HappyMama

ハッピーママくらぶ Club



No. 73

「キジ　佐賀県にて」

体長　オス♂80㎝ メス♀60㎝

写真は♂で、♀は茶褐色。

本州・四国・九州に分布する留鳥であり、日本の国鳥である。

飛ぶのは苦手だが、走るのは早い。時速32㎞で走ったという記録があるほどだ。

それに、キジにまつわる話は沢山あるので、その一部を紹介します。

- 「朝キジが鳴けば雨、地震が近づけば大声で鳴く」といった予知能力をもっていると言われている。
- 「けんもほろろ」という言葉は、オスのキジの鳴き声、「ケーン」から由来。
- ことわざの「頭隠して尻隠さず」は、草むらに隠れたつもりになったキジの様子から。

などなど。その他にも、桃太郎のお供をしたり、国鳥なのに狩猟鳥獣の一種だったり、以前の一万円札の裏面にはキジの♂と♀が記載されてましたよね。

そのように、日本で昔から親しまれるキジ。みなさんも農耕地や草原で出逢えるといいですね。

Photographer
野田寛馬（とうま）

久留米市在住　19才
4才の頃ASD・ADHDの診断をうける。
小4～中3までの不登校を経て今春、明蓬館高校を卒業後、現在は専門学校でイラストを勉強中。
趣味は野鳥撮影・昆虫採集・絵を描く事。

より安全で安心な学校等における医療的ケア実現に向けて

久留米大学 小児科教室 教授　山下 裕史朗

２０２１年６月11日に参議院本会議で「医療的ケア児及びその家族に対する支援に関する法律」（以下、「医療的ケア支援法」）が可決されました。

「医療的ケア児」とは、たんの吸引や経管栄養、人工呼吸器の使用が不可欠なお子さんのことをいいます。

「医療的ケア児」（以下、「医ケア児」）を法律上で明確に定義し、初めて国や地方自治体が医療的ケア児の支援を行う責務を負うことを明文化した法律で、９月から施行されました。

医ケア児を子育てする家族の負担を軽減し、健やかな成長を図るとともに、その家族の離職を防止する目的で作られました。

これまで改正障害者総合支援法で各省庁および地方自治体の「努力義務」とされてきた医ケア児の支援が、「責務」に変わったもので、「努力義務」よりもはるかに強く、強制力があります。

法律の施行に伴い、各自治体は、保育所、認定こども園、家庭的保育事業等や放課後児童健全育成事業、学校（幼稚園、小学校、中学校、義務教育学校、高等学校、中等教育学校及び特別支援学校）での医ケア児の受け入れに向けて支援体制を拡充していく必要があります。

具体的には、各自治体は、医ケア児が家族の付き添いなしで希望する施設に通えるように、保健師、助産師、看護師もしくは准看護師又は喀痰吸引等を行うことができる保育士もしくは保育教諭の配置をします。

また、各都道府県に医ケア児支援センターが設立されることになります。

福岡県は、２０２２年度に医ケア支援センターを設置することを決定し一般会計予算案に盛り込む方針を昨年末明らかにしました。

そして、２０２２年１月に、「県こども療育センター新光園」（福岡県新宮町）内に４月に開設する方針を固めました。

県は支援センターに社会福祉士を常駐させ、医療や教育など様々な分野の相談に一元的に応じるとしています。また新光園と連携し、独自に最長１週間ほどの一時預かり（レスパイトケア）も行うとしています。

福岡県には、２０２１年５月の調査で在宅の医ケア児が７６０人いることを確認しています。このような支援センターが１カ所で足りるわけはなく、各地区に必要です。

医ケア児支援に関する情報については、県が「福岡県医療的ケア児支援ハンドブック」を公開していますので、検索してみてください。

相談窓口として、久留米市障害者福祉課、久留米市北部及び南部、障害者基幹相談支援センター、一般社団法人バンビーノ福祉会等が記載されています。

久留米市は、医療的ケア支援センター機能の先駆け的な枠組みを２０１２年から実施しています。

そのキーパースンとなっているのが、一般社団法人バンビーノ福祉会代表理事で相談支援専門員の中原京子さんです。

中原さんら有志は、医療や福祉などに携わる事業所などで医ケア児や家族の暮らしを支えるサービスを検討、調整、検証する月１回の会議体を発足し、コーディネーターの育成や相談窓口機能を強化し、事業者向けの研修なども行ってこられました。

