



OSK

KHJ

岡山きびの会

第 224 号

令和 4 年

5 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

| | | | | |
|-------------|-----|--------|------------|--------|
| 令和 4 年度 年会費 | 正会員 | 6000 円 | 賛助会員 | 3000 円 |
| (2022) | | | | |
| 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・FAX】086-230-2272 【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5月例会 ▽

| | | | |
|-----|----------------------------|-----------------------------------|-------------|
| 日時 | 令和4年5月8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 『～今、人権について学ぶ～』 | | |
| 講師 | 講師： 片山 健 | 所属：NPO 法人東備理事長・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 |

▽ 令和4年6月例会の予定 ▽

| | | | |
|-----|----------------------------|-----------------------------------|-------------|
| 日時 | 令和4年6月12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： 『ひきこもり相談・個々の事情による困難さ』 | | |
| 講師 | 講師： 山本利美 | 所属：WEBカウンセラー | |
| 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 |

地域でのひきこもり支援を問う

難波 規子 きびの会共同代表 精神保健福祉士

地域でのひきこもり支援を問う



岡山きびの会共同代表 難波規子
2022年4月10日

①

地域とのつながりを求めて

1960年岡山県備前市生まれ、東京で子育てしながら精神科相談員。
長男の不登校を機に退職。精神障がい者当事者会活動や不登校の親の会の市民活動。
2016年4月生家である祖父の家をリフォームして、備前市にUターン移住。住み開きの形で「こむにたカフェ」を始める。
精神障がい者家族会「もみしり会」やひきこもり家族会「KHJ岡山きびの会」の活動に参加。



②

地域の方の協力で始めたコミュニティレストラン
「片上みらい食堂」

「こむにたカフェ」という自宅の場から、「備前プロジェクト」で開館した「未来会議（フューチャーセッション）」で、地域交流の場があれはとの提案も受けて、地域越し協力隊の若者とコミュニティレストラン「片上みらい食堂」を始めた。
片上自治会協議会では、認知症予防の歌や子育てサポートワーク作りなどの取り組みを行っていて、その会場としても利用。



③

地域包括ケアシステム構築促進補助金をいただいて開設した
「片上オレンジカフェ」

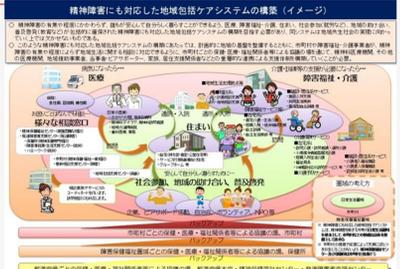
備前市の「地域包括ケアシステム構築促進補助金」をいただき、協力スタッフを募り、研修会や見学会を行い、啓蒙や宣伝のための講演会を開いて、認知症カフェ「片上オレンジカフェ」を開設。
「オレンジカフェ」は2種類。その場に行けば安心して認知症の話をできる「オアシス型のオレンジカフェ」と地域に認知症の理解を広げるための「緑化型（啓蒙型）のオレンジカフェ」
病院や保健所といった特別な場所だけでなく、気軽にランチを食べにいく場所として、色々な相談もしやすい場。
第3水曜2時15分～
認知症の本人ミーティング「びんおんこシアター」
金曜午前「日生おしゃべりカフェ」も始まった。
「子ども食堂」小学校区に一つずつ解説予算が出る。（日生西小学校区に企画検討中）



④

「にも包括」（精神障がいにも対応した地域包括ケアシステム）

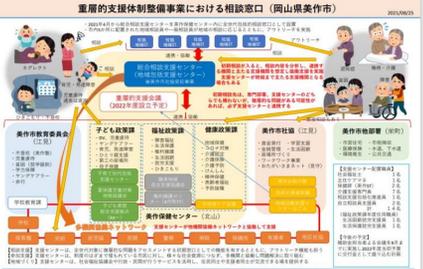
「地域包括ケアシステム」
医療
介護
教育
子育て
地域づくり



⑤

重層的支援体制整備事業

廿日市市の事業紹介
美作市の事業紹介 など



⑥

- ②昔のコタツに、「メダカ」をかっていて、今朝、水をかえて、掃除をしてやった、底のほうに6～7匹生きている。すっきりした気分である。
- ③今まで見てみたいと思いながら言ったことがなかった、醍醐桜、を見に行ってきた。樹齢千年とか、地元の人々がお世話をされている。
- ②息子が、備前市に出て行って、ひとりになって、ホッとしておる。
- ③きびの会の、親の会員さんとゆっくり話をしてみたい。
- ②今日は、あたたかくて、厚着をしてきたかな、と思う。
- ③朝活で、ウォーキングをしようと、朝4時に起きて、冬の間は、暗くて寒くて。暖かくなったので、こんどこそ、日光をあびて、歩いてみたい。
- ③先月、浅山さんに、津山に乗せていってもらって、長年聞いていた、本物の「カタクリの花」をみてきました。（4月号に写真が掲載されています。）
- ①肋骨を骨折して、2月3月は仕事を休んだ、やっち仕事に復帰したが、今日も不安が強い。
- ②家の近くなので、総合運動グラウンドで動画をみる。外で、みんなと話がしたい。
- ③コロナが解除されて、3月6月から公民館があいたので、全体の「仕事」が忙しくなってきた、畑仕事と、忙しくしている。体を動かすことが好きなので、卓球や太極拳など楽しんでいる。
-

