

HappyMama

ハッピーママくらぶ
Club



「ヤマセミメス」

留鳥。山間の溪流付近に生息。

川にいるカワセミ（翡翠）に対し、山に生息するカワセミの仲間だからヤマセミ（山翡翠）。日本最大のカワセミ類で、キジバトよりも大きい。

「溪流の貴公子」などと形容されるほど姿・形が美しく、野鳥ファンはもちろん、溪流釣りファンにも根強い人気がある。清流の魚を狙い、ダイナミックにタイプして狩りをします。

鳴き声は「キョッキョ」と、体育館の床とスニーカーがこすれる音に近いです。

撮影前日は、丸1日、1度も姿を見せられなかったのですが、この日はオスとメスが同時に同じ木の枝に止まったり、何度も何度も水中にダイブしては、色々な場所に止まり色々な表情で、かれこれ3時間、かなり魅せてくれました。

この様に、ヤマセミは気まぐれで、手強いヤツなんです。大好きな鳥です。

No.

74

Photographer
とらま
野田寛馬

久留米市在住 19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春、明蓬館高校を卒業後、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。

アドボカシーに関する最近の話題

久留米大学 小児科教室教授 山下裕史朗

「アドボカシー」という言葉は、もう市民権を得ているでしょうか？どこかで聞いたことがある方は多いと思います。

「アドボカシー」とは、「代弁する」という意味です。子どもは自分から権利を訴えることが難しいので、おとなが子どもの代わりにその権利を代弁・擁護し、権利実現を支援することを言います。また、代弁・擁護者のことを「アドボケート」と呼びます。

日本では、2000年に行われた日本外来小児科学会のメインテーマが、「アドボカシーの時代へ」提言する小児科医」で米国のアドボカシー活動が初めて紹介されました。

招待講演された Katcher 教授は、うつぶせ寝が乳幼児突然死のリスクが高めるエビデンスに基づいて、「仰向け寝プログラム」を作り、小児科医に仰向け寝をさせることを啓発するよう指導したところ、乳幼児突然死が急激に減ったことがアドボカシーの成果であると述べました。

その後、外来小児科学会や日本

小児科学会内にアドボカシー委員会が設置され、活動を続けています。

小児科医の専門医取得のための身につけるべき役割の一つに「子どもの代弁者」があげられています。

専門医の役割に「子どもの代弁者」をあげているのは、日本小児科学会だけだと思います。

毎年、久留米大学の小児科医や医学生に講演をしていただいている聖マリアンナ大学小児科の清水直樹主任教授がカナダトロント小児病院に留学して学んだ一番大事なことが、アドボカシーだと述べられています。

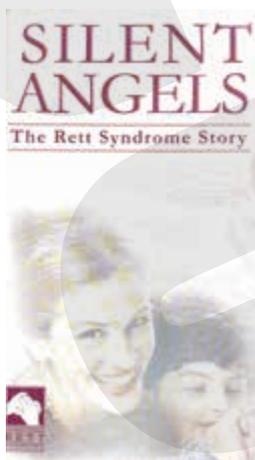
(以下、清水直樹 日本医師会雑誌 2002年寄稿文から抜粋)

「異国で何を学んできたかを一言で表現するならば、アドボカシーという言葉を使いたいと思う。

そこで働く小児医療に携わる者はみな、病いと歩む子どもたちのための毅然とした代弁者であった。小児救急医療を支える哲学や医療の実践も、すべてが例外なく、この明確な立場から出発していた。」

私たちがレット症候群という難病の親の会支援を始めた1980年代後半に米国の親の会との交流を持ちました。

その時、レット症候群の啓発目的で作られたビデオは、映画プリティウーマンで有名になった女優ジュリアロバーツが全面的にバックアップしていました。



今では、日本でも有名人が疾患啓発に協力することは当たり前になりましたが、当時は日本では考えられないことでした。





WARM BLUE KURUME

公式ページ

久留米でも、自閉症はじめ神経発達症の啓発を毎年4月2日に全世界で実施されている世界自閉症啓発デーにあわせて **Warm Blue 久留米** として実施しています。これもアドボカシーの活動の一つです。

話しやすい環境と人作りが大切ですね。
がこのトレーナーをされています。
にじいろCAPの重永侑紀さん

子どもの声を聴きとり、権利を守るための「アドボカシー制度」が2023年からの施行をめざして検討されています。「子どもアドボケイト（意見表明支援員）」と呼ばれる人を養成し、児童養護施設や里親家庭を訪問する活動です。
 福岡市では、NPO法人子どもアドボカシーセンター福岡が、アドボケイト養成講座を開きます（6日間、12講座、有料）。



