

●親が変わることで生まれる変化

過去と人は変えられないとよく言われますが、自分の子どもも人ですので、やはり変えることはできませんね。でも、ひきこもった我が子を見て大半の親は我が子を変えようとします。親が良かれと思う事を一通りフルコースで試してみるものです。私もそんな時期がありました。

いろいろ試してダメなとき何かの気づきを得られる親と、いやこのままでいいとまた同じことを試してみる親がいます。自分が望む子供の回復のイメージに縛られていると自然な流れを見落として自分の望むイメージに子どもの回復を当てはめてしまう傾向があるように思われます。親は何から気づきを得られるのか、いまだにはっきりと言葉にできない私ですが、会員の方からお手紙を頂いたので、許可を得て掲載させてもらいました。

人は困難な状態を乗り越えても昔の自分に帰って行くことはできないのではないかと思います。困難を乗り越えて新しい自分になって行くのではないのでしょうか。 (坂本)



●「ヤイロチョウの会と私」

「ヤイロチョウの会」との関りは、数年前の一本の電話から始まった。大学を卒業後、県外で就職をしたとたん著しい不適応が生じ、心身ともにぼろぼろになって実家に帰ってきたわが子。当初はよかったものの、次第に暴言、暴力がひどくなり引きこもった子どもに対してなすすべがなくなり、電話をかけたのだった。坂本会長とお会いして話を聞いてもらっているうちに「わが子の状態をわかってくれる方に出会えた」という安心感のようなものが私自身の中に生まれ入会をした。入会をした当時は仕事もあったため、講演会やサロンなどには時々しか参加できなかったが、これまでの自分の変化を振り返って考えてみると、やはりこの会に出会えたことは、非常に大きな意義や意味があったと思う。

送られてくる通信や冊子の中に書かれている当事者の思いや苦しみを知ること、居場所などで当事者の方に話を聞くこと、また様々な講師の方の話やグループワーク、お母さん方との交流などにより、少しずつ「親である自分が、おかしくなっている子どもを元に戻さなくてはいけない」という意識が変わっていった。坂本会長がよく言われる「親が自分の人生をしっかりと生きる」という言葉を最初に知ったときは、「それで子どもがどう変わるんだろう」と理解が及ばなかったが、数年間の子どもと向き合わざるを得ない、決して平坦ではない日々を経た今、わかるようになってきたと言える自分がいる。

100人の当事者がいれば、親子関係、家庭の抱える事情も100通りある。私の経験が全てではないが、私たち親子のことを少し書かせていただこうと思う。不眠から始まったの昼夜逆転、激しい怒り、そして、延々と母親にこれまでの不満をぶつけてくるわが子。その当時の私の対応は、「でも…」 「お母さんだってつらい」 「〇〇してみれば」「いい薬（病院）がある」等々。入会後に知った話や本に書かれている「子どもの話を聴く」「受け止める」ということが全くできていなかった。しかし、それを知った後も、頭ではわかっているもうまく実践できない。つい、子どもに良かれと思って口出しや不要な手助けをしてしまう。

やがて、「親の人生を生きる」という言葉の意味を考えていくうちに、親である自分とは何者かというような問いかけを自分にしていくようになった。謙虚に自分に向き合うことは難しい。とくに自分のような私の強い人間にとっては。それでも少しずつ変わることができていったように思う。読んだ本にも書かれてあったが、私たち親子は互いの「境界線」を侵しやすい。自分と同じように相手をとらえてしまう。ほどよい距離の例えでよく使われる「二匹のやまあらし」の話でいうと、近づき過ぎると互いのトゲで相手の体を傷つける。離れすぎると寒くて温かさを保てない。二匹はくっついたり離れたりしながら、最適の距離を見つけるというもの。私たちが最適の距離関係でいるために何をすればいいか、今も模索中である。

一つ言えるとしたら、「子どもは子どもの、私は私の人生を生きなければならない」ということだろうか。しかし、こんな言葉をいきなり子どもに投げかけても、子どもにとっては突き放されたように感じるかもしれない。投げかける言葉や態度はやはり、相手の側に立ってよく考えられるべきだろう。これまた悩むところであるが、私は入会してから色々気づかされるが多かった。60歳を過ぎての新たな発見である。ヤイロチョウの会のおかげだと思う。

2024.5.21 (A.N)

6月以降のスケジュール

●6月2日(日) オーテピア高知図書館ひきこもりピア相談会

午前10時から午後4時 一枠1時間で相談の予約を承ります(無料)。メールで申し込むか予約の電話をピアセンの開所時間にかけて申し込む。

電話 088-881-6301 メールアドレス soudan@kochi-piacen.org

●6月9日(日) 日曜サロン 午後1時から4時 居場所という 参加費無料

日曜家族サロン(男女の区別なく参加できます。途中参加退出など自由です。)

●6月12日(水) 自分研究 ファシリテーター 横田隆先生(はまゆう教育相談所) 参加無料。

就職氷河期世代の自分研究と銘打って対話を通じて自己理解と自己肯定感の向上を目指します。参加対象年齢は概ね35歳から55歳、男女区別なし。 会場:というの二階

●6月16日(日) 手仕事研究クラブ 居場所という 午前10時から午後4時 材料費実費

いろいろな手仕事を研究します。かけつぎ、染め物、水引アート等など。講師:楠永洋介

●毎週火曜の午後2時から4時まではというで火曜サロンを開催しています。

- 6月19日(水) 食料の配付(こうち食支援ネットさんから) 午後2時からという玄関にて。冷凍食品もありますので適切な入れ物をご持参ください。
- 6月23日(日) KHJ 総会(オンライン)
- 6月30日(日) 親講座 オープンダイアログ(実践編) 池雅之臨床心理士(工科大教授)
会場 高知市東部健康福祉センター2階研修室 午後1時30分～4時30分
午前中は池先生の個別面談ですので希望者は坂本(090-3184-8109)までご連絡ください。
相談枠は午前10時～11時と11時から12時までの2枠で無料です。

●金曜女子会について

毎週金曜日の午前10時から午後4時まで女子会を開催していますので構わない時間にご参加ください。参加は女性自認の方のみとします。

担当 田上弘子・楠瀬浩子・三谷愛香・藤原範子・西本朗子

初めての方、大歓迎です。いろんなこと話してみましょー !!