参加者からの感想

- Aさん： 難波さんがとてもいきいきと活動されているのがすばらしいと思いました。コロナでオンラインが多くなっているけど、私は、そういうのが苦手でも、チャレンジして、もっともつつなかりを増やして、情報も交換していきたいと思いました。
- Bさん： なかなか人と会う機会がないので、こうした集まりは有意義でした。来月も楽しみにしています。
- Cさん： 夜、行く場所がなくて困っている人のためにも、水曜日夕方の居場所は、ぜひ立ち上がってほしいです。また質問の時間で出た人脈作りの話を参考に、新しい仕事を見つけて、自分のできることをする活動もできたら…と考えています。

令和4年度KHJ岡山きびの会総会ひらかる

令和4年4月10日（日）午後1時から、ゆうあいセンター会議室にて、令和4年度岡山きびの会総会が開催された。議長は、TOMO氏が行った。

1. 令和3年度事業報告（難波）決算報告（矢田）
2. 会計監査報告（原田）＊原田さん欠席につき矢田が代読
3. 令和4年度事業計画（難波）予算（矢田）

以上の議案について、出席者の全員で承認された。

なお、総会の資料は、5月初旬、機関紙たびだちと同封して、発送する。会員各位におかれましては、ぜひご確認いただきますようお願いする。（事務局：矢田）

～ 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。

きびの会上之町ビル居場所の 電話・FAX 設置 のお知らせ

電話・FAX (086-230-2272)

FAXは、イラスト(会報掲載用)など投稿してもらえるのにも利用いただけます

※ 月曜の『電話相談』以外では、主に留守電機能で対応しています。ご了承ください

KHJ 岡山きびの会 上之町ビル * 居場所 活動紹介 *

月 曜日
毎 (月) 居場所・電話相談日 13:00~18:00
 ・お気軽に相談いただければ嬉しいです。(相談要予約・無料)
 ・ゆっくり話したいと思っています。
 ・居場所としてどなたでも利用可能
 居場所担当：**あさやま**
 電話相談担当：**矢田 (PSW)**
 (086-230-2272)

水 曜日
毎 (水) 居場所 14:00~18:00
 ・自由に来てくれ！
 ・どなたでも利用可能
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：**周平**
 担当：**あさやま**

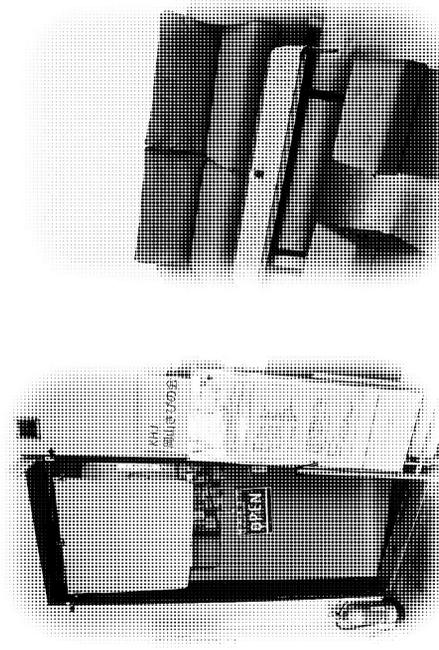
木 曜日
第3 (木) のみ 健康教室 11:00~15:00
 ・軽い体操などをしております。
 ・居場所としてどなたでも利用可能
 担当：**大塚**
 (大阪府療養師会会員)
金 曜日
第1~3 (金) 居場所 14:00~18:00
 ・自由に来てくれ！
 ・どなたでも利用可能
 担当：**周平**
第4 (金) きびきびサロン 12:00~16:00
 ・深みのある人生について話し合いたいと思います。
 ・居場所としてどなたでも利用可能
 担当：**小阪 (支援者)**

***** 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 曜日
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)
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】会費は1時間3,000円 担当：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 14:00~18:00
 ・自由に来てくれ！
 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。



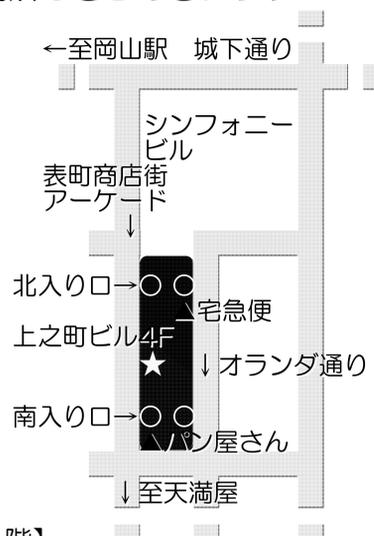
KHJ 岡山きびの会 5・6月 居場所・行事カレンダー

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

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4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
 〒700-0822 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5月21日OSK増刊通巻1062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)