州の会

会報第85号

普段の生活が大切

特別な時に特別なことが出来ることではなく 誰も見ていない時の普段 何を考えどのような行動をしているのか それが問題である (佐々木正美)



何かが「できる」ということは 素晴らしいことだけど

日々、何をどのように感じ 想いを巡らせるのか 普段の生活の中での「人としての心の有りよう」と それに伴う「行動」はそれ以上に大事である

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

LT Voice



♥「転ばぬ先の杖」はいらない

10年あまり障がい者雇用で働いていた次男は、ある時急に普通雇用で働きたいと言い始め

コンビニで働くことになった。発達障害の特性を強く持っている彼が普通雇用でコンビニで働くなんて、何と無謀なことをと一言口を挟みたくなった。障害者雇用でさえ人間関係のトラブルを起こし、自分自身を追い込み入退院を繰り返す経緯がある。今までの私であれば先の状況を考えて断固反対しただろう。

「危ない橋は渡らせない」「環境を整えて彼が生き易い状況を作らねばならない」いつも先回りをして道案内をしていた。そうすることが親の義務だと思っていたし彼にとって必要なことであることを信じて疑わなかった。今考えてみると過干渉を絵にかいたような親であったと思う。だからその時ノドまで出かかった言葉をグッと呑み込んだ。

その時初めて私は強く握っていた彼の手を放したような気がする。

私が長年彼に対して「良かれ」と思ってやってきた行為は「あなたは信じられない」というメッセージを送り続けたことになる。更に「今のあなたに私は満足していない」という思いを伝えることになってしまっていた。親は頑張る必要はないのだ。ただ彼らが本当に困った時の暖かな居場所になればそれでいい。障がいがあろうがなかろうが考え方は同じである。

子供の自立のためには彼らの失敗を恐れてはならないし転んだら立ち上がるのを見届ければ良い。

選択、決定、判断の自由を妨げてはならない。彼の体験を通じて私自身が深く学習したことの一つである 息子はコンビニの仕事を 10 カ月余り続けた時職場に行けなくなった。普通雇用の大変さをつくづく知る ことになったらしい。自分で選択し決定し判断したことなので予測したほど彼の状態は混乱しなかった。 自分で行動したことの自負心だろうか。その後選んだ仕事は人とあまり関わることのない仕事で 2 年あま りになる。それは彼にとってのゴールではないと思っているようであるが・・・・。

親とは「転ばぬ先の杖」の言葉通り手を出したくなる存在である。しかしそれが彼らの気力や意欲を奪っているとしたら自立を望みながら自立の邪魔をしていることになる。

その事をいつも心に留め置きながらこれからも子供たちを遠くから見守っていきたいと思っている。

つくお知らせ

【一般社団法人OSDよりそいネットワーク無料相談 (令和3年厚生労働省補助事業)】

- ▶ファイナンシャルプランナー、臨床心理士、弁護士、社労士などの各種専門家が親身になって応じます
- ▶具体的な解決方法に意識した相談支援となっています。
- ▶行政や地域の支援団体と連携しながら、ご相談者にあった支援体制を一緒に模索していきます。
- **相談専用ダイヤル 03-5980-9009 一回 30 分(通話料のみご負担下さい)

火曜日、木曜日、土曜日 (週3回) 13:00~17:00

**メール相談専用アドレス osdyorisoi2021@gmail.com 24 時間受付

ご相談例・・・ 家計相談、親亡き後準備、ライフプラン作成、障害年金、法律/税務相談、住まい、 就労/キャリア、生活保護、相続/信託/後見子供・家族問題など

2回目以降のご相談は、電話、メール、オンライン(Zoom など)相談も可能です。 ご希望の相談方法にて承ります。

一般社団法人 OSD よりそいネットワーク代表理事 池田佳世(KHJ 名誉会長)

当事者 Voice



♥ 家族会は当事者会と共に

桃の会では当事者の居場所として当事者スペース、テーマトークの二つを設けています。どちらの当事者会も当事者が世話人となり活動しています。当事者会は家族会にとっても、とても大事な活動であると思います。当事者スペースは、家族会と同じ日に開いていて会の活動当初からずっとこのスタイルでやってきました。初めは当事者の多くが親という存在に敏感で、親は関わらないで欲しいという思いが強く当事者の世話人の方に任せて親は殆ど介入しないようにしていました。

