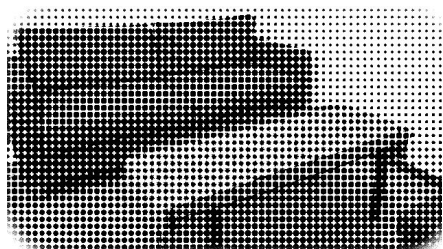




OSK
KHJ
岡山きびの会



第 213 号

令和 3 年

6 月

興味のある方、非会員の方の居場所・月例会への参加も
岡山きびの会はお待ちしております。

『KHJ岡山きびの会』のご案内

2021 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 又は
ゆうちょ銀行 一三九支店 当座 0077803
※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

KHJ岡山きびの会の願い

居場所 岡山市北区本町1丁目1番1号 4階（市立中央図書館、市立中央公民館に隣接）

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6月例会の予定 ▽

日時	令和3年6月13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1	※【緊急事態宣言】のため中止		
講師	6月の内容は、8月例会で改めて実施予定です。		
参加費	ひきこもり当事者・経験者：無料	正会員：500円	正会員以外：1000円

▽ 令和3年7月例会の予定 ▽

日時	令和3年7月11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1	●演題 「サポステ事業とプラットフォーム事業」		
講師	講師：小川菜月	所属：倉敷サポートステーション 統括責任者	
参加費	ひきこもり当事者・経験者：無料	正会員：500円	正会員以外：1000円



KHJ 岡山きびの会5月例会

2021（令和3）年5月9日

地域につながる場づくりを～ピアサポーターに期待して～

KHJ 岡山きびの会共同代表

もみじの会（備前市和気町精神障がい者家族会）副会長
精神保健福祉士（PSW） 難波 規子

はじめに（進行：浅山）

新年度になり、2回目の例会、新型コロナの感染予防対策をしっかりとって、開きたい。まず①名前 ②今日の気分 ③ゴールデンウィークの過ごし方 で交流したい。

なお、本日は、7月例会で、お話をいただく予定の、ワーカーズコープおかやま事業所の星崎所長が、参加くださっています。

Aさん：②今日は、夫は広島に研修にでかけて留守。③ずっと、畑に大量のナスビの苗を植えてきて、忙しかった。月末に、入院手術の予定、息子が乗せて行ってくれるかどうか、頼んでいるが、いつものとおり、返事はない。

Bさん：②先週、仕事先で、自転車で転び、肩を強打してしまった。だんだん痛くなってきて、医者に行った。やはり年なので気を付けないといけない。

Cさん：③夫の実家に一泊二日で、家の裏のクマザサを切ったり、草刈りをしてきた。ご近所のご夫婦が機械で切ってくれ、私は1mをこすそれらを抱えてもっぱら田んぼまで運んで、焼いた。慣れない私は、足、腰がまだ痛い。ご夫婦は80歳を超えた方。お元気だ。

Dさん：③3、4、5日と、自宅で、リモートで、研修を受けた。

Eさん：③毎年大阪にでかけることにしていたが、今年はコロナで行けなかった。夫とふたりで、黒にんにくが体によいと、畑に1000本植えた。

Fさん：③次男が、隣の県の大学寮から帰ってきて、友達と一緒に焼肉をして、友達が泊まった。次の日は、早くからどこかへでかけ、夜遅く帰ってきた。三日目には、荷物をもって、かえっていった。私とはほとんど会話なし、これもひとつの子離れたと思った。

自己紹介～大学生の時、半年休学したことがある～

備前市で生まれ、父親の転勤で、広島、島根、岡山市で育ち、広島大学心理学科を卒業した。1年生の時、精神的不調で半年休学、下宿にひきこもっていた経験がある。卒業後は、岡山で1年OL契約社員、東京でもOL契約社員、自己啓発セミナーなどを経験。同時に1年半、国立K病院デイケア研究生として、精神医療の関わり方を学んだ。その後、足立区の民間病院に、心理職として入職。精神保健福祉士が国家資格となり、現任者講習をへて、PSWを取り19年半、仕事をしてきた。アルコール依存症の病棟担当や、認知症療養病棟担当、訪問看護やデイケアのグループワークも行ってきた。

