

HappyMamma

ハッピーママくらぶ
Club



「ブルービー」

(ルリモンハナバチ) 佐賀県

今回は青い鳥・・・ではなくハチ。体長は1.5センチ程です。

このハチは巣を作らず、他のハナバチの巣に卵を産みつけます。産まれた幼虫は、巣の主の成虫が集めてきたエサを横取りして成長する『労働寄生』という性質を持ちます。

鳥でいうと『カウコウ』がほかの鳥に自分の卵を育てさせる、托卵行動と似ています。

地域によっては絶滅危惧種に指定され、生息地が限られている希少種のため『幸せを呼ぶ青いハチ』と呼ばれています。

お盆過ぎから9月いっぱい出現。出会えるとラッキーですね！

Photographer
とろま
野田寛馬

久留米市在住 高校3年生
4才の頃 ASD・ADHD の診断をうける
小4～中3までの不登校を経て
現在は有馬高等学院 / 明蓬館 STEC 久留米に在学中
趣味は野鳥撮影・昆虫採集・絵を描くこと

9
2020

発達障害の考え方、基本的対応法と子育てレジリエンス

久留米大学小児科教室教授 山下裕史朗

●発達障害とは

発達障害は、「それぞれ個性の強さ(特性)のために学校や家庭生活に困難をきたしており、子どもの困難さへの理解と支援が必要な状態」と言えます。

米国精神医学会の診断基準(DSM-5)では、いくつかの発達障害を「神経発達症群」としてまとめており、自閉スペクトラム症(ASD)、注意欠如多動症(ADHD)、限局性学習症などが代表的です。神経発達症群は、発育期に始まる状態像の集まりであり、典型的には発達段階の早期(しばしば小学校入学前)に顕在化し、個人的、社会的、学業的、あるいは職業的な機能障害をもたらします。

ただし、その程度は軽度から重度まで差があり、一人のお子さんに複数の発達障害を併発することもしばしばあります。小学校低学年では多動が目立って、ADHDと診断されていたのが、学年が上がるとうとコミュニケーションの困難が目立ってきてASDも併存していたというようなシナリオはよくあります。

文部科学省が教師を対象に行った調査(2013年)によると、発達障害のために教育上の配慮が必要な小中学校児童は通常学級に在籍する生徒の6.5%とされ、特別支援教室、特別支援学校を利用している生徒もあわせると発達障害のある子は、児童の約1割と考えられています。

病因として、ASDやADHDでは、遺伝的要因が関与していますが最近では子宮内環境や出生後の環境要因がエ

ピジネティックス因子(DNA周辺にある遺伝子を調節している因子で環境の影響を受けやすい)を変化させ、脳の遺伝子機能を低下させて脳機能に影響する可能性も考えられています。

ここで強調したいのは、育ちの環境がとても大切ということ。生まれつき持った特性は変えにくいのですが、早く気づいて良い環境のもと育てていくと機能障害は軽くなるということ。です。

●基本的対応法

ASD、ADHD、限局性学習症に代表される発達障害の治療目標は、それぞれの発達障害の特性に基づく機能障害をできるだけ少なくすること。です。

発達障害のある子が自分から困り感を訴えることは乳幼児ではまれですので、子どもに関わる周囲のおとなが子どもの抱えている問題に早く気づいて対応することが重要です。そのことが本人のセルフエスティームを保ち、二次障害を防ぐことにもつながります。

発達に偏りがあっても知的障害のないASDの場合など初期には診断がつきにくいこともあります。しかし、診断がついていなくても発達の偏り(特性)に応じた初期対応は可能です。

ご家族がお子さんの特性に気づかれておれば、保育園・幼稚園、学校関係者らと情報を共有しながら、子どもを支援するチームを作ります。子どもの特性についての認識

を共有し、学校・家庭生活で困ることが減って、その子の本来持っている良さが発揮できるようにすることが重要です。

ご家族が特性を認め支援を積極的に求めるまで長い時間がかかることもあります。否定したい気持ちは、親の気持ちとしてよくわかります。しかし、お子さんはその間苦しみ続けることになるので、できるだけ早く支援を始めた方がいいです。身近に相談できる保育士さん、学校の先生、かかりつけの小児科医の先生がいたら、気軽に相談してください。

