

2024年7月号

Vol.227

arch-tsushin

あーち通信



◆○★△■ **おもちゃの広場であそぼう!** ●☆■◇▼

「おもちゃの広場」は、おもちゃコンサルタントによる「おもちゃ」と「遊び」の交流サロンです。子どももおとなも夢中になるおもちゃが、たくさんやってきます！みなさん、ぜひ遊びにきてくださいね！

日時:7月16日(火) 11:00~12:00

場所:ふらっと・あーち



園田学園女子大学の実習へのご協力について

7/17、18、20、23、24、26、27 の7日間、園田学園女子大学の看護学生があーちで実習を行います。研究のため、利用者のみなさまにインタビューをお願いすることがございますが、任意ですでお断り頂いても差し支えありません。ご関心、お時間がございましたら、学生たちへのご協力をお願いいたします。

「ちいさなきいろいかさ」

作:もりひさし

絵:西巻茅子

金の星社 1971年2月発行



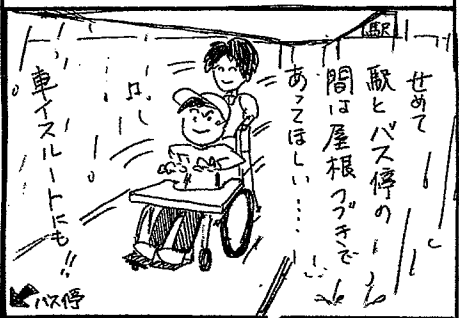
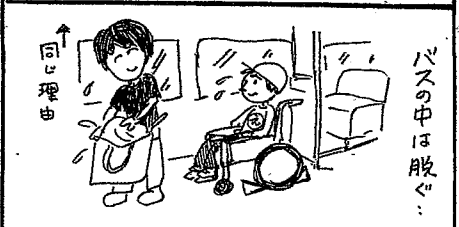
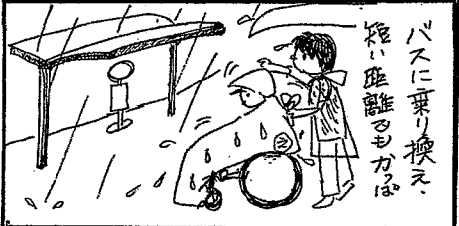
なっちゃんは、お母さんに買ってもらった黄色い小さな傘を持ってお出かけ。「ぼちん ぼち ぼち」雨が降ってきて、次々にやって来る動物たちを傘に入れてあげます。小さな傘は動物の大きさに合わせて横に広がったり、柄が伸びたりしました。

優しいなっちゃんに心がほっこり。カラフルな絵や軽やかな言葉づかいに気持ちも明るくなります。今では雨と聞くと気分が下がる私も、大昔は、お気に入りの傘をさしたくて雨が降るのを心待ちにしていたことや、少し大きくなって、雨の日に木々の緑がより鮮やかになるのを見たり、雨音を聞いたりするのが好きだったことを思い出しました。

(あーちスタッフ 永野)

えんじえる君II by Bon

雨の日の悩み



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

7月予定表

| | | こらぼ・あーち | ふらっと・あーち |
|----|---|--|------------------------------|
| 1 | 月 | 休 館 | |
| 2 | 火 | あーち人形劇団「むー」(練習) 14:00~16:00 | |
| 3 | 水 | | |
| 4 | 木 | | 健康あーち(相談)午前中 |
| 5 | 金 | よる・あーち 17:00~19:20 | |
| 6 | 土 | ぽっとらっく 13:30~15:00 | あらかると音楽遊び 14:30~15:00 |
| 7 | 日 | 休 館 | |
| 8 | 月 | 休 館 | |
| 9 | 火 | | |
| 10 | 水 | 月イチwith 10:30~12:00 | |
| 11 | 木 | | |
| 12 | 金 | よる・あーち 17:00~19:20 | |
| 13 | 土 | おはなしの国 11:30~11:30 | |
| 14 | 日 | 休 館 | |
| 15 | 月 | 休 館 | |
| 16 | 火 | パパママほっと 10:30~12:00 (ゆーす・あーち) あーち人形劇団「むー」(練習) 14:00~16:00 | おもちゃの広場であそぼう! 11:00~12:00 |
| 17 | 水 | | 保健師さんとお話ししましょう 11:00~12:00 |
| 18 | 木 | | |
| 19 | 金 | よる・あーち 17:00~19:20 | リフレッシュYOGA 10:45~11:45 ※下記参照 |
| 20 | 土 | プラレール広場 10:30~16:00 | |
| 21 | 日 | 休 館 | |
| 22 | 月 | 休 館 | |
| 23 | 火 | | ベビーマッサージ 11:00~12:00 ※下記参照 |
| 24 | 水 | | ふらっとリトミック 11:00~11:30 |
| 25 | 木 | | |
| 26 | 金 | よる・あーち 17:00~19:20 | |
| 27 | 土 | おもちゃ病院 13:30~15:30 | |
| 28 | 日 | 休 館 | |
| 29 | 月 | 休 館 | |
| 30 | 火 | | |
| 31 | 水 | | ベビーマッサージ 11:00~12:00 ※下記参照 |

