

≡インフォメーション≡

2017年3月25日、ワンコインカフェ「ふらっと」【光希屋(家)】(大仙市大曲須和町・小山田医院さん向い)の3周年記念講演会が大仙市大曲交流センターにて開催されました。利用者・支援者を含め50人程が参加されました。

「ふらっと」は、ひきこもりの方の自立をサポートすることを目的とした施設です。名前の通り気楽にふらっと行くことができ、同じ悩みを持つ人・立場の違う人であってもふれあい、信頼を築き合える場所としています。また、ハンドマッサージ練習やカフェ講座など様々な行事も実施されています。本年実施の内容は次のようなものでした。

【勉強会】

「体と心の冬眠」「男女のちがひ」「星の王子さまをテーマにして」などの話し合いの会が行われました。

【カフェ講座】

利用者自らがテーマを選び、講義・実演・ワークショップすべてを企画して開催する講座です。「ハンドマッサージ」「経済学のテーマ」「アートセラピー」「絵」「音楽」「あみもの」「手作り」講座と実践「庭での野菜づくり」を開きました。

【イベント】

季節のイベントとして「クリスマス」と「新年会」を地域の皆様と開催しました。

講演は5名の利用者の方々が『僕たちの変化』というテーマで、「ふらっと」を知ったきっかけ、そこでの出会いや出来事、自分がどんな風になら変わったか等を詳しく話してくださいました。

▼発表した5名の利用者の皆さん



「ひきこもりという状況から抜け出したいと思っても、一人では考えすぎてしまったり、無意識に周りと比較してしまうことで更に気持ちが落ち込んでしまうこともあります。悩みは病院などで相談することもできますが、そこに自分の居場所を作ることはできません。」時が経ち、環境がどんどん変わっていく中で「自分の居場所」だとはっきり言えるような拠り所を常に見つけることは容易なことではありません。

講演会参加者の方から「家族の人はどうすべきか」という質問がありました。いちばん身近な存在である家族は、どんな風に接していけばよいのか?とても難しい問題だと思います。利用者の方からは「最初は戸惑い、否定的な言葉をかけられてしまった」「親子共に落ち込んで雰囲気が悪くなってしまった」などの経験を伺いました。

勿論答えはひとつではありませんが、大切なことは病気を理解しようとする姿勢、自分から動き出すのを待ってあげること、そして少し距離を置いてみることも大切だと言います。「言葉をかけすぎないことは信頼していることにもなる」という返答には特に共感しました。

また、利用者の方で「苦手だと思うことを見つけるのは、素晴らしいこと」とお話して下さった方がおりました。

それを克服する機会になるからです。居心地の良い場所も必要ですが、あえて居心地の悪い場所へ赴くことが成長に繋がる、という言葉はとても自信に溢れており、勇気付けられた方も多かったのではないのでしょうか。



▲ロザリン・ヨンさん

そして「ふらっと」の中心的存在である店長ロザリン・ヨンさんの影響力はとても大きいことも感じました。利用者も、ロザリンさんの行動力・明るさにパワーを貰い刺激を受け、自分も頑張ろうという気持ちになれると話しておりました。

ひきこもりになるきっかけはそれぞれ異なり、理由があります。しかし皆さんの話を聞いて発見した共通点がありました。それは、皆さんが人とふれあいの場を心から求め、人や社会に関わりたい、つながっていききたいという気持ちを強く持っていることです。「ふらっと」という場所に集まる理由はまさにそのことに繋がっており、同じ悩みを抱えている者同士で信頼し合い、話すこと・聞くことで刺激を受け、それが行動を起こす勇気に繋がるという方もいました。「自分の居場所がある」という認識は心に余裕をつくり、自信に繋がっていくのだと強く感じました。



▲ロザリンさんからサプライズで発表者の方々へ表彰・プレゼントがありました。

最後に、利用者から今引きこもっている方への一言を添えて一日を振り返りたいと思います。

「何もしなくてもOK。ただただ息をして生きていさえすれば必ず何かある。自分の中から成長したいという良いことが生まれる。」「救いの手は必ず来る。小さな行為、小さな言葉でSOSを出してほしい。」「空白・空っぽを急には埋められない。自分の感性を信じて大切な事柄として受け入れてほしい。」「引きこもりは少しもったいない気がする。日本人はとても恵まれているから、自分の好きなことを切り口に興味のあることを全面に活かし、第一歩を踏み出してほしい。失敗しても大丈夫。」「……………」

利用者の皆さんにとって「ふらっと」は安心できる場所であり、一歩進む自信が見つかる場所となっています。

(文 三浦美紀)

精巧堂印刷所&ゆきんこカード事業組合は秋田の未来に希望と生きる力を贈り、かけがえのない繊細な人間文化を守り、地元の人々への愛を創り出す皆様を応援します。

花火通り商店街シューズコバヤシにて

無料 足型測定会 開催

世界初!ひざのトラブルを予防する
【SHM機能】搭載
アサヒメディカルウォーク

足型を撮影して、ピッタリの靴をアドバイスします。その場でスグ撮影いたします。(1分かかりません)
ひざが痛む、ひざに不安がある方、是非ご参加下さい!

開催日 4月21日(金)・22日(土)
午前10時~午後4時

大曲シューズコバヤシ
大仙市大曲中通町1-24
営業時間 9:30~18:30 ☎ 63-3762

どうしても治らないガンコな

皮膚病

●アトピー ●湿疹 ●ニキビ
●乾癬 ●掌蹠膿疱症 ●シミなど

つら~い自律神経失調症で
お悩みの方もお気軽にご相談下さい。

くすりの相談 スミレ
TEL.0187 62-6415
大曲高校通り
営業時間 / AM9:30~PM7:00 定休日 / 不定休
キョレオピンw.
レオピンファイw 第3類医薬品 取扱店

第12回 余目さくら花火観賞会 4月22日(土)

歌とショータイム PM2:30~ 花火鑑賞会 PM7:00~
【さくらと花火と歌のコラボレーション】 全プログラム 入場無料

歌とパフォーマンス 花火鑑賞会

余目ばんど スコップ三味線 余目ほたるの会 結香 たかむらてるお 煌姫神

お楽しみ 屋台・出店で 食べ物、飲物 たくさんご用意 しています。

オープニングスターメインから
(内小友地区コミュニティ会議提供)
フィナーレスターメイン(大仙市提供)
まで、豪華全21プログラムです。
※当日は、夜、冷えることがあります。
どうぞ厚めの服や防寒具などをご用意ください!

主催: 余目さくら花火鑑賞会実行委員会 / 後援: 大仙市
共催: 内小友地区コミュニティ会議 / 協賛: 萬桜・育友会運営協議会・(株)小松煙火工業

精巧堂印刷所&ゆきんこカード事業組合は地元秋田のみ
んなを元気づけて、幸せを創りだす方々を応援します。
頑張れ!余目いきいき会議協議会の皆さま!

秋田巻き爪矯正院 角館院OPEN記念

先着10名様 初回無料モニター募集中!

矯正前 矯正後

「巻き爪なのかな・・・?」など小さな疑問でも結構です。巻き爪無料相談も承っております。どうぞお気軽にお問合せくださいませ。

秋田巻き爪矯正院
☎0187-63-8682(代) 角館院
(すがわら整骨院併設)
仙北市角館町岩瀬174-1 http://akitamakitume.com