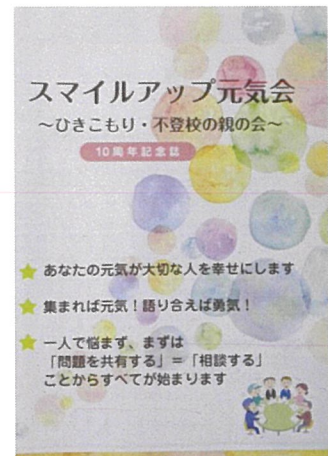


# 😊スマイルアップ元気会😊

## ～ひきこもり・不登校の親の会～



スマイルアップ元気会・会長の佐藤久美子です。  
 本会は早いもので、今年で12年目を迎えます。  
 昨年は、皆様のおかげで「10周年記念誌」を発行することができました。  
 一言で10年という長いはずですが、今振り返ると  
 あっという間の10年のような気がします。  
 会員さんもだいぶ変わり、新しく参加する方も増えてきました。  
 そんななか、  
 ・未だにどう子どもと接すればいいのか分からないと不安な日々・・・  
 ・親も年を取り、この先どうなっていくのかと先が見えない日々・・・  
 ・子どもは何を考え、どうしたいのか理解できない日々・・・  
 まずは、そんな我が子を信じてあげてください。  
 静かに振り返ってみると、子どもも親も共に変化・成長していることに気づきます。  
 そこからヒントが必ず見つかります。  
 会への参加を継続しましょう。交流し「理解と対応」を共に考えましょう。  
 新しく仲間になれる皆さんへ まずは、この会に参加してください。  
 あなたの「始めの一步の勇気」をお待ちしています。



### ☆昨年度(2022年度)の定例会開催実績および参加人数

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	計
家族	10	14	17	10	10	13	11	10	12	10	7	11	135
当事者	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	18

### 〈2023年度例会のご案内〉

\* 日時 5/8 6/12 7/10 8/21③ 9/11 10/16 ③ 11/13 12/11  
 1/15③ 2/19③ 3/11 13:30～16:00  
 …例会は基本は第2月曜日です。祝日などの場合は翌週の第③月曜日に変更。

\* 場所 土浦四中地区公民館 (土浦市国分町11番5号)

### 〈スマイルアップ元気会の特徴〉

- 1、例会には当事者も参加し、経験や意見を話してくれます。親は我が子を理解したり、適切な対応のあり方を考えたりする大切なヒントを得られます。
- 2、例会では「ミニ講座・体験を語る」「ミニ学習会」があります。親御さんや当事者様がご自分の体験を30分語ります。まとまった話を聞くことで、「過去・現在・未来」をつなげて考えることができます。
- 3、本の貸し出しもあります。各種研修会や他の会の情報が得られます。

ひきこもり者を抱えるご家族は、将来への不安や焦りにより心身のバランスを崩されることが多くあります。同じ悩みを持つご家族が集い、思いを語り合うことは「自分だけではない」と知ることにつながり、ご家族、そしてひきこもり当事者の心の安定・安心を生むことができます。本会の活動により、家族の輪が広がり、家族が、そして地域が元気になることを祈念しています。

茨城県土浦保健所 保健指導課

編集・発行 スマイルアップ元気会(ひきこもり・不登校の親の会)

会長 佐藤 090-6032-2863

書記 小林 080-3277-2002 Fax 0291-39-7008

