

4

No. 207  
Apr. 2015

ひこもり従事者研修報告

特集:ひきこもり当事者と向き合い「社会につながる」仕組みの構築へ

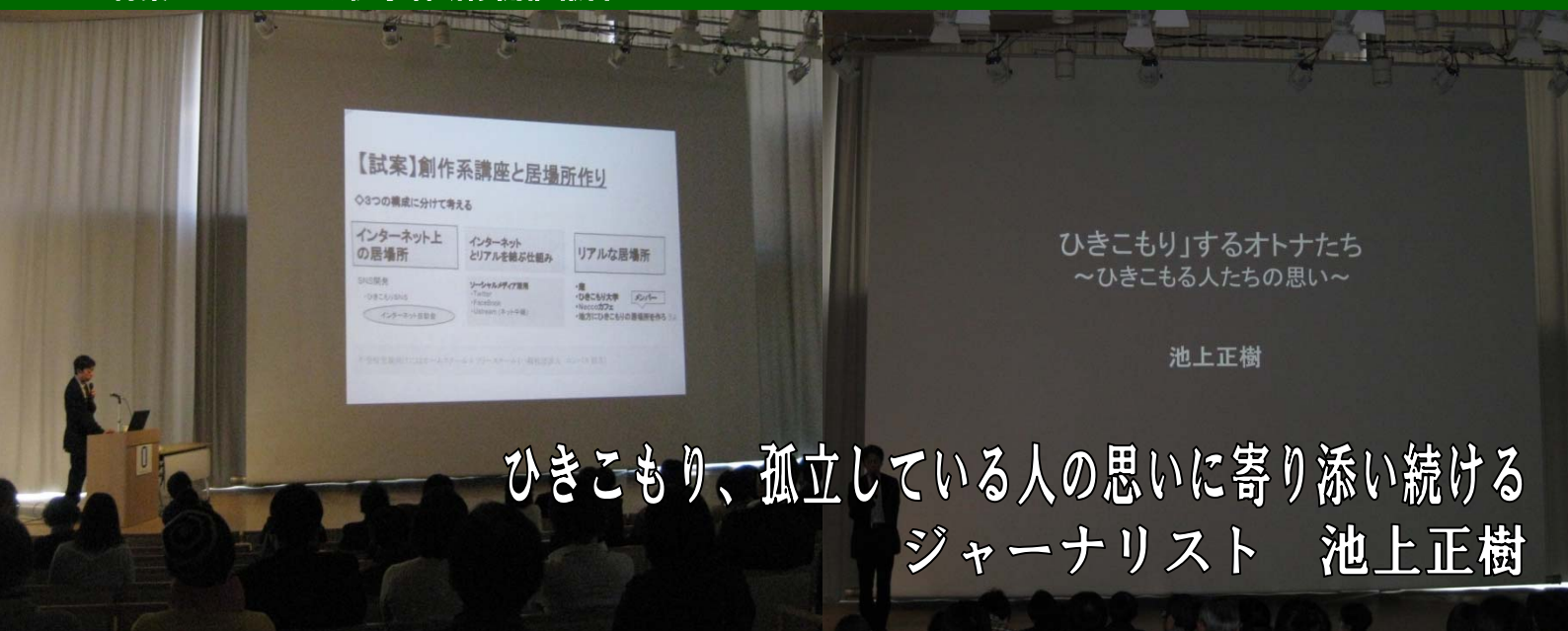
ひきこもり、孤立している人の思いに寄り添い続ける  
ジャーナリスト 池上正樹

 ASUNARO

ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティー誌





ひきこもり、孤立している人の思いに寄り添い続ける  
ジャーナリスト 池上正樹

# ひきこもり当事者と向き合い 「社会につながる」仕組みの構築へ

## 緘黙症により 辛かった小学校時代

私は、十八年くらい前からひきこもりの取材が続けてきました。本業はジャーナリストです。最初は記者としてこの問題をずっと取材してきたのですが、平成十二年、ひきこもり家族会が全国組織になった際、同行取材に入ったことをきっかけに、本業を超えてボランティアとして、当事者・家族の方々と一緒に関係性を作り活動するようになりました。

なぜ活動が続いているのかと言いますと、私自身が小学校の六年間、クラスメートの誰とも、一言も話せないという経験があり、非常に辛い思いをしていたからです。休憩時間になると教室の窓のところにいき、カーテンの内側に入り自

現在、ひきこもり状態にある人の高齢化、長期化が指摘されており、ひきこもり支援の在り方が問われています。家庭の中にひきこもっている多くの方々が、公的・民間それぞれのひきこもり支援の場に行かず、支援の手が差し伸べられていないのが現状です。

3月24日(火)、社会福祉法人あすなろ福祉会主催による、「ひきこもり支援従事者研修」を開催しました。定員100名を超える多くの方のご参加を頂き、ひきこもりに対する関心の高さを改めて実感しました。

研修会の内容は、2部構成とし、1部では「岡山市ひきこもり支援の現状と課題」として、岡山市ひきこもり支援センター、ひきこもり支援センターあすなろ（あすてつぷ）からの報告を行いました。

