

OSK
KHJ

岡山きびの会

Merry
Christmas

第 207 号

(令和 2 年 **12** 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

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2年12月例会のお知らせ ▼▼▼

日時	令和2年12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	●演題 「社会保険労務士による障害年金のお話」	
講師	講師:中川洋子	所属:社会保険労務士
参加費	正会員 500円	正会員以外の方 1000円

▽ 令和3年12月例会の予定 ▽

日時	令和3年1月10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

前回の定例会では—

KHJ 岡山きびの会 11 月例会

2020（令和2）年11月9日

KHJ の魅力と引きこもり問題に対するこれからの役割について

KHJ 共同代表 伊藤正俊氏

ファシリテーター 馬場貴裕（きびの会会長）

1 はじめに

本日は、今朝7時02分に東北新幹線に乗って、先ほど12時47分に岡山駅に着いた、伊藤代表をお迎えしました。僕にとっては、代表というより、東北の家族会の伊藤おじさん、と呼ばせてください。前半は、①東北のイメージ ②なまえ ③現在の自分の困りごと、の順に、自己紹介を行いましょ

- う。
- ① 山形に友人がいる。③地元で、こむにたカフェやふれあい食堂の活動をしている。
 - ① 雪深いところ、行ってみたい。③今のところ息子が家から出ない。なんとか出てほしい。
 - ① 東北大震災をテレビでみた。③コロナのことが心配。作業所でマスクをしない人がいる。
 - ② 母親です。③息子と父親の間にはさまれて、私は心臓が悪くて、ニトロ飲みながら過ごしている。
 - ① 昨年、米沢の上杉神社におまいりした。③年をとって自分の姉妹間のトラブルがある。
 - ① 青森のりんご、毎年買っている。テレビでみると言葉が日本語かな、と思う。
 - ② 父親。③ひきこもって10年になる。息子とはまったく会話がな
 - ① 息子は、一昨年の米沢でのKHJ全国大会に、ひとりで、前川島会長夫妻と参加した。
 - ② なるようにしかならないと思うようになってきた。
 - ① 東北といえば、米沢牛、お歳暮にはフルーツ、また最近「おしん」が再上映されたので、忍耐とか思う。③息子は、だんだん生活リズムがおだやかになってきた。
 - ① 新潟の大雪の壁、松島の自然が美しい、山形のさくらんぼ。③娘は、昼間、アパートでひとり暮らし。うまく暮らせている。
 - ① お笑いのサンドイッチマン。③チャレンジするが、続かず、ひきこもりを繰り返して、一度も、「仕事」をしたことがない。
 - ② 僕はいわゆるニート、転職を繰り返している。
 - ① 東北といえば、つけものが厳しい冬の野菜。③すぐ疲れてしまう、コロナもしんどい。来年1月からひきこもる予定である。
 - ① 一昨年、老両親と一緒に、東北新幹線で、仙台まで、行った。③この9月に、夫が急逝して、まだまだ受け止められない。きびの会のつながりは大切にしたい。
 - ① 東北といえばお米がおいしい、コロナもあり、やせられなくて、苦労している。
 - ① 新潟には夫の仕事の関係で11年暮らした、山形の友人は優しい。③先のことは深く考えないようにしている。
 - ① 東北といえば、宮沢賢治。③アパートの前のゴミ出しも、人がいけば出れない。
 - ① 東北といえば、まず青森のシモヤマさん。僕も、「おしん」「伊達政宗」かな。

（順不同、文責：矢田）

2 から・ころ若者自立事業にとりくむ

(伊藤さんにマイクをわたして) ①岡山のイメージは、後樂園、倉敷美観地区。大原美術館のピカソはいいですね。3年前に、総社市の「ひきこもりサミット」に参加した。②年齢は、KHJ 親の会の平均年齢と同じ、60代後半。好きなことは、地元の道の駅めぐり。NPO 法人から・ころセンターは、「から」は体(からだ)、「ころ」は“こころ”という意味で、ひきこもりの本人、家族を対象にした活動をめざす、という願いをこめている。

から・ころ若者自立支援事業所として、★から・ころセンター(居場所)(米沢市ひきこもりサポート事業)★ワークから・ころ(就労継続B事業)★キッチンから・ころ(就労継続B事業)★相談から・ころ(計画相談支援事業所)★家族会 一体的に活動している。職員は、私のほか、ピア(ひきこもり経験者)の方である。

3 多様性をみとめる社会へ

多様性を認める社会ということ話をしたい。昭和の時代、男性、女性ということで考えてみて、男の子は男らしく、例えば黒のランドセル、女の子は女らしく、赤のランドセルだった。