子ども子育てサポートセンターにも相談窓口があります。お母様一人で悩まないで、ご家族やママ友のサポートが得られるとありがたいです。繰り返す叱責や制止によって悪循環に陥っている場合は、保健所や児童相談所などに相談ください。学童期以降であれば学校の特別支援教育コーディネーターやスクールカウンセラーに相談するのが良いでしょう。

最近ではインターネットや書籍で莫大な情報が入ってきますが、信頼できない情報も多々あります。「治ります」と宣伝する治療法は怪しいと思ってください。

忘れていけないのは、「発達障害のある子ども」である前にお子さん「一人の子ども」であるということです。基本的な身辺自立、早寝早起きを基本とする生活リズムの確立、養育者との愛着形成、適切な栄養、集団行動における基本的なルールを守ることなどは一般の子ども同

様、重要なことです。発達障害のためにこのような基本的なことがなかなか獲得できない子どももいますが、スモールステップで焦らず時間をかけて取り組む必要があります。

●お母様の子育てレジリエンスを高める

国立精神神経医療研究センターの稲垣真澄先生と発達障害のあるお子さんを上手に育てているお母様の特徴を明らかにする研究を行いました。

レジリエンスとは、「困難な状況（恵まれない環境、ストレス、トラウマ、不運）においてもうまく対処できる・回復できる力」です。発達障害のあるお子さんを育てることは、困難を伴うことも多いため、それをうまく乗り越えているお母様424名と支えているベテラン小児神経専門医に個別にインタビューして、因子分析を行いました。その結果：

- ① ご自分のお子さんに関する知識を豊富に持っていること（特性理解）
- ② 社会的に十分な支援を受けていること
- ③ 育児を肯定的に捉えていること

…の3点が上手に対応できる重要な要素であることを明らかにしました。子育てレジリエンス尺度を開発し、お母様のサポートに役立てるようになっています。

実際、ペアレントトレーニングやぐるめサマートリートメントプログラムを受ける前後の比較で、子育てレジリエンス尺度が改善することを報告してきました。

社会的な支援には、療育センターや保健所などの公的な支援もありますが、ご家族、ママ友、発達障害のお子さんをお持ちのお母様方などからのインフォーマルなサポートも重要であることを実感しています。ハッピーママくらぶも強力なサポート役といえるでしょう。



山下 裕史朗 氏 プロフィール

専門分野 / 小児神経学・発達障害

紹介 / 小児神経学、特に注意欠如多動症(ADHD)やレット症候群等の発達障害を専門とし、長年にわたって臨床研究や患者支援を行っている。
2003年に米国NY州立大学バファロー校で学んだADHD児への包括的治療プログラムであるSummer Treatment Program (STP)を北米以外で初めて日本に導入し、久留米市で15年間実践してきた。
STP卒業生は300名を超えた。またレット症候群の基礎的・臨床的研究にも力を注いでおり、九州一円から患者さんが集まっている。



- | | | |
|-------------------|---------------|-----------------|
| ○日本小児科学会(理事・専門医) | ○日本小児保健協会(理事) | ○日本小児心身医学会(代議員) |
| ○日本小児神経学会(理事・専門医) | ○日本ADHD学会(理事) | ○国際小児神経学会会員 |
| ○日本小児精神神経学会(認定医) | ○日本赤ちゃん学会(理事) | ○ハッピーママくらぶ顧問 |

第2回 発達支援サポーター養成講座

9月13日

10:30
12:30

発達障がいの方への就労支援について

講師 大場和美先生 (福岡IPS普及協会 就労支援センターウィズダム)

会場  ネット配信 (zoom使用)、市民活動サポートセンターみんくる (限定数先着順)

※ 講座後にオンラインお茶会も予定しておりますのでお時間のある方はご参加ください

申込受付中!



