

第 209 号

(令和 3 年

2 月)

『KHJ岡山きびの会』のご案内

2020 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	非会員・賛助会員の方	1000 円

※ひきこもり当事者・経験者の方は月例会参加費無料

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 【電話】090-6433-1877 副会長：矢田

【メール】[khj\\_okayamakibinokai@yahoo.co.jp](mailto:khj_okayamakibinokai@yahoo.co.jp)

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)

# KHJ岡山きびの会の願い

不登校・ひきこもりの当事者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。そして当事者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3年2月例会の予定 ▽

日時	令和3年2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	岡山市北区南方2丁目13-1 電話:086-231-0532	
内容	●演題 「私がこれまで見てきたことから」		
講師	講師：日笠守 所属：フリーランス就労コーディネーター、元HW職員 前就労支援員		
参加費	正会員 500円	正会員以外の方 1000円	

## ▽ 令和3年3月例会の予定 ▽

日時	令和3年3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	岡山市北区南方2丁目13-1 電話:086-231-0532	
内容	●演題 「住まいの支援を含めた、これからの支援のカタチ」		
講師	講師：中村友紀 所属：KHJ福山ばらの会会長		
参加費	正会員 500円	正会員以外の方 1000円	

# 前回の定例会では—

KHJ岡山きびの会 1月例会

2021（令和3年）1月10日

ひきこもり家族の思いを話し合う～新年にあたって～

ファシリテーター KHJきびの会会長 馬場貴裕

副会長の矢田さんが、「書初め」の準備をしているので、希望される方は、どうぞ、はじめに、思い思いの書初めをなさってください。（写真参照）

## 初詣、今年の願い…

では、①名前、通称でよい。②初詣について ③今年の希望、〇〇したい。というふうに、話を始める。コロナの感染予防もあり、なかなか交流できないので、少しでも、短時間ですが（本日の閉会は15時）、「孤立しないように」話をしたい。（順不同、文責：矢田）

②今年は、コロナのこともあり、毎年元旦に会員で集まることはなかった。幼いときは、最上稲荷や、吉備津神社に行っていた。③昨日、NHKドラマ「おもひでぼろぼろ」をみて、嫌な思い出を語り合い、心のひだを大切にしていきたいと思った。2月4日には、東備地域精神保健セミナーとして、赤磐市の家族会と合同で、「当事者と家族が地域で安心して暮らしていくために」を計画している。

②今年は私も初詣はしていない。近所に、牛神様があり、今年は牛年で、多くの方がまいっておられる。③父親も定年退職し、息子とみんな一日中家にいる。みんな出ない。コロナが早くおさまってほしい。息子がすこしでも家から出られたらいいと思う。

②自分は神仏を信じないので、初詣はしない。子どもの頃の思い出は、甘酒をいただいたこと。③足、腰が弱ってくるので、体力を維持したいので、最近、家から職場まで（約20分）歩いて行っている。③11月のNHKのひきこもり特集をみて、「孤独死」のケースがあったのが、自分の家のことを考えさせられた。

②有名な善通寺にお参りした。③この2年間、職場では、ずっと窓際においやられていて、転職を考えている。本日の例会は、就活の話が聞けると期待してきた。（後に、会長が個別相談を行った。）

②初詣には、もう何年も行っていない。妻が長期療養中で、面会もできず、いつ病院から連絡があるか、という状態。③今年は、自分の年、牛年。ふたまわりかな（笑い）

②今、母と同居したので、車でどこでも行けるようになった。畑があるので、豆を植えた。ネットに参加していて、ひきこもり、障がい者の情報をえている。広い目でみていきたい。

