

よんで元気になる体験談

あせらずあわてずすすもうや

Part.5



作成／平成26年度 わくわく子どもまつりin岡山ドーム
公民館発達障害者支援グループ

は

じ

め

に

「わくわく子どもまつり in 岡山ドーム」の発達障害者支援ブースを立ち上げて6年目、この冊子は5冊目となります。今回も、公民館などで活動しているグループの皆さんから、熱いメッセージが届きました。それぞれが、今を一生懸命生きている 親子や当事者の軌跡です。読んでみると皆さん、「大変だけど、おもしろい、楽しい、感動した」と子育てを楽しむようになり、最後は、生まれて来てくれた子どもに、お世話になった方々に、感謝するようになっていきます。

この冊子を読んでもくださる皆さんも、元気になり、笑顔になってくだされば幸いです。そして勇気の一步を踏み出して、公民館をのぞいてくださると嬉しいです。お助けミニ情報（巻末）を参考にしてください。分かり合える仲間との出会いが待っていますよ！

目 次

- 第1章 メッセージ ～公民館での活動に参加して～ . . . 1
- 第2章 私の体験記 ～子育て・成長・自立に向かって～ . . . 3

第1章 メッセージ ～公民館での活動に参加して～

・*:°'★,。・*:°'☆∴ message ・*:°'★,。・*:°'☆∴

息子はこだわりが強く、自分の好きなことをひとり黙々とする子でした。そして幼稚園では集団生活に馴染めず、よく教室から脱走することもありました。この活動に出会い先生の指導のもと、少しずつ変わり始めました。今では一日中教室で過ごし、全く興味のなかったお友達と笑いあえています。

(S.Y)

・*:°'★,。・*:°'☆∴ message ・*:°'★,。・*:°'☆∴

8歳と6歳の娘達が活動に参加するようになって半年近く経ちます。姉は恥ずかしがり屋、妹は自己中心的と、タイプは違いますがそれぞれ対人関係に不安があります。活動の中では、毎回お友達やボランティアのお兄さん、お姉さん達と目一杯遊んだり、家ではなかなかさせてあげられないようなことを体験したりと、2人とも本当に楽しそうです。最近は以前と比べて、いろんなお友達と積極的に関わられるようになってきたように感じます。これはきっと遊びの楽しさを体験できたおかげだと思っています。

(A.S)

・*:°'★,。・*:°'☆∴ message ・*:°'★,。・*:°'☆∴

活動に参加する前はミニカーばかりで遊んでいました。言葉も苦手で話す時も、うまく自分の気持ちを表すことができませんでした。活動に参加しはじめてから、楽しそうに笑えるようになったのを今でも覚えています。それからは氷の塊がとけていくみたいに、少しずつ本人の気持ちが表せるようになってきました。今では言葉も増えてきて、周囲への興味の幅も広がりました。ひらがなや時計も読めるようになってきました。コミュニケーションについては、まだ少し言葉不足なところもあり勉強中ですが、確実に一歩ずつ進んで行けそうです。先生のアドバイスや活動で関わる皆さんの支えや応援によって、子どもの伸びる力、子どものことを信じて毎日の生活を送れるようになりました。

(Y.K)

・*:°'★,。・*:°'☆∴ message ・*:°'★,。・*:°'☆∴

現在小学4年、活動に参加して今8ヶ月になります。元々、身体全体の不器用さがあり、身体を動かすことをあまり好まず室内で遊ぶタイプでした。活動の中で、身体を思いきり使

うことが多く、ボランティアのお兄さんお姉さんが上手に相手して下さるので、自信がない運動を自然と楽しめていました。すると、運動に対する自信が出てきて「やってみたい」という意欲が出てきました。今では動きがスムーズになり、本人のコンプレックスも解消されています。また、小さい頃から言葉の遅れがあり、人に上手く気持ちを伝えられない、聞き取れない難しさからか、自分一人で遊べるおもちゃや本など「物」の世界に満足し、本当の意味で人と関わる楽しさが感じられていませんでした。活動を始めて7ヶ月経った頃、「家より学校で友達と遊ぶ方が楽しい。やっぱり一人はつまらん」と言ってきました。学校では、いろいろなことや人に対するの自信がついてきて「楽しめる」ようになっていると先生から聞きました。子どもにこの活動がどうして楽しいのか聞いてみると、「(ぼくの上手くない話を) ポラのお兄さんお姉さんが沢山聞いてくれるから！あといろんな遊びが楽しいから」と言っていました。子どもが楽しみながら自然に伸び、自分を出して自分を受け止めてくれる人・場所があったからこそ、得られた「自信」に感じています。今後もどのように成長していくのか楽しみです。

(H.T.)

・*:°'★,。・*:°'☆: massege ・*:°'★,。・*:°'☆:

高学年の我が子は人に合わせることや、曖昧なこと(まあ、いいかぁ！と流せることなど)が苦手です。指導をして下さる先生、保護者、大学生や社会人ボランティアさんなど子どもではない方々が遊びを通して関わってくださっています。活動では苦手なことも含まれているのですが、楽しいことから学びは、大きいようです。活動に参加するようになって、日々の生活のなかで少しずつ折り合えるようになり、学校でのトラブルも少なくなりました。中学年の時に学校のベテランの先生でも対応に困るぐらい、難しいタイプだった我が子。その我が子が穏やかになったことで今、私の心にもゆとりができました。

(O.T.)

・*:°'★,。・*:°'☆: massege ・*:°'★,。・*:°'☆:

この会に参加させて頂いてちょうど4年がたち、5年目を迎えました。最初は活動にきても部屋に入らず脱走ばかり。今となっては懐かしい思い出です。現在、学校ではもちろん全く問題ないわけではないですが、通常学級でますます頑張っております。

活動の中での療育はとても実践的です。学校の授業のように黒板を使うこともあります。運動場で休み時間のように遊ぶこともあります。宿泊研修は小学校で行く、山の学校のよい練習にもなります。また、私は息子に発達障害があることをカミングアウトしていませんので、本音で語り合え、子育ての情報交換できるこの場は、私にとっても必要不可欠です。小学校高学年に近づくにつれ難しくなる人間関係。息子もここに来て仲間と遊ぶことでバランスをとっている気がします。

(N.H.)

