



午後の利用は予約不要となりました。詳しくは3面の「あーち利用のご案内」をご覧ください。



地域の子育てサークルを覗いてみませんか？

「はじめのいっぽツアー」



灘区地域活動支援コーディネーターの五百城さんが、灘区にある子育てサークルを案内してくれます。はじめての場所が苦手な方や、興味はあるけど1人で行くのはちょっと・・・という方、一緒にサークル訪問しませんか？

参加ご希望の方は、五百城さんまでお気軽にご相談ください。

※五百城さんのあーちでの活動日（いずれも10時30分～12時30分）

10月12日(水)、26日(水) 11月9日(水)、24日(木)



みなさん、すっかり秋ですね。この良い季を楽しむ心のゆとりをもっていますか。子どもさんや家族のお世話で忙しくて、自分のお世話が後回しになってしまっているのではないのでしょうか。子どもがどこでも追いかけて来て、トイレもゆっくり行けないわ、という保護者の方にはハードルが高く聞こえるかもしれませんが、自分の気持ちに無理をさせないことは大切です。

英語で、気持ちに余裕がないという表現には、"I have no room in my heart right now." 「今、気持ちの余裕がありません。」と言います。いえいえ、そんなことないです。「私は、気持ちに余裕がありますよ。」と言う場合は、"I have room in my heart."と言います。また I have room を使うと、"I have room for dessert." 「デザートは別腹」とも言えます。

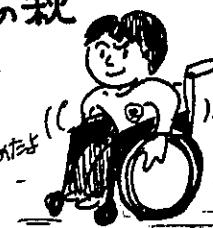
「明日は、私のゆとりの日よ。」そんな日や時間を作って、日ごろ無理をさせている自分の気持ちにもお世話をしてあげてくださいね。明日は、私もお気に入りのお店に行ってきます。

(アメリカ イリノイ州在住 東口たまき)

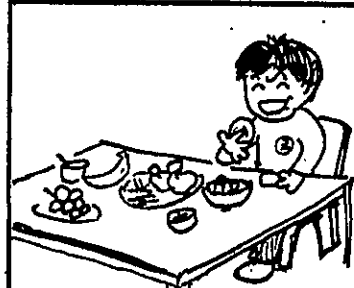
えんじえる君Ⅱ by Ben

〇〇の秋

平らなところ
自分ごころ
練習始めたよ



スポーツの秋



食欲の秋



読書の秋



芸術の秋

神戸大学大学院サテライト施設「のびやかスペース あーち」
〒657-0832 神戸市灘区岸地通 1-1-1 灘区民ホール 3 階
TEL&FAX 078-805-6090
HP <http://www2.kobe-u.ac.jp/~zda/arch-prep.html>
開館日 火～土曜日(月曜、日・祝除く)

神戸大学大学院人間発達環境学研究科
ヒューマン・コミュニティ創成研究センター
〒657-8501 神戸市灘区鶴甲 3-11
TEL 078-803-7970
FAX 078-803-7971



10月予定表



		こらぼ・あーち	ふらっと・あーち
1	土		あらかると音楽遊び 14:30~15:00
2	日	休 館	
3	月		
4	火		
5	水		
6	木		
7	金	よる・あーち(ユース) 17:00~19:20	
8	土		
9	日	休 館	
10	月		
11	火		小林さんの"ふらっとであそぼう!"(予約制) 11:00~12:00
12	水		ベビーマッサージ(予約制) 11:00~12:00
13	木		
14	金	よる・あーち(ジュニア) 17:00~19:20	
15	土	おはなしの国 14:30~15:00	
16	日	休 館	
17	月		
18	火		
19	水	パパママほっと 10:30~12:00	
20	木		ベビーマッサージ(予約制) 11:00~12:00
21	金	よる・あーち(ユース) 17:00~19:20	リフレッシュYOGA(予約制) 10:45~11:45
22	土	おもちゃ病院 14:30~15:30	
23	日	休 館	
24	月		
25	火		小林さんの"ふらっとであそぼう!"(予約制) 11:00~12:00
26	水		
27	木		
28	金	よる・あーち(ジュニア) 17:00~19:20	
29	土		
30	日	休 館	
31	月		