- ・プログラムは自由に参加・見学ができます。年齢制限はありません。また、都合により変更することがあります。
- ・ふらっと・あーちでプログラムが行なわれている間、プログラムに参加されない方もふらっとを利用できますが、遊べるスペースは狭くなります。どうぞご了承ください。

※ベビーマッサージに参加される方は、お子さんに合ったベビーオイルと、バスタオルを1枚お持ちください。

また、初めてあーちを利用される方は受付に10分ほどかかりますので、10:45ごろにご来館ください。

※リフレッシュYOGAに参加される方は、ヨガマットやバスタオルなどの敷物を1枚お持ちください。



<あーち利用のご案内>

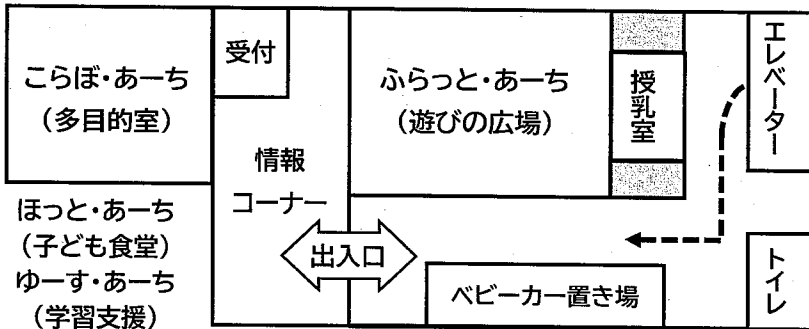
利用時間 火~土10:30~16:00 (ランチタイム 12:00~12:45)
 ※ランチタイムの間は、おもちゃで遊ぶことはできません。
 金曜日のみ 17:00~19:20 よる・あーち(居場所づくり・学習支援・子ども食堂)

注意事項 オムツやゴミは各自でお持ち帰りください。灘区民ホール内では捨てられません。
 託児は行っていません。安全のため、お子さんの見守りをお願いします。
 未就学のお子さんが遊ぶときには、保護者の付き添いが必要です。

＜プログラムのご案内＞

- ★あーち人形劇団「むー」…あーちに来ているみなさんと、一緒に楽しく人形劇遊びをしませんか？それぞれ自分の好きなこと、できることを持ち寄って気軽に参加してください。
- ★あらかると音楽あそび…手作り紙芝居や大型絵本に、おもしろい音や音楽を合わせた楽しい音楽遊びです。
- ★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。
- ★健康あーち(相談)…大学教員(公認心理師)が「ふらっと」でみなさんと交流します。日頃のモヤモヤする気持ちや健康にまつわることなど、ゆっくりお話ししましょう。
- ★月イチwith…参加者それぞれの困りごとと悩みごとについて語り合い、お互いに元気を分かち合しましょう
- ★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の保護者の集いです。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。
- ★ふらっとリトミック…リズムを感じて自由に体を動かしましょう！赤ちゃんは抱っこでも参加できます。
- ★プラレール広場…広いマットの上で自由に電車遊びができます。(係員は不在です。)
- ★ベビーマッサージ…赤ちゃんをやさしくマッサージしながら、親子でふれあいの時間を楽しみましょう。
- ★保健師さんとお話ししましょう…保健師が月1回、健康に関するお話しをします。個別のご相談もどうぞ。
- ★ぼっとらっく(要予約)…発達が気になる子どもと保護者のための教室。保護者が講習会やグループトークに参加している間、お子さんはボランティアによる託児プログラムに参加できます。
- ★よる・あーち…「居場所づくり」「学習支援」「子ども食堂」を一緒にしたプログラム。いろいろな年齢の参加者が交流し、学びあっています。
- ★リフレッシュYOGA…肩こり・腰痛を軽くするポーズを中心にした、自宅でも簡単にできるYOGAです。

