

## 小学校高学年や中学生の居場所を探しています



学校から、子どもの歩く速さで5分程度の場所で発達障がいや事情により児童センターや自宅で過ごせない子や課題のある子の勉強や放課後過ごせる居場所を探しています。また、不登校のお子さんたちのサポートも将来行えたらと思っています。一緒に考えていただける仲間も同時に募集いたします。まずは、実施するのは数年後の予定です。一緒に考えてもいいよという方がいらっしやいましたら、たとキッズあおき 飯島までご連絡ください。まだまだ、スタートしていませんので絶賛募集中です。

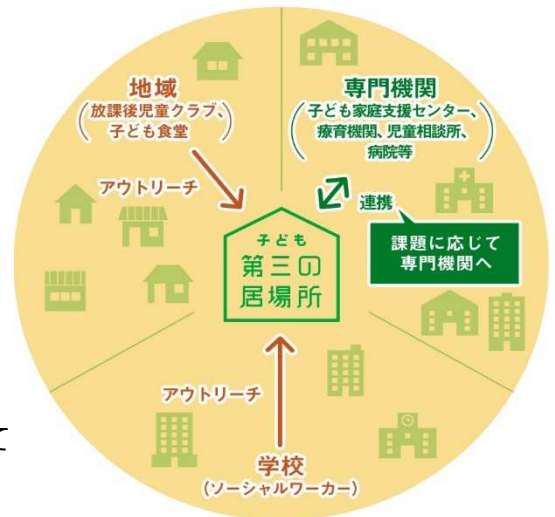
### コラム ～ 第3の居場所って知っていますか？ ～

「第3の居場所って？」と思われる方が多いと思います。これは、日本財団が中心となって日本中で現在拡大している、新しい過ごし場所です。主な事業内容はこんな感じです。

- 安心して過ごせる場所
- 健康を支える食事
- 正しい生活リズム
- 学習サポート
- 体験活動・地域とのつながり
- 保護者へのフォロー

となっていますが、全てを実施するわけではなく、この中から体制が作れるものを実施したり、専門機関と連携をしていながら地域で生活する子ども達を守っていく場所です。近い場所だと、佐久市や御代田町に運営している団体があります。どこの居場所も、学校が終わった後の過ごし場所として多くの子どもが利用しています。

誰一人取り残さない地域子育てコミュニティ



現在、日本中で小中学生の夕方から夜にかけての過ごす場所や、夕飯を一人で食べる子、不登校の子のためのフリースクールなどが大きな課題になっています。

日本財団などはこの問題を大きく取り上げ、スタートアップの支援を3年間ですが実施してくれています。スタートしたら3年以内に軌道に乗せていく必要はあるのですが、とても強いサポート体制です。

実は、ここしばらく ↑ で募集しているのは、この支援を使った仕組みを作りたく、仲間を募集しているところです。気まぐれで実施する子ども食堂ではなく、安心していつでも使える子ども食堂、フリースペースなどが特に青木村の場合は不登校のお子さんや中学生に必要です。障がいがあるからではなく、これは障がい云々ではなく健常のお子さんも抱えている問題です。ただ、これを実現するには地元のみなさんの協力が必須です。

ご協力頂ける人がいたら、これからも募集しています。

今回は、「みらいチケット」に触れてみたいと思っています。(変わるかもしれませんが)

