

# オリーブの会通信

2016年10月1日

発行：特定非営利活動法人KHJ香川県オリーブの会

〒760-0043 高松市今新町4番地20

連絡先 TEL 087-802-2568

<http://khj-olive.com/> (隔月発行移行後第9号)



(隔月発行移行後第9号)

朝夕、少し秋らしさを感じられる今日この頃です。秋といえばお祭り、太鼓、獅子、ハロウィン！上段のかわいい写真はレジンのハロウィンストラップです。居場所参加者が作りました。

居場所の新しい参加者は2人ですが、今までの参加者は居場所に来てくれる回数が増え、しかもよりリラックスして過ごされるようになったような気がします。来られたことのない方も一度覗いてみてください。(申し訳ありませんが10月・11月の月例会の会場が変更になっていますご注意ください)

## 第172回月例会ご案内

日時	2016年10月23日(日) 13:30~16:30 (受付:13:00~)	
場所	香川県社会福祉総合センター 7階(第2中会議室) 高松市番町1-10-35 Tel 087-835-3334	<b>変更後</b>
内容	☆一部 13:30~15:00 講演 「アンダンテの活動を通して考えること」 この講演会は、四国労働金庫社会貢献活動「助成金」の助成を受けています 講師：香川県精神保健福祉センター 臨床心理士 細谷 美奈子 氏 15:00~15:15 休憩 ☆二部 15:15~16:30 グループ別話し合い	
参加費	・無料	

## 第173回月例会ご案内

日 時	2016年11月20日（日）13:30～16:30（受付：13:00～）	
場 所	市民交流プラザ IKODE 瓦町（元 デパート「天満屋」の建物8階） 高松市常磐町1丁目3番地1 瓦町 FLAG 8階 1・2会議室 （高松市市民サービスセンター）Tel 087-863-2888	<b>変更後</b>
内 容	☆一部 13:30～14:40 市長（高松市）まちかどトーク ＊高松市大西市長と当会会員が膝を交え身近に話し合いをするものです。 — 終了後、通常の例会冒頭に行う報告等を行います。 — 15:00～15:15 休憩 ☆二部 15:15～16:30 グループ別話し合い	
参 加 費	・会員1家族 1,000円 ・一般の方 1,500円 ・当事者は無料	

### ◎市長（高松市）まちかどトークについて

高松市が継続実施している行事で、今回「香川県オリーブの会」がトークの相手に指名されました。県の市長に当会についてご理解を深めていただくとともに、会からの要望についてもお聴きいただける貴重な機会です。4つ程度のテーマについて座談形式で話し合いますが、トークに参加する（10名程度を予定）以外の方々はずぐ近くの席でその様子を見ながらプログラムに参加する形式を予定しています。通常の例会以上に一人でも多くの参加を願います。

—参考—

「高松市自治基本条例」における、「市民」とは高松市に住居を有する個人だけではなく、通勤・通学する個人や、市内で事業や活動を行う個人又はその他の団体をいいます。

## 第170回月例会（8月28日）の概要

### ◎「報告連絡事項」

- 1 ひきこもりサポーターフォローアップ研修について（松本代表理事）  
36名の参加があり、研修ができた。
- 2 居場所でのレジンアクセサリー作りについて（平野代表理事）  
8月11日の夏祭りで販売した。作品の紹介

### ◎ 講演「ひきこもり支援における『納得』と『きっかけ』

講師：一般社団法人hito.toco代表理事 宮武 将大氏

- 1 hito.tocoとは

「社会とつなぐ結び目になる」

hito. tocoとは、ひきこもり、不登校、ニート等、表面化している課題や潜在化している生きづらさと向き合い、活動支援に取り組む団体です。課題の本質を探り、活動に応じて、人、専門家、居場所、仕事、企業、学校、行事、行政等、様々な社会とつなぐ結び目になる活動を目指します。

## 2 hito. tocoの仕事

- ① 心の発達段階に合わせた社会参加とステップアップの仕組みを作る
- ② 基本的な知識の習得と支援者の育成を目指す
- ③ ニーズの掘り起こしと理解を深める活動を行う

## 3 活動について

- ① ひきこもり等相談支援事業  
電話相談やメール、家庭訪問
- ② 教育事業  
発達障害コミュニケーション指導者認定講習の開催、  
インターンシップ（人となり）の受け入れ：経験で育てる
- ③ 啓発事業  
奉仕活動
- ④ 企業提携  
学習塾との業務提携（学習塾は学習面で、hito. tocoは心のサポートを）

## 4 大事にしていること

- ① 繰り返しではなく発展  
同じテーマやキーワードで悩み続けるのではなく、次のステージに進むための支援やサービス等、新しい社会資源や仕組みをつくっていく。
- ② 依存ではなく自立  
支援ありきではなく、自立可能な活動を目指す。
- ③ 最大の困難に向き合い、最強のチームを支える人々の結び目  
悩みを共有し共感し、解決しようとする人を増やす。最大限の速度で。