「久留米市介護福祉サービス事業者協議会」として国が公募した重症児や家族が地域で安心して生活できる支援モデル罷業（12年度）にも採択され、その後は市の地域生活支援事業に衣替えして現在に至っています（西日本新聞２０２１年９月30日記事を参照）。

中原さんらコーディネーター（つなぎ役）の存在が欠かせないし、とても大きいのです。



２０２１年12月28日に久留米市と久留米大学との久留米市立小中学校における医療的ケア実施に関する覚書きを締結しました。

久留米大学からは、内村学長、矢野医学部長、志波病院長、私と三橋看護学科長、伊佐地域連携センター長が参加、久留米市からは大久保市長（当時）、井上教育委員会教育長、秦教育部長らが参加されました。２０２２年４月から市小中学校に医ケアが必要な児童生徒が各１名ずつ入学を予定しています。

大学病院を含む医学部医学科を看護学科は症状の留意点や設備など、医ケア児への技術的な助言を行い、人間健康学部総合子ども学科は見えてきた課題解決へ助言します。



覚書き締結により、大学病院の小児科医が主治医となり、学校や学校に派遣される訪問看護師に対して、マニュアル監修や助言をし、緊急時の対応も行えるよう準備を進めています。

官学が連携し、持続可能なケア体制の構築に取り組むことは、全国的にも画期的な連携です。まだまだ課題は山積していますが、官学連携とバンビーノ福祉会など民間、医師会の力を結集して障害の有無に関わらず、より安全で安心して子どもたちが学べる環境を構築していけたらと考えています。

この覚書き締結は、その大きなステップになると信じます。



山下 裕史朗 氏　プロフィール



小児神経学、特に注意欠如多動症（ADHD）やレット症候群等の発達障害を専門とし、長年に渡り臨床研究や患者支援を行っている。2003年に米国NY州立大学バファロー校で学んだADHD児への包括的治療プログラムであるSummer Treatment Program（STP）を北米以外で初めて導入し、久留米市で16年間にわたり実践。STP卒業生は300名を超えている。また、レット症候群の基礎的・臨床的研究にも力を注いでおり、九州一円から注目されている。

○日本小児神経学会（理事・専門医）
○日本小児精神神経学会（認定医）
○日本ADHD学会（理事）
○日本赤ちゃん学会（理事）
○国際小児神経学会会員
○ハッピーママくらぶ顧問

大人の発達障がい・入門（六）

久留米大学医学部 神経精神医学講座 准教授　内野 俊郎

2017年4月に行われた講演の内容を連載しています

（前号からの続きです）

それから人によってですけど、行動や興味の限定ってどうして起こるかというのは、一つは感覚に過敏さが出る人がいるんです。

その方は、多分、色の過敏さがあったと思います。緑色って確かにその人にとって良い色だった、落ち着く色だったんです。逆に黄色とかビビットな色は非常に刺激的に感じます。

子どもさんですと、小さい発達障がいの子どもさんで、ちょっとした服の体に触る面のザラザラした感じ、私達にもありますよね。この服はあまり好きじゃないとか、あれが、もの凄く敏感な人があるんです。

そういったお子さんにこの服着せると「イヤー」ってなる。でも小さい子どもさんはこの服のここが嫌だとか言いませんから、周囲からすると「育て難い子ども」ということになってしまったりします。

偏食もよく言われます。

大人の発達障がいの方にもあります。偏食される方に聞いていくと、口に入った時の感覚がもの凄く敏感だったりして、特定の食感が苦手っていう方がおられるのですよね。皆さんの中にも好き嫌いの中でそんなのあるでしょ。それなんですよね。

ちょっとした物でも、あれは独特な食感が嫌っていう人と、それが好きっていう人といるじゃないですか。

つるっとした感覚が良いっていうのと、同じ食べ物を口にしても、なんかね、張り付くような感じがして嫌っていう人と、そういう微妙な感覚の違いがあります。それが非常に強いんです。

