

HappyMamma

ハッピーママくらぶ
Club



全長15cm 紅色で可愛い姿はオス。
メスは地味な茶色です。

【セイタカアワダチソウ】

「セイタカアワダチソウ」の名前の由来は、「セイタカ」を指して「マシロ」は漢字では「猿子」と書き、赤い顔をした猿のことを指します。古くは江戸時代中期から別名「さるましこ」と呼ばれていました。藪の中で目立つ紅色を強調した名前になっている。

彼らには草原や湿原の環境で出会える事ができます。

あまり単独で行動していないので、出会う時は群れていることが多いです。

セイタカアワダチソウの種が好物なので、この植物の付近で見ることが多いので、ぜひ探してみたいですね！

No.

69

Photographer
野田寛馬

久留米市在住 18才
4才の頃ASD・ADHDの診断を受ける。
小4〜中3までの不登校を経て今年、明星館高校
を卒業後、現在は専門学校でイラストを勉強中。
趣味は野鳥撮影・昆虫採集・絵を描く事。

神経発達症をもつお子さんのトランジション（移行支援）

久留米大学 小児科教室教授 山下裕史朗

神経発達症／障害のあるお子さんに病名をいつ、だれが、どのように伝えるべきでしょうかと相談を受けることがあります。なかなか難しい質問です。

1. いつ伝えるか

本人の年齢や理解力、また本人が自分の特性について悩んでいるかどうかによっても変わってくるかと思えます。

幼稚園、小学校低学年のお子さんの場合は、病名を伝えてもおそらく何のことか理解することは困難でしょう。

年齢があがってきて、自分は他の子となんで違うのだろうか、なんでできないのだろうか、なぜ友達と仲良くできないのだろうか、なぜ自分は定期的に病院に通うのか、お薬を飲まないといけないのだろうかなどの悩みが始まる時が告げるポイントの時期かと考えます。

自分のできないことが、努力不足だから、悪い子だからと自分を責めて落ちこんでいる子もいるかもしれません。本人からこのような疑問が始めたときは、ぜひお子さんが信頼している学校の先生や心理士、医師に伝えてください。



2. だれが伝えるか

ご両親から伝えたいという方もいますが、基本的にはお子さんが信頼している先生（医師、スクールカウンセラーなどの心理士、医師）から話すのが良いと考えます。ご両親から告げた場合に、本人がご両親に怒りをぶつけるなど反応してしまう可能性があるからです。

3. どのように伝えるか

「君は〇〇障害なんだよ」というような告げ方はしません。私が本人に話すときは、本人の得意なことと苦手なことを確認することから始めます。

「〇〇君は、運動は得意だけど、じっと座っておくことが苦手だよ。じっと座っておくことが苦手だと、教室でしな」といけない勉強中に席を立ったりして困るよね。苦手なところを減らすために先生のとこに相談に来ていいるのだよ。」という風な話し方をします。

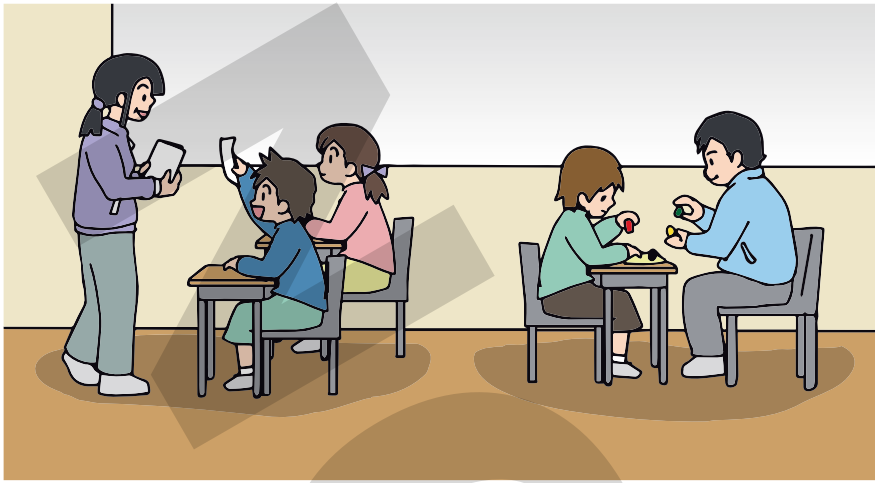
障害名を伝えるのではなく、特性を伝えて理解を促していくことが、神経発達症／障害をもつ子への告知と考えます。

