

センターだより

第27号

2026年10月

発行：心理相談センター

ここ数年は秋の足音が来たと思ったら冬になりました。それだけ夏が暑く、長かったため、秋という季節を余り感じないままに冬を迎えていました。

今年は秋雨前線の影響で長雨で、災害も多くて余り良い印象がありませんが、ある意味、秋という季節が久々に感じられます。

紅葉シーズンも早まりそうですね。紅葉シーズン真っ只中に公開講演会を開催します。参加者の皆様に、大学キャンパスの秋の風景も感じていただけたら嬉しいです。
(心理相談センターTL 前田 敏之)

～ ミニコラム ～

第24回『秋の気配に気づいたら』 特任准教授 小笠原 哲史

あれだけ賑やかだった蝉の音が、いつの間にか虫の音に変わっていました。歩いていると、どこからか金木犀の香りがして、魚屋には秋刀魚が並び始めています。まだ暑い日もありますが、こうした変化に気づくと、秋になってきたなと思います。

季節の変化は、いろいろなところから伝わってきます。カレンダーをめくれば、月が変わったこともすぐにわかります。でも、自分の心や身体の変化には、そんなふうにはっきりした区切りがあるわけではありません。

最近、朝起きるのが少しつらいな。肩に力が入っているな。いつもより仕事が進まないな。そんな日もあれば、今日はよく動けるな、なんとなく調子がいいな、と感じる日もあります。

季節の移ろいに気づいたとき、少し一息ついて、自分の調子にも目を向けてみる。疲れているようなら少しペースを落としてみる。今日は早めに寝ようかな、おいしいものでも食べようかな、としてみるのもいいかもしれません。調子がよさそうなら、その感じをそのまま楽しんでみる。その日の自分に合わせて、少し過ごし方を変えるくらいでいいのだと思います。

秋になってきたな、と気づいたときに、自分の調子はどうかな、と少し確かめてみる。季節の変わり目は、そんなきっかけにもなりそうです。

2026年度 10月～3月 閉室日

10月：12日（月・祝）、29（木）、30日（金）	1月：1日（金・祝）～7日（木）
11月：2日（月）、3日（火・祝）、4日（水）	11日（月・祝）、16日（土）
23日（月・祝）	2月：11日（木・祝）、23日（火・祝）
12月：25日（金）～31日（木）	3月：22日（月・振休）

～ 公開講演会のご案内 ～

発達凸凹のある子の子育て講座 ー児童精神科医が考える育ての極意ー

発達凸凹のある子の子育ては、なかなか寝付いてくれない、好き嫌いが激しいなど苦労が多くても、初めてのお子さんの場合なかなか気づかないものです。幼稚園に行くようになってうまくお友達とやれないことなどがお母さんの育て方の問題とされることが少なくありません。ところが、ほとんどのそういった難しい行動はお母さんのせいではなく子どもの発達凸凹という体質的な特徴だったりします。それは、学校でのトラブルや不登校の原因にもなったりしますが、本講座ではそれらの体質的な特徴について理解を深め、子育ての楽しさをより感じるようになるためのお手伝いになるお話をしたいと思います。

【略歴】

専門は発達精神医学と精神療法

1997年福岡大学卒業後、福岡大学病院精神神経科に入局、以来児童思春期畑を歩む2011年に児童精神と発達障害を専門としたパークサイドこどものこころクリニックを開設。2016年に発達障害専門施設としてパークサイドこどもの発達クリニックに名称変更
主な著書：『教員・保護者のための発達障害の薬・治療・教育支援2 Q & A編』（共著、ジアース教育新社、2025年）

資格：日本医師会認定産業医、日本精神神経学会認定専門医・指導医、精神保健指定医、子どものこころ専門医、特別支援教育士スーパーバイザー

主な外部役職：日本児童青年精神医学会代議員、日本小児精神神経学会代議員、日本ペアレント・トレーニング研究会理事、日本児童青年精神科・診療所連絡協議会理事、日本軽音楽精神医学研究会理事



原田 剛志氏
(パークサイドこどもの発達クリニック理事長)

参加費
無料

定員
200名

日 時：2026年10月24日（土）13:00～14:30

会 場：26号館2階202教室（対面のみ）

申込期限：10月20日（火）17:00

問合せ先メールアドレス：psykoenkai@ml.meisei-u.ac.jp

<https://peatix.com/event/5146840>



～ 活動報告 ～

半期に一度の大掃除を8月6日に行いました。面接室やプレイルーム、玩具などの清掃・消毒を丁寧に行いました。また、GWにはプレイルームなどのカーペットも刷新しております。これからも清潔で快適な環境を整えて皆様をお迎えしたいと思います。

