和歌山県自閉症協会和歌山市分会・紀北分会ニュースレター

Ecola

イ・コ・ラ

No.11
発行　2009 年 11 月 21 日

皆さま､お元気ですか？　前号からアッという間だったような気もしますが､半年ぶりのイコラです。皆さまは、いかがお過ごしでしたか？

思い返してみれば、この半年の間にも、世の中はどんどん変化していますね。季節は初夏から冬の始まりへと変わり、政権も変わり、新しい歌がどんどん生まれ、新しいものがどんどん流行し、去っていく・・・。時々、まるで、電車の窓から景色を見ているような現実感のない感覚に陥るのは、私だけでしょうか？　・・・・・って、ちょっとセンチメンタルな雰囲気で始めてみました(*^_^*)

さて、今号は、イベント報告盛りだくさんの内容です。忙しく過ぎていく生活の中、ちょっとだけ足を止めて、楽しんでくださいね。

NPO 法人和歌山県自閉症協会総会

平成 21 年 5 月 10 日（日）、和歌山中央コミュニティセンター３階ホールにて、ＮＰＯ法人和歌山県自閉症協会 平成 21 年度総会が開かれました。40 名の会員が参加しました。

おなじみ大久保会長の挨拶

県障害福祉課課長 巽さんが来賓として臨席され、祝詞をいただきました。

日頃からご支援いただいている議員（本会会員）の方々の挨拶。
左から、岸本周平さん、和歌山市議の〆木佳明さん、古川祐典さん。

自閉症・発達障害療育セミナー

自閉症のより良い支援を目指して
～小児科医師として・父として・夫として～

総会に先立ち、同日（平成 21 年 5 月 10 日）午後 1 時より、和歌山市中央コミュニティセンターにて、「くまもと発育クリニック」院長 小児科医師、岡田稔久氏を招いて講演会を開催いたしました。
同氏は、社団法人日本自閉症協会理事であり、自閉症児者を家族に持つ医師・歯科医師の会 副会長であり、熊本県自閉症協会 専門部会長としてご活躍されています。

小児科医として、父親として、また夫としての視点から、自閉症児や家族を理解し、支えることについてお話をしていただきました。豊富な内容に加え、和やかでユーモアたっぷりなお話しぶりに、満員の会場は、すっかり笑顔と癒しが漂う空間となっていました。

当日のネクタイは、ピカチュウやポケモンたち。前日は、キティちゃん柄でしたヨ。

和歌山市分会総会

5 月 30 日（日）、和歌山市中央コミュニティセンターにて、NPO 法人和歌山県自閉症協会和歌山市分会の平成 21 年度総会が開かれました。

総会終了後の茶話会では、お菓子をつまみながらアットホームな雰囲気で、会の活動などについての意見交換がなされました。

保護者研修会　男だらけの勉強会

平成２１年6月２８日（日）１３：３０～１６：３０
和歌山市中央コミュニティセンター　会議室にて

自閉症児の親として子供を思う気持ちはお母さんと変わらないお父さんたち。平日の勉強会等は仕事で参加することが出来ないお父さんたちのために、今年度の第１回研修会として「男だらけの勉強会」を実施しました。

勉強会は和歌山大学教育学部附属特別支援学校の岡先生に、「おやじたちへのメッセージ ～父親としてわが子をどう受けとめるのか」のテーマで、自閉症児の行動と対応方法など実例を交えながら判りやすくお話ししていただきました。講演後の自由討議ではお父さんたちが日頃から抱いている問題や悩みなど、参加した皆さんの色々なお話が聞けて私自身も勇気と元気をいただきました。

勉強会のアンケートでは、「自閉症の行動には色々あることが判った」、「男だけの勉強会だったので色々と話すことができた」、「また、実施して欲しい」などの要望をいただきました。日頃から我が子を思う気持ちは強くても、「どう対応してよいのか判らない」と困っているお父さんたちのために、今後も「男だらけの勉強会」は続けていきたいと思っています。お父さんたちが自閉症児について勉強し、行動することにより、お母さんたちの負担を軽く出来たら良いなと思います。

今回参加できなかったお父さんに朗報です。平成２２年１月１６日（土曜）の晩に「男だらけの新年会（飲み会）」を計画しています。参加希望の方は事務局までご連絡ください。

（お父さん代表：伊勢家さん）

保護者研修会

平成 21 年 9 月 17 日（木）
中央コミュニティセンターにて　　参加人数 19 名

今回は会員以外の方も参加 OK でしたので、大勢の方々が参加してくださり、自閉症児者の保護者として悩んでいることを順に話し合いました。皆さん、日々の想いを色々話してくださったのですが、時間が足りずにじっくり話し合うことができなかったのが残念でした。