本人の努力不足では決していないことを伝えます。お子さんが本当に理解してくれるまで、しばらく時間がかかることでもあります。お子さんの発達に伴って、説明の内容も変わっていくかもしれません。

中には、「先生、僕はADHDですか？」と聴いてくるお子さんもいます。「本を見て、自分と同じだと思います。」ここまで来ると話しやすくなります。



「そうだね。うまく集中できなくて、忘れることが多いと、学校や家で困るよね。困っていることをできるだけ減らせるように相談したり、治療を受けたりしやすくなるためにADHDという名前をつけているんだよ。苦手なことが減って、困らなくなったらADHDという名前はつけなくていいから、そうしたら先生のとこに来なくていいし、卒業だね。」



本人の特性を伝える時、その特性があるから努力しなくてもいい、やらなくもいいという誤解を与えないようにします。

「苦手なところは、やり方を変えたり、時間をかけて練習したり、お父さんやお母さん、学校の先生に力を借りながらできるようにしていけばいいよ、君が得意なところはもっと伸ばそうね。」と話す
と安心して、将来に希望も持てるでしょう。

4. 同級生に伝えるべきか

本人の特性のため同級生に迷惑をかけている・・・例えば暴力をふるう、席して授業の妨げになっているなどの場合、同級生や他の保護者へ特性を伝えなければいけないことも出てくるかもしれません。

その場合は、担任の先生から、本人の得意なこと、苦手なことに触れてもらい、本人も努力しているけど、皆さんも応援してくださいねと話していただくとうまいでしょう。

その場合、本人の了解を得ておかないといけません。「○○君が教室でもっと力を出せるように、友達に○○君の苦手なところを伝えてもいいかな？」というふうに話して本人が了解してからでないと話してはいけません。

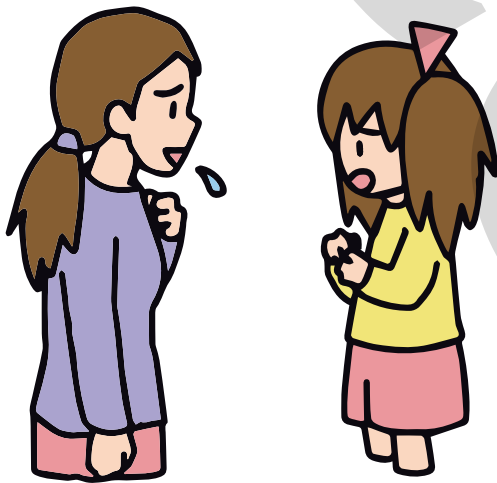
保護者会で伝える時は、本人の特性をよく理解していただいている他の保護者に援護していただけるよう頼んでおきましょう。保護者会で他の保護者から集中的に非難を受けることがないように担任の先生とも十分話し合っておきます。

5. おわりに

本人に伝える前提には、ご家族が本人の特性をよく理解していることが必要です。そのためには医師がご家族によくわかる説明をしているかが問われます。

神経発達症／障害は複数の障害を併存していることも多く、年齢が上がるにつれて明らかになってくる障害もあります。そこがとても難しいところです。

ご家族と学校、療育機関、医療期間関係者が密なコミュニケーションを取りながらお子さんを支えていくことが大切です。



山下 裕史朗氏 プロフィール

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、長年に渡り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導入し、久留米市で15年間にわたり実践。STP卒業生は300名を超えている。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、九州一円から注目されている。

- 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



大人の発達障がい・入門 (二)

