2023 年 1 月発行

山梨県 桃の会

会報　第 100 号！！

ちがいを知り認めるということは・・

富士山の山頂を目指すにも幾つかの

ルートがある　でも目標は同じ

ルートは違っても目指すのは山頂である

同一方向を見据えている

今、何を目指そうとしているのか

そこを目指すのは何故なのかがブレてはならない

目標を見失うと道に迷ってしまう

様々な環境、考え方、方法があり

お互いがお互いのちがいを知る

そのちがいを認め合えるのは

気持ちを動かしているもの

内に秘めている深く熱い想いが

同一方向を向いているからである

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

HP https://momonokai.org　　e-mail meri-sannokuni@softbank.ne.jp

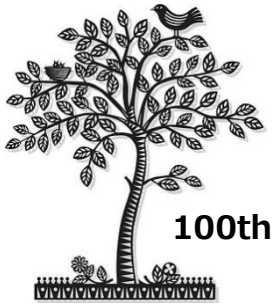
会報 100 回を迎えて

いつも会報を読んで下さる皆様、有難うございます。
そして作成にあたり編集、折り込み封入、発送などのご協力を頂いている会員の方々に
感謝申し上げます。
会報は当初、ただ報告と伝達だけのＡ４一枚からスタートしました。
今懐かしくあの頃のことを思い出します。
何とか内容のあるものをと試行錯誤の連続にはゴールはなく苦戦は今もずっと続いております

みなさんと関わり続ける中で、関わりが増えれば増えるほど様々なことが学びとなり取りあげるべき
テーマ、伝えていくテーマは、無限に尽きることはないと感じております。
それを文字でどのように表現すればよいのかが迷い苦しむところです。
私の独断と偏見による文章になっていて誠に申し訳ないのですが、正に皆さんから「生きる」ということを教えられている、「あなたはどう生きるの?」ということを投げかけられているような気持ちがしております。

会報に書かれた何か一つの言葉が誰かに気付きと勇気を与えたり、悩み苦しむ若者や家族が周りから批判にさらされたり否定されるのではなくその苦しみを共に理解しようとする社会に少しでも変わっていって欲しいという想いをこの会報には込めていきたいと思いながら毎回作成しておりますが、皆様の深い苦しみ、嘆き、悲しみ、孤独を十分に伝え切れないジレンマはいつも付きまといます

今までも、今からも会員の皆さんの存在があるからこそ続けられる会報でありますので、様々な情報と
共に「ひきこもる」という社会現象が続く限り発信を続けたいと思います。
そうすることは人と人がお互い生きづらさを持つ社会を作ってしまった今の社会に生きる私たちが次世代にバトンを渡す為の役割のように思えるのです。
どうかこれからも皆様のお力添えとご協力を宜しくお願い致します　　shinohara



100th anniversary ♡

＊＊山梨県に初めてひきこもる家族へ光をあてるきっかけを作って下さった山梨日日新聞社の方々、そのチームを代表して前島文彦記者に会報 100 回の寄稿をお願い致しました。快くお引き受け戴いたことに感謝致します。

集いの場、これからも

山梨日日新聞記者　前島文彦氏

ひきこもりをテーマにしたシンポジウムが山梨県立図書館で開かれた、２０１４年８月１６日のことは会場に入っていく人たちの顔は明るいものではありませんでした。思い詰めたような人やつれたような人そわそわと落ち着かない人。講演が始まると、登壇した現ＫＨＪひきこもり家族会連合会の池田佳世代表とジャーナリストの池上正樹さんの言葉を一言も聞き漏らすまいと耳を傾けていました。当時の山梨ではひきこもりへの偏見は今よりもはるかに強く、当事者は「怠け」「甘え」と責められ、親もさいなまれていました。コミュニティーが強い地域で、ひきこもりのシンポジウムに行くことは、暗に悩みを抱えていることを世間に伝えることになります。会場に行くことさえ、おそらく相当の勇気が必要だったのではないでしょうか。けれど、その勇気があったからこそ、いまの桃の会があります

