

【メルディア】一般財団法人メルディア広報誌

TAKE
FREE

MELDIA

VOL.56
JUL.2023



支援を要する子ども
多様性のひとつ
いろいろな
体験をして成長を促す

医学シリーズ2 自閉スペクトラム症

後編 進む自閉スペクトラム症研究
～私が生きている間に薬を届けたい～

医学シリーズ3 自閉スペクトラム症

自閉スペクトラム症の症状改善に
～オキシトシンで立ち向かう医師～

漫画エッセイ

シンママのはじめて育児は
自閉症の子でした
えっ「バス」と言えた!
そして初めての2語文まで

04 支援を要する子ども多様性のひとつ
いろいろな体験をして成長を促す

08 医学シリーズ2 自閉スペクトラム症

後編 進む自閉スペクトラム症研究
～私が生きている間に薬を届けたい～

10 誰かと話したくなったら
心にモヤモヤ・イライラを感じたら
訪ねたい「あなたの居場所」

あだち若者サポートテラスSODA

12 障がい者を応援、支援企業紹介

企業探訪 株式会社 AVENIR

14 ～多忙なご家庭の“食べる”を支える～

動画で簡単おいしいレシピ 特別編

野菜もしっかり摂れる冷凍弁当Mealsで疲れた一日をおいしく補おう！

16 美幸先生とたのしみ ミラクル絵本ツアー VOL.2

18 おさんぽ DE 楽しむ！

～東京スカイツリータウン®の“空”と“水”を満喫♪～

20 医学シリーズ3 自閉スペクトラム症

自閉スペクトラム症の症状改善に
～オキシトシンで立ち向かう医師～

22 漫画エッセイ

シンママのはじめて育児は
自閉症の子でした

えっ「バス」と言えた！そして初めての2語文まで

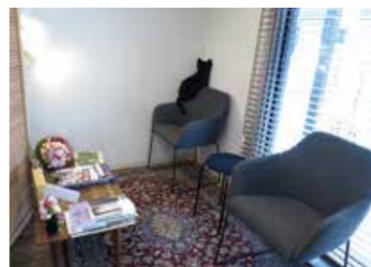
26 腰痛から、静養へ
ひとりの時間に思い出をかみしめ、
試練を受け止めながら…

水越けいこ M Size はじまり Again

28 衛生講習会第2回

除菌表示はどうやって表示される？

30 読者プレゼント



次号(57号)巻頭で掲載します！
ご期待ください！！

速報!! MELDIA FESTA 2023 EARLY SUMMER

頑張っている障がい者と楽しい社会とをつなぐ「みんなの祭」

後援：千代田区

MELDIA FESTA 2023 EARLY SUMMER 大盛況で幕を閉じました

梅雨の真っ最中とは思えない夏の日差しを感じながらの開催となったMELDIA FESTA 2023 EARLY SUMMER！お子様からお年寄りまで154名のご来場をいただき大盛況となりました。開場の10:00前から楽しみにご来場いただいた方がいたのはとても嬉しかったです。

前回も大好評だった松元伸乃介さんの即興似顔絵は、開場から終わりまでずっと似顔絵リクエストの列が来ていました。

大阪ライブと横浜ライブの合間を縫って駆けつけてくださった風見穂香さんのライブでは、会場全体が心打たれ「強く生きる」「生きづらくても生きてやる」のメッセージに共感の波が広がりました。

SD.Sの障がい者ダンスクラス“YEEL”によるダンスショーではダンサーのみなさんの一生懸命さ、舞

台で踊ることへの誇らしい顔に会場が一体となってました。

誰もが自由に遊べる空間の「遊びの広場」ではボールプールで親子が遊び、ビッグブロックを親子で積み上げる姿がとても良かったです。ダンボールハウスでのお絵描きにはなんと発達障害の画家、濱口英士さんの「落書き」というサプライズも！

来場者の皆さまとお話する中で、これからの財団メルディアの活動のヒントをいただいたり、一緒に取り組める繋がりなど、来場者のみなさまの笑顔と共に様々なご縁もいただいた一日となりました。

一般財団法人メルディアではこれからもみんなが楽しみ、みんながつながるイベントを行っていきます。ぜひみなさまのご参加、ご協力をお待ちしております！



次号MELDIA登場の濱口英士さんの落書き



松元伸乃介さんの即興似顔絵は大好評



ボールプールで大はしゃぎ！



“YEEL”のダンスショーで会場が一体に！



約780人の園児を抱える柿の実幼稚園には、数多くの障がい児や障害者手帳・療育手帳を持たないグレーゾーンの子どもが通っています。小島澄人園長は、支援を要する子を受け入れるようになったきっかけを、「今から約42年前ですが、ひとりのサリドマイド児を連れてお母さんがやって来て、『上の子が通っている幼稚園に通わせようとしたんですが、入園を断られたんです』と。これが支援を要する子をどうするか考えるきっかけになりました。」と語ります。

