

山梨県 桃の会

会報 第104号

心の貧困

人を羨む 人を憎む 人を妬む
人を見下す傲慢さ 人をだます
人を傷つける 人を信じない
人の不幸を喜ぶ 人より自分を優先する
人の弱点のみを指摘する 人の痛みを感じない
そして人の命を奪う



人間が持つ心の弱さその弱さが蔓延し
多くの人が精神的バランスを崩し
社会の秩序が崩れつつあることに
危機感をいだく
心が段々細くもろくなって
いつの間にか人の温もりを
温もりとして感じなくなる社会が怖い

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

ピア Voice



****今年、桃の会は発足 10 年目を迎えました！**

今年度はピア voice のコーナーにできるだけ多くの方からのメッセージを載せたいと考えております。
10 年という月日の経過の中でひきこもるといふことの捉え方、子供に対する接し方、子供の行動の変化などできるだけ多くの方の御意見や感じた事をお伝えできればと思います。

今回はピアサポートやトークの中で皆さんとの繋がりの中で感じたことをお伝えしたいと思います

.....**

変化・・それは理解し感じ取ることから

長い年月の中で自他共に「変化したい」「変化させたい」ことを求め続けてきたように思います
そしてその難しさを痛感しています。相手の変化からは自分へ、自分の変化は相手へと様々に影響を与えるものであると思います。

ひきこもる子供や生きづらさを目の前にして何が出来るかを考えた時、相手を変えるのではなく
まず自分が変わる事なのですが、頭での理解には及んでも相手の変化ばかりを求めて自分の今
までの考え方や価値観は中々変えられないのが現実です。

自分の変化は、相手を理解することから始まり相手の存在があるからこそ変化できるということ
ではないかと思います。変化を急ぐあまり相手に安易に行動を促すのではなく、まずしっかり理
解し、想いを感じ取ること全てはそこから始まるのでしょう。変化させようとするのではなく
変化はあとからついてくるものだと感じています。我々に備わった五感をふるに発揮し、

「感じとり・気付く・変化する」を繰り返す日常でありたいと思います。 (タンポポ)



.....* 御礼とお詫び

3 月には皆様から火災お見舞いを頂き誠に有難うございました。

皆さんからの温かい想いは本当に有り難く感謝し、御礼を申し上げます。

被災された方をお訪ねして、皆様への感謝のお言葉を頂きました。

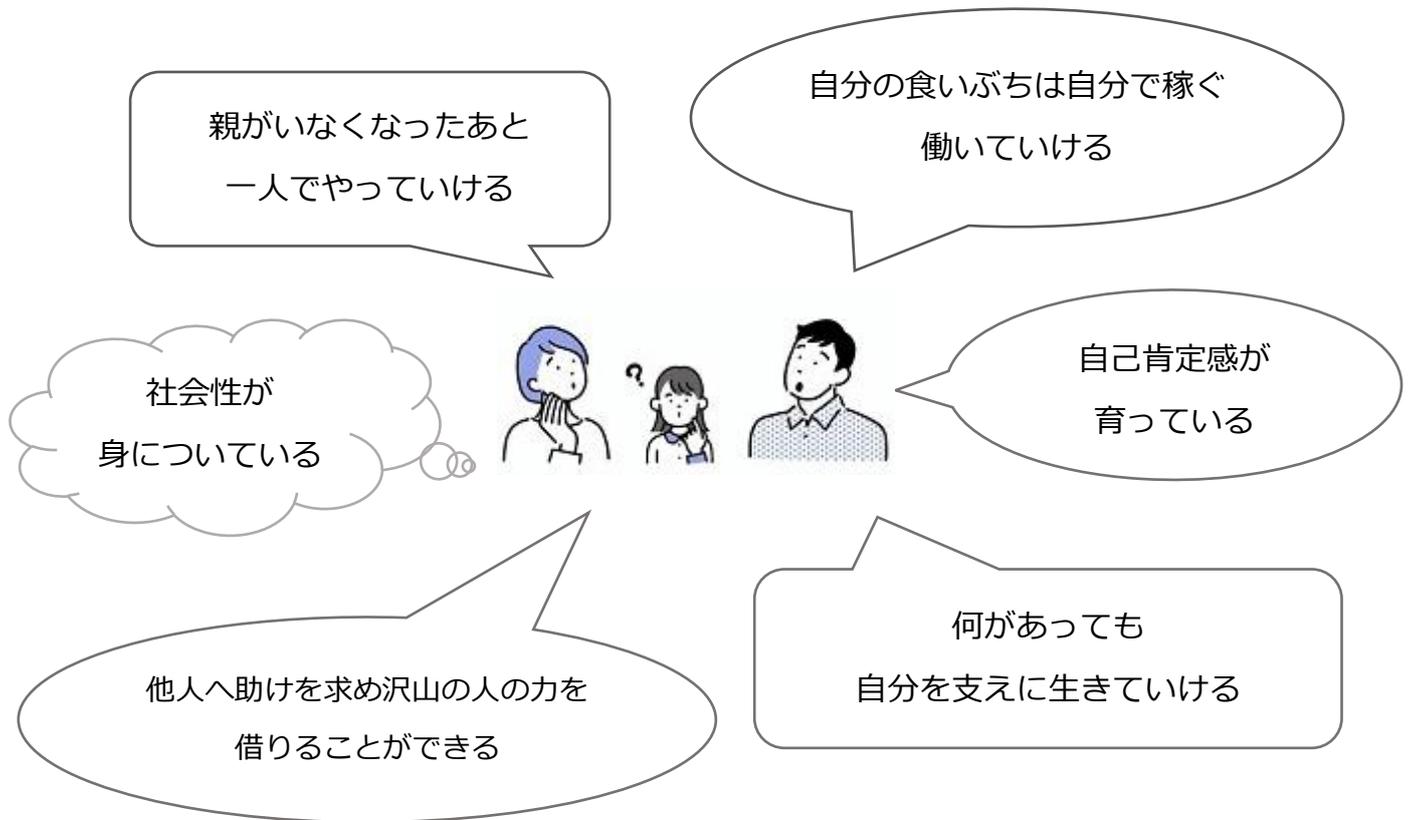
しかしお見舞金は会の活動に役立ててほしいと何としてもお受け取り頂くことが出来ませんでした。

