いっぷく会便り

〈1月号〉 平成31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 中村 彰男「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9日(日)静岡県男女共同参画センター「あざれあ」生活関連実習室で開催しました。

◆準備会 10 時~

15名の参加をいただきました、まず「いっぷく会便り12月号」「1~3月学習会案内」「KHJ本部アンケート(返信用封筒付)」「2月2日~4日個別相談会案内」を入れて、出席者への配布、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、打ち合わせについて話し合い、その上で今回は、相続相談や生活支援をしている焼津にある「一般社団法人つなぐ屋」のスタッフ二人においでいただき活動状況の話を聞かせていただきました。いづれ会員の皆さんにも聞いていただくような機会を持てたら・・と思いました。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。

弁当持参ですが、例会に少し早く出かける感じで参加してみて下さい。

都合のつく時間からで構いませんので、是非ともゆっくりとした時間を共有しましょう。

◆会員交流会 13 時 15 分~16 時 30 分 参加者 21 名

今年の交流会は「そば打ちをやりましょう」としました。 そば打ち師匠でもある曽根さんの指導の下で楽しませていただきました。 曽根さん曰く

「手打ちそばの面白さは、そばの原材料が「そば粉と水」だけで「そば」という作品に仕上げる、単純で難しい作業が達成感をもたらすことでしょうか。また、そば粉という食材そのものに鎮静効果があり、子どもの頃の砂遊びと粘土遊びの延長にあり、そば打ちの工程が人を無心にさせ精神浄化作用の役割を果たし、指先から脳への刺激がそば打ちを夢中にしているようです。皆さん童心に返って、ワイワイガヤガヤ そば粉と戯れて下さい。」というお話をいただきました。

その上で、先ず師匠のそば打ちをひと通り見せて頂き、グループに分かれて体験しました。 初めて体験する人が多く、ワイワイガヤガヤ 楽しそうに声をあげて、そば粉と戯れていました。 そして試食、自分たちで打ったそばはまた格別です。「うま~い!!」の大歓声。 そして残った分は、みんなで持ち帰りさせていただき、ご家族にも振る舞ったことでしょう。 楽しい時間をありがとうございました。 曽根さんに感謝です。





2月例会のお知らせ

日時 : 平成31年 2月10日(日) 13:15 ~ 16:30 (受付 13:00~)

会場 : 静岡県男女共同参画センター「あざれあ」 5F 502号室

<連続学習会テーマ>

『 アイデンティティーの大切さとそれを育むすべての事 』 (講師) SCSカウンセリング研究所 カウンセラー 臨床心理士 桝田 智彦氏

※事前の参加申し込みは必要ありません、当日会場へお越し下さい。 <参加費>今年度も赤い羽根共同募金からの助成金交付が決定しましたので 1家族 ワンコイン! 500円、 初参加の方、当事者の方

尚、当日10時より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。例会時とは一味違った雰囲気で、気楽なお話もできます。 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31年 2月

2 日 (土) $9:30 \sim 21:00$ 3 日 (日) $9:30 \sim 18:00$ 4 日 (月) $9:30 \sim 12:00$

場所:静岡市番町市民活動センター 2階

(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

ひきこもり学習会のお知らせ

講題「ひきこもり回復に向けて ~親子のコミュニケーションをどうとればよいか~」

内容;ひきこもり状態が長期化していくと、親も悩んでしまうことが多いものです。 今回は、親子が つながるのにどう関わればよいか、どう向き合えばよいか、長期化対策も含めてお話を伺います。

講師: NPO 法人 KHJ 千葉県なの花会理事長 藤江 幹子氏

日時; 平成31年1月27日(日)13時30分~15時30分

場所:菊川市総合保健福祉センタープラザけやき 201会議室

定員;30名、参加費無料

申込・問合せ先 社会福祉法人菊川市社会福祉協議会 電話;0537-35-3724 FAX;0537-35-3202

主催:社会福祉法人菊川市社会福祉協議会

後援;KHJ全国ひきこもり家族会連合会 静岡県「いっぷく会」

KH J 全国大会 in 広島 ご報告 (中村会長)

11月10、11日広島での第13回KHJ全国大会に参加。静岡から新幹線で5時間、やはり遠い。 大会テーマは 「誰もが孤立しない共生社会をめざして」

~高齢者と暮らすひきこもり当事者の孤立防止~

(8050問題) のために何をなすべきか

でズバリ今を表現しています。

全国大会は、名古屋、米沢、東京と4回目の参加ですが、土曜日13時開会日曜日12時閉会と賞味1日の日程で、盛り沢山のプログラムを消化しきれないのが正直なところです。約300名の参加で、開催地の担当団体のご苦労は並々ならぬものと思います。幸い天候には恵まれました。

主なプログラムは次のとおりです。

基調講演 ジャーナリスト 池上正樹 「8050問題とひきこもり」

基調報告 愛知教育大学准教授 川北 稔

「長期高齢化したひきこもり者とその家族への効果的な支援」

行政説明 厚労省社会·援護局 地域福祉課 課長補佐 小野博史

シンポジウム 「 (家族または親亡き後の当事者の) 孤立防止のために何が必要か」

【第1分科会】 長期高齢化の予防と地域共生を考える

【第2分科会】 家族会のあり方について

【第3分科会】 元気になれる第一歩として

【第4分科会】 兄弟姉妹の会

【第5分科会】 元気回復行動プラン

第1日目終了後の懇親会において、全国各地の親の会の方々との情報交換が何よりの収穫でございました。 来年の開催地は札幌とのことですが、遠方ゆえ参加は難しいかもしれません。

