

平成 26 年度
独立財団法人福祉医療機構社会福祉振興助成

居場所づくり(ママカフェ)開設

トライアル編

音楽 de 心の健康づくり事業報告書



笑顔で
子育て

みんなで
子育て

ちがうって
個性がある
素敵なことだ
よね

ママも
一生懸命
なの…

ママも
自分の時間
欲しい時が
あるのよ
わかって～

きみは
みんなと同じに
してるつもり
だよな..
解ってるけど
ごめんね

みんなと
いっしょに
遊ばせたいわ
でも..
そんな目で
見ないで

何も
おしえて
いない
わけじゃない
のよ

怒鳴って
ばかりいる
自分に
うんざり!!

家族に
解って
もらえない時
どうすれば
いいの？

おじいちゃん
おばあちゃんの
時代とは
いろいろ
ちがうのよ
言いたい

ママだって
逆きたい

私だけが
悪いわけじゃ
ないのに..

いつも
怒って
しまうけど
あなたが
だいすきよ
♡

ついつい
よその子と
比べてしまって
自信がないわ

きみが私を
ママに
してくれたんだ
もの
ずっと
二人三脚ね
♡

居場所づくり(ママカフェ開設) トライアル編

ちがうって
いけないの？
ことなの？

ぼく
一生懸命
だよ..

急がさないで！
あつちやんと
できるよ

あわてんぼうけど
うううううううう
わたりだわつるんだもの♡

のろまって
言うけど
こいぬいだよ
ね♡

ぼくは
みんなと
同じつもり
してるのに..
??

何度も
言っても
いつか
わかるから
♡

ママを
わたくし
きらわ
で

算数は
得意なのに
得意な計算が
できないって??

ボウは
ボウ!!

どこがみんなと
ちがうのかな??

ママ
だいすき
だよ

まちがい
さがすのは
天才だよよ~

虫の名前は
園鑑より
たくさん
知ってるよ!!

目 次

■はじめに	P 1
■ママカフェ作りの目的	P 2
■ママカフェ作りの目標	P 3
長期目標	
中期目標	
事業スケジュール	P 4
■事業経過	P 5
ステップ1 現況把握	P 5
ステップ2 スタッフ(支援者)の養成	P 6
ステップ3 利用予定者の発掘	P 17
・ぴっとんへべへべ音楽会 7/26・7/27	
・どこどんどどこ音楽会 10/05	
ステップ4 ニーズの把握・参加者の声収集	P 31
ステップ5 「場」のソフトづくり	P 33
ステップ6 「ママカフェ」の具体的内容の検討	P 36
ステップ7 「ママカフェ」トライアル	P 37
(1)「ママカフェ」3回	
(2)「音楽サロンわっはっは」4回	
ステップ8 利用者及びスタッフの感想のアンケート集計	P 46
ステップ9 定期開設に向けての事業計画	P 50
■まとめ	P 52
■今後の課題	P 53
■追加でドン!	P 53
■あとがき	P 54

■はじめに

え？どこが違うの？ 一見、どこが違うのか判らなけれど発達障害と診断された子ども達が、あなたの周りにいませんか。

これは、成長に伴い自然によくなるものではありません。しかし、ちょっとしたサポートで本来の実力を発揮できるようになり、次第にセルフコントロールできるようになります。まずは、周りの人たちの理解が必要です。

しかし現状で理解の無い方達の声に、ママ達が心を痛めています。

そこには、発達障害児であると認めることによる偏見や差別が、子どもの一生を左右するのではないかという、親の『怖れ』があります。目に見えない支障のため、「なんとか <障害>のある人間というレッテルを張られたくない」という親心があります。

そして目に見えない支障だけに、該当児童のママ達が、「しつけをしない親」「だらしない親」とみなされたり、子どもの教育に関心が無い「無責任な育児放棄者」扱いされ、誤解を招いています。遺伝なのではと誤解され、夫や家族からもママからの遺伝ではないかと疑われ、ひとりで辛苦を抱え込むママもいらっしゃいます。

私たちは、コミュニティカフェ普及啓発事業のモデルとして開催しているコミュニティカフェ「絵本の納屋」（以降略 絵本の納屋）に立ち寄られる方達から、こんな声をよく聞くようになりました。

「兄弟の中にひとり、多動性の子どもがいると、いろんなイベントの誘いがあっても、その子だけ留守番というわけにはいかないので兄弟全員イベントに参加させられない」「人の多い場所へ連れて行けば、周囲から迷惑がられるから、どこにも連れていけない」「『あの親はしつけをしていない』『静かにさせることもできないのか』

『子どもが可愛いかったら、もう少しどうにか教えてやればいいのか』などの声が周囲から聞こえるから人の多い場所へは行きたくない」「舅や姑、夫から、あんな子になったのは、母親に要因があると言われ、家族の支えをなくした」など、普通に愛情を注いで子育てしているのに、持って行き場のないストレスを、抱えていらっしゃるママ達の多いことに気づきました。

**こんなママ達を支援できないだろうか…
それが、今回の事業の発端となりました。**

■ママカフェ作りの目的

家族や夫にも理解されないストレスを抱えたママ達を支援し、相互の交流を図る居場所として、ママカフェの普及啓発。

テーマ 「笑顔で子育て」

生まれてきた子どもに、機能や身体的障害が有る無しに関わらず親にとって、社会にとっても子どもは宝物。みんなで大切にその成長を見守り育んでいきたいものです。

とりわけママ達はわが子を、自分の分身のように感じています。そのわが子への社会の視線には、自分に向けられるものより繊細で過敏になりやすいものです。

さらに子ども達も、ママの心の影響は強く、敏感に感じ取ります。ママが笑顔でいると、子ども達の心は安定し、その良いところ、のびのびと引き出すことができます。

今回は特に子どもの状態に不安が有ったり、子育てに自信を無くし支えが必要なママ達に、笑顔になっていただくための居場所づくりを目的とします。



写真1. 地域の茶の間「しんせきんち」

■ママカフェ作りの目標

(1)長期目標

「発達障害の子どもとその母子が孤立し潜伏しやすい、という現状に対して、支え合いつながり合う機会をつくり、社会参加や生きる意欲が向上」することを目的に、仲間作りの拠点となる対象親子の居場所(仮称ママカフェ)の常設を目指します。

行政主導や民間団体による子育て支援事業は、数多く稼働しています。しかし、その多くの視点は子どもたちの健全な育成にあり、そのママたちの心のケアの支援はカウンセラー的要素が色濃く、日常生活の延長線にはありません。相談室をノックし予約することはなかなか踏み切りにくいものです。

気軽に、心のリラックス、開放、安定を図れる場をつくります。カウンセリングの必要な方には行きやすいように、お茶を飲みながら、専門家との気軽なマッチングも図れ、専門機関もご紹介もできる仕組みのある「居場所」も視野に入れています。

(2)短期目標

- ステップ1. 現況把握
- ステップ2. スタッフ(支援者)の養成
- ステップ3. 利用予定者の発掘 イベント参加者リストを作る
- ステップ4. ニーズの把握
 - ・ぴっとんへべへべ音楽会2回
 - ・どこどこどこんどこ音楽会1回
- ステップ5. 「ママカフェ」のソフトづくり
- ステップ6. 「ママカフェ」の具体的内容の検討
- ステップ7. 「ママカフェ」3回のトライアル開催
 - 「音楽サロンわっはっは」3回のトライアル開催
- ステップ8. 利用者及びスタッフの感想のアンケート集計
- ステップ9. 定期開催に向けての事業計画

上記8項目のステップを実践した上で、ママ達自分の時間を取り戻せる居場所としての「ママカフェ」に、親子コミュニケーションを高めるイベントとしての「音楽サロンわっはっは」を組み入れた「居場所」を考えます。

◆事業スケジュール

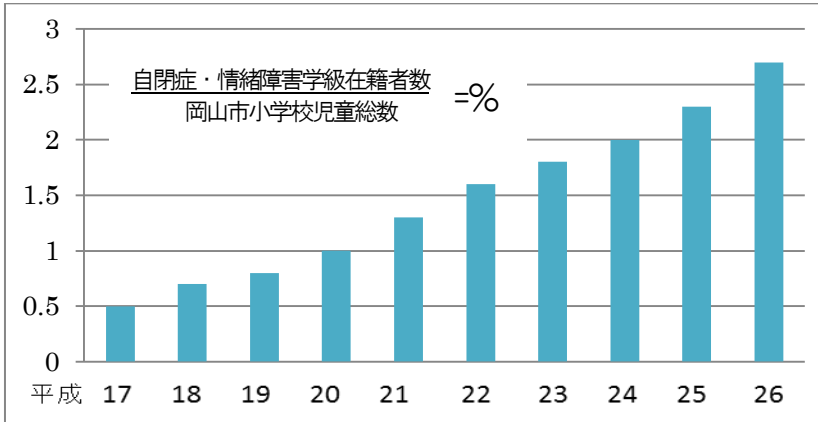
- 6/17 現況ヒヤリング
7/14 スタッフ勉強会 1
7/18 ぴっとんへべへべ音楽会準備
7/19 スタッフ勉強会 2
7/22 ぴっとんへべへべ音楽会準備
7/26 ぴっとんへべへべ音楽会 1
7/27 ぴっとんへべへべ音楽会 2
8/23 スタッフ勉強会 3
8/26 スタッフ勉強会 4
9/13 スタッフ勉強会 5
9/30 どこどこどんどこ音楽会
10/ 5 どこどこどんどこ音楽会
音楽サロンわっはっは 1
10/ 7 スタッフ会議
10/11 ママカフェ開催チラシ配布
10/14 スタッフ会議
10/18 スタッフ会議
10/28 ママカフェ 1 講師 杉本みほこ
11/ 1 ママカフェ 2 講師 おはなしグループ「そらきたホイ！」
11/ 2 音楽サロンわっはっは 2 講師 赤田晃一リトミック
11/ 4 ママカフェ 3 講師 おはしグループじゃんけんホイ！
11/16 音楽サロンわっはっは 3 講師 赤田晃一リトミック
12/14 音楽サロンわっはっは 4 講師 赤田晃一ひよこちんどん
11/15 アンケート集計
11/18 ママカフェ次年度定期開催事業計画
11/29 ママカフェプチセミナー講師の面接
12/ 6 ママカフェ説明会
12/10 ママカフェプチセミナー講師の面接
1/18 ドラムサークル 講師 森本智美



