

Happy Mama's Communication Magazine

Happy Mama Club

ハッピーママくらぶ

2018

9

“脳”が求める杉の香り

私たちはビニールハウスの中に暮らしている？
～杉で創る快適空間・グロー阿津坂の試み～

9月7日（金）福岡・天神イムズで、

成澤俊輔・講演会「大丈夫、働けます」

地域づくりネットワーク福岡県協議会加盟団体

後援：久留米大学経済社会研究所 筑後川ブランド委員会

発行：ハッピーママくらぶ Tel：080-4289-0706 Mail：info.happymamaclub@gmail.com

多様性・ダイバーシティは苦手ですか？ 秋冬の講演会情報

異なるものを受け入れるのが苦手だという人は多い。とくにこの国では。小さな島国で言語もひとつ。同じような姿をした人たちが。日本は単一民族だから（本当は違うのに）と何気なく言う、その言葉に込められているのは、だから居心地がいいのだという安心感なのか？お互いの違いを尊重して受容する。そうするとどうなるか？コミュニケーションが円滑になり、新しい価値感が生まれ、創造力が豊かになる。働き辛い、学び辛い、だから生きるのが辛いと感じる。それはもう終わりにしよう。垣根を取り外せば、人はもっと大きく深呼吸できるんだ。多様性は可能性に満ちている。この秋、そんな強いメッセージを伝えてくれる講演が続く。成澤俊輔氏、中邑賢龍氏、日野公三氏。それぞれの豊かな言葉を受け止めて、まずは自分自身を解放しよう。

福岡・久留米

11月11日（日） 中邑賢龍教授 講演会 『ロボットや AI 時代の子どもの育て方』

2014年に始まった東京大学先端科学技術研究センターと日本財団の共同プロジェクトを主催する中邑賢龍教授の、「異才発掘プロジェクト POCKET」は、書字困難ならワープロを利用すればいい。本人の特性を踏まえてテクノロジーを活用すればいい。スカラーと呼ばれる子どもたちが自分の特性を理解し、特性にあった機会を使いこなし、それを学校に認めさせサポートし、保障を行うというもの。先端技術が学びの場を変える、テクノロジーを活用した学びの可能性について中邑賢龍教授に語っていただきます。

日 時：11月11日（日）
会 場：久留米大学御井キャンパス 51A 教室
（福岡県久留米市御井町 1635）
時 間：13:00～15:00（受付開始 12:00～）
参加費：1,000 円
お問い合わせ・お申込み：Tel. 0942-27-7392（就労継続支援 B 型 Be-it）
shurou.be.fit@gmail.com
info.happymamaclub@gmail.com
主 催：有限会社 Taka Co／ハッピーママくらぶ

中邑賢龍（なかむら けんりゅう）

1956 年、山口県生まれ。
東京大学先端科学技術研究所センター・人間支援工学分野教授。
「異才発掘プロジェクト POCKET」など ICI を活用した社会問題解決型実践研究を推進。
共編書に「タブレット PC・須磨庵時代のこどもの教育」（明治図書）など。

東京

11月23日（金・祝）〈第3部〉基調講演 日野公三（明蓬館高等学校校長） 『思春期の発達しょうがい生徒の支援と伴奏を通じて見えてきたもの』 『発達しょうがいは 治療の対象ではなく 生き方である』～脳の多様性を活かしたメンタルヘルス～

日 時：11月23日（金・祝）
会 場：筑波大学東京キャンパス 119 教室（東京都文京区大塚 3-29-1）
時 間：09:45～17:30（受付開始 09:30～）
プログラム：第 1 部、第 2 部、第 3 部、懇親会
※内容につきましては HP でご確認ください
<http://jamhs.org>
参加費：非会員：4,000 円〈第 3 部〉のみは 3,000 円
会 員：3,000 円／学 生：2,000 円／懇親会：+ 4,000 円
お問い合わせお申込み：日本精神保健社会学会事務局
Tel. 028-627-7188 info@jamhs.org
後 援：ヘルスカウンセリング学会／東京メンタルヘルス
筑波大学 SDS 情動認知行動療法研究所／関東心理相談委員会
主 催：日本精神保健社会学会

日野公三（ひの こうぞう）

1959 年、愛媛県生まれ。岡山大学法学部卒業。
2000 年、東京インターハイスクール設立。
2004 年、アットマーク国際高等学校創立。
2009 年、明蓬館高等学校を設立。2012 年、校長に就任。
2013 年、SNEC（スペシャルニーズ・エジュケーションセンター）設立

高校段階では例のない特別支援教育と才能開発センターとして注目を集め全国主要都市に SNEC を開設している。
著作多数。
近著に「発達障害の子どもたちの進路と多様な可能性」がある。

福岡・久留米

12月8日（土）日野公三 講演会 『発達障がい者への支援と伴走、その大きな可能性』 ～障がい者福祉、支援を逆転の発想でとらえる～

2009年に「明蓬館高等学校」を福岡県田川郡川崎町に設立。2013 年、SNEC（スペシャルニーズ・エジュケーションセンター）設立。福岡県内には北九州、博多、久留米にサポート校があり来福の機会も多い日野公三氏をお迎えして、近著「発達障害の子どもたちの進路と多様な可能性」にも触れながらお話をさせていただきます。

日 時：12月8日（土） 13:10～14:40
※ 講演終了後、質疑応答の時間を 20 分程設定しております。
場 所：久留米大学御井キャンパス 御井本館 13A 教室（下記 URL 参照）
<http://www.kurume-u.ac.jp/uploaded/attachment/5544.pdf>
定 員：200 名
※ 資料代 一般…1,000 円 学生…無料
主 催：ハッピーママくらぶ
後 援：久留米大学地域連携センター（予定）