10月25日

行動問題への理解と対応 初級編 3

12月20日

行動問題への理解と対応 初級編 4

3年1月31日

親亡き後に備えて ~新しい相続法をふまえた遺言と相続~

3年3月

発達に課題がある人のための災害時に備えと対応のポイント

● 終了した講座は配信サービスにてご視聴いただけます!詳しくは下の配信サービスについてのご説明をご覧ください。●

1 限目 行動問題への理解と対応 初級編 1

2 限目 行動問題への理解と対応 初級編 2

ご連絡・お問合せ



080-4289-0706 (鳥村)



info@happymamaclub.or.jp

詳細等は Facebook、ホームページにて最新の情報を御案内しておりますので参照ください。



ハッピーママくらぶ
Channel

動画配信



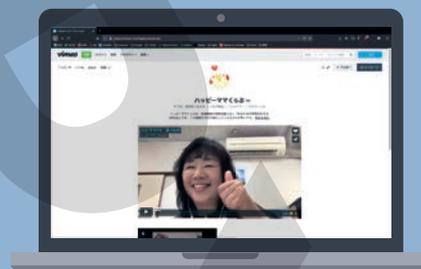
ハッピーママくらぶのチャンネルを開設しました
セミナーや座談会など様々なイベントの動画を配信してゆきますのでぜひご視聴ください
「フォロー」と「いいね」もお願いいたします!

● ハピママ TV

様々な立場から発達障がいの支援をされているキーパーソンをお招きするゲストトークです。一般の参加者を交えた座談会の公開収録は、いい話、深い話、悩み事、奮闘記など盛りだくさん。雑談形式で自由に幅広く展開するお話から、どんな話題が飛び出すか?! お楽しみに。

- ・視聴はアカウント不要でどなたでも無料でご覧いただけます
- ・vimeo アプリをご利用の場合は『ハピママTV』で検索ください

<https://vimeo.com/happymamaclub/>



● 発達支援サポーター養成講座 (有料)

発達支援サポーター養成講座の内容をそのままに、いつでも・どこでも視聴可能なオンデマンド配信のアーカイブを用意しました。時間の都合が合わなくて参加できなかったり、また観てみたい講座などをお持ちの端末で再生できます。

- ・視聴には動画配信サービス「vimeo」のアカウントが必要です
- ・動画はレンタル形式でお支払い後7日間はいつでも視聴可能です
- ・お支払いはクレジットカード (visa/master/amex) もしくは PayPal となります

※ デビットカードは「Visa デビット」「Mastercard デビットカード」の利用が可能です
※ 「JCB カード」「LINE PAY カード」は PayPal でのお支払いで利用可能です

<https://vimeo.com/ondemand/hapimamakouza2020/>



現代のママに必要なのは〇〇と〇〇だ！

育児って愛情で乗り越えられると思っていた独身時代。でも、なんとなく大変だろうな、とは思っていました。現在2児の子育てをしながら思うこと。愛情だけでは乗り越えられないときはある！きっかけは日常にあります。ミルク飲まないな、とか完母でいきたいけど飲んでくれない、痛い、寝れない、離乳食一生懸命作ったのに食べてくれない。歯磨き嫌がる。

どうして？私はママ失格？なんて負のスパイラルに。そんな時には周りの声もトゲになる。この繰り返しで愛情だっ

て萎んでしまうかもしれません。赤ちゃん期を過ぎても常にママは子育てに向き合い答えのない日々を過ごしています。さらに現代のママたちは厚労省の調べによると孤立傾向があるようです。

その上、情報過多でSNS疲れ。ドキッとしませんか？そこで私からの勝手に提案！ママたちに必要なのは【支援と正しい知識】だと思えます。当院でも赤ちゃんの時期からの様々な取り組みを行っています。

なぜかと言うと【授乳・離乳食からのお口育て】が実は発達にとって大切なポイントがゴロゴロあります。赤ちゃんのこと以外にも【歯磨きやおやつ、虫歯】などももちろん知識の共有と支援を行っています。

インスタ、LINEで「みやのじん歯科クリニック」検索・登録お待ちしています^(^^)



みやのじん歯科クリニック

本田祐佳

	2003	2014
悩みを相談できる人がいる	73.8%	43.8%
子どもを預けることが出来る人がいる	57.1%	27.8%
自分の子を叱ってくれる人がいる	46.6%	20.2%

(出典) 厚生労働省「人口動態統計」



〒839-0801 福岡県久留米市宮ノ陣6丁目22-1-1F

Tel/0942-34-3003

ホームページ → <http://miyanojin-dc.com/>

ハッピーママの倅せは健康から

猛暑、酷暑と言葉が伝える暑さも少しづつ柔らいでいききます。立秋を過ぎると、天地はゆつくりと陽の気から陰の気へ移り変わって行きます。体が熱持つ夏も、初夏、真夏、晩夏とそれぞれに体感が変わってきます。

