



本会の活動は「赤い羽根共同募金」の助成を受けて運営しています。



いっぷく会便り



<10月号> 令和6年10月1日 発行

KHJ 静岡県いっぷく会 (NPO 法人全国ひきこもり家族会連合会の静岡県支部)

会長 中村 彰男

「いっぷく会」のホームページ <http://ippukukai.com>

9月例会のご報告

9月例会は、9月8日(日) 静岡市番町市民活動センターで開催しました。

◇会員交流会

13時15分～16時30分 参加者20家族21名(当事者参加1名を含む)

「会員交流会～明日に向けて～」レポート

司会者から、「今日は三人の会員の方のお話を聞きながら、皆さんとざっくばらんにお話が出来ればよいと思っています。」で始まり、始める前に以前学習会でやったことのある(誰も記憶にない)お誕生日ゲームで気持ちがほぐれたところで

一人目Aさんのお話から始まりました。



息子さんの免許更新にまつわるエピソードとして、親として期待と不安で過ごす中、更新一月前に本人が一人で更新を済ませた、さらに次の日床屋に行きさっぱり、さらに部屋の片付けも始めた。Aさんは、これまで学んできたことを生かし、親として、はやる気持ちを抑えながら、じっと見守ることが出来、同じ屋根の下で暮らせることの幸せを実感したと話されました。

会員の皆さんから

- 我が家も免許更新が出来、部屋の片づけを始めた。
- 子どもの変化に夫婦としてどう反応してきたか、親自身が年を重ねることによる子供への対応や心境の変化、又、夫婦げんかの効用まで盛り上がりました。

二人目Bさんのお話し



母親と長男、次男の三人暮らし。長男が当事者。親として普段心掛けていることの一つは「話を遮らないで聴く」ということ。本人が週一で買い出しをしてくれる時の会話、夕食時ニュースを見ながらの会話などから「その時の会話での母親の見方を知りたいのでは」と感じ、話を遮らないで聴くことを心掛けるようになった。そうこうして1年経ち一つの提案を試してみた。それは「家事を分担してもらおう」こと。きっかけは、親の体調が悪くなってからこのことを伝えるのは大変だと思い始めたから、ということ。

そして、土曜日に長男次男で家事分担が始まった。本人たちも受け入れてくれた。

そして、2年ぐらい経って落ち着いてきたので「日曜日に話し合う機会を持ちたい」と提案。

最初は、「米の水加減」や「家電の買い替え」から始まり「庭の仕事を手伝う」までになった。最近、親が伝えたいことを伝えられるようになったが、相手は大人なので、気を使うし、緊張するが、相手にとっても大切な時間だと理解しています。

会員の皆さんから

- 子どもさんの素直さをとても感じる。我が家も家事をお願いすることもあるが、それぞれの家庭事情によって違うので参考にしながら頑張ってみます。

- 私も初めは何もわからなくて、学習会で学んだことを試しながら粘り強くやってきた。そしてこの様な、家事ができるなど感じたきっかけは、本人たちに、これまでの家族の出来事の経緯を伝え、協力をお願いしたら、思いのほか動いてくれて、この子たちは、自分たちが納得したら動いてくれるということが分かった。
- 今思い悩む混乱のさ中ですがもう一度整理して考えてみる機会にしたいと思います。



三人目Cさんのお話し

私も夫も寄り添うことが苦手ですが、本人がA型作業所に通っているので今日はそのお話をさせていただきます。作業所と言っても本人が通っているのは繁盛しているうどん屋さんです。9:00~15:30までです。作業所の区分としてはA型とB型がありA型は雇用契約を結ぶので最低賃金が保証されます。またB型は雇用契約はなく、本人がどんなことが出来るかによって仕事や時間が割り当てられます。時給も低くなります。

作業所に行くことになったきっかけは、通っていたクリニックに置いてあった案内を見て訪ねていったことから始まりました。本人の体調も、良かったり悪かったりがありますので作業所やクリニックの情報を普段から集めておくことを心掛けています。

医者に対しても、大した事と考えず、こんなものだな、と思って通っています。

会員の皆さんから

- 「私の子どもも最初にクリニックに行ったとき、傷ついた体験があるので、次に行けるときのために情報集めをしています」という方や「皆さんつくづく根気よく寄り添って来たのだなと感じました。本人と離れて暮らしているのでつくづく一緒にいないといけないんだなと感じました」という方には、離れて暮らしている方から「私も長年離れて暮らしていますが、離れていないとやっていけない状況もあったので、一概に、離れていることが良かった、悪かったとは言えないと思います。親が頑張りましょう」
- 当事者で参加の方は、今かかっている医者は何人かの医者を経てやっと今の相性の合う医者と出会えた。親が情報を集めている話があったが、何がきっかけで何と出会うかわからないので動けるときに動いておくことは大切です
- 子どもが興味を持つことを共有したり、日常の会話などでも以前と違って、相手の状況を受け入れることが出来るようになってきた。この会に入って少し成長したと思いました。

(参加者の感想)

- 今日の家族交流会はとても良かったです。三人の方の違う視点からのお話で、自分だけの考えではなかなか行動できなかつたり、視点や考え方を転換することができませんから。
- 「講師の話を聞く」「講師に相談する」事とはちがい「同じ目線、立場の方たちの、お話を聞く」ことで、共感したり、参考になることがあり、よかったです。
- 今日は、本音も言えて楽しい会でした。

「会員交流会～就労継続支援B型のこと」

B型作業所の情報を知りたいという会員さんの声が多くありましたので、本日は静岡市でB型作業所「未来図校 静岡キャンパス」を運営されている柳澤剛氏にお話を伺いました。

(就労継続支援B型とは)