子どもの声を聴きとり、権利を守るための「アドボカシー制度」が2023年からの施行をめざして検討されています。「子どもアドボケイト（意見表明支援員）」と呼ばれる人を養成し、児童養護施設や里親家庭を訪問する活動です。
 福岡市では、NPO法人子どもアドボカシーセンター福岡が、アドボケイト養成講座を開きます（6日間、12講座、有料）。

さて、私たちは子どもの話を真剣に聴いているでしょうか？代弁するためには、ゆっくり時間をかけて子どもの話を聴く必要があります。
 重永侑紀さんは、聴き役のお手本はワンちゃんだと言います。
 ワークショップで子どもに「家族の中でだれが一番話を聴いてくれる？」と問いかけると、「ワンちゃん」という子どもが多いそうです。
 自分も愛犬ラヴちゃんに毎日話を聴いてもらっていますが、いつでもいつまでもうっとりした顔をして聴いてくれます。
子どもに本当に向き合って話を聴いているか、話を途中でさえぎったり、否定していないか、私たちおとなは反省させられます。
 日本小児科学会と米国小児科学会との子どもアドボカシーに関する共同プロジェクトがこれから始まります。アドボカシー先進国の米国、小児科学会のノウハウを学び、日本でのより良いアドボカシー発展につながることを期待します。

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16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（七）

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

過度な正直さ、嘘がつけない正直な人かと思うと、平然と、しかもバレバレの嘘をつく人もいたりします。

そもそも嘘をつくのは難しいですよ。でも、皆さんは上手いでしょうか？ ぼぼぼぼ、軽い嘘は毎日ついてませんか？

軽い嘘ですよ。人を騙してどうかしてやろうという嘘はついていないと思いますが、「あれ、なんかはもうやった？」「したした！」というくらいのレベル。内心では「あっ！しまった！本当は忘れてたけど・・・」こう言ってしまう「くらいのレベル。でも、たいした事ではない。その程度のことば普通みんなしている。でも、それが苦手な人がいるんです。

先程も言いました。心理検査もいろんなパターンを示すので、未熟な専門家だとスコアだけ見て何か言う人もいますが、そういう簡単な事ではないです。ざっくり分けると、

1. 孤立しやすいタイプの人
2. とにかく、受け身な人静かだけ受け身。

3. 積極奇異型というのですが、もの凄くいろいろな所に関わってくるのだけでも、関わり方がかなり独特なので、「おぉ！」っと、ちょっとびっくりされる様な事が毎日の様に起こる人。

ざっくりとこの3つがあると言われていきます。同じアスペルガーですよ、自閉症ですよ、と言われても、結構そこに違いがあります。

これらはよくある特徴とされています。当てはまるとか、当てはまらないとか、いろいろ決めつけてしまわない方が良いのですが、多くの人は、外見上、喜怒哀楽が分かり難い人が多いです。表情が変わらないみたいに見える人が結構多いですし。

基本的な事を言うと、物理的な距離が近い方ともあります。女性では出来ないもので男性でやってみます。

（先生が司会者に近づく）普通のこのくらいの距離で初めて話すとしますね。

（先生）「こんにちは。」
（司会者）「こんにちは。」
（先生が更に近づいて）「こんにちは。」
（司会者、後ずさり）
「こんな感じなんです。」

ここはおーってなりますよね。おーってされると、本人は嫌われたとなるんです。家族は慣れているので、お母さんだったりすると、私の事まだ好きなのね、くらいであまり怒らないんですけど、それを、外でやるとびっくりされることが結構あります。

それから、誰にでも奇妙なほど丁寧な方があります。独特の丁寧さの方がおられますね。ちょっと言い間違っただけで叱られた経験がある人なんか多いかもしれないです。そうすると、とにかく、丁寧に喋ろうと思うので、どうかすると武士みたいになる人がいます。「お早う御座います」と、言われた事があります。

「武士？」と思いますけど、彼の苦労があるのですよね。多分、ちょっと目上の人にラフな挨拶をしてしまっただけで、叱られたのかもしれない。学校とかで。とにかく丁寧にやれば、安全だと。それが丁寧過ぎて、「えー」って周りから見えてしまう。苦労の歴史がそこここにたくさん出て来ます。