第2章 私の体験記 ～子育て・成長・自立に向かって～

不登校～支援級～そして今

今回は家のアスペ3人トリオに、それぞれインタビューしました。

まずは、中2の2学期から学校に行けなくなってしまった長男Y（20歳）から…

母 「ズバリ、学校へ行けなくなった理由は？」

Y 「ただ行きたくなかった。」

母 「前に聞いた時は、全く勉強が分からなくなってと言ってたけど…。」

Y 「そうだっけ。忘れた。体が嫌がった。」

母 「学校の教育相談室に、朝9時ごろから1時間ほど通わせてもらっていたのはどうだった？」

Y 「何もしない時間でないのがよかった。読書とか…。」

母 「あの時、毎日コピーしたプリントと、社会と理科の教科書を解体して数ページずつ読むように渡してたんだけど、ちゃんとやってたあ？」

Y （苦笑）「学校へ通っていたことで気持ちは楽だった。」

母 「教育相談室に週2回、1時間ずつ通っていたことは？」

Y 「卓球などスポーツをさせてもらえてよかった。」

母 「サポート校はどうだった？」

Y 「高校へはなんとなく行かないといけないと思った。自分のペースでプリント勉強させてもらえてよかった。3年になってから授業が少しずつ入ってきたかな…。」

母 「就職活動はどうだった？」

Y 「就職活動は苦ではなかった。面接は得意。でも試験は…。」（苦笑）

母 「じゃ、就職してからは？」

（彼は今警備会社に就職し、津山にいる）

Y 「一人暮らしはきつい。生活面でストレスがある。できれば家から通える仕事がしたい。実家に帰って来た時が一番楽しい。」

母 「それから、NPOの学習会や、就職に向けて若者支援をしている団体での活動はどうだった？」

Y 「これからも繋がっていたいと思っている。スポーツをしたり、支援をしているスタッフや先生と話をしたりも楽しかった。」

母 「最後に将来の夢は？」

Y 「NPOで自分と同じような子どもたちの支援や、地域との交流があるボランティア活動がしたいかな。」

母 「ありがとう。でも、それってお金になる仕事かなあ？」

今まで彼を支援して下さった方たちが与えて下さった成功体験や、その方たちの姿勢が、彼の自信と彼の目指すところに繋がっているようです。

次は、小5で不登校になった長女M（高2）です。

母 「学校へ行けなくなったころのことを聞きたいんだけど？」

M 「全く覚えていない。どうでもいいんだけど。」

母 「あのころ、一人の男子が『きもい』といいだしたのをきっかけに、複数の男子からばい菌扱いされるようになったって聞いたけど…。」

M 「そんなこと言ったっけ？今を一生懸命やることでいっぱいなんだから（覚えてなくても）いいんじゃない。」

母 「それじゃあ、中学の支援級はどうだった？」

M 「担任の先生が好きだった。やさしいし、しゃべらなくてもよく分かってくれる先生だった。」

母 「宿泊研修（2泊3日）は？」

M 「帰りたかった。」

母 「修学旅行（沖縄2泊3日）は？」

M 「楽しくなかった。」

母 「受験は？」

M 「絶対に合格しなければならないという気持ちで、しんどかった。」

母 「でも合格したときは嬉しそうだったよ。」

M 「解放された喜びが大きかった。」

母 「高校は？」

M 「楽しくもないし、嫌だとも思わない。宙ぶらりんという感じ。」

母 「卒業後は？」

M 「進学を考えている。勉強したい。今の授業が物足りない。部活も特に活動してなくてがっかりだったから。」

母 「話は変わるけど、子ども会はどうだった？」

M 「最後の方でクリスマス会を手伝ったのは楽しかった。」

母 「中学生はお手伝いの方にまわってもらったからね。

他にいろいろ手伝いをしたことは？」

M 「やりがいがあったし、人とふれ合えた。勉強になった。」

母 「公民館での職場体験（お仕事体験）は？」

M 「中2のチャレンジワークを公民館でしたのは楽しかった。最近のお仕事体験は、仕事がもの足りなくなってきた。」

母 「防災体験は？」

M 「めんどくさい。」

母 「歌の会は？」

M 「歌はアニソンが好きなんだけど…多少うまくなったと思う。」

- 母 「NPOの学習会についてはどう思ってる？」
M 「役に立っている。感謝している。」
母 「最後に将来の夢は？」
M 「お金もうけをしたい。ゲームをするために…（笑）。本当はゲームに関わる仕事がしたいけど…これから探したい。」
母 「ありがとう。たくましくなりました。」

最後は不登校になる前に、小4で支援級に入れた次男H（中2）です。

- 母 「支援級はどうだった？」
H 「入った理由はわかっていた。友達からきついことを言われると辛かったから。」
母 「そうだね。特に女の子によくきついことを言われていたよ。しまいには、『ぼく外に出ると誰かに叱られるから怖い』とまで言うようになっていたよ。クラスはどうだった？」
H 「楽しかった。友達関係で悩むことはあったけど…。」
母 「山の学校は？」
H 「お母さんで行った時（事前に親子で体験させてもらった）は楽しかったけど、学校から行ったのはほとんど忘れた。」
母 「海の学校は？」
H 「なんとなく思い出したくない。」
母 「修学旅行は？」
H 「うるさいのが嫌だった。自分自身もうるさいと指摘されたのがショックだった。でも、友達とよく話せたのがよかった。」
母 「君は興奮したり、緊張したりするとおしゃべりが止まらなくなるからね。」
H 「音楽発表会でうまく演奏できてよかったし、劇に出たのもよかった。」
母 「6年の時ね。劇は5年の時の学習発表会でおサルさんの役をした時だね。確かによかったよ。よくがんばってたよ。」
「ところで中学の支援級はどう？」
H 「楽しい。先生たちの授業も楽しいし、友達とも楽しくやってるよ。」
「文化祭もESD（の国際会議のレセプション）での演奏も楽しかった。」
母 「子ども会はどうだった？」
H 「お祭りの手伝いは辛くて覚えている。
いもパーティはおいしかった。」
母 「畑は？」
H 「虫がいっぱい出てきて怖かった。」
母 「公民館のお仕事体験は？」
H 「のりの付け方を覚えた。役にたった。」
母 「防災体験は？」
H 「辛かった。公民館で寝た時も中学の体育館で寝た時も、寒かった。防災食がおいしかった。」