日野公三・著
『発達障害の子どもたちの進路と多様な可能性』

福岡

成澤氏と直接対話できる数少ないチャンスです！

9月7日(金) 成澤俊輔 講演会『大丈夫、働けます』

“人と会社が幸せになる仕事の創り方”

“ひとりひとりの強みをいかせる仕事は何かしら見つかる”



自らを「世界で一番明るい視覚障がい者」と表現する成澤氏の仕事は、働き辛いとを感じる人たちの仕事を作ること。日本で唯一の障がい者雇用分野の当事者・専門家・経営者として、現在 100 社以上に障がい者の働く場所をつくり、障がい者雇用に関するコンサルティングや講演などに走り回っています。

3歳の時に先天性難病の網膜色素変成症と診断され、20代前半でほぼ視力を失う中で、大学在学中から経営コンサルティング会社で働きはじめ、2009年に独立。“目がみえなくても、言葉は共有できる”。その言葉の数々が一冊の本になりました。

日 時：9月7日(金)

会 場：福岡・天神イムズ8階 ABBS (福岡市中央区天神 1-7-11)

<http://ims-tenjin.jp/event/>

時 間：① 11:00～13:00 ② 15:00～17:00

参加費：3,500 円 (ペアでご参加の場合はおふたりで 5,000 円)

お申込み：info.happymamaclub@gmail.com (鳥村)

info@eyevisioncare.jp (増田)

成澤俊輔 (なりさわ しゅんすけ)

1985年、佐賀県生まれ。埼玉県立大学社会福祉科卒。

2016年8月より NPO 法人 FDA 理事長。

<http://narisawashunsuke.blog.fc2.com/>

近著に「大丈夫、働けます」がある。



今回の講演会は、直接お話できる規模でこじんまりと開催したいと思い、午前と午後の2回に分けました。著書を先にお読みになってからご参加頂けるとよりお話が楽しく聞けると思います。全国を飛び回るお忙しい成澤氏と直接対話できる数少ないチャンスです。ぜひご参加ください。

『大丈夫、働けます。』 成澤俊輔・著 (ポプラ社・刊)

「大丈夫」シンプルだけど深い言葉。受け取った人が笑顔になる言葉。僕は大好きです。これからは「社会に人を当てはめる」のではなく、「社会が人に合わせる」番です。夢や理想ではなく、自分が人と繋がっていける場所、働く場所ってあるんです。大丈夫、働けるんです。

7月29日 終了しました！

～ありがとうございました～

講演会 『誰もが一度は経験したこと～生まれるときのお話』



東京から対話師・山内ちえこ先生(「おなかの赤ちゃんとお話そう」著者)をお迎えして、助産師・豊田晴子先生(産前産後サポート「心ゆるり」主宰)との対談が迫り来る台風の中で行われました。第2部は天候悪化を予想してキャンセルとなり、山内先生には予定を早めて東京へお戻りいただくという慌ただしさでしたが、参加されたお母様たちと先生方との対話も和やかに進み、とても貴重な会になりました。

山内先生、豊田先生、ご参加いただきました皆様、ありがとうございました。この続きをぜひまた開催させて頂きたいと思います。

山内ちえこ <https://www.hug-i.jp/>

豊田晴子 <http://www.sango-care.net/>



ビジョントレーニングで繋ごう 眼・脳・身体・心！

眼と脳は一体の関係にあります。眼から取り込んだ情報を脳が理解して認知するからです。文字が書けない、読めないというディスレクシアの疑いを感じたお子さんに、根気よくビジョントレーニングをし、脳の働きを活性化化する試みにより、状況が好転することを実際に経験してきました。もしも、発達障がいグレーゾーンにいる幼いお子さんや、すでに就学してしまって、学習に遅れを感じているお子さんがいらしたら、どうぞ一度、検眼とビジョントレーニングのチェックテストを受けてみてください。結果を見据えて、ひとりひとりのお子さんに合ったトレーニング方法を探ります。

<http://www.eyevisioncare.jp>

info@eyevisioncare.jp

福岡県春日市紅葉ヶ丘東3丁目-93

視力屋「めがね物語」別館2階

Tel. 092-558-8858 10:00 ~ 19:00 (月曜定休)



アイビジョンケア代表
看護師・眼鏡士

梅寄久子 (うめぎき ひさこ)



ブレインジムとビルディング・ ブロック・アクティビティ (BBA)

ブレインジムとBBAは、脳神経を活性化させて、脳機能を高める脳への新しいアプローチ法で、アメリカのポール・デニソン教育博士により研究開発されました。現在、世界40言語に翻訳され、世界80ヶ国で成果を上げている脳のバランスを整えるエクササイズです。体験講座にご興味のある方はホームページ、フェイスブックをご覧ください。

<http://hohoemi-care.net/>

<https://www.facebook.com/hohoemi.care/>



発達支援ほほえみ

～ブレインジム・BBA～

安部知世 Abe Satoyo

<http://hohoemi-care.com>

●発達支援ほほえみ代表

●ブレインジム・BBA インストラクター

●医療保育専門士

児童養護施設、保育園、藤川こども診療クリニックを経て、ブレインジム・BBAのエクササイズで、こどもと家族を笑顔にすることを目標に、発達支援ほほえみを立ち上げ、インストラクターの養成にも力を注いでいる。九州大学病院の小児科病棟にてバレーンアートのボランティアに参加している。福岡県糸島市在住。

眼が語るブレインジム・エクササイズ「フォーカス・空間認識」～見るということ～

眼鏡士とブレインジム・インストラクターによる対話形式の体験を交えた講演会。ブレインジムのエクササイズの意味を、眼から検証、立証する試み。「眼と脳は一体である」ということが理解できます。視力と脳内視力は違います。ブレインジムエクササイズとビジョントレーニングで、脳内視力を鍛え、脳のバランスを調整することで、発達の凹凸は軽減されます。ブレインジム、あるいはビルディング・ブロック・アクティビティ(BBA)を受講した経験がある方も、また初めて聞くという方もぜひご参加ください。

日 時：9月29日(土)／10月28日(日) 10:00～11:30

場 所：アイビジョンケア(視力屋「めがね物語」別館2階)

福岡県春日市紅葉ヶ丘東3丁目93

参加費：¥3,500 (小さなお子さまには託児室を用意しております)

お問い合わせ・お申し込み

アイビジョンケア

Tel.: 092-558-8858 (月曜定休)

info@eyevisioncare.jp



〈終了しました〉
サマースクール
for
Kids!

