



# Leaf of SEED

No.5

Supported by  
日本財団  
THE NIPPON  
FOUNDATION

平成 28 年 11 月  
発行：SEED きょうと

晩秋の候、皆様におかれましては、ますますご清祥のことと心よりお喜び申し上げます。平成 27 年度は、SEED きょうとは NPO 法人になるなど大きな転換を迎えた年でした。無事に新しい年を迎え、平成 28 年上半期の活動をスタートすることができたのも、SEED きょうとの活動をご理解いただき、応援して下さる皆様のお力があってこそと感じております。

平成 27 年度下半期および平成 28 年度上半期の活動や、SEED きょうとにおける当事者活動であるプティパの状況などをご報告させていただきます。

## ～活動報告～

### ☆秋の講演会『拒食・過食を乗り越えて Part 8』☆

平成 27 年 11 月 8 日（日）に今年も『拒食・過食を乗り越えて Part8 -ふれあいの回復のために-』を開催しました。当日は雨模様でしたが、111 名の方にお越しいただきました。Part8 では講師に福島県で 20 年以上にわたって摂食障害の当事者や家族のグループ「福島お達者くらぶ」を運営し、支援にあたってこられた香山雪彦先生をお呼びしました。

“治療者でも援助者でもなく「同行者」としての姿勢で、「不安」というキーワードで摂食障害についてお話しいただきました。「生き延びて、同じ地面に足を置いて、この世界を一緒に歩いて行こうよ」という、あたたかなメッセージが来場された方にも伝わったのでしょうか、質疑では当事者の方も挙手され、アンケートの回収率も高く、先生に勇気づけられたという当事者・ご家族がたくさんいらっしゃいました。支援者も多数参加され、あらためて関わり方を考えるきっかけになったとの感想が寄せられました。

先生の SEED きょうとへのご期待も高く、私たちもさらに頑張っていこうと元気をいただきました。

平成 28 年度 SEED きょうと講演会、『拒食・過食を乗り越えて Part9』は平成 29 年 1 月 29 日（日）に開催予定です。是非お越しください。



（香山先生とのディスカッションの様子）



（香山先生の著書。会場でも販売し、売り切れるほどでした）



（SEED きょうとの会員・ボランティアスタッフも一段と増えました）

☆メール相談事業☆

平成 27 年 3 月より、京都府内在住の当事者、ご家族、支援者のためのメール相談事業を実施していましたが、平成 28 年 4 月をもちまして終了いたしました。

### ☆チャリティー絵画展☆

平成 28 年 3 月 25 日から 27 日までの 3 日間、京都府京都文化博物館にてチャリティー企画絵画現代国際絵画展を開催し、内外の作家約 40 名の作家で約 80 点の作品を展示・販売しました。

スペインからは若手の新鋭画家であるジョルディ・イセアン画伯が来日し、絵の販売やサイン会を行いました。サイン会では、並んでいる一人一人の名前を聞いて、皆それぞれ異なるメッセージを書くなど、イセアン画伯の人柄が伝わってきました。

京都市の後援を受けたこと、京都新聞や読売新聞にも絵画展が紹介されたこともあり、連日多くの方にお越しいただき、期間中にご記帳いただいた方だけで 447 名のお客様が来場されました。受付の近くに設けたプチパ製品の売り場も大盛況で、最終日にはほとんどの製品が売れてしまうほどの人気でした。

今回の絵画展は、摂食障害に普段あまり接することのない方にも SEED の活動に興味を持っていただくことのできるとても良い機会となりました。さらにスタッフ、家族会、メンバーが一丸となって一つのイベントに関ったということが、何よりも貴重で大切な経験になったと思います。絵画の売上金の一部が SEED きょうとの収益となりましたが、その収益は施設移転や運営の費用に大切にに使わせていただきます。



(開催前日のレセプションの様子)



(SEED きょうとアピールコーナー。活動の様子を掲示)



(プチパ製品販売ブース。あっという間に売れたものも)



(メンバーが一生懸命作ってくれた気持ちのこもった模造紙)



(京都新聞でも紹介されました)

### ☆プチパ(当事者の活動)☆

平成 28 年 4 月より、当事者活動であるプチパのシステムが変わりました。前年度までは日に数時間程度の開室しかできませんでした。4 月より平日は

月・火・水・木の10時半～16時半、土曜日は9時半～12時半の開室となりました。毎日スタッフが1名～2名ついて一緒に活動し、午前と午後の活動の1時間の昼休憩では、メンバーとスタッフが一緒に昼食を食べることもあります。活動中も1時間ごとに適度に休憩を入れながらそれぞれが作業を行っています。

#### (4月以降のプティパの一日の流れ)

10:30 (90分)	午前の作業	ワーク・フリー
12:00 (60分)	お昼休み	皆でお昼を食べます(各自持参してください)
13:00 (60分)	午後の活動	ワーク・フリー
14:00 (30分)	小休憩	ほっと一息タイム
14:30 (90分)	午後の活動	ワーク・フリー
16:00 (30分)	報告書作成・お掃除	簡単な報告書の記入とお掃除タイム
16:30	閉室	

