

# 花 無 心

第 282 号ダイジェスト版 2024 年 8 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。

09 月 21 日(第 3 土曜日) 第 283 回例会 13:30 ~  
富山市舟橋北町 7-1 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  
11 月 16 日(第 3 土曜日) 第 285 回例会 13:30 富山県教育文化会館 502 号研修室  
12 月 21 日(第 3 土曜日) 第 286 回例会 13:30 富山県教育文化会館 504 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。

## ♪ 8 月例会報告 ♪

日 時: 8 月 17 (土) 13:30~17:00 富山県教育文化会館 研修室  
参加者: 23 名(男性 10 名 {内体験者 2 名}、女性 13 名 {内体験者 1 名}) のご参加がありました。  
例会の始めに、保科さんのハーモニカ演奏にあわせ、『しゃぼん玉』・『かわいい魚屋さん』・『浜千鳥』を歌いました。

### I あいさつと諸連絡

本日は、282 回目の例会です。ご参加いただき有難うございます。台風で交通が乱れ乱れている中、名古屋から、「なでしこの会」代表の田中義和さんに足を運んでいただきました。本日、ご参加の皆さまと、有意義な学び合いのひと時にできればと思います。

〔連絡事項〕 **今秋に開催予定の全国大会他**

- ・「第 18 回 KHJ 全国大会 in 石川 2024」11 月 9 日 12:30~10 日 11:40  
石川県文教会館 金沢市尾山町 10-5
- ・親と子のリレーションシップふなはし 2024 年 10 月 20 日 10:00~16:00  
舟橋会館 舟橋村海老江 147

これらについてご参加など、よろしくお願ひいたします。

### II ミニ講演

『ひきこもっていても 元気に生きる 長期・高齢化に家族としてどう向き合うか』

【講師】 NPO 法人なでしこの会(名古屋市)代表 田中義和さん

## お話の概要

### 1 なでしこの会とは

2001年、親御さんたちの苦しい時期に、奥山さん（KHJ初代代表）が名古屋で講演され、そして家族会の設立を促され発足しました。80家族が参加しています。

なでしこの名の由来は、

なみだをふいて できることからはじめましょう しあわせさがして このばから です。

### 2 ひきこもりの長期高齢化について

2023年のKHJ全国調査では、本人年齢平均42.3才・ひきこもり年数11.6年と長期高齢化が深刻化しています。

### 3 家族として20年を振り返って

・子が小学生の頃、転校をきっかけに、学校で話さなくなり、同級生から寄せ書きに書かれた言葉に傷ついた。しかし辛くても学校は一日も休まなかった。

.....

・ふりかえって思う事は、ひきこもりは本人が生死を賭けた選択、決して「甘え」や「怠け」ではありません。苦しみ悩みながらも一生懸命に生きてきました。

### 4 なでしこの会の活動について

#### ・親の学習

ひきこもりの理解、子どもへのかかわり方、一番苦しんでいるのは本人です。親が子を理解し分かってあげ、本人の楽しみをいっしょに見つけましょう。

#### ・フレンドシップなでしこ（居場所）の活用。

人とのかかわりに慣れ、安心してゆったり過ごせる場です。

親の居場所、安心して子どもの事が語れる場です。対話の学習会（薬をつかわず対話を通して治療）もしています。

### 5 その他

・子は、〇〇歳という年齢を意識する。区切りと思うようです。

・子との楽しい思い出、それは家族旅行です。

・子はパン作りが好きですが、事業所での休憩時間が辛いのです。集団生活が苦手な子は、清水の舞台から飛び降りる気持ちで、気を張りつめています。

・生活の中で本人が出来ることを見つけてやり、親子でそれをする事で、士気が保てます。



## <全体交流会発言要旨>

\*一番苦しいのは本人。「命を守るためにひきこもっている」と知ることが大事。親としてもこのことを基本に据えていきたい。

\*息子に対して何もしていない。もっと息子に働きかければいいのでしょうか。（講師への質問）

息子さんに対してどうこうではなく、まず親として相談にいかれたら。（講師の回答）

\*長い年月をかけてやってこられたお話を聞き、胸が熱くなった。ひきこもっている子が何とか社会と関われないかとすぐ親として高望みしてしまう。

\*生活の中で楽しみ（生きがい）を見つける。親としてもその姿を見せる。最近、身近なことで、本人がやりたいと言ってきたことをやらせてあげたら、少し顔色も良く見えた。

