



英(写真素材提供) 「もうすぐ春ですねえ…」

岡山きびの会 HP
QRコード



OSK
KHJ
岡山きびの会

第 270 号
令和 8 年

3 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8年3月例会 ▽

日時	令和8年3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:『治そうとするな 分かれよう』		
講師	講師:松田 勝	:カウンセラー(ぼれぼれ農園代表)	
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

▽ 令和8年3月例会の予定 ▽

日時	令和8年4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 研修室	岡山市北区南方2丁目13-1	電話:086-231-0532
内容	●演題:『自ら一歩踏み出す映画:“Take A Chance”!鑑賞会』		
講師	講師:ふじさん	:KHJ岡山キビの会 正会員	
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

令和8年2月例会

2026(令和8)年2月8日

「卒寿をむかえて想う」

精神科医 山本 昌知

山本先生の和やかな雰囲気の中、座談会が開催されました。



KHJ 岡山きびの会2月例会

2026(令和8)年2月8日

本日は、岡山県も県北には大雪警報がでている、誠に寒い日に、2月例会に多数お集まりいただき、ありがとうございます。今日は、金丸さんのご縁で、2月に90歳を迎えられる山本昌知先生をお迎えして、ささやかながら、卒寿のお祝いをひらきたいと計画いたしました。きびの会もこれまで、幾度となく、例会にも来ていただき、また会員みなさんも大変お世話になってきた先生です。先生をかこんで、これまでの感謝や思い出なども、皆さんで共有できたらと思っています。先生にお渡しする「色紙」を用意していますので、どうぞ寄せ書きをお願いいたします。

それでは、いつものように、①氏名(呼んでほしい名前でもOK) ②今日の気分 ③もし100歳まで生きたらやってみたいこと、ということで2月例会を始めていきたいと思います。(進行:難波)

◆今日は大雪の予報が出て、体調が心配でした。山本先生をお迎えして、自分が今日の会の進行役を担当します。(←KHJピササポーター研修の実習) よろしくをお願いします。

◆新聞を見て、今日、山本先生のお話がある、と急でしたがやって来て、うれしいです。

100歳まで生きられたら、元気で、ボケずに、自分の好きなことをして、楽しいことをしたいです。

◆山本先生と、長い間、一緒にお仕事をさせていただいたものです。患者さんとのゆったりとした「禅問答」のような場面もみてきました。ずっと、山本先生をおがみ続けて、あとを追って、まねごとをして、やってきました。これからも、山本先生のあとお慕しいして生きていけたらと思います。

◆私にはとてもまねごとできません。実は、高校2年生の孫が、ゲームばかりして、お嫁さん(母親)は「まったくダメな子」というのですが、私(祖母)は反論できずにいます。

◆山本先生のお名前は、ずっと前から伺っておりました。今日の例会は、喜んで参加しました。昨年、きびの会に参加して、母親として頭をきりかえて、100歳までは無理だと思うので、あと10年、まわりに迷惑にならないように、生きたいと思います。

◆最近、年齢を感じて、ウォーキングも、体の声を聞きながら歩いています。昨年、30年来の恩人(の

先生)が亡くなられて今でもつらい気持ちがありますが、先生との記録などを読み返しています。山本先生は、大田堯先生(教育学者)との交流がおりだったとお聞きし、お話を楽しみにしております。

◆きびの会にははじめて参加しました。もう高齢で、岡山にも久しぶりに、山本先生のお話をもう一度お聞きしたいと出てきました。

◆こんにちは。きびの会の代表をつとめています。私の長男が、不登校、なんとか夜間中学卒業をへて、自宅にいます。東京から岡山に帰ってきて、だれでも暮らしやすい地域づくりをめざして活動しています。100歳になっても、みんながたずねてきてくれるようになりたいです。

◆今日も、瀬戸内市から、親子で参加できました。実は、毎日歩いているのですが、先日転んで、一週間入院してしまいました。みなさん、歩くときは、足をあげて歩きましょう。これからの、私のモットーです。