母 「歌の会は？」

H 「歌をいろいろ歌えるのがよかった。」

母 「NPOの学習会については？」

H 「いろいろな体験をさせてもらえることが最初はめんどろだったけど、今ではためになると思っているよ。」

母 「将来の夢は？」

H 「学校の先生かサラリーマン。」

母 「へー、サラリーマンもいろんな職種があるんですけど、どんな仕事がしたいんだろう？」

次男は学校が大好き。本当に学校の先生になりたいのかもしれませんが。サラリーマンはもし先生になれなかった時のための安全パイかな。

3人それぞれいつの間にか過去を乗り越え、今を一生懸命生きているんだと気づかされました。前向きにがんばっている彼らの話を聞きながら、そろそろ親が引っ張って繋いでいくのではなく、彼ら自身が繋がって行こうとする力を信じて見守ってやる時期がきたなあと感じた今回のインタビューでした。

(かずちゃん)

出逢えてよかった

「我が子は広汎性発達障害です」と涙を流さずにすっきりとした気持ちで言えるようになったのはいつからだろうと考えています。つい最近かもしれないなあと思います。

赤ちゃんの頃から寝ない子で、それに付き合いながらの毎日でヘトヘト…そこへ弟も生まれ、彼の赤ちゃん返りも激しく、今振り返ると私の精神状態は虐待の一步手前までいっていたように思います。

そんな息子に診断名が出されたのは、3歳から通い始めた保育園時代。忘れられません。当時の私は、発達障害について何の知識もなく、ただ、「オウム返し」ばかりの我が子の発達に少し戸惑っていました。保育園に相談してみると、「自閉傾向が強い」ということで、なんと入園時から要チェック児になっていました。「ガーン！」とショックを受けながらも、保育園からの勧めもあり、それからの日々は、児童相談所→発達検査→療育と流れていきました。「集団生活の勉強がさせてやれる！」と、やっと入れた保育園で我が子が要チェック児だったとは…。寝顔を見ながら毎晩泣いていたことを覚えています。「私が何の悪いことをしてきたのか。彼がなぜこの運命を背負わなければならなかったのか。何で？何で？何で？」と日々自分を責め続けました。

私の復職もあり弟も保育園に通い始めてから、彼は忙しい私に気を遣い、自分から

近寄ってこなくなりました。参観日・お迎え等でたまに見る教室内の彼は、みんなの中に居るのになぜか孤独でした。なかなか人間関係をつくれなくて、いつも一人でした。それでも母が仕事に行かねばならないことを分かってくれている彼は、毎朝保育園に着くと、ぐずる弟を抱く私に「じゃあね！」と背を向けすぐに教室に向かってくれました。

ある日、園長先生から私へ発せられた言葉は「卒園式当日、休んでもらえませんか？（在園児として出席しないでほしい）」でした。「はい…」と返事はしたものの、考えれば考えるほど納得がいなくて抗議をした結果、「当日ぜひ参加してほしい」と言い直されましたが、当日は欠席し、家族で出かけました。

その後、「子どもたちと向き合わなければ!!」と、この年の3月末で退職しました。彼は今、地元の幼稚園に年長から編入し、地元の小学校へ入学。6年生として通学班長をしたり、クラブ長をつとめたり、充実した日々を過ごしています。幼稚園までは療育、小学校からは療育と同じスタイルを続けたいという本人の気持ちを優先して、月に2度ほど情緒の通級教室に通っています。1回は個別学習、1回は3人のグループ学習で、ソーシャルスキルや苦手科目のトレーニングなどの時間を重ねています。

幼稚園での出逢い、小学校での出逢いが今の私たちを支えてくださっています。彼は幼稚園で「心の友」に出逢え、通級教室ではグループ学習で優しい友達と出逢えました。母も、幼稚園から小学校へと進み、発達障害について話せ学べる場と出逢えました。

今でも、不安がいっぱいで心が折れそうな日もあります。彼をどう導いていくべきか悩みます。でも、彼が笑うと自然と私も笑顔になれます。彼に出逢えて本当によかったと思えます。笑って、悩んで、いっぱい泣いて、これからも彼を見守っていきたい、今は心からそう思います。

(光は前に・・・)

NPOの学習会と出会う

13歳の息子の母親です。息子が5歳の時、学習会を知り入会しました。それまでは共感する友人が私自身出来ず、悩む日々でした。入会をきっかけに、同じ悩みを共有する友人、マイペースに遊んでも気にしない子どもたち、壁にぶち当たる度アドバイスをくれる先生に出会い、今日までやってきています。

今では、母も子もなくてはならない居場所です。今、悩んでいる方も一人で抱え込まず同じ悩みを共有する人に話すだけでも前向きになると思うので、行動してみてください。

(K母)

しっかり者のお兄ちゃんとうっかり者の弟くん

我が子は男の子2人兄弟。お腹を痛めて産んだ私が「本当に同じ親から生まれてきたのか？」と時々首をかしげるほど、性格も見た目もまったく正反対な兄弟です。正反対なだけに喧嘩も激しい！そしてそれぞれ違った部分で非常に手がかかる子たちですが、それぞれオモシロイ個性的な我が子です。

2人とも、大変なことや困ったことは小さいことから大きいことまで盛りだくさん。正反対な2人だけに支援の仕方を変えた方が良くても多いので、不器用な私は四苦八苦。でも少しだけ見方を変えたら、「こんなに面白い子どもはなかなかいないぞ！」とも思います。子どもとのちょっとした会話や出来事に、大笑いしたり、幸せな気持ちになったり…。

私は「困ったこと」を「オモシロイ」に変換して、いろんな出来事をフェイスブックで紹介しています。毎日がネタの宝庫なので、投稿する話題さがしには困りません。ここで1つだけ、その投稿を紹介します。

