



第34報 (令和2年6月)

ひらぽう

香り

家に長くいると心も身体もだんだん重くなってくる。そう感じた時は気晴らしに家からそう遠くない所を散歩している。外を歩くと視覚、聴覚だけでなく嗅覚でも新しい気づきや季節の変化を感じることができて気持ちよい。ふとした時に香る道端の雑草や建設中の建物、料理屋から漂ってくる匂いから、子どもの頃の景色や遠い旅行先の記憶が勝手に頭の中に浮かび上がってきて、懐かしい気持ちに浸ることができる。香りは時に私を意図せず遠くに連れて行ってくれる。

(利用者 K)

誰かに作ってもらってもえることのありがたさを感じて。

このところ、家にいることが多い。

家で自炊することも多く、外食などに頼っていた時に感じられなかった、食事への関心が今とても高まっています。

誰かに作ってもらう有り難さ、自分の手で定期的に、作るこの大変さもとても身に染みて、有り難さを感じます。

今だからと、特別にせず、特に料理などは今限定にせずに定期的に行うこと。

これは、お金などの節約にもなりますが、それよりもより食事への関心が高まるきっかけにもなると思います。

今までの生活とは違う新しい生活様式が生まれ、それに対してなかなか慣れないこともある。

だけど、この新しい生活様式には、大変なこともあるけど、当たり前前に思っていたことや何気ないことへの有り難さがよりわかる一つにもなると思うんです。

今はネガティブなニュースが多いけれど、でもネガティブなことばかりではなく、改めて気づかされることもある。

そしてもしかしたら、その気づきで今の社会をより良くできるかもしれない。

そう思って日々の当たり前前に思っていることに疑問を持ち、よりその良さに気付いたの

新たな一面を知ったりなど、楽しくアンテナを貼って生活してみるのもいいかもしれませんね。

(ペンネーム テレフ)



見ないで描きましょう！のコーナー

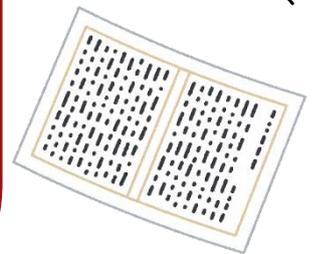
～ お題 ～

「テラフォーマーズ」の「ゴキブリ」



作：Tさん、再現：Kさん

毎月1回、ひきこもりの家族を持つ方を対象に、家族の会を開催していますが、コロナ禍により3月から5月は中止となりました。
 会えないけれど、つながっているということを感じてもらえたらと、
 「最近思うこと」をテーマに文章を募ったところ、10人が寄せてくださり、それらを編んで「ともに」というタイトルの文集を発刊しました。
 その中の1編を、ご紹介します。



30過ぎた引きこもりの息子と2人暮らし。思い切って相談に来させてもらって数年、話を聞いてもらったり、仲間の話を聞かせてもらっているうちに、大きな進展はないけど「もうダメだ」という絶望感がすっかり消えた（みなさんありがとうございます！）。

それが新型コロナ対策で緊急事態宣言、海外ではロックダウン、国家レベルで「家に引きこもれ」の号令など、数ヶ月前は想像だにできなかったこと。「あんたの時代やんか」と息子に言ってみるが、特に嬉しくはないらしい。自分は外に出ないのに感染を恐れ、それにもかかわらず私を買物に行かすとはどういう見かと思うが、こういった息子の無茶苦茶にはもう慣れっこだ。

今回の緊急事態宣言を前に、ふと思いついてタロットカードを購入、勉強を始めることにした。早速占ってみると案外納得の行く結果が出て面白い。日頃から息子の不安定な言動に振り回されっぱなしなので、試しに息子の気持ちを占うと、「決断したい気持ちはあるが、自分はまだ幼いし自分の能力にも自信がないので様子を見よう」と出た。そうだろうなと思ってたけど、タロットさんに言われて改めて納得。まだ先は長そうです。

みなさんどうぞお元気で！またお会いできる日を楽しみにしています。



(ペンネーム newton)

～ ひらぼの近況 ～

新型コロナウイルス感染拡大防止のために4月5日は『ひらぼテレワーク』と題してビデオ会議の形でひらぼを開催していました。

直接は集まれないけれども、みんなの顔を見て声を聞いて嬉しかったです。

でも、やっぱり実際に集まって活動したいですね（^o^）



～発行元・お問い合わせ先～

枚方市ひきこもり等子ども・若者相談支援センター（枚方市子どもの育ち見守りセンター **となとな** 内）

電話：050-7102-3228 / 相談専用電話：072-843-2255 / FAX：072-846-7952

当センターでは、相談・居場所「ひらぼ」・家族の会を行っています。