

# やいろ鳥の会 活動と例会

2022年9月  
第192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・・・P1-2  
・振り返り お知らせ・・・P2-3

・活動カレンダー、  
・ひきセン・会費の振り込み他  
・投稿コーナー  
・P4-5  
・P5  
・P6

## ●8月ピアフェス開催さる／三度目の正直・会長コメント



官民連携の研修会として過去2回企画されコロナの蔓延で

2回ともキャンセルになった全国研修会が8月にスタイルを変えて

3度目に高知で開催されました。コンセプトは **えいやんか みんなピアで えいやんか**

でした。このコンセプトは大変な衝撃がありましたが果たしてこのように拡張していけるのかと思いましたが、でも、みんなピアならどんなにか生きていきやすいのではないかと思います。支援する側もされる側もない対等なつながりは可能なのかと考えながらピアフェスタの準備をしてきました。

実際開催してみて私は新鮮な感覚になりました。今まで感じたことがない暖かい感じであったり横に繋がり広がっていく感じだったり自分はありのまま生きていっていいのだという安心感だったりで体は疲れましたが心が穏やかになりました。この感覚をどのように伝えたら良いのかと考えていましたがよく言い表せませんでした。でも或る朝食の時にラジオから聞こえるアナウンサーの声に耳が反応しました。それはトルストイの言葉だったと思い検索したら、出てきました。**自分をその人より優れているとも、偉大であるとも思わないこと。また、その人を自分より優れているとも、偉大であるとも思わないこと。そうした時、人と生きるのがたやすくなる。**というものでした。人はどういう時に生き難いと感じるのでしょうか。

ピアフェス二日目のひきこもり大学の第2部は生きづらさについて、参加者も巻き込んだトークセッションになりました。一人一人に生きづらさを感じていますかと問いかけがありました。私は人の感じる生きづらさはいろいろあっていいのかなと漠然と思っていましたが、改めてあなたは生きづらさを感じていますかと問われたことは無かったので、改めて考えてみました。確かに私は50才くらいまでは何かしらの生きづらさを感じていたように思いますが、わが子がひきこもるという晴天の霹靂で私が感じていた生きづらさは吹っ飛びました。それほど大変なショックだったのか、或いはその程度の生きづらさであったのか・・・と、思っています。あなたはどうでしょうか。

## ●高知県臨床心理士会とやいろ鳥の会との連携

7月17日に東部健康福祉センターで工科大教授の池先生をお招きして第一回目の会を開催しました。各人の自己紹介の後、各自が先生に質問をするという形式で進行了ました。初めてのことでありほとんど何も準備していませんでしたが時間いっぱい質疑応答していただき参加者一同大変勉強になりました。

次回以降どのような形になるのか確定していませんが、何か月かに一回全体での質疑という形式になるのか、一部個別面談という形になるのか現時点では決まっています。役員会と臨床心理士会で決まりましたら連絡します。ピアサポーターにとっては学術的で経験に裏打ちされた質疑は貴重なものになると思いますので、是非参加して活用してください。やいろ鳥の会の希望としてオープンダイアログを勉強したいという事と病理の説明と精神疾患や病気との付き合い方、或いは精神科医療とどのようにつながれば良いのかについて講義などを希望しますと伝えてあります。

## ●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いろいろ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。9月の配布は7日水曜午後1時ごろからいろいろ配布できる予定です。会員の皆さんにお分けしたい食品があればいろいろ持ってきてください。



食料をといろいろ取りに来られる際は、エコバックと、冷凍食品も取って帰られるときは、保冷剤と保冷バック等もご持参ください。

## ●県職互助会からの助成金 20 万円。A3 のプリンターとノートパソコンを発注しました。

### マイクロ折り鶴

ピアセンのピアサポーター藤澤尚樹君が自分の指の感覚だけで織り上げたものです。欲しい人は直接藤澤君に注文して折ってもらう事もできます。携帯 080-6397-6861 出来上がった折り鶴は小さな空き瓶に入れて納品します。代金は1羽 500 円です。



## ●ピアサポートセンター出張研修会

7月28日に香美市、香南市、南国市3市の社会福祉協議会の合同研修会で民生委員、児童委員合わせて約230名が参加されました。県の担当課、ひきセン、ピアセンから役員1名と、ピアサポーター5名が参加して大変よかったですとお礼状もいただきました。できたら県下各地の社会福祉協議会で出張研修会をしたいなと思っています。