私のフェイスブックの投稿から。

先日の次男との会話『あんた、ちーとも人の話、聞いてないじゃろ!』編。

蒜山（ひるぜん）に行く当日の朝のこと。

数日前に、この週末は蒜山に行くこと、誰と一緒に行くのかなど、一通り説明して…の当日の朝。

母 「さあ、これから行くよー！」

次男 「…（どこに？的な、とぼけた表情）」

母 「この間説明したじゃろう？どこに行くんだったっけ？思い出してごらん？」

次男 「うーんと…??？」

母 「しょうがないなー、そうだ、ヒントヒント。最初に『ひ』がつくよ！」

次男 「わかった!! ひき肉!!!」

母 ……、絶句。そして爆笑。

母 「いやいや、場所場所！」

しょうがないなー、もう少しヒントね。『ひる』がつくよー！」

次男 「わかった！昼ごはん!!!（自信満々に）」

一同大爆笑。次男の頭の中の9割方、食べ物のことで占められていることを確信

した母でした。

こんな毎日が「楽しい」と思える親でいたいと思っています。

(あんみつ)

心はイギリスへ…三女の場合

「イギリスへホームステイしたい！」

三女の夢に向けてのプロジェクトが始まっている。

小学校1年生の2学期から登校をしぶり、不登校…。病院での検査結果は「広汎性発達障害」。

1年前に年子の姉も同じ状態で同じ診断が出ていた我が家はパニック寸前。外に向けて問題行動の出ている姉に比べ、内にこもるタイプの彼女に対してドクターは「もともとエネルギーが少ないのかもしれませんが。お母さん、みんなが同じようにエネルギーが高いわけではありません。ゆっくり進んでいく子もいるのです」とアドバイスくださった。やればできるタイプで生きてきた母は「そのままがいい」と頭では思っている、でも、「もうちょっとやってみたら…頑張ってみようよ…」といらぬ口を出して、現在も失敗しながら思考を転換、進行中。

行事の好きな彼女は運動会、音楽発表会、遠足への興味はある。しかし真面目すぎて、失敗へのシナリオが作れていないため、うまくいく確信がないと当日への参加につながらない。

小6の頃やっとそんな彼女の状態を理解した母は、それまで練習すれども参加の難しかった音楽発表会、宿泊行事への参加に向けて、計画を立てた。小学校でもケース会を開いてくれた。修学旅行前には旅行への引率の先生方、音楽発表会では音楽の専科の先生に入っていていただいて各行事参加への作戦を立てることができた。

6年生後半、行事参加で元気が出た彼女は、自分の進学先を見て回り（オープンスクール参加）、中学受験を目標に立てた。受験は桜散ったが、作文の練習で自分の気持ちを文章表現できるようになり、卒業文集に素晴らしい文章を書き、その文章は新聞の投書欄にも掲載された。

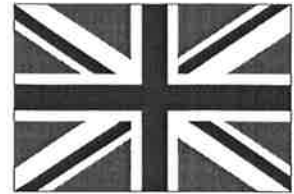
小学校1年生からはじめた剣道も、目標を試合（勝負）から昇級（正しさ）に変えたところ、現在まで続いている（この秋初段に挑戦！）。

現在中学2年生。今また不登校状態に入っているが、岡山市内4つの適応指導教室を自分の目で見て選び、自力通学（バス、電車を使って）を宣言して、ぼちぼち進んでいる。

11月には学区で始めた「支援の必要な子と親の会」のことを、大阪で開かれるセミナーでポスター発表の予定。「主役の子どもが発表しようよ…」と話し、「それなら私がしょうか」と立候補。

この秋のチャレンジワークでは、お世話になった小学校の支援学級を希望している。小学校で今年度始まった放課後宿題教室でも、地域ボランティアとして小学2年生の支援に入っている。集団の中で困っている子を見つけ出し、どう支援したらよいか考えてくれている。

イギリスへのホームステイの夢。「英語を話すことよりも、まずは知らない人と一緒に過ごせるか。知らない家族の中で生活できるかが大切」と、すでにお子さんがホームステイを経験された先輩お母さんのアドバイス。我が家でその実現に向けての5つの条件を設定し、奮闘している。



この子にとって最善の道は、良い方法は…と探っていた母が、彼女の成長を通して学んだことは、「どの道でも成功」「どの道もあり」。彼女の選んだ道、進んでいる道でOKなんだということ。

母は口にチャック（良い言葉は出してもOK）をして、子どもたちの成長を大きく見守っていくことが目標！

（ともさん）

ゆるゆる

娘が生まれたのは、15年前の良く晴れた秋の朝でした。不妊治療と度重なる流産を乗り越えて、やっと授かった一人娘です。けれども、母乳はろくに飲まず寝てばかり。布オムツがぐっしょり濡れて冷たくなってもちっとも泣きません。離乳食は食べてくれず、数字や絵本をめくることにひたすら夢中になる乳幼児期。歩くことをいやがり、外ではいつも抱っこでした。

今なら「それって典型的な特徴じゃない？」と言えますが、当時は「おとなしいけど、何だか育てにくいなあ。子育てってしんどいなあ。でも私のワガママなのよね」とずっと思っていました。

その後、発語の遅れを相談してからは、保健所→医療機関での療育→拠点保育園→特別支援学級と、とんとん拍子(?)にすすんで来ました。こだわりは形を変えながら、ずっと続いているし、子育てでつらいことやしんどいことがなかったわけではありません。しかし、運のよいことに、私たち親子には支えてくださる人たちとのめぐり合わせがたくさんありました。岡山を代表する素晴らしい医師・療育者・先生など、節目節目で出会うことができました。私自身も、信頼し、支え合うことができる友人。子どもたちの小さな成長を心から互いに喜び、失敗を笑いとはせる友人ができました。大切な大切な仲間です。

さて、言葉の遅かった娘も、今や中3。朝から晩まで、パソコン・アニメと二次元の世界にどっぷりつかり、オタク道を満喫しています。

将来の展望を聞きました。

「うーんとね、高校に行ってゆるゆるして、大学に行って、どこかに就職して、子どもを産んでお母さんになるの♡」

(オイオイ、未婚の母かい!?)

