



## KSK 青い麦の会通信 令和 6 年 5 月号

編集責任者：青い麦の会

事務局：〒247-0051 神奈川県鎌倉市岩瀬 569-7

TEL&FAX：0467-46-7210 定価 50 円

周囲の山々はすっかり緑に包まれ、ホトトギスが鳴いています。いつも通る道とは違うところを散歩してみませんか。道すがらフェンス越しに、よそのうちの庭先に咲く色とりどりの花を楽しみながら。

### 令和 6 年度定期総会が開かれました

2024 年 4 月 24 日（水）13:00~15:00 鎌倉市福祉センター 福祉団体活動室  
恒例のトントン工房特製のお弁当を頂いた後、総会は始まりました。

総会員数 62 名 本人出席 14 名 委任状 32 名 合計出席者数 46 名あり、  
会則 21 条に基づいて総会員数の過半数の出席が確認され、総会は成立しました。

議長選出、議事録署名人選出、書記選出の後、議事に入りました。

議題 1 令和 5 年度事業報告及び決算報告、監査報告

議題 2 令和 6 年度事業計画及び予算（案）

議題 3 令和 6 年度青い麦の会委員・係

以上の議題は、満場一致をもってすべて承認され、成立しました。

議題 4 懸案となっている積立金の使途について

グループホーム建設を断念した経緯を説明したのち、会場出席者で協議し、当事者のために  
使うことを目的とすることを踏まえて、今後、当事者の自立に向けた取り組みにこの積立金  
を使う方向で決まりました。

具体案もいくつか提案されました。

今後も引き続き、使途について検討を続けていきます。

今年度の役員は以下の通りです。一同、力を合わせて会員皆様と共に歩んでまいります。  
皆様のご協力をお願いいたします。

会長 小形敏子 会計 宮杉郁子 書記 木幡孝子

運営委員 岸部昌代 白畑昌弥 篠生智恵子

小池千賀子 樫原絢子 香川愛子

藤井薫 矢崎敏美

監事 高原文子



## 令和6年度 年間行事予定

定例会：毎月第一水曜日 時間：13：30～16：00

場所：鎌倉市福祉センター2階 福祉団体活動室

日 時	内 容
令和6年 4月10日(水)	運営委員会 総会資料準備
4月24日(水)	定期総会 例会
5月8日(水)	高森信子氏 勉強会「当事者が自信を持つために」/ SST
6月5日(水)	井上雅裕氏 心理勉強会 第5回「意欲を育てる 実践編2」
6月12日(水)	運営委員会
7月3日(水)	茶話会 「オープンダイアローグってなあに」福士 浩氏
8月	夏休み
9月4日(水)	茶話会 「就労支援A型・B型事業所の現状と 続けるために家族が出来ること」トントン工房 雨宮由美氏
10月2日(水)	井上雅裕氏 心理勉強会 第6回
11月6日(水)	高森信子氏 勉強会/ SST
11月13日(水)	運営委員会
11月14日(木)	「関東ブロック大会・県民の集い」場所：川崎市高津市民会館大ホール
12月4日(水)	茶話会 アロマセラピー
令和7年 1月15日(水)	新年会
2月5日(水)	井上雅裕氏 心理勉強会 第7回
3月5日(水)	茶話会 DVD「不安の正体」上映
3月12日(水)	運営委員会 総会準備

### 5月例会報告

勉強会 / SST「自信をつけるには！」 高森信子氏

2024年5月8日（水）13：30～16：00 福祉団体活動室 参加者 11名

【当日の資料より】

★ 自分の思いが話せるようになると、自信につながります。

例：「いつ、どこで、〇〇〇を見て(して)、△△△と思った。」

1. その言葉をそのまま、きちんと、素直に受け取りましょう。
2. その証拠が、反復確認＝「の」の字の哲学です。



3. 批判しないこと！
4. もう少し、話の内容がわかるように質問してみましょう。
5. 答えが返ったら、また、2 に戻ります。
6. 相手の感じている思いを、言葉で言ってあげましょう。それが共感です。

★ 人間の行動には、その前に欲求があり、その時々感情が、あります。私たち人間は皆、自分の気持ちを解ってほしいと思っています。解ってもらえた経験が多いほど、私たちは自信がつくのです。  
オープンダイアログ 開かれた対話 お互い対等な位置で 自己決定を大切にする・・・。  
それが人を育てるのです！！

### 【感想】

勉強会に先立って、最近遭遇された事故一他の人に体当たりされて頭をコンクリートに強打一にもかかわらず、検査の結果、何の異常もなかったという、91 歳になられた先生からの報告に驚きと感動を禁じ得ませんでした。