久留米大学医学部神経精神医学講座 准教授 内野 俊郎

2017年4月に行われた講演の内容を
連載しています

さて、詳しくそれぞれの名前を覚える

必要はありませんが、今、お医者さんの世界では「発達障がい」は、「神経発達症群」に名前が変更されています。精神科の先生でもまだ知らない先生はいらっしゃるくらいです。これまでの名称は、間違っていたから変わったわけではありません。大きく発達障がいと分類される中に、いわゆる「自閉症」の方もおられますし、「アスペルガー症候群」「ADHD(注意欠陥多動性障害)」が含まれます。

今の分類には知的障がいも「LD(学習障害)」も入っています。難しいですよ。なんか、似たような名前だし…。この中でも「アスペルガー症候群」を中心とした自閉症スペクトラム、ADHDやLDが特に話題なることが多いです。で、今日はそこを中心にお話ししたいと思います。

何度も言うと思いますが、現実には、それぞれの障がいの特徴が1人の方にくつも一緒に現れることが多いのです。クリアには分かれられない。ADHDの項目なんかを見ると「え？私？」なんていうのが並んでいます。今までそんな風

に思ったことのない人でも。精神科領域の病気や障がいは、そういうところがあるようです。



実は「障がい、障がい」というので、まずそれが問題なのかもしれません。「disorder」という外国の診断に使われている言葉を日本語に訳すると「障がい」となっちゃうので仕方ないと言えば仕方ないのですが、杉山先生という発達障がいの専門医の方は、障がいという言葉の代わりに凸凹という表現を使われます。

発達凸凹と。確かに「障がい」という言葉が実感されるくらいに本人がすごく困っているケースもある一方で、「障がい」という言葉が非常にショッキングな体験になる方もおられるのです。「障がい」と言うくらいだから非常に重いんじゃないかと。

しかし、同じ名前でも、その程度には個々で大きな差があるんです。そういった点への配慮もあって「凸凹なんだ」と言う表現のようです。確かにそうだなと私も思っています。例として、私達が物事を捉え判断して対応していく時の脳の働きのひとつを「認知機能」と言います。

近くに起きた事をキャッチして、その意味を考えて、そのことをしばらく覚えとかないといけない・・・。

今日、私は2時に来ることになっていたので、まずその時間を覚えておかなきゃいけないですね。そうして「ここではこういう事が起きるだろうな」という推論します。あるいは、ここでみなさんとやり取りをしながら、皆さんの表情を見て「あ、僕の話は全然伝わっていないな」とかって推論します。

それを全然推論しないで、僕の考えていることだけを喋り続けたら、みなさんすぐに帰りたくなるだろうと思います。

ひたすら、医者にしかわからない言葉で延々と喋り続けたらみなさん嫌だと思えます。「少しは伝わっているな」とか「今の話は、伝わらなかつたな」とか推論する能力がいります。それに合わせて私は、言葉を変えたり説明の仕方を変えたりと

いった、問題解決を図る技量が必要になるわけです。

そういった事のバランスが完全に均一という人なんかいないんです。発達障がいと言われる人は、この凸凹がちょっと大きい。そんな理解をしてもらえばいいのかなと思います。

発達障がいと言われる人が苦しいのは、この凸凹具合なんです。今日は発達障がい、発達障がいと何度も出てきますが、基本この凸凹の課題が大きい人達という風に考えてくだされば良いと思います。



昨今は発達障がいの概念も変わってきています。

そもそも誰でも得意不得意ってあるんですよね。この中には、いろんな立場の方がたくさんいらっしゃると思います。が、得意不得意絶対ありますよね。

職業上も家庭的にも何も問題はないけど、実は、縄跳びを飛ばせると周りが噴き出すほど動きが変！という人も多分おられるだろうと思います。だいたいのことはこなせるんだけど、これだけはできないとか、ちょっと苦手な事とか、絶対あるんですよ。それが、その人を困らせるレベルであれば、「発達障がい」と付けられるかもしれないけど、完璧な人なんて想定できません。

