

HappyMama

No. 86

ママがハッピーなら子どもはだいたいハッピー♪



何も気になるところや
虫歯があるわけではないけど、
歯医者さんに連れて行っても
いいのかな？

reBornのタネ
息子が一時間待っていた話

片付けで世界を優しくする

● 30年かけた夢「5歳児健診」

● 行動分析学的子育てのすすめ

～アメとアメ無しの極意～ (6)

● 出会いから学んできたこと、行ってきたこと

自閉スペクトラム症の人たちの生活を支える

ー「あったか言葉」で考えようー

Photographer とうま 野田寛馬

久留米市在住 21才
4才の頃にASD・ADHDの診断を受ける。
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。

ー エナガ (久留米にて) ー

体長は14cmくらいで、体の半分は尾です。この長い尾をひしゃくの柄に見立てて、「柄が長い＝エナガ」という名前になったと言わ
れてます。丸くてとても小さい鳥で、体重は6～8g。ニンニクひとかけの基準の重さが10gなので、それよりも軽いですね(笑)
成体でも小さい鳥なので当然ヒナはもっと小さく、外敵に襲われたり悪天候で命を落とす事もある為、結婚相手が見つからなかつ
たオスや繁殖に失敗した個体などが「ヘルパー」として子育てに参加するそうです。このエナガは左側が親で右側がヒナです。
周りには巣立ったばかりのヒナが3羽いました。巣から出たばかりのヒナ達は自分でエサをとる事が出来ないため、親が一生懸命
ヒナにエサを与えます。見つめ合う親子はエサをべたばかりの様子です。もっとちょうだい!と目で訴えかけるヒナちゃんでした。

柳川療育センター勤務を始めて思うこと

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

安心の就学につなげることをめざす「5歳児健診」の全国的実施に向け、国は市町村の健診費用の助成を開始しました。令和5年度補正予算として、「1か月児」および「5歳児」健康診査支援事業に15億円の予算がついたのです。健診の費用を助成することで出産後から就学前までの切れ目のない健康診査の実施体制を整備することを目的としています。

実施主体は、市町村です。5歳児健診で助成対象となるのは原則、自治体が実施する集団健診で、一人あたり3000円を上限に国が費用の2分の1を補助します。乳幼児健診は、これまで母子保健法で義務化されている「1歳6か月」と「3歳」に加え、「3〜6か月」、「9〜11か月」も国の財政支援（地方交付税措置）の対象となっていました。5歳児は対象外で2021年度時点ですべて5歳児健診の実施市区町村は全体の15%にとどまっています。

30年前から5歳児健診の重要性を認識し、鳥取県において1996年に「5歳児健診」のパイロット研究

スタート、「5歳児健診」研究班で健診方法を開発した「5歳児健診の父」とも呼べる元国立成育医療研究センター小児科内科系専門診療部統括部長（現鳥取県立総合療育センター副院長）の小枝達也先生は「5歳児健診」の意義について次のように述べています。

”

落ち着きがない、周囲とうまく関われないなどの発達特性を持つ子どもたちは、小学校への就学後に環境に適応できず、不登校になったり、問題行動をおこしてしまったりすることが少なくない。

5歳児健診によって、そうした特性に気づき、適切な支援や療育につなげることができれば多くの子どもたちが通常学級でも問題なく学べるようになる。

実際に5歳児健診を導入した自治体では不登校が減ったという研究もある。小学校入学直前の「就学時健診」もあるが就学までの期間が短く、支援が難しい。

また、子どもの成長に不安を感じているが、相談できる場がなく、一人で抱えてしまう保護者も多い。わが子の特性を理解し、関わり方などについて、保護者が専門家に相談できる場としても5歳児健診と実施後のフォローアップ体制の充実は重要だ（左ページ図）。

今後、5歳児健診の実施を検討する自治体にとっては、医師。保健師といった発達障がい診断や生活指導ができる専門家の確保が課題になる。都道府県が設置する療育センターと連携するなど、広域で人材の育成や派遣の取り組みを進めていくことが大事だ。

（2024年1月26日

公明党ニュースより抜粋）

“

私は小枝先生の「5歳児健診研究班」の分担研究者として約30年前に当時できたばかりの構造化された5歳児健診診察法を用いたパイロット研究を久留米市内の2つの幼稚園で行いました。

そして近隣の〇町で2名の開業小児科医の協力のもとすべての5歳児を対象に5歳児健診を始める準備をしました。小さな町ならば5歳児はそんなに多くないので2名の小児科医がいればすべての5歳児を健診できると考えたからです。