先程も言いました。文字通りの文字通りなんです。ニュアンスが読めない方もあります。良く言われますね。相手の気持ちを読み取るのが苦手なので、思ったまま口にする。「あーっ、そこでそう言っちゃった。」みたいなのが時々ある。

それから曖昧さが苦手おというのはよく言われます。「その辺」という指示なんかでも困る人が多いです。「その辺」じゃなくて「その机の2番目の椅子の前に置いて下さい」と言ったら、丁寧に出来る方なのに、「その辺」と言われると動けなくなってしまう。

それから、やたらと荷物が多い方があります。3つ4つくらいある。「どこか、ご旅行ですか?」と言うと、そのコンビニまで行くだけなんて事があります。そういう人は荷物の中身は凄いです。同じ物が別のバッグにぐわーっと入っている人がいますね。

収拾癖のある人も中にはいますね。関心がある物は徹底的に追及する人。好きな物がバーっとまとめて入っている人。あと、これは言いましました。音や匂いに超敏感です。

よくあるのが、計画を立てるのが苦手という特徴です。

大人になると計画を立てると言われるじゃないですか。ここで引かかるんですね。子どもの時は計画を立てると言われるけど、まあ、立てて終わりというのが普通の子どもじゃないですか。そうでもないですか?

僕は、夏休みの8月30日に毎年泣いている子で、宿題が終わらない子でした。29日位から大騒ぎする子だったんで。子どもはそれでもなんとかなるんですけど、大人だとそうはいかない。

また、よくあるのが、急な変更に対応できないという特徴。そのつもりで準備して頑張ってるんだけど、と

ても大変。そのちょっとした変更のところ引かかってしまう。それから、2つ以上の事を同時に進められないという人もいますね。1つの事は徹底的にやれるんですよ。寝ずに頑張れるんだけど、イレギュラーでもう1つの事を頼まれると、全部止まってしまふ。周りからすると、「こっちはまだ、時間があるっちゃけん、こっちを先にせな!そのくらい、分かるやろうもん!」と怒られるんです。だけれどもそうはいかない。計画立てるのが苦手だったりするので。

よくみられることで、体の動きがちょっとぎこちない人がおられますね。

初診の時に、自転車乗れますか?とか、スキップ出来ますか?とか聞くと、全然出来ない方もおられます。それらが出来ないからってみんな発達障がいではないですよ。

でもそういう証拠を集めて行って流れの中で判断していくことになります。

先程も言った特徴で、大きく分けると3つです。「社会性が乏しい」「コミュニケーションが比較的苦手」「想像するのが比較的苦手」。

いわゆる自閉症の人の特徴なんですけれども、社会性の乏しさ・・これはネガティブな表現ですよ

ね。乏しさ、苦手とダメ出しみたいな表現。でもそれを言い換えれば、社会性の乏しさと言うのは、枠にとられないとも言えます。自由な発想が出来る人だったり。職場の会議も決まった事しか言わない方がいい会議とかありますよ。そういう雰囲気や気を気にしませんから、思った事をぽーんと言われるんですよ。それが役に立つなんてこともあったりします。

また、実行力がある人も少なくなっています。周りがどう思うと気にしない人なので、他人の意見に左右されない力強さがあります。そういう風に生かしていくことが出来るし、人によっては独特の感性が役に立つ人もいます。

先程、言いましたけど、好きな問題はとことん掘り下げる力があるので、そこで発揮する人もいます。健康と言われる人は意外と適当ですもんね。周りを見ながら「これくらいでいいかな」と読めるんです。それを読まずにガーっと行きます。

(次号に続きます)



