

山梨県

桃の会

会報第 81 号

人の幸せが喜べるようになりたい・・・

自分だけに関心が向いている時
勝ち負け 優劣 損得 羨望の感情が強くなる
自分の都合が優先してしまう
自分に固執する壁が取り払われた時
人の幸せは自分の幸せに
人の喜びは自分の喜びに・・・なる
人の幸せを願い共に生きようとする時こそ
自分を生かし生かされる生き方が出来る
そこに本当の幸せを感じる



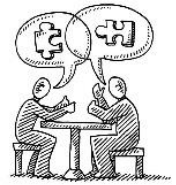
出会う、つながる、わかちあう

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

『兄として・・・』

兄弟姉妹の会 大林裕



私は20年近く引きこもっている弟を持つ兄です。家族は父、母、弟、私の4人家族です。

現在、父は施設に入所し、母と弟は実家で同居、私は実家を出て一人で暮らしています。

今、困っていることは父が昨年倒れたことで、今まで父が担ってきた役割を母が引き継いでいましたが、役割を果たせなくなってきたため、私の負担が増えてきたことです。なぜなら、父が倒れてから、父が主にやっていた行政への手続きを母にお願いしていましたが、どんどん書類をため込み、書き方、やり方を私が説明しても書類がたまる一方で母では処理できなくなったので私が代わりにやらざるを得なくなったからです。母は父が倒れてから精神的に不安定になり、こちらの言うことを理解出来ない状態であることをわかっていながら役割を任せていたことを痛感させられました。また、弟は今まで我関せずの態度でいましたが、本人も今年の確定申告をきっかけに手続きに興味を持ち、こちらの話を聞いて協力してもらえる状態になりました。

今まで私は主に弟や両親に対して、引きこもり支援に関する情報収集や家族への情報提供をすることでした現状は父が倒れ母が弱ってきたことで家庭内での役割のメインが親から子へ変化せざるを得ない状況にありますそこで、私はまず母が受け持っていた書類の手続きや施設費の支払を引き継ぐことにしました。

また、弟に協力者として自分名義の年金や健康保険料の支払いの依頼をしています。その上で弟もまだやり始めたばかりなので私が分かりやすく話し、紙に書いて具体的に説明した上でやってもらっていますこうすることで自分の負担を弟と分かちあって自分自身が楽になっていきたいと考えています。

これから、両親が年老いていき、どんどん体が弱っていく中でいずれ役割を果たせなくなってくると考えられます。そんな中、私が背負いきれない家族の役割を弟と話しあって分担していこうと考えています。その上で自分では抱えきれないことは私と弟の家族2人で抱えこむのではなく、外に助けを求めて発信して繋がってほしいと思っています。例えば地区の地域包括支援センターや地元の市役所といった行政機関や地域のわかものサポートステーション、ひきこもり家族会や兄弟姉妹の会に自ら助けを求めて繋がることで孤立を避けていこうと思っています。

＊ ＊ 親子の距離感について

・・・ミニグループトークから・・・

親子の関係はそれぞれの親子で築いた基本的信頼に根差していると思います。その信頼感によって親子の距離感は、大きく左右されるものかもしれませんが本来お互いの関係にゴールはなくその時その時の状況で見直し修正しながら基本的信頼をベースに更に関係が作り上げられていくのでしょうか。ひきこもりが始まると段々会話が少なくなって子供が一体何を考えているのかわからないと言われる家族が多いのです。当事者にとっては「話してもわかってくれないだろう」という気持ちが徐々に深まり、親の方は「話さなければわからない」というすれ違った思いのまま時間だけが過ぎていくのだと思います。あるお母さんが「私たちだってわかってほしいよ」と正に本音を思わず漏らされました。一方で当事者の方が「親には無条件の愛が必要ではないか」・・・と確かに私たち親は「無条件の愛」という高い高い理想は描いてはいるかもしれないけど現実には、「親子だからわかるでしょう」「親子だからわかってほしい」そのお互いの「期待」が親子間の目に見えないカベになっていると思われます。お互いの依存も、過干渉も、支配も「親子だから」に、深く根差し意識的ではないことが更に気付きを難しくし深刻な問題になっているように思います。お互いが「自由」に話せる・・・その「自由」というのは「安心感を持って本音が話せる」ということではないかと思います。当然そこには意見の違いは生じるでしょうが威圧や押し付けや迎合ではなくその時こそお互いのコミュニケーションが深まるチャンスで更にお互いを知る機会になると思うのです。

