

ひきこもり家族自助会とやま大地の会(設立 2001 年 3 月)

振込先 北陸労働金庫 富山南支店 普通 3414428 とやま大地の会

♪ ♪ 例会のおしらせ ♪ ♪



例会は、ミニ講演や

グループでの分かち合いの場です。また個別相談会(希望者)も行っています。

新型コロナ対策のため、実施について変更可能性もありますので、ご参加を希望される方は、
本会のホームページでの確認をお願いします。

08 月 21 日 (第 3 土曜日)	第 246 回例会	13 : 30	富山市安住町サンシップとやま 604 号室
09 月 18 日 (第 3 土曜日)	第 247 回例会	13 : 30	富山市安住町サンシップとやま 501 号室
10 月 16 日 (第 3 土曜日)	第 248 回例会	13 : 30	富山市安住町サンシップとやま 601 号室
11 月 20 日 (第 3 土曜日)	第 249 回例会	13 : 30	富山市安住町サンシップとやま 703 号室

会費 正会員の 2021 年度からの年会費は 2,000 円。例会参加費無料。(振込料は各自負担です。)

非会員の方の、2021 年度からの例会参加費 200 円です。

サンシップでは駐車券を 2 階事務所にし、「大地の会」とおっしゃってください。無料になります。

サンフォールテでは駐車券を 1 階受付にし、「大地の会」とおっしゃってください。1 時間無料になります。

◎富山県ひきこもり地域支援センター、最寄りの厚生センター、保健所で相談をしましょう。適切な支援に繋がるよう力を借ります。

◎支援センターに希望すること、親に出来ることを常時募集しています。

◎ご相談があれば、ご遠慮なく、事務局の携帯 **(090-3768-1733)** にお電話ください。すぐに出られない場合もありますが、受信履歴を見て、こちらからおかけします。悩みを分かち合い、心の負担を軽くしましょう。

非通知のお電話はご遠慮下さい。

「とやま大地の会」のホームページですが、下記 URL で開設しています。ご覧ください。

<http://toyamadaichinokai.com/>



♪ 7 月例会報告 ♪

日 時 : 7 月 17 (土) 13:30~16:00 サンシップとやま 701 号室

参加者 : 27 名 (男性 7 名 {内体験者 2 名}、女性 20 名 {内体験者 1 名}) のご参加がありました。

I 連絡事項

(1) コロナワクチン接種について

ひきこもり状態にあるご家族が、医療機関や接種会場に出向いて、接種することに応じるか不安を感じている方もいらっしゃると思います。

お困りの方は、まず、居住の市町村の予約相談センターに相談して下さい。それでも、接種の見通しが立たない場合は、例会の折、または、会のホームページや電話でご相談ください。会の役員が保健センターなどに同行したいと考えています。

(1) 個別相談の実施について

ひきこもり関連で困りごとを抱えている方に、会の役員が個別に相談に乗ります。例会終了後などに相談会を予定いたしますので、気軽にご参加下さい。

II ミニ講演

「松の木プロジェクト」に込めた親の思い・意義・経過

— 「研究事業の 3 年間」から見えてきたものとこれから

富山市育成会副会長 社会福祉士 細川瑞子

山岡代表からのご紹介

4月15日付の新聞記事を読まれた会員から、“この方の話が聞いてみたい！”という要望が寄せられました。運営委員会で相談し、“**大地の会の課題でもある**”と、話がまとまり、富山県・富山市育成会事務局を通して細川瑞子様を紹介していただき、今回の講演を実現することができました。

今日は、「**松の木プロジェクト**」にこめた思い・意義・経過などを語っていただきます。今日の講演を、本会でも、「**親亡き後**」を不安に思う親たちが仲間と共に学び、**不安の改善に取り組む出発点**にしたい、と考えております。

