

花 無 心

第 280 号ダイジェスト版 2024 年 6 月発行

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。
能登半島地震の影響により、**会場が変更になっています**。今後も変更点がある場合がありますので、
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。

07 月 20 日(第 3 土曜日) 第 281 回例会 13:30 ~
富山市舟橋北町 7-1 富山県教育文化会館 504 号研修室
08 月 17 日(第 3 土曜日) 第 282 回例会 13:30 富山県教育文化会館 501 号研修室
09 月 21 日(第 3 土曜日) 第 283 回例会 13:30 富山県教育文化会館 503 号研修室
10 月 19 日(第 3 土曜日) 第 284 回例会 13:30 富山県教育文化会館 502 号研修室

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。

駐車場について … 会館近く北東側に会館の駐車場があります。

◎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。

♪ 6 月例会報告 ♪

日 時: 5 月 18 (土) 13:30~15:30 富山県教育文化会館 502 号室

参加者: 15 名(男性 5 名 {内体験者 1 名}、女性 10 名 {内体験者 1 名}) のご参加がありました。

I あいさつと諸連絡

本日は、280 回目の例会です。ご参加いただき有難うございます。6 月半ばなのに真夏並みの気温が続き、大変な日々です。

看護学専門誌で、新潟県の大学の斎藤まさ子先生他による『ひきこもり親の会で、母親が子どもとの新たな関わり方を見出していくというプロセス』という論文を見つけました。皆さまにも回覧させていただきます。

今日も、短い時間ですが、参加された皆さまと、ほっと一息つける例会にしたいと思います。

【8 月例会・ミニ講演のご連絡】

久しぶりに、県外講師からお招きして、講演をしていただきます。

【日時】8 月 17 日(土) 13:30~ 【会場】富山県教育文化会館 501 室

【講師】NPO 法人なでしこの会(名古屋市)代表 田中義和さん

田中さんからのメッセージ: 私たちの会も、本人の平均年齢は 40 歳を過ぎています。なかなか支援につながらない、「変化」が見えない、長期高齢の本人と暮らすご家族が多い中で、家族会として出来ることは何か試行錯誤をしてきました。なでしこの会の活動内容などをお話できたらと思います。

(『日本の科学者 2022. 9』所収「ひきこもる人とその家族を支える—NPO 法人なでしこの会の 20 年」からも引用しています。)

II いつもの話し合い

全体会では、

- ・息子に向き合って30年。貴重な期間だった。幸せな30年間だったと今は言える。
- ・最近、息子が、電気料がどれだけ値上げになるかと心配したり、おかずの味つけを評価したりする。社会的なことや自分の感じることを話せるようになってきたのかなと思っている。
- ・振り返ると大変だったと思う反面、考え方一つで、楽しかったことも多くあったと感じられるようになった。最近では、元気でいてくれるだけでいいと思うようになってきた。
- ・5月ぐらいより調子が悪くなってきた。親としての気持もあるが、漠然とした不安を言葉に表して言えるようになってきていると捉えている。
- ・骨折した。時間が経てば少しずつ良くなっていく。息子のことも、あせる気持ちではなく、前向きになれるよう、それを大地の会に出ることで感じている。今日の出席は、息子が車で送り迎えなどをしていただいているおかげです。
- ・障害者の方と接する時は、一つの行動にける言葉は、その行動にはこういう思いがあったのかなと前向きに受け止めて声掛けしている。プラス思考で。
- ・すごく暑くなってきており、熱中症にならないよう親に言っている。自分も汗をかくようにして、熱中症になりづらい体づくりをしている。
- ・自分の終活をしている。無理しないで、時間をかけきちんと整理し続け、きれいになっていくと心も何か元気になる。
- ・息子が、5月に「突発性難聴」と診断され、かなり強い薬を飲み完治したが、胃腸を悪くし内科に通うなどした。
- ・初めて参加した。参加するかどうか2～3か月悩んだ。

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）

- ・ひきこもり始めた当時、父が、“俺が働けるうちは養ってやる”と言ってくれた。思い出しては、ありがたさをかみしめている。
- ・最近、仕事が忙しく少しオーバーワークになっている。
- ・運営委員になり、例会前の会議に2回参加した。
- ・参加されている皆さんがプラス思考だと感じた。親である自分が変わらないとだめかなと思った。
- ・皆さんの話を聞いていて、小さな目標を持ちたいと思った。



B班（5名）

8050問題の枠の中で、関本さんから、

「住まいについての検討・2つの視点より考えてみませんか」の提案がありました。

概要：視点1：今住んでる家に住み続けるか立て替えるなど

敷地や家の広さ維持費用や手間、修繕費用や家の売却・賃貸物件の借用

視点2：自分に介護が必要となった場合、在宅介護か高齢者施設に入所

在宅介護は現実的ではない、子に世話をさせて子が精神的に不安定にならないか。

納得出来る施設は簡単には見つからないのでないか。

話し合い

- ・今住んでいる家は、30年経過している。庭は生垣、周りには柿やイチジクなど実のなる木を植えていた。今は生垣の維持が大変、実のなる木は“ゆず”のみ。今自分は元気ですが今後が心配。
- ・親の為に付けた手すり、今は自分が利用している。
- ・以前、気にしていなかった段差で踏みはずし膝が痛み正座が困難になった。
- ・子と共にとりより、まず夫婦で出来ることからしよう。初めから子と一緒にでは子に負担がかかる。
- ・住まいの検討以前に、父子間のことが心配ですが、最近、父が庭木を剪定し、子がその始末をするように、良好になってきています。
- ・いつまでどういう状態まで子と暮らしていけるか、想像がつかない。

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）

7.8.9月の予定

- 月例会** 7月14日(日) 1時半より
8月11日(日) 1時半より
9月8日(日) 1時半より

場所 高岡市博労公民館 会議室

おとぎの森定例会

- 7月10日(水)、7月27日(土) 2時より
8月24日(土) 2時より
9月11日(水)、9月21日(土) 2時より

場所 高岡市おとぎの森. 子どもの家二階会議室(ログハウス内)

- ・高サポ：きままスペース 毎週木曜日 14:00～ 高岡地域若者サポートセンター
- ・高岡市役所福祉課相談受付・福祉連携推進室（ひきこもりに関する複合的相談）



V 書籍・論文の紹介

『ひきこもりの実態把握と当事者・家族に寄り添った支援について

—新潟県津南町での実態調査を通して見えてきたもの—』新潟青陵学会誌 2022.3

著者：李 在櫛 小澤薫 斎藤まさ子 中原敦子 寺口祐司

新潟県にある3つの大学（新潟青陵大学、新潟県立大学、長岡崇徳大学）の研究者と新潟県社会福祉協議会の協働・共著による「研究報告」です。研究要旨には“本研究は、地域においてひきこもり状態と思われる者がいる世帯の現状を、年齢別・ニーズ別等に特徴を分析、比較検討した。”とあります。

調査対象地域は、新潟県津南町（人口約1万人）。津南町公表の全国的にも数少ない全戸調査報告書を基にしています。津南町での調査のワーキングチームの構成メンバーには、新潟県内の家族会の理事長さんや町職員、町社協職員の方々も名を連ねています。

論文の【結論】には「・・・当事者や家族が、早期に相談しやすい環境作りが求められる。・・・相談について、当事者・家族がひきこもり状態から脱することを諦めさせない支援として、今後の支援計画を当事者や家族と協働で話し合うといった長期的な視野で共通認識できるような対応が重要である。」と、まとめられています。

(やま)