



2021年1月 やいろ鳥の会  
(第172回) 活動と例会のご案内

やいろ鳥の会  
HP <http://khj-yairo.org/>  
E-mail [ja5cin@arion.ocn.ne.jp](mailto:ja5cin@arion.ocn.ne.jp)  
問い合わせ電話 090-3184-8109 坂本

1月

皆様、あけましておめでとうございます。コロナで大変ですが健康第一・三密回避の年明けとなりました。親の会の運営も難しさが増していますがいろいろと工夫していきたいと思っております。今年も頑張りましょう。

**1月の親講座 横田隆先生 (高知県教育カウンセラー協会副代表)**

会場 高知市東部健康福祉センター3階集会室 (高知市葛島4-3-3)

日時 1月31日(日) PM1:30---PM4:30 予約不要 駐車場有

**親の傾聴演習を行います ピアサポーターは是非参加してください**

親子関係を円滑にするのに大切な事は相手の言うことをしっかり聴くことです。ひきこもりからの回復プロセスでも傾聴はこの上なく大切なことです。しかし、意外と難しいという事が殆ど知られていません。ぜひ演習に参加してください。

感染症対策のためマスクの着用と手洗いを、換気しますので温かい服装で参加ください。

**家族サロンは休止です**

1月12日に家族サロンを再開できるかは未定です。精神保健福祉センターからの連絡があり次第メールでお知らせします。連絡がない場合はサロンは休止です。

2月6日～7日のスキルアップ研修 in 高知の開催は  
コロナが収まるまで延期となりました。詳しくは5P  
めのKHJ本部からのチラシを御覧ください。

というは1月6日水曜日からです。楽しい居場所を作って行きましょう。

\*\*\* 12月の活動から \*\*\*

精神保健福祉センターの相談員の方々と第2回目の座談会を開きました。

ピアサポーターとピアサポーター養成講座を受講している人を対象にピアセンの2階で訪問支援の実際についていろいろとお話を伺いました。これから訪問支援を続けて行くうえで大変参考になりました。2-3か月に1回くらいの割で続けて行きたいと思っています。プロとして長年訪問や相談をしてきて培ったノウハウは大変貴重なものです。バックアップしてくれる専門家集団が近くにいてくれることは心強いです。

12月13日焚火会をしました

詳しくは同封のという通信を御覧ください。13名参加しましたがまたやりたいですね。

12月20日松田先生の親講座

感染対策のため東部の3階集会室を利用して開催し17名が参加しました。初めての参加者が3名おいでました。アンケートには\*誘引と本因の話は納得がいった。子どもを理解するための方法を教えてもらい一筋の光を見出したような気がします。\*ひきこもる子どもが今現在どのステージに居るのかを確認して適切に対応しなくてはならないことを再認識しました。子供の回復を願っているが同時に子供を治そうとしている自分がいることをしりました。\*息子の態度や言う事が分からず的外れな対応をしてしまい、イラついていたが息子の言葉や行動の意味を常に考え続けることの大切さがわかりました。\*息子の態度や言う事が分からず的外れな対応をしてしまい、イラついていたが息子の言葉や行動の意味を常に考え続けることの大切さがわかりました。

12月21日やいろ鳥の役員会 → というで内職はできるか

ことし最後の役員会を開きました。4月にピアセンがオープンしてから慣れない事もありバタバタして年を越しました。いろんなことがあり、十分対処できなかったこともありました。今まで農福連携との間に距離があり働きに出るメンバーは農家の手伝いをするときには居場所の活動ができない状態でした。別に会員の中にも農家まで働きに出れないけれど少しは茄子の袋詰めもしてみたいという要望がありましたので、今年からなんとかして茄子の袋詰め作業をというで出来ないか手伝ってくれる人を探しています。とりあえず月曜と木曜の朝10時に十市まで茄子を取りに行き作業して午後4時にできた茄子を弘化台まで運ぶ必要があります。親が何人か手分けして運搬の作業をすれば現状では週に2日作業することができます。少しでも協力してくれる方は会長まで連絡してください。090-3184-8109(坂本)

という 金曜 女子会開催中

女子会は10時から16時まで開所していますのでお気軽に参加ください。年齢制限なし。

## ひきこもりピアサポートセンター&といろ

年度内にピアセンとといろの周りのブロック塀を撤去してアルミの柵にする予定です。一か所開閉戸を付けて河川敷にも降りられるようにしたいと思います。夏の夜の花火や草刈り、寒い時の焚火などがやりやすくなります。楽しい場所になるといいな。