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



出会いから学んできたこと、行ってきたこと

臨床心理士 高原あきこ

自閉症の人達との出会い

前回は「子供の頃の体験が今につながる」というテーマで自己紹介させていただきました。今回は、自閉症の人たちとの出会いについてお話ししたいと思います。

自閉症（自閉スペクトラム症）とは発達障害と呼ばれるグループの1タイプであり米国精神医学会の診断基準（DSM-5）における診断基準では

①社会的コミュニケーションおよび対人的相互反応における持続的な欠陥

②行動、興味、活動の限定された反復的な様式、という症状があることとされています。

これはとても分かりにくい日本語です。私なりにわかりやすく言いなおせば

①は「対人関係をうまくとれない」

②は「こだわりが強い」ということになるでしょう。

けれども実際には様々な症状を示す方たちがおられ、私が出会った人たちもそれぞれが個性豊かに一所懸命に生きていました。

初めて自閉症の人と出会ったのは、40年前、私が大学1年生でした。

当時、私は経済学部で学んでおり、子供と遊んだり障害者のボランティアをしたりなどは全く専門外で、そんなことを自分がするということが考えられていませんでした。

ある日の昼休み、私は偶然、教育学部の友人Aさんと出会いました。Aさんから「今度の土曜日、予定がないならちょっと手伝ってくれない？ ちょっと人手が足りなくて」と言われて、誘われるままに行ってみた所は自閉症の子供たちと大学生が遊ぶ「土曜学級」という療育サークルでした。

そこには自閉症と診断された小学生が20人位、じっと座っている子もいれば、何かしゃべりながら走っている子もいれば、学生達と楽しそうに遊んでいる子もいればと、様々でした。

みな隣にいる担当トレーナーと呼ばれる学生と仲良くしていたことが印象的で「これが自閉症？ 普通の子供と同じようにみえるけど」と感じていました。

けれどもだんだんと独特の話し方をしている子、同じ質問ばかりしている子、いつもハンカチを振り回している子など、それぞれのこだわりもわかるようになってきました。

私のそこでの役割は、まずは子どもたちが危険なことをしないように見守る役でした。

初めの何回かはどの子供からも相手にされず、自分が空気のような存在に思えて「私、ここで役に立っていないんじゃないか。なんで来ているんだろう」とちょっと寂しくなっていました。ところが参加して2か月目、B君という男の子（当時10歳）が、無言で突然私に肩車を要求してきました。

彼の希望のままに肩車してあげて一度プレイルームをグルーッと回るとまたやってくれというように肩車を要求するということがありました。それからB君の肩車の相手役としてプレイルーム中を走り回るようになり、その役目がとても楽しくなりました。

その後、私はB君を含めた数名の子供たちの担当トレーナーとなり、子供たちの宿泊キャンプの企画等をする係となり、だんだんそのサークルで自分の居場所ができました。

大学卒業後、彼らのことをもっと知りたいと思い、大学院で障害児心理学を専攻し自閉スペクトラム症の心理学や支援の方法について学びを深め、臨床心理士という資格を取

得しました。

初めて遊んでくれたそのB君とご家族とは、40年たった今でも年賀状での交流は続いています。

現在は、自閉症のことを理解する人も増えてきました。日本では10人に1人くらいは自閉スペクトラム症を含む発達障害であるという学者もいます。しかし私が彼らに出会った頃は2000人に1人くらいしかいない、滅多に会えないタイプの人達だと思われていました。

約40年前に偶然、自閉症の人たちとのつながりが生まれ、私の運命も変わりました。この縁を大切に、これから自閉症の人達が楽しく、生きやすい社会となれるよう私なりに精一杯頑張っています。

今回もありがとうございます。次回は心理劇という支援技法について書かせていただきます。

高原あきこ氏 プロフィール

昭和61 九州大学経済学部卒業
平成2 九州大学大学院教育学研究科
修士課程終了
平成4 同大学院博士後期課程中退

複数の社会福祉法人での障害児・支援者。北九州大学、長崎大学、熊本大学で臨床心理・障害児心理学の研究や研究に携わる。H23より熊本大学教授、H24より3年間熊本大学教育学部附属特別支援学校校長を兼任。福岡発達障害療育研究所所長、他。臨床心理士。

【ハノンO&N】どっもお口もハッピーに

マスクを日々つける生活になって長くなってきましたね。

音楽の授業もなかったり、昔では考えられないことです。

子供たちも大きく口を開けたり、大きな声をだしたりできなくなっているようですね。

筋肉は使わなければ衰えます。入院生活が長くなると筋力の低下に驚くこともあると言いますよ。

口も筋肉の集まりです。大人の場合は衰えます。

しかし、子供の場合はそもそも育たないという事態になります。

口を大きく開けると「顎が痛い」「口が開いている」「飲み込みがうまくできない」「ろうそくの火を消せない」「う」の口ができないなど日常生活でのサインも出ています。

こんな時には【ハミング&うた】がおすすです。

ハミングは舌を上あごに挙げます。鼻呼吸の練習にもなります。

歌を歌うと飲み込み力に必要なのどぼとけの上下運動を活性化します。

唾液もたくさん出てきます。

なにより気分がハッピーになります。

お子さんと一緒に好きな童謡など歌ってみませんか？



みやのじん歯科クリニック

本田 祐佳

〒839-0801 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 →



講座動画レンタル視聴 配信中!!

