

## ピア Voice

「人間が作るものには すべて境界がある」

「建築家 ガウディ」

ある番組で取り上げられていたことばであるが、私自身の事を振り返ってみても人間は目に見えるものだけではなく目に見えない心の中にも境界を張りめぐらせているのではないかと思った。それは、自分を安定させるものであり、追い込んでいくものでもある。こだわり、偏見、思い込み、好き嫌い、比較、その他自分でも無意識のうちに線引きをしてしまっていることも多いかもしれない。明確に黒か白か境界を作るとは、私たちに「わかりやすい」という安心感を与えてくれる。しかしそこに留まると、思考の柔軟性や広がりや妨げ、心の切り替えを難しくするのではないか。

自分や他人を許せなくなると、自身の葛藤を強め混沌とした感情の中に身を置くことになる。心に強く刻み込まれた境界を取り除くには、容易なことではないが、少しずつ境界をゆるめてみる。あるいは思い切って取り払ってみる。「～すべき」から「～かもしれない」という「あいまいな感情」を取り入れてみる。そうすると、心にゆとりが生まれるような気がする。「あいまい」は否定的なことばとして使われることが多いが、そのゆるいすき間を流れる風は、心を開放し、少しのやすらぎの感情をもたらす。それは心の切り替えを助け、新たなる気づきに出会えると思う。

最終的に自分の心を動かし行動するのは、自分以外の誰でもないということをしかり心にとめて！ (sino)

県へのひきこもり支援に対する要望書の回答はHPに載っております。

### 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!  
◆お問い合わせ=055-243-0261(相良農園)

### すみれ会

- ◇月例会 2月9日(土)13:30~15:30  
今年も同じ悩みを持つ親同士、話をしましょう。  
場所: 南アルプス市市民活動センター  
◇お問い合わせ=090-5416-8748(清水)



### 桃の会今後の予定 2019年(H31)

- \*月例会 3月17日(日)13:30~16:30
- \*ミニグループ 3月24日(日)10:00~12:00  
山梨県福祉プラザ
- ※予定が変更となる場合があります。



お問い合わせ  
TEL/FAX/☎  
0266-55-5411  
090-6190-8677  
〒391-0000  
長野県茅野市豊平泉  
グリーンヒルズビレッジ  
200-101  
桃の会事務局

桃の会では会の運営についてお手伝いをしていただける方を募っております。ボランティアでの活動となりますが、ご協力をいただける方お待ちしております。  
事務局の住所電話番号が変わっております。ご注意ください。  
※会報をもう送らなくても良いと思われまます方はご面倒でも知らせ下さい。

# 山梨県 桃の会

HP : <http://momonokai.org/> E-mail : [meri-sannokuni@softbank.ne.jp](mailto:meri-sannokuni@softbank.ne.jp)

会報第53号

子供の可能性を引き出して育てたい!

こどもは ひとり ひとり

心に 一粒の勇気をもって

生まれてくる

ひとり ひとり 自分の足で立つ歩く

自分の ことばで話す

勇気を もっているから

心は 空いっぱい広がって

海より 深く考える



出会う、つながる、わかちあう

KHJ 全国ひきこもり家族会連合会 山梨支部

# 【2 月月例会】

〈日時〉 2月17日(日)13:30~16:30  
〈場所〉 山梨県福祉プラザ 4F  
〈参加費〉 一家族 1,000 円 (当事者は無料)  
〈内容〉

からだも心もやわらかく、  
リズムオブラブ

70兆分の1の確率。これは、一人の命が選ばれて生まれてくる命の確率だ。私たち一人一人が生かされた奇跡の存在であり、まずそのありがたさや貴さに気づくことが「自分の命は自分で守る」ことの根底である。その理念に基づき活動開始からやく10年を迎える。

寒いこの時期、心も身体も硬くなります。身体を動かすと、心までリズムオブラブワールドに引き込まれていきます。

ご参加をお待ちしております！！

※当日は心おきなく体を動かせるスタイルで。



講師 渡辺光美氏

## プロフィール

1965年西桂町生まれ。甲府市在住。吉田高、都留文科大初等教育学科卒。公立小学校・幼稚園の教諭として約20年勤めた後、ボランティア団体「リズムオブラブ」を設立し主宰に。山梨大使、県総合計画審議委員、武田の杜森林セラピストなども務めている。

## お詫び

《当事者スペース》は2月、3月はお休みいたします。

当事者スペースの世話人休養のため2ヶ月お休みします。初めて参加したい方は桃の会代表篠原までご連絡をお願いします。

E-mail: [meri-sannokuni@softbank.ne.jp](mailto:meri-sannokuni@softbank.ne.jp)

# 【2月のミニグループトーク】

〈日時〉 2月24日(日) 10:00~12:00

山梨県福祉プラザ 4F

月例会とは違った集い、心おきなく話しましょう。

※参加費は500円です。(当事者は無料)

## コラム

### 私たち親が死んだら

山田孝明

小学4年のある日のことでした。母親が仕事から帰ってくるなり、僕たち3人兄弟の前で上着のボタンをはずすなり、左のおっぱいをだすなり兄弟3人に「触れ」と言ったのです。僕は末っ子でしたので3番目に触りました。硬いしこりがありました。「乳がんだ」と言いました。癌は恐ろしい病気だと知っていました。僕たちの家族は母子寮にいたので、福祉の人が来られ、母親の入院中の間僕たちは孤児院と呼ばれていた施設に預けられることになりました。施設は小高い丘にあり、門の前に立ち、遠くを眺めると神社の森が見え青空が広がっていました。母親の癌は死ぬ病気だと知っていました。「お母ちゃんは死ぬか」と思ったとき、そのとき不思議な感情湧いたのを覚えています。「お母ちゃんは死ぬのか」嬉しいなと思ったのです。親の死は悲しいものに違いありません。しかし、僕はあの空遠くにいけば自由になれると思いました。

半年後、母は孤児院に迎えに来てくれました。左の胸はたらいの跡のような手術の傷跡がありました。母は気丈でした。すぐに仕事に出かけたのです。3年後、胃潰瘍の疑いで手術しました。実は胃癌でした。さらに6年後には子宮癌になったのです。母の体は満身創痍でした。

17歳のとき学校を中退した僕はしばらく家にいましたが、家を飛び出しました。自由になりたかったのです。心の中では母は死んでいました。大検を修得後大学へ進みました。大学の授業に心理学の時間がありました。「抑圧」という言葉を知りました。母が死ぬということで嬉しいなと思ったことが少し理解できたようです。小さい頃夜寝る前に母親は「孝明、大きくなったらお母ちゃんと一緒に暮らしてね」と言っていたのです。僕は「いいよ」と答えてたいたのです。嬉しいなと思ったのはこのことから解放された気持ちになったかもしれせん。

家族の会で「私たち親が死んだら息子はどうなるんですか」聞かれたら、しばらく考えたあと、僕の個人的な体験を話すことがあります。「息子さん、うれしいと思うかもしれない」と伝えます。少なくとも今親と子の関係性を見直すきっかけになってくれたらと思います。

(桃の会スーパーバイザー)



ボクには  
ボクにしかできないことが  
必ずある  
と信じています