活動内容は前年度より引き続いて、ガラス細工やキャンドル、編み物、ビーズ作品のほかに、紙細工や羊毛フェルト、裁縫、そしてSEED きょうとのゆるキャラ「しーどん」のグッズ作成など更に幅は広がっています。メンバーはこれらの活動の中からやりたいことに取り組みながら、講演会やお祭りなどのイベントでの販売作品を作っています。既存の商品だけではなく、活動の中からひらめいたアイデアから新しい商品が誕生することもあり、日々話し合いや研究を重ねてより良い作品を生み出しています。



(ガラス作品はコンスタントに売れる柱商品です)



(麻糸で編んだバッグと、しーどんグッズ第1号のランチトート)

#### 「おでかけプティパ」

プティパではメンバーからの「皆で出かけられたらいいよね～♪」という声をもとに、『おでかけプティパ』を企画しました。第1回はアンテナショップ町屋手作り百貨店(京都市上京区)に、第2回は梅小路公園手づくり市(京都市下京区)に行ってきました。初めてのおでかけで少し緊張もしましたが、たくさんのお手作りに触れることができ、楽しみながらこれからの物づくりに活かせる刺激をいっぱいもらってきました。ちなみに次回は「座禅組みにいきたいね～♪」という話がでているところです。

#### 「北山夏祭りでの出店」

平成28年8月28日(日)に第二北山病院で行われた夏祭りにプティパも出店させて頂きました。少し雨模様のお天気で心配もありましたが、大きく降られることはなく、お祭りのイベントも楽しみつつ販売をすることができました。今回のお祭りでは特に小学生や中学生のお客が多く、ヘアゴムやピンなどがよく売っていました。



(新しい商品がどんどん増えています!)



(アクセサリー類はやっぱり女の子に人気です)

### 「プティパメンバーの声」

プティパメンバーに、日ごろの活動の感想をお伺いしました。今回は4名のメンバーにお答え頂きました。

- ❁「プティパではいつも笑顔になれるから今日もとどこ来て良かったな」
- ❁「皆さんと話すのも楽しいし、スタッフさんも親切で優しいのが有難い」
- ❁「気軽に来れて何も気にせず自由に活動出来るのが嬉しい」
- ❁「まだ上手く利用できてませんがどこかに行く外に出る手段としての所があるというのはいいと思います」

### ☆広報活動☆

#### ◎読売新聞に取り上げられました◎

平成28年5月22日の読売新聞に「プティパ」の活動が取り上げられました。活動の目的や内容だけでなく、プティパメンバーの声も載せていただきました。



#### ◎KBS ラジオ「笑福亭晃瓶のほっかほかラジオ」で理事長の野間俊一が電話出演しました◎

平成28年6月10日に「ほっかほか噺の朝ごはん」というコーナーで理事長の野間俊一が電話出演し、SEED きょうとやプティパの活動内容などについてインタビューを受けました。

#### ◎京都新聞◎

平成28年9月5日の京都新聞にSEED きょうとおよびプティパの活動について取り上げられました。SEED きょうとの活動の意義や摂食障害を地域で支えていく重要性について伝えてくださりました。



#### ☆きょうと摂食障害家族教室☆

きょうと摂食障害家族教室は摂食障害を持つ方のご家族を対象としており、半年を1クールとし、1クールにつき5回、毎月第3土曜日に開催しております。前半1時間ほどは講義、後半1時間強を交流会という形で行っています。現在は平成28年10月より第11クールが始まっています。

講義では、第1回目で「摂食障害とは～はじめに理解しておくべきこと～」というテーマで病気の概要をつかみ、第2回の「摂食障害とからだ～からだの声聞いていますか?～」では身体症状について詳しく学びます。第3回「摂食障害と家族の関係」では、心理面に重きを置いて家族との関係を見ていきます。第4回では、「コミュニケーションスキルと対人関係」というテーマで、実際にご家族同士でシュミレーションをすることで、どのようにコミュニケーションをとった

らよいのかを考えていきます。最後に、第5回では、「摂食障害の問題行動に取り組む」として、より具体的に症状への対応方法について取り上げていきます。また第5回の交流会にはらくの会のメンバーにもお越しいただき、更に和やかな雰囲気での交流が行われています。

- 第10クールに参加されていた方のご感想として、
- ★「私が聞く事の大切さや聞く態度、雰囲気など、身を持って体験出来て、気を付けていると、子どもがよくしゃべってくれるようになりました。不安な気持ちを受け止めて、一緒に考えて、改善出来る事が増えてきました。小さな一歩を進めている様な気がします」
  - ★「本人と話をよくしていたため、理解していたつもりだったけど、親の立場を正しく教えて頂けたため、本人への接し方に自信がもてるようになった」
  - ★「本人への対応に少し余裕をもって、対応するように心掛けられるようになった」
  - ★「会に参加して学んだ事で、自分なりに気持ちを落ち着かせて関わる事が出来た場面もありました。などのお声をいただきました。