**お母さんの笑顔のためにも
支援を要する子の通常保育が必要**

かけになりました。その結果、これからはこういう子も受け入れなくてはならない、入園させました。その10年後、頼まれてダウン症の情報雑誌に寄稿したのを機に、ダウン症のお子さんも増えました」と話します。

確かに、通常の保育園や幼稚園では、設備や人材の問題から、障がい児の入園を断るケースが少なくないと聞きます。受け入れてもらったとしても、思うように面倒をみてもらえなかったり、毎日親が付きそわなければならなかったりと、保護者の負担が大きくなるのが現実です。「どこに頼んでも断られ、30ヶ所目に訪れた当園で、ようやく入園できた」と泣き崩れたお母さんもいらっしゃいました。他の幼稚園や保育園からの転園生もたくさんいます。支援を要するお子さんをもつお母さんは、気の休まる暇がありません。幼稚園に預けているほんの数時間でもリフレッシュできたなら、また笑顔で接することができるといいます。小島園長は「ここに通わせるために、わざわざ大阪や名古屋、仙台、北海道などから引っ越してきたご家庭もあるようです。」

今現在、園児は約780名、その中で障がいのある園児は約100名、グレーゾーンの子どもを含めると160〜200名にもなり、1クラスに5〜6名の支援を要する子どもがいます。それを、保母160名、医療行為のできる看護師4名、養護教員2名で保育するため、1クラスで担任1名に3〜4名の補助という手厚い体制になります。

**支援を要する子も
そうでない子も学びが多い**

全人教育(知・徳・体・聖の調和)や労働教育、環境教育(自然と物の大切さ)、手作り教育(失敗し、そして成功せよ)などを基本方針にしている柿の実幼稚園。小島園長は「支援を要するお子さんとその他の子ども達を一緒にしなければ、教育の意味はないと思っています。一緒に過ごすことによってお互いがわかり合えるし、助け合うことができます。この園児は、困っている子がいれば、何の躊躇もなく寄って行って手伝うことができます。何気ないことかも知れませんが、これは大きなこと。」

誕生日の集合写真を撮るとき、病気で椅子に座れない子がいました。すると、園児の一人が「僕たちも寝て撮ろう」と言い出したんです。それで、みんな寝転がって写真を撮りました。色んなお子さんと毎日過ごすことで、そういった優



新村 亜理沙先生と小島 澄人園長

**支援を要する子も多様性のひとつ
いろいろな体験をして成長を促す**

「『日本でいちばん大切にしたい会社』大賞」で厚生労働大臣賞を受賞したことのある柿の実幼稚園。広大な敷地の園には、約780名の園児がいます。そのうち100〜160名が肢体不自由、全盲、自閉症、ダウン症、発達障がい、医療的ケア児など支援を要する園児で、他の子ども達と共生しています。



しさが育っていると思います。もちろん、支援を要するお子さんも、いろいろな人と関わることで成長していきます。お互いに良い影響を与えあっている



ではないでしょうか」と言います。

この園の卒園生でもあり、長年、保母としても関わっている新村 亜理沙先生も「そっと手をつないでくれるお友だちがいたり、何かするときに見本をみせてくれる子がいたり、進んで支援を要する

子に関わってくれる姿は、かけがえのないものだと思えます」と言います。

では、保母さんたちはどのように障がいに関する知識や対処法を身につけるのでしょうか。「ここにいる先生方は、支援を要する子どもと普通の子どもが、一緒

に遊んだり、畑で作物を収穫したり、自然の中で成長できるのが良かったと思います。子どもは毎日、幼稚園に通うのを楽しみにしていました。運動会のリレーでは、先生に言われるまでもなく、子どもが走れない子の手を取って歩いたり、車椅子を押してあげたりしています。他のチームより早くゴールをしたいと思いますように、そういう子を嫌がる子なんかいません。他の子が遅れを取り返そうと一生懸命走る姿を見ると、涙がこぼれてきますよ」と教えてくれました。