僕達は分からないから「ええ？そのくらいのことで？」と思ってしまうのですが、本人にとってはとんでもない感覚の大変さなのです。

音でも同じようかことが起きます。これ（黒板を爪でひっかくふり）嫌な人多いでしょ？キーってやつ。私も気持ち悪いんですけど、平気な人は平気ですよね。そんな感じで発達障害の人から見ると信じられないんです。

僕が気になっているあの音を皆が平気なんて分からないんです。そういった感覚を持つ発達障害の人があるのです。聴覚過敏の人。「僕は平気なんですよ」と言って、僕がキーキー鳴らしたら怒るでしょ、皆さん。そのくらいのギャップがあるだろうと思います。

そういうのって、なかなか、ご本人に詳しく聞いていかないと分からないです。

ひとつの行動を切り取って説明するとこういう事なのですが、すべてに理由があります。

人とコミュニケーションしたくないとかですね。そういう理由じゃないんです。何かコミュニケーションを取る上での大変さがあります。何かをやろうとする時に多くの人がすっとやれるようにはやれない大変さがあって、でも、傍から見ると理由がわからないといったことです。

この二つの項目があって社会生活で困る事が起きていると自閉スペクトラムと診断されることになっています。



それではどうやって診断しているのか？

これはですね、発達歴と言いますが、今までどうだったか、どんな風に生きてきたか、幼稚園ではどうだったか、小学校ではどうだったか、みたいな事を結構くどくど聞きます。で、そこから課題、その人が抱えている課題の特徴を私達は見付け出そうとします。それらに加えて、社会っていう言葉が堅いですが、自立していく上で、結構邪魔になっている事がないかな、みたいな事を含めて考えて、総合的に判断します。

頑張っても1時間はかかります。

僕は天麩羅屋じゃないと最初言いました。

本当の専門じゃないですが、それなりに慣れている方かもしれませんが、最低でも1時間はかかります。なので、1回では聞けない事もあります。何回かに分けて、もっと2時間、3時間聞かないと分からない事も少なくありません。心理検査とかも行いますが、判断材料の一部です。たまに精神科医でも、発達障害かもしれない、心理検査お願いします、とオーダーしてくる先生がいるんですけど、心理検査だけでは分かりません。

「生活歴や今の生活状況聞かないと分からないでしょう」と若い先生たちには言っています。

心理検査が確かに役に立つ事はありますが、心理検査だけで決まる事はありません。なので、時々あるのがインターネットでピッピッピって押していくと、あなたはアスペルガーかもと書いてあるんですよね。

信じちゃ駄目です。それはまずいです。人口の1～2パーセント位に大体自閉スペクトラム症の人達はいると言われています。どちらからというと男性が多いようです。

自閉の人達と会っていると診察室の姿と家庭での姿と、学校での姿と、職場での姿、全く違って見える事があります。これが、なかなか難しいです。初診の時は1時間、最低でも必要なんだと言いましたけど、再来になってくると10分とか15分とかでやり取りしないといけなくなります。

そこでは、あまり課題が見えて来ない人もいるし、逆にそこではたくさん出て来るけど家ではあまり問題にならない人達もいます。ここで、職場の人が、こうですよと言ったら家族の人達が、「え～っ？」とか、「そんな事ないけどなあ？」と意見が食い違ったりします。

学校なんかよくありますよね。家ではそんな事ないのに学校に問題があるのではないですか、学校は学校で家に問題があるのではないかと意見が食い違ったりします。見る場所によって見え方が変わるんです。

さっき言った、その時の環境によって違いが出てきます。先程も言いましたけど自閉症スペクトラムの連続性があります。

つまり、**くっきり分かれるものじゃないから、かなり中核的にシビアな人達は分かるのですが、そうじゃない人も沢山いますので環境によっては見過ごされるというか、気付かれないまま大人になるという事は少しも珍しくありません。**

お父さんも、ちょっと、アスペっぽい、お爺さんも結構そんな感じだし、みたいな感じで、よく似ていると「さすが、うちの子やね」みたいな感じでただ「似てるよね」でいく事もよくあります。

外的な特徴にも多様性があります。「一人が好き」って言う人もいるんだけど、もの凄くつるみたがる人もいる。**同じアスペルガーと言われているのに、傍から見ていると、とても同じ診断名が付いているとは思えないくらいバリエーションがあります。**

