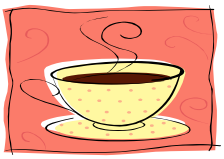
い っ ぷ く 会 便 り



<1月号> 平成２９年１月１日 発行
ＮＰＯ法人　ＫＨＪ全国ひきこもり家族会連合会　　静岡県「いっぷく会」
会長　上杉　博美　　「いっぷく会」のホームページ　http://ippukukai.com

１２月例会のご報告

12 月例会は、12 月 11 日（日）　静岡市番町市民活動センターで開催しました。

◆準備会　10 時～

13 名の参加をいただきました。
まず「いっぷく会便り 12 月号」「1 月講演会案内」「1～3 月連続学習会案内」「1 月個別相談会案内」を封筒に入れて、参加者への配布、欠席者・関係機関への郵送作業を行いました。
そして、いくつかの報告事項、打ち合わせをして、あとは昼食をとりながら楽しい歓談の時間を過ごしました。
場所も例会場と同じですので、弁当持参ですが、例会に少し早めに出かける感じで参加してみて下さい。親の居場所でもあります。是非、楽しい時間を共有しましょう。

◆例会　13 時 15 分～16 時 50 分　　参加者 27 名

◇会長挨拶；報告事項；ご出席のお礼と、1 月 22 日のいっぷく会主催の講演会、県ひきこもり支援センター主催の講演会（3 月予定）などの案内をしました。

◇会員交流会

今月は、恒例により学習会をお休みとし、会員同士の交流をはかり仲間意識を深めてまいりたいということで企画しました。次のような内容で交流しました。

①ピアサポーター研修の DVD を視聴しました。
　ひきこもりへの支援　―医療との連携―
②富山雅広さんの話（ひきこもりスクール主宰）
　当事者であった時の苦悩など体験談などを話してくれました。とても良い話でした。
③「面白クイズ」で楽しみましょう
　ちょっといじわる、面白クイズでしたが、聡明な諸兄、すぐわかってしまいました。
④「輪になって話そう」コーナー
　みんなで自由な話をしました。お互いの理解も進みました。
⑤「ビンゴゲーム」で景品をゲットしよう
　だいぶ盛り上がりましたね。
⑥「歌いましょう」コーナー
　古い歌もありましたが、合唱してお開きとしました。

◆例会終了後は、希望者による「忘年会」です。
会場を「新沁」に移して　11 名の参加で盛り上がりました。

「歌いましょう」
コーナーです

連続学習会は「赤い羽根共同募金」の助成を受けて運営されています。

アンケート結果の報告です

会の実態の把握と今後の運営に資するため、11 月の例会において会員アンケートにご協力いただきました。全員のご意見を頂きたいと思い、当日欠席者には郵送の上返送していただきましたが、現在会員 53 名に対して 27 名の回答ですので、回収率 50%にとどまりました。
概要を次の通り報告申し上げます。

◆回答者の内容です

男性 8 名、女性 19 名の合計 27 名で、平均年齢は 65.9 歳、平均加入年数は 6.5 年でした。
尚、男性の回答者は、全部「夫婦での参加」でしたが、女性の回答者は、ほとんど「本人のみの参加」でした。

◆当事者の内容です

男性 25 名、女性 2 名の合計 27 名で、平均年齢は 34 歳、平均ひきこもり年数は 11 年でした。
上記 2 つの回答から見ると、4 年前に調査した結果より、親の年齢が 3 歳、当事者の年齢が 3 歳、ひきこもり年数が 2 年上がっております。(ここでも高齢化、長期化になっています)
又、ひきこもりの当事者は男性が多いという実態も明確に表しています。

◆会に加入してよかったと思いますか？

ほぼ全員の方が良かったとお答えいただきました。「勉強になった」「子どもへの対応が変わった」など。

◆当事者に変化がありましたか？

良い効果あり（18 名)、変化なし（8 名)、悪くなった（1 名）
親の対応が変わったことにより、「話すようになった」「前向きに取り組みだした」「表情がやわらかくなってきた」「落ち着いてきている」などの変化が見られるとのことです。

◆月例会について伺います

・「月 1 回第 2 日曜日の開催」についてのご意見は？　おおよそ肯定的で、現状で良いようです。
・「連続学習会」は如何ですか？　良い（21）　・　普通（6）　・　不満（0）
・「グループ別話し合い」は如何ですか？　良い（13）　・　普通（12）　・　不満（2）
マンネリ化、親、当事者の高齢化、長期化に合わせた学習内容の見直しも必要ありそうです。

◆個別相談会について伺います

個別相談、応用コースに参加している方は、とても良い評価をしております。
例会において全体での学習も良いが、個別のカウンセリングも大変役立つと継続が望まれます。

◆会場について伺います

例会は「あざれあ」「番町活動センター」を順次利用していますが、交通機関での参加は駅に近い方が良いが、車での参加は駐車場がある方が良いなど様々です。現状のやり方でも良いとの意見も多数。

◆「いっぷく会便り」「ホームページ」の記事、編集について希望ありましたら・・・

便りは参加しない時に読めて良い。学習会の記録がとてもわかりやすいなど。
会員の意見がある場合には掲載できるようにしたら・・・という意見もありました。是非とも投稿を頂きたいと思います。

