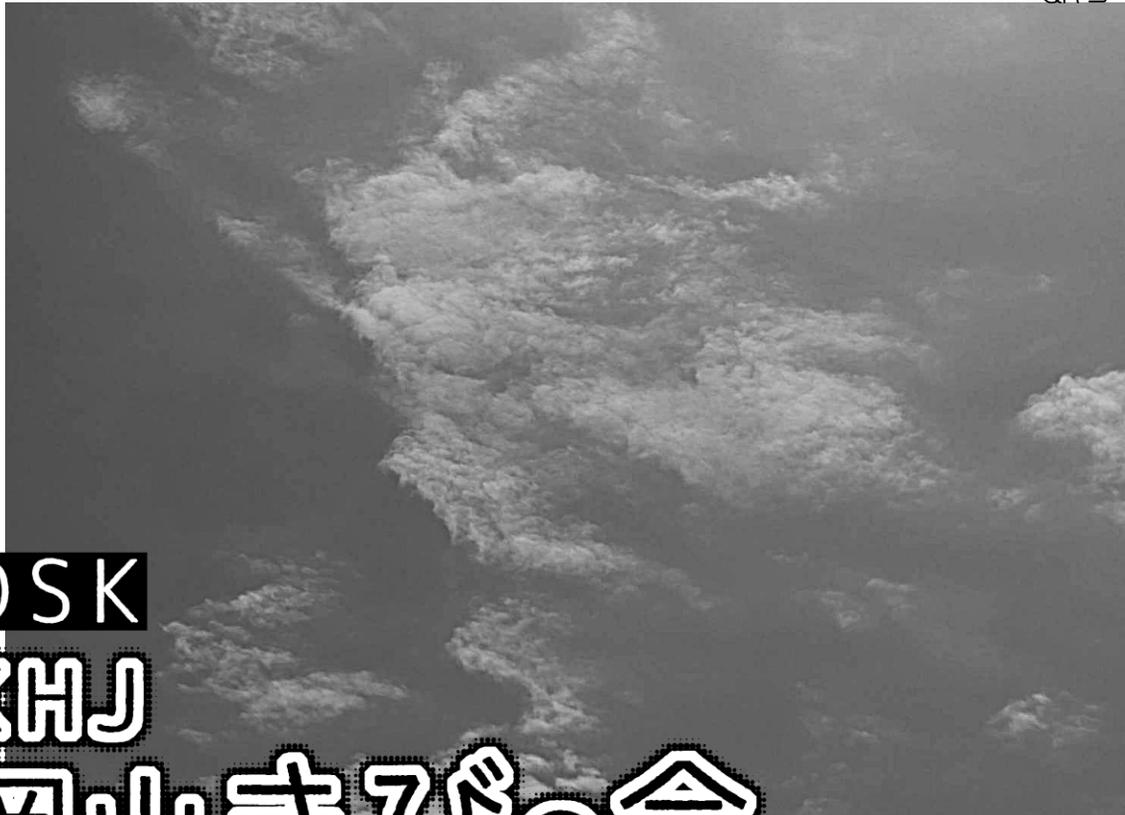




英(写真素材提供) 「天使のいたずら」

岡山きびの会 HP  
QR コード



OSK  
KHJ  
岡山きびの会

第 261 号  
令和 7 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

令和 7 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

郵便局振込先記号番号 01380-6-77803 KHJ岡山きびの会 又は

ゆうちょ銀行口座番号 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・ひきこもりのことで悩んでいる当事者や親や家族が情報を交換したり・・・、当事者の気持ちと親の気持ちが癒され、元気づけられ、家族全体が「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律を目指し、自分の意思と選択と決定において、生き生として、社会参加できるようになることを支援します。

(居場所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7年6月例会 ▽

日時	令和7年6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 研修室	岡山市北区南方2丁目13-1	電話:086-231-0532
内容	●演題:『事例で見る支援のポイントを中心に「ひきこもり支援ハンドブック~寄り添うための羅針盤」に学ぶ(その2)』		
講師	講師:矢田 初恵 : 社会福祉士、精神保健福祉士		
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7年7月例会の予定 ▽

