

ひきこもりの生き方を豊かにするマガジン

# STUDIOUS通信

2号

ひきこもりの生の声分かる!!

1P:よかよか活動日記:よかよかの活動報告 2P:フリートーク:色々な意見発表の場所です 3P:フリートークその2

## ♥♠♣スタッフからの一言♥♠♣

♥4月末からスタッフとして参加することになりました。「皆さんがより心地良く過ごせるように支援が出来たら」と思っています。STUDIOUSの皆さんと一緒に楽しみながら、多くの思い出を築いていきたいです。(呑田)

♠STUDIOUSに参加された方の就労・就学等社会参加の割合は、面接相談のみ御利用の方の24%強に対して、**50%弱と2倍高い**です。これは「何かをしなければ」と思っているだけではなく、**実際に行動に移して**いる方の社会参加は近いということの表れだと思います。これを読まれているあなたも、まずは参加することで互いに影響しあえるSTUDIOUSに火・木・金曜日に足を向けるところから行動を起こしてみませんか?一緒に何かやろうよ!(緒川)

♣さて、就労、就学といった社会参加の割合が約二人に一人なら、それ以外の方はどうしているかと疑問に思われる方もおられるかもしれません。その次に多いのは「グループへの継続参加」です。歩むテンポは人それぞれですので、自分のテンポで気の置けない仲間を見つけたり、他者とコミュニケーションを深める事が、日々に張り合いを持たせ生活の質の向上に繋がっているようです。このようにグループへの参加を続けていくことで、就労、就学、社会参加への意欲や勇気が自然に湧いてくる、ということも想像に難しくありません。まだ参加をためらっている皆さん方を、STUDIOUSは心からお待ちしております。(佐保)