ところが当時はまだ発達障がいに対する理解が十分でなく、また5歳児健診の意義を十分理解してもらえなかったためか、「5歳児健診は発達障がいのレッテルを新たに貼る健診であり受け入れられない」と園長らから反対され実施を断念した苦い思い出があります。

皮肉にも今は、その町のすぐ近くの柳川療育センターで就学前の5歳児健診を行っています。ただし柳川療育センターでの5歳児健診はセンターで療育を受けてきたお子さんを対象とした就学前の5歳児健診です。現時点での全国の5歳児健診実施状況は、福岡大学主任教授の永光信一郎先生が研究班で調査をされる予定。全国でも比較的頑張っている地域と全5歳児健診」を実施している地域と全

く動いていない地域とあるようです。山形県は大変うまく行っており、うまくいくかどうかは小児科医会の心意気にかかっているとも聞いています。行政と小児科医会と力を合わせて「5歳児健診」を筑後地区でもスタートできるように働きかけていきたいと思っています。

5歳児健診は、全員を対象とした集団健診が原則ですが、こども家庭庁は、個別健診を排除するものではないと言っているそうです。また、将来的に全員対象の健診を実施するならば、現行が選択式（一部の5歳児をセレクトして健診）であっても認めると言っているそうです。少しでも手を挙げる自治体を増やしたいところなので、福岡県でも就学前健診が、もし4歳6か月から5歳6か月児を対象としているならば、5歳児健診と解釈して申請することも一方法かもしれないですね。

小枝先生と私の共通の夢であった「5歳児健診」が全国に早く広まることを願っています。

5歳児健診のフォローアップ体制のイメージ(案)

概要

- 多くの市町村では、3歳児健診（法定健診）以降、就学時健診まで健診がない。乳幼児への切れ目のない母子保健の提供のため、社会性発達の評価、発達障害等のスクリーニング、健康増進を目的とした、**5歳児健診の標準化・体制整備が必要。**（4～6歳児健診について、公費負担を実施している自治体は15%（令和3年度母子保健課調べ））
- 特別な配慮が必要な児に対して早期介入を実施することで、保護者の課題への気づきや生活への適応が向上する可能性が指摘されており、**5歳児健診により学童期の不登校発生数が減少したという研究結果もある。**
- 5歳児健診において所見が認められた場合に、必要な支援につなげる地域のフォローアップ体制が重要。

5歳児健診

今年度、研究班で健康診査票・問診票を作成し、関係団体に意見照会中。今後、成育医療等分科会で議論。

問診・診察・評価

- ・ 情報集約（過去の健診結果、家庭環境、保育所情報等）
- ・ 発達等の評価
- ・ 困り感の把握
- ・ 保護者への説明 等

【健診に関わる職種の例】
小児科医師、保健師、心理職、保育士、教育職、作業療法士・運動指導士 等

専門相談

- 保護者との共有
- ・ 健診後の不安の傾聴
- ・ 保護者の気づきを促す
- ・ 多職種による助言

健診後カンファレンス

- 多職種による評価、支援の必要性の検討

地域のフォローアップ体制

地域のリソースを使った支援体制(受け皿)を構築



地域のフォローアップ体制に係る課題

- 医療のキャパシティ強化 ⇒ 発達障害の診察ができる医師の養成、医療機関の体制強化。診療報酬についても別途検討
- 福祉との連携強化 ⇒ 児童発達支援センターと母子保健の連携強化、福祉の支援体制強化（障害報酬を含む）
- 教育との連携強化 ⇒ 保育園、幼稚園、学校等、教育委員会等との情報共有、保健・医療・福祉と連携した個別の支援・配慮

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



行動分析学的子育てのすすめ（アメとアメ無しの極意）（6）

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

これの最たるものが明石家さんまですよね。座右の銘が「生きてるだけで丸儲け」というのは有名な話です。生きていれば充分、生きてるだけで丸儲け、生きてればいいんですから。

僕はいつもさんまさんの生きてるだけで丸儲けの話を度に思い出すことがあるんです。それはうちの父が言ったことなんです。あの人、時々いいこと言うんです。いまだにはつきり覚えてるんですけど、ある日「世の中で一番親不孝なことを知ってるか。」って言ったんです。僕が、「何。」って言うとうちは続けて「世の中で一番の親不孝はな、俺より先に死ぬこつたい。」って言ったんです。「いいや、俺より先に死んだら絶対許さん。」って。僕は小学生でしたけどね。「俺より一日でもよかけん、生きとけ。そしたらそれで充分親孝行なんやぞ。」って。僕は不思議とこのことを憶えているんですが、何だか気が楽になりました。「親孝行なんて難しく考えることなくて、この人より一日でも長く生きれば良い

