

そのままできーよ

101エーカーの森



えじそんくらぶ札幌ADHDの会ーよ

E MAIL: e.iyo2001@yahoo.co.jp

ブログサイトURL「101エーカーの森」

パソコン: <http://blogs.yahoo.co.jp/e.iyo2001>

携帯: <http://blogs.mobile.yahoo.co.jp/p/blog/myblog/mytop?bid=e.iyo2001>

## 「いーよ」とは??

---

えじそんくらぶ札幌ADHDの会「いーよ」は・・・・・・・・

「いーよ」は、NPO法人えじそんくらぶの北海道在住会員が中心となりADHDの正しい理解の促進と関係者を支援するため2001年3月発足しました。

ADHDなどの発達障害が、「しつけの問題」・親の「愛情不足」・「性格」のせいなど、間違った知識や無理解によって傷つけられた親や関係者たちの心を元気にし、ストレス発散と癒しの場としてという活動が軸となっています。その軸を中心として、同じ悩みを持つ仲間と意見・情報交換をしながら自分たちの経験をいかし、様々な方面に働きかけ支援の輪を広げ、そして疲れたり落ち込んだ時には安心して帰ってこられる居場所として一緒に活動しています。

今回は、会員限定で発行しているいーよ通信をほんの少しだけ覗いていただこうと思います。この先を読んでみたいなと思った方はどうぞご連絡くださいね。



## 目次

- ・いーよ通信の名前について
- ・活動報告と活動予定
- ・3つの提案
- ・連絡
- ・うちの子の自慢
- ・親業セミナーの感想



## いーよ通信の名前について

皆さんご存知のディズニーアニメ「クマのプーさん」が住んでいるところは「100エーカーの森」。

そこはプーさんとイーヨたち、個性豊かな仲間と一緒に暮らしています。

札幌の「いーよ」たちは、もっと個性的で元気な仲間だから、100エーカーよりちょっと広い「101エーカーの森」に住むことにしました。

ここで思いっきりのびのびと過ごして「いーよ」。

## 目次

- ・みんな意識改革　できるかな？
- ・活動報告
- ・総会のご案内
- ・相談役のご紹介
- ・審議、連絡事項について
- ・札幌で指導者養成講座開催！
- ・6月にはNHKフォーラム開催！活動予定
- ・新刊紹介
- ・ハミダシ情報

## 目次

- ・NHK障害福祉フォーラム報告
- ・参加者の感想から
- ・フォーラム裏話
- ・「いーよ」ボランティアのお二人をご紹介します
- ・活動報告、活動予定
- ・会員名簿と会費
- ・洞爺農園へ行こう！
- ・新刊紹介
- ・北高放送部の活動
- ・アメリカ弁護士の講演会！
- ・役員変更のお知らせ
- ・ひとりごと

## フォーラム裏話

実は、アンケートで一番多かったのは、「時間が足りない」「スライドが小さくて見えない」「照明が暗すぎる」「会場が寒い」などでした。必死でやっていたスタッフを代表して言いわけを……

会場下見はしましたが、他団体が使用中だったので、照明やスライドまでは確認できなかったは反省です。すみません。会場が寒いと言われ、何回設定温度の変更をお願いしに行ったことか……。

