

いっぷく会便り

〈1月号〉平成27年1月1日発行
NPO法人 全国ひきこもりKHJ親の会（家族会連合会）静岡県「いっぷく会」
会長 上杉 博美 (TEL 090-5036-2552)



交流会 ～いっぷく会 会員の集い～ 今月の例会はこのようなテーマで開催しました

12月例会のご報告

12月例会は、12月14日（日）静岡市番町市民活動センターで開催しました。
10時より「役員会」を開催し、いくつかの課題について協議いたしました。
尚、連絡事項として次のようなことがありました。

- ・番町市民活動センターの利用者会議 12月18日（木） 中安出席
- ・県ひきこもり支援団体情報交換会～ひきこもり情報広場～（県ひきこもり支援センター主催）
12月12日 柴田副会長出席 各種団体から55名の出席あり。全体会とグループ別話し合い。
- ・「あざれあ」新春交流会（利用団体の交流会） 1月22日（木）（主催 県男女共同参画課）
「ミニ講座」「補助金利用団体の紹介と意見交換」「交流タイム」を予定。中谷ほか数名で参加予定。
- ・菊池先生の「個別相談会」 一部希望者あり 1月25日（日）予定する。1月にチラシ配布。

◆例会 13時15分～17時 参加者 20家族25名（参加費1家族500円でした）

◇はじめに

- ・上杉会長あいさつ；出席のお礼と、交流会を準備頂いた方々、バザーに協力いただいた皆さんに御礼申し上げます。楽しい会になるようにご協力を頂きたいと思っております。
11月末にピアサポーター養成研修の2回目が開催されて出席してきました。その感想を話され、学んだものを、会員の皆さんにも少しでも還元できるようにしたいと思っています。
- ・柴田副会長から報告；菊池先生の個別相談会 一部の希望者があり1月25日（日）に予定した。
1月にチラシを配布するが、是非利用していただきたい。

◇体験発表

今回は、お二人のお母さんに、子どもの経過、現状やら取組状況、例会への参加、学習の効果など多方面にわたり発表していただきました。

それらをもとに質問やら意見やらがいっぱい出て、大いに盛り上がりました。特に家庭内での夫婦の理解、在り方について活発な意見が交わされました。結論はありませんが、親がこの学習会に出て学ぶことが大変役立つこと。学習の継続の大切さ（諦めない）、ご夫婦での取り組み、そして同じような環境にある仲間と出会い、フランクに話ができるとても気持ちが楽になる・・・など 会に参加してとても良かったとのまとめになりました。

同じような困難を抱えている方には、是非とも参加をしていただきたいですね。



◇バザー、封筒入れ作業、お茶の準備

バザーには予想以上に多くの方のご提供をいただきました。「高い！」とか「安い！」とか色々な声が飛び交っていましたが、おかげさまで完売しました。(売上金 7,430 円です) ご協力感謝申し上げます。

会員、関係機関への「いっぷく会便り」の配布は、普段は準備会でやっておりますが、今回は会員の皆さんにも手伝っていただくということで、お茶の準備と並行して協力を頂きました。

そうこうしている間にお茶の準備もできましたので ティータイムに移りました。

◇ティータイム

「さあ～お茶の準備ができましたよ！」あちこちに輪ができて、お菓子をつまみながらのお喋りです。楽しそうな笑い声が会場いっぱいに響いていました。

◇ビンゴゲーム

参加者全員によるビンゴゲームです。あちこちで「リーチ」「ビンゴ」などの声が上がってきました。全員に賞品を用意してくれていました。

中でも3位までの3人の方には豪華賞品、3月までに利用できる、「例会無料参加券」でした。

それもお夫婦での参加が可能というお得なものでした。当たった方よかったですね。

子どものように楽しむひと時でした。

◇フラダンス

最後はフラダンスです。

鈴木さんが「花は咲く」の踊りを披露して始まりました。

普段はいかついお父さんも、準備頂いたパウスカート、レイなどを身につけて踊りました。

会場は爆笑のうず。最後に大変盛り上がりを見せて・・・閉会としました。



大変楽しい交流会になりました。ご協力いただきました皆さんに厚くお礼申し上げます。

尚、続いては会場を 居酒屋「新沁」に移して「忘年会」です。(希望者)

