HappyMama

ハッピーママくらぶ Club



No. 77

【クロツグミ オス 福岡県にて】

全長：約22㎝　メスは褐色をしていて、脇にオレンジ色の部分があるのが特徴。

南方から渡ってくる夏鳥。

山地では9月下旬～10月下旬にも南下していく個体が観察できる。

モノトーンのコントラストが美しく、「目の周りの黄色（アイリング）」と「黄色いクチバシ」が良いアクセントになっています。

クロツグミは鳴き声にも定評のある鳥で、ただ綺麗なだけではなく、複雑で長く、レパートリーが豊富です。

さらには、他の鳥の鳴きマネもします。

例えば「ウグイスっぽい鳴き方だなぁ」と聞いていると、途中、クロツグミらしい「キョロン、キョロン」のような声が混ざる感じです。

この「キョロン」が特徴的なので、慣れると「クロツグミの声だ！」と気付けるようになりますよ！

でも実は、繁殖期以外の季節は意外にも口を閉ざしているので「口を噤む」＝「ツグミ」という名前がつけられたとも言われています。

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、明蓬館高校卒業。その後イラスト専科の専門学校を卒業。現在、キャラクターデザイナー・フォトグラファーとして活動中。

強度行動障害を考える

久留米大学 小児科教室 教授　山下 裕史朗

激しい他害行為や自傷行為があり、家庭や入所施設でも対応が難しくなっているケースが少なくありません。

そのような行為は、当事者である本人とケアする家族や支援者の双方を消耗させ、両者に深刻な影響を与えます。



不信感、恐怖と怒り、互いに傷つけ合う悪循環に陥ってことも多いのです。わが国において、このような行動障害には、知的障害、自閉スペクトラム症、統合失調症など精神医学的診断名とは別に「強度行動障害」という呼称が与えられています。

強度行動障害という言葉が初めて記載されたのは、行動障害児（者）研究会が1989年に作成した報告書によると言われています。その報告書には、「精神科的な診断として定義される群とは異なり、直接的他害（噛みつき、頭突き等）や間接的他害（睡眠の乱れ、同一性の保持）、自傷行為等が通常考えられない頻度と形式で出現し、その養育現場では著しく処遇の困難な者であり、行動的に定義される群」と定義され、「家庭にあって通常の育て方をし、かなりの養育努力があっても著しい処遇困難が持続している状態」という但し書きがつけられています。

すなわち、「強度行動障害」は、医学的用語ではなく、支援を要する一群を定義するための行政的用語なのです。強度行動障害は、中等度から重度・最重度の知的障害のある場合や自閉スペクトラム症の特性が強い場合に生じやすいことが知られています。

海外では、挑戦的行動(challenging behavior)という言葉があります。2004年に発刊された「挑戦的行動と発達障害」という訳本（ジェフ・シガフーズ著、園山繁樹監訳、コレール社）には、『挑戦的行動』は、ある行動の頻度が多く、あるいは激しく、しかもその行動が自分自信や他の人にとって危険なものであったり、それによって物が壊れたり、危害を与えたり、周囲に迷惑がかかったり、あるいは何らかの理由で受け入れがたいものであるような場合、その行動は「挑戦的行動」と呼ばれ、一般に、自傷行動、多傷行動、物壊し、周囲に多大な迷惑を及ぼす行動、ステレオタイプ行動、激しいかんしゃくなどが含まれると記載されています。



この記載は、日本で言う「強度行動障害」と同じものではないかと思います。

シガフーズの著書には、挑戦的行動を示す人の比率は、発達障害のない人にくらべて、ある人は2～3倍多く、発達障害のある人の40％以上に何らかの挑戦的行動が見られるとされています。

この数字は発刊当時の海外の数字でしょう。日本では強度行動障害がある人が約8，000～1万人いると言われています。



強度行動障害が現れる重要な背景要因の一つが、行動レパートリーの少なさにあり、少ないレパートリーの中で環境に適応するためにそのような行動が現れていると考えられます。

社会生活を豊かにする行動レパートリーを増やすことは、教育の基本的任務です。

現在では、激しくなった強度行動障害に対する援助法として、応用行動分析に基づく介入の有効性が認められていますが、もっと重要なことは、強度行動障害が出現しないような予防です。

