



英(写真素材提供) 「想い馳せて大空舞う」

岡山きびの会 HP
QR コード

OSK

KHJ

岡山きびの会

第 266 号

令和 7 年

11 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
(2025)				
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11月例会 ▽

日時	令和 7 年 11 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 研修室	岡山市北区南方 2 丁目 13-1 電話:086-231-0532	
内容	お知らせ “11 月例会はおかやまマラソンのため休会します。”		
講師	講師：		

▽ 令和7年11月例会の予定 ▽

日時	令和7年12月14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：『 二次障害にならないために 』			
講師	講師：レッド			

KHJ 岡山きびの会 10 月例会

令和 7 年 10 月 12 日

第 19 回「KHJ 全国大会 in 大阪」

（サプライズオンライン）大阪でお待ちしています。

KHJ 全国大会 in 大阪実行委員会 日花睦子

<大会趣旨>

KHJ は、1999 年に発足以来、「ひきこもり」状態にある方々への社会的偏見に対して、家族、本人の切実な声をあげ続けてまいりました。年一回の交流研修会として開催する全国大会は、『KHJ 家族会』と各地域の支部で構成した実行委員会とが、協同して本人と家族、専門家、行政、支援関係者が、出会い、共につながり、発信していく場であり、「ひきこもり」への社会的理解と支援促進のために学びを深める場です。

<～「自律」地域(ここ)で生き抜く～>

キーワードである「自律」は、今年 1 月に、国のひきこもり支援の指針として、厚生労働省より発表のあった「ひきこもり支援ハンドブック～寄り添うための羅針盤～」にも掲げられたものであり、一人ひとりが、自らの意思で生き方を決めることが尊重されるという方向が示されたものでもあります。

そこでは、官民が手を取り合って多くのひきこもり本人や家族の声に耳を傾け、一人ひとりに必要なオーダーメイドの支援をつくるために、社会が変わっていかねばならない、もう誰も、孤独の中で生きなくていいのだ、という「社会モデル」の重要性が改めて、認識されたところです。

ひきこもり 146 万人（内閣府調査 2022）の現実に対して、長年にわたるわたしたちの声が、ようやく届き始めた今こそ、全ての人の人権を尊重し、誰もが生きることが諦めないでいい社会、「生きたい」と思える地域(ここ)をつくらなければならないという、KHJ の基本理念に立ち返り、新たな気持ちで共に歩んでいかなければならないのです。

大阪での KHJ による全国大会の開催は、初めてとなりますが、地域でのさまざまなとりくみを報告し合うことで、「地域(ここ)で生き抜く」たくましさや、あたたかさが、地域のつながりとなり、孤独・孤立から抜け出す力となっていることを、全国に発信していきたいと考えています。

みなさんの力を、大阪に届けてください。共に、未来を創りましょう！



The poster for the 19th KHJ National Conference in Osaka features a grey background with a large white speech bubble on the left containing the text: 「自律」とは 自らの意思で 生き方を決めることが 尊重されること. The main title is 「第19回KHJ全国大会in大阪」 in a yellow-outlined box. Below it is the large stylized text 「共生」. To the right of 「共生」 is the phrase 「「自律」地域(ここ)で生き抜く」 in a yellow-outlined box. The date and time are listed as 「2025年11月30日(日)」 and 「11:00～17:30」. The venue is 「会場：大阪経済大学(大阪府大阪市東淀川区大隅2-2-8)」.

KHJ 全国ひきこもり家族会連合会・実践交流研修会
第19回KHJ全国大会in大阪
共生
「自律」地域(ここ)で生き抜く
「自律」とは
自らの意思で
生き方を決めることが
尊重されること
2025年11月30日(日)
11:00～17:30
会場：大阪経済大学(大阪府大阪市東淀川区大隅2-2-8)

お申し込み方法

〈1〉大会参加申し込み専用フォームで

必要事項を記載しお申し込みください。

〈2〉FAXで、必要事項を記載しお申し込みください。

072-265-2021または03-5944-5290まで



【参加申込みの必要事項】

- ①氏名・ふりがな
- ②郵便番号・住所
- ③連絡のとれる電話番号
- ④メールアドレス
- ⑤お立場(家族・経験者・一般)
- ⑥ご所属(あれば)
- ⑦課題別会議の第1希望
課題別会議の第2希望
- ⑧懇親会(別途3,000円)参加の有無

【振り込み先】

- ・三菱UFJ銀行 羽衣支店
- ・特定非営利活動法人大阪虹の会
- ・普通・店番 594
- ・口座番号 0037797
- 1週間以内を目途に、参加費をお振り込みください。
- ※振り込みの際、必ず、申込者の
お名前を明記ください。異なる場合、
対応できません。

大会に関するお問合せ

★第19回KHJ全国大会in大阪実行委員会

☎090-6676-7637(大阪虹の会 日花瞳子)

✉hibana@khj-h.com

★特定非営利活動法人大阪虹の会

☎・FAX:072-265-2021(火木午後のみ)

