

well-being2

普段は聞きにくい“障がい”のこと。
障がい児のお母さんたちの声をもとに、
関わり方のヒントをまとめました！

一般社団法人
プレーワーカーズ
情報誌 特別号

特集

身近な子どももの 「障がい」に

気づいたら？

- ・ぼくのわたしの 生活習慣・こだわり
- ・ハンディっこのパパ・ママの気持ち
- ・マンガ「ハンディっこの日々」
- ・こんな街になったらいいな
- ・コミュニティー広場 ふぁみりあ

この本も、おせっかい！
遊び場で聞こえてきた声から
この本は生まれました。

《その人》を受け入れます。

まるごと認めて、

個性も生きづらさも

よくおせっかいな人が居て、

子どもの遊び場には、

私たちの知る

あなたの困り事。

聞きにくいけど、

あなたの事が知りたい。

おせっかいだけど、

「遊ぶ」が社会を変える

私は、子どもにとつての遊びとは、生きることだと考えています。「遊びたい」という心の原動力は、強く子どもを突き動かします。遊ぶために挑戦しつづける中で、子どもは想像力や主体性を学び、目的を達成するために人とのコミュニケーションや社会性を自然と身につけていきます。そうして自らの自尊心を高め、生きる力を育んでいきます。

冊子のタイトルにした「well-being」には、「今よりも、より良い状態へ！」という想いを込めました。子どもは遊びこむ中で、自らがより良い状態になるよう動いていきます。今回、障がいと向き合う子どもにとつてもそれは同じでした。家庭やまちなか、公園やお店の中など、ありとあらゆる場所で子どもは自らの興味関心に向かって遊びだします。そして子どもが元気に遊ぶことでその周りにいる大人も笑顔になっていく様子が見えました。

ですが、ハンディを抱える子どもの遊び環境はまだまだ豊かではありません。遊ぶにも周りの視線が気になる、散歩するだけでも不審者扱いされる、行動や言動等に気を使いながら生活するなど、まだまだ生き辛い社会なのだと感じました。こうした現状を少しでも多くの方々に伝えたい。そうした想いから本冊子を作る運びとなりました。この冊子を読んだ方々にとつて、障がいへの理解と新たな気づきの一歩になればと願います。



一般社団法人プレーワーカーズ
理事・事務局長 神林 俊一



well-being2 一般社団法人プレーワーカーズ情報誌 特別号

●編集・発行 一般社団法人プレーワーカーズ
〈名取事務所〉〒981-1241 宮城県名取市高館熊野堂字飛鳥中3
TEL: 022-397-7507 Eメール: info@playworkers.org
〈気仙沼事務所〉〒988-0085 宮城県気仙沼市三日町1-3-13
TEL: 080-3336-2011 Eメール: kam@playworkers.org

●協力 コミュニティー広場 ふぁみりあ、気仙沼ハンディっこ座談会、気仙沼市内の保護者の方々
●発行日 2019年3月30日 ●デザイン・イラスト・校正 種坂奈保子
本冊子は復興庁の助成を経て作成しております。©一般社団法人プレーワーカーズ

<http://playworkers.org/>



特集 身近な子どもの

障がい

に気づいたら？

ある時、
障がいをかかえる子どもの親から言われました。

「障がいというだけで市民権も人権も無い。」
「田舎では、障がいと向き合おうとしても地域の
視線が痛くて影のように生きていくしかない。」

これらの声は、私たちが子どもにとって生きるため
に必要な“遊ぶ環境”の大切さを考えていく上でも、
切っても切り離せない大切なキーワードだと感じま
した。

「ねえ、なんであの子だけ違うクラスなの？」
「ねえ、なんであの子は顔も体も私と違うの？」
「ねえ、なんであの人と遊んじゃいけないの？」

こうした子どもの問いかけに私たち大人はどれだけ
向き合っているのでしょうか？

本冊子では、日々障がいと向き合い続けている方々
の声を集めて「障がいと向き合うはじめての一步」を
考えていきたいと思えます。



プレーワーカーズとは？

一般社団法人プレーワーカーズは、子どもの遊ぶ環境
をより良くしていくため、全国を駆け回る遊び場づくり
の専門家（プレーワーカー）の集まりです。

設立のきっかけは2011年3月11日の東日本大震災
以降、遊びを通じた子どもの心のケアを目標に「NPO
法人日本冒険遊び場づくり協会」の被災地支援事業とし
て活動してきたこと。その後、より東北地域に根差して
活動を行うため2015年に「プレーワーカーズ」という
法人格を取得し、引き続き子どもが豊かに外で遊べる環
境づくりに努めています。