教育、福祉の専門家と小児科医や精神科医との共同作業が必要となります。残念ながら、わが国には、応用行動分析を専門とする高い専門性を有する実践家がほとんどいないという現状があります。

激しい強度行動障害は時として本人および家族の生命の危険すら招きかねない緊急の課題です。

その場合、緊急に家庭に入り込む必要性もありますが、場合によっては、根拠の乏しい対応が力ずくで行われる危険性もあります。

このような対応は決してあってはいけないことです。

しかし、医療には家庭に介入する人材もノウハウもありません。数少ない応用行動分析の実践家に強度行動障害の問題を任せてしまっていたことが最近報道された事態を招いた一因ではないかと責任を感じています。



逮捕された実践家は、家庭崩壊の危機が迫り、一家心中を考えているような泥沼の状況に介入し、危機を救ってきた多くの実践例があることも事実で、報道後に多くのご家族から一方的な報道内容に対しての不満や批判が多数出ていることも事実です。

久留米市では、トリプルP前向き子育てペアレント・トレーニングを受講することが可能です。

問題行動の種が小さな時から適切な対応放を学び、多職種で支援していくシステムを地域で早急に構築していく必要性を感じます。





参考文献

一・挑戦的行動と発達障害
ジェフ・シガフーズ著、園山繁樹監訳、コレール社
２００４年

二・強度行動障害
井上祐紀著　精神科治療学
第29巻３９３-３９６ページ
２０１４年

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

大人の発達障がい・入門（十）

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

曖昧さとか、あうんの呼吸とかって、やっぱり苦手ですし。

ただ、苦手な事を克服する事にばかり目を向けずに、得意な事を伸ばしていくことも大事です。苦手な事を克服しようと思ったら、とても辛いですもんね。ある程度は出来なくちゃいけないかもしれないけど、そのある程度を、ちょっと、下げ目にして、得意な所をもうちょっと伸ばすようなやり方がＡＤＨＤの人にはいいような気がします。

で、学習障がいの話に行きます。これは短いです。

あのですね、学習障がいって、今の診断基準で限局性学習症って言う事になっています。中身は基本、一緒です。知的障がいはないんだけど、特定の課題が上手く出来ない。勉強が出来ないんじゃなくて。

学習障がいって言うと、「勉強は出来ます」ってお母さんがおっしゃるんです。そうなんです。勉強が出来ない訳じゃないんです。特定の事が苦手ということです。

ディスレクシアと言います。漢字だけ読むのが難しいとか、行を目で追えないとか、そういう識字障がいの人がいます。字だけの問題で、聞くのは全然問題ないのですが、文字のある部分のとらえ方が苦手っていう人もいますし、書字障がいと言って、文字が上手く書けない、中身は全部分かってるし、数学とか目茶苦茶得意なんだけど、文字のバランスが上手く書けないとか、上手く写せない、そういう人もいます。

僕の大学の後輩でディスレクシアの女医さんがいました。時刻表がわからないんです。横に行くでしょ？時刻表って。久留米駅「えーっと、横に見ていって何時だろう」って普通は見ていくわけですが、その人はそれができない。けっこう苦労したらしくってその話をした時は泣いてらっしゃいました。算数障がい、数概念だけが上手く操れないといった方もあります。

後は、最近よく言われるようになった発達性の協調運動性障がい、かなり不器用にみえてしまう人ですね。有名人でもけっこういますし、高学歴の人でも存在します。発達性協調運動障がいはいわゆる不器用とか運動音痴として、開き直って受け入れてる人、けっこうおられるでしょ。この中にも絶対いるでしょ、「私、運動音痴やん」っていう人。「ソフトボール？あぁ、絶対ムリムリ。」みたいな、ボールが凄い苦手っていう人、それも凄く細かく言えばＬＤだったりするんですよ。

特定のボール遊び、大きいのも小さいのもダメ。走ったり飛んだりは凄く得意なんだけど、キャッチボールが全然出来ないという人。それもまあ、実はＬＤだったりするんです。しつこく言えば。

多くの場合、そのくらいの不器用さは社会にも普通に受け入れられてるんですけど、時には、やる気がないとか、練習不足なんて言って怒られることもあるんです。漢字の書字障がいの人も、とにかく覚えるまでと、死ぬ程させられたりするんです。他の発達障がいとの併存も多いです。一緒に起こって来ます。ＡＤＨＤでＬＤという人もいるし、アスペルガー持ってＬＤっていう人もいます。

