

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。

11 月 18 日 (第 3 土曜日)	第 273 回例会	13 : 30	富山市安住町サンシップとやま 601 号室
12 月 16 日 (第 3 土曜日)	第 274 回例会	13 : 30	富山市安住町サンシップとやま 701 号室
01 月 20 日 (第 3 土曜日)	第 275 回例会	13 : 30	富山市安住町サンシップとやま 601 号室
02 月 17 日 (第 3 土曜日)	第 276 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。

♪ 10 月例会報告 ♪

日 時 : 10 月 21 (土) 13:30~15:50 サンシップとやま

参加者 : 体験者を含め、15 名のご参加がありました。

例会が始まる前には、ハーモニカ演奏にあわせ、なつかしい『どんぐりころころ』・『浦島太郎』・『夕焼け小焼け』を口ずさみました。

I 諸連絡(運営委員会より)

今までずっと暑い日が続いていましたが、今朝から急に寒くなりました。気候の変化が激しく、体調管理が難しい時節ですが、ご参加いただき有難うございました。次の 3 点をご連絡させていただきます。

- 1 富山県民ボランティア・NPO 大会で、会長表彰を受賞された会員さんについてお知らせします。長年の社会貢献に関する顕彰です。(皆さまと拍手でお祝いました)
- 2 会員向けの相談会企画について富山県精神保健福祉家族連絡会(富山かれん)の事務局をお訪ねし、同会で実施されている「家族相談員による家族相談会」についてお話を伺いました。当会でも実施できないか、運営委員会で話し合いました。皆さまからも、ご意見をお寄せ下さい。
- 3 「第 25 回登校拒否・不登校問題全国のつどい in 京都」の参加報告
10 月 7~8 日京都府亀岡市で開催され、約 500 人の参加がありました。12 の分科会のうち、「親・家族」分科会に参加し、2 日間で計約 6 時間、京都の家族会の方の司会で、約 30 人でじっくりと話し合いました。雰囲気は「とやま大地の会」のようでした。再会を約束して、帰路に就きました。

II いつもの話し合い

前半は全体で、いつもの話し合いをしました。

- ・10 年前に大地の会の会員 5 名で、就労継続支援事業所を見学しました。その後、子は自分でも見学し、通所を開始し、5 年後に B 型事業所から A 型事業所へ移り、現在も通所しています。

- ・子は10年間ひきこもっている。この10年を振り返ってみると、“自分で何とかしなければならない”と思ったようで、家でできる事を始め、少しずつできることが多くなってきた。本人に任せることが必要だと思った。
- ・スクールカウンセラーや発達相談の相談員をしている。Line相談やメール相談も受けている。
- ・コロナ禍になり、子はどこへも行っていない。一緒に年金設計をしている。
- ・働いている子は、仕事から帰ってきたら、毎日、話をしてくれる。トンネルを抜けたような気がする。
- ・今朝、虹を見た。自分自身が初夏にダウンして、今、休んでいる。何を聞いてもこわいタイミングがある。必ず、光がさすと信じ、前を向いて進んでいる。
- ・今日は、今年になり2回目の参加。子は、少しずつ動き始めている。



全体での近況交流に引き続き、2班に分けていつもの話し合いをしました。

A班（8名）

『待つ』という話題でした。

- ・子どもに期待してしまう。待つと同時に子どもが自分で決めていく。
- ・親の出来る事、「情報を集めておく」、「人とのネットワーク」など聞きに行く。
- ・親が焦らず不安は受け止めて、「苦しい、聞いてほしい」に、耳を傾ける。
- ・親が負担感になりたくない。
- ・親の介護などの不安。介護保険制度、家族が介護をする時代ではない。介護の送迎や病院など様々な制度を活用出来る。
- ・誰かの役に立つ、買い物、トイレ、皿洗いなど、家庭でできている事に目を向ける。
- ・子とこれからの話をするのが怖い、関係が壊れるのが怖い。
- ・子と相談しながらコミュニケーションをとっていく。
- ・将来を現実的に話したい
- ・息子の人生は息子のもの。大丈夫、自分と息子を信じる事。
- ・親が子どもの人生を認めること。
- ・(当事者) 親が何となく焦っている、何となく言いたいと思う事を感じ、伝わる。それが辛い時もある。

B班（7名）

心の健康センターの研修会で学んだ「ひきこもりの基本的理解と対応」のうち、「活動期の症状と支援」、「ひきこもり者の就労支援」について、ある当事者の「通所の開始」を参考に話し合いました。

- ・子は大地の会の方とB型作業所を見学するなど動きだし、地元のさまざまな方々にお世話になり、ある施設に勤めるようになりました。仕事の皿洗いは、子のきれい好きが役に立っているようです。
- ・私(母親)は子と同じように日々暮らしていますが、先が見えない。今回はもっと外へ目をむけて親自身が動かなければならないと思いました。しかし親は何をどうしたら良いか全く分かりません。子がどうやったら働きに出だすか予想もつかない。
- ・家族は本人のよいところを見てやらなければ、子はのびのびと出来ないのでは。
- ・親は子のことで、自分の所為と責めないで。

III その他

- 1 例会では、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）例会のお知らせ

月例会 11月19日・12月10日・2月18日 日曜日、午後1時半より

※1月は休み

場所 高岡市立博労公民館 会議室

おとぎの森定例会

11月8日(水)・11月25日(土)・

1月27日(土) 2:00~4:00

※12月は休み

場所 おとぎの森公園、森のふれあい館



V 書籍・論文の紹介

『 Life and Welfare 2023.8 』（生活と福祉）発行：全国社会福祉協議会

特集：「孤独・孤立対策 ひきこもり支援の取り組み」

- ・ [わが国における孤独・孤立対策の概況] 内閣官房 孤独・孤立対策担当室
- ・ [孤独・孤立、ひきこもり状態にある者の 基礎理解と支援の過程] ノートルダム清心女子大学准教授 中井 俊雄
- ・ [いの町市町村プラットフォームを活用した ひきこもり支援の実際] 高知県いの町ほけん福祉課
- ・ [赤穂市におけるひきこもり相談窓口の支援と福祉事務所との関わり] 兵庫県・赤穂市社会福祉課

*国の施策や各地の取り組みがよくわかりました。サンシップとやま2階の図書室で開架されていますので、どなたでも手にとることができます。