

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、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。

05 月 20 日(第 3 土曜日) 第 267 回例会 13:30 富山市安住町サンシップとやま 601 号室

06 月 24 日(第 4 土曜日) 第 268 回例会 13:30 富山市安住町サンシップとやま 701 号室

※6 月例会は従来の第 3 週の土曜日と違い、第 4 週土曜日の 24 日 13:30 から行います。

07 月 15 日(第 3 土曜日) 第 269 回例会 13:30 富山市安住町サンシップとやま 701 号室

08 月 19 日(第 3 土曜日) 第 270 回例会 13:30 富山市安住町サンシップとやま 701 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、大地の会のホームページからお問い合わせ下さい。

「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/>

本会の各事業は、富山県、赤い羽根共同募金の助成を受けて実施しています。

♪ 4 月例会報告 ♪

日 時: 4 月 15 (土) 13:30~15:40 サンシップとやま 601 号室

参加者: 18 名(男性 7 名{内体験者 3 名}、女性 11 名{内体験者 1 名})のご参加がありました。

例会が始まる前には、保科さんのハーモニカ演奏にあわせ、皆さんマスクしながら小声で『背くらべ』・『鯉のぼり』を歌いました。

I 総会報告

1 令和 4 年度結果

事業報告

例会の開催、会誌「花無心」の作成と送付、ミニ講演会、公的機関などへの支援活動、ホームページの更新、個別相談対応、8050 問題の話し合い、状況を花無心に載せました。

決算報告

収入 年会費…会員 2 千円×45 名、当日会員 200 円×40 名

県から補助金、共同募金会から助成金をいただきました。

支出 事業の実施により支出いたしました。金額の記載は省略いたします。

2 令和 5 年度計画

事業計画

今年度は次を計画します。

(1) 例会の開催と、会誌「花無心」の発行 毎月行います。

- (2) 例会時に、県内外講師による研修会（ミニ講演）を、3回行います。
- (3) 公的機関の研修会・支援活動や、関係団体との交流会に参加し、結果を伝達いたします。
- (4) 全国規模のいくつかの交流会に参加し、各所の活動情報を学び、会の運営に生かします。
- (5) 会の役員に相談担当を置き、個別相談に応じます。
- (6) 8050問題「親亡き後、本人の今後の生活の…」について、必要と思う方5～6名で班を組み、話し合いし、必要事項を整理し伝達します。

予算計画

- 収入計画 年会費 2千円×45名、当日会費 200円×40名とします。
共同募金会からの助成金は継続していただけます。県の補助金は応募中です。
- 支出計画 事業の実施により支出いたします。金額の記載は省略いたします。

3 会の役員

代 表：山岡、副代表 2名、運営委員 6名



4 意見交換

- ・当事者グループについて
あっても良いのではないか。身近なテーマで話し合いをする。グループを作ったらということ。
これには当事者の方の意思を尊重したい。個別に聞かせて欲しい。
⇒（当事者の方）一回個別にやってみればと思う。日を決めず、自然に楽しく、堅苦しく考えず、やってみたいなという気持ちもあります。

5 運営委員会から会員の皆さまへ

今年で発足 23 年目、今日は第 266 回の例会です。皆さまのご協力で発足から一度も休むことなく月例会を行うことができていることを喜び合いたいと思います。発足当時は、年会費が 6,000 円で、支出は会場借用料と会報郵送料が中心でした。大地の会の活動を継続し、富山県や関係機関に次第に理解していただき、会館使用料の減免の認可や助成金もいただけるようになり、現行の会費に下げることができ、県内外から講師もお招きすることができるようになりました。

私たちは、この会に参加される方どなたにも心地よい居場所であって欲しいと願っています。今日も総会に先立ち、運営について話し合いました。委員の皆様から積極的に係分担を担っていただけることとなり、順調にスタート出来ることになりました。

II いつもの話し合い

始めに全体で近況交流をしました

- ・地域も地域行事に取り組む意欲を盛り返し、3年ぶりに実施されることになり、お世話をしています。
- ・子が家の中で話すのは私だけですが、以前よりも良くなってきました。
- ・交流ができた大地の会の方からのお誘いもあり、例会後に本人が会場に会いに来てくれました。私も少し気持ちが楽になってきました。
- ・子が家族と話すのは私だけですが、以前に比べると少しずつ円滑になってきました。
- ・例会で、当事者同士が集まって話すことができればうれしい。経験者に聞いても、親の話を聞いていると「苦しい場合がある」と言っていた。
- ・(経験者) 働いている事業所が移転し、疲れを感じる。
- ・(80-50) 問題もあり、焦った時期もあるが、わが家はとりあえず現状維持。自宅以外にも行ける場所があればと思って当事者グループを提案した。
- ・(経験者) 日々の生活、疲労感が強く、昼夜逆転にならないよう、できるだけ家事をするようにしている。
- ・息子とは家の中でも Line で連絡を取り合っている。
- ・会員になって長いですが、会に参加したおかげで元気にしている。全国各地で開かれる大会や交流会にも一緒に参加でき、共通の思い出ができた。
- ・若い頃に自分自身すごく生きづらかった。日本では、若い人たちの死因のトップが自死だ。全ての命に価値がある。自分を守るために自室で長期間すごしている人が少なくないと感じる。

全体での近況交流に引き続き、3班に分けていつもの話し合いをしました



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
会員の皆様から、“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。

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 高岡つくしの会より（2003年設立）

市内2ヵ所で実施し、今はコロナ感染予防を徹底の上、主に話し合い中心の月例会と定例会を行っています。気候やコロナ関係などで、予定変更の場合もありますが、ご了承下さい。

5月例会（総会） 5月14日(日) 13:30～16:00 高岡市博労公民館
5月おとぎの森定例会 5月10日(水) 5月27日(土) 14:00～16:00 高岡市おとぎの森、森のふれあい館

Ⅴ 書籍他の紹介

『「ひきこもり」笑顔への一歩 ～ご家族のためのパンフレット～』
R5年2月発行 発行：東京都福祉保健局 生活福祉部 地域福祉課
編集：NPO法人 KHJ 全国ひきこもり家族連合会



このパンフレットは、KHJ事務局が東京都から委託を受け、編集・発行されました。1冊送っていただきましたので、紹介します。

「もくじ」では、ひきこもる心情、生きるエネルギーを取り戻すプロセス（3頁）、ひきこもりの理解と家族の対応～家族の体験集～（6頁）、「笑顔への一歩」座談会（8頁）など、家族の体験集や3人の体験者も語る座談会があり、とても参考になり、読みやすいパンフレットです。KHJ事務局にお願いし、何冊か送っていただくことになっていますので、5月例会で回覧したいと思います。

***パンフレットは「東京都ひきこもりサポートネット」ホームページで閲覧及びPDFファイルをダウンロードできます。**