### 相談 & 訪問支援

相談の電話は **088-881-6301** です。ピアセンの坂本センター長の携帯は 080-2992-9590  
メールでの問い合わせは [mail@kochi-piacen.org](mailto:mail@kochi-piacen.org) です。午前9時から午後5時まで開所しています。訪問の場合は通常2名1組で伺いますが1人で来て欲しい場合はできるだけご要望にお答えするようにします。

ひきこもり家族のファイナンシャルプランについての相談は石川智ファイナンシャル・プランナーがお受けします。

幡多のピアセンサテライトは 080-8632-9520 です。お問い合わせ、面談や訪問支援の申し込みなどはこちらに電話してください。メールでの相談は [mail\\_hata@kochi-piacen.org](mailto:mail_hata@kochi-piacen.org)  
幡多サテライトの受付時間は火曜、木曜、土曜、日曜の午後5時から9時ですが、4月からは午前9時から午後5時になります。

### ピアサポーター訪問支援をご利用ください

ひきこもりの経験があるピアサポーターが訪問して話し相手になったり親と話をしたり本人とゲームをして遊んだり一緒に外出したりできます。訪問しての面談は概ね1時間とさせてもらっています。御自宅、近所のレストランや喫茶店などでもお会いできます。

ピアサポーターの日当と交通費はピアセンの事業費から支給されますのでご家族の負担にはなりません。ピアサポーターは複数いますので何人かに来てもらって話を聞くのも良と思います。元当事者の話をじっくり聞いてみたいという親がピアサポーターの訪問を依頼することもできます。

## といろの開所日

月曜日 当番・谷岡祥子 谷岡恭

水曜日 当番・石川佑太 清遠彬人

木曜日 当番・石川佑太

金曜日 当番・小味和代、久保田征子(女子会)

土曜日 当番・西尾真之介

電話番号 **088-881-2350**

開所時間は原則 午前10時から午後4時です。

## ◆やいろ鳥の活動カレンダー◆

◆1月31日(日) 親の傾聴演習 会場 東部健康福祉センター3階 13:30---16:30  
講師 横田隆 はまゆう教育相談所所長・高知県教育カウンセラー協会副代表

◆2月7日(日) **ひきこもりピアサポートセンター出張相談事業**  
幡多圏域ひきこもり当事者と家族の相談・研修・交流会 PM1:30~  
会場 居場所なないろ(宿毛市平田町戸内 2121 電話 080-8632-9520)

- ◆2月20日21日 ピアサポ養成講座のフォローアップ研修 コロナ感染が拡大していますので今年は全員オンラインで参加予定
- ◆3月28(日) ひきこもり大学 ひきこもったことのある人の話を親が聞く講座  
講師:元当事者5-6名 講師希望の方は会長まで連絡ください。

推薦図書:『親から始まるひきこもり回復』舛田智彦著(臨床心理士)¥2000+税 ハート出版  
(現在手持ち在庫なし アマゾン等で入手してください。)

梶田カウンセラーには来年度夏に二回目の講演をお願いしてあります。

## 地域ひきこもり支援センターでの相談などについて

ひきこもりに関する相談はどなたでも月曜から金曜まで県立精神保健福祉センター  
☎088-821-4966 又は 地域ひきこもり支援センター☎088-821-4508 で受け付けて  
もせえます。気軽に相談や個人面談を申し込んでください。車は新庁舎の駐車場に  
止めることができますので入り口の守衛さんに精神保健福祉センターに行きたいと  
伝えてください。面談の場合は前もって電話で予約をとってから訪問してください。

## 年会費の払い込み

年会費は一家族3000円です。

現在は令和3年7月までの年会費を集めています。

(家族サロンと親講座の会場でも未納年度分も含めて納入できます。)

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

献本していただきました。

11月に九州大学医学部精神科教授加藤孝弘先生から『みんなのひきこもり』という本が送られてきました。木立文庫から出版されています。この本も素晴らしいのでみなさん取り寄せて読んでみられたらと思います。医学的な視点からと別に、ひきこもりの根本的な解決は世直しだという文がありますが、その中に誰でも今からできる世直し法が二つ書かれています。一つは「みんなは・・・」という言い方をやめるというのがあります。二つ目は「私は・・・」というアイメッセージで話をするというのがあります。詳しくは手に取ってお読みください。同調圧力が強い日本の世の中を変えるのにはよい方法かもしれません。少なくともひきこもりを抱え込む家庭を変えるのにはよい方法だと思います。

(了)