<プログラムの参加方法>

- ・ふらっとで午前に行うプログラムは予約制です。通常利用の予約フォームからお申し込みください。
 - ・こらぼのプログラムは予約不要ですが、午前の部で同時にふらっとを利用される場合は予約が必要です。
- ※予約の手順については3面の「あーち利用のご案内」をご覧ください。

<プログラムのご案内>

あらかると音楽遊び・・・手作り紙芝居や大型絵本に楽しめる音や音楽を合わせた、楽しい読み聞かせです。

おはなしの国 ……ろうそくが灯ったらおはなしの世界のはじまりです。(絵本の読み聞かせ)

おもちゃ病院 ……ドクターが壊れたおもちゃを治します。(当日の修理はできません。)

おもちゃ病院の情報は Facebook神戸・灘おもちゃの病院 でご覧ください。

小林さんの"ふらっとであそぼう!"・・・季節に合わせたふれあい遊びや絵本の読み聞かせ。育児相談もできます。

パパママほっと ……ASD(自閉症スペクトラム、アスペルガー)またはその傾向のあるお子さんを育てている

保護者の集いです。悩みを分かち合い、情報交換を行うピアカウンセリングの場です。

ベビーマッサージ・・・予約制です。バスタオル1枚、タオル、着替え、おむつ、赤ちゃんの飲み物をお持ちください。

受付に10分ほどかかりますので、10:45頃までにお越しください。

リフレッシュYOGA・・・自宅でも簡単にできるヨガです。ヨガマットやバスタオルなど敷くものをお持ちください。

<あーち利用のご案内>

午前(10:30~12:30)の利用は予約が必要です。定員はおおむね5~6組(10人程度)です。

午後(14:00~16:00)の利用は予約は不要です。定員はおおむね10組(20人程度)です。

※保護者は1組につき2人まで利用できます。

※状況により、ご利用をお断りする場合があります。ご理解・ご了承をお願いします。

<午前の予約について>

・事前予約は1週間ごとに受付けます。

・毎週火~金曜日の間に予約フォーム(右のQRコード)から翌週分の予約を行ってください。

・希望者多数の場合は抽選となり、結果は土曜日にメールでお知らせします。



<当日予約について>

・当日空きがある場合は、お電話で予約ができます。(先着順)

利用当日の午前10:30以降に、あーち受付までお電話ください。TEL(078)805-6090

<ご利用にあたっての留意事項>

・おとなは必ずマスクをしてください。

・来館前にお子さんご自身の体温を測ってお越してください。

受付で体調などを伺う「健康おたずね表」に記入していただきます。

・昼食、おやつなどの飲食はできません。(水分補給は可)

・関係者の感染が確認された場合、接触者追跡のため市や保健所に個人情報を提供することがあります。



だいじなお口のはなし 「歯ならびについて(2)」



良い歯ならびというのは、おおよそですが左右対称の馬蹄形に、でこぼこなく滑らかに並んでいることです。そして噛み合わせると、上下の歯ならびの真ん中が合っていて、前歯では上の歯が下の歯より2.3mm程度前方にあり、奥歯では上の歯が歯の幅の半分くらい下の歯より外側にあります。

それでは悪い歯ならびとはどんなものでしょうか。歯は、人それぞれでいろいろな違いがあります。顔がみんな違うように、歯の大きさや形や色も、そして、歯ならびも違います。違っているだけで、どんな歯や歯ならびが一番良いという訳ではありません。歯も人の身体の一部で、その人らしさを作っている大切な要素です。人工的な形に整えたり白くさえあればいいということではないと思います。

ただし歯やあごの大きさや位置のバランスが悪いといういろいろな問題が出てきます。歯で言うならば、たとえば、小柄な人なのに歯は非常に大きいということがあります。歯の大きさを決定する遺伝子と顎

の大きさの遺伝子は別なのでこういうことが起こるのですが、そうすると、小さなあごの中に歯が並びきれなくて、でこぼこにはみ出してしまうことが起こります。これが、いわゆる乱ぐい歯とか八重歯という状態で、歯ならびが悪いということになるのです。

バランスがとれている良い歯ならびになるにはいろいろな条件が整っている必要があります。まず①歯の条件です。そして、②歯の土台の骨の条件、③顔や全身の骨格との関係も重要です。歯はあごの土台の骨に生えており、その土台は顔や全身の一部だからです。

