



2019年、新しい年が始まりました。年末年始、ゆっくり休めましたか？ ようやく幼稚園や学校が始まった！と、ほっと一息のママもいらっしゃるでしょう。一人になれる時間って大切ですね。ストレス満載の子育てでママたちが一番望むことは「ひとりの時間が欲しい」だそうです。わたしも美味しいお茶やコーヒーを飲みながらひとりで「ぼお〜とする」時間がたまらなく幸せです。最近はお菓子を食べないように気をつけています。♡

最近よく「オッケー、グーグー」なるCMを耳にします。「電気をつけて」「テレビをつけて」「今日の天気は？」「パスタの美味しいお店は？」など、調べなくても動かなくてもグーグーにやってもらおう！という人の暮らしを助けてくれるアイテムです。「面白い話を聞かせて」とお願いすると「こんなのはどうでしょう？」と前置きしてから話し出し、そこそこ笑える小話を伝えてくれます。全く笑えないジョークの時もあります。人とグーグーのやり取りを聞いているとスムーズに受け答えしてくれる時と、「分かりません」と連呼される時があります。こちらの意思が伝わる時と伝わらない時があり、側で聞いているといつも笑えます。なんて自閉的！自閉症のお子さんに伝える時のコツが学べるなあ〜と感心しながら聞いています。抽象的な尋ね方はアウトです。具体的に端的に一つひとつ確認しながら話を進める。ただ、グーグーは「お役に立てなくてすみません」と謝ってくれるので、「まあ、しょうがないか」と優しい気持ちになれます。そしてパニックにならないので根気さえあればやり取りが可能です。自閉症のお子さんはパニッ

クになるのでやり取りを中断しなければなりません。パニックが早く治まるようにと関われは関わるほど長引きます。見聞きしているこちらの方がパニックになりそうです。パニックが治まったとほっとする間もなく、前のやり取りの再開が突然、こちらが予期しない時に始まります。「え?! 今、それ? そこ?」と一瞬フリーズしますが、気持ちをフル回転で立て直し、その子に合わせていく能力が要求されます。はあ〜…なんて疲れる…我が子を愛おしいと思えば思うほど、しんどさは大きく深くなります。

そんなお子さんの様子を笑い飛ばし楽しんでいるママたちのグループがあります。ママたちとお話すると笑いが止まらずパワーがもらえます。小話を聞いているより面白い子どもネタ満載です。ホントに素敵なママたちだなあ〜と思います。辛く悩んだ時期ももちろんあったし、今だって「どうしたもんだろ?」と困り果てる日々もあるでしょう。でも、一緒に気持ちを共有できるママ友がいて、難しい子育てを日々頑張っている自分を褒めてあげられる気持ちのゆとりがある。そしてお酒? お子さんが大きくなるとママ友と疎遠になる傾向がありますが、やっぱり、気持ちを共有できるママ友は大切です。

ままのりあはお子さんだけでなく、ママのための事業所です。ママたちが主役で楽しめるように願っています。1月24日(木)児童発達支援で通っているママたちの「おでんパーティー」を開催します。美味しい物を食べて日頃のストレスを発散しましょう。お待ちしております。3学期も新学期に向けてさまざまなことを考えていく時期です。いつでも相談して下さいね。2月に入ってからモニタリングをさせて頂きます。ご協力、よろしくお願い致します。ますます寒くなりインフルエンザ等も流行り出します。心も身体も大切に♡

ひでみ



ままのりあ

〒252-0324  
相模原市南区相武台1-21-5  
電話 046-244-4537  
FAX 046-244-4538