

# 秋田ばっけの会便り

No.106 (2024年7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。

先日の豪雨の被害はいかがでしたでしょうか。お見舞い申し上げます。

\* \* \* \* \*



## 第96回「集い」 7月13日(土)

市内ではスポーツや夏のイベントが多く、センタースの駐車場はいつものように満車でした。そのせいでしょうか参加者はちょっと少なめの10名でしたが、数年ぶりで大館市社会福祉協議会のOH様がお顔を見せて下さいました。お仕事の都合でしばらく参加できなかったというSiTさんもいらして、繋がりを嬉しく感じた日でした。

事務局から、6月に行われた「KHJ通常総会・支部長会議」の感想を交えた報告や『たびだち』109号の紹介、各種連絡などを始めにさせてもらいました。

いつものように、ST代表の挨拶からスタート。それぞれの最近の出来事や心境などに加えて、「総会」にも意見や感想が続出でした。


K夫妻は第三者(参加者)の効果でしょうか、お互いの気持ちを語ったり気遣ったりの場面も。それぞれの家族の物語を聞いて、SH事務局長も自らの思いを吐露したり。

経験者のKaKさんから、「母が良く見ているNHKの『あしたが変わるトリセツショー』を一緒に見てみたら・・・」と話題提供です。「新・めい想のトリセツ」で「カジュアルめい想のコツ」として、①今この瞬間に注意を向ける。②五感で感じる。③良い・悪い、好き・嫌いなどの価値判断をしない。だったそうで、目の前の現実を認識し、わからないものはわからないでいい、その上で善し悪し判断はしない、[ばっけの会]でいつも私たちが言っていることだなど。「めい想」というのは、「お気持ち」に振り回されないことだと話してくれました。「お気持ち」のコントロールなどの話題から「ひきこもり当事者」のことに。その中で、KoKさんから母と娘の程よい居心地の悪くない距離と空気を感じた、との嬉しいお話も。親子の関係も、血縁があってもなくても、人と人の関わりは、時間をかけて積み重ね構築していくことかもしれないなどの話になりました。

休憩後は、お菓子の周りに(蟻のように)集まって、検討が進められている県の「調査」の「質問内容」の話題になりました。自身のことや「支援」への思いなど根本に関わる濃い内容をたくさん聞くことができました。

\* \* \* \* \*

## 本人の会「居場所」 7月20日(土)

 ちょっと鬱陶しい梅雨空のもとでしたが、12名の参加でした。「自分が自身のことをどう思っているか、ちょっと深めの自己紹介」というST代表の提案で始まりました。家族のKSさんの優しい軽妙な質問とリードで、それぞれがいつもより深めに自分のことを語ってくれました。さらに、他の人からどう見えているか、どう思っているかなどを話してもらうなどの試みに、互いにはにかみながらも伝えていて、爽やかないい空気でした。数年前に何度か参加のIYさんも初めて自分のことを伝えてくださり、嬉しいことでした。

休憩時間も、それぞれのグループで交流し、その中でのKMさんの睡眠の話題を皆で共有することになりました。医師への伝え方などにも話が及びました。KMさんは、スマホではなく最近(紙の本)を読むようになって、その楽しさを感じていると話してくれました。参加者一人一人の好きなこと・好きなモノ・やりたいことなど、いろいろを聞くことができた良い時間でした。

ST代表が最近読んでいる本をご披露してくれた中から、1冊ご紹介します。

☞ 『簡単なことではないけれど大丈夫な人になりたい』

ホン・ファッション著 藤田麗子訳 (大和書房)



**お詫び** 毎月末を目途に発行している「便り」は、事務局編集担当がコロナに感染してしまい、発行時期が遅くなってしまいました。ご了承ください。  
皆さまも、感染症、熱中症など十分お気をつけてお過ごし下さいませように。(SY)

## 秋田ばっけの会 2024年8月の予定

### ●第97回「集い」

日時；2024年 8月17日(土) 13:30～15:30

会場；秋田市役所内センタース3階 和室1・2

### ●本人の会「居場所」

日時；2024年 8月11日(日) 13:30～15:30

会場；秋田市役所内センタース3階 洋室2・3

### ●運営ミーティング 8月17日(土)「集い」終了後に予定しています。



## 《 報 告 ・ 情 報 ・ 紹 介 》

★ 調査への協力依頼が来ております。

①秋田県教育庁が行う「夜間中学に関するニーズ調査」です。夜間中学は義務教育未了者や中学校卒業だが不登校などの事情によりほとんど学校に通えなかった方などが対象で、2016年成立の「義務教育機会確保法」で設置が進められています。秋田県は未設置です。

この調査については、〔夜間中学校と教育を語る会〕からも協力依頼が来ております。

②岡山県立大学大学院の院生の方の調査研究「ひきこもり状態の子どもがいる親のストレス対処の現状とお子様へのネガティブな思いとの関連について」の調査依頼です。

※各調査については、7月の「集い」でもご紹介させていただきましたが、調査にご協力いただける方は〔秋田ばっけの会〕事務局にご連絡下さい。よろしく願いいたします。

★ KHJ関係の情報です。

『KHJジャーナル たびだち』(109号 2024年7月発行)が届きました。今号の特集は「ひきこもりと災害」です。〔いわて石わりの会〕佐々木善仁代表のインタビュー記事が掲載されています。地元の陸前高田市に居場所“虹っ子の家”を開設されました。その他、皆さんに読んでほしい記事が満載です。お買い求めの上ぜひご覧下さい。

\*

〔いわて石わりの会〕から会報第38号(2024年7月)が届いております。〔石わりの会〕の今年度の総会の報告です。講演会や相談会などしっかりと活動されていて、とても参考になります。

\*

『KHJ理事会ニュースNo.5』(2024年7月10日)が届いています。6月23日に行われた「通常総会」と27日の「臨時総会」の報告他、たくさんの方が記事が掲載されています。

昨年度のKHJ『ひきこもり実態に関する調査報告書』(PDF版)が届きました。皆さまに読んでいただき易いように印刷しましたので、「集い」等でぜひ目を通して下さい。

\*

KHJ主催の『「ひきこもり」にかかわる全ての皆さんと共に学ぶ研修会』が毎月第4日曜日(7～3月)定期開催されます。オンラインで朝9:00～12:50です。 ※①

\*

『KHJ全国大会 in 石川』(対面)の再度のご案内です。11月9日(土) 10日(日)石川県金沢市で開催されます。 ※②

\*

※①②についての詳細やお申し込みは、〔秋田ばっけの会〕事務局へお問い合わせかKHJホームページでお願いします。

※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
- ・秋田市のSS様から年会費を、「集い」参加の皆さまからご寄付をいただきました。
  - ・「集い」「居場所」に参加の皆さまから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