寡黙だと思われている人もいるし、話し出したら止まらない人もいるんですね。誰が相手でも同じようにしか出来ない人と、相手によって別人のように変わる人もいます。

見方を変えると、特徴なんですけどね。音が苦手で、すごく関わりが苦手で一人でいるのが一番楽だという人と、感覚の遮断をしたい為に仲間とワーワーやって外から聞こえないようにしているという人がいたりします。

同じ課題なのだけれども、対処の仕方が違ってたりとか、馴染んだやり方が違う人がいますので、ぱっと見では同じ障がいという風には見えません。

（次号に続きます）

内野 俊郎 氏　プロフィール



平成 4 年 3 月	佐賀医科大学卒業
平成 10 年 10 月	精神保健指定医取得
平成 19 年 10 月	日本精神神経学会専門医取得
平成 22 年 3 月	日本精神神経学会指導医
平成 25 年 3 月	医学博士学位受領
平成 25 年 4 月	久留米大学医学部神経精神医学講座　講師
平成 30 年 4 月	久留米大学医学部神経精神医学講座　准教授

出会いから学んできたこと、行ってきたこと

臨床心理士　高原あきこ

子供のころの体験が今につながる

Happy Mama の読者の皆様、はじめまして。私は高原あきこと申します。臨床心理士という立場で主に発達障害の子供たちや大人の方への心理支援を行っております。この度ご縁をいただき、光栄にも寄稿することになりました。

まず今回は、自己紹介をさせていただきます。

私は福岡県福岡市博多生まれ、成人するまで福岡市で育ちました。両親のルーツはどちらも福岡なので、それぞれの多くの親族との交流があるにぎやかな環境でした。基本的に家族から虐待のようなことをされたことはないのですが、何度かひどく叱られたことがあります。

一番記憶に残っているのはこのようなことでした。私が4歳くらいの頃、家族とある寺院に行きました。そこで熱心に仏様に向かって祈っておられる方がいました。私は面白がってその人の真似を始めました。だんだんおふざけが過ぎてきたのでしょう、ある瞬間、いつもはとても優しい祖父が私をひどく叱りました。「仏様に向かって真剣にお祈りしている人を馬鹿にしてはいけない」ということを祖父は私に言いました。祖父のあまりの剣幕に私は泣き出し、夜は悪夢を見るという強く印象に残った出来事でした。私が叱られた記憶がある出来事はこのようにいつも「人としてやってはいけないこと、失礼なことをした時」でした。

なお、それ以外で私がその祖父に叱られた記憶はありません。このような環境で自然と、神仏を大切にする意味、人に対する態度、さらには日本人のものの考え方などを学んでいったのだと思っています。

次に、私は集中力がなく飽きっぽい子供、よく言えば好奇心旺盛でなんにでも関心を示す傾向の子供でした。先ほど書いた寺院でお参りしていた人の真似などもこの特性に由来する行動ですね。

私の親族の中には「この子はちょっと変わっているから、児童相談所に連れて行って相談した方がいい」という人さえいました。けれども両親はそのアドバイスを聞きながらも「あきこの力を信じているから大丈夫だよ」と言ってくれていたそうです。私の特性を認め「落ち着きがないマイナス面」「好奇心旺盛のプラス面」を理解し、見守りながら育ててくれていた両親であったと思います。そのお陰か、小学校の時は行動にまとまりがなかった私も、中学生になった頃から徐々に取り組むべきことに取り組めるようになってきました。

この体験が、臨床心理士としての発達障害の人達についての理解や支援に大きく影響を与えていると思います。

さらに、このような集中力のない私が、唯一飽きずにやっていたこと、それは読書でした。といっても飽きっぽいので、いわゆるジャンル等を問わずの乱読です。3～5歳までは絵本、それ以降は名作全集のようなものや偉人伝などの子供向けの本を片っ端から読み、百科事典を紐解いて知識を吸収していました。

今のようにインターネットのない時代でしたが、それでも多くのことを知りました。そして知らない世界、知らない時代への関心と想像力が培われました。

さらに読書の後は、その先の話を自分で想像してお話をつくるなどイメージ遊びが大好きでした。このことが、現在私が取り組んでいる心理劇（ロールプレイ）の臨床研究につながっています。

