



あーちの利用はただいま予約制となっています。詳しくは3面の「あーち利用のご案内」をご覧ください。

冬季休館のお知らせ

12/27(日)~1/4(月)の間、
あーちはお休みさせていただきます。

なお、12月26日(土)のご利用は午前のみ
(10:30~12:30)とさせていただきます。



絵本の世界へようこそ

「あのね、サンタの国ではね…」

作:嘉納純子

絵:黒井健

偕成社 1990年11月発行



—サンタクロースの1年のくらし—

北の果ての、美しいサンタの国でサンタさんたちは仲良く暮らしていました。サンタさんたちの暮らしは思っていたより忙しそうです。雪が溶けると、よいこに送るプレゼント作りがはじまります。夏には大きなぼうえんきょうをもって、よいこをさがしにでかけたり。トナカイたちは学校でおべんきょうです。

サンタさんたちって、12月だけ忙しいと思っていたら大間違い。1月から始まるこの絵本、12月へと読みすすめるにつれ、ワクワクした気持ちになりました。

イブの夜、よぞらへと舞いあがる、絵本の中のサンタさんもトナカイもとても楽しそうな顔をしています。みんなの喜ぶ顔を思い浮かべているのかな。

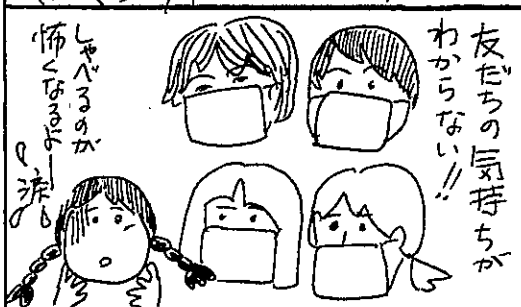
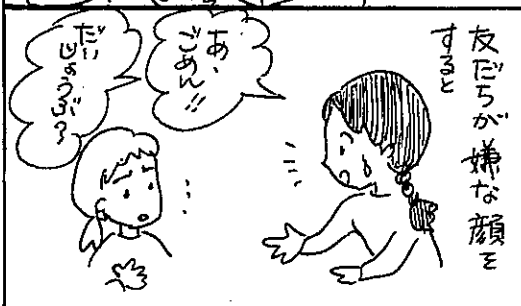
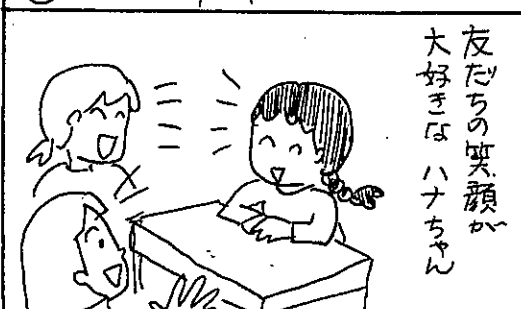
さあ、もうすぐクリスマス。サンタさんの到着を、みなさんもお楽しみに♡

(あーちスタッフ 朝野規巳子)



えんじえる君 by Bon

表情をみたいけど…





12月予定表



		こらぼ・あーち	ふらっと・あーち
1	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
2	水		
3	木		おはなしぽけっと 11:00～ お口と歯の相談タイム 14:00～15:00
4	金	よる・あーち(青年) 17:00～18:30	
5	土		
6	日	休 館	
7	月		
8	火		
9	水		
10	木		ベビーマッサージ(予約制) 14:30～15:30
11	金	よる・あーち (こども) 17:00～18:30	
12	土		
13	日	休 館	
14	月		
15	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
16	水		
17	木		ベビーマッサージ(予約制) 14:30～15:30
18	金	よる・あーち(青年) 17:00～18:30	リフレッシュYOGA(予約制) 10:45～11:45
19	土		
20	日	休 館	
21	月		
22	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
23	水		
24	木		
25	金	よる・あーち (こども) 17:00～18:30	
26	土	※ご利用は午前(10:30～12:30)のみとさせていただきます。午後は閉館いたします。	
27	日	冬季休館(12/27～1/4)	
28	月		
29	火		
30	水		
31	木		

<プログラムの参加方法>

- ・ ふらっとで行われる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。
 - ・ こらぼで行われるプログラムに参加する場合、予約は必要ありませんが、ふらっとの利用はできません。
ふらっとを利用する場合は、別途、通常利用の予約フォームからお申し込みください。
- ※予約の手順については3面の「利用予約の方法」をご覧ください。

<プログラムのご案内>

- おひさまひろば・・・保育士さんが親子のふれあい遊びや絵本の読み聞かせをさせていただきます。
- 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、14:15頃までにお越しください。
- リフレッシュYOGA・・・肩こり、腰痛を軽くするポーズを中心に、自宅でも簡単にできるYOGA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。
- お口と歯の相談タイム・・・地域の歯医者さんが来てくださいます。気軽にお口や歯の相談ができます。
- おはなしぽけっと・・・絵本の読み聞かせと簡単な工作を楽しみます。

<あーち利用のご案内>

★ 利用予約の方法

- ・予約は1週間ごとに受付けます。毎週金曜日までに予約フォーム(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。(定員は午前・午後とも概ね15名前後)
- ・利用時間は、午前10:30~12:30 午後14:00~16:00です。
- ・保護者は2名まで利用できます。



★ 当日空きがある場合は、お電話で予約ができます。TEL(078)805-6090

- ・利用当日の10:30以降に、直接あーち受付までお電話ください。(当日分のみ予約可 先着順)

★ 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。
- ・来館前にお子さんとご自身の体温を測ってお越しください。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。

<ふらっと相談員> ~お気軽にお声をかけてください~

水曜 午前 灘区地域活動支援コーディネーター(不定期)
午後 助産師
木曜 午前 保健師
土曜 午前 助産師

あーちのルール

- ☆オムツやゴミはお持ち帰りください
- ☆託児はできません
- ルールを守って楽しくすごしましょう!