「話しても伝わらない」という諦めから「自由」に話せる距離感の復活が、今私たちの親子間に求められているように感じるので。

当事者 Voice

5月16日(日) 当事者スペースレポート

- 男性 4 名（スタッフ 2 名） 女性 2 名

当事者会に求めるものを参加者に聞いてみたところ、全員から人との関わりが欲しいと言う答えがありました。具体的に聞いてみると・・・

- ・ 趣味の合う仲間が欲しい
- ・ 仕事以外での人間関係
- ・ 遊ぶ仲間



では、これを実現するためにはどうすればいいのかという事を、意見を出してもらい話し合いました。参加者は人と関わりたい、同じ趣味について話したい等、人との関係を築きたいという強い意志を感じました。働く、働かないということは全然話題には出てこなくて、まずは人との関わり、これなんだなと気付きました。

後半、スマホ・パソコンの分からない事を質問して貰い、小勉強会 (田中)

5月9日(日) テーマトークの報告書

- 参加者 6 名
- テーマ『ヒトとの関わり方 ～コミュニケーションとは～』

いつもお世話になっております。テーマトーク主催者の滝沢です。 

自分を形成していくうえで人間関係は大切です。それは友達だったり、仕事仲間だったり…そして家族間だったり、様々です。今回のテーマトークでは、人間関係の必要性や、他者との距離感、自分の気持ちと相手の思いのすれ違いなど、いろいろな意見を出し合えました。

永い人生、ヒトは必ず他者と関わって生きていくものだと思えます。その過程で、様々な人間関係によって得ることができる学びや幸福…そして時には、辛さに直面することもあるでしょう…しかし、その数多の障害を克服するためにも、“ヒトとの関わり”は自分を救うための重要な要素となるでしょう。今回も、参加者の皆様、そして桃の会スタッフに感謝です。これからも宜しくお願いいたします。

*次回テーマトーク

- テーマ『日々の生活の工夫』
- 日時：6月13日(日) 13時～16時
- 場所：福祉プラザ 1F ロビー

お知らせ

永弘会の活動・・・「たき火」・・・静かに自分と向き合う時間

たき火の炎を見つめて静かな夜を過ごす活動です。

たき火の炎と自然に囲まれた空間は何とも言えない解放感を与えてくれます。

是非一度参加してみてください。

- 会場 山梨県韮崎市中央線穴山駅 徒歩 5 分 (お迎え有り)
- 活動日 火曜日、金曜日
- 参加費 500 円
- 予約が必要です
- 雨天中止
- 問い合わせ 055-233-8332 永弘会事務局 詳しい内容はお問い合わせ下さい



◆ 6月はミニトークグループと当事者スペース

テーマトーク、「桃の会 都留」を行います



今年は例年になく早い梅雨入りになりそうです。季節のサイクルが変わってきたなと感じるこの頃です。コロナが蔓延拡大する中で皆様如何お過ごしでしょうか。今月もまたコロナ感染には十分な配慮を行いながら会を進めていきたいと思ひます。

会の開催に合わせて毎月身延山の七面山からお供え物のお茶菓子を受けております。

一昔前はお供え物を「おかげを戴く」と特別なものとして大事に頂いたそうです。

目に見えない「おかげ」という言葉に置き換えて生きる力を貰っていたにかもしれませんか。

様々に技術的進歩の中にあっても人間の力では及ばないことは次々と起きてきます。

そういう時にこそ様々なことに感謝する「おかげ」という言葉を大切にしたいと改めて思ひます

七面山さんからのお供え物は「おかげを戴く」ものとして私たち家族の背中を押してくださる

目に見えない力になっていることでしょう。応援してくださる心に感謝しつつ私たちは今何が

出来るのか、今できることを一つ一つ行動に移していきましょう。

今月も皆様のご参加をお待ちしております。

★ミニグループトーク 6月19日(土) 10時～12時 ぴゅあ総合 会議室 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 6月19日(土) 13時～16時 ぴゅあ総合 会議室 参加費は無料
** テーマトーク 6月13日(日) 13時～16時 福祉プラザ1Fロビー
テーマ 「日々の生活の工夫」 付き添い、家族もOK

★「桃の会 都留」 6月14日(月) 13時30分～ いきいきプラザ都留 3F 研修室
* 郡内にお住まいの方、是非参加してみてください。

コロナ感染防止のためマスクの着用のご協力をお願い致します。



農園でギャザリングしよう！

画 55 m² (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

6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

◆ 7月の予定 *ミニグループトーク 7月18日(日) 10時～ ぴゅあ総合 会議室



*当事者スペース 7月18日(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