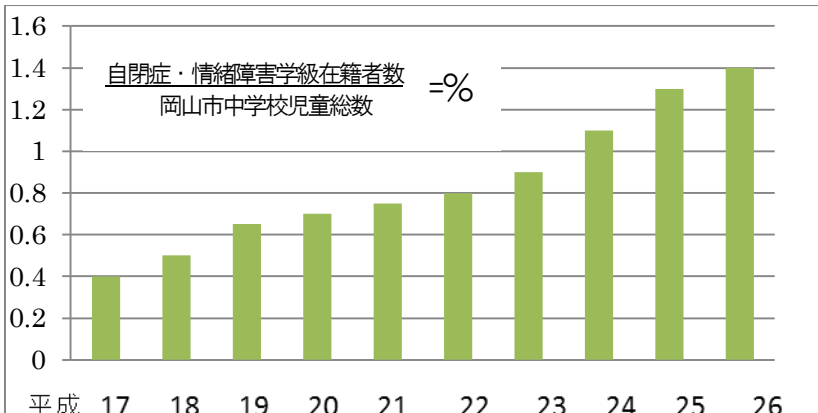
■事業経過

◆ステップ1. 現況把握 岡山市における対象者の推移

平成 26 年 5 月現在 岡山市教育委員会事務局指導課資料より



- ①岡山市小学校児童総数における自閉症・情緒障害学級在籍者数
上記グラフに、普通学級に在籍する該当児童数は含んでいません。
このグラフから 10 年間で、5 倍以上増えていることが解ります。
普通学級に在籍する児童を加算するとその増加率は加速しています。



- ②岡山市中学校生徒総数における自閉症・情緒障害学級在籍者数
上記グラフに、普通学級に在籍する該当生徒数は含んでいません。
このグラフから、10 年間で徐々に増えています。受験等を考慮し
普通学級に在籍する生徒を加算すると、その数は確実に増加してい
ますが社会に適応する場合もあり、把握が困難になってきます。

◆ステップ2. スタッフ(支援者)の養成

①発達障害の子ども達の実情、子どもたちへの対応などを、岡山市発達障害者支援センター「ひかりんく」の職員を講師に、勉強会。

- ・発達障害とは
- ・岡山市における対応状況
- ・発達障害児童への対応の心得え

②スタッフ(支援者)の自主学習開催

- ・倉敷市発達障害者支援センター職員、赤磐市発達障害者支援センター職員を交え、事例を通じてスキルや体験談の共有
- ・対応スキルの復習
- ・声掛け変換表による練習
- ・実際に関わる場合のルールづくり

③実践時のスキーム

- ・びっとんへべへべ音楽会の役割別スキーム
- ・どこどこんどこ音楽会の役割別スキーム
- ・ママカフェ・トライアルの役割別スキーム
- ・音楽サロンわっはっは・トライアルの役割別スキーム



写真2. 発達障害児童対応のための勉強会風景

◇勉強会で学んだこと

①発達障害とは

発達障害とは、2005年に施行された発達障害者支援基本法では「自閉症、アスペルガー症候群その他広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害その他これに類する脳機能の障害であってその症状が通常低年齢において発現するものとして政令で定めるものをいう」と定義されています。現在では根本的な治療はないが、適切な対応をすることによって社会生活上の困難は軽減される障害のこととされています。

最近では「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害」を総称して、「自閉症スペクトラム障害」と呼ばれるようになってきています。その他、注意欠陥多動性障害も含まれます。

②. 自閉症スペクトラム障害（ASD）は

遺伝による病気ではありません。要因はありますが、高血圧などと同じように環境要因など、多くの事柄が関与するとみられます。

「対人・コミュニケーションの障害」と「制限された反復的及び常同的な興味および行動（こだわり、想像力の欠如の障害）」という2つの障害が根底にあり、次のような特性がみられます。なお知的障害（精神遅滞）の合併は、全くない場合から重度まで様々です。

③不注意優勢型（ADHD）は

原因はまだ不明です。注意力・衝動性・多動性を自分でコントロールできない衝動的な障害と言われていています。不適切な親のしつけや教師の指導が原因でADHDになることはありません。しかし環境により、よく似た症状が出たり悪化することがあるようです。

④障壁のある子どもの特色

1. 人とかかわることが苦手

他者の心理を受けとめながら行動することが困難です。多人数との会話は整理できず混乱しやすく、言葉の裏の意味、冗談や比喻を理解するのが苦手です。社会や学校、職場の慣習・慣行などが解らず、周囲からは「場の空気が読めない」と摘されやすいです。幼児期では、言葉の遅れが多くみられます。言葉以外でのコミュニケーションも苦手で、表情や声の抑揚（怒り、悲しみ楽しさ）などから、相手の感情を理解することが苦手とされます。

2. こだわりが強い

幼児期では、物へのこだわりがあり、成長とともにさまざまな種類のこだわり（場所、順序、色、時間など）が強い。たとえば、電車や駅の名前、時刻表、動植物の名前などにこだわり、非常に詳しくそのことに関しての記憶や理解だけ突出します。また、こだわりが強く、譲り合いができない場合があります。「一番」になることにこだわる特性もあります。心配りすることにこだわり過ぎ、ストレスをため込む場合もあり、不登校にもなりやすい傾向にあります。

3. 感覚の異常、強い不安

特定の音たとえば、大きな音（ブレイキ音や運動会のスタートのピストルや花火、汽笛など）の苦手があります。光の刺激に過敏だったり、特定の肌触りに不快感を示します。痛みには意外と鈍感。予測できない場面や、一度失敗した場面に強い不安を示します。

☆スペクトラムとは

特性が、日常生活ではほとんどわからない人から、はっきりわかる人まで、明確な境界がなく、いろいろなタイプがあります。

最近ではASDとしての特性はありますが、生活・工作上支障のない場合を「**非障害自閉症スペクトラム**」と呼ぶこともあります。

この非障害自閉症スペクトラムを含めると、ASDを抱える人は人口の10%と言われていますが、学校や生活の場でしっかりした対応が必要な人は人口の0.3%と考えられています。

☆不注意型優勢型ADHD

忘れ物・注意散漫・うっかりミス・段取りの悪さ等が特徴です。

☆多動・衝動性優勢型ADHD

動き回るなど体全体的な場合と、絶えずもじもじしたり椅子をガタガタするなど、身体の一部の場合、又、時や場所にかまわず早口でしゃべり続ける（多弁）などが特徴です。

☆不注意・多動・衝動性混合型ADHD

上記の両方の特性を持つ場合

★ 本人が気づいていない場合が多いので、自分の行動に気づくような声かけが必要です。気づけば状況は改善されます。

⑤発達障害児童への声かけには コツがあります。

声かけ変換表 (指示・命令・禁止)

before	1,2,3.	after	memo
いい加減にしないさいッ!	→	あと何分で終われそう?	タイマー併用
ちょっと待て!	→	あと〇分(秒)だけ待ってね(^^)	具体的数字など
うるさい!	→	声を「これくらい」にしてくれる?	実例
	→	声をボリューム2にしてくれる?	スケール、TVの音等
走るな!	→	歩こうね	やっていいこと
危ない!	→	止まって!	具体的に
危ないからダメ!	→	お母さん、ケガが心配だなあ	気持ちを伝える
	→	もしケガしたら、今日は出かけられないけど、それでも大丈夫?	結果の予測を伝える
早く支度しないさいッ!	→	5分で終われば、あと10分遊べるよ	メリットを伝える
早くおフロ出さないッ!	→	夕飯はカラアゲだよ	興味のある情報
あー、もう、だから言ったでしょッ!?	→	どうすれば良かったんだっけ?	問いかけ
何度言ったら分かるのッ!	→	どうしたらいいと思う?	具体案を促す
(こぼしたら) 拾って!	→	ニンジン逃げた! 捕まえてくれる?	興味を引く
(失敗して) あーあ、もう!!	→	そらきんで拭けばOKだよ	対処法を伝える
〇太郎ー! 〇太郎ー! 〇太郎へッ!!	→	(そばまで行って気づかせる)	肩を軽く叩く、など
もう! いったんたったら宿題やるのッ!!	→	宿題、何時からやる予定?	
	→	〇時までなら、お母さん手伝えるよ	ソーン・トク
	→	〇時までには終われたら1ポントおまけ	
ほらあ! お友だち待ってるでしょ!?	→	あと何回数えたら替われそう?	ブランコなど
もう! 早く帰るよッ!	→	あと3回だけ待ってるね	指を見せる一折る
(兄弟を叩くなど) やめなさい!!!	→	(終わったら) やめれたね。ありがとう	兄弟は別にケア
(転んで) 痛くない、痛くない、痛くない〜いッ!	→	痛かったね〜(^^)	共感すれば早く治まる
(イヤなど) そんなこと言ったらダメ!	→	そうか〜、イヤなんだね〜	感情は否定しない
このワカランチン! もう知らんッ!!	→	どうすれば分かるかお母さんに教えて	分からなければ聞く
雨なんか降らんよ〜、大丈夫、大丈夫♪	→	雨は〇%の確率だけど、その時は〇〇すればいいからね	変更の可能性と対処を伝える
人のメーワクになるからやめなさいッ!	→	音が大きいと頭痛くなる人もいるから、病院ではゲームの音OFFにしてね	迷惑の具体的な理由とやることの指示
〇太郎!!! (バクハツ!)	→	(事前に) 今、カンニンブクロ2つ目。次やったらバクハツするよ	(コミカルに) 事前警告を与える
何やってんのッ! バカタレ!	→	さすが、天才! 一緒に片付けよっか	天才のしりぬぐい

参照1. 「発達障害 アイデア支援ツールと楽々工夫note」より

☆ポイントは

1. 否定形を使わない。
2. 明確でわかりやすい言葉を選ぶ
3. 次の見通しや理由を、わかりやすい言葉で説明

⑥音楽の効果（音楽療法）

音楽治療効果は古くから知られ、ダビデはサウルのうつ病を豎琴で治したとされています。（旧約聖書『サムエル記』上 16. 14-23）。

現在、各地で高齢者ケア、引きこもり児童のケアなどの現場で活発に音楽療法活動が展開されており、岐阜県音楽療法研究所を嚆矢として自治体、大学でそのための研修、研究機関を設けるところも出てきました。音楽療法とは、音楽療法士が音楽を意図的・計画的に活用することで、健康の維持促進や、より豊かな生活づくりのツールと考えられています。

・プログラムには

1. 音楽を聴く
2. 体を動かす
3. 歌を歌う
4. 楽器を鳴らす

・形態として

1. 個人レッスン
2. グループレッスン

音楽療法士という有資格者による講座だけでなく、自分の音楽を人の為に活かしたい有志達が開く、レッスンやサロンもあります。



写真3. 音楽サロンわっはっは

1. 音楽で心の健康

音楽は嫌いでも音の嫌いな人は少なく、対象の人が好む音や楽器を探し、個人で、又はグループで楽しむことで、次の効果がみられています。

音楽的リズムや音階の感覚が有る無しに関わらず、音は言葉の代わりに、自己を伝えることができます。原始の時代に、仲間同士の連絡に使われ、喜びや悲しみを伝えてきました。人間は音から事実を判断したり、音から行動や感情に影響を受けていました。太古の昔、生活するためには耳で判断しなければならないことも多くありました。現代でも、山に行って遠くから聞こえる川のせせらぎから水の場所を判断するなど、音で感じることは生活に必要な感性です。

