

みやの森通信



発達凸凹向けフリーペーパー 第39号:2025年05月08日発行 編集長:家森 謙
 Ponteとやま(みやの森カフェ) 富山県砺波市宮森303 電話:0763-77-3733
 メール:mিয়ানomori.ponte@gmail.com

Ponteとやま facebook 検索



Birthday!

99歳 つれづれエッセイ vor22

我が人生論

新聞にあなたの最後どう迎えますかの問いかけて人生会議について書かれていた。人生の最終段階を家族達と会議して意識を共有する事が大切であると述べている。人生会議、あまり聞き慣れない言葉であるがこの言葉に出会うのは二度目である。最初は江畑さんの講話である。難聴のため完全には理解出来なかったが、考えるよすがになった。

参加者は私を除いて人生最盛期の人ばかりで参加した目的は察するに家族など身近の高齢者としてどう付き合えば良いのか、介護に役立つかも、まあ話だけでも聴いておこうかなど様々であろう。参加者の発言もあったが私は聞き取れなかった。

私の参加の目的は少し違う。当事者としていかに死を迎えるかに関心があり、なにかヒントがあればと思ったからである。今の時代、死は暮らしの中で遠ざけられている。思うに戦後大家族制度が崩壊し核家族が常態になったのも一因であろう。昔は祖父母と孫達が同居し、彼等も高齢者の終焉にも立ち会う。そのため死は暮らしの中に同化され、家の様々な情報、例えば介護や、葬儀など宗教的な行事を共有し受け継がれてきたものである。

話しは変わるが私は今年も遅咲きの桜を楽しむ機会を得た。その折お花見もこれが最後だなといったら聞いた人はどう答えれば良いのか困っていた。今のところ私も歳相応な体の故障はあるものの重篤な病は自覚していない。しかし目の前に百歳の壁が立ちはだかるので思わず来年の桜はなどと言う言葉がポロッと出て人を困らせる。高齢者の死因が3人に2人は癌ということなので私とて癌に全く縁がないとは言い切れない。思うに老衰に伴う死と癌による死亡があこの世の入り口までどちらが先に行き着くか、多分癌死は老衰死に勝てないだろう。だから痛みさえ軽減してもらえればあまり癌を気にすることはない。死は人にとって不可解な問題だが不可避である。もうすこし話したいが時間切れ、後は次回に譲ろう。

伊藤博芳 (みやの森カフェのお父さん)

みやの森通信 バックナンバーはこちらから

みやの森通信

検索



ホームページはこちらから

Ponteとやま

検索



なっちゃんの山紀行 白馬岳一泊二日が二泊三日になった山旅 その3

ト ムラウシ山遭難事故を彷彿とさせる暴風雨で下山を諦め、一泊延長して白馬山荘に一日停滞し、三日目です。

朝からドーンと快晴！眩しい朝日！良かった！昨山下山を諦めて本当に良かった…！山荘からは凛々しく聳り立つ劔岳が見えました。いつも富山から眺めている姿の裏側です。左右逆でもあるので一見して劔岳とはわからず、「??槍ヶ岳??」などとすっとぼけた事を呟いてしまいました。劔岳様槍ヶ岳様ごめんなさい。