んだけなんだって。」思って。実は、まだ生きてるんですけどね。なかなかしぶといんですよ（笑）。ありがたいことです。だから僕はまだ親孝行が終わってないんです。

父は、僕に成績が良くとか百点とかあんまりガチャガチャ言いませんでした。昔はどの家もそうだったけど貧しくて食うや食わずして貧乏だったんでね、そんなことより食うのが精一杯だったからでしょう。もともと家業が石屋で「職人に学問は要らん」って家で育ったんで本当に気が楽でした。小学校4年生のある日、縁側で漢字の練習をしたことがありました。僕の祖父は石屋の職人なんですけど、その祖父が縁側の障子をガラツと開けてやってきて「なんしょうとや。」って聞くから「漢字の勉強してる。」って答えたら僕にその驚きの一言を言いましたね。「職人に学問やら要らんけん、するな。」って。僕は子ども心に驚きました（笑）。孫が漢字の勉強してるところにやってきて、何しようとして、聞いて漢字の勉強してると言っ

たら職人に学問は要らんけんするなってね、驚愕の一言ですよね。

祖父の仕事は、石に漢字を彫るところですから僕は「だってじいちゃん、字書けんと石掘れんめえもん。」って言いました。石屋の職人の仕事って筆で強く押さえる所は深く掘るし、字のはねるところは浅く掘るんです。漢字のことが分かってないと彫れません。すると祖父が「そんなもん、坊主に握らせたら一発た

い。」って。なんだかすげえなっていうね（笑）。「字やらは坊主にちよつと握らせたら書くぜ」ってね。ところが、その後に祖母がやって来て「じいちゃん、あげん言いよるけど、本当はさ、じいちゃんのお父さんがものすごく達筆で字もよく知っててね。坊さんに頼まんで自分で書きよったとよ。」って言うんです。僕の曾祖父は自分で墓石に字を書いてたそうなんです。だからその手間賃がいらないってわけなんですけど祖母によると「うちのじいちゃん、字ば、ようつと書けんけんさ、坊さんに金ば取られるつたい。」って言っ

て、ついでにいろいろじいさんの悪口言ってたんですよね（笑）。まあ、そういう感じで家の中は非常に楽しかったです。

いずれにせよ、大事なことはいろいろあるだろうけど、子どもとやり取りしながら子どもを面白がらせて何かをやらせてみたり、勉強や成績にこだわらずに気を楽にさせてみたりということが、僕は家の中ではとても大事なかなと思っています。どうか、問題が起こっている原因を子どもの心に求めるのではなく、子どもの行動に焦点を当ててください。皆さんご存じのように、毎年全国学力学習状況テストっていうのがあって、全国学テっていうんですけど、日本中の小学校6年生と中学校2年生の子どもたちが受けるテストです。新聞に毎年出ますね。あの学習状況調査によると、学力の高いことと日頃の生活習慣についてかなり相関関係が分かっています。家で、調理とかおやつ作りとか一緒に家庭を掃除するとか洗い物するとかお買い物に行くとか一緒になんか物を

作ってみたとかキャンプに行ってみたとか、そういう経験をしたことがある子ほど相対的に学力が高いことが分かっていきます。座学が多いことや塾に行った子が特に学力が高いわけではないということです。子どもの生活経験が豊かなほど学力が高くて、そういう子ほど伸び代が大きいことも分かっています。

小学校の教科書をじっくり見てみると、生活場面がいっぱい書いてあることに気が付きます。例えば、良子さんはスーパードジュースを何本買ってきましたとか、たけし君はおじさんからお土産に何十個入りのお菓子をもらいましたとか、それを前提に問題が展開されていきます。そんな生活場面がいっぱい出てくるんです。だからそういう日常生活場面がイメージできた上で、算数の式や物事の考え（処理）が出来るということが実はすごく大事なんだということが分っています。

僕の学校には、茂木健一郎さんとソニーエンターテインメントが出版している思考力を育てるための三部作の本があるんです。今は、職員室の校長席の後ろに置いてあります。初級、中級、上級ってあります。これね、論理的な思考力を育てる本というだけあって大変面白いです。しりとりのことだったり、順番を考えた