ただ、ＬＤの部分は、今は、ＩＴ機器がかなり進んでるので、肩代わりしていけば良いと思うんですよね。文字の入力も今は音声でやれたりとかするわけですから、ＬＤの人は、不得意モードを必要としない職業を選べば全然問題ない人、一杯います。今の時代ならば書字障がいの人、字は書けないけどパソコンは打てるなんていう人は、パソコンで殆どの仕事出来ますもんね。カバーできる方向で探して行けばいいんです。

ＬＤと考えられている人を並べました。何故か映画界に多いですね。トム・クルーズの話は有名です。セリフは音でしか覚えられないそうです。ミッキーマウスの生みの親、ウォルト・ディズニーもディスレクシアだったそうです。映画監督のスティーブン・スピルバーグ。黒柳徹

子さん、『窓際のトットちゃん』って昔、もの凄く流行りましたよね。あの本を読むと凄い分かります。彼女は多分、ＡＤＨＤですね。教室の中に居られなかった。躾が悪いって叱られて、親も目茶苦茶きちんと躾てるのに、どうにもならない。大変だったろうと思います。

私は精神科医で、大人の発達障がいの方たちで私たちの精神科を訪れる人って沢山いるんですが、大きく３パターンです。これまで別の診断名付いてた人達、結構います。鬱病と思われてたけど、実は発達障がいがベースにあったという人。新たに発達障がいが疑われて、或いはご本人が疑って来るという人もいますし、それから、小児科から移行して来る人もいます。

で、見てますと、一番大きいのは二次障がいなんですよね。誤診と二次障がいって書きましたけど、発達障がいの存在があるとですね、一般的な日頃の生活が上手くいかない事もあるんです。そもそもの障がいの特性もあって、他の病気を起こし易くなるんですよ。発達障がいの人って言うのは、精神科の病気を起こし易くなる、簡単に言うと、鬱にもなり易い。確かに、上手く行かないことも多くてストレスがその分多くなります。周りから受け入れられなくて、理解してもらえないので。

適応障がいというのもそうです。パニックを持つ人もいるし、社会に出て行くのが苦手になって、社会不安障がいっていう病気があるんですけど、よく引き籠る様な形になりますね。それから、アルコールとかギャンブルの問題でやって来る人もいます。衝動性のコントロールが上手くいかないんで、ギャンブル依存になり易いことがあるのです。ＡＤＨＤの人でギャンブル依存になる人結構います。

でも、最初に問題になるのはギャンブルです。ギャンブルが大変なので、って連れて来られて、実はＡＤＨＤだったって事があります。こういった事情が起って私達の医療機関においでになるんですけども、発達障がいの課題がなかなか気付かれないっていう事もまだまだ少なくありません。

今日、何回か言いましたけど、発達障がいの概念はですね、医者の世界で知られるようになってからまだ日が浅いんです。先程も言ったように、専門とする医師、天麩羅屋さんもそんなに多くはないんで、これが、まだまだ課題だと思います。