最先端の情報を学べる講座をオンデマンド配信のアーカイブにしました。
お時間のある時にスマホやパソコンでご視聴いただけます。



- 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日間の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) が必要です
- JCB カードは決済サービス PayPal にもご登録いただく必要があります



発達支援サポーター養成講座

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



ハピママ学習室

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



ハピママTV

様々な立場で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。どんな話題が飛び出したのか?!ぜひ見てください!!



チャンネル登録を
お願いします!!



新規講座開催中



ハピママ学習室

「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れ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。



朝倉博実 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10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。



長瀬慎一 先生 [NPO法人さくく 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～

今やなくてはならないインターネット。でも使い方次第では子どもの脳や生活習慣に大変な障害を残してしまいます。ゲームとの上手な付き合い方や障害について知る大切な講座です。



福永晴香 先生 [言語聴覚士]

言語聴覚士が考える、しあわせ子育て

言語聴覚士である福永先生も講座は、親も子ども楽しく幸せになるためのアイデアが満載の講座です。言語聴覚士の目線での子育て法です。どんなお話になるのかお楽しみに!

見逃し配信、復習にも最適!

オンデマンド配信 で いつでも視聴

配信された講座は順次アーカイブされていますので、お時間のある時に視聴が可能です。お支払い後一週間は何度でも視聴可能です。



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



サポーターの皆様

久留米ゼミナール

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

株式会社 幸愛

とみおかレディースクリニック

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

サービス付き高齢者向け住宅
カーザ ドルチェ

株式会社 関家具

大善寺自動車学校

株式会社 種商

古賀内科クリニック

育成進学館

長野 照子 様

竹下 百恵 様

榎田 美恵子 様

江口 裕子 様

古賀 幹子 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

水城 久美 様

久保田 そよ子 様

矢野 香 様

暖かいご支援、ご理解に感謝しております。

発達障害って？

物の見方が変われば人生楽しい

発達障害は個性！

柳家 花緑・花飛 講演会

公演日：2022. 5. 8

13:00 開場 / 14:00 開演

共同ホール / 3000 円 ❀ ZOOM / 2500 円

主催：NPO 法人ハッピーママくらぶ

info@happymamaclub.or.jp

☎ 080-4289-0706 (鳥村)



柳家花緑
(やなぎや・かろく)



柳家花飛
(やなぎや・かっとび)

HP はこちら



reBorn のタネ

一生に一回の人生。やりたい事をやる人生にしようと思った20代 (3)

友人の前原正子さんが書かれた記事をご紹介します。今回は第三回となります。

この記事は天狼院書店の講座『人生を変えるライティング教室「ライティング・ゼミ」』を受講された際のものであります。

S

今、一生懸命に家族で生きている。そんなSさんとご家族に、今、看護師である私が出来ることは何か？ 一生懸命に私なりに考えた。結果、暖かな春。来年の春を迎えられるか分からない状況と主治医から聞き、とっさに思いついた！

病院内で一番綺麗な桜の見える場所へ行くこと。

澄み切った空気を肌で感じながら、綺麗な景色を見て子供たちと触れ合える屋上に行くこと。

Sさんの体に負担なく、安全にそれらの場所へ行けるように、主治医と綿密に打ち合わせをし、点滴の時間も調整してもらい、師長や先輩看護師にも相談した。一般病棟でここまでする事は珍しい。恐らく、他のスタッフからしたら、こんなに忙しい時に何してるの！？ 緩和ケア病棟じゃないんだから！ と思われてたに違いない。でも、私はどうしても実行したかった。

そして、遂にその日が来た。

2回とも天気の良い日で、Sさんの笑顔、ご家族の笑顔が、とにかくキラキラしていて、涙が出そうになった。少しでも、今日という日が、Sさんとご家族にとって、素敵な思い出の日になります様に。そう願いながら、その日の勤務を終えた。

Sさんの退院日。今後は、もう治療はなく、外来フォローアップで自宅で過ごすことになった。

また元気な姿で会えるかな？ いつまで病棟に顔出しに来れるかわからない状況。

色々な感情を持ったまま、Sさんとご家族を見送った。

それ以来、会うことはなかった。

(次号に続きます)



reBornのタネ 代表 榎藤みさの
(社会福祉士・子育て支援員)