2部では、ジャーナリスト池上正樹さんによる、『「ひきこもり」するオトナたち～ひきこもる人たちの思い～』の講演会を行いました。ご自身の取材経験を基に、当事者・家族の思いを当事者目線で伝えて頂き、ひきこもりを取り巻く環境や支援活動について学ぶことが出来る機会となりました。今月号では、池上正樹さんの講演内容をご紹介します。

分の姿を消してずっと外を見て、六年間過しました。私にとつての六年間はとても長く、孤独なのは自分だけだと思っていました。

最近になって、緘黙症<sup>かんもくしょう</sup>の症状であるということを知り、家族会、当事者会がある事を知りました。もし、その時に情報を誰かが伝えてくれたら、あんなに辛い思いをしなくて済んだかもしれせん。当時、教師も親も、緘黙症について知らなかったのではないかと思います。

現在は人前で話していますが、とても苦手です。緘黙症は大人になっても続いています。あの頃の自分のところへ飛んで行けるなら、同じような人がたくさんいる事を教えてあげたいです。

孤立している人たちにとって、情報は大切です。どんな情報でも良いので、出

来る限り伝えていくことが必要です。これは、緘黙症に限らず、ひきこもりの問題にも共通していると思います。この思いが、私の活動の原源になっています。

五年程前から、ネットメディアの「ダイヤモンドオンライン」という中で「ひきこもりする大人たち」というタイトルで連載を続けています。この連載は半年で終わるはずだったのですが、反響が大きくなり、今だにランキングでは上位にランクインされ、人気の連載となっています。

最初は一方通行でやっていたのですが、途中から記事の一番最後に、アドレスをつけるようにし、読者とのやり取りをするようにしました。記事の反応が知れたかったのです。

アドレスをつけると、毎日メールが来るようになります。ほとんどが当事者の人達からでした。中には、家から全く出られない人からもありましたが、メールを通してなら話も出来、情報も伝え合うことが出来ます。辛いという状況のメールは、毎日届いていますが、それを出来る限り同じように苦しんでいる人たちに届けることが出来る様、随時発信するようにしています。



## 兵庫県淡路島

### 5人刺殺事件の背景

今年三月九日、兵庫県淡路島で五人の方が殺害されるという事件がありました。その容疑者とされる四十歳の男は、ひきこもり状態が二十年以上続いていたそうです。

この事件について、新聞記事を拾い集め、どのように報道されているのか調べてみました。キーワードを拾い上げると、「四十歳 孤独 地方に住んでいる 姿を見ない 小学校中学校時代は優しかった、中学校の時にじめをきつかけに、高校から不登校になった 中学校の途中から不登校 高校中退」

近所の人はほとんど顔見知りで、名前で呼び合える程小さなコミュニティでした。容疑者の父親が、息子が外出している姿を見たら、一〇番通報して欲しいと、近所の人にお願ひしていたそうです。これ自体が虐待だと思えます。外を歩いているだけで不審者扱いされ、恐いと周囲から思われていると報道されています。本人から見ると、外へ出るのが怖いのだと思います。だから、ひきこもらざるを得ないという状況があるのでしょうか。

記者の中には、「親の愛情不足が原因

だ」とコメントしている人がいました。又は、「個人の問題である」というような見方、何とか妄想性障害だとか統合失調症だとか、事実は分からないにも関わらず、そのような見方をしている人もいます。

### 欠けているのは 当事者の視点

私は、非常に重要な部分が欠けていると思います。本人の中で何が起こっていたのか、そういう見方が全くされていません。当事者の視点がないということなんです。「本人のやったことは悪いし、そんな事件を自分はやらない」と皆言うでしょう。追い詰められた結果の犯行なのか分からないですが、家庭の中でも「入院させる」とか、「通報する」などと言われ、本人の居場所がなかったんじゃないかと想像できます。

これは、個人の問題とか親の愛情不足とかではなく、もっと地域の中で、皆で考えて行かないといけない課題だったのではないかと思います。

このような私のコメントを記事に書いたのですが、その後、二、三日で、三十通程のメールを頂きました。

四十歳代前後の人たちからが多かったのですが、「他人事ではない、自分も外部との関わりが途絶えてしまっている



池上正樹氏（左から3番目）と関係スタッフ

### ひきこもる入口は様々 大切なのは一人の人間であること

ひきこもりというのは社会から孤立している状態で、他人との関係性がないという事ですが、本人の視点から見ると、

最近ではひきこもり就労という強い支援が普通になってきている。ただ自分達だって人間。尊重して欲しいというのが本音。一方、家族からもメールをもらっています。「他人事ではありません。状況は全く一緒です。我が子もいつか、と心配しています。何か方法がありましたら教えて下さい」。いずれの家族も、このような事件を起こすのではないかと危惧しているという内容でした。



散々社会や学校で傷つけられてきたから、これ以上傷つけられたくない、傷つけたくない、迷惑をかけたくないという生き辛い社会の中で、自分を防御する手段として、ひきこもりざるを得ないという事だと思えます。生きる意義とか意力を失って諦めの境地に立った人たちなのではないかと思えます。