並び方のことだったり、遊園地の問題だったり、いろんな問題が載っています。上級編なんてものがすごく難しいです。でもね、とっても面白い。そして、算数が好きでいわゆる頭のいい子ほどこの手の問題には食いつきます。いっぱい考えなきゃいけないからです。だから逆を言うと、そういう日頃の生活の中にこそ知識ではなくて、実は知恵っていうものがあるということです。

僕の母は中学校しか出ていませんが小さい時に「この人賢いなあ。」と思う事が何回もありました。なんでそういう風にものごとを考えられるのか、賢いなあって。それはご飯を作る時やらなんかちょっとしたこととです。義理の母もそうでした。義理の母もこの人賢いなあと思うことが度々ありました。昔の人ってね、賢いんですよ。母なんて中学校までしか行っていないから知識はないんですよ。「私は、字は知らんもんね」とか、「難しいことは分からんちゃん」って口では言いながら実は賢いんです。お風呂を薪で焚いていた時なんか「こうやって格子に組むといいよ」とか。さらって言うんです。おそらく、多分に経験からくることなんだろうけど、子ども心に賢いなあと思うことがいっぱいありました。今、僕の話をお聞きになっ

らっしゃる方で、おじいちゃんやおばあちゃんと別れて過ごしている方がいらっしゃったら、時々子どもを合わせに行きませんか。おじいちゃんやおばあちゃんは、きっと思いもよらぬことを子どもに教えてくれますよ。そして、おそらくそれは子ども「財産」になる。

祖父は僕が6年生の秋に亡くなりました。後になって、教員になって、もうちょっといろんな話を聞いたら、もうよかったって、すごく後悔しました。祖父は赤紙で取られていない今でいう自衛隊みたいな職業軍人でした。自分で志願して軍人になったんですけど、先の大戦の話しをもうちよつと聞きたかったです。どんな考えで自ら戦場に行ったのか。海軍の船乗りだったんですけど、どんな感覚で駆逐艦に乗ってたのかなと。亡くなった祖母にも、どんな風に思って所謂銃後を過ごしてたのかなとかってすごく聞きたかったです。

ですから、今興味がなくても将来そういうことを思い出すことがあるんで、まあよかったらお盆も近くなりますから年配の方の話を聞かせてあげてください。そして、どうぞお子さんに尋ねてください。どんなことを聞いたのって。こんなこと、あんなこと、あゝ本当ねって聞いた後に、おじいちゃんやおばあちゃん

は賢いねっていう価値付けをしてあげるといいかな。「知識があることと、知恵があることは違うということ」「子どもに学ばせてください。人は知恵がないとだめです。」

僕が一番上の息子、今アメリカにいますけど、彼が大学に入った時によく彼と話すことを思い出します。彼は「お父さんも学校に居るとやけん。子どもにさ、スマホとかさこういうパソコンとかができることはせんでいいよ。」ってよく言っていました。調べれば分かることはどうでもいい、調べても分からんことをどう考えたらいいのかっていう子どもを育てんといかんよと彼は言っています。

皆さんご存知かな、アメリカと日本のテストって実は違います。日本って数学のテストだったら公式とか計算機とか持ち込んだらダメじゃないですか。アメリカって、公式集と計算機を持ち込んでいいんですよ。そんなことは問うてはいないんですよ。ある問題に対し、計算機を使っても良いし公式集を使ってもいいんだけど、子どもがその問題を前にどの公式を選んでどうアプローチするかを見たいんです。公式を覚えていないこととか計算することを求めていることとか計算するのは機械にさせればいい。もう明らかに持っている知識は別にいいんです。明らかに

になってないことを問いたいっていうこと。それを聞いた時に、アメリカと日本のテストの違いを聞いた時に、それは悔しいけど「ちょっとかなわなかな」と思いました。多分、狙っているところがそもそも違うので。どうでしょう。

日本は、未曾有の少子化が進んでいるんです。私の孫の同級生は僕の同級生の半分以下なんです。もう競争相手がいません。競争しなくていい。一番になることにそんなに価値はないかも知れない。競争相手がいないので。でも、だからはずきり言います、これからは「人とどこが違うか」が問われる。これまでの人と一緒かどうかは問われない。これまでは、みんなと一緒にしなさい。みんなできてるのに、なんであんたはできんとね、って言われてきた。これからは違います。あんな、何が人と違うとねって聞かれます。お宅のお子さん、人と何が違うんですかって。人より良くできることは何ですか。そういう時代がはつきりきたので、それを少しでもいいの思いながら、子育てをなさってください。これからは、人と違うことが問われるし、重要になる。もうそんな時代が目の前まで来ている。理由は簡単。同級生がいないから。人がいないから、仕方がないからAIとか言ってパソコンに任せとく、もう

