



英(写真素材提供)



岡山きびの会 HP  
QR コード



OSK

KHJ

# 岡山きびの会

第 239 号 8 月  
令和 5 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

令和 5 年度 年会費	正会員	6000 円	賛助会員	3000 円
(2023)				
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](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5年8月例会 ▽

日時	令和5年8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 研修室	岡山市北区南方2丁目13-1	電話:086-231-0532
内容	●演題：『岡山きびの会との関りについて』		
講師	講師：南雲千代子	精神保健福祉士・フリースペース夢想庵主催	
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5年9月例会の予定 ▽

日時	令和5年9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：『ひきこもり基本法について』		
講師	講師：藤岡清人	KHJ 共同代表・KHJ 広島もみじの会代表	
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 令和5年度7月例会

## ●演題：『親子の信頼関係、その温度差について考える』

講師：峰政雅臣

所属：岡山市精神障害者団体連絡会代表

※ 当日のレジメ ※

◎はじめに

最初に、峰政と浅山の2人で、会話形式でお話します。  
お互いの心の健康のために、質問にパスすることがあります。ご了承ください。

①親は、子供のことを何を知っていますか？

↓

知るために何をしていますか？ ※子供は知ってもらう行動をしていますか？  
『言わなくても分かっていると思っていないませんか？』

②親のあなたは、20～30年後はどうなっていたいですか？

※老人ホーム(峰政の体験談)

解決、変化に向けて道筋はありますか？

子供にしてほしいことは？ → 自立して欲しい  
どこかと繋がって欲しい

親にしてほしいことは？ → 経済的支援  
(子供がしてほしいと ↑親でなくても？  
思っていることは？)