以上、私が臨床心理士として行っていることは、実は全て子供のころの育ちや体験とつながっていました。

子供の個性は様々、育ち方も様々ですが、子育て中の方は「お子さんの個性を大切に、でも間違ったことをしないように導くこと」が、将来のその子の力になることを信じて子育てをしていただきたいと切に願っています。もちろんその時には、「子どもの心と体を傷つけるようなことはしてはいけない」ということは言うまでもありません。

今回は拙文を読んでいただき、誠にありがとうございました。

次回は発達障害がある子どもたちとの出会いと支援について書かせていただきます。

高原あきこ氏　プロフィール

昭和61　九州大学経済学部卒業
平成2　九州大学大学院教育学研究科修士課程終了
平成4　同大学院博士後期課程中退

複数の社会福祉法人での障害児・支援者。北九州大学、長崎大学、熊本大学で臨床心理岳障害児心理学の研究や研究に携わる。H23より熊本大学教授、H24より3年間熊本大学教育学部付属特別支援学校校長を兼任。福岡発達障害療育研究所所長、他。臨床心理士。

私たちは知っている

日々私たちはウォーキングする人、ジョギングする人を見かけます。どうして皆さんしているのでしょう？
足腰を鍛えるため、筋肉を落とさないため、ではないでしょうか。
ー使わなければ衰えるー。そう、筋肉は使わなければ衰えます。子供達に外で遊びなさい。たくさん歩きなさい、子供は風の子！どうして？子供はたくさん歩いて走って遊びの中で筋肉を育てる。
そう、成長期の子供達は筋肉を使い鍛え育てます。お口も同じ筋肉です。使わなければそもそも育ちません。古代の人達はよく噛んでいたと言われています。
では、古代の人はウォーキングをして、よく噛むように意識した、いわゆる意識高い系なのでしょうか？
いえいえ、歩かざるを得ない、噛まざるを得ない、不便な生活を強いられていたからです。現代の食事を古代食にすることは難しいです。でもヒントはあります。
【噛まざるを得ない食形態】にアレンジするのです。
・刻まず、大きいまま（齧り取らないといけないくらい）
・少し硬めに湯がいてみる
・薄味に（自然と噛む回数増えます）
・みんなで食べる
・食事中にお茶は飲まない
古代人には及びませんが、昨日までの食事よりうーんと【噛まざるを得ない食事】になっていますよ。
じゃあ、そもそもどうして噛まないといけないの？
はまた今度♪

みやのじん歯科クリニック　本田 祐佳
〒839-0801 久留米市宮ノ陣6丁目22―1―1F



← インスタグラムのフォローはこちら !!

ホームページもぜひご覧ください →

講座動画レンタル視聴 配信中!!

最先端の情報を学べる講座をオンデマンド配信のアーカイブにしました。
お時間のある時にスマホやパソコンでご視聴いただけます。



- 視聴には動画配信サービス「vimeo」のアカウントが必要です
- 動画はレンタル形式でお支払い後７日間の間は何度でも視聴可能です
- お支払いはクレジットカード（VISA/master/amex）が必要です
- JCB カードは決済サービス PayPal にもご登録いただく必要があります

vimeo ON DEMAND

発達支援サポーター養成講座
https://vimeo.com/ondemand/hapimamakouza2020/

ハピママ学習室
https://vimeo.com/ondemand/hapimamagakusyu/

ハピママＴＶ

様々な立場で発達障がいの支援をされているキーパーソンをお招きするゲストトークです。どんな話題が飛び出したのか ?! ぜひ見てください !!

YouTube　vimeo

チャンネル登録をお願いします !!

