



2021年4月 やいろ鳥の会

(第175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

問い合わせ電話 090-3184-8109 坂本



新年度が始まりました。ピアセンができて1年が経過して来所や訪問での相談も沢山経験しました。つくづく思うのは子どもがひきこもったときの親の気持ちについてです。私も経験してきたことですが、一口で言えば晴天の霹靂です。そして、親は何とか子どもを治さ(変え)なくてはと真剣に思い詰めて、親が良かれと思う事を一通りやってみますが、効果は芳しくないだけでなく親子関係が険悪になり子どもは親を避けるようになります。そこに来てハタと気が付く親と同じことを続ける親に別れます。ところが気づいた親が皆さん最短コースを歩める訳ではありませんが、気づきがスターラインであることは確かだと思います。KHJ 初代会長の奥山氏は「親が腹をくくって子どもと向き合うかどうか」だと言われました。確かに親の命で子供の命に向き合い、その間に何の夾雑物も挟まない(言い訳やごまかしのない)姿勢(生き方)が問われると思います。

何とか子どもを立ち直らせなければという思いは親として普通に備わっている気持ちだろうと思いますが、そこにあるのは親の気持ちだけのように思われます。つまり、子どもの気持ちを分かろうとしていないのではないかという事です。こう言う私もそうだったのです。そして、第二の気づきに到達していきます。子どもの生きづらさや苦しさを分かってやれる親になる努力を続ける事は大事な事だと思います。ひきこもりの回復にとってだけでなく親の人生を豊かにしていくことにも寄与してくれます。

頭で考えて理解することも大切ですが、私は情動の変化を伴う気づきをもっと大事だと思います。そして、それらを達成していくためには仲間がいてくれることが大事な事だと思います。そこに家族会の大きな役割があるように思います。そして子どもの回復過程に寄り添う親には魔法の言葉があることを教えてくれます。榊田カウンセラーが講演会で教えてくれた「そう」という言葉です。これが自然に使えるようになるには随分親は訓練しなくてはなりませんね。私も時々シュミレーションしていますが、考えて言うとは何か不自然な感じになるので、心の底から自然に湧いてくるように放せると良いですね。

今年の夏は親の傾聴演習と構成的エンカウンター・グループを予定していますので是非親講座に参加してください。きっと第三の気づき、自己理解に到達できるのではないかと思います。心理学の本に自分のことが理解できた範囲で他の人のことが類推できると書いてありました。本当に長い長い道のりですね。

4月の親講座 松田先生 (香川ポレポレ農園)

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)

日時 4月25日(日) PM1:30---PM4:30 予約不要 駐車場有

午前中は松田先生の個別面談がありますので、じっくり相談したい方は直接先生の携帯に申し込んでください。概ね30分で3000円です。090-8695-0904(松田)

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。

居場所 いろいろの開所日

月曜日 当番・谷岡祥子 谷岡恭

水曜日 当番・清遠彬人、谷岡 恭

木曜日 当番・永井志穂

金曜日 当番・小味和代、久保田征子(女子会)

土曜日 当番・遠藤 泰

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 ◆◆◆◆

◆4月25日(日)午後1時半から親講座 松田勝先生 東部健康福祉センター2階研修室
午前中は個別面談が受けられますので直接松田先生に申し込んでください。
概ね30分で3000円。申し込み先 090-090-8695-0904 松田先生。

◆5月23日(日) 午後1時半から4時半 東部健康福祉センター3階和室にて
県立大学の田中きよむ教授の親講座 国民年金、障害年金について

◆6月27日(日) 午後1時半から4時半 東部健康福祉センター3階和室にて
横田隆先生(高知県教育カウンセラー協会副代表)による親の傾聴演習その2

◆7月 未定 横田先生による構成的エンカウンターグループの予定です。
真実の自分に出会うワーク

親講座---親の傾聴演習と構成的エンカウンターグループについて

はまゆう教育相談所所長の横田隆先生をメイン講師に親の傾聴演習と構成的エンカウンターグループをやいろ鳥の会で取り入れていこうと思います。傾聴と自己理解に欠かせないワークです。今年の6月と7月を予定しています。

◆8月 未定 山崎正雄精神保健福祉センター長の親講座

家族サロンを開催しています

毎週火曜日午後 2 時から 4 時まで精神保健福祉センターで開催してます。予約不要。

といろ 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。



ブロック塀がフェンスになりました。



リバーサイドテラスでお花見を。

相談 & 訪問支援

相談の電話は **088-881-6301** です。ピアセンの坂本施設長の携帯は 080-2992-9590
メールでの問い合わせは 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。

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
幡多サテライトの受付時間は、4 月から午後 1 時から午後 5 時になります。

といろ来所者数 (4 月から 2 月末までの集計)

といろが大膳町に移転してからの利用者数が若者 615 名、家族 453 名、その他 45 名となり延べ 1000 名をはるかに超える数になりました。ピアセンとのコラボ効果なのかアクセスが良くなったからなのか、居場所もピアセンも賑わっています。

3.28 ひきこもり大學

雨の中、5名の講師と22名の親と特別に桑名龍吾県会議員と岡崎邦子高知市議会議員が参加してひきこもり大學が開催されました。熱く熱のこもった講義でした。KHJ 共同代表の中垣内正和精神科医の言葉通り「ひきこもりは人材の宝庫である」をほうふつとさせる講義でした。毎年一回は開催したいなと思います。

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 で受け付けてもらえます。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所で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。

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

『中高年がひきこもる理由』 舛田智彦著(臨床心理士) (青春新書インテリジェンス)

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

入会ご案内 やいろ鳥の会の年会費は3000円です。会長に入会しますと伝えて会費を支払えば会員になれます。退会は会長に伝えれば退会になります。



手作り看板

川岸の桜

フェンスの工事中