

やいろ鳥の会 活動と例会

2022年5月
第188回

HP : <http://khj-yairo.org/>
E-mail :
ja5cin@arion.ocn.ne.jp
居場所という
TEL&FAX : 088-881-2350

・会長のコメント他・・・P1
・お知らせ・・・P2

・活動カレンダー、振り返り・P3—P4
・ひきセン・会費の振り込み他・P4-P5
・当事者さんのアートコーナー・P5

●こいのぼりの季節・会長コメント

会長のコメントーある相談から

ある相談員と話になり、一番多いタイプの相談は何かという話になりました。厳密に統計を取っているわけではないので正確には分からないのですが、経験的に多いなと感じる相談には次のようなものがあります。

子どもがひきこもって永年になる。就労に向けて動き出そうとしないので、親として何らかの決断をしなくてはならないと感じている。今まで不自由しない程度には経済的支援をしているのだが、それがいけないのかもしれない。小遣いを渡さないで買いたいものも買わないという方法が良いのではないか。困ったら動き出すのではないかと考えているが、どうだろうという相談です。

この相談はよくある相談で、KHJ 創設以来幾多の相談が寄せられたことでしょう。そして、25年前ならこのようなアドバイスをする医師や専門職もいたかもしれません。でも、KHJ にも色々と蓄積ができてきています。その中で、困らせる(兵糧攻めにする)という方法は結局は割に合わない方法であると言えます。うまく行く場合もあるかも知れませんが、圧倒的にうまく行かない場合が多いです。そして、親はうまく行かなかったときに何が起こるのかを想像してみることを殆どしません。

大半の親御さんは自分の立場でひきこもりを考えますが、ひきこもる子どもの立場から考えるとどういう事になるのでしょうか。仕事に向けて動き出さないのは子どもが怠惰だからに違いないと思いき、困らせたら動き出すに違いないと考えますが、本当に子どもは怠惰なのでしょうか。できるのにしようとしないと親は考えがちですが、もしも、できない心理状態だったらどうでしょう。子どもからすればできない事を要求された上に困らせて動くように仕向けられるのは、たいへんな屈辱であり見捨てられるかも知れないという不安が沸き起こるのではないのでしょうか。これを続けたら親子関係は大きなダメージを受けます。仮に親が気付いて困らせることを止めても関係修復には長い時間がかかり、それだけ回復は遠のきます。

親は直接的に働かそうとしますが、心の準備ができていない状態で就労させる事はリバウンドの危険が付きまといまいます。一度リバウンドするとそれは心の傷となりエネルギーを吸い取られ更に回復を遠ざけます。まずは心のケアが大切だと言う事も KHJ の大切な蓄積です。

では心をケアするためにはどうしたら良いのでしょうか。まず子どもが何かを言ったときには、「そう」「そう思っているのね」と言って何事も否定せずに受け止める。最後

まで話を聞く。正論で言い負かす事はしない。というのも全国家族会の蓄積です。できれば居場所などでいろんな人と対話ができるようになれば回復も早まります。

私が 18 年くらい前にカウンセラーに質問した事があります。親はどうしたら良いのでしょうか。カウンセラーの答えは「子どものしんどさや生きづらさを分ってやりなさい」でした。そして未だに続けています。私の子どもは 18 年前には目を合わすこともなく目姿も泳いでいるようでコミュニケーションが取れませんでした。今はドッシリして来ました。疲れた時にはあんまもしてくれますがまだケアできていない所もあると思っています。親子が家族として仲良く家にいるのは良い事です。ひきこもる子どもを責めて険悪な関係で過ごすよりも良い人生だと思えます。できれば働きたいと一番願っているのは子ども自身だろうと思っています。どのような心の傷を持っているのかはなかなか分かりませんが、家族から信頼されているという感覚は大事だと思います。それなりに家族の中で役割と責任を与えられている事は回復にとって大事な事だと思います。

●静岡県いっぷく会の会報から拝借しました

子どもがひきこもっていると家の中での会話が少なかつたりぎこちなかつたりすることと思いますが、いっぷく会の文章の中にほっこりする提案がありました。これは KHJ 二代目代表の池田佳世氏のコメントです。➡ 愉快の「快」という字を書いて「快話」と書きます。子どもが「ああスッキリした」とか「楽しかった」とか、そういう気持ちになるような「快話」をおうちでしてみてください。大好きな子どもに向かって、言葉ではない「気持ちの言葉」を投げかけていただきたいと思います。