＜フロア案内図＞



ふらっと相談員

～お気軽にお声がけください～

水曜 午前 保健師・保育士
水曜・木曜・土曜(不定期) 助産師



お電話でも相談できます



“You are doing so great! Keep it up!” 「すごく良くできてます。その調子です。」という意味です。英語は話すトーンや表情で、「すごく良くできてるわ。その調子よ。」と砕けた表現にも言えるので、大人、子ども関係なく使えます。この褒め言葉は、言われた人は、自分のパフォーマンスが認められ、このままでいいんだと、大きな励みになると思います。私は、生徒さんたちが、とても日本語を熱心に勉強してくれるので、思わずこの言葉がでてしまいます。

また、“Perfect!” 「完璧よ。」 “Excellent!” エクセレント! 「最高ね。」これだけでも、とても十分な褒め言葉です。是非、子どもさんに夏休みにいっぱい使ってみてはどうでしょうか。「Keep it up! その調子～」と気持ちが盛り上がる夏休になりますように。

(アメリカ イリノイ州在住 東口たまき)

第39話「子を守りたいのなら、まずは親から」

多少の後悔と反省を残しながらも18歳になった長男の子育てについては、よくがんばった！エライね、わたし！と高評価を下せるのですが、まだまだ迷いが生じてしまうのは次男の子育て。

あーちに通いだす前の私は、いろんな出来事と負荷が積み重なり、心身の余裕を喪失。視野狭窄、神経過敏状態になっていました。小さな生活音や、他人の言葉遣いなど、とにかく細かいことが気になりだして、ため息もイライラも止まらない。そんな私の負の影響を受けてしまったのは次男でした。なんて表現すると、完全に私に責任があるように聞こえますね。間違っていない。次男にとって、自分と世界の足掛かりになる安心材料は、母親である私だったのですから。私がしなやかで柔軟な心の持ち主であったのなら、幼かった次男に気を遣わせてしまうという愚行を冒さずに済んだのですから。

現在高校生になった次男は、彼なりの個性を發揮し楽しく登校する毎日を過ごしていますが、それでも一度植え付けられてしまった「弱いままを守らなくては」の意識は中々取り除くことができません。私を気遣う次男の様子は、私の過ちを見せつけられているようで、情けなさとか罪悪感がモヤモヤと膨らんで、表情が硬くなってしまいます。悪循環・・・は、まだ時々、発生してしまいます。

でも、本当に全部が全部、私の責任だったのかな？そんなふうに自分に問い直すキッカケとなったのがあーちです。あの頃の私に起こった事が何だったのか。予想を超えた度重なる介護と育児。誰にも話すこともできずに、思考を停止させてロボットのように身体を動かして・・・。言葉にしようとするほど、喉の奥がギュツとしまり、声が出なくなって、涙があふれてくる。そんな自分を弱い、ダメ人間、と認識するのはとても簡単で単純な発想と思考回路です。本当に私だけがダ

メだったのかな？と考える冷静さを取り戻すには、私の言葉を、訴えを、判断せずに受け止めてくれる人が必要でした。たまりにたまった澱みを出し切る作業が必要でした。同時に子ども達の笑顔を見る事で少しずつ、本当に少しずつ、自分の足元が見えてきたのです。

ああ、私が悪かったんじゃない。私が、夫が、何かが。責任は誰か一人にあるのではなくって、誰もが悪くなかったし、誰もが悪かったんだ。あーちの学生さんたちは子ども達の笑顔を引きだしてくれている。親がどんなに落ち込んでも子ども達は誰かと一緒に笑う事ができるんだ。私はやっと、安心して嘆く事ができました。泣く事ができました。

様々な障害、大半は知的障がいがある人達が集まる金曜日によるあーち。みんな、笑っている。時々怒っている人もいる。気持ちをそのまま表現している姿をみて、私は恥ずかしくなったのです。小賢しい、中途半端な知能があるせいで、物事の責任を誰かに押し付けてしまう。そんな判断をしてしまう。他人のせいにするのも、自分のせいにするのもとても愚か。長男のように知的障害が重い人ほど、誰かに責任を押し付けるなんて考えないで、笑う、怒る、悲しむ。まっすぐに、生きている。その姿は私にとって希望のような、大きなヒントになったのです。

少しずつ時間をかけて、冷静さと、自分への愛情を取り戻した私の変化に伴って、次男も笑顔が増えていきました。イヤな事はイヤ、と自分の気持ちを言えるようになってきました。直接子どもを助けてくれたのと同時に、親を救うことで間接的に子どもを笑顔にしてくれたのが、あーちでした。だから、これからもあーちに頼りながら、私は私を取り戻し、子ども達は子ども達でそれぞれの世界を広げていきたいと思っています。