小島園長は「支援が必要な子にとつて、みんなと一緒にできたとという自信は、これから生きていく上で大きな

糧になると思います。保護者からも、みんなと一緒に行動している姿を見て涙が出てきたと、よく手紙をもらいます」と言います。

今後について伺うと、小島園長は「支援を要するお子さんをもつ保護者から信頼を得て、続けることが大切だと思います。幼稚園の一番の環境は先生です。良い先生をしつかり育てることがこれからの夢ですね」と答えます。その言葉通

の空間にいたるだけでも意義があると思っています。だから、大変な事も多いと思いますが、熱心に取り組んでくれます。支援を要する子には、保護者より密にコミュニケーションを取るよううにしていますし、これまで培ってきた経験から、特性を把握して関わる、座らせる向きを工夫するなど、どうすればいいかを理解してきて

いるのではないのでしょうか。実は、支援を要する子どもに関して、一人ひとりの特徴や様子を細かく書いて、報告会を行っています。支援を要する子どもの保護者と支援する保護者が連携を深める『てくむの会』を作って、活動をしています。それだけではなく、療育センターと連携を取り、養護の先生がしょっちゅう様子を見に来て、担任と話をしてくれま

す。支援を要する子の保育に熱心で、講習会や勉強会、コーディネーター研修に通う先生もいます」と小島園長。

実際に保育に関わっている新村先生は「ハンディキャップのレベルは人それぞれです。軽い自閉傾向のお子さんもいれば、友達と一切関われない子もいますし、医療ケアが必要な子もいます。そのため、支援を要する子が入園してきたら、最初の段階で、どういうところに気をつけたらいいのかを確認。次に、実際に関わってから、保護者と一緒に、一人ひとりのこの園には、新村先生のように卒園生が保母の資格を取って戻ってくる人が多いのです。それだけ、この幼稚園に魅力があるのでしょう。このような幼稚園が全国にできることが望まれます。



とりにあった課題・目標を決めていきます。100人いれば100通りの対応をしなければなりません。常にその子は今、何を課題にしたらいのかを考えながら保育をしています」と言います。

幼稚園は山の斜面にあり、斜面をいかした長いすべり台や、先生手作りの木製遊具、五感を使って遊べる柿の実自然探検村などがあります。支援を要する子どもでない子も、子ども達はそこどころ

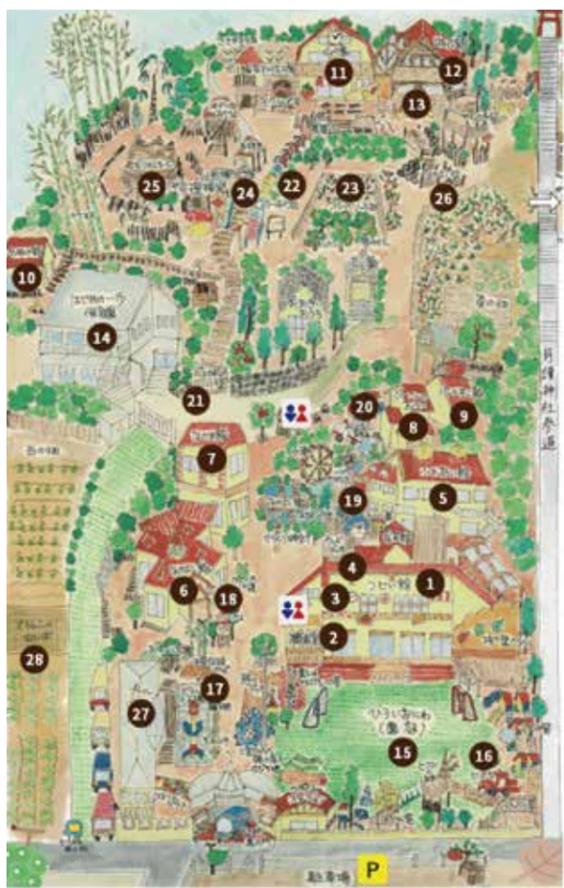
そんなになって遊び、虫を捕まえたり、プールで遊んだり、のびのびと育ちます。



柿の実幼稚園 園長 小島 澄人
長崎県五島列島出身。クリスチアンの家で育ち、神学校で学びながら慶應義塾大学哲学科を卒業し、高校教師となる。1981年に義父が運営していた柿の実幼稚園の職員となり、1984年、園長に就任した。



学校法人 柿の実学園
柿の実幼稚園
住所: 神奈川県川崎市麻生区上麻生7-41-1
電話: 044-988-0229 (代表)
<https://www.kakinomi.com/kakinomi/>



