

# こすもす通信



No.134

この通信はコープ共済連の地域助け合い助成によって作られています。

2015年10月 コスモス会  
〒880-0805  
宮崎市橋通東2丁目4-6 古賀ビル2F  
Tel&Fax 0985-89-0336  
090-7458-0926  
E-Mail [cosmos-ciao@jupiter.ocn.ne.jp](mailto:cosmos-ciao@jupiter.ocn.ne.jp)  
<http://miyazaki-cosmos.jimdo.com/>

## ひきこもりの理解と支援を広げるサポーター養成講座

第1回「当事者自身から学ぶ支援のありかた - 支援の現場から」  
発達障害からリンクすることの多いひきこもりを視野に入れて

### 講師 青木道忠さん 講演会 (10月10日)



NPO 法人 子ども・若もの支援ネットワークおおさか 理事長  
50名の募集でしたが、56名の方が参加されました。

親、当事者、支援機関の方々、熱心に耳を傾けていました。

ネットワークおおさかの活動、幾つかの事例をあげながらのお話は具体的で大変わかりやすいものでした。

挫折体験から来る自己否定感、不安、人間不信などの悪循環。そこを断ち切るには「受け止めてもらえている自分」「愛されている自分」「まんざらでない自分」「深く静かな愛を」このことが、新しい自分気付き、自分づくり、自分築きにつながると。

発達障害にも触れながら、ひきこもりには(素因)+きっかけ(誘発因子)があるが、環境・周りの理解が大事であり、否定的に見える姿でも社会の物差しを捨てること、自分のペースが尊重されることでゆっくり

ペースをつかんでゆくなど、本人の抱えるストレスを改善していく土台ができていくということでした。(図)

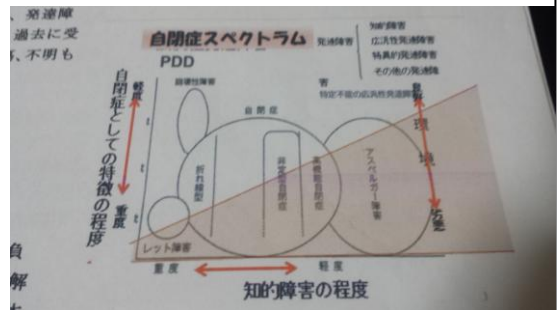
最後に、「今、声を大にして言いたい」「戦争と福祉は真逆である」と、力強く締めくくられました。

#### 感想から

★コスモス会としてこのような講座を設けられたり、活動をされていることにすばらしいと感じます。青木先生のお話も長年のたくさんの経験の上に立つすばらしいお話でした。宮崎にもひきこもり支援機関がたくさんふえ、社会の中で理解され自立できる子どもたちが増えるとよいです。

★(講演は)自分の娘とかぶることがあり、本人の苦しみ親の対応、深い静かな愛と思いながらつい言うってしまう否定的な言葉に反省。支援を受けながら、親の会で交流し、何とかなっていくのかなという気持ちのなりました。丸ごとの理解、本当に大切と感じました。

★仕事でひきこもりの学生にかかわっている。家族と支援者では関わり方が違うかなと思う部分もあった。家族の方へ今日のことを伝えたいと思います。



★

第2回ひきこもりサポーター養成講座 発達障害を視野に入れ 2月13日(土) 午後1時半～  
ひきつづき青木道忠先生をお願いします。



去る8月1日にコスモス会の「親父の会（仮）」第一回会合が宮崎市の「いもがらぼくと」にて行われました。4月に高垣先生の肝いりで結成が決まってからなんと4ヶ月も経ってしまいました。

開催の呼びかけに対し計7名の参加者が集まりました。当初は、世のお父さん型は一旦仕事を離れるとこのような会合ではおとなしくなってしまう事が多いので盛り上がるかどうか心配していたのですが、アルコールの潤滑効果もあってか、自己紹介とそれに続く近況報告では各人時間が足りないような勢いで、お父さん方が普段は表に出さないながらも心の中で持ち続けている熱い思いというものを語り合う事ができました。初会合としては大成功であったと思います。

できれば年内に第二回の会合を（おそらく忘年会シーズンに）開催したいと思っています。初会合には出席されなかったお父さん方も、ゆるゆると酒でも飲みながら気楽に語り合しましょう。

また、現在「親父の会（仮）」となっている名称について何か格好いい、あるいは面白い正式名称を付けたいと思っています。次回の集まりで決める事ができればいいと考えておりますので、皆さんどんどんアイデアを出してください。素敵な名称が集まる事を期待しています。（K. M.）

## 20回目の「全国のつどい」に参加して

峰田 知恵子

やっとこさ辿り着いた国宝犬山城下。最寄りの駅が考えていた以上に閑散としていて、（ああ、そういえば去年の雄琴温泉駅もそうだったかな〜）と思いだしつつ、待ち合わせ人の姿を探す。ほどなく見つけた40年来の友人と、近くのカフェに入ると、駅前の雰囲気とは裏腹にかなりおしゃれな店にはランチ目当ての客であふれていた。お互いの近況を話しながらお昼を終えて会場へ…「第20回全国のつどい」が始まった。

今回の収穫はなんて言ったらいいんだろう。「登校拒否・不登校」の問題があらゆるところで繋がってきていると改めて感じたことでしょうか。

知多郡に住む旧友、そして80日間同じ船に乗って親しくなった豊川市の若い船友、共に私が「犬山に行くよ〜」と連絡したら「つどい」に興味を持ってやって来てくれた。

旧友は、夏休み中学童保育の手伝いをしていて、通って来る子の三分の一のが片親である現実に愕然としたと言い、フォローの仕方を模索して参加した。何かヒントを得ただろうか。。