先日 15 歳の誕生日を迎えた感想。

「R15 指定のゲームが堂々とできます！」

「とうとう、ポケモンの（登場人物の）タケシと同じ年になりました！」

(やっぱり その世界なのね)

家では生き活きとオタクをしています。学校ではいつも自信がなくて、不安だらけで、涙がこぼれる毎日です。友達はほしいけれど何の話をすればよいかわからない。女子のグループはハードルが高すぎるようです。休み時間には、自分の席でうつむいて座っています。周囲の席でクラスメートが楽しそうにしているのをじっと聞いています。でも、帰宅すると「今日はね、〇〇君と△△ちゃんがこんなことを言って遊んでたんだよ」とあたかも、自分も仲間に入っていたかのように私に話します。切なくなります。

しんどいはずの集団の中で、小さな楽しみと目標をもって頑張る長女。帰宅したらゆるゆるしていいよ。朝になったら三次元の世界に行こうね。

(ちょここ)

勇気の一步

「バイバーイ。またね。」

笑顔で手をふってくれる子、ハイタッチをしてくれる子、ギューとハグしてくれる子、お母さんの後ろにかくれてしまう子、ふりかえらず走っていく子…。ボランティアで出会う子どもたちに昔の娘の姿を重ね、お母さんたちの姿に昔の自分を思い出してしまいます。

疲れている様子を見るたび、今なら「大丈夫」と言ってあげられるのに、あの頃の自分にはそんな余裕はありませんでした。

娘は3才前に「広汎性発達障害」の診断を受けました。長男よりも早く歩き、早くしゃべった娘。でも…何かが違うと感じていたのは母の勘だったと思います。何の知識もなかった私は、毎日自分を責め続けました。「育て方が悪かったんじゃないか」、「妊娠中の食べ物が悪かったんじゃないか」…そんな時、私を救ってくれたのは、娘のくったくの笑顔と、周りの方たちの温かい言葉、適切なサポートでした。

勇気を持って一步を踏み出せば、必ず光が差し込んできます。先輩お母さんからは経験に基づくアドバイス、地域の保健師さんからは次につながるサポート、拠点保育園の保育士さんには親子共々支えていただきました。その中で、同じ悩みを持つお母さんとの出会いは、今なお続く大切な友人となりました。

現在娘は高校2年生。苦手なこともあります。ちょっぴりおシャレもしたりする

女の子になりました。

(Y.F)

続けることを頑張ろう

我が家の3人姉妹の甘えん坊の末っ子は、生後6ヶ月の時にてんかん発作を起こし1ヶ月の入院をしました。発作はおさまりましたが「一度ダメージを受けた脳の部分は元には戻りません」とドクターに言われて、脳の新しい部分が代わりに働いてカバーしてくれることを願うばかりでした。入院前にしていた寝返りも退院後しばらく出来なくなってしまい、首をがくがく振りながらキーキーと時々声を出していましたが、姉達は、「今までと変わってないよ」と言って妹をくすぐったりして「私が笑わせたよ」など一生懸命に接してくれました。

この日から我が家は末娘中心に生活が変わりました。「脳や体に刺激を与え、体にも良いのは…」と、退院後直ぐにベビースイミングを始めました。すると遅かったつかまり立ちから、歩くのをとばして、突然小走りで走り出せるほどになり、ほっとしました。やはり水中で全身運動は良かったようです。

1歳8ヶ月の時に、自閉的傾向有りとの診断を受け、療育を頑張っただけでバタバタの毎日でした。他にも何かさせたいと思い、小学4年生の時にスペシャルオリンピックス(SO)*を知り、水泳に参加させていただきました。18歳になった今も親子で続けています。



水泳から始めて他の種目(陸上や卓球)のプログラム練習にも参加できるようになりました。県外の大会に出るために、サポーターと一緒にチームで宿泊も経験し、泳ぎや走りが決して早いとか上手ではないのですが、今年はまさかの海外の大会に出場させていただくことができました。なんとメダルも取れて、人生でとても良い経験となりました。

姉達と同じように塾や習い事などさせたいのに出来ない決めつけて悲観していましたが、スペシャルオリンピックスに参加して、本人の出来ることの中でモチベーションを持って続けることができ、その上結果が出たことは、必ず何処かで認めてもらえる時が来るのだと思いました。そして、それを支えてくださる方との出会いや、スポーツを通じて仲間を応援するという気持ちも育むことができ、とても嬉しいことです。これからも頑張っていきたいなと思っています。

*スペシャルオリンピックス(SO)…知的障害者のスポーツプログラム

(I.H)

私の提案

学校では支援学級なのにやりたくないことを無理やり、させられる。先生は「今やらないと、後で後悔するから…」という。

合唱コンクールの練習。

「いま交流でみんなと一緒に練習しないと、本番にみんな（交流の子達と）に合わせられなくて上手く歌えなかったら後悔するよ」と言う。

頑張ってみたが、私は本番まで気持ちが持たず出られなかった。

先生の言うとおりに、やりたくないけれど頑張ったこともある。

でも、みんなと一緒にできたことで終わりになっている。

私が楽しかったかは、ない。

大切なのはやっている本人が楽しかったか、ではないのか？

「楽しかったから、次もしたい！」そう思えることではないのか？

無理をして出来た。そこで終わりだから、次にはしたくない。

「後悔するから…」っていうけれど、終わって後悔しなかった、良かったと思えたことがない。

頑張っても無理なこと、しんどいことと楽しいことのバランスが崩れると学校に行けなくなる。

私「親の会」で活動している。そこでは、自分のやりたいことができている。次は何をしようかとワクワクする。でもほかの子はどうなのか(楽しいのか)わからない。会ったこともない子もいる。「他の子も楽しくなるためにどうしたらいいか？」と考えてみた。

- ① お母さんたちのように運営委員会をして、やってみたいことを言う場をつくる。
運営委員会では各月の誕生会をはじめにする。
- ② 会員のメンバーブックを作って書いてもらう。それをもとにその子の興味のある企画を計画していく。

11月からできる人からでもやっていこうと思う。

(油性ペン)