（次号に続く）



まとまった形で手元に欲しい！

連載より先に読んでおきたい！

ご希望の方に全文を掲載した冊子を
1冊 500 円にて販売しています。

ご連絡・お問合せ

080-4289-0706（鳥村）

info@happymamaclub.or.jp

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

ある自閉症児のやる気を出させた心理劇（事例編1）

ハピママ通信の読者の皆様、お元気ですか。

前回は「心理劇って何?自閉症(自閉スペクトラム症）の人達への適用（理論編）」というテーマでした。

今月号では心理劇という技法を自閉症の中学生に適用した事例を紹介いたします。

対象児：B児（自閉症・ADHD男児　13歳）

私が以前勤めていた職場では、夏休み期間に毎年発達障害の子供たちとの宿泊キャンプを行っていました。B君はそのキャンプに5年間、毎年参加してくれた人です。

そのB君が中学1年生のときに2度目に参加したキャンプ3日目（最終日）に行った心理劇が、大変印象深かったので、ご報告します。

実はB君はややぽっちゃり体型、キャンプ初日より、登山をいやがり「僕は山には登らない」との発言を繰り返し、2日目の登山活動には、やはり参加しませんでした。

そして最終日の3日目、参加者が2泊3日のキャンプを振り返り、キャンプ中に楽しかった場面、心に残った場面を心理劇にするプログラムでのことです。

この時、参加者の一人が「登山が楽しかった、頑張った」と言い、皆で登山の場面を劇にすることになりました。ただしB君は、前述のように登山を嫌がり、参加していません。

この場面でB君がどのように劇の中で発言するのか見守っていたところ、突然「A君はカンガルー、Cさんは犬、それからサルと、ライオン、トラ・・・・・」など参加者を指差しはじめました。

さらにB君自身は「犬」になり、監督である高原は「ウサギ」になれとのこと。

監督である私、高原はB君の気持ちをくみつつ、みんなでB君が指定した動物になり、動物が山登りをする場面を劇にしようと考えました。

前の日の登山ではB君は登らなかったことから、打ち合わせの中で、劇においてもB君が演じる犬は、登山をしない設定にしました。

ところが、劇が始まると観客席からスタッフの一人　Xが「わんわんわんわん、何してるの?こんなところで」とB君に声を掛け、さらに「一緒に登ろうよ」と誘ったのです。

B君は「留守番、お願いしています（お願いされたので行きませんの意）」など言い、最初は断っていました。

しかし、犬（X）が「鍵を閉めていこう」と言いながら鍵を閉め、「弁当、弁当はどこ?」と言いながら弁当を探してリュックに入れる振りをすると、B君とXの2人（2匹）は玄関を出ていったのです。X曰く「僕たちはね、犬だから早いから、みんなに追いつくよ」。そういわれてB君も一緒に皆が上っているところへ犬になってぴょんぴょん跳んでいき、頂上へ登ったのです。

Xより「ここ頂上よ、よくがんばった」など言われると、B君は他の演者と握手していました。

感想では、監督（筆者、高原）が「何の役ですか」と聞くと、B君は、「犬です」と応え、監督に「楽しかったですか?」と聞かれると「楽しかったです」と犬掻きの振りをしながら表情良く応えていました。



そして、なんと、その一年後のキャンプのリアルの登山では、はじめは「登らない」と言っていたにもかかわらず、目的地まで登山することができました。

さらに3年後（高等部1年）の時のキャンプでの登山時は、リーダー的役割を担い、後ろから来る年少の参加者を待つなどの他者を意識した行動がみられました。

以上のような様子から、B君が嫌がっていた登山に関しては、心理劇での疑似体験を通して登山することの喜びを体験したことでB君は、次年度以降登山することの勇気を得、最終的には登山時に参加者のリーダー的役割を担えるまでになったのだと思います。



心理劇の場が現実場面で大きな刺激となり、登山という少し苦しい活動を行おうとするやる気を生み、それができたことで現実でも満足感と達成感を得るきっかけを作ったということです。

たかが劇なのに面白いですよね。このように心理劇は現実の行動を起こすきっかけとなることがあります。

登山した時の喜びの感情をまた味わいたいと思ったのでしょうね。

この劇では、少しだけ本人のやる気を出させるようなサポーターXの適切な働きかけが功を奏したのだと思います。

今回もありがとうございました。次回はまた別の事例で心理劇の効果をご紹介します。

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。

サポーターの皆様

久留米ゼミナール	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	株式会社　幸愛	東建工業株式会社
有限会社　グレースジャパン	株式会社　渡辺商会	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
とみおかレディースクリニック		