柿の実幼稚園探索MAP

後編 進む自閉スペクトラム症研究

～私が生きている間に薬を届けたい～

前編では、自閉スペクトラム症の治療に真っ向から取り組んでいる、金沢大学の西山 正章教授に「遺伝子と自閉スペクトラム症」のお話を伺いました。今回は、原因から考えた治療の行方をレポートします。



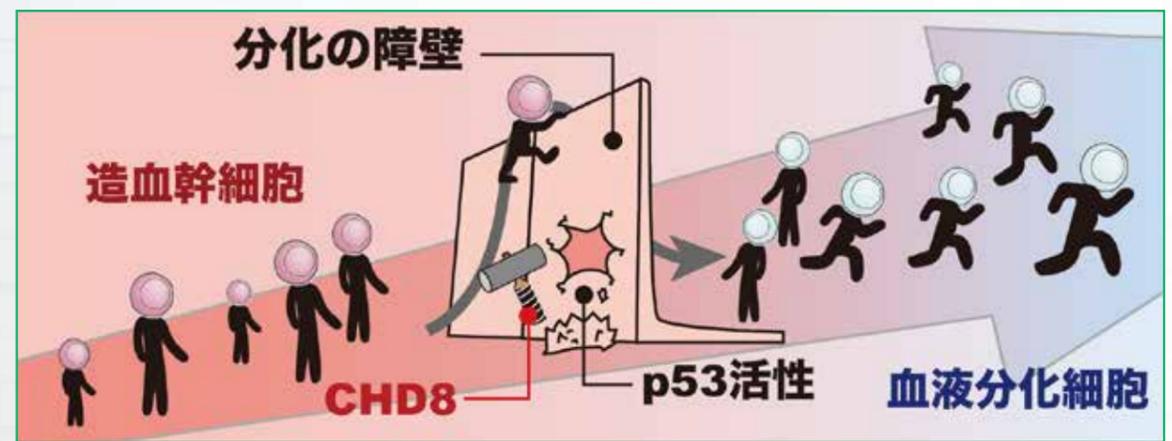
金沢大学医薬保健研究域医学系
組織細胞学(解剖学第一)
医学博士 西山 正章教授
2005年に九州大学大学院医学系
研究科 博士課程 分子常態医学
専攻を修了。九州大学第三内科
医局長を経て、独立行政法人科学
技術振興機構 研究員、九州大学
生体防御医学研究所 准教授、金
沢大学医薬保健研究域医学系 教
授などを歴任。日本解剖学会 代
議員、日本分子生物学会、日本肝
臓学会に所属。著書をはじめ、受
賞学術賞多数。ニュースや新聞で
も度々取り上げられる。

がんにならず不老長寿が叶う？
自閉スペクトラム症をも救う！

前編では、内科医として肝臓がんの治
療を行っていた西山 正章教授が、がん
に関わる遺伝子であるCHD8の研究を
するうちに、自閉スペクトラム症の患者
さんにもCHD8に変異が入っている
ことがわかり、研究を始めたことを記事
にしました。このCHD8は、細胞が増
殖・分化を繰り返していく(細胞が生ま
れかわって新しくなる)間に、越えなけ
ればならないp53という壁を壊す役割を
果たしています。通常、p53の壁は増殖・
分化を防いでいますが、この壁が全くな
ければ、細胞は異常な増殖・分化を繰り返
し、人はがんになってしまいます。

西山教授は、「CHD8はp53という壁
に穴を開け、細胞の増殖・分化を助けてい
ます。ですから、理論上はCHD8の量を
調節すれば、がんにならず、不老長寿が
叶えられるのです」と言います。続けて、
「自閉スペクトラム症の患者さんは、
CHD8が半分しかないため、イメージ
としてはp53の壁が高く、細胞は増殖・
分化をするための壁が乗り越えられない
ということになります。そのため理論上
は、自閉スペクトラム症の患者さんは老
化が早く、がんにはなりにくいのです。
CHD8の量を調節してp53という壁を
低くしてあげれば、不老長寿を手に入れ

ると同時に、自閉スペクトラム症の患者
さんに明るい未来を提供できる可能性が
あります」と教えてくれました。



治療薬としてのゴールは
手軽に使える飲み薬
では、p53という壁を低くする自閉ス
ペクトラム症の治療薬は、どこまで完成



不安障がい調べる実験。



コミュニケーション障がい調べる実験。



飼育中の自閉症モデルマウス。

に近づいているのでしょうか。西山教授
は「まだ研究段階ですが、p53の活性を抑
える薬はできています。まだ人には応用
されていませんが、p53を壊す低分子化
合物も開発されています」と言います。
「ただ、自閉スペクトラム症本来の原因
場所は脳の神経です。薬剤を脳に届ける
ためには、血液脳関門を通過させなけれ
ばなりません。」