前に進むのは子供だけだと考えていませんか？

③会話が可能ですか？

- ・どのくらい込み入った話
- ・日常会話
- ・あいさつのみ
- ・何もなし

④親子だからといって無条件に人間関係はあるとはいえない

※ レジメここまで ※

※ ↓内容 ※

① 支援をしてきて親も子も知りたいことは知っているけれども知りたくないことにはカバーがかかっている

↓

今の状況が変わらない…

Q. 父と母のことを知るためにしていることは？行動したことは？

Aさん：父とは二人暮らしだが父に関しては無関心である

母とはやりとりはしている。しかし母はひきこもり気味である。そのためたまに母に連絡をしている

父からも母からも行動はない

父と関わる気はいっさいない（10ねんぐらい会話はしない）

Bさん：夫の心が丸見えです。かわいがってほしい、かまってほしいという気持ちが伝わってくる  
息子の気持ちは知りたくて知りたくてしかたがない

息子とは会話がな。最近少しは会話はある。息子のことを息子に聞きたいがこわい。

会話がなくなったのは「先生に来るのをやめてくれ」という息子の言葉に対して「できない」  
返したら口をきいてくれなくなり避けられるようになった。

なにを考えているのか、私たちがいなくなったときの将来をどうするのか聞けないでいる

※知りたい人もいれば知りたくない（関わりたくない）人もいる

どの関係がいいのかは正解不正解はない

どちらかが困って知りたいとき、いったんお互いに離れることも必要である（考えてみたほうがいい）

両方をセットで支援しますという制度はみたことがない

親は親、子は子でわけて考えてみて支援がされている

親→変わってほしい、変化がほしい

子→変わってほしくない、今がいい、変わりたくない、変わるのがこわい

★変わらなきゃいけない→このままじゃいけない…

峰政さん：きびの会に出会って自分は病気なんだと理解をした→自分の病気を理解するのに時間がかかった

うつ状態とひきこもりの状態では状態が違う

うつだとなにもできない

Cさん：世間は働いているから働かなきゃいけないと思った

役に立ちたい、特技を活かしたかった

※変わらなきゃいけないに行きつくまではみんなバラバラである

② 老人ホームの件について（経験談）

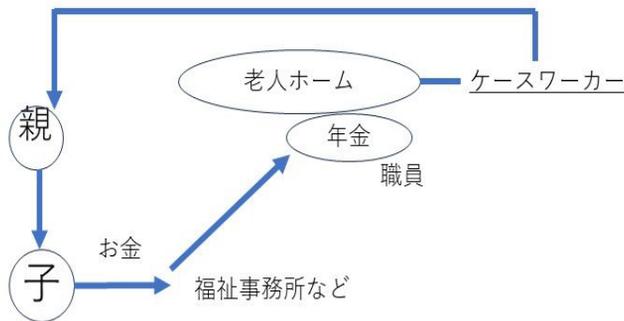
例：老人ホームに入居している親を探しているという障がい者、ひきこもりの人から問い合わせがくる

↓

親が老人ホームに入居すると一緒に住んでいた親の収入がなくなるので老人ホームに入居した親の金がほしくて探している

ケースワーカーは親を支援する人、親の担当

年金は親のもの



子がたずねてきてもケースワーカーから職員にいてもいないと言うように通達  
 1年に1~2回こういうことがあった  
 子にお金 flowed たら老人ホームのお金が払えなくなってしまう  
 →こんなときに変わりたいと思えばいいが変わりたくないという子もいる  
 ※親も自分のことを考えましょう  
 自分が元気じゃないと…

自分がどうしたいのか？  
 →会話ができれば…夫と息子の世話をしたい

子どもになにをしてほしいのか？

(こども)  
 これを助けたい  
 を考えておいたほうがいい  
 楽しみ、やりがいをもってほしい  
 →病院に行ってもらいたい  
 →外にでてほしい

Q. こどもからみて親になにをしてほしいのか？

Dさん：→干渉的なことはしなくても経済的な支援だけしてほしかったがこのままじゃいけないと思い  
 はじめた  
 就労について考えはじめた  
 今日話を聞いて前に進まなきゃと思いはじめた  
 お金の支援  
 ↓  
 話し合いの時間、会話の時期ではないかと思う

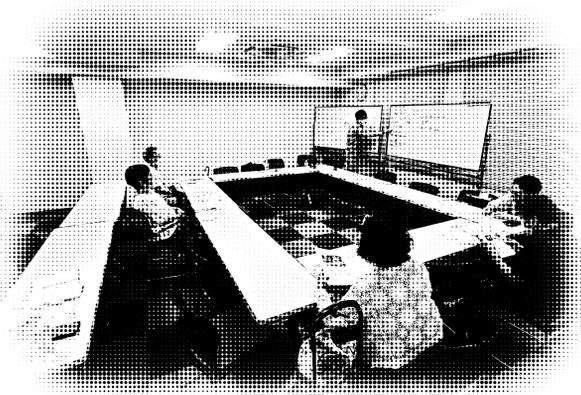
※親子そろっていい方向に転がり変化していくのが理想的だが難しい  
 こどもの変化  
 ↑  
 その前に親の変化の準備

- ・会話をしなきゃいけないと思うときつい
- ※距離を置くのも有り(自分を守るために)
- ※自分を犠牲にしてまでもこどもを守りたいと思うかもしれないが自分のことも考える
- ※3か月前、半年前、1年前どうなっていたいかを考えていくのも大切

※将来的、1人になったときケースワーカーがついたときには年金は守られる  
 そこに至る前にこどもをどうするかを話していく  
 →短期目標を少しずつ話していく  
 少しでも先の話の練習をする  
 話ができないときは自分がどれだけ元気になれるか考える

### 【感想・共有】

- ・打ち合わせのときからこの話がしたかった  
具体的な行動に移さないといけないなと思った
- ・体験談を話してみたいと思った
- ・自分のしたいこと、元気になることを考える、自分のやりたいことをやろうと思った
- ・なかみの濃い話でよかった。話をする場があるのはいいと思った
- ・熱心な方が多いと思った
- ・今日の話でちょっと先がみえてきた気がする  
なにをしたらいいのか…とか  
目の前のことからやっていきたい  
夏に障子の張替えを一緒にやれたらなと思った
- ・過去があつての今なので感謝しながら過ごすのが大切と思った  
こういうことがあったねとこどもと笑いながら話したい



