



あじさい橋を渡って、商店街の活気とは離れたエリアへ

駅前を流れる、早川にかかる「あじさい橋」は朱色が目を引く人気スポットの一つです。6月には満開のあじさいが一望できるそう。橋の上からは、箱根らしい山々と流れる川を望めます。開放的な空気に思わず大きく深呼吸をしたくなる景色です。あじさい橋を渡ると、目の前にそびえる「湯本富士屋ホテル」に着。さらに湯本富士屋ホテルをぐるっと回るように進んでいくと、箱根伝統工

芸・寄木細工を製造販売する「木路」が店を構えています。老舗ホテルで箱根の景色を一望するお部屋でくつろいだり、ひとつとして同じ柄はない伝統工芸品からお気に入りの一品を見つけたら、あなたらしい過ごし方をぜひ見つけてみてください。



# 箱根湯本駅前商店街

電車にゆられてのんびりと、山々に囲まれた自然へとダイブできる箱根湯本。人気観光地・箱根の玄関口ともいえる地域ですが、小田急線・新宿駅から電車一本でアクセス可能なお手軽な観光地です。今回はグルメやお買い物、伝統工芸などを満喫できる箱根湯本駅前商店街を中心に、お散歩旅をご紹介します。

到着したらまずは商店街を散策。レトロな雰囲気を感じながら

1200年もの歴史を持つ箱根の中でも、箱根湯本は奈良時代に開湯とされる箱根温泉郷で一番古い温泉地です。歴史ある宿はもちろん、商店街の中にもその趣の深さを感じるスポットがところ

箱根名物グルメから温泉地らしい土産品まで揃う



蒸し上がり  
ほかほかの温泉  
まんじゅうをお供に

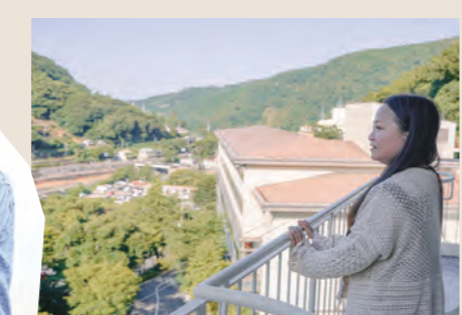
まんじゅう屋・  
菜の花  
〒250-0311  
神奈川県足柄下郡  
箱根町湯本705 1F



もちもちの九頭龍餅と  
源泉掛流しの  
足湯を堪能♪

福久や 九頭龍餅  
〒250-0311  
足柄下郡  
箱根町湯本729

どこころにあります。老舗店でお土産を見つけたら、今風のおしゃれな店で食べ歩きグルメを買うもよし。お土産品もグルメも多種多様なお店が道路の両側に続いていくので、焦らずのんびりと街を散策できます。商店街の先には足湯が楽しめるお店もあり、散策で疲れた足を癒してくれます。



ホテルの一室には箱根湯本の景色を一望できるバルコニーも。駅から発車する電車も見える特等席です。



# おさんぽ DE 楽しむ!

～山・川の空気を吸いながら、のんびり箱根湯本散策～

HAKONE *Fuji*



家族で温泉タイムが楽しめる老舗ホテルでリラックス

駅からわずか徒歩3分でアクセスでき、日帰りプランやランチプランも充実のホテル。お子様連れにも嬉しい貸切風呂ではゆったりと温泉タイムを楽しめます。メインダイニングでは季節の旬も堪能できます。

湯本富士屋ホテル  
〒250-0392 神奈川県足柄下郡箱根町湯本256-1  
<https://www.yumotofujiya.jp/>

木々の色と職人が生み出す伝統工芸品を旅の思い出に

日本屈指の樹種を誇る箱根ならではの、木本来の持つ色だけで彩られる箱根の寄木細工。同じように見えても少しずつ柄は異なります。ぜひ店舗に足を運んで、「コレ!」という自分のお気に入りを探してみてください。

箱根寄木細工・木路  
〒250-0311 神奈川県足柄下郡箱根町湯本386-36  
<https://www.yosegi-kiro.com/>

各2名様 PRESENT

**F** 箱根限定  
黒卵風せっけん &  
入浴料セット  
※色は選べません

**G** 箱根寄木細工コースター  
※柄は選べません

詳しくは31ページ

第4回

# 『ようこそ！ ここはみんなのがっこうだよ』

アレクザンドラ・ペンフォールド 作  
スーザン・カウフマン 絵 吉上恭太 訳 鈴木出版株式会社 2020年

最近、「多様性」をテーマにした取材を受けたことがあり、本書のような優れた絵本に出会うとワクワクしてしまいます。本書のテーマもまさに「多様性」、見事な絵本です。

様々な国の子どもたちが、世界地図や地球儀を指さして、自分の国に誇りをもって、アピールしている様子がとても微笑ましく、また、ラストのページで、各々の国の言語で、「ようこそ」がお披露目されていて、圧巻！です。世界中の子どもたちが手をつなぎ合って、微笑みながら上を見上げている見開きのページ、ジーンと胸が熱くなりました。この子たちの国で、おとなが争いや諍いを起こしていませんように、この子たちの国の未来が明るいものでありますように…と祈るばかりです。(木村)