# よかよか イベントニュース



## 03月6日【スケート体験】

パピヨンプラザでみんなでスケート。初めて滑るので、こわごわ壁を伝いながら歩いている人が多かったですが、中には、上手に滑っていく人もいました。

一年に一回ぐらいしか来ないので、貴重な体験でした

### ☆参加者の一言

意外と寒かった！！



## 02月21日【ランチミーティング】

今回は、初のスイーツ作り。なんと「クレープ+ホットケーキ」の、ダブルスイーツです。

出来上がったクレープに、果物、あずき、生クリームと色々なものに乗せて食べました。

### ☆参加者の一言

クレープを焼くのが難しかったです。

# イベントカレンダー

| 月  | 日       | 曜日     | I部 13:15~14:45         | II部 15:00~16:30             | 集合場所    | 実施場所 備考 等                     |                 |
|----|---------|--------|------------------------|-----------------------------|---------|-------------------------------|-----------------|
| 4  | 3       | 第1     | 火曜                     | サイコロトーク                     | 室内ゲーム   | 和室B                           | 室内にて談話とゲーム      |
|    | 5       | 木曜     | お花見(桜見)                |                             | 和室B集合   | 舞鶴公園、西公園、大濠公園等から散策→新年会(飲み会)   |                 |
|    | 10      | 第2     | 火曜                     | 室内ゲーム                       |         | 和室B                           |                 |
|    | 12      | 木曜     | フリートーク                 | テーマトーク                      | 和室B     |                               |                 |
|    | 13      | 金曜     | ♥第2金曜日は女性のみのレディースデー♥   |                             | 和室B     | ♥女性限定♥                        |                 |
|    | 17      | 第3     | 火曜                     | 第3火曜日はランチタイム・ミーティング         |         | 8階調理実習室                       | 予定：バスタ ※実費      |
|    | 19      | 木曜     | フリートーク                 | テーマトーク                      | 和室B     |                               |                 |
| 24 | 最終      | 火曜     | あいれふ休館日のためよかよかルームもお休み  |                             |         |                               |                 |
| 26 | 第4      | 木曜     | フリートーク                 | テーマトーク                      | 和室B     |                               |                 |
| 5  | 1       | 第1     | 火曜                     | 人生ゲーム・フリートーク                |         | 和室B                           |                 |
|    | 3       | 木曜     |                        |                             |         |                               | 憲法記念日           |
|    | 8       | 第2     | 火曜                     | 天神地下街南北橋断ツアー+コスロリ洋品、カメラ店等見学 |         | 和室B                           |                 |
|    | 10      | 木曜     | フリートーク                 | テーマトーク                      | 和室B     |                               |                 |
|    | 11      | 金曜     | ♥第2金曜日は女性のみのレディースデー♥   |                             | 和室B     | ♥女性限定♥                        |                 |
|    | 15      | 第3     | 火曜                     | 第3火曜日はランチタイム・ミーティング         |         | 8階調理実習室                       | オムライス+ミニバスタ ※実費 |
|    | 17      | 木曜     | フリートーク                 | テーマトーク                      | 和室B     |                               |                 |
| 22 | 第4      | 火曜     | 未                      | 定                           | 和室B     |                               |                 |
| 24 | 木曜      | フリートーク | テーマトーク                 | 和室B                         |         |                               |                 |
| 29 | 最終      | 火曜     | あいれふ休館日のためよかよかルームもお休み  |                             |         |                               |                 |
| 31 | 第5      | 木曜     | フリートーク                 | テーマトーク                      | 和室B     |                               |                 |
| 6  | 5       | 火曜     | 未                      | 定                           | S       |                               |                 |
|    | 7       | 第2     | 木曜                     | フリートーク                      | テーマトーク  | 和室B                           |                 |
|    | 8       | 金曜     | ♥毎月第2金曜日は女性のみのレディースデー♥ |                             | 和室B     | ♥女性限定♥                        |                 |
|    | 12      | 火曜     | ボーリング                  |                             | 和室B     |                               |                 |
|    | 14      | 第3     | 木曜                     | フリートーク                      | テーマトーク  | 和室B                           |                 |
|    | 19      | 火曜     | 第3火曜日はランチタイム・ミーティング    |                             | 8階調理実習室 | メニュー未定 ※実費                    |                 |
|    | 21      | 第4     | 木曜                     | フリートーク                      | テーマトーク  | 和室B                           |                 |
| 26 | 最終      | 火曜     | あいれふ休館日のためよかよかルームもお休み  |                             |         |                               |                 |
| 28 | 第4      | 木曜     | フリートーク                 | テーマトーク                      | 和室B     |                               |                 |
| ※※ | 7月14・15 | 土日     | 暑気払い&涼しい山見学 集合場所は直前に発表 |                             | 天神集所集合  | 昨年に引き続き、前夜は暑気払い！自己責任でご参加ください！ |                 |
| 未定 | 定       |        | あいれふ施設利用 その1 (食事と健康)   |                             | 和室B     | あいれふ内                         |                 |
| 未定 | 定       |        | あいれふ施設利用 その2 (簡易体力診断)  |                             | 和室B     | あいれふ内                         |                 |
| 未定 | 定       |        | 好きなものを持ちより 内カフェ        |                             | 和室B     | あいれふ内                         |                 |

◆：あいれふ外での活動 ♥レディースデー ★ランチタイム・ミーティング ※※：自主活動ですので自己責任でご参加下さい。  
 ※体質館使用時は履足は不可です。必ず体履(上下)・シューズをご持参下さい。 ※コラボの時にはハガミとノリと古雑誌を各自ご持参下さい。

