

OSK

KHJ

岡山きびの会

第 220 号 1 月
令和 4 年

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

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4年1月例会 ▽

日時	令和4年1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 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 「20周年を迎えるにあたり拡大定例会」 KHJ 広島・山口・岡山合同オンライン定例会		
講師	主催：KHJ 広島県もみじの会		
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4年2月例会の予定 ▽

日時	令和4年2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	●演題 「きびの会の訪問活動」		
講師	講師：矢田初恵	所属：社会福祉士	
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

ひきこもりからの回復

日本教育カウンセラー協会上級カウンセラー
さぬきポレポレ農園代表 松田 勝

1 カウンセラーとしての取り組み

私は、40年前に、中学校教員をしていた時に、カウンセリング研修で、京都大学の河合隼雄先生に出会い、心理学を学んできた。臨床心理という分野で、心と行動のメカニズムをあきらかにする。人間の心とは？知識・意識・感情の動きをとらえたロジャース理論が基本となっている。

2 さぬきポレポレ農園の規則

現在、ポレポレ農園には、利用者は20人の方がおられるが、今日は、10人の方がこられて、牛ふんをまく、という作業と伝えて、「自分で考え、判断し、決めて、行動する」、ので、3人が作業に出かけた。他の方は、休憩室で本を読んだり、音楽を聴いたりされている。

私は、教員の退職金をもとに、農園をひらいて、17年になる、不登校や退学、ひきこもりの若者たちと、農業をやってきた。今までに延べ170人の方のうち、160人の方が卒業し、復学、就職、社会参加をされてきた。

3 ひきこもりの人のタイプ

- (1) 病気で働けないタイプ
- (2) ケガなどで働けないタイプ
- (3) 精神的な病気で働けないタイプ
- (4) 遊びまわって働かないタイプ
- (5) 怠惰で働こうとしないタイプ
- (6) 発達障害などにより働けないタイプ
- (7) 挫折や自信をなくして、働けないタイプ
- (8) 家庭の事情により働けないタイプ
- (9) いじめなどにより動けなくなったタイプ

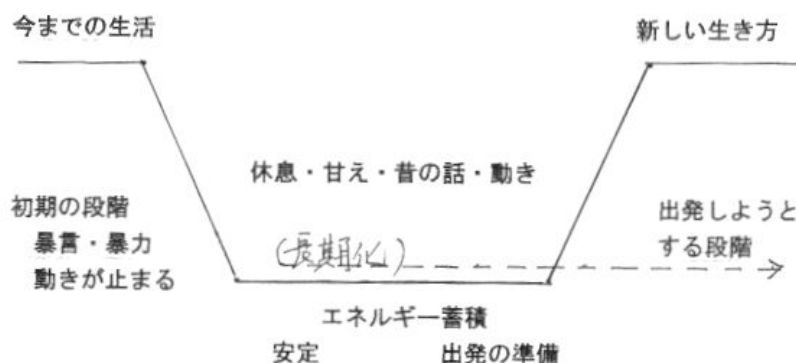
4 ひきこもりの人の特徴

アメリカでは、アスペルガー症候群の子どもたちは、早くから、特別の環境で育てる。広い場所で、毎日、自由に過ごす。絵をかく子、本を読む子、パズルをとく子……大人は、「じょうずね」「うまいね」と毎日伝える。

イチロモー、投手をしていた、一本足打法で打てるようになった…大人は「自由に」、自分で考えて現在のイチローになっていった。

ポレポレ農園でも、小さいころ絵がうまく、県知事賞をとったことがある、大学院でITを専攻していたが27歳からひきこもり、うちにきてから絵を描いていた。それを美術館の人にみてもらい、屋島で画廊を借りて個展をひらいた、絵が売れて、今は絵本作家をめざしている。ポレポレ農園を卒業していった。