★特定非営利活動法人

KHJ全国ひきこもり家族会連合会 本部事務局

☎03-5944-5250 FAX:03-5944-5290

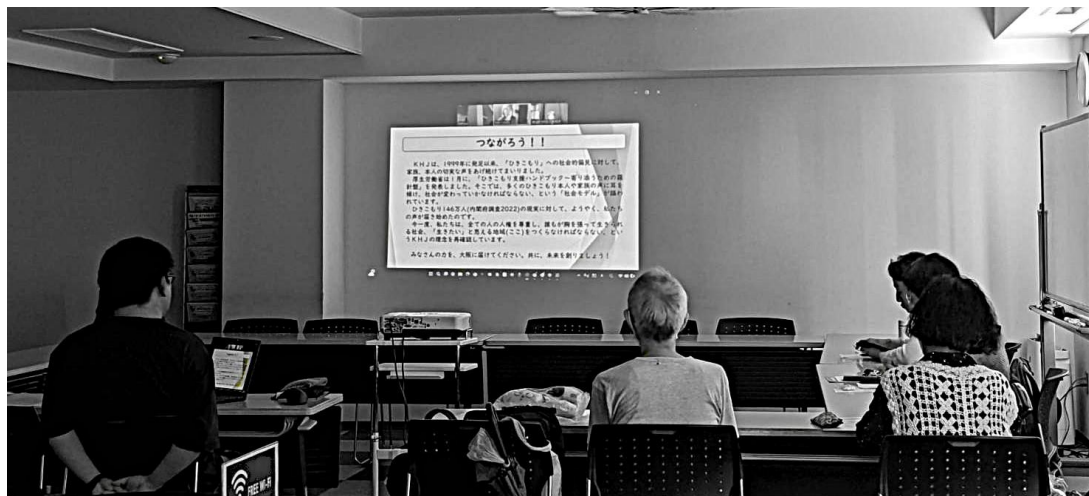
✉taikai2025@khj-h.com

	基調講演・課題別会議	話題提供者	概要
全体	(仮) 地域でいきっていく	勝部 麗子さん 豊中市社会福祉協議会	誰もとりこぼさない地域はどうやってつくっているのか
①	地域でつながり続ける	中井 俊雄さん ノートルダム清心女子大 地元社協より	地域のつながりをどうつくっていくのか
②	制度の狭間 -8050・兄弟姉妹	池上 正樹さん ジャーナリスト	家族や本人が、生きたい、と思える社会のために何が必要か
③	本人・家族の生の声	草の根ネットワーク 岩田 光宏さん 大阪経済大学 匿名参加 さなぎと	やりたいことやってみたら、もっとおもしろくなった！
④	支援ハンドブックから拓げる ～自立と自律を考える～	山崎 正雄さん 高知県立精神保健福祉センター 地元家族会より	家族や本人の声がハンドブックに魂を吹き込む
⑤	ひきこもり基本法はどうあるべきか	田中 敦さん レターホストフレンド	わたしたちのどんな願いを基本法に採り入れるのか
⑥	ピアサポのつとめ	伊藤 康貴さん 大手前大学 上田 理香さん 広報アドバイザー	ピアサポが集まったら、何かがうまれる！！ ピアサポーターだけでなく、多くのみなさんのご参加をお待ちしています。

（例会の感想）

「場を共にする意味」を考えさせられる言葉でした。息子との関係も焦らずじっくりやっていこうと思いました。居場所運営大切に色々挑戦しましょう。

今日は一人一人が自分のこととして問題を捉え考えることのできる重要な会でした。有難うございました。



KHJ 岡山きびの会 10 月例会

2025(令和7)年 10 月 12 日

体育の日祝日の中日、お忙しい中、10月例会に参加くださってありがとうございます。今日は、急遽、KHJ 全国大会イン大阪実行委員長の日花さんに、オンラインで直接大会のよびかけをしていただくことになりました。お楽しみに、それでは、10月例会を①自己紹介（呼んでほしい名前でもOK）②今日の気分 ③秋にやりたいこと ということではじめていきたいと思います。（進行：難波）

◆先日、SHIP の取材を受け、津山きびの会の「トトロの家」に行ってきた。ほっこりとした居場所でした。片上食堂のことですが、古いビルで、昼間はとても暑くてガマンできないぐらいになる、秋になったら、涼しくなったら、リフォームを考えていて、少し手を入れて快適に過ごせるようにしたいと計画しています。

◆朝の散歩をしています、鳥の声を聞いたり、彼岸花がいっせいに咲いたり、「ゴンぎつね」（絵本）を思い出してしまします。秋の食べ物を楽しみたいです、サンマを焼いて食べたら美味しかったです。前からやろうやろうとできていない、本棚の片付けもしたいです。