オレ怪獣

オレはちっちゃいころ暴れん坊で、甘えん坊で、わがままで、自由にしてきたけどそのせいで今困っている。

ろくに勉強しなかったから、九九すら今でもあやしい。

しかも、人に迷惑をかけまくっていた。

その中でも1番困らせていた人は「お母さん」だと思う。

小学生になるまでも、すごく困らせたと思うけど1番困らせたのは、小学生の4年生～6年生の時だと思う。

そんなオレも中3になった。

受験もひかえてプレッシャーも多い。

ぜんぜん勉強もついていけないから頑張っている。

オレは小学生の間ずっと支援学級にいたけど中学生になってから無理やり通常学級にいった。

もしそのまま支援学級だったら、ぜんぜん成長しなかったと思う。

たぶん、学校すら行ってなかったと思う。

でも、小学校のときは支援学級で良かったと思う。

めちゃくちゃイヤだったけど、すごく修行になったと思う。

支援学級のみんなが通常学級にいきなり行っても成功しないと思うけど上手くやっていくことはできると思う。

がんばれば、の話だけど。

困ることはいっぱいある。

友だちはできないし、クラスには馴染めないし、困ってもあまり助けてくれない。

勉強もみんなと一緒に受けなければならない。

40人くらいに1～2人の先生なんだから、自分だけについてもらうことはもちろんできないし、質問して聞こえないときすらある。

どうすればいいか、オレにもよくわからないけど、ひとつ、オレががんばったのは、いろいろな人と仲良くすることだ。

いろいろな人と仲良くすれば、

その中から、仲のいい友だちもできるし、

問題がわからないときでも周りに聞けば教えてくれるし、相談にものってくれるし、オレはその関係を作るのに3年がんばった。

だから、みんな一人でいてはいけないと思う。

最後に、

オレはちっちゃい頃アニメやゲームに出てくる怪獣は「かわいそう」だと思っていた。

だって、怪獣が暴れるのは「みんなと遊びたくて、でもみんなと違うからそれが上手くできないから暴れているんだ」と思っていたからだ。



*** 絵の説明 ***

- ★ オレ怪獣 = 自分
- ★ 友だちマン = ヒーロー

オレ怪獣が暴れてみんなに迷惑をかけているから
友だちマンがオレ怪獣と戦うことになる。
でも、実はオレ怪獣はみんなと一緒に仲良くしたい、遊びたいという気持ちだった。
オレ怪獣から出てくる言葉は「ギャオー、ギャオー」
そして勝手に口から「炎」が・・・
オレ怪獣は友だちマンにやっつけられて頭にコブができた。
心の中では「いたいよー、あそぼーよー」と叫んでいるのに・・・
上手くできなくて、みんなに迷惑をかけるし嫌われる。
悲しくて涙が止まらない

子どもに育てられたオヤジ

『おもしろ子育て奮闘記～よんで元気になる体験記～』を読ませてもらい、皆さんの奮闘ぶりや誠実さ、子育てに対する向き合い方に感心していただけたオヤジでしたが、編集担当のお母さんから、「ぜひイクメンに（イクメンではなかった…）コメン

トを！」とのおだてに乗せられて、PCに向かっています。

現在、小学校6年生になる我が子ですが、幼稚園の時に医師から発達障害であることを告げられました。食に対するこだわりや人との接し方など、「あれっ？」って思うことがあったことから、ある程度の覚悟と心の準備は出来ていたものの、当時通っていた小児医師の言い方や対応が気に入らなかった私は、簡単に受け入れる気にはなれませんでした。そのため「～でしょ」、「～しなさい」と言っただけでは子どもの未来を勝手に心配して、理想の姿を押しつけようとしていました。当時は子どもも妻も辛かったと思います。今思えば、典型的なダメオヤジでしたね。

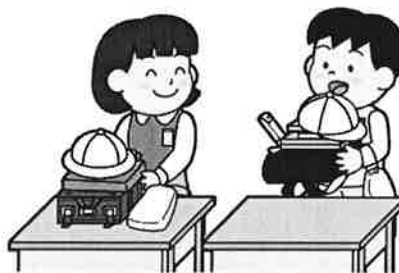
その後、小学校に入り支援クラスで授業をするようになり、当時の校長先生や担任の先生、ママ友との交流を通じてどんどん我が子と妻が成長していく中、状況を一向に理解しようとしないうダメオヤジは仕事を理由に関わりを減らしていきました。

そんなある日、小学校の授業参観に行ったとき、全くできないと思っていた授業の準備や片づけを何の違和感もなくやっている姿に驚きました。更に驚いたのが、我が子の成長を見せせず、知ろうともしていなかった自分自身のダメっぷりでした。

それからは、少しずつではありますが、うちの子には個性的な成長ペースがあることを認識したうえで、子どもが出来ないこと、苦手なことをどのように伝えて吸収してもらおうのか考えるようになり、頭ごなしに親の言い分を押し付けることが無くなったと思います。改めて、子育てとは、子どもとの生活の中で、親が育てられているのを実感していく毎日です。今後は、胸を張ってイクメンといえるようなオヤジになれるよう、頑張ります。

皆さんも、悩むことや不安なこともあると思いますが、日々子どもと一緒に一つずつ乗り越えられるよう、成長していきましょう。

(おやし)



笑えば心の天気はいつも晴れ

息子は高機能広汎性発達障害（診断当時、のちにアスペルガー？とも言われどちらかはっきりしていません）とADHDとトゥレット症候群があり今年で20歳になりました。現在はプログラマーになりたいとあって、今年4月、つらくても頑張っていた専門学校を中退し、自宅にてプログラマーになるための勉強をしています。

息子が診断受けたのは小学校3年生になる前です。赤ちゃんのころから感が強くて「他の子とはどこか違うな」と思っていたのですが、転勤族で相談できる人が少なく、転勤先のママ友達に「男の子ってそんなものよ。心配しすぎよ」と言われ、半分ノイローゼになりながらも保健所の検診をすりぬけてしまいました。