音はリズムで体と結びつき、メロディーは脳と結びついています。気を失った人が意識を取り戻すのも目よりも耳が先。聴覚は大脳辺縁系に直結しているので、感情に直接訴えます。

言葉で伝えることの未熟な子どもたちにとって、音は代弁者になります。ドレミパイプや単純なパーカッション系の楽器で、思いっきり(力の加減なく)音を出すことは、心の叫びを表現できます。

この「音」でコミュニケーションが上手く取れない子ども達に、親や多世代と音で連帯感を生むコミュニケーションを体験させ、自信をつけさせることも、ママ達の安心につながると考えました。



写真 4. 勉強会風景

2. 対象年代別音楽療法には・・・

高齢者・成人・子ども対象別に次のようなポイントがあります。

●高齢者におけるポイント

幸せな気持ちで聞いたことがある曲を聞かせてあげることが、ポイントです。中期から末期のアルツハイマー患者が、音楽の力でコミュニケーションを取れるようになったとの報告が、多くあります。

a. 安心感を生む

ボールや紙風船など誰でも馴染んだことのある遊具を使って心身の緊張をほぐす。

b. 音楽を聴く

音楽を聞かせながら、1人ひとりの様子を観察し、急がないで話しかけ、注意を担当者へむけます。時間を気にしないで、ゆっくりゆっくり関心を音の方へ引き出します。

c. 音楽に合わせて体を動かす

音楽に合わせて、手をたたいたり握手したり、隣同士や担当者とのコミュニケーションを図ります。この時、個々の持つリズムに合わせる事がポイント。その年代がよく知っている、明るい曲を選ぶことも大切です。

d. 歌を歌う

歌を歌いながら、一人ひとりの記憶のイメージを引き出します。歌詞の中から、それぞれの人生に重なる記憶を想起させることから情緒機能や感情機能を活性化します。

歌を歌うということは、昔の情緒や感情を思い出し、感情を豊かにします。又、その感情を共有できることで、高齢者同士の連帯感が生まれ、人とのつながりの温もりを思い出します。

e. 楽器を演奏

楽器の響きやリズムは、脳に刺激があります。心地よい刺激は感覚機能の活性化を促し、機能の回復に役立ちます。特に、音階の無い打楽器(パーカッション系)は、誰にでも演奏できます。高齢者は手足の上げ下げなど緩慢になりますが、音楽の規則的拍節的なリズムに促され、手首などが動くようになります。実際に叩くことで表現の充足が得られ、自信の回復にも寄与します。

仲間と一緒になら、なおさらのことです。

★言葉づかいには、丁寧すぎない、又、心地よい距離感が必要です。

●成人においてのポイント

a. 安心感を生む

ゲーム形式などで自己紹介する。

内容は簡単に短い方がいいので、1分間ゲームなどの中で終わらせるようにする。名前は本名ではなく、この場で呼ばれたい呼称やニックネームにする方が親密感が出て効果的です。

b. 音楽を聴く

音楽を聞かせながら、1人ひとりの様子を観察し、急がないで話しかけ、注意を担当者へむけます。時間を気にしないで、ゆっくりゆっくり関心を音の方へ引き出します。内向嗜好になっている場合が多いので、音楽をきっかけに心を外に向けることができます。ゆったりした明るい曲が効果的な場合が多いです。音に対して過敏な人には、ヘッドホンを使い、音の大きさや高音・低温の、自分に合った音量や音質を選ぶ必要があります。

c. 音楽に合わせて体を動かす

音楽に合わせて、手をたたいたり握手したり、隣同士や担当者とコミュニケーションを図ります。慣れてくると、歩いたり踊ったり、音楽にのリズムに身を委ねられるようにします。

ダンスなどで、人と手を握ったり触れ合うことで、孤独感を取り除くことができるように、又、信頼感も育めます。

d. 歌を歌う

歌を歌うということは、ストレス発散の糸口になります。歌の下手な人は、鼻歌やハミングでも大丈夫です。リズムに合わせた呼吸が、副交感神経を落ち着かせ、自律神経を活性化させます。歌詞の中から、それぞれの人生に重なる記憶を想起させることから情緒機能や感情機能を活性化します。

e. 楽器を演奏

楽器の響きやリズムは、脳に刺激があります。心地よい刺激は感覚機能の活性化を促し、機能の回復に役立ちます。特に、音階の無い打楽器(パーカッション系)は、誰にでも演奏できます。特に大きな音を思いっきり出すことは、ストレスの解消になり、演奏後に心地よい疲れと清涼感が得られます。実際に叩くことで表現の充足が得られ、自信の回復にも寄与します。

★一般社会人でも、勤めの帰りや、強いストレスを感じた時に、音楽療法の楽器演奏は、有効に活用されます。

●見えない障壁のある子どもについてのポイント

a. 安心感を生む

名前は本名ではなく、この場で呼ばれたい呼称やニックネームにする方が親密感が出て効果的です。

自分で好きな席や位置へ座らせましょう。じっと座れない子どもは、無理強いしないで、自由に動くことを認めましょう。

タンバリンやピアノなど解りやすい音で、始まる合図を決めて、始まりを知らせます。習慣になることが大切です。

b. 聴く

興味の湧きやすい絵本の読み聞かせから導入しましょう。1人ひとりの様子を観察し、ときどき話しかけ、注意を担当者へむけます。時間を気にしないで、ゆっくりゆっくり関心を音の方へ引き出します。手遊びを入れるのも、引き付ける一つの方法です。

音に対して過敏な子どもには、ヘッドホンやイヤーマフを使い、それぞれに合った音量や音質を、選ぶ必要があります。

c. 音楽に合わせて体を動かす

子どもの大好きなメニューです。しかし、音とは別に体を動かす子もいます。それでも園子なりに音楽を聴いているので、ここでリズムに合っているか否かは、問題ではありません。音とともに体を動かそうとすることが、まずは大切です。その内、タイミングは合うようになります。お友だちと一緒にやるリズム遊びの楽しさも、覚えてもらいましょう。体を動かすことは、ストレスの発散になります。

d. 歌を歌う

歌を歌うということは、脳に刺激が多く与えられます。歌の上手下手に関わらず、大きな声や小さな声を出させてあげましょう。そして、規則正しい息継ぎを教えます。呼吸を整えることは、副交感神経を刺激し、自律神経を安定させます。あまり大きすぎる声は興奮を呼び起こすので、セーブすることも大切です。

e. 楽器を演奏

楽器の響きは脳の奥へ届きます。眠っている神経を覚ます効果もあります。子どもの好きな楽器を選ばせましょう。手作り楽器もいいですが、本物の楽器を鳴らすことも自信をつけ、満足感を生みます。自分から行動することで、音楽仲間ができたり、人にできないことができるようになることは、大きな自信につながり、対人関係作りの第一歩になります。

●見えない障壁のある子どもにおける音楽効果

a. 音楽に合わせて体を動かすと…

快的情動の活性が 音楽の効果として見受けられます。

b. BGMや伴奏、効果音を聞かせながら絵本を読み聞かせると…

場面の理解の援助など、場面や情景の認識に効果があります。

c. 同世代の子ども達のグループでは…

みんなと一体感を持つたり、みんなの中で自己表現することに効果があります。

d. 対人関係においては…

音楽は、個人の内部への影響から対外的な人との関わり方にまで、広く影響力があり、効果が出ます。

e. 音楽を介してできることは…

音楽は、それを糸口にコミュニケーション援助効果があります。

f. その他の効果

- ・音楽があると、なんとなく楽しくなる
- ・落ち着いた音楽を聞くとクールダウンする
- ・音楽があると、人前に出ることが勇気づけられる
- ・好きな音楽があるだけで、落ち着いていられる
- ・音楽を聴きながらなら、作業や勉強に集中しやすい
- ・音楽の始まりと終わりで、作業のメリハリが作れ、動作の切り替えがしやすくなる
- ・一緒に演奏したり同じ曲を一緒に聞くと、共に参加しているという一体感を感じられる
- ・音楽を聴きながら散歩すると、歩く距離が長くなる
- ・家へ帰ってからも、快適感がのこり、調子が良い
- ・自分から楽器を手にしたり、練習に行く意欲がわいてくる
- ・みんなでの練習が終わった後、笑顔が出るようになる
- ・楽器を持つと、アイコンタクトが取れるようになる

★子ども達の特性は一概には表せず、個々の特徴を持ちますが、音楽に関しては、同じような反応や効果がみられるようです。障壁がある無しに関わらず、心のサプリメントとなる、音楽によるコミュニケーションを「ママカフェ」へ組み込みたいと考えました。



写真 5. みんなで合奏

⑦症例

(1) A子さんは、生まれてくる子どもがダウン症の子と知りながら、出産して夫婦で育てて行く決意をしました。ある日、子どもが音楽を聴くとしきりに体を動かしていることに気づき、子どもをドラム教室に通わせ出しました。最初は、音楽に合わせた一定の拍子も取れませんでした。しかし、父親の周囲の音楽仲間の理解もあって、2年後には大人のバンドに加わってロックを演奏するようにまできました。本人も、音楽を通しての様々な人とのコミュニケーションができるようになり、生きる自信もついたようです。

(2) Bさんの子どもは自閉症スペクトラムと診断されました。引きこもりの男の子でしたが、年長からストリートダンスをはじめました。最初はストレッチやアイソレーションの基礎トレーニングばかりでしたが、今は激しい曲に合わせてのダンスもしています。課題のダンスを模倣して体の様々な筋肉を動かすことは、脳トレにも効果があるようです。体がよく動くようになり、イライラも減って体力に自信もできてきました。HIP・HOPで踊るのが好きなので、ダンス音楽の仲間もできています

どちらも、染色体レベルの障害です。リズムをとって周囲の状況に合わせて体を動かして行くのは、脳の様々な機能を使う作業で、そのことで精神的身体的な障害が克服できる例です。



◆ステップ3. 利用予定者の発掘

多動や自閉など集団が苦手な子ども達が参加しやすくなる仕組みのイベント(ぴつとんへべへべ音楽会・どことどこんどこ音楽会)で親子を集め、本事業の広報先リスト作成

発達障害児の母親だけを限定しない方向で広報します。利用することによる、子どもや家庭に問題があるということの表面化を防ぎます。子育て中の母親全体を対象とすることで、利用しやすさを確保します。

- a. 支援学校、支援学級を設置している小学校、幼稚園、保育園、公民館及び支援グループ、自閉症協会、発達障害支援センター、児童相談所を通したママカフェ開設の広報
- b. 子どもに発達障害等があるためイベントに参加しにくいママたちに、参加しやすいイベントを開催。参加時のリストを活用し、ママカフェ開設の呼びかけ
- c. 新聞、ミニコミ誌やブログ、フェイスブックによる呼びかけ
- d. 口コミによる情報拡散

