



## カフェトーク

# 3 月月例会報告

3月19日(日) 13:30~16:30

昨年3月に実施し、大変好評だった「カフェトーク」今年度もささやかながら、あたたかい飲み物とお菓子付きで行いました。講演は無しです。

当事者も多数加わりました。それぞれ話したい、聞きたいテーマを選んで参加しました。

途中「移動は自由ですよ」と司会から声かけがありましたが、最後まで同じテーブルで語り、また耳を傾けておられた方が多かったように見受けました。



ちなみにグループ(テーマ)は次のようです。

- ① 月例会について……対話交流会、ひきこもり大学、お願いしたい講師、アイデア、取り上げたい内容、他。
- ② ピア・サポートについて……「ピア・サポート」って? 仲間だからできること、訪問、個別相談。
- ③ 活動について……今後の活動について意見、望むこと、居場所、行政への働きかけ、会報の内容、事業などの立ち上げ他。
- ④ 桃の会ボランティアについて……HP、会報作成、月例会、ミニトーク、お手伝い。
- ⑤ 初参加の方・フリー(なんでも自由に)

各グループとも、テーマに沿って、あるいは時に脇道にそれたりしながら、ゆったりと時間を分かち合いました。お互いにちがっているところも多くありますが、共有することもあるので、うなずき合いながら、受け止めてよい時間を共有しました。

余談ですがケーキやクッキーのおいしかったこと。

都合で出席されなかった方も、次回はぜひ一緒にどうぞお待ちしております。

(大塩)

## ※ミニトーク※

寒波がおしよせた寒い朝、少人数の集まりでしたが、途中元当事者の方も加わり下さり、より深く掘り下げた内容を話し合うことが

できました。「一日中ずっと家にいる子供の気持ちを何とか理解したい」という一心で3日間、仕事を休んで、ひきこもり体験をしてみたというお父さんのお話が起点となり、子供と親との依存関係・子供の自立を求めている親自身が自立しているのか。など自分自身への問いかけの2時間でした。本当の自分との向き合いは辛く難しいのですが、「自分を知る」ということから他者への理解も深まっていくのではないかと、いうことを感じました。

又、元当事者、当事者の方々の参加は、多様な視点を与えてくれる貴重な存在です。

ミニトークへの参加をお待ちしております。

(篠原)



# 山梨県 桃の会 会報第31号



出会う、つながる、わかちあう

2017年4月発行

早いもので、4月になりました。待ち望んでいた春、命あるもののいぶきを感じる季節です。3月例会では、桃の会の「これから……」を、みんなで話し合いました。沢山の御意見、御協力、有難うございました。その後お二人の方が運営に参加したいと、声を上げて下さいました。「みんなで作り上げていく会」一人一人のメッセージが、会の「底力」となります。打ち上げ花火のような、ハデなパフォーマンスは、いりません。地道に、しっかりと一人一人の心に届く活動こそが、桃の会の原点です。

(篠原)

## 4月 月例会

### 親のひきこもり大学

社会に発信したいこと、自分や子供に向き合った感じたこと、学んだことなどを話します。

〈日時〉 4月23日(日) 13:30~16:30

〈場所〉 福祉プラザ 4F 会議室

〈参加費〉 1家族 1,000円(当事者は無料)

〈内容〉 親の立場で日頃思っていること、感じていることを3名位の方にお話願います。その後グループに分かれて、話し合います

#### 《当事者スペース》

〈日時〉 4月23日(日) 13:30~16:30 パソコン室

#### 《ミニグループトークの御案内》

〈日時〉 4月30日(日) 10:00~12:00 福祉プラザ 4F 会議室

ピアサポート(個別家族支援)を行っています。  
「つながり」は、家族の孤立を防ぎます。  
まず第三者の風を!!

## ~今後の活動予定~

H29

●5月13日(土) 運営委員会 10:00~12:00

●5月13日(土) 学習会 13:00~

●5月20日(土) 月例会 13:30~16:30

●5月28日(日) ミニトーク 10:00~12:00 ※場所・日程が変更になることがあります。

あなたの家庭には、動かないもの或いはめったなことでは動かせないものがありますか？  
今では新しい家屋やマンション設計なのでまったくその存在が顧みられる事がなくなりました。  
昭和初期以前の家庭では必ずありました。動かないもの・動かせないもの、それはご本尊さんでした。

仏壇の中に、家族を見守るご本尊さんがあったのです。あなたの曾祖父や祖母は、家族の中で辛い事や、楽しい事があればご本尊さんに報告していたのです。特に苦しいことや、辛いことはご本尊さんが半分背負ってくれたのです。

今、あなたの家庭にご本尊さんがいますか？ 家庭の中で家族の病理が発生した時に、半分背負ってもらうご本尊さんはありますか？ 実はご本尊さんがいない家庭が増えていることも事実です。

私はひきこもりの青年の訪問する活動をするようになって、初めて気が付きました。動かないもの・動かせないものは、ひきこもりの若者だと思えるようになりました。家族の病理を一身に背負っているように思えてなりません。他の家族は、まったくその事に気付いてないのでしょうか。

ずっと座って後ろ姿は、まるで「引きこもり仏」に思えます。私はそっと手を合わせたくなる事もあります。きっと幸福な家庭とは、家族の病理をそれぞれが少しずつ背負っているのではないかと。不幸な混乱した家族は、たった一人が背負っているに違いないと思うようになりました。