しかし当事者だけの関わりは、お互いの主張を受け入れることや様々な特性を持った人への対応など当事者である世話人にとってとても荷が重く継続はとても難しいことであったように思います。もう一つのテーマトークはまだ始めたばかりですが、当事者スペースで十分に話きれなかった人への対応や、テーマを決めて内容を絞って意見交換をする場です。世話人の積極的な提案と行動でこのテーマトークが始まったことは家族会としてとても嬉しいことでした。現在は当事者スペース、テーマトークに親が入ってはいけない場所ではなく、開かれた場となりご自由に参加頂けます。世話人方々の受け入れがあってこそですがどうぞ一度参加されてみては如何でしょう。

当事者会の必要性は、社会に出るのはためらわれるけど誰かと関わりたいという思いのある当事者の居場所で同じ経験者の中で自分を表現する場としてまた情報を交換する場として大切な居場所であることです。当事者である世話人が会を進めていくのですが、彼ら自身も生きづらさを持ちつつの活動なので自分の体調、コンディションを考えながらの活動になります。継続するにはやはり家族会との連携が必要になると思います。

家族会としては当事者会にどのような人が集まり、どのような活動をしているかを把握することはとても大事で彼らの思いや考えを知り、理解を深める事にもなり親の気付きにもつながることでしょう。そして彼らも会の中で生じた問題を自分たちだけで抱え込まなくてもよくなると思うのです。また家族会と関わることで自分の親とは違った価値観に触れることになるでしょう。私たち親もお互いの関わりの中で多様な価値観を学べる機会なのです。win-win の関係を目標にしたいのです。

お互いがバランスよく win -win の関係になるには深い理解が必要です。その理解は相手だけに向けられるものだけではなく個々の自分自身にも向けられるものでなくてはならないと思います。

親は当事者だからという思い込みで彼らに対して腫れ物にさわるような対応や迎合してしまうことや逆に 威圧的になったり、見下したりすることは避けなければならないでしょう。当事者の方は、会の活動に参 加して少しでも人のためになりたいという意識の高い思いに「誇り」を持って望んで欲しいのです。

それがひいては「信じる力」になると思うからです。お互が一人の人間として対等に向き合うことそして 本音で話せる関係なしにはお互いの信頼関係の構築は難しいと思います。

「信じる力」を親も当事者も学びながらの日々なのでしょう。お互いの「信じる力」は会の中に穏やかで 安らぐ空気をもたらし皆さんが集まり易い雰囲気を作り出すことは間違いありません。

家族会、当事者会はこれからの社会にまだまだ必要とされる場所となるでしょう。私たち親には次世代を 担う若者に進むべき道を示すという大事な役割があるのです。会を継続し次の世代にバトンをしっかり渡 す為にも家族会と当事者会がお互いに影響を与えながら信頼関係を積み上げて更に周りにも信頼の輪を広 げていきたいと思います。

どうぞこれからも当事者会の活動に関心を向けて頂きながら桃の会へのご協力を宜しくお願い致します。

◆10月はミニグループトークと当事者スペース、テーマトーク、

桃の会・都留の活動を行います



長引くコロナ禍はひきこもる当事者や家族に深刻な影響を与えていると思います。 皆様如何お過ごしでしょうか。

10月23日、ようやく2ヵ月振りにミニグループトークの開催となります。

今回もコロナ対策に十分配慮しながら開催したいと思います。

ミニグループトークは小グループに別れてトークをするという特別なことではありませんが、出来なくなると貴重なことのように思えます。久しぶりに皆さんとの顔合わせが楽しみです。

今回の前半は延び延びになっていました当事者スペース世話人の滝沢悠哉さんに「母親との共依存から抜け出す葛藤と苦しみ」というテーマでお話を伺います。辛い過去を振り返り話すことはとても勇気がいることです。その後一人暮らしをして数ヶ月、今も続く心の葛藤の中でとても頑張っていると思います。皆さんの前で話すことで、より客観的に自分を見つめ整理する機会になることを願います。

滝沢さんとお母さんの関係は私たちにかけ離れたことではありません。程度の差こそあれ親が陥り易い 子供との関係です。私たちもしばし自分と向き合う時間に致しましょう・・・。

★ **ミニグループトーク 10月23日(土)10時~** ぴゅあ総合 会議室 一家族¥500 当事者無料 「母親との共依存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** 10月23日(土)13時~ ぴゅあ総合 会議室 参加者無料

★ **テーマトーク** 10月10日(日)13時~16時 福祉プラザロビー 参加者無料

テーマ 「家族とは何か」

★ **桃の会・都留 10月11日(月)13時30分~** いきいきプラザ都留 3F研修室 参加者無料 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。 **冷**り

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

10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

■ **11月の予定 ミニグループトーク** 11月 20日(土) 10時~ ぴゅあ総合 会議室

当事者スペース 11月20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 11月第2、第3月曜日のいずれか

**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 Fax0266-55-5411 篠原 Tel 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