私には孫が8人いるが、最近では、女の子がブルーのランドセルを選んでいる。学校は、親も子も、通う義務がある、時代だった。明石家さんまさんの娘さんの名前は「いまる」、いまのままでいい、という意味、よいですね。昭和時代の親は、「成せばなる、成さねばならぬ、何事も」高度経済成長、終身雇用制度のもとで、成功体験者が多い。そんな中で、自分の子ども世代、若者世代に、親の価値観をおしつけ、厳しくしつける。しかし、学歴社会、競争社会、経済不況、就職難、非正規雇用の現代では、子ども世代、若者世代には、「生きづらさ」をかかえる人が多数存在している。「生きていることが一番大切なこと」を認めあっていける社会でありたい。だれもがみんな、肩の力をぬいて、楽しく生きたいですね。

4 ひきこもりは、産業、教育、矯正、医療、職場、家庭など広い概念のなかの現象である

ひきこもりへの支援は、すべてが社会的支援や、治療を必要としているわけではない。本人および家族が、「支援」を必要としているか、いないか、自己決定、自己の選択肢が保障されなければならない。

5 ひきこもりへの「みたて」は、長期化の予防のため大切である。

ACE 研究からの視点で、幼小児期のいじめや虐待、いわゆる小児期逆境後遺症として、脳の炎症や慢性疾患をひきおこし、成長につれて、社会不安障害をまねく。HSP(過敏症)、発達性トラウマ、解離性障害、慢性疲労性症候群などである。

ひきこもりと精神障がいについて、広汎性発達障害、強迫性障害を含む不安障害、身体表現性障害、適応障害、パーソナリティ障害、統合失調症、双極性障害などがある。広汎性というのは、幅広い、ひとつに絞れないなどの意味である。広汎性発達障害については30歳以下の22%の方が、対人関係が苦手、こだわりが強いなどの特性によって、ひきこもっている、という数字がある。

6 「自己決定」を柱に、体験や経験を重ねる、否定しない、共感する

居場所は、お互いに、共感する場所である。8畳×2の広さの部屋は、月のべ140人ぐらいの利用がある。そこでしかできないこと、会話、ゲームをしたり、10月には、連続「いも煮会」を一回の人数を減らして、のべ300人参加できた。就労継続B型事業所では、生活指導や就労支援が必要な方、有効な方を対象に、自己決定を柱に、10時~12時、13時~15時、本日のおみやげの「謙信煎餅」

を作るなどの作業をしている。順番に「工場長」を担当し、毎朝作業のだんどりや注文まで自分たちで行う。うちが終わって、そのうち2人は、近くのスーパーで夕方6時～9時まで時給900円のバイトに行くようになった。から・ころで一か月25000円～30000円、バイトで54000円ぐらい、収入がある。

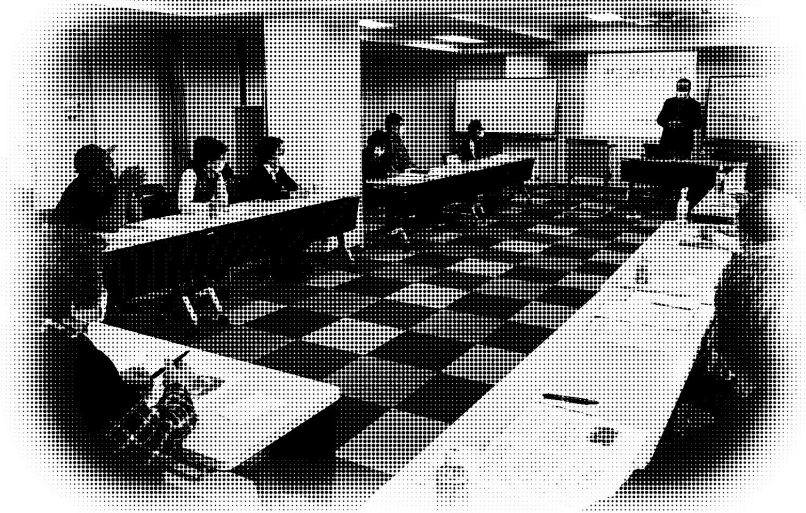
7 KHJの役割は、国（行政）や社会へ、ひきこもりの実態を反映させていく

わが国では、高齢化などにより労働力不足がひろがり、ようやく団塊世代、就職氷河期時代へのとりくみを始めた。働きたいと思っている人に、働きやすい環境づくりを求めていく。

KHJは、政府の審議会にメンバーとして加わっている。

また全国社会福祉協議会（全社協）では、生活困窮者自立支援法の実施のなかで、8050問題にみられるような、生きづらさをかかえている本人・家族の、生きる権利の保障という課題にとりくみをすすめている。臨床心理士会（全国）からも、必要なサポートをしていただけることになった。

