



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



12/26(日)~1/3(月)の間、

あーちはお休みさせていただきます。

なお、12月25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

「みならいサンタ」

作:そのだえり 出版社:文溪堂

2019年11月 発行



「みならいサンタの みなちゃんが はじめて プレゼントをとどけにいきます」 クリスマスイブの夜、みなちゃんはサンタさんとそりに乗って、子どもたちのもとへ。えんとつになわばしごとをおろす前は、けむりが出てないかよく見てから。サンタの心得覚えたら、次はひとりで届けにいってみよう。みなちゃんはサンタ3きゅうに合格できるのでしょうか。

あら？みなちゃんにサンタさんは来ないの？って思ったみなさん。心配はご無用。裏表紙にはプレゼントを持ってにっこり笑顔のみなちゃんがいましたよ。表紙の裏にもサンタデビューまでのストーリーがあり、隅々まで楽しい絵本です。

(あーちスタッフ 朝野 規巳子)

<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

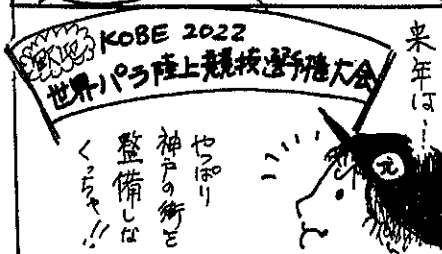
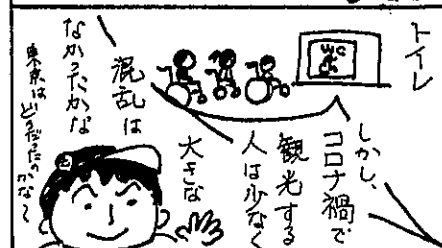
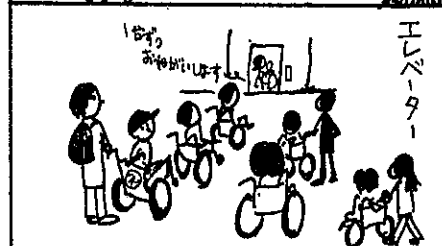
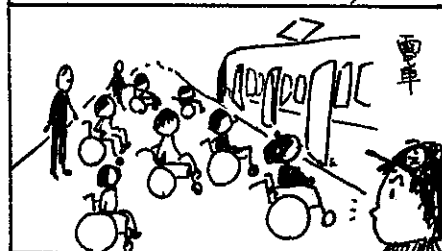
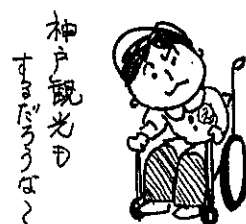
土曜 午前 助産師



えんじえる君Ⅱ by Bon

えんじえる君の心配事

2021年
パラリンピック
世界中から障がい者
の方々が日本に来る



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所
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

🎁 12月予定表 🎁

		こらぼ・あーち	ふらっと・あーち
1	水		
2	木		
3	金	よる・あーち(こども) 17:00~18:50	
4	土		あらかると音楽遊び(予約制)14:30~15:00
5	日	休 館	
6	月		
7	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
8	水		ベビーマッサージ(予約制) 14:30~15:30
9	木		
10	金	よる・あーち(青年) 17:00~18:50	
11	土		
12	日	休 館	
13	月		
14	火		
15	水	パパママほっと 10:30~12:00	
16	木		
17	金	よる・あーち(こども) 17:00~18:50	リフレッシュYOGA(予約制) 10:45~11:45
18	土		
19	日	休 館	
20	月		
21	火		おひさまひろばあーち(予約制) 午前中
22	水		赤ちゃんの睡眠のはなし 11:00~12:00
23	木		ベビーマッサージ(予約制) 14:30~15:30
24	金	よる・あーち(青年) 17:00~18:50	
25	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。	
26	日	冬 季 休 館(12/26~1/3)	
27	月		
28	火		
29	水		
30	木		
31	金		

<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>

- あらかると音楽遊び・・・手作り紙芝居や大型絵本に面白い音や音楽を合わせた、楽しい読み聞かせです。
- 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。
- 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。)
- 入院(お預かり)と退院(お渡し)の受付のみとなります。お渡しは翌月になります。
- 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。
- 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。

<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。
(定員は午前・午後ともおおむね16名程度。状況により利用人数を変更する場合があります。)
- ・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。



138億年の時間の中で

なかせい

☆ 第12話 ☆

「生きづらいとかなんとか」

「そんなに生きづらいものなのか？」昭和17年生まれのお父さんがボソッと呟いたのはコロナ前だったから、一昨年のことだったかいつだったか。若者の生きづらさを特集していた番組をポンヤリと見ていた時でした。そりゃあねえ。父の子どもの頃は日本中にありとあらゆるモノが無かったし、貧富の格差は現在とはくらべものにならないほど大きかったし、田舎の村社会の同調圧力だってかなりのものだっただろうし、戦後の会社員生活はサビ残上等のブラック労働がデフォルト。家電は無いし、庶民向けの雑誌すらも細かい文字で書かれてて挿絵や写真は少ないし、お医者さんすらも隣町まで行かないとないとか普通だもんね。父の前では「なんだかしんどいんです！生きづらいんです！！」なんて言えません。

