

2020年 7月発行

山梨県 桃の会

HP <https://momonokai.org> E-mail meri-sannokuni@softbank.ne.jp

会報第70号

★今を生きている★::)

生きている実感は人との繋がりの中から生まれる
繋がりには楽しい事や喜びだけをもたらすのではない
人間の弱さや、醜さ、自分にとって
都合の悪いことも見ることになる
その両方があるからこそ「生きている」という実感が
更に深く、濃くなっていくのだろう



暑中お見舞い
申しあげます

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

ピア Voice



弟・・私・・桃の会・・・そして今、

私には、6才離れた弟がいます。20代からほぼひきこもりの生活です・・そのほとんどを気丈な母にまかせっぱなしで、私は弟や母の苦悩に正面から向き合おうとしませんでした。正体のわからない弟の存在は時には恐怖でもあるほどでした。月日ばかりがたち、年老いていく母を見ながらこのままではいけないと思い悩み誰に相談もできず一人悶々としていた時、偶然手に取った新聞に「桃の会」の記事を見つけたのです！少し迷ったけれど思い切ってHPからメールを入れてみました。とにかく誰かに話を聴いてもらいたかったのです・・会長の篠原さんはすぐに会って下さり丁寧に私の話を聴いて下さいました。それからは家族会で出会った方々といろいろな話ができ気持ちを共有できたことが何よりの救いでした。たくさんのことを学び、事態を受け入れられず未熟だった私の心はどれだけ励まされ助けられたかは計り知れません

今年、母を亡くし弟は完全な一人暮らしとなりました。今は行政の支援を受けての生活に入っています。弟は免許が無いので私は月に一度、買い物の手伝いをしています。その帰り道、ラーメン屋さんで夕食を共にした時、ギョーザと炒飯を美味しくそうに食べながら「久しぶりの外食に興奮してるよ！」との弟の言葉にドキッと何とも言えない複雑な思いが頭の中を駆け巡りました・・

あともう少しで60にもなる弟ですがどこか幼さがまだ残る気配がするのです。

子供のころは快活で明るかった弟の姿が記憶にあります・・・長い月日をカーテンを閉ざし、社会とのかかわりの無い中で過ごしてきた彼の心中に語りかけていくことはできるのだろうか。遅すぎた気づきなのかもしれないけれど今、私にできる事で目をそむけることなく彼と向かい合っていければと思っている頼りのない姉なのです。

そして、私に力を下さった桃の会の皆様の心にも寄り添いながら共に歩いていければと・・少し生意気なことを思っています。

nekosan

** neko さんの原稿を頂いて

nekoさんに初めてお会いしたのは、3~4年前の事です。

「弟とは関わりたくない」というような強い気持ちを話されました。その時「弟さんへの感情が緩むのは難しいな」と感じました。彼女は暫くして、「色々勉強してみたい」と言われ、家族の集まりに参加されるようになりました。2年位経過するうちに、弟さんへの彼女の思いが少しずつ変化していきました。弟さんと一緒にラーメンを食べる事など当初考えられなかったことです。

彼女自身が自分としっかり向き合い、少しずつ変化させていった努力はとても素晴らしいことです。そしてそれは、私たちの活動の喜びでもあります。

(篠原)



★桃の会パンフレットまもなく完成!

赤い羽根共同募金会からの助成金で、念願のパンフレットが近々出来上がります。8月会報と共に送付させていただきます。どうぞお楽しみにして下さい。

★「ひきこもりでいいみたい」の著者で山梨県職員、ケースワーカーの芦沢茂喜氏が7月7日 NHK TV クローズアップ現代+(22時~22時30分)に出演されます。是非御覧下さい。



運営委員会を再開しました！

新型コロナの影響で3月～6月迄会の活動は中止となり、会の運営も会報作成とパンフレット作りのみの活動になりました。会の活動がこのまま停滞してしまうのではないかと心配して下さる方もいらっしゃいました、皆さんとの繋がりをメールや郵送などで対応してきましたが、ようやく6月7日、4ヶ月ぶりに運営委員会を福祉プラザロビーで間隔に配慮しながら再開しました。6人の参加で、皆さんそれぞれにお仕事をされながら元気にお過ごしになられていたことは、本当に有難いことでした。6人の内2人は当事者の方で、それもすごく嬉しい事でした。勿論、会の運営という目的で参加して下さったと思いますが、ずっと心に留めていた思いを話す場所にもなったのではないかと思います。私たち親にとっても同じような事が言えます。ですから、運営委員会という集まりもひとつの居場所の役割を果たす場と考えられることを強く感じる時間でした。

理路整然と筋道たてて集まりを進めることも大事な事かもしれませんがそこにお互いの信頼がなければ自由に自分を表現できないでしょう。彼らが誰とも話せない事をこの場で話す気持ちになってくれることが、この場の大きな役割であると思います。

