

《企画書》

提出者 百田美砂

【タイトル】 これって発達障害・・・？と悩む前に

～元小学校教員が伝える“キラキラの目”を守り抜く育て方～

【概要】

本企画は、学校現場における子どもと保護者・教師の「絆」をテーマに、児童理解によって多様化を実現する学校の未来像、子どもの特性を前に不安が交じりながらも向き合おうとする親子の「絆」をテーマに、人と人とのつながりや奇跡について考える内容です。多様性の重要性が叫ばれてはいるものの、未だ人と同じに「できる」ことを重んじる日本の価値観に対し、ありのままの姿から自身の強みを見出していくことがどれほど心を支え、人生を前向きに変えるきっかけになるのかを具体的なエピソードとともにお伝えします。読者の皆さまが、学校という小さな社会に当てはまらない部分を見つけては不安にさいなまれる感情を一度わきに置いて、強みこそ生きるエネルギーとなることを再確認されることで、子どもの未来を肯定的に描くためのヒントを見つけていただける一冊です。絆の大切さを再確認し、家族・友達・先生との関係が未来をどう広げていくのかを、そっと後押しする本でありたいと願っています。

【想定する読者ターゲット】

- ① 小学生くらいまでのお子さんをもつ保護者
- ② 我が子の個性に悩んでいる人
- ③ 教師としての在り方が見えなくなっている人
- ④ 発達障害をはじめとする個性のバランスに悩む人

【構成案】

プロローグ：「発達障がい」診断が急増する本当の理由

- 学習参観で募る不安…「発達障がいかもしれない」母の嘆き
- 子どもの行動＝親の指示通りが正解？ その思い込みを変えるリフレーミング
- 「今の自分が好き」わずか半数…社会が生んだモヤモヤ
- いちばん戸惑っているのは、ほかでもない子ども自身かもしれない

第1章：子どもの“キラキラの目”を守りたい

- 人前が苦手だった小5が、学芸会で独唱した理由
- 「ほめる」より「認める」—それが子どもの自己肯定感を育む鍵
- 苦手より強みに注目！ 才能を開花させる舞台づくり
- 「思い込み」を外せば、子どもはもっと強く輝く

第2章：診断は本当に必要？ 親が抱える不安の正体

- ダンゴムシが気になりすぎる小1…その心の叫び

- 周囲の指摘やメディア情報が生む「うちの子、発達障がい？」という疑問
- 受診する？ しない？ 決断を焦る前に、親の本音を見つめる
- 「もしかして…」で終わらず、まずはあなたの気持ちを問いかける

第3章：集団の中で救われる！ 学校の可能性

- 授業はつまらない？ うろうろする小3を巻き込む全員参加のアイデア
- こうくんが「目立たなくなる授業」＝誰もが学びやすい環境
- “人との違い”をおかしいと見ないで、小さな成功体験に光を当てる
- その子のキラキラを引き出すための意識転換とは

第4章：親ができること——“おなか”と“こころ”はつながっている

- 腸内環境がメンタルに影響！ 菌検査と発酵料理で見えた真実
- 多動の子どもたちの腸内検査から学ぶ、食習慣のヒント
- 脳の働きを映す“腸内環境”を整えれば、落ち着きが生まれる

第5章：親ができること・教師ができること——“こころ”の栄養は言葉

- 見取る力がカギ！ タイプ別アプローチで自己肯定感を高める
- 親の「当たり前」は子どもにとって当たり前じゃない
- 子どもの行動の裏にある「心の声」をどうすくい上げる？
- 個性を活かすクラスづくりのポイントを伝授

第6章：迷ったときに立ち返る“多様性”の原点

- 白か黒かじゃない！ カラフルを受け入れる社会が未来を変える
- 親が信じる“多様性”こそ、子どもの可能性を広げる
- “普通”や“当たり前”を超える教育現場の新しい風

