めばえ通信

通巻 342 号
令和7年3月24日
発行/こども発達センターめばえ

「“もっと自由でいい”とは？」

写真家の山本美里さんは、2008年に第3子が障害を持って生まれ、医療的ケアをこれまでずっとされてきました。その息子さんが特別支援学校入学を機に、学校待機の日々を送る中大学の通信教育で写真を習い、息子さんに付き添う御自分を被写体とした写真集『透明人間－Invisible Mom－』を2023年に出版されました。山本さんが、雑誌『みんなのねがい 2025年1月号』で、写真集出版までの経緯や思いを伝えてくれているので、今回はタイトル「お母さんはもっと自由でいい」を抜粋して紹介したいと思います。

『学校入学後、付き添いのない母たちが自分の時間を過ごしている様子などを SNS で眺めながら、自分ができないこと、やらないことを子どものせいにしてこのまま過ごしていいのだろうかと感じるようになり、大学の通信写真コースに入学しました。同じ志をもった人たちと子どもや家族の話ではなく、写真や制作の話をし、授業では新しい知識を得ることができ、久しぶりに「私」の人生を生きている感覚が蘇りました』『大学の卒業制作で学校付き添いをする自分自身を被写体にして、特別支援学校での医療的ケア保護者付き添いと母親をテーマに作品を発表し、その年の学長賞をいただきました。この経験は私に大きな自信を与えてくれました』『作品が全国にいる付き添い保護者と私をつなぐ架け橋にもなり、「あなたは一人じゃないよ」と互いに励まし合えるようにもなりました。母親も一人の人間です。子どもたちがどんなふうに生まれてきても、私たち母親が自分たちの人生を当たり前に選択できる社会になることを私は願っています。お母さんはもっと自由でいい！』

山本さんは、お子さんのために学校に付き添う母としての自分を被写体にした写真家として、今まで接点がなかった人や、接点を持ちたくても繋がれなかった同じ立場の保護者と繋がりました。直接伺っていないので文章から推し量るしかないのですが、山本さんは、今までの自分の人生を否定しているのでもなく、でも感じた違和感をそのままにせず、母としての役割を受け止め、その役割を含めた自分自身の在り方を常に問いながら、“もっと自由でいい”という思いを、子育てで想像以上に困難さを抱く保護者の方々と共有したかったんだと思います。

また、事故によって頸椎損傷し、口に筆を加えて詩や画を描き続け、昨年亡くなった星野富弘さんの「速さのちがう時計」という詩集に収められている「すいせん」という詩には、『幸せという花があるとすれば その花の蕾のようなものだろうか 辛いという字がある もう少しで幸せになれそうな字である』とありました。幸せは蕾の時は辛い(つらい)かもしれません。でも、こども達は着実に成長し次のステージに向かっています。山本さんが言う「もっと自由でいい」は、こどもも保護者も一緒に幸せになることをここから願う決意表明！幸せの見え方、感じ方は十人十色で、それこそ“もっと自由でいい”んですよね。これまでこども達の生活を支え、愛を与え育ててきてくれた保護者のみなさん、今までの自身のがんばりを、家族や周りにいる仲間の保護者、そして私達と一緒に声にして、お互い褒め合いましょう。蕾はいつしかほころんで開きます。1年間、ありがとうございました。

こども発達センターめばえ 所長 鈴木紀子

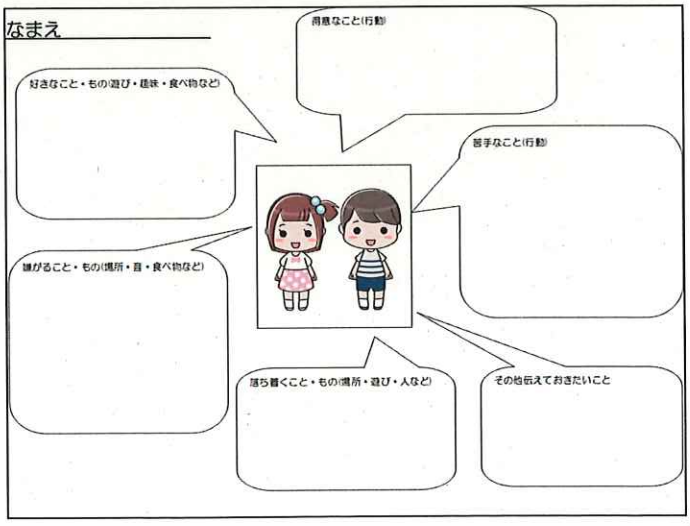
支援をつなげる

暖かな日差しの下、桜のつぼみが色づいてきました。卒園・進級おめでとうございます。この一年でたくましく成長したこどもたち。４月からはそれぞれのステージで、新しい環境・出会いが待っています。これまでつけてきた力を、次のステージでも発揮してほしいものです。

とはいえ新しい環境となると、大人でさえも誰を頼りにしていいのか、どんな生活を送るのか、分からないことだらけで不安でいっぱいですよね。今までできていたことも環境が変わればできなくなったり、人との関わりも一歩踏み出せないかもしれません。