ひきこもりという概念とはどういうものなのか、私なりに推論しました。人は誰でも大なり小なり凸凹があります。私自身もあります。ただ、凸凹の凹が多ければ、それだけが目立ってしまい、はじかれたりいじめの対象になってしまい、それをきっかけに傷つけられて離脱してしまふ、ということがあります。でも凸凹の凸の部分を活かす事が出来れば、社会で上手くいく可能性もあります。凸凹が拠出している人たちが、発達障害と診断されるのだと思いますが、診断名や定義、ニートなど、実態のないレッテルによって、便宜上分類されることは、あまりひきこもる本人にとって、家族にとっても意味のないことだと思えます。また、年齢で上限を区切る根拠はありません。これまで日本では、ひきこもり支援は三十九歳までとされてきました。しかし、考えてみたら四十歳になった途端にひきこもりではない、というのはおかしい話であって、区切る根拠やエビデ

ンスはないという事なんですね。ひきこもりというのは、入り口は様々ですが、状態像が共通していることでひきこもりと呼ばれるだけであり、大切な事は、一人の人間であるという事だと思えます。

## セーフティーネットの 谷間の人たちの救済措置を

ひきこもる人の特性ですが、これまでのものすごい数の（少なくとも数百人）人とお会いしてお話していますが、印象はとも空気を読んで、大変、気遣いする人たちだと思えます。気遣いをする余り、ストレスになって疲れてしまふということが起きているのだと思えます。感受性がむき出しになっているからこそ、人一倍色んなものが見えたり、感じられたりするのだと思えます。一方で、無神経な人や適当な人は、ひきこもらないのではないかと感じています。

仕事したいと思つて、やりたい事があるにも関わらず、他の誰かが、自分のイスに座りたいと知った途端に競争から降りてしまふ、譲ってしまうという心優しい持ち主が結果的にひきこもってしまうという選択肢になってしまふのだと思えます。社会から撤退することで、次第に生きていく事の意義、意欲を失っていくのではないかと想像出来ます。

本当に救済が必要なのはそのような人達なのです。生きていく意義、意欲を失った、あきらめの境地に立っているのに、そこまでして人のお世話になってま



## 実態を映し出していない

## ひきこもりガイドライン

ひきこもりのガイドラインに関してですが、唯一のエビデンスになっているのは、今から五年前に出されたものです。ひきこもる要因を調べたところ、第一位は発達障害で二七％、四人に一人は発達障害。二二％が不安障害や社会不安障害。パーソナリティー障害でした。これは、全国五か所の精神保健福祉センター

の、外来の方達が対象の数字ですので、医療的な支援を必要としている人たちが対象となつて分母となっています。これはひきこもりの全容を示すようなデータにはなっていません。もう一度調査が必要ではないかと思えます。

数字ですが、これが最大の問題です。平成二十二年の内閣府の調査で、七十七万人予備軍を入れると二百二十五万人の人がひきこもりであるとされています。これは三十九歳までの調査であつて、三十五歳から三十九歳までの年代が多く割合を示しています。今現在では、これらの方々は、四十歳以上になっているでしょう。すでに現実にはそぐわないというの

は間違いないと思えます。実際に自治体の調査で島根県、山形県の調査では四十歳以上が半数を超えています。島根県に至っては四十歳代以上が一番多くいました。秋田県藤里町という小さな過疎地では、一件ずつ個別調査を行い、十人に一人はひきこもり状態だったという結果が出ていたのですが、四十歳代が半数近くいました。東京都町田市、保健所の実態調査ですが、四十歳代が約三割を超えるというデータも出ています。

ひきこもりの人の数についてですが、異性愛が前提の社会で生き辛さを感じている、セクシャルマイノリティーの方達は、調査対象から外されています。調査書の性別欄に男か女しかないので、かなりの人達がいるはずですが、数字がなかったことになっているのです。

起きています。

又、主婦の中で同じようなひきこもり状態になっている人が多くいます。様々な理由があるのですが、妻は夫の所有物だという、昔ながらの価値感に束縛されている人、出産を機に会社を休職あるいは退職し子育てに専念するも、ママ友のコミュニティに馴染むことが出来ず疎外感を感じ、社会では活躍できたのに、ママ友の会話にはついていけないという話を良く聞きます。

そこにあるのは諦め、沈黙、内面は本質的にひきこもりの人達と変わりません。いつも家にいても誰も困らない為、顕在化しないという事が起きています。このような人達のひきこもり状態にしても、調査対象から自宅で家事育児と回答したものを除くという項目がありますので、数字に表れていません。社会が想定していない人達だという事です。

誰でも起こりうるのに、家族にひきこもりの人がいるということ自体が、誰にも言えないという状況が起きてしまい、家の恥だという意識や、友人にも会社の同僚にも言えなくなってしまう、次第に社会とのつながりや情報がなくなってしまう。情報は一番大事なのに、それがなくなると、選択肢がなくなってしまう。そうするとどうすればいいかわからなくなり、地域の中で家族ごとひきこもっていくという事が起きています。民生委員さんさえ分からない状況があります。知られたくないという思いもあり、それが結果的に色んな悲劇になってしまっているのです。

