

オリーブの会通信

2012年12月7日

発行：特定非営利活動法人KHJ香川県オリーブの会
〒760-0078 高松市今里町一丁目 499-2
連絡先 TEL/FAX 087-843-9877 (川井)
<http://khj-olive.com/>



第127回月例会ご案内

日 時	2013年1月27日(日) 13:30~16:00 (受付:13:00~)
場 所	香川県社会福祉総合センター 6階 第1・2研修室 高松市番町1-10-35 Tel 087-835-3334
内 容	13:30~13:40 報告・連絡(川井) 13:40~15:10 講演「新しいワーキングスタイルの追求」 ・講師 NPO法人JCI テレワークズ ネットワーク 理事長 猪子 和 幸 氏 15:10~15:20 休憩 15:20~16:20 本人、家族の個別相談も予定しています。 時間の都合もありますので、希望者は事前に 川井までお申込みください。
参 加 費	・会員 1家族 1,000円 ・非会員 1家族 1,500円

寒さも一段と厳しくなってきました。お変わりございませんでしょうか。

11、12月は、ひきこもりについての講演会、研修会が各県において開催され、また予定されています。学習どおりに進まないのが難しいところですが、機会が多く持てたことは有意義だったのではないかと思います。

月例会でも精神科医、臨床心理士、社会福祉士、保健師、支援者（元当事者、NPO 法人関係者）、福祉施設関係者等の方々による講演、講話、親の学習会を開催してまいりました。

来年1月例会の講師としてお願いいたしましたNPO法人JCI テレワーカーズ ネットワーク（徳島県鳴門市大麻町）理事長 猪子和幸氏は、在宅就業支援のワーキングスタイルの追求に取り組んでいます。「会社へ行けないというより、会社へ行かなくていいのではないか」私たちが学んでいる生き方にもヒントがあるのではないのでしょうか。本人にも是非参加のお声かけくださいますよう、お願いいたします。

※なお、当ご案内を以って1月郵送のご案内に代えさせていただきます。

【11月例会（11/25）の報告】

◇川井理事長の報告・連絡

1. 12月の定例月例会の日に開催される 高松市との協働企画提案事業として行われるシンポジウム「ひきこもりとその支援の現状と課題」には会員の皆様は是非出席をお願いしたい。また、ひきこもり問題を市民に広くご理解いただくために知人・友人などにも出席のお誘いをしてほしい。
2. 11月20日（火）「親の学習会」（講師：SCS カウンセラー 高橋晋氏 県高松合同庁舎4F会議室において開催）の報告及び21日（水）ポパイの会（おしゃべり会）の報告。
3. 2012 KHJ 全国調査のアンケート実施について説明。
4. 平成24年度ひきこもり対策研修会 11/29（木）の周知（県精神保健福祉センター主催）。
5. ひきこもり支援者研修会 12/17（月）の周知（県中讃保健福祉事務所主催）。
6. NPO 法人 JCI テレワーカーズ ネットワーク（徳島県鳴門市大麻町）の紹介。

【高松市との協働企画提案事業のご案内について】

高松市との協働企画提案事業として行われる次頁のプログラムを、会員の皆様の出席はもとより、ひきこもり問題に関して広く市民にご理解いただくために知人・友人などにも声掛けいただき、各方面の方々にご出席いただけるよう働きかけをお願いします。（12月例会と位置づけます）
・会員の皆様には当日の出欠確認のハガキを同封していますので必ず出欠予定の通知をお願いします。（返信期日：12月15日<土曜日>）

なお、11月例会等で既に出欠確認ができている方には確認ハガキの同封を省略しています。（先月 チラシも送付済み）

高松市協働企画提案事業

地域でひきこもりを考えるー私たちができること それぞれの立場からー

日 時	2012年12月16日(日) 13:30～16:00(受付:13:00～)
場 所	香川県社会福祉総合センター 7階 第二中会議室 高松市番町1-10-35 Tel 087-835-3334
参加費	無 料

開 会 挨拶

13:30 ～ 14:20

シンポジウム「ひきこもりとその支援の現状と課題」

・司会 香川大学アーツ・サイエンス研究院教授
竹 森 元 彦 氏

・シンポジスト

香川県精神保健福祉センター	藤田 順子 氏
高松市保健所保健センター	木村 佳奈江 氏
さぬき若者サポートステーション	鷺見 典彦 氏
NPO 法人 KHJ 香川県オリーブの会	川井 富枝 氏
NPO 法人グローバル・シッパスこうべ	森下 徹 氏

14:20 ～ 15:00

ワークショップ

・5名のシンポジストの立場で抱える、ひきこもりとその支援の現状と課題を通して、意見、自分たちに何ができるのかなど書いてもらい、グループ単位で KJ 法(当日説明あり)を行う。

15:00 ～ 15:10

— 休 憩 —

15:10 ～ 15:55

グループミーティング (意見交換)

