



お問い合わせ・申し込み

NPO法人 グランマール

丸亀市発達障害児支援相談窓口 ほっぺ
ひまわりセンター3階(事務室)、2階(相談室・プレイルーム)
9:00~16:00
(0877) 85-6613 FAX (0877) 85-6614
e-mail npochiiki@yahoo.co.jp

丸亀市教育委員会教育部幼保運営課
(0877) 35-8892

ほっぺホームページ
<https://hoppe-marugame.com/>



丸亀市発達障害児支援協働事業では、医師・大学教授・臨床心理士等の専門相談員が保育所・幼稚園・こども園・小学校・中学校を巡回し、子どもたちへの関わり方をアドバイスしたり、保育士・教員と連携しています。保護者への相談事業やセミナー等、幅広く活躍頂いている相談員の先生方にコラムをお願いし、ここでは順番にご紹介したいと思います。

ホームページにほっぺ通信のバックナンバーを掲載しています。

コラム

SOSを出せていますか？

臨床心理士
公認心理師

樽本 美穂
たるもと みほ



「落ち着きがない、自分の興味があったらそっちに走っていっちゃう。大人にとっては手に負えない子どもだと思いますね。」とご自身の子ども時代をふりかえる黒柳徹子さん。小学1年生で退学を余儀なくされ、新たな小学校に転校しました。6歳だった黒柳さんは、転校先の校長先生に自分の話をなんと4時間も一生懸命話したそうです。「ふ～ん、それで。」「ほう、それから。」とずっと聞いてくれた校長先生。大人への信頼感をもてたそうです。

黒柳さんのエピソードは、一方的にしゃべり続ける子どもの話を大人がしっかり聞いてあげると、子どもと信頼関係がつけられることを教えてくれています。

低年齢の子どもは、<いま>の自分の感情で行動したり、おしゃべりをしたりします。そして、心身の成長とともに、少しずつ大人の反応を見ながら「今、しゃべってもいいかなあ」と話す<タイミング>や「〇〇のことを聞いてみようか」と話す<内容>を考えるようになります。このように、自分を取り巻く人に対して、いろんな思いをもちながら生活するようになりますが、自分の周りにいる人のことを考えて行動することは、大人でもなかなか難しいことです。

他の人が自分と同じような考えをもっているか、自分の考えを理解してくれているかどうか分からない時はどうすればよいのでしょうか？そんな時は、相手に聞くことができればよいのです。「私は、〇〇のように感じたいけれど、あなたは、どんな風に感じますか？」自分が困った時は「〇〇が苦手なんだけど助けてもらえるかなあ。」「〇〇ができないので困っています。〇〇してもらえませんか？」など親以外にもSOSを出せるようになることが、自立をすることにもつながります。

このような力は、子どもの頃から少しずつ育てていくことが大切です。自分の苦手なことをサポートしてくれる人がいる、と思うことは大切ですが、サポートされ過ぎて、自分が一人でできる事とできない事の区別がついていない子どももいるのではないのでしょうか？

SOSを出すためには「自分一人でできないことがあるし、苦手なことがある自分もOK!」と自分を受けとめて「親以外に自分を助けてくれる人がいてうれしい。」という感覚をもつことが必要です。このような体験を幼児期から積み重ねていると、親から自立する頃には、話しやすい誰かを見つけることができ、一人で思い悩むことが少なくなるように思います。

そして、SOSを出すこととあわせて育てたい力は、人への感謝をあらわす言葉が自然に言えるようになることです。「〇〇してくれてありがとう。助かったよ!」という言葉は、大人が子どもにたくさん使ってほしい言葉です。このほめ言葉が<ごほうび>になって、人の役にたとうという気持ちが生まれ、助けてもらった際には「ありがとう。」と自然に言えるようになります。

また、完璧でなければならないという考えは、できないことが悪いと感じさせてしまうこともあります。子どもだけに限らず、苦手なことは誰にでもあるのではないのでしょうか？「まあまあ、ええやん。ぼちぼち自分なりにできとるな。」讃岐弁のほめ言葉が大好きな私です。