(OSD よりそいネットワーク代表 池田佳世)

●高知ひきこもりピアサポートセンター

KHJ 認定のピアサポーターがメール、電話、来所相談や訪問支援(相談)をしています。メールは時間制限はありません。電話、来所相談は午前 9 時から午後 5 時まで。ご予約問い合わせは ☎088-881-6301 にお気軽に電話ください。メール: soudan@kochi-piacen.org
休所日は日曜と火曜。ピアサポーターと直接会って話をしてみたい方はピアセンに電話で申し込んでください。家族の方でも当事者の方でも構いません。自宅に出向いたりどこかで落ち合ったりとご希望に沿うようにさせていただきます。

●チャレンジプロジェクト食品配分について

県内でも食品ロスを減らす取り組みが行われています。企業や団体、個人から寄付された食料の一部をといろに運び込んで必要な方に持って帰ってもらう取り組みです。月に 2 回くらい実施したいと思っています。

●県社協さんの助成金で冷凍庫を買います。7 月末には冷凍食品も配分する予定です。

食支援の一環として冷凍食品も受け入れますのでご期待ください。



1 回目



2 回目

●浜田豪太香南市長とひきこもり支援で面談してきました。



香南市の浜田市長から連絡を頂きやいろ鳥の会
会長としてひきこもり支援の推進について約1
時間意見交換してきました。担当課の職員さん
も同席して全国情勢含めいろいろとお話できま
した。浜田市長はひきこもり支援に大変熱心な
方だと確信しました。(4月7日木曜日)

.....

居場所 いろいろの開所日 (開所時間は原則 月、水、木、金、土の 10時から 16時です)

月曜日 当番・谷岡祥子 谷岡恭 水曜日 当番・久保田健志、谷岡 恭

木曜日 当番・永井志穂 金曜日(女子会)当番・小味和代、久保田征子、狩野裕子

土曜日 当番・西原繁幸、石川佑太、西尾真之介 いろいろの電話番号 **088-881-2350**

体温計とアルコールスプレーがあります。マスク着用と検温と手指消毒をお願いします。

◆◆ やいろ鳥の活動カレンダー ◆◆

◆いろいろの写真教室は5月15日(日)午後2時から2時間位開催します。

◆いろいろのパソコン教室は5月20日(金曜)午後2時から2時間程度開催します。

◆といるの日曜サロンは5月29日(日)午後2時から4時までといるで開催します。

◆5月の親講座 親の傾聴演習 聞くことは対人支援の第一歩

日 時 5月22(日) 午後1:30~午後4:30

講 師 横田隆氏 (はまゆう教育相談所所長・高知市小津町6-4)

会 場 高知市東部健康福祉センター(高知市葛島4-3-3)三階和室

◆6月26日(日) 親講座 松田勝先生 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。携帯 090-3184-8109

◆6月27日(月) 支援者連絡会議(精神保健福祉センター主催)に参加予定。

◆7月3日(日) オーテピアにてひきこもり相談会開催予定。

◆7月9日(土) 安芸の農福連携農園でナス狩り。その後といるで配布予定。

◆7月28日(木) ピアセンから南国・香美・香南3市社協合同研修会参加予定。

◆◆やいろ鳥の会の活動の振り返り◆◆

◆4月3日 自民党ひきこもり支援議連の田畑事務局長が来高し、ピアセンを視察。

◆4月6日 こうち食支援ネットの第1回目の配布。

◆4月7日 浜田豪太香南市長とひきこもり支援について面談。

◆4月13日 こうち食支援ネットの第2回目の配布。

◆4月24日 親講座でWRAPを開催。大変良かったです。自分に気付き自分を大切に
自分を安定させる方法を自分で作っていく。25名参加。

◆4月27日 参院選比例区から立候補しているおかざき彩子氏とひきこもりについて
県議会棟で意見交換。

★★★★★会員の皆様で携帯番号を知らせてもらっていない方はお知らせください。

090-3184-8109 会長まで電話するかショートメールしてください。インターネットの

アドレスをお持ちの方は ja5cin@arion.ocn.ne.jp にメールしてください。

KHJ 本部からの情報を配信したり緊急のお知らせに使わせてもらいます。★★★★★

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。

やいろ鳥の会年会費の払い込み 年会費は一家族3000円です。

現在は令和4年3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。

投稿コーナー 会員や当事者のイラスト、絵、俳句、短歌、詩など募集しています。会長あて届けてください。メール添付ファイル、郵送、手渡しなど。



Hさんの作品です。

(了)