

# HappyMamma

No. 84



ママがハッピーなら子どもはだいたいハッピー♪

- ACE  
～子ども期の逆境体験の心身への影響～
- 行動分析学的子育てのすすめ  
～アメとアメ無しの極意～
- 出会いから学んできたこと、  
行ってきたこと



心を大切にした歯医者さん

reBornのタネ  
おかあさん、なあに？が言えるまで①

片付けで世界を優しくする

Photographer とうま 野田寛馬

久留米市在住 21才  
4才の頃にASD・ADHDの診断をうける。  
小4～中3までの不登校を経て、明蓬館  
高校卒業。その後イラスト専科の専門  
学校を卒業。現在、キャラクターデザ  
イナー・フォトグラファーとして活動中。

## — カワセミ (久留米市にて) —

宝石の翡翠(ひすい)は、カワセミの色から名づけられたもの。カワセミはまさに「飛ぶ宝石」なのです。私が野鳥を撮るようになったのも、この綺麗なカワセミを見つけてから。

餌となる魚やエビなどを足場に叩きつけ弱らせてから頭から飲み込むのだが、繁殖期になると、オスがメスに小魚などを口渡しでプレゼントをします。しかも、ちゃんと弱らせて魚の頭をメスの方へ向けて差し出すというジェントルマンっぷり。そして、メスがオスからのプレゼントを受け入れてくれたら、ふたりは晴れて結ばれます。

このカワセミはメス。下のくちばしが赤く、口紅を塗っているように見えます。ちなみにオスは黒いくちばしです。

# ACE（エース） 子ども期の逆境体験の心身への影響

久留米大学 高次脳疾患研究所

柳川療育センター施設長

山下裕史朗

2024年2月3日に開催された「子ども理解を深めるための連続講座 in KURUME」で龍谷大学社会学部准教授の三谷はるよ先生のご講演「子ども期の逆境体験（ACE）の影響を緩和するために地域でできること」を拝聴しました。

私が初めて ACE（Adverse Childhood Experiences の略）という言葉を知ったのは、米国の小児科学バイブルとも言えるべきネルソンの教科書の記載からでした。総論…小児の健康問題で年代別に「新しい病気」が紹介されています。

1982～1993年では、「虐待とネグレクト」が新しい病気としてあげられていましたが、2010年以降は、「虐待とネグレクト」が「ACE」という言葉に代わっていました。ACEが成人後の様々な心身の疾病につながり、寿命短縮にも関係していることが記載されています。

初期の概念は、家庭レベルでの心理社会的トラウマが ACE とされていますが、最近ではもっと広くコミュニティでの暴力目撃、貧困、いじめ。差別などから来るストレス等も含むより広い概念でとらえられています。

三谷先生のご著「ACE サバイバー…子ども期の逆境に苦しむ人々（ちくま新書）」によると ACE（子どもの逆境的体験）とは、0歳から18歳までの子ども時代に体験するトラウマ（心の傷）となりうる出来事を指す言葉とされています[1]。

自分自身に次のような過去の体験があるかチェックするアンケートには、身体的虐待、心理的虐待、性的虐待、身体的ネグレクト、心理的ネグレクト、親との別離、近親者間暴力、家族のアルコール・薬物乱用、家族の精神疾患・自殺、家族の服役の10項目が問われています。

ACE 研究は世界的広がりをみせているのに対して日本では実態やその影響については一般の人々には知られていません。ただし虐待を受けた小児に発達障害の歪みをきたしやすさとは、児童精神科医の杉山登志郎先生が「第4の発達障害」として専門家の間ではよく知られています[2]。

海外の96文献をレビューした最近の研究では、ACEスコアが「0」の人と比べて「4以上」の人が抱えやすい疾患・問題は心身の健康よりも心理社会的・行動的アウトカムの

方が調整オッズ比（疾病のなりやすさ）は高くなっています（表）。特に自殺未遂の値が7.3というのは目を引く高さです。アメリカでは6割の人が ACE を一つ以上経験し、日本での2万人を対象とした生涯 W E B 調査（LSW）でも約4割が ACE サバイバーであることがわかりました。ACE サバイバーは、決してマイノリティーではないのです。