新規講座開催中

ハピママ学習室

「講師の先生のお話をON TIMEで聴きたい!!」みんなそう思われるでしょう。しか～し、緊急事態宣言が出た時は、何もできないのが現状(・_・;)ならば、私達も変化していくしかないのだ――！

ということで・・・

今までの「発達支援サポーター養成講座」をもう少し気軽に聴けるようにしてみることにしました。

1回2時間の講座を1時間にし、「ちょっと時間があるから観てみようかな～」というくらいの講座を開講します♪

zoomで参加していただいて参加者みんなで観れるように変わります。

日程は状況により変化しますので、最新の日程はホームページよりご確認ください。



朝倉博実 先生 ［春日原小学校 校長］

行動問題への理解と対応 初級編（全10回）

行動分析学に基づく講座です。人の行動には必ず原理原則がある。『やる気がない』とか『気合いが足りない』などは、その方自身の問題ではなく、その方が置かれた環境によって行動は変わる。その原理原則を学ぶことにより、より良い関係を構築することができる。



長瀬慎一 先生 ［NPO法人さるく 代表］

ゲームやネットとうまく付き合う能力
～インターネット・リテラシー～

今やなくてはならないインターネット。でも使い方次第では子どもの脳や生活習慣に大変な障害を残してしまいます。ゲームとの上手な付き合い方や障害について知る大切な講座です。

1回目 2月19日 配信

2回目 3月12日 配信



福永晴香 先生 ［言語聴覚士］

言語聴覚士が考える、しあわせ子育て

言語聴覚士である福永先生も講座は、親も子も楽しく幸せになるためのアイデアが満載の講座です。言語聴覚士の目線での子育て法です。どんなお話になるのかお楽しみに！

1回目 3月27日 配信

2回目 4月9日 配信

フェイスブック(Facebook)・ホームページにて最新の情報を御案内しておりますので参照ください。

フェイスブック

ホームページ

ご連絡・お問合せ

080-4289-0706（鳥村）

info@happymamaclub.or.jp

サポーターの皆様

久留米大学	学習塾ＲＥＶ	あるくとぷらす
久留米ゼミナール	つなぐ書店	クリーンアンドコート福岡
グリットコンサルティング合同会社	株式会社　未来工房	さくら国際高等学校
株式会社　幸愛	とみおかレディースクリニック	プリマヴェーラミュウ
美容室　結（ゆい）	有限会社　グレースジャパン	東建工業株式会社
株式会社　渡辺商会	サービス付き高齢者向け住宅 カーザ　ドルチェ	大善寺自動車学校
株式会社　関家具	株式会社　種商	古賀内科クリニック
育成進学館		

長野 照子 様　竹下 百恵 様　楢田 美恵子 様　北林 恭子 様　江口 裕子 様　古賀 幹子 様
仲 純子 様　山田久美 様　北原ウェルテック様　八尋美智恵様　大原律子 様　水城 久美 様
久保田 そよ子 様　矢野 香 様

暖かいご支援、ご理解に感謝しております。

発達障害って？　物の見方が変われば人生愉しい　発達障害は個性！

柳家 花緑・花飛 講演会

公演日：2022. 5. 8
13:00 開場 /14:00 開演

共同ホール /3000 円 ✿ ZOOM/2500 円


柳家花緑
（やなぎや・かろく）


柳家花飛
（やなぎや・かっとび）

主催：NPO法人ハッピーママくらぶ
info@happymamaclub.or.jp
☎　080-4289-0706（鳥村）

HP はこちら

reBorn のタネ

一生に一回の人生。やりたい事をやる人生にしようと思った20代（2）

友人の前原正子さんが書かれた記事をご紹介しています、今回は第二回となります。

この記事は天狼院書店の講座『人生を変えるライティング教室「ライティング・ゼミ」』を受講された際のものです。

§

Sさん、30代半ば。ご主人と幼稚園児の娘さんと未満児の息子さんの４人家族。仲良く笑顔で、まるでピクニックに来たかの様に楽しそうに入院しに来られた。おそらく、家族にとって初めての場所であり、明るい未来に向かっていく為の通過点だからだろう。

乳がんを患い、手術をされ、術後に放射線治療をする目的の入院であった。大きな副作用もなく、無事に治療は終了し、今後外来フォローアップをしていくということで、退院となった。

それから、たまに外来受診の際に、病棟まで足を運んでくださり、元気な姿を見せてくださった。

翌年、最近来られないなぁと思っていた時に、外来での担当医とばったり出くわした。

「Sさん、お元気ですか？」

「それが、脳に転移して、入院して治療することになったの」と。

看護師的に、聞きたくない話であった。でも、向き合うしかない。Sさんが１番ショックに違いない。

今回ばかりは、前回の入院の様に明るい表情、雰囲気はなかった。家族も同様に。今回の入院は、とにかくSさんにとっても、家族にとっても、私たち医療者にとっても辛いものとなった。

