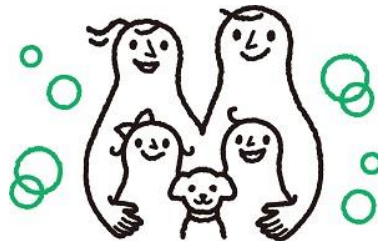


山梨県 桃の会

会報 第103号

子供を守る・・・そして親になる

子供をいつまでも、いつまでも手の中に
握りしめていることが「子供を守る」ことではない
社会的理不尽さに断固立ち向かう勇気を持ち
一人の人間としての権利と自由を守る
子供の失敗をじっと見守る忍耐とその時まで待つ忍耐
子供の意思を尊重し過剰な期待と心配をしない
子供の喜び、苦しみ、悲しみを共に共感し合える



どんな時も理解しよう、理解したい気持ちを持って
理解を深めようとする
子供を信じきるそして時には子供を手放す
そして、どんなことがあっても
しっかり受け止める覚悟、見捨てないという
揺るぎない覚悟を持ちたい

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



■ K H J 『ひきこもり支援研修会』に参加して

・・・はじめに

私には大学在学中から14年間にわたってひきこもっている息子がいます。親としては断片的に家族会にも参加しましたが、その後中断。息子の状況も変わらず、今に至っています。今回は私の仕事がひと段落したこともあり、息子のひきこもりにしっかり向き合おうと、K H Jの「ひきこもり支援研修」に参加させていただきました。

・研修の概略について

今回の研修は、1月28・29日の2日間にわたる基礎編と、その後の2月18・19・23・27日の4日間にわたる実践編がいずれもオンラインで開催され、全研修を受講しました。基礎編は、K H J副理事長の境泉洋氏による「ひきこもり支援の基本事項と理念」の研修を皮切りに「本人の心的状況」、「身体状況・精神状況の理解」、「ひきこもりの背景にある社会的状況の理解」、「親とは違う兄弟姉妹への支援の必要性」、「家族会・居場所・ピア活動のこと」、最後に「ピアサポートの理念と自己理解ワークショップ」の各研修が行われました。実践編は、基礎編の内容をおさらいしつつ、各地の地域づくり実践や8050問題などを踏まえた多様な状況に対する支援例の学びがありました。なお、オンライン研修ではありましたが基礎編のワークショップでは、会議システムのグループ分け機能を使って、他の参加者との直接的な情報交換もあり、有意義な研修でした。参加者は各地域の社会福祉協議会の担当者やピア活動を行っている支援者が多いように感じました。

・学んだこと

- 1 基本的な理念：ひきこもりはネガティブな事象ではなく「新たな人生の準備期間」としてポジティブにとらえる
- 2 回復過程の道筋：
 - ・受容・共感を土台にポジティブなコミュニケーションを取れるようになること
 - ・ポジティブな感情から価値ある生活（多種多様でゴールは必ずしも就業のみではない）の創造へ
- 3 家族支援の基本的理解：ひきこもり支援は家族支援が中心
 - ・家族のつらさを理解することから
 - ・本人の変化は、かすかなものがきっかけで、そこからがスタート これを理解できるのは家族だけであり、これに気付けるゆとりある家族関係が重要
 - ・家族の焦りは、本人への叱責につながってしまい、状況をこじらせる そのためにも、本人と家族の関係性改善が最も大切である

研修内容は多岐にわたりましたが、以上のような家族支援を通じた本人支援が、ひきこもり支援の根幹だと理解しました。今後は支援経験を重ねることでスキルアップを目指したいと思います

（岩下）



家族の中で問題を抱えきれなくなった時、支援機関は最も頼りにする所となります。
私たちはどのような支援を必要とし、どのような支援の中身を求めているのでしょうか。

自立への母と子の体験談

今回は、河田きみ子さんに実家を離れていった息子さんの体験談をお話して頂きました。テーマは「子供と向き合う中での変化と支援の中で感じること」で河田さんの息子さんの支援をされたグッドライフジャパンの川田史郎さんも参加されお話しを伺うことができました。河田さんの息子さんが実家を離れて自立されるまでのサポートは、川田さんにとって北杜市で最初の事業の取り組みでもあり、支援する方も支援される方にもそれぞれに大変な道のりであったことでしょう。