幼稚園では激しい行き渋りがあったのですが、2人目の子どもがお腹にいたためか赤ちゃん返りと思われて、「問題なし」と言われ、その次の幼稚園でも「目を見て話ができるから大丈夫。お母さん心配し過ぎです。もっと気楽に育てましょうよ」と言われる始末で、このタイプの子たちの「言葉にはできにくい育てにくさ」をわかってもらえないどころか、しまいには「過保護で心配症のお母さん」扱いされていました。

母に相談しても「あなたの育て方が悪い」、「落ち着きがないのはちゃんとした食事させてないんでしょ」と逆に責められるばかり。主人はもともと出張が多くて子育ては私中心。小2の時行き渋りと下校後に必ず暴れる息子の子育てに一人では限界を感じ、「検査を受けるため児童相談所に一緒についてきてほしい」と頼んだら「親子どもを悪く言ってどうする。悪いのはおまえだろ」と当時は孤立無援状態でした。

そんな状態だったので、診断がおりた時にはショックや絶望よりも先に、「私が悪いのでも、子どもが悪いのでもない。障害があるせいだったのだ」とわかり、思わずガッツポーズ！

ただ、障害がわかっても、小学生で療育をうけることができず手探り状態。いろんな勉強会に参加したりセミナーに通ったりしました。

ドクターからは、息子の状態とプライドの高さを考えると、そのまま通常のクラスで過ごしていくのが良いとアドバイスを受けたのですが、なんの手立てもなく息子も私もしんどい毎日でした。担任には障害を伝えていましたが、勉強や会話は普通に出来ていたので（これが苦しさの元に）あまり問題視されませんでした。いくらお願いしてもパニック時に避難する場所を確保してもらえず、ある時、学校で息子がいなくなって先生方が探すと、屋上に上がる階段の隅に置かれた掃除道具入れのロッカーの中で息子は泣いていたことがありました。そこで初めて避難場所を用意してもらえました。その後、外の通級に通うことができるようになったのと、セミナーで知り合ったお母さんの紹介で、ある専門の先生が学校との間に介入してくださってから（このお母さんと専門の先生は絶望し疲れ果てた私と息子の命の恩人です！！）息子のことを学校全体で考えて見守ってくださるようになり、少しずつ落ち着いてきました。

それでも極度の不安からか暇さえあれば担任にしがみついて離れようとしないうちに担任は「そんなに僕のことを好きなのかい？」と言って笑わせながら辛抱強く接してくださいました。

家では学校のストレス発散とばかりに、感情の起伏激しくて一瞬で激昂し、気に入らないと物を壊したり、妹を叩いたり、暴言を吐いたり。体が大きかったので自分の要求が通るまで私の腕を掴んで離さないこともよくありました。登校の行き渋りは、上は制服、下はパジャマの格好で気持を表していました。毎日が嵐の中にいるような心休まる時がない小学校時代でした。

現在退学を選んだ息子は、かつてないほどとても落ち着いて穏やかに日々を過ごし勉強しながら、少しずつ基礎生活習慣を身につけつつあります。「お母さんいつもありがとう。何か手伝おうか？」と声をかけて手伝ってくれることもあります。

振り返ると、息子のおかげでとても素敵な出会いがあり、古い固定観念を捨て、新たに自由で気持ちが楽になる価値観を作り上げる楽しさを知りました。

子育てに疲れ果てたお母さん、どうかあきらめないでください。そして自分自身や子どもさんを責める代わりに、自分自身と子どもさんをほめてください。誰も褒めたり慰めてくれたりする人がいない時には、鏡の自分に向かって「よくがんばっているね」と笑いかけてくださいな。その頑張りや未来の自分に必ず返ってきます。感謝を忘れず笑顔でいれば、心の天気はいつも晴れ！「まっいいか！そんなこともあるさ」と笑い飛ばしていきましょう！

(なっちゃん)

夢の実現

私の娘は、今年24歳になりました。支援学校を卒業してから、ずっと障害者雇用でお仕事をさせていただいています。今現在、娘にとって最高に恵まれた環境で働くことができているので、毎日笑顔で仕事に家事に頑張ってくれています。

私にとって娘は初めての子どもで、自分の子どもに障害があるなんて少しも疑う事もなく育てていました。

そんな時に、弟が未熟児で生まれていたので、その子の検診に保健師さんが自宅に来てくださいました。弟の話をしながらかのこの子の様子を見て、娘の障害に気づいてただけでした。確かに娘は、名前を呼ばれても無視するし、爪先立ちでクルクルずっと回り続けているし、何度怒っても同じことをやり続けていましたから、私が育てるのが下手なのかと思っていました。

2歳半の発達検査で自閉傾向がかなり強いと診断されて、医療機関での療育を受けられることになり、それから就学後も継続して療育を受けられたので、10歳までに苦手なことを何度も繰り返す事で、何でもできるようになりました。

その頃私が抱いた夢が、娘にはパートでもいいからお給料をいただける仕事をして、グループホームで生活できる人になってもらう事だったのですが、その夢は現実になりました。

将来の子どもをしっかりとって、その為に必要なことを気長に身につけられたから、それが実現できたんだと思います。

(KさんのMama)

これからの方に…～一歩先を行く家族の体験記 Part 5～

★兄編

私には、今年50歳になる兄がいる。2学年上なので、小学校はもちろん、中学校でも高校でも、私が1年生の時には3年生に兄がおり、頭が良く、物静かで穏やかな兄は、私にとって頼りになる存在だった。

兄は、小さい時から賢く、パズルを普通にするのに飽きてしまい、裏返しでやって親を驚かせたり、買い与えた本をあっという間に読んでしまって、親が本代に苦慮したり、子ども会のバス旅行では「この道は来る時に通っていない！この道では帰れない！」と騒ぎ出したこともあった。読書家で物知り博士。叔父の撮った電車の写真に魅せられ、鉄道が好きになり(乗り鉄・撮り鉄)全線踏破を国鉄最後の日に合わせる懲りようで新聞にも載った。小、中、高、それぞれで友人にも恵まれ順調だった。

商業高校を卒業し就職。配属に関しては「自分は人と関わるのは苦手なので、あまり人と関わらない部署が助かります」と伝えていた。希望通りの業務の配属後、地主さんと交渉をする部署に異動になった。どんな人とでも話題が合わせられるので問題なく業務をこなし、社内のことも「営業所のことや仕事で、わからんことは彼に聞けばわかる」と言われるほどに。