## あらすじ

いろいろな国から来た子どもたちが一つの学校に勢ぞろい。習慣も、遊びも、着ているものも、食べるものも異なるけれど、みんな手をつないで、楽しい学校生活。世界中の全ての子どもたちに励ましと勇気を与える本。『みんなのがっこう』へ ようこそ！

## 鈴木出版 波賀稔さんの推薦の言葉

絵本をめくると車椅子の子がいます。ヒジャブを着用している子、ターバンを巻いている人、服装も肌の色もいろいろの子どもたちが学校内に存在しています。日本の学校ではあまり見かけない光景です。この絵本で描かれていることを日本の学校を舞台にして表現するとリアリティに欠ける感否めません。日本では長い間、単一民族観が根付き、多様性を表現するのが不得意になっているのかもしれませんが。だからこそ、多様性の絵本を子どもたちに見せたい場合、どうしても海外の絵本に頼らざるを得ない。それが、翻訳絵本の役割の一つでもあります。



今日は、鈴木出版におじゃましています。パペットにやーごがお出迎え!!

にやーご！  
ぼくが鈴木出版を支えてきたのだ



## 「多様性」と「絵本」

多種多様な人が互いの考え方の違いや個性を受け入れ、共存共栄していくことは、今後、グローバルな社会で生きていくうえで、とても大切なことです。

特に、絵本を通して、ハンディキャップや障がいについて考えること、様々な世界の人々について知ること、他とは異なる個性やジェンダーについて深く考えること…などがすべて実現できます。因みに、『これだけ読んだら』に『じいさんのペンダント』では国籍について、『さっちゃんの手紙』ではハンディキャップについて、深く考えるきっかけになるでしょう。

VOL.4 美幸先生とたのしむ

# ミラクル絵本ツアー

(未来が来る)

miracle picture book tour



木村 美幸 スロフィー

(一社)チャイルドアカリイティブ代表理事。作家(ペンネーム・由美村嬉々)、編集者、絵本カタリスト、絵本学会会員、JPIC読書アドバイザー。老舗の児童図書・保育図書版元の元取締役。著書に『バスが来ましたよ』『にじいろのペンダント』(絵本)、『これだけは読んでおきたい すぐ読める絵本100』『発達段階×絵本』(評論)『100歳で夢を叶える』『一冊の絵本』(エッセイ)ほか。

波賀 稔 スロフィー

鈴木出版入社以来、月刊科学絵本、月刊おはなし絵本をはじめ、絵本全般の編集に関わる。現在は、絵本を中心とする児童書全般の編集に携わった。保育園、小学校、寺院、書店などで読み聞かせの実践活動も行っている。絵本専門士。JPIC読書アドバイザー。

3名様 PRESENT

簡単な感想を書いて事務局にお送りください。



アレクザンドラ・ペンフォールド作、スーザン・カウフマン絵、吉上恭太訳『ようこそ！ ここはみんなのがっこうだよ』(すずき出版、2020年)

詳しくは31ページ



れない『きんたまごにいちちゃん』など、いろいろな殻割りバージョンが描かれ、21作目の最新刊は『おとなのたまごにいちちゃん』。大きくならなければならぬという強迫観念にかられた子ども心が描かれています。子どもは子どもなりに一生懸命生きています。ほかにも、わが社の代表作品に、『ちゅーちゅー』という作品もあります。大人と子どもの関わりを子どもの目線で描いたこれらの絵本に代表されるように、これからも、子どもの心によりそった絵本作りを続け、成長する子どもを応援していきたいと思っています。

その後は、自らの意志で殻を割る『たまごねえちゃん』や親が殻を脱がせてくた。1作目は、まだ殻を割るにはないのに、事故で殻が割れてしまったので仕方なく、一歩大人に近づいた自分を受け入れます。この表現が納得のできる展開だったようで、評判も上々でした。そうすると、編集者が考えるのは第二弾。1作目で殻が割れたので2作目が難しいことは予想できていました。でも、1作目で完結はしていませんでした。尻尾にちよんを残った最後の殻があります。それを脱ぎ落とすのが、2作目の『がんばる！たまごにいちちゃん』です。今度は、悩みながらも自分自身の意志で頑張つて、ようやく殻がとれました。その後は、自らの意志で殻を割る『たまごねえちゃん』や親が殻を脱がせてくた。

子どもの心によりそいながら...