裏面も読んでいただき、何かお子さんに不安や心配事などがありましたら、村の保健師や教育委員会、たとキッズあおきまで、ご相談いただければ対応いたします。

## たとキッズあおき (NPO法人たと。)

TEL 0268-75-6789

青木村田沢3075-1

■開所時間 9:00-17:00  
■定休日 土日祝日

NPO法人たと



# あなたの知らない発達障がいの世界

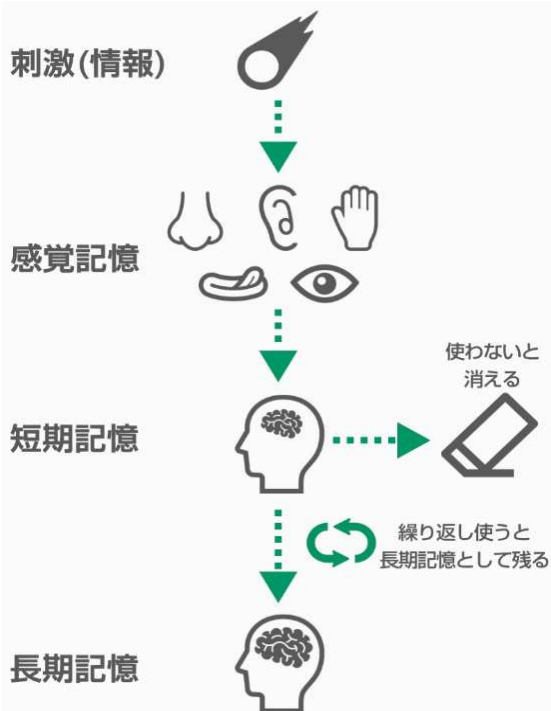
2023.09

## 「なんで忘れちゃうの？」に答えます

みなさんは、普段、物忘れをしてしまうことや、「あれ？今何しようと思っていたんだっけ？」なんて経験はありませんか？いわゆる物忘れというものは、誰にでも当たり前のようであることで、特別なことではありません。

でも、なぜそんな事が起きてしまうのか考えた事はありますか？

人の名前や、メモした電話番号を忘れてしまった。これは、脳の機能が関係していると思うでしょう。でも、実は行動を忘れてしまうことも脳の機能と大きく関係しています。（ここでは、認知症や脳の病気などにより記憶が維持できない方ではない場合のことをお伝えしていきます。）



参照先：アヒルちゃんねる  
<https://www.health-soul.net/>

記憶の分類は、簡単に分けて3つあります。

感覚記憶は、いわゆる5感で感じた情報を記憶しておく部分です。「ザラザラ、すべすべ」「臭い、良い匂い」「うるさい、静か」などです。

次に、短期記憶ですがこれは一時的に記憶しておくための部分です。

例えば「電話をかけるために電話番号を一瞬だけ覚える」

最後に、長期記憶です。これは、思い出や一般的に記憶と呼ばれている事が多く、みなさんが「記憶」と聞くと頭の中でイメージするのはここに関する内容ではないでしょうか。

発達障がいの多くの方に見られる特徴として、この中の短期記憶に苦手さがある場合があります。

では、短期記憶に苦手さがあるとどんな事が起きるのでしょうか？短期記憶が苦手な場合、なかなか覚えて欲しい事が覚えられなかったり、2, 3回繰り返せば覚えてしまうような事も、何度も繰り返さなければならなかったり、さっき伝えた事を忘れてしまったり、「あの人は物覚えが悪い」なんて言われたりすることもあります。直接的には発達障がいとは関係なく、みなさんの中でも覚えるのが苦手な方もいらっしゃると思いますが、発達障がいの方に多くみられるため、発達障がい=覚えが悪いなんて言われる事も多々あります。

また、短期記憶に似た種類で作動記憶と呼ばれるものもあり、発達検査の中では「ワーキングメモリー」と呼ばれているものがあります。

これは、例えば頭の中で『トイレに行きたい』と思ったとします。トイレに向かっている最中に友だちに話しかけられ少し話をしたとします。本来であれば、話が終わったら再びトイレに向かうのですが、このワーキングメモリーに苦手さがあると、トイレに行く事を忘れてしまう事があります。冒頭の物忘れは実はこれはワーキングメモリーが関わっているのです。みなさんにも起きる現象ではあるのですが、この状態が比較的、多く現れる方がいらっしゃいます。短期記憶やワーキングメモリー（作動記憶）は、ある程度練習をすることで向上させたり、維持することもできます。（当然、限界はありますが）そもそも脳の働きに課題があり向上・維持することが難しいかたもいらっしゃいますので、そんな時は補助的にメモや絵・写真などのカードを代わりに使ったり、最近では、IoT 技術を使いメールや SNS などでは忘れないように事前に知らせてもらったりする方法もあります。



他にも、色々な事が気になってどんどん話が変わってしまったり、次にやらなければならない行動に移れない方も同じ用に、ワーキングメモリーに苦手さため、次々入ってくる情報が優先されてしまい、本来やるべき事を忘れてしまったり、積まれていく書類を上から確認していくように、本来やるべき行動などが埋もれて行ってしまうことがあります。そんな時は、その方が気になる情報源を整理してあげることで、一つひとつの行動に取り組んでいくことが容易になってきます。音が気になる方だったら、音の情報を減らす、目から入る情報の場合は、周りが気にならないような状況を作るなどすることで改善されます。

みなさんの周りに「あれ？」と思われる方がいたとしたら、イライラせずにその方に適切な配慮をしていただきながら関わっていただけたらと思います。