人には頼みようがないんです。

50年後には日本という国はなくなっています、なんて言う人も出てきた。ある国の指導者は「大丈夫、50年後には日本人が居なくなっちゃうんで考えなくていい。」って言ったんです。日本なんか気にしなくていいって。確かに国際的な日本の順位は下がり続けています。世界的な大学ランキングで、東大も下がり続けてるんです。東大の論文が引用されてないんです、世界中から。これ由々しき問題です。この国は資源がありません。人しか資源がないんですよ。だから人を育てる。子どもたちを大事に育ててなんぼの国なんです。

江戸時代の人達をよく分かってたんです。江戸期に、日本に欧米の人が来ました。欧米に日本のことをそれぞれに紹介していますが「こんなに子どもを大事にする国はない」ってどの国の人たちも書いてるんです。欧米の諸外国に比べて圧倒的に子どもを大事にする国だと。それが証拠に、日本ほど子ども番組がある国はないんです。こんなに子ども番組が充実してる国は外国にはなかなかありません。アニメがやたらあって、NHK教育テレビではずっと子ども向けの放送やってる、そんな国はありません。

だから日本のアニメーションは世界中に輸出されています。作品のクオリ

ティが大人顔負けにとっても高く、素晴らしいから。それがこの国の有り様だし、この考え方がこの国を支えて来たんです。

今、なんかそれが揺らいでる感じがします。子どもを大事にしないから。僕はものすごく危惧しています。もともと子どもを大事にした方がいいし、不登校に関する本をお書きになった奥田健次先生は「もしお子さんが不登校になったら親は仕事なんか一日も行くな」とまで書いてます。それほど子どもが「大事なんだっていう姿勢を見せろ」とまで書いてあります。僕は、そこまで言うつもりはありませんが、それぐらい「あなたのことは大事なんだ」ってことを「しっかり親は伝える」って奥田先生はそこまで言っています。

奥田健次先生の著書



世界に1つだけの
子育ての教科書
(ダイヤモンド社)



叱りゼロで自分から
やる子に育てる本
(だいわ文庫)

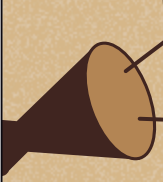
僕も考えさせられます。自分の四人の子どもたちを大事にしてきたか

など思うし、もしそうしてないなって反省するんだったらこれから大事にすれば良いし、それが叶わなければこれから出会うかどうか分からないんだけど、これから生まれてくる子どもたちを大事にすればいいのかなと思っています。

さて最先端の研究。これ村上和彦先生です。日本の遺伝子学の権威と言われています。80歳を過ぎてまで研究を続けてこられました。かつて、久留米大学の山下裕史朗先生が日本小児神経学会の座長をなさったことがあります。今から10年以上前です。この時、ありがたいことに山下先生は、遺伝学の講座をエビジェネティックスの講座を一般公開してくれました。普通、日本小児神経学会は一般公開したりしません。だって日本中の小児科の先生の学会だから。でも先生は、国際センターで一般公開してくれたんです。僕は、もうラッキーっと思ってすぐ申し込んで参加しました。その講座で報告があった最先端の理論がエビジェネティックス理論です。エビジェネティックスって何かっていうと遺伝子のスイッチは後からONとOFFにできますよという理論のことです。

それからしばらく経って、一昨年にタモリさんとノーベル賞受

賞した京都大学の山中伸弥先生が出ていらしたNHKの番組を観ていて山中先生がエピジェネティクスのことを言っていたんです。ということは、未だにこれが最先端です。今、エピジェネティクスと書いていますが、タモリさんが「それ何ですか。」って聞いていました。すると山中先生が「遺伝子のスイッチのことでね、後から遺伝子って環境次第でONになったりOFFになったりするんですよ。」って答えていました。するとタモリさんが「持って生まれたものじゃないんですか。トンビが鷹を生むじゃないけど、やっぱ持って生まれたものってあるんじゃないか。」って返すと先生は続けて「それはあるけど、それが発動するかどうかは環境なんですよ。」話していました。このことを「エピジェネティクス理論」といいます。エピは外側とか後からとか離れてという意味です。ジェネティクスは遺伝子です。つまりエピジェネティクスは従来の考えに加えて遺伝子の外側で働いている力のこと、外側から環境から働きかける力を明らかにしようとする、これが最先端の研究だという話です。



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

080-4289-0706 (鳥村)

スイッチをオンにしよう」と。先生によると「才能はどの遺伝子をオンにするかによって完結する。」だから中卒でもいいんです。学歴は関係ない。どうゆう環境に我が子を置いかで子どもの才能は大きく変わる。遺伝子のスイッチは何歳からでもONにすることができると言われています。大人は、家庭で学校で環境を全力で調整してください。

(つづく)

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!



