



けやきの会便り

NPO法人 KHJ 埼玉「けやきの会家族会」会報 No196(2021年2月7日発行)
家族と家族をつなぐ「コミュニケーション」ペーパー <http://www.khj-keyaki.com/>

★みなさまお元気にお過ごしですか。コロナ感染予防対策としてオンライン月例会は一つの選択肢となりますが、会員のみなさまに確実に発信し同時に学びあう手段としては会報が一番と考えております。月例会や学習会が休止の期間においても変わりなく会報をお送りさせて頂きます。ページをめくりながら再会のときを待ちましょう。

★2月のテーマ『連載』 親だからこそできる回復への道 田口ゆりえ代表 (予定を変更しました)
ひきこもりは社会病理を写す鏡

「ひきこもりはカナリヤ」にたとえられます。昔、石炭を採掘する仕事に就く人は坑道に入る時、カナリヤの籠を手にとりあげてカナリヤと一緒にトンネルの奥へ奥へと進んだと言われます。坑道の奥は酸素濃度が薄く、危険を感知する能力が高いカナリヤは、自分の異変や死によって、人に危険を知らせる赤信号の役割りを果たしていたのです。現代社会においては「劣悪な労働環境、行き過ぎた偏差値主義」という窒息しそうな空気に対して、意図せずとも身を呈して警鐘を鳴らしているのがひきこもり者なのではないでしょうか。

しかし一方で「親が変われば子が変わる」という教訓が謳われています。その教訓は前提に親がひきこもりの原因を作っていることを示唆しているととれます。それは真実なのでしょうか。虐待やネグレクトなど愛着の傷をひきずる場合は当てはまるかもしれません。

しかし多くの疑問が残ります。むしろ私の見たかぎり家族会に参加される親御さんは真面目で愛情深く心配りののできるごく普通の方々であり、お子さんもまた優しく繊細でシャイでプライドのあるの方々という印象です。ひきこもりの原因が親にあるとするなら親との確執を解消し葛藤を乗り越えてこそが回復の大前提となります。しかし私には親原因説とすること自体に明瞭な根拠や証拠があるとは言い切れないと考えます。しかし、それでも本人自身が親との関係で苦しみ縛られ動けないとするなら親はこれと対峙すべきでしょう。

脳科学の分野は目覚ましく進歩してきたようですが、人のこころの中は想像以上にそれぞれに深淵な世界が広がっています。家族のありようや社会の激動や歴史の潮流など様々な事象の重なりの中、個人個人の思考は影響を受けているように思えてなりません。一度立ち止まり広く社会的視野や歴史的視野に身を置いて、様々な角度から問題の解決に向けて議論し、人類の幸せな生き方を追求することが重要だと思います。

この連載ではまず家庭内にしぼり「親だからこそ取り組めること」を学び実践していきます。「親だからこそできる回復への道」は親子の関係性の改善を目指すとともに本人が自分らしく幸せな人生を送れるようにと学んでいきます。

なぜ、ひきこもるのか

ひきこもりの発症=個人の生まれ持った気質×社会的環境×引き金×家庭での親の対応

続きは次号にて掲載します。

New!【親亡きあとのマネー相談】

「働けない子どものお金を考える会」の
浜田裕也さんが親亡き後のお金の組立て
をお手伝いします。メール、来所相談、訪問、
Zoom、にて対応します。

090-3692-0320（留守電メッセージを入れ
てください） y-hamada@ab.auone-net.jp

日本FP協会(ファイナンシャルプランナー)
CFP 社会保険労務士(障害年金申請サポート)

【兄弟姉妹の会】 休止中

岩槻駅東口コミュセン(ワッツ)2階 地図 3P
親御さんが高齢になり悩みが深くなってきた
という兄弟姉妹の声が聴かれます。仲間と会い
悩みを分かち合いヒントをもらって楽になり
ましょう。
(グループ 500 円)

電話相談は随時お
こなっています
(留守の時もあり)

New!【ハガキ訪問】
本人宛に葉書をお出しし
ます 電話でお申込を！

New! ひきこもり最前線 個別 CRAFT (Community Reinforcement and Family Training)

このプログラムは CRAFT 認知行動療法の個別版。国のガイドラインに登場するもので、ひきこもり対応の最前線です。『機能分析』、『会話実践練習』、『ホームワーク』を組みこんで親ごさんに問題解決の技法を分かりやすく具体的に学んでもらうためのものです。ひきこもり～コミュニケーションの回復～望ましい行動を増やす～信頼関係の回復～援助の申し出～医療機関や支援機関へつなげる、という流れでテーマ毎に月1回計9回のプログラムに沿って進めます。多くの会員の方に実践していただき、その結果、変化がみられました。『各家庭が臨床現場』、日常生活を安心感で満たすと会話が芽生えます。一方通行であっても挨拶からはじめていき、小さな刺激を加えます。この小さな刺激・反応の連鎖を積み重ねていきます。停滞期を脱する機会にしましょう。個別CRAFTプログラムをご希望の方はお申込みください。

田口(Meyers 先生のCRAFT公認ワークショップ認定)

