

NEWSLETTER Tomoni

2026
3
VOL.07

発行元: 太宰府市ひきこもりサポート事業
(相談窓口: 090-4061-9081 ✉tomoni@docomo.ne.jp)

information

「こもりびと cafe」だざいふが無事終わりました

2月13日(金)いきいき情報センターにて開催し、24名の方がご来店いただきありがとうございました。Caféに立寄っていただき、当事者の気持ちやイメージ、家族の思いなど色んな思いを集め共有する時間になりました。「バーチャルさぼりとROOM ふくおか」の体験会も会員制で普段は入室できない空間を体験していただくことができました。3部の相談会も枠がすべて埋まってしまうほどいろんな出会いがありました。

家族のつどい



2月の家族のつどいは茶話会でした。2/13に参加した方より感想を出しあったり、今の気持ちを共有する時間になりました。

家庭の中でひとりでも言葉使いや行動が変化することは本人への影響が大きいのです。人と会うことで人は少なからず影響を受けます。まずは家族がどんどん外出してみましょと声かけをしました。

次回は3月19日(木)です。

フリースペース



茶話会でお茶とお菓子を囲みながらそれぞれ今トレンドになっていることや暮らしの中のことなど思い思い語る時間になりました。

電動自転車について、太宰府天満宮のお店の由来や土地に伝わる伝承についてなど色んなお話で盛り上がりました。

次回は3月24日(火)は

アバター登録回＆「自分史をつくらう」を開催します。

<こもりびと Café 出していたいたイメージ・メッセージ>

2/13に「こもりびと Café」に参加いただき1部のお話の後、「こもりびと」のイメージやメッセージをたくさんいただきました。その一部を紹介します。

気持ちを言葉にするのに時間がかかる

今はエネルギーをためている所

さみしがり屋だけど一人好き

自分のタイミングで動きたい

寝ている時間がいちばんホッとする

現状をどうにかしたいと思って日々もがいている

他人の言葉や目線が怖い(他人との関わり方がわからない)



人が多いところは酸素が足りないと感じる

自分を守る人・心の優しい人

今後のご案内

・家族のつどい

⇒3/19(木)14:00~【テーマ:振り返り会】いきいき情報センター203号

・フリースペース

⇒3/24(火)14:00~【テーマ:バーチャル登録説明会&自分史を作ろう】

いきいき情報センター209号 ※福岡県VさぼROOMから説明を聴きます。

2025年度最後の発行になります。7月から見ていただきありがとうございました。2026年度も引き続きよろしくお願いたします。他者を変えるのは難しいことですが、自分がどう思うかどう行動するかは意識できます。いつもの行動に目を向けていつもと違うことをやってみる! のも良いかもしれませんね。

携帯電話: 090-4061-9081 (SM可)

メール: tomoni@docomo.ne.jp