正常と発達障がいとは、くっきり分かれているのではなくて曖昧なんです。ただし、重い発達障がいの人は確かにいます。かなり日常生活にも支援をしないといけない、本人も相当きつい、周りとうまくいかない、外に出ていくのも大変だという方も確かにいらっしゃるのですが、そういう人と課題が軽めの人との境目も曖昧ですし、自分で「私は、正常です」と言ってる人たちとの差も、それほどクッキリと差があるわけではないのです。そういったことがだんだんと解ってきました。

これは、ご本人さん達が、社会に立ち向かっていこう思った時には役に立つ考え方も言えるのですが、一方では周りが支援しようとする時の判り難さにもつながるときがあります。

「内野さんは発達障がいでもんね」

と言われても、どこが発達障がいのかばつと見ではわからない。そういった判り難さが課題になる事もあります。

最近、「自閉症スペクトラム」というのですが、さっきの一番最初の表にも出てきましたけど、前は正常と異常のきれいな差があるかのような表現になっていましたが、今は前のようにハッキリした差がわからないという風に考えられています。

「スペクトラム」とは、「虹」を意味します。「虹」って、僕みたいに絵心が無い人は、下手すると7色の線をひくんです。すすよね。

でも、絶対そんな虹ないですよ。虹の端と端の色は確かに違います。片方は黄色に近くて、反対の端は紫に近い。しかしその間の色はジワッと変わっていく訳です。そういう風に明確に色分けできないものだとされていて、自閉症スペクトラムという表現をされています。

中核と言われる人達は確かにいます。基本、定型発達と言われる人、いわゆる正常です。基本問題なからうと想定できる人もたくさんいる。だけど、その境目ってクッキリとは別れている訳ではないのです。

多分、人によって得意な事、不得意な事があるんですよ、という考え方が、専門職、専門家の間でも広まってきた訳です。そんなにきれいに分かれるものではないということですね。

(次号に続きます)

まとまった形で手元に欲しい！

連載より先に読んでおきたい！

ご希望の方に全文を掲載した冊子を
1冊 500円にて販売しています。

ご連絡・お問合せ

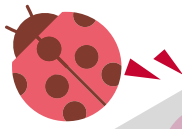
☎ 080-4289-0706 (鳥村)

✉ info@happymamaclub.or.jp

内野 俊郎 氏 プロフィール

平成 4 年 3 月	佐賀医科大学卒業
平成 10 年 10 月	精神保健指定医取得
平成 19 年 10 月	日本精神神経学会専門医取得
平成 22 年 3 月	日本精神神経学会指導医
平成 25 年 3 月	医学博士学位受領
平成 25 年 4 月	久留米大学医学部神経精神医学講座 講師
平成 30 年 4 月	久留米大学医学部神経精神医学講座 准教授





新規講座開催予定



ハピママ学習室

昨年からのコロナ禍で世の中は随分様変わりしましたね。
タブレットでの学習やオンライン授業、テレワークの方達も増えてきました。そんな時代に「今まで通りのことをやっていてもいいのか?」とハピママは考えました。

「講師の先生のお話を ON TIME で聴きたい!!」みんなそう思われるでしょう。しか〜し、緊急事態宣言が出た時は、何もできないのが現状(・_・;)ならば、私達も変化していくしかないのだ———!

ということで・・・

今までの「発達支援サポーター養成講座」をもう少し気軽に聴けるようにしてみました。

1回2時間の講座を1時間にし、「ちょっと時間があるから観てみようかな〜」というくらいの講座を開講します♪

zoomで参加していただいて参加者みんなで観るように変わります。

日程は状況により変化しますので、最新の日程はホームページよりご確認ください。



朝倉 博美 先生 [春日原小学校 校長]

行動問題への理解と対応 初級編 (全8回)



行動分析学に基づく講座です。人の行動には必ず原理原則がある。『やる気がない』とか『気合いが足りない』などは、その方自身の問題ではなく、その方が置かれた環境によって行動は変わる。その原理原則を学ぶことにより、より良い関係を構築することができる。



1回目申し込み



2回目申し込み



3回目申し込み



4回目申し込み



長瀬慎一 先生 [NPO法人さるく 代表]