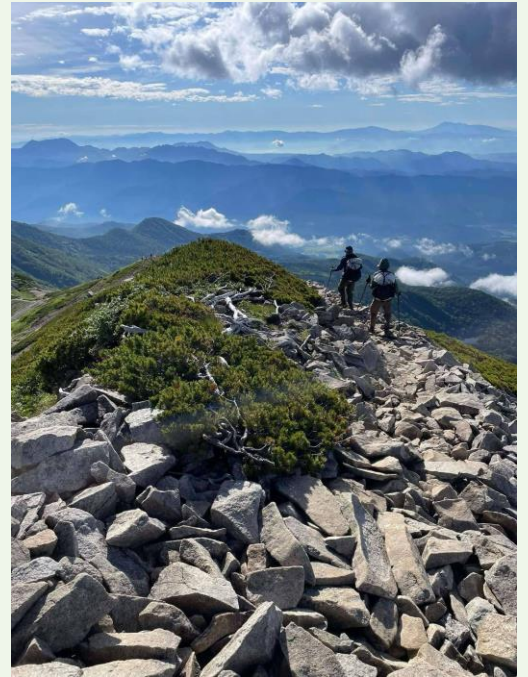
さて。青空の下、白馬山荘を出発です。眩しい空、光の中に伸びる白馬岳の稜線。天上の散歩道です。遠く見える下界は、日本海から大町の街並み、そのまた雲の向こうには何と！富士山です。登山中に富士山を見たのは初めてだったので（雄山山頂からも見た事が無い）、思った以上に感動しました。生まれた時から立山連峰を眺めて育ったので、立山連峰及び北アルプスが世界で一番だと思い込んでおり、富士山にはさほど興味が無かった人生でしたが、白馬の稜線からいつ見てもずっと見えていた富士山は、この山旅のご褒美のような気がしてうれしかったです。

小蓮華岳のピークに到着した時、小さなお地蔵さんを発見。たおやかな姿の朝日岳を背景にして、風雪に耐えながら地味にひっそりと佇む姿にしばし感動。気が付いたら手を合わせて拝んでおりました。

稜線を歩きながら何度も振り返っては、白馬岳や五竜岳の格好良い姿を眺め、また来るからね！と語りかけました。体力つけましようね。

白馬大池山荘に到着。相変わらずの賑わい。中でも目立ったのが中学生の団体様。青春を謳歌中でした。有り余る体力を持て余し、かけっこする男子（白馬大池到着時点で結構な疲労がある筈なのに…）。余念なく虫除けスプレーをかけまくりながらキャア！虫！と大騒ぎな女子。行動食のおかきをボリボリ食べながら、この眩しい青春の輝きを眺めさせてもらいました。

白馬大池から先は樹林帯になります。昨日は滝だったであろうぬかるみの登山道を歩く歩く。暴風雨の中での吹きさらしの稜線歩きも怖いですが、樹林帯の滝の道をザブザブズルズル歩くのも辛い。転倒リスクも爆上がりますし。やっぱり登山は臆病な方がいいよなあ、としみじみ思っていたら、いつの間にか梅池自然園にゴールしてました。学びありご褒美あり、今回もてんこ盛りな山旅でした。



天上の散歩道



小蓮華岳のお地蔵さん



ちょっと見えにくいですが
右上に薄〜く富士山、
眼下に広がる大町



格好良い
白馬岳



今年も素敵なスタッフと 美味しいランチ&スイーツでがんばります！！

by 加藤愛理子

スイーツとパン担当スタッフ



銀次(わんちゃん)ママ
お菓子作りは楽しいです。
食べてもらえて
お菓子屋さん遊びみたい♡



SHIEZO
主に調理をしています。
何でもおいしいみやの森ランチ！
特に好きなのは
グラタンと肉じゃが。
いろんなことをやりたいです



るり
木金土のcaféのスタッフ兼
ケーキやクッキーを
作っています。週替わりで
いろんなケーキがあるので
ぜひ食べに来てください！



順子
卵・牛乳・バターを使わない
健康志向のパンを焼いて
います。愛情込めて焼いて
いるので、皆さん、
食べてみてください

日和 ロールケーキや最近ではキッシュも焼いています。イラストも描いています



カフェスタッフ

恭子
おいしい！たのしい
おもしろい！が
いっぱい
みやの森カフェ。
ぜひお越し下さい

ヨシオ
とても明るい場所です。
ぜひいらしてください。

mami
作っているより
しゃべってます☺

かわいい
お客さんも
いっしょ



智恵
みやの森カフェの人や
おいしいものに魅せられて
スタッフになりました。
こどもと遊ぶことや折り紙が
大好きです！

Riri
週一回カフェで働いています。
いろいろお客様が
足を運んでくださり、
楽しいです。

空色エンドロール

水縹 翠
みはなだ すい

第四回：祭りの灯

神社に戻った頃には、空が暗くなり始めていた。焼けるような夕暮れの朱色と、夏の宵特有の紫色が、水彩画のように淡く溶け合っている。

「濡、スマホ出しといてもいい？」

入口で囁くようにそう言うと、濡は理由を察したのか、うんと言ってくれた。ここから先は人目がある。そんな中で憑依した濡と話しても、傍から見たら独り言にしか見えない。通話のフリで誤魔化そうという魂胆だった。