土日祝も対応

その他 個別相談 きずな工房・つみ喜への同行支援 訪問支援

★年会費 2020 年度分の納入にご協力いただきありがとうございました

★会員の皆さまにはいつも年会費の納入にご協力頂きお礼申し上げます。2020年度分の年会費の納入期限は9/30迄です。(年会費は会報の作成、印刷、切手代、会場費、等に充てさせていただいております)★過去退会や休会された方の名簿の再登録もできますので希望される方やご不明な点は下記の田口へご連絡ください。納入方法は3通りあります。①令和2年6月号同封の郵便払込票をご使用 ②月例会、学習会受付にてその場で納入 ③郵便局に設置してある郵便払込票に記号番号(下記)を記入しお支払い。 ☆記号 00100-6 番号 504684 特定非営利活動法人KHJ埼玉けやきの会家族会 ●記号、番号を印字してある払込票の再発行をご希望の方は、ご連絡ください。お送りさせていただきます。

年会費は「けやきの会便り」印刷、郵送、会場費などの必要経費です。会員の皆様のご理解とご協力お願い致します。

★新入会員への会報お届けは事務手続きの関係でひと月遅れる場合がありますがご了承をお願いします。

●お近くの KHJ 支部の連絡先.....

- ◎ NPO 法人「楽の会リーラ」市川乙充 (火・木 13:00～17:00) ☎03-5944-5730
- ◎ 西東京「萌の会」須賀啓二 FAX 03-3883-2358
- ◎ 神奈川県「虹の会」安田賢二 ☎080-2107-1171
- ◎ 長野県「らい鳥の会」唐澤秀明 ☎080-3433-4904
- ◎ 群馬「はるかぜの会」担当者 ☎090-2916-0346
- ◎ NPO 法人千葉「なの花会」藤江幹子 ☎070-2191-4888
- ◎ 山梨県「桃の会」篠崎博子 ☎0554-66-4073
- ◎ 横浜「ばらの会」滝口陽子 ☎045-370-9195
- ◎ NPO 法人とちぎ「ベリー会」齋藤三枝子 ☎028-627-6200
- ◎ 「町田家族会」上野亨二 ☎042-810-3553
- ◎ 茨城県「ひばりの会」荒井俊 ☎047-364-7332

【KHJ 埼玉けやきの会事務局】：さいたま市北区盆栽町 190-3

入会費用(正会員 入会金 2 千円 年会費 1 万円)(賛助会員 入会金 4 千円 年会費 6 千円) ※初めてご参加の方は 月例会、学習会、個別相談会場で「けやきの会」ご入会の手続きができます。下見は 2 千円。また事前に事務局の田口へ電話にてお問合せができます。 048-651-7353 080-3176-6674

★次頁に月例会、学習会プログラム、当事者居場所、連携の就労支援機関、その他を掲載。どうぞご覧ください。

～常設の総合学習会です。 継続は力、初心の方も長期の方も青年達も一緒に学びましょう～



ポポーの庭 交流広場

ある日の電話相談 (個人情報配慮し内容を一部変更してあります)

K 母さん 「娘のことで相談なんです。中学で不登校になり高校は高認を取ってから専門学校に合格したのですが通学できなくなり来年 26 歳になります。近くで一人暮らししています」

田口 「以前 2 度ほど面談でお会いしたお母さんですね、娘さんは今一人で生活されているんですね」

K 母さん 「はい、その娘から電話がかかってきて、『目が見えにくくなったので眼科で診てもらったら、緑内障の前兆と言われた、もし手術とかすることになったらまた連絡するね。このことはお父さんには言わないで』、と言ったんです」

田口 「そうでしたか」

K 母さん 「私は娘の目がどうにかなったらと心配で心配で…いつもスマホでゲームしているのでスマホよりも画面の大きいノートパソコンを買って用意し、涙を流しながら服の購入に関することやあれこれ電話で話したんです。そしたら娘が急に怒りだして、『絶対こっちに来ないで!!』と私を拒絶したんです。とてもショックで…いてもたってもいられなくなって」

田口 「なるほどそうでしたか、お母さんのご心配なお気持ちよく分かります」

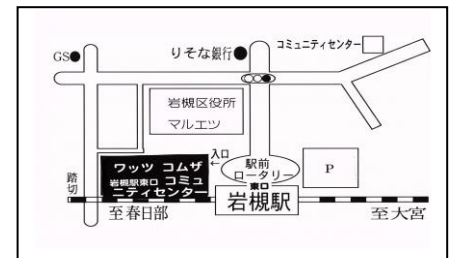
K 母さん 「どうしたら私の気持ちが娘に伝わりますか」

田口 「娘さんはお母さんに今の状況を単に伝えておきたかっただけなのではないでしょうか。お母さんの心配を過剰に感じた娘さんは強い圧力を受けてしまいそこから逃げようとしてお母さんを拒絶したのではないのでしょうか。今は大丈夫だけれど、もし目がおおごとになったときにはお母さんに助けてもらう状況を作っておきたくて連絡してきたのだと思いますがいかがでしょうか」