とても残念な気持ちですが、会の中で使わせて頂きたいと思います。

皆様の御理解を宜しくお願い申し上げます。 (篠原)

▶自立について考える

ミニグループトークより



本当の自立を考えた時、自立は何でも自分一人で行えることではなく、人の力を沢山頼ることが出来ることであるという意見が聞かれました。また「自分の食いぶちは自分で稼ぐ」「働くことは当たり前」と捉えた意見もありました。確かに経済的自立は大切ですが経済的自立の前に精神的自立がなされていなければ経済的自立も成立しないだろうと考えます。

精神的自立は「自分で判断し自分で決める」ことですから自分を寄り所として「自分で判断し自分で決める」為には自分を信じる力がそこにあるということになります。

そのように考えますと自分を信じる力こそが本当の自立に向かう源であるということでしょう。



当事者 Voice



▶ **当事者スペースの報告** 4月16日(日) 13時~15時 ぴゅあ総合3F 音楽室

参加者：当事者・経験者(5名) 桃の会関係者(1名)

*スペースにおける内容

今回からは、以前からお世話になっています甲府市城東地区のぴゅあ総合へと会場が移りました。

3階の音楽室で、北側の山並みと街並みも見えて、外の風もよく入ってくる部屋でした広さは充分だと思います。今回の当事者スペースも、何かテーマを決めると言うこともなく、ふらっと話題を提示したりして話しを進めたり、また参加者の方の悩みを聞いて、みんなも意見を出し合ったりしました。

近況を話してくれた方もいました。生活面について、朝は強いですか？ ソースや醤油などの調味料はどのくらい使いますか？などの話しも出ました。また、健康面の話しとして、どうやってストレス発散をしていますか？等の話しをしました。

*世話人たちの感想(今回は1名)

つい何日か前に甲府にも黄砂が飛来したとのニュースがあり、この週末も心配があったのですが、いつもの晴天で何よりでした。当事者スペースにも、甲府の会場から遠い街から参加してくれる方もおります。各市町村ごとなど、もっと集える居場所的なものでもあれば良いのにとおもいますが、一例では南巨摩の富士川町では、ひきこもり相談支援センター「ここから」が町内の当事者・経験者メンバーの集まる日を作って活動しています。居場所に求めるニーズは多様だと思えますし、住んでいる街以外のところが良いと考える方も少なくないと思えます。居場所、居場所的、なものと言っても簡単ではないですが、必要であると思っていますので、事あるごとに訴えていこうかなと思いました。