『嬉しい。私、お祭りに入れるんだね』

濡の声に、何も言えなかった。生前の濡は、お祭りに入れなかった。

濡を嫌う同級生が来ていたせいだけでなく、地元の大人が『よそもの』と拒んだのもあった。

「やっと、だね」

それだけ呟き、私は鳥居を潜った。

「気になる屋台、ある？」

『なら、金魚すくいはどう？』

その声に頷くと、私は一際明るい屋台の行列に並んだ。私は不器用な方だが、濡がいるなら百人力である。そうして行列の先を見た、その時だった。

『あれ、あの子……』

ふと濡の声が響いた。それにつられて、金魚すくいに興じる浴衣姿の少女達を見て、思わず息をのんだ。

『相変わらず、元気そうだね』

悲しみに満ちた濡の声に、ため息しか出なかった。忘れもしない、憎き顔。濡を執拗に攻撃してきた嘗ての同級生であった。濡を酷い目に遭わせておいて、奴らはのうのうと楽しそうにお祭りを堪能していた。きっと、濡のことなど忘れていだろう。無情だがそういうものである。

友達との青春の夏を彩る、祭りの灯。しかし、灯りが照らしたのは、残酷な現実であった。思い描いた青春は、灯りの向こう側で揺らめく。やはり、遠い。それでも。そう思い、行列の先頭に立った時だった。

「あれ、凧ちゃんか？」

私を見て店主が目を丸くした。一方の私は、心臓が止まりかけていた。彼は漁師であり『三年前』を知っている。

「あれから三年か」

濡の事故は『ただの事故』ではない。

「ほら、凧ちゃんが溺れた事故から」

私のせいで、濡は命を落とした。

空色エンドロール第一回～第三回

(みやの森通信第36-38号)はこちらから→

みやの森通信

検索 🔍



認知症の方と家族の遊び場『フレンズ』交流会inみやの森

4月10日、やっと春を感じられるようになったこの日、フレンズ「認知症の方と家族の遊び場」の皆さんが、カフェでランチと音楽交流を楽しんでくれました。

11時からにぎやかにミュージックタイム。キーボードを弾く方や伏木のセキアベースのウクレレ仲間（みやの森カフェの恭子さんも入っている！）の皆さんも参加して、いろいろな音が楽しめる時間となりました。今年5月で99歳になる父もハーモニカで参加。皆さんの歌声や笑い声がカフェの中に響いていました。私はまだ調理中でしたが、心はルンルンと「春が来た！」気分。昨年も開催したこのランチ会…おそらく皆さん、日々大変な思いもされていると思いますが、仲間がいることでつながって今を楽しんでいる。逆に大変なだけに信頼して心許せる仲間と出会えているのかもしれないと思います。介護されている人も介護している人もどちらでもない人も、そして偶然来店した人も仲間に入ってみんな笑顔になっている。偶然来た人からは、「とっても楽しかった。またやるときには教えてください」と言われました。

今回のランチのメニューは鶏肉と長芋の米粉豆乳グラタン、間引きした大根菜のよごし、コゴミのてんぷらなど春を感じていただけるようにしました。ブルーベリーの手作りチーズケーキを少しずつ味わってくれている方もいました。

「妻が歩けるうちは来ますね」と言われましたが、車いすも入れます。皆さんの笑顔を見たいからまた来てくださいね。スタッフ一同頑張っておいしいランチやスイーツをご用意します。



いただいたもの 及び Ponteとやま(みやの森カフェ)お仕事一覧 2025年4月

【いただいたもの】菓子・野菜・パン・ドリンク・ティッシュペーパー

- 4月21日：虹のラジオ・大谷製鉄（富山シティエフエムラジオ）収録（加藤）
- 4月12日・26日：高岡朝市出店
- 5月 3日：14：26～14：56 森のごちそう（KNB）再放送



みなさまのご厚意に
心から感謝いたします!

