

Ecola

イ・コ・ラ

No. 28

発行 2018年11月24日

こんにちは！皆さんいかがお過ごしですか？

今年の夏は、異常に暑かったですね。（確か、前号では「ものすごく寒かったですね」でした。）

それだけでなく、6月18日の大阪府北部地震、7月の西日本豪雨、9月4日に上陸した台風21号、9月6日に発生した北海道胆振東部地震、9月末に上陸した台風24号と、今までにないほど次々と自然災害が日本列島を襲いました。

中でも台風21号は和歌山県にも上陸し、家屋の損壊や停電・断水など甚大な被害をもたらしました。皆さんの中でも「何日も停電して困った！」という方も多かったのではないのでしょうか。

そんなこんなので平成最後の年、私たちの会でも色々な行事が開催されていました。温かい飲み物でもいただきながら、今はゆっくりイコラをご覧ください。

NPO 法人和歌山県自閉症協会総会



平成30年度NPO法人和歌山県自閉症協会総会が、4月8日（日）に和歌山県勤労福祉会館プラザホープ3階会議室にて開催されました。

議案（第1号議案 平成29年度事業報告、第2号議案 平成29年度決算報告、第3号議案 同 監査報告、第4号議案 平成30年度事業計画案、第5号議案 平成30年度予算案）がすべて承認され、閉会しました。



和歌山市分会総会

平成 30 年度 NPO 法人和歌山県自閉症協会和歌山市分会総会が、6 月 3 日（日）に和歌山市中央コミュニティセンターにて開催されました。

総会終了後には座談会が開かれ、勉強会・研修会の提案やレクリエーションなどについて話し合いました。



班長会議

平成 30 年 5 月 22 日（火） 参加者 8 名
中央コミュニティセンター和室（小）



夜に開催される役員会に参加できない役員・班長さんがいるので、総会前に班長会議を行いました。今年度は役員改選の年になっているので、新役員・新班長さんも出席してくれました。

総会資料を見ながら、事務局から昨年度の活動報告が説明され、今年度の活動予定の内容について話し合いました。

新役員（研修担当）の梅田さんから



新監査 新研修担当 新研修担当
西浦さん 道窪さん 梅田さん

今年度、研修を担当させていただく機会をいただきました。会員となって間もないこと、親としても未熟であることなど不安な気持ちで就任しました。ですが、役員の先輩方や、一緒に就任された道窪さんの存在が心強いです。自分に出来る活動に精一杯取り組みたいと思います。

研修活動において、多様な障害について理解を深めること、新たな知識、就労、防災、年金、生活支援制度等々、様々な分野の知識を習得し理解を深めることで、現在・将来の不安や悩みが少しでも軽くなりますようお願いしています。

交流会・勉強会での出会いに感謝し、楽しい時間を共有出来るように務めたいと思います。よろしくおねがいします。

夏休み親子クッキング

平成 30 年 8 月 7 日（火） 中央コミュニティセンター 調理室

参加者 8 名（4 家族）

<メニュー> お好み焼き（豚玉）
プリンあんみつ



連日の記録的な猛暑で、参加者の体調を心配していましたが、みんな元気で無事に開催することができました。（ちょっと元気すぎかも？）

お好み焼きでは『材料を洗う→切る→計る→順番にボウルに入れる→混ぜる→焼く』など色々な作業に、子ども達は、家では見られないほど積極的に取り組んでいました。



お好み焼きのキャベツの切り方が“千切りか、粗みじん切りか？”や、豚肉は“先に焼いてからのせるか、生のまま上にのせるか？”など、各家庭で違いがあることに気付いたり・・・“お好み焼きあるある”が満載でした。

プリンあんみつは、市販のプリン・みつ豆の缶詰・あんこをそれぞれ盛り付けました。子ども達の好みでプリンだけだったり、あんこがたっぷりだったり…と楽しみながらトッピングしました。