鈴木出版株式会社 編集長 波賀稔

ファッションロスを食べ止める!

# ファッションバンクが 障がい者支援に

生活が厳しくなってくると、最初に切り捨てるのが被服費といわれています。けれど、1枚の服が人を笑顔にすることも事実です。今回は、廃棄されるブランドの新品衣料を集めて、無償提供しているファッションバンクを訪ねました。



フードバンクのように衣料も  
ロスをなくして、無償提供を

まだ食べられる食品をさまざまな理由から廃棄してしまう「フードロス(食品ロス)」と同じように、ファッション業界にも売れ残った衣料を廃棄する「ファッションロス」があります。そこで、「衣料の廃棄をなくしたい」と立ち上がったのが、菅野充さんが代表理事を務める一般社団法人ファッションバンクです。

菅野さんは、ファッションバンクを立ち上げたきっかけを「どうすれば廃棄ゼロを実現できるのかと悩んでいたとき、SDGsのフェスでフードバンクの方と出会いました。フードバンクとは、廃棄される食品を引き取り、福祉施設などに無償提供する活動です。彼らと話して、経済的に最低限の生活を維持することができない生活困窮者(世帯年収127万円以下)が人口の15.7%もいるという事実を知りました。生活困窮家庭では十分に食えることができなかつたり、成長に合わせて洋服を買ってあげられなかつたりしているそうです。それが原因でいじめられている子がいると聞いて、ショックを受けました。自分に何ができるんだらうと考え、フードバンクのような仕組みをファッションでつくりようと思いついたのです」と話してくれました。

今まで着ることがないような服に  
チャレンジすることに意義がある

菅野さんの思いを載せたファッションバンクは、2022年秋から配布を開始しています。「私たちが集めた衣料を、今後、フードバンクで配布したり、社会

福祉協議会や養護施設に届けたりしたいと思っています。また、初めての試みで、障がい者の就労支援をしているメルディアにもダンボール2箱分、約60着を提供させていただきました」と菅野さん。

受け取った一般財団法人メルディアの永野周平事務局長は「まず、服をすべてラックに吊し、メルディアトータルサポート上野の利用者に希望商品を記入してもらい、希望商品が重なった服は抽選をして、後日、配布しました。皆さん興味があるようで、羽織ってサイズを確認し「残念、小さかった」と言っていました。メルディアは就職支援ですから、ここに通われている方は基本的に無職です。ですから、限られたお金でやり繰りをしていらつしゃるため、新しい、しかもブランドの服などなかなか手が出ません。普段は無難な白や黒しか着ない利用者さんが、黄や緑のシャツを着てにこにこしている。本当に似合っていたんですよ。こういう機会だから、そん



な色にもチャレンジできたんだなと思います。これを機に、ファッションに目覚めて、「初任給で、このシャツに合うパンツを買おう」と思ってくれるといいですね」と言います。

1枚の服が  
未来を、人生を変える!?

ファッションバンクのこだわりは、新品衣料です。中古衣料をクリーニングして配布するではありません。

その理由を菅野さんは「ファッションはエンターテインメントに似ていて、生きる希望であり、心に残り続けるものだと考えています。だからこそ、新品にこだわっているのです。ある方が、「ファッションバンクは社会を変えるの



服を買うほどゆとりが  
なかったの、こういう  
機会にステキな服が  
もらえてうれしかったの

レディスが  
かわいい!  
選ぶ楽しさを  
知りました。

こんなにステキな  
服が廃棄される  
なんて、本当に  
もったいない!  
ファッションバンクは  
良い取り組みだと  
思いました。

ファッションバンクには  
いろいろな服があって、  
見るだけでも  
楽しかった。

ファッションに  
ついてあまり詳しく  
なかったのですが、  
興味が湧きました。

私は男性ですが、  
レディスの服を  
チェックするのも  
楽しかったです。



(株)バンクシー代表取締役  
一般社団法人ファッションバンク代表理事  
菅野 充  
バンタンデザイン研究所卒業後、ロンドンに留学。アパレル繊維卸業社を経て独立。

FASHION BANK  
世界では毎年3000億着の洋服が廃棄されている一方で、夏なのに着替える洋服が、冬の寒さを凌ぐ洋服が足りなくて困っている方々が、日本にはたくさんいます。この「足りているけど、足りていない」というミスマッチを解決する為に、ファッションバンクを立ち上げました。  
(HPより)  
問い合わせ窓口:  
<https://fashionbank.or.jp>