◆息子です。きびの会には昔から参加しています。もうすぐ50歳になります。今日は、気分はよい。僕の中2の時、1991年ソ連が崩壊した。100歳になっても世界ニュースを気にかけていたい。災害にも関心がある。1月18日には、7年ぶりに、神戸大震災の時ボランティアでかけた神戸市中央区へ、「つどい」に参加しに神戸までかけました。実際には、100歳までは生きていなくて、孤独死しそう。

◆二人の息子が自宅にいます。今日は山本先生のお話が聞きたくて、まいりました。長男がダウン症で、老化が早いと言われていました。100歳まで生きたら、などまったく考えたこともありませんが、SF小説が好きで、自分でも未来のSF小説をかいてみたい。

◆私は、ずっとメンタル友の会で20年、山本先生にお世話になってきました。私の両親のことですが、父親は船乗りで、97歳で亡くなった。体じゅう紫いろのあざができていた。母親は、意志が強い人で、83歳のころ、宝塚で立ち退きによる引っ越しもやってのけた、現在、私は、85歳ですが、夫と二人暮らし、蓄えがまったくありません。100歳まで生きられるか心配です。

◆山本先生の山陽新聞社さん太ホールでの講演会は満員でした。今日はきびの会で、無事に開催でき、良かったです。私は、100歳まで生きたら吉沢久子さんのように生きたい。

◆私は、息子が大学院を中退して、岡山に帰ってきた時、亡き夫が「山本先生にお世話になろう」と言いましたが、本人がお医者さんには行きたくない、といい、そのまま現在までできました。きびの会のご縁や、映画や新聞でも存じあげております。今日は、ほんもので、ありがとうございます。100歳まで生きていたら、若い時からやってきた日本舞踊をやってみたいと思います。

◆今日は、これからお話するので、やや緊張しています。僕の家系は、父も兄も、早くに亡くなって、僕と母は長生きで、僕も自分が90歳をむかえたのが意外な気持ちがある。

100歳まで生きたら、僕があこがれたあの大田堯先生のように、最期まで、すべての人間、社会の事柄に、どう自分が関係するのか、自分の問題として考えてみる、そんな生き方ができたらいいなあ。

(山本先生の著書紹介)

ひとなる〔ちがう/かかわる/かわる〕 単行本 - 2016/9/22 大田 堯 (著), 山本 昌知 (著)

出版社からのコメント



■「ひとなる」という言葉を私が耳にしたのは、岐阜県東濃の加子母村という、標高五百メートルの山村でした。一九六五年三月のことです。

■印象的だったことは、この村のたたくまいにもふさわしいおばあちゃんが、「およそ

子どもは、神さまからの授かりもの、その子の生命にそうて、みんなの世話で、『ひとなる』もの」と方言によっておっしゃったことでした。

■あの加子母のご老人たちが、日常語として子育てを「ひとなる」と言われることは、まさに「人格の完成をめざす」という、人類すべてに通じる願望であると納得できるように思うのです。私がこの本の題名を「ひとなる」としたのは、このような思いからのことです。(大田堯)

【山本】 患者さんの妄想や幻聴の症状が前面に出てきますと、それに圧倒されて、とりあえずは、その目の症状だけに対応します。専門職のあいだではそれで通用するわけです。しかし、実際には、その症状は、ずっと人生を生きてきた結果の一部だけで、自分が生きてきた体験の中に本来の自分があるんだということを患者さんは主張します。その本人らしさを回復していかなければいけないのに、それを壊すような対応や、逆のことをする医療になると、本当の意味で解決にはなりません。

【大田】 ちがうこと、かかわることに、折りあいをつけて生きつづけるという、循環系のいとなみは、あらゆる生きものがやっているわけですから、これはもう人間だけの問題ではない。根源的自発性を前提にして、この自発性を助けるのが教育の仕事なので、それは本来、非常にむずかしい、高度なアートなんです。

山本昌知の臨床作法 こころの科学増刊(こころの科学 HUMAN MIND SPECIAL ISSU) 雑誌 - 2021/8/31 統合失調症のひろば編集部 (編集), 編集協力:塚本千秋 (編集)

