

こすもす通信



No.112

今年はコスモス会が誕生して
20年

20
HAPPY BIRTHDAY!

2013年11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

E-Mail cosmos-ciao@jupiter.ocn.ne.jp

<http://miyazaki-cosmos.jimdo.com/>

親の会例会 11月9日(土)

初めての方、何年振りかの方、不思議なご縁の例会になりました。



親の会に来るまでの勇気

今回はじっくり話し合うにふさわしい、少人数の例会になりました。

初めて来られた方は、思いのたけを話すに十分な時間があり、みんなが静かに耳を傾ける場となりました。

例会に参加されるまでは、ご家族からの電話があったり、2か月ほど時間がかかりました。

「よろしかったら」というお誘いですが、コスモス会=親の会という得体のしれない(?!) (笑) 場に参加するにはどれほど勇気を振り絞って来られたことでしょう。

けれど、いつの間にかできてきた雰囲気、みんながじっくり話を聴きます。

だから「安心」の場になるのでしょうか。しばらくの時間話されると「ああ〜、ほっとした」と。。。。

きっと、どこでもは、誰にでもは話せなかったのでしょうか。ここでなら話せる、ここでなら泣ける。だから、子どもの辛さ、苦しみにハッと気づく瞬間がある。自分の生き方を振り返る時間を共有する。

そして今度はみんなの話を聴きながら、少し気持ちが楽になる。

20年続いてきたけれど、別に特別なことをしてきたわけじゃない。みんなが集まれば、場が出来て、それを繰り返してきてただけなのです。積み重ねてきてただけなのです。

何年振りかに参加して

今回何年振りかに参加された方がいらっしゃいました。

体調が悪く、例会に参加できなかった時期、「こすもす通信」を毎月楽しみにしていらっ
しゃったそうです。「通信」でつながっていたんだとありがたく思いました。

久しぶりの緊張を見せながら、新しい参加者の話に自分の経験を語り、瞑想法を知って

自分が元気を取り戻すのと並行して、子どもが自分を主張し始めた
こと、、、など、たくさん話をしてくださいました。

例会が終わるところには、緊張も解け、穏やかな笑みを浮かべていらっ
しゃいました。

もう一人、久しぶりのTさん、自分の道を歩き始めた子どもさんの話
など静かに語られます。初めて参加されたころ、堰を切ったように話
していた姿が印象的でしたが、今回、「子どもの不登校で、いろんな



12月14日(土)の例会は

宮崎若者サポートステーションの高橋優子さんに若者との日々、ご自身のこと、若者サポートステーションについてお話しいただきます。夜は忘年会を開きます。お楽しみに。

ことを教えられました」と、何かを乗り越えたすがすがしさが感じられる凛とした姿でした。

本当の解決への一歩 合わせ鏡のように



あるお母さんがこんな話をしてくださいました。

ひきこもるわが子を受け入れられず、「早く元気で明るかった、私の理想の子どもに戻ってほしい」と願っていたが、子どもはますます私に反発してくる。振り返って、一方では年老いていく両親を受け入れられず、衝突の日々。「まるで合わせ鏡を見ているような自分の姿があった」と。

この話に、共感し、みんながそれぞれの思いを語り始めました。

「動き出せず、ひきこもるわが子が情けなく、受け入れられない〈許せない〉」

「年老いて弱っていく親が情けなく受け入れられない〈許せない〉」

「そんな子ども、親を受け入れられない自分が情けなく、みじめで受け入れられない〈許せない〉」

「受け入れる」って、合わせ鏡をみるように自分の姿に気付き、子ども、老親、自分をゆるしていくことなのかもしれません。心の奥底にある、根っこにある「愛」をもう一度育てていくことなのかもしれません。親の会そのものが合わせ鏡となっているのですね。

初めて会うのになんだか懐かしい



最後にKさんが紹介して下さった『瞑想法』のCDを聴いて、みんなで瞑想して終わりました。

10分間でしたが、お昼寝から覚めたようにすっきりしていました。そういえば、昨年の家族教室のおり、講師の境先生からも『瞑想法』を教えてもらっていました。

今回私を除いて、全員が初顔合わせというご縁でした。

それなのに、なんだか旧知の間柄のように懐かしい雰囲気の例会でした。〈亀田〉

忘年会

12月14日(土) 6時

会費 3500円ほど

参加申し込み締め切り

12月10日(火)

