

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。

あーちをご利用のみなさんへ

新型コロナ感染拡大のため、兵庫県にも緊急事態宣言が発令されたことを受け、あーちでも感染防止対策を強化することになりました。概ね15名としていた入館人数は10名までに、またプログラムの内容も一部変更しております。館内設備の清掃・消毒にも注意を払っておりますが、感染の危険はゼロではありません。特に、高齢の同居家族がいらっしゃる方、遠方への移動を避けられない方など、様々な事情があることと思いますが、ご利用の際は、十分にお気をつけいただき、感染予防にご協力をお願いいたします。

※換気のため窓を開けています。暖房はおこなっていますが、暖かい服装でお越しください。



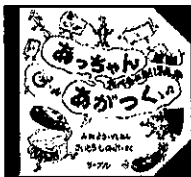
絵本の世界へようこそ

「あっちゃんあがつく」 たべものあいうえお

原案：みね よう

作：さいとう のぶ

リーブル 2001年3月発行



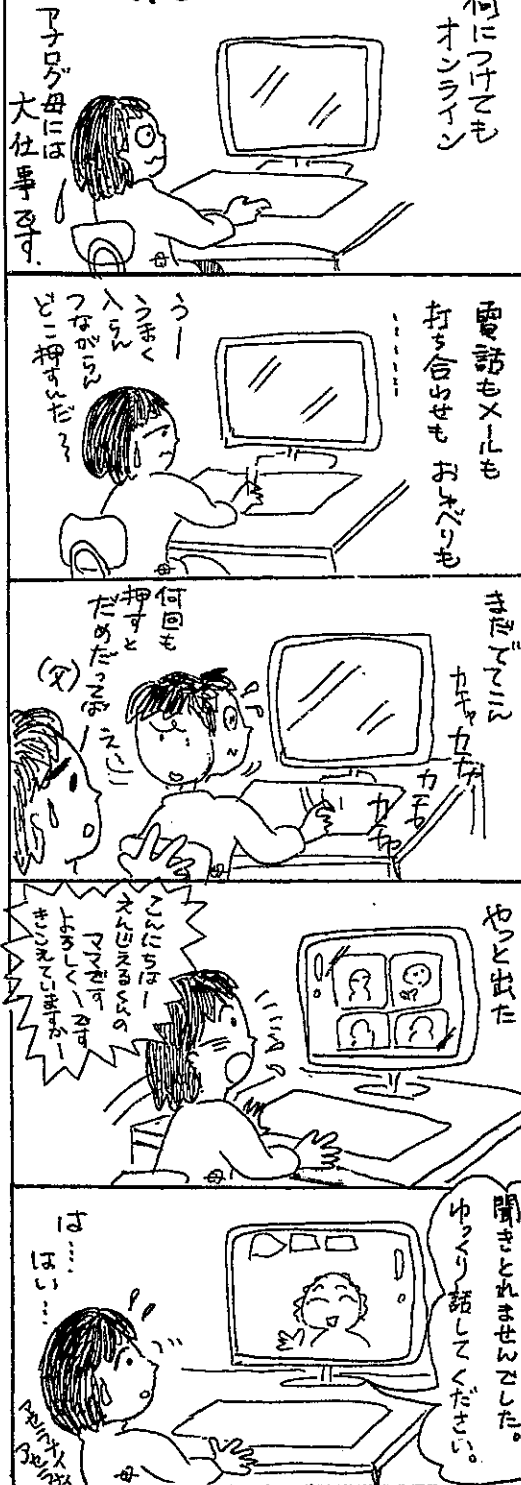
たべものを「あいうえお」順に紹介する絵本をご紹介します。美味しそうなのでついページをめくってしまうのですが、それだけではありません。いろんなキャラクターが食べ物と共演をしていて賑やかな様子が絵本から伝わってきます。あーちに来てくれている子どもたちもこの絵本が大好きで、「この～は…してる！」などかわいい声を耳にすることがあります。大人はどんな風を感じるでしょうか。絵につっこみを入れたくなる人。お腹が空いてくる人。色々でしょうか。短いフレーズ（ほとんど歌詞？）で楽しく歌っていつの間にか最後まで見てしまう、そんな楽しい絵本です。ほっと一息つきたい時にもどうぞ。

(あーちスタッフ 小林真理子)

えんじえろ君II by Bon

コロナ禍も生きる ～あせらないで～

オンライン





2月予定表



		こらぼ・あーち	ふらっと・あーち
1	月	休 館	
2	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
3	水		
4	木		
5	金	よる・あーち(青年) 17:00~18:30	コロナ感染防止のため今月から内容を変更して、音楽に合わせた絵本の読み聞かせを行います。
6	土		あらかると音楽遊び 14:30~15:00
7	日	休 館	
8	月		
9	火		
10	水		
11	木	休 館	
12	金	よる・あーち(こども)17:00~18:30	
13	土		
14	日	休 館	
15	月		
16	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
17	水	パパママほっと 10:30~12:00	
18	木		ベビーマッサージ(予約制) 14:30~15:30
19	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
20	土		
21	日	休 館	
22	月		
23	火		
24	水		ベビーマッサージ(予約制) 14:30~15:30
25	木		
26	金	よる・あーち(こども)17:00~18:30	
27	土		
28	日	休 館	