病院のスタッフが呼びかけた当事者会や行政が企画した「心の健康フェスティバル」などもあったが、関係者だけの集まりになっていて、本当の啓蒙活動になっていないのではないかと疑問を持っていた。

当事者会とともに活動、地域での活動へ

当事者の方が立ち上げた当事者会「足立心の友こむにた」の活動に、10年余り一緒にとりくんだ。体験談や情報をまとめ、1年に1冊500円で発行した。関係機関に買ってもらい、活動に生かした。イタリア映画「人生ここにあり」上映会、大熊一夫さんの講演会などで関心を持って、イタリアトリエステの研修にも行った。イタリアやアメリカでは、病院中心から地域へ、当事者と支援者がともにとりくむ、新しい精神保健福祉の流れがうまれていた。

長男の不登校を機に始めた市民活動

長男が中2の時、不登校になり、自分の子どものことを考えようと、仕事を退職した。不登校の親の会を立ち上げ、「翼を抱く子どもたちへ」（居場所、サポート団体、夜間中学、フリースクール、行政の適応教室などの紹介冊子）を作成した。「一人で悩まないで」のマンガは混乱している家族も共感してるもので、冊子は新聞にも紹介され、全国から配布希望の連絡をもらった。

当事者会と不登校の会の活動で、NPO活動支援センターとの関係ができて、ボランティア活動をする任意団体などとの交流も生まれる。広く一般の人に参加してもらおう、居場所活動をしている人や、これから作ろうとしている人たちと「コミュニティカフェフェスティバル」をひらくことができた。

2016年に備前市にUターン、生家でこむにたカフェはじめる

2016年に、家族そろって、備前市の生家にUターン。次男は、地元県立高校に進学した。自宅で、念願の「こむにたカフェ」をひらいた。長男の部屋の隣のスペースで、現在も火曜2時から4時に行っている。

地域のコミュニティレストラン「片上みらい食堂」と「片上オレンジカフェ」

「備前プロジェクト」として、2018年8月、『未来会議（フューチャーセッション）』を行い、地域交流の場があれば、との提案をうけ、地域の方の協力もあり、地域おこし協力隊の若者と「片上みらい食堂」を始めた。さらに、「備前市包括ケアシステム構築促進補助金」をうけ、認知症カフェ「片上オレンジカフェ」（毎週月曜午後）を開設した。他に認知症本人によるミーティング（月1回）もとりくむ。

「地域包括ケアシステム」を作るのは難しいかもしれないが、医療・介護・教育・子育て・地域づくりの取り組みも、気軽にランチを食べにくるところから、つながりをつくり、色々な相談もしやすい関係、地域のつながり作りへと役立てていきたい。本人の話を聞く、本人に寄り添う、本人を疎外させない、家族や支援者の都合ではないかわりをつくっていきたい。