### ご家族のための カウンセリングルーム

障がいのある方の家族を支えるサポートルームとして、カウンセリングルームメルディアウェルネス(以下メルディアウェルネス)が開所したのは10月3日のこと。ここには公認心理師や精

神保健福祉士の資格をもつスタッフが常駐し、家族にカウンセリングを行うことができます。

一般財団法人メルディアの事務局長・永野 周平は「障がいがある方への支援はたくさんあります。しかし、家族に対する支援はあまりありません。ところが、親御さんや兄弟は、「自分は我慢しよ

10月3日(火)に開所以来  
ご家族の皆さまに寄り添う



## メルディア ウェルネス

MELDIA WELLNESS

開所から約2カ月経ったカウンセリングルームメルディア ウェルネスには、  
困り事や悩みを抱えたご家族の方々が  
いらっしゃいます。辛いと感じる前に、遊びに来てください。

もしくは精神障害者保健福祉手帳を提示することで、何度でも無料でカウンセリングが受けられます。その理由を「通常、1セッション6000円という料金を設定しています。しかし、回を重ねていくと、その金額が負担になってしまいうこともあってしょう。そういうことがないように、納得できるまでカウンセリングを受けて欲しい」という財団の想いから、無料にしました」と言います。

### あなたが幸せなら 家族が幸せになれる

よく聞く話として、永野は「外ではまじめに頑張っているけど、家ではわがままを言う障がい者の場合、なかなか相談先が見つかりません。なぜなら、外では良い子だから、学校でも作業所でも相談には乗ってもらいたくないのです。そういうケースでは、家庭内でどのようにしていけばいいかを、ご家族と一緒に考えます。ご本人も来ていただければ、別々にカウンセリングをすることができ、親子だから本音が言えなかったり、決めつけてしまったりすることもあつてしょう。メルディアウェルネスでは、そういう困り事に寄り添っていきまふ」と言います。

一例として、「外ではおとなしい



一般財団法人メルディアの事務局長・永野 周平

### ご利用について

#### 話を聞いて欲しいとき、直接訪ねればいいですか？

A. 完全予約制です。電話かHPから予約をしてください。カウンセリングを受けた方は、カウンセリング時に次回の予約を取ることができます。

#### 料金はいくらですか？

A. 1セッション(60分)6,000円ですが、ご家族・お子さま・ご兄弟の療育手帳もしくは精神障害者保健福祉手帳をご提示いただければ無料になります。ただし、ご提示いただくまでは、所定の金額となります。

#### 療育手帳や精神障害者保健福祉手帳は毎回持って行くのですか？

A. ご提示は最初の1回だけで大丈夫です。ご提示いただいた回から、何回でも無料となります。

#### 兄弟のことで相談があるのですが、嫁いでいるため本人とは苗字が違います。それでも無料になりますか？

A. どなたでも、療育手帳もしくは精神障害者保健福祉手帳のご提示をもって、ご家族とみなします。苗字が異なっている、一緒に暮らしてなくても大丈夫です。

#### カウンセリングは何回くらい受けるのですか？

A. 人によって個人差があり、異なります。1~2年通う場合もあります。それでも、療育手帳もしくは精神障害者保健福祉手帳のご提示以降はすべて無料です。

#### うまく悩みを言葉にできないのですが…

A. 大丈夫です。一緒に悩みを言語化していきましょう。ひと言もしゃべらなくても大丈夫。カウンセラーが寄り添ってまいります。

のに、家ではモノを投げるといふ場合もあります。もしかしたら、モノを投げることで思い通りになった経験があるのかもしれない。しかし、親が「なんで投げるの?」と聞いても、本人は答えないうでしよう。理由に気づいていないこともあるでしょうし、気づいていても『投げたら言うことをきいてくれるでしよう』とは言わないはず。そんなときは代替行為として、別のリクエスト方法やストレス発散の手段を一緒に考え、教え、実行してみることも有効です。ストレスがある場合は、別のカウンセリングを行います」と。これら

を一緒に考えてくれるのがメルディアウェルネスなのです。「いくつになっても、子どもは親の顔色を見ます。だから、親がストレスのない状況だと、子どももリラックスできるのです。また、人間関係は片方が変わると変化します。例えば、つかかかってくる友人といればイライラしますし、おらかな友人といれば落ちついていられるでしよう。家庭でも同じです。だから、障がい当事者のためにも、ご家族は幸せを感じている必要があるのです。ぜひ、ストレスをためる前に、メルディアウェルネスを訪ねてください。