やる気スイッチ・オン！

“出来た！”の喜びに子どもたちの目はキラキラ!!! 苦手な科目を攻略しよう！苦手意識を変えて、学習する事が好きになるアプローチをブレインジムのエクササイズを取り入れて体験学習。結果をすぐに実感できる学習方法で、夏休みが楽しい勉強の時間になりました。
先生：安部知世／場所：アイビジョンケア(福岡県春日市紅葉ヶ丘東3-93)

お寺でお絵描き

現代の寺子屋「あーとらんど」。夏休みの午後、いろいろな画材、材料を使って作品作り。夏休みの宿題を楽しくクリアしました。第①③土曜日／午後1時半～3時半／子どもの教室「あーとらんど」を開催しています。

先生：かじやま奈実／場所：願応寺(福岡県筑紫野市山口843)

<https://www.facebook.com/gannouji.sundayschool/>

スヌーズレンを作ろう！

夏休みの自由研究にぴったりのミニ・スヌーズレンを、ペットボトルを利用して作りました。

子どもたちは液体の濃度や色の調合、中にいれるキラキラしたスパンコールを工夫して、色の変化やブクブク出る泡を楽しんだりで大はしゃぎ。大人も一緒に楽しみました。

スヌーズレンとは、ヨーロッパから世界へ広がった重度障がい者の感覚を刺激するリラクゼーションのための装置と理論のこと。さまざまな分野に応用され、認知症の高齢者、自閉症や発達障がい、知的障がい、身体障がい、心理的ケアの必要な人、障害のない幼児保育などにも適用され、その効果が実証されているものです。

先生：谷川弘治教授とゼミの学生／場所：福岡市・市民福祉プラザ

“脳”がよろこぶ杉の香り ～杉に守られてきた正倉院の宝物～

聖武天皇の持ち物を中心に、シルクロードを通ってきた食器やカーペット、楽器など天皇の生活に必要なもの。それらが、杉の唐櫃(カラビツ)に貯蔵されてきたことをご存知でしょうか？

1000年以上の間、杉の空間で保存されていた正倉院の宝物は現在、空調の管理されたRCの建物の中に保存されていますが、10年前に正倉院に入った日本古美術の会、大阪府環境農業の辻野博士に寄ると、正倉院の天井裏の木材は数年前に建てられたと思わせるぐらいピカピカであったそうです。杉には空気を浄化する機能があり、抗酸化作用のあることを天平時代8世紀の先達は知っていたのでしょうか？



京都大学の川井秀一先生、ホームアイ(代表・藤田佐枝子)、大阪府との産官学による杉の研究はまず、滋賀県の中山倉庫に正倉院の空間を再現することから始まりました。杉の空間(天井・壁・床)を造って3年間、温度・湿度・空気室の計測をしたのです。そして杉の空間内では、外気の変化を受けずに温度や湿度が一定であることが分かり、日本材木学会では非常に高い評価を得ました。

ホームアイの藤田氏の杉材による施工例として：

①お子さんがぜんそくでお困りのお宅では、就寝時にエアコンをかけて、夜中に切るという生活。就寝時、湿度30%以下、明け方になると手に水がつくほどの状態。これではお子さんはぜんそく状態になります。杉材でリフォームしたところ、部屋の空調は改善、体調もよくなりました。部屋の温度と湿度はほとんど動かない快適状態を保っています。

②夜寝ないで暴れ、奇声を上げる高校生の息子さんのことでお困りのお宅では、リビングの床と壁を杉材で施工、息子さんの部屋は床・壁・襖・天袋・天井・押し入れまで杉を貼り杉づくしにしたところ、息子さんはぐっすり眠るようになり落ち着きを得て明るくなりました。

③杉の体験ショールーム(大阪・天神橋商店街)と個人塾。

ショールームには、熊本南小国の杉材を使い大好評でしたが、そこで開いた多動症の子どもの木工教室で大失敗。子どもたちが突然暴れたり泣いたり。原因は木工ボンドでした。それを教訓に作ったのが発達障がい児のための塾でした。接着剤も釘も使用しない杉床の部屋で、壁には「杉小口スリット材」を使い家具もすべて杉。森林浴をしているような空間でお子さんたちの心身に効果を上げています。



『杉小口スリット材』ってな～に？ 脳の活性化 集中&リラックス 免疫力アップ

杉の効能を最大限に引き出すために、独自のスリット加工を施した杉小口スリット材は杉のパネルのようなもの。木工家具の町として有名な福岡県大川市にある「グロー阿津坂」代表の阿津坂芳徳氏は、杉小口スリット材で作った空間は、発達障がいのお子さんの障がいを軽減すると考え、杉小口スリット材だけでなく他にもさまざまな家具や小物を作り出しています。本当は、住宅一棟を杉材で作るのが良いと分かっているとしてもそれは難しい。それならば、勉強部屋やリビングルームを杉小口スリット材で簡単にリフォーム。部屋が無理ならば、机やベッドといった日常的に使うものを杉材で、とそのアイディアは広がり続けています。

