



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。

利用者のみなさまへ

いつも「あーち」をご利用いただき、ありがとうございます。

今年度は、とても大きな試練の年になりましたね。

1回目の緊急事態宣言が解除されて以降、「あーち」は利用人数や時間、プログラムを制限しながら開館してきました。初めての予約システムや、健康おたずね票の記載など、みなさまには日々大変なご不便をおかけしています。

定員を超える予約をいただき、ご利用がかなわないことも多く、本当に心苦しく申し訳なく感じております。

そのような日々のなか、子どもたちが丁寧に手を洗っている姿を見て、かわいらしさのなかにもたくましさを感じるなど、思わぬ発見もありました。みなさま、ご協力を本当にありがとうございます。来年度は状況が改善し、以前のような活気が取り戻せることを心待ちにしております。一緒に頑張りましょう！

あーちスタッフ一同



絵本の世界へようこそ

「まほうのさんぽみち」

作：ロビン・ショー

訳：せな あいこ

評論社 2019年3月発行



パパとおさんぽに出かけた女の子。とてもうれしそうです。おさんぽ中、女の子は想像力をふくらませます。みずたまりを見つけたとき、ドキドキ。中に「ワニがいるかも！」高架橋の電車の音をきいたとき、「ゴーってすごいおと！」何を想像したでしょう。おさんぽは続きます。おしろみたいたなおおきなうち、おはなやさん、ねったいぎよのおみせ・・・女の子には何が見えたでしょう。歩道でさいごのぼうけんをしたあとは、とっておきの場所に着きました。

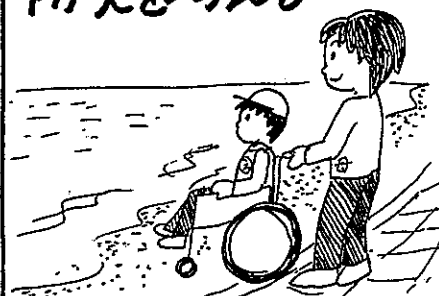
細部まで丁寧に描かれた絵は、みていて飽きません。1つのページを開いて、「こんなところに〇〇が！」といろいろ発見するのも楽しいです。

(あーちスタッフ 永野郁子)

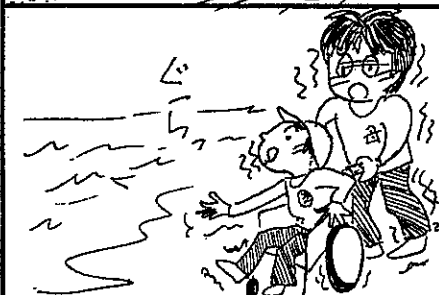
えんじとる君II by Bon

防災を考える

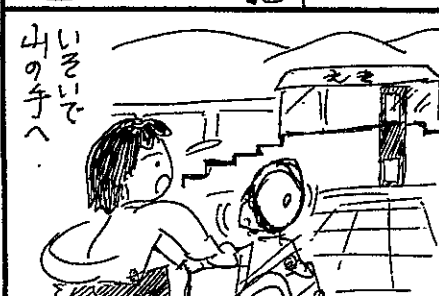
海に遊びに来ていたら



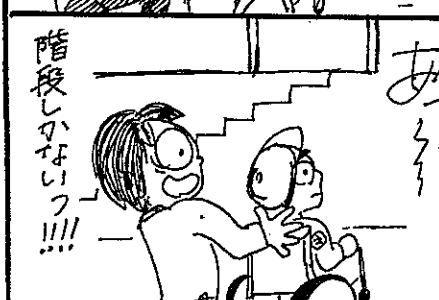
地震だ!!



津波がくるかも!!



あ、駅までここは早い!!



EVも停電で動かない!!





3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		お口と歯の相談タイム 14:00~15:00
5	金	よる・あーち(青年) 17:00~18:30	
6	土		
7	日	休 館	
8	月		
9	火		
10	水		
11	木		ベビーマッサージ(予約制) 14:30~15:30
12	金	よる・あーち(こども)17:00~18:30	
13	土		あらかると音楽遊び 14:30~15:00
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		
18	木		
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		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
24	水		
25	木		
26	金	よる・あーち(こども)17:00~18:30	
27	土		
28	日	休 館	
29	月		
30	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
31	水		ベビーマッサージ(予約制) 14:30~15:30

<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してくださいます。

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。

あらかると音楽遊び…手作り紙芝居や大型絵本にももしろい音や音楽を合わせた、楽しい読み聞かせです。

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。

<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!