◆高粱のうちの家は、古くて、天井に何かはいつてゴソゴソ、「こらっ」と言っていた。最近はいなくなった。旅行が好きなので、春になったら行きたいと思います。

◆今日は、雷予報が出ていてウンザリ。西川祥子（キャリアコンサルタント）著「支援者との会話」を読んでいる。図書館、古本屋、リサイクルショップめぐりをしたい。

◆最近、物忘れがひどくなったり、日にちを勘違いをしたり、自分でも落ち込んでいる。猫のひたい、ほどの畑があり、しそをバツタが食べてしまう、冬にむけて、家族はだれもしないので、枝切りをしたりする。

◆今日の気分は、寝不足と胃もたれです。自炊をやってみないと、カレーを作ったら、分量が多すぎたのか、大量にできて、昨日、今日も連続カレー食べて、たぶん明日も、それで胃もたれです。（食べに行くよ、の声）（冷凍しといたらいいよ、の声）秋にやりたいことは、後楽園の幻想庭園とか、イベントにでかけてみたい。

◆昨日は、居場所家族教室で、表町は、秋のイベントがあり、武者行列が岡山城まで歩いたり、おはやしが聞こえて、よかったです。私も、秋になったらやらないといけないこと、畑を手入れして、ニンジンや大根を植えようか思っている。

◆私は、秋を楽しみたいと思います。冬や春の準備をします。きびの会の来年1月例会で、「夢を叶えるカラーセラピー」というテーマで、講師をさせていただく予定です。よろしくお願いします。

◆今日は、さっきから、オンラインで、大阪から受けられるように、パソコンで設定をしていて、汗をかいています。秋になったら、東京にまた行ってみたいと思っています。

◆今日は、先程、〇〇君も役員会に来てくれて、久しぶりに会えたので、うれしいです。秋になって、火曜日から、高島公民館で、〇〇美術展があるので、一枚だけ、書道を書きました。もっとゆっくりと書いたりしたいです。

▲▽▼△▼△▼△▲ 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>

※8月にメンテナンスで一時的にHPを休止します。



* 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ます）

090-6433-1877（担当：矢田）まで

【メール】khj_okayamakibinokai@yahoo.co.jp



“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 (2025)	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

来月 令和7年11月例会の開催日について

11月9日(第2日曜日)開催予定だった11月例会は“おかやまマラソン”のためお休みします。

“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。

(※居場所の所在地などは、会報最後のページの地図参照)

****KHJ 岡山きびの会 上之町ビル****

月	<p>毎（月）居場所・電話相談日 12:00～17:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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 	<p>居場所担当：あさやま</p> <p>電話相談担当：矢田（PSW） ：090 - 6433 - 1877</p>
水	<p>毎（水）居場所 14:00～18:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自由に来てくれ ・どなたでも利用可能 	担当：周平
	<p>毎（水）夜の居場所 18:00～21:00 ※当分の間、お休みにします。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・社会参加を目指している人や、まだ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	<p>第3（木）のみ 健康教室 11:00～15:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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	<p>第1～3（金）居場所 14:00～18:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自由に来てくれ ・どなたでも利用可能 	担当：周平
	<p>第4（金）きびきびサロン 12:00～16:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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	<p>第1（土）シニア学級 12:00～16:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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）
	<p>第2（土）家族教室 11:00～15:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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：槌谷
	<p>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。</p>	担当：松田勝力カウンセラー 電話連絡 ：090-8695-0904
	<p>第4（土）若者学級 14:00～18:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・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
	<p>第5（土）居場所 13:00～18:00</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どなたでも利用可能 	担当：あさやま
日	<p>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？」</p>	担当：小野

****出張きびの会情報****

KHJ 岡山きびの会 11・12 月 居場所・行事カレンダー

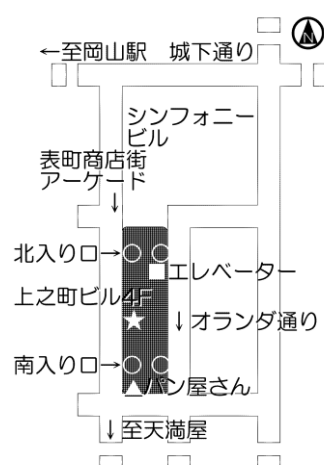
日	月	火	水	木	金	土
11 月 9 おかやま マラソン	10 居場所 電話相談	11	12 居場所/	13	14 居場所	15 松田先生 カウンセリング
		★南公民館	★片上みらい食堂			★片上みらい食堂
16 カラーセラ ピー	17 居場所 電話相談	18	19 居場所/	20 健康教室	21 居場所	22 若者学級
23 勤労感謝の日	24 振替休日 居場所 電話相談	25	26 居場所/	27	28 きびきび サロン	29 居場所
30	12 月 1 居場所 電話相談	2	3 居場所/	4	5 居場所	6 シニア学級
7	8 居場所 電話相談	9	10 居場所/	11	12 居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

穏やかに寄り添う家族会です。「KHJ 岡山きびの会」会員募集中！
 会員の方は『令和 7 年度会費』納入をお願いします。会員：6,000 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。賛助会員：3,000 円
 ※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 11 月 20 日 OSK 増刊通巻 1400 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)