日時	令和7年7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:『肩こりをやわらげてみよう!』		
講師	講師:福田 求 : 臨床心理士 教育なんでも相談 ネットワーク相談員		
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

令和 7 年 5 月 11 日

### 『私のモチベーショングラフ～重複障害をもちながら～』

佐藤 紘太郎  
キャリアコンサルタント



#### 0才～3才

- 先天性骨形成不全症として生まれる
- 典型的な昭和のサラリーマン家族
- 長男として可愛がられる

#### 4才～5才

- 熊本へ転勤し、私立の幼稚園で楽しく過ごす
- ものまね遊びの好きな子でも

#### 6才～7才

- 山口へ転勤し、骨折のため手術
- 2年で鹿児島へ

#### 8才～10才

- 鹿児島で骨折を繰り返し、歩けなくなる（名医のもとで1日がかりの手術）

#### 12才（11才は特になし）

- 児童病院で、沢山の友達をつくる
- 身体障害者同士の絆を見つける

#### 13才

- 支援学校の中等部の管理教育に嫌になる
- 鬱っぽさがでてきた時期

#### 14才

- 成績がよく、ASD (ADHD) の傾向からいじめられる
- 家にひきこもる（ほとんど風呂やひげそりをしない）

#### 15才

- 夏あたりまでひきこもる
- ふとしてたきっかけで教室に戻り、成績をあげて（同級生のさそい）
- 特進クラスへ入学

16才

- 担任やクラスとの不和
- 好きな子と並ぼうと猛勉強

17才

- 失恋し、全てのやる気を失ひひきこもり
- 家でアニメばかりみている日々(ネットゲームも)…エヴァンゲリオンにはまる

18才

- 大検合格
- 旧帝大目指して勉強

19才

- 基礎力なく不合格
- 予備校もつまらなくなり行かなくなる

20才

- パチンコと引きこもりの日々
- スクールカウンセラーとの出会い  
この人のすすめ ↓

21才

- 数学と現代文ばかり勉強する
- 本番の数学は全て満点で3校中2校合格



この後は、

職場でのハラスメントで統合失調症発症  
あるなる福祉会での出会い  
ニートをしながらか社労士合格 など

まとめ

- エヴァンゲリオンや純文学で気持ちがすくわれた。
- ひきこもりの時にやることがないとしんどい
- 体調が悪い時は放っておいてほしい
- 障害年金で心配なんかが多いと思うが過度に考えなくてよいと思う

(感想)

- 「はまれるものがあるのは救われる」という考え方は、内面を聞いて、納得できる所がありました。ありがとうございました。
- 好きなもの、ハマるものがあれば救われるのだなと思った。得意なことを大切にしようと思った。
- だれ一人として同じ人はいない。ひきこもった時に、攻撃する事はしない。自由の中にも責任が在

る事を伝える。その人の事を信じて、家族は支え、その人と考える。人生って上がったたり下がったりと思います。

## KHJ 岡山きびの会 5 月例会

2025(令和7)年5月11日

ゴールデンウィークも終え、早や今年度も5月例会となりました。ご参加ありがとうございます。

早速ですが、本日も①名前（呼んでほしい名前でも OK） ②今日の気分 ③行ってみたいところ ということで、会を始めていきたいと思います。（進行：浅山ゆ）

◆今日の気分は、夫のことを考えて、また会の進行をするので、ドキドキしています。行ってみたいところは、夫のお姉さんのところ。また、子どもが、最近アンパンマンに興味をもってきたので、高知とか、神戸とか、アンパンマンミュージアムへ行ってみたい。

◆今日の気分は、可でもなく不可でもないというところ。先日、誕生日に、一年間仕事を続けられた自分へのご褒美に「リラクマの〇〇」「マイメロの〇〇」の絵本を買いました。（実物をみんなに紹介）行ってみたいところは、ピアカウンセリングの研修です。予定をたてて、