K 母さん 「私のかってな心配が負担になってしまったんですね。今やっと分かった気がします」

田口 「先回りは不要なんですよ。娘さんを信頼して頼まれたことに対しては誠心誠意、実行しましょうね」

下記プログラム表の黒文字は月例会 紫文字は学習会にて実施
 会場・・・岩槻駅東口コミュニティセンター(岩槻 WATSU) 地図参照
 東武線岩槻駅東口から徒歩 1 分 ☎048-758-6500 岩槻区本町 3-1-1
 参加費用…月例会(第 1 日曜日)1,000 円 学習会(第 2 金曜日)1,500 円
 お問い合わせ…田口 080-3176-6674 048-651-7353



2 月月例会 13:00	障害年金ってどんな人がもらえるの ? コロナ 3 波のため休止	浜田裕也 社会保険労務士	岩槻 WATSU 5F
2 月学習会 13:30	家族以外の人とのつながりを作る コロナ 3 波のため休止	高橋 晋 家族相談士	岩槻 WATSU 2F

就労継続支援 B 型『きずな工房』のご案内

★事務局の近くにある就労継続支援事業所「きずな工房」機械部品等の組み立て作業を行い賃金が出ます。(椅子に座っての軽作業)生活リズムの立て直しや就労へ半歩進めたい方は体力回復と就労訓練にお役立てください。希望者には就職のサポートもおこないます。(1h/1日利用可)利用者負担金なし。交通費は自己負担。市内、市外の方。精神、発達、知的、難病の方対象。男女65才未満の方OK★医療機関に受診されていない方はご相談ください。書類提出で対象となります。
★見学、相談、体験、ご希望の方は下記にご連絡を!
★けやきの会の青年が現在 6 名(男性 4 女性 2)通所中。
★8 名(男性 7 女性 1)は就職しました。
さいたま市北区本郷町 166-1(ベルクそば ファミリーマート隣)
(アクセス) ・JR宇都宮線 土呂駅西口 から徒歩13分
・大宮駅東口から 宮原駅東口行きバス 前原下車 徒歩 5 分
きずな工房 ☎ 048-788-2533 または田口 048-651-7353

就労継続支援 B 型『つみ喜』のご案内

★社会へ半歩踏み出してみようと思ったとき、『つみ喜』のやさしいスタッフが温かく迎えてサポートしてくれます。おせんべいの袋にシール貼りをするなど軽作業をとおり、ゆっくりと人に慣れていきましょう。生活リズムも無理せず徐々に整える練習ができます。現在、当会から女子 1 人が通所中です★就職のサポートも実施。★利用料無料。連絡は下記又田口へ。同行支援もしますからご連絡ください。
さいたま市見沼区東門前 461-1 七里駅徒歩 3 分 048-720-8639

CVN 家族教室 朝霞ルーム (併財市民センター)

全体会◆開催は石川清 (CVN 家族教室)のブログをご覧ください
併財市民センター 個別相談 ミニゼミ 14:00~17:30
(訪問サポート・南国への旅費・滞在・サポート等有料)
青年居場所 18:30… ◆石川清のブログで開催予定をご確認ください。けやきの会事務局で対応はできません。

当事者居場所 さくら草クラブ

🌸(ココ・カラ すまいる)

2 月は休止します(安全を優先のため)

軽い体操や小物作り、ネイルアート、カルタなど参加者同士でやりたいと思う事を話し合って企画します。こころと体をほぐしにきませんか!! 仲間と会ってみたいと思ったら、気が向いたら、お気軽に見学できます。初めての方は**要ご連絡**



🌸 **仕事体験ができる居場所**

2021 年 3 月は休止します 会報の封入作業午後は月例会の受付補助と封筒の切手貼りをおこないます。ご本人の体調に合わせて午前のみ、午後のみでも参加いただけます。まだ働く自信がないと思っている青年に最適です。親ごさんと同伴いただく事もできます。

◇青年たちへ、相談タイムを設けています (無料)
50 歳代の方も歓迎、性別を問いません

おやごさんのみのお手伝いも歓迎です

おやごさんにはけやきの会入会を
お願いしています



- **推薦図書** 当会作成「学習会記録集」月例会、学習会にて販売 1,000 円。送付は 1,300 円 下記の諏訪部に申込
- 県内の公的機関の情報を知りたい方はご連絡を!

「親亡きあとの子のマネーぷらん」ハンドブック販売 KHJ けやきの会 作成 保存用



将来の子の経済に漠然としたイメージや不安を抱いていませんか?本書はキャッシュフロー表の作成だけで終わることなく問題を明らかにしたうえで今から講じられる具体案を提示しています。実行に移しやすい内容となっています。

月例会場 1000 円 / 送付ご希望 1200 円 (郵便払込票を同封してお送りします)

◆送付ご希望の方は葉書にて下記要領でお申込みください

〒番号、ご住所、お名前、「親亡きあとの子のマネーぷらん」と明記
葉書の宛先・・・〒330-0836 さいたま市 大宮区 大原 7-2-1-1-5

諏訪部 絹枝 宛