

# 山梨県 桃の会 会報第27号

出会う、 つながる、 わかちあう 2016年12月発行

## 《12月の月例会のご案内》

- ＜日時＞ 12月19日(月) 13:30~16:30 (※12/11を予定していましたが変更になりました)
- ＜場所＞ ぴゅあ総合 小研修室① 2階
- ＜参加費＞家族で1,000円(当事者は無料)
- ＜内容＞「ひきこもりの心理 理解と対応」

講師：牟田 武生 氏

40年にわたり不登校、ひきこもりの臨床や調査研究を行い、教員や相談者の研修を全国各地で行っている。論文著作は多数。文部科学省「生徒指導提要」執筆者で行政と連携し青少年問題にも取り組んでいる。不登校・ひきこもりの長期化に対応するため、厚生労働の委託を受けて若者の就労支援の活動も行っている。

## 《当事者スペース》

- ＜日時＞ 12月19日(月) 13:30~16:30
- ＜場所＞ ぴゅあ総合 ロビー又は講演を聞く お気軽にお出かけください。

## 《ミニグループトークのご案内》

- ＜日時＞ 1月22日(日) 10:00~12:00
  - ＜場所＞ 山梨県福祉プラザ4F会議室(申し込み不要、無料です。お気軽にご参加ください。)
- 話を聞いてもらいたい、他の人の意見を聞きたい・・・など

### ●ピア Voice

「支援とはなにか」とつくづく考えさせられる。今の現実に納得出来ないでいるのは私だけだろうか。～支援センターとか、～支援機関はいくつあるだろうか。器作りは出来ているが中味のない器は、立派な建前だけが先行し支援を受ける人に焦点があてられていないと感ずる。誰に対する支援なのか、理解なき支援は本人をさらに追い込む結果になることを携わる人はいつも心してほしい。一方で、もくもくと理解ある支援を目指して下さっている支援者や、専門機関の方々もいらっしゃることも忘れてはならない。その輪が少しずつでも広がってほしいといつも願っている。支援することは、知識より何より、相手の思いを素直に知ろうとする、感じる力を持つ、それだけでいいのかもしれない。そこからのスタートだと思う。理解ある支援は、彼らの中に眠る力を掘り起こしてくれるに違いないと確信している。(篠原)

## ☆今後の活動予定☆

- H.29年
- ・1月7日(土) 自主学習会 13:00~(福祉プラザロビー・パソコン室)
  - ・1月8日(日) 運営委員会 10:00~(パソコン室)
  - ・1月15日(日) KHJ主催 対話集会 13:30~16:30(プラザ4F)  
～多様な立場の人が出会い、対話し、これからの社会のあり方を考える～  
(月例会をかねる)
  - ・1月22日(日) ミニトーク 10:00~(福祉プラザ4F)

### お問い合わせ

山梨県桃の会会長  
篠原 博子  
TEL/FAX  
0554-66-4073  
携帯  
090-6190-8677

## 《12月月例会報告》

11月の例会の講演者は、KHJ事務局の上田さんで、ご自身のひきこもり体験を伺いました。劣等感のあるオレ様の父親、世間が大事で自分を出さない母親。まるで価値観の違う両親に育てられた。自分が喜ばず、何をしてよいかわからず、親の気持ちを先取りして困らせてはいけないと言いつつ進めていきたいと考えています。皆様の御協力、御支援をよろしくお願い申し上げます。

11月の例会の講演者は、KHJ事務局の上田さんで、ご自身のひきこもり体験を伺いました。劣等感のあるオレ様の父親、世間が大事で自分を出さない母親。まるで価値観の違う両親に育てられた。自分が喜ばず、何をしてよいかわからず、親の気持ちを先取りして困らせてはいけないと言いつつ進めていきたいと考えています。皆様の御協力、御支援をよろしくお願い申し上げます。

11月の例会の講演者は、KHJ事務局の上田さんで、ご自身のひきこもり体験を伺いました。劣等感のあるオレ様の父親、世間が大事で自分を出さない母親。まるで価値観の違う両親に育てられた。自分が喜ばず、何をしてよいかわからず、親の気持ちを先取りして困らせてはいけないと言いつつ進めていきたいと考えています。皆様の御協力、御支援をよろしくお願い申し上げます。

11月の例会の講演者は、KHJ事務局の上田さんで、ご自身のひきこもり体験を伺いました。劣等感のあるオレ様の父親、世間が大事で自分を出さない母親。まるで価値観の違う両親に育てられた。自分が喜ばず、何をしてよいかわからず、親の気持ちを先取りして困らせてはいけないと言いつつ進めていきたいと考えています。皆様の御協力、御支援をよろしくお願い申し上げます。

## ☆ミニグループトーク☆

「本音で語る」ことについて話しました。当たりさわりのない話はするけど肝心な事はお互いに避けているというケースは以外に多いものです。子供から話すのを待つのではなく、まず親が本音で話す努力をしてみよう。相手に求めるのではなくまず本音トークをしてみよう。覚悟のいることだけど・・・。