16:00

閉 会 挨拶

◇講 演

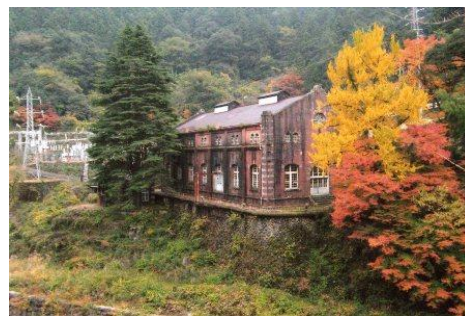
「抑うつ、強迫神経症の苦しさ」と題して、たなかクリニック院長 田中和孝先生から医師の立場で「抑うつと神経症について」、「強迫性障害の理解」、「巻き込みの対応」をポイントに講演をいただきました。(出席者数：30名、うち男性6名)

レジュメを元に当日の講演の一部を紹介いたします。

- ・「うつ病」は脳のエネルギーの低下した状態といえる。眠れない、食べられないなど体の各種の体の症状に加え、新聞・テレビが面白くない、化粧がおっくうになるなど心の症状が重なり2週間以上続くと医療機関へ行ってみることを勧める。症状とは疲れのサインであり動きを止めることで回復を早めることができる。
- ・大切なものを失った後、その埋め合わせ方が症状として表れているのであり、それは本人なりの対処法である。

頑張る、自分を責める、周りを責める、ひきこもるなど様々の対処法が出てくるが、この状態から脱するためには時間の経過と周囲のサポートの中で自分自身の中に乗り越える力があることに気付くこと、「哀しみ、苦しみ」を自分自身で引き受け生きることができるようになる、いうなれば「喪の作業期間」が必要。

- ・「強迫性障害」は、何時間も歯磨きを行う。運転中に人をひいたのではないかと気にかかって何度も確認しないと気が済まないなど症状は様々であるが決して珍しい病気ではない(人口の2%以上)。
- ・「強迫性障害」の治療法はすでに確立されている。
- ・「強迫性障害」にある方が家族を巻き込んでいく場合、その対処としては、
 - ・「巻き込み」は強迫症状を悪化させ長引かせることを本人に説明する
 - ・確認を我慢しなければならないことを認識してもらう
 - ・強烈な巻き込みが続く場合、できないことは「できない」ことをはっきり伝える
 - ・確認し過ぎに釘を刺す
 - ・生活ペースを維持することが求められる



◇その他の報告

(1) 親の学習会 (レジュメあり)

紅葉のマイントピア別子 Mさん撮影

11月20日(火)午前10時から午後4時まで県高松合同庁舎4F会議室において開催。「ひきこもりを大切な生きる力にしよう」、「子どもが親を避け続けるわけ」、「子どもが元気になる魔法」(講師:SCSカウンセラー 高橋 晋氏)の3テーマについてでした。当事者としての経験を踏まえての話は何にも勝って説得力があり、大変意義ある学習の機会となりました。(参加者20名)

- ・引きこもりの根本にあるものは、①それまでの生き方の行き詰まり ②安心感、信頼関係、尊重の欠如 ③理由の分からない不安であり、回復には①家族関係の再生 ②自分自身の回復 ③社会、他者、世界とのつながりの再生が必要である。また、
 - ・家族関係の再生には、①無意識の安心感 ②親子の信頼関係 ③家族での成長が求められる
 - ・自分自身の回復には、①自分自身を受け入れる ②感情の回復 ③自己判断を備えることが必要である また、
 - ・社会、他者、世界とのつながりの再生には ①社会体験をしながら現実を受け入れる ②自分と他者を尊重しながら関わっていく ③世界と自分とのつながりを取り戻すことが求められる
- ・引きこもりの長期化の大きな要因は、
 - ①心身の硬直化 ②親子関係のわだかまり ③本人自身の内面的欲求がはっきりしなくなってくることであり、①心身の硬直化の現象としては「他者を責める」、「親を避け続ける」などのかたちで現れるが、体の奥深い部分が常に緊張状態にあり親に弱音を言える状態になれば信頼関係が再生された状態であり再生への足がかりとなる。
 - ②親子関係のわだかまりがなかなか解消しない場合、子どもは一方的に親を追求してくるが、親としては「親の責任」という意識を離れ「親の役割」という意識に切り替えてほしい。わだかまりが解消すると、子どもは自分のエネルギーを自分のために使うことができるようになる。
 - ③本人自身の内面的欲求がはっきりしなくなってくると表現が弱くなり親を含め周囲は本人の気持ちを読み取りにくくなる。この場合、外部からの訪問者を家に入れてみると当事者にとって心地よい刺激となり内面的刺激となる場合がある。

