

咲かそうだより

10月

夏の暑さも和らぎ、ようやく秋の涼しさを感じられる過ごしやすい気候となりました季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

8月23日の咲かそう会は、メンターさん（ひきこもりから改善した方のご家族）から体験談をお話いただき、たくさんの貴重なお言葉をいただくことができました。

次回10月29日は、元当事者の方をお招きし体験談をお話いただきます。ご興味のある方はぜひご参加ください。

【メンター桑原さんのお話から（抜粋）】

- ・関係機関と繋がっておくことで自分の気持ちが救われていた。相談することで自分では気がつくことのできない点を知ることができた。
- ・関係機関と繋がりを継続することは必ず未来に繋がる。
- ・家族は、本人と一緒に溺れるのではなく、本人に浮き輪を投げる存在となること。
- ・過去を振り返ってみて、まずは自分(家族)が元気になることが大切だと思った。



参加者の感想

①難しいですが、一生付き合っていくつもりで、長い目で力まず見守っていきたいという言葉にとっても感銘を受けました。桑原さん、ありがとうございました。

②大変な時だったのですが、励まされる話をたくさん聞いて良かったです。

③桑原さんのお話で元気がもらえました。本人の一步込みだす力、時にはくじけたりすると思いますが、見守ってお互い元気に過ごしていきたいです。ありがとうございました。

④焦り悩みはつきませんが、今日は参加して気が楽になりました。

⑤メンターの方のお話は参考になりました。何よりも明るく元気づけて下さる話し方に力づけられました。忘れた時もあるのですが、このような場は現実に向き合えるいい機会です。

〈次回のお知らせ〉

日時 令和6年10月29日（火）
13:30～16:00

場所 東部総合庁舎 別館4階第5会議室

ひきこもり元当事者の方に体験談をお話いただきます！

★元当事者の方への質問募集中★

出席のご連絡をお願いします。

- 出席の場合は、当所まで電話でご連絡をお願いします。
- 連絡がなければ、参加不可能ということはありませんのでご安心ください。
- 途中入退室可能です。お気軽にご参加ください。

担当 井上・落合・多田

場所 東部健康福祉センター 福祉課
〒410-8543

沼津市高島本町1-3

電話 055-920-2087

☆個別面談を希望される方は、電話等でお知らせください。連絡先は上記担当までお願いします。