現代の私たちの住環境は、ビニールハウスと似たような状態だと言います。杉が持つ抗酸化作用と香りの効能を活かした暮らしを「グロー阿津坂」のショールームで体感してみませんか？ 阿津坂氏の想いがいっぱい詰まった面白いものがいっぱいあります！



グロー阿津坂

〒831-0004 福岡県大川市大字榎津466
Tel: 0944-87-5525 Fax: 0944-87-2518
mail: info@atsusaka.com

〔精油は植物の力、蒸留水は植物の魂〕 連載②

～ 芳香蒸留水（ハーブウォーター）は一番輝いていて一番その植物の心を表している ～

前号で、「古代、視覚がコミュニケーションの大事な手段になる前に、嗅覚はおそらくコミュニケーションをとる優先的な手段だった」と述べました。また、歴史上で初めて作られた蒸留酒は、飲むためではなく、真っ赤になるまで温めた石の上に注いで、その香りを感じて癒されることが目的だったという記述から、香りは人間が本能的に求めたもので、古代人はその香りを抽出するために蒸留器を発明したのだということが解ります。

ハーブウォーターの歴史（蒸留器について）

蒸留酒と違って、ハーブウォーターは「水蒸気蒸留法」により得られるものです。たくさんある蒸留器の中で、特に目立つのは銅でできているアランビックです。アランビックという言葉は、錬金術師の文明の始まりであるエジプトから来ています。メソポタミアやインダス川で発見されたアランビックは、植物の蒸留に使われていました。精油の蒸留よりも、ハーブウォーターの蒸留のほうが歴史が長いということが解ります。

1世紀、古代ギリシャの医者、薬理学者、植物学者であるディオスコリデスは、その著書、マテリア・メディカの中にロズンを原料としたハーブウォーターの作り方を述べています。ロズンに含まれている水を得るため、ロズンは壺の中に入れて、火をかけるとロズンの上にある水は蒸気になって、壺の上に置いた綺麗な綿に吸収されます。綿は完全に濡れていたなら、吸い取ったハーブウォーターを絞り出すというものです。ロズンとは、マツ科の植物の樹液である樹脂等を蒸留した後に残る残留物のことです。

それでは、いつ蒸留器は西洋に広がったのでしょうか？ 2つの説があります。①中世時代、アロビア文明によって、スペインから北ヨーロッパに広がった。②古代、アイルランドにキリスト教を広めた聖人聖パトリックがエジプトまで旅した時に見つけた蒸留器を持ち帰った。どちらが正しいのか、事実はまだ解明されていません。（次号に続く）

<https://www.aromafrance.net/>



Dominik Astruc-Maehara
(前原ドミニック)

旧 College des thérapies alternatives 認定アロマセラピスト
Pacific Institute of Aromatherapy 認定国際アロマセラピスト
日本メディカルハーブ協会認定メディカルハーブセラピスト
通訳、翻訳家。モンペリエ大学付属ヒポクラテス卒業。
自然療法機構理事。

18歳からヴィヴィニ博士の下でフィトセラピーとクレイセラピーを学ぶ。来日後、経絡療法ディプロムを取得し、野口整体を学ぶ。1999年からクレイセラピーとフランス式アロマセラピーの講座を開始。2001年、クレイセラピーとアロマセラピーの普及および情報収集・発信機関（仏日）としてアロマフランスを設立、

2009年10月 Aroma France 株式会社を創立。
日本のクレイセラピーの第一人者として、国際的な感覚で常にリアルタイムの情報を発信しながら、啓蒙と普及にあたっている。



あなたの心と身体を解放してくれるアグリモニー
《学名》Agrimonia (金水引ノキンミズヒキ)

BACH FLOWER REMEDIES FOR WOMEN

女性のためのバッチ・フラワー・レメディー

～花で癒す心と身体～

「本音で話してと言われても困ってしまう。私は自分を開示したくないのに・・・

心では心配していても人前では空笑い・・・いつか心から笑える日が来るのかなあ・・・」

あなたは、うわべは快活に振る舞っていても内心は悩みでいっぱい。

それを人にさとられまいと心を閉ざしています。

こんな時にはアグリモニーが感情のバランスを整えて、脳と心のズレを一致させる

お手伝いをしてくれます！もう、心の内を隠さなくてもいいんです！

フラワー・レメディーは、あなたの日々の徒然に寄り添うセルフケア

私たちを悩ませる否定的な感情。憂鬱、怒り、嫉妬、恐れなどの苦痛から私たちを解放し心のバランスを整えるフラワー・レメディーは、特に女性に有益。なぜなら女性は、ホルモンが生み出す感情的な変化に生涯つきあわなければならないから。病気ではなく「人」を治癒させ、結果ではなく原因を治癒するフラワー・レメディーは1930年、エドワード・バッチ博士によって確立された治癒システムで、38種類の自然界の花々から求めた、個々が持つ気質や性格に作用するように作られた花の治療薬です。

片山恵理 Eri Katayama

違和感や不安を感じてふと涙が出てくる、そんな感情を放っておくと、心のバランスはネガティブに傾いて固まってしまう。複雑に絡み合った心を丁寧に認識して解きほぐし、あなただけのフラワー・レメディーを作るのがプラクティショナーの仕事です。

- バッチ財団登録プラクティショナー (BFRP)
- 一般財団法人 バッチホリスティック研究会所属
<https://www.bachflower.gr.jp>
- 里山の蒸留処「薫風」<http://kumpu.jp>

バッチフラワーレメディー 薫風



「想ふ種」 に想うこと

想いがたくさん詰まって進化していくグラノーラ「循環」「繋がる」「進化」「想い」を大切に、食べるモノ、食べるヒト、食べるコトにこだわっています。出荷に向かない規格外の農産物だって、育てるヒト（生産者さん）のこだわりや味は同じ。だから食べるヒトには、こだわって手間ひまかけたものには価値がありそれに見合った価格があることを知って欲しい。そして生産者、加工者、消費者が安全でおいしいモノで繋がり、コトになる。そのサイクル（循環）を描きながらグラノーラ『想ふ種』を作っています。