船友は、親しい友人が不登校の子を抱えていて、彼女いわく「さっぱり意味がわからんけど…」と言いつつ参加した。終了後も「やっぱりよく分からなかったけど、集まった人たちが明るくて、それまでのイメージが覆った」と感想を言い、後日、その親友からわたし宛に電話を貰うことになる。彼女の長男・中学生は、新学期が始まってすぐに予定されている「キャンプ学習」とやらに行くぐらいなら「死ぬ」と言っているそうで混乱しておられた。あれやこれや話をして、もちろん無理に行かせない・県内に親の会が沢山あるので顔を出してみる。ということになり、分科会の会場で配られた「親の会一覧」を船友を通じて渡した。一人で悶々としていた時間が薄らいでいくことを祈る。

さて、犬山駅近くのおしゃれカフェで隣り合わせた女性と、つどいの会場内でバッタリ会い、「あら！お隣にいらっしやいましたね。よければ…」とご自分で作成した冊子をいただいた。

題名は「たとえば 鯖」。読みやすくて、おっしゃりたいことが良く伝わる、ライトだけど核心をつく内容でした。作者の方はブログを開設している模様⇒「登校・不登校 VOICE」です、検索してみてね。

どんどん繋がって、主役の子どもたちの権利が十分守られるようになればと願います。



## チャオだより

子ども&若者の居場所・就労支援・  
学習サポート

よろしかったら、少し元気になった  
子どもさんに紹介してください。



### ふらっと居場所・チャオへ 毎週水・金(午後1時~4時)

利用料は毎月2,000円(居場所・就労体験・学習支援など)  
何をしてもしなくてもOK ゆったり、まったり、おしゃべり、ゲーム、  
ピアノ、お茶を飲んだりお菓子を食べたり、好きなように利用しています。

## 早いもので4回目の稲刈りでした…10月11日



昨年は泥の中できゃあきゃあ言いながらの稲刈りで、それはそれで楽しかったのですが、今年は黄金色の稲と澄み切った青空、吹きわたる風の中での稲刈り。気持ちよい時間でした。  
お昼はTさん手作りスペシャルカレー。カセットコンロで温めてキャンプ気分も味わいました。  
刈り取った稲は掛け干しします。何もしていないようで、この時間が稲をますます味わい深いものにする。無駄なものはない、大事な時間なんですね。脱穀は10月24日10時です。予備日11月3日。



### 楽しいこと、たくさんしよう~ パン作り

9月はカレーとナンでした。米粉のナンと、小麦粉のナン、カレーはひよこ豆と野菜カレー。味付けはカレー粉にスパイス、塩です。米粉のナンでいただくと、米粉の甘みでスパイシーなカレーになり、小麦粉のナンはバターや砂糖も入っているためか優しいカレーに感じます。味付けは魔法だなと感じるパン作りでした。試食会の後は、みんなで輪になって「夏の思い出」を語りました。最近では試食会の後もお楽しみの一つになりました。10月は秋のりんごケーキと大豆ご飯。楽しみです。11月は27日です。

### 学習サポート(個別) 今年の学習支援は受付終了しました。

時間は相談の上・訪問も可 大学のご協力を頂いています。その人のペースに合わせますので、安心して勉強できます。いつでもご相談を。“はじめの一歩”始めませんか。



11月 親の会例会

会場が変わっています。ご注意ください。

11月11日(土) 13時00分~16時30分

宮崎市橋通り東2丁目4-6 古賀ビル2階コスモス会事務所

いつもの例会語り合ひましょう。

12月例会

12月12日(土) 13時00分~16時30分

宮崎市民プラザ 4階 小会議室

ミニ講演 いのち塾 北条直樹さん

コスモス会が田んぼでお世話になっています。

利用してませんか・訪問美容  
担当の川田さんは優しい安心できる  
雰囲気の方でした。

先日、チャオの若者が利用しました。  
なかなかいい感じに仕上がってしま  
したよ。

お試しカット 3,000円+出張費  
1000円、

通常 4,000円+出張費 1,000円  
直接美容室に行く場合はパーマもか  
けることができますよ。

今後の例会等日程

11/14(土)	11月例会 13時 コスモス会事務所
12/12(土)	12月例会13時市民プラザ4階小会議室 ミニ講演会& 忘年会
1/9(土)	1月例会
2/13(土)	2月例会 青木道忠さん講演会 場所未定
3/12(土)	3月例会

訪問(アウトリー  
チ)

まずはご相談を。

ご希望の方は  
090-7458-0926

(亀田)まで。



10/11月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
18	19	20	21	22	23	24
			相談日 チャオ		チャオ	脱穀
25	26	27	28	29	30	31
	この週にコープの発送 作業あるかも		相談日 チャオ		休み	
11月1日	2	3	4	5	6	7
		脱穀 予備日	相談日 チャオ		チャオ	
8	9	10	11	12	13	14
			相談日 チャオ		チャオ	例会
15	16	17	18	19	20	21
			相談日 チャオ	発送作業 若者話し合い	チャオ	
22	23	24	25	26	27	28
			相談日 チャオ		パン作り	
29	30	12月1日	2	3	4	5
	この週にコープの発送 作業あるかも		相談日 チャオ		チャオ	
6	7	8	9	10	11	12
			餅つき		チャオ	例会

コスモス会を支えてください。

年会費 3,000円 内訳(会費・寄付・その他)をお書きください。

郵便振替口座 口座番号 01780-1-132375 口座名称 コスモス会

他金融機関からの振り込みは 一七九(イチナナキュウ)店(179)当座0132375