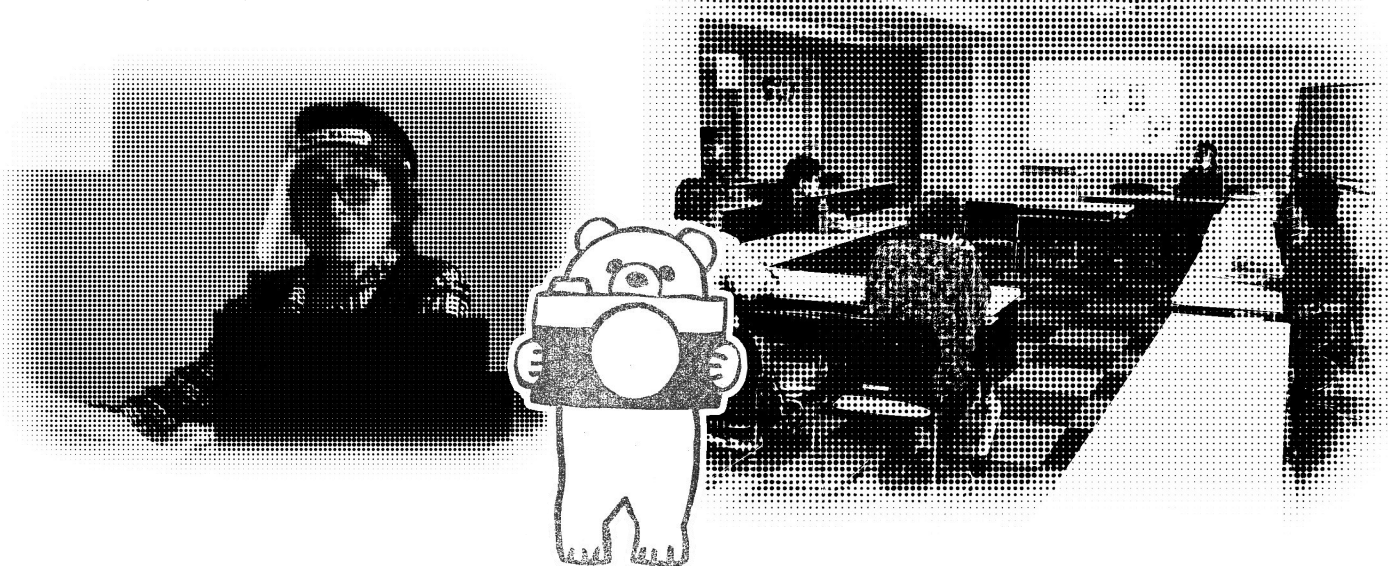
KHJ岡山きびの会の活動について～家族もピアサポーターとして～

今年度、KHJきびの会の共同代表を引き受け、あらためて、「ピアサポーター」活動について、お話したい。全国KHJの手引きにもあるように、ピアとは、ひきこもり本人だけでなく、家族もピア（当事者）である、ことを改めて知った。

会の運営に参加する、居場所での話し相手になる、勉強会への積極的参加など、ひきこもり本人・経験者のサポーターの方々と、家族のピアサポーターが、一緒に活動できるというのは、岡山きびの会のすばらしいことではないか、と思う。本人と家族が、対等の立場で、同じ目標にむかって進む、ことは、私がめざしてきた地域づくりの思いと同じ。

会報に書かれている願い「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。本人の苦労や家族の苦労が宝物のように思えてくる。そんな日々を作っていきたいと思います。よろしくお願いします。

5 月月例会の様子



【お詫び】 会報 5 月号で掲載する予定だった、4 月例会講師の「ステップハウスわ」所長：平井育子さん のお話の一部を掲載しておりませんでした。今号で改めて掲載させていただきます。申し訳ありませんでした。

KHJ 岡山きびの会 4 月例会

2021 (令和3) 年 4 月 11 日

会の隣で就労支援事業にとりくんで

平井育子 ステップハウスわ！所長

※ 以下、5 月会報未掲載分

支援で大切な事

- ・本人同意のもとに、家族、支援機関との連携
- ・本人の特性にあったツールを使う (例：体で覚える・書いて認識する・視覚で認識)
- ・診断された障害名が同じものでも、その方の特性・環境・ニーズによって支援が違う。本人との面談を何度もすることで、相互理解ができ、自己決定をし、自己責任を持つことにも繋がり、より支援が本人のニーズと合致していく。
- ・障害特性は本人が一生付き合うもの。そのための支援は、点と点ではなく、連携した継続支援が必要。

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、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。