こういふ状況は日本全国あちこちで

## 本人のペースに合わせた 本人が希望する支援が必要

一旦社会から離脱すると訓練対象、治療対象となり、金銭的な負担を強いられる、傷つけられるということが起っています。

ひきこもるといっても様々な背景がありそれぞれペースがみんな違うのです。非常にゆつくりしたペースの人もあります。

しかし、地域サポートステーションでは、半年以内に就労というノルマを課せられているという現状があります。ひきこもりというと、「そこに行きなさい」と言われ、行つてはみたものの、いきなり就労メニューを勧められ驚いたという話を聞きます。それぞれの状況に合ったメニュー作りが必要だと思います。

ひきこもり支援においての問題は、基準がないということです。やり方が支援機関により様々で、とても一生懸命やっておられる所もあるのですが、中にはノルマ、数値に重きをおいて、成果至上主義の人達が現れています。

もう一つ問題なのは、相談には行くけれど、そこから先がない、という事は本当に良く聞きます。外に出ると言われますが、出たらどこに行けば良いのか、将来の道筋が自分にも家族にも見えない、そのようなことが起きています。

その背景にあるのは、なぜ私以外の他人が、私の人生の事を勝手に決めるのか、

という当事者たちの憤りがあるように思えます。支援の現場でミスマッチが起きているということです。当事者の目線で、本人のペースに配慮しながら、本人の望む支援の設計は必要です。



## ひきこもりからの脱出には 関係性の再構築が必須

ひきこもり当事者からのメールで、「挫折してしまう原因は人間関係や支えがなかったことによるもの。理解してくれる人が欲しい。孤立が増すばかりです。私は苦しんでいる人の強い味方になるかもしれない、それが使命なのかな。ただただどうしていいかわからない手段が分からない。」

挫折感を乗り越える為にはどうしたら良いかなどたずねる内容もあり、一生懸命生きる為に、多くの人達は考えているのです。きちんと分析も出来ているのです。

最近では、生活困窮についての相談がとて増えています。

「自分の部屋で寝たきりで全く出られない。生活が困っていて、実家暮らしだけれども、保険料を納めていないから保険証が発行出来ない。両親も多額の借金があり、母のパートのみで貧しい生活をしている。」

このような方々には、きちんと情報を提供してあげられる存在が必要なんだと思います。誰に助けを求めればいいのか、そもそも助けを求めているのかすら分かんず、声を出したいのにほんの小さな勇氣すら湧かなくなる人がいるように思います。

色々な想いや言葉を封じ込められて、なかったことにしようとするような社会全体の風潮があります。思っていることや、感情を言葉にしていけることは大事なことです。今、当事者たちがネット上で発信したり、つながりをひろげていますが、しかし、現実社会では上下関係が中心です。大事なものはひきこもらざるを得なかった人の思いを受け止めて、関係性を構築する仕組みが大切です。それが出来るのは周囲の人達、理解のある人たちなのではないでしょうか。

当事者の中で起こっていることを真ん中に置き、多様な情報や価値観により色々な選択が出来るように、一緒に考えていくことが大切です。

## 当事者同士がつながり 発信できる仕組み作り

私達は、ボランティアで「ひきこもりフューチャーセッション庵」を二年半前から始めました。これは、フラットな関係で、平等にみんなが未来の仕組みを考えていくという対話の場です。企業の中でイノベーションを起こす為に、大手企業で行われているセッションのことで、ひきこもりの問題にも特化出来る



のではないかと思い始めました。

このセッションに答えはなく、「ひきこもりが問題ではない世の中」をテーマにセッション（対話）を行います。当事者、家族、支援者、ひきこもりに関心のあるというすべての人が対象です。参加している当事者たちが、自分たちで何か出来るかもという可能性を感じられるようになったと話しています。

偶数月の第一日曜日に東京で開催しています。十数人からスタートしましたが、二月の「庵」は百人を超える参加者が集まりました。半数以上が当事者です。多様な人達がいるので、参加しやすいという感想を聞いています。

「庵」のいくつか生まれたアイデアの一つに「ひきこもり大学」というのがあります。当事者が先生になり、ひきこもっていた経験や知識・知恵を家族、関心のある一般の人たちに伝えることによって、周囲の誤解を解き、家族関係を改善していくことにあります。学部学科も話をする先生（当事者）が、自由にネーミングします。生徒は、授業の後、もし価値があると思ったら、その分の金額を授業料として寄付金箱に募金をして頂きます。これは、先生を務める当事者の交通費などの報酬に充ててもらおうというのが趣旨です。ワンコインで良いと言っていますが、結構な額、一万円から二万円も集まります。

