



「生きることを支援する」

カフェの取り組み

KHJ兵庫県中央支部 ひまわりの家
松本むつみ

し そう し 中央市

- 人口 約38,000人
- 90%が山林 森林王国
- 限界集落が点在

NPO法人ピアサポート ひまわりの家



就労継続支援B型事業所

共同生活援助

KHJ全国引きこもり家族会中央支部

ひきこもりの居場所

高次脳機能障害者家族会

中央市オレンジカフェ(若年認知症)

発達障害当事者の会

ミニデイサービス

カフェ
ひまわりの家



庭がご縁で

園芸療法





維持するのに悩んでいた空家をカフェに



平成24年4月

年齢や
障害の有無に関わらず
誰でもが
ゆっくりできる場所



障害が理解されにくい
高次脳機能障害者の家族
ひまわりの会

地域ボランティア
・ハーモニカ・ハンドベル
・お話・園芸療法

11人の理事
空家
園芸療法ガーデン

障害があってもゆっくり家族で
くつろげる場所がほしい





ず
 寺に
 ることをする



ず
 寺に
 ることをする



ず
 寺に
 ることをする



ず
 寺に
 ることをする

こかけたい」

引きこもり8年 克服カフエ

引きこもりの人々を支援する「カフエ」が、今年で8年目を迎える。この間、多くの引きこもりの人々が、このカフエを通じて、社会とつながり、笑顔を取り戻した。その一人、24歳の女性、大栗の24歳女性。

大栗は、16歳のときに、父の病気で、家を失った。その後、引きこもり生活を送っていた。2000年、カフエを知り、ここへ来た。最初は、ただただ、居るだけでいい。でも、少しずつ、話せるようになった。そして、笑顔を取り戻した。

大栗は、カフエで、友達を作った。そして、笑顔を取り戻した。その笑顔、スタッフの心を打った。大栗は、今、笑顔で生活している。その笑顔、スタッフの心を打った。大栗は、今、笑顔で生活している。その笑顔、スタッフの心を打った。

引きこもり8年 克服カフエ

引きこもりの人々を支援する「カフエ」が、今年で8年目を迎える。この間、多くの引きこもりの人々が、このカフエを通じて、社会とつながり、笑顔を取り戻した。その一人、24歳の女性、大栗の24歳女性。

大栗は、16歳のときに、父の病気で、家を失った。その後、引きこもり生活を送っていた。2000年、カフエを知り、ここへ来た。最初は、ただただ、居るだけでいい。でも、少しずつ、話せるようになった。そして、笑顔を取り戻した。

大栗は、カフエで、友達を作った。そして、笑顔を取り戻した。その笑顔、スタッフの心を打った。大栗は、今、笑顔で生活している。その笑顔、スタッフの心を打った。大栗は、今、笑顔で生活している。その笑顔、スタッフの心を打った。

引きこもり8年 克服カフエ

引きこもりの人々を支援する「カフエ」が、今年で8年目を迎える。この間、多くの引きこもりの人々が、このカフエを通じて、社会とつながり、笑顔を取り戻した。その一人、24歳の女性、大栗の24歳女性。

大栗は、16歳のときに、父の病気で、家を失った。その後、引きこもり生活を送っていた。2000年、カフエを知り、ここへ来た。最初は、ただただ、居るだけでいい。でも、少しずつ、話せるようになった。そして、笑顔を取り戻した。

大栗は、カフエで、友達を作った。そして、笑顔を取り戻した。その笑顔、スタッフの心を打った。大栗は、今、笑顔で生活している。その笑顔、スタッフの心を打った。大栗は、今、笑顔で生活している。その笑顔、スタッフの心を打った。

引きこもり8年 克服カフエ

引きこもりの人々を支援する「カフエ」の活動が、大阪府の若狭市で始まりました。引きこもりの人々を支援する「カフエ」の活動が、大阪府の若狭市で始まりました。

スタッフ勤務 菓子作りも

客らの笑顔 自分取り戻す

引きこもり8年 克服カフエ

引きこもりの人々を支援する「カフエ」の活動が、大阪府の若狭市で始まりました。引きこもりの人々を支援する「カフエ」の活動が、大阪府の若狭市で始まりました。

スタッフ勤務 菓子作りも

客らの笑顔 自分取り戻す



若者の家は

何となく地域に広がっていき

いろいろな若者が次々とひまわりの家に

- ・大学は卒業したけれど
- ・リストラで5年
- ・就職が続かない
- ・10年近く家に
- ・中学卒業後ひきこもる

死にたい



消えたい

私は**なかったこと**にして欲しい



もっと早くに、一人じゃないと
思いたかった。

行ける場所が欲しい。

こういう場所があればもっと
早くになんとか出来たの
に...