私はといえば、昭和50年代生まれ、横浜育ち。食料、衣料は歩いて15分の駅周辺のお店で買えば済むし、お医者さんも近所に数件はあるし、テレビをつければ友達と喧嘩をした憂鬱さも吹き飛ぶお笑い番組が見られました。洗濯板を使ったことは無いし、お風呂はいつでも暖かい。お腹が空けばキッチンの戸棚を開ければ何かはある。確かに、何にも困った事がない子ども時代だったな～と思い出します。

この大変豊かな日本の生活。どれだけの人達が支えてくれているのでしょうか？今、私の目の前に明日の朝食に食べる予定のパンがあります。このパンが欲しいと思う人全員に届くような量、それだけの原材料の生産、安全な品質の保証、工場からスーパーまで運搬、店に陳列するひと、レジ打ちをするひと。パッと考えただけでこれだけのモノと人と行程を経ているわけですが、細かい作業を含めるとかなりの人員が携わっていることになります。

平均寿命が世界一と言われる医療水準を支えている人はどのくらいいるのでしょうか？快適で省エネ、環境にも優しい家電や産業機械を開発、生産、販売に関わっている人はどのくらい？そしてそれらの人達は一定の体力と知識とスキルが必要です。

生きづらさについてものすごく端的に言えば、この豊かさを手放せない事も理由なのではないかと思うのです。経済や社会情勢という角度から生きづらさの正体を語るのには専門家にお任せするとして、名もなき一生活者の私が感じていることは 豊かさを維持する為の社会構造と人材育成が必須であることが現代人のプレッシャーといたら大げさでしょうか。もう、日本人は飢えることも、感染症で命を落とすことも、楽しみのない生活にも、時間がかかる作業が完了するまで待つことも受け入れられません。

ある東大生が大学生活になじめず、母親に悩みをこぼしました。鬱状態の一步手前。母親は、「命が一番大切！そんなにしんどいなら大学辞めて帰っておいで！」と言ったそうです。しかし、息子さんは「辞めてどうするの？そんな簡単に言わないで」と返したとのこと。話を聴く限り、とても誠実で優しくて純粋な青年。それでも、苦勞して手に入れたモノに囚われてしまっていたようです。(彼はその後、しんどい気持ちを表現し、様々なサポートを経て客観視することで危機を乗り越えたそうです。拍手！悩みを話せる間柄の親子関係。あっぱれ！)

高学歴夫婦の間の子どもは、その親が望んでなくても自身の内面に「勉強をしなくては」という圧力をかける頑固おやじのような存在を生みだしてしまうかもしれません。しかし、学びや学歴は生きやすさを実現するための手段なはずです。目的ではありません。

おいしくて長持ちしていつでも手に入るパンをの品質と供給レベルを下げることはできません。でも、コロナ禍よりも大変な気候危機に面した時、パンがすぐに手に入られると言えるでしょうか。企業が従業員に支給する給料はよっぽどのが無い限り下げることにはできません。今の給与ベースを維持するだけで精一杯の企業ばかりの現状からどうやって生きていくか考えなくてはなりません。

美しさと若さを誇っていた女優が老いて醜くなることは簡単に受け入れるのは難しいようです。でも美貌と若さが永遠ではないことはおとぎ話でも語られていることです。どうやら人間は、一度手にいれた豊かさや快適さ、名誉や財産を手放すことはできないらしいことは私自身の生活や内面を振り返ると、その通りだなあと思うのです。しかし、学歴、財産、経済活動、すべては生きやすさを実現する手段だったはず。手段の為に、精神を病んでしまったり自死を選ぶのは本末転倒。とても悲しいことだけど。

手持ち0円から1万円を得た経験のある人

既に100万円を持っていた人が失い続ける経験の後に1万円しか残らなかった人。

金額は同じなのに、そこにたどり着くまでの正反対なストーリーから、「生きやすさ」のヒントは得られないものでしょうか。どちらが幸福でどちらが不幸かなんて判断するだけでは面白くない。お金だけではなく、家族や友人や仕事、楽しみの見つけ方。すでに手にあるものでどうやって豊かさを感じる事ができるか。それを探求すること、そのものが「生きづらい」でも、「生きやすい」でもなく、「生きる」ことなんだろうなあ、と思います。



2021 年は、皆さんにとってどんな年でしたか。私は、トランプ政権からバイデン政権に代わり生活の大きな違いを体験しました。シカゴは、高速道路での発砲事件が 11 月までに 207 件も起きましたし、シカゴ市長が非常事態だというほどに犯罪が増えました。さて、暗い話はやめて、今日はとても感動したお話を書かせていただきます。

"This is a touching story. This is a moving story." 「これは、感動的なお話です。」ある女性の父親が亡くなり、その心臓がある男性にドネーションされました。そして数年後、その女性の結婚式の日、彼女の父親の心臓を移植してもらった男性がその女性の父親代わりにバージンロードを歩いたのです。男性は「あなたのお父さんはここですよ。」と言って、その女性はその男性の胸に手を当て、父親の心臓の鼓動を感じている写真が掲載されていました。"What is your recent moving story/touching story?" 「最近感動したお話はなんですか。」来年も、皆さんにたくさん感動的なことがありますように。 (アメリカ イリノイ州在住 東口たまき)