## 5 ひきこもりが住みやすい県、香川県ひきこもり移住推進の提案

前向きにとらえ、環境を整える。

### 『きっかけ』と『納得』

〈親の声〉「何を考えているのかわかりません。」「昼夜逆転して困っています。」

なぜそうなったのか、説明できるようにしてほしい。ひきこもる原因に向き合うことが大事である。なぜそうなったのか、説明できるように段階を追って振り返ってみる。問題が何かを分析、把握することによって解決の方法が見えてくる。（例えば、コミュニケーションがなくなった原因に、傷ついた言葉をかけられたことやいやなことを無理強いされたなど、親を嫌う背景がある。親の意見が届かない状態であれば外部の力を入れる方法を考える。）方法として、「なんで」「どうしてですか」を聞いていく

〈親の声〉「学校に行ってほしい。」「どこそこの仕事をしてほしい。」

誰の話なのか、親なのか、子どもなのか。（例えば、学校に行かなくなった理由を把握し、その課

題を解消しなくては行くことを期待できない。仕事について、できるレベルかどうか、仕事そのものを理解できているかどうか。) 親の幸せか子どもの幸せが優先なのか、何に価値を置いているか、親の幸せを優先していないか、親の価値観を譲ることができるか。

納得していく作業をしていかななくてはならない。ていねいに向き合って納得できるように説明していく。その上できっかけを提示する。

『曼荼羅トークセッション』 ※ ひきこもり支援において内面を知る

- ①8つのキーワードを提示する
- ②参加者がキーワードの一つを選ぶ。
- ③それをなぜ選んだか説明する。
- ④キーワードを考えた人が話す。
- ⑤話し合う。

## 第171 回月例会 (9 月25 日) の概要

### ◎ 「報告連絡事項」 (松本代表理事)

1 NPO法人KHJ香川県オリーブの会の定款が高松市によって認証された。これによって正式に決定となった。

2 9月18・19日開催の第11回KHJ全国大会 in 山形 (米沢市) に、当会から家族4名、ポパイの会から2名の計6名が出席した。うち松本代表理事は2日目に行われた支部長会議参加した。

3 9月9日の四国新聞の報道で、ひきこもり人数が公表された。

4 11月27日の月例会を11月20日に変更、会場はコトデン瓦町駅8階 市民センター会議室13:30より、高松市長まちかどトークは13:40より

市長と話す人10名は選考、他の人は周りで聞く。時間は1時間、テーマは3~4、あらかじめ市長に提出する。司会進行はオリーブの会から。

### ◎ 講演「親が変われば子は変わる 果たして親は変わるか」

講師：KHJ高知県やいろ鳥の会会長 坂本 勲氏

#### 1 親が変われば子が変わる とは (以前の考え)

- 親が望ましい状態になれば子が望ましい状態に変わるに違いないという願望
- 長い家族の営みのなかのある時点を切り出して見ているのではないか
- ▽ あくまで自分が変わりたいのではなく、子を変えたかった

#### 2 親が変わる = 「親の自己理解」

- 親が今の自分の状態を分かっている必要がある
- どのような状態からどのような状態に変わりたいのか
- 親がどのような気づきや自己理解を得たのかによって変わり方が決まってくるのではないか

#### 3 「親の自己理解」の方法

- 自問自答する習慣 (気づきノートの活用)
- 親同士のサポートティブな関係性を維持する (孤立しない)
- エンカウンター・グループなどのワークショップの活用
- カウンセリングを学ぶ など

### 〈カウンセリング学習の成果〉

- あなたを取り巻く人間関係や環境が望ましくなり、不必要なけんかをしなくなる。力を入れなくてもよいところがわかる。
- 自分がどういう人間か分かれば、周りの環境や人間関係にどう向き合えば良いかが分かるようになる。(職場の人間関係や家族関係の円滑化。ひきこもる子に就労を迫る自分の心の観察。ひきこもっていることを人に知られたくない、仕事をせずに家にいることを認められない自分の心の観察など。)

#### 4 親が変わる＝「親の自己理解」が進めば

- 人は自分の事が分かった範囲で、他の人の事が類推できるようになる。
- 自己理解を広げほかの人を類推できる範囲を広げれば、ひきこもる子のことも分かりやすくなり家族関係も良くなる。
- 家の中で一人の人が変化を遂げれば、家族全体の関係が変化せざるを得ない。それが子に影響を及ぼす。変わっていった親を間近に見た子は、自然と自分のことに向き合わざるをえなくなる。

#### 5 終わりに

- 就労できるかどうかは、子の人生、信じて任せて待つ
- 私が変わってからは（自分ではリアルには分からないが、カウンセリング仲間からは変わったねと言われる）ものの見方や感じ方が違ってきた。
- 子供が働かなくてもできるだけ安心して生きていけるように家族が協力しあう関係づくりのほうにウェイトがかかっている。
- 子供の人生は子どもの人生とし、夫婦が健康で自分たちの人生を豊かにすることを考えるようになってきた。