◆今後の会の運営について伺います

会に参加し同じ悩みを持つ皆さんとの交流ができ、悩みを共有化してもらえる事で、それまで不安ばかりが先行していたのですが、仲間ができたという事により心の安らぎを感ずる事が出来たのが一番ありがたいものでした。又、学習会を通じ学んだ事で以前の自分と比べ子どもに接する気持ちが変わってきた事も最近実感しています。(例えば、自分の価値観でしゃべらない事や、話をじっくりと聞く等)
お世話頂いている役員への感謝の言葉を頂いています。　などでした。

２月例会のお知らせ

日時 ：平成２９年　２月１２日（日） 13：15 ～ 17：00
会場 ：静岡県男女共同参画センター「あざれあ」 ４Ｆ 第２会議室

＜連続学習会テーマ＞

『 外への意欲と親の対応 』

（講師）一般社団法人 SCS カウンセリング研究所
カウンセラー　　高橋　晋　先生

参加費：今年度は、赤い羽根共同募金から助成金を戴きましたので、
お一人ワンコイン！　５００円とさせていただきます。
（初めて参加される方は体験日として無料で参加できます。）
（当事者の方は、いつでも自由に、無料で参加できます。）

尚、当日１０：００より例会準備会を同場所で行っています。会報の発送作業や家族同士の歓談などを行っています。家族、当事者の方などどなたでも参加できます。むしろ、来ていただく方が多いほうが準備の都合上助かります。例会時とはひと味ちがった雰囲気で、気楽なお話も出来ますよ。また、居場所として活用するのもひとつの方法です。是非、皆さんのご参加をお待ちしています。

「個別相談会」のお知らせ

日時：平成２９年　１月２８日（土）、２９日（日）
場所：静岡市番町市民活動センター　2 階　会議室
☆２８日（土）9：30～21：00　小会議室
☆２９日（日）9：30～18：00　小会議室
（カウンセラー）　「人間関係と心の相談舎」代表　菊池　恒　先生
相談時間　１家族＝５０分　８０分　１１０分の各コース（会員限定・有料）
お申込み・お問い合わせは　ＴＥＬ・ＦＡＸ　054-245-0766（中津川）まで

「いっぷく会」運営にご協力を！！

「いっぷく会」も発足して 15 年目を迎えております。会員数も現在 53 名です
この間多くの方のご支援、ご協力により運営されており厚く御礼申し上げます。
ただ、この会の運営には多くの役割、作業があります。
例会・講演会の企画運営、便りの発行、HP の管理、個別相談会、グループカウンセリング、
助成金の申請、会場の確保、会計管理、本部・関係機関との渉外、PR 活動、新会員対応、
文書印刷、文書郵送、会員管理・宛名印刷、当日の受付・司会など様々です。
これを役員が中心にボランティアで担当しておりますが、役員も当事者を抱えた同じ親です。
又、長年にわたり特定の役員に集中しているという実態もあります。
ひきこもりの子をもつ親の自助グループですので、今後も継続して行く上で、皆さんに
少しづつでも役割を分担していただきたいと思います。
「これなら出来るよ」というものがありましたら是非ともご協力をお願いします。

講演会のお知らせです

日時：平成２９年１月２２日（日）
受付　13 時より　　講演会　13 時 30 分～16 時

会場：静岡県男女共同参画センター「あざれあ」5F　504 会議室

演題　「ひきこもりと家族支援」

講師　静岡市ひきこもり地域支援センター　センター長
NPO 法人　サンフォレスト　代表　　三森　重則氏

今回は「平成 28 年度男女共同参画社会づくり研修応援事業」の１つで、
助成金をいただき、静岡県と共催で開催するものです。
広く　会員外の方にも参加を呼びかけております。
参加料は無料です。当日直接会場にお出で下さい。

謹んで新春のお慶びを申し上げます。
昨年は、色々とご迷惑を掛けてしまいました。まだ、母親は妹の所に居ますが、ケンカをしたり、やはり自宅が良いようで、会いに行くと涙を流しても、一人で自宅におくことが出来ないしね。時之栖でやっている人形展を見て、昭和のこどもたち、四季折々のジオラマで昭和が今よみがえる。人形で、缶蹴り、鬼ごっこ、チャンバラ、メンコやビー玉を使った風景を表現しています。
ゆっくりゆっくり、自分を育ててごらん、子供の心を忘れた大人に、人形たちの心は解らない、急がなくていいんだ、時間を切らないで、ただ自分だけを見つめるんだ。
君（人形）の一番好きなこと、心が落ち着くこと、得意なこと、自然でいられること、そんな時間が溜まったら、やがてそれらはきっと大きなエネルギーに変わる。心が育くんだ、生きているものすべてに優しくなれるんだ、その心と生きるエネルギーが、これから始まる困難な時代に立ち向かう勇気に変わるだろう。人形展の中の文から、時の流れもゆっくり流れる時が必要ですね。

会長コラム

初めてご参加の方、初回は体験として無料です。
その後よろしければいつでも入会手続きができます。
年会費は 6000 円で、出席した時には参加費のご負担をお願いします。
その他、いっぷく会へのお問い合わせは事務局までお願いします。
事務局　電話・FAX　054-245-0766　担当　中津川