ACEスコアが「0」の人と比べた場合の「4以上」の人が抱えやすい疾患・問題（調整オッズ比）

## ■医学的アウトカム

虚血性心疾患	2.3
胃腸疾患	1.5
呼吸疾患	2.6
心身の痛み／頭痛	2.0
睡眠障害	1.6

## ■心理社会的・行動的アウトカム

喫煙	1.9
飲酒問題	4.3
抑うつ気分	3.2
危険な性行動	2.8
違法薬物使用	3.7
自殺未遂	7.3
素行の問題	2.0
健康状態／生活の質の悪さ	2.7
暴力の被害	5.0
心理的ディストレス	5.6
パニック／不安	6.8

注：有意な結果のみ掲載

出典：Petruccelli et al. (2019)

そしてわが国でもACEが慢性身体疾患・精神疾患、心身の不調、社会経済的困難、未婚・離婚、社会的孤立、世代間連鎖をもたらすことがわかりました。CDC（米国疾病予防管理センター）は、ACEが公衆衛生上の危機であると捉え、「ACE防止戦略」を2020年に発表しました。三谷氏は、地域にできることとして、保護因子（リスクの悪影響を相殺する要因）を強化するアプローチを地域で増やしていくことを強調されました。

保護因子とは、良好な人間関係であり、人間で傷つけられたものは人間で癒やしていくしかないのです。子ども期にPCE（Positive Childhood Experiencesの頭文字）18歳になるまでに経験された子どもの帰属意識やつながりを構築できるポジティブな体験を地域でさせることが重要なのです。

子ども食堂もそのような場になるでしょうし、保護的体験を与える学校の事例として大阪市立田島南小中一貫校の「生きる教育」や学校を中心とした地域づくりの例として東京都三鷹市「スクールコミュニティ」等を三谷氏は紹介されました。

前述したLSW研究では、以下の5つのPCE項目についても回答を求めました。

- ① 自分の気持ちを家族の誰かに話すことができた
- ② 大変なときに家族の誰かが支えてくれたと感じた
- ③ 自分を気にかけてくれる親以外の大人がいた
- ④ 家庭以外に居心地の良い居場所があった
- ⑤ 友達または恋人に支えられていると感じた

前記PCEの項目数が増えるほど重度のうつ・不安障害、自殺念慮の生じやすさ、貧困、社会的孤立が低くなることが示されました。しかしながら、現代日本は、世帯人数の減少、地域での人の交流の減少に直面しており、個人の努力では限界があります。社会の取り組みとしてPCEや子育て期のソーシャルサポートを親子の周囲に組み込める仕組みを各地で構築していく必要があると三谷氏は力説されました。

#### 参考文献

- 1 三谷はるよ著 ACEサバイバー〜子ども期逆境に苦しむ人々〜 ちくま新書 2023

- 2 杉山登志郎著 子ども虐待という第4の発達障害 学研 2007

### 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(代議員)
- ハッピーママくらぶ顧問

# 行動分析的子育てのすすめ（アメとアメ無しの極意）（4）

元春日原小学校長 朝倉博実

2022年7月に行われたセミナーの内容を連載しています

どうぞ春日原小学校のホームページをスマホやパソコンで良かったら開けてみてください。職員が毎週自分の学年ページを更新しています。教頭や地域コーディネーター、栄養職員も更新します。特別支援学級のページもあります。子どもたちがタブレットを使って毎週更新しています。子どもたちが自分で文章を打って更新し、そこに先生がコメントを付けています。

ホームページは毎週きちんと更新するので、今の学校のリアルを常に発信しています。特にコロナ禍においてホームページには力を入れました。重要なツールです。保護者の方がなかなか学校にお見えになれない時期でしたから。今でも校内に文化として残っています。校長や教頭が異動していなくなっても、多分先生方の文化としてこれからも根付くだろうと思います。