・ * * * 出張きびの会ははじめました♪ * * *
詳細は『居場所活動紹介』（7P）を参照ください。

*** 居場所の一時閉所のお知らせ ***

5月16日から発令された『緊急事態宣言』及びその期間延長に伴い
きびの会の上之町ビル居場所を一時閉所しています。

6月21日(月)から再開予定となります。

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・電話相談日 13:00~18:00
 ・お気軽に相談いただけると嬉しいです。(相談予約・無料)
 ・ゆっくり話したいと思っています。
 ・居場所としてどなたでも利用可能
 曜日 居場所担当：あざやま
 電話相談担当：矢田 (PSW)
 (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
 曜日 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の居場所
 ・どなたでも利用可能
 担当：あざやま

木 第3 (木) のみ 健康教室 11:00~15:00
 ・軽い体操などをしております。
 曜日 居場所としてどなたでも利用可能
 担当：大塚
 (大阪府療護師会会員)

金 第1~3 (金) 居場所 13:00~18:00
 ・自由に来てくれ！
 ・どなたでも利用可能
 曜日 第4 (金) きびきびサロン 12:00~16:00
 ・梁みのある人生について話し合いたいと思います。
 ・居場所としてどなたでも利用可能
 担当：小阪 (支援者)

*** きびの会 上之町ビル4F 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”など基本的にとなたでも無料で居場所を利用できます。*一部相談は有料(第3土曜)
- ・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。

土 第1 (土) 父親学級 12:00~16:00
 ・居場所としてどなたでも利用可能
 曜日 第2 (土) 家族教室 12:00~15:00 ※開所は11:00から
 ・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)
 第3 (土) 松田相談日 9:00~13:00 ※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 担当：松田勝カウセンラー
 ・【料金】会員は1時間3,000円 (要予約：090-8695-0904)
 ・*予約が少ない場合、居場所として13:00まで利用可能
 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
 第5 (土) 居場所 13:00~18:00
 ・どなたでも利用可能
 担当：あざやま

*** 出張きびの会情報 ***

相談・サポート
 内容：ひきこもり当事者、家族への相談・サポート
 日時：毎月第2火曜日 13:30~15:00
 場所：岡山市南区芳泉3丁目2-2 市立南公民館
 ※施設による感染予防対策にご協力お願いします。
 担当：矢田 連絡先：090-6433-1877

KHJ 岡山きびの会 6・7月 居場所・行事カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
6月13日 ※定例会 中止	14	15	16	17	18	19
		5月17日～6月20日まで居場所閉所				
20	21 居場所 電話相談	22	23 居場所/ 夜の居場所	24	25 きびきびサ ロン	26 若者学級
27	28 居場所 電話相談	29	30 居場所/ 夜の居場所	7月1日	2 居場所	3 父親学級
4	5 居場所 電話相談	6	7 居場所/ 夜の居場所	8	9 居場所	10 家族教室
11 ※役員会 ※定例会	7 居場所 電話相談	8	9 居場所/ 夜の居場所	10	11 居場所	12 松田先生 カウンセリング
		★市立南公民館				

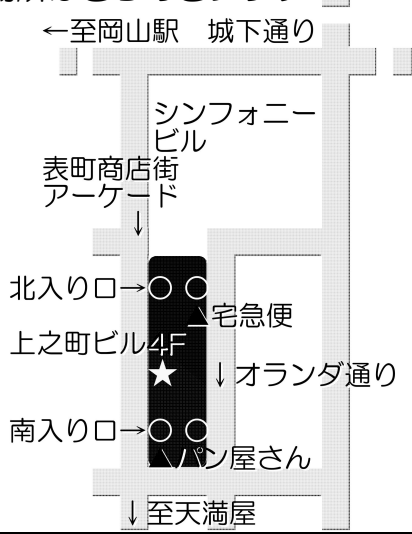
役員会：基本的に第2日曜日 10:30～12:00
定例会：基本的に第2日曜日 13:00～16:00

※場所はきらめきプラザ
※場所はきらめきプラザ

『令和3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。
 ※会計年度は4月～翌年3月

KHJ 季刊誌『旅立ち』

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6月24日OSK増刊通巻974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)