ゲームやネットとうまく付き合う能力

~インターネット・リテラシー~



福永晴美 先生 [言語聴覚士]

言語聴覚士が考える、しあわせ子育て

フェイスブック (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。

ご連絡・お問合せ

080-4289-0706 (鳥村)

info@happymamaclub.or.jp

フェイスブック



ホームページ



乳幼児にとって食べることは…

おたのしみ！（たしかに！）よろこび！！（ですね！）

そして、実は…

いのちがけ（命がけ）なんです！

食べることは全身運動！

まだまだ体幹の整っていないうちの離乳食は勿論、幼児期

になってもまだまだ大人ほど口腔機能は発達していません。

そのため、安心安全な環境を準備することがとても大切になります。

誤飲、誤嚥、窒息などリスクを回避するためにも食べることに集中しやすい環境を整えてみましょう。

どんなものをどうやって与えるかも大切です。それと同時にイス選びも大きなポイントがあります。

イス選びのポイント

✔️ 足全体が床や足置きにきちんときき、腰、膝、かかとが90度になる

✔️ ひじがテーブルより高い位置にくる

たったこれだけでも、子どもたちは食べることに集中し、「命がけ」から「おたのしみ」へと変化しやすくなります。

実は離乳食は美味しく安全に食べることを学習する時期であり、様々なポイントがあります。

当院でも離乳食教室など行っておりますので、お気軽にお問い合わせください。

Instagram, LINEでも情報発信しています。



みやのじん歯科クリニック 本田 祐佳
久留米市宮ノ陣6丁目22-1-1F



← インスタグラムのフォローはこちら!!

ホームページもぜひご覧ください →



ハッピーママの倅せは健康から

梅雨入りしました。紫陽花もさつきも鮮やかに雨を喜んでくれているかのようです。蚊やハエ、蜂小さな虫たちも気温の上昇と共に活発になってきました。

ウィルスを媒介する蚊、ゴキブリ、ネズミ、鳥などいろいろと自然界は、どこでもねぐらになっていきます。家の中にもほこり、食べもののカスなど湿気があると、どこからか沸いてきます。

大地の温度が15℃くらいになると種から芽が出るように、自然界の生き物はセンサーを持っています。早く子孫を残した方がいいかどうかは、天の気、地の気、太陽、水、空気と五大元素をフル活用して決めているとのこと。

さて、人間はどうでしょう？

簡単、便利な生活に慣れ汗もかかず、太陽も嫌がり夏の気候の恩恵を受けずにいます。夏は体に貯めた老廃物を出す季節なのですが、暑さで体表の毛穴を開いて皮膚のクリーニングをすることで、冬場の寒さに対応できると言われています。熱中症は体に熱が籠るから水分をいれて放出しなければなりません。元気な時は、ちょっと汗かく仕事をしませんか？

お掃除は周りも自分もハッピーにします。暑いからクーラーではなく汗を出すとは体はスッキリ、クーラーの働きをしますよ。

免疫力アップでコロナに負けない皮膚は脳の役割があるとのこと。汗かいて頭スッキリハッピーママになりましょう。

CLEANING beautiful!



産直蔵肆

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持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**



お子様のご様子に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



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。

Vol.21 クラーク記念国際高校 (1)

クラーク記念国際高等学校の権藤先生と梅崎先生にお話を聞きました。1回目は「権藤先生と梅崎先生ってどんな先生～?」
ということでお2人の生徒さんたちへの対応や想いをお話してくださいました。まるでクラーク高校のお母さんの存在でした(^▽^)/



Vol.22 クラーク記念国際高校 (2)

普通高校、単位制の高校、通信制の高校などいろんな学校がありますね。違いがよくわからなかったりしませんか?
クラーク記念国際高等学校も全国にあるキャンパスごとに特徴があって違うんだって。
久留米キャンパスの特徴と細やかな対応をお聴きました♪



ハピママTVは動画サービス

「Vimeo」と「YouTube」で配信中です!

vimeo

YouTube



ぜひ、チャンネル登録を
お願いします!!