★ 発達障害者支援センターや自閉症協会では、居場所を探している親が多い状況ですが、人目を避けている場合が多く、ダイレクトな広報は逆効果となります。時間をかけて利用しやすさを伝えていくことがポイントです。非常に個人情報の守秘が重視され、一般の親子との差別化をしないことが重要と考えました。



写真6. ママカフェトリアル1

親子で遊べる音楽会

発達障害の子と一緒に

発達障害の子と一緒に 親子で遊べる音楽会

発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。

発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。

発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。

発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。発達障害の子と一緒に遊べる音楽会を開催します。

ぴっとなへべ ちゃりてい音楽会

夏休み特別企画

歌とあそび

山口 とも

ああだ刀 勝洋

WARM 独立行政法人福祉医療機構助成地域活動支援事業 福祉活動支援「音楽 de 心の健康づくり」

NIK 教育「にほんごであそび」のおわたが静菜さんがらくた音楽会の山口ともが約

★夏休み ぴっとなへべ ちゃりてい音楽会 ご招待♪～

日時 2014年7月26日 土曜日スタート
7月27日、28日スタート

およそステージ30分、休憩10分の3幕

会場 西大寺緑花公園 西大寺プラザホール

岡山 岡山市東区西大寺南

対象 小学生以下の親子(保護者同伴が必要) 年齢 小学生、定額にのみ変更し、必要のります

内容 空のへんこ小川(子供1人1本・大人は上履)

主観 NPO法人まらぶかい 電話 090-3177-2223

後援 岡山県、岡山大学、山陽新聞社、山陽放送、岡山もたらすラジオ、岡山もたらすラジオ、岡山もたらすラジオ、岡山もたらすラジオ

◇チラシに「発達障害」と表記するか否か??

発達障害と表記するのなら協力を辞退するとの声が支援団体から出ました。

そこで「ゴロゴロしてもいい・ぴよんぴよんしてもOK!」という表現で、

多動や自閉等の子ども達も参加しやすく工夫しました。「発達障害」という言葉を明確にした方が良く、明確にして大衆の理解を深めるべきだとの声が多く聞こえましたが、明確にするのはいいが「障害」という言葉以外の名称がないだろうか、との声もありました。

●びっとなへべへべ音楽会概要

内 容 参加型ライブステージ
会 場 岡山市百花プラザホール
定 員 500名×2日間
参加者 延べ868人(該当児219人)
内 訳 大人322人・子ども546人
出演者 (順不同 敬称略)

おおたか静流・山口とも
黒瀬尚彦・赤田晃一
大西千夏・ことはやこ
柴田さとみ

音 響 平井康嗣
看護師 大西喜久子
スタッフ延べ80人



手作りマラカス



◇ねらい

子育て世代及び子どもたちに知名度の高い演奏者、尚且つ本主旨を理解し協力可能な演奏者のステージを設定し多くの参加を募ることで、リストの作成。



◇工夫

1. 広報に行儀よくなくても大丈夫である主旨を強調。
2. ホール内からイスを取り払い床に座ることで、行儀よくの常識を取り除きました。
3. 申し込み時に子どもの特徴的体質で記載のあった子どもにスタッフだけが判別できるマークのある名札を付けました。
4. 危険個所及び客席内にスタッフを配し、子どもの動きに敏感、且つ肯定的に応じました。
5. 子どもを落ちつかせようとする親を、落ちつかせました。



写真7. びっとなへべへべ会場

●ぴっとんへべへ音楽会 7/26、7/27 二回公演のポイント

1. 会場準備

・床にグループ毎に座るために、通路部分を開けてテーブルで囲み、座る位置を分けました。自分のグループが識別しやすいようにグループの中央へグループ名の表示を立てました。



2. 受付

・参加票を確認するときに、往復はがきで申し込み時の参加リストで子どもの特性を確認をしました。星型の名札シールを渡し、親に子どもの名前を書いて、背中へ貼ってもらいました。



★名札シールは5色6種を用意
赤・黄・緑・青・桃色に白い細枠の物と桃色に太い白枠の物の6種。
桃色に太い白枠の物を心遣いの必要な子どもに貼りました。
「ぴっとん星」へようこそ!という設定なので、星の住人になる為の名札シールを喜んで貼りました。



3. マラカス配布

・音楽会の中で使う廃材利用のマラカスを受付横で配りました。色や音に違いがあるので、子ども達に気に入ったものを選んでもらいました。

★障壁のある子どもは、こだわりがあり、気に入ったものしか手に取るうとはしません。ゆっくり選ばせる余裕が必要です。



*注意
この写真は渡している風景です。写っている子どもが障壁を持っている子どもではありません。

・この日使う廃材利用の楽器、ペットボトルのマラカスを配りました。スタッフの皆さんが空いたペットボトルを持ち寄って作った、マラカスです。ペットボトルの口が開いて、誤飲事故を防ぐためにキャップは接着剤で緊結しました。



・豆など水分を含むと膨らむ物は鼻の穴に詰まった場合、取れにくくなるので、注意が必要です。



写真 12. 手作りマラカスと配布風景

・会場内は土足厳禁なので、混雑の事故を防ぐために、扉前へ靴脱ぎ場を設置しました。扉での指つめ事故を防ぐために、スタッフを各扉の内外へひとりづつ配備しました。靴は多くなるので、靴袋を配り、各自で管理していただきました。



写真 13. 畳シートの靴脱ぎ場

4. スタッフの配備

・開演中の安全見守りスタッフの配備が、親の安心と子供の安全に重要なポイントとなります。

・広い会場内で困った時、スタッフを見つけやすいように、スタッフはピンクのキャップをかぶりました。

配備した場所は・・・
〈会場内〉

出入り口扉（6か所）内外各2名
各グループ枠内に各1名（16か所）
舞台下2名、舞台上2名、
舞台へあがる階段3名、
ホール後部に3名
会場本部席に3名（内1名看護師）



写真 14. スタッフは
ピンクのキャップ



写真 15. ホール後部のスタッフ

★障壁のある子どもには、走りまわる多動の子どもがいます。多動の子どもでなくても、広い場所では走りたくなる子どもは多いです。

多動の子どもの親は、ついて回ることが日常となっているため、付いて行こうとしますが、大人が歩きまわると子どもの「そわそわ」が広がります。又、親に寛いで楽しんでもらうという目的からも外れます。

そこで、歩き回る子どもに付き添おうとする親に、付添いはスタッフが代わることを伝え、心配な方には後部のイスに座り、遠巻きに見守って頂くことにしました。

・ざわついた音が苦手という子ども達のために、モニター室（大きなガラス張りの窓から開場が見え、音はステージの音だけが聞こえる）を開放しスタッフを配備しました。

・ステージに上がろうとする子ども達を止めるために、階段にスタッフが座り、「禁止」を言葉ではなく態度で示し、集まってきた子ども達を静止しました。

・スタッフは、今回の事業の主旨に関心の高い方達で、勉強会も熱心に各自の役割をよく理解しており、咄嗟の対応と連携がすばらしく、安心して楽しめたと参加者の皆さんから感想を頂きました。ホールが体育館仕様ということもあり、子ども達は堅苦しいライブ会場とは違い、のびのびとした表情で楽しみました。

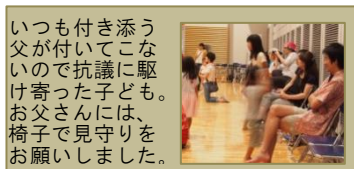


写真 16.
びっとんへべへ音楽会会場

5. ステージプログラム

・おおたか静流さんと山口ともさんを基軸として、地元アーティストと共演するステージショー。

このイベント参加者を、事業本幹の「ママカフェ」及び「音楽サロンわっはっは」に誘引するために「ママカフェ」及び「音楽サロンわっはっは」の講師を紹介し、顔なじみになることをねらい、地元アーティストとの共演を企画しました。

おおたか静流さん、山口ともさんには、発達障害等、目に見えない障壁のある子どもだけでなく、自閉症やダウン症などあらゆる子どもが集まれる音楽会にしたいという主旨を理解し共感していただきました。

会場の子も達は、行儀よく画一化されていないことが前提なのプログラムは事前に決ず、子ども達の場の雰囲気や状況に合わせて出し物をその場で決定しながら進行させたい。との申し出を受けて即興性を持たせたステージとなりました。

事前に共演する地元アーティストと大まかな出し物のリハーサルをし当日に臨みました。

子ども達の参加型ステージなので子どもの集中力や関心を読み取り、ステージに活かしながら綴る即興性が「次は何かな？」という親子の興味や集中力を掻き立て、とても有効に働きました。



写真 17. びっとなべへべ音楽ステージ

●「びっとなへべへべ音楽会」会場づくりの工夫

1. 会場はグループ毎に床すわり

会場の椅子はひな壇式なので、動き回る子どもや乳幼児に危険要素があるとして、椅子は床式にしました。解散時の混乱を避けるためにグループ分けをし、グループ毎の退場を計画しました。

*グループ分け（約30人を1グループ）のポイント

- ・年齢で動きや力の強弱に差があるので、年齢別に
- ・多い年齢グループは、その中で地域別に分化
- ・年齢だけで分けると、グループ人数に差が出るため、兄弟姉妹複数の子どものいる家族で調整
- ・テープでグループ毎に囲みグループ名の判る絵を立てました。

*初対面でも友達になり、後日の交流のきっかけになりました。

2. 会場はサブルームを

会場では、メインのホールの外へ出たがる子ども用に控室へお絵かきセットや折り紙を用意し、託児スタッフを準備しました。又、大きな音が苦手な子ども達のために、2階のモニター室を利用しました。大きなガラスの窓越しにステージや会場内の様子を見ることができ、ステージの音だけが聞こえるため、雑踏が苦手な子ども達（8家族）が一緒に楽しめました。

3. 声掛けが必要なとき、注意の必要な子どもを見分けるために

子ども達に名札を付けることにしました。その名札を5色で作り、桃色で周囲の白枠が太いものを、注意が必要と、申告のあった子ども達用としました。シールは、受け付け時に申し込み名簿と照らし合わせ、子ども達全員へ配布し、親に名前を記載の上子どもの衣服の背中へ貼ってもらいました。星型にしたので、子ども達も喜んでシールを貼っていました。子ども達へは「びっとな星」の入場シールというと、嫌がる子どもはいませんでした。

4. スタッフの配置

危険個所全てと、グループ毎にスタッフを配し、言葉ではなく笑顔とアクションで、危険な行動にストップをしました

*多動の子どもについて歩こうとする親を止め、スタッフが見守りを代行。親がついて回ると子どもは余計歩き回るので、スタッフが遠巻きに見守ることで、危険はありませんでした。心配だと言う方には、後ろのイスに座って子どもを見守って頂きました。