本当本当に **広告募集。** みやの森カフェに居る加藤へ直接お話いただくか、
0763-77-3733(みやの森カフェ)、miyanomori.ponte@gmail.com へそろそろ連絡を

募集中!

みやの森Port@Libero

毎週金曜日は…Ponteとやま子育てサポートセンター

昨年度4月、シェアハウスみやの森Liberoにてスタートした、赤ちゃんから未就学の子どもたちとママやパパのための居場所『みやの森Port』。毎週金曜日の定期開催のほか、日曜日に開催したり、専門家を招いての学習会も行いました。

2月には、「こどものことば」と題して、言語聴覚士（ST）の遠藤聖子さんに講演いただきました。遠藤さんは、STとして恵光学園（巡回相談・放課後等デイサービス）スタッフ、富山市・立山町・上市町の発達相談、射水市幼児ことばの教室、上市町ことばの教室講師として活躍中であり、3人のお子さんのママでもあります。

子育てにおいて、親（大人）の多くは、「ことば」の発達にとらわれがちですが、「ことば」は「話しことば」をイメージしていることが多いものです。ではその「話しことば」ってそもそもどうやって発達していくのかな？子どもとのやりとりって「話しことば」がすべてなのかな？という基本から、かかわりにくさを感じる子どもとの「やりとりのコツ」といった具体的なお話も聞かせていただきました。

「うちの子ちょっと気になる」と感じたり、園や学校でわが子について何かしら指摘されたりしたとき、こどもをどう理解するか、こどもにどうかかわればよいか…親は悩むもの。ひとり悩むと、不安は益々募るばかり。こどもとの「今」を楽しむためにも、こどもの「見方」をちょこっと変えて、こどもの「味方」になることで、こどもも大人もラクになり、楽しくなる…子育て真っ最中でもある遠藤さんのお話にはそんなヒントがたくさんありました。

みやの森PORTは、今年度も、毎週金曜日にシェアハウスでの定期開催に加えて、日曜PORTや、「ことば・からだ・遊び・運動」など様々な視点からの「こどもの発達」についての学習会や講座を企画・実施していきます。また、砺波市を飛び出しての『出張PORT』も予定しています。子育て奮闘中というママやパパ、おばあちゃんやおじいちゃんたちも、お子さんと一緒に遊びに来てくださるといいなと思っています。毎日の育児にちょっと疲れたときはぜひひとやすみを。田舎のおばあちゃんちに遊びに行く感覚でのんびりしにいらしてください。

また、子どもの成長や発達がちょっと気になるとき、子育てに自信がなかったり不安や悩みがあるとき、そして、そんな不安や悩みをどこに誰に相談したらいいのかわからないというときにも…一人で抱え込まずにぜひ気軽にいらしてください。

公認心理師、社会福祉士、保育士が常駐し、みなさんの不安や悩みの相談に応じます。サービスドッグ“ジンジャー”もみなさんをお待ちしています。

本年度も、砺波市まちづくり協働事業の助成により、砺波市在住のかたは一日利用料無料です。（他市町村在住の方は300円）





子どもたちに「学ぶ」楽しさを！ ICTを活用した学習サポート



学びプラネット合同会社HP

Ponteとやま 子ども支援部門では、2014年に設立以来、様々な学びにくさのある子どもたちを対象とした学習サポート事業「花まるビーム」に継続して取り組んできました。丁寧なアセスメントの後、子どもたち一人一人の状態に合わせて学習内容や学習方法を工夫しながら進めてきました。昨年度より、「読み書きの苦手さ」にフォーカスし、より子どもたちが学びやすい環境を作るにはどうしたらよいかという視点から、学びプラネット合同会社（読み書きに苦手さがある子どもたちへのICTを活用したプログラムを開発し、講演やワークショップを実施 [https://manabiplanet.com/ 右上QRコード有]）とパートナー契約を結び、「遊びながら学ぶ」「タブレットを筆記用具にする」がコンセプトのICTプログラム「まなプラキッズ」に取り組むとともに、学習サポートの指導場面においても活用しています。