エピローグ：あなたの子どもの“輝き”は、あなただけが知っている

- 診断やラベルに縛られない、唯一無二の個性を育もう
- 親と子が共に笑い合える未来へのエール

読者の期待を超えるポイント

- ・ 診断を受ける（ラベリングをする）前にすべきことが明確化
- ・ 発達障害を疑いたくなる環境の多くは学校。その学校での教師やまわりの友達の関わりを紹介することで、リアリティーをもって読み進めることができる。
- ・ 心理学的な視点と腸内環境をはじめとする生活習慣改善の両側の視点から伝えている

【サンプル原稿】

これって発達障害・・・？と悩む前に

～元小学校教員が伝える“キラキラの目”を守り抜く育て方～

第1章：子どもの“キラキラの目”を守りたい

□ 人前が苦手だった小5が、学芸会で独唱した理由

その年の学芸会で取り上げる音楽劇は、「レ・ミゼラブル」にしたいと早くから心に決めていた。ミュージカルを観に行った際、この作品に胸を揺さぶられた私。そこで描かれる人間の強さや優しさを、毎日接している子どもたちと一緒に舞台上で表現できたら……そう想像するだけで、秋の学芸会に向けて期待がふくらんでいた。

この学年の子どもたちは元気で活発。しかし、表現することに照れや恥ずかしさを感じがちな年ごろでもある。だからこそ、大作に挑むことで「表現する楽しさ」を体で味わってもらいたい——そんな思いがあった。

時は流れ、ついに劇の配役を決めるときがやって来た。メインキャストになりたい子たちは次々と立候補してくれる。だが、ただひとつ、希望者がまったく現れない役があった……。

それはファンティーヌ役。コゼットの母親であり、貧しさの中で必死に娘を育てながら、職場を解雇されたうえ病気に倒れ、最後には亡くなってしまう難しい役どころ。しかも、このファンティーヌにはワンフレーズの独唱シーンがある。それが、子どもたちが敬遠する理由の一つなのだろうか……。

実は私の中には、「もしあの子が引き受けてくれたら……」という密かな期待があった。その子は、すみれちゃん（仮名）。賑やかなクラスの中で、いつも静かに目立たないよう過ごすタイプだ。授業中も自分から手を挙げて発言することはないし、指名しようとする大きな瞳に涙が浮かぶほどだ。それでも私は知っていた。音楽の時間になると、すみれちゃんの声は透きとおるように伸びやかで、踊りの上手なアイドルに憧れていることも。「やっぱり、ファンティーヌはすみれちゃんしかいない……」そう思いながら、私は意を決して行動に移すことにした。放課後、帰り支度をしているすみれちゃんを見つけ、軽く息をついてから声をかける。

「少しだけ先生と話をしてから帰らない？」

すみれちゃんは黙って、こくんとうなずいた。

そこからは、いろいろな話をした。好きなこと、やってみたいこと、学校生活でわくわくする瞬間……。話すうちに私の確信は強まっていく。「ファンティーヌはすみれちゃんがぴったり」。そこで、学芸会的话题を切り出した。ありがたいことに、すみれちゃんもほかの子たちと同じく「レ・ミゼラブル」を心待ちにしている様子。ただ、どの役をやるかはまだ考えていないという。

私は、自分が初めて「レ・ミゼラブル」を劇場で観たときの感動を懸命に伝えた。どの役もみんな自分の人生を精いっぱい生きているからこそ、あの物語は心を打つのだと。一瞬、すみれちゃんの瞳がかすかに輝いた気がした。気のせいかもしれないけれど、確かにその変化を感じた。

一度深呼吸をしてから、思い切って言葉を継いだ。

「ファンティーヌの人生を理解できるのは、すみれちゃんだと思うの。ファンティーヌのこと、好きになってくれないかな？」

すみれちゃんは、はにかんだように下を向いた。私は胸の奥で「唐突すぎたかな……」と焦りかける。すると、細い声で、

「ファンティーヌ……好きです……」

と、すみれちゃん。けれどすぐに言葉が途切れてしまった。その瞬間、私は少しでも安心させたい一心で言った。

「すぐにやってほしいなんて言わないよ。時間をかけて考えてみて。先生には、すみれちゃんがファンティーヌになって一人で歌うシーンが目に浮かぶんだ……」

すみれちゃんは小さくうなずき、そのまま静かに帰っていった。

[以上となります。よろしく願いいたします]