遊びに最大限の価値を！

当団体の軸にもなっているPLAYWORKとは、子
どもがいきいきと遊ぶことのできる環境をつくる専門分
野のことです。1980年代に生まれ、イギリス・ドイ
ツなどで国家資格として扱われています。

現在、PLAYWORKは子どもの遊び場づくりに留ま
らず、医療の視点から「遊ぶ」ことによる精神的なケ
アや、紛争地域や家庭内暴力など危機に瀕している子
どもの環境に「遊ぶ」ことを用いて傷ついた心を癒し
生きる力を育むなど、「遊ぶPLAYWORK」という力
が世界的に注目されています。

WHAT'S
"PLAYWORK" ?



ぼくのわたしの 生活習慣・こだわり

ハンディっこは、自分の中で生活習慣・こだわりがあります。

わが子だけ見ていたから、子どもの趣味で、それが好きなんだなあと思わなかったけど、大きくなって今思えば、好きではなく「こだわり」だったと思う。

というように、生活習慣やこだわりは、身の回りのどの物なのか、どの順番なのか、身近な人でも意外と見えにくいものです。



あるハンディっこの
お母さん

case1

いつものバスが見られない！

子どものこだわりで、毎朝近くのタクシー会社のバスを見せてもらってから、幼稚園などに出発していました。しかしある日、バスが見られない日があり、気持ちが崩れてしまい1日中泣いてしまいました。

●気持ちが崩れる

ショックなことがあると、しばらくの間、その出来事が繰り返し頭の中でフラッシュバックして、感情が崩れる。パニック状態、または痙攣（かんしゃく）の状態。平常心じゃいられない。泣いたり、暴れたら寝転がって泣き叫んだり、物を投げたり、壁に頭をガンガンうったり、表現は様々。その後、悲しい感情を引きずり、ちょっとした刺激で、泣きやすくなったり、怒りやすくなる。本人が落ち着ける場所に行きクールダウン*すると、感情を切り替えられる場合もある。

*クールダウン…落ち着くために場所を変える。狭い場所、暗い場所、周りの音が聞こえない場所に行くと、落ち着く場合が多い。



◎ハンディとは？

ハンディ（ハンディキャップ）とは、社会的不利という意味です。障がい者本人に課題があるのではなく、障がい者が暮らすうえで社会の側に課題があることを指しています。

また、「障がい」とひとことに言っても、医学的には身体・発達・精神障害など様々な種類があります。手足が不自由など見ただ目で分かる障がいと、脳やこころなど見ただ目では分からない障がいがあります。

社会の側の課題をなくしたい、という想いを込めて、これらの障がいを持つ子どものことを、この冊子では「ハンディっこ」と呼んでいます。

我が子、または身近な子どもが
障がいを抱えている方に届けたい、
5つのコンテンツ

P5~7 ぼくのわたしの生活習慣・こだわり

P8~9 ハンディっこのパパ・ママの気持ち

P10~11 マンガ：ハンディっこの日々

P12~13 こんな街になったらいいな

P14~15 コミュニティー広場 ふあみりあ

まずは知ってみよう。
ハンディを持つ子と親のこと

確かめずにはられない！

車が大好き！
駐車場のすべての車を
覗いてしまう。

知らない人の車は
やめてー！



興味はどこに向くかわからない！



水族館に行ったら、入り口にあった「しょんべん小僧」の銅像に夢中になって、動かずにずっと見ていました。親としては水族館を見せたかったなあ。

ハンディっこの親からの目線

ハンディっこは、興味・関心など、心が動いた時の「知りたい」という欲求が強い場合があります。こだわりが達成できないと、次に進めない。気持ちが満たされないと切り替えが難しいようです。親としては、どこまでやったら満たされるのが分かりません。もういいかな？と思って区切ろうとすると、まだだったり、短い時間でも「もういい」ということもあったりします。

