

スマイルアップ元気会 ~ひきこもり・不登校の親の会~

▶ 本会は今年で15年目を迎えます。

当会は、土浦保健所さんが生み育てて下さった会です。
親同士が日ごろから繋がり交流する居場所が必要だということで、2011年6月に「親の会結成&総会」(56名の参加)を開くことが出来ました。



✓ 昨年2025年2月、茨城県健康づくり推進事業功労者表彰の「保健医療部長賞」を受賞しました。

会長；佐藤久美子の挨拶

皆さんこんにちは。会を立ち上げてから15年という月日が経ちました。3月11日東日本大震災があった6月に結成総会を開いたのです。その頃参加された親御さんは、皆さん泣きながら話をされていました。

ところが、今では笑顔で元気になられています。本当に嬉しいです。

まだまだ不登校・ひきこもりの方はたくさんいます。でもまずは親御さん自身が笑顔で元気になられ、お子さんと一緒に成長していき、あきらめないで前を向いてほしいと思います。

今はほんの充電期間です。

今まで頑張ってきたことを受けとめましょう。少し時間がかかっても、

「こもりのへや」から出て、皆さん(親御さん)に対して、感謝の気持ちは必ず生まれます。

どうかお子さんを信じてください。誰でも変化・成長の可能性はあります。それは無限大です。

私も/会も、全力で行動していきます。皆さんもご自分を責めずに希望をもって、一緒に前進していきましょう。

*ひきこもり状態の方は全国で146万人(厚労省発表)、日本全人口の100人に1人の割合です。
大きな社会課題だと思います。



▶ ひきこもり当事者、家族の皆さん、まずは語り合しましょう。

共に語りながら、静かに振り返ると、子どもの小さな変化に気づきます。子どもの「気持ち&コトバ」が見えてきます。親の考え方や対応の仕方に「思い込み&狭さ」があったと気づくことがあります。



★ 2026年度の例会のご案内 ★ *初参加者は下記役員まで事前に連絡ください。

*4/13 5/11 6/8 7/13 8/10 9/14 10/19 11/9 12/14 1/25 2/8 3/8

例会は基本的に第2月曜日(祝日の場合は、翌々週の第4月曜日になります。)

*時間：13:30~16:00

*場所：土浦四中地区公民館(土浦市国分町11-5)

◆ 当会の特徴

- (1) 例会には当事者が参加し、率直な意見や気持ちを語ってくれます。
- (2) 例会では「ミニ講座・体験を語る」「ミニ学習」などがあります。親御さんや当事者ご自分の体験を30分語ります。まとまった話を聞くことができ「過去・現在・未来」をつなげてその方の「人生物語」を広く深く理解することが出来ます。
- (3) 本の貸し出しもあります。各種研修会や学習会、会合などの情報が得られます。



◆ 土浦保健所からのご挨拶

ひきこもりの方のご家族は、周囲に相談ができず孤独感を感じることや、将来への不安や焦りから悩むことが多くあります。本会は、そのような思いをもつ家族同士の交流会として、安心して悩みや経験を語り合い、気づきや元気を得る貴重な場となっています。本会の活動により、家族の輪が広がり、笑顔を取り戻せる居場所としてさらに発展されますことを祈念しております。