090-8661-7114 〈落合〉まで



赤い羽根共同募金

街頭に立ちました。

10月、11月と2回街頭に立ちました。

忙しい中、足を止めてくださる方もあり一人ひとりが支えあっていることを感じました。

来年4月、消費税は8%に引き上げられますが、ちゃんと福祉に予算を使ってほしいですね。

善意が無駄にされませんように。



こすもす通信 10月号No.112で、前田チエ子さんの「全国をつどい」感想の中で『参加することに異議あり』は『意義あり』の誤りでした。お詫びして訂正します。

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。

何度も延期

ようやく脱穀しました 20日精米 27日ご飯を炊こう



11月7日は、雨のために2回も延期になった脱穀の日でした。
人間世界の予定や都合なんてどこ吹く風。

天の働きに委ねる以外にないのです。

酷暑の夏を乗り切った稲たち、

よく頑張ったねえ、昨年よりも収量が多かった。

雨上がりの午後、Mくん、汗びっしょりになって脱穀。

いのち塾の北条さんのアシスタントになっていました。

コスモス会のおばちゃんや仲間とのかかわりだけでない広がりが出てきた。

2年目だからかな。続けてよかった。

すべての作業が終わった田んぼはやけに広がった。

パン作り…11月29日(金) 9:30~

橘通り東2丁目 (海幸山幸隣り) 古賀ビル3階
失敗しても大丈夫。最後にはおいしく出来上がります。
クリスマス用のパンを作ります。
用意するもの エプロン 試食代300円

秋の草木染め

風に揺れるガーゼのストール 500円

栗の渋皮で染めたガーゼのストール。優しいピンク色。
自然のもの、口にするものなので、皮膚に優しい。
ちょっと首元がおしゃれで暖かく、風邪予防にもぴったりです。コスモス会にて販売中。

学習支援(個別)



時間は相談の上・訪問も可

大学のご協力を頂き、高校生が勉強しています。
個別支援になりますので、安心して勉強できます。
その人のペースに合わせ、個別にサポートします。
いつでもご相談を。“はじめの一步”始めませんか。
学習支援ボランティアも募集しています。
〈講師謝礼あり〉

就労支援 [賃金あり]

印刷・発送作業



毎月第3木曜日、10時から

場所 市民活動センター [市民プラザ3階]

2時間程度。印刷、織り機を使って二つ折り、三つ折り。
宛て名シール貼り。通信を袋に入れ、ノリ付け。
切手貼り、投函。

作業を終えて、ほっとお茶を飲む時間もあります。

縫物工房 水・金のチャオの日

12月 親の会例会 12月14日(土) 13時~16時

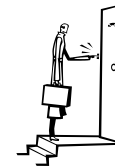
宮崎市民プラザ(宮崎市役所隣り) 4階 小会議室

講師 高橋優子さん(宮崎若者サポートステーション) 若者との日々、ご自身のこと、若者ステーションについてお話しいただきます。夜は忘年会を開きます。お楽しみに

1月11日(土) 親の会例会 13時~16時じっくり話し合います。

今後の例会等日程

12/14(土)	12月例会 13時 市民プラザ小会議室
1/11(土)	1月例会 13時 市民プラザ小会議室
2/8(土)	2月例会 13時 市民プラザ小会議室[予定]
2/15(土) 16(日)	ひきこもり支援者全国実践交流会 in 大阪
2/22(土)	ひきこもりネットワーク講演とシンポジウム
3/8(土)	3月例会 13時 市民プラザ小会議室[予定]



訪問(アウトリーチ)始めています。まずはご相談を。ご希望の方は090-7458-0926(亀田)まで。

11月・12月スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
10	11	12	13	14	15	16
		相談日	チャオ	発送作業 運営委員会	チャオ	
17	18	19	20	21	22	23
		相談日	精米		チャオ	
24	25	26	27	28	29	30
		相談日	炊飯・試食		パン作り	
1	2	3	4	5	6	7
		相談日	チャオ ひきネット		休み	
8	9	10	11	12	13	14
		相談日	チャオ		チャオ	例会忘年会
15	16	17	18	19	20	21
		相談日	チャオ	発送作業 運営委員会	チャオ	

早速の納入ありがとうございます 2013年度の会費納入よろしくお願ひします。

年会費 2000円 おもに毎月発行のこすもす通信発行費に充てられます。

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