ハンディっこは、生活習慣やこだわりが達成されないと、泣き崩れたり、次の行動に移れないなど、気持ちの切り替えが苦手です。“その子”の生活習慣・こだわりを理解することで、周りの人も、ハンディっこも、お互いに関わりやすくなります。

好きになったら一直線！

電車に詳しい我が子。時刻や車両名などすごく細かいことまで知っています。クラスの子はそこまで知らないので、一歩ひいて“不思議な子”と思われています。

語りだすと止まらないのですが、周りの子とは話が合わないようです。



やめられない・とまらない



家の色々な所にパンチ・キックをして穴をあけてしまいます。

Q2 どんなことに悩んだり困ったり しましたか？

ママ

以前いた保育所では、地元ではなかったので
悩みを話せる相手や頼れる人がいなかった。

パパ & ママ

発語が遅く、3才までこちらの話す言葉の意味も通じないことが
多かったので、焦る気持ちから親がイライラばかりしていた。

ママ

車は危ない事がまだわからない3才。掃除機をかけていた際、
玄関の鍵を一人で開け、家の前の道路を横断し、
近所の方の運転する車に止められた。

パパ
ママ

癇癩（かんしゃく）持ちですぐ怒る。→発狂し、物や人にあたる。
好きな食べ物が数少ない。

Q3 少し経って、今の気持ちは？

パパ
ママ

息子は息子なりに生きてほしい、見守りたい。

ママ

人と比べると間違いだった。

ママ

とてもゆっくりではあるが成長している事が嬉しい。
まだまだ癇癩持ちなので不安はあるけど、
いいところもいっぱいある。
一人っ子なので、長い目でみたら将来に向けて
一人でやれることはやって、自立してほしい。
正直、私が歳をとって息子より先にいなくなるので、
一人残していくのが心配。

我が子に障がいがあると分かったとき、
これから一生支えていこうと覚悟したとき、
日々起きる様々なトラブルに対して・・・
そんな時、お母さんやお父さんの気持ちは
どうだったのか、聞いてみました。

今回話を聞いた家庭の ハンディっこのタイプ

・年齢は3～12歳

<障がいの種類>

・自閉症スペクトラム
・軽度知的障害 など

<特徴>

例えば・・・
2歳の時に、視線が合わなく、発語が
無い事を保育所の先生から指摘を受ける。
・常に動いてじっとしていない。
・感情のコントロールが難しい。
・興味の偏りやこだわりがある。
・空気が読めない

ハンディっこの
パパ・ママの気持ち

Q1 障がいが分かったときの気持ちは？

パパ
ママ

悲しかった。受け入れられなかった。なんで自分の子が。
まともな子どももつukれないのかと自分を責めた。
キャッチボールとかできないのかな。孫の顔は見られないのかな。

ママ

私のせいだね、ごめんね。
発語がなかったので…〇〇とたくさんお話したいよ。

ママ

自閉症は病気ではないので治るものではないと知って、
これからどうしたらいいのかわからない。
二人目をつくるのが怖い。勇気がでない。



ユニバーサルシート

身体障がい者用の多目的シート。着替え・おむつ交換に使えます。赤ちゃんのおむつ替え台より低くて広いです。高齢者も使うことができ便利です。



人見知りをしない

発達障がいの特性のひとつで、思い立ったままに行動してしまいます。生まれ持った特性なので、しつけやおもいでのものではありません。時に冷たい空気を破って場を和ませるような良さもあり、後になって笑い話になることもあります。その場にいる保護者は生きた心地がしません。

★ 周りに気兼ねなく食事できるお店が増えてほしい

障がいの特徴でじっとしていられず大きな声をだしてしまい、いつも周りが気になりハラハラしてしまいます。

★ 障がい児のショートステイの受け入れ先が欲しい

家族が緊急で何かあったとき、または介護のリフレッシュの為に安心して預けられる場所がほしい。

★ 行政と一緒に定期的に話し合える環境がほしい！

何が困っているか、何が必要か、お互いに共有しながら、ハンディっこの環境を変えていきたい。

★ 小さいうちから、障がいに関係なく一緒に過ごしていきたい

幼稚園や小学校では、きっとお互い刺激になってよい関係を築けていけるのではないと思う。相手のことがわからないから、偏見も生まれるのかな。心のバリアフリーを作っていきたい。