出版社からのコメント



精神科医・山本昌知は、会うとこちらを拝むように手を合わす。患者と呼ばれる人も呼ばれない人も「同じ人である」。人は一人ひとり違う存在であることを原点に、患者自身が大切にしていることを一緒に探し、問い続け生きてきた稀有な精神科医・山本昌知を堪能できる1冊が4年の歳月を経てついに誕生。我々を取り巻く不自由な社会や常識、そして周りの人との価値観に同化させようとする圧力ばかりでは、私たちは消耗させられる。かかわりのなかで生きている私たちのこれからの未来のために、励まし合いながら60点の生活を患者の意思を最優先にとも考え、めざしてきた、山本ならではの共生の思想に今こそ耳を傾けてみるのはどうだろうか。

人薬(ひとぐすり) 【精神科医と映画監督の対話】 単行本 - 2022/5/27 山本 昌知 (著), 想田 和弘 (著)

出版社からのコメント



山本 生活するのに十分の十必要で、本人に十分の一しかなければ、周囲が足りていくしかないわけですよ。生活していくために必要なものを生活の場で補うための、いろいろな人的支援が要るわけやな。それが「人薬」だと思う。

想田 そうですね。精神医療でも、介護でも、「人」が何よりの「薬」になると。山本先生の思想と活動のエッセンスは「人薬」に集約されますね。

山本 結局は、「人薬」なしに、物理的なものや技術的なもので対処しよう、となると、十分の一のままの生活になってしまう。(本文より)



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>

※居場所での当事者のお話から短編小説が続々と誕生中です。楽しんでみてください。



* 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）

携帯 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”

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。

来月 令和8年4月例会の開催日について

令和8年4月12日（第2日曜日）

KHJ 岡山きびの会 令和8年度総会（13時～14時）

- 1 令和7年度活動報告及び決算報告
- 2 令和8年度活動計画及び予算（案）
- 3 役員選出
- 4 その他

（“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。

KHJ 全国ひきこもり家族連合会の話題

<https://www.khj-h.com/>

令和8年2月20日、KHJ 全国ひきこもり家族連合会から、「地域共生交付金大幅削減」報道に関する声明が出されました。HPをご覧ください。要点は次のとおりです。

- ① 「最後の砦」の危機：縦割り行政の隙間を埋める「重層的支援」の予算削減は、ひきこもり当事者や家族を再び孤立させる。
- ② 現場の混乱への懸念：支援体制がようやく整い始めた段階での一律削減は、地域での継続的な取り組みを根底から揺るがす。
- ③ 対話と維持の要求：厚生労働省に対し、現場の声を聞く丁寧な対話と、地域の実情に応じた柔軟な支援体制の維持を強く求める。

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 ※当分の間、お休みにします。 ・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：樋谷
	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：周平
日	第4(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：1500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 3・4月 居場所・行事カレンダー

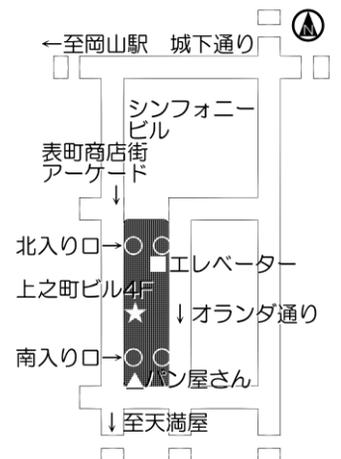
日	月	火	水	木	金	土
3月8 ・役員会 ・月例会	9 居場所 電話相談	10	11 居場所/	12	13 居場所	14 家族教室
		★南公民館	★片上みらい食堂			
15	16 居場所 電話相談	17	18 居場所/	19 健康教室	20 春分の日 居場所	21 松田先生 カウンセリング
						★片上みらい食堂
22 カラーセラピー	23 居場所 電話相談	24	25 居場所/	26	27 きびきび サロン	28 若者学級
29	30 居場所 電話相談	31	4月1 居場所/	2	3 居場所	4 シニア教室
5	6 居場所 電話相談	7	8 居場所/	9	10 居場所	11 家族教室
			★片上みらい食堂			
12 ・役員会 ・月例会	13 居場所 電話相談	14	15 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 ※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（書店でも販売）
 ひきこもり・生きづらさ 社会課題を考える
「SHIP！」冬号 2026 vol. 004



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)2026年3月20日OSK増刊通巻1431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

阪井ひとみ

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）