ひきこもりの状況把握は前に進みました。国の調査で若者（１５～３９歳）では５４万人、それまで調査の対象外だった中高年（４０～６４歳）は６１万人の当事者がいることが明らかになりました。足すと１１５万人。少なくとも「１００人に１人」がひきこもりの状態ということになり、今や決して特別なことではありません。当事者や家族が置かれた状況が見えるにつれて、「ひきこもり期間の長期化と当事者の高齢化」「８０５０問題」「女性や専業主婦のひきこもり」「兄弟姉妹の関わり」といったさまざまな課題も浮上し、ゆっくりとではありますが国や自治体による施策も拡充されてきました。山梨県は独自に実態調査に乗り出し、県ひきこもり地域支援センターが設立されました。

山梨日日新聞も「扉の向こうへ」という連載やキャンペーン記事を通じて、微力ではありますが、支援の必要性と継続を訴えてきました。

２０２３年は、桃の会が設立されて１０年目の年になります。振り返れば、決して平坦な道のりではなかったと思います。想像したような支援や情報が得られず、当事者の変化がみられないことに思い悩んで会を離れた人がいました。運営費用確保にも並々ならぬご心労があったことでしょう。なにより新型コロナウイルスのパンデミックは、顔と顔を合わせて言葉を交わす機会を私たちから奪い去りました。

会報や公式ＬＩＮＥを見ながら、例会が開かれるかどうか気をもんだ人もいたのではないでしょうか。

当事者会や親の会に参加させていただくと、閉会の後、少しだけ肩の荷が下りたような表情で会場を後にする方の姿を見かけることがあります。あの日、「私たちはここにいる」と声を上げたからこそ定着した貴重な集いの場です。ただ、まだこうした場につながることができない当事者や家族のほうが圧倒的多数であることも事実です。ひきこもりは誰にとっても無関係ではありません。一見すると社会とつながっているようでも、寒々とした心細さや疎外感を持っている人もいます。だからこそ、毎月のように例会が開かれる桃の会の存在は心強いものです。この先も紆余曲折があるかもしれませんが、支え合いの場がゆるやかに続くことを願っています。

桃の会の会報が 100 号を迎えました　♥　みなさんからのひとことメッセージ

会報 100 回
おめでとうございます！
続けることが素晴らしいですね
1000 回目指してこれからもコツ
コツ取り組んで行ってください

会報発刊 100 号！おめでとうございます。
桃の会会報を知る事ができたのは 2019 年 57 号からです
私にとっては篠原さん始め親の会の方々と苦労苦悩時には
喜びを分かち合える事ができる方々と、巡り合えたきっかけに
なった大切な会報になっています。
今、会報発行の折り込み封入など出来ることで
参加させていただいています。

桃の会と繋がって6年経ちました
多くの事に気づいたり学んだりと
本人の辛さを少しずつわかって
あげられるようになったと思います
すべての方々に感謝です！

会報、今回で１００回目毎月の作成、その他会報に携わって
くださっている方々に感謝申し上げます、
これからもよろしくお願いします。

苦しんでいる人が
減りますように‥

桃の会を通じてひきこもり当事者の方
家族の方と出会い多くのことを学ばせて頂きました
それが大きな励みと勇気につながっています。
人と人の繋がり、社会との繋がりになることを
祈ってます。

＊＊・・会報 100 回発行によせて

2014 年、県立図書館での講演には、夫と出席しました。桃の会は、子供共々お世話になり、
今日に至っています。会報はマイベスト会報と思っています。楽しみにしています。
桃の会の方々と関わる中で少しずつ 少しずつ視野を広め、感性を高めて子供と付かず離れずに
お互いの成長を喜び合える存在になれたらと思っています。・・＊＊

子供の心を家族だから
いつまでも受け止め理解し続け
桃の会ではお互い支え合いましょう

みんなでやった折り込み
封入切手張り　宛名張り
投函けっこう楽しい時間
だった～

山梨に桃の会があって
本当に良かった

社会人として社会システムに
過度に依存せずに自然人としての
人間性への回帰

自分らしく生きる
自分らしく生きられる
家庭と社会の
大切さと理解

ここに来ることで
「自分の心をどこにおくか」を
決められます
安心して帰ることができます

続けること
マイペースでガンバリたい
失敗談を聞きたい
8050問題を

100 回と言えば人間の年齢で言えば 100 才になります。皆さんの
想いと協力で成りたったこと
これからも力を合わせて継続です

いつもお世話になってます。たきざわです。
僕の桃の会での活動は約 4 年…そしてある時期から会報には一部の原稿を書かせてもらいました。過去を振り返ると、恥ずかしさすら覚える気取った文章ばかりです。しかしこれは全て素直な思いから湧き出たものなのです。…う～ん
ちゃんと伝わってるのかな…