ハッピー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) 全6本

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人たちの
生活を支える

「あったか言葉」で考えよう

ハッピーママの読者の皆様、お元
気ですか。

昨年から開園した福岡市東区の
海治にある指定障がい者支援施設
桜岳^{おづたけ}学園で私は管理者（施設長）と
して、入所者（知的障害や自閉スペ
クトラム症の人たち）を支援してい
ます。当学園も開所よりもうすぐ丸
1年、改めて桜岳学園の素敵なところ
を考えてみました。

せっかくだから、学園の名前に合
わせ、「お・う・た・け・が・く・え・
ん」の順番にご紹介します。

お 大きなお風呂でリラックス

学園自慢の大きいお風呂はみんな
の大好きな場所、お風呂あがりはい
んなニコニコです。

う 海の近くで、気分最高

博多湾のすぐ側なので、時々船の
汽笛が聞こえ、潮の香りもします。
志賀島1周など海治いのドライブは
気分最高です！

た 楽しく運動・広々芝生

桜岳学園には芝生の広場があり、
入所者と職員約70人全員が一緒に遊
べるほどの広さです。楽しくボール
やシャボン玉で遊んだり、プール遊
びをしたり、音楽を流しながら走っ
たりしています。

け 健康第一・栄養満点ごはん

看護師は毎日皆の体の調子を見て
くれています。厨房職員は、朝早く
から夜まで交代で栄養があっておい
しいごはんを作ってくれています。

が 我慢したよ！頑張ったよ！！

学園生活は楽しいことばかりじゃ
ありません。ご家族に会えず寂し

かったり、友達とけんかして怒った
り、けがや病気をしてきついことも
ありました。でもみんな我慢して、
頑張って乗り越えてきました。偉い
でしょう！

く 暮らしを豊かに、自然と共存

海治いの松林に囲まれた自然豊か
な場所なので、花や樹木や動物も
いっぱい。春は鶯の鳴き声で一日が
始まりました。春から初夏にかけて
は玄関で、燕が巣を作り七羽の子燕
が生まれました。その子育てを見守
ることができました。

え えー、びっくり!! とんびのプレゼント!!

時々とんびが海からゲットした魚
を、ポイとプレゼント。ある日、2階
のベランダにも魚がいたのには、
びっくりしました。

ん んー、とにかく幸せ♡

皆さんが笑顔で元気であることが
一番、幸せな桜岳ライフがいつまで

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

ハッピーママくらぶでは企業様、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。

も続きますように。

以上、「お・う・た・け・が・く・え・ん」は素敵なところ、どうぞ遊びに来てください。

これ、実は言葉遊びです。できるだけ嫌な言葉、不快な言葉、相手を傷つける言葉ではなく、楽しい言葉、温かい言葉、元気になる言葉を選んでいきます。

反対に嫌な言葉で「お・う・た・け・が・く・え・ん」を表現することもできますが、そんなことしたくありません。いわゆる「あつたか言葉と、ちくちく言葉」「ポジティブ言葉と、ネガティブ言葉」のどちらを選択するかで人生の幸せの度合いも変わってくると思うからです。

自閉スペクトラム症の人たちにはいろいろな課題も多いけど、彼らの良い所、素敵な所を見つけ、彼らと関わることができている自分なんてラッキーなんだろうと感じられることも、また、支援者として大切なのではないのでしょうか？

今回もありがとうございました。次回も高原が体験したこと、思っていることを紹介していきます。

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

親子が丸くいられる秘訣！

何も気になるところや虫歯があるわけではないけど、歯医者さんに連れて行ってほしいのかな？

こんなお声をよくいただきます。

確かに内科も耳鼻科も「元気ですけど診てください」ってお子さん連れて行かないですよ？

医療Ⅱ治療 つまり、問題解決のために利用する場所ですよ。

でも、歯科はちよつと変わってます。

何もなくても連れていく場所なんです。

隠れ虫歯が見つかったり、歯磨き、食習慣などの日常からの影響も直接受けます。

それらを知ることでも未然に防ぐこともできます。そして歯は虫歯か否かだけでなく「食べる」「話す」「飲む」など運動する器官でもあるんです。

直接見えるし、運動発達もわかる特別な場所なんです。

子どもの歯医者さんとは「予防だけでなく、さらにお口を育む場所」なんです！

とにかく専門家にひとまず診てもらって、とても有効なんです。

そして、なによりお家の方がお子さんの健康を一人でも背負わなくていいことこそ、親子ともに心も

体もまろくいられる秘訣だと思います。

気軽に遊びに来てください^(三)