観察を要する状態である為に、ナースステーションの側の観察室に入室された。脳の症状や、遂には骨にまで転移し、痛みが強くなり、麻薬での痛みのコントロールも始まった。なかなか自分で動けない状態になっていった。だが、精一杯がんばられていた。

面会に来られるご家族。見てられない。なんて声をかけていいのかもわからない。

（次号に続きます）



reBorn のタネ 代表 権藤ひさの
（社会福祉士・子育て支援員）

- 誰もが安心して過ごせる居場所
  『みんなの居場所∞はんもっく』開所
- マタニティクラス開催中（個別対応は随時募集）
- マタニティロゼット、アニバーサリーロゼット作りを通じて一歩前からの子育て支援
  （つながりづくり）

講座のお申込み お問合せ

LINE公式アカウント

共同生活援助
和み
NA GO MI

「和み」とは

障がいのある方が、地域で安心して
自立した日常生活（ひとり暮らし）・就労を
営むことができます。
毎日を楽しく生活していただけるよう、
きめ細かいサポートと相談しやすい
雰囲気づくりを心がけております。

自分らしく
生きる

株式会社 MYスタイル ～「和み」は 株式会社MYスタイルが運営しております～
〒830-0022 福岡県久留米市城南町8-24 ステーションビルII 206 《Tel・Fax》0942-65-8220

「片付けで世界を優しくする」

片づけに悩む方の傾向の一つとして、こころ優しい方が多く、「自分のことよりも、まず他人が優先」とご自身の本当の気持ちに蓋をする方が多いと感じています。

「自分のことを先にするなんて、わがままなんじゃないか。母親は自分のことは後回しして当たり前」そうやって、「べき」「ねば」ルールを決めて、できない自分を、心の中でずっと責めていませんか？・・・はい、過去の私がそうでした。

でも、今では、はっきり言えます。「自分の心の声こそ大切にしてあげよう」と。

先日開催した片づけセミナーで、何人もの方が涙を流されました。感想で「片づけの深さに驚きです。ただ片づけをするだけでなく、すでに“今、在る”ことに気づけました」「片づけは、家族とのコミュニケーションであり、自己肯定感を高める事でもあるのですね」「何度涙を流したか…。

それだけ自分を追い込んでいたということに気づきました」などのお声をいただきました。

他にも「私が幸せだと、それが家族に伝わっていくことを知りました。私が変われば子供も変わってくると感じたので、まずは笑顔でいようと思います」など、片づけにとどまらないご感想をいただけました。

暮らしの中で「こう感じる」という“気づき”こそ宝です。なぜなら、他でもない「あなた」から出てきた、とても尊い、心の「ど真ん中の声」だからです。

心の「ど真ん中の声」を大切に聴いて、叶えてあげることこそ、自分を大切にすることに繋がると考えています。心は目には見えないので、目の前のモノを通して、「自分のど真ん中の声を部屋を通して叶える」ことが、片づけです。

すると、間取りを通して、ご本人やご家族の本音が読み取れたりします。例えば、「本当はもっと関わりたい」「こうして欲しかった」という、言葉では決して言わない本音の部分です。

この本音をしっかりと感じきり、心と部屋の片づけとの同時進行をすることで「あなたのご家族に合った」の片づけ方法がみつかっていくのです。

今まで、収納のテクニックを使って片づけをしてもリバウンドを繰り返してきた方も、オンリーワンの片づけ方法により、心地よい暮らしを実現することができます。

自然と「べき」「ねば」は消えてなくなるのです。あなたは、心の声、大切にしていますか？

最後に、最近よく「コラム読みました」「言葉が心に届いています」とご連絡いただけて、とても感動しています。ありがとうございます。よかったらあなたの心の声、お気軽にお聞かせくださいね。

たった45日で家丸ごとお片づけコンサルティング
「こんな暮らしがしたい」15分セッション

LINE公式アカウント

◎幸せづくりの教室開催中
◎片づけ×心理学セミナー
◎たった45日で家まるごと片づけコンサルティング
◎ママが笑顔になる片づけ講座開催中
◎心理カウンセラー
◎マナー講師



