

2017年4月（第127回）例会のご案内

やいろ鳥の会 会長 坂本 勲

HP <http://khj-yairo.org/>

E-mail ja5cin@arion.ocn.ne.jp

○ 次回親講座・4月23日(日)

会場 高知市東部健康福祉センター2F 研修室

時間 9時30分から12時00分

講師 松田勝先生(香川ポレポレ農園)

松田先生が講師の時は午前中に個人面談を受けることができますので直接松田先生に申し込んでください。

30分程度で3000円です

携帯 090-8695-0904 まで

松田先生に個別に引きこもりに関する指導を受けたい方や他の人に聞かれないことの相談にご利用ください。

慣れ親しんだ精神保健福祉センターが入っていた建物もいよいよ取り壊しになります。よく通った家族サロンの部屋を最後の思い出にと見てきましたところ、部屋の壁に所狭しと絵が描かれていました。青年期の集いに来ている若者が描いたと聞きました。写真を掲載しておきますので、サロンの部屋も思い出してください。



新しい建物ができるまでの2-3年の間、家族サロンは「といろ」で火曜日の午後で開催しています。時間が取れたらお茶を飲みながらゆっくりと話においでてください。

3.22 青年期の集い拡大交流会の様子

ひきこもり支援センターの主催で青年期の集いの拡大版が行われました。KHJ本部事務局から上田理香氏、ジャーナリストの池上正樹氏、県外の元当事者や県内から駆けつけてくれた人がファシリテーターをしてくれて役50名くらいの参加がありました。

全体はフューチャーセッション庵のスタイルで行われ年齢、職業、経歴などそれぞれ違った人が8つのテーブルに分かれてテーマ別にいろんな思いやアイデアを出し合いました。話を収束させて一つの意見にまとめるのではなく、将来の肥やしになるような話し合いができました。あたたかな雰囲気の中でいろんな人との交流は心が癒され元気に繋がるのでまた開催して欲しいです。



前回の親講座

新規の方2名も参加して、3月25日土曜日に旭町のソーレで濱川先生を講師に親講座を開催し、19名の方々が参加しました。終わってからは隣のレストラン旭さんへ15名でランチ会に行きました。

最初に「小さいころのわが子」というワークで子供が小さかった時のことを思い出しながらかき込みをしました。①子供に言われてうれしかったこと②こどもが好きだった遊び③子どもからもらったプレゼント④よく思い出す出来事。書き込みが終わるとみんなで見せ合いました。子どもの成長は早いものですが、子どもが持っている「その子らしさ」は小さいころからあまり変わらないものです。もう忘れてしまっていることもありましたが小さなころの子どもを思い出すというのも良いエクササイズになります。

-----思い出してみてください-----

ヒトの話しを傾聴するとき、顔の表情によってどういう違いがあるのかも「ニコニコさん」「ハイハイさん」で顔の表情を違えて、話し手の気持ちの違いについても実習しました。

不登校ひきこもりを経験したさくらさんの手紙を読んで、それに対する返事を書いてみるというエクササイズもありました。大人になっていけば段々と思い込みも増えてきます。時としてそれが人生に対する新鮮味を無くしているのかもしれない。

最後のアンケート回収には全員が回答してくれました。その中には・・・

◆凡てに楽しく面白く実践して勉強になりました。ありがとうございました。またよろしくお願いします。◆久しぶりの親講座、よい気持ちになった。◆疲れてくると無表情になる。人の話の腰を折る。これ、自分が家でやってしまう事。反省。さくらさんのケースは自分の息子とそっくりで、思わず自分の子供に向けて手紙を書いてしまった。

◆思い込みがいっぱいあると気付かされました。◆自分の心の栄養になりました。ピアカウンセリングの講義の中でも大切なことを学びました。親も初めから出来るいい親はいない。親もつらかったのだろうことも理解できていく。この過程を自分の心と置き換えて考えるととても役に立ちました。◆大変楽しく過ごせました。ありがとうございました。今日勉強したことを家庭でも生かしていこうと思います。

-----というコメントが寄せられました。-----

親講座でどのようなことを学びたいですか

親講座にどんな人を呼びたいですか、またどんなことを学びたいですか。坂本勲までご意見を寄せてください。手紙でもメールでも直接言ってもらってもいいです。

Mail ja5cin@arion.ocn.ne.jp ファックス 088-862-0740 携帯 090-3184-8109

住所 〒781-8130 高知市一宮しなね一丁目 14-10-1

電話相談 随時電話相談をお受けしています。携帯 090-3184-8109(坂本)まで。

4月23日日曜日は 松田先生の講座です

親講座は厚生労働省の補助金で運営されています。

日時 **4月23日(土) 13:30~16:30** 無料です

1) ★13:00~13:30 受付 年会費徴収等

★13:30~13:40 やいろ鳥の会事務連絡他

★13:40~16:30 講義、休息、質疑応答

2) 会場 高知市東部健康福祉センター 2階研修室

高知市葛島 4-3-3 ☎088-882-9380

やいろ鳥の活動カレンダー

◆5月28日日曜日 親講座 東部健康福祉センター3階和室

◆6月25日日曜日 親講座 東部健康福祉センター2階研修室

地域ひきこもり支援センターでの相談などについて

県立精神保健福祉センターは移転しましたので移転先の地図を同封しておきます。

ひきこもりに関する相談はどなたでも月曜~金曜に県立精神保健福祉センター

☎088-821-4966 又は ひきこもり地域支援センター☎088-821-4508 で受け付けてもらえます。庁舎は移転しましたが電話番号は変わりません。お気軽に相談や個人面談を申し込んでください。面談の場合は先ず電話で予約をとってから訪問するようにしてください。

年会費の払い込み

平成28年8月から平成29年7月までの年会費です。(家族サロンと親講座の会場でも納入できます。)

振込先は 四国銀行 山田支店 (普) 0602101

全国ひきこもり KHJ 親の会高知県支部やいろ鳥 代表 竹中あおい

最近のといろ

1月～3月には高知の若者が岡山の親の会の月例会に呼ばれて講演(講演原稿同封)したり、といろの白い門扉を塗り替えたり二階の押し入れに棚を作ったり、といろの宣伝チラシを作ったりと新しい動きが増えてきました。押し入れの棚はなかなかのものです。親御さん方も是非見においでてください。



といろの二階の押し入れには棚がありませんでしたが、下田君が主導して作成しました。右側にも作る予定です。これで寝具類が全て収納できるようになります。

=====
といろの宣伝チラシは、サポステや青年期の集いなど若者が集まる他の機関でといろのことを説明するための補助手段として使用するためのものです。これを使ってといろへ来てくれる若者を増やしていこうとしています。宣伝チラシは同封してありますのでご覧ください。

配信アドレスを登録して下されば写真や県外の親の会の会報やタイムリーなお知らせを適宜配信します。ご希望の方は会長あてにメールを送ってください。

Ja5cin@arion.ocn.ne.jp です。