もう1つ加えれば年度当初の4月はすぐに更新しません。4月一ヶ月間は前年度一年分のページを凍結し

ます。4月の末日に全部一斉に更新します。だから一ヶ月間は新しく進級した学年の一年間分の学習活動をずっと遡ることができます。一年間どんな活動を子どもたちがしたのか、写真付きでたどることが出来ます。PTAのページだったらPTAの方々の一年間の活動が全部たどれます。

その他の行事についても、遠足とか入学式とか学校行事についてもたくさん見ることが出来ます。日頃の校内での出来事、地域との連携の姿とか一年分を全部辿れるように4月の一ヶ月間ホームページを凍結して、4月の末日に一斉に更新します。その後は、一週間ずつ一年間の実践を積み上げていくということをしていきます。

たくさん情報を発信し、子どもたちや職員のいいところを見てもらって、子どもたちがこんなに頑張っているっていうことを互いに知るということ。そういうことが実は大事なことです。僕は、13年間通常級を担任してい

る時も特別支援学級を13年間担任している時でも自由参観学級でした。だから、いついかなる時に保護者の方に学習活動を参観してもらっても大丈夫でした。何なら、昼までいらして給食も食べてもらったこともありました。その後すぐ校長先生から呼ばれて「やりすぎ、ふざけんな」って怒られたことがあります（苦笑）。

でも、朝から下校時間までいた親御さんが何人もいました。嬉しかったのはあるお父さんが「先生、明日一日密着させていただきますか。」と言われるので「どうぞ、どうぞ。でもなんですか。」って聞いたなら「今度引っ越すんです。」って「思い出にね、この子の一日にずっと密着します。」と。そんなお父さんもいました。僕は何も特別なことをするわけでもなく、いつも通り子どもたちとグラグラ笑いながら遊んだり、学習中も冗談を言い合ったり、昼休みはみんなドッジボールもしました。まあいつものことをいつも通りにしたってだけですけどね。

それから、1年生の担任をした時のこと、思い深いお母さんがおられて、「先生、授業に参加していいですか？」って聞かれたことがあります。「あ、どうぞどうぞ。」って答えました。算数の授業でした。お母さん用に机と椅子を持ってきて「お母さんどうぞ」って机に座っていただきました。一桁と一桁の足し算の答え合わせをする場面のことでした。

「2+3=5です。いいですか?」「いいです。」「3+3=6です。いいですか?」「いいです。」「みたいな一桁の計算をずっと言っていくところですね。丁度、お母さんの番になってそのお母さんが「2+5=7です。どうですか?」「いいです。」と。そんなやりとりがあって、まあ単純な1桁の計算なので当然正解なんですけど、翌日そのお母さんから連絡帳でこんな手紙をいただきました。「私は娘にこれまで、もつとはつきり答えを発表しなさいとか、手を挙げなさいと言ってきました。でも一時間目の算数の授業に参加してみ

『2+5=7』であることは分かってるんだけど『2+5=7』です。どうですか？』って聞く時にドキドキしました。それで、周りの子どもたちが『いいです。』って言った時にもごく嬉しかったです。だから私はこれから、娘にもっと大きい声で発表しなさいとかそういうことをむやみに言うことを止めます。」と。

僕は、すごく感動しました。あー、授業に参加していただいてよかったなあと思いました。お母さんは初めて娘さんの気持ちが分かったんだなあと思いました。子どもたちって、ドキドキするんですよ。だって大人の頭で「2+5=7」に決まってるんですけど、「どうですか？」って聞いた時に、母親は「ドキドキしました」って言うてるんです。「やっ」と私は、娘の気持ちが分かったんです」ってね。良かったなあと思いました。