生き物には、外の刺激から脳を守る血
液脳関門という仕組みがあります。血液
の中に入った有害物質が、簡単に脳に到
達しないように、ここで守っているのだ
です。この関門があるため、飲み薬はもち
ろん、注射や点滴で薬を入れても、血管
を通って行けるのは脳の表面まで。神経
には入り込めないのです。薬は通常、人
にとつて有害物質と認識されてしまう
ので。つまり、うまくそこを通す薬を
開発しなければ、自閉スペクトラム症の
治療には使えないのです」と西山教授は



言います。

脳には水が溜まった空洞があり、そこ
に注射で直接薬を注入する方法は考え
られるとしながらも、「治療薬の最終
ゴールは飲み薬です。少なくとも自分が
生きている間に治療薬を開発して、自閉
スペクトラム症の患者さんたちに行き
渡らせるようにするのが、私の夢です」
と研究のモチベーションを力強く語り
ます。

CHD8を正常に戻せば
自閉スペクトラム症は治る？

自閉スペクトラム症の完全治療につ
いて、西山先生は、「自閉スペクトラム症

は、お母さんのお腹の中にいるときに、
何かしらの原因で、CHD8遺伝子に異
常が発生したと考えられています。です
から、胎児のうちに遺伝子治療ができな
いと、完治させることは難しいのです。
ところが、最近になって、動物実験レベ
ルではありますが、誕生後に遺伝子治療
をしても、自閉スペクトラム症の一部の
症状が治るといふ報告が出ています。

そこで、私たちは、生まれた後、遺伝子
の中にあるCHD8を正常に戻すこと
で、自閉スペクトラム症を治すという研
究をしているのです。もし、それに成功
したら、技術的には自閉スペクトラム症
以外の発達障がいの治療にも、有効で
しょう」と言います。

一部の症状とは、コミュニケーション
障がいを含んでいるのだそう。「自閉ス
ペクトラム症において、日常生活で一番
問題となるのはコミュニケー
ション障がいです。注意力障がい
や不安障がいなど、その他の症
状については、今現在すでに抑
制する薬があり、多くの患者さ
んが使っています。しかし、コ
ミュニケーション障がいを治す
薬はありません。ここが改善さ
れば、患者さんの生活の質は
随分良くなると思います」と西
山教授。西山教授のさらなる研
究が待たれます。

医学シリーズ3は20～21ページに

誰かと話したくなったら 心にモヤモヤ・イライラを感じたら 訪ねたい「あなたの居場所」 あだち若者サポートテラス SODA

「心の不調は、早めに解決しておく方がいい」という理由から、
どんな悩みでも気軽に相談できる場所として開設されたのが
「あだち若者サポートテラスSODA(以下SODA)」です。

悩みによっては医療や福祉などに
つなげてくれることも。そんな
「SODA」を訪ねました。



心のモヤモヤを早めに解決し、
「こころの病」を予防する

SODAが開所したのは2019年7月のこと。そこまでのいきさつを、内野敬室長は「もともととは、東邦大学と東京足立病院が共同し、厚生労働省の研究プロジェクトとしてスタートしました。精神疾患は早期に対処することで、その後の経過が良いことが知られています。一方で、悩みを抱えた方が病院に行くのはハードルが高い。精神疾患の大半は若いうちに発症するといわれていますが、こころの不調を感じたときに、いきなり病院を受診するのは難しいこともあるでしょう。心の不調や困りごとを抱えた若者が気軽に相談できる地域の窓口と



SODA室長 内野 敬さん(精神科医)
と、相談員の小辻 有美さん(精神保健福祉士・公認心理師・社会福祉士)

る支援機関につなげていきます。

フォーム・LINEから面接の予約を入れ、相談員と話をするというもの。相談員の一人、小辻有美さんは、「初回は1時間程度話しますが、1回では心のもやもやが晴れないと思いますので、2回目からは30分程度、半年にわたって話をするのができます。例えば『仕事に行くのが嫌だ』『理由は分からないけど、何となく気持ちが落ち込む』『ここ数日、眠れない』『経済的に困っている』

悩みは通常、いくつかが重なっていきます。例えば、「人間関係がうまくいかなくて、仕事に行けず、家族とも話したくない、経済的に困っている」など。ご本人も、何からどうしていいかわからないという状態であることが少なくありません。そんなときは、専門家が入って、ご本人と一緒に一つずつ整理をしていきます。相談内容はどんなことでもいいですし、原因などが分からない、うまく話せなくても大丈夫です。気軽に訪ねていただければと思います。中には、親御さんからの問い合わせもあります。内野室長は「小さい頃はよかつたけど、大学に行ったり、社会に出たりしてつまずいてしまいう方もいらっしゃると思います。