開講された学科のネーミングも様々なで、「生きていたいと思うようになりたいたい学科」「弱さでつながる学科」「幸せな生き方研究学科」「ひきこもり、不登校、

セクマイ仕事学科」など様々です。

百人くらい集まる会もあれば、二十人くらいの参加者が集まる場合もあります。家族向きで始まった、「ひきこもり大学」は、テーマを自分たち当事者で決めるので、自分と同じ状況の当事者が遠くからも集まるようになりました。ホームページも作っており、皆でつくる「ひきこもり大学」にしています。

## 新たなひきこもり支援の 仕組み作りに向けて

これからのひきこもり策についてですが、今年、三月九日に厚生労働省の社会保局で課長会議というのが開かれたのですが、総務課長がこのような発言をしています。

「ひきこもり問題も生活困窮者自立支援法の相談事業の一つとして位置付けた。ひきこもり地域支援センターの事業については、生活困窮者自立支援法の任意事業として継続実施していくこととする。地域の社会資源との密接な連携協力を」「当事者団体である全国ひきこもりKJHJ親の会（家族会連合会）とも連携協力を」等を骨子として出しています。

今年、四月一日からは、「生活困窮者自立支援法」が始まり、福祉事務所がある市町村で窓口が設置されます。経済的理由だけではなく、社会的に孤立している人など様々な生活困難を抱える人たちも対象に含まれています。相談事業、職業訓練も行われ、ひきこもり支援も行

われることになっています。

これまで相談出来なかった人が、今回の支援制度で相談に訪れることが出来る相談ケースが増えてくる可能性が高いことが予想されています。今後、本人や家族を、どのようにして社会とつなげていくのか、というネットワークづくりが重要になってくるでしょう。

ひきこもり地域支援センターは、行政支援団体、当事者側である「KJHJ親の会」等でネットワーク作りを行い、様々な社会資源が繋がっていくことが可能となるような仕組みを作っていく必要があります。

更にこれまでは、ひきこもり地域支援センターと家族や当事者本人という、相談と支援を行うという関係性だったのが、ここに新たに、「生活困窮者自立支援法」に基づく相談窓口が設置されるという事で、ひきこもり地域支援センターと生活困窮者自立支援法に関わる窓口が連携し、情報共有していく事が今後必要になるのではないかと思います。ひきこもり親の会（家族会）が社会、資源と繋がっていくことで、当事者たちの出入りがあり、社会への道筋、生きていく為の選択肢が増えていく作業がこれから必要になると思います。新しい家族支援の在り方と仕組みはこれから必要となると思います。

## アンケートから感想紹介

★ひきこもりの人達の気持ちが分かって、自分だけじゃないんだと分かりました。

★ひきこもりを直そうとするのではなく、認めた上で、色々なやり方を考えていこうとする方法が始まっているように感じられた。

★ひきこもりの人も苦しんでいるという事を知りました。社会ももう少し、こういった人たちの理解を持つて欲しいです。

★このような支援があることを初めて知りました。セミナーの内容も大変良かったし、講師の方の声のトーンがとても良く居心地の良さを感じました。★池上さんがしっかりと取材をされて、当事者である私の代弁をしてくれたと感じました。

★「ひきこもり」を一言で言っても、その背景や原因は様々であることを知り勉強になりました。

★ひきこもりは誰にでも起こる事だと思います。そういった時にどのように対処したら良いか、考えさせられる講演でした。

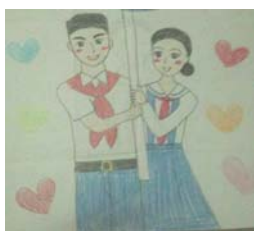
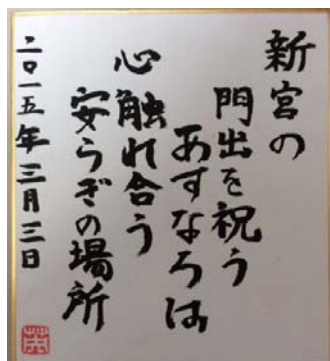
★支援者としては、当事者が安心できる場をどれだけ作ることが出来るか、ということ胸に、続けていきたいと思っています。

★このようなセミナーを定期的に開いて欲しい。



4月にはいいましたね☆春に食べたくなるものは何ですか？個人的には桜餅です。見た目の可愛さと塩漬けされた桜の葉のアクセントと香りがたません！！

## 投稿コーナー☆



↑さかもとゆかさんの作品

←瑛聖さんの作品

人生は旅だと人は言う  
なら癒やしもまた人生の寄り道  
宛ての無い旅ほど  
寄り道がしたくなる  
寄り道しながら辿り着いた終着点に  
人は何を見つめるだろう  
思い出に残る記憶は  
終着点よりも  
寄り道の方かも知れない  
匿名希望

平成27年3月13日(金)に6名で手芸サークルを行いました。いつもはそれぞれのやりたい活動を持ち込みで行うことが多いのですが、今回はピアセンタークローバーのマスコットキャラクターである『たまごとり』を一緒に作りました★音楽を聴きながら、みんなで作成し、癒しの時間になりました♪かわいらしい「たまごとり」がたくさん完成しました☆☆☆☆