この反省を生かして、次回は年代を分けた勉強会などを考えています。

サマーキャンプ

このページは、当協会 HP から楽しい文章、写真をお借りしました。

本州最南端　サマーキャンプ 2009 in 潮岬青少年の家

平成 21 年 8 月 8 日　天候不順のこの夏に・・・

　不思議なくらいの晴天に恵まれて、潮岬青少年の家でサマーキャンプが開催されました。

　とびっきりの青空に真っ白な飛行機雲のもと、プールは水しぶきと歓声につつまれました。

「杵屋うどん」つきの夕食に舌鼓をうちお楽しみのキャンプファイヤーへ。

自閉症協会のキャンプへ行って

森山くん

ぼくのお父さん、お母さんとおともだちのかぞくでさんかしました。あそんだり、プールでおよいだり、キャンプファイヤーして、うたったりおどったりしました。おともだちみんなでごはんをたべておいしかったです。とまったところからうみがみえてとてもきれいでした。またみんなでいけるのをたのしみになりました。とてもたのしいキャンプでした。

「相談センターゆず」の橋上さん、「杉の郷えぼし寮」の尾崎さんをリーダーに、ケアホームの面々との大合唱や懐かしのフォークソング、みんなでダンス等々大いに盛り上がり、みんなでワイワイ楽しみました！

９日（日）は予報どおりの雨。でも、昨日プールを堪能した面々は「崖の上のポニョ」を静かに観賞のあと、おいしい牛丼を頂いてお開きとなりました。

ボウリング大会

7月20日（海の日）
参加者56名（内プレイヤー43名）

今回は、CITY!WAKAYAMA の BOWL１２３でボウリング大会が行われました。今回もたくさんの参加があり、とてもにぎやかでした。　**（中谷さんに感想を寄せていただきました。）**

和歌山市内の地域の小学校の支援学級に在籍する 2 年生の男の子の母親です。初めて 親子一緒にボウリング大会に参加させてもらいました。

当日の午前中に私の仕事が入っていたので始まりまでに間に合うだろうか・・とハラハラ・・・。 初めての場所や初めての事に参加する時、どうしても すこし時間がかかる場合が多いので 到着して直ぐに参加できるだろうかという不安がありましたが、 到着すると 顔見知りのお友達を見つけて すこし安心したようで 私のところとお友達の間を行き来していました 。ボウリング大会が始まると「ストライクが出やんからイヤだ！！」と 最初は言っていましたが ガ―タ無しの為 数本のピンを倒す事も出来てまずまず満足 すこし慣れてくると 一緒のレーンで参加していた 成人のお兄さんの肩をチョンチョンと叩いて「順番やでどうぞ。」と合図してみたり お兄さんがストライク を出すと「お兄さん、すごいなぁ～！！」と喜んでみたり・・・。全くの初対面で 年齢も異なる方と一緒だったのですが ボウリングを楽しんで参加することが出来て 本当によかったと思います。 また このような会があると 参加していきたいと思っています。 今後とも ご支援 アドバイスをヨロシクお願いします。

お母さんの親睦ランチ

平成21年7月2日（木）　参加者12名（母11名、子1名）

アミティエ（ワカヤマ第2富士ホテル2F）にて

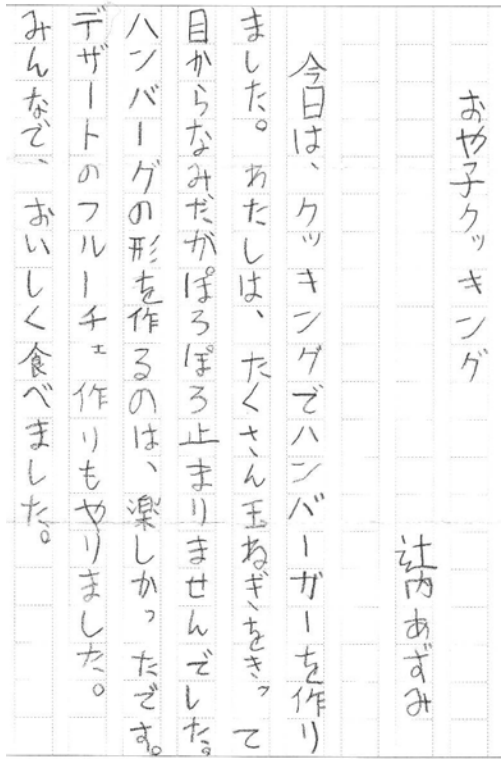
個室のお座敷でゆっくり美味しいフレンチをいただきながら、情報交換など、色々おしゃべりして、楽しいひとときを過ごしました。

