

やいろ鳥の会 活動と例会

2022年6月
第189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

●梅雨入りの季節・会長コメント



傾聴ということ

5月の親講座ではまゆう教育相談所の横田隆先生の指導で傾聴演習を26名参加して開催しました。今まで傾聴のワークは何度が経験がありますが、何度経験しても新しい感じ方や気づきがあります。私は傾聴は大変大事な事だと思いますが簡単ではないと思っています。大半の人にとって自分は話を聴くという事は普通にできていると思っているようで、特段難しい事だとは思っていないようです。でも実際経験するとその違いは明白です。

ではなぜ大半の人はそう思っているのでしょうか。いろいろ考えられると思いますが、殆どの人は傾聴してもらった経験が無いのかもしれないかもしれません。だから自分もみんなが話を聞くように聞いていると何となく思っているのかもしれないなと私は勝手に想像しています。ではなぜ普通の聞き方では問題の解決に向かっていきにくいのでしょうか。

人それぞれ違った価値観をもち違った人生を生きています。そのような関係で話を聞くとそれは違うだろうとか、それは甘いとか、その考えは私は受け入れられないとかいろいろと自分の望むことと違う事に感情が動かされ、相手に答えを教えて導きたい誘惑に駆られます。そして、それは違うだろう、こうだろうと話の腰を折ったり正論で相手を説き伏せようとしてします。ひきこもる子どもがやっとのことで親に話をしようとしても正論や社会通念で説き伏せようとしてはいないのでしょうか。私もそのような事を随分としてきたと思いますがその結果として子どもとの間では気楽な世間話ができにくくなっているようです。子どもとの信頼関係も随分壊してきたのかもしれないかもしれません。幸いなことに傾聴しあえる関係の中でそんなことに気付かされました。

子どもとの間に会話が無いという親御さんがいますが、子どもの話を聴いていますかという問いに大抵は、はい聞いていますと答えられます。でもよくよく聞いてみると話の腰を折り、親にとって都合の良い正論で子どもを押しさえつけていることが多々あるようです。そんな親を子どもはどんなに思うのでしょうか。聴いてもらいたい、分かってもらいたいという願いを諦めさせるには十分な原因が親の方にあるのではないのでしょうか。かくいう私も傾聴ということに巡り合わなければ未だに気付かないまま生きていたかもしれません。そして、いまだに子どもを変えようとしていたのかもしれないかもしれません。

傾聴するためにはちょうど良い心理的な距離感が大事なかもしれません。親子や夫婦だと距離感が近すぎてなかなか傾聴するには骨が折れます。先日我が家の奥さんに、人の話は真剣に聞いているのに何故私の心配事は真剣に聞いてくれないのかと言われてグウのねも出ませんでした。いつかは説明しなくてはと思っていますが決めかねています。そこには自信のない私の心がかいま見れるのかもしれないかもしれません。

●全国臨床心理士会が KHJ 支部の学習会や運営の対策に連携してくれます。

令和 3 年より試験的に北海道、山形、福島、東京、静岡、宮崎、沖縄の KHJ 家族会に臨床心理士会が連携参加するようになりました。今年からは新しく大阪、広島、高知の各支部に参加してくれます。まだ具体的にどのような協力が得られるのかははっきりしませんがやいろ鳥の会の希望としてオープンダイアログを指向していきたいという事と病理の説明と自分の病気との付き合い方について講義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。 **会員の皆さんにお分けしたい食品があればといろに持ってきてください。**

●県社協さんの助成金で冷凍庫を買い、といろに設置してあります。冷凍食品の受け入れも始めます。

●ピアセンの開所時間が変わります。

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 時に変更になります。

月曜日担当	島崎健一郎	大川雅義	
水曜日担当	石川佑太	永井志穂	当面このローテーションで
木曜日担当	島崎健一郎	坂本勲	運営します。
金曜日担当	島崎健一郎	石川佑太	日曜と火曜は休所日です。
土曜日担当	石川佑太	永井志穂	電話 088-881-6301

●居場所といろの開所日 (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、	西尾真之介	といろの電話番号 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 ◆◆

- ◆といろの写真教室は5月15日(日)午後2時から2時間位開催します。
- ◆と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。
- ◆といろの日曜サロンは5月29日(日)午後2時から4時までといろで開催します。

◆6月の親講座 松田先生の親講座 ひきこもりの理解と接し方

日 時 6月26(日) 午後1:30~午後4:30

講 師 松田 勝氏 (香川ポレポレ農園主宰) 携帯 090-8695-0904

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

申し込み 直接松田先生の携帯に予約を入れてください。概ね30分3000円です。

- ◆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。その後といろで配布予定。
7月の親講座はお休みです。
- ◆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。
- ◆8月6(土)~7(日) ひきこもりピアフェスタ in 高知開催。ズームでの参加も可能。

8月の親講座はお休みです。

◆◆ やいろ鳥の会の活動の振り返り ◆◆

- ◆5月2日 相聞円座の橋本久仁彦氏一行が
ピアセンを視察して短いセッションをする。
- ◆5月11日 こうち食支援ネットの配布。 →
- ◆5月12日 オーテピアと相談会の打ち合わせ。
- ◆5月22日 親講座。傾聴演習。



といろの玄関で配布しています。

◆5月24日 長浜学校給食センターでアルファ米 2000食を引き取り関係先に配布。



◆5月25日 アルファ米 500食と水を72リットルを安芸のこうち絆ファームに届けました。



安芸市本町の絆ファーム作業所 →

◆5月26日 香川のヒト・トコ(就労支援事業所)から5名がピアセンを視察。

★★★★★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ります。退会は会長にその旨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)