河田さん(母)から昨年頂いたお手紙の中で「息子は色々なことを親の私に全部見せてる訳ではないとわかっているのですが、親の私が子どもに沿っていると自負していました。でも全然そうではなくて私の思い込みだったのかもしれない。今は良い親子関係に少しはなってきたと感じます」と

お気持ちを伝えて下さいました。このケースはご本人が家を出て自立したい気持ちが強くそれを支援者、親が支え続けた結果であると思います。本人、親、支援者それぞれに多くの気づきをもたらした貴重な時間の流れであったのではと感じています。

河田きみ子さん、川田史郎さんに今回お話し頂いたことに改めて御礼を申し上げ感謝致したいと思います。

支援が支援であるために

グループトークでの皆さんからの御意見は、「窓口、支援者によって一貫性がなく格差があり、どちらを信じて良いか迷ってしまう」、「威圧的な上から目線の対応はやめて欲しい」「もっと多くの情報を教えて欲しい」などの意見がありました。

支援は形だけのものではなく、強者、弱者の関係であってもならないと思います。

もし自分が支援される側になった時どのような支援を求めるのか・・・そこに本当の支援に必要とされている見過ごせないものがあるように思います。ただ任せて待つだけでなく、声を挙げ声を届ける支援を受ける側の私たちが支援の質を変え支援を作り上げていく存在なのかもしれません。

(メリーさん)

御礼

会員の方への火災見舞金呼び掛けに多くの皆さんからご協力頂きとても有り難く感謝しております。温かいメッセージを添えて下さる方もいらっしゃいました。

皆様からのご厚意を被災された方にお届けさせていただきます。

心より感謝して御礼を申し上げます。 篠原

当事者 Voice



▶ 当事者スペースの報告 3月19日(日) 福祉プラザ4階会議室

*スペースにおける内容 参加当事者・経験者(6名) 桃の会関係者(1名)

今回も甲府・福祉プラザ4階会議室、ゆったりと広い部屋にて当事者スペースを開催しました。次回4月からは、また甲府東部・ぴゅあ総合に会場が移りますとお知らせしました。チェックインでは、「朝ご飯何を食べましたか?」とのテーマで皆さん話しをされました。また、「最近どうですか?何かありましたか?」とのことで、皆さん近況を話されました。取り組まれている好きなことや出掛けられた話しなども出されました。また私は、甲府北口の県立図書館に何度か行きましたと話しをしました。そこから、「最近何か本を読みましたか?」と話しが展開して、このような小説を読んだよ、このような本を買って読んでみました等話しが広がりました。新型コロナのことで、マスクをどうしましょうかとの話し、サブカルチャーの話しも出ました。とある、ひきこもりの方等の居場所でお花見を計画していますとのお知らせもあり、お花見のことについて話しをしたりしました。

**世話人たちの感想(今回は1名)

お花見などのイベント。県内のひきこもりの方などが集える居場所・団体でもイベントを行っているところがあります。そのような情報をみなさんに的確にお知らせできれば良いなと思ったところです。情報収集のために、私自身も現在活動している他の居場所・団体に行ってみようかなとも思いました。

報告 米長



テーマトーク報告書 3月11日(土) 福祉プラザロビー

◎テーマ:『フリーテーマ』

◎参加人数:6名(当事者4名 親2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。

この日は、あの3.11の震災から12年が経過した日でしたね…。今回のテーマはフリーテーマということもあり、震災当日は一人一人どのように過ごし、それぞれの心境のお話が聞けました。

その後も皆さんと、日々の悩みや苦勞など、色々な話題で意見を出し合いました。

当事者と親の立場による物事の見方の違いなど、興味深い情報が得られたことと思います。

**4月の活動日程

▶ 当事者スペース 4月16日(日) 13時~15時 ぴゅあ総合3F音楽室 参加費無料

フリートーク・・・日々の出来事や感じたこと、様々な想いを自由に話します。

▶ テーマトーク 4月8日(土) 13時~15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『生きづらさ』