### お問い合わせはこちら

〒169-0072  
東京都新宿区大久保2-5-22セキサクビル7F  
一般財団法人メルディア 宛て  
TEL : 03-6302-1871  
MAIL : org@mldia.jp



ホームページ  
一般財団法人メルディアのホームページでは当財団の取り組みやイベント情報を掲載しています。X(旧Twitter)では湘南ベルマーレ観戦チケットプレゼントやスポーツ支援情報を発信しています。是非、ご覧ください。

### カウンセリングルームメルディア ウェルネス

10/3(火)開所。現在予約受付中  
住所：東京都新宿区大久保2-5-22セキサクビル7F  
アクセス：都営大江戸線・東京メトロ副都心線「東新宿駅」から徒歩3分、JR山手線「新大久保駅」から徒歩8分

電話：03-6302-1871  
営業時間：11:00~20:00(カウンセリングは12:00~20:00) 日・月休み  
https://mldia.jp/counseling/

完全予約制：電話もしくはHPから予約  
料金：1セッション(60分)6,000円  
ただし、ご家族・お子さま・ご兄弟の療育手帳もしくは精神障害者保健福祉手帳のご提示で、ご提示いただいた回から無料(何回でも)  
※ご家族の方のみ、または、障がいをお持ちの方の同行も可能です。ただし、障がいのある方のみカウンセリングは有料となります。



# MELDIAつなぐ

### 青少年スポーツ支援事業

奨学制度  
個々が置かれている事情からプロ選手を目指すことを諦めざるを得ない青少年らの「夢」の実現を応援し、支援する「奨学制度」を設けています。奨学生からは田中聡選手が、初のプロ選手となり、続いて原直生選手もプロとして活躍しています。また、2023年には石井久継選手が高校3年生ながらトップリーグデビューを果たし、プロ契約内定となっています。

### 情報発信

障がい当事者や障がいのある子どもを育てる親や保護者を支援することを目的として、障がい福祉関連情報の発信と、障がいに関する社会的認知向上に寄与するべく広報誌「MELDIA」を発行しています。ご家庭で出来る支援や外出機会の創出、福祉サービスの情報、障がい当事者やかわる人々が「明るい未来」を創造出来るよう、情報発信を通じて支援を行ってまいります。

### 障がい者支援事業 2つの障がい者支援

直接支援  
「あなたの「不安」を「可能性」に変えたい。私たちメルディアでは二つの直接支援施設を運営しています。ひとつは台東区上野に設置している「メルディアトータルサポート」。「職業能力評価」や「就労訓練」を通じて一緒に悩みや問題を解決し「働くこと」への不安を払拭するためのサポートをしています。もうひとつは新宿区大久保に設置している「メルディア ウェルネス」ご家族の悩みにフォーカスしたカウンセリングを提供しています。

楽しくも遠い思い出  
「できること」  
「できないこと」は歳を重ねると  
想像できるようになる

シンガーソングライター 水越けいこ

忘れられない  
4人のコンサート

1999年のこと。随分と昔の話になりますが、当時、私のプロデューサーだった萩原さんから「Mama's Music Pie」という音楽ユニットを結成して、ライブをやってみないか？」という提案がありました。ユニット名の由来は「ママ目線で、パイみたいな賑やかな音楽を」と掲げたコンセプトからです。メンバーは私と太田裕美さん、須藤薫さん、丸山圭子さんのほぼ同じ歳の4人が候補でした。そのメンバーはプライベートでも親交があったので、それぞれが「なんか面白そうだね」「まあ、やってみようか」という話になり、早速準備に取り掛かりました。ライブの日程は少し先の9月、場所は渋谷のON AIR EAST(現:Shibuya O-EAST)と決まり、「次はセットリスト(演目)を決めよう」と、池尻大橋にあった私が所属する事務所に、時間を見つけては集まるようになりました。

メンバーそれぞれのソロコンサートとは趣を変え、「カバー曲を含め、自分の歌いたい楽曲を歌おう！」ということになり、まるで少女に戻ったようにキャットキヤと楽曲選びを進めました(当時、ライブ制作を担当していたスタッフは「カバー曲を少々入れるのかと思っていて

ら、ちょっと目を離した隙に、ほぼカバー曲になっていてビックリした。でも、メンバーのパワーが凄くて意見が言えなかった」と言います)。

そのように、楽しい打ち合わせが始まったのですが、半面、その度にメンバー皆が気を使っていたことは、やはり私の息子である麗良のフォローでした。彼は6、7歳で、危機的な健康面の不安を抱える時期からは脱したものの、まだまだ予断を許しません。他のメンバーも、子育てが楽な環境ではなかったの