ご家族の、相談を受ける時、「うちの子は動かないんです」と嘆かれたとき、この「引きこもり仏」の例え話を伝えることがあります。そして最後に、家族の中で最も大切にされるべき人だと伝えます。あなた達の心の病理を、あなた達に代わって背負っているから。

(KHJピパーチの会会報より)

## ●ピア Voice

私は最近、発想の転換をしなくてはならないことに気付かされた。  
様々な場所で、ひきこもり、元ひきこもりの若者と会って話をすると、私たちこそが学ばされることの何と多いことか。彼らを通して全くちがった価値観、多様な考え方に会おうと常識の枠にはまり込んでいる自分に気付かされる。感性豊かな彼らの「生きる」事への投げかけは、私たちが直面している問題への投げかけでもある。彼らを、私たちが助け、支援するのではなく私たちが彼らから、多くの気付きを与えられ、助けられているのではないかとこの事に気付かされたのである。常識の中にどっぴりとつかった私たちの思考は、中々一気に解凍するようにはいかないかもしれないが、彼らと（自分の子供も含めて）向き合うことにより、私たちの思考は再度耕され柔軟性を増すにちがいない。

「彼らのメッセージ」に、私たちはしっかりとアンテナを張り謙虚に耳を傾けてみよう。

## ☆当事者スペースの報告☆

2017年3月19日(日)

○時間 午後1時30分～4時30分

○場所 福祉プラザ1階PC室

○参加当事者・経験者(6名)(うち3名は家族会のカフェトークに参加)

○支援者(1名)中村友一さん(臨床心理士、元当事者)

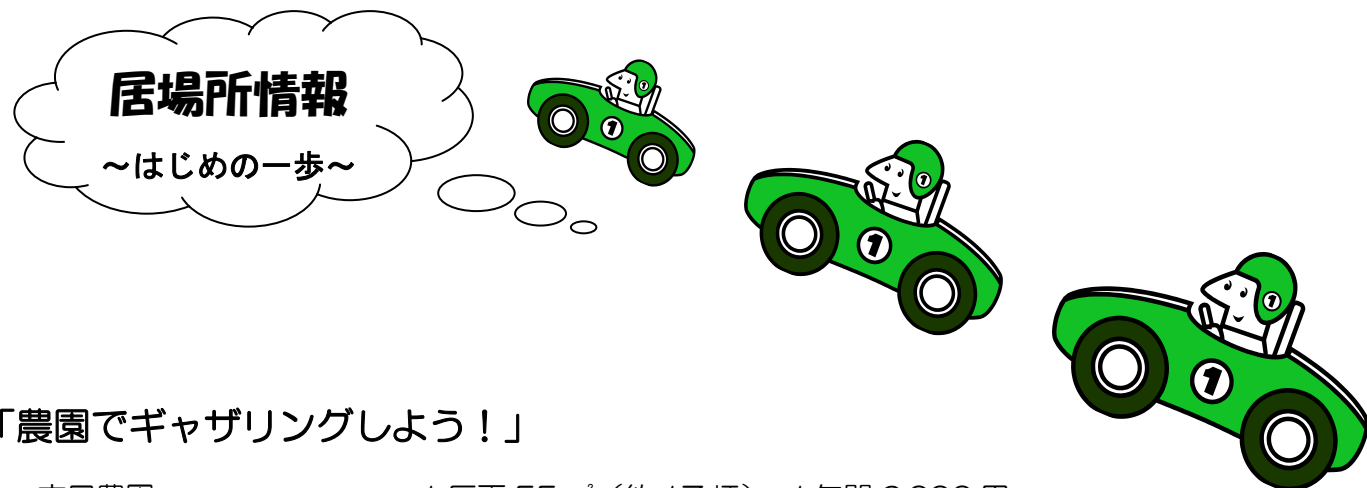
○スペースにおける内容

- ・フリートーク(近況、これからやってみたいこと等)
- ・カードゲーム
- ・ボードゲーム(街コロ)
- ・カフェトークからいただいたケーキ・菓子でお茶(ロビーにて)

○感じたこと

- ・今回、家族会のプログラムに参加したり、話していたり、またゲームを楽しんだり、参加者それぞれが希望に合わせて過ごしました。
- 1人で過ごすことも好きな自分でも、ともに楽しい時間を過ごす(話し、ゲーム、お茶など)ことには、また違う充実感・満足感があります。

(報告者 米長)



## 「農園でギャザリングしよう！」

- ・市民農園・・・1区画55㎡(約17坪)、1年間6,000円  
場所：甲府市七沢町 友達、家族などで一緒に畑で過ごしませんか？
- ・ボランティア・・・主に果樹の畑に関わる作業
- ・みくさのみたから・・・ストレスなどで凝り固まった心身を解放するワークです。  
4月27日(木)13:30～15:30 龍華院本堂(甲府市上曽根町4042)
- ・申し込み・問い合わせ・・・相良(さがら)農園 055-243-0261

## 〈すみれ会・4月の予定〉

- 月例会 ・4月15日(土)13:00～  
元当事者の話
- 当事者会 ・4月16日(日)13:30～  
・問い合わせ：090-5416-8748(清水)  
場所：すみれ会事務所

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