▶ 当事者インタビュー



今月はテーマトークの世話人、米長さんにお話を伺いました！



「こんにちは、桃の会で当事者スペースの世話人をやっております米長と申します。
どうぞよろしくお願いいたします！」

「当事者スペースに参加してみようと思われたきっかけ、動機は何ですか」

2014年の秋の山梨県桃の会が発足した時にひきこもり当事者として参加しました。
当時ひきこもり当事者・経験者の集まる場所（居場所など）が県内にまったくない状況でした
家族会の桃の会でそれを作りましようと思いが出て当事者スペースを始めることとなりました

「世話人をやろうと思われたのはどのような思い、経緯ですか。」

当事者スペースを始める時に、運営スタッフの一人として参加しました。
世話人をやること自体が、自分自身の生活の張りにもなると思いましたが、2014年当時、
当事者・経験者のためのピア（当事者）活動を単純にしたかったのだと思います。

「スペースに何を期待しますか。」



いつでも、あってくれるとありがたいです。
集ってくれる皆さんにとって、良い場所であれば何よりだと思います。

「今まで継続して世話人をやることが出来たモチベーションは何でしょう。」

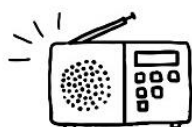
自分自身の体調面の症状があり、お休みすることも以前より増えましたが、今まで継続できたこと、とても良かったと思っています。モチベーションは、はっきりとは分かりませんが
生活の中でとても長く継続的に取り組むこと（趣味・ライフワークや実用的なことなど）
もあるので、これもそうなのかもと思います。

「これからこの居場所をどのような居場所にしたいですか。」

何かあったら改善していき、みなさんの意見もいただき、問題・トラブルがあっても
それを上手く解決していきながら継続していける居場所にしていければ良いなと思っています

.....

4月から日程が変わりました！



“みんなでひきこもラジオ”

NHKラジオ第1

毎月最終金曜午後8:05～

.....

当事者の皆さんと一緒に作る番組です
月に1度チャンネルを合わせてみませんか

桃の会 4月の活動



4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

4月を迎え新しい年度のスタートです！ また新たためて今年度も宜しくお願い申し上げます。

桃の会は今年、設立10年目の節目を迎えます。「継続は力」という想いでやってまいりましたがそれは会員の皆様、支援機関の皆様、多くの方々のご協力のおかげだと強く感じております。本当にいつも応援と力を頂き有難うございます。不登校、ひきこもりの現象は更に増加しており、家族会の担う役割、存在は益々必要になってくると思います。「ひきこもり」は様々な社会問題の一つでありその根底には共通した深刻化した問題が潜んでいると思います。何とか次の世代へ繋がり続けるために、これからもどうかご協力と御支援を宜しくお願い申し上げます。

▶ ミニグループトーク 4月16日(日) 10時～ ぴゅあ総合3F音楽室 一家族¥500 当事者無料

テーマ 『本当の自立について考える』

自立とは全て自分一人で出来るようになるというイメージがありますが何でも一人で出来るようになり、人に迷惑をかけないということでしょうか。仕事をしている、何かが出来るということでしょうか。それより周りの沢山の人に助けられながら生きる術を見つけいくことでしょうか。

自立の形は一人一人違い、様々なのかもしれません。

自分の子供にどのような自立を望んでいますか。そして親である私たちの自立も考えてみましょう。

** 体験を話してみませんか

子供との関わりで学んだこと、まだ解決できずにモヤモヤしてること、嬉しかったこと、悲しかったこと、苦しかったこと日頃の想いを短い時間でOKです。

体験を語ることは、どのような話しにも勝る「生きた言葉」が伝わります。

** 当事者スペース、テーマトークの日程、場所はカラー用紙の紙面で御確認下さい。

.....

◆ 5月の予定 ミニグループトーク 5月21日(日) 10時～ ぴゅあ総合



当事者スペース 5月21日(日) 13時～ ぴゅあ総合

テーマトーク 5月13日(土) 13時～ 福祉プラザロビー



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 090-6190-8677 篠原

TEL&FAX 0266-78-3742 篠原 / Tel 0551- 47- 4040 080-9400-4187 井口