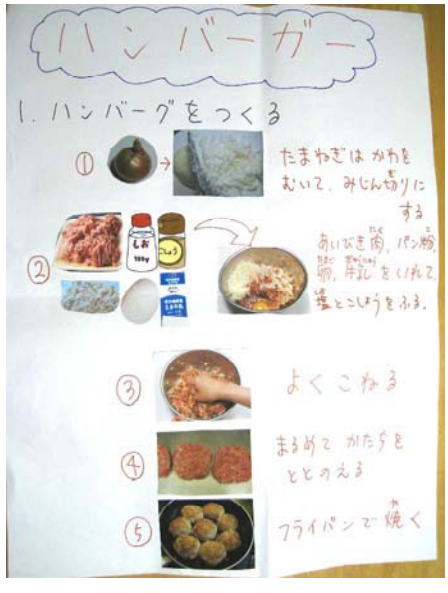
また定期的にやっていきますので、皆さんご参加くださいね。

親子クッキング

夏休み恒例の親子クッキングを 7 月 31 日(金)と 8 月 12 日(水)に行いました。

7 月 31 日のメニューは、「ハンバーガー、ホットドッグ、ポテト、チキンナゲット、フルーチェ」で、親子 13 名が参加しました。みんなが大好きなファーストフードのメニューで、出来上がるのを楽しみにハンバーグ作りからがんばり、とてもおいしくいただきました。





8 月 12 日は「手打ちうどん、かやくごはん、フルーツゼリー」で、親子 15 名が参加しました。手打ちうどんは、粉と水を混ぜたものをビニール袋に入れ、足で踏むのも、それを麺棒でうすくのばすのも力と時間がかかって大変でしたが、上手にできました。カレーうどんやいろいろなトッピングのかけうどんなどを楽しみました。

母親クッキング

6 月 16 日(火)　　19 名参加

３～４ヶ月に１回開催されている恒例の母親クッキングです。四季折々の旬の素材を取り入れたメニューと色とりどりの会話で、毎回華やかに行われています。

お品書き

ゆで卵入りコロッケ
カレー風味スープ
茄子、インゲンのごまあえ
デザート（白玉入り冷やしぜんざい）
おみやげ　　おいしいちらしずし

岡先生のワンポイントアドバイス⑩

～余暇支援について～

附属特別支援学校　岡　潔

イコラ 10 号の中で、青年期・成人期を安定した状態で迎えるための条件として、「仕事」、「生活」、「余暇」のバランスがうまく保たれていることをあげさせていただきました。今回は、その中で「余暇」に焦点を当ててみたいと思います。

子どもたちだけではなく、保護者や専門家のみなさんも長く続けられている趣味をお持ちですか。仕事や子育てが忙しくて趣味なんてと寂しいこと言っておられませんか。どんな人にも自由時間は必ずあります。買い物、電話、ネット、テレビ等、みなさんはきっと時間をやりくりしてリフレッシュされていることでしょう。ちなみに、私なんかは休日にこんな書き物をしているのは趣味なのかノルマなのか分かりませんが、学生時代からボランティアに関わって、自閉症協会に身を置いているのも一つの余暇の姿ですね。私の趣味にはその他に、バードウォッチング（日本野鳥の会員歴 28 年）や野球観戦、バドミントン、献血（献血回数 106 回）等があります。ちょっと変わっているでしょ（笑）。

さて、話を自閉症者への余暇支援に戻しましょう。自閉症者の中には、音楽・水泳・ハイキング・パズル・ゲーム機・旅行・鉄道・お気に入りの収集・カラオケ・写真や絵画など、様々な趣味や活動を楽しんでおられる方もいます。その一方で、自由時間に何をしたらよいか分からず困っているという人もいることも現実なのです。自閉症者が時間をもてあましているサインとしてよく見られるのが、体を揺らす、飛び跳ねるなどの反復行動であったり、同じことを何度も尋ねてくる質問癖であったりします。「自由時間よりもワークをしている方が落ち着いているよね」なんてよく耳にしますが、これって本当は辛いこと。余暇は生活時間の一部であり、生活をいかに組み立てるかということとも関係し、生活の向上をめざすためには必要不可欠なものです。