(家族教室第10クールの様子)

### ☆らくの会(家族会)の活動☆

らくの会は「きょうと摂食障害家族教室」を卒業された、摂食障害の当事者を家族にもつ方の家族会です。平成24年4月に発足し、現在5年目となりました。摂食障害は慢性的に経過することが多く、ご家族の負担は非常に大きいものです。らくの会では、ご家族同士が交流し、他では話しにくいことを話し合あうことができます。ご家族自身の不安を和らげることで、ご本人に対してより良い支援を続けていくことができます。

現在の会員数は35名で、ほとんどが当事者(拒食症、過食症)の母親・父親です。前回の家族教室第10クール終了者からは2名の方が新しく入会されました。らくの会の活動は京都駅近くにある「SEEDテラス」で、隔月での定例会議と毎月の交流会を行っています。SEEDきょうとの家族会担当のスタッフと、らくの会の世話人の方が中心となって運営しています。定例会議、交流会とは別に、ご家族だけの茶話会企画や、SEEDスタッフによる勉強会も行っています。

SEEDきょうとから独立した組織となっていますが、SEEDきょうとと密に連携し、SEEDテラスで始まった当事者活動をサポートして頂いています。

定例会議や交流会では勉強会を望む声と会ふいくされた親御さんの話を伺いたいと意見が多く聞かれており、これらについても今後検討していかねばならない課題です。

### 「らくの会の声」

- ❖「らくの会に参加しての感想は、自分だけがしんどいのではなく、皆同じような事で悩んだり苦しんだりしていることがわかり気持ちがらくになりました。と先日見学に来られ入会された方がおっしゃっていました。月に1度らくの会で発散し、元気になる。親が明るくなると子どもに良い影響があります。そして1ヶ月間の子どもの関わり方を他の会員さんのお話を聞く中で反省したり見つめ直したり納得したりできる場所でもあります。摂食障害の話しを堂々と言える唯一の場所です」
- ❖「普段、摂食障害の悩みをかかえている人がまわりにはいないため、どうしてもネガティブ思考になり、仕事にも影響がでています。毎月1回開かれる「らくの会」に参加して、同じ悩みをかかえている方と話をするおかげで、元気がでます。それに加えて、水原先生の講習も大変参考になります。これからは会の運用方針を継続しつつ、会の皆さんの意見を聞き、自分たちでもできることを探究して自主的に活動していきたいと考えています」

#### 【らくの会連絡先】

郵送：〒601-8416

京都市南区西九条池ノ内町33

「らくの会」宛

E-mail: info.rakunokai@gmail.com

## ◎賛助会員費をお願いいたします◎

2015年10月15日付で、SEED きょうとはNPO法人となりました。今後は、より経済的に安定した運営のために、当事者の支援施設を就労継続支援B型へ移行することを目指しています。ただし、就労継続支援B型に移行するためには、現在の施設で求められている基準に満たないため、施設を移転しなければなりません。その費用について、まだまだ「SEED きょうと」の活動のみで、このお金を捻出することが非常に厳しい状況となっております。なにとぞご協力を賜りたくお願い申し上げます。

また、本年度より賛助会員費を値上げさせて頂きましたことお詫び致します。理由としては、SEED はNPO 法人となりましたが、今後は認定 NPO 法人という資格を目指しております。認定 NPO 法人資格を取得すると、寄付金が税金控除の対象となるためです。資格を取得するには、1 年間に 3000 円以上寄付する人が 100 人以上いることが条件となります。そのため、会員年会費を 3000 円にすると同時に、会員数を 100 人以上へ増員することが必要となります。重ねまして、ご理解ご了承のほど、お願い申し上げます。

年会費：(個人) ー□ 3000 円 以上  
(団体) ー□ 10000 円 以上  
振込先：特定非営利活動法人 SEED きょうと  
ゆうちょ銀行：普通預金  
店名：四四八 (ヨンヨンハチ)  
店番：448 □座番号：4948299  
記号：14460 番号：49482991

## ◎賛助会員の方特典◎

- ① SEED きょうとのホームページから、講義ビデオをご覧ください  
<http://plaza.umin.ac.jp/~kedsc/edschool/edschoolindex.html>  
ID:school Password:kyoto
- ② 家族教室に見学参加することができます(1 回分)
- ③ 講演会の参加費割引
- ④ 「らくの会」の勉強会(未定)に参加できます



## ◎SEED きょうと お問い合わせ先◎

〒601-8416  
京都府京都市南区西九条池之内町 33  
Email : info.kedsc@gmail.com  
TEL : 075-748-7834  
携帯 : 070-2823-3358  
FAX : 050-3153-2814  
※できるだけ FAX かメールでお問い合わせください



SEED 公式ゆるキャラ  
しーどん

Supported by  日本 THE NIPPON  
財団 FOUNDATION