めばえでは、こどもたちや保護者が新しい環境でも安心してスムーズなスタートを切れるよう、年度末から年度初めにかけて申し送りの会や移行支援会議を行っています。特別支援学校に入学されるお子さんについては、入学後に学校・めばえ・相談支援専門員とで行い、これまでのめばえでの姿や職員の関わりをお伝えしています。並行通園を利用しているお子さんについては、入学前に学校・園・保護者・めばえの４者で行い、園での姿、小集団での姿、家庭での姿を共有します。保護者が入学前に学校の先生と顔を合わせることで、学校生活での具体的な生活の仕方や状況を踏まえて、予想されるお子さんの姿や、学校でできる対応方法などを共有することができ、保護者の不安軽減につながっています。親子通園を利用しているお子さんについては、就園先の園の先生に親子通園での活動の様子を見て頂き、保護者・園・めばえの３者で姿の共有をします。保護者が入園にあたって心配なこと、聞きたいことを園の先生に伝えられる機会となっています。

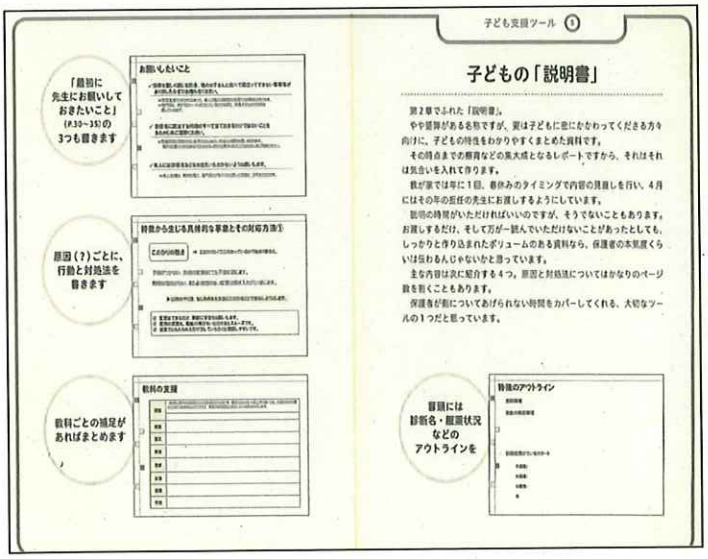
移行支援会議では、初めて関わる人にもこどもの姿を理解して対応してもらうため、こどもの特徴を予め整理しておくとスムーズです。めばえでは、並行通園を利用する年長児の保護者に「わが子紹介シート」（右下図）の作成をお勧めしています。「すきなこと・もの」「嫌がること・もの」「得意なこと」「苦手なこと」「落ち着くこと・もの」「その他伝えておきたいこと」の６項目について記入してもらいます。また、一人で記入するよりも家族や園の先生と相談して記入していくと、自分では気づかなかったわが子の一面に気付いたり、家庭とは違う集団場面でのわが子の姿も書き加えられ、より内容が豊かになっていきます。



今年度、めばえの並行通園の座談会では年長児に限らず、全てのグループでこの「わが子紹介シート」の作成を

行いました。言葉にしたり書き出したりすることで、新たな発見があったり、成長を感じられたという感想が聞かれました。また発表し合うことで、他の方の対応の仕方が参考になったという意見もありました。これまで年長児の保護者を対象としていたワークでしたが、どの年齢のお子さんにとっても有用なものだと感じました。アスペルガー症候群＆ADHDと診断された小学生の母である小林みやびさんは、著書の中で「子どもの『説明書』を作る」という項目を執筆されています（下図）。「私が毎年、第三者向けに作成しているもの。それは子どもの“説明書”です。毎年3月くらいにバージョンアップ作業を行って、4月に学級担任が決まったら、お渡しするようにしています。」と書かれており、説明のための時間も取って頂くそうです。「内容は、●行動の特徴（問題行動だけに限らず）　●その原因（推定も含む）　●対処法（現在行っているもの）　が1セット」だそうです。めばえの「わが子紹介シート」においても、記入例で「嫌がること・もの」「苦手なこと」の欄には「⇒対処法」も書いて頂くようにしています。どうやって対処するのがよいかが明確になっていると、新しく関わる人やお子さん自身の安心に繋がります。

先述した小林さんは「年に一度、バージョンアップ作業をすると、去年あった問題行動が気にならないくらいになっていることを発見してうれしくなる、なんてオマケも。」とおっしゃっています。何度か作って見比べてみると、苦手としていたものをいつの間にか普通にやれているということに気付き、こどもの成長を感じられるようです。以前、手作りの資料を持参して移行支援会議に参加された保護者もいらっしゃいました。お子さんの一番の理解者である保護者からの情報は、支援者にとって大変参考になるものです。最初は不安や緊張で本来の力や姿を発揮しきれなくても、実はこんな力があるんだということを知ってもらうことで、お子さんの力やいいところを引き出す支援に繋げてもらうことができます。新しい出会いを控えたこの時期に、お子さんの姿を整理する時間を取ってみてはいかがでしょうか。そして移行支援会議や入学後の先生との面談の際、お子さんの姿を伝えるツールの一つとして活用していただけたらと思います。



こども発達センターめばえ
発達相談員　岡本亜希

引用文献：発達障害の子を育てる58のヒント　2014　小林みやび　学研

◎春野菜を食べよう!!