#### ☆ 実際に今ある親の会でどうすれば親が変われるようになるのか。

- 親同士が苦しみをシェアしあえることが重要。月例会でのグループカウンセリングや毎週の家族サロンでの会話が意外と有効。
- 自分と自分の家族の問題として引き付けて聞く。自分と自分の家族のことを開示する事が他の親にとって有意義。時には自分の苦しさや生きざまを自己開示することも良い。
- 他の人の発言を批判しない。自分の価値観に合わないことも受け止めてみる。他のひとを変えようとしたり操作しようとはしない。できれば気づきノートを活用したりエンカウンターグループを経験したりカウンセリングの勉強をするのが良い。
- ◎ 親は自己理解を得て変わっていくのがおすすめ。
- ◎ 許容の幅を広くして受け止められるように自分を訓練していくこともおすすめ。



【平成 28 年度ひきこもりサポーターフォローアップ研修」開催日程と KHJ 香川県オリブの会会員へのお知らせ】「

実施日・場所	講師	研修（講演）内容	備考
11月3日（木・祝） 13：00～16：00 <受付開始：12：30> （途中休憩あり） <場 所> 香川県社会福祉総合センター 6階 高松市番町 1-10-35 Tel 087-835-3334	かわせ <small>まさとし</small> ・河瀬 雅紀 先生  京都ノートルダム女子大学心理学科教授  県精神保健福祉センター・社会福祉協議会を予定	医療、福祉についての基礎知識と注意点 ・精神障害、発達障害などが関係しているケース  ひきこもりのほか、困難な問題を抱える家族の包括的支援 ・社会資源等につなぐ	参加費 無料

◎上記の「ひきこもりサポーターフォローアップ研修」は、本来は登録サポーターを対象とするものですが、KHJ 香川県オリブの会会員の皆様は、聴講が許されましたので積極的参加をお勧めします。

【2016 年 10 月以降の運営委員会等の予定】

内 容	月	日	曜日	時 間	担 当
2016 年度第 7 回（10 月）運営委員会	10	15	土	13：30～16：30	
2016 年度第 8 回（11 月）運営委員会	11	19	土	13：30～16：30	
2016 年度第 9 回（12 月）運営委員会	12	17	土	13：30～16：30	
2016 年度第 10 回（1 月）運営委員会	1	21	土	13：30～16：30	
2016 年度第 11 回（2 月）運営委員会	2	18	土	13：30～16：30	
ひきこもり相談窓口業務 （来所相談も可）（注）第 5 は休み ※（先ずは ☎ 087-802-2567 お待ちしています！）	10	1, 8, 15, 22	土	9：00～16：00	泉・川井ほか
	11	5, 12, 19, 26	土	9：00～16：00	泉・川井ほか

【2016 年度・10～11 月 居場所活動（電話相談事業・ポパイの会）予定】

※予定変更の場合もあります。

8 月 11 日には栗林商店街での高松まつり前夜祭に参加、レジン、ジュースの販売をしました。ポパイの会の人で、机、いすの設置、品物の運搬、販売をしました。

9 月 3 日には 5 人で KHJ 徳島県つばめの会の居場所「こもりのちはれ」にお邪魔し、交流をしました。

6 月から第 2 火曜日にパソコン教室をしています。チラシ作りの練習です。10 月で一旦終了です。

9 月 18 日のイベント、居場所の階段のペンキ塗りは天候の関係で中止になりましたが、前日の 17

日には、汚れ、錆落としをし、5人が参加、うち2人が熱心に関わってくれました。ペンキ塗りのやり直しは10月末か11月中には仕上げる予定です。

体を動かすのが好きな人、料理作りが得意な人もいますので、バドミントン、料理作りも取り入れていけたらと考えています。やってみたいことがありましたら、ご提案いただければ、ありがたいです。

月 日	時 間	内 容
10月 1日 (土)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等 フリースペース
10月 8日 (土)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース
10月10日 (祝)	11:00~16:00	バーベキュー (バドミントン、フィールドアスレチック) 丸亀市畔田キャンプ場
10月11日(火)	13:30~16:00	パソコン教室 DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース
10月15日(土)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース
10月22日(土)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース
11月 5日 (土)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース
11月 8日(火)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース
11月12日(土)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース
11月19日(土)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース
11月22日(火)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース
11月23日(水)	10:00~19:00	若者たちの交流会 in 小豆島 (秋を探しに 2016)
11月26日(土)	13:30~16:00	DVD鑑賞、ゲーム、読書、レジンづくり等、フリースペース

\* イベントの予定、別チラシを同封しています。ご覧ください



夏祭り



こもりのちはれ



パソコン教室



ペンキ塗

**【年会費納入につき再度のお願い】**

年会費は

○正会員： 1口（5,000円）以上    ○賛助会員： 1口（2,000円）以上

**【会費振り込み口座番号が変わります】**

**【方法①、②により会費振り込み口座番号が異なります】**

① ゆうちょ銀行

記号 16300    番号 11189231

トクヒ) ケイエイチジェイカガワケンオリーブノカイ

② 銀他行より送金の場合

ゆうちょ銀行 店名六三八（ろくさんはち）

**【店番】 6 3 8    【預金種目】 普通預金    【口座番号】 1 1 1 8 9 2 3**

(御寄付もよろしく申し上げます)

以上