岡山で無料親子音楽会



親子音楽会に参加する子どもたち。手遊びや歌を歌っている。

元気に手遊び、声出し

子どもたちが自由に参加したり、動き回れる親子音楽会が人気だ。初の日は、西大寺地区公民館で開かれ、約100名の子供と保護者が参加した。手遊びや歌を歌ったり、声を出したり、元気に手遊び、声出しをした。

「子育て中の家庭に、じっとしていてもいいコンサートで楽しんでもらおう」と、NPO法人全あつかい塾（岡山中区）が主催する親子音楽会が、西大寺地区公民館で開かれ、約100名の子供と保護者が参加した。手遊びや歌を歌ったり、声を出したり、元気に手遊び、声出しをした。

気を使わず満喫

「子どもは、大人と違って、気を使わずに楽しめる。大人も、子どもと一緒に楽しむことが大切だ。子どもは、大人と違って、気を使わずに楽しめる。大人も、子どもと一緒に楽しむことが大切だ。」



手遊び音楽会に参加した子どもたち。手遊びや歌を歌っている。

◇スタッフの連携が見事で、集団になじめない子ども達の親から安心してステージを楽しめたとの感想を頂きました。スタッフが声掛け等の時に見分けがつくようにと、注意が必要な子ども達へ桃色の星のシール(他の子どもは赤・黄・青・緑)を貼り、気配りを強化しました。多動や奇声、うつぶせたまま、イヤーマフ等それぞれが落ちつく方法で、一般の子ども達と一緒に楽しむ充実した日になりました。

●どことこどんどこ音楽会 概要

内 容 ドラムサークル + 音楽サロンわっはっは

会 場 岡山市ウェルポート灘崎

定 員 200 名

参加者 165 人 (内:該当児 67 人)

内 訳 大人 76 人・子ども 89

出演者 (順不同 敬称略)

妹尾美穂・森本智美

赤田晃一・大西千夏

ことはやこ・柴田さとみ

記 録 白神貴士

看護師 大西喜久子

スタッフ 30 人



◇ねらい

1. 集団の苦手な子ども達を中心に親子で演奏を体験できるプログラムで、皆で楽しむ心地よさを提供し集団に参加する勇気づけと、楽器への関心の引き出し。
2. 「音楽サロンわっはっは」(音楽療法)参加者の発掘



◇工夫

1. 子どもが自由に楽器を選ぶ
2. スタッフ全員がリハーサルし、子ども達の参加促しができるようにしました
3. 誰でも演奏できるパーカッション(音階が無い楽器)を使用
4. 途中楽器と席の交換をして、飽きないようにしました
5. 動き回る内容を追加しました



★音階の無いパーカッション系は、障害の有無も関わらず楽しめて、リクエストの希望が多くでした。



写真 18. どことこどんどこ会場

●どことこんどこ音楽会 ポイント

1. 会場準備

・中央へ直径5Mの空間をあけて椅子を同心円5重に並べました。

中央をもう少し広げ、最前列は床座りの席にするべきか、否かの検討がありましたが、ファシリテーターが動くときに、足元に小さな子どもがいると危ないということと、ジャンベなど椅子に座って使う楽器が多いので、全員椅子に座ることになりました。

外から中央へ通路を設けました。

・椅子の上には事前に様々なパーカッション系の楽器を並べました。参加者に自由に選択し、気に入った楽器のある席に座って頂きます。

楽器は合奏するイメージに合わせて、ファシリテーターが意識的に音の種類や音の大きさなど、で合奏のイメージのアウトラインを想定に合わせて、いろんな種類の楽器を並べていきます。

・空席があると、連帯感効果が低下するので、最初は少なめに椅子を配置し、人数に合わせて、すぐ補充出来るように、各隅に積み上げ、用意しました。

2. 受付

・名前シールは、識別の無いガムテープに名前を書いて貼りました。前回の経験から、幼児期において行動に大差がない結果がためため識別はやめました。



*パーカッションとは・・・

打楽器全般のをさします。ドラムセットに組みこまれるドラムスティックを使用する「打楽器」以外の、コンガ、ボンゴ、ジャンベ、カホン、タブラ、ティンパレス、カウベル、ティンパニ、ヴィブラフォン、マラカス、グロッケン、タンバリン、パンディロ、ギロ、ウィンドチャイム、など、叩くと音の出る楽器を指します。

今回使用するの、音階の無いものを選び、使いました。

資料 1.



写真 19.
どことこんどこ音楽会受付

3. スタッフ配備

- ・ 場外、出入り口内外、外周に配し、全体が見渡せるステージの上へ本部席を設けました。又、スタッフ10人を参加者席にバラバラに座らせ、何かあった時に速やかに対応できるようにしました。

4. ステージプログラム

- ・ 即興性が高いので、タイムテーブルは組めません。

- ・ 入場からすでにプログラムは始まります。
参加者のワクワク感を下げないように、到着順に会場内へ入場させます。緊張を解くことが、知らない人同士連帯感を持つために、最も大切なポイントです。

- ・ 入場した人たちは、珍しい楽器、触ったことのない楽器のある席、馴染のある使いやすい楽器の置かれている椅子の間を歩いて、気に入った楽器の置いてある席を選びます。

- ・ 隣の席が空かないように、必ず荷物は椅子の下へ置き、一人で座れない子どもは膝へ抱くことになります。席の決まった人は、すぐに楽器を自由勝手に鳴らし始めるように、指示します。後から来る人は、この音につられてワクワク感をより高めながら、会場へ入ることになります。

- ・ 席が埋まり、全員が楽器を鳴らし始めて5分ほどすると、ファシリテーターが、この場でのルールを説明し、スタートします。

- ・ 指示に従って、個々は単純な音を出すだけでですが、ファシリテーターの指揮に合わせることで音が合奏し、音のコミュニケーションが始まります。子どもも大人も、次はどんな指示が出るか、ファシリテーターの指示に集中しています。

- ・ ファシリテーターの巧みな言葉がけで、うっかりと指示以外に音を出しても、それは次の合奏に組み込まれます。よって、失敗を恐れずに楽器を鳴らすことができるので、どんどん自己を解放できます。全てその場の参加者の高揚と、呼吸がステージとなります。

☆次回「音楽サロンわっはっは」と、つなぐために

休憩をはさんで、絵本を読みその中の擬音を体で表現し、ドラムサークルの技法で伴奏をつくるコラボレーションを開催。

・「きょうは みんなでクマがりだ」 マイケル ローゼン (著), を司会のことはやこさんが読み、モダンバレエ講師を中心とした6人グループがストーリーに合わせて歩きます。参加者がファシノティターの指示に従い、それに伴奏をつけるコラボレーション。途中から有志の子ども達数人が、音の強弱大小を体で表しながら、歩くワークショップを追加しました。「音楽サロンわっはっは」講師の赤田晃一さんが、ドラムサークルのリズムへ、サクスの即興で加わり、次回へつなぐきっかけを作りました。



写真 20. ドラムサークルと「音楽サロンわっはっは」のコラボ1.



写真 21. 左同 コラボ2.

5. 「どきどきどんどこ音楽会」を終えて

a. 参加者の声

- ・ 全く飽きることなく、あっという間に時間が過ぎた。
- ・ 珍しい楽器に触れることができ、楽しかった。
- ・ こんなに子どもが集中しているのを、見たことが無い。
- ・ 自分は指示通り音を出すだけなのに、全体で合奏になっていることに、感動した。
- ・ 親も楽しめ、終わった後の清涼感が素晴らしい。
- ・ おもいきり音を出せて、子どもは大変満足している
- ・ こんなに簡単に、みんなで一体感を感じられることに驚いた。
- ・ 子供が生き生きして、又、やらせてみたい。
- ・ なかなか、打楽器の教室はないが、探して子どもに習わせたい。

b. スタッフの声

とても好評をいただきました。この「どきどきどんどこ音楽会」のドラムサークルは、少人数でも大人数でも楽しめ、年齢の制限もないので、多世代交流にも大いに効果の大きいツールになると思われました。ママ達の心地よく疲れた笑顔が印象的でした。

●会場風景

1. 「ぴっとんへべへ音楽会」

写真 22.



2. 「どどこどんどこ音楽会」

写真 23.



◆ステップ4. ニーズ把握

居場所「ママカフェ」のニーズ

乳児健診で何らかの障害が有るとされた場合、幼年期から小学生までは基礎学力の遅れを予防するため、自閉症・情緒障害学級を選ぶケースが増えてきていますが、中学校進学時に普通学級に戻す場合もあります。この現状から将来を考えた場合、決断を迫られる親のストレスは過大と思われます。又、学校側から本人に合わせた学習を進めると同時に他の生徒の足手まといとなることを理由に、前記の学級の選択を迫られるケースも少なくありません。競争社会の歪みがここに見られます。

●親たちから寄せられた声

- ・ 私たちなりにわが子の将来を考え、しつけの工夫や生活習慣の定着も根気よくやってきているが、本当はもっとのびのびさせてやりたい。しかし世間の方達は結果しか見ないので、何もしない放任主義の親と評価されている
- ・ 姑たちから「こうしてはどう?」「あそこはこうしているよ」など善意のアドバイスがあるが、逆にプレッシャーになる
- ・ 進学は、自分が支援学級だったことを誰も知らない学校に行きたがるが経済的に難しくて・・・
- ・ 発達障害児が私立受験をする場合、どの時点で学校にカミングアウトすればいいのか。告知することでマイナスになりそうで。
- ・ アスペルガー症候群と注意欠陥・多動性障害を併発との診断で知的な障害はないので、小学校の普通クラスで過ごしてきたが、高学年や、進学後、人間関係が複雑になると、いじめやそれに伴う不登校などが心配等々、親の不安を聞く機会がありました。

★親が不安になると、親子や家族の信頼まで溝が入りかねない状況があります。

私たちは専門機関ではないので、適切なアドバイスは出せません。
そこで、私たちはこの事業の中での立場を、はっきりさせることにしました。

えんでママカフェは
傾聴の場 → 専門機関の紹介を
区別のない場 → まったり自分ペースの場

●「音楽サロンわっはっは」のニーズの把握

多動や自閉など集団が苦手な子ども達が参加しやすくなる仕組みのイベント(ぴっとんへべへべ音楽会・どこどこんどこ音楽会)で親子を集め、本事業の広報先リスト作成。さらに、アンケート調査で、ママカフェで開催するメニューの希望を問いました。

アンケートの結果

1. 習っている楽器がありますか

a. ピアノ	9 6 人
b. リトミック	6 7 人
c. バイオリン	2 3 人
d. フルート	1 8 人
e. リコーダー	2 4 人

2. 子ども達にチャレンジさせたい楽器がありますか?