SODAは一応15〜25歳の方を対象としていますが、中学生や26〜29歳の方とも話すことができますので、何かあれば話しかけてください。外に出るのが辛い方とは、ビデオチャットで話すこともできます。『困ったら来る』というイメージで、小さな事でもすぐに来て欲しいと思います。『問題を自分で整理して来なくていいので、困っていたら取りあえず来てください。整理はみんな



る支援機関につなげていきます。悩みは通常、いくつかが重なっていきます。例えば、「人間関係がうまくいかなくて、仕事に行けず、家族とも話したくない、経済的に困っている」など。ご本人も、何からどうしていいかわからないという状態であることが少なくありません。そんなときは、専門家が入って、ご本人と一緒に一つずつ整理をしていきます。相談内容はどんなことでもいいですし、原因などが分からない、うまく話せなくても大丈夫です。気軽に訪ねていただければと思います。中には、親御さんからの問い合わせもあります。内野室長は「小さい頃はよかつたけど、大学に行ったり、社会に出たりしてつまずいてしまいう方もいらっしゃると思います。

しましう」と。
SODAでは、相談に来やすくなるため、ガラス張りで見える建物にし、内観は明るく、ホームページには相談員の紹介が書かれています。
少しでも多くの若者を救うため、SODAの仕組みを広げていく

2022年には埼玉県川口市に「こころサポートステーションSODAかわぐち」が開所しました。内野室長は「悩みを抱えた若者はたくさんいます。足立区だけに相談スペースを作っても限界があります。そこで、市の委託事業としてSODAの仕組みを使った相談窓口を開設しました。今後、自分たちで情報発信をしながら、この仕組みを使った窓口がもっと増えると思います。実は、東邦大学では、このSODAの仕組みを広げる取り組みを行っています。もっと協力してくれる団体が増えて、若い方が街で気軽に相談できる社会となるのが理想です」と言います。



なり、心の健康を保つための支援や、必要ならば保健、医療、福祉のサービスにつなぐ橋渡しをするため、作られたのがSODAです」と教えてくれました。

実際、「こころの病」は生涯において5人に1人が経験するとされ、その多くは25歳までに発症するのだそうです。「オーストラリアやシンガポールでは国を挙げて、街中に若者のための相談窓口を設置する取り組みを行っています」と内野室長。SODAはそれらを参考に作ったとのこと。

利用は足立区在住か区内の学校もしくは職場に通っている人に限られますが、電話・ホームページのお問い合わせ



あだち若者サポートテラスSODA

住所:東京都足立区千住2-29-2
電話:070-1353-3216
営業時間:10:00~19:00(定休日:火・日・祝)
<https://www.soda-adachi.com/home>
予約制:電話、
<https://www.soda-adachi.com/> 予約お問い合わせ
LINE(SODAで検索)



こころも

住所:埼玉県川口市前川1-1-11 2F
電話:080-7307-2766
営業時間:10:00~19:00(定休日:水・金・日・祝)
<https://www.css-soda-k.com/home>
予約制:電話、
<https://www.css-soda-k.com/> 予約お問い合わせ
LINE



企業探訪

株式会社 AVENIR

東京都荒川区東日暮里4-27-11 プラズ東日暮里 TEL:03-6910-4556
<https://www.avenir2017.jp>
<https://www.youtube.com/@avenirentertainment6506/featured>



株式会社 AVENIR
 代表取締役
 たなか やすゆき
 田中 康路

テレビ局制作会社勤務後、ウエディング衣装専門ブランドが展開する事業に関わり、独立。日本初の知的障がい者タレント芸能プロダクションとして2017年に株式会社 AVENIR設立。2021年に知的障がい者向けのカルチャースクール「アヴニールスクール」を設立。現在、株式会社AVENIR 代表取締役の他、アヴニールプロダクション 代表、SOLUNA プロデューサー、アヴニールスクール 運営代表、アヴニールミュージック プロデューサーを務める。