## 手芸サークル たまごとり作ったよ☆



つづきをしたよ★  
四月二日(木)に七名で開催しました。テーマは『印象に残っているアニメについて』で、様々なアニメについての話をしました。  
『新世紀エヴァンゲリオン』で最新の映画版はどうかあという印象だったが、始めのときに見た衝撃や人類補完計画という内容が印象強く残っている。「サザエさんの家族構成がいいなあと思う。昔のことを思い出して、ほっこりできる。」「アニメはなかなか見ないけれども、レディースの漫画はよく見ている。ドクタースランプアラレちゃんが一番良い。すごいスピードと破壊力に知能、どれをとっても最高！」  
などの話が出ました★その後、『宮崎映画のNo.1は何か』という話題になり「天空の城ラピュタ」「もののけ姫」「ハウルの動く城」「トトロ」「ナウシカ」などの名前が出ました。最後は今回のテーマを話し合い『思い出の歌謡曲』はどうかということになりました。みなさんの参加をお待ちしています。

# ぱるっ広場

感想・投稿 募集中!  
詩、俳句、絵、ジャンル不問です。郵便、メールfax等でご投稿下さい♪待ってます★

## 古楽日和

藤井健喜

日本人の多くが都市部や郊外の大規模ショッピングセンターへ行くようになってからというもの、日本各地の商店街は寂れてしまった。多くの人は車を使ってこうした商業施設で買い物をするため、商店街の店のほとんどが店を閉めてしまった。小さな店の多い商店街では、こうした大規模施設の品揃えには対抗できなかった。

だが、たとえば毎日の食料品を買いに行くのに、こうしたショッピングセンターへ車で出かけるといったことを繰り返すとすると、結構大変だ。それまでは徒歩で行ける近所の食料品店やスーパーマーケットがあったのに、こうした大規模施設ができて競争に負けてしまい店を閉じてしまったため、これらの施設へ行かざるを得なくなった、という事態もあるかも知れない。いや、実際、近くの店がなくなってしまうたら、そういうことになる人もいだろう。

さらに、車が使えない人はまだいい。体が不自由な人とか高齢者とか、車の運転のできない人は、こうした施設へ電車やバスやタクシーを使わなければならない。交通費はかかるし、また面倒でもある。

ある商品が欲しい場合、従来は徒歩で行ける近所の店に行って買っていたが、大規模商業施設ができて、そのあたりでこの近所の店がなくなってしまった。そこで仕方なくその大規模商業施設で買うことにしたが、従来とは異なり行き帰りの交通費がかかるようになった。こんな状況も大いにあり得ることだ。(次回に続く)



## （社福）あすなる福祉会 事業所移転記念式典&お披露目会 多くの皆様にご出席頂き、ありがとうございました。

三月二日（月）、（社福）あすなる福祉会事業所移転記念式典&オープンパーティーを開催しました。

式典四三名、オープンパーティー65名の方がご出席下さり、日頃より当法人の活動を温かく見守り、支えて下さっている皆様方に、新事業所を無事にお披露目することができました。式典では、新事業所の紹介に合わせ、利用者の体験発表を行い、三名の方があすなるの活動を通しての、リカバリーストーリーを語られました。『十七年間の精神科病院での入院から何もできないと思っていた自分がMOMOで働く事ができ、自分にもできることがあると思えるようになった。』（Kさん）『就労支援を受けて就職できた今の職場は、障害を理解してくれているので、自分を一社員として認めてくれている。私はこの会社で働き続けたい。』（Iさん）『仲間の役に立ちたい、自分にも何かできることがあるのではとピアサポート活動を始めた。今までは病気のことを隠していたが、今では誰にでも起こり得る事だからと前向きに考えられるようになった。』（Mさん）と堂々と語られる姿にこれからの希望を感じる事ができました。

式典、オープンパーティー共に多くの方が足を運んで下さり、お一人お一人からありがたいお言葉も頂き、皆様に支えられてこの活動があるのだと、あらためて実感致しました。今後とも人と人とのつながり、地域とのつながりを大事に、障がいのある仲間たちが、豊かで生きがいのある人生を送る事ができるような社会を築いていけるよう、邁進していきます。今後共よろしくお願い致します。



記念式典の様子



オープンパーティーも盛り上がりました♪  
みなさまに感謝感謝です。







記念に写真をパチリ☆



### あすなろの希望の木

式典やオープンパーティーに来て下さった方からも  
お言葉を頂きました。



グループワークも楽しく話ができ、元気をもらったよ！



お披露目会も多くの方が来てくれました。

続いて三月三日（火）は、利用者＆ご家族へのお披露目会を開催。六十五名の参加で、新事業所の説明会とグループワークを行いました。グループワークでは、それぞれの夢や希望を葉っぱに書いてもらい、「あすなろの木」を制作。一人一人の「元気の出ることだま集」も作りました♪

