

2021 年 9 月発行

山梨県 桃の会

会報第 84 号

問題は何処に？

変えるべきことを変える勇気を

変えられないことを受け入れる心の平和を

この二つを見分ける賢さを

ある祈りから…



自分が変わるためにはまず外にあるものが変わらなくてはならないのか・・・

自分の内面にあるものを変えて外にあるものをよくしていくのか・・・

どんな問題でも自分自身が決める捉え方次第である

問題は外にあるのではなく自分の内面に潜んでいる

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

ピア Voice

♥ 見えないものを・・・見る

私たち家族はみんなひきこもる彼らを1日も早く何とかしたいと思っている。それは当然の心理である。しかし現実には家族の思いと違って、即効性のある薬はなく風邪の症状を治すようはいかない。

ひきこもることに至る迄には様々な要因が絡み、10年、20年と日常を重ねるなかで積み上がっていった結果だからである。

コミュニケーション能力もあり、知的能力もあり、生活のスキルもあると、何故こんなに時間が掛かるのかという思いがつのるかも知れない。それは目に見える評価や何かをこなす能力に目を向けていて彼らが抱えている本質的な内面に目が向けられていないからではないだろうか。それは今の社会の中でもテクニック重視が根付きそれ以前に大事な心を置き去りにする習慣が蔓延し身に付いていった結果ではないかと思う。「合格」という思いは表面的な「合格」ではなかったか……。甘やかし過ぎた、過保護だったという捉え方も本質を見ようとしていたのか……。「わかる、わかる、あなたの気持ち」・・・自分なりの解釈に留まっていたのではないか……。「思い込み」を捨ててまず「聴く」に徹してみる必要がある。

・・・本当に理解された、理解されると感じた時初めて私たちは内面からの想いを発する事ができる。だから相手を理解する為にはまず自分自身と向き合うことが大事である。・・・

(「7つの習慣」の著者スティーブン R コヴィー)

自分を知ることによって初めて相手の心が見えてくるということだろう。彼らの内面を知ろうとする以前に自分の本当の心の動きしっかりと見据えることができるかを振り返る必要があるようだ。ひきこもる彼らと本音のやり取りができるようになるためには応急措置ではなく深く根差す根本的な見直しが必要で近道はないのだと思う。



◆ これからの … 桃の会 …

いつも皆さまには沢山のお力を頂き有難うございます。家族の方々や様々の立場の方々のご協力により活動が継続していることを心より感謝申し上げます。

家族の強い想いだけではなく、家族会が社会の中で必要とされる存在であることを感じてもらいながら他機関との繋がりや連携をしていく方向性が少しずつ定まりつつあるのかと感じております。

行政や支援機関、医療機関、家族会がそれぞれの役割を担って連携出来ることは様々な選択肢や専門的な意見や考え方を知る為に必要なことです。家族会は家族同士だから話せることと本音の話がしやすく親同士の繋がりができること、そしてお話を聞いて適切な専門機関に繋ぐ役割があります。家族にとって相談する第一歩はとても覚悟と勇気がいるものです。家族会が身近な足を運び易い場所、家族が一步踏み出せる緩やかな家族会でありたいと思います。

また、「ひきこもる」ということに家族は罪悪感を持ち社会では否定的な偏見を持たれていると思いますこの問題は私たち一人一人が構成する社会の大きなうねりの中で起きている社会現象でありみんなの問題という認識が大事だと思うのです。「何とかしなければならぬという問題」から「どのように理解していくのか、理解を深めよう」という発想の転換を社会に投げ掛けていくことも家族会の大きな役割だと思っています。

当事者 Voice

♥ 当事者達の居場所を、より良い空間に



いつもお世話になっております。山梨県桃の会の当事者スペース世話人・滝沢です。

僕が桃の会に関わって早3年。当事者スペースも、“ももカフェ”や“テーマトーク”など、皆様のおかげで少しずつ活動範囲が広がりつつあります。そしてまた、新たに“兄弟姉妹の会”という集まりを作ろうと、今も広がりを見せようとしています。

当事者会を見ていて、いつも思うことがあります。僕を含め、ここに来る者たちは皆どこか孤独です。しかし、その孤独をととても大切にしているのです。それは自分…“個”を認めてほしいからではないか？僕自身もこれに気付き、注目しました。

僕たちは知らないことだらけです。でもそれは恥ではないのです。そして我々当事者は無駄に生きてきたわけではなく、その中で様々な葛藤と苦しみ进行味わいながら考えを巡らせ、自らの論を築くのです。それらを共有し、“孤独”という力を合わせ、皆で生きていく知恵と勇気を創造していきたいのです。