7月以降の親講座、その他のイベントご案内

- 7月14日(日) 親講座 公文一也氏 農福連携について
安芸市からはじまった農福連携は広がりを見せて現在はいの町、来年は高知市でも就労先ができる予定です。どんな取り組みがされているか勉強しておきましょう。
- 8月18日(日) 親講座 松田先生 ひきこもりの理解と対応の勉強会
午前中は松田先生の個別面談ですので希望者は松田先生に申し込んでください。
携帯 090-8695-0904 料金は概ね30分で3000円です。
- 9月22日(日) 公開講演会 小野龍光氏 不安感について 参加料無料
会場 ソーレ(高知市旭町) 3階大講義室

●やいろ鳥の会役員体制

会 長	坂本 勲	県西部担当	坂元和子		
副会長	石川 智	役 員	石川佑太	田上弘子	藤原範子
会 計	谷岡祥子	監 査	西本朗子	楠瀬浩子	

役員のお手伝いをしてくださる方を募集していますのでお声がけください。何かできることをしてもらおう事でご協力して頂けたらと思います。坂本(090-3184-8109)までご連絡ください。

●ピアセン役員体制

施設長 坂本 勲
幡多地域 坂元和子
総務担当 石川 智
事務担当 田上弘子 谷岡祥子
久保田健志

●ピアセン登録のピアサポーター

島崎健一郎	石川佑太	楠永洋介	坂元和子
大川雅義	藤澤尚樹	永井志穂	坂元賢一
下田亮太	森孝誠	景平公彦	
横山江里子	谷岡祥子	柳 謙二	
石川 智	坂本 勲		

●といる当番

月曜日 西原繁幸 和田竜也

火曜日 家族サロン

水曜日 和田竜也(前半) 久保田健志(後半)

木曜日 永井志穂

金曜日(女子会) 田上弘子 楠瀬浩子 三谷愛香

西本朗子 藤原範子 女子会には

土曜日 西原繁幸

お母さん方がたくさん来ています



●といるのパソコン教室

毎月 第1 & 第2 木曜日の午後1時半からといるで開催しています。これ以外の時間に指導してもらいたい方は担当の西原繁幸さんに連絡をとりお願いしてください。パソコンの修理などもしてもらえますので個別に相談してみてください。

連絡電話 といる 088-881-2350



●ピアサポートセンターでの相談・訪問支援について

ピアセンでの相談には予約は必須では無いですが予約して頂けると助かります。電話相談はピアセンの開所時間に088-881-6301へ電話してください。メール相談は随時受け付けております。訪問支援は電話で予約してください。基本的にピアサポーター2名で訪問します。ご家族の方が話しを聞きたい時や相談したい時にも訪問できますし自宅以外での面談も可能ですので予約の時にお伝えください。

●地域ひきこもり支援センターでの相談など

ひきこもりに関する相談や面談は月曜から金曜まで県立精神保健福祉センター ☎088-821-4696 又は地域ひきこもり支援センター ☎088-821-4508 で受け付けていますので申し込みをしてください。車は駐車場があります。面談の場合は予約が必要です。

●やいろ鳥の会の年会費など

年会費は一家族 3000 円で振り込み先は四国銀行 山田支店 (普) 0602101

口座名義 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

●やいろ鳥の会の入会案内

会長(090-3184-8109 又は ja5cin @arion.ocn.ne.jp)に住所氏名携帯番号、メールアドレスなどを登録して年会費 3000 円を納入すれば会員になります。 退会のときは会長に退会の連絡をする事で退会できます。携帯とメールアドレスを登録しておくで便利です。

●ご紹介欄

ピアサポーターの藤澤君が佐川でスプレーアートの展示会を開催します。



The poster for the 'huzimon' exhibition features a dark background with the title 'huzimon' in a stylized, golden font. Below the title, the text '伝統と革新が融合する、新世界' (Tradition and innovation merge, new world) is written in white. The central image is a vibrant, abstract artwork composed of various geometric shapes, lines, and colors, including red, green, yellow, and blue. The artwork is divided into several sections, each with its own unique style and color palette.

6月1日～26日 佐川町立桜座 2階ロビー

huzimonはADHDとASDを持ち、幼少期は触覚過敏のため絵を描くことが出来なかった。しかし2021年、スプレーアートとの出会いが転機となり、自らの内面を鮮やかに表現する作品を描き始める。

ライブペイント開催
9日(日)、16日(日) 午後1時～

〒789-1201 高知県高岡郡佐川町甲
開館時間/9:00～17:00 休館日/月曜日



A small map showing the location of the exhibition venue, '佐川町立桜座' (Sakuraza), in the town of Sakawa, Takohashi City, Kochi Prefecture. The map includes nearby landmarks and a red pin indicating the exhibition site.

入場無料 駐車場あり

(了)