大事なのは、スタッフも親も当事者も
自分の出来る範囲で無理せずに続ける事、
それがとても大切だと思います。
まず、自分を大事に。

ピア Voice

向き合う＊＊そこからがスタート

家族会に参加される人は、一時的な気休めやただ悩みを聞いて貰いたいだけではないように思うのです。「相手に伝わった」と言う実感がわいた時、投げたボールを相手にしっかり受け止めてもらえたという感覚があり、それがなければいくら話しても空振りのバットを振っているような虚しさを感じないだろうか・・と思うのです。

子供が 30 代、40 代になって、このまま年を重ねてどのように生活し生きていくのか、子供への将来への不安がとても強くなり家族だけでは抱えきれないやむにやまれぬ想い、現状を何とかしたいという想いを持ちながら強い期待感を持って来られるのです。家族会はただ日頃の生活のグチ話しを聞いてもらうようなその場しのぎの場所ではないと思います。抱えているものは簡単にすっきりするほど単純なものではなく様々な問題が絡み合い家族全体を巻き込み、家族だけの問題に留まらず社会現象としてこれからの社会に様々に影響を及ぼしていくのです。

月一回の 2 時間あまり家族同士で話し聞き合い家族や自分の内面と向き合って見る・・家族会は「向き合い理解を深める場所」だと思います。向き合うことはエネルギーを必要とし辛いことなのです

しかし、それは人任せには出来ない家族にしか出来ないことだからです。

お互いが人ごとではない自分のこととして考える場所は、苦しく辛い場所であるからこそ理解深め、心を揺り動かされ気付きを得るのでしょう。それは家族会だからでることではないかと思うのです。

キャロット

自分にとっての「当たり前」を振り返る　　～ ミニグループトーク ～

「ひきこもること」は家族にとっても当事者にとっても当たり前が当たり前でなくなった現実です。

社会の当たり前、家族の当たり前、自分の当たり前に当事者たちは押しつぶされそうになりながら意欲を失なっていき、家族も当たり前が当たり前ではないことが大きな障害となり何とか当たり前に戻したいと苦悩するのだと思います。今回参加された方々は当たり前が当たり前でなくなった現実を受け入れた人受け入れつつある人たちであったのかと思います。当たり前を見直し子供と信頼関係が再構築できたという意見がありました。一方で「こうあるべき」「そんなことぐらい察して欲しい」「何もしてないのだから家の手伝いは当たり前」「仕事をしなければ生きていけないでしょう」・・

などのモヤモヤした思いから抜けだせない人もいたのではないでしょうか。

当たり前という言葉に私は、傲慢な響きを感じてしまいます。「そうすること」「そうできること」は当たり前ではなくその人なりの見えない頑張りがある、それを当たり前という言葉で片付けるとその人頑張りはなかったことになるからです。当たり前の思考には私たちが陥ってしまうワナがあると思います慣れが当たり前を見えなくする、絶えず振り返りが必要だと思いました。

Shinohara

当事者 Voice

12 月当事者スペースの報告

12 月 18 日（日）13 時～15 時　山梨県立青少年センター和室

参加者　男性 3 名　女性 1 名　スタッフ 2 名

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

当事者の近況や困っている事、それに対しての対処法などをそれぞれ話してもらった。(パスあり)

部屋の掃除の頻度や、聞いている音楽の話、コミュニケーション、友達や人との接し方、精神的に大変な時の対処法など。その中でも掃除や趣味に対してはそれぞれに拘りやルーティンがある様だ。