・*



3月は、1年の一区切りですね。去年の4月から今年の3月まで、たくさん頑張られたことがあったと思います。今月は、頑張ってくれた家族や職場の人に、"Thank you for all your hard work" 「いつもがんばってくれてありがとう。」と、ちょっとねぎらいの言葉をかけてみてはどうでしょうか。私はというと、私の生徒さんたちも日本語を一生懸命勉強しています。そのため、「日本語を熱心に勉強してくれてありがとう。」

"Thank you for studying Japanese with great enthusiasm."と思わず感謝の言葉が出ます。enthusiasm [ɪnθ(j)ú:zi`æzm]カタカナで書けば、インスージアズムになるでしょうか。「熱意」いう意味です。熱心さや熱意はいつも人の心を打ちますね。それに「好きこそものの上手なれ」とはよく言ったものです。生徒さんたちの日本語の上達の速さに驚かされます。人との出会いも掛け替えのないものですが、人生で何か熱意をもって取り組めるものとの出会いも素敵だなあとと思います。この春、みなさんに色々な素敵な出会いが訪れますように。

(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？」part2

前号のあらすじ・・・知的障がい児の長男が幼稚園～低学年のころ、困りごとや不安について、主治医や育児・教育界の支援者の方々から、「大丈夫、なんとかなるよ」と励ましていただきました。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、励ましの気持ちにはありがたく感じつつも、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。いったい「大丈夫、なんとかなる」って何なんでしょう?・・・しかし、転機は訪れたのです。

4年生から神戸大学付属特別支援学校に転校したことが、長男を大きく変えていったのです。広い校庭、明るい校舎、生徒の活動を抑圧しない先生がたの対応などに大いに安心した長男は、まさに水を得た魚状態。大好きな自転車に乗ったり、忍者ごっこをしたり、先生をおちょくってみたりと内面にくすぶっていた「～したい!」をどんどん開放していったようです。

笑顔が増えました。体力がつきました。

2年ほど経過したころでしょうか。騒音やワンちゃん、ハトなどへの恐怖反応が大きく和らぎました。

コンサートホールにも入れるようにもなりました。初めての飛行機にも難なく乗れました。

つまり、恐怖心より好奇心のほうが勝るようになったのです。はたして、長男をそうさせたのはなんだったのかと思ひめぐらせてみたところ、学校での充実した時間(=笑顔が増えたこと)から育まれた体力や「自己肯定感」が大きく影響したのかと思います。それに伴って、私自身の心が解放されていったことも重要な変化でした。一生ダメなのかもしれないと感じていた事案が、徐々に解決していくのですから。

本当に、なんとかなるんだ!!

そのころには、神戸市内にも療育を担ってくれる児童発達支援や放課後等デイサービスが急増しました。長男は今のところ利用していませんが、こどもの味方になってくれる施設が目に見えて増えたことが嬉しかったことを覚えています。

しんどさを抱えていた私が、とにかく楽になりたくて決意した転校が一つ。

転校が吉と出て、「自分らしく」あることで精神的に体力的に成長した長男が恐怖を克服していった経験が一つ。

デイサービス等の支援施設が整備されていくことの安心感が一つ。

私にとって「大丈夫、なんとかなる」は「私のアクション」「長男の成長」「社会の緩やかな変化」の3つの要素がそろってこそ得られた境地でした。それは、「なんとかしなくちゃ」から「なんとかなるのを待つ」といった意識の変化をももたらしました。

長男の障がいも特性も基本的には変わりません。しかし、こどもは成長するし、親自身もタフになっていきます。社会もすこしづつ変わっていきます。

きっと、「大丈夫、なんとかなる」っていうことは、親と子ども自身の「より良く生きたい」という意思から始まる行動が、今抱えている不安や苦しみの解消へと導き、子どももあなた自身も成長していくよ、という意味だったのだと、今なら理解できるのです。