永松香織 さん
（カウンセラー）

“できた！”
を
ふやして自信につなげる

利用者さん募集中
相談支援員・保育士
社会福祉士・言語聴覚士が
在籍しております。

月～金曜日 ... 放課後～18:00 / 夏・冬・春休み ... 9:00～18:00
週５日利用可能

知的障害・発達障害児
放課後等デイサービス
合同会社famille
なないろ店

お子様のご様子が不安に感じましたらまずお電話をください。
〒830-0051 福岡県久留米市南 1-15-10
0942-37-1276

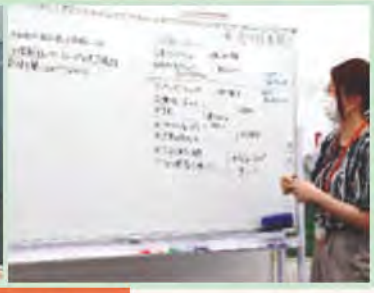
発行人：鳥村孝子　編集人：山本龍輝
発行元：ハッピーママくらぶ（地域づくりネットワーク福岡県協議会加盟）
後援：久留米大学経済社会研究所 筑後川ブランド委員会

080-4289-0706（鳥村）　info@happymamaclub.or.jp

久留米市指定:4012702348　就労移行支援事業所

発達障害の方の困りごとに特化したプログラムで
一般就労への不安を解消！




Column　発達障害の特性による働きづらさ感じていませんか

こんな方にお勧め！
・発達障害と診断をうけて、どうして良いかわからない。
・空気が読めなくて人間関係がうまくいかない。
・せっかく就職したのに長続きしない。
・一般枠か障害者枠で就職するか悩んでいる。
・自分が発達障害なのではないかと不安な学生。
・休職中で、発達障害の診断が出て悩んでいる。
一つでも当てはまる方は、ぜひお問合せください。



d-career　ディーキャリア　久留米オフィス
〒830-0032
福岡県久留米市東町30番8号
ステーションプラザ久留米ビル3階
お問い合わせはコチラ　見学・無料相談会 随時開催中！
TEL:0942-37-8817
FAX:0942-37-8801　受付［平日 10:00～18:00］
凸凹が活きる社会づくり。
https://dd-career.com/　ディーキャリア　検索



難病・入院・発達障害を乗り越え大学合格

うちの子は、難病（クローン病）があり、小学生の頃に一年間入院していました。発達障害（ADHD）があることもわかり、退院後しばらくは通院のため病院近くの支援学校に通う生活でした。いじめにあったこともあり、本人にとっては辛い小学校時代だったと思います。

中学生になると、兄弟喧嘩は絶えず、親は殴られ、**テストは0点とか八点。「高校に入れるの？」**と不安で、もう何かに頼るしかないと思っていたところ、**発達障害の生徒に対応している家庭教師センターと出会うことができました。**

実際に来ていただくと、いつも親の言うことは全く聞かない子が真剣に話を聞いて、楽しそうにしていました。一対一だと集中力が生まれるんですね。家庭教師は**息子の話を聞いて、息子に合ったやり方で教えて、ほめてくれる存在。本当に心強かったです。毎日勉強するようになり徐々に点数が伸びて無事に高校に合格できました。**

高校入学後はさらに好転。友達はできるし、定期テストの点数も八十点や九十点が取れるようになったので、休まず学校に通えました。自信がついたのか、「大学に行って絶滅危惧種の動物を守る仕事に就きたい！」という夢がみつかり一層勉強に励むようになりました。**おかげで評定平均四以上取れたので、学校推薦型選抜で麻布大学獣医学部に挑戦しました。「やったー!! 母さん!! 合格だー!!」受験番号の画面を何度もみながら、泣いて抱きしめあいました。ママ友から「同じ悩みを抱える子達の希望の星だよ！」と言ってもらいました。**



同じように悩まれているお母さん達には、一人で悩まず、誰かに頼っていいんだという気持ちを持っていただきたいです。子どもの成長を一緒に見守って、ほめ、励まし、認めてくれる第三者の存在がとても大切だと私は思います。（取材／編集　成績１１０番）

家庭教師の成績１１０番
福岡市中央区大名2-8-18
☎０１２０（１１５）１１０