地域活動支援センター

自立支援医療

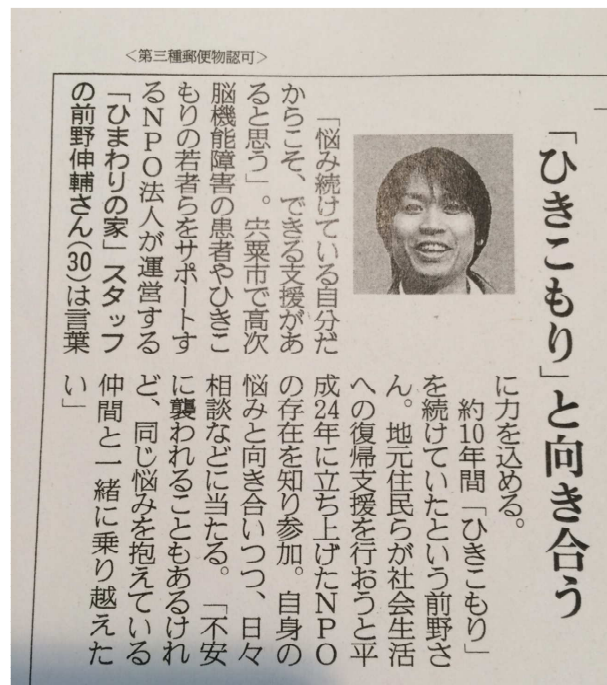
身体障害

精神障害

知的障害

居場所

病院には行きたくない……
市役所には行かない……



ひまわりの若者のことを 教えてほしい

ひきこもりって？



ひまわりに来た人たちは

- ・小学校・中学校の不登校
- ・高校等の中途退学
- ・大学でのつまずき
- ・就職でのつまずき



負の連鎖

動き出したい

怖くて動けない

学校に行きたい
働きたい
友達が欲しい
買い物に行きたい

- ・情けない今の自分
- ・冷たい社会の目

自殺願望

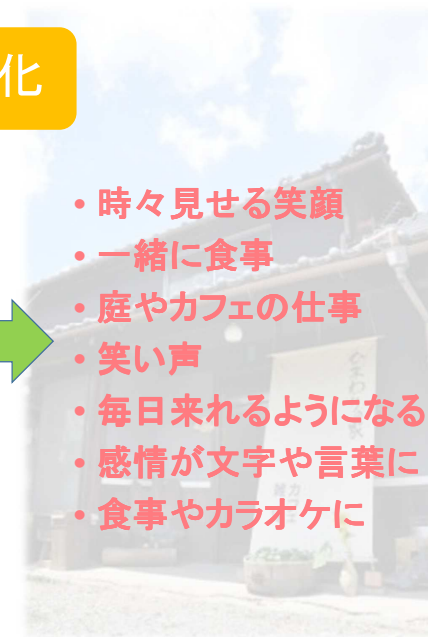
死ぬことしか考えていなかった

親も一緒
どうしたらいいのかわからない……



ひまわりでの変化

- 大きなマスク
 - 震え
 - 声が出ない
 - 視線が合わない
 - 食事ができない
 - トイレの抵抗
 - 居なくなる
- 
- 時々見せる笑顔
 - 一緒に食事
 - 庭やカフェの仕事
 - 笑い声
 - 毎日来れるようになる
 - 感情が文字や言葉に
 - 食事やカラオケに



本人の問題
家族の課題



地域ができること
地域でしたいこと



Let's talk 全国ひきこもりKJ 兵庫県宍粟支部

ひきこもり家族会

一緒に悩み、一緒に考え、一緒に乗り越えたい

日時： 毎月第2日曜日 13時より
【当事者の会・家族の会 同時開催】

場所： NPO法人ピアサポート
ひまわりの家
【兵庫県宍粟市山崎町段194-1】

みんなと共感し、支え合いながら、
共に歩んでいけることを願っています。
独りじゃないから、焦らず少しずつ前に進みたい。

【お問い合わせ】
NPO法人ピアサポート ひまわりの家
TEL: 0790-65-9205
E-Mail: himawarinole@tuba.ocn.ne.jp
HP: <http://npohimawarinole.net/>

