



# のびのび発達支援教室 「森のくまのこ」を主宰

市川俊一さん（63歳） 乙女

学生時代の市川俊一さんは周囲に、幼稚園を作る夢を語っていた。どんぐりの木だらけの園庭に、長靴を履きバケツを手にした園児を遊ばせたかった。教諭として、幼稚園児から中学生までを教えた経験をもとに作ったのが私塾「森のくまのこ」だ。絵本コレクターでもある市川さんは、人間の都合に振り回される熊が主人公の絵本の題名『ぼくはくまのままでいたかったのに…』から自戒を込めて塾の名を決めた。学校に

なじめない少数派の子供たちを、社会生活への自信とスキルを身につけられるように養育するのが目的だ。これまでに不登校をやめた子はもちろん、進学を果たした子がいる。芸作家にもう一步の塾生もいる。その一方で「どこまで続くとしてもそれを越えて行かなければならない」現状の塾生もいる。市川さんが行うのは「実現したい夢に向けての応援」で、目標は「心の豊かな人だ」と認められる力を持つるようにすることだという。

現在は県外からも含めて、定期的に通うのは三歳児から成人まで約二十人。塾生は市川さんを「先生」ではなく「ボス」と呼ぶ。

市川俊一さんとモモ

モモは市川さんの「先生」ではなく「ボス」と呼ぶ。

不安や辛さ、困っている事ははっきり言える塾生には、その「気持ちに寄り添い」対処法を即答する。後で修正するとしても即答して指針を示すことが重要だと市川さんは話す。自分が少数派だと感じていて説明できない辛さを抱える塾生には、ゲームやさりげない会話で得意分野を見極めると自信につながる。作業が上達する。基礎は1対1で付き合う。

塾生と面談する毎回の1時間は真剣勝負だ。何が話題になるか分からない。経験や知識を総動員して向き合う。母に繰り返し読んでもらった童話、遠出をしてまで集めた自動車のカタログ、自転車旅行の行路、「徒労だな」と吐き捨てるように言った上司の顔、崩壊学級立て直し請負人のようだった多忙の日々、短期海外研修で味わった人種差別の恐怖…。時にはパート

ナード「モモ」も助太刀する。「モモちゃんに会いたくて」出かけてくる子もいるからだ。市川さんには大きな夢がさらに二つある。発達障がいの人々にも高齢者介護と同じように、コーディネートが必ず付いて医療や教育その他の専門家チームが支援する体制ができること。そうしなければ不安に駆られた家族がSOSを発信することは、無くなる。もう一つは「障がい者雇用」という時に発達障がい、精神障がいなど全ての障がいが含まれることを皆が知ること。

孤軍奮闘の日々の楽しみ

に、市川さんは小諸図書館での読み聞かせボランティアを始めた。「子供たちが絵本を読む楽しさを知って、心の豊かな人に育ってほしい」ボス市川の願いだ。

（取材・文 佐藤 万千子）

ゆらさんの四季の薬膳  
春はからだの大掃除

春。家中の窓を開け放ち、バートと新鮮な空気を入れたいですよね。からだも同じで、冬の間に体内に溜まった老廃物を外へ排出し、身軽になりたい時、薬膳的にいうと解毒です。解毒十体重減を目指す人のために、週末プチ断食をご紹介します。抗加齢学会の青木晃医師が考案したもので、月2回、隔週で週末2日間だけ実施するゆるいダイエット。用意するものは、プロバイオティクス系ヨーグルト5個、栄養補助ドリンク（豆乳、野菜ジュース、フルーツジュースでも可。砂糖入りは不可）、ミネラル炭酸水＋レモン汁。いよいよ開始です。助走は金曜日夜から。軽めの和食でアルコール抜き。土曜日は朝昼晩の食事時間に合わせ、ヨーグルト、栄養補助ドリンクをとります。日曜日の朝、昼も同じ。夕食はおかゆと具のないみそ汁。月曜朝は軽めの朝食を。断食中は代謝を高めるため重炭酸イオンが多く含まれたミネラル炭酸水をたっぷり飲むことを忘れずに。

（国際中医薬膳師 小清水由良）