<ご講演概要>

研究事業の3年間から

- ・富山市から「親亡き後」研究事業を委託され、携わって来た。この問題の解決に向けては本人・親（当事者側）が自主的に取り組み、準備を進める必要がありました。
- ・北日本新聞に載ったことから、多くの方々に知っていただき、良かったです。
- ・知的障害者は、富山県全体で、約8,500人。ひきこもり者は9,000人。ほぼ同数。
- ・親が親亡き後の子どもの生活に何を不安、何が足りないと考えているかを明確にし、親が準備しておけることには自身が意識改革をし、行動に移し、出来ないことには、エヴィデンス（根拠、裏付け）を示して行政に要望、地域との連携についても自ら考え行動に移す。
- ・グループワークでは、親の不安が山のように吐き出された。それは「3つ」（出口・引継・安全）に集約。
- ・「親亡き後」問題は、障害者本人の「自立」も問題だと親は気付いた。本人は特に危機管理能力がない。
- ・**研究事業の成果**は、「自ら取り組んだ＝主体性」「仲間との＝互助性」「活動を広げる＝公共性」「地域の重要性に気づいた意義＝地域性」の4点です。
- ・民生委員が「松の木プロジェクト」に感動され、「民生委員協議会高齢者障害者福祉部会」の「全体研修会」を共催で行いたいとの申し入れがありました。
- ・以上、親たちが自ら取り組んできた研究事業で気づいたことを話しました。「ひきこもり」と「知的障害者」では、分野や特性は異なるものの、「親亡き後」を心配する親心に、共通点があるのではないのでしょうか。

親向けブックレット「親から地域社会へのバトンタッチ」

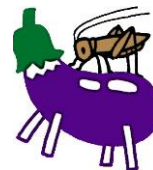
- ・この活動を、「松の木プロジェクト」と称しました。「親から社会へのバトンタッチ」を考えるに相応しいシンボルとして取り上げました。
- ・障害者本人へのヒヤリングから、親元で暮らす子どもは生活が充実し「親亡き後のも不安を感じていない」のでは。
- ・「子どもを残していく！」には、親の意識改革が最重要課題です。子どもが、親の支えなしで、社会で自立して暮らすには、何が必要でしょうか？どんな社会資源が必要になるか、活用出来る社会資源がどこに。
- ・「親から地域社会へ」支援のバトンタッチを進め、「本人を主役」に。
- ・「社会ルールに従う」「イヤなことをイヤと言える」等、家庭教育の成果が問われる。
- ・親子で考えよう。子どもを誰に託しますか。後見人について勉強会を始めてみませんか！
- ・「親亡き後」の子どもの生計を仲間と一緒に考えてみましょう。
- ・地域の身近な相談先として、民生委員や福祉推進員などつながっていきましょう。
- ・あんしんサポートノートの活用 子どもの管理を引き継いでくれる人に「親からの情報を」

本人向けリーフレット「将来地域で安心して生きていくため」

- ・親亡き後への不安 親なしで、あなたはどこに住むのか、あなたの大事な情報やお金を誰が守ってくれるのか、親なしで生きていくあなたを、地域でどう守るのか。
- ・あなたたちも、まずはお父さんやお母さんと話しあい、次には仲間たちと、さらには、地域のさまざまな支援者たちと話合っ、て、「親亡き後」の生活への準備を始めてください。
- ・あなたたちの「今」を知っておこう。
- ・あなたたちの「将来」を考えよう。どこで暮らしたいですか？暮らすには何が必要ですか？

<感想・質問など>

- ・3年間かけてまとめあげられた貴重なお話し有難うございました。私も、親亡き後のこと心配です。自分の場合の“バトンタッチ”について、何が必要か、まず項目をリストアップしたいと思いました。
- ・ひきこもり家族の場合は、「親が外部へオープンにしない」ため地域に分かってもらえない状態です。この機会に会員同士が理解を深め合い、明るい雰囲気改善に向けて話し合ったら良いと思います。
- ・高岡つくしの会では、この講演を参考にし、今後の活動につなげたいと思いました。
- ・今日のお話しを聞き、第1歩のスタートラインに立ち今後は少しずつ進めたい。孤立することなく相談しあい皆で一緒に考えて行きたい。
- ・民生委員、町内会、協力者などと上手に対応し、地域の問題として関わっていただけたらと思いました。
- ・地域が受け止めるその力、なんとかやらなければならないと思って下さることが、有難い。
- ・保健福祉センターの方から、秋に懇談したいとのお話がありました。ひきこもりの会とどう関わっていけるかを模索されているようでした。そういう方々など、いろんな方の理解を得ながらやっていきたい。
- ・高岡市では、福祉課の窓口が出来、職員の方が毎月例会に来てもらっています。
- ・自分のプライバシーをオープンに出来ず辛い。他の方のことも聞きにくい。他人の事に踏み込みせず、自分の事に踏み込まれないながら、私自身1つ1つ進めて行きたい。