# フリートーク

## ○古典へのいざない vol.2

## 荀子

著 坂口

人間を外側から磨く行動原則。  
荀子の思想を一言で表すとしたらこうなるでしょうか。  
中でも力を込めたのが社会の安定と秩序の確立でした。

荀子は儒教を修めながらも、同時代の孟子(孔子に始まる儒家の正統を継ぐ人物)に異を唱え、後世に有名な性善説、性悪説の片翼を打ち出し鋭く対立しました。

「人の本性は悪である。人には損得利益に左右される面があり、本性や感情のままに行動すればその結果として争いごとが生まれる。

だからこそ、法律による監視と共に礼と義による教化が必要である。」と荀子は説きます。

このような主張をまとめたものが、「荀子」という古典です。その内容は、教育論から政治、経済、軍事、哲学というように多岐に及んでいます。

それではその一片を採り上げてみます。

人之患 蔽於一曲闇於大理  
「人の患いは、一曲に蔽われて大理に闇きあり」

患いとは欠点という意味で、全体としては、「人間の欠点とは物事の一面にだけとられ、往々にして大局的な判断を誤ることにある。」といった意味合になるでしょうか。

どのような人間にも認識には歪みがあり、自らは客観的にあるつもりでも、各々に避けがたい偏見があります。その上、自らの偏見を自覚し修正することは難しいことです。

手前味噌になりますが、一つのテーマにおいて参加者皆さんの見解を傾聴することができる、よかよかルームにおける活動も、偏った考えを是正できる機会の一つではないでしょうか。

## ○ただいま、作業中！

著 うずまき

今、丸ヨークのカーディガンを作成中です。  
ちょっと色が派手です。まだ2玉目です。  
10段目を編んでいます。

とりあえず10玉確保していますが、足りるかどうか自信がありません。  
いつできるかも、ちょっと分かりません。  
かぎ針編みは、あまりしません。  
どちらかと言えば苦手です。



## わたしと『よかよかルーム』

著 カレー好き

来るだけで人生が楽しくなる「よかよかルーム」  
その効能はどんなのがあるか！？を真面目に考えてみました。

以下、考えた効能↓

- ・同じような人がいるという安心感を得られる。
- ・コミュニケーションを取ることによる精神の充足。
- ・外に出ることにより、気分が晴れる。気分転換になる。
- ・よかよかに行くまでに外を歩く時間や・買い物をしたリ、寄り道などが良い効果を生む。

・何かの団体に所属しているという帰属感。連帯感がある。

・ひきこもりに関する情報交換ができる

・時間を有効に使える(家で寝ているだけではなく、有効に使える)

・家の外に出たという事実が自信をつける。

こんなところではないでしょうか？

もし、他にこんなものがあるよっ！ってご意見がありましたら教えてくださいな一。

# フリートーク

## ペット by おやっさん

我が家にはソラという名の猫がいます。

家に来てからもう6年。

未だに知らない人が来ると逃げるけれど、  
膝の上に乗ってくれないけれど、  
顔を近づけると避けるけれど、  
腹が減り過ぎると足を噛むけれど、  
女の子とは思えないオッサンポーズをよくとるけれど、  
ゴロゴロと喉を鳴らして甘えたい時は、すり寄ってくる  
可愛いやつです。

幸せそうに寝てる姿は見るだけで癒されます。  
というかも全部が可愛いです(笑)!!



## おすすめのゲーム byKT

引きこもりといえば、アニメ・ゲーム・インターネット!  
(笑)

そんな訳で、今回はオススメのゲームを紹介  
したいと思います。

### ○モンスターハンター

プレイヤーは、巨大で獐猛なモンスターを退治  
するハンターです。

今日も、村長の依頼を受けてモンスター退治に  
精を出します。

言わずと知れた超有名ゲームなのですが、ウリはやっ  
ぱり協力プレイ。

最大四名まで一緒にプレイできるのですが、  
みんなで協力して、モンスターを退治するのはワクワク  
するものがあります。

よかよかルームでもたまに協力プレイをしたりしてい  
ます。求む! 狩り仲間!!

## ご意見募集中&よかよかルームご案内

皆さんの原稿・感想・ご意見を募集してます  
宛先はこちら

### ◆住所◆

〒810-0073

福岡市中央区舞鶴2丁目5-1

あいれふ3階

福岡市ひきこもり成年地域支援センター

### よかよかルーム

TEL:092-716-3344

運営:NPO法人JACFA

所轄:福岡市精神保健福祉センター



お詫び: せっかく描いて頂いた表紙の桜の季節から大きくず  
れこんでしまい、描いて頂いた方や読まれる方に本当に申し  
訳なく思っております。今後はもう少し妥協しながら計画的に  
進められたらと思っています。(チーフ)

2012年5月 発行  
編集「ステュディオスのみんな」