

秋田ばっけの会便り

No.102 (2024年3月号)



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

皆さまいかがお過ごしでしょうか。

毎月1日はセンタースの翌月の予約開始日です。「集い」「居場所」の会場確保のため、朝から順番待ちをするのが事務局の恒例になっています。3月1日(金)の朝「おはようございます」と声をかけられました。「居場所」にいつも参加のIwさんでした。利用している事業所の始業まで、自分だけの時間を過ごしているようです。いい朝でした。

* * * * *

第91回「集い」 3月10日(日)

17名の参加でした。2月の『つなぐ・つながる「居場所」in あきた』に参加された方、いつも「居場所」に参加されている方、そしてイベントを取材して下さったH記者も参加下さいました。代表代理のStさんのご挨拶に続き、イベントの様子や感想などをお聞きした後、いつものように皆さんからお話していただきました。

今回は、皆さんの考えを聞きたいという話題がNhさんTsさんのお二人から出されました。

①自身の性格と他人との関わり方 ②家族や親族の心配事と自身の関わり方

参加者それぞれがお二人の話に親身に耳を傾け、それぞれの経験や考えを伝えて下さいました。

①では、「趣味」を持つことの意味、気持ちの切り替え方や「アンガーマネジメント」(※怒りの感情と上手に付き合うための心理トレーニング)の考え方も紹介されました。他人との付き合い方というのは、自分自身との付き合い方と言ってもいいのかもしれないね。

②Kkさんが、ホワイトボードに図示して心配事を整理してくれました。自分だけで解決しようとしないで、家族や親族と話し合うこと、相談窓口や機関に頼ること、そして、まずはTsさん自身の自立と幸せを考えてほしい、というのが参加者の多くの考えでした。自分自身を大切にすることが、結果的に家族や他人のためになる(利他)ということでしょうか。

「集い」は、現在「対話」型が多くなっています。「対話」の場に複数の人たちがいることで、今回のように「困っていること」「心配なこと」を多面的に理解でき、アイデアや道筋がいくつもあることに気付くことができます。「対話」の良さが発揮されたように思います。

率直に今困っていることを話して下さいましたお二人にも、参加の皆さま方にも感謝です。



* * * * *

本人の会「居場所」 3月16日(土)

会場のセンタースに向かう途中、当事者・経験者の方に会いました。「居場所」に参加する前に、数名で待ち合わせをして楽しんでいる、そんなグループも生まれて来ているようです。

今日の参加者は15名でした。2月のイベントに参加して下さいました方も来て下さいました。イベントがきっかけになってくれたようで、嬉しいことです。

それぞれのおしゃべりでスタートし、それぞれの趣味や関心事で終始しました。事務局の高齢者にとっては、現代用語の学習会の感でしたが、会話の中から現代の社会の断面が見えるような気がしました。

このような会も「居場所」の一つですが、その日参加された方たちの目的を大事にしながら、できるだけ多くの方々が参加して良かったと思えるような「居場所」を、参加者みんなで考えて、みんなの「居場所」にして行けたらいいのではないのでしょうか。

それにしても、趣味や好きなことをいくつか持っているということはその人にとって強みのように思います。それを他人との関わりや自身の豊かな生き方の「ツール」の一つにできたらいいですね。

* * * * *

スタッフ運営ミーティング

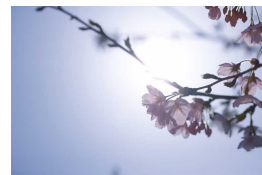


3月10日「集い」終了後に行い、2月のイベントの報告書を確認しました。
23日と30日には、「便り」発送作業などを事務局長宅で行いました。作業後、珈琲を飲みながら、これからの「居場所」や「集い」の進め方などを中心に各自考えを述べ合い、共有もできました。

* * * * *

秋田ばっけの会 2024年4月の予定

- 第92回「集い」 & 「総会」(事業・会計報告等)
日時；2024年 4月14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；2024年 4月21日(日) 13:30~15:30
会場；秋田市役所内センター3階 洋室4
- 運営ミーティング 4月14日(日)「集い」終了後に予定しています。



《 報 告 ・ 情 報 ・ 紹 介 》

★ 2月29日(木)の秋田さきがけ秋田市/県央版に「ひきこもり当事者ら交流～秋田市 悩みや趣味、語り合う」の見出しで、2月24日のイベントの紹介記事(羽生田一海記者)が掲載されました。「フリートーク」での話題や様子、「傾聴・相談」「パステルアート」の様子などを丁寧に温かく紹介していただきました。

★ 「令和5年度NHK歳末たすけあい助成事業」の助成で2月24日(土)に行いました『つなぐ・つながる「居場所」in あきた～憩いと交流のフェスティバル～』の「実績報告書」を3月14日付で秋田県共同募金会に提出しました。関係団体の方々のご協力を得、たくさんの方々に参加していただきました。ありがとうございました。

参加された家族の方とスタッフからメッセージをいただきました。

先日はとっても楽しい時間をありがとうございました。スタッフの皆さま大変お疲れ様でした。何もお手伝いできず心苦しく思っていますが、参加することに意義があるのでは、と勝手に解釈しています。
いつもありがとうございます。心より所として、これからもよろしく願います。(Itさん)

先日のイベントお疲れ様でした。思った以上に沢山の人が参加してくれて大盛況でしたね。
皆さんの協力のお陰で時間内に撤収作業も終わることが出来て感謝感激でした。(Stさん)

★ KHJ関係の情報です。

*

KHJ本部が「全世代のひきこもり支援家族会・居場所を学ぶ研修会」を3月3日オンラインで開催しましたが、これをオンデマンドで配信するという連絡がありました。4月1日から5月7日まで、参加費は5,500円です。
ご希望の方は、[ばっけの会]事務局へ。

*

*

令和6年度(2024年度)の「KHJ通常総会」が6月23日(日)12時から開催予定という連絡がKHJ本部から届いています。

*



※通院などで事務局不在の場合もあります。ご連絡やお問い合わせはE-mailか携帯電話のSMSで。
※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。

♡感謝 ・大仙市のFr様から会費を、秋田市のIt様からご寄付を、秋田市のKs様から切手を、秋田市のSm様から切手と書き損じハガキをいただきました。
・「集い」「居場所」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いただきました。

★ 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