美味しく食べて、後片付けをしたら、「さようなら」。夏休みの楽しい思い出になったようです。

道窪さん（母）の感想です

今回、初めて親子クッキングに参加しました。

クッキングの活動自体はあまり得意ではなく家でも料理のお手伝い等はしてくれない息子ですが、楽しみにしている様子でした。

実際、包丁で野菜を切ったり混ぜたり等少しずつですが調理にもしっかり参加できたので私も嬉しかったです。

出来上がった料理も美味しい！とおかわりもして満足な様子でした。

今回、学年の近いお友達ばかりで人数も多くなく息子にとって居やすい雰囲気だったのも良かったのかと思います。

帰宅後もクッキング楽しかったね！とふり返っていました。楽しく参加できたことが何よりです。



停電についてのアンケート

9月4日に上陸した台風21号での停電について、通学・通所などの方（46件）を対象にアンケートをお願いしました。回答を頂いた27件の集計結果とご意見を掲載します。

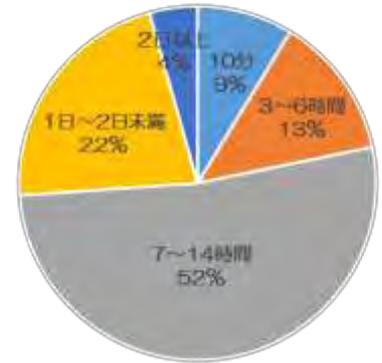
Q1：台風21号の影響で停電しましたか？

- A 停電した…23件（85%）
- B 停電しなかった…4件（15%） → Q6へ

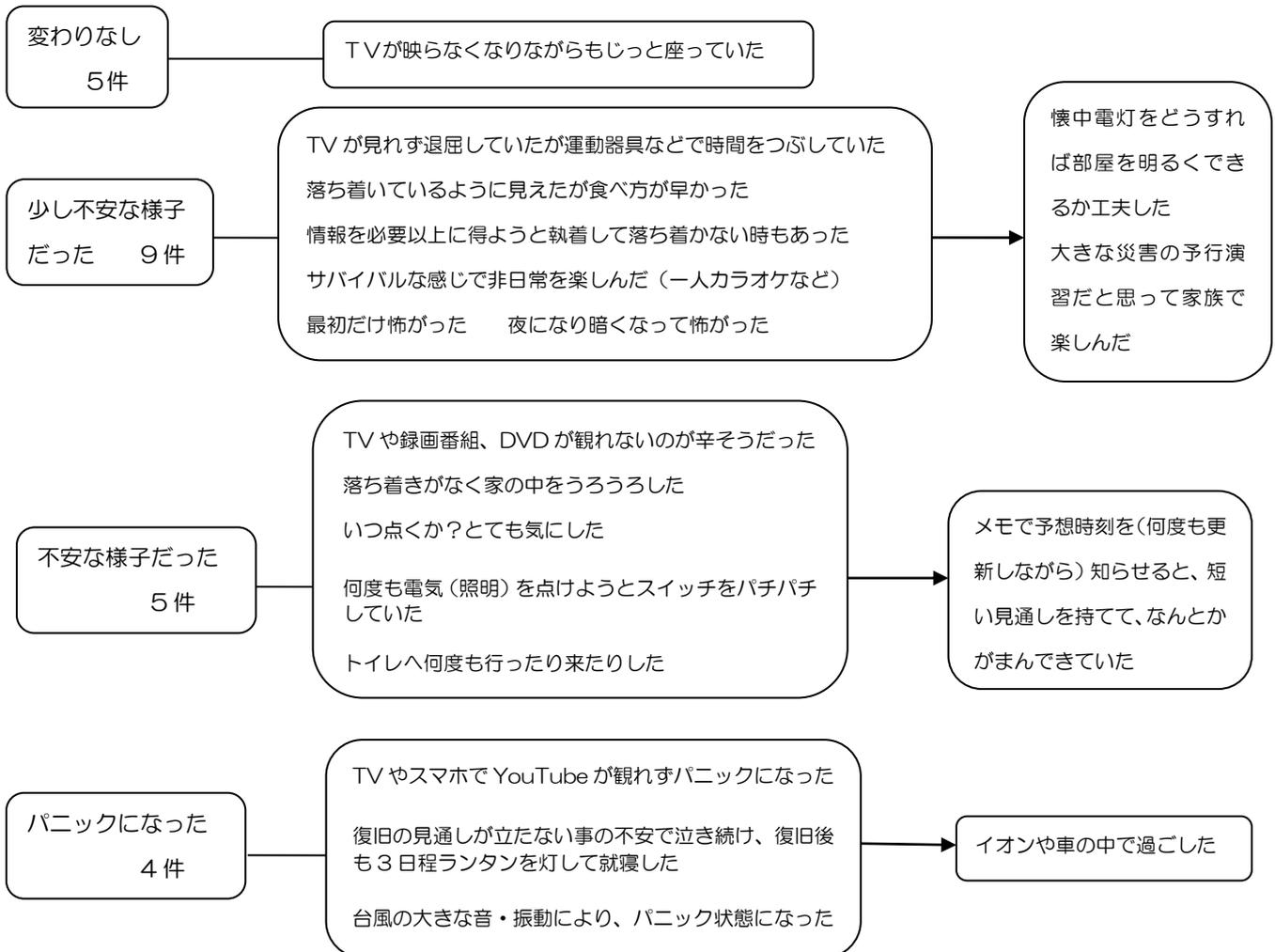
Q2：どれくらいの時間停電しましたか？（実際の日数、時間を記入して下さい。）（23件中）