ICTを活用した学習サポートの主担当であるユウジ先生とナオキ先生は、今年も、より楽しく、面白く、そして「わかった!」「できた!」を感じる学習の場の設定に燃えています。

『フリースタイルスクール』や『学習サポート』のスタッフをしています。いろいろなタイプの子に出会います。例えば、動物や虫などに興味があるけれど、そのことについて書いてある図鑑や本を勧められても開くことさえ拒否する子。絵を描く事が好きだけれど、描いているのを見られたくなくて人前では描かない子。プリント学習だと集中が5分も続かない子…。

昨年度から学びプラネット合同会社と『まなプラキッズプログラム』のプログラムパートナー契約を結び、小学生を対象に、『デジタルシーカーコース』を開始しました。

何をやるのかわからないため、はじめはげげんそうにしていた子ども、継続して参加する中で、「これは面白い!」「タブレットを使うことが自分には合っている」感じたようでした。どの子ども、意欲的かつ活動に積極的になっていきました。また『学習サポート』でもICTを活用することで意欲的に学ぶようになった子どもたちもいました。

しかし、子どもによってはタブレットがよい場面と、紙やペンを使った方がよい場面があり、ICTが全てを変えてくれるわけではないとも感じます。また、子どもとの「対話」や個々に適した環境を整えることがかかわる大人としての大切な役割だとも気づきました。(ユウジ)



時折、子どもたちから「学校の勉強って必要なん?大人になっても使わんやん」という問いが来ます。確かに枕草子や三角関数を知らなくても困らない(気がする)一方で、三角関数は身の回りに溢れているし役に立っている人はいます。なので「使わないね～」とか言いながら「勉強の仕方を知るのが大事なんじゃないかな～」という話をします。

勉強の活かし方が人それぞれならば、学び方も人それぞれでいいと思います。実際に、文字の読み上げや、音声認識、画像取り込みなど、タブレット端末の機能を使って子どもたちと勉強をしています。すると、「見やすい、書きやすい、便利」だったり「紙の教材の方が好き、書きづらい、難しい」など様々な感想が出てきます。タブレット端末で全ての困難が解消されることはありませんが、文房具の1つとして使ってみると表現の幅や選択肢が大きく変化すると思います。

日々、子どもたちとタブレット端末を使っていると、新しい機能や利点に気づくことが多々あります。

他にも、〇〇がアップデートした。とか、新製品が。とか、こんなに進化の早い文房具は未だかつて無いと思います。ワクワクしますね～(ナオキ)

学習サポート及びデジタルシーカーコースについては、お気軽にお問合せください

子どもたちに「学ぶ」楽しさを!
発達障害(1)(精神)があたり不承(精神)にある子どもたちのための学習サポート

「学ばない」「あやうない」には理由があります
「できない」「あやうない」に「あやうない」が「あやうない」になり
「学ぶ」ことは「楽しい」「おもしろい」で感じられます
Ponteとやまのスタッフが学習しています

発達障害傾向(自閉症スペクトラム、ADHD、学習障害、協調性発達性運動障害)のある小学生～高校生が対象です。(診断の有無は問いません)

- 専門的視点による丁寧なアセスメントにより、学びにくさの理由を整理し学習内容や方法の計画をたてます。
- 子ども自身が「学ぶ楽しさ」を実感し、意欲と自信をもって自ら取り組む姿勢を大切にしています。
- 学びにくさへのアプローチとしてICTを積極的に活用しています。