Ⅱ いつもの話し合い 今回は、3つの班に分かれて行いました。

A班（9名）… 親亡き後の心配は何？ 何かを準備中などについて話し合いました。

- ・お金の面が心配
- ・子は生きる目的があるのか？ 親は子が生きているだけで良いのですよ。
- ・お金の面。叔父で何も出来ないが、少しでも役立ちたい。
- ・近所の方との、コミジュケーション。例えば回覧をきちんと回してくれるか？
- ・先祖からの伝え、墓の守り、隣家との敷地境界、1ヶ月の生活費など、親の身辺整理を含め、データ化中。
- ・皆さんの意見参考になった。「子がどう生きていくか？」子と向き合い、具体的に話合いたい。
- ・冊子「親から地域社会へ…」のP-17の将来への備え「扶養共済」の意味は？ ひきこもりは？
→ 親が掛金を毎月納め、亡き後に障害の子に終身一定額を支給される制度です。ひきこもりは対象外です。
- ・何もしていない。親子の会話はあり。これからゆっくり書いていきたい。
- ・父が書類化した。本人はそれに乗らない、のんびりしている。兄弟の理解の違いが気になります。
- ・1ヶ月の生活費が、概算で分かれば良い。
- ・財産を渡すのではなく、一覧表にしておけば良いのでは。
- ・先ほど、叔父の方のお話がありましたが、皆さん親戚の方で、ひきこもりの子を心配してくれる、親戚がありますか？ → 皆さんが、いないという返事でした。
- ・民生委員の方との情報共有は難しい。
- ・本人にお金を残しても、本人がしゃべれないと手続きが難しい。
→ そういう面をどうしたら良いか。これからの課題です。

B班（7名）

- ・自分が動けるうちに何かしたい。
- ・40歳の息子。主人が亡くなってからふたり暮らしをしていたが、今は一人暮らしをしている。2年前に可愛がっていた愛犬が亡くなり、今年4月に祖母も亡くなった。仕事をしているが、家と職場だけの行き来で友達がいない。新しい犬を飼うにも、母親の自分がいないと本人の負担になる。自分が亡くなったら、どうなるのか心配。
- ・人に傷ついたのに、人を恋しがる息子。祖母が家にいたときは、祖母の世話をしてくれていた。祖母が施設に入所するとよく見舞いに行き、祖母も喜んでた。しかし、今年1月祖母が亡くなった。自分から外に出ていく方ではないのでずっと家にいる。
- ・初めて参加した。17年間引きこもっている39歳の息子。精神科に受診していたが、精神科の病気ではないので薬を出すことはできないし、カウンセリングもできないと言われ受診をやめた。息子の特徴として、音に敏

感で、生活の音をすごく気にし、自分達親と喧嘩になる。静かに生活していても言い争いになる為、主人と二人で家を出たが、それから息子は歩けなくなるくらい落ち込んでいる。母親の自分だけとは何とか話ができる。これからどうすればよいか。

- ・息子 40 歳、母親の自分は 71 歳。自分は若いと思っていたが、今日の講演の話を聞き、親として何をすればよいか考えたい。
- ・自分が動けるうちに何かしたい。

C 班（8 名、体験者・家族・支援者）

- ・親亡き後の課題は自分にもつながっている。別の家族会にも参加しているが、どこまで話していいのか難しい。最近、小さい頃に習っていたピアノを習い始めた。
- ・親の覚悟が必要だと思った。心配するだけで、具体的に考えていなかったとわかった。
- ・息子に、今日の講演を一緒に聞きにいかないと誘ってみたが来なかった。息子との日頃の会話習慣がないのが悩み。
- ・わが子は 40 歳を過ぎた。今後の生活をどうしていくか。家族同士で連絡網がほしい。当事者会もできたらいいと思う。
- ・（保健師）参加するのを迷った。子も親も同じ家で暮らしていても、それぞれの思いがあると思う。（保健師として）経験がまだ浅い自分が、この会に参加してもいいのか迷ったが、（勇気を出して）皆さんの話を聞いてみたいと思って参加した。
- ・（体験者）前に話された方が、ここにいる時点で、ここにいるべきか？とか、そういう思いを持っておられることがうれしい。自分は、親に内緒で参加した。