知的障がいがあっても、プロの女優・俳優として活躍できる

知的障がい者にも
 エンターテイナーの原石はある

おそらく日本初の知的障がい者専門の芸能プロダクション「AVENIR」。日本における障がい者教育の母・石井肇子さんの生涯を描いた映画『筆子』その



愛(2007年公開)に、実際に障がいがある子ども達がキャストインゲされたのが、この事業を始めるきっかけだったそうです。

株式会社 AVENIR 代表取締役の田中康路さんは、「出演者のお母さんに業界の方がいらっしやって、『1997年に公開された『八日目』という映画で、主演のパスカル・デュケンヌはカンヌ国際映画祭・主演男優賞を受賞しました』とおっしゃいました。彼はダウン症の俳優です。それで、知的障がい者を芸能界にという活動に関わりました」と。また、「最



初は、表現者としては、まだまだ原石のような状態の子たちでした。でも、我々はプロのエンターテイナーとしてお客さまに披露するので、そのままではいけません。そこで、私たちはこの原石をレッスンして磨くことにしたのです」と今に至る経緯を話してくれました。

こうして約15年間、知的障がい者に関わってきた田中さんは、「10年前は、ダウン症の女優がいじめられて泣く演技をしていると、視聴者から非難されたこともありました。CMに所属俳優を推薦すると、炎上を気にするスポンサーに断られたこともあります。SDGsや企業の



取り組みなどもあり、最近になってようやく、障がい者を起用するという風潮に変わってきた気がします。とはいえ、変わらない部分もあります。例えば、今でもレッスンや撮影でスタジオを借りようとすると、体よく断られるなどが、変わらない部分です」と振り返ります。

オーディションの先には プロのレッスンが待っている

株式会社 AVENIR の所属タレント募集は全てオーディションです。



知的に障がいのある主人公たちの心の葛藤を描いたヒューマンミュージカル「塔の外のランウェイダンス」
<https://to-run.avenir2017.jp>

「オーディションで即戦力となる俳優・女優を探すのですが、レッスンは必須です。もうひとつ、プロダクション所属のタレントとしてホームページには掲載されていないものの、将来を嘱望されたレッスン生として採用することもあります。今、プロダクション所属タレントは、俳優、モデル、エンターテイナーなどを含めて31名、レッスン生は約40名います。レッスン内容は、必須科目の演技、ポイストレーニング、ポージングの他に、ダンス、パフォーマンスアーツ、ウォーキング、アートワーク、日舞、殺陣などさまざま。どのクラスも現役の業界関係者が講師です。知的障がいとしては、言葉でのコミュニケーションがほとんどできない重度の方もいます。でも、みんな本当に熱心です」と田中さん。

レッスンでこだわっているのは、両親をレッスン室の中に入れていないことだそう。その理由を「知的障がいの方々には、どこかで『親がいないと生きていけない』ことを理解しています。そのため、親の発言が絶大な影響を与えてしまうからです。例えば、自分がどれだけやりたくても、親が『ダメ』と言うとやりません。逆に、親が喜ぶことをやろうとします。でも、エンターテイナーメン



トは自分発信でなければ、人の心を動かすことはできません」と話します。

レッスンの先に待つ、 プロの世界

両親がいない空間で、皆さんのようにならなければならないのか。「レッスン前に着替えるのですが、中には自分で着替えられない子がいます。できるようなるまで辛抱強く対応します。しばらくすると、レッスンには遅れてしまいますが、自分で着替えられるようになっていきます。協調性が難しいと言われていた子が、ちゃんとハモれるようになったり、人と合わせて演技ができるようになったり

り、できないことができるようになる姿を見るのは、とても感動します」と田中さん。

こうしてレッスンを受けた所属タレントの中には、TBSドラマ「アルジャーノンに花束を」(2015年放送)に出演していた石井貴浩さんや、NHK BSプレミアム「BS4K」家族だから愛したんじゃなくて、愛したのが家族だったにメインキャストとして出演している吉田葵さんがいます。みなさん、生き生きと自分の演技をしています。



吉田 葵
 2007年1月4日生まれ、東京都世田谷区出身。趣味は踊ること、バスケット、レゴ、工作など。2019年に舞台「すきま」、2021年には「世界ダウン症の日キックオフイベント2020」に登場。2023年NHK BSプレミアム・BS4K「家族だから愛したんじゃなくて、愛したのが家族だった」にメインキャストとして出演。
<https://www.youtube.com/@aoi254>

アヴニール公演ミュージカル
「塔の外のランウェイダンス」
 2023年10月29日(日) ※振替公演の開催決定
 上演時間 ①13:00開場/14:00開演
 ②17:00開場/18:00開演
 劇場名 日暮里サニーホール