### 元気が出ることだま集

- リカバリー ○明日晴れるらしいよ！ ○サッカー
- フットサル ○ソフトボール ○ありがとう
- 三連休 ○ビール飲む？ ○キノコ ○えのき
- 弱気は最大の敵 ○世の中不可能などない
- 一期一会 ○なんくるないさー！ ○健康第一
- 大丈夫！ ○あなたはできているよ ○感謝
- あなたらしいね ○よく頑張っているね
- ピース ○やったー！ ○楽しい心で年をとりたい
- 笑顔であいさつ ○あすなろ福祉会
- いい笑顔ですね ○聴き上手ですね ○素直
- 元気百倍アンパンマン ○炎爆好きなバンド
- わしがやらねば誰がやる ○今やらねばいつやる。
- なんとかなる ○平和 ○平穩
- まずはできることから ○Liberation—解放—
- Trust—信頼— ○調和 ○穏やかに
- 楽しむ ○つながり ○和
- 明るくて元気なところが長所だよ！
- いつもありがとう
- おふくろの味は、コロッケ！ ○基礎が大事
- なんとかなるさ ○よく頑張ったね



## 岡精社協講演会に参加してきました！

三月十八日に行われた、岡山県精神障害者福祉事業者協議会主催の「take action 私たちにできること」という公開シンポジウムに行ってきました！今回は、三事業所の取り組みを紹介していただきました。

まずは、「就労移行支援事業所フリーデザイン」の発表。障がいのある方が「働く」ことで得る生活の豊かさを大切にしたいと考え、「とりあえずやってみる」という何事にも挑戦する姿勢に活力をもらいました。

次に、「つどいの杜 まりも」の発表。メンバーが安心して過ごせるだけではなく、だれもが気軽に來ることが出来る居場所づくりを目指す姿勢に、垣根なく居場所が開けている大切さについて考えられました。

最後は、「生活介護事業所ぬかつくとこ」の発表。利用者の特技や個性をものづくりという一つのジャンルにして、外に向けて発信する勢いに圧倒されました。紹介される取組一つ一つが、とてもおしゃれでした。

それぞれ分野や活動内容は異なるように見えますが、利用されている方が主体的に活動できることを大切にする姿勢、事業所がある地域や、福祉に関係がない人たちも巻き込んでいく姿勢は共通点であるように感じました。

今回学べたことを日々の関わりやこれからの活動に活かしたいと思います。（佐藤）



## お花見会二〇一五開催♪

四月七日、護国神社にてあすなろ福祉会お花見会が開催されました。

今年の花見のテーマは、『はるらんまん』つながりを大切に♪ということでした。このテーマには、あすなろが今年三月に移転し、花見に参加するみんなで仲間意識を高め、今後のつながりを深めてほしいというお花見実行委員会の思いが込められています。

前日まで天候が崩れ、当日はどうなることかと思いましたが、無事に開催することが出来、スタッフ・メンバー総勢五十三名が参加しました。朝早くからみんなでおにぎりづくりや、バーベキューの野菜をカットし、現地ではみんなで協力し、会場の設営を行いました。食事やゲームを通じ皆さんのつながりが深まった一日となったのではないのでしょうか。（田中）



## 家族交流会を開催しました☆

平成二七年三月一四日に第四四回「あすなろ家族の会 家族交流会」を開催しました。移転後初開催ということで表町の新事業所にて一二名のご家族が参加され交流しました。

近況報告と行ってみよう旅行先をお互いに伝え合い、悩んでいることを話し合いました。話題に挙がったことは、「同居している子供が家にこもって外へ出てくれない。親としては心配で、外へ出るきっかけをどうつくったらいいだろうか。」という悩みに対して、「自分の子どもも家から出ることができない時期があった。趣味を通じて外に出ることができた。自分の場合はスポーツだった。」「親が色々な情報を伝えて、子供が乗り気になったらラッキー。」「自分の場合は精神科専門の訪問看護に來てもらっている。子供の希望を聞いて一緒に外出をしてくれる。自分にも子供にも良い刺激になっている。」「親があせると子供伝わってしまう。気長に待つことも大事だった。必ず何かきっかけはあるはず。」などの意見がでました。

その後、今年度の計画を話し合い、おおまかな予定をたてました。六月には総会を行い、八月には新しくなったMOMOで食事を開催したい！十月には恒例となった小森家でのぶどう狩りを今から楽しみにしている。日帰り温泉などのホッとできるようなイベントも開催できたら良いな等話し合いました。



さて、一年ぶりのMOMOは、期待と不安が半分ずつ交差する中で始まりました。お客さんは来てくださるだろうか？そして満足していただけるだろうか？でも、一一時三〇分の開店時間後から次々とお客様が訪れ、一二時三〇分の時点で用意していた食数は完売となりました。不手際は色々ありましたが、確かな手応えと新しいMOMOの一步を踏み出した実感でいっぱいでした。

オープンから一ヶ月がたちましたが、まだまだMOMOは未完成です。どうすれば皆さんに満足していただけるか、笑顔になっていただけるか、スタッフ・メンバー共に意見を出し合いながらMOMOを作り上げているところです。お客様にとっても、私たちスタッフ・メンバーにとってもMOMOがほっとできる空間、そして元気が出る空間になることを願って邁進していきますので、これからも応援よろしくお願いします！

