



けやきの会便り

NPO法人 KHJ 埼玉「けやきの会家族会」会報 No198 (2021年4月4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。首都圏のコロナ感染者数の減少が鈍化しているのが気になるところですが、いつまでも活動を休止のままにしておくこともできません。そこで理事と協議し4月までは休止し5月から通常の活動を再開することに決めましたのでお知らせします。5月の月例会、学習会は3頁の表にてご確認ください。

昨年NHKのテレビで放映されたドラマ「こもりびと」に大きな共感や反響がありました。今回は会員の橋本透様が「こもりびと」の感想にのせて、お子さんへの思いを綴ってくださいました。

★子の幸せを願わない親はいない〜ドラマ「こもりびと」の感想を込めての思い〜橋本透氏

私の両親は明治生まれで、関東大震災や戦争の災禍をくぐり抜け、4人の子どもを育て懸命に生きてきました。父は裸一貫で所帯を持ち、勤勉実直で温厚、母は気丈で厳しいが、愛情のある子育てで支え、大変苦労してきたと思います。父は事情があって晩婚で、私は40歳の時の長男として生まれました。初めての男子の誕生で両親は大変喜んだそうです。そんな両親の背中を見て育った私は、早く両親を安心させたいとの思いで同居を条件に結婚しました。3人の子どもを授かり、7人の大家族を養うために必死に働きました。運よく高度成長時代で経済環境に恵まれて、順調な会社人生を送ることができたと思っています。現在は「こもりびと」の息子(長男・50代)との関係修復をめざして、3年前より家族会に参加、学び続けています。今回のドラマですが、子の幸せを願う親の気持ちは全く同じで、身につまされる思いで見入ってしまいました。余命宣告を受けても自分の身体のことよりも、必死に子どもを守ろうとする親心に深い感銘を覚えました。縁があって親子となっても、子どもは言うまでもなく独立した人格を持った個の人間です。当然親の思いどおりにはなりません。そんな中で自分の命よりも子どもとの関係修復を優先し、葛藤しながら慣れないSNSを利用し息子を理解しようとする親、死のうとする息子に必死に「生きていて欲しい」と訴える親の姿に感動しました。親子と言えども生き方、価値観が異なるのはあたりまえです。育った時代、経済・社会・家庭環境が全く異なるからです。しかし私も息子に対して知らず知らずのうちに自分の価値観を押し付けてきたのではないかと、との反省もあります。「働かざる者は食うべからず」の価値観は私にも刷り込まれています。親は子どもを守るために、また子の幸せを願って自分が良かれと思うことを子に伝えようとするのです。最近では親子の関係も所詮は他人と割り切って、「他人と過去は変えられないが、自分と未来は変えられる」と思い、子どもを変えようとせず、自分(親)が変わることが先決だと思っています。ドラマの最終場面(父親の葬儀)で、息子が自ら喪主の挨拶をやると申し出て、その挨拶の中で親の気持ちを受けとめ、「父のために生きる」ことを約束しドラマは終了しました。しかし現実を考えると、ひとり残された息子が、この後どのように生きて生活していくのか気がかりで、ハッピーエンドではなく続編を期待したい気持ちが残りました。

「ひきこもり」は決して本人や家族の責任ではなく、社会の問題だと思っています。現状は残念ながら分断する方向に向かっており、多様性を重視する社会、「おたがいさま」で支え合う共生社会を再構築しなければなりません。

私も今年で傘寿を迎え、残された時間を意識するようになりました。また当事者として「8050問題」にも強い関心と問題意識を持っています。ファイナンシャル・プランナー(FP)の知識と経験を活かし、息子とマネープラン、ライフプランを一緒に考え、話し合える日が来ることを夢んでいます。

New!【親亡きあとのマネー相談 障害年金】

「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】 6/19(土)14時予定

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
土日祝も対応
(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きます)★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

＜おすすめ図書のご案内＞

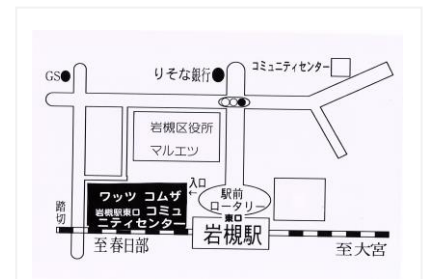
「学習会記録集」「親亡きあとの子のマネーぷらん」 KHJ 埼玉けやきの会発行 購入方法は4頁
 特別講義「ひきこもり大学」潮出版社 当事者が伝える「心のトビラ」を開くヒント
 「ひきこもり救出マニュアル 理論編」「ひきこもり救出マニュアル 実践編」 齋藤環 ちくま文庫
 ・・・・☆☆月・・・★↓☆・・・☆☆☆・・・★☆☆月・・・☆☆月↓・・・☆☆月・・・

「私のコロナ禍の読書」・・・家にいる時間が多くなったので今までに最後まで読まずじまっていた本を棚から取り出しました。特に印象深かった本は五木寛之さんの「大河の一滴」・・・本当のプラス思考とは絶望の底の底で光を見た人間の全身での驚きである。そこへ達するには、マイナス思考の極限まで降りていくことしか出発点はない。私たちはすべて地獄に生まれてくるのである。その地獄のなかで、私たちはときとして思いがけない小さな喜びや、友情や、見知らぬ人の善意や、奇跡のような愛に出会うことがある。その一瞬を極楽というのだ・・・珠玉の言霊がちりばめられていて感慨深いです。

「私のコロナ禍で見つけた楽しみ」・・・テレビを観る楽しみを再発見。特に好きな番組はBS「刑事コロンボ」「英雄たちの選択」「ヒューマニエンス」NHK「大河ドラマ」「きょうの料理」。なかでも私の一番のファンはオンボロ車とヨレヨレのコートといういでたちで登場の人間味あふれる刑事コロンボさん。殺人犯のアリバイを崩していくアプローチがおもしろい。水曜は朝からワクワク、夕食もお風呂もドンドンかたづけて部屋の灯りを下げて映画館気分ひたります。

「私のコロナ禍のウオーキング」・・・毎日、近くの公園や川べりをウオーキングしています。川ではカワセミや白鷺に出会ったり、かめや鯉も泳いでいます。民家で野菜や夏ミカン、花の苗などを100円で売っているところもあります。富士山がよく見える日は、気持ちが晴れます。公園の植物は、2月下旬頃から、もう芽ぶきはじめています。ウオーキングにかぎらず、身体を動かして掃除をしたり、料理をしたりすることは、心を整えてくれると感じます。

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



5月の月例会・学習会を開催します。

5/2(日) 13:00	エンディングノートの上手な活用法 親御さんとひきこもりのお子さんの安心のために	橋本透ファイナンシャルプランナー KHJピアサポーター	岩槻WATSU 5F
5/14(金) 13:30	家族以外の人とのつながりを作る	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

当事者居場所 さくら草クラブ

🌸(ココ・カラ すまいる)

4 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**

4 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み。

● **県内の公的機関の情報を知りたい方はご連絡を!**
「生き抜く」の冊子にも掲載。

「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