子と向き合う時に「フィルター」を通して見ていないか。

親としての価値観を押し付けていないか。

思いや感情を「共感」出来ているか。

「共感のみ」でも、子は変わっていく。解ってもらえたことで自信に繋がっていく。「親亡き後の子」にも通じていく。

先生は、事例を通して熱心にお話されたので、ポーっと生きている私にもストーンと落ちるように理解することが出来ました。思い当たることが多々あり、子に申し訳ない思いでいっぱいになりました。

後半は、対話を通して反復の練習。簡単なように思えたのですが、やってみるとなかなか難しいものでした。先生は、会場を回り、ひとり一人を確認するかのように悩みはないかなどと声掛けしてくださいました。時間の経つのも忘れて、充実した時を過ごすことが出来ました。次回がとても楽しみです。ありがとうございました。 (J.K)

高森先生のお話は、何時も、優しく胸に響きます。今回は、SST の実践トレーニングもあり、にこにこで帰宅しました。それなのに、息子の超ワガママに、「いやだ！」と言ってしまった母。反省して翌朝「ごめんなさい」の私に、「謝ってるの？ 気にしないでね」と、「の」の字の哲学が息子から…。「ごめんね」と大泣きの私を「大丈夫だよ」と言ってハグする息子。それを聞いた父は、「漫才だな～」と大笑い。

トライ＆エラーの母の修業は続きます。

(N.K)

## 4 月 活 動 報 告

- 10 日 運営委員会
- 22 日 精神保健福祉サポートセミナー
- 24 日 鎌倉市社協障害者福祉団体部会
- 30 日 鎌倉市福祉当事者団体連絡会 総会

## 5 月 活 動 報 告

- 14 日 じんかれん定期総会
- 27 日 精神保健福祉サポートセミナー



## 6月例会のお知らせ

井上雅裕先生心理勉強会⑤「長年の闘病で意欲が低下している方の意欲の育て方 実践編 2」  
2024 年 6 月 5 日（水）13：30～16：00 鎌倉市福祉センター2階 福祉団体活動室

今回は、皆さまからの沢山の体験談や質問を頂き、井上先生がパワー全開でそれにお答えくださり、充実した勉強会を持つことが出来ました。その後、肯定的な感情でご家族とかかわることができましたか。難しかったですか。今回は、オープンダイアログの手法を取り入れての実践を探っていきたいと思います。どんな質問でも疑問でもお聞かせください。おひとりお一人の貴重な体験をもとに、回復に向けての確かな学びあいに行きましょう。

## 7月例会のお知らせ

茶話会 お話「オープンダイアログってなに？」福士 浩氏 筑波大学 ヒューマンケア科学 博士課程  
2024 年 7 月 3 日（水）13：30～16：00 鎌倉市福祉センター2階 福祉団体活動室

茶話会に先立ち、福士浩氏をお招きして、オープンダイアログについて、お話をして頂きます。福士氏は、筑波大学で斎藤環先生の指導を受けながら、日本に定着するオープンダイアログとは？について思いめぐらしながら研究をなさっています。

### オープンダイアログとは

1980 年代から、フィンランドで実践されている精神疾患に対する治療的対話手法で、「開かれた対話」と訳されています。現在では、会社・組織・家族等、あらゆる場面において、個々の生き方や過ごし方をスムーズにする目的で利用され始めています。

「開かれた対話」って何でしょう。一緒に学びたいと思います。



## 地域関連団体の会議に出席しました

鎌倉市福祉当事者団体連絡会 総会が 4 月 30 日（火）社協福祉センターで開かれ、参加しました。この会は、鎌倉市腎友会・鎌倉和楽会・鎌倉市聴覚者協会・青い麦の会の 4 団体で構成しています。今年度も、鎌倉市に要望書を提出します。青い麦の会からは、災害に関して避難所にパーティションや別部屋を用意してほしいと要望します。

各団体からの報告：鎌倉和楽会 会員 3 名 月 1 回例会で言語訓練

鎌倉市聴覚者協会 正会員 23 名 役員 3 名 サポートズ 8 名

月 1 回ミーティング 年 2 回講演会 AED の体験会

手と手をつなぐ交流会 年 1～2 回 ワークショップ年 2～3 回

青い麦の会も、会員数、主な年間活動等について報告しました。（木幡）

お知らせ じんかれん研修会 「親亡き後への思いを繋ぐ家族の未来準備マップ  
～親子のライフプランから考えるお金と制度について～」

8月6日（火）10：00～12：00 かながわ県民センター304 会議室

講師：障害のある子のライフプランサポート協会 代表理事 佐藤 加根子 氏