に繋がっていくと思います。

たった一度きりの  
大切な思い出

「Mama's Music Pie」のコンサートは大盛況に終わりました。打ち上げ会場となったイタリアンレストランでは、皆が「またやりたいね!」と口にしていましたが、結果、この4人での活動は一度きりで終わりました。

まだ若かった私達は「焦らなくても、またいつかコンサートができるでしょう!」と思っていたのかも知れません。

この日、アンコール最後の曲に井上陽水さんの「夢の中へ」を選び、皆で歌いました。そのときの薫ちゃんの可愛い横顔、ステージ袖から見守るプロデューサーのGoodのハンドサイン、皆の歌声、そしてお客さまから頂いた拍手は、今でも大切な宝物です。

歳とともに変わってくる  
時間のスケール

本当に残念ですが、プロデューサーの萩原さん、メンバーの須藤薫さんは他界されてしまいました。若くて茶髪をなびかせていた制作スタッフも、今は白髪交じりのおじさんです。時は随分と流れたということでしょう。

まだ若い頃、例えば20代のような頃は、先の10年、20年という時間の感覚は、まるで永遠のように感じましたよね。そんな先はまったく検討がつかないとも感じました。しかし、徐々に歳を重ねていくと、10年、20年という時間のスケールが明確になっていき、その限られた時間の中で、おそらくできないだろうということ、おそらくできないだろうということ、が、想像できるようになってくると思うのです。

歳を重ねた我々に大切なことは「その自らの想像から目を逸らさない。例えその想像が自分に厳しくても」ということだと最近感じます。そして、そのような心構えと行動は、自分の子どもをはじめ、未来を生きる人達を守っていくこと

PROFILE

水越 けいこ

シンガーソングライター。1978年「幸せをありがとう」でデビュー。TBSの朝の情報番組「8時の空」に田中星児と共にレギュラー出演。その後、「ほほにキスして」「Too Far Away」がヒット。現在はダウン症を持つ息子・麗良と2人暮らしをしながら音楽活動と講演活動を続けている。



<https://ameblo.jp/keiko-mizukoshi/>



# シンママのはじめて育児は 自閉症の子でした

## 大変だったことも 忘れられる それが子育て!

買い物中に商品を見ているとき、知り合いと挨拶をしているとき、ほんの少し目を離した際に子どもがどこかに行ってしまった。そんな体験は誰にでもあるでしょう。発達障がいを抱えたお子さんならなおさらです。はたして、シンママの体験と対策とは？

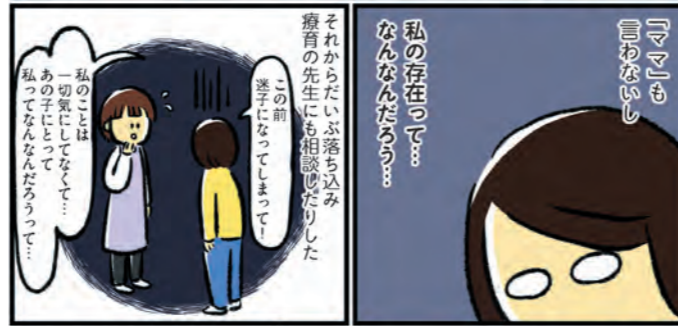
まる フリーランスデザイナーの他、イラストレーターや漫画家として活躍するシングルマザー。長男のリュウくんは自閉症であり、軽度知的障がいでもある。まる著『シンママのはじめて育児は自閉症の子でした』(KADOKAWA、2022年)好評発売中。