早めに行き、周辺の古本屋をみたり、ご当地の映画館とかも行ってみたい。

◆今日の気分は低いです。行きたいところは、極楽浄土。妹の具合もよくない。今日はこれまで。

◆気候がよくなって、朝早く、散歩するのが気分がいいです。行ってみたいところは、私はかねてからオリックスのファンなので、今年も成績がいいので、応援にでかけたい。

◆今日は、佐藤さんのお話を聞きたいとやってきました。行ってみたいところは、北海道、小樽のすしを食べてみたい。

◆現在、95才の父が、4月末から、入院していて、付き添ったりしている。行ってみたいところは、大学の専攻がインドネシアなので、アジアの、たとえばベトナムとかの人々のくらしがみてみたい。

◆5月の連休には、孫、ひ孫まで、家族みんなが集まって、四国まで泊りがけででかけました。それぞれ男性陣と女性陣にわかれて部屋でねました。長男がすべて支払ってくれました。何年か先には、私が計画して、また集まりたいと思っている。行ってみたいところは、前から、中国です。

◆今年度から、会員になりました。会に参加するたびに、息子よりも、私（母親）自身が変わらなければいけないと思うようになりました。私の生まれたところは、兵庫県佐用のあたり、連休に、行ったことがなかった西播磨天文台、あたりは、牛が放牧されていて、新緑がめっちゃきれいでした。田舎はいいなあ、と思いました。

◆連休中は、ポートして過ごして、連休明けから、忙しすぎて混乱しています。行ってみたいところは、孫にしばらく会っていないので、会いにいきたいです。

◆今日は、母の日です。小さいケーキとお花を供えて、お茶をしようと思います。最近、化粧をするのもなかなかできない。まゆと口紅だけはしているが、化粧がきれいにできるようになりたい。行ってみたいところは、和気町の藤公園です。今年は行けなかったの、来年には行きたいです。

◆今日は、きびの会に、来ることができました。5年前から会にはいっていましたが、なかなか来れなくて、子どもも4月から、家を離れて、出ていくことができました。行ってみたいところは、祖母の家、思い出の家で、ずっと海が見えるところ。です。

◆今日は、なんだかボーっとしています。行ってみたいところは、たくさんあるので、多分行けなと思う。6月の片上ふれあい交流会は、ご縁があって、アフリカのウガンダから来日されている方からのお話です。地球環境を守る、海外のお話です。よろしければぜひご参加ください。

◆今日の例会でのお話を前に、緊張しています。行ってみたいところは、101才の祖母が健在の大分県、実家です。温泉も豊かなので、行きたいです。



## 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♪ ～

<https://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（月曜日午後だと繋がりがやすいです）

090-6433-1877（担当：矢田）まで

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



来月 令和7年7月例会の開催日について  
7月13日(第2日曜日)開催

“どなたでもふるって（お気軽に）ご参加ください！” 「ストレスをやわらげる会」

日時：毎週金曜日 午後2時から3時まで 場所：子育て・教育なんでも相談ネットワーク相談室（上之町ビル3F）

講師：福田 求（臨床心理士、元自律訓練法認定士） 電話予約：090-2800-1057

※研修中の出入りはお控えください。※入会・参加費は不要です。体を動かしやすい服装で参加ください。

“当事者が主体的に運営に参画する、全国でも稀有なひきこもり支援団体”

令和7年度 KHJ岡山きびの会 “正会員” “賛助会員” 募集中！

- 「当事者の経験に基づくアドバイスは、家族の不安軽減に大きく貢献しています。」
- 「居場所の運営に当事者が関わることで、より安心して過ごせる温かい雰囲気づくりに繋がっています。」
- 「講演会の企画・運営に当事者が携わることで、よりリアルな視点が加わり、参加者の共感を呼んでいます。」

※ご入会・ご寄付は随時受け付けております。

#### 『KHJ岡山きびの会』のご案内

令和7年度 年会費	正会員	6,000円	賛助会員	3,000円
-----------	-----	--------	------	--------

月例会参加費 (資料代)	正会員	500円	非会員・賛助会員の方	1,000円
-----------------	-----	------	------------	--------