ひまわりの居場所

ここには、外に出れない自分を受け入れてくれる人がいます

人と関わるのは苦手な怖いけど、それでも外へ踏み出したいと思った「ひまわり」の人達、ゆったりとした時間の中で、好きな事や楽しい事を一緒にしながら過ごしています。

外に出てくるとはすこく怖いと思います。でも、ここには同じ思いの人達がいます。一人が寂しくなった時、一歩踏み出してみようと思った時、いつでもあなたを待っています。



利用時間 毎週水曜日 10時から16時まで
(ご家族等のご相談もお持ちしています)

場所 ひまわりの家 別館
(茨城県山崎町段194番地1)

誰かと一緒にでも、一人でも



- ・トイレは数ヶ所あります。
- ・お茶があります。
- ・一人になっても出来ます。
- ・喋れなくても大丈夫。
- ・ご家族と一緒にでも大丈夫。
- ・いつでも、いつでもおしゃべり場です。

Tel: 0790-65-9205
携帯: 090-2517-7559
Mail: himawarinote@tuba.ocn.ne.jp

ご連絡お待ちしております。

地域の理解が、支援に繋がって



「ふるさと元気げんき大作戦」

だんだんの会だより 平成29年 2月号

だんだんの会とは

ひまわりの会は、2012年のNPO法人設立以来、地域の理解と共に歩める活動をしてきました。ひまわりの会がある段地域では、人口の高齢化、農地の荒廃化、市民会等の空き家化が進み、まちづくりとしての対応が必要となっています。また、賃貸アパート等の立地が近所目立ち、既存住民と新住民のコミュニティ形成という新たな課題が浮上しており、自治会活動の担い手不足という状況の中で、なんらかの形で地域が支えられていく必要があります。このような課題を解決していくために、ひまわりの会を拠点とした段地域との協働によるコミュニティビジネスの事業をやる会が立ち上がりました。ひまわりの会と段地域との取り組みをきっかけとして新たなまちづくりの拠点となることを目指し、将来的には県外市町村におけるモデルとなるような施設まちづくりによる地域づくりの展開を目指しています。



「だんだん」とは、「だんだん」を表す方言でもあり、ひまわりの会がこの地域の方々に協力した活動できる事に対する感謝の気持ちと、この会が段地域に少しづつ「段々」様になる、飛躍していくという願いを込め、「だんだんの会」に名付けました。

だんだんの会の事業展開における3つの柱（プロジェクト）

①「ひまわりの会周辺農地での農作物の生産加工・販売プロジェクト」

農作物の生産として、比較的容易にできるりんご栽培を計画しています。パジャは各家庭でも少量栽培が可能で、栽培も一歩を通して取り扱います。パジャについてはまだ事業計画の段階で行われていないこと、地域の団体農地が活用でき、将来的に特産品化の多量化、栽培拡大の多くのメリットが期待されます。



②「木工品、竹細工の制作プロジェクト」

糸ノコ、パワソー、ベルトサンダー等を使用し、木工品は今までのような道具で、的、道具を多く動物オモチャを制作しています。竹細工はペーパーナイフ、箸、調理用竹へらなどを制作しています。



③「高齢者の居場所づくりプロジェクト」

高齢化が進む中、上記2つのプロジェクトを地域の方々と共に進めていく事で、高齢者の方々の生きがい、居場所づくりにもつながっています。



「だんだんの会」の活動について、皆様のご協力をお願いいたします。

広がる居場所

グループホーム



就労支援事業所

ミニデイサービス



たくさんの野菜作り

地域の人々に
支えられ



喜びを分かち合う



・生きていて良かったです。自分を殺さなくて良かったです。

・ずっと暗いトンネルだったけど少しずつ明るいです。

・生きるということが少しずつ味わるだけでも、今を生きていて良かったです。



居場所を利用した人

20代	6人
30代	9人
40代	5人
50代	1人



Qなぜ、ひまわりの家に来ていますか？

- ・ 自分を受け入れてくれる人がいる
- ・ 同じ思いの人がいる
- ・ ここしか今はない
- ・ なんとなくこの空間
- ・ いろんな人がいる
- ・ 居場所がある
- ・ する作業がある



NPO法人ピアサポート ひまわりの家