\*本人は家族には分ってもらいたいこと、家族だからこそ言えないこともある。家族以外に信頼できる人がいればと思う。

\*すぐ「親亡き後などどうするのか」などと親目線（上から目線）で見えてしまうが、今、現在が幸せであると感ぜられることも大切。

- \* 一日でも長く健康で暮らせ、生活の中に楽しみ（趣味など）持ち、家事の分担（生活での自立）も大事にしている。
- \*（講師より）親亡き後の生活：結局は福祉サービスを受けることが必要。  
親が亡くなった後も、本人が、生きる意欲をどう保てるか：親が大事にしてくれたという思い。
- \* 私は単身富山。息子と妻が県外。同居すればよいのでしょうか（講師への質問）。  
まず親が相談に行くことが大事（講師の回答）。
- \* 娘は親の希望に合わせようとしてくれているように思う。親は親で子に合わせようとしており、それが、どっちがどっちになれば良いのか分からなくなっている。  
家族以外の人との関わりをもてると変わっていきけるが、それが難しい。
- \* 息子（ひきこもって20年近く）。精神疾患の診断名がついた。行動の原因が分り、安心した反面、新たな心配も感じた。症状がよくなってきたら、夫は社会に出したいといろんな資料持ってくるので、何となく家庭の雰囲気はぎすぎすする。話を聞き、まずは楽しく日々を過ごすことを考えたい。
- \* ひきこもりの人への経済的支援が必要と感じていますがどうでしょうか（講師への質問）。
- \* 私も娘がひきこもり。今日の話を読み、同じ様な経緯をたどっているなど感じた。



### 田中さんから皆さまへ

「とやま大地の会」のみなさま

先日は、月例会に呼んでいただき、私の話を熱心に聞いて頂いてありがとうございました。運営委員会から参加させて頂き、ハーモニカの演奏はとても懐かしく、心に響くものがありました。私の話の後には、会員のみなさんのお話を伺うことが出来ました。それぞれに、悩みや不安を抱えながらも、ご本人の思いに寄り添おうと努力されている姿に感銘を受けました。

私が心に残った父親の方のお話がありました。葬儀で親戚があつまり、ご本人も参加。親戚の方がご本人に「働いていないのか？」と聞かれたそうです。父親の方が「つまらないこと聞くな！」と一喝されたというお話でした。ご本人は、その時にとてもうれしそうな表情をされたとのことでした。

このお話に私はとても感動しました。ひきこもる人たちも苦しみながら自分の人生を一生懸命に生きています。働いていないからと卑屈になる必要はありません。同じような場面に、自分は、この父親の方のように対応できただろうか。私たち親は、この父親の方のように胸を張って、子どもたちのことを語れるようになりたいものです。

全国に同じように悩みながらも前に進もうとされている方が多くいることにいつも元気をもらえます。本人や家族も孤立してはいけないし、家族会も孤立してはいけないと思います。

これからも、大地の会のみなさんと交流が出来たらと思います。どうぞよろしく申し上げます。

### 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）

9月の予定

月例会 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

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
- ・高岡市役所福祉課祖横断受付・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

「長期間ひきこもる人のケアをするご家族への『9つのヒント』」

著者：竹中哲夫（上前津社会参加支援研究室） 2024年5月版（加筆）

この資料は、8月例会の講師、田中義和さんが紹介され、例会参加者に配布させていただきました。

はじめにで、著者は、“以下にお示しする『9つのヒント』は、ご家族だけが努力するというのではなく、多様な人々（支援者・ピアサポーター、親しい友人・知人などを含む）や団体・機関の協力態勢を活用することが基本になっています。”と、述べています。

著者の竹中哲夫先生は、臨床心理学を専攻され、大学卒業後、関西の児童福祉施設勤務の後、福祉系大学で心理臨床の教官として長年勤務され、80代となられた現在も、自宅で「上前津社会参加支援研究室」の看板を掲げ、こども、若者、ひきこもる人とその家族の支援を続けておられます。

著書には、『ひきこもり支援論 人とつながり、社会につなぐ道筋をつくる』（2010年7月）他多数があります。

『9つのヒント』の最初の①では、「ひきこもりの原因は多面的であり、家族関係、本人の心身の課題による部分の一部であり、広い視野から原因を考えて行くと、近年、人々の「生きづらさ」を増している現代社会の諸問題が浮上します。教育の諸問題、労働現場の諸問題、管理社会の諸問題など枚挙にいとまがありません。」と、述べておられます。

ご紹介いただいた「長期間ひきこもる人のケアをするご家族への『9つのヒント』」は会員の皆さまとともに読み、学び合いたいと感じています。（やま）