DELISH KITCHENのレシピ制作の裏側に潜入！

今回は、日々フードスタイリストの方々が研究し作成しているレシピを、実際に動画として撮影するDELISH KITCHENの心臓部とも言えるスタジオにお邪魔してきました。作業台には、作る人の目線に合わせて撮影できるように、真上にカメラが設置されています。フードスタイリスト・吉野さんは「ユーザーが動画を見て分かりやすいように一つ一つの工程を丁寧に作ることを大切に

しています」と、テキパキと料理をしながら答えてくれました。

料理後はお皿にきれいに盛り付け、食べる人の目線で撮影していきます。全フードスタイリストが同じクオリティで撮影できるように、マニュアルもしっかり用意されています。こうしたスタジオの工夫により、分かりやすいレシピ動画が生まれていました。



撮影品質を揃える工夫がここに

出来上がり後のスタイリングもフードスタイリスト自ら行っています！

動画で見てレシピが分かりやすいように、工程をしっかりと撮影！

フードスタイリストが同じクオリティで撮影できるように各所に工夫があります。

料理をしながら撮影ができる、こだわりのスタジオ。

FROM FOOD STYLIST



フードスタイリスト・吉野千穂さん

【ココロとカラダに栄養を♪】をモットーに、手軽に作れるものや、一風変わったアレンジレシピなど食卓に彩りを添えられるようなレシピを日々お届けしています。
『DELISH KITCHEN』を通じて、おいしい！楽しい！幸せ！そんな瞬間をたくさんの人と共有していきたいです。

おいしいご飯を家族で囲み、元気をチャージ



手軽に作れてしっかり食べられる 今月のおすすめレシピ3選



動画でレシピをチェック！



包丁を使わずに♪
豆腐とキャベツのハンバーグ



動画でレシピをチェック！



ポン酢だれがおいしい！
豚バラキャベツのフライパン蒸し



動画でレシピをチェック！



包まず簡単♪
折りたたみ餃子

野菜もしっかり摂れる冷凍弁当Mealsで疲れた一日をおいしく補おう！

レシピ動画のDELISH KITCHENがプロデュースし、レシピと同様にお弁当の内容も全て管理栄養士が監修しています。「野菜量120g以上」「カロリー350kcal以下」などダイエット中でも罪悪感無く、毎日でも頂ける献立です。カンパニー長・菅原さんにサービスのこだわりを伺うとともにスタッフも実食させていただきました。

カンパニー長・菅原千遥さんインタビュー

おいしく健康に食べられる、DELISH KITCHENらしさのあるお弁当を。

レシピ動画では料理する部分をお手伝いしていますが、さらに肩の力を抜いてもらえる形でご家庭の食事をサポートできないかと、サービスを始めました。レシピ動画と同じく、様々な家族形態の方に活用していただいています。DELISH KITCHENならではの“栄養バランスが考えられている”ことが大きな特徴なので、お子様にも安心して食べさせられるという声やダイエット目的で使われている方、一人暮らしの年配の親御さんに送っているという方もいらっしゃいます。

塩分量・カロリー・糖質は制限しながらも、食材は16品目以上取り入れて健康に美味しく食べられるお弁当というものにこだわっています。真空パックで密閉されているので、おいしさも損なわないような作りをしています。お弁当



のおかずだけで食べるのももちろん、少し足りないと思ったらご飯を別で用意していただいてもおいしく頂ける味付けになっています。



～多忙なご家庭の“食べる”を支える～

動画で簡単おいしいレシピ

特別編

スタッフが頂いてみました♪



味付けは水っぽさも無く、しっかりと付いていることに驚きました！食材の食感も損なわれずとても美味しく頂けました。カロリーや栄養も考えられていると思うと、続けて食べても安心です。

栄養バランスはもちろん、味のクオリティにもしっかりこだわっています！
広報・岡田なな子さん



Mealsはこんなに楽々

1. 宅配でお届け。選択したプランによってお届け周期が選べるので、ご家庭の冷凍庫や必要頻度に合わせてストックできます。
2. レンジで4分。端に少し切り込みを入れて、袋のまま電子レンジで温められます。お皿に盛り付け直す必要も無し！
3. チンしてそのまま「いただきます♪」食ごとに袋分けされているので、取り出さずにお召し上がりいただけます。
4. 食べ終わったら捨てるだけ。面倒な皿洗いも無く、片付けが簡単にできるので忙しい一日の食事にもピッタリです。



7食セットのお届け周期が選べます！

1WEEK	1週間に1回
2WEEK	2週間に1回
3WEEK	3週間に1回
1MONTH	1ヶ月に1回

※2023年7月時点の情報です。詳しくは公式サイトをご覧ください。

メルディア特典
初回購入
1,000円オフ！