- ・原則18歳以上の方で、障害者手帳などがあれば利用可能
- ・利用者は事業所と雇用契約を結ばない。労働者ではないので利用者の生活状態に合わせた作業内容や時間配分ができる。工賃として少額ながら賃金を稼げる。在宅支援もある。
- ・利用窓口は市区町村の障害者支援課に相談

(利用する主な目的は)

- ・働いて、お金をもらう
- ・家以外の居場所として利用する

社会的な自立をするためのひとつのステップとして利用を検討してみてもいいでしょうか

[就労継続支援B型事業所 未来図校 静岡キャンパス | \(hachi-unit.co.jp\)](http://hachi-unit.co.jp)

11月例会のお知らせ

日時：令和6年11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」生活関連実習室

学習会テーマ：親が自分の世界を広げる「愛の行動」と、
回復の最良薬「退行・幼児返り」について

講師：一般社団法人SCS カウンセリング研究所 臨床心理士 小林沙也氏

尚、当日は10時より同場所で準備会を行っています。配布物の準備やら、話し合いを行ったりしていますので是非お出かけ下さい。例会時とは一味違った雰囲気、気軽な話もできます。皆さんの参加をお待ちしています。

・今回はオンライン(Zoom)での配信はありません。

お知らせコーナー

(次回例会までの予定などをお知らせしています)

◇会員交流の場「地区会」

- ・東部地区 10月27日(日) 13:30~16:30 ★会場が変更となりましたのでご注意ください。
【旧】富士駅南まちづくりセンター 【新】富士市フィランセ東館2階相談室
- ・中部地区 11月2日(土) 13:30~16:30 (参加心理士) 久米典子氏
静岡県男女共同参画センター「あざれあ」 503会議室

◇臨床心理士による「相談会」 ~無料~

- ・東部地区 11月16日(土) 1回目 13:30~ 2回目 15:00~
富士市フィランセ東館2階 面接室 (担当心理士) 久保伸年氏

(予約制) 申し込み、問い合わせは事務局まで

地区会のご報告

中部地区会 ; 9月7日(土) あざれあ

出席者は臨床心理士会から1名。会員4名でした。会員4名は各々家庭では親子のコミュニケーションもソコソコ成り立っていて、これからの一步をどうしていこうかと考えている状況の方々です。

A型B型就労の話になり、現在A型就労中の親御さんにその様子を聞きながら、本人が「障害者枠」という言葉をどう受け止めるか、精神科クリニックで以前イヤな思いをしている場合もあるので、本人へのアプローチの仕方などに話が集中しました。久しぶりに話が盛り上がった地区会となりました。

胸をはって我が子のことを語れる親に (～ちょっといい話～ 「なでしこの会」会報から転載)

先日、富山大地の会月例会にお邪魔してきました。なでしこの会とは以前から交流のある家族会です。ある父親の方が、親族の法事にひきこもり状態の息子さんと参加された時の話です。私たちには苦手な場面です。息子さんに「仕事はどうしているの？」と聞く方が見えたそうです。その父親の方は、「つまらないことを聞くな！」と一喝されたそうです。その時に息子さんはうれしそうな表情をされていたそうです。こんな場面で、私はこの父親のように対応は出来なかったと思います。ひきこもり状態にある人たちも、いろんな事情がありながら、悩み、苦しみ、一生懸命生きて来た人たちです。働いていないからと言って、卑屈になる必要はありません。胸をはってひきこもり状態にある我が子のことを語れる親にならねばと思いました。(中村)

【YouTube チャンネル紹介】

ユーチューブばかりみて、最近本を読まない味岡です。今回ご紹介するのは、『精神科医のお悩み相談クリニック』。芳賀さんという訪問診療をやってお医者さんのチャンネルです。患者さんのお宅へ実際に訪問されているので、うまくいってない家族がどんなものか、よくおわかりです。せっかちな味岡には芳賀さんが早口なのもうれしいです。ユーチューブは再生速度が選べるので、お好みで調整してください。『丸山ゴンザレスの裏社会ジャーニー』というチャンネルにもゲストで複数動画があるので、そちらもおすすめです。(味岡)



いっぷく会ではお手伝いをさせていただくスタッフを募集しています。スタッフも長年関わっていただいている方々の高齢化や人手不足により、今後の運営が懸念されるようになってきました。会員の皆様の豊富なご経験などを生かしていただく機会になればと思います。

また、ご自宅のできる作業もありますので皆さまのご協力をお願いする次第です。

<募集内容>

- ・封筒入れ作業
- ・配布資料の印刷手伝い
- ・会場予約
- ・チラシ作成 (パソコン)
- ・いっぷく会便り作成 (パソコン)
- ・関係機関連絡事務 (パソコン)

◆参加希望・お問い合わせは事務局まで

《会長一言》

こうしている間にも検察が控訴断念、袴田さんの無罪確定の報道がとびかっています。逮捕から58年、何という年月でしょう。お姉さんは無論のこと、弁護団、支援者の方々の艱難辛苦に頭が下がるばかりです。それにしても許せないのは検察・警察です。謝罪も上辺だけの物言いで本当に詫言っているとは思えない、やはり人を見下している感は拭い得ません。私たちもいつ何時同じような立場に陥れるか分かりません。自白第一主義がいまだに生きているのですから。



いっぷく会は、会員制で会員の会費で運営されています。会員以外の方もご参加されることは大いに歓迎していますが、その場合は参加費を一回1500円負担して頂いています。ただし初回は体験として無料で参加いただけます。そして年会費8000円(年度途中での加入は月割額700円)で、加入していただければその後の参加費は無料です。詳しくは事務局まで問い合わせ下さい。

事務局 E-mail : ippuku-kai@outlook.jp 電話 090-6081-0766