a. 太鼓	5 9 人
b. 太鼓(ジャンベ)	7 8 人
c. 和太鼓	6 2 人
d. ドラム	3 9 人
e. ピアノ(エレクトーン含む)	3 8 人
f. ギター	2 5 人
g. バイオリン	3 2 人
h. ウクレレ	2 5 人
j. トランペット	8 人
k. その他	

★親が子どもに、機会があれば習わせたい楽器の上位4位までが、打楽器でした。



◆ステップ5. 「場」のソフトづくり ママカフェトライアルの準備

「安心できる場所」づくりが必要となります。
いつでも実家に帰るような気軽さで、心の重荷を下ろしに来られる場所というのが、ママカフェのイメージです。

- a. メニューの選択・利用しやすい仕掛け
- b. ママカフェトライアル当日のスタッフの配備
- c. その他、次年度のママカフェプチセミナー講師募集説明会

①ママ達が「安心して」子どもを連れてこられる場所とは

1. 緊張感をほぐす → 家庭的な雰囲気
2. 安全確保 → 壊れそうなもの、怪我しやすいものを撤去
3. 衛生管理 → アルコール消毒スプレー等の配備
4. 自由度確保 → 子どもの気分転換のツール準備
5. 情報収集と発信 → 孤立予防と仲間作りのきっかけ

②ママ達がいつでも「こころの重荷」を降しに来られる場所とは

1. 人目を気にしないでいい場所
2. 日常から解放される場所
3. 家族に遠慮なく自分時間で立ち寄れる場所
4. 家計にも負担にならない場所
5. 普段着で来られる場所



写真 25. 開設場所予定地、地域の茶の間「しんせきんち」

③利用しやすい仕掛けとは・・・

ぴっとんへべべ音楽会・どこどこんどこ音楽会の参加スタッフから、多動や自閉など集団が苦手な子どもたちと実際に関わった体験を基に、ママカフェ（育児中の母及び親子が、リラックスできる居場所）の在り方や仕組みを検討

1. 会議で出た意見

- a. 参加したくなるイベント
 - ・ 親子で楽しめるイベント
 - ・ 子どもを託児して親だけで楽しめるイベント
- b. 気分転換になるミニセミナー
 - ・ 化粧したり美しくなることが、日々の疲れ忘れさせる
 - ・ 学べることが、充実感を育む



2. 具体例として

- a. 親子で楽しむイベント・
 - ・ 親子の手遊び、紙芝居や読み聞かせ
 - ・ 簡単な親子でお菓子づくり
 - ・ 親子体操やリトミック
- b. 子どもを託児して 親だけが楽しむイベント
 - ・ 心地よい音楽を聴く（ライブや音楽会）
 - ・ おおきな声を出す（カラオケや歌声喫茶）
 - ・ 落ち着いた時間を持つ（美術鑑賞や読書）
- c. 気分転換になるセミナー
 - ・ プチエステ
 - ・ 自宅でできるネイルセミナー
 - ・ 自宅で子ども供が寝てからできるヨガ
- d. 学べる講座
 - ・ 実用英語や発音（子どもに英語で本を読む）
 - ・ 習字（かな習字など実用的なもの）
 - ・ 料理（簡単手作りおやつなど）



3. 課題として

- a. 利用しやすい料金 → 講師はボランティア価格
- b. 子どもが託児で退屈しない時間内で楽しめる → 1時間程度
- c. 単発で参加できるもの → 空いた時間でしか利用できない

4. 結果

会議で出た意見を基に、イベントやセミナーは講師も利用者にも金銭的負担が軽いものを、折々取り入れます。

④「…でなくてはならない」という親の意識の解放

ママカフェ設置の目的のひとつに、ママが癒されることで心のゆとりをつくり、日々の育児に「ゆとり」「安心」を反映させることで発達障害等一般的社会性を望みにくい子ども達の緊張の改善があります。

一般的には〇〇させなくては、〇〇でなければならぬ、「私はちゃんと、しつけてますよ」といった親の意識が、そういった子ども達のストレスになり、悪化させる場合があります。

●たとえば・・・

1. どことどこんどこ音楽会は「椅子に座って」という会場の条件がありました。スタッフから「椅子は設置していますが、必ず椅子に座らなくてもいいですよ。床に座っても歩き回っても大丈夫です」という案内をしました。

しかし始めると、ある子どもが床に座ろうとしました。親は何度も椅子へ抱き上げました。スタッフは「床に座っていいですよ」と声掛けしましたが、親は「みんな、椅子に座っているから」と言い、再び子どもを椅子へ・・・

突然、子どもは母親の髪の毛をわしづかみにし、母親は椅子から床へ。スタッフが駆けつけましたが子どもの指が弛緩し、おちつくには時間がかかりました。

歩き回ったり、床に寝そべっている子どもは、何人かいましたが、母親は、どうしても多数の子どもと同じ様に座らせたかったのです。

2. 休憩時間に会場の中を歩き回り、時には走る子どもがいました。するとその子の親が、大きな声で「走ってはいけない」と怒鳴りました。あまりに大きな怒鳴り声に、他の方も少しドキッと・・・。子どもは、聞こえないかのように自由奔放に動き回ります。親はふたたび怒鳴り、腕をつかんで会場の外へ連れ出そうとしました。

これは、「親はしつけていますよ」の周囲へのアピールです。

「危険が無いようにスタッフが見守りますから」との声掛けに、親には、その子どもの動きが見やすい位置へ移動してもらい、子どもは動き回り、最後まで歩き回りながらマラカスを振ってイベントを楽しみました。

★親の怠慢が原因ではない事を、周囲が理解すれば、もっと快適な子育てができるのではないのでしょうか。

◆ステップ6. 「ママカフェ」の具体的内容の検討

- ①イメージしやすく覚えやすいママカフェの命名
スタッフから案を集め、「えんでママカフェ」に決定。
意味は「ママになったのも何かの縁、ここでお友だちになるのも何かの縁、ということから「縁でママカフェ」これを象徴的にするためにひらがなを使い「えんでママカフェ」と名付けました。
- ②形態は、気軽さ・楽しさ・気安さ
 - ・初めての人でも、気軽に参加できる
 - ・気安く誰にでも話しかけられる楽しい雰囲気作り
 - ・子ども達の対象年齢を絞り、意識の共通性を持たせる
- ③事務局以外のスタッフ
 - ・見守りスタッフ(子どもたちの参加補助)
 - ・託児スタッフ (同室内で乳児の世話)
 - ・屋外見守りスタッフ(屋外へ出てきた子どもの見守り)
- ④セミナー講師依頼 要件
 - ・本事業の主旨を理解し、協力的な方
 - ・母親の気持ちに寄り添える方
 - ・定期的に継続可能な方、及びママ達からのリクエスト講師
- ⑤緊急時の連絡先確認
(警察署・消防署・救急病院・小児科・地区の関係町内会部署)
 - ・緊急時の連絡先の確保と事前あいさつ
 - ・災害時の避難経路の確認
 - ・スタッフで共通認識の徹底



写真 26. 会場入り口



写真 27. 会場 庭遊び

◆ステップ7. 「ママカフェ」3回のトライアル開催

①読み聞かせ会+交流会 3回

●ママカフェ トライアル1回目

会場 「しんせきんち」

講師 杉本みほこ 子育て支援グループメリーママ主宰
幼稚園教諭・保育士資格 健康管理士一般指導員

- 内容
1. 手遊び ちいさなはたけ
 2. パネルシアター おおきなかぶ
 3. ペープサート へんしんふうせん
 4. 手遊び てをたたきましょう
 5. サンサン体操
 6. 茶話会

参加者数 12組

スタッフ 10名

- ・参加者の声
 1. 会場へ到着した第一印象で子ども達は馴染めるかどうかの反応が出ます。子どもの様子でリラックスしていることがよく解りました。
 2. 初対面でも子どもの共通する話題で、気安く会話が弾み、交流できました。
- ・スタッフの声
 1. スタッフの意識が統一されていたので、動きやすく、連携した対応ができました。
 2. ママ達と気さくに話せ、一体感を感じました。



写真 28. ママカフェトライアル1日目

●ママカフェ トライアル2回目

会場 「しんせきんち」

講師 おはなしグループ「そらきたホイ!」

内容 1. 本 でてこい でてこい・ねこガム 他3話

2. 言葉遊び 林の中から

3. 牛乳パック話 ルラルさんのにわ

4. 手袋人形 カラスの親子

5. 語り 伊勢参り

6. 工作 伊勢参りカード

7. 茶話会

参加者数 18組

スタッフ 10名

- ・参加者の声
 1. 広い畳の部屋は田舎へ帰ったようで母子ともに寛げました。
 2. スタッフの皆さんが子どもをみってくれるのでリラックスして過ごせました。
- ・スタッフの声
 1. 前回より参加者がおおかったが、手際よく見守りができました。
 2. 慣れたので、落ち着いて対応できました。
 3. 前回参加の子ども達は、外遊びも慣れてきて、前より自由に楽しんでいたように思います。



写真 29. ママカフェトライアル2回目

●ママカフェ トライアル3回目

会場 「しんせきんち」

講師 おはなしグループじゃんけんホイ!

- 内容
1. 参加型読み聞かせ だるまちゃん と てんぐちゃん
 2. パネルシアター くまのぼんやさん
 3. ペープサート おおきなかぶ
 4. 手遊び きゃべつのなかから
 5. 塗り絵
 6. 茶話会

参加者数 19組

スタッフ 10名

- ・参加者の声
 1. 子どもが動き回っても、誰からも嫌な顔をされずに庭遊びもでき、のびのび楽しめました。
 2. 茶話会の手作りおやつが、うれしかったです。
- ・スタッフの声
 1. お母さん方も顔なじみができて和みました。
 2. おもちゃがある方がよい子どもが数人いるので、何か用意してはどうかと感じました。
 3. 手作りおもちゃなどに関心のある親子もいたので、そんな講座も開いてもいいと思いました。



写真 30. ママカフェトライアル3回目

☆ママカフェの茶話会で出たママたちの声

- ・多動の子どもを連れて、気兼ねなく遊びに行ける場所が少ない
- ・まだ 子どもの情緒を落ち着かせる術が安定せず、模索中
- ・同じ年の友達と遊ばせたいが、他の親に嫌われてしまう
- ・単に个性的なのか、障害が有るのか見極めがつかない
- ・普通だろと思いつつ病院へ相談したら、簡単な問診だけで発達障害と診断され、逆にショックだった
- ・3歳児検診で発達障害と言われたが、単にいろんなことへ関心が強いだけに思えるが、好奇心を伸ばすのか、抑えるべきか迷う
- ・初めての子どものもので、どこがどう標準と異なるのが判らない
- ・短気な所があるが、親も短気な所があるので、障害と言われても単なる遺伝なのではと思え、障害として受け入れしにくい
- ・兄弟3人ともADHDと診断されているけれど、どの子もやさしい子なので、特別あつかいされたくない
- ・一人っ子で家では問題ないが、幼稚園など大勢の中では特異なのだと思うと、どうなるのか不安で幼稚園にいられない
- ・うちの子は検診で発達障害が有る、と言われたが、近所の子でうちの子より情緒が不安定そうに見える子がたくさんいるのに
- ・早期からの薬物治療を進められたが、不安でその気になれない