信頼関係は、建物の土台のようなもので、それは日々、積み上げていくものであると思います。

その為の努力をしながら日々を生きているということでしょうか・・・

自由に語れる場と、「コントロールフリー(支配されない)」それがいつも保障されている場であることを振り返り確認しながら会を進めていきたいと思えます。

皆さんもどうぞ様々な視点からのご意見を宜しくお願い致します。



ピアサポートについて

ピアサポートという言葉はいつ頃からどういう場所で使われるようになったのでしょうか？

本当に苦しみの中にいる仲間がじっと見守ってくれる、又は同じ苦しみの経験者として心情を理解してもらえる、それはピア＝仲間同士だからできることです。仲間同士の温かな思いやりを果たしてサポートと呼ぶのでしょうか？

桃の会の活動は、月例会、ミニグループトーク、当事者スペース(当事者のみの集まり)、グループピアサポート、個人的な相談などを行っています。一般的にピアサポートというと仲間同士で個人的にあって話しを聴くということと捉えられているかもしれませんが、桃の会の活動は全てピア活動として捉えています。形式や内容はそれぞれ違って、一方的に何かをしてあげるというのではなく、同じ仲間同士お互い助け助けられる集まりであると思います。私たちは皆、同じ思いを経験した家族の立場で、何か資格を持っている訳ではありません。悩み抜いた経験しかありません。同じような苦しみの中にある家族にピア＝仲間として話を聴くだけです。自分と向き合い、当事者本人と向き合っ、その経験を何とか役にたてることは出来ないか・・・とと思っているのです。そしてこの「ピア活動」は、お互い話をする中で私たちにとって本当に沢山の学ぶべきことを投げ掛けられ救われる活動なのです。

Give and Take の関係です。

ピアサポートのサポートという言葉は、仲間同士においてはふさわしくないと思っています。

共に悩み、共に考え、共に喜び合うことを理念とするならば、家族がお互い対等な立場だからこそ身近に感じて心を開き、繋がりを心強いと感じ、信頼関係が築けるのでしょうか。

ですから、サポートではなく、「歩調を合わせて共に歩む」と表現したいのです。

サポートは専門機関や行政に是非ともお願いしたいことです。私達の「ピア活動」は、行政や支援機関のサポートの隙間を埋めることしか出来ないかもしれません。ですから、行政や支援機関との連携があってこそ、ピアの活動が意味あるものになり更に広がりを持てるようになるのではないかと思います。

会の活動を続けていく中でそのように考えるようになりました。皆さんはどのようにお考えでしょうか

7月 月例会



当事者からのメッセージ *** 私たちが求めている居場所

- * 日時 7月18日(土) 13:30~16:30
- * 場所 ぴゅあ総合 3F音楽室 甲府市朝気1-2-2 ➡ 今回は会場が変更しています!
- * 参加費 一家族 1000円 (当事者は無料)

2020年2月12日(池袋に於て)KHJ 主宰の「未来の居場所づくりシンポジウム」が開催されました。そのシンポジウムに当事者スペース世話人の田中さんが参加され、その報告と感想、ご自身の居場所への思い、日頃から強く感じていることなども含めてお話し願います。当事者にとっても、家族にとっても、どのような居場所が求められているのか?そもそも居場所ってなんだろう?何故、居場所を必要とするのか?居場所の役割は?居場所で大事にしなければならないこと守られなくてはならないことは何か等々、当事者スペースの世話人米長さん、滝沢さんも交えてお話しを伺えたらと思います。彼らに対しての質問などもお伺い致します。

今回の内容は4月に予定していましたが、コロナの影響で3か月遅れとなりました。その3か月の間に居場所というものを更に深く考える時間になった気がします。私たちの大事な居場所は本来家族の中にあっただけですが、それが難しくなった今、敢えて居場所というものを考え、作らねばならなくなりました。居場所はひきこもる人たちだけに必要なのではなく私たちみんなに必要とされているのではないかとも思われます。居場所作りに大変なエネルギーを使わなくても身近で簡単に作れるものかもしれません。安心感があり自由で、安らげる場所であれば様々な形があってもいいのではないかと思います。みなさんの居場所に対するイメージ、お考えなどを沢山、お伺いできたらと思います。久しぶりの月例会です。再開を楽しみにしております。どうぞ沢山のご参加をお待ちしております。
***コロナ予防の為にマスクをお持ち下さい。消毒液はこちらで用意しております。

✿ 当事者スペース

7月18日(土) 13:30~16:30 ぴゅあ総合 2F会議室

♪ 7月ミニグループトーク

- * 日時 7月26日(日) 10:00~12:00
 - * 場所 ぴゅあ総合 2F会議室
- 少人数でゆったりとお互いに語り合う場です。参加費は500円です(当事者は無料)

農園でギャザリングしよう! 画55㎡(約17坪)1年間 市民農園:1区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 7月の集まりはお休みさせていただきます お問い合わせ:090-5416-8748(清水) *すみれ会は桃の会とは別に地域で活動している家族会です
--	---

▶ 8月の予定

- 月例会 8月16日(日) ぴゅあ総合 音楽室
- 当事者スペース 8月16日(日) ぴゅあ総合 小研修室2
- ミニトーク 8月23日(日) ぴゅあ総合 小研修室1

※福祉プラザの使用が出来ないため場所が変更になっております。ご不便をおかけします。

お問い合わせ TEL&FAX 0266-55-5411 090-6190-8677 桃の会事務局