5 回復への道筋



6 対応が困難な場合

- (1)発達障害(アスペルガー症候群など)がある場合
- (2)2次障害が現れている場合
- (3)年齢が高くなっている場合

7 回復への大事なこと

信じることができるか
治そうとするな
誘因を追わず

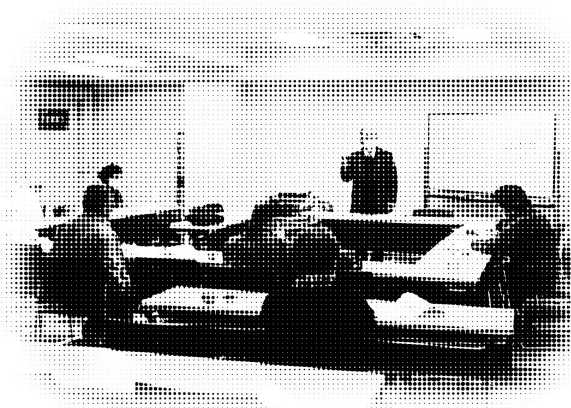
待つことができるか
分かってせよ
真因を追え

【してはいけないこと】

- 命令すること
- 指示すること
- 否定すること

【しなければならないこと】

- よく聴くこと
- しっかり認めること
- ほめること・喜ぶこと



はじめに（進行：浅山）

早や、今年最後の月例会となった。①自己紹介 ②今日の気分 ③来年こそはやりたいこと、ということではじめていきたい。

②年末ということでバタバタしていて、頭がまわらない。③来年こそは、自分の部屋をかたづけたい。そう言って、何もしないで、新年を迎える。

②ちょっと事故を起こしたが、先月四国88ヶ所まわりにてかけていたので、おおごとにならず、ご利益があったかと思う。③私は、他のボランティアも行って、来年こそは、ひきこもりの支援の勉強と相談にガンバります。

②今日は、元会長夫人と、先月に続けてまた会えてうれしかった。③来年は、生まれ故郷の四国へ、桜の頃、たずねてみたい。

②夫の一周忌も終えて、少し元気になれてきた。③来年は、早や三回忌をする

②家にいる息子と、食事と一緒に食べ、話ができ、信頼関係もできてきた。③来年も、まずは健康でいたい。

①みなさん、こんにち。今月も、ここはパスする。

②今日は、まあまあ。③僕は部屋の片付けは年末までにしたい。今年、コロナで外にでなかつたので、来年は、外に出て、ダイエットにとりくみたい。

②46歳の息子と、毎日毎日ケンカばかりしている。母親の私にベッタリしてくる。相談したら、みんな、「逃げなさい」と言われる。

②今日の松田先生のお話を、ずっとひきこもりの若者と農業をやってこられたと聞き、楽しみにしてきた。③来年は、地元の備前市で、浅山さんがとりくんでいる、だれでも来ることができる、夜の居場所

のようなとりくみをはじめたい。

②もう30年近く、自分の部屋の中にいる、顔も見えていない息子のことを思うと、ゆううつ。夫も私も年をとってきて、私はこれでよかったのか、責める気持ちばかりである。

②午前中に、ふれあいセンターで、傾聴ボランティアの講座を受けてきた。③来年こそは、岡山に転居してきたい。

KHJ 全国大会の感想と2022年にやりたい事

KHJ 岡山きびの会共同代表 難波規子

コロナで県をまたぐ移動を避けるようになったことや接触を減らすようになって、オンラインでの会合や研修がどんどん発達してきていることに驚きを覚えています。多数参加の会合でも、小グループに分かれて意見交換できたり、個別に問いかけてくれるので、実際に足を運ばなくても参加した実感も得られたりします。

少し前には、想像もできなかった世界が広がっていると感じました。(だから、広島での全国大会が懐かしい。オンラインでは得られない出会いがあったなあとも思う。)

「ひきこもり」対策への国の方針などが聞けたのも良かったです。当事者の体験が語られて、希望が持てました。皆さんの前で発表できるようになるまでには、様々なことがあったのですが、苦労を経験したからこそ得られている充実したピア活動があるのだと思いました。

二日目は、ピア活動の分科会を聞いていましたが、企画を準備してきた皆さんのお互いを大事にしている関係の良さが、やり取りにも出ている気がしました。家族の立場、当事者の立場での違いはありますが、それも乗り越えて支え合い、つながることもできると改めて感じられました。