- ・誰もが安心して過ごせる居場所『みんなの居場所∞はんもっく』開所
- ・マタニティクラス開催中(個別対応は随時募集)
- ・マタニティロゼット、アニバーサリーロゼット作りを通じて一歩前からの子育て支援(つながりづくり)

講座のお申込み
お問合せ



LINE公式アカウント



「和み」とは

障がいのある方が、地域で安心して自立した日常生活(ひとり暮らし)・就労を営むことができます。毎日を楽しく生活していただけるよう、きめ細かいサポートと相談しやすい雰囲気づくりを心がけております。

共同生活援助

和み

NA GO MI



株式会社 MYスタイル ~「和み」は 株式会社MYスタイルが運営しております~
〒830-0022 福岡県久留米市城南町8-24 ステーションビルII 206 《Tel・Fax》0942-65-8220



「片付けで世界を優しくする」



あるママのお話です。「講座を受けた後、早速、玄関に飾っていた床置きの大きい赤い置物を移動させてみました。それは、家族旅行の記念に買ったもので、いつでも目につくように、と玄関に飾っていたものでした。もう何年もそこに置いていたので、何の違和感もなく置き続けていたのです。

でも、今回移動させてみて、とても驚きました！存在感があった大きな赤い置物がなくなると、玄関がとってもスッキリとした空間になったのです。今まで玄関＝「赤」のインパクトが強かったのですが、白い壁があらわれて、明るくなったようにも感じます。

そして、帰宅した夫も「玄関がスッキリして、気持ちがいいね」と言ってくれました。普段は、部屋のことに何も言わない夫が、変化に気づいてくれたことも嬉しかったです」と笑顔で話してくださいました。私は聞いていて、ママの素直な行動の一步が、ご自身とご家族皆様にとって劇的な変化に繋がったことこそが、とても素敵だなと感じました。

今回の場合、劇的な変化と感じられたポイントを3つ挙げてみます。置物が①大きい②赤い色③玄関入ってすぐの目に付く場所にあったことです。

玄関は、一日の中で必ず通る場所です。そして、人の五感の中で「視覚」は、脳に影響を与えやすいとも言われています。毎日出入りする玄関に、インパクトの赤いものが常にあると、無意識にも視覚にいつも入っていることになります。

今回、それを別の場所へ移動させたことで、空間に余白ができ、スッキリして気持ちよく感じられた、と

いう変化に繋がるのです。

また、場所を変えただけで、おうちの印象も変わります。なぜなら、玄関は、ご家族に加えて、お客様も目にするところだからです。玄関の印象は、おうちそのものの印象に直結するので、お気に入りの空間でいていたら素敵ですね。

リラクセスして、ちょっと周りを見渡してみてください。玄関や部屋の中にあるモノで、いつの間にか風景化しているモノはありませんか？

部屋を写真に撮ってみると、客観的な視点を持つ事もできます。風景化したモノに気づいたら、一度「本当にベストな場所？」という問いを立ててみてください。何かに気づけるかもしれません。

部屋と心はつながっています。心は見えないからこそ、目に見えるお部屋を通して、ご自身の心を見ることが出来ます。おひとりでも難しければ、いつでもお尋ねくださいね。毎回、ご質問やご感想を頂戴しありがとうございます、とても嬉しいです。

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



LINE公式アカウント

- ◎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
- ◎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



永松香織 さん
(カウンセラー)



“できた!”
を
ふやして自信につなげる

利用者さん募集中
相談支援員・保育士
社会福祉士・言語聴覚士が
在籍しております。

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**  なないろ店

お子様のご様子に不安を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



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 ディーキャリアではあなたの悩みに合わせた
対処法を学べるプログラムを行っています。

皆さん会社で上手くいらっていますか？

- ・対人関係が上手くいかない。
- ・ストレスによる体調不良になった。
- ・生活リズムの乱れで勤怠が安定しなかった。
- ・仕事内容が合わなかった。
- ・勤務先から理解が得られなかった。

もしこんな経験・悩みがあったら、
ディーキャリアに相談してみませんか。





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4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/>

園児から高校生まで対応できる講師陣が、学校や他塾のサポート・
苦手科目のみ・早期学習などのご要望に柔軟な対応で応えます。



0942-80-1787

久留米市諏訪野町2162 錦芳ビル2F
<https://rev-k.com/>

**2週間無料体験
実施中**

LINE 公式アカウント ▶