みんな誰だって仕事が忙しいじゃないですか。学校が勝手に決めた参観日に、そんな誰しも都合を合わられるかって話です。仕事で難しい人がいますから。だから僕は保護者の方たちに、「いつでも見に来てください」って言ってました。僕は、そういうことが大切だと思ってます。春日原小学校のホームページ開けていただければ、ほぼリアルタイムで情報にアクセスすることができ

ます。良いも悪いももう今のリアルを流すっていうことで、ずっと更新し続けています。それが多分「Non-punitive school」(罰なき学校)なんだろうな、僕の考える「Non-punitive school」の一つの姿かなあと思っています。

(つづく)



**ハピママ学習室 2024**

※この講座は久留米市絆づくり推進事業費補助金を利用した事業です

10:30~12:30

6/8 Sat → 7/13 Sat → 9/14 Sat → 10/12 Sat → 11/16 Sat → 12/14 Sat

お申し込み・お問い合わせ [info@happymamaclub.or.jp](mailto:info@happymamaclub.or.jp) 080-4289-0706 (鳥村)

## 朝倉 博実氏 プロフィール

通常学級担任を13年経験の後、特別支援学級を13年担当。自閉症を始めとする様々な発達障害のある子どもたちと特別支援学級にて日々学習。小学校の校長として在任期間中も、通常学級に在籍している発達障害のある子供達及び、その周辺の子どもたちと保護者のサポートに尽力した。県内外の学校や支援団体において講座依頼があり、特別支援学級在籍児童だけでなく広く通常学級在籍児童についても行動理論や学習理論、現場での実践について講話指導助言、及び研修プログラムを実施している。

平成23年 ..... 第29回日本行動分析学会年次大会(早稲田大学)にて論文発表  
 平成25年 ..... 第31回日本行動分析学会年次大会(岐阜大学)に参加  
 平成29年 ..... 九州学校保健学会(久留米大学)にシンポジストとして参加

◎ 日本行動分析学会正会員 ◎ 元春日原小学校長



講座の動画をレンタル視聴できます!

**ハピママ  
ビデオ学習**

vimeo  
ON DEMAND

ハピママクラブが開催した講座は、ビデオ・オンデマンドの配信にてご視聴いただけます。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。ぜひ受講してより良い発達障害の理解と対応の参考にご活用ください。

1. 第2回発達支援サポーター養成講座 全6本
2. ハピママ学習室(2021年版) 全7本
3. ハピママ学習室(2022年版) 全5本
4. ハピママ学習室(2023年版) 順次更新中!

各講座1本につき 2,000円(税込)より

- 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をご利用いただく必要があります



# 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

## 自閉スペクトラム症の

## 「こだわり」について

Happy Mama の読者の皆様、お元気ですか。前号で書きましたように、私は現在福岡市内にある指定障がい者支援施設桜岳（おうたけ）学園の管理者（施設長）となり、成人の知的障害や自閉スペクトラム症の人たちの生活介護と入所支援を行っています。そこで、自閉スペクトラム症の人たちの生活から改めて学ぶことを紹介していきます。

読者の皆様はよくご存じと思いますが、自閉スペクトラム症の特性として「対人関係の困難性」「こだわりが強い」「感覚過敏、一方で、感覚鈍麻」等々があげられます。今号では、「こだわり」に関して事例を紹介します。なお、事例の内容は、個人が特定されないようその本質を損なわない程度に加工している部分もあることをご了承ください。

食事について、自閉スペクトラム症の人たちに「偏食がある」人は多いと言われています。当学園にも、そのような方はたくさんおられます。その偏食は食べ物の味の好き嫌いではないことも多く、食べた時の口の中の触感・見た目（形や盛り付け）・匂い・温度などで好き嫌いを決めていることがあります。

例えばAさんは、パンがとても好きと聞いていたのに、朝食のパンを入所当初は全然食べてくれませんでした。給食のパンは、食パンも生のもまなので試しにトースターで焼いてみたら、完食してくれるようになりました。

