

# 山梨県 桃の会

会報第 80 号

立ち止まって・・・みる

自分の足元だけ見つめて歩いていると

周りの景色は全く見えていない

「はっ」として立ち止まって 大きく周りを見回してみると

様々な景色が目飛び込んでくる

それらの景色を自分の中に取り込むと

自分だけに向かっていた思考が一瞬取り払われた気がする

少しだけ心が楽になって自分の立ち位置を確認してみる

大変な時ほどそうした時間が大事なのかも知れない



出会う、つながる、わかちあう

K H J 全国ひきこもり家族会連合会 山梨支部

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

# ピア Voice



## :: 働くという現実 ::

ひきこもりを経て働いているOさんは毎日「やめたい」「つらい」という気持ちを抱えそれを抑えながら働き続けている。「楽しい仕事なんてない」と言ってしまうまでであるが、そのように感じる中身や程度、感じ方は一人一人違う。Oさんの場合職場から求められるスピードとノルマが限界に来ている。Oさんはこれ以上スピードアップするとミスをしてしまうという不安があるというのである。責任者にその事を話しても「仕事にマイペースは許されない」と全く耳をかさないらしい。周りからも冷ややかな空気を感じる。その度に辞めさせられるのではないかという不安もよぎる。毎日1～2時間の残業と休日出勤もこなしている。Oさんの頑張りには十分に仕事の戦力になっているはずである。私たちは人間であってロボットではない。能力の違いや特性を持っている。それに合わせた働き方をOさんだけでなく多くの若者や社会全体に求められないだろうか。30代～40代以上の社会と繋がりにくい若者が増えている現実を真剣に考えなくてはならない時はもうとっくに訪れている。しかし頑張りが足りない、甘えている、仕事だから当たり前、という視点に立ち続けていて、仕事をこなす能力とスピードを求められることが彼らの社会参加を阻んでいる。彼らの持っている能力、特性をどのように生かすのか、生かせる多様性のある社会を作れるか、そのように向き合う社会が彼らの意欲や気力を引き出していくことは間違いないはずである。Oさんのようにひきこもりから脱して働く意志をもっている人が継続できる社会にならなくてはひきこもっている人にとっての社会参加はもっともっとハードルの高いものになるだろう。Oさんは転職を考えながらも今まで幾つかの仕事の経験から自分に合う仕事はないのではないかと考えている。仕事の内容ではなく仕事をする人を大事にできる職場に出会ってOさんも前向きな生き方ができるようになって欲しい。利益を求めるための生産性は勿論大事であるがそれらは人間によって支えられていくものだという事を私たちはいつも忘れてはならない。

## ☆ 自分(親)と子供の関係 ☆ ～ミニグループトークから～

子供が生まれた瞬間、私たちはとにかく元気に生まれたことだけを感謝する。多くの親となった人はただ感謝のみだったはずなのだが徐々に子供に対して期待するようになる。「優しい子になって欲しい」「将来このようになってほしい」それは全ての親が持つ自然な感情だろう。しかしその期待がどんどん膨らんで親の願望になると子供の心は置き去りにされたまま操り人形のようにになってしまう。過剰な期待は「今のあなたに満足していない」というメッセージを子供に送り続けることになる。今回のテーマを話す中で「ペットのように育てた」、「見栄や世間体を考えてしまう」、「完璧な母を目指した」、「過度に期待していた」など、私たちには「こうすれば良かった」という思いは沢山ある。過ぎたことは取り戻せない事は良くわかっている。しかし「気付いたことが良かった」と誰かが言われた。本当に気が付きがスタートである。そしてただ過去を嘆き自分を責めるのではなくその時の自分がそういう自分だったことを受け入れてみる、今、悩み苦しんでいる自分も受け入れてみる、ありのままの自分を受け入れるようになることで子供のありのままも受け入れられるようになるのではないかと。ある母から娘に「あなたはそのままでもいいんだよ」と伝えた時「やっと私をわかってくれた」と娘は涙を流した。親は自分の子供を良くわかっている、信頼関係も当然出来ていると思い込みがあるのかもしれない。親子の関係はいつも仕切り直しをしながら信頼を確かめながら続けていく関係なのだろう。親子という繋がりが子供を見えづらくしているのかも知れない。子供だから当然わかっているという意識を取り払い「一人の人間としての存在と捉える」という思いを意識的に持つことが必要なことではないかと思う。精神的に波のある子供を静かに見守るある母の言葉「待たないで待つ 期待しないで待つ」母が苦しみの中から辿り着いた言葉、心に深く残る言葉だった。

# 当事者 Voice

\*\*\*\* アイジュさんの詩 \*\*\*\*

## あにがれの女性マリア

いろいろとあって忘れちゃったりたっぴりイヤになったこともあったけど  
マリアはすてきな女性、女性のお手本、わたしはマリアをいしずえにしたい  
改めてそう感ずる。