※ひきこもり当事者・経験者の方は月例会参加費無料

郵便局振込先記号番号 01380-6-77803 KHJ岡山きびの会 又は

ゆうちょ銀行口座番号 一三九支店 当座 0077803

ドキュメンタリー映画「対話の中の光」2025.7.11までクラウドファンディング2000万円  
日本のオープンダイアログ（仮題）は、対話によって精神疾患の回復を可能にするとして注目されている。このアプローチを紐解くことで、日本の現状に光を与えるヒントを探る！

詳細はこちらのQRコードからどうぞ→



## きびの会 上之町ビル 4F 居場所の利用について

(※居場所の所在地などは、会報最後のページの地図参照)

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。※一部相談等は有料(第3土曜日のカウンセリング、第3日曜日のカラーセラピー)  
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。

\*\*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 12:00~17:00 ・お気軽に相談していただくと嬉しいです。(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) ：090-6433-1877
水	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	担当：周平
	毎(水)夜の居場所 18:00~21:00 <b>※当分の間、お休みにします。</b> ・社会参加を目指している人や、また就労後に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 (大阪府療術師会会員)
金	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)
土	第1(土)シニア学級 12:00~16:00 ・居場所としてどなたでも利用可能	担当：小野 (ピアサポーター)
	第2(土)家族教室 11:00~15:00 ・家族教室を主に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：榎谷
	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 【料金】会員は1時間3000円 ・予約が、少ない場合、居場所として13時まで利用可能 事前予約が必要です。業務対応があるため、事前に必ずご確認ください。	担当：松田勝力カウンセラー 電話連絡 ：090-8695-0904
	第4(土)若者学級 14:00~18:00 ・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：あさやま
日	第3(日)カラーセラピー 13:00~17:00 「色を通して自分を知ってみませんか？」	担当：小野

(※祝日は、基本にお休みしております。)

## \*\*出張きびの会情報\*\*

① 市立南公民館 (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：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	担当：矢田 連絡先：090-6433-1877
② in『片上みらい食堂・つながり交流会』 (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：第2水曜日 13:30~15:00 参加費：500円 (菓子代含む) 第3土曜日 10:00~12:00 参加費：1000円 (軽食代含む) 場所：岡山県備前市西片上 1337 片上みらい食堂	担当：難波 連絡先：090-7270-3654

## KHJ 岡山きびの会 6・7月 居場所・行事カレンダー

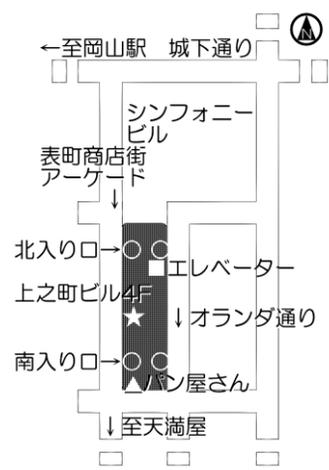
日	月	火	水	木	金	土
6月8 ・役員会 ・月例会	9 居場所 電話相談	10	11 居場所/  ★南区公民館	12	13 居場所	14 家族教室
15 カラーセラピー	16 居場所 電話相談	17	18 居場所/  ★片上みらい食堂	19 健康教室	20 居場所	21 松田先生 カウンセリング  ★片上みらい食堂
22	23 居場所 電話相談	24	25 居場所/  ★南区公民館	26	27 きびきび サロン	28 若者学級 居場所
29	30 居場所 電話相談	7月1	2 居場所/  ★片上みらい食堂	3	4 居場所	5 シニア学級
6	7 居場所 電話相談	8	9 居場所/  ★南区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

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7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

**新しい情報誌が創刊されました。**  
 ひきこもり・生きづらさ 社会課題を考える  
**「SHIP！」**



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)2025年6月19日OSK増刊通巻1361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)