食も変化します。自然界では、クーラーの役割を持つ体を冷やすものがたくさん収穫できます。冷やす代表はナス、トマト、胡瓜ですが、ナスは特に冷やすので昔の人は「嫁に食わずな」とまで言い伝えていきます。私は、子孫繁栄を願う思いから今に伝えられていると思っています。

ナスはとても油と相性がよくて味もよくなります。油はとても大きなエネルギーを持っていますが水に浮く性質も持つので、陰性な調味料となります。この陰性なナスと油を中庸(ちゅうよう)にするのが味噌、醤油なのです。

私は子供のころから、祖母ゆ母たちが肉も入れず味噌で味つけた「シギ焼き」(今でも語源がわかりません)がナス料理の定番でした。これに苦瓜を入れられてイヤだった思い出もありますが、今はもうおいしくいただいています。

ナスは、紫色のナス紺といわれるポリフェノールを大地と太陽が作り出しています。体の酸化はいつもどんな条件でも起こっています。でも、自然界は自然治癒力を持った動物(人も)に恵みをもらたしてくれます。

生き方、考え方、食べ方、すべてに感謝と感動で日々を送れるとイイナと願います。ハッピーママの倅せも、「願う想い」からハッピーが生まれそうです。家族の中で一番ハッピーで居て欲しいですね。



産直や蔵肆

鶴久ちづ子

〒839-0863 久留米市国分町296-1



放課後等デイサービス



famille

ファミーユ **なないろ店**



自分自身が障がい者になり初めて障がいの世界を知り、
その中であまりにもずさんな福祉を目の当たりにし、本当の福祉をやりたいと強く思いfamilleを立ち上げました。
スタッフ皆、福祉に熱い気持ちをもち取り組んでいます。
私達は志を元に安心してもらえる事業所作りを目指しています。
成長の喜びを共有し、子ども達をずっと見守り続け手厚く支援いたします。

月～金曜日 ... 放課後～18:00 / 夏・冬・春休み ... 9:00～18:00

週5日利用可能

知的障害・発達障害児

放課後等デイサービス

合同会社 **famille**



お子様のご様子が不安に感じましたらまずお電話をください。

〒830-0051 福岡県久留米市南 1-15-10

0942-37-1276



[未来工房]

本物の自然素材で家建てる

人がもっとも長い時間を過ごす家。
健やかな体と心を作るために、
私たちが食べ物や衣服を選ぶように、
家も、化学物質や添加物を使わない
ものを選びたい。



一本の線から始まるオーダーメイド。心くばりと手仕事の家。

私たち未来工房の家は、化石燃料や電力を使わず燻煙熱処理した、無垢の木の家。合板やビニールクロスも一切使いません。
さらに自然素材塗料や、天然漆喰、羊毛100%断熱材・・・素材・設計・施工、どの細部にも理由があります。ぜひ展示場でお尋ねください。

本物の自然素材の家を建てる。

[未来工房]



ホームページ



LINE@

株式会社[未来工房]久留米本社 / 展示場

〒830-0047 久留米市津福本町 731 tel:0942-32-4612

《WORK》新築戸建 施設(クリニック、保育園・幼稚園) 店舗(美容室など)
建設業許可 / 福岡県知事許可(特-30)第98568号

クリニックや施設の建設などもご相談ください。

サポーターの皆様

久留米大学	学習塾REV	あるくとぷらす
久留米ゼミナール	中華季菜 上海 ^{ミュ} μ	クリーンアンドコート福岡
グリットコンサルティング	未来工房	さくら国際高等学校
幸愛	全教研	小林正幸法律事務所
とみおかレディースクリニック	安全タクシーグループ	おかしnoいえ
プリマヴェーラミュウ	美容室 結 ^{ゆい}	harusora
ライト・ハーモニー	グレースジャパン	

長野 照子 様

中垣 量文 様

榎田 美恵子 様

北林 恭子 様

江口 裕子 様

鶴 ふじこ 様

暖かいご支援、ご理解に感謝しております。

ギフトの会のお誘い

- 話の通じる人とお話をしたい
- どんな情報でもいいから知りたい
- 一緒に啓発活動がしたい

発達障がいについて関わりたい方、理由を問わずお待ちしております。一度参加してみませんか？参加費は無料です。「参加してみたい」「興味がある」という方は、お電話かメールをお願いします。