※8月号に「想ふ種」を誤って「想う種」と掲載しました。お詫びして訂正いたします。

福岡市内の新名所とも云える、六本松『蔦屋書店』のキッチンスペース「ポップアップストア」に、主催者の商品審査を通った逸品が集合!!! 毎年秋に国内外からバイヤーが訪れる「九州フードエキスポ」に関連して行われたイベント「九州スタイル」に出店しました。お客様の反応はとても良く、出来立てホヤホヤの商品はどれもとても好評でした。しかし疲れていたのか、ある日のお昼休憩の時にビルの木陰で寝込んでしまい、警備員さんに「大丈夫ですか?」と起こされる始末。そのまま眠りこけていたらこの猛暑の中、どうなったことか、さて9月は、パクチーをテーマに献立を考えます。なぜパクチー? 実は福岡はパクチーの生産が、そのうちタイに輸出するか!とくらい盛んなんです。そのパクチーが収穫時期を迎えています。報告は次回!



8月1日～15日出店 六本松蔦屋書店(福岡市内) ポップアップストア

- 9月21日 九州のワクワクを掘り起こす「アナバナ編集部」アナバーにて食事会開催。
「パクチーに始まり パクチーに終わる パクチーざんまい パクチーバー vol. 5」
<https://anaba-na.com/what.html>
- 9月23日 JR博多駅前広場「博多ファーマーズマーケット」に出店
<https://www.facebook.com/hakatafm/>
- 10月3・4日 「Food Expo Kyusyu 2018」出店。
「Food EXPO Kyushu 2018」は、九州産農林水産物、加工食品を国内外に発信する、今年で5回目を迎えるイベント。福岡県・福岡市・福岡県商工会連合会・ジェトロ福岡・福岡地域戦略推進協議会・福岡商工会議所の6団体で構成されています。
- 11月25日 「筑後川ブランド」投票発表とイベントに出店
<https://www.facebook.com/chikugogawabrand/>



料理研究家・フードアトリエ湖舟代表
渡辺貴子

大学卒業後、社会人を経て沖縄で郷土料理を覚える。
あべの辻料理専門学校卒業。大阪・本吉兆で働く。
福岡にて調理製菓カフェ専門学校にて料理・カフェ担当などに就く。
料理教室『ごはんの種をまく日々』主宰。

お問い合わせ

Tel. 0942-65-5024

<https://gohannotane.com>

<https://m.facebook.com/gohannotane>

クラウドファンディング挑戦中です!

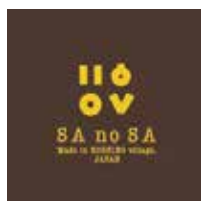
～応援よろしく願い致します～

<https://readyfor.jp/projects/vetiver>

ぜひお気に入り登録してください。これまでの5年間の国産ベチバーの来た道、蒸留会の様子等、普段はお知らせしていない分析結果やレアなベチバー情報を発信しています。



いつも国産ベチバーの応援を戴き有難うございます。この度、質の高い眠りを体感していただける香りのハーブウォーターを開発し製品化中です。これまでご支援くださった方々へお届けすべく、ご紹介も兼ねてクラウドファンディングで更なる広がりを目指して挑戦しております。この酷暑を乗り切るハーブウォーターの使い方等もご紹介しておりますので是非ご覧くださいませ。
フローラ美工は進化し続けるベチバーウォーターメーカーです。



植物療法のイドロラ（ハーブウォーター）
原料の製品販売
国産ベチバー生産・加工・販売

有限会社フローラ美工

☎ 0120-728-105

片山恵理

ハーバルセラピスト／ベチバー蒸留師

<https://www.facebook.com/eri.katayama.7737>

<http://sanosa-japan.com>

フローラ美工 クラシス事業部 マネージャー



国産ハーブウォーターの
製造販売 SA no SA

発達障がい
を知る
No.33

音楽療法ってなんでしょう？

江口音楽教室・音楽療法室 認定音楽療法士 江口奈々子

前号で1歳～1歳半の発達を幼児前期として書きましたが、もちろん個々によって違いはあります。この時期は障がいがある無しに関わらず、じっくりとお子さまを観察されることが大切だと思います。そして、もしも発達に凹凸があるということが分かったら、お子さまにとってベストな音楽療法を一緒に続けていきましょう。

最初の体験相談でお聞きするのは、音楽療法を行うことをお子さまが理解しているのだろうかということです。その確認ができところで、聴覚や楽器への興味、音楽に気がついて楽しんでいるのかを見ます。それから対人関係や寝台運動や言葉の発達はどのくらいなのかを見て行きます。お子さまとお母様がまた来たいとご希望されてはじめて次回のお約束をさせていただきます。

実はこんな経験があるのです。自閉症のお子さまが来られた時のこと。「ここどこ？何する？」初めての場所に来て不安を感じたのでしょう。パニックになり「帰る！帰る！」とてもお母さまとも話し出来る状態ではありません。「お子様に説明されていらっしゃるしましたか？」「いいえ」、...。「怖かったね、知らない場所。いいよ、帰ろうね」と車の絵カードを見せました。少し落ち着いたところで何もせずに「お家へ帰るよ」と絵カード見せてさよならしました。お母様のなんとかしたいと焦る気持ちは理解しています。しかし、お子さまの気持ちに添って少しづつ、見守りながら待つということも大切です。お子さまにあった音楽療法で長いお付き合いを願っています。