☆ママカフェをしてみて…スタッフからの反省点

- ・幼稚園行事などとかぶらないような日程計画が必要
- ・平日の方が参加しやすい親子と、土日の方が参加しやすい親子がいるので、本格的な実施も両日を考慮する方が良い
- ・子どもと離れた時間が過ごしたいという希望も多く、ママカフェの中にプチセミナーを組み込むことが今後の計画に効果的
- ・お昼にかかるとお弁当が必要になるので、弁当を作る余裕のないママ用に安価なランチの有る方が良い
- ・乳児の兄弟姉妹がいる場合、無料託児は必需



写真 31. ママカフェトリアル茶話会風景

●「音楽サロンわっはっは」の具体的内容の検討

私たちは、「ぴっとんへべへべ音楽会」「どこどこんどこ音楽会」で得たデータを基に、「ママカフェ」のメニューの一つ「音楽サロンわっはっは」の準備に取り掛かりました。

1. 講師の選定

当初、ドラム、サクソ、ギター、ベース、ウクレレ、デイジュドウ、楽器の苦手な子どもにもボイストレーニングを選択し、それぞれを楽しみ、何か一つ演奏できる自信をつけるサロンを計画していましたが、個別ではなく、皆で楽しむコミュニケーションツールとして、楽器を活かす方が有効ではないかという意見がでました。そこで合奏しやすいドレミパイプを中心に、基本リズムを刻むために、扱いが難しいドラムをコンガに変え、個別レッスンではなく合奏を目標とする講師を選択しました。

2. 形態は

- ・初めての人でも、気軽に参加できる
- ・親子で参加でき、コミュニケーションが取れる
- ・成果として、最終日にパレードして連帯感を育む

3. スタッフは

- ・見守りスタッフ(子どもたちの参加補助)

4. 緊急時の連絡先確認

- (警察署・消防署・救急病院・小児科・地区の関係町内会部署)
- ・緊急時の連絡先の確保と事前あいさつ
 - ・災害時の避難経路の確認
 - ・スタッフで共通認識の徹底



写真 32 音楽サロンわっはっは風景

②音楽サロンわっはっは 全4回

発達障害、自閉、ダウン症など目に見えない障壁を持つ子ども達が楽器を演奏することでコミュニケーションの糸口(音楽療法)になるため、「ママカフェ」の音楽教室として、計画しました。

●音楽サロンわっはっは1回目

会場 岡山市ウェルポート灘崎

講師 赤田晃一・ことはやこ
柴田さとみ・

内容 種々のパーカッションの演奏と絵本の朗読に合わせたリズムミック

参加者数 165人

スタッフ 30名

*ねらい

「音楽サロンわっはっは」への継続参加者の誘い



●音楽サロンわっはっは2回目

会場 「しんせきんち」

講師 赤田晃一・ことはやこ
國廣理正・妹尾賢一

内容 ドレミパイプを使った合奏の練習とボンゴ・ウクレレ・ギターなど日頃触れることのない楽器演奏体験

参加者数 16組 内子ども10人

スタッフ 10名

*ねらい

・楽器に触れ、自ら奏でる体験



●音楽サロンわっはっは3回目

会場 「しんせきんち」

講師 赤田晃一・ことはやこ
國廣理正・妹尾賢一

内容 ドレミパイプを使った、合奏の練習とコンガ・ウクレレ・ギターなど日頃触れることのない楽器演奏体験

参加者数 21組 内子ども14人

スタッフ 10名



写真 35. 音楽サロン3回目

*ねらい

- ・自ら音を奏で、人と音を合わせる楽しさを体感
- ・人前で演奏(視線に慣れる)練習

●音楽サロンわっはっは4回目

会場 「しんせきんち」

講師 赤田晃一・ことはやこ
國廣理正・妹尾賢一

ひよこちんどん

内容 ドレミパイプを使った合奏の練習

練習の発表として、演奏しながら地域をパレード

参加者数 23組 内子ども17人

スタッフ 10名



写真 36. 音楽サロン4回目

*ねらい

- ・屋外で演奏する快感と、不特定多数の人目に慣れる、自信付け



写真 37. パレード



●「音楽サロンわっはっは」利用者・スタッフの感想

- ・「音楽サロンわっはっは」は、小さな子どもも簡単に使えるドレミパイプで幼児も楽しめました。しかし、当初の予定のドレミパイプだけでは、単純なため、4歳以上の子ども達には、少し物足りなさがあったようでした。そこで、リコーダーやタンバリン、シンバルなどを取り入れたところ、生き活きと演奏を始めました。
- ・ギターやボンゴ、ウクレレなど、日頃触ることのない楽器は、特に関心を引き、親に得意そうに演奏してみせるなど、親子のコミュニケーションツールに十分、生かされていました。
- ・音楽教室とは違い、子どもが自由に楽器を楽しむ時間、ママ達は安心して自分の時間を楽しんでいたようでした。又、新しいこと（日頃、触れられない楽器で遊べたこと）ができたことは、子ども達の新しい可能性を発見できたと、親からの声がありました。
- ・親が楽器が苦手な場合、何を子供に与えて良いか見当もつかなかったけれど、子どもが実際に触って鳴らして、「やってみたいとい」ってくれることは、大きな成果でした、との声が複数聞こえてきました。



写真 38. 本物の楽器に触れて… ワクワク ドキドキ

●「音楽サロンわっはっは」の今後の方向

ママカフェのツールとしての「音楽サロンわっはっは」は、イベント的に行うことが効果的だという意見になりました。今回、参加したママ達から、塾とかカリキュラムのある音楽教室ではない、のびのびした時間を、もっと与えられる環境が身近にあれば、自分たちにもゆとりができるという、前向きな言葉が出ました。

しかし、日常的に経済面や時間面を考えると、そういう環境へ子どもを参加させるのは難しいとの声もありました。

したがって「音楽サロンわっはっは」は、講師の方々の理解と協力をいただいて、楽器にはいつでもさわれる環境を整え、子ども達が希望する時に自由に触れて練習できる場として、ママカフェの中に組み込むことにしました。

★本事業のイベントはこれで終わりました。

- ・ぴっとなへべへべ音楽会2回
- ・どこどこんどこ音楽会1回
- ・読み聞かせママカフェ3回
- ・音楽サロンわっはっは4回

計10回のイベントを終り「居場所」づくりの方向が、見えてきました。それと同時に、同じ方向を見ている仲間が繋がってきたことは、大きな成果と考えます。この事業の結果が、単なる場づくりで終わらず、「障壁」への理解を広める情報発信元になることも、大切な役割と考えます。

つながった「縁」が大きな縁に広がるよう、次への期待が寄せられています。



子ども達は
自由にさわれる楽器や
塗り絵や絵本で
のびのび遊びます。

子ども達が
託児に見守られて遊ぶ間
ママ達は東の間の
解放された自分の時間を
楽しみました。



写真39. 子どもたちの遊ぶ風景

◆ステップ 8. 利用者・スタッフの感想のアンケート集計

次年度に定期開催するための、意見を集めました。

●アンケート結果まとめ（スタッフ用、参加者用 混合）

1. 主旨について

- ・スタッフ 良い 40 名、普通 0 名、変更必要 0 名
- ・参加者 良い 49 名、普通 0 名、変更必要 0 名

2. 仕組みについて

- ・スタッフ 良い 29 名、普通 8 名、変更必要 3 名
- ・参加者 良い 49 名、普通 0 名、変更必要 0 名

3. 内容について

- ・スタッフ 良い 32 名、普通 8 名、変更必要 0 名
- ・参加者 良い 49 名、普通 0 名、変更必要 0 名

4-1. 今後の運営・収支計画について（スタッフ用）

- ・当座は週一回の定期開催でも、早いうちに毎日開催できる方が
良い
- ・スタッフの人数回答平均 見守り 2 人、託児 2 人、事務局 1 人
- ・スタッフの人件費日当(約 5 時間程度)回答平均 3000 円～
- ・講師謝礼日当 3000 円(公民館同等程度)又は参加者から別途
- ・参加費 回答平均大人 300 円～500 円 乳幼児無料
*講師謝礼が必要な場合 1 組 500 円程度材料費別
- ・利用者の立場を考えると託児やプチセミナーの講師は、無償も
しくは交通費程度のボランティアがふさわしい
- ・庭や周囲の自然が豊かな環境を活用できるようにしたい
- ・安価なランチが出せないだろうか
- ・アレルギーの子ども達も、出かける場所が限定されているので
そういった親子も利用できる工夫が欲しい
- ・今後も発達障害等、目に見えない生活にくさを抱える人たち
への理解を深める勉強会を続けたい
- ・行政や学校との連携やバックアップがほしい
- ・県外から参加された方たちの地域へ、出前講座を開催したい
- ・スタッフとしてではなく、ママ経験者として同じ目線で交流し
たい

- 4-2. 今後の参加費やスタッフの配備について（参加者用）
- ・スタッフの人数 多数回答は多い方がいい。2組に対し1人程
 - ・講師の希望 複数回答 可
 - 託児を利用して親だけで楽しめる講座希望 8組
 - 親子で楽しめる講座希望 9名
 - 40分程度で楽しめる内容 15名
 - 自宅での育児に活用できる講座 22名
5. 今後の提案 スタッフ、参加者混合意見
- ・早めに情報が欲しい
 - ・みんなで楽しめる講座や勉強会を希望
 - ・スタッフも一緒に楽しめる方が、打ち解けやすい
 - ・講座などは準備や手間のかからないもの
 - ・広報がポイント、口コミの広報ネットワークを広げる
 - ・同様な団体との情報交換や交流があった方がいいが、利用者はあまり人に知られたくない人もいるので、どうするか検討が必要
 - ・情報は多い方がいい
6. 今後の参加について
- ・スタッフ 今後も参加する 20名
 - ・参加者 今後も参加する 49名（連続参加の重複も含む）
 - ・スタッフ、参加者共通 参加しない 0名



写真 40. ママカフェトライアル風景

えんでままカフェ アンケート用紙（スタッフ用）

えんでままカフェ スタッフ参加ありがとうございました。

おかげさまで無事、えんでままカフェトライアルを、終了することができました。

次年度のえんでままカフェ定期開設の検討資料として、皆さんの感想をお聞かせください。

1	主旨について	良い
		普通
		変更必要
2	仕組みについて	良い
		普通
		変更必要
3	内容について	良い
		普通
		変更必要
4	今後の運営・会計計画について ・スタッフの人数 ・スタッフの人件費 ・講師謝礼 ・参加費	
5	今後の提案	
6	スタッフ・講師 参加について ・今後も参加する ・参加しない（理由 _____） ・内容や日程によって 参加を決める	