ピラフや五目御飯のような混ぜご飯がでると、Bさんはお米と具を全部いったん分けて、それぞれ食べますし、Cさんは野菜の具だけを食べる、Dさんはお肉の具だけを食べるなど千差万別の食べ方をされます。

ご飯が大好きらしいのに、ご飯を食べないEさんに対しては以前入所されていた施設の支援者にお尋ねしました。そうしたら、「あるメーカーのふりかけをかけ、小さいおにぎり

にしたら食べてた」とのこと、やってみるとそうでした。

全部食べないと気が済まない人は、すきも嫌いもなく出てきたものをいつも完食します。一方で、一品でも苦手なものがあつたら、全て食べず捨てるということをしてしまった人もいました。



次に集団生活ゆえに、騒音・雑音問題は必ず起こります。

Fさんにとっては大好きな音楽でも、他の人にとっては雑音になることもあり、お互いへの思いやりはやはり難しいので四苦八苦しています。また、Gさんの笑い声が嫌で、「うるさいよ」と、もっと大きな声で叫びだすHさんがいて、さらにそれにJさんが反応するなど、とても賑やかな（？）時間帯もありました。そのため、イヤーマフの着用、場所の調整、時間やボリュームなど最低限のルールを決める等々、支援の手立てをあれこれ工夫しています。

2月過ぎると、ご飯の残食もかなり減ってきました。毎日、三食共にすることで見えてくるものがあり、それぞれがおいしく食べられるように支援出来てきました。



音に関しては、集団だから良かったこともあり。年配の入所者Lさんは懐メロ、中でも美空ひばりの「お祭りマンボ」が大好きです。その曲をお部屋で聞いていると他の若い入所者たちが興味を示すようになり、集団活動するお部屋で「お祭りマンボ」を聞いて踊ったりするまでになりました。今までは聞いたことがない曲に触れ、新しい世界が広がるなんてとてもうれしいことですね。

これからも一人一人の幸せを願い、集団の良さを生かして人との交流を行いながら、支援できるよう頑張っています。

今回もありがとうございます。次回も高原が体験したことを、事例をまじえ紹介していきます。



## 高原 あきこ氏 プロフィール

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学障害児心理学の研究や研究に携わる。平成23年より熊本大学教授、平成24年より3年間熊本大学教育学部附属特別支援学校校長を兼任。令和5年10月よりおうたけ桜岳学園管理者。福岡発達障害療育研究所所長、福岡子ども発達センター さくら園 園長、他。臨床心理士。



- 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

## 心を大切にしたい歯医者さん

みなさんにとって、歯医者さんはどんな場所？

私は

- ◆ 苦手な場所
- ◆ 覚悟を決めて行く場所  
でした笑
- ◆ 虫歯を作ってしまった

◆ 私が悪いから治療しないといけない

◆ 痛くないけど削られる

自分を責めて、被害者のようにも振る舞う。こんな感じで幼少期過ごしてました。

そりゃ嫌いになるわ笑

そんな私も『歯と心を大切にしたい歯医者さん』でありたいと思い、今では個性鑑定学を活用しながら、子どもたちに合わせた関わり方や、歯はもちろんのこと、親子の心を大切にしたい歯医者者をしています。

おかげで、今の私は患者さんとして、歯医者に通っても、幸せなことだなーと、自分自身の認識まで書き換えられました！

これも皆さんとの出会いあってこそ♡

私は今日も私とこの世界を良くするために皆さんとお会いできる事を楽しみにしています♡



### 本田 祐佳 みやのじん歯科クリニック 副院長

小児、小児矯正担当。歯科医師18年目、2児の母。

私のミッション【愛し愛されるママパパを増やし、愛される子どもたちを増やす】  
フッ素塗布、歯科検診、治療、歯科矯正、歯並び相談、3歳未満児のご相談・サポートなど。切れ目のない支援を行っております。お気軽にお尋ねください。



みやのじん歯科  
クリニック

柳家花緑講演会

「頑張る」人生から「感謝」する人生へ

捉え方で日常は変わる！



2024年8月25日(日)