江口音楽教室・音楽療法室

福岡県久留米市高良内町 4430-1

Tel. 090-7464-4724

<http://beaton7music.com/>

詳しくはブログをお読みください。

<http://ameblo.jp/gon0515/>

検索

アメブロ江口音楽療法室

検索

江口ピアノ・エレクトーン音楽療法室 小さいお子様から



たかが癖、されど癖

子どもさんの気になる癖、ないですか？指しゃぶり、姿勢色々あると思います。今回は頬杖についてです。たとえば、ずーっと左で頬杖をついていたとします。（どうしてその姿勢になるかも色々理由がありますが、割愛しますね。）そうすると、頭の重さ（大人で体重の10%、乳児だと体重の30%も！）を左手で支えるようになり、左に頭の重さがずしっと、のしかかります。これを日常続けるとやがて歯列や顎の形、顔立ちや全身の姿勢にまで悪影響を及ぼすんですよ。頬杖はあくまで一例ですが、大人も同様の事が言えます。気づかずに様々な癖をしているものです。たかが『癖』ですが日々身体は歪みます。歯を支える顎も変化していきます。日々の癖がないかチェックしてみましょう。特にお子さんは成長期。より良い成長を導きたいものですね。お子さんのご相談などお気軽にお問い合わせください。

みやのじん歯科クリニック 副院長 本田祐佳 先生



〒839-0801 福岡県久留米市宮ノ陣 6 丁目 22-1-1F

Tel. 0942-34-3003

URL: <http://miyanojin-dc.com/>



産直屋「蔵肆」からのメッセージ 「そばの実」のお話

さて、「そばの実」のお話を続けさせていただきます。このまま年末までいかなー。相変わらず話が長いと怒られそうですが、先月号は、「そばには意外とカロリーあるんですよ。」というお話。カロリーを麺類と比べてみようと思いましたが、トッピングや種類にもよりますしねえ。パスタもオイル系だとぐっとカロリー上がりますし。。。というわけで、五大栄養素の一つである炭水化物を調べてみました。

そばは他の麺類と比べると炭水化物数値が低いのが分かります。パスタ 100g には炭水化物量が 73g、ラーメンは 68g、うどんは 57g。それに対してそばは 27g と、他の麺類と比べると炭水化物量が低い！このあたりがヘルシーなイメージの源泉でしょうか。しかしそばに含まれる糖質は意外にも多く、100g に 26g 入っています。うどんは 21g、ラーメンは 28g、パスタは 27g とラーメンやパスタと糖質は変わらず、なんとうどんのほうが糖質が低いことが分かりました。つまり、カロリーも白米ぐらいありますし、糖質もラーメン並みにあります。そばってなんとなくヘルシーなイメージがありますが、見方によってはほかの麺類とあまり変わらないんだな、ということがわかりますね。このへんで次号に続きます。



産直屋
蔵肆
kurashi 鶴久 格

先代からオーガニック野菜販売を手掛けている老舗。
無農薬・有機野菜・無添加・自然食品・宅配・料理教室
〒839-0863 福岡県久留米市国分町 296-1
Tel. 0942-21-3130 <http://www.kurashi.jp/>

発達障がい、発達の凹凸。

字の読み書きが困難であっても、IQ が低いということではありません！

空き地の有効活用を一緒に考えてください！

ごく最近まで、自分が発達障がいだとは知らずに暮らしてきたという A さん（32 歳）のことを前号でお話しました。支えてくれる家族のためにも働きたい、農業をしてみたいという夢が広がったのは、ハッピーママくらぶに竹林と柿畑、300 坪の空き地の有効活用をと申し出てくださった長野輝子さんの土地がきっかけでした。しかし、そこで農業を始めるといっても、まだどこから手をつけていいのかもわからないというのが現状です。ギフトの会とハッピーママくらぶに、皆様のお知恵をぜひお貸しください。農業だけでなく、何か就労に繋がるようなことに活かしたら、そして町の方たちにも喜んでいただけたら、そんな形を模索しています。



※草野町
福岡県南部に広がる筑後平野のほぼ中央に位置する久留米市。草野町は久留米市外から東に 12 ～ 13km、美しく緑豊かな耳納（みのう）山地北麓にあります。久留米から日田に通じる豊後街道（日田循環）沿いにあり、江戸時代から久留米八宿のひとつとして賑わいました。現在も宿場としての面影を色濃く残しています。

ギフトの会へのお誘い

「ギフト」とは、神様からの贈り物＝gift のこと。神様が与えてくれた才能を持ち合わせた人のこと。その神様が与えてくれた才能を発見して活かす、そんな場所を作りたいとの思いから「ギフトの会」は作られました。社会には馴染みにくいけれど、その才能を活かしたいと思っている人、当事者、保護者、支援者、誰でもご参加可能です。場所は久留米大学御井キャンパス内。月 1 回、開催しています。

日時：9 月 20 日 木曜日 10:00 ～ 12:00

場所：久留米大学・御井キャンパス

学生会館 1 階 カフェテリア

お問い合わせ

「ギフトの会」 重松法子 Tel. 090-8837-8925

「ハッピーママくらぶ」 鳥村孝子 Tel. 080-4289-0706

パルキッズくるめ

～小・中学生を対象にした社会教育活動～

8 月に行った活動報告です。子どもたちにとっては夏休みということもあり、大がかりな企画がたくさんありました。宿題塾 × 6 回、流しそうめん × 2 回、デイキャンプ × 1 回、BBQ × 2 回、1 泊 2 日宿泊体験 × 3 回などを 4 校区で行いました。また、天気にも恵まれ晴天の中、全ての企画を実施でき、おかげさまで、私たちも子どもに負けないくらい日焼けをしました！また、9 月からは通常の放課後支援活動をしますので、よろしくお願いいたします！