### ～例会始めに～

あいさつ・気分しらべ（名前・今の気分・最近うれしかったこと）

- Aさん：今日は峰政さん（今月の講師）ははじめてなのでうきうきわくわく楽しみにしています  
鳥取に行っている息子が帰ってきたので焼肉に行ったのが楽しかった
- Bさん：久しぶりに来られました。主人が忘れることが上手になってきました。  
デイサービスに主人が通うことになり息子にメールをしたらすぐ来てくれて  
慰めてくれうれしかった
- Cさん：この間、岩手県の娘のところ遊びにいきました
- Dさん：昨日、家族教室で大盛り上がりだったのが楽しかった
- Eさん：蒸し暑いし大雨が降ると水害や災害があるので心配をしています  
メダカのたまごから稚魚がうまれたのでエサやりが楽しみ
- Fさん：雷注意報がでているので雷にうたれないだろうか心配をしています  
梅雨があけても雷には油断ができないので不安がある  
今年度のバスの無料デーがあるのでうれしい
- Gさん：会報の仕上げが過去一で遅いのを更新したが完成しひやひやしたがうれしかった
- Hさん：農業をしているので田植えがようやく終わったのでよかった

※気分しらべのあとに講師の峰政さんが経歴紹介



## お知らせ掲示板♪



～ 岡山きびの会 ホームページ・リニューアル♪ ～

<http://okayamakibi.stars.ne.jp/top>



### \* 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】086-230-2272（月曜だと繋がりがやすいです）

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

ひきこもり家族会が発信する情報誌

KHJ ジャーナル『たびだち』105号 2023 初夏号 発行

～ 津山きびの会 からのイベントお知らせ ～

8月26日(土) そうめん流し♪

時間 11:30～ 参加費：300円

場所：岡山県津山市小桁137-2 トトロの家

電話：(0868) 23-0085

NPO法人津山・きびの会 ([npo-t-kibi.candypop.jp](http://npo-t-kibi.candypop.jp))

「ぜひご参加くださいね！」

7月29日(土) レトルトカレー食べ比べイベント！！

みんなで楽しくレトルトカレーの食べ比べをしてみました♪  
暑い季節の中、カレーライスというのも、とても楽しかったです！  
また何か企画してみたいと思います。



# KHJ 岡山きびの会 8・9月 居場所・行事カレンダー

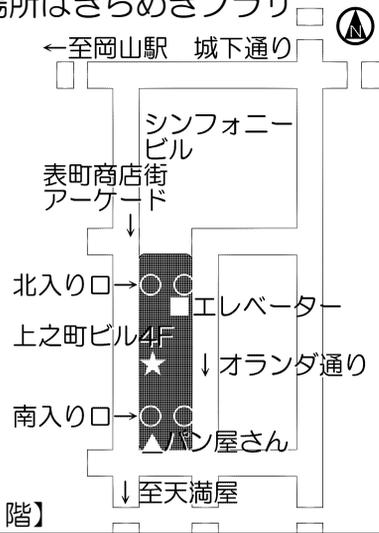
日	月	火	水	木	金	土
8月13 ・役員会 ・月例会	14 居場所 電話相談	15	16 居場所/ 夜の居場所	17 健康教室	18 居場所	19 松田先生 カウンセリング  ★片上みらい食堂
20	21 居場所 電話相談	22	23 居場所/ 夜の居場所	24	25 きびきび サロン	26 若者学級
27	28 居場所 電話相談	29	30 居場所/ 夜の居場所	31	9月1日 居場所	2 シニア学級
3	4 居場所 電話相談	5	6 居場所/ 夜の居場所	7	8 居場所	9 家族教室
10 ・役員会 ・月例会	11 居場所 電話相談	12	13 居場所/ 夜の居場所	14	15 居場所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

役員会：基本的に第2日曜日 11:00～12:00  
 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5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)2023年8月21日OSK増刊通巻1185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

大森文太郎

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)