



## ナデシコ（撫子） 三村 千秋

— チンゲンサイ —

例年になく梅雨が明け長く続く猛暑の夏。お子様だけでなく保護者の皆様も暑さから身を守る厳しい日々をお過ごしのことと思います。

4月から園・学校をたくさん巡回しましたが、先生方の様々な支援や工夫の中で徐々に新しい環境に慣れ、成長していく子供たちの姿がありました。中でも主体性を育てるために自ら動くことができるための視覚的支援や自分に合った内容を行うためのICTの活用が増えてきました。

さて、私はキャリアカウンセラーとして多くの企業やハローワーク等の方からお話を聞くことがあります。変化の激しい社会の動きやAIの普及など私たちを取り巻く環境は変化しています。

そのような中、最近の話題として「チンゲンサイ」という言葉を聞きました。「ハウレンソウ」は報告・連絡・相談という意味を皆様もご存じでしょう。「チンゲンサイ」とは……。沈黙しないで、限界まで黙っていないで、最後まで我慢しないで、という意味だそうです。

ハウレンソウは職場の上司が「やりましょう」と伝える内容ですが、「チンゲンサイ」は「気をつけましょう」という逆アプローチだそうです。社会人だけでなく、私たちにとっても大切ではないでしょうか。

ぎりぎりの限界に達する前に、早め早めに話し合いや相談をすれば改善することもあるでしょう。問題を抱え込まないでSOSを求めることは現代社会に生きるすべての人に必要なスキルと言えます。

次号では、以前にお伝えした、支援はズーとされるままでなく、自分を知り、必要と思える支援を他者に伝える「セルフアドボカシー」と同じような意味のある「援助を求める力」について述べていきたいと思っています。現代社会を生きる私たちにとって必要なことを一緒に考えていきましょう。

## 個別面談

皆様にご心配されている子育て相談や就学相談など、クォーレでは対応が難しかった部分を三村先生にお願いし、個別相談をしていただくことになりました。

三村先生は、数々の実績とご経験をお持ちの方で、今もなお、広島大学客員教授などご多忙な毎日を送られている中、クォーレの療育に賛同して下さり、ご協力していただける運びとなりました。

Zoomでのオンライン面談も可能です。

<https://airrsv.net/qole-hogosyamendanyoyaku/calendar>

↑こちらから予約が可能です。

詳細は教室にお尋ねください。



## お知らせ

Instagram・Facebookの更新が始まりました！

是非ご覧ください！！

クォーレのことをさらに詳しく、  
ブログ随時更新中！

クォーレ ブログ

検索