それらを自分のやり方や自分のペースで行っている時はいいけど、忙しさでペースが乱れた時に大変な様で、その対処法を探していた。

参加者の中でも多かったのが対人や大勢の人(グループ)のコミュニケーションの取り方だった。

孤立感を感じてしまうという意見も。大勢の人の中では当事者は自分の居場所に困惑する様だった。

スペースで話したり聞いたりする事で、少しでも楽になったり、役立ちそうな事があればいいなと思う

コロナの感染者数増加に伴い当事者スペースが開催出来ない月もあり、当事者の話をしたり交流する機会が減ってしまったのが残念に思えるが、開催した時には参加してくれる当事者、元当事者の方々には感謝です。

Tanaka

テーマトークの報告　12 月 10 日（土）13 時～　福祉プラザロビーにて

＊＊ **テーマ『レクレーション』**参加者 3 名（当事者 2 名、親 1 名）

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

いつもお世話になっております。スタッフのたきざわです。

今回テーマトークでは、バドミントンやウォーキングなどのレクレーションを行い…と、

言いたいところでしたが、事情により予定通りにはいきませんでした…！

そんなこんなで、内容をフリーテーマに変更し、参加人数がかなり少数であったためか、

参加いただいた当事者の方に「たまにこういうように少人数でゆったり話が出来るのも

良い」というお声をいただきました！…とてもその言葉に励まされました。。。

今後、こうした身体を動かすイベントは、事前にアンケートなどの意見をもとにやりたい

と思います。…反省。

・・・そして、僕が「思う、感じる」こと・・・

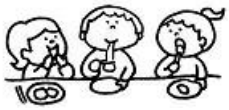
人々が抱える辛さの中核にあるものは、意外にもとてもちっぽけです。そして、やがてそれはじわじわと広がり、心を暗闇に染めてしまうのです。

『ひきこもり』『家族』…これらの問題は「ただ助ければいい」という事ではないのです。

互いの命がある限り、一人一人が向き合い続けなければならないと思います。

Takizawa

桃の会１月の活動



★＊＊＊ 明けましておめでとうございます！＊＊＊★

１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

令和５年の新しい年を迎えました。皆様、お元気でお正月をお迎えになったでしょうか。
新しいスタートです。気持ちを新たにして更に家族、当事者が安心して集まれるスペースを
みんなで作り上げていきましょう。　　今年もどうか宜しくお願い致します。

＊＊開催場所が１月から３月まで『山梨県福祉プラザ』に変わりますのでご注意ください！

▶ ミニグループトーク １月15日（日）10時～ 福祉プラザ４Ｆ会議室 一家族￥500　当事者無料

テーマ「自分を大切にする」ということは　自分だけのことを考えること・・？
自分に正直に生きること・・？　本当の自分を考えてみよう

▶ 当事者スペース　１月15日（日）13時～ 福祉プラザ４Ｆ会議室　参加費無料

▶テーマトーク　１月22日（日）13時～16時　福祉プラザロビー 参加費無料 お申込み不要です

テーマ「人間関係の難しさ」

※ 桃の会都留はしばらくお休みさせて頂きます。郡内地域の方々には御不便をお掛け致しますが
甲府の会場までおこし下さればと思います。大変ご迷惑をお掛けして申し訳ありません。

・・・＊＊＊

お知らせ！

・・・ 兄弟姉妹が集まっています！！

ミニグループトークの中で親グループとは別に兄弟姉妹グループをもうけています
きょうだいのことでお悩みの方、きょうだいとしてできること、できないことを話してみましょう。
少し気持ちが楽になります！

・・・県知事と語る　県民対話に参加しました

11月1日ひきこもり問題をテーマに５つの不登校、ひきこもり団体が参加し
対話交流をしました。詳しい内容については右のQRコードからご覧ください

＊＊＊・・・

◆２月の予定　ミニグループトーク　２月25日（日）10時～　福祉プラザ４Ｆ会議室

当事者スペース　２月25日（日）13時～　福祉プラザ４Ｆ会議室

テーマトーク　未定

募集しています！！　皆さんの声を募集しております！日々の想いやちょっとした出来事など大歓迎です。
どうぞお気軽に桃の会事務局のメールアドレスまたはFaxでお送りください。お待ちしております。

お問い合わせ　桃の会事務局　e-mail / meri-sannokuni@softbank.ne.jp　Fax 0266-78-3742 篠原
Tel 0551- 47- 4040　080-9400-4187　井口