この間、テレビでこんなことを言っている人がいました。“He is the best thing since sliced bread.” 直訳すると「彼は、スライスされたパン以来の素晴らしいものだ。」です。何という意味かと配偶者に尋ねると“the best thing since sliced bread” は、物だけでなく人にも使える、「素晴らしい人、最高のもの」だそうです。なので、テレビでは、「彼は素晴らしい人だ。」と言ったのでした。1950年代、食パンを切る機械が発明され、これがとても画期的な発明だったそうで、この表現ができたとのこと。また、「画期的なもの」という意味もあります。“This coronavirus vaccine is the best thing since sliced bread!” 「この新型コロナのワクチン(薬)は素晴らしいものです！」来年、このフレーズを使っていますように。さらに丑年にちなんで「もう大丈夫、もう安心、もう最高！」そんないっぱいの良い「モウ」も。

(アメリカ イリノイ州在住 東口たまき)

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

☆ 第2話 ☆

夏の夕方のことです。夫と2人の息子と散歩にでかけました。

中学3年の長男は大人しくて優しい、少し神経質な子です。知的障がい児です。もうすぐ夏休みが終わることを憂いているのは小学6年生の次男。素直だけど集団生活が好きじゃない、ちょっと気難しい子。私の関心事の半分以上は二人の日常に関することで占められています。

今年は新型コロナの影響で家にこもりがちな日々。人との接触や外出が激減すると、「自分」という存在が薄れてきて輪郭がぼやけてくる気がする…。私って、何がしたいんだっけ？何が好きなんだっけ？どんな人間だったっけ？そんな感覚に襲われた一日の夕方。

スッキリしないときは散歩に限る。毎日歩く道でもわずかながらも季節の変化を感じていると心が生き返ります。家のなかではイライラしてしまうことも、歩きながらぼんやり考えると自分の心に何が起きているのかを冷静に見つめことができるから。

緑豊かな坂道をしばらく歩いた後、公園に着いて一休み。せっかく家族4人ででかけても会話が立体交差して全くかみ合わない。私が「風がきもちいいね」と言えば「ポケモンがさあ…」と返ってきたりする。

うちはいつも、そう。

特に息子と会話のキャッチボールするにはちょっとした心構えというか、工夫のようなものが必要だったりする。主語や目的語が抜けていたり、会話の前提にある背景を共有できていないのに一方的にしゃべられたり…。何を言いたいのか理解するためには、こちら聞き取り体制をフルスロットルにしないと。

普通にしゃべりたい、スムーズな会話をみんなでしてみたい。

「息子に障害がなかったら、普通の会話を普通に楽しめるのかな??」なんて、普段は考えないようなことが心をかすめる。…この考えはダメなやつだ。自分が嫌になってしまいそうだったので、一人だけ離れたベンチでごろんと横になり空を見上げました。ぼんやりと空を見上げていると、公園の喧騒とセミの鳴声が遠く聞こえます。

…身体の中に駆け巡っていた雨雲みたいな気持ちが薄くなっていくのを感じて目を閉じました。

それは、広い宇宙の中の、小さすぎる自分の中で起った、小さすぎる憂鬱に過ぎない。138億年の時間の中で、たった数時間の間におこった、なんでもないちよっとだけブルーな一日だっただけ。線香花火よりもはかない一瞬のこと。

「自分」というものが溶けていく感覚や大人と普通の会話がしたいという苛立ちは、そういえば子どもが小さかったころ、ワンオペで育児を頑張っていた時にも何度も感じたことがある。社会から切り離されて、相対的な自分の存在を失い、身体も心もギリギリだった。あの頃、この鳴くセミのように全身全力で「しんどい！」って声を張り上げてたら何か変わっていたのかな。…なんて思ったりするけど、それはあまり意味はない。

なんとかしてきたし、なんとかあった。助けてきたし、助けてもらってきた。

しんどい時は、一生は続かない。歩んできた道を肯定できる。

気持ちを誰かとシェアできないときはすっごく孤独を感じてしまうけど、私という人間は地球上で一人だ。

たった一人しかいないっていう寂しさはその人の存在意義であり存在価値なんだ、きっと。

不思議なことに、空を見上げただけでだいぶスッキリしちゃうんだから、私も単純なもの。うん。単純さは私の長所だ。

ベンチから起き上がると、息子たちは楽しそうにブランコで遊んでいた。その笑顔を見ているとたいていのことは、「まあ、いいか」って思える幸せがうれしいと思いました。

そう。ないものを数えるよりも、今あるものを見つめたら、きっと自分の中に輝きを見つけられる。