③毎日、毎日、なんとか暮らしている。それも大事なことだと思っている。

②自宅の近くの、さびれた小さい神社におまいりする。③家族みんなの健康を祈る。コロナは、いつ自分になるかと不安である。

②主人の運転で、朝早くでかけ、初日の出をおがみ、そのままお参りする。③今年の願いは、健康、自分たちだけでなく、孫、ひ孫まで、みんなの健康を祈る。

②今年は、個人的には「喪中」で、おまいりはできなかった。かって仕事で牛神様に参った。はじめに備前焼の牛の焼き物を供えて、願をかけて、ひとつ供えてある牛の焼き物をいただいて帰る。次の年は、お礼に、また牛の焼き物をもってお参りする。中央に大きな牛神様（備前焼）のまわりに小さな牛の焼き物がいっぱい盛り上がっている。毎年1月5日が例祭である。③自分自身の「元気の回復」を、ゆっくりしていきたい。昨年11月、NHKのひきこもり特集から、「家族ができること『どのように声をかければいいのか？』」の資料をもってきた。

②元旦の夜中に、岡山神社にまいった。③やりたいことがあれば、体が動くようになったので、今年も、それでいきたい。

②蜜を避けて、先週の日曜日に、妻と、3カ所、初詣にでかけた。牛神様にも、妻が希望したので、一度上がってからまたおりて、牛の焼き物を買って、願をかけてきた。③「ひきこもり」について、「ひきこもりはなおらない」とか「ひきこもっていた人は特別な人」というとらえかたがある。このとらえかたは、そうではない、「だれでも、こもりたくなることはある」と伝えたい。個人的には、ネコが一匹加わって、家族3人仲良くしていきたい。

（ここでいったん休憩15分、換気）

### 自分の体の健康、子どもの心の健康…

みなさんのお話から、家族自身、自分の体の健康のこと、ひきこもっている子どもの「心の健康」のことが多くだされた。「車に乗らないで、自転車に乗っている。」「職場まで徒歩で通っている」という話もでた。当事者から「（買い物に）出ていなくてもネットで買える。」という発言もあった。

コロナ感染予防や「自粛」についての不安もだされた。「年末に、夫の兄（隣県）が感染したという知らせがきた。他人事ではないと実感している。」との発言もあった。「趣味のオカリナ講座が中止になった」「毎年の公民館の文化祭が中止になった」などの発言もあった。

### 仕事（ボランティアを含む）について…

ひきこもり当事者・経験者にとって、仕事とは？という意味をもつのだろうか？「今の職場では受け入れてもらえない。」「やりがいを感じられない。」との発言があった。本人から「世間に出て、

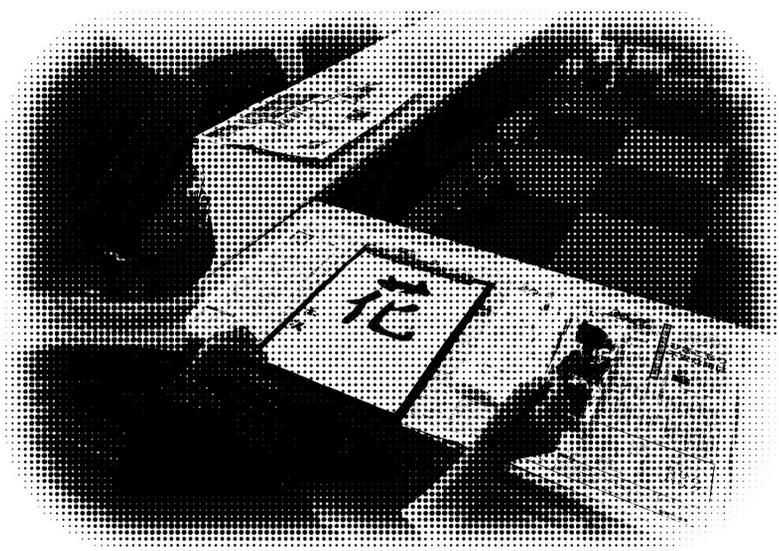
自分の居場所、出ていくところがほしい。」という切実な声もあった。「息子は、妹の子ども（私の孫）を家でめんどうをみるようになって、部屋からでてきて、よく相手をしてくれるようになった。」とのお話もあり「家族のなかで、本人の役割があること」「自分の存在感を認めてもらえること」「自己肯定感がもてるようになること」が大切である。本人にとって、働くという「仕事」だけでなく、家の中でも、「希望をもって」「自分が存在している実感をもって」生活できたらいいと願っている。