- ・10分…2件
- ・3～6時間（暗くなるまで）…3件
- ・7～14時間（翌日の明け方まで）…12件
- ・1日～2日未満…5件
- ・2日以上…1件

停電した時間（Q2）

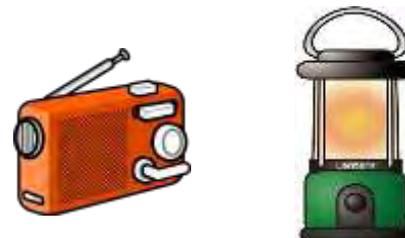


Q3：お子さん（自閉症児・者本人）の様子は、どうでしたか？（23件中）

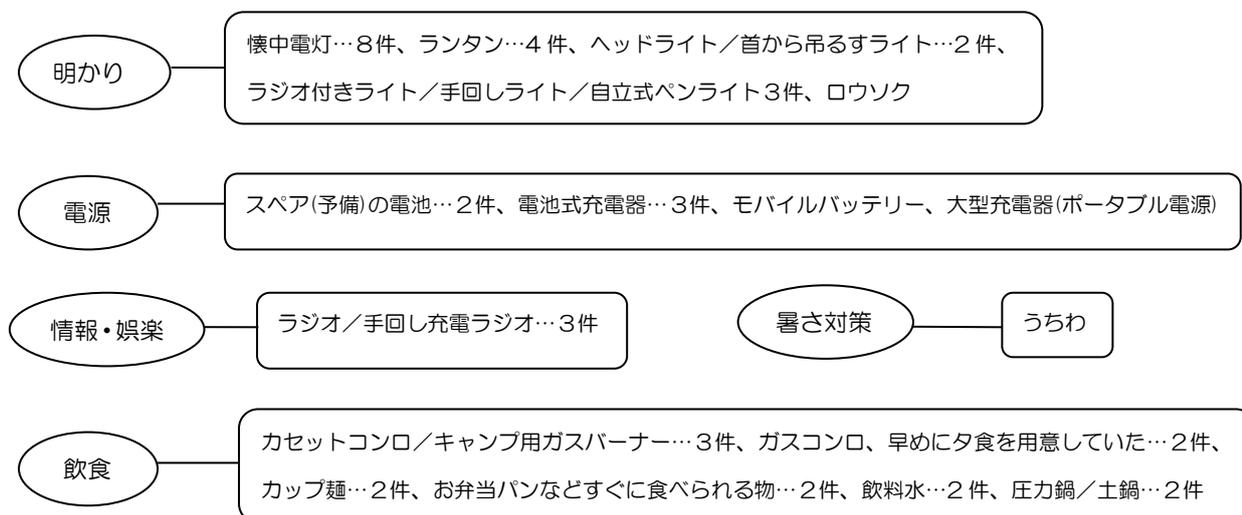


Q4：停電になり、何が困りましたか？（複数回答あり 23 件中）

