



ほっとスペース流山 たより

〈生きづらさ包括支援・自主事業〉

No.10

発行：ほっとスペース流山 ☎090-3696-1589
 発行者：勝本 正實 2026年 6月 1日
 メールアドレス：cqj04465@ybb.ne.jp

☆ご挨拶



・「自主事業」である、ほっとスペースは、どのように運営しているのか？との問い合わせに答えて

ほっとスペース流山が目指しているのは、「生きづらさを抱えている方の支援」です。このために、①ショートステイの場を設けることと、②同じ課題・必要を持つ人たちの小グループの場(下記参照)を提供することです。流山市でも生きづらさ包括支援事業として、二〇二四年一〇月から、委託を受けた流山社協による「よりよいサポートセンター」がオープンしました。この時期に合わせて、私も自主事業(補助を受けない形)として、ほっとスペースを開始しました。

活動資金の運営上は困難がありますが、流山市だけでなく、どの市町村の方でも受け入れることができます。生きづらさを抱えておられる方であれば、ショートステイが可能でし、新しい小グループも作ります。もちろん個別相談もしています。運営面を補うために、ショートステイの方には一泊一五〇〇円、小グループに参加さ

れる方には、一回百円をいただきます。それだけでは必要経費が賄えまないので、寄付をしてくださる方もあって運営ができます。お掃除ボランティアの方や、パソコン入力や印刷物のまとめや発送のボランティアの方、傾聴ボランティアの方もおられます。交流時のお菓子を差し入れてくださる方もおられます。こうした方たちによつて支えられています。

利用者の紹介をしてくださっているのは、流山市や柏市や我孫子市や松戸市や野田市の関係部所の方、千葉県や柏市の中核支援事業所、生活困窮者自立支援事業所、流山市などの地域包括支援センター、それに私が関わる精神や発達障害者家族会の方たちです。インターネットで調べて問い合わせの後利用してくださる方もあります。宣伝方法はこのニュースレターとホームページぐらいです。

詳しくは「ほっとスペース流山」のホームページか、QRコードで、モア欄の「詳細説明」の部分をご覧ください。隔月ごとに発行している「たより」も掲載しています。
<http://www.mentaruseru.com>

(メンタルヘルス トット コム)



・貧困状態や障害のグレーゾーンの状態にある方をどう支援すればよいのか

私は障害者の方たちとの関わりが三十五年ほどになりますが、支援先とつながることが難しいと感じているのが、疾病や障害が医学的に該当しないとされている方たち(例えば知的・精神的・発達のグレーゾーンの方たちです。この方たちもまた、「生きづらさ」を抱えて悩んでおられるのに、障害者総合支援法による福祉サービスを受けることもできず、障害者枠で働くこともできません。その方たちの家族もまた先の見えない不安を抱えておられます。

生きていくためには、経済的な必要があります。生活保護を受けられる状態にはなく、かといって十分に働くこともできず、生きていくこと自体がギリギリの状態にある方をどのように支援し、必要な支援先につなげていけばいいのか社会資源の足りなさを感じます。受け皿は、生活困窮者自立支援法ぐらいでしょうか。本人は自身身に誇りを持てず、家族もまたどう励ましてよいのか、解決が見えないのが現実の状態です。



☆現在開設中の集まり紹介

ほっとスペース流山を会場にする定期の交流会は、左記の五グループです。初めての方は、上記の携帯にお問い合わせください。一回の利用料は光熱水費として、百円いただいています。

① 発達障害の当事者の集まり

日時・第四日曜の午後一時半から、互いの生きづらさや、会社や福祉事業所の利用上の人間関係の悩みの話を分かち合っています。話題で発達障害の特性が語られます。

② 精神障害を抱える当事者の集まり

日時・第四日曜の午後一時から、病気の症状からくる悩みや、日中活動の人間関係について互いに話を分かち合っています。グリーゾーンの方も受け入れています。一度来てみませんか。

③ 障害者の「おやじの会」の集まり

日時・第一土曜の昼十二時から、精神や発達の家族会は、母親の方が多く、父親は遠慮がちになります。そこで、父親が自分の思いを語れる場として設けられています。昼食のお弁当を各自持参し、飲み物としてお酒・ビールも持参可能です。お出かけください。

④ 「家族にひきこもりの方がいる」悩みを持つ人たちの集まり

日時・第一水曜日の午後一時半から。学校に行けなくなった、仕事ができなくなった、家族のストレスで外に出られなくなった・などの理由で、ひきこもりの状態にある方が自宅やアパートで暮らしておられる方があって、心配している家族の集まりです。

⑤ 「障害の内容も本人が家族かも知れない」こころの泉会の集まり

日時・第二木曜午前十時半から開いています。三十年以上の歴史を持つ集まりで、障害者への心配だけでなく、自分自身のことについても話題にしています。家族も本人もというのが特色です。

☆休息の場として「ショートステイ」を提供中

ショートステイの部屋は二室あります。一泊から一か月程度まで可能です。家族からしばらく離れる休息の場として、言葉や暴力によるダメージを受けている方の避難所・休憩所として。また事情があつて住まいを失った方が次の落ち着きどころが決まるまでの間・等の理由で、利用ができません。専任の職員はいませんので、

自分で食事や洗濯や買い物をしていただくが必要です。一泊・一五〇〇円です。ホームページに写真は載せていませんので、心配な方は前もつての見学をお勧めします。それが安心でしょう。

また、一階にはミーティング室がありますので、一人で過ごす場所として、数人の人が集まる交流の場として、また学習会の場として、利用が可能です。部屋が空いているかを事前に問い合わせてください。



☆発達障害者家族会の「定例会」のご案内です！

※定期の集まりの紹介

・家族会 毎月第二土曜日朝十時から、初石公民館にて
発達障害に関する情報の提供と家族としての思いの分かち合いをしています。六月の集まりでは、特別に第三土曜十時から、初石公民館で専門家・田熊立氏を迎えての質疑応答を予定していますので、問い合わせは当事務所のメールまで。

・当事者会 毎月第四日曜午後一時半、ほっとスペース

勝本 090-3696-1589

☆精神障害者家族会「流山よつば会」の案内

・家族会 毎月第四金曜日朝十時から、初石公民館にて
二時間ほどの集まりです。前半は、家族に必要な学びや情報の提供、後半は、小グループに分かれての交流のひと時を持っています。

これからは野田市の家族会「くら友の会」の紹介もします。定期的な集まりは、第三土曜日の午後一時から、野田市社会福祉協議会の一階会議室です。目標物は、野田市役所の隣の建物です。

☆先人の言葉



・何か助けが必要になったときにも、すべてを完全に与えてくれる全能者などには必要ないのだ。すべてを与えてくれるものは、すべてを奪うものでもある。普通のケアは、たくさんの人からのケアのかげらをパッシングされることで成り立つ。西川勝、「ためらいの看護」から。

・人間は、死と不幸と無知とを癒す(解決する)ことができなかった。幸福になるために、それらのことについて考えないことにした。パスカルの言葉。