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

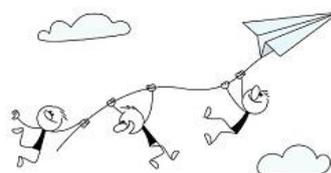
◎テーマ：『フリーテーマ』

◎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。山梨県桃の会の、たきざわです。

『生きづらさ』というのは、この会においても、最も重要な問題のひとつです。今回はこの困難について当事者を中心に沢山のお話が出来ました。発達障害をはじめ、ストレスや鬱、身体的なハンデ、家庭環境…これらが大きな壁となり、多くの当事者たちは苦しい日々を過ごしています。

当たり前ですが、彼らだけではとても抱えることは出来ません。このテーマトークや当事者スペースでは互いの難しい部分をサポートし合うため、人と人との繋がり、ネットワークを創り上げるという大切な役割もあるのではないのでしょうか。。。



▶ 当事者が当事者をサポートするピアサポート活動をやっています!



ピアサポートは当事者にしかわからない、言葉では表せない感情、想いをお互いを感じ取ることができる機会になるのではないかと思います。桃の会にはサポーターが二人です。その一人滝沢さんにピアサポート活動を経験して感じる事、思う事をインタビューしました。

ピアサポートをやってみて、良かったことはありますか？

A. 当事者とその家族と関わりながら、僕自身を深く知ることが出来ました。

「他人は鏡」…昔の人は良く言ったものですね。まさにその通りで、日々その人と関わる度に「自分にも似たような辛さがあるな」とか、逆に「自分とは全く正反対だな」など、自分という人間を学ぶ材料を沢山得ることが出来る貴重な経験になりました。

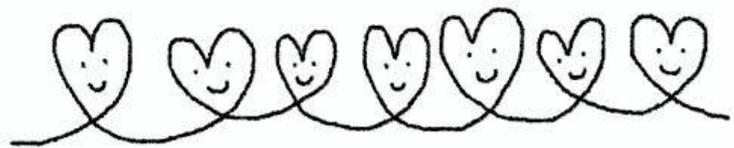
同じ仲間(ピア)として共通した悩み、苦しみは何でしょう？

A. 誰にも伝えようのない生きづらさですね。所謂、“一般的な人たち”と呼ばれる方たちにも色々な悩みはあるでしょう。その一方、僕らのようなハンデを抱えた者は、社会には到底予想、理解に及ばない辛さがあります。しかし同時に、仕方のない部分もあります。

ピアサポートとは、そういった互いの心と心向き合わせ、支え合えるものだと思います。

これからもピアサポートは必要だと思いますか？

A. 勿論、答えはイエスです。公的な支援者や専門家と違い、少なくとも僕は全くのド素人ですが同じ当事者(経験者)だからこそ理解し合えることがあるのです。これからも彼らに興味を持ち共感し合い、僕がいま持ち出せる力を使い、命ある限り向き合っていきたいです。



** 5月の活動日程

- ▶ **当事者スペース** 5月21日(日) 13時~15時 **ぴゅあ総合小研修室1** **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** 5月13日(土) 13時~15時 **福祉プラザロビー** **参加費無料**
テーマ『当事者たちが求める“支援”』 **お申込み不要です**

桃の会 5月の活動



5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

春の訪れと共に草花の色が鮮やかな季節になり私たちの目を楽しませてくれています。季節の変わり目、皆様如何お過ごしでしょうか。すでにお伝えしておりますが今年は桃の会が活動を始めて10年になります。みんなで支え作り上げてきたこの会の10年を振り返り会のこれからを考えるためにも何度か講演会を開催したいと思います。一回目は6月に山梨日日新聞社記者の前島文彦氏にお話しをお願い致します。5月はいつものミニグループトークです。

どうぞ皆様お出かけくださいますよう宜しくお願い致します。

▶ **ミニグループトーク 5月21日(日) 10時～** ぴゅあ総合小研修室1 一家族 ¥500

※会場をご確認ください!! ↑

当事者無料

テーマ 『あなたにとって家族とは』

あなたにとって家、家族は一番くつろげる安心安全な場所になっていますか。

家族の存在とは何でしょう

家族のあり方、家族に求めるものなどを考えてみたいと思います。

**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。

年会費納入のお願い

皆様にはいつも会のためにご協力、御支援頂き誠に有難うございます。

今回同封させて頂きました振込み用紙か会場の受付で一家族、**年会費 3000円**の

ご協力を宜しくお願い申し上げます。

桃の会は自助の会です。みんなで作り上げていきましょう



◆ **6月の予定** ミニグループトーク 6月18日(日) 10時～ ぴゅあ総合



当事者スペース 6月18日(日) 13時～ ぴゅあ総合

テーマトーク 6月10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