「人間は一生勉強」…はて、誰が最初に言った言葉なのか…。これは家族を捨てどこかへ消えてしまった僕の父の口癖でした。僕はこれからも、この言葉を胸に当事者スペースの活動をしていきたいと思います



お知らせ

兄弟姉妹の会について

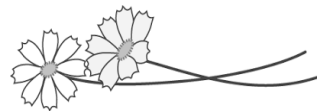
7月のミニグループトークでKHJ兄弟姉妹の会の大林さんにお話を伺いました。

ひきこもる兄弟に関わる大切さを示して下さいのように思います。皆さんはどのようにお感じなられたでしょうか。全国的に兄弟姉妹の会の活動はまだ少ないのが現状です。家族の中で障がいやひきこもる兄弟がいる場合兄弟姉妹も無関係ではありません。彼らも兄弟姉妹として悩みや不安を抱えて過ごすことになります。家族の中で兄弟姉妹の関わりに迷い悩んでいる方はいらっしゃると思います。

親の関わりだけでなく兄弟姉妹の関わりが加わることで親の負担も軽減されますし、親の高齢化が進むに連れて問題は避けて通れなくなります。そこで大林さんの御提案もあり桃の会でも兄弟姉妹の会の集まりを考えております。詳しい内容はまた会報でお知らせさせていただきますので

どうぞ御理解とご協力を宜しくお願い致します。

(篠原)



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

9 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29日(日)のミニグループトーク・当事者スペースは中止します!

◆ 9月はミニグループトーク・当事者スペース・テーマトークを行います

桃の会・都留も開催します

今年の夏は猛暑続きの厳しい夏でした。その中でコロナも蔓延拡大して先行きが不安なところですが、皆さま如何お過ごしでしょうか。8月のミニグループトークはコロナ禍の為、施設利用が出来なくなりましたのでやむを得ず中止となります。皆さまには御迷惑をお掛けしますことをお詫び申し上げます。9月のミニグループトークは8月に予定してました当事者スペース世話人の滝沢さんのお話を伺います。お話しの内容は8月の会報に掲載させて頂いた「母親との共依存関係から抜け出す葛藤と苦しみ」をお話し願います。

家族の中でも母親との関係は密接で特別です。ですからお互いに、お互いの関係が見えづらくなってしまうことは往々に起こりうることでしょう。しかし人間関係のスタートは母親ですからとても影響を受ける存在、育ちのキーパーソンであることは間違いありません。お互いの関係の中で多くのものを与え子供からも多くのものを与えられるとても大事な存在であります。親は決して自分の都合を優先させてはならないし、子供の内面からわき起こる意欲に従って行動する自由を与え続けたいと思います「母親の人生」ではなく「自分の人生」を歩み始めた滝沢さんはまだまだ不安感の中で揺れている状態ですがその中で皆さんの前で話す勇気と覚悟に秘められたものを感じとって頂ければと思います。

★ ミニグループトーク 9月18日(土) 10時～ ぴゅあ総合小研修室 1 家族 ¥500 当事者無料

「母親との共依存関係から抜け出す葛藤と苦しみ」 桃の会・当事者スペース世話人 滝沢悠哉さん

★ 当事者スペース 9月18日(土) 13時～ ぴゅあ総合 小研修室 1 参加者無料

★ 桃の会・都留 9月13日(月) 13時～ いきいきプラザ都留 2F 運動指導室 参加者無料

★ テーマトーク 9月26日(日) 10時～13時 福祉プラザロビー 参加者無料

テーマ「家族とは何か」 ご家族、付き添いのご参加も歓迎

＊ ＊ コロナ禍で山梨県が9月12日以降、自粛延長をした場合は9月13日の「桃の会・都留」9月18日のミニグループトーク、当事者スペース、9月26日のテーマトークはお休みになります。HP、ニュース、事務局への問い合わせ等でご確認下さい。

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。



..... ＊ ＊ ＊

■ 10月の予定 ミニグループトーク 10月23日(土) 10時～ ぴゅあ総合 会議室

当事者スペース 10月23日(土) 13時～ ぴゅあ総合 会議室

テーマトーク 未定

桃の会・都留 第2、第3いずれかの月曜日 場所未定



＊ ＊ 都合により問い合わせ事務局の連絡先を下記に変更、追加致しますので宜しくお願い致します。

お問い合わせ

桃の会事務局

e-mail / meri-sannokuni@softbank.ne.jp 篠原

Tel & fax 0551- 47- 4040 080-9400-4187 井口

桃の会・都留事務局

e-mail / hiroko.samasara@icloud.com 080-1282-2576 野武