<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。
- あらかると音楽遊び・・・手作り紙芝居や絵本に音楽を合わせたり、楽器を鳴らしたり、音楽遊びを楽しみます。
- 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、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。

★ リフレッシュYOGAに参加される方へお願い ★

ご自分用のヨガマットか、それに代わるバスタオルなどをお持ちください。バスタオルを貸し出しで利用される場合は、クリーニング代をご負担いただきます。どうぞご了承ください。

<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10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!



もうすぐバレンタインデーですね。今日は少しロマンチックに”I love you.”についてのお話です。日本では、恋人同士や夫婦間でいうイメージが強いですが、アメリカでは、日ごろから恋人や夫婦間はもちろん家族にも言いますし、友達同士でも言います。私の配偶者は、ペットにも”I love you.”と言っています。夫婦間なら、”I love you.”の返事に”I love you more.”「もっと愛しているよ。」とよく言います。アメリカは「愛してるよ。大好きよ。」と常に言葉で表現する文化なんですね。と、そんな聞きなれ、言い慣れているはずの”I love you.”なのに、ある日私はそう言われ不覚にもとろけてしまいそうになりました。それは、友達のお孫さんで5歳の男の子の”Tamaki, I love you.”でした。今年のバレンタインは、あなたの「愛」「大好き」を家族やお友達に”I love you.”で伝えてみませんか。

(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4話 ☆

「なんとかなるってどういうこと？」 part1

知的障がい児の長男が幼稚園～低学年のころ、生活面での困りごとや将来への不安などについて、主治医の先生や育児・教育界の支援者というような立場の方々から、「大丈夫、なんとかなるよ」と励ましていただいたことがありました。

しかし、その当時の私といえば、「なんとかなるってどういうこと？ 一体、いつ、どこで、何がなんとかなるの??」と、励ましてくれる気持ちはありがたく感じる一方で、何も解決にならない(と感じていた)言葉にちいさな失望を感じていました。

外に出れば散歩のワンちゃんが怖いといって泣き出し、スズメやハトを見てはパニックになり、車のドアが「バタンッ」と閉まる音にさえ怯えていたし、映画館や博物館などの閉鎖的な空間には全く入ることができませんでした。いつか遠くに旅行に行きたいと思っていた私は、こんな状態で飛行機に乗れるのだろうか？ と不安になっていました。子どもらしく公園で遊ぶこともできなくなっていましたので、「発達を促すためには外でのびのびと遊んで、こどもと沢山お話ししましょう」といった一般的な育児論にふれるたびに激しく落ち込んでいましたし、ママ友たちが「こどもと映画行ってきた～」とか「公園で遊ばせておけば大丈夫でしょ」と話しているのを聞くだけでも、身体全体が岩か何かになったような重苦しさに襲われていました。

このまま、一生、公園にも映画館にもコンサートにも行けないし、飛行機にも乗れないのだろうか……。将来への見通しとイメージがもてずに、毎日を必死に過ごしているだけのあの頃、私と長男の心はどんどん内向きになり、人とかわかることだけでも労力が必要でした。

いったい「大丈夫、なんとかなる」って何なんでしょう？

なんとかならないような病気や事故に遭遇する可能性なんていくらでもあるし、大規模な自然災害は唐突にやってきます。今日が平穏無事に過ごせて、また明日が同じようにやってくる確証はないのに、それでも大抵の人は「まあ、大丈夫でしょう」という前提で生活しています。

しかし、思い出してみると、「大丈夫、なんとかなる」の土台が大きく揺らいだ時期があったのではないのでしょうか。眠っている子どもが息をしているかどうか確かめたり、すわらない首を慎重に支えたり、哺乳瓶の消毒に神経をつかったり……。

そう。出産直後から始まる、「いのち」を育む責任を担った時。

妊娠期間、赤ちゃんはお腹の中で「育っていた」存在なのに、出産直後からは「育てる」存在に変わりました。あの瞬間、当たり前の感覚としての「大丈夫、なんとかなる」が「ちゃんとしなくちゃ、大変なことになってしまう！」に変化したのではないのでしょうか？

わたしについて言えば、自分が出産するまでに赤ちゃんを抱いたことは一度もありませんでした。里帰り出産はしたものの、一か月後には友達や知り合いが一人もない神戸に戻ってワンオペ育児が始まりました。乳幼児健診では毎回ひっかかり、別室で個別相談……。今思うと「なんとかなる」なんて思えないのも当然な気がします。

しかし、転機は訪れました。