照明が暗く先生方も原稿が読めないと言うので、急きょ警備の方から懐中電灯をお借りしたり、それでも足りなくてコンビニに買いに走ったり……。話し出したら止まらない先生方に時間を知らせるためにタイムキーパーをつけて「3分前」「1分前」「1分過ぎ」「3分過ぎ」という紙を見せるのですが、暗くて見えないので、ライターで決死の覚悟で明るくしたり……。

~~~~以下「フォーラム裏話」内容は省略させていただきます~~~~

## 目次

- ・ごあいさつ
- ・収穫祭に参加して(会員投稿)
- ・収穫祭に参加して(会員子ども投稿)
- ・特別支援教育と支援方法について
- ・講演会の案内
- ・今後の予定
- ・お知らせ
- ・報告
- ・ひとりごと



## 今後の予定から……「おいしいもの作ろう！」

北大の先生方、学生さんと一緒に、お料理作りに挑戦します。  
先生方やボラさんに助けをもらいながら、メニュー作りから材料の  
調達・調理と、すべて子どもたちで考え、調理します。さてさてどんな  
ものができあがるか、試食タイムも楽しみです！！

～～以下略～～

## 目次

- ・ごあいさつ
- ・今年も収穫祭に参加させていただきました！
- ・DVと発達障害支援(精神科医の先生からの寄稿)
- ・講演会の案内
- ・相談コーナー
- ・特別支援教育を具体化するために
- ・札幌市精神療育講座
- ・今後の予定
- ・お知らせ
- ・お礼(会員のお子さんからの投稿)
- ・そのいろいろ

## 今後の予定から……「いーよ」子どもレク！

ボランティアのお兄さん、お姉さんたちと、楽しく工作やゲームをして遊びませんか？

ゴム風船で作る「むにゅむにゅくん」は、子どもから大人まで楽しめる、癒し系マスコットです。

ぜひ遊びに来てくださいね。

## 目次

- ・代表挨拶
- ・今年度とこれからの「いーよ」
- ・会計からのお知らせ
- ・今の「いーよ」を覗いてみよう
- ・「カラフルブレインアートフェス～発達障害の世界～」を終えて
- ・中2男子4人が集まると……？(会員投稿)
- ・子どもたちからもらう小さなゆとりの気持ち(会員投稿)
- ・津富先生のお話を聞いてきました(会員投稿)
- ・会員さん情報
- ・活動予定

## 中2男子4人が集まると……？

この夏、中学生男子4人と男性ボラさんで夕食会をしました。

中学生というちょっと難しい時期に殆ど初顔合わせ状態での食事はどうなるの？とひやひやしながらもわくわくする親たちは、少し離れた席でミニ定例会(?)をしながら食事をしていました。どんな話をしているのか、どんな表情なのか、親たちの席からは伺うことはなかなかできません。家に帰ってから子どもから少しだけ聞いた話から何となく雰囲気想像することとなるのでした。

自分の苦手なところが他の子には超得意な様子だったりするとちょっと面白くないこともあるのですね。でも、それも自分でちゃんと言葉で表すことができたり、普段とちょっとだけ違う子どもの姿も垣間見られたようです。

(編集あり)



## 目次

- ・21年度を終えて(代表挨拶)
- ・21年度の報告から
- ・22年度会計について
- ・絵本が回覧されています
- ・相談室ぽらりすの山本彩さんからのプレゼント
- ・高山さんが来ましたよ！
- ・発達障がい児(者)支援を考える道民フォーラムが開催されました
- ・お試し企画～cafe de女子会～(ボラさん寄稿)
- ・cafe de女子会感想(会員お子さん参加者投稿)
- ・年度末、年度始めの始めのほんのちょっぴりのひと工夫
- ・セミナー参加報告(会員投稿)
- ・札幌市ネットワーク部会に参加して
- ・北海道の会議ってな～～に？
- ・もうすぐ定期総会♪
- ・これからの活動のお知らせ

## 高山さんが来ましたよ！

3月の定例会は来札したえじそんくらぶ高山代表とのランチ定例会でした。

高山さんから元気を沢山もらって、みんなでいい時間を持てましたね。新年度もまた高山さんに定例会に参加してもらいパワーの花を咲かせましょう。この時の様子は、参加した会員さんに聞いてみてくださいね。

## 目次

- ・記録的な暑さでした
- ・ストレスマネジメント講座のお知らせ
- ・家庭学習応援します(会員投稿)
- ・えじそんくらぶ高山恵子代表個別カウンセリング
- ・医療機関のエピソード(会員からのアンケート集計)
- ・夏休み子どもたちの勉強会やりました！
- ・NHKハートフォーラムのお知らせ
- ・学びの手帳を使って(会員投稿)
- ・10月は毎年恒例のアートフェスです
- ・高山さんからのおみやげです♪
- ・我流母つぶやき日記(会員連載投稿)
- ・これからの活動予定



