



2020年12月 やいろ鳥の会  
(第171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

12月の親講座 松田勝先生 (さぬきポレポレ農園)

会場 高知市東部健康福祉センター2階 (高知市葛島 4-3-3)

日時 12月20日(日) PM1:30---Pm4:30 予約不要 駐車場有

**個別面談** 午前中は松田先生の個別面談を受けることができます。

希望者は直接松田先生に申し込んでください。概ね30分で3000円です。  
ひきこもりの人への接し方、日常の中での当人の変化の捉え方など先生と二人だけで質問することができます。お気軽に申しこみください。携帯 090-8695-0904

感染症対策のためマスクの着用と手洗いをお願いします。

梶田智彦講演会(11月1日)開催しました



『親から始まるひきこもり回復』講演には70名が参加して間隔をとった会場はほぼ満席でした。大変熱気のある講演会で、回収したアンケートには再度梶田先生を招聘してほしいとの書き込みがありました。感染対策に換気を優先しましたので窓際では寒かったと思います。

ひきこもりの回復はまず親が変わることからというのは理解できない親もいる一方、それこそが回復のプロセスだと実感する親もいました。来年も講演に来てくださるか

どうか問い合わせをする予定です。

アンケートの書き込みから\*魔法の言葉を教えていただいた。今までは親の価値観を押し付けていた。本人が怒りを表現する過程が良く分かった。\*教育研究所、児相、学校、病院、精神保健センターへ相談に行ったが、我が子がひきこもりプロセスのどこにいるのかさえ分からなかった。今日の後援はありがたかった。\*家が本人にとってもっと居心地の良いところではならないと思いました。\*このまま一生終わるのかという絶望にも似た思いから、光が見えてくる感じだった。 等がありました。

## 11月4日 ひきこもり支援検討委員会

年度内3回開催される第2回目の検討委員会が県庁で開催されました。家族会としてひきこもりの経験者を支援の中に位置づけて欲しいと意見表明しました。

## 11月8日草刈り仕事

住宅の庭の草刈りの依頼が来ましたので付き添いと若者2人で作業しました。お住まいの方と話して来年の春にはこの庭の一角に健康に良いアロエベラの株を植えることになりました。アロエ畑になればいいなあと思います。



## 11月9日やいろ鳥の会役員会

フードバンク高知へ団体会員登録をすることになりました。支援食糧の確保が簡単になるとやいろ鳥の会の会員さんで不要になった家電などを引き取ってもらうこともできるようになります。不要家電などがある方は会長の携帯(090-3184-8109)まで連絡してください。家電製品などはDVなどで避難した人たちのために使われます。いろんな団体と支援のネットワークを作れたらと思います。といろにも食料を頂くことがあります。

## 11月13日精家連 という視察と意見交換会

高知県精神障害者家族会連合会の役員3名がというを視察においでました。家族会の活動について1時間半くらい意見交換しました。精家連は長い歴史のある家族会ですのでできるところは連携して活動できたらいいねと話しました。

## 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

今年度は合計9名がピアサポーター養成講座を受講しています

ひきこもっている人が元気を回復するのに、ひきこもっているときの苦しさや生きづらさ

を分かってもらえる事が大切です。同じ経験をした者だから分かることができます。これがピアの強みです。ピアとして長い回復過程に寄り添う事ができます。ひきこもった経験を人のために役立てることでピアサポーターもより元気になれます

## 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。

ひきこもりの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 ですので問い合わせ、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。

## 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いと思います。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。

## といるの開所日

月曜日 当番・谷岡祥子 谷岡恭                      水曜日 当番・石川佑太  
木曜日 当番・石川佑太 清遠彬人                    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◆

◆12月20日(日) 親講座 松田先生の親講座 午前中は個別面談が受けられますので  
直接松田先生に予約を入れてください。携帯は 090-8695-0904

◆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  
人の話を聞くという事は難しい事だという事を実感してみましよう。特に子供の話は難しい。

- ◆2月6日ー7日 スキルアップ研修会(予定) 高知市内で開催 KHJ 本部主催  
対象 全国の支部役員とピアサポーター、支援者等
- ◆2月20日21日 ピアサポ養成講座のフォローアップ研修 in 広島市 5名参加  
他の参加者はオンラインで参加予定
- ◆3月21又は28を予定 ひきこもり大学 講師:元当事者5ー6名

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。)

## 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

## 高知ひきこもりピアサポートセンターの活動紹介



11月20日嶺北地区社協さん  
との研修と意見交換会  
土佐町社協にて



11月23日マルナカ高知イン  
ター店での合同相談会と  
アトラクションで着ぐるみに



入ったF君。暑かったね。→

たまには・・・あなたも息抜きしてみませんか？

## 1. 焚火を楽しむ日

日時 2020年12月13日(日) 11:00---14:00

場所 高知市種崎 千松公園

焚火をして焼餅や焼き芋を作ります。みかん、おでんも少し準備します。皆様は飲み物、コップ、皿、箸、ビニール袋などご持参ください。

ごみは持ち帰ってください。予備の皿と箸は用意します。

連絡先 携帯 080-2225-2798