ひきこもり家族のつどい　あじさい会

活動地域：県央地区
主な対象：生きづらさ(引きこもりなど）を抱える子どものいるご家族
開催方法：対面開催

活動のきっかけ

あじさい会の活動は、2004年県央の家族教室に通っていた親たちが「家族同士が支え合える場をつくりたい」と考えたことから始まりました。当時、親が気軽に悩みを話せる場は少なく、同じ立場の人と出会う機会も限られていました。家族教室での学びを通じて、「ひとりで抱え込まず、同じ悩みを持つ親同士がつながることが大切ではないか」との思いが強まり、あじさい会が生まれました。

活動の内容

「あじさい会」は、ひきこもりの問題に向き合うご家族が、安心して集える場として活動しています。
会の名前には、「あじさいの花のように、少しずつ変化しながら、さまざまな色を咲かせられたら」という願いが込められています。
活動の中心は、家族同士の交流と学び合いです。
毎月第1水曜日の午後1時30分から3時30分まで、県央保健所で定例会を開催しています。そこでは、参加者が自由に語り合い、日々の悩みを分かち合ったり、ご自身の経験を共有したりすることができます。
また、ひきこもりに関する理解を深め、ご家族としてどのように関わっていけるかを学ぶ学習会や、特定のテーマについて語り合う座談会も開催しています。
また、ひきこもりや精神保健福祉の専門家、また当事者経験を持つ方をお招きし、お話を伺う機会も設けています。これまでには大学の先生方を招いた講演なども行いました。
加えて、福祉制度（障害年金など）やハローワークの活用方法といった、具体的な支援に関する情報交換も大切にしています。
ひとりで悩みを抱え込むのではなく、同じ思いを持つ人たちと、少しずつでも前を向けるように。
「あじさい会」は、そんな思いで活動を続けています。
どうぞお気軽にご参加ください。

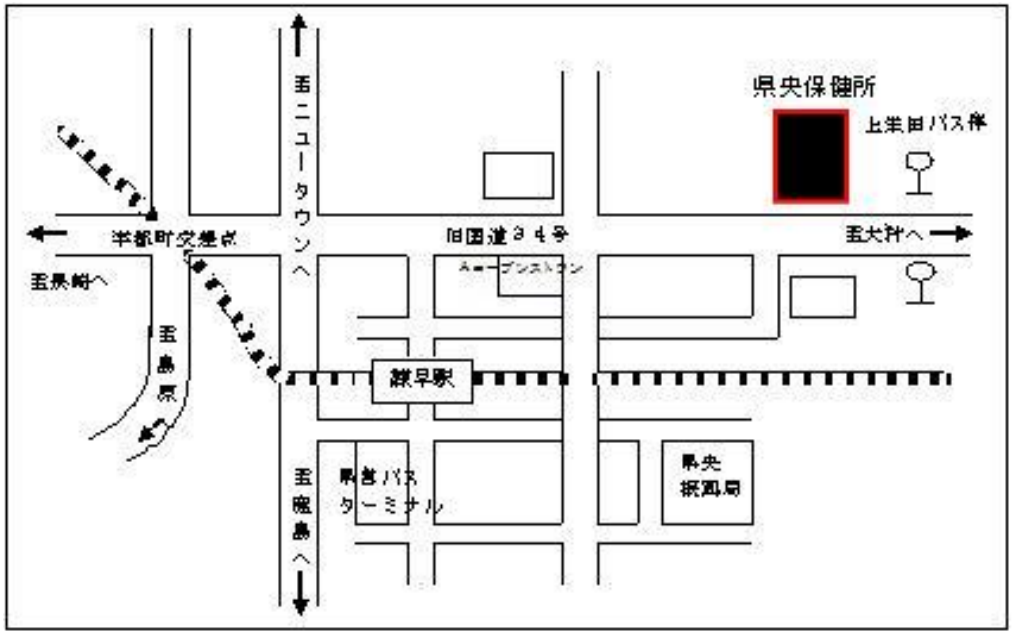
参加された方の声

- 夫婦で参加しました。夫婦間での意見で違いがありましたが、皆さんの助言で現実的にやるべきことを整理することができました。
- 初めて参加しました。暗い雰囲気かと思ったら明るい雰囲気でびっくりしたが、参加することで悩んでいるのが自分だけではないと気付けました。

みなさまへ

ひきこもりは家族だけの問題ではありません。家族だけで解決できるものでもないと思います。まずは同じ立場で共感できる場所にぜひ足を運んでいただけると嬉しいです。受容と気付き、理解されたり共感されることで、他の人たちが経験したことからもたくさんの学びが得られる場所です。すぐに大きな改善が見込めるものではありませんが、小さな一歩を確実に踏むお手伝いができる場だと思います。

アクセス・連絡先

【連絡先】
世話人：川﨑利恵子(090-8229-4590)

県央保健所：長崎県諫早市栄田町26-49 2階会議室
毎月第1水曜日PM1時30分からPM3時30分