子供の矯正治療は、あごの成長も含めてできるだけコントロールしてこのバランスを整える治療です。大人の場合は成長がないので、必要であれば手術も併用して全体の調和を作る治療になります。次回からもう少し詳しく説明したいと思います。

第19話「間接直接被害加害の立体交差」

京都の朝鮮学校へひどいヘイトスピーチの被害を受けたことがニュース等で報道されたのが2009年。長男が年少の時です。あまりにもひどい罵声が飛び交うニュースを子どもの耳に入れたくなくて、テレビは消しました。

長男が小さかった頃、私は何かを恐れていました。ちょっとしたキッカケで大切なものが壊れてしまいそうだと感じていて、その不安は行動と選択にある程度の影響を与えていたと思います。例えば、住んでいたマンションに表札を出すのが怖かったり、誰かの無意識で排他的な言葉に神経質になったり、必要以上の申し訳なさを感じたり。

なんであんなに怯えていたんだろう？って不思議に思っていた時期がありました。ひどいイジメを受けた事もないし、大切なものを奪われる経験があったわけじゃないのに。

最近、意図しないところで、あのヘイトスピーチについて詳しく聴く機会があって、息があがるように辛くなり、今になって理由がわかりました。

あの頃、報道を見聞きして、矛先を向けられた被害者が私たち家族に重なったからです。ひどい暴言と排除の言葉は在日コリアンの子ども達だけではなく、日本人でもあるわたしたちに向けられたように感じた。

「〇〇は出ていけ」。

〇〇は障害者？無職？女性？こどもを持たないカップル？学校へ行けない人？同性愛者？野菜が苦手な人？高齢者？ルールがわからない人？

あのようなヘイトは、何らかのキッカケで簡単に発生するし、攻撃対象はめちゃくちゃなこじつけで誰でもやり玉に挙げられる流れができることは、それまでに学んでいたことではありましたが、所詮は机上の学び。生々しいリアリティーをもって当事者たちと同じように傷つき、言葉を失ったのが、私の中ではあの事件だったと思います。いじめ、排除。被害者として直接的に経験したわけでもないのに、こんなに人にダメージを与えるものなのか、と。

相模原の事件については、わたしの周りでは誰も

語ろうとしません。私もまだ語れません。本当に傷ついたり、怖い経験をすると、考える事を、語ることを止めてしまうというか、涙も怒りも湧いてこない・・・というか認識することを放棄したのか、と思います。

加害者がどんな人たちなのか詳しく知らないけど、おそらくその人達も何らかの被害者。たぶん、愛情とか教育の機会とか、人との繋がりに恵まれなかった可能性があるし、何らかの排除の被害者だったりするかもしれない。そしてその加害の中に私もいるかもしれない。そんなことを推測できちゃうから、素直に加害者へ怒りをぶつける事もできずに、心の中でモヤモヤしたものが腐っていくような感じがします。

腐敗したモヤモヤが心に沈殿し、必要以上に不安にかられ神経質になっていたことに気が付きました。

敵と味方。2つにわけて、敵を責める事ができれば楽なのかもしれないけど。

「国が・・・」「政治が・・・」とはっきり言えば楽なのに、それがわたしはできない。だって私は、「国」ってものが何なのかもよくわからなくて、ボンヤリした概念みたいだから。

「力ある者」の中に、自分の家族や健康を犠牲にして人の為に仕事している人も知ってるし、わたし自身、会社員の頃は制度をつくる側の部署にいたので、「ルール」があるにはそれなりに背景があることも知っています。

直接的に被害をうければ加害者にモノは申しますが、ほとんどのケースは直接、間接、加害、被害。それらが立体交差しているイメージです。

だから差別にしても戦争にしても、間接的被害者の立場から考えられることがあるんじゃないか、と思います。モヤモヤしたものの正体を見極め、上手に扱えるようになりたいな。難しいのだけど。

だって、直接的な被害者は、傷ついたことも言葉にできない。ひどい恐怖は思考を停止させるから。

そして、そんな人は決して珍しい存在ではなく、身の回りにいくらでもいるのだから。