

KHJ町田家族会

語り合い、一緒に考え、支え合う

【世話人さんにお聞きしました】

Q 大切にしたいこととは？

一人ひとりの参加者にとって心身に無理な「語り合う」、一緒に考える、支え合う「家族の集まりでありたい」と思っています。

わたしたちも支援者などではなく同じ悩みを共有する参加者だという思いを持ちたい。

例会では、広く関連情報を提供し合い、共有し、参加者が先入見を取り除いて問題を捉え直すことができればと願っています。そのためにも、気軽な気持ちでお互いに対話することが大切だと考えています。

Q 参加者へのメッセージは？

出かけてきてくれたことに感謝してみなさんを仲間として温かく迎えます。

自分の体調に応じて無理せず、みなさんが共通の時間を過ごしてもらいたい。初めての方も



(月例会での講演のようす)

♪
♪
つづけて参加される方も、出会えてよかった、いい話を聴けたと思ってもらえたらと。
グループ対話や懇談会では、参加者が気軽に話すことができるように、「ここだけの話」としたり、批評や批判をしないで聴くことなどを願っています。

KHJ町田家族会

連絡・問合せ 042(810)3553

kojikoji2@bc4.so-net.ne.jp

ホームページ <http://www.khj-machida.org/>

主な活動場所 町田市民フォーラム

東京都町田市原町田 4-9-8(サウスフロントタワー町田内)

活動日 毎月第4土曜日 13:30~16:30

活動内容 講演、グループ対話など

参加対象者 親・本人・兄弟姉妹・支援者・関心のある人は誰でも

会費・参加費 年会費 3,000 円/1 家族

月例会参加費 会員 500 円/1 家族 一般 1,000 円/1 家族 本人無料

「夫婦で参加」

「リラックスして話せるのは楽しい。聴いてもうなめるのがうれしい」

【参加者インタビュー】

Q1 参加したきっかけは？

新聞でこんな会があるのを知った（夫婦で参加して一年半、Aさん）

弟の事を心配する長男がインターネットで調べて教えてくれた（Bさん、参加して半年）
これまで他の家族会に行っていたが、近くにこの会ができたので参加するようになった（参加一年半、Cさん）

Q2 つけて参加しているのは？

いろいろな人と話ができ、安心できるから（Bさん）
情報を得たいから（Cさん）

Q3 参加してよかったこと

苦しんでいるのは自分ひとりじゃないとわかったこと。また夫婦で話を聴くことができること（Aさん）

親の気持ちを一方的にぶつけてはいけな
と分かった。子どもとどう対応したらよいか
ヒントをもらえること（Bさん）
自分の考え方が変わってきていると思え
たこと（Cさん）

ここは、自分を受け入れてもらえる場所。人
と会って、自分のことを話したり、また聴いた
りが楽しい。（家にひとりでいるのはさびしい）
居場所を求めるものは、コミュニケーション。
ただ話を聴いているよりも、みなさんと、グル
ープ対話があるのが楽しい。緊張しないでリラ
ックスして話せるのは楽しい。

家族会の場合でも、当事者会の場合でも自分の体
験を話して、それを否定しないで聴いてもらえ
る、またみなさんの話を聴ける。話せることが
いい。うれしい。（当事者で参加のHさん）

Q4 同じ悩みをもつ家族に伝えたいこと

夫婦が仲良くすることの大切さを伝えたい
こと（Aさん）
自分をケアできるこのような場所に出かけ
てくれること、ぜひリラックスして子供に接する

とができるようになります（Bさん）

ひきこもりのことをもっと知って、子供に関
心を持って話を聴いてほしい（Cさん）

♪ ♪

同じ仲間として、あたたかく

【訪問者印象記】

参加者を同じ悩みを持つ仲間としてあたた
かく迎え入れること、行政や他団体との関わり
を通じて多くの情報を伝え、無理なく自分たち
のできることをつづけていきたいという代表
の言葉から、やさしさと頼もしさが伝わってき
た。

「夫婦で参加されている方が多いこと、また、
当事者が「ここ（月例会）が自分の居場所なん
です」と語ってくれたことが印象深かった。町
田家族会の居心地の良さと、会が支持され期待
されていると感じた。

代表のやわらかな語り口も、居心地の良い場
所になっているポイントではないかと思った。
（加藤）