次回の出張研修会は9月8日に三好市の福祉保健所さんの予定です。どこの研修会でも参加している人は殆どひきこもり経験者との会話をしたことがないようなので大変勉強になると感謝の言葉を頂いています。

## ●ピアセンの開所時間が変わりました。

6月1日からピアセンの開所時間が午後1時から午後5時となります。

月曜日担当 島崎健一郎 大川雅義

水曜日担当 石川佑太 藤澤尚樹

木曜日担当 島崎健一郎 坂本勲

金曜日担当 島崎健一郎 石川佑太

土曜日担当 石川佑太 永井志穂

時々入れ替えがありますが当面この

ローテーションで運営します。

日曜と火曜は休所日です。

ピアセンの電話番号 **088-881-6301**

## ●居場所といるの開所日 (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

といるの電話番号 **088-881-2350**

水曜日 当番・久保田健志、谷岡 恭

体温計とアルコールスプレーがあります。

木曜日 当番・永井志穂

マスク着用と検温と手指消毒をお願いします。

金曜日(女子会)当番・小味和代、久保田征子、狩野裕子、曾我部ひとみ

土曜日 当番・谷岡恭

## ◆◆ やいろ鳥の活動カレンダー ◆◆

◆9月2日(金) & 16日(金) パソコン教室 午後1時半から といるの2階

◆9月4日(日曜) オーテピアでひきこもり相談会を開催します。

10:00~11:00・11:00~12:00・13:00~14:00・14:00~15:00 の4つの枠が

あります。申し込み不要です。相談においでてください。

◆9月7日(水) 午後1時ころから食料の配付を予定しています。 といろ1階

◆9月11日(日) 写真教室

◆9月18日(日曜日) 日曜サロン 午後2時から4時 といろ

◆9月20日(火) 家族サロンの代わりにお弁当を持って天狗高原にドライブ。

人数が少ないと乗り合わせて行きますが多い場合はそれぞれの車で参加してください。

家族で参加しても構いません。集合先は午前12時を目途に天狗荘(高知県高岡郡津野町  
芳生野乙 4921-22) ☎0889-62-3188 へ。事前にネットで検索しておいてください。

参加連絡は坂本勲(090-3184-8109)まで。

### ◆9月の親講座 構成的グループエンカウンター

日 時 9月25(日) 午後1:30~午後4:30

講 師 横田 隆先生 はまゆう教育相談所

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

目 的 「心の窓を少し開いてみよう」~構成的グループエンカウンターを通して~

私たちは相手の心を、自分の枠組みを通して理解すると言われています。  
構成的グループエンカウンターは、自分の枠組みを広げ、自己理解や  
他者理解を進めます。感じたことや、気づいたことを共有してみませんか?

◆10月2日(日) 臨床心理士会の相談会を予定しています。東部健康福祉センター。

◆10月23日(日) 親講座は松田先生を予定しています。午前中個別面談。

◆10月28日(金) きらりの森()ご一行様、ピアセンとといろを視察においでます。

◆11月5日(土) 午後1時から榊田智彦カウンセラーの個別面談3組。13:00-14:30

14:40-16:10 16:20-17:50 の3枠があります。各組1時間半、料金は¥15,000

希望者は坂本勲(090-3184-8109)まで申し込んでください。先着順です。

◆11月6日(日) 榊田智彦カウンセラーの講演会 親からはじまるひきこもり回復

午後1時半から4時半 会場は 高知市東部健康福祉センター3F

◆12月25日(日) 臨床心理士会の相談会を予定しています。

★★★★★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](mailto: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  
支払い住所と携帯番号、あればメールアドレスを登録すれば会員になれます。  
退会は会長にその旨伝えれば退会になります。

**追伸:**ピアセンの東の庭に鉢植えのアロエベラを並べてありますので、自家栽培に興味  
のあるかたは持って帰って大きいプランターに植え替えて育ててみてください。  
親株になるまでには1-2年かかりますが、最高のサプリメントだと思います。  
必要な物は大きなプランターと冬の防寒対策です。検索:「アロエベラ 効能」