*参考文献:黒柳徹子著(2024)本物には愛がある

NPO法人グランマールの活動理念に賛同していただき、継続して寄付をいただいています。

- 富士産業株式会社
- 大倉工業株式会社
- 四国化成ホールディングス株式会社
- 株式会社伏見製薬所
- 琴参バス株式会社

行事予定・お知らせ

※全て要予約です。

ま〜る、すきっぷ
ぴあ・ほっぺの
予約は

☎ (0877) 85-6613
にご連絡ください。

ま〜る 臨床心理士等
相談員との個別相談

来所・Zoom または電話で
相談を実施しています。
詳しくはチラシ・ホームページ
をご参照ください。

相談
時間 50分

ぴあ・ほっぺ 発達障がいや発達が気になる子どもの保護者同士や
スタッフと相談し合えたり、情報交換できる場

開催 毎週月・火曜日 毎週木曜日
10:00~12:00 10:00~12:00
13:00~15:00

方法 来所、Zoom、電話 参加費 100円
(来所のみ)
ホームページカレンダーに空き状況をのせています。

すきっぷ 発達障がいのある子どもの
保護者のグループ相談

参加人数 定員7人 相談時間 10:00~12:00

相談方法 対面でグループ相談 参加費 100円

10/ 9 ☎ 0~18歳までの子どもの保護者対象

11/ 11 ☎ 0~18歳までの子どもの保護者対象

R7年 1/ 15 ☎ 0~18歳までの子どもの保護者対象

1/ 26 ☎ 発達障がいのある子どもの父親対象

2/ 13 ☎ 0~18歳までの子どもの保護者対象

2/ 18 ☎ 青年期(高校卒業後)の子どもの保護者対象

※2月18日(火)は、コーディネーターの先生がZoom
での参加になり、定員は5名になります。

※メール登録をされている方に、お知らせ等を一齐メールで送信しています。
迷惑メール設定をされている方は、下記のメールアドレスが届く状態に
しておいてください。 skip@ml.chiikiwakazoku.lomo.jp

・Zoom相談

「相談したいんだけど感染が不安」
「体調が悪く、外に出る元気がない」
そのような時

Zoom相談なら、自宅からスマートフォン・パソコンを使用し、
顔の見える状態で相談できます。

ホームページに「Zoom相談をされる方へ」を
掲載していますのでご覧ください。

<https://hoppe-marugame.com/>



・電話相談

「仕事が終わって向かっていたら間に合わない
けれど、仕事終了時に車の中から電話で相談でき、助かった。」
などの声をよく耳にします。

※電話相談はこちらから電話をかけます。

入園・入所相談日のお知らせ

子どもさんの入園・入所に向けて、
不安や心配ごとがある方対象

日時 9/25 ☎ 10:00~12:00以内で

場所 ひまわりセンターにて 定員 4名

講師 幼保運営課指導主事
前田知佳子先生 宮崎真三子先生

・入園・入所の説明の後、個別で相談の時間を
設けます。(20分程度)

・お電話にてお申し込みください。

TEL 0877-85-6613 ほっぺ

シンポジウムのお知らせ

日時 11/16 ☎ 10:00~12:00

場所 ひまわりセンターにて

テーマ 思春期の人間関係

— 発達障がいのある子の親子関係・友達関係 —

講師 臨床心理士・公認心理師 熊谷 由紀先生
臨床心理士・公認心理師 濱田 知世先生

〜スタッフのつぶやき〜

うちの息子は、時々常識はずれなことをする。誰かに迷惑を掛けるわけでもないの、取り立てて問題にするほどの事でもない。ただ、母が何とも言えない気分になる。なぜ?とったり、がっかりしたり…何とも言葉に表しにくい感情に襲われる。そんな時、「すきっぷ」や「ぴあ・ほっぺ」で同じ立場の保護者に話すと「うん、うん」と頷いてくれて、「分かる。分かる。」という表情をしてくれる。その空気感にホッとして、気持ちも軽くなる。共感してくれる人がいるって有難い。ひとりで抱え込まず、信頼できる人に話す大切さを日々感じている。

インフルエンザ・コロナウィルス等感染予防対策を行っています。

※保護者の方やお子さん、ご家族に、発熱・咳などの症状がある時。

※お子さんが通う園、学校、ご家族の職場等が閉鎖・待機になっている時。

※インフルエンザについては、発症した後5日を経過、かつ解熱(37度以下)した後2日(幼児にあっては3日)を経過するまで。(学校保健安全法施行規則第19条より)

コロナウィルスについては、発症の翌日から5日間を経過、かつ症状が軽くなってから1日経過するまで。(文部科学省の省令改正より)

来所相談を希望されている方で上記にあてはまる場合は、来所をお控えください。

Zoom相談や電話相談に切り替えることもできます。

キャンセルされる場合は、新たに予約をお取りします。ご連絡ください。

※換気のため窓を開けています。服装等で調整をお願いします。

※来所時に体温測定と手指の消毒をお願いします。

香川県NPO基金、丸亀市市民活動ステップアップ補助事業、NPO法人グランマール出資にて、所属の専門相談員15名が執筆し、「子育てを支える専門家から子どもを育てているみなさんへ」を作成しました。



丸亀市教育委員会教育部幼保運営課の委託金・四国労働金庫社会貢献活動助成金にて、「発達障害のある子どもと保護者のための情報BOOK」を作成しました。



次回ほっぺ通信はR7年1月に発行します。お楽しみに!