長野 照子 様　竹下 百恵 様　楢田 美恵子 様　江口 裕子 様　古賀 幹子 様
山田久美 様　八尋美智恵様　大原律子 様　水城 久美 様

暖かいご支援、ご理解に感謝しております。

学習に困難を抱えている子どもたちへの支援

文字を読み･書きできるようになるまでに（1）

子どもたちが「ねこ」を／ネコ／と読んだり、書けるようになるためにはいくつかの段階があります。2回に分けて説明します。

1. 音韻意識：お母さんが／ネコ／と言ったとき、子どもさんも同じように／ネコ／と言える段階が最初です。／バス／と言っているのに／バシュ／と発音することが幼児期最初のころはよく見られます。3・4歳になってもバスを／バシュ／と発音する場合は、言語聴覚士に相談し、診ていただきながら、家庭でもできて、子どもさんにあまり負担がかからない構音トレーニングの方法をお尋ねください。「す」という文字を時には／シュ／と発音したり、時には／ス／と言ったりするなど、文字と音が一対一で対応していないと、読字・書字困難になる可能性があります。
2. 語彙力（意味の理解）：飼っている猫はミーちゃん、隣の猫はクーちゃんだけど、同じ猫、猫の仲間と理解できるようになるのが次の段階です。犬とは違う猫の特徴を抽出し、それを他の猫にも当てはめることができるようになったということです。語彙力は知識の獲得に関係します。猫は「哺乳類」の仲間であり、哺乳類は「生物」にはいるというように、より抽象的な概念（知識）を得ることができるかどうかは語彙力に関係しています。



3. 字形弁別・空間認知：お母さんが猫を指さして「あれなーに?」と質問し、お子さんが／ネコ／と言えるようになって次にお子さんの様子を見ながら確認しなければならないことは、図形や文字の形の違いに気づけるかどうかです。「ぬ」と「め」、「わ」と「ね」「れ」、「あ」と「お」、「き」と「さ」など形が似通った平仮名が沢山あります。幼児の場合、平仮名をつかって観察･チェックする必要はありません。絵本を読み聞かせながら、「このネコちゃんとこのネコちゃんどこが違う?」というように尋ねてみてください。

字形弁別・空間認知も読字・書字に深く関係しています。

次回は音節分解・抽出から説明します。

（参考文献：小池敏英、雲井未歓他著『LD 児のためのひらがな・漢字支援―個別支援に生かす書字教材』、あいり出版、2016 年）

園田貴章（元久留米大学教授、佐賀大学名誉教授、特別支援教育士 SV、公認心理師）

詳しくはハッピーママくらぶへお問い合わせください!!





ハピママ学習室 2022

「行動分析学的子育てのすすめ ～アメとアメ無しの極意～」

「行動問題への理解と対応 初級編」（1）～（5）

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ります。『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ります。その原理原則を学ぶことにより、より良い人間関係を構築することができます。この講座は、発達に課題がある人にもない人にも応用できる学びです。ぜひ受講してより良い親子関係、家族関係、友人関係を作ってください。



朝倉博実先生
春日原小学校校長

障害児教育に長く携わる。福岡県内外での行動分析学の講座や行動分析学に基づく子育て法の講座を数多く依頼されてる行動分析家として知られている。

7/9	「行動分析学的子育てのすすめ ～アメとアメ無しの極意～」	受付終了
10/15	「行動問題の理解と対応 ～応用行動分析を支援に生かす～」（1）	
10/29	「行動問題の理解と対応 ～応用行動分析を支援に生かす～」（2）	
11/19	「行動問題の理解と対応 ～応用行動分析を支援に生かす～」（3）	
12/17	「行動問題の理解と対応 ～応用行動分析を支援に生かす～」（4）	
2023 1/21	「行動問題の理解と対応 ～応用行動分析を支援に生かす～」（5）	



希望の受講方法をお選びください

受講会場 久留米ガス セミナー室（10/15, 10/29, 11/19）
市民活動センターみんくる（12/17, 2023/1/21）
* 会場は変更の可能性があります。最新情報を確認宜しくお願い致します。

オンライン zoom

開始時間 14:00～16:00 （受付開始 13:30 ～）

連絡先 080-4289-0706（鳥村）
E-mail info@happymamaclub.or.jp

講座の動画をレンタル視聴できます

受講できない方のために講座をオンデマンド配信のアーカイブにします。
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。
視聴は講座終了10日後から配信致します。

https://vimeo.com/ondemand/hapimamagakusyu2022

vimeo はこちらから

- 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

主催：特定非営利活動法人ハッピーママくらぶ この事業は久留米市絆づくり推進事業費補助金を利用した事業です

reBorn のタネ

『居場所の役割』

昨年５月から開所している居場所を、感染者が爆発的に増えたことから間閉所しました。毎週２日開けただけとはいえ、暑い日も寒い日も雨の日も開け続けた居場所をお休みすることに、実は少しだけホッとしたと言いますか久しぶりに予定の入らないことが嬉しくもありました。