ご協力ありがとうございました。

NPO 法人まちづかい塾

えんでままカフェ アンケート用紙(参加者用)

えんでままカフェ スタッフ参加ありがとうございました。
おかげさまで無事、えんでままカフェトライアルを、終了することができました。
次年度のえんでままカフェ定期開設の検討資料として、皆さんの感想をお聞かせください。

1	主旨について	良い
		普通
		変更必要
2	仕組みについて	良い
		普通
		変更必要
3	内容について	良い
		普通
		変更必要
4	今後の参加費やスタッフの配備について ・スタッフの人数 ・講師の希望 ・参加費	
5	今後の提案	
6	参加について ・今後も参加したい ・今後は参加しない 参加したくない理由は・・・	

ご協力ありがとうございました。

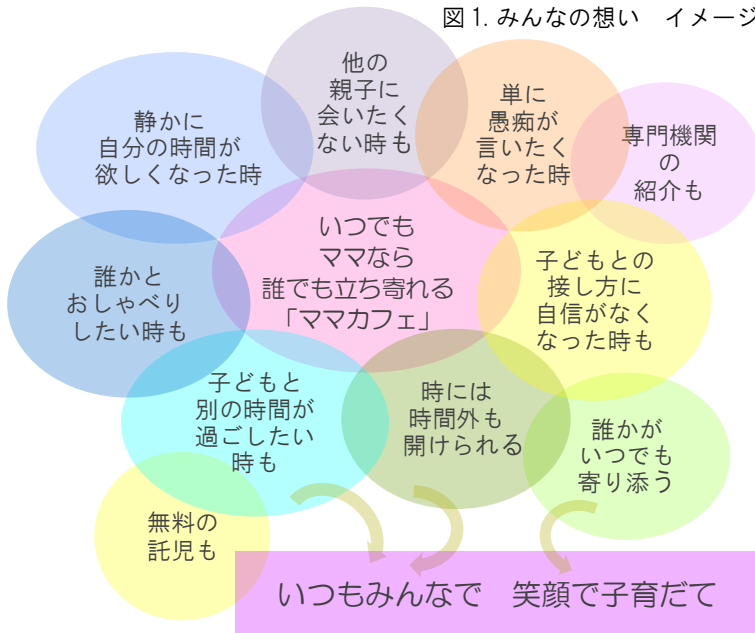
NPO 法人まちづかい塾

◆ステップ9. 定期開設に向けての事業計画

今後の計画 4月以降にむけて

- ①えんでもまカフェ定期開催 提案プログラム
- ②第3金曜 スタッフ情報交換会及び勉強会計画
- ③その他
 - ・ ドラムサークル・和太鼓・アフリカンダンスなど音と遊ぼう
 - ・ 簡単おやつ作り
 - ・ 手づくりの廃材おもちゃ作り
 - ・ 笑ヨガなど
 - ・ 嫁カフェ
(子どもを託児に預け、出かける時から1人の女性としての時間)
- ④他団体との交流会計画
- ⑤参加者のアンケートを取りながら、内容の充実

図1. みんなの想い イメージ



◆参考資料

*平成24年乳幼児健診において、保健師の見立てた何らかの障壁を持った乳幼児の割合

H24年度報告	岡山県	岡山市
1.6才児検診	13.0%	15.2%
3才児検診	15.0%	17.7%

●文部科学省 特別支援教育について 主な発達障害の定義について より抜粋

*自閉症とは

3歳位までに現れ、1. 他人との社会的関係の形成の困難さ、2. 言葉の発達の遅れ、3. 興味や関心が狭く特定のものにこだわることを特徴とする行動の障害であり、中枢神経系に何らかの要因による機能不全があると推定される。

*高機能自閉症とは

高機能自閉症とは、3歳位までに現れ、①他人との社会的関係の形成の困難さ、②言葉の発達の遅れ、③興味や関心が狭く、特定のものにこだわることを特徴とする行動の障害である自閉症のうち、知的発達の遅れを伴わないものをいう。

また、中枢神経系に何らかの要因による機能不全があると推定される。

*注意欠陥/多動症とは

ADHDとは、年齢あるいは発達に不釣り合いな注意力、及び衝動性、多動性を特徴とする行動の障害で、社会的な活動や学業の機能に支障をきたすものである。

また、7歳以前に現れ、その状態が継続し、中枢神経系に何らかの要因による機能不全があると推定される。

*アスペルカー症候群とは

知的発達の遅れを伴わず、且、自閉症の特徴のうち言葉の発達の遅れを伴わないものである。尚、高機能自閉症やアスペルカー症候群は、広汎性発達障害に分類されるものである。

*判断基準は、3才までの検診では保護者への問診が93%、行動観察79%、検診票70%となっている。検診で発達検査を行っている市町村は約30%。発達を促すプログラム実施市町村は約25%。

<乳幼児健診における発達障害に関する市町村調査
一般社団法人 日本臨床心理会 H24年調査報告書参照>

■まとめ

1年間本事業を実施し、多くの人と出会い、多くのことを学びました。手がかかるために、学童保育を拒否されたり、変わり者として仲間外れにされるわが子を抱え、ママ達の努力だけではどうにもならない「障壁」がそこにありました。

私たちはこの1年間の事業を通して、ママ達の居場所「ママカフェ」を「えんでままカフェ」と名付け、来年度から運営します。しかし、これは「障壁を抱えるママ達のための居場所」として看板をあげることにより、障壁があることを公にすることになり、立ち寄ること自体に抵抗が生まれます。

この障壁が特別なものではなく、皆の理解で一般的な子育ての悩みと同じに、低くなるものであることが解りました。したがって、子育てで疲れたときに誰もが立ち寄れる居場所として、開設することにしました。

本事業に参加し協力して下さった方々の中にも、障壁を抱えた多くの大人がいました。みんな、それぞれの生き方をみつけ、社会に適応しています。自分から打ち明けられない限り、そのような障壁を抱えておられることは見受けられません。

私たちがしなければならない事は、個々のできない事にはありのままの理解を、そして、できることをしっかり評価すること。できない部分が隠れるように、できる能力・素敵な魅力を伸ばし、そこにスポットを当てられる環境を作ることではないでしょうか。

「人に迷惑を掛けない」をひとつのボーダーとふまえ、ボーダーを超えないようセルフコントロールできるよう見守り、のびのびと見守る親の余裕を励ます心地よい「居場所」づくりを進めることにしました。

テーマ「笑顔で子育て」に「みんなで子育て」を追加し、「障壁」への理解と啓発を促進するべく次のステップに向かって、本事業を終わります。

■今後の課題

1. 必要にあわせた支援を紹介するために、医療、保健、福祉、教育等の各専門関係機関との連携
2. 居場所の所在と開催日の広報と広報ネットワークの構築
3. 土日祝日の開催
 - ・常勤スタッフの確保
 - ・休日の緊急れ連絡先との連携

■追加で ドン!!

参加者のアンケートで最も要望の多かった パーカッション演奏を手法としたドラムサークルがあがりました。そこで本事業後、ドラムサークル「ファンタリズム」の協力で開催しました

会場 「しんせきんち」

講師 森本ともみ・國廣理正
(敬称略)

内容 基本のリズムに合わせて
各種パーカッションを、
ファシリテーターの指揮に基づき、任意に組
まれたグループで音を出し合い合奏する。

参加者数 40人
スタッフ 10名

◇参加者の感想

いろんな打楽器を演奏できて親子ともども楽しかったです。

ファシリテーターの指揮で思いつき大きな音も出せ、非常に心が晴れました。子どもの笑顔が大変うれしかったです。

◇スタッフの感想

自閉やダウン症の子どもも参加でき、これは効果が大きいです。



写真 41. ドラムサークル会場の様子

音楽de心の健康事業の目的であるママカフェ「えんでままカフェ」開設に向けて、独立行政法人福祉医療機構を始め、岡山県発達障害者支援センター、岡山市発達障害者支援センター、岡山自閉症協会、県内の支援学校・支援学級の指導員、補助員有志の皆様、そして

- ◆出演：おおたか静流、山口とも、妹尾美穂、森本智美、赤田晃一、黒瀬尚彦、國廣理正、大西千夏、柴田さとみ、三好龍源、齊藤泉
- ◆司会：ことはやこ ◆映像・記録：白神貴士、井上みずほ、妹尾賢一
- ◆指導：中山治美、早川倫子、梅里拓志、西由美 ◆看護師：大西喜久子
- ◆託児：河本美津子、江見美和、河相淳子、抱っこボランティアぐるーん
- ◆会場：塩田真、田中保巳、岸本雅子、中村美保、田中秀之、河野俊谷本典子、赤木美子、木崎裕美子、藤原佑佳子、浜野由美、原未春、鳥越美由紀、古川恭子、生田衣里、赤木貢、難波賢治、定金潔司、田淵弥幸、高月弘子、福原ゆか、藤本亜子、岡田みのり、藤田理恵、伊藤佑夏、荻野公美、長瀬好子、松川泰信、水川ゆかり、西江利子、春木まな、大西まなみ、内田まち、安延溶子 ◆看板：蟠龍、平垣内友美
- ◆音響：串田修、平井康嗣、◆読み聞かせ：杉本みほこ、秋山あけみ、おはなしグループ「そらきたホイ！」・おはなしグループじゃんけんホイ！
- ◆後援：岡山県、岡山市、山陽新聞社、岡山リビング新聞社、レディオモモ、非営利活動団体新田・楽座、その他、お手伝いくださいました多くの皆様、ありがとうございました。

私たちは、目に見えない障壁で、普通に暮らすことが大変な子ども達と、その子ども達を抱え、しつけや教育ではどうにもならない「壁」にぶつかっているママ達について、学ぶ機会を得ました。

そして、ママ達がぶつかっている「壁」は、私たちみんなの理解で簡単に取り除くことができる「壁」であることに気づきました。

中でも、単に個性が強いだけかもしれないグレーゾーンの子どもを抱えるママ達は、とても不安定な状況です。

このようなママ達を支え、交流を促せる居場所「ママカフェ」が、いろんな場所に増えるための、参考にさせていただければ幸いです。

周囲の理解が広まり、このようなママたちが特別な不安を抱かず普通の子育てが出来る社会になることを、心より願っています。

特定非営利活動法人まちづかい塾

■この冊子は、独立行政法人福祉医療機構助成地域活動支援事業の助成金で作成しました■

音楽
de
心の健康づくり
事業報告書



今日もまったり お茶日和り
特定非営利活動法人まちづかい塾
[http://info@michicafe.net](mailto:info@michicafe.net)