KHJ 本部のみなさん、分科会企画のみなさん、ありがとうございました。

2022年にやりたい事としては、備前での居場所活動の立ち上げがあります。ピアサポーター養成研修を受けてから始めた「つながり交流会」(第一水曜1時半～3時、第三土曜10時～12時)を発展させて、毎週水曜日4時から7時に居場所を開設しようと計画しているのです。

2018年から始めている「片上みらい食堂」の営業外の時間を利用した活動ですが、少しずつ仲間を募って、岡山での「夜の居場所」のような安心して集える場にしていけたらと思っています。

KHJの全国大会でも居場所の必要性が語られていましたし、市区町村の身近な所に作っていくようにと言われていました。岡山の「夜の居場所」と同じ時間になりますが、時にはオンラインでつないで交流したりもして活動するのも可能になるかもしれないと思ったりします。地域の関連するところとも連携取れるような準備もしながら、4月頃の開設を目指しています。みなさんの声も取り入れて、希望も叶えていけるような活動にしていけたらと思います。よろしくお願いします。



きびの会会員の皆様への寄稿

WEB 相談カウンセラー きびの会専門相談スタッフ 山本利美

自身の体調などの都合により、毎週月曜日の居場所活動から在宅並びに訪問への活動に切り替えさせていただき約 6 年となります。電話、メール、LINE、対面など上手く利用すれば、日にち、曜日、時間にとらわれず関りが継続が出来て、制約を取り払うことも可能になりました。この一年半余りは「新型コロナウイルス」のこともあり、訪問活動は自粛になりましたが、スマートフォンの利用工夫で、感情など文字では伝わりにくいところを音声でフォローするなど活用しています。

個人の特定を避ける範囲での話になりますが、僕の所へは、まだ入会をためらっている方が複数いらっしゃいます。ある家族(男性 A さん)の場合ですが、学齢期不登校から始まり、約 10 年以上本人の姿を見ていない。健康状態も解からず、食事を本人の部屋の前で上げ下げのみ行っている…など家庭内機能不全状態でした。

次の家族(男性 B さん)ですが、以前ひきこもり状態も、公的機関、医療機関、福祉団体の協力を得て、ゆったりとした関係作りが継続されていたのですが、何人かとの関係がこじれる事案が発生し、通院や服薬を含め、全ての交流を止めて、母親を召使い代わりにしているという状況でした。

どちらの家族とも知り合って日が浅いので、それぞれの丁寧な聞き取りを行いつつ状況を文面化し、表に出ているもの、そうではないものなどの事情を丹念に補足を始めました。

多くの場合、相談に初めてやって来られるのは、お母さんお一人というパターンですが、別の所へ相談に行かれる場合は「お一人ではなく、家族でもいいですし、信用できる人といっしょに行きましょう」とお願いしています。それと「事前に、家族構成を初めとしたいいくつかのデータを紙にまとめておきましょう」と伝えています。それは、前者は、ついつい感情的になり過ぎてしまう所を客観的に押さえてもらったり、後で言った言わない、聞いた聞いてないなどの誤解を生まないなど、受ける側としても緊張感を持った対応が出来ます。後者は大切な時間を有効に使う為に有益ですし、あいまいな記憶を一度整理して、年月やその時どんな対応をしたのかなど思い出すことがあります。

最後になりますが、「僕は決して、良いことをしている訳ではありません。とても怖いことをしている」と自覚をもっていつも事にあたっています。これからも気力、体力の続く限り僅少ですが、社会的に、また会に貢献出来ればと思っています。どうぞみなさんよろしくお願い致します。

～ 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、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。

昨年も、皆様にはお世話になり、ありがとうございました。
様々な人たちのお力添えを経て、岡山きびの会は 20 年を迎えることができました。これからも岡山きびの会をよろしく願いいたします。

あさやま

KHJ 岡山きびの会 上之町ビル * 居場所 活動紹介 *

毎 (月) 居場所・電話相談日 13:00~18:00
 ・お気軽に相談いただくと嬉しいです。(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
月 居場所担当：あさやま
 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
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、まだ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 11:00~15:00
 ・軽い体操などをしてあります。
 ・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)