感染症の拡大が止まらず思いがけず閉所は２カ月に及びました。はじめの頃こそ『家で自由に仕事をする時間が増えたぞ、ヤッホー！』なんて思っていましたが、気が付くと段々気持ちは滅入り人に会うのも億劫で家に引きこもる時間が増えていきました。

家族以外と話す機会がなく、なんとなく過ぎていく事に次第に焦り始めた私は負の思考回路をぐるぐるぐるぐると回り、『何のために生きているのかな』『誰の役にも立っていないんじゃないかな』とマイナス思考から抜け出せなくなりました。

次第に仕事どころか日常生活にまで影響が出始めるのですが、幸か不幸か同居している家族のサポートで子育てや家事に関しては私がダウンしても機能不全には陥らずに済みました。が、そこでも完全にネガティブラーになった私は『子育ても家事もしなかったら完全に私の役割なんて無い』と更に自分を責めていました。

じゃあ、在宅の仕事はちょっとお休みして外にお仕事に出てみたら良いじゃないと思うわけですが求人を見ても全く乗り気になれず、外で働く気にもなれない、でも家に居ても自分の存在価値が揺らいで苦しいという八方ふさがりのように感じていました。

毎日毎日私は何のために生きているのだろう（＝生きているのに意味がないんじゃないか）と思いながら、ゆっくり休んだ方が良いと頭のどこかで分かっているのに自責の念から休むこともできない日々が過ぎていたある日のこと。

『あ・・・私は誰かの為に居場所を開けていたけど、それが回りまわって自分の為になっていたんじゃないかな』という考えに行きつきました。毎週火曜・木曜に開けるのは、正直大変なこともありました。しかし、毎週欠かさず火曜・木曜に居場所を開所することで来所した人と同じ時を過ごし、それが私自身の楽しみや遣り甲斐、生き甲斐に繋がっていたことに今更ながら気付かされました。

居場所では特別に何かをするとか、必ずずぅっとおしゃべりしているというわけではないけれど、家から出て社会とつながる一つのツールになっていたんですね。

お仕事をしていたり、学校に行っている人は必然的に家を出て社会に出る機会があると思いますが、買い物以外あまり出かけられないなー・・・という方はどうやって社会とつながってあるのでしょうか・・・？是非教えてほしいです（笑）

まだまだ感染者数が減少していませんが、みんなの居場所∞はんもっくは４月中旬から静かにまた開所しています。何だか最近気持ちが優れないな…何となく元気が出ないな…という方も、遊びに来てみてくださいね。気を遣わないで、おうち以外でのんびりできる場所もなかなかいいものですよ♪



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」

先日は防災の日でしたね。

防災と片づけには、深い関わりがあります。

片づけで大切なことは、災害時にも「安全」であることです。片づけ＝家族の命を守る、片づけとは、優しさを表す具体的な行動なんだなぁと改めて感じています。

例えば、夜中に万が一の災害が起こった場合、床にモノがないことで、**暗闇の中でも**安全な避難経路を確保することができます。

寝室では、寝る場所の周辺に倒れてくるものがないような配置や家具の固定をしておく事で、命を守ることができます。普段の行動が、ご家族全員の安全に大きくつながってくるのです。

愛情表現の一つでもありますね。

防災の日、私は、5年前に買っていた防災リュックの中身を見直して、保存食の賞味期限をチェックしたり、必要なものを追加したりしました。賞味期限が近いものは、子供たちと一緒に防災訓練と称して、保存食をみんなで作って実際に食べてみました。

この「食べる体験をしておく」ということは、大きな安心につながります。特に小さなお子さんは、一度食べたことがある食べ物は、災害時の心が落ち着かない状態でも、安心して口に入れてくれるでしょう。

備蓄品に、お子さんの好きなお菓子を入れておくことも、お子さんを安心させることに繋がります。生きる力にもつながっていきます。

今回、持ち物の見直しもしました。

例えば、軍手をはめたままスマホ操作対応の軍手に変更をしたり、ラジオや懐中電灯の乾電池の確認し、絶縁体を挟んで（警視庁 HP 参照）、すぐに使える状態を安心して保てるように対策をしました。