平成31年度「ひきこもり」連続学習会応用コース <グループカウンセリングのご案内>

ひきこもりの当事者を抱えるご家族に対して、グループカウンセリングを行います。参加された家族が順番に20分程度お話していただき、講師がひとつひとつ具体的な対応方法や考え方をアドバイス致します。同席している他の家族の話も聞けて意見交換も可能です。毎月の学習会と並行してご利用ください。

1. 日程 : 4月 6月 8月 10月 12月 2月 (偶数月) の第3日曜日

2. 場所 : グランシップ 会議室

3. 費用 : 22,000円 全6回分(予定)

4. 講師 : SCSカウンセリング研究所 副代表理事

NPO 法人 KHJ 千葉県なの花会理事長 藤江 幹子氏

5. 参加人数 : 12家族

6. 申込、問い合わせ: 中村会長(090-3952-5810) にお願いします。

*参加者(女性)の声

グループカウンセリングに参加して

学習を始めて、十年経ちました。グループでは、個人の細かい相談が出来て、皆様のお話も参考になりますし、自分のペースで進んで行けます。 まず、私が180度変化したので、それが本人にも通じ、今は自由に外出出来るようになりました。仕事はまだ出来ませんが、少しずつ前進しているように思います。

アンケート結果の概要を報告します

いっぷく会の実態の把握と今後の運営に資するため、11月例会で会員アンケートにご協力を頂きました。 全員のご意見を頂きたいと思い、当日の欠席者には郵送の上返送をお願いしましたが、現在の正会員 66名に対して36名の回答ですので、回収率55%にとどまりました。

その概要を以下の通り報告します。尚、これらをもとに新年度の活動計画の検討をしてまいります。

◆回答者の内容です。

男性 10 名、女性 26 名の 36 名です。その平均年齢は 65.9 歳でした。(2 年前の調査と同じ年齢です)回答者の内、ご夫婦での参加が多いと答えた方は 8 名 (25%)でした。そして会への加入年数は、約半数の方が 3 年以内の加入でした。

◆当事者の内容です。

男性32名、女性4名の36名です。平均年齢は34.0歳、平均ひきこもり年数11.4年でした。 前回調査とほとんど同じでした。年代別では、20代~40代がほとんどでした。 その状況も、ボランティアに行けている人から、しっかりとこもりきっている人など多様な状況です。

◆会に加入して如何ですか

約9割の方が良かったと答えてくれました。「同じ境遇の方々と交流でき気持ちが明るくなった」「孤立感がなくなった」「学習する機会を頂けた」「人生の幅が広がった」「色々な情報が得られている」などでした。当事者の変化(良い効果)もみられるという方も45%位おられました。

◆例会について

現在の月1回の例会は適当で、連続学習会、話し合いなども、ほぼ肯定的に受け止めて頂いています。 学習内容(8050問題)、話し合いのグループ作り(当事者の年代など)などは工夫が必要のようです。 会場が、中心地である静岡市内となっていますが、東部、西部での開催を望む意見もありました。

◆カウンセリングについて

個別相談会、グループカウンセリング共に利用者が多く、とても良かったという意見が多いです。

◆いっぷく会便り、ホームページについて

参加できない時に分かって良い、確認できるなどの意見もありますが、親や当事者の体験的投稿があると嬉しいです。

◆今後の運営、得たい情報などについて

- ・会終了後の自由な会話が、お茶会のような気軽に自分のことを話せる内容のものを設定して欲しい。
- ・悩みを抱えるのは自分だけではなく、皆さんがそれぞれにご苦労されている事を知ると心に余裕が 出てるように思います。心の余裕はそのまま顔の表情に表われるようです。ずっと学習を続けたい と思います。
- ・当事者の話を聞く機会があると良いです
- ・自分の子どもも年齢が高くなってきた現状で「8050 問題」は、切実な問題となってきています。 この問題に関する具体的な取り組み方法や、世間の動向など新しい情報がありましたら学習会で取り入れて頂ければと思います。特に回復できた当事者の方々のお話などを聞けたら幸いです。

《会長コラム》

私は1月1日で古稀を迎えました。よくぞ生きてこれたものだと多少の感慨はあるものの、今日では古来稀なりとの祝い事は無きに等しい。祝い事どころか多くの人々が、これから何年続くか分からない己の老後への不安に苛まれているのが実情でしょう。何に対する不安なのか、決して命果てることへの不安などではない。この国の将来に対する不安である。果たしてこの国に未来はあるのか?我が子、我が孫の行く末は?それほどこの国はひどい状態にある。 一見華やかな表通りに対し、裏の通りは寒風吹き荒び塵芥が溜まっている。政が荒廃している時、必ず揺り戻しが起こるものであるが、残念ながら今のところその気配は感じられない。こちらの長期高齢化にも立ち向かって行かねばならない。

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

E-mail: ippuku-kai@outlook.jp