春キャベツ、新玉ねぎ、新じゃがいも、たけのこ、菜の花などの春野菜は柔らかく甘みがありみずみずしいのが特徴です。

1.春キャベツ

春キャベツの旬は 3～5 月となっており、まさに春の季節の野菜です。
春キャベツは水分量が多く、柔らかい葉は食べると甘みを感じます。
レシピ：千切りキャベツのサラダや浅漬けで簡単にたっぷりと野菜がとれます。

2.新玉ねぎ

新玉ねぎは 3～5 月頃に収穫し、乾燥させずにすぐ出荷する玉ねぎを指します。
新鮮で柔らかく、辛みが比較的控えめなので、生食がおすすめです。
新玉ねぎに含まれる硫化アリルは血液をサラサラにしてくれたり、抗菌作用もあるのでかぜの予防にも役立ちます。

レシピ：薄切りにスライスし、ポン酢やわさび醤油など好みのものをかければ簡単に新玉ねぎサラダのできあがりです。

3.新じゃがいも

新じゃがいもは皮が薄くて柔らかく、みずみずしく、ビタミン C が豊富ないもが特徴です。
皮つきでそのまま食べられるので、子どもにも大人気のじゃがバターなどに向いています。
普通のじゃがいもに比べて水分が多く、肉じゃがやコロッケなどにはあまり向きません。
保存がききにくいので早めに食べましょう。
レシピ：千切りにしてソテーや中華炒めにしたり、丸揚げにしたりするのもおすすめです。

給食室

感謝の心

聖隷クリストファー大学様　　木製ベンチ

皆様の善意、ありがとうございました。

≪４・５月のおもちゃ図書館≫

菊川おもちゃ図書館あそぼ
4月 12 日（土）／5月 10 日（土）
開館場所：プラザけやき
10：00～11：30（検診ホール）
13：30～15：30（児童館あそぼの部屋）
連絡先：0537－37－1135

掛川キューピーおもちゃ図書館
会館場所：総合福祉センター
１階西側　Myラボ
4月20日（日）／5月18日（日）
10:00～12:00　13:00～15:00
連絡先：0537－22－1309

発行者・お問い合わせ／こども発達センター めばえ
TEL）0537－23－2312　　FAX）0537－23－0008
東遠学園　めばえ　検索

4月の予定

4月			心理 ＯＴ	バス ○14:30 発 △13:00 発
1	火	春休み（～４日まで）		
2	水			
3	木			
4	金			
5	土			
6	日			
7	月	午前：入園式（新入園児のみ） 午後：始業式（継続児のみ）		×
8	火			○
9	水			○
10	木			△13:00
11	金			○
12	土			
13	日			
14	月			○
15	火			○
16	水			○
17	木			△13:00
18	金			○
19	土			
20	日	クリーン活動（８：00～10：00）		
21	月	継続児面談週間（年長）		○
22	火			○
23	水			○
24	木	保育参加日（歯科検診）		×
25	金			○
26	土			
27	日			
28	月			○
29	火	昭和の日		
30	水			○

お知らせ

○３/26（水）～４/４（金）春休み
健康・安全には十分気を付けて、お休みをお過ごしください。
※緊急時はめばえに御連絡下さい。
０５３７－２３－２３１２
閉園時は携帯電話へ転送されます。

園庭開放について
○３／31、４／２・３（10:00～15:00）
※26～28 日はフェンス修繕のため、園庭開放がなくなりました。
・園庭開放をご利用の方は来園前にご一報ください。また、園庭で使用した玩具は片付けをお願いします。
・園舎内の開放はありません。
・トイレのご使用に関しては、玄関から入り、廊下にある一般用トイレをご使用ください。

○７日（月）入園式・始業式
午前：入園式…新入園児と保護者
午後：始業式…継続児と保護者
詳細は、お渡ししてあるお便りをご確認ください。

○８日（火）～14（月）
新入園児慣らし保育

○クリーン活動について
クリーン活動は４/20（日）、９/27（土）に実施いたしますので、どちらか１回以上の参加にご協力をお願いします。希望は４月に確認をさせていただきます。

○21 日（月）～25（金）
継続児面談週間（年長）

○24 日（木）保育参加日（歯科健診）

５月の予定
１日（木）引き渡し訓練（13:00）
７日（水）新入園児バス開始
12 日（月）～16 日（金）継続児面談週間（年中）
15 日（木）保育参加日
29 日（木）保護者参加日
（保護者総会・クラス懇談）