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

reBorn のタネ

息子が一時間待っていた話

先日、息子がサッカー教室に行っていたときの話です。その日は急遽いつもの練習場所でないところに行かなければならなくなり、珍しく祖父が送ってくれることになりました。何度か断りましたが自分が送るからと祖父が言うので、私達は子どもをお願いして夫婦で用事を済ませてから練習場所に向かいました。

二人の息子が練習している間に、あれもやっておこうこれもしようとう事を済ませていたら1時間経っていました。グランドの駐車場に入ってみると息子たちが公衆トイレの影に立っているではありませんか。何事かと驚いて聞いてみると練習場所に誰もいないとのこと。おかしいなあと思い、連絡網を確認すると同じ敷地内の別のコートであることが発覚！

あと練習時間は30分もないし、なにより北風びーぷー吹き荒れる中兄弟二人でこんなところに立っていたかと思うと私の心は動揺しました。コートまで四人で走りながら、忙しさにかまけて確認を怠った自分を責め、今日に限って自分が送ると言い合った祖父を心のなかでなじり（これは完全に八つ当たりです）、ちょっと歩けばお友だちがサッカーをしている様子が見えたのにずーっとトイレで待ち続けた二人にもどかしさを感じました。

「近くに市の事務所があるんだからちょっと電話貸してくださいとか、〇〇サッカーチームの練習場所ご存知ないですか？って聞いたら良かったじゃない」と息子に言うと二人とも黙りこくっていました。

30分弱の練習+おまけでその後友だちだけのサッカーを楽しんだ息子たち。それを寒空の下眺めながら身体だけでなくようやく頭も芯から冷えた私が帰りの車の中で次男に「なぜあの場所で待っていたの？」と尋ねると、『自分は歩いて家に帰ろうと言ったけど（ちなみに自宅までは3.5 kmあり、本人は小学1年生。もちろん



歩いたことなんてありません）、兄ちゃんがお母さんとすれ違ったらお母さんが探して心配するし、寒いからここに居よう。って僕の顔が寒くないように自分の上着に入れてくれた」と話すのです。

いつもは思春期も相まってトゲトゲ言葉を連発し弟とも喧嘩が耐えない兄がそんなフォローを出来るようになっていたことに私は一人で感動し泣きそうになりました。（兄とはこれまで何度か出てきた、ハチャメチャな息子のことですw）

長男は空気が読めないとか衝動的で何をするか分からないとか本当に色々マイナス面をクローズアップされてきましたし、親としても頭を抱えてきました。小学校6年生になった今、一瞬で過ぎ去った小学校生活を思い起こせば子どもは子どもなりに本当によく頑張って頼もしく成長してくれたのだと心から思います。私は母として気付かないうちに作り上げていた理想の息子像とのギャップに相当心を揺さぶられてきましたが、そのお陰で沢山の方と関わる機会をいただき、私自身の視野を広げ学ぶ機会にもなりました。

これからどんどん息子は独り立ちしていきますが、つかず離れず子どもの育ちを見守りたいと思いました😊



reBorn のタネ 代表 権藤ひさの
（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
『みんなの居場所やはんもつく』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



とみおかレディースクリニック



院長 富岡 良仁

久留米市中央町8-39（JR久留米駅近く） TEL.0942-39-6678



「片付けで世界を優しくする」



コラムを読んで、感想を送ってくださり、とても嬉しいです。よかったです気軽に気持ちをお聞かせください。読んでくださり、本当にありがとうございます。

さて、今回は、「夢」について書いていこうと思います。突然ですが、みなさんは、子供の頃の夢、何かありましたか？もしかしら、今、まさに夢を叶えて念願の職業につかっている方もいるかもしれません（おめでとうございます！）し、違うカタチで夢を実現されている方もいるかもしれません（ステキです！）。