また、就寝時でも、すぐに明かりを手に取れるように、懐中電灯やランタンなどの定位置を、家族で確認したりしました。

私自身、キャンプのギア（道具）がスキなので、キャンプにも使えて、防災グッズとしても使えて、出しっぱなしでもインテリアになじむ見た目かつ機能的なものを選ぶことも楽しんでいます。お気に入りのモノを、一つ一つ選択することを大切にしています。

また、備蓄品は、数か所に分散して保管したり、段ボールは害虫の巣になりやすいため箱は破棄したり、長期保存水の保管場所を考えたり、賞味期限を分かりやすくラベルを貼るなど、防災&片づけの視点で浮かぶアイデアを具現化してしました。

今後も、備蓄品と賞味期限一覧表をスキなデザインで作成したり、日常の暮らしと防災とのつながりを、楽しむ工夫をしながら、今できることを、定期的に家族イベントとしていこうと考えています。

「家族の命と自分の命を守る」視点で、部屋の中を見回してみて、安心かどうか、家族との情報共有をする機会になれば、幸いです。

ご感想やご質問ありがとうございます。

嬉しく読ませていただいています。

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）

発達支援はじめました

“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
作業療法士・元学校教諭が
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

月刊ハッピーママくらぶ通信
77
（第8巻第3号通巻77号）
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）
080-4289-0706（鳥村）　info@happymamaclub.or.jp
後援：久留米大学経済社会研究所 筑後川ブランド委員会

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！





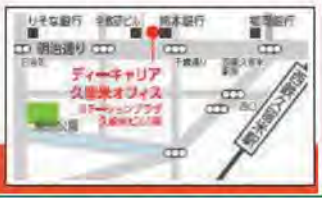


Column　就労移行支援と就労継続支援の違いとは

障害者総合支援法に定められた、就労支援サービスには、「就労移行支援」と「就労継続支援」の二つの枠組みがあり、それぞれに特徴があります。
就労移行支援は、**一般企業への就職を目指す方**を対象に、就職において必要なスキルや知識を身につけるためのサポートを行います。
　就労継続支援は、**一般企業への就職が困難な方**へ働く機会を提供するサービスです。就労継続支援には、A型（雇用契約あり）とB型（雇用契約なし）とがあります。このように、移行か継続かは利用する人の状況に合わせ、どこを利用するのか選ぶことができます。



d-career　ディーキャリア　久留米オフィス
お問い合わせはコチラ
TEL:0942-37-8817
FAX:0942-37-8801
凸凹が活きる社会づくり。
https://dd-career.com/　ディーキャリア　検索



10点が83点に！僕はバカじゃないんだね！

母　うちの子はもともと**言葉を覚えるのが遅くて3歳までしゃべらなかった**んです。小学生の頃は学校からもらった**プリントや鉛筆をよく失くして**いました。勉強は私がつきっきりで教えていたんですけど、**覚えたことをすぐに忘れる**ので「おかしいな?」となんとなく思っていました。

中学にあがると、数学で「正負の数」ってあるじゃないですか?本人は**プラス・マイナスに大混乱。**授業中に答えられなくてお友達にからかわれたらしく、カッとなってトラブルを起こしてしまいました。

学校や療育センターに相談して小児科で検査を受けたら**ADHDだとわかった**んです。

「どうしたらいいのか」と悩んでいた時に、療育センターで知り合ったお母さんから「**うちは成績110番で家庭教師やってるよ!やり方も合ってるし相談しやすいよ!**」と聞いたんです。無料体験を受けてとても好印象だったのでお願いしました。

子　「何やってもダメだぁ。どうせ僕は勉強ができないバカだ。」って思っていました。学校を休んだ日もありました。でも、家庭教師に習うようになって、**勉強が楽しくなった**んです。



母　**数学が10点から83点に上がったんです!私、勉強教えるのをやめて、完全にノータッチになったのに、一気に伸びてビックリしました!**

子　学校の先生から「よく頑張ったね!」って言われてうれしかったです!

母　家庭教師の先生がほめながら丁寧に教えてくださったおかげで、「**僕はバカじゃないんだね!**」と言って、**すごくやる気になって頑張り始めたんです。**指導日じゃなくても、自分から机に向かうようになってすごく成長を感じます。本当に感謝です。これからも宜しくお願いします。

（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