

2025年1月号

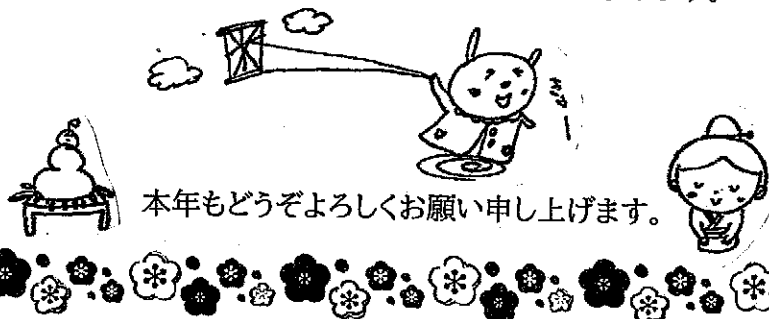
Vol. 233

arch-tsushin

あーち通信

あけましておめでとうございます

あーちは、今年で開所二十周年を迎えます。これからも地域に根差した、みなさまに愛される施設を目指して参ります。



本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

～お知らせ～

今年もまた、国際ソロプチミスト六甲様よりたくさんの絵本をご寄付いただきました。

名作絵本から、最新の人気絵本、赤ちゃん絵本まで揃っています。ぜひ一度手に取ってご覧ください



絵本の世界へようこそ

「やぎさんのさんぽ」

作:juno

福音館書店 2023年2月発行



絵本ですが、絵ではなく刺繍で表された本です。どのページも淡い色合いで花や生き物が刺繍され、細かな手仕事に、お話そっこのけで見入ってしまいます。

主人公の小さなヤギは白くてモコモコで、印刷されていると分かっていても、思わず触れたくなります。お話は短いフレーズが繰り返される優しい文章で、手に取るたび心が穏やかになる絵本です。

(あーちスタッフ 山名)

えんじえろ君IIのBon

2025年の抱負

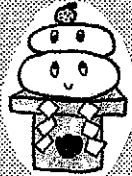


謹賀新年

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

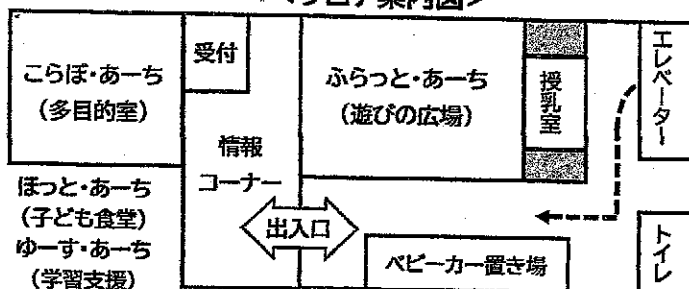
1月予定表

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

- ・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。

<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



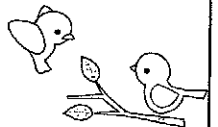
<プログラムのご案内>

- ★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悩みごとについて語り合い、お互いに元気を分かち合いましょう
- ★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。
- ★ぽつとらっく(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。

<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。



Happy New Year! 今年もよろしくお願いいたします。さて、私ごとですが、このコラムを書かせていただいて10年。これは、私がアメリカに来て10年目ということでもあります。「住めば都」英語では“Home is where you make it”“Every Place You live becomes home”と言いますが、私は、アメリカかぶれのようにもあり、この“Every place you live become home.”の気持ちもあります。

話はすっかり変わりますが、この間、買い物に行ったスーパーのレジは、長蛇の列。かなり待って、もうすぐ私の番というとき、後ろにいたおばさんが、“Around the corner!”“もうすぐね。”とにっこり。私もうれしくてにっこりを返しました。長蛇の列を、おばさんのにっこりで乗り切れました。今年は蛇年、みなさまに笑顔をもたらす事がたくさんありますように。



(アメリカ イリノイ州在住 東口たまき)

第45話「花の名前に」

毒親とか親ガチャって誰が言い出したのか分からないけど、こういったスラングって本当に上手く表現しているなあって思う。誰もが親や養育者の影響を大きく受けて育っているのだけど、自分で選ぶ余地は一切ない。厄介な事に、いい思い出は忘れてしまいがちなのに、辛い出来事はいつまでも残ってしまうんだから。

子育てしていると親に感謝するようになるよね、なんて言ってたのは息子の幼稚園のママさん。そうだね、と心こもらない棒読みで返した事もよく覚えています。

毒親なんかじゃなかった。食事もつくってくれたし、必要物資もお金も出してくれた。十分恵まれていたはず。だから、母が苦手なんです、なんて言うてはいけないよね。口にした瞬間、惨めさでいっぱいになっちゃうんだから。

夫婦間の信頼関係はあったように見えました。お金持ちでもないけど貧乏でもない。それなのに母はいつもしんどそうで、いつ怒り出すかわからない。いつのまにか、母が喜ぶ選択をくりかえしていた私。反抗期なんてない。「なんちゃっていい子」の出来上がり。私が好きなモノやしたい事なんて口に出したら、怒らせちゃうからガマン、ガマン。母が抱えていた苦悩や荷物がなんだったのか、子ども心にも分かっちゃうものだから、親子なんて本当にめんどくさい。友達親子??意味不明。地方転勤がある仕事を選んだのも早く実家を出たかったから。逃れられたと思ったのに、いざ自分が親になったらあんなに嫌がっていた母と同じような振る舞いをしている自分に気づいた時の、因果の連鎖に軽く絶望。それでも、母は毒親なんかじゃない、自分は不幸なんかじゃない、いい年して自分の不甲斐なさを親のせいにするなんてダサすぎる、なんて自分に言い聞かせながら。

長男も次男も、そんな私に、「母から逃げるな、向き合え」と間接的にメッセージをくれる存在でした。母から受けた傷は些細なものだったけど、放っておけば化膿する。その影響をうけるのは息子たちだから。数年かけて色んなサポートを受け、母との葛藤に向き合ったことも、今、私が笑顔でご機嫌にすごせるようになった経緯の一つ。

「その花の名前なに？」とお花屋さんで聞いてくる長男に、「それはね・・・」と答えながら、ふと思い出しました。そうだった。私も母に同じことを聞いていたんだ。まだ葛藤を抱えるようになる前の、もっと小さかった頃。夕方、駅からの道。買い物の荷物を重そうに、しんどそうに両手に持ちながら歩いていた母の隣で、幼い私は花の名前を聞いていたんだ。150センチもない小柄な母が、1キロ先のスーパーに5人分の食材をもって、妹がちょろちょろと動きまわっていて。夕日がつくるオレンジ色の景色。春先の土手に咲く、とても小さな、鮮やかな青い花の名前を、私が長男に花の名前を教えるように、母も教えてくれていたんだ。ボソッと、疲れた声で「それはね・・・」と。母と同じ言葉を私は長男に使っていたのかはわからないけど、あの瞬間、花の名前を聞いてくる君はかわいいなと感じる、愛情のようなものは確かにあったのかもしれない。私が長男を愛するように、私は愛されていた。色んなモノの中に隠されていて、見えなくなっていた小さな記憶が、40年以上経過してから、やっと見つかりました。

今は80を超えた母。元気だけど耳が遠くなったし、以前のような強い自己主張をすることも減ってきました。話をしていても、私が主導権を握るようになりました。これから先も母にイライラすることはあるだろうけど、そんな時は思い出してみようと思います。母が教えてくれた花の名前はオオイヌノフグリ。花言葉は、信頼、忠実、清らか。