私たちは、子どもたちや地域の方々に支えていただきながら活動しています！

市民公益活動団体 パルキッズくるめ 代表 張 友樹



パルキッズくるめの
ラインはこちら→

お問い合わせ

palkidskurume@yahoo.co.jp

Cooking



昔なつかしいおやつを作ってみましょう！

『ふなやき』

福岡県の筑後平野は美味しい小麦粉の産地です。子どものおやつに家庭でよく作られていた懐かしいおやつです。作り方も地域や家庭で色々あるようです。高菜漬けを包んで食べたり、朝食の残りの味噌汁で小麦粉を溶いたり、重曹を入れてふくら焼いたり、それぞれの家庭の味が伝えられていたのでしょう。その味を次の世代に伝えられるといいですね。

ふなやきという名前の由来は、「舟の上で焼いて食べていたから」「フネという農機具で焼くから」「丸く焼いたものを半分に折ると舟の形に似ているから」など諸説あるようです。

《食材》10 枚分

小麦粉（薄力粉）200g

水

塩

黒砂糖

サラダ油

カップ 2 杯弱

少々

50g

少々

《作り方》

① 小麦粉をふるって塩、水を加えて混ぜ合わせる。

② ホットプレートに油をなじませ、①をお玉ですくい、やや高い位置からホットプレートに落とし、お玉の背で薄く丸くのばし両面を焼く。

③ 黒砂糖を包んで食べる。

NPO 法人栄養ケア・ちっご

代表 原 恵美子

「食の自立を目指して」を目標に福岡県の筑後地区で活動する管理栄養士・栄養士で構成された団体です。子どもの食事相談、介護予防事業、食と健康に関する活動を行っています。 <http://www.eiyou-care-chiggo.or.jp>

〈子どもの食事相談〉

日時：毎月第 4 水曜日／10:30 ～

場所：久留米市子育て交流プラザくるん

お問い合わせ：くるん 0942-34-5571

ママがハッピーなら子どもたちもだいたいハッピー

ハッピーママくらぶ通信4年目。つたない雑誌ではありますが、いつか大人になった子どもたちに、編集スタッフになってもらいたい！そんな夢を持って続けています。記事を取材して書くこと。イラストを描くこと、写真を撮ること。通信を発送・配布すること。この通信の中からたくさんの仕事が生まれて、それを受け継いでいってもらえたら、私たちはとってもハッピー！！そして願うのは、頑張るママたちの幸せ！なぜなら、ママがハッピーなら、“子どもたちもだいたいハッピー！” だと思うから。

サポーターになってください

皆様にたくさんの情報をお届けしたいと頑張っています。あなたのサポートで、ハピママ通信はよりハッピーな雑誌になります。



① 個人様・一口 5,000 円（1年間）

② 法人様・月額 3,000 円（年間 ¥30,000）

③ 法人様・月額 5,000 円（年間 ¥50,000）

- お名前を掲載させていただきます。
- ロゴ広告を掲載させていただきます。
- ロゴ広告と取材記事（年間2回）を掲載させていただきます。

〈銀行〉

振込口座：筑邦（ちくほう）銀行 十三部（じゅうさんぶ）支店

普通 3026474 ハッピーママくらぶ 代表 鳥村孝子（とりむらたかこ）

※お振込後に（雑誌送付先）をお電話、メールでお知らせください。

〈ゆうちょ〉

①郵便局からお振込みいただく場合：

口座記号番号 01700-8-147648

口座名称 ハッピーママくらぶ

②銀行からお振込みいただく場合：

一七九店（179）当座 0147649

口座名称 ハッピーママくらぶ

※振込用紙に（雑誌送付先）（電話番号とメールアドレス）をご記入ください。



サポート頂いた方には毎月、ハッピーママくらぶ通信をお送りいたします。企業様からのご支援につきましては直接お問い合わせをお願いしております。

info.happymamaclub@gmail.com

鳥村孝子 Tel. 080-4289-0706

お知らせ

ハッピーママくらぶ通信の表紙、かじやま奈実さんの心あたまる作品がポストカードになりました。以下のお店でお求めいただけます。

1枚 ¥150 4枚セット ¥500

● 紀伊国屋書店（天神イムズ店）

<https://www.kinokuniya.co.jp/c/store/Tenjin-lms-Store/>

● ABSS（天神イムズ8階）

<http://www.abss.fukuoka.jp/>



「うしろ姿」



「しろつめくさ」



「あさがお」



「じんべい」



「コスモス」



「落ち葉」



「てぶくろ」



「バレンタイン」

編集後記

稲穂が揺れて猛暑の空に赤とんぼ。暑さ寒さも彼岸まで？そうだといいな、秋よ来い！

発行人：鳥村孝子 編集人：増田洋子 デザイン・レイアウト：高山ケンタ 表紙絵：かじやま奈実



クラーク記念国際高等学校

久留米キャンパス

<https://www.clark.ed.jp/>

『社会で生きる力を育てる教育を行っています。』

明るい雰囲気の中で、わかりやすい授業をすることを心がけ、個性や能力にあった指導の中で、生徒自身の自発的な「やる気」を育てています。学校を休みがちだった生徒のみなさんが「登校したい」と思える環境を整え、また、専門のスタッフがメンタルケアをすることで、安心して学校生活が送れます。合言葉は「毎日学校へ行こう」



クリーンアンドコート福岡

福岡県春日市白水ヶ丘 4 丁目 84

Tel. : 092-586-6702

(西嶋弘章)

〈お掃除用洗剤〉 使い方のコツ！

ほとんどの洗剤に即効性は無く、汚れと反応するのに一定の時間が掛かります。ですから、洗剤を塗布してすぐ擦るのではなく、一定時間、洗剤がしっかりと汚れと反応するまで待った方が結果的に時間短縮 & 洗剤の節約になります。洗剤をまんべんなく塗り広げ、目安として拭き掃除の時で、最低 1 分。つけ置きの際は最低 10 分。焦らず待ちましょう！それでもダメならプロにお任せを！！

サポーターの皆様のご支援、ご理解に感謝しております。

想う種・渡辺孝子 ギフテッドの会 NPO 法人 栄養ケア・ちっこ つなぐ書店 久留米 STEC 筑後川ブランド委員会
発達支援ほほえみ・安部知世 アロマ・フランス株式会社 (順不同・敬称略)

それでもダメならプロにお任せ!!

