

ひきセン通信 2019 第1号

ひきセン通信は新潟市ひきこもり相談支援センターが発行する不定期刊行物です

毎週水曜の午後は新潟市ひきこもり相談支援センター（以後ひきセン）の居場所の日

外のことが気になって来た、家族以外の人も話をしたくなった。1人でいるのが飽きて来た。といった少し元気になった人たちがひきセンの居場所に集まっています。

その日の居場所の参加者は9名。男子6名 女子3名。30代4人、20代3人、10代2人、の構成でした。

毎回10名前後の参加者があります。予約は特に不要で、気が向いたら来ると言う人もいれば、使命感で参加する人もいます。

目的などはあってもなくてもどっちでもいいのです、出かける機会になれば良いと考えます。

友達を作るためにとか、リハビリにとか、暇潰しとか理由はさまざまです。迷ったけど来てみたら意外にも楽しめたと言うことになればいいと思っています。

最近ボードゲームが流行っています。話をしなくても繋がれて笑い合える。居場所に通っているうちに仲の良い友達ができます。

居場所の始まりは自己紹介と近況報告から始まります。もちろんパスもOKです。自分の失敗を語る人、些細な喜びを見つけたと語る人、話したら元気が出ましたと言う人。周りからの共感はいっそう自信の回復につながります。

語り、話を聴いてももらえることは嬉しい事です。だから、ひきセン居場所の空気は甘くておいしいです。

初めて参加の人、まだまだ話がうまくできない人も大丈夫です。ゆっくり話す人、小さな声で話す人、言葉が直ぐに出てこない人、どのような人も状況も受け入れます。不安や恐怖の気持ちを吐露しあう時もあります。

最近の出来事として、小説を書き終えて新人賞に応募したと控えめに近況を話した人がいました。自分で作曲した曲が完成したと披露してくれた人がいま

した。ひきこもっていたからこそのわかる心情が曲の中から流れていました。

ちょっとしたことでもひきこもることになった人たちの心の中は本当に豊かです。気持ちを外に出すのは苦手でも、心の中の感情は深くて広い、海か空かと想像します。

その日の居場所では外に出られるようになったきっかけについて話ができました。その時の気落ちや経緯はみんなそれぞれ違っていたけれど、ものすごく大きなハードルであったことは共通だったようです。家族からの働きかけも大きかったようです。

自分で自分を決めつけてしまうと可能性が狭まるのが今ならわかるが、その時は、絶対無理とかできる訳がないと決めてつけていた。そうしなければならなかった。そうすることが安心でもあったんですよね。の言葉にみんなが頷いていました。ひきセン居場所ちょっとしたぎに来てみませんか（吉川静）

父の投稿

「その一言が言えなくて」 No.1

息子に言いたい。

机に向かつてペンを取り、よーし書くぞと行き込んでみるものの何から何をどう書けばいいのか・・・時間だけが過ぎて行く。

「まあ、いいか」「明日書けばいいさ」なんてまるで小学校の時の夏休みの宿題のようだ。簡単なひとことなのに、言えないのです。

「おはよう」「頑張つて」「お疲れ」「お帰り」そんな簡単なひとことなのに。言えばきつと楽しくなると思うけど・・・言えない。

言えないなら文章にしようかと思っけどうまく書けない。

昭和25年生まれ。昭和の頑固お

やじです。「なんで俺の方が」とか、悪いのはお前の方だろ」とか考えてしまう。そんなのどっちでもいいじゃないかと言うだろうけど、違うんです。

そのひとことには親父と家族の思いが込められているのです。

20数年間の思いです。

簡単な一言で済ませられない。

「許せない気持ち」と「応援している気持ち」自分でもどうしようもない苛立ちと受け入れられないもどかしさは：おやじのプライドなのか。

もう37年にもなります長男が生まれて!!

はじめて人の親になり、まして念願の長男なら、喜びはいっそう大きなものでした。

生まれた子供に対して色々や夢や希望を持ちました。

それは親が勝手に見るもので、子供にとっては迷惑なものだと知ってます。それでも見るのです親父は。

俺の跡継ぎができたと喜ぶのです。そしてこんなことも夢見ました。

「夢の話ですが」この子が20歳になったら俺の行きつけの古町のスナックに連れて行き一緒に

酒を飲み、カラオケで歌いながら話をする。そして店のママさんに「お父さんそっくりの良い男ねー」なんて。お世辞のひとつも言われて「まあーな：」なんてにやける姿を目に浮かべ

る。まるで本当にあった出来事のように思われてくる。

親父の勝手な想像であり、今でも思うささやかな希望でもありました。

何もかも壊れたのです。それが始まったのは、中学2年頃だったと記憶しています。あまりにも突然の出来事でした。

何があったのか訳も話さず不登校になり、だんだんひきこもりがちになり、ついにはひきこもり怪獣となりました。「怪獣ひきゴン」の登場です、ひきゴンは時には暴れ狂いました。

世間に迷惑をかけるようなことがあつてはならないと思い、意を決して怪獣のすみかに突入しました。「怪獣」と戦い、引きずりだし、親父の方が強いことを教えようとなりました。しかし、逆効果でした。怪獣はますます手の届かない遠いところへ逃げて行ってしまいました。(匿名)