

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(希望者)も行っています。

11 月 21 日(第 3 土曜日) 第 309 回例会 13:30 サンシップとやま 701 号室  
とも社会福祉士事務所所長 浦本容子氏による 成年後見制度に関する講演があります  
12 月 19 日(第 3 土曜日) 第 310 回例会 13:30 サンシップとやま 501 号室  
01 月 16 日(第 3 土曜日) 第 311 回例会 13:30 サンシップとやま 501 号室  
02 月 20 日(第 3 土曜日) 第 312 回例会 13:30 サンシップとやま 501 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。

駐車場について: 会館の地下駐車場があります。

- ◎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、福祉総合相談センター等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。

## ♪ 9 月例会報告

日 時: 10 月 17(土) 13:30~15:45 サンシップとやま 501 号室

参加者: 18 名(男性 8 名{内体験者 2 名}、女性 10 名{内体験者 2 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、『里の秋』『紅葉』『月の砂漠』の 3 曲を皆で楽しく歌いました。

### I 挨拶・諸連絡(山岡代表)

先月の 25~26 日、大阪府高石市で開催された KHJ 全国家族会の交流会に参加しました。全国各地から 2 日間で延 300 人余りの参加がありました。昨年に続いて大阪府での開催です。共同代表の佐々木善仁、日花睦子両氏や大阪府や隣県の皆さんが協力して開催されました。何としても、「KHJ のともし火をともし続けよう」という熱い気持ちが伝わりました。

10 月 14 日(水)に「サンシップとやま」で行なわれた富山県民ボランティア・NP0 大会で、岡野さんが会長表彰を受賞されました。岡野さんは、2001 年の本会設立時からの会員で、2003 年の「高岡つくしの会」設立にも尽力され、何年間も代表を務められました。岡野さん、おめでとうございます!

### II 第 308 回例会全体会

< 映写会を行いました >

製作:(社福)一麦会(麦の郷)ハートフルハウス創(和歌山県紀の川市)

題名:「MYSPACE MYSPLACE-ひきこもりソーシャルワーク」(居場所)

— ドキュメンタリーで 58 分の上映時間 —

内容: 自分らしく過ごせる「居場所」を見つけて、穏やかな日常生活を取り戻していく様子を描き出すドキュメンタリー映画 築 100 年を超える古民家カフェで働く人々の中にカメラが入り、各々が抱える想いを聞き出していきます。

「生きづらさ」を感じ、「ひきこもり」を経験した方も多く古民家カフェへ通い、働いています。

#### ◇ 映写後全体会で感想等を中心に申し合いました ◇

- ・ 出入り自由。体力的にも、時間的にも自分に合わせ、誰でも利用しやすい所だと思った。地域交流もあり、いろんなイベントもあり、いろんな訓練にもなり、次の人生を見つける場所にもなり、よい映画だと思った。
- ・ 働く場が。飲食的なものになったのが大きかったのかなと思った。飲食的な所は、就労の場としていろんな多様な面があり大きかったと思った。富山市にないのが残念に感じた。
- ・ 「ずれ」について考えさせられました。人としてそのままありのままを受け入れともに過ごせる場。しかし、ひきこもらなければならない現実社会。その子の扶養も含めきびしい生活状況の高齢世帯(我が家)。生活保障問題が裏にあることも知ってほしいと感じた。
- ・ 「こうあるべきということがない」ところがすばらしかった。最近、自分を頼ってきてくれた人に対し、自分の正論を言ってしまった。また、家でひきこもっている子に同じことをやってしまった。この映画を見て考えてしまった。
- ・ 富山にも、「いろんな選択肢がある場」があればと思う。自分も誰かの役に立つことができればと思った。
- ・ 当事者一人一人のメッセージがあって良かった。「安心できる場があることが大事」なことと思った。
- ・ 出ていた人がみな、自然体で話しておられた。娘さんがお母さんに言ったこと「自分を認めてほしい」が私の心にささった。
- ・ 職員の人たちが、当事者たちにやさしく自然体で接しておられ、本人たちが自分らしく安心して生活している姿に感動した。
- ・ もう一回、十分に時間をとっての映写会を自分でやれればと思った。



#### ◇ さらに皆様に言い足りなかった事をメモでいただきました ◇

- ・ 映画良かったです。ありがとう。
- ・ 「はじめカフェ」のような場所が富山市内にもあれば良いと感じました。集団にいるための練習や働くためのトレーニングには理想的な場所です。
- ・ 人と話すのが苦手、自分から“輪”に入れない私にとっては、ちょっとむずかしいと思うが、自分から自分の事を話せるようになりたい。
- ・ 「創」の皆さんの自然な暖かな関わりに、母親としての私もこのようにありたいと思いました。
- ・ 当事者のおひとりおひとりのメッセージがあってよかった。自分が認めてもらえる場、何より安心できる場、すこしずつ自信 がもてるようになる場は、誰にとっても必要なのではないのでしょうか？
- ・ 各人が自分の言葉で自分を語れることが良かった。自分を開放出来る場、これが何処にもないことが問題なんですね。
- ・ 映画の出演者の皆さんが自然体で話をされているのが印象的でした。穏やかに生活しておられるのが一貫して映画に流れていた。
- ・ 母に向かって自分をわかって欲しい・認めて欲しい・耳を傾けて欲しい、という切実な言葉は、胸につきさりました。
- ・ まずは家の中の居場所を大事にしていきます。
- ・ 居場所として食生活、働く場所の雰囲気作りに工夫されていました。自由に参加する（出入り）こと、名前を呼んでいることの大切さが、次の何かを見つけるきっかけとなっている。
- ・ 自分の道を模索されている姿を見て、うちの息子もどうか新しい道を見つけて欲しいと思った。

#### 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。

- ・ **リンク（本人グループ）** 毎週火曜日 10:00～12:00
- ・ **スマイル（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

令和8年度から、本人グループを“リンク”、親グループを“スマイル”と名付けられました。

### 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。

### Ⅳ 高岡つくしの会より（2003 年設立）

|         |                                      |
|---------|--------------------------------------|
| 月 例 会   | 1 1 月 1 日（日）博労公民館 12:30～16:00        |
|         | 1 2 月 1 3 日（日）博労公民館 13:30～16:00      |
| おとぎの森例会 | 1 1 月 1 8 日（水）おとぎの森こどもの家 14:00～16:00 |
|         | 1 1 月 2 8 日（土）おとぎの森こどもの家 14:00～16:00 |
|         | 1 2 月 9 日（水）おとぎの森こどもの家 14:00～16:00   |



### Ⅴ 書籍・論文の紹介：『 親亡き後、自分らしく生き抜くための Lifehack

働けない、外に出にくい、これからが不安。そんな時に使える「制度」と「つながり」を、ひとつずつ。』2026.9 発行 ○ 企画・監修 高井逸史：大阪経済大学教授

著者の高井逸史氏は、「ひきこもり学会」の紹介文を、『日本の科学者』2024.1 に藤本文朗氏と連名で記述されています。本のタイトルにある、**Lifehack** は、「生活術」の意味です。

内容例：2 頁 “読む順番は自由です「何から手をつければいいかわからない」時のための冊子です。”から始まります。

作成メンバー：高井逸史氏の他、松崎清美氏（社会保険労務士）、広瀬優子氏（社協コミュニティーソーシャルワーカー、社会福祉士、精神保健福祉士）、大橋 洋氏（社会福祉士、精神保健福祉士）