



スクールサポーター
(臨床心理士・公認心理師)
小林 真理

こころらぼ
こころのコンパニオン

こだわり

突然ですが、「あなたの『こだわり』ってありますか？」「と、聞かれたとします。みなさんはどう答えますか？『こだわり』が日常生活の張り合いになったり、逆に『ちよつと変なクセ』のようなこともあるでしょう。私たちは濃さの違いはあるものの、誰でも多少のこだわりをもって生活しています。でも、その『こだわり』故に生活に支障が出たり、生きづらさを感じるほどではないと思います。

一方で、発達障害、特に自閉的傾向のある方たちの中には、それぞれ独自の『こだわり』が生活に影響してしまっていることがあります。一つの例として、出かけるまでのルーティンがかっちり固定されているために、少しのスケジュール変更もきかずに、出かけることに不安が高まってしまったり、イライラしてパニックになるなど、自分の気

持ちが収められずに周りとの折り合いがつかなくなるような場合があります。あげたらきりがありませんが、一見すると、こういう『こだわり』があることで、周りからは『困った人』と見られてしまうことが起きてしまいます。でも、実は本人達も『理不尽さ』を感じており、自分の言動について『なんとかしたいけどできない』という『生きづらさ』を抱えているものなのです。

『こだわり』の内容によっては、一緒に生活する家族、学校や仕事場で一緒に過ごす人達とペースが異なってくることや、折り合いをつけることが難しい事例も出てきてしまいます。そうすると、その『こだわり』を理解しているつもりでも、強い言葉を投げつけてしまったり、冷たい態度をとってしまうことも起きてしまいます。理解している、こういう気持ちや言動が出てしまうことがあるのですから、『こだわり』を理解していない場合には、とにかく一方的に相手を否定し続けることになってしまいます。これでは自閉傾向がある・なしに関わらず、誰であっても否定され続けることによって自己肯定感が下がり、周囲とつながることが怖くなり、イライラや絶望感を抱えながら

生活することになってしまいます。そして、それまで以上に『こだわり』がひどくなってしまうこともあります。こうなると、誰にとってもいいことがありません。

毎年4月2日は国連の定められた『世界自閉症啓発デー』です。自閉症をはじめとする発達障害について知っていくこと、理解していくことは、発達障害のある人だけでなく、誰もが幸せに暮らすことができる社会の実現につながるのです。全ての『こだわり』を理解する、ということとは難しいかもしれませんが、日常生活の中で私たちがほんの少しでも発達障害に関心をもち、『理解』していくことによって、結果としてみんなが過ごしやすい環境をつくっていくことができるのではないのでしょうか。『日本自閉症協会』のホームページもご覧ください。

過去の『こころらぼ』は、町ホームページからご覧になれます。



保育士募集！

(会計年度任用職員)

勤務場所
町内4保育園のいずれか
応募資格
保育士の資格を有する方
応募期限
4月10日(月)まで
募集人員
若干名

勤務時間等
勤務 7時30分から19時まで
シフト制 実働7時間45分
5月1日(月)から

期間
令和6年3月31日(日)まで

休日
週休2日(休日出勤あり)

給与
月給167,600円から

待遇
通勤費支給(規定あり)
社会保険加入

厚生員募集！

(会計年度任用職員)

勤務場所
町内児童館のいずれか
応募資格
教員免許または保育士の資格を有する方

応募期限
4月10日(月)まで

募集人員
若干名

勤務時間等
勤務 9時45分から18時30分まで
5月1日(月)から

期間
令和6年3月31日(日)まで

休日
週休2日(休日出勤あり)

給与
月給167,600円から

待遇
通勤費支給(規定あり)
社会保険加入

【申し込み・問い合わせ】

こども教育課 児童係
☎45-8672

軽井沢の植物と

方言

北日本で広く觀賞用に植栽
オオヤマザクラ



町内にも自生し、南千島、北海道、本州、四国の山地等に見られる落葉高木で、北日本では広く觀賞用に植栽されます。4月中旬から5月上旬に淡い紅色のかすかな芳香のある花をつけます。

方言と由来

① サクラメド
本植物の他、ヤマザクラ、カスミザクラ、ミヤマザクラ等の実を総じてよんでい

るようです。
【参考文献】佐藤邦雄(1978)
信州佐久の植物方言

【問い合わせ】

植物園 ☎48-3337

～旧三笠ホテルの写真や資料を探しています～ 旧三笠ホテルに関する写真や資料、思い出話などをお持ちの方はご連絡ください。