クリーンアンドコート福岡



福岡県春日市白水ヶ丘 4 丁目 84

Tel. 092-586-6702

(西嶋弘章)



グロー阿津坂

〒831-0004 福岡県大川市大字榎津466

Tel: 0944-87-5525

mail: info@atsusaka.com



発達支援ほほえみ

ブレインジムと BBA

<http://hohoemi-care.net/>



Miyanojin Dental Clinic

みやのじん歯科クリニック

一般歯科・小児歯科・矯正歯科・口腔外科

〒839-0801 福岡県久留米市宮ノ陣 6 丁目 22-1-1F

Tel. 0942-34-3003

URL: <http://miyanojin-dc.com/>



学習塾REV 久留米校

〒830-0035 福岡県久留米市東和町 パッセジビル 2F

Tel. 0942-80-1787

江口音楽教室・音楽療法室

福岡県久留米市高良内町 4430-1

Tel. 090-7464-4724

HYPERLINK

"<http://beaton7music.com/>" <http://beaton7music.com/>

無農薬・有機野菜・無添加・自然食品・宅配・料理教室



〒839-0863

福岡県久留米市国分町 296-1

Tel. 0942-21-3130

<http://www.kurashi.jp/>

植物療法のイドロラ（ハーブウォーター）原料の
製品販売・国産ベチバー生産・加工・販売



有限会社フローラ美工



0120-728-105



アイビジョンケア

<http://www.eyevisioncare.jp>
info@eyevisioncare.jp

福岡県春日市紅葉ヶ丘東 3 丁目-93

視力屋「めがね物語」別館 2 階

Tel. 092-558-8858 10:00 ~ 19:00 (月曜定休)

運動療育と個別学習の児童デイサービス

あるくとぷらす

●児童発達支援事業 ●放課後等デイサービス
Tel.: 0943-23-5566 (直) 0943-24-9215
福岡県八女市本町 311 Fax: 0943-23-5098



サッカー療育の放課後等 デイサービス

カラース FC は放課後や長期休暇中に発達に不安や心配のある子どもの生活能力及び社会性の向上を目的としたサッカー療育をいたします。

TEL 0942-50-8123

権藤写真館

写真に関するお問い合わせはなんでもご連絡ください！

〒839-0817

久留米市山川町 1503

TEL. 0942-43-7398



人へ、地域へ、そして世界へ。

久留米大学

クラーク記念国際高等学校 久留米キャンパス



ハッピーママくらぶで保護者の方むけに相談会を行なっています。お子様の事で悩んでらっしゃる事があればお気軽にご相談ください。何か一つでも私たちの経験がお役に立てば幸いです。

久留米市天神町 2-56 TEL 0942-35-4943
URL: <http://www.kusemi.ac.jp/clark-kurume/>



お得ランチ800円あります！
車いすでの来店できます。
詳細はお問い合わせください

久留米市東合川 3-18-22 ●不定休
TEL 0942-45-7111 ●駐車場 2 0 台

ご来店時に「ハピママを見た！」とお話し下さい。
デザート(杏仁豆腐他)をサービスさせていただきます!!



つなぐ書店

断捨離したい！ 本で部屋が片付かない！

③ つなぐ書店なら

- ・発達障害（症）に理解のあるスタッフ
- ・ネット販売中心なので自分のペースで働ける（短時間勤務も可）
- ・特性に合わせた仕事内容
- ・資格取得サポートあり



発達障害（症）に理解のない職場だと



仕事に馴染めず辛い思いをして辞めてしまったり、**二次障害（うつ病など）**を発症したりすることもある……



① つなぐ書店とは

- ・発達障害（症）に悩む方の雇用を目的とした本のリサイクル事業です。
- ・放課後等デイサービス（カラーズFC）を運営している会社の事業です。
- ・一般企業としてしっかりとした賃金（最低時給以上）を支払います。

（就労継続支援B型の場合、平均工賃は月額 15,295 円、時間額 199 円と低額です）

「寄付が雇用を創るから、心もスッキリするわよ！」

「私もつなぐ書店に寄付しよう！」

「どうせ不要な本だし、引き取ってもらえて一石二鳥ね！」



「それなら **つなぐ書店** がいいわよ！
私もいらなくなった本を引き取ってもらって部屋がスッキリしちゃった♡」

「読み終わった本がたまっちゃっていつまでも部屋が片付かないわね…」

「町の古本屋に持って行った時も二束三文だったし……。」



つなぐ書店では本の寄付を募っております。
汚れた本、書き込みがある本、痛みがある本、日焼けした本、古〜い本、どんなジャンルでも歓迎です！
寄付して頂いた 1 冊 1 冊が雇用を創ります。
ご協力宜しくお願い申し上げます。

※販売できない本があった場合でも責任を持って処分致します

・読み終わった本
・処分したい本、捨てたい本
がございましたら、下記の住所まで
「着払い」でお送りください！



※事前のご連絡は不要です。

※誠に勝手ながら、着払いでお送り頂く場合、10冊以上（コミック、週刊誌は除く）をお願いしております。

寄付して頂ける本がございましたら引き取りにもお伺いします！

お問い合わせ電話番号

050-1517-2823

担当 佐藤

郵送先 (〒839-0815 福岡県久留米市山川沓形町 1-2 つなぐ書店 行)

♡ハッピーママくらは「つなぐ書店」を応援しております♡