、③健康体操、認知症予防の脳トレの実技、楽しかったです。岡山市のTさん③子ども食堂の運営、ランチづくり毎月お疲れさまです続けられることがえらいと思います

### 2 きびの会アンケートからのまとめ

（会長がまとめをホワイトボードに記載。転載はしないこと）

平成30年12月～平成31年1月まで、会員へむけて、郵送で実施。返送は、無記名、合計37名であった。（役員会で、個人情報につき、取扱いは慎重に行うことになった。）

（**8050問題**、といわれる問題が、岡山きびの会でも**例外なく**、さしせまってきていることが明らかになった。『本人40代、母70代、父80代。ひきこもり期間は20年以上、3人家族で、父に介護が必要になってきた。親が子の面倒をみられなくなる時がすぐそこまで来ている。本人は、病院にも行ってくれない。ひとりになった時に心配である。母から』一例だけそのまま開示させていただく。そのような中で、『きびの会にも、岡山まで出かける元気もなくなった、はじめはがんばったが、何も変わらない』、などの意見もあった。一方で、『わかものと自然な形でいっしょに活動できているのはよいと思う。お世話をして下さっている方には感謝します。』には大きく励ましていただいた。＝文責：矢田）

### 3 これからのきびの会活動に求められるもの

馬場会長から、『家族ができること、友人ができること、地域ができること、行政ができること、それぞれ役割がある、連携を強めてとりくみたい』『親同士の交流をもっとしたい、との意見をうけて、例会でもできるだけ交流しよう』『ひきこもり施策、後見人、生活保護については7月から連続講座を計画している』『どんどん情報発信していきたい』乞うご期待♥

# \* お知らせ掲示板 \*

## きびの会役員会へ

**どなたでもご参加ください！**

新しい馬場会長のもと、仕事をされている本人、家族の方々も参加いただけるよう、日時を変更いたします（公開です）  
みんなで荷を分かち合いましょう。

① 毎月第2（日）-例会日-

きらめきプラザ 2F

10:30~12:00

② きびきびサロン（旧役員会に相当）

毎月第4（金）11:00~16:00

『きびきびサロン』で川島が担当します。



◆◆～お譲りします♪～◆◆

スチールラック 3組

各：高さ 1200mm 幅 610mm

奥行 310mm

必要な方はお知らせください。

お譲りします！

運搬が必要な場合も相談可能です。

## シリーズ居場所紹介③

### きびきびサロン

きびきびサロンへお立ちより下さい。

新しく今年度からはじまったサロンです。

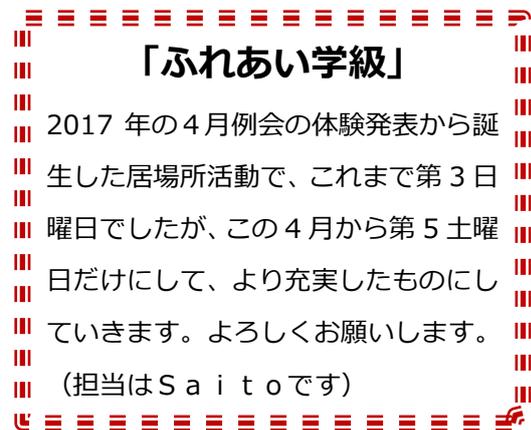
日時は、毎月第4（金）11:30~16:30

サロンの担当は、川島前会長（現顧問）

実はこの時間帯は、昨年度までは役員会を開いていた時間なのです。

「若いもんには負けないよう、わたしらもがんばろうやー」という気持ちで、なんでも話をしています。おいしいおつまみもありますよ。どうぞお気軽にお越し下さい。

（文責：矢田）



**!!! 注意 !!!**

きびの会入り口ドアお気をつけ下さい

ただいま、入り口ドアのガラスが割れて仮補修しています。

開閉の際は十分気を付けてください！

『令和元年度会費』  
納入をお願いします。

会員：6,000円

賛助会員：3,000円

家族会員の皆様の会費で、  
きびの会自体は運営されています。  
よろしくお願いします。

6・7月 KHJ 岡山きびの会 居場所・行事カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						6月1日 父親学級
2	3 相談 居場所	4	5 居場所 /夜の居場所	6	7 居場所	8 家族教室 居場所
9 役員会 定例会	10 相談 居場所	11	12 居場所 /夜の居場所	13	14 居場所	15 カウンセ リング 松田先生
16	17 相談 居場所	18	19 母親学級 居場所/ 夜の居場所	20 健康教室	21 居場所	22 若者学級
23	24 相談 居場所	25	26 居場所 /夜の居場所	27	28 きびきび サロン 居場所	29 ふれあい 学級
30	7月1日 相談 居場所	2	3 居場所 /夜の居場所	4	5 居場所	6 父親学級

岡山きびの会 居場所 地図

※居場所開催行事

矢田相談日：毎月曜日 12:00～17:00 矢田初恵 PSW による無料相談 携帯：090-6433-1877 (要予約)	
家族教室：第2土曜日午後12:30～15:00 担当：西紀子さん	
松田相談日：第3土曜日 9:00～18:00 担当：松田勝カウンセラー 要予約：090-8695-0904 (先生の携帯) 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：第4水曜日 13:00～18:00	父親学級：第1土曜日 11:00～16:00
小阪相談日：3水曜日 11:00～16:00	ふれあい学級：第5土曜日 11:00～16:00
若者学級：第4土曜日 13:00～18:00	夜の居場所：毎週水曜 18:00～21:00 ※調整中
健康教室：第3木曜日 11:00～16:00 担当：大阪府療術師会会員 大塚桂子さん	
きびきびサロン：第4金曜日 11:30～16:30 関心のある方どなたでもご参加ください担当：川島	
役員会：第2日曜日 10:30～12:00※場所はきらめきプラザ	
定例会：第2日曜日 13:00～16:00※場所はきらめきプラザ	

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）