\*Facebook(フェイスブック)で様々な情報を発信しています。

\*日替わりランチは食数に限りがあります。事前にお電話いただければお一人様からでもお取り置きすることが可能です。☎（〇八六）二〇一・一七  
一八（日・月・祝日定休日）



ケーキセット 500円



日替わりランチ 700円  
週末ランチ 850円

(週末ランチはデザート・ドリンク付)

第五回・六回『癒し場』開催しました♪

～発達障害や対人関係が苦手の人の癒し場～

二月一七日(火)第五回癒し場を開催し、六名の方が参加されました。参加者の中に、趣味を通じて人と繋がれたというお話を伺うこともできました。最後に一人の方の悩みに対して良いところ探しを行いました。

そして三月一九日(木)に、表町にて第六回を開催しました。参加者は一二名でした。トークテーマとしては「気分の安定のさせ方」「好きなスポーツは何か?」「人と仲良くすること」と、うまくやっていくことの違いは?」「皆にとつて自分らしく生きるとはどういうことだと思えますか?」「頭の中がプチパニックになった時はどう対処している?」「最近寂しい気持ちになることが多いが、みんなはどうしている?」「自分は寝ていたらその気持ちから解放されるので大半を寝て過ごしてしまふ:」「片づけで困ること、悩むこと。」でした。おひとりおひとりの話したいテーマを皆で共有し合い最後に良いところ探しを前回同様行いました。また今回は移転後の初開催なのでソフトクテールを皆で頂きました。

見学・途中参加も歓迎です！

苦痛の中にいる人、苦痛から抜け出そうしている人、苦痛から抜け出した人  
 そんな苦痛と向き合う貴方と、ピーチモモ(元気なスタッフ)とクローバー(同じような苦痛を持つ利用者)が一緒に過ごさせて頂く、あすなろの木(第一歩・出会い・楽しい)の下で…



# INFORMATION

## 4月の予定

4月		
13	月	
14	火	PC講座 10 時～ 手話サークル 13 時～
15	水	健康講座「剣道」13 時～
16	木	テーブルゲーム 13 時～
17	金	ソフトボール 13 時～ 女子会 14 時～
18	土	お抹茶教室 14 時～
19	日	
20	月	
21	火	PC講座 10 時～ いやし場 13 時半～
22	水	WRAP10 時～ 健康講座「ハイキング」12 時半～
23	木	<div>23・23・25 日は 職員研修のためぱる閉所</div>
24	金	
25	土	
26	日	
27	月	
28	火	PC講座 10 時～ 芸術活動 13 時～
29	水	昭和の日
30	木	
5月		
1	金	ソフトボール 13 時～
2	土	
3	日	憲法記念日
4	月	みどりの日
5	火	こどもの日
6	水	振替休日
7	木	
8	金	ソフトボール 13 時～
9	土	
10	日	
11	月	
12	火	PC講座 10 時～ 芸術活動 13 時～
13	水	
14	木	
15	金	ソフトボール 13 時～

※日程が変更になることもありますのでご確認ください

## 17日（金） おしゃべり大好き女子集まれ！ 女子会♪

毎月1回、楽しい雰囲気の中、テーマを決めて  
女子トークに花を咲かせています。

時 間 14 時～15 時半  
場 所 ぱる・おかやま 2 階

## 18日（土）

### お抹茶教室

みんなでまったりお抹茶とおいしい和菓子を食べ  
ませんか？(^\_^)

時 間 14 時～15 時  
場 所 ぱる・おかやま 2 階 ※参加費 100 円

## 28日（火）

### 芸術活動 絵画・陶芸

絵や陶芸を通して独創的な作品と一緒に作りま  
しょう♪

時 間 絵画・陶芸 13 時～15 時  
場 所 本部（旧ぱる・おかやま）岡山市中区浜

## 21日（火） いやし場

発達障害・人間関係で悩んでいる方のいやし場

興味のある方はお気軽にご参加ください（\*^^\*）

時 間 13 時半～15 時  
場 所 ジョブサポートセンターあすなる

### <4月のピア電話相談日>

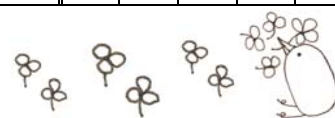
#### ピア電話相談とは

同じような病気の経  
験をしたピアサポーター  
グループクローバー  
が、お電話であなた  
のお悩みをお聞きし  
ています^^

ピア  
電話相談  
(086)  
201-1719

お気軽におかけ下さい！

	火	水	木	金	土
	14	15	16	17	18
AM	○	休	○	○	○
PM	○	休	○	○	○
	21	22	23	24	25
AM	○	休	休	休	休
PM	○	休	休	休	休
	28	29	30		
AM	○	休	○		
PM	○	休	○		



- 発行：社会福祉法人あすなる福祉会
- 〒700-0822 岡山市北区表町 3-7-27
- 編集：ぱる・おかやま
- TEL:086-201-1720 FAX:086-201-1713
- E-mail:pal-oka@mx35.tiki.ne.jp