### 子どもたちの勉強会やりました夏休み！

この夏休み、前回お知らせしたように初めて「子どもたちの勉強会」をやってみました。四名の方が先生役を引き受けてくれ、小学二年生から中学三年生の4名の子供達それぞれが、誰にも否定される事の無い温かい空気が流れる時間の中で過ごし、学習意欲と達成感をその表情からも感じたので、いーよ初の勉強会としては大成功！！と言えると思います。その間、親御さん達には別の場所でおしゃべりをしながら、この暑さとお子さんとの夏休みのお疲れの中、リフレッシュタイムとして過ごして頂いて親子共にとても良い時間を過ごせたのではないのでしょうか。また冬休みに第二段が出来たら楽しいですね。さて、今回先生役だった4名は、外部講師として来てくださった方や、会員さんのお子さんで現役大学生もいました。次回、行うときには「うちの子、大学生なんだけど・・・」という方がいたら、どうぞアルバイトを申し出てみてください。小学生や中学生のお手伝いをする機会もいいかもしれませんね。

～～～以下省略～～～

「いーよ」はこういうことしてます

---

## 札幌ADHDの会いーよの活動内容

- ・定例会の開催(月1回程度)
  - ・講演会・勉強会または相談会などを年数回開催予定
  - ・「いーよ通信」の配布・会員への連絡メール
  - ・道内外関連団体・専門家とお連携、協力(JDDネット北海道に加盟しています)
  - ・その他、会員のニーズに合わせて企画
- ※開催日など詳細はブログ(101エーカーの森)でご確認ください

パソコン：[http://blogs.yahoo.co.jp/e\\_iyo2001](http://blogs.yahoo.co.jp/e_iyo2001)

携帯：<http://blogs.mobile.yahoo.co.jp/p/blog/>

[myblog/mytop?bid=e\\_iyo2001](http://myblog/mytop?bid=e_iyo2001)

札幌ADHDの会いーよへの入会方法



## 札幌ADHDの会「いーよ」への入会方法

①「NPO法人えじそんくらぶ」への入会手続を済ませる(えじそんくらぶについては右ページ参照)

②会員証到着後、「いーよ」へ入会申込をする

件名:『入会申し込み』とし、下記項目をメールで  
e\_iyo2001@yahoo.co.jp宛までお知らせ下さい。

えじそんくらぶの会員番号・お名前(ふりがな)・郵便番号・住所・電話番号・発達障害のある、あるいは傾向、疑いのあるお子さんの生年月日と所属(小学校〇年など)・その方の診断名

③入会金・年会費を入金

振込先:北洋銀行 八軒支店

口座:普通預金 0364672

受取人名:えじそんくらぶ札幌ADHDの会「いーよ」

依頼人名には、会員の氏名に続き、えじそんくらぶ会員番号を打ち込んで下さい。

振込み金額:2000円(入会金1000円+年会費1000円)手数料は各自ご負担下さい。

## NPO法人えじそんくらぶについて

「NPO法人えじそんくらぶ」は、注意欠陥多動性障害(以下ADHD)の正しい理解の普及と、ADHDを持つ人々を支援し、ADHDを障害としてクローズアップするのではなく、豊かな個性の一つとして長所を伸ばし、弱点を克服できるよう支援する団体です。

代表:高山恵子

事務局:〒358-0003 埼玉県入間市豊岡1-1-1-924

FAX:04-2962-8633

Email:info@e-club.jp

HP:http://www.e-club.jp

「ふれあい囲碁7」は、人と人、心と心がつながるゲーム「ふれあい囲碁」から生まれた、えじそんくらぶバージョンです。(7路盤で視覚障害者対応、カラフルなのが特徴です)AERA KIDS 10月号(2010年9月18日発売)で紹介されました。

ルールは一つ、「囲めば取れる」です。簡単なルールなので、小さい子どもから大人まで、その場ですぐにプレイすることができます。けれど奥が深いので、よく考えないと、指導していた大人が小さい子どもに負けたりもします。発達障害の子どもにより使いやすいように、「ふれあい囲碁」の発案者である囲碁棋士の安田泰敏九段監修のもと、えじそんくらぶ版として「ふれあい囲碁7」を考案いたしました。

「ふれあい囲碁7」は、一般的に「ふれあい囲碁」で利用される9路盤より小さい7路盤にしました。そして、碁石は、立体的な花形のカラフルなコマで、手で触っただけでも区別がつくものにし、碁盤は、草原のイメージでつくったグリーンのパットで点字解説が付いており、コマは穴に埋め込むようになっています。さらに、このゲーム板では、4目並べやはさみ将棋もできます。

ルールはシンプルですが、空間認知や先を読む力、全体を見る力、相手のペースに合わせる力などがつきます。古典的な日本の遊びは、総合的に考える力を育み創造性を広げます。

えじそんくらぶHPでご購入いただくことができますが、札幌ADHDの会「いーよ」にも在庫分がありますのでお問い合わせください。





イラスト： 井上ナタリー

発行元： えじそんくらぶ札幌ADHDの会ーよ

本書の著作権は、えじそんくらぶ札幌ADHDの会ーよに帰属します。

この小冊子は赤い羽根共同募金の

ご協力で発行したものです