★ 地域の学校と支援学校の交流がもっとほしい

色々な子ども達がいるんだ！ということも勉強になるのではないかな。

みんな一緒に楽しいね



こんな街に なったらいいな



障がいがある子ども、無い子ども、同じようにのびのび育ってほしいから、ハンディっこの親たちに、どんな街なら暮らしやすいのか、本音を聞いてみました。

★ 障がい児家族の心のケア

子どもに障がいがあるとわかった時や、お腹の子に病気や障がいがあるとわかった時、不安でしかたなく、マイナスにばかり考えてしまい、どうしていいかもわからない状態でした。そんな思いをゆっくり聞いてくれて、サポートしてくれるような場所や会がほしいです。相談に行かないから大丈夫、ではなく、自ら行けない親もいます。

★ 障がい児が使える市のサービスをもっと充実してほしい

ヘルパーを含め、どうしても預け先がないときの一時預り、病院への同行・付き添い、余暇支援、自宅から学校の送迎サービスなど、利用することで親の働く時間を確保できると助かります。

★ 障がい児を診てくれる専門医がいてくれたら、安心です

大人が病気後のリハビリが大事なように、子ども達も早期のリハビリは重要です。今は仙台まで通うことが多い！地元で受けられる体制があれば、受たい子ども達は沢山います。また、障がい児の小児歯科があると助かります。歯科に仙台の病院まで通う子どもも多くいます。

★ 車イスなどの利用者にも優しい街であってほしい

トイレ(ユニバーサルシート)の設置や、段差・ガタガタ道など、行きたい場所も車イスでは難しくあきらめることもあるので、少しずつ整備してほしいです！



ふぁみりあの座談会参加者よりメッセージ

一昨年から始まったハンディっこ座談会。「うちの子こんなことで困ってます」「こんなことが嬉しかった」「こんなサービスあってくれたらね」毎回家族の沢山の思いが集まります。

その中にはワガママでは!?と思われることもあるかもしれませんが、障がい児を育てる家族には切実なことばかりで、どれも共感できるものばかりでした。

でもこの思いは、障がい児の親にならなければ気づかなかったかもしれません。子どもが障がいを抱え、その育児を経験し、初めて知ること、見えてくるのが沢山ありました。

だから、障がいのことはわからない!と言われるのも当然かもしれませんが、私たちは、子どもに障がいがあっても、地域の中で幸せに暮らすことを願っています。その為に今出来ることは、まずは、「知ってもらうこと!」なのかもしれません。

こんな子ども達もいるんですよ!と、ハンディっこ達の日常をちょっぴり覗いてみてください。そして、この冊子が子ども達と接する最初の一步になってくれたら幸いです。

ハンディっこのママ、一人で悩んでいませんか? この冊子に登場するママ達は、けっして強いママじゃありません。みんな同じように葛藤を繰り返しながら、少しずつ我が子の障がいを受容してきました。一人じゃないですよ!一緒に子育てしていきましょうね。



コミュニティ広場 ふぁみりあ

病気・障がい・発達のお子さんを子育て中のお母さん(又はご家族)が、子育てに関する悩みを気兼ねなく話しながら、情報交換や交流を図れる、親子の居場所作りをしています。



子どもの病気障がいで悩んでいた時期に、病院で出会ったママ達に悩みを聞いてもらい、いつも元気をもらいました。同じような経験をしたからこそ分かってもらえることもあり、気持ちの面で救われたことを覚えています。その経験から、抱えている様々な気持ちを話せる場所を作ろうと思い、始めたサークルが「ふぁみりあ」です。先輩ママのお話会・座談会・音楽遊びなど、毎月活動内容は変わりますが、子ども達は自由に遊び、親は少しでも気持ちをリフレッシュしてもらえたら…と思います。

学生ボランティアさんの託児もあります。

ふぁみりあ代表者: 佐藤 絵里

連絡先: 気仙沼市障害者生活支援センター (電話番号: 0226-24-5161)

※窓口になっていただいています。ふぁみりあについて、とお問い合わせください。