私は、ひとりの家族として、良寛さんの言葉にあるように「それがさながら、それがままたまに」あきらめずに、自己決定のやりなおしだ、人間だもの、うちでは安心できる、肩の力をぬいて楽しく生きていこう、と日々決意している。



～ 例会感想 ～

Aさん：家族として色々抱えながら、理想の支援の形を作ってくられて素晴らしいなと思いました。岡山きびの会も当事者のみなさんが家族の立場の私たちのことを考えながら活動してくれています。支援のネットワークにつながっていける地域づくりが、岡山でも展開していけるように願っています。

Bさん：今回ははじめて、きびの会の行事に参加しました。伊藤さんに自分のことを話せて、聞いてもらえてとても嬉しかったです。「生きる権利の保障」という言葉に感動しました。色々良い勉強になりました。また、今日、きびの会との縁ができて良かったです。今日、ここに来れたことがありがたいです。居場所にも参加できたら行ってみたいです。

Cさん：10月の「愚痴案」の勉強会で今回の伊藤さんの講演を知りました。これからは寒くなるため、1時間に1度の休憩をお願いします。せんべいを作る人が夕方にスーパーで働いているという話で、2カ所で働いて疲れのないのか、と聞きながら気になりました。スーパーでのイヤなことをせんべい作りの時間に話せるとは、働きながらストレスを減らせて、ええなあと思いました。

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には必ず自前のマスクを着用してから入室してください。 ※来客者用のマスクは置いていません
- ②入室の際には、置いてあるアルコール消毒もしてください。
- ③入室後の検温 ※37.5度以上の発熱がある場合は利用できません
- ④ 県外へ出かけられた方は 2週間の間、居場所を利用できません
- 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。

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ができる方、居場所当番を担当でき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※連絡先をお伝えいただき折り返し対応となります

【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。

KHJ 岡山きびの会 上之町ビル

* 居場所 活動紹介 *

月

毎 (月) 矢田相談日 11:00 か 12:00~17:00

- ・お気軽に相談にきていただけたら嬉しいです (要予約・無料)
- ・ゆっくり話したいと思っています 担当：矢田 (PSW) (090-6433-1877)
- ・居場所としてどなたでも利用可能
- ・午後は電話相談を受付けています

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

木

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おります。 担当：大塚
- ・居場所としてどなたでも利用可能 (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、家族の居場所利用は無料です※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、基本的不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!
- ・どなたでも利用可能

担当：周平

曜日

第4 (金) きびびサロン兼母親学級 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

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。

担当：西 (家族)

曜日

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：松田勝カウセンラー

- ・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

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

KHJ 岡山きびの会 12・1月 居場所・行事カレンダー

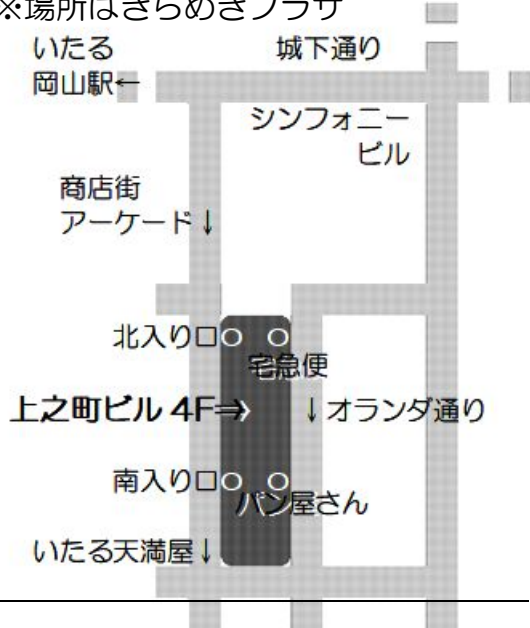
日	月	火	水	木	金	土
12月13日 ※役員会 ※定例会	14 相談 居場所	15	16 居場所/ 夜の居場所	17	18 居場所	19 家族教室
20	21 相談 居場所	22	23 居場所/ 夜の居場所	24 健康教室	25 居場所	26 松田先生 カウンセリング
27	28 休み 勤労感謝の日	29	30 居場所/ 夜の居場所	31	1月1日 正月休み	2 正月休み
3	4 相談 居場所	5	6 居場所/ 夜の居場所	7	8 居場所	9 家族教室
10 ※役員会 ※定例会	11 休み 成人の日	12	13 居場所/ 夜の居場所	14	15 居場所	16 松田先生 カウンセリング

役員会：基本的に第2日曜日 10:30～12:00
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)2020年12月24日OSK増刊通巻930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)