### 最後に、オンライン例会について、可否は？

ここで、コロナ感染予防対策として、全国KHJでも、昨年6月は支部長会議がオンラインでひらかれた。岡山きびの会でも、オンラインで、会議や相談ができるようにしていくという方向も考えている。「ネットが使える環境にあるかどうか？」「自分としては、やってもいいかどうか？」と、馬場会長から質問があり、それぞれ挙手でしめた。



←書初めの様子



感染症対策に関連した、きびの会上之町ビル  
居場所利用について、ご協力のお願い

- ①きびの会居場所の利用の際は必ず自前の**マスクを着用**してください。  
※来客者用のマスクは置いていません。
- ②入室の際には、設置してある消毒液で、**手指の消毒**をしてください。
- ③入室後の検温で、**37.5度以上**の発熱がある場合は利用できません。
- ④県外から来られた方、県外へ出かけられた方は  
**2週間の間**居場所利用の自粛をお願いします。  
※居場所当番、又は相談で来られた方は除く
- ⑤以上のご協力が得られない時は、居場所の利用をお断り  
場合によっては**出入り禁止**をお伝えさせていただくことがあります。

不便とは思いますが、当面の間、ご協力をお願いします。

KHJ 岡山きびの会

～ お知らせ掲示板 ～

※ 重要なお知らせ ※

新型コロナウイルス感染予防のため、9月例会以降、参加者の**検温**（非接触式体温計）と**電話番号**の把握（同意による）、を行います。当日繰り返し**37.5度**以上の計測が認められる場合、月例会の参加をお断りする場合があります。当面の間ご協力ください。

\* 募 集 \*

岡山きびの会では会計作業・居場所当番・会報編集の何れかを手伝ってくださる方を募集しています。興味のある方はご連絡ください。

連絡先【電話】090-6433-1877

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

又は、居場所当番の矢田（月曜担当）浅山（水曜夜担当）まで

\* 居場所 電話故障中 \*

連絡は、副会長：矢田 090-6433-1877 までお願いします。

\* 空気清浄機を設置 \*

居場所に加湿機能付きの空気清浄機を設置しました。

\* イベントのお知らせ \*

『好きな音楽♪紹介の日』

2月22日(月)居場所、13:00～開催

好きな音楽を持ち寄って聴きながら語らいきましょう♪

※居場所のアンプを使用して音楽を流します。

ステレオミニジャック搭載のプレイヤーを持参ください  
スマートフォン、MP3プレイヤーなど

## KHJ 岡山きびの会 上之町ビル

### \* 居場所 活動紹介 \*

#### 月 毎(月) 居場所・矢田相談 13:00~18:00

・お気軽に相談いただけたら嬉しいです(相談、要予約・無料)

・ゆっくり話したいと思っています 居場所担当：**あさやま**

・居場所としてどなたでも利用可能 相談：**矢田 (PSW)**

・午後は電話相談を受付けています (090-6433-1877)

#### 水 毎(水) 居場所 13:00~18:00

・自由に来てくれ!

・どなたでも利用可能

担当：**周平**

#### 水 毎(水) 夜の居場所 18:00~21:00

・社会参加を目指している人や、また就労後にも集える夜間の居場所

・どなたでも利用可能

担当：**あさやま**

#### 木 第3(木)のみ 健康教室 11:00~16:00

・軽い体操などをしてあります。

曜日 居場所としてどなたでも利用可能

担当：**大塚**

(大阪府療術師会会員)

#### \*\*\* きびの会 居場所の利用について \*\*\*

・ひきこもり当事者、経験者、家族、他“ひきこもりに関心のある方”など

基本的にどなたでも無料で居場所を利用できます。※一部相談は有料

・居場所が開いている時間内は、いつ来ても、いつ帰っても自由です。

※ 居場所の所在地などは、会報最後のページの地図参照

※ 祝日は、基本にお休みしております。

#### 金 第1~3(金) 居場所 13:00~18:00

・自由に来てくれ!

