

## スタッフ紹介

### 事務局長・副理事長：市川 乙允（イチカワ オトチカ）

1946年生まれ。医療系会社の営業職などを経て、2008年退職。楽の会リーラや地域ボランティア活動などに関わっている。子どもの不登校、ひきこもりをきっかけに親の会に関わり20年余り。特に地域社会との関わりを大事にし、ひきこもりの社会的孤立防止および社会参加をめざして地道な活動を続けている。



### 事務局スタッフ／ひきこもりピアソーター

#### 大橋 史信（オオハシ フミノブ）

1980年生まれ。『いじめ・不登校、家族との確執、障害、ひきこもり、ワーキングピア』の生きづらさ五冠王（本人談）。現在は、自身が軽度精神遅滞（軽度知的障碍）付、大人の発達障害当事者として、今までのさまざまな社会体験を活かしながら、ピアの視点でさまざまな困難、生きづらさ、しんどさを抱えた子どもや若者の教育・就労などのサポートに取り組んでいる。

（主な活動）としま若者応援ネットワーク 副代表、NPO法人 ユニバーサル就労ネットワークしば など



## 参加者の声

### 家族

何時間も話を聞いてもらえ、  
“居場所”ができたと感じ  
ました。  
今ではここが自分の  
“いたい場所”です。



ここでは何を話しても否定されません。  
安心して話せるし、話すことで人と  
つながることができます。  
つながることで道が開けることもあります。

### 家族

学習会や月例会に参加するようになって、  
長年ひきこもっていた息子に  
『変わった？』  
と言われたのが嬉しかったですね。



### 本人

参加していちばん実感  
できたのは、  
1人じゃないということ。  
居場所と仲間ができる、  
気持ちが楽になりました。



### 家族

## 楽の会リーラとは

楽の会リーラは、ひきこもりの親の会をベースに設立されました。

不登校やひきこもり、精神疾患（発達障害など）などの生きづらさを抱え、社会参加や就労が困難な社会的孤立無援（無縁）状態にある、東京都内（一部近隣地域も含む）在住の青年期から壮年期の本人とその家族を支援しています。

苦しい状況から1日も早く解放され、地域社会の中で自分が望む生き方ができるよう、ひきこもりも生き方のひとつと認められるダイバーシティ社会の実現をめざしています。

当事者（ピア＝仲間、経験者）目線に立った活動を行う「ひきこもり家族会」（当事者団体／セルフヘルプグループ※）です。

不安や悩みを吐き出すと、不思議と「楽」になるものです。

親が楽になると、子どもも楽になります。「わが子には、楽に、楽しく生きて欲しい」との親の想いから“楽の会”と名付けました。

また、自信をなくし自分自身を見失い、揺らぎ苦しんでいる状態をサンスクリット語で“リーラ”といいます。本人や家族を無理に社会の枠に押し込むのではなく、個性を尊重し“自分らしい”生き方を見つけるお手伝いをしたい。この二つの想いが法人名に込められています。

※何らかの障害や困難、課題、悩みを抱えた人が、同じような問題を抱えている個人や家族と共に当事者同士の自発的なつながりで結びついたグループのこと。

## 私たちが大切にしていること

●不登校やひきこもりなど、経験の共有、分かち合い、支援者－被支援者の関係ではなく、同じ経験をした仲間として互いに対等であり、相互扶助の精神で「当事者視点」に立った活動を心がけています。

●「安心・安全・自由」を担保し、誰もが“気軽に”参加できる居場所をめざしています。

●まずは、相談者のお話しをしっかりと聞き、悩みや困っていることを整理します。

●快復に向けて、本人や家族ができることから少しづつ、信じ、待ちながら「あせらず、あきらめず」の精神で、伴走しながらサポートします。