私の場合は、具体的な夢が見つからず、子供の頃から「将来何になりたいか」をずっと探していた日々でした。この頃、思い込んでいました。「夢＝職業」だと。

でもある日、「夢というのは、職業でなくてもよくて、自分がどんな人生を歩んでいきたいか、その中でどんな事をしたいか、どんな人たちと関わっていききたいか」など大きな意味も含まれると知った時、とてもホッとして、そしてワクワクしたのを覚えています。そこからは、「夢を探そう!」という余分な力が抜けて、興味があることにチャレンジしてみたり（例えばホノルルマラソン2回挑戦）、直感に従って生きてきたように感じます。

そして最近、昔書いた「やりたいことリスト」を読んで、気づいたことがあります。昔願ったことが、叶っているなあと。例えば、子供たちが小さく、子育てに慣れずに必死だった頃、美容室で過ごすひとときが自分に向き合える時間でした。「定期的に通って、自分をメンテナンスしたい。」と思った事が、時を経て、子供たちの成長や環境の変化とともに今では叶っています。



この時に感じたのです。この毎日は、以前に自分自身が強く願った結果でもあり、それが叶っていることに「気づけた時」とても豊かな気持ちになれるなあと。

改めて、「今、すでに持っているもの・環境」に感謝です（足るを知る）。私が仕事の一つとしてキャリアコンサルタントをしているのは、やりたいことを長年探し求めていた時にいろんな方に助けてもらったから、恩返しと恩送りをする想いです。悩んだり、試行錯誤したり、失敗したり…このたくさんの経験が、すべて今に繋がっています。

あなたの夢は何ですか？ 思いつくということは、あなたに叶えられる力があるから！だそうです。お部屋も暮らしも、思いっきり、夢を描いて、ワクワクしながら叶えていきましょうね。

「あつ、そういえば叶っていた」「こんなことやってみたい」などエピソードなどあれば、是非お聞かせください。あなたと一緒に喜び合いたいです。

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



「好き」を伸ばして第一志望の公立高校に合格！

母 息子は10歳の時に「自閉スペクトラム症」と診断を受けました。中学

で、小学校と違って順位が出るじゃないですか？もともと勉強しない子だし、ある程度「できないだろう」と覚悟はしていたんです。でも、入学して最初のテストで3点とか8点、全科目ひと

ケタの点数で最下位を取ってきたので、さすがにあせりました。そんな時に、成績110番ののを知りました。「発達障害サポートコース」があつて、料

金面も良心的だし、無料体験を受けたら子どもの反応が良かったので「もうココしかない！」と思ってお願いま

した。子 僕の担当はお兄ちゃんみたいな先生で何でも聞けるし、ほめてくれるし、疲れたら休憩をはさんでくれるから、そういうのも良かったです！

母 書字障害もあるんですけど、成績110番の方から「ゲームやパソコン

は好きですよ？得意を伸ばしましょう！パソコンで入力して覚えましょ

う！」って提案してもらって、その通りやってみたら社会8点↓50点に

アップ！中2に上がるころには、全部アップして、ひとケタの科目が無くな

りました！親は今まで

「書いて覚えなさい」としか言つてこなかったの

で、目からウロコでした。勉強時間もだんだん増えて、テスト前は別人のように集中して



ゆうと君 お母様

子 入試の時は、先生がくれたお守りがあつたので緊張せずに頑張れました！合格したときは、めちゃめちゃうれしかったです！ゲームでつながっている他の県の友達からも「おめでとう！」って言ってもらえました！

母 得意なことに注目していただけた

おかげで、「将来はゲームクリエイターになる！」と言つて高校での勉強も意欲的に頑張っています。約3年間親身にご指導いただき、本当にありがとうございました。

（取材／編集 成績110番）

家庭教師の成績110番

福岡市中央区大名2-18-18

0120（115）110



久留米市指定：4012703320 就労移行支援事業所

障がい者の就職完全サポート!!

ディーキャリアとは？

ディーキャリアは、大人の発達障がいによる社会生活での困りごとに焦点を当て、訓練を行っています。あなたの生きづらさも、ちょっとした工夫で毎日が変わります。同じ悩みを持つ仲間と同じ目標を持って頑張る皆様の全力でサポートいたします。

拠点数
全国
91拠点
2024年
5月1日時点

掲載求人数
全国
6,757件
2022年10月
時点

就職後
職場定着率
久留米99%
2024年度
8月時点
全国91.3%

約9割の方が
利用料無料です!!
※詳しくはお問い合わせください。

ディーキャリア久留米オフィス

TEL:0942-37-8817 平日 9:00~18:00
Add:kurume@dd-career.com