朝、一人静かにしているとマリアのけがれなき姿がみえてくる  
わたしの心の中のマリア わたしのあにがれの女性



## ✽ 当事者スペースの報告 ✽ 2021 年 4 月 18 日（日）13：00-16：00 ぴゅあ総合 2 階小研修室 1

\* 参加者・・・当事者・経験者（8 名）



\* スペースにおける内容

- ・チェックイン・・・自己紹介、今日話したいこと、聞きたいこと、相談したいこと
- ・グループトーク・・・眠れない時どうしている、肩こり・首のこりをやわらげるには仕事について、デジタル弱者・情報弱者について など

\* 感想・・・一つ一つの話題について、みんなで時間をかけてじっくり話し合うことができました。

みんなの意見が出され、自分では考えてもいなかった方法などが分かり、とても良かったです。 米長

## ✽ 4 月 11 日(日) テーマトークの報告 ✽

\* 参加者 5 名



\* テーマ『わたしの“生き方”』

どーも、テーマトーク主催者のスタッフ滝沢です。初めての当事者会とあって緊張しましたが、テーマを軸に様々な意見を自然に出し合いリラックスできる場になれたと思います。 一人一人の力は確かに小さいものですが、その経験と知識を他者と共有し助け合うことで大きなエネルギーとなりその人の生きていくモチベーションになることでしょう。食事、睡眠、趣味、仕事以外にも、遺伝子や過去と現在での生き方の違いなど、様々な話題が飛び出し驚きと学びの連続でとても楽しい集まりになりました！

参加者の皆様、そして桃の会スタッフたちに感謝です。こうした当事者会を色々なカタチで展開し情報をより深くキャッチできる場を皆様と共に作り上げていきたいですね。

これからもよろしくお願いいたします！

## ◆ 年会費納入のお願い ◆

皆様にはいつもご理解とご協力を有り難うございます。新年度を迎え年会費を納めて頂く時期となりました。桃の会の活動は皆様の年会費とイベント参加費で支えられています。

皆様の会費は会報作成、会場費、講師謝礼等に当てられます。ひきこもる人とその家族の孤立を防ぐために家族会は今の社会に無くてはならない存在になったように思います

どうか皆様のご理解とご協力を宜しくお願い致します。

（ 同封の振込用紙で振り込んで頂く か、又は直接会場で受付けます ）



## ◆ 5 月はミニグループトークと当事者スペースを開きます。



### 5 月から「桃の会 都留」も活動を始めます！

富士山の山頂はまだしっかりと雪をのこしていますが、甲府を囲む山々は段々と息を吹き返したように木々が鮮やかに盛りあがりエネルギーを周りに発散しているように思えます。

私たちがコロナウィルスに翻弄されている間にも淡々と着実に季節は変化していきます。そうした変わらぬ自然の流れや恵みに私たちは守られていることに感謝しつつ、この地球上に起こっている試練を乗り越えていけたらと思います。そして私たちが抱えている試練もまた諦めない限りこの大自然からのエネルギーを貰いながら「渡れぬ沼はない」と考え乗り越えていきましょう。今月もミニグループトークと当事者スペースを開きます。どうぞ皆さまご参加下さい！

・・・コロナ感染には十分に配慮しながら行います。マスク着用のご協力をお願いします・・・

★ミニグループトーク      5 月 16 日(日) 10 時～12 時    ぴゅあ総合    小研修室 1    当事者は無料  
小グループでテーマを決めて話します

★当事者スペース              5 月 16 日(日) 13 時～16 時    ぴゅあ総合    小研修室 1    参加費は無料

＊ ＊ テーマトーク            5 月 9 日(日)      13 時～16 時    福祉プラザ 1F ロビー

「ヒトとの関わり方～コミュニケーションとは」

付き添い、家族も OK

★「桃の会 都留」            5 月 31 日(月) 13 時～              ぴゅあ富士    小研修室

＊ 詳しい内容は次回会報でお知らせします

### ●もう一つの桃の会「桃の会 都留」について

郡内の都留市に新たにひきこもり家族会「桃の会 都留」が誕生します。甲府市に集まるには遠い地域の郡内の方が集まる場所です。都留市在住の桃の会を応援して下さっていた野武弘子さんが声をあげて下さり実現することになりました。その他都留市在住の 2 人の方と都留市役所の子育て課と社会福祉協議会のスタッフの皆さんのご協力が頂けることにとても感謝しております。郡内で今まで行き場がなかった方々の居場所になることでしょう。

■ 連絡先      野武    080-1282-2576      石川    070-3524-0604

#### 農園でギャザリングしよう！

画 55 m<sup>2</sup> (約 17 坪) 1 年間    市民農園：1 区 6,000 円

場所：甲府市七沢町    友達家族などと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

5 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

◆ 6 月の予定    ＊ミニグループトーク      6 月 19 日(土曜日) 10 時～    ぴゅあ総合    会議室

＊当事者スペース              6 月 19 日(土曜日) 13 時～

＊テーマトークと「桃の会 都留」は未定です

お問い合わせ TEL&FAX 0266-78-3742    090-6190-8677    桃の会事務局 篠原