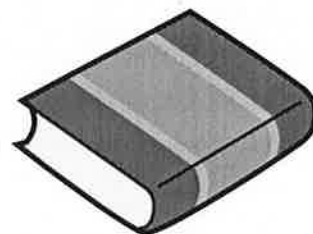
しかし、交渉の部署が廃止になり、営業所内での業務に異動になると、朝にするべき仕事が終業までに終わられなかったり、途中で別の仕事を頼まれパニックになったりしたため、6年程前に、産業医の受診を勧められ、そこから精神科を紹介された。

ついた診断名は「適応障害」。“発達障害に起因する”という所見がない為それっきりで、サポートへ進めない状態。

会社から帰宅し、夕食を済ませたら毎晩本屋などへ出かけ、日付が変わって帰宅し、ろくに寝る時間もなくて遅刻ギリギリで出勤する毎日。有給休暇を全部使って、コミックマーケットに飛び回り、上海や台湾へも。広げた地図は3Dで見える為、初めての土地でも迷わないとのこと。高校生の頃には自室を少年週刊誌等で一杯にし、社会人になってからは、収入がある為、雑誌の購入量は増大し、必要な物は枕元に山積み。とりあえず買った物は(所有していることに満足)車の中や玄関に山積み。捨てられない、片付けられない性分なので、納屋も物置も兄の荷物で溢れている。

仕事面では、特殊な企業の為、民間企業よりは厳しくない為「法に触れなければ、このまま定年までいっていただけです」と上司から説明があり、診断名がついたことで人員の加配もあった。

兄は、私と私の子どもたちの発達障害に理解を示し、自分も発達障害だろうなと気付いており、有名人の生い立ちや、言動、性分、業績から「あの人はそうだよね」と好意的にとらえている。



今は自分のしたいようにしているので困っていないのだろうが、いつか、なんとかしたいと思った時に、相談先になってくれる支援センターの存在は有難い。両親も特に勉強したわけではないが、兄の特性を理解し、ありのままを受け入れている。私の子どもたちも伯父のありのままを受け入れ、アニメの話題はもちろん、博識ぶりを尊敬し、伯父の荷物はお宝の山に見えている。いろいろ課題はあるが、兄の人生はまだ終わっていない。どんなふうになっていくかはわからないが、周りに理解されているのは何よりもの救いである。

★本人編

8年前の39才の時にADHDの診断(現在は広汎性発達障害の診断を受けている)。

運送会社で荷物の仕分け作業の仕事をして1年が経った。早く、かつ正確な仕分けと丁寧な取り扱い。様々な荷物に合わせて臨機応変な処理。見落としや、勘違い、思い込みによる誤作動、短期記憶の弱さに苦戦する。トラックへの積込みを補助した後は、構内の片付け作業。中間の動きを視界の片隅におき、自分は今何をすべきかを常に考えて動く。効率化を求め工夫することは、知恵を絞り楽しく、発達障害に関して勉強したことは、誰にでも分かりやすい環境作りに活かしている。

しかし、昨年12月の繁忙期を経験して「自分には無理～」と感じ、辞める…やっぱり頑張る…を、3ヶ月毎のパート契約更新のたび揺れ動いた。仕事内容が好きなことや、良好な人間関係、定期的な収入など良い点はたくさんあった。が、諸事情により、仕事の内容がどんどん増え、忙しさからリーダーの口調も厳しくなり、期待に応えられない自分が申し訳なく「やはり無理。指示の厳しくない障害者就労に仕事を変えよう」と、6月に支店長へ「夏の繁忙期が済んだら辞めたいです」と伝えると「だめです！」と反対されたが、求人を出してもらい、新しい人が入って仕事を覚えるまでは続けることにした。

リーダーから「最初は覚えが悪かったが、今ではちゃんと出来てるし、そっち側の作業は全部任せられるまでになっているから、辞めんでもいいが」と引き留められた。自分に発達障害があることはリーダーに伝えていたので、負担にならないようカバーしてくれるようになった。他にも幾つかの改善が重なり、私のしんどさが軽減されたので、2ヶ月後、支店長に事情を説明し、継続することになった。

2月に入社してきた人は、発達障害をお持ちですね？という人だった。私はこの人を育てて、5月で辞めるぞと秘かに思っていたので、一生懸命教えたが、「頭が悪いから覚えられません」と言い、困るようなミスを何度もするので、指摘すると彼女は「入社して〇ヶ月経つんだから、いい加減覚えろよ私」といつも言い、注意が重なると、腹を立て言動が荒くなったり、無視をしたり。

私は、チームで仕事しているのだから、はっきり言わせてもらおうし、言われないと、それでいいんだととられるから、毎度指摘している。すると彼女は「前の仕事の上司に『注意されなくなったら終わりだぞ』と言われたので、言われているうちはまだ大丈夫なんだなと思ってます」とのこと。リーダーやセンター長もよく見てくれている。

私は入社した時、「今までにいろいろ職歴はあるが、自分はこの作業は全くの素人。だから最初のうちにとことん質問して教えてもらおう。先輩に雑用をさせないよう早く仕事を覚えよう」とやってきた。彼女をみて、素直であること、前向きに努力すること、己を知ること、自分の苦手な事をどうカバーしていくかの大切さを教えてもらった。いろいろと勉強してきたノウハウを使いながら対応している今日この頃である。



(ははねこ)

原稿を寄せてくださった方々が
主に活動されている会

- ♪ ほっとほっと（旭東公民館クラブ講座）
- ♪ 人・ふれあい・ひろば（光南台公民館主催講座）
- ♪ NPO法人岡山県自閉症協会
- ♪ NPO法人遊育・遊びを育てる会
- ♪ チューリップの会
- ♪ たけやり子ども発達研究所（きのこの会）
- ♪ たんぽぽの会（小学校の親の会）
- ♪ おひさま会（小学校の親の会）
- ♪ ウィズはあと

表紙イラスト	G. Y. さん（たんぽぽの会）
裏表紙の句	M. A. さん（よつばの会）



ありのまま

やっぱりそれが

一番だ