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 ^{ミュー} 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合同会社	株式会社 未来工房	さくら国際高等学校
株式会社 幸愛	とみおかレディースクリニック	プリマヴェーラミュウ
美容室 結 ^{ゆい}	有限会社 グレースジャパン	東建工業株式会社
株式会社 渡辺商会	<small>サービス付き高齢者向け住宅</small> カーザ ドルチェ	大善寺自動車学校
株式会社 関家具	株式会社 種商	

長野 照子 様

竹下 百恵 様

檜田 美恵子 様

北林 恭子 様

江口 裕子 様

鶴 ふじこ 様

古賀 幹子 様

仲 純子 様

山田久美 様

北原ウエルテック様

ハ尋美智恵様

大原律子 様

暖かいご支援、ご理解に感謝しております。

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 久留米営業部(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
直接お問い合わせお願いしております。



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

ご連絡・お問合せ



090-8837-8925 (重松) 080-4289-0706 (鳥村)



info@happymamaclub.or.jp

reBorn のタネ

『開けて～開けてってば～』

先日、息子が幼稚園から帰宅後のこと。両手に通園カバンや水筒、脱いだブレザーを持って扉の前で叫んでいました。「開けて～!開けてってば～!」って。

ひたすらしつこく(笑) 言い続けていましたが(いや、開けてあげればいいんですけど(笑))、そこで思ったんです。『持っているものから手を離せばいい』と。いったん床に荷物を置くなりすれば両手もしくは片手は空くし、すんなり扉も開けられます。

でも、その時は必死なのと『それ(誰かに開けてもらう)以外に選択肢がない』と思うか、『誰かが開けてくれば良い』とっていて、手放すなんて思いつかなかったのでしょうか。

でもこれ、私にもよくあるなあと思いました。

何かを悩んでいるとき、堂々巡りになって八方ふさがりに感じる場合があります。こうすると、こうなってしまうし、あっちを選ぶと、ああなってしまうし…私はどうしたらいいのー!! (;ω;) って。

そんな時まさに『手放せばいい』んですよね。

知り合いの方の言葉を借りると、雲梯(うんてい)って漢字でこう書くだそうです。素敵!)と同じで手を離せば前に進めますし、手を離さず握り続けてそこに留まろうとするからどんどん力も必要になって自分が苦しくなるんです。

先ほどの息子同様、必死になっているときには自分の状況って案外分からない事も多いと思います。そんな時は、安心してお話できる場所で誰かに話ししてみるとすんなり前に進めるかもしれません。

【おしらせ】

reBorn のタネは、5月から新しくみんなの居場所「はんもっく」をオープンしました。

開所日は、毎週 火曜 と 木曜 の 午前9時から 午後1時まで。毎月第3火曜日は お休みです。

臨時閉所のお知らせや、詳しい場所についてはホームページをご覧ください。



reBorn のタネ 代表者 権藤久乃

【イベント】

妊娠中の方、産後・育児中の方を対象にヨガ教室を開催しています。

日時 6月28日、7月26日、8月23日 10時受付開始、10時半スタート

場所 田代まちづくり推進センター 鳥栖市

参加費 1,000円



詳しいご案内やお申込み・お問い合わせは…
reBorn のタネ公式 LINE アカウント (<https://lin.ee/TAbv4rc>) まで!



「片づけて世界を優しくする」



「週末の土日のどちらかは、片づけの日と決めています。平日が忙しすぎて片づける暇もなく、どちらか一日はそうしています」とお話しくださったママがいました。

「本当はどうしたいと思っていますか？」とお尋ねすると、「本当は、“片づけないと”などの何の後ろめたさもなく、週末はおもいきり家族時間を過ごしたいんです。」これがママの切なる願いでした。

私は、そのママの心の奥にある家族への想いを、「今」叶えてほしい！！と強く感じました。

トイレにもゆっくりいけない、食事も食べた心地がしないほど慌ただしい日々、終わりがみえないと思っていた幼少期の子育ては、気づけば、あっという間に過ぎ去っていきます。我が家も、この春、末っ子が小学校入学し、3人も小学生になりました。もう「幼稚園ママ」ではなくなりました。また高学年の息子となると、家にいるよりも、友人との遊びが楽しくなり、外に元気に遊びに行くことも増えています。

