

# KHJ秋田ばっけの会便り



KHJ秋田ばっけの会 会報No.98(2023年11月号)

皆さまいかがお過ごしでしょうか。

\* \* \*

## 第87回「集い」 11月11日(土)

久しぶりに参加の方を迎えて、15名で行いました。代表代理 St さんが新しいチャレンジで欠席のため、そのまた代理として当事者の Kn さんのご挨拶でスタートしました。ほぼ顔なじみとなった面々ですが、「今日の自分」を紹介していただきました。親と子の距離や空気の変化、自身の葛藤、本人の大学合格という嬉しいニュースなどの話題に続いて、Kn さんの話をきっかけに質問や意見や情報が飛び交い、広がり発展しました。〈皆が集中して話したり考えたりできエネルギーだ〉との Kf さんの感想通りの展開でした。

話の中からいくつか。〈オープンにする〉〈一人では抱えきれない、抱え込まない〉〈ババ友〉〈人と知り合い、つながる〉〈外との多角的なつながり〉〈ここはそのための場〉〈情報を渡す〉〈親の覚悟と思いを伝える〉

皆さんもプラスもマイナスもいろいろな思いを伝え合いませんか。ぜひ参加してみてください。

「秋田さきがけ」に『**普段づかいのセルフケアリング**』(安達茉莉子氏)が連載されています。11月20日の文から抜粋します。

〈(自分の機嫌を)取れないこともある。そんな自分も見捨てない。不当に苦しなくていい。〉  
〈大丈夫じゃなくても、人が思う努力ができなくても、生きていける社会の方が生きやすいだろう。〉  
〈機嫌が悪いときも否定しない、自分に対するゆるしの基本姿勢をもつ。〉

\* \* \*

## 本人の会「居場所」 11月18日(土)

開室と同時に続々と入室、挨拶や情報交換など賑やかに交わされていました。14名の参加でした。代表代理の St さんから、ご挨拶に続いて今日の話題として「やめたいもの、始めたいもの」という提案がありました。それぞれの率直な発言の中に、一人一人の生活や考え方、大げさに言うと人生の一端が垣間見られるような気がしました。休憩時間も、「仕事」「働き方」などの対話が続き、後半もその流れで「仕事」についての話題、〈こだわりをなくすことで自分に合った仕事に出会った〉と Nh さん。さらに Kk さんからの人生の本質に迫るような問いかけにも、真剣なそして真摯な話し合いが繰り広げられました。

家族の方の参加も可です。場の空気を味わったり、対話(議論かな)に参加してみませんか。

\* \* \*

**スタッフ運営ミーティング** 11月26日、臨時で行いました。参加者で事務局の作業をし、今後の予定など意見を出し合いました。作業はあっという間にでき、滞っていたこともちょっと前進しました。「ひきこもり支援者交流会」(次頁《報告》参照)の安保寛明先生のお話にあった〈共有〉そして〈誰か一人だけで・・・〉を実感しました。スタッフから〈弱音を吐いていい〉〈助けを求めている〉と。

\* \* \*

## 秋田ばっけの会 2023年12月の予定

### ●第88回「集い」

日時; 2023年 12月10日(日) 13:30~15:30

会場; 秋田市役所内センター3階 洋室2・3

### ●本人の会「居場所」

日時; 2023年 12月17日(日) 13:30~15:30

会場; 秋田市役所内センター3階 和室1・2

### ●運営ミーティング 12月10日(日)「集い」終了後に予定しています。



## 《 報 告 ・ 情 報 ・ 紹 介 》

★ 11月15日、秋田市福祉総務課主催の『生活困窮者自立支援制度における研究交流会』が、秋田市役所で開催され、事務局の Sy が参加しました。「ひきこもりへの支援方法～8050問題へのアプローチ」をテーマに、20数名の参加者が4グループ（途中入れ替え）に分かれて意見交換しました。NPO法人、包括支援センター、よりそいホットライン、社会福祉協議会、保健所、秋田市相談支援員の方々と「事例」を元に話し合いました。和やかな中で、心強い活動報告、様々な考えや新たな情報に接することができました。機会を見て、「秋田ばっけの会」の皆さんにお伝えします。定期的に会ができたらいいいですね、と参加者が互いに再会を期して解散しました。

★ 「秋田ひきこもりラボ」主催の『ひきこもり支援者交流会』が11月25日（土）秋田市の遊学舎で開催されました。「ラボ」ロザリン・ヨン理事長の挨拶、理事紹介の後、話題提供として、山形県立保健医療大学安保寛明教授のレクチャー、参加支援団体の活動紹介（「秋田ばっけの会」も時間をいただきました。）、安保氏のコーディネイトで「ふらっと」（大仙市）ピアスタッフの古巢氏、「ココスグ〜こころの居場所〜」（大館市）の菊地氏、「由利本荘市福祉支援課」の佐藤氏、「蜘蛛の糸」の佐藤氏による意見交換会が行われました。

初雪の中、「秋田ばっけの会」の関係者も多数参加しました。

たくさんの中から二つ紹介します。

「共有」

「誰か一人または一機関だけで支えない。」

命綱ではなくハンモックの感覚で」

### 寄稿募集

「秋田ばっけの会便り」は2024年1月号をもって100号となります。皆さんの「秋田ばっけの会」への思いや現在の心境などの寄稿をお願いします。100～200字程度で、郵送、メール等で1月15日頃までお寄せ下さい。

★ KHJ関係の情報です。

\*

『KHJジャーナルたびだち』は、KHJ全国ひきこもり家族会連合会が出版している情報誌です。そのバックナンバーのご案内が届いています。KHJホームページ、電話、FAXで注文できます。ぜひお読み下さい。

\*

\*

『KHJいわて石わりの会』から会報第35号（2023年10月）が届いています。

10月に開催された「岩手県ひきこもり対策連絡協議会」の報告（会の開催状況と意見、国の状況と岩手県の取り組み、令5以降の国の取り組み）が掲載されています。文面から佐々木善仁氏の代表としての姿勢や意気込みが感じられました。

\*

※新型コロナウイルスも感染の危険がなくなったわけではありませんし、様々な自然災害も起こり得ますので、状況によっては「集い」「居場所」の中止や会場変更などもあります。事前に事務局にお問い合わせ下さい。可能な範囲で皆さまにお知らせしますが、行き届かない点はご了承下さい。

※通院などで事務局不在の場合もありますので、ご連絡やお問い合わせは、できればE-mailか携帯電話のSMSをお願いします。

※E-mailアドレスを登録または携帯電話の番号をお知らせいただければ、本部からの急なご案内や事務局からの緊急の連絡などがしやすくなります。ご希望があれば「便り」をメールでお届けすることも可能です。ご協力よろしくをお願いします。

ご連絡・お問い合わせ・ご希望は下記アドレスへどうぞ。 



KHJ秋田ばっけの会事務局 ; 090-9539-2365  
khjakitabakke@gmail.com



感謝 ・ 秋田市の Sm 様から年会費を、秋田市の It 様からご寄付をいただきました。  
・ 「集い」に参加の皆さま方からカンパやお菓子をたくさんいただきました。  
『たびだち』もお買い求めいただきました。  
・ 電話やメールなどでの連絡、お問い合わせやご相談もたくさんありました。

★ 年会費とカンパへのご協力をお願いします。

\* 切手やコピー用紙、封筒などの物品も大歓迎です。

\* 送金は、北都銀行 檜山支店（名義）KHJ秋田ばっけの会 事務局長 妹尾弘  
（店番）015 （口座番号）8108428