Ⅲ その他

- 1 例会ではなかなか十分に自分の話が出来ない。言い足りないことなど。日常のあゆみなど体験発表をしてみませんか？約 20 分間程度を予定しています。
- 2 投稿欄について
会員の皆さまから、“ひきこもりの理解”に関する本の紹介や講演の感想等、募集しています。投稿される方は、後日、読まれた方から問い合わせ等がある場合がありますので、できればお名前をお書き下さい。



富山県ひきこもり地域支援センター からのお知らせ

相談時間：月曜日～金曜日 8:30～12:00、13:00～17:00（要予約）

グループ相談を実施しています。

- ・本人グループ 毎週火曜日 10:00～12:00
- ・親グループ 毎月第 2 木曜日 14:00～16:00

まずはお電話でご相談ください。電話：076-428-0616

場所：富山県心の健康センター内 〒939-8222 富山市蜷川 459-1

Ⅳ つくしの会より(2003 年設立)

高岡市内 2 カ所で、今はコロナ禍ですので、話し合い中心の例会を行っています。

1、例会の予定

- 月例会：第 2 日曜、pm1：30～高岡市博労公民館研修室

○実施日：8月8日、9月12日、10月10日、※12：00～世話人会

■おとぎの森定例会：pm200～、高岡おとぎの森・森のふれあい館研修室、第1水曜→第1土曜に変更、第2第3第4第5水曜日(※8月以降は毎月この曜日で行います)

○実施日：8月7日、18日、25日(11日はお盆休み)。9月4日、8日、15日、29日、(22日は研修のため休み)。10月2日、6日、13日、20日、27日。

■研修等

○7月29日(木)ひきこもり研修会：富山市市民プラザ14：00～

○8月1日(日)映画会「稲の旋律」：13:30～ウィングウィング高岡7階、無料

○9月22日(水)高サポ交流会&セミナー「働きたくなる工夫」：14:00～ウィングウィング 高岡6階

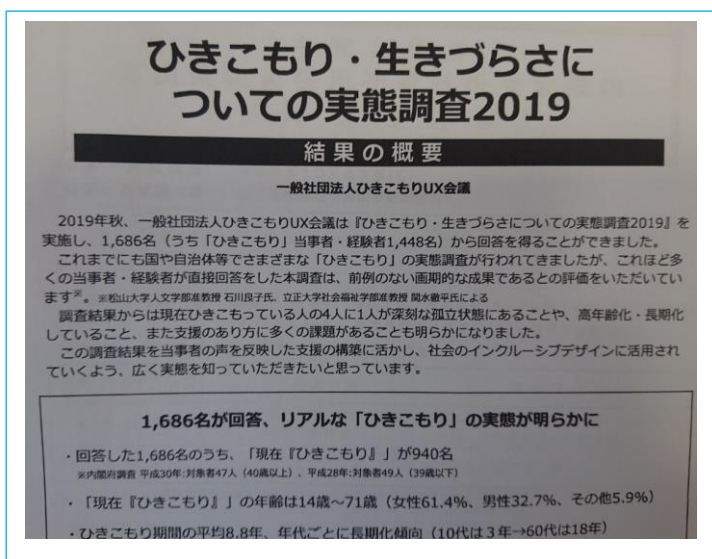
2、つくしの会へのお問い合わせ

☎090 - 3768 - 1733(大地の会)からつくしの会へ連絡、または☎090 - 4684 - 5071(宮川)まで。

V 書籍・論文の紹介

『ひきこもり・生きづらさについての実態調査2019』（一社）ひきこもり UX 会議

—「ひきこもり」当事者・経験者 1,448 名から回答— イベントやSNSなどオンライン上での告知、口コミなどで配付。オンライン回答 94.2%、書面回答 5.8%



この調査報告の特徴は、約 1450 名もの「ひきこもり」当事者・経験者が直接回答したことです。本県を始め、各自治体による抽出調査や民生委員の皆さんによる調査では、推計値の他、家族(主に親)の不安や苦悩が明らかにされてきましたが、ひきこもりUX会議の今回の調査では、当事者・経験者が直接、苦悩や不安を回答しています。「ひきこもり」の状態にある回答者のうち「生きづらい」と回答したのは 92.4%、ひきこもることが「とてもつらい」「つらい」と回答したのは 58.1%もの方々です。

私が、一昨年まで参加してきた、全国の交流集会のキーワードの一つは、“わからなかったら、親に聴いてみよう、本人に聴いてみよう！”です。

少しでも、当事者の気持ちを理解したいと、UX会議に感謝しながら読んでいます。(やま)