冒頭のママが大切にしたい週末は、年齢的にも、家族みんなが揃う「今」だからこそ実現できます。年齢が変われば、時間の使い方も変わります。それを知っているからこそ、「今」叶えてほしいと願うのです。

その想いを胸に、一緒に45日のお片づけプログラムをスタートしました。

「モノが捨てられないんです…」とおっしゃっていましたが、片づけが進むにつれて「あれ？あんなに捨てられないと悩んでいたのに、何を手放したか、すっかり忘れてました！」と、スッキリしていく部屋をみながら、とても楽しそうに取り組まれました。もともとお持ちの明るさが、そのままストレートに表現されて、部屋も心も軽やかになりました。それは、家の中のモノへの執着を手放すことで、ご自身の心の執着を手放すことへ繋がったのだと感じています。ご家族とのコミュニケーションもとても円滑に進みました。お子さんの願いは、「自分の部屋が欲しい」でした。年齢を考慮して、子供部屋兼ママとの寝室という方法で、それを叶えることもできました。

部屋は年齢に合わせてフレキシブルに変化させることも楽しみの一つです。

一つ一つモノに向き合ったママは、不可能と感じていた平日の寝る前に部屋をリセットすることができて、今では、週末にご家族とやりたいことを楽しむ時間を送ることができています。

「本当はどうしたいですか？」自分の心の声を聴けるのは自分です。その心の声を叶えるサポートを心を込めて行います。「笑顔でありがとうが溢れる家庭・社会・世界を創出」するために♡

何か感じていただけたとしたら、ご感想などいただけたら嬉しいです。

LINE 公式アカウント

心をこめたお片づけ

@691xgbai



永松香織 さん (心理カウンセラー・キャリアカウンセラー)

- ◎産婦人科にて幸せづくりの教室開催中
- ◎片づけ × 心理学セミナー
- ◎たった45日で家まるごと片づけコンサルティング
- ◎建設会社にてママが笑顔になる片づけ講座開催中
- ◎心理カウンセラー
- ◎マナー講師

《現在の活動》

たった45日で家丸ごとお片づけコンサルティング
「こんな暮らしがしたい」15分セッション



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 発達障害の特性による働きづらさ感じていませんか

こんな悩み抱えて働いていませんか？

- 『周囲と上手くやってくれず仕事がつらい』
- 『みんなができる事が上手く出来ず、悩んでいる』
- 『今の仕事が自分に合っていないのではと感じている』

ディーキャリアでは発達障害の特性による働きづらさに工夫を行い、自分に合った働き方・職種を見つける事で、社会で活躍し続ける事を目標にしています。まずはご相談ください。



ディーキャリア 久留米オフィス お問い合わせはこちら **見学・無料相談会 随時開催中!**

〒830-0032 **TEL:0942-37-8817** 受付【平日 10:00-18:00】

アクセス：西鉄天神大牟田線「西鉄久留米駅」西口より徒歩4分
西鉄バス「シティプラザ前」下車 徒歩4分



凸凹が活きる社会を創る。 <https://dd-career.com/> ディーキャリア 検索

発達支援サポーター養成講座 動画配信中!! (レンタル視聴)

発達支援サポーター養成講座の内容をそのままに、オンデマンド配信のアーカイブを用意しました。

- 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
- 3 限目 発達障がいの方への就労支援について
- 4 限目 行動問題への理解と対応 初級編 3
- 5 限目 行動問題への理解と対応 初級編 4
- 6 限目 親亡き後に備えて ~新しい相続法を踏まえた遺言と相続~
- 7 限目 発達に課題がある人のための災害時の備えと対応のポイント



- 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日間は何度でも視聴可能です
- お支払いはクレジットカード(VISA/master/amex)となります
- JCBカードはPayPalにもご登録いただく必要があります
- 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



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