自分のやりたいことをする時間は楽しいという経験が余暇支援の最初の一歩になります。子どもが一人で遊べることはとても重要です。特に、誰に迷惑をかけることなく、20～30 分でもまとまった時間過ごせる活動があることは親など周囲の者をたいへん楽にします。

学校で作成している個別の指導計画や個別の教育支援計画にも「余暇」の欄は必須です。また、保護者が作成しているサポートブックにも欠くことのできない情報です。個人の得意なこと、興味・関心のある物・活動を観察や評価からしっかりつかんでおきたいものですね。

次に、社会的なやりとりのレベルも知っておきたいものです。他人との距離の取り方、他人への意識、同じ場を共有できるのか、同じ物や活動を共有できるのか、かわりばんこなどの順番が分かるか、簡単なルールが理解できるかなどです。例えば、公園でブランコの順番を待つことが苦手という子どもも多いですから、具体的にどのよう支援があれば待つことができるのかなどを考えていくことになります。

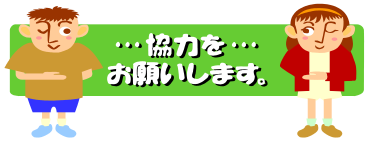
余暇支援のポイントは、本人の興味・関心に基づき、得意なところを伸ばしていくのが原則です。そのためには、本人が楽しめるように環境を整え、その人に合った工夫を凝らしていく必要があります。具体的には、遊ぶ場所を決めることであったり、遊具や物の置き場所を整理したり、スケジュールを併用して見通しをもたせた上で活動させたり、好きな物・活動の中から選択させたり、人と関わる場面をとり入れたりすることなどです。

楽しいことをたくさん経験している人ほど余暇が充実しているかもしれません。でも、無理やり新しいことをさせる必要はありません。また、場所が限られてしまうことやコストが高くついてしまうことなど家族の負担になることは見直す必要があるかもしれません。さらに、生活年齢からの

妥当性についても念頭において支援していきたいものです。

余暇活動は、本人が楽しいということが大切です。我々とは楽しみの観点が少し違うこともあるかもしれません。できるものをどのように活用していくかという視点が大切です。根気よく教えることで身に付くこともたくさんありますから、あきらめずに支援していきましょうね。

社団法人日本自閉症協会 第21回全国大会 in わかやま



開催日まで、あと２３８日♪

来年、7 月 17（土）・18（日）に第 21 回社団法人自閉症協会全国大会を和歌山県自閉症協会が担当し、県民文化会館とアバローム紀の国で開催します。基調講演は、なんとあの茂木健一郎氏に決定！「脳科学から見た自閉症」という演題でお話ししてくださる予定です。分科会（６分科会）には、会長の石井哲夫氏はじめ、全国から著名な先生方が大勢参加してくださいます。

さらに詳しい内容については、次号でお伝えしますが、すごい規模のイベントになりますし、その分、会としての責任も重大です。2 年前から当協会役員や関係者などで大会準備委員会を立ち上げ、着々と準備を進めていますが、大会は会員の皆さんのご協力なしでは開催不可能です。皆さん、2 日間の予定、しっかり空けておいてくださいね～！！　みんなでがんばって必ず成功させましょう～！

次々号の「いとしご」に、この大会の案内チラシが入りますのでチェックしておいてくださいね。

事務局からのお知らせ

平成 21 年も残すところあと一ヶ月程ですが、会員の皆さまにはどの様な一年でしたでしょうか？　事務局として、この一年間は色々な行事を実施して会員の皆さま方の交流や自閉症に対する研修の場をご提供させて頂きました。その中で一番強く感じた点は、会員の皆さまのご協力の上に成り立っていることでした。

来年も皆さま方の意見要望をお聞きしながら、より良い会にしていきたいと思っております。また、来年７月の日本自閉症協会全国大会に向けて、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

（事務局）　伊勢家富士雄

編集後記：このところ急に寒くなったので、こたつに足をつっこみながら、ぼちぼちと編集をやっておりました。会議ではいつも、半年間の行事の写真や資料などを見ながら、すでになつかしくなった様々な出来事やこれからの話に花を咲かせます。今回のイコラでは、「今年は新しい会員さんが増えて、イコラの記事にも協力をいただいたことがうれしかった」というのが、スタッフ一同、“編集後記として記しておきたいナンバー１”でした♪

編集スタッフ：尾﨑富久子・江川かがり・藤原昌子・植野比呂美

《発行》イコラ編集局（連絡先）植野比呂美

※イコラは、Web 版も出しています。絵や写真などカラーでごらんいただけます。和歌山県自閉症協会ホームページからどうぞ！！