

# といる通信

2019年10月

第87号 (神無月)

こんにちは！皆さま、今月も恒例のといる通信の時間がやって参りました！改めまして、KHJ高知県やい鳥の会居場所「といる」木曜日スタッフの川澤岳也（カワザワタケヤ）です。今月もよろしくお願ひします！まずはこちらの写真を御覧下さい！



今月の「といる通信」はこの写

真に関する話題を中心にお伝えしてまいりたいと思います。これが何の写真かと申しますと、先月(9月)21・22日両日に岡山県で開催されました、ひきこもりピアサポーター養成研修の際に記念に撮影された一枚なんです。それでは、開催日程の中で特に印象に残った点を中心に内容紹介、行ってみます！9月21日朝に高知を出発したやい鳥の会一行は、午前11時20分前後ごろに岡山市の会場に到着しました。今回の研修会は、KHJ岡山きびの会代表の馬場貴裕氏(WRAPファシリテーター/ニックネーム・ばばちゃん)の提案で岡山での開催が決定となったらしく、開催に当たってはKHJ本部スタッフの方に加え、岡山きびの会のスタッフの方々が一手に各方面の運営・実行を引き受けていらっしやいました(通常は富山県宇奈月温泉での開催です。第一回目のピアサポ研修会はそうでした)。ごつやら会場の選定と実行に際し、〈運営の結果がどうなるか、実際にやってみなければ判らない〉部分があったらしく、開

催初日は少々慌ただしかったです。話は変わって、開催2日目の内容になるのですが、特にインパクトのあった話の中に、〈自分のリカバリーについて考えてみよう〉というテーマの中で語られた〈リカバリーが意味すること〉〈リカバリーが意味しないこと〉〈リカバリーが意味する生活、人生における主要な決定権、それに対するコントロールを自分で持つということ〉☆今までの経験を受け入れ、理解すること。☆人生に対する態度を前向きにしておくこと。☆自分自身の健康、安定した生活をステップとして取りかかる。☆望みを持っていること。希望を持っていくこと。〈リカバリーが意味しないこと〉〈リカバリーとは、仕事をしている人を意味するのではない。〉〈リカバリーとは、悪戦苦闘することがない、という意味ではない。〉〈リカバリーとは、支えを受ける必要がない、という意味ではない。〉

◇リカバリーとは、部屋や家にもっていないという意味ではない。

◇リカバリーとは、完全に自立している、自分自身のニーズに答えられる、という意味ではない。

以上の内容が記されたプリントについての説明があったのですが、この話を聞いた時、丁度私は、先日、ひきこもりセンターでスタッフの安藤さんと母を交えて三者面談をしたときのことを思い返しました。面談に際し、安藤さんに「ひきこもりからの〈回復〉をどう捉えていますか？」と質問され、その時は歯切れの悪い回答しかできなかったんですが、ピアサポ養成研修でそのことに関する話題が出されたので、「これはあの質問について考え直す時のヒントになるな・・・」と感じながら受講しました。自分の中でひきこもった経験のとらえ返しが出来てなかった部分があったんですが、この話はその〈行き止まり感〉を乗り越えるためのきつ

〈B面に続く〉

〈A面からの続き〉

かけになると思いました。私の中で「ひきこもりからの回復」と言う概念について真っ先に思い起こされることは「自立」という言葉で、それが「就労」つまり、社会の中で賃金などの対価を受け取る形で仕事をすること」ということと結びついていたのですが、安藤さんにそのことを伝えたら、「正直、川澤さんが何を説明したいのか良く分からないです……。」と一蹴されたんです。

その時は安藤さんが何を言いたかったのか腑に落ちなかったんですが、数日経過して、「ああ、私はどうやら安藤さんが質問したかった事をきちんと理解できていなかったらしい……」(質問の意図を間違っって受け止めていて、しかも応答した内容の中に変なことだわりがあった)。「と気づき、冷や汗物でした。その時の反省があったので、ピアサポ研修での「ヘリカバリー」についてのこの話は非常にすんなり頭に入ってきました。多分私は「社会復帰」が「就労」の事だという観念に支配される余り、何もできなくなっって身動きが取れてなかったんだと思

ます。自分の考えが別の角度から見られただけでも意味のある講座でした。

そして、話がまた変わりますが、先月(9月)29日に、つな・かん対話交流会がありました。前日の打ち合わせで、不安モードに入ってしまった、「つな・かん交流会本番どうなるかな?」とドキドキもなかったのですが、皆さんのおかげで何とか乗り切ることが出来ました。一応、つな・かんファシリテーターなので、対話テーブルを一つ請け負うことになったのですが、「うーん、前回のつな・かんから大分時間も経ってるし、司会進行も最近やってないし、どうしよう??」とマイナス思考のスパイラルに入ってたんですが、でも、とりあえずですが、「他の人に分からないことで聞けることは全部質問しよう!」と思い、前日(28日)の打ち合わせの時、サークルリーダーの岡田早苗さんや、坂本会長や、下田つきゆびさん、奥村ジョニーさん、山本洋見さんに質問しまくりました。本番当日も、自分の中で調整が難航しました。それで、一か八かで、

「作り笑顔でもいいからスマイルやってみよう!」と思ってやったら、ぎりぎりのタイミングで気持ちを切り替えることが出来て、明るい心で本番に臨むことが出来ました。皆さん、どうもありがとうございました!お疲れ様です!

〈では皆様、また来月!〉

居場所「という」の所在地は〒781-5102 高知市大津甲969-3です。TEL・FAXは088-881-2350 (注目!電話番号が変わりました!) メールアドレス [skatoiro1016@gmail.com](mailto:skatoiro1016@gmail.com) (こちらも注目!というのネット環境改変に伴い、メールアドレスがこちらのGメールに一本化されました。何卒お間違えの無いようよろしく願います!) 相談メール・友達メール・お尋ねメール何でもOKです。フェイスブック上でも展開します! へというスタッフからのお願い・初めて来所される方はどうぞお読みください!〈

というは月・火・木・土曜日の午前10時から午後4時までの

間オープンしています(注目! 開所曜日が一部変更になりました!)。もちろん、アポなしでの来所も構いませんが、出来れば来る前に居場所にお電話いただけると助かります。というの近くまで来てくれたら迎えに行くことも出来ます。一度試しに覗きにおいてくれたらと思います。最寄りのとさでん交通電停は「領石通」です。お菓子と飲み物など(麦茶・ジュース類)があります。漫画本コーナーもあります! (「ジョジョ」の奇妙な冒険「幽遊白書」「ベルセルク」等が置いてます。「ジョジョ」は1・2部と4・5部が揃っています。「ベルセルク」はKHJ本部の岡田早苗さんのお蔭で、未揃いだった巻がほぼ揃いました。どうもありがとうございます! 少女漫画の「のだめカンタービレ」もあります。以前話題に出した「健康で文化的な最低限度の生活」も7冊揃っています。おっと、司馬遼太郎著「竜馬がゆく」文庫版全八冊も置いてます!)