お父さん7名、お母さん9名の16名参加でした。

アルコールが入ると雰囲気も変わります。これも楽しかったですね。

時の過ぎるのも忘れてしまうようなひと時でした。ありがとうございました。

「投稿」「紹介」記事を募集しています

◆投稿記事 「こんなことがありました」「良かったこと・楽しかったこと」「苦しかったこと」などの体験話、「会への希望」「エッセー」「俳句」「川柳」など何でも結構です

◆情報提供 出版物の紹介、支援機関、支援団体などの情報をお願いします

投稿者の名前は、匿名、無記名、記名、ペンネームなど何でも構いませんが、機関誌としてふさわしくない場合は掲載できない場合がありますのでご了承下さい。

投稿先は下記「いっぷく会事務局」宛でお願いします。

①例会日に役員に手渡し ②郵送：〒420-8844 静岡市葵区大岩本町 25-2

③メール：kkks1948@po.across.or.jp

「個別相談会」のお知らせ

日時 平成27年1月25日(日) 9:30~17:30

会場 静岡市番町市民活動センター 小会議室

(カウンセラー) NPO法人フレンドスペース 菊池 恒 先生

相談時間 1家族=50分 80分 110分の各コース (有料)

お問い合わせ・お申込みは TEL・FAX 054-245-0766 (中津川) まで

2月例会のお知らせ

日時 平成27年 2月 8日(日) 13:15より

会場 静岡県男女共同参画センター「あざれあ」4階 第2会議室

<連続学習会テーマ>

『復活していくと、仲間、生きがい、仕事、パートナーにつながる』

講師) 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 会員お一人1500円 (ご夫婦) 2000円

(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)

当日10:00より例会準備会を同場所で行っています。会報の郵送作業や家族同士の歓談などを行っていますので家族、当事者の方などどなたでも参加できます。皆様のご参加をお待ちしています。



公益財団法人 モラロジー研究所の刊行物です。参考にして下さい。

□「ニューモラル 心を育てる言葉」より

「ありがとう」を言って見えてくるもの

子育てを終えて肩の荷が下りた矢先、夫が病に倒れたという主婦のYさん。療養中の夫を支える日々の中で、人生を心豊かに生きる秘訣に気づいたと言います。

「夫は、私が何かをしてあげると必ず『ありがとう』というんです。その影響で、私も食事をつくらせてもらって『ありがとう』、体をふかせてもらって『ありがとう』と言うようになりました。ありがとうを言ってるうちに、ありがたいことがどんどん見えてくるんです。例えば、夫や子供がいてくれてありがたいなあ。朝、目が覚めた、ありがたいなあ。ご飯が食べられる、ありがたいなあ……。

それまで当たり前すぎて見えなかった、たくさんの恵みに気づいたんです。

おかげで毎日が楽しいですよ」

これは心がけ一つで、いつでもどこでも実践できることではないでしょうか。日々、1回でも多くの「ありがとう」を、心の中でつぶやいてみませんか。



「やわらかな心」が見方を変える

「手際が悪い」と思える人も、見方を変えれば「慎重な人」といえるかもしれません。また、「おせっかいな人」は「面倒見がよい人」、「不平不満が多い」は「批判力に富む」、「頑固、強情である」は「意志が強い、根性がある」ともとらえることができるでしょう。

“あの人はこうだから……” “それはこう決まっている” そう思ったときこそ、ひと呼吸おいて、謙虚に一步下がるつもりで考え直してみましよう。

車のスピードを緩めれば運転する人の視野が広がるものです。同様に、人や物事を多面的に正しくとらえるためには、時に立ち止まって“待てよ、こういう見方もできるかもしれない”と思いをめぐらす「やわらかな心」が大切なのです。

12月の例会は、会員の集いに多数の皆様のお出席で盛り上がった会になりました。定例会の時には、話すことなく過ぎてしまうこともあり、交流会の様な機会を大事にすることを教えてくれて本当に良かったです。また、コラムも読ましてもらっていますと言ってくれる方もいて、本当にありがたいことだと思っています。

不登校の中2の子は、部活はときどき出かけているようですが、少しずつ幼児返りが出てきたようで相談に来ました。学習会で学んだ対応を伝えました。

年が新たまっても、交流会の時のような笑顔でいられるように頑張りましょう。

会長コラム

初めてご参加の方は月例会会場で入会手続きができます。
年会費 6000円 月例会参加費お一人 1500円 (ご夫婦参加 2000円)
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