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
日 第4 (金) きびびサロン 12:00~16:00
 ・深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)

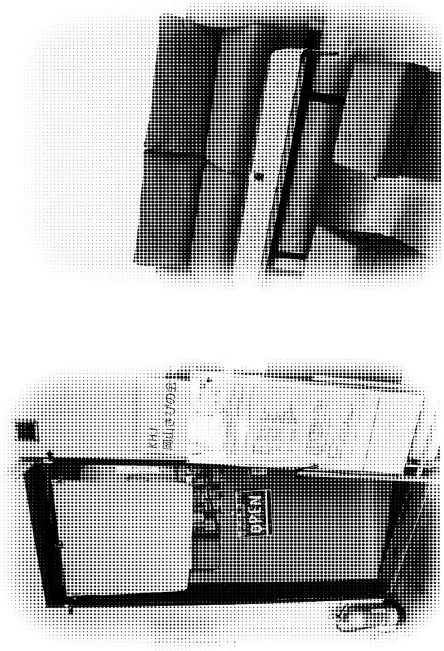
*** きびの会 上之町ビル4F 居場所の利用について ***
 ・ひきこもり当事者、経験者、家族、他“ひきこもりに関心のある方”など
 基本的にどなたでも無料で居場所を利用できます。※一部相談は有料 (第3土曜)
 ・居場所が開いている時間内は、いつ来ても、いつ帰っても自由です。
 ※ 『新型コロナウイルス・ウィルス』感染予防対策のため、マスク着用・手指消毒・検温にご協力ください
 ・予約相談のための来所を除く、他県から来られた方、または2週間以内に他県へ出られた方の居場所利用をお断りしています。ご了承ください。
 ※ 居場所の所在地などは、会報最後のページの地図参照
 ※ 祝日は、基本的にお休みしております。

土 第1 (土) シニア学級 12:00~16:00
 担当はシニア世代ですが、居場所としてどなたでも利用可能。担当：ともの (ピアサポーター)
 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)
日 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：松田勝カウンセラー
 ・【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
月 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
火 第5 (土) 居場所 13:00~18:00
 ・どなたでも利用可能
 担当：あさやま

*** * 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 1・2月 居場所・行事カレンダー

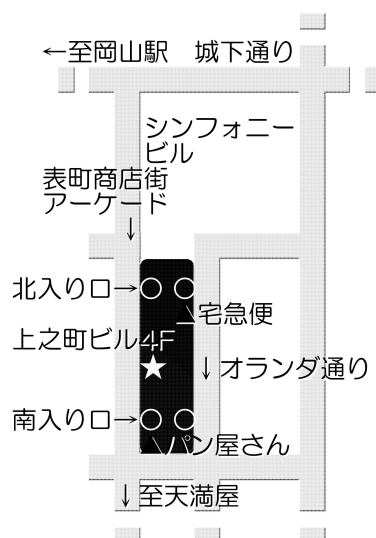
日	月	火	水	木	金	土
1月9日 ・役員会 ・月例会	10 居場所 電話相談 成人の日	11	12 居場所/ 夜の居場所	13 健康教室	14 居場所	15 松田先生 カウンセリング
		★市立南公民館				
16	17 居場所 電話相談	18	19 居場所/ 夜の居場所	20 健康教室	21 居場所	22 若者学級
23	24 居場所 電話相談	25	26 居場所/ 夜の居場所	27	28 きびきび サロン	29 居場所
30	31 居場所 電話相談	2月1日	2 居場所/ 夜の居場所	3	4 居場所	5 シニア学級
6	7 居場所 電話相談	8	9 居場所/ 夜の居場所	10	11 居場所 建国記念日	12 家族教室
		★市立南公民館				
13 ・役員会 ・月例会						

役員会：基本的に第2日曜日 11:00~12:00 ※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)2022年1月21日OSK増刊通巻1030号
 発行所：岡山障害者団体定期刊行物協会 700-0973 岡山県岡山市北区下中野 246-4
 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)