開催日時等については、Facebook またはホームページにて御案内しております。

Facebook



Homepage

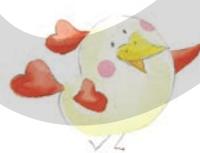


ビデオ会議システム zoom(ズーム) を使用しております。お手持ちのスマートフォンまたはパソコンにて、zoom をご準備ください。不明点などありましたらお気軽にお問い合わせください。

zoom

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。



御名前を掲載させていただきます！

- 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円)
- ③ 法人様・月額 5,000円 (年間50,000円)

振込先

福岡銀行 久留米支店(631) 普通 3013651
 特定非営利活動法人ハピママくらぶ
 理事 鳥村孝子

※お振込後に(雑誌送付先)をお電話、メールにてお知らせください。

サポート頂いた方には毎月、ハピ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。



ご連絡・お問合せ



090-8837-8925 (重松) 080-4289-0706 (鳥村)



info@happymamaclub.or.jp

発達障害の方の困りごとに特化したプログラムで

一般就労への不安を解消!



Column 利用料金はかかるの?

就労移行支援の自己負担月額は、前年の世帯所得に応じて変わってきます。世帯所得とは、本人と配偶者の所得の合計で、両親や兄弟の所得は含みません。概ねの負担額を載せておきます。

- ① 生活保護受給世帯・・・0円
- ② 市民税非課税世帯・・・0円 (※概ね300万円以下)
- ③ 市民税課税世帯・・・9,300円 (※概ね600万円以下)
- ④ その他・・・37,200円 (※概ね600万円以上)

詳しくお聞きになりたい方は下記までご連絡ください。



ディーキャリア 久留米オフィス

〒830-0032 福岡県久留米市東町36番8号
ステーションプラザ久留米ビル1階

お問い合わせはコチラ **見学・無料相談会 随時開催中!**

TEL:0942-37-8817

FAX:0942-37-8801 受付 [平日 10:00-18:00]

凸凹が活きる社会づくり。 <https://dd-career.com/> **ディーキャリア**



鳥栖市田代大官町にある Air Logic モデルハウス。
快適に健康的に暮らせる Air Logic の家の仕組みが直接見れる。



健康視点で考える全館空調の家

住宅内事故を救う家

四季折々を楽しむために、窓を開けて風を感じたり、雪景色を眺めながら火鉢に手をかざす。そんな日本の情景も今は昔。夏は35度超えの猛暑がつづく。もう「家の中は夏は暑くて冬は寒いものだ」と、そう我慢強い事も言っていられなくなった。

そんな従来の住宅性能に目をつぶるのをやめ、家族の健康にとって本当に必要な世界基準の家を我々は造りたいと考えている。

暑い夏も、寒い冬も心地いいー

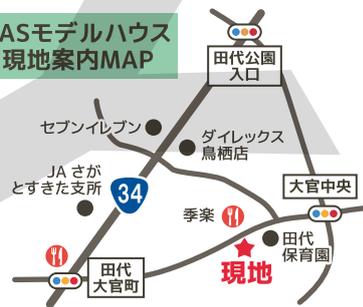
エアコン一台で家中どこでも同じ温度。これを体験すると、いかに身体にとって負担が少ないかがよく解る。

ヒートショック。今ではよく聞く言葉だが、意味合いとしては、比較的暖かいリビングから寒い脱衣室や浴室など温度差が大きい場所へ移動すると、身体が温度変化にさらされて血圧が急変するため、住宅内事故を誘発するリスクとして使われる言葉である。

だからこそ、私たちは提案したい。夏の厳しい暑さによる熱中症、冬の寒暖差によるヒートショック。これらを防ぐ「FAS工法」による全館空調の家づくりを。

まずは身体で体感して、家族の健康と住宅の関係性を今一度考えてみて欲しい。

FASモデルハウス 現地案内MAP



所在地: 佐賀県鳥栖市田代大官町 810-6

Air Logic エアロジック
TEL.0942-50-5036

鳥栖 エアロジック

<http://fas-tosu.com/>



株式会社 坂口組

佐賀県鳥栖市神辺町450番地3

建設業許可 / 国土交通大臣許可(特-29)第7009号
 宅建業許可 / 佐賀県知事許可(6)第1982号
 (一社)佐賀県宅地建物取引業協会 会員
 (一社)九州不動産公正取引協議会 加盟