Ponteとやまは—
学びプラネット合同会社(学種は不特定) 東京大学大学院教育学部
特別支援(1)「精神」—発達障害研究センター(学種)と
「まなプラキッズプログラム」のプログラムパートナー契約を結び、
学習障害等 学習上の困りごとのある子どもたちへの指導に
取り組んでいます。

お問い合わせは
Ponteとやま公式LINE

LINE: @manabiplanet
メール: manabiplanet.ponte@gmail.com
電話: 076-377-3377 (みやの森カフェ)

フリスタ

新年度スタート

新年度がスタートしましたね。

Ponteとやまのフリースタイルスクールは、春休みだから来るお友達もいれば、春休みだからお休みしているお友達もいます。前日はとっても寒かったけれど、この日は少しおひさまがのぞいて、心地良い風がふく気持ち良い日でした。こんな日は外に飛び出して行くフリスタキッズたちです。

4月某日…Ponte春祭りに備えてダッチオーブンで「鶏手羽元のサムゲタン風煮込み」に挑戦。塩コショウだけの味付けとは思えないコクのあるスープができました。

「これ、外で食べたい～!」「そうしょ!」「おれも～私も～」ということで、急遽外にシートを広げて青空ランチとなりました。(もちろん、中がいいということていつもの広間で食べたお友達も)そして、午後からは「せんだんのHILL」のグラウンドへGO。これは、この春から高校生になり、フリスタにあまり来られなくなる(であろう)Fくんのたつての願いで実現したのでした。(去年も同じような展開があった気が…フリースタイルスクールの毎年恒例行事になりそうな予感😊)

「せんだんのHILLに行きたい人～」と聞いたところ、なんとほとんどのお友達から「はい」と元気な返事が返ってきました。途中の坂道で心折れそうになった小さいお友達もいたけれど…グラウンドの遊具が見えてきたらびゅーんと駆けだすこどもたちでした。せんだんのHILLの桜は、可愛いつぼみがぷくっとふくらんでいました。開花が楽しみです。

行き帰り、アップダウンの道を元気に歩いたこどもたち。シェアハウスに戻ってきたら

「のどかわいた～」「おなかすいた～」「足いたい～」おやつを食べて、お茶を飲んで…あっという間に元気回復です。再び外へ行ったり、ゲームを楽しんだりする子どもたちでした。今年度、どんな出会いが待っているかな…期待にわくわくしている私です。(ユウジ)



編集長 家森謙の **目** ていねいに生きる

▼突然だが、「ていねい」という言葉にどんなイメージが有るだろうか。動作・態度などが礼儀正しい。物事の段取りを疎かにしないといった印象で、多くの人が実践していることなのかもしれない。しかし、**細かい部分に注意や気配りが行き届くよう、実践できているか否か**を問われれば、人によりばらつきが出てくるかもしれない▼言葉は悪いが、段取りは物事に深い理解が無い人でも、手順書が存在すれば段取れる所が有る。しかし、深い理解が無ければ、そこに細かい注意や気配りが行き届かない▼毎日の家事や仕事を規則的にこなしている。その時点で一定の成果は得られているし、それは素晴らしいことだ。しかし、片付けが乱雑、床に物が置きっぱなしでコードもほったらかし。埃もたまっている、定形外の事に対する想定や訓練が足らなくなれば、**思わぬアクシデントやトラブルに見舞われるリスクが高まる**。急な電話や体調不良に見舞われ、無理に体を動かそうとし、コードに足を取られたり、何もない床に足が進まず転倒し骨折。何気ない事で、高齢や持病次第では入院→寝たきりで健康寿命が途絶える怖い話だ▼筆者も昨年末、五十肩の激痛に見舞われ、日常生活が地味に不便になった。車のシートベルトを引いたり、後部座席の物を取ろうとした際、変な角度で右肩を使っていたのが災いした。急いで無理な行動を起こせばそれ相応の報いがある。急がば回れ。時間には余裕を