13:00 (開場) 14:00 (開演)

会場 筑水会館 (久留米大学医学部 旭町 67)  
または zoom 配信視聴

参加費 会場 3,000 円 : 配信 2,500 円 (zoom)



### チケット購入方法

- ハッピーママ直申込 (右の QR より)
- チケットぴあ
- 石橋文化センタープレイガイド
- 石橋文化センター情報サテライト (シティプラザ内2F)



【主催】 NPO法人ハッピーママくらぶ、ギフトッドの会  
【協力】 ちくご業の花ライオンズ久留米ひまわり支部  
【後援】 久留米市、久留米市教育委員会、久留米市医師会、KBC九州朝日放送、RKB毎日放送、TNCテレビ西日本、西日本新聞社、読売新聞社

# 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

東建工業株式会社

とみおかレディースクリニック



ハッピーママクラブでは企業様、個人様を問わず随時サポーターを募集いたしております。

皆様にたくさんの情報をお届けしたいと頑張っております、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

お問い合わせ先：080-4289-0705 (鳥村)

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 久留米営業部(631) 普通 3013651  
特定非営利活動法人ハッピーママクラブ  
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、ハッピーママクラブ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。



# reBorn のタネ

## おかあさん、なあと？ と言えるまで ①

息子が放課後等デイサービスを利用するようになってから、数ヶ月が経ちました。療育の開始時期は様々で、3歳ころまでにはスタートする方が良いとかせめて5歳までには…と聞いたことがありましたが我が家の利用は小学6年生になってからでした。

しかし、困り感がそれまで無かったわけではなく、何度か専門家に相談に行ったり学校の先生に相談もしていました。それでも事業所の利用に結びつかなかった理由はいくつかあります。その最も大きな理由の一つが【事業所を利用することで、周りの人からどう思われるか？】が気になったからです。それは私もそうでしたし、息子本人もそうでした。

障がいがある、他と違うということを周りの人はどう思うだろうか？そればかり気にしてなかなか話は進みませんでした。その間にも学校では忘れ物や無くし物が多く、自宅に帰ると衝動的な言動に家族が振り回され、互いにピリつく日も少なくありませんでした。

転機は私がお縁を頂いて通所事業所で働くことになり、息子の2番目の希望であった「(療育施設に)お母さんが居ること」が可能となったことで訪れました。それからは周りの皆さんのお陰で相談支援専門員さんや児童発達支援管理責任者さんとお話できる機会を頂いてスムーズに話が進みました。

そうして息子を中心として様々な人が真剣に話し合う中で、私自身も冷静にこれまでの子育てや息子のことを振り返る事ができました。客観的な視点で息子がどのような点で困っているのか？お聞きしながら母親として日常の息子の言動と照らし合わせて、最終的な目標を決めました。(支援目標・援助の方針のことです)

家族として息子の言動で困っていることが実際に沢山あった

のですが、支援員さんに息子がどうなって欲しいかと聞かれた時、私は迷わず「自分が幸せと思える人生を歩んで欲しい」と答えました。そして、そのために「まずは息子にとって安心できる居場所が増えて欲しい。安心した環境の中で感情を言葉で伝えられるようになり、自信をつけて欲しい。」とお伝えしました。

もちろん、息子と支援員さん児発管さんとの直接面談も行われ、本人の意向も丁寧に聞いていただいた結果、息子自身の願い(思い)も「安心して過ごせる居場所」と「自信をつけたい」とのことでした。この結果をもとに支援員さん等が息子を中心に計画を立ててくださり、支援が開始となりました。

本当に利用を開始することが息子にとって最適な選択なのか？迷う気持ちは未だありましたがそれ以上に、息子のことを私一人で悩み、背負うことがなくなったことにとっても安心しました。