曜日 どなたでも利用可能

担当：**周平**

#### 金 第4(金) きびびサロン 11:00~16:00

・居場所としてどなたでも利用可能

担当：**小阪 (支援者)**

#### 土 第1(土) 父親学級 11:00~16:00

・居場所としてどなたでも利用可能

#### 土 第2(土) 家族教室 13:30~16:00

・家族を主な対象とした居場所です。

・居場所としてどなたでも利用可能

担当：**西 (家族)**

#### 土 第3(土) 松田相談日 9:00~昼過ぎまで

※時間は予約状況により変更あり、ご了承ください。

・相談を受け付けております。※要予約・有料・定員8名

・【料金】会員は1時間3,000円 担当：**松田勝カウンセラ-**

・カウンセリング終了後 (要予約：090-8695-0904)

16:00 まで居場所として利用可能

#### 土 第4(土) 若者学級 13:00~18:00

・自由に来てくれ!・居場所としてどなたでも利用可能 担当：**周平**

#### 土 第5(土) 居場所 13:00~18:00

・どなたでも利用可能

## KHJ 岡山きびの会 2・3月 居場所・行事カレンダー

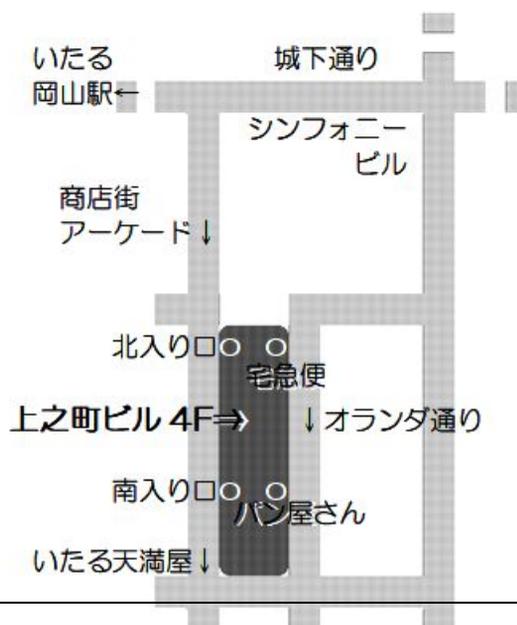
日	月	火	水	木	金	土
2月14日 ※役員会 ※定例会	15 居場所 電話相談	16	17 居場所/ 夜の居場所	18 健康教室	19 居場所	20 松田先生 カウンセリング
21	22 居場所 電話相談	23 天皇誕生日	24 居場所/ 夜の居場所	25	26 きびきび サロン	27 若者学級
28	3月1日 居場所 電話相談	2	3 居場所/ 夜の居場所	4	5 居場所	6 父親学級
7	8 居場所 電話相談	9	10 居場所/ 夜の居場所	11 建国記念日	12 居場所	13 家族教室
14 ※役員会 ※定例会	15 居場所 電話相談	16	17 居場所/ 夜の居場所	18 健康教室	19 居場所	20 松田先生 カウンセリング

役員会：基本的に第2日曜日 10:30～12:00 ※場所はきらめきプラザ  
定例会：基本的に第2日曜日 13:00～16:00 ※場所はきらめきプラザ

『令和2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  
会員以外の方で会報購読など協力いただける団体個人の方は賛助会費をお願いします。

KHJ『旅立ち』新冊子として  
リニューアルしました！  
会員の方には従来通りお届けします。  
それ以外の方は、一冊定価500円での  
購読をご協力をお願いします。

【KHJ 岡山きびの会 居場所  
：岡山市北区表町1丁目4-64 上之町ビル4階】



平成12年9月20日第3種郵便物認可(毎月25日発行)2021年2月27日OSK増刊通巻946号  
発行所：岡山障害者団体定期刊行物協会 700-0212 岡山県岡山市南区内尾739-1  
綾部小百合 (TEL 086-298-1162)  
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)