先月の月例会でも上田理香さんがこのようなお話をして下さいましたね。自分に素直に、正直になれたらとても心がかかるのではないのでしょうか。くり返しになりますが、自分に正直に素直に生きる、まず親が子供の見本になれば良いということでしょうか。いつもミニグループトークでは本音トーク満載です。皆様の貴重な御意見、御協力をありがとうございます。(H)



## 《共に生きる》 ～親・子供がかわる時～

現在 34 歳の息子、中一の秋過呼吸を起こしてから人が変わったみたいに暴力的になり、中学は休みも多かったが親が強引に行かせて卒業しました。その後高校を中退して 5 年ぐらい引きこもり、そのころからあちこち殴り穴があき途方に暮れる毎日、二次障害までいってしまいました。県の相談窓口や睡眠障害も出て精神科に通うが薬が合ってなくてさらに苦しみました。親も息子との関わり方がよくわからず怒ってさらに息子を苦しめました。やっと 20 過ぎてから発達障害がわかりました。息子が何とかしようと免許取得、作業所、障害者職業センターに通って一度一般企業に就職して 3 年半位で退職、現在は A 型雇用所に通っています。それでも支援してくれる人達になかなか息子を理解してもらえず何度も混乱する事もあります。それでも前を向いて歩いています。すごいなあと感じます。親もやっと息子の生きづらさ、特性がわかってきました。今は息子の頑張っている姿に親が力をもらっています。これからはずっと見守って困ったときには力になるからねと言いたいです。(K,K)

### ピアサポート（個別家族支援）を行っています。

他者の経験から  
他者を知り感じる

自分の経験との違い  
共通点を知り感じる

1 つのつながりから次のつながりへ更に次のつながりへ広がるのが目的で

す。「つながり」は、家族の孤立を防ぎます。まず、第三者の風を！！

・お手紙を届ける、訪問など

状況に応じて「つながり」を作るための工夫をしています。御家族、本人と時間をかけて少しずつ信頼関係を構築していきたいと思えます。

まず大事な一歩は「信頼」があってこそスタートします。そして目指すゴールは人により多種多様であることもとても大事な事と考えています。

家族とピアサポーターが話し、聴きあう時間は双方にとって何かに気付かされる大事な時間になっています。



### ❖当事者スペースの報告❖ 2016 年 11 月 19 日（土）

○時間 午後 1 時 30 分～4 時 30 分 ○場所 北東公民館 2 階和室

○参加当事者・経験者（3 名）（女性 1 名、男性 2 名）

○関係者（2 名）（女性 1 名、男性 1 名）

○特記事項

・今回の当事者スペースは連絡の誤りなど諸々重なりまして、少人数の開催となりました。

○スペースにおける内容

・家族会講演会で使われた資料の配布・桃の会で配布しているパンフの回覧

・最近のことなどを話す

・趣味や体調、ストレスについての話など

○感じていること

・苦勞を抱えている当事者・経験者が多いですが、人との出会いや本や音楽との出会いでも何でも良いので、少しでも自分の重荷を減らせる何かに出会うことができればと思っております。（報告者 米長）

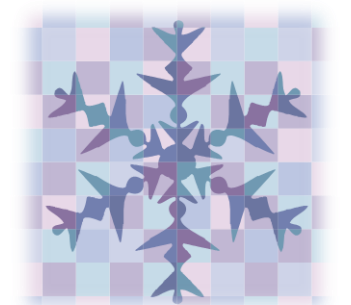
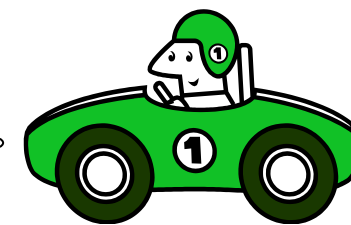
### 当事者 voice

「動けなさ」を主体に

私は子供の頃の自殺未遂や現在も抱えている心身的な問題により、今も自らをコントロールできる自信がありません。たとえば、動くことや集団にコミットすることは、私にとって「不可能」なこととしてあります。もしもそういった「動き」をしてしまったのならば、自らを殺め、他人を傷つけてしまう恐れがあります。また、家族とも険悪であったため、関係修復に大きなエネルギーを使いました。そのため、生きるエネルギーが枯渇してしまい引きこもらざるを得ない状態にあるのです。こういった不可能性は物心がついた時からあって「いずれ自分はひきこもるだろう」と世間からの疎外感を常に持っていました。ですから、私にとっては動けなさをひきこもりが人生そのものなのです。おそらく、親が亡くなれば私もどうしようもなく死ぬでしょう。こういう人生というのは、呪いであり絶望でしかないのかもしれない。しかしその中で、幸せや暮らしを考えていくことが重要だと思います。ひきこもりの生を尊重するとはそういう事です。（ひきこもり新聞より抜粋）

### 居場所情報

～はじめの一歩～



❖すみれ会❖ 例会 1 月 21 日 10:00～

子供への接し方、傾聴について学びます。おしるこで乾杯します。

講師 高野孝枝（臨床心理士）

当事者会 1 月 3 日 13:30～ 1 月 21 日 13:30～

※場所はいずれもすみれ会事務所

問い合わせ 090-5416-8748（清水）