母親として全ての迷いを拭き去ることは出来ませんでした。利用を開始してからのお話は次回に続けたいと思います・・・^^



reBorn のタネ 代表 榎藤ひさの  
(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」



「話を聞いてもらえる相手がいるって、こんなにもありがたいことなんだと改めて感じました」先日クライアントさんからいただいた言葉です。その方は、大切なご家族とこれからの新しい生活に向けて、具体的に行動をしていた時、ふと「このまま進んでいいのかな？」と感じたそうです。共通する方との間で私の名前が出てご連絡をいただきました。

お話をゆっくり伺っていると、その行動の奥底にある「本当の願い」が、声にならない声として聴こえてきました。お話を一通り伺った上で、私を感じた心の声のをお尋ねしてみると、「そうなのです、本当は〇〇を最初にしたいのです…」と電話の向こうで涙を流されている様子でした。本当の心は、ご自身が、一番お分かりだと信じています。今回のクライアントさんも、行動をされていた内容について、私に背中を押して欲しかったのではなく、本当はご自身の核心について向き合いたかったのだらうとお察しします。深い話ほど、人に話をするのは勇気がいるので、クライアントさんが向き合われた勇気は、本当に尊く、心から尊敬と感謝の気持ちでいっぱいです。

その後、本当に向き合いたかったことに向けて、行動をされました。核心の部分がクリアになると、その後のことは、不思議なほどスルルルルと進んでいくものです。ご自身やご家族が「何を大切にしたいのか」この部分を、ご家族と一緒に話し合いながら創り上げていかれるプロセスこそ、人生を創る・お互いの心を合わせて唯一無二の家族を創るということだと感じます。

悩んだ時、答えは、すでにご自身の心の中にあります。ですが、自分の事となると気づきにくいものです。誰かに話をする事で、自分自身の心の片づけ・整理ができていきます。

なぜ、声なき声が聴こえるのか…私自身、自分が何をした

いのか、どう感じているのかが分からない時期がありました。その時は、モノを買ったりして、外側を満たすけれど、本当の自分の心が見えないという状態で苦しかったです。自分自身の本音に向き合い続ける中で、ありがたくも周りの方々からも相談を受ける機会が増えて、優しい人ほど本当は我慢していたり、本音を言わないことに無意識に慣れ切ってしまい、本心がどこにあるかわからなくなっている人が多いことに気づきました。だから「核心」こそ、あえてお伝えするようにしています。最終的にご自身で決めていかれ、その先にある幸せを自分の心にまっすぐにつかみ取っていかれると信じ、話を聴かせていただいています。

もし、何か悩んでいることがあれば、ご連絡ください。私が世の中へご恩返しできる「聴くサポート」を心を込めていたします。

LINE 公式アカウントが新しくなりました！

ぜひ登録してください！！

@904xzjfn 「心を込めて暮らしを楽しむ」

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



NEW 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)

経験豊富な  
看護師常駐



お子様から高齢のかたまで年齢、疾患を問わず対応  
主治医の指示書に基づいた医療処置  
高齢者のリハビリや障害があるかたへのケア

緊急時  
24時間  
対応



(株) ラリーグラス 在宅看護ぱらす

tel&fax0942-44-1824 mobile 080-5255-3865



〒830-0852 福岡県久留米市高良内町 769-1  
管理者：高山サヨ子



ディーキャリア

検索

久留米市指定：4012702348 就労移行支援事業所

発達障害の特性に合わせたプログラムで

一般就労への不安を解消!

見学・相談・無料体験 随時受付中!

就労移行支援は障害のある方が一般就労を目指して訓練を受ける事が出来るサービスです。ディーキャリアでは社会での生きづらさとなるストレスを軽減する方法を学び、社会で能力を発揮できる力をつける訓練をおこなっています。メンタルの不調を抱えて上手くいかない方は、是非一度見学に来てください。自分自身を知ってストレスを減らしましょう!



ディーキャリア 久留米オフィス

ホームページ

TEL:0942-37-8817 [平日 9:00 - 18:00]  
Add: Kurume@dd-career.com



d-career

〒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

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。



ゆとりある少人数授業

REV

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 ▶

