

NPO・市民活動団体紹介のページ

道南ひきこもり家族交流会「あさがお」

■どんな団体？

お子さんなどご家族の中に「ひきこもり」の方がいて、どうしたらよいか悩む方々の集まりで、2003年にスタートしました。「ひきこもり」は病名ではなく、何らかの事情によって、一定の期間、社会との関わりから身を引いて自分を守っている大切な休息の時間です。なので、誰にでも起こりうることで、特別なことではありませんが、長引くことで再び社会参加しにくくなつて本人も苦しみ、家族関係にも軋轢が生じることが多いので、そのような家族や当事者の皆さんが体験を語り合い、情報交換することで、解決の道筋を探る活動を行っています。

■団体のPR

活動の基本は、毎月第2日曜日の14時から16時まで開催している月例会で、会場は函館市総合保健センター2階です。

例会は、参加者が対等な立場で参加し、お互いの悩みや体験を語り合います。参加者は同じような悩みや体験を持つ方々なので安心して話し合いができ、自分自身も語ることで悩みが整理され、気持ちも楽

になっていきます。子どもとの関わり方や就労、社会参加の道筋など、たくさん具体的な体験や情報を知ることが出来ます。会員は、「ひきこもり」のご家族に限らず、このようなテーマに関心をお持ちの方や、遠方からも会報等の資料がほしいというところで会員登録されている方もおります。

例会には20名以上参加する場合がございます。しほありますので、ゆっくり語り合うために小グループに分かれて話し合うこともあります。

また、精神科医、心理カウンセラー、ソーシャルワーカーなど、保健医療福祉分野の専門職の方も参加していますので、その方面の知識や情報を得ることも出来ます。

“あさがお”が  
咲くためには、  
夜の寒さと暗闇の  
時間が必要です。

■会員募集など

年会費1000円で、隔月で会報をお送りし、例会参加は無料になります(単発参加の場合は資料代200円)。  
例会参加は予約不要です。

お問い合わせや入会ご希望の方は野村までご連絡ください。

また、個別の面接相談をご希望の場合は、毎週月曜日13時〜15時、「函館圏フリースクールすまいる」でもお受けすることが出来ますので、野村までご連絡ください。

■これからの活動

活動のなかで、ひきこもりを体験した当事者のつどい「樹陽のたより」も誕生し、毎月第2日曜日の11時〜13時、函館市総合保健センター2階で例会を開催しています。気軽なおしゃべり会ですので、人とのつながりや動き出すきっかけを求めている方は是非おいでください。



道南ひきこもり家族交流会「あさがお」

■事務局／野村 俊幸 ■会員数／約100名  
 ■電話／090-6261-6984 FAX／0138-57-3041 ■メール tnomura@sea.ncv.ne.jp  
 ■ブログ <http://asagao.phpapps.jp/>

## NPO・市民活動団体紹介のページ

# コーチングワークショップ函館

### ■どんな団体？

創設者の飯田正男さんが当会を始め、今年8月から市民活動団体として新たにスタートしました。コーチングを通して更に良いコミュニケーションを実践するため学びあう仲間のコミュニティです。ワークショップとは共同で何かを作る場所を表しております。参加者が自発的に活動する環境を整え、体験する場を作りながら、自分達で「納得」して、自分達で「解」をつくりながら仲間づくりをめざしています。

### ■団体のPR

毎月1回土曜日もしくは日曜日の13時〜17時に開催しております。

会場は概ねまちづくりセンターです。主な内容はコミュニケーションを構成する知識・スキル・ツール等を取り入れゲーム等を取り入れながら学んでいきます。定期的に東京などで活躍している講師を函館にお招きし、コーチングのデモンストラーションや体験を交え、コーチングに関する最新情報の提供を心がけ開催しております。

参加メンバーは、カウンセラー、オーガ

ナイザー、企業勤務のマネジメント職、一般の方など幅広く、現在、25名ほどの会員様と開催しています。

多様性を認め合い、人の力を引き出し、組織と社会の協働関係に寄与してまいります。

ご希望者にはコーチング教育機関（非営利型一般社団法人 国際コーチ連盟（ICF）等）で就学されたコーチの紹介なども行っております。



「アドラー心理学」小野琴理コーチ



「マインドフルネス」生沼隆史氏コーチ

良質なコミュニケーションは良薬に優る。まずは体験・体感してみませんか？  
あなたの個性をいかし皆で成長しませんか？

### ■会員募集

年会費はありません。一度でも月一度の定例会にご参加いただいた方を会員としています。

参加費は毎回2000円程度、参加予約はFacebookもしくはemailで連絡いたします。お問い合わせや予約などは江口までご連絡ください。

### ■これからの活動

人と人の関係性がさらに円滑になるために、コーチングを広め一人でも多くの方をサポートすることで快適な街づくりに貢献していきたいと思っております。

2017年度の開催予定(案)は1月15日(日)、2月4日(土)、3月11日(土)4月9日(日)です。ご参加おまちしております。



谷口貴彦コーチ「マスターコーチング実践公開講座」

## コーチングワークショップ函館

■代表者名/江口 文明 ■事務局/コーチングワークショップ函館 事務局 松浦千慧  
 ■会員数/25名 ■電話/090-1640-7761 ■メール coachig.workshop@gmail.com  
 ■Facebook(会員用) <https://www.facebook.com/groups/592637814168496/>



連絡はこちらから