

## 2013年9月（第84回）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)

会長 坂本 勲

○月例会・9月15日

○農園の日9月20日

しなねさんのお祭りを境に朝晩はぐっと秋めいてきましたが、まだまだ日中の日差しは厳しいです。皆様ご自愛下さい。

8月25日の月例会でやいろ鳥の会の定期総会がありまして会長が竹中あおいから坂本勲になりました。竹中あおいは引き続き副会長として会計と月例会を担当していきます。副会長の和田政子が退任して新副会長に楠永敏子が就任します。今まで同様に新体制をよろしくお願いします。

25年度の活動は、といろ、月例会(親講座)、家族サロン、交流事業(各団体とのネットワーク作り)を軸に展開します。ご参加下さい。

例会では前回に続いて検討事例が出されて、ある会員の家族の思いとひきこもりとの向かい合いについて、松田先生のご意見を頂きました。

### 検討事例－3

ある先生を訪問したときのこと、その先生が尋ねました。「おたくのひきこもりの状況はどうか？」私は状況の推移を話して、「3人兄弟はそれぞれお互いを大切な存在として認めている様子で、仕事をせずに暮らしていても排除されていない。ひきこもっている本人も割とゆったりとリラックスできている様子です。親もひきこもりを受け入れる事ができるようになってきています。」

その先生は「それは素晴らしい。何の問題も無いじゃないですか。」と言って下さった。そのことを家族で話しあったら、長男は「一つだけ問題がある。ヤツの体重だ！」と言った。確かに165センチで96キロは太りすぎだ。

長男は次男に話をして、毎日夕食前にウォーキングをすることになった。体重が100グラム落ちたら500円をゲットできるという条件だった。脂身でグラム500円は高いが、まあこの際よしとするか……

私も、良い機会なので二男と共に歩くことにした。始めは体調と相談して平坦地を歩くか坂道を歩くか決めて、二人で同じルートを歩いていたがだいぶ慣れてきた頃のある日、二男は私と違うルートを歩くと言って一人で出発。私も一人で別のルートを歩く。私は、歩きながら思った。これも小さな心の変化かなど…… 体を動かせば物事の見え方も変わってくるように思う。私にとっても良いことだ。歩かなければと前から思っていたが始められなくて時が経つばかりだった。二男のひきこもりはまた私の役に立った。

### 松田先生のご意見

初めは無条件の受容。安全と安心を受け取るというカウンセリングの基本条件に沿った対応。中盤は、ある問題に対して別の角度から意味を見つけて行動に結びつけるという認知行動療法的やりかた。後の方は交流分析に沿った対応ができていたとのことでした。

後半のピアカウンセリングでは、親が自分の生育過程で心の傷を負った場合には、その事でいろいろなトラブルの原因になったり、自分の価値観を回りに押しついたり、それに反する人をいじめたり排除したりすることが起きる場合がある。親が自分の親へのトラウマを返せてないと、自分の子供にうまく対応が出来ないこともある。親が自分の心の傷に気づき、受け入れ、癒していかなないと親自身の生きづらさは消えない。

---

### 平成 25 年度親講座のご案内

今年は無条件の受容。安全と安心を受け取るというカウンセリングの基本条件に沿った対応。中盤は、ある問題に対して別の角度から意味を見つけて行動に結びつけるという認知行動療法的やりかた。後の方は交流分析に沿った対応ができていたとのことでした。

今年は無条件の受容。安全と安心を受け取るというカウンセリングの基本条件に沿った対応。中盤は、ある問題に対して別の角度から意味を見つけて行動に結びつけるという認知行動療法的やりかた。後の方は交流分析に沿った対応ができていたとのことでした。

上記 3 回の親講座は高知県の助成金で開催します。

9月例会 親講座第1回 大崎先生の親講座

- 1) 日時 9月15日(日) 13:30~16:30  
13:00~13:30 受付  
13:30~16:30 大崎先生を囲んで  
先生のお話とみんなの語らい



- 2) 会場 東部健康福祉センター 2階研修室  
高知市葛島4-3-3 ☎088-882-9380

- 3) 参加費 **今回は県の助成金で開催しますので無料**

◎年会費 1家族 2000円 (24~25年度会費未納の方)

振込先は 四国銀行 土佐山田支店 (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  
年会費納入は月例会と家族サロンでも受け付けます。

松田先生の個人カウンセリング

松田勝先生は、香川県でポレポレ農園を主宰されている上級教育カウンセラーです。月例会のある日は、午前中に有料で松田先生のカウンセリングを行っています。(時間：30分程度 費用：3000円 会場：東部健康福祉センター2Fにて)予約が必要です。ご希望の方は松田先生に直接お申込みください。連絡先☎090-8695-0904



\*\*\*\*\***\***\*\*\*\*\*

**農園の日**

◎◎◎収穫と農作業と仲間との語らい◎◎◎

今月の農園の日 9月20日(金) 午前10時ごろからお昼まで。作業の後はみんなでお昼を食べましょう。一人でも多くの会員の参加をよろしく願います。駐車は堤防の上か河川敷に駐車出来ます。

\*\*\*\*\***\***\*\*\*\*\*

家族サロンのご案内

毎週火曜日(13:30~17:00) 県立精神保健福祉センター(高知城の北・県警の南側の建物の2F)で開催されています。世間話や、体験談など何でも話し合えるところです。何時に来て何時に帰っても構いませんしお茶菓子もあります。予約も不要ですのでお気軽においで下さい。駐車できますので支援センターに問い合わせして下さい。ひきこもりに関する相談は・・・県立精神保健福祉センター☎088-821-4966 又は ひきこもり地域支援センター☎088-821-4508 で受けてもらえますので予約を取ってみて下さい。(無料/来所又は電話でも可)。

- 今後の月例会の予定      \* 10月20日(日)・・・松田先生  
                                 \* 11月24日(日)・・・親講座(支援センター山光氏)
- 

#### **編集余話**

- ★インターネットを利用している方はメールアドレスを登録して下さい。K H J本部、各県支部、支援団体等からの情報とやいろ鳥の会のタイムリーな情報や案内を配信できます。副会長坂本までメールを下さい。      [Ja5cin@arion.ocn.ne.jp](mailto:Ja5cin@arion.ocn.ne.jp)
- ★ 今年の全国大会は福岡で9月28～29日の予定で開催されます。高知県からは県の助成で5名が参加します。
- ★ 月例会を開催するために必要な松田先生の交通費と謝礼金などの経費は月例会参加者の参加費で運営されていますが、参加者が少なくなると毎月の開催が難しくなるかも知れませんので出来るだけ参加して下さい。質問事項など準備して参加されるとより有意義です。