後半の時間において参加者の自己紹介の後、それぞれの状況に対しての講師からアドバイスがなされた。その中でご自身の経験の中から「現状に至った原因探しや、その年齢期が話題になるが、自分は現状に至る原因・時期は母の胎内にあった時から」と思っているとのお話しがなされ一同大きな驚きと共に安易な結論付けに対する危うさを改めて考えさせられる一幕がありました。

(2) 青少年育成支援ネットワーク研修講座 「ひきこもり、ニートの現状と対策のいま」

—とり残される若者たち— (香川県主催) 11月17日(土) サンメッセ香川において開催。川井理事長が講師の一人として、ひきこもり当事者とその家族の現状やオリーブの会の活動状況につき詳しく話されました。この研修講座には多数の学校教員はじめ民生委員など多様な分野から出席がありましたが、オリーブの会員も多数出席され熱心に研修を受けられるとともに、グループ討議においてはメンバーが多様な構成である中、会員各自が積極的発言により、ひきこもりに関しての正しい理解を得るための努力がなされた。

(3) 講演会「多様なひきこもりを支援する」(香川県精神保健福祉センター主催)

11月29日(木)香川県立ミュージアムにおいて開催。(講師:よこはま若者サポートステーション施設長、NPO法人ユースポート横浜理事 臨床心理士 鈴木 晶子 氏)

鈴木さんは、学生時代に長くひきこもり状態にある恩師の子弟(講師と同年代)の家庭教師を依頼されたことによる初めてひきこもり当事者との出会いがきっかけで現在の仕事につながるという経験をもたれ、それ以来の豊富な経験と研究をもとに示唆に富んだ講演がなされた。

県の研修会も「地域でひきこもりを考える」というテーマとリンクしており、多くの参加者に交じりオリーブの会員も積極的に参加されました。行政が主体となってこのような研修会を開催されることは、社会の引きこもりに対する正しい理解の広がりにつながるだけでなく、私たち当事者を抱える家族にとって大きな支えとなります。政治の先行きに変化が予想される中、具体的施策としてようやく動き出したこのような望ましい機運が低下することのないように願いたいと思います。



【ポパイの会】

11月のポパイの会は、支援者のご好意により2回多く開催することができました。

- ・ **11/11(日)**・・・パソコン教室、年賀状の作成(指導 井上さん)について学びました。
3台のパソコンに年賀状作成ソフトの筆まめをインストールし、年賀状デザインの制作と印刷を行う。筆まめのインストールに時間がかかり、デザイン一覧から希望の絵柄を選んで印刷をしました。(参加者:若者4名、役員3名、支援員3名 計10名)
- ・ **11/18(日)**・・・さぬき若者サポートステーション 鷺見 典彦所長に来ていただき、鷺見所長のお人柄もあり、大変和やかな雰囲気の中で若者の趣味などから会話がはじまり、懇談することができました。さぬき若者サポートステーションの運営状況や経験者のその後の現状などもお聞きすることができました。少し遅れて久しぶりに参加されたTさんは、一人旅の体験を話してくれました。
(参加者:若者5名、役員3名、支援者1名 計9名)
- ・ **11/21(火)**・・・前日の「親の学習会」の講師として東京から来高されていた高橋 晋さんのご好意により「元経験者の高橋さんを囲んでのおしゃべり会」が実現しました。趣味、政治、経済、働き方など元ひきこもりの当事者ならではの経験談や適切な助言、現在の心境、これからの抱負などをお聞きすることができ、若者にとってそれぞれ貴重な機会となったように感じられました。
(参加者:若者4名、役員1名、支援者1名 計6名)

【12月・2013/1月 居場所活動予定】

内 容	日	曜日	時 間	担 当
第8回運営委員会	12/2	日	13:30～	川井
個人カウンセリング（松田先生）	12/8	土	9:00～	川井
ポパイの会 「みんなで楽しくカラオケを歌おう！！」会 *男女とも参加可能です ・11:00までに居場所へ集合 （精神保健福祉士の資格受験準備中の芝田さんをお交えて） <u>おしゃべり会</u> 昼食後 ・13:30からカラオケボックスに移動（徳島つばめの会 杉本さん参加予定） ・参加費 個人負担（800円位）	12/16	日	11:00～	森下・杉本
第9回運営委員会	2013 1/6	日	13:30～	川井
個人カウンセリング（松田先生）	1/12	土	9:00～	川井

【128回 月例会予定】

日 時	2013年2月24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 6階 研修室
内 容	（未定）
担 当 G	Aグループ

【ひきこもり支援者研修会のおしらせ】

日 時	2012年12月17日（月） 14:00～16:00
場 所	中讃保健福祉事務所 3階 研修室 （香川県丸亀市土器町東8丁目526番地）
講 師	竹森 元彦 氏 （香川大学大学院教育学研究科）
内 容	『ひきこもり当事者とその家族の理解と支援について』
対 象	ひきこもりの家族および高校・市町関係者等
参加費	無 料

以 上