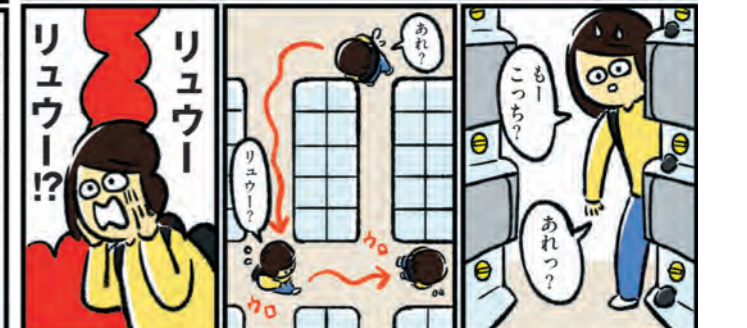
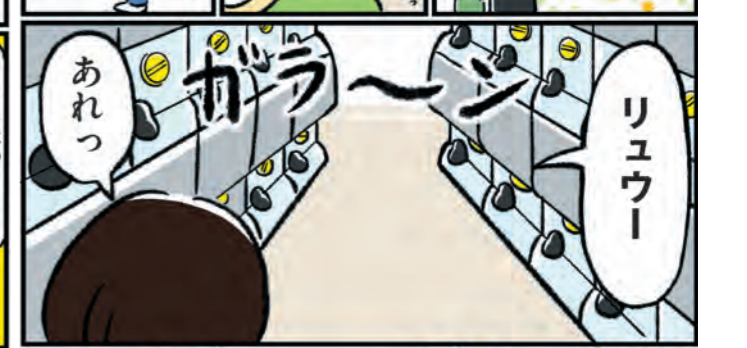
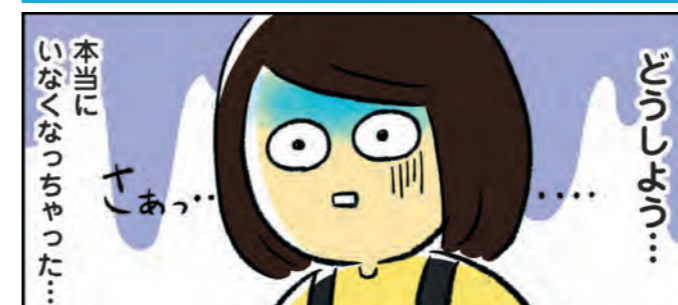
QRコード (左)X (旧Twitter) <https://twitter.com/shishishishimr>  
 (右)Instagram <https://www.instagram.com/maru.manga/>



### 息子との買い物



### 迷子センター





息子は5歳になったため、この漫画を執筆した当時ほど心配はなくなりました。しかし、いまだに会計をしている一瞬で見失うことがあります。

そこで、何かあってからでは遅いと思いい、悩んだ末に購入したのが「Air Tag」です。大まかな位置しかわからないのでお守り替わりですが、何もないうりはとってお守り持たせています。いずれにしても、ひたすらついて来ているかを目で確認する癖がついています。

とはいえ、いまだに息子同伴ではスムーズに買い物ができないので、最初にお菓子を一つ選ばせています。スーパーに入ると私の静止も聞かずにお菓子コーナーに向かって走り出してしまいうので、ここはもう息子の欲しいものを一つ選ばせてから「ママも欲しいものあるから一緒に来てね」と買い物を始めます。レジを通さないといけないことは理解しているようなので、気に入ったお菓子を握りしめてついてきてくれます。



### 何かあってからでは遅いので「Air Tag」を導入



### 先輩ママ「まるさん」からのメッセージ

### 泣きながら帰ったことも今では良い思い出に

それでも見失ったときは、すぐにお店の外に出たら、あるいは、違う階に行ったら、多動の息子はどんな行動をするかわかりません。お店の方々には忙しい中で申し訳ないのですが、一人で駆け回って探すより一刻も早く見つけた方がいいと思います。

この漫画を描いた当時は、息子と買い物に行くことが辛くて、泣きながら帰った日もありました。5歳になった今でもまだ多動な面もありますが、少しずつ声かけに反応してくれたり、見失ったらママを探してくれたり変化が出てきています。

今では「そういえば昔は、泣きながら帰ったな」と思い出話になりました。多動の子供との買い物はめげること多いと思いますが、成長に従って少しずつ変化があるかもしれません。

3名様 PRESENT



まる著 岡田俊監修  
『シンママのはじめて育児は自閉症の子でした』  
(KADOKAWA, 2022年)

詳しくは31ページ



# PRESENT

Present A 1名様



Present B 1名様



Present C 3名様



Present D 5名様



Present E 5名様



Present F 2名様



Present G 2名様



Present H 3名様



Present I 3名様



Present J 1名様



Present K 1名様



**応募方法**  
 下のQRコード\*から必要事項をご記入の上、ご応募ください。当選者の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます。  
 12月31日 締切

vol.58 MELDIA 2023 NOV

発行元 / 一般財団法人メルディア  
 企画・編集・印刷 / 株式会社 ウイル・コーポレーション  
 広報誌MELDIA Vol.58 / 2023年11月25日発行  
 本誌の無断転載・複製を禁じます。  
 2017-2023 © All Rights Reserved.  
 一般財団法人メルディア / 広報誌MELDIA



次号予告  
**MELDIA vol.59**  
 2024年1月25日 発刊予定

一般財団法人メルディア  
 〒169-0072 東京都新宿区大久保2-5-22  
 セキサクビル7F  
 一般財団法人メルディア  
 TEL:03-6302-1871

家族で囲む冬の定番・すき焼きを  
 フライパン一つで簡単に。

すき焼きといえば、お鍋を家族みんなで囲みながら食べる冬の日本の定番料理。そんなすき焼きを、具材も簡単に揃い作り方もお手軽にアレンジしたレシピをご紹介します。具材を切って煮るだけのシンプルな工程なので料理に慣れていないお子さんでもチャレンジしやすい一品です。今回もりくですよチャンネルのりく君が実際に挑戦。華麗なフライパンさばきを見せノリノリで作ってくれました。

今回りく君が挑戦するのは  
**フライパンで作る!  
 もやしと豚バラのすき焼き**

**材料 [2人分]**  
 豚バラ薄切り肉 ..... 200g  
 もやし ..... 1袋(200g)  
 ニラ ..... 1束(100g)  
 サラダ油 ..... 小さじ1  
 卵 ..... 2個  
 ☆割下  
 酒 ..... 大さじ3  
 みりん ..... 大さじ2  
 砂糖 ..... 大さじ1/2  
 しょうゆ ..... 大さじ3  
 水 ..... 100cc



フードスタイリスト・吉野千穂さんより  
 特別感のあるすき焼きも、スーパーで買やすい食材でアレンジすることで日常で使えるレシピに。フライパンで作れるのでそのまま食卓に出してOK。豚こまやしやぶしやぶ用の肉でもお楽しみいただけます。甘い味付けは定番人気なので家族みんなが食べられます。



1名様 PRESENT  
 ブルーダイヤモンド コート IH対応 フライパン 26cm  
 詳しくは31ページ

りく日記  
 文字を書くことにハマっているりく君。ノートの枠いっぱい、書いた文字が気に入るまで何度も書き直すこだわりようです。料理人としての一面だけでなく、文豪のような一面も持っているりく君でした。

りくですよチャンネル  
 重度知的障がいを持つ高校2年生のりく君が家族と過ごす日々を投稿しているチャンネルです。  
 YouTubeチャンネル:  
<https://www.youtube.com/@riku888>





**子どもたちに夢と未来を!**  
**—誰でも平等に夢を持ち、叶えることができる—**

# 東京八王子ビートレイنزホームゲーム 観戦チケットプレゼントキャンペーン

**お申し込み方法**



◀こちらのQRコード (LINE) からお申し込みください。その他、「info@trains.co.jp」までお問い合わせください。試合日程を公式WEBからご確認のうえ、お申し込みください。

<https://trains.co.jp/>



ホームページから東京八王子ビートレイنزの情報をチェック!

東京八王子ビートレイنز  
〒192-0904 東京都八王子市子安町3-6-7サザンエイトビル1F



東京八王子ビートレイنز 2023-24 SEASON ファンクラブ

## トレインズファミリー会員募集中!

**TRAINS FAMILY**  
**ライナー会員**  
 年会費 **80,200円**  
 八王子(802)価格の特別会員!  
 限定イベントはもちろんご招待! 世界に1つだけ!  
 あなただけの限定グッズをGETしよう

**TRAINS FAMILY**  
**超特急会員**  
 年会費 **33,000円**  
 選手・Raily'sトレインズ箱推し全員集まれー!  
 ユニフォーム付きの超特急会員!  
 推しとの距離が縮まる限定イベントもあるよ!

**TRAINS FAMILY**  
**特急会員**  
 年会費 **11,000円**  
 チケット割引券が2枚付いた特急会員!  
 Raily'sイベントカードやサイン会にも参加できるよ!  
 ユニフォームも30%OFFで購入できてとってもお得!

**TRAINS FAMILY**  
**急行会員**  
 年会費 **4,400円**  
 応援グッズやチケット割引券が付いてくる!  
 配信コンテンツも充実で試合に行けなくても楽しめる!  
 迷ったらまずはここ! リーズナブルな急行会員!

**TRAINS FAMILY**  
**トレインズ応援団**  
 年会費 **無料**  
 トレインズのお得な最新情報をお届け! さらに!  
 先行入場で一般よりも早くいい席が取れるよ!  
 みんなと一緒にトレインズを応援しよう!

**TRAINS FAMILY**  
**ジュニア会員**  
 年会費 **無料**  
 子どもたちに夢と未来を! 中学生以下無料!!の  
 ジュニア会員! 観戦チケット(2階席)が毎試合  
 もらえて、応援グッズも付いてくるよ!

東京八王子ビートレイنز ファンクラブ「TRAINS FAMILY」今シーズンは、  
 新たに高校生以上でご入会いただける入会費無料の【トレインズ応援団】が  
 誕生しました! チーム、選手、Raily'sをより  
 大好きになるスペシャル特典が  
 盛りだくさんなファンクラブとなっています♪

ご入会はこちら

2023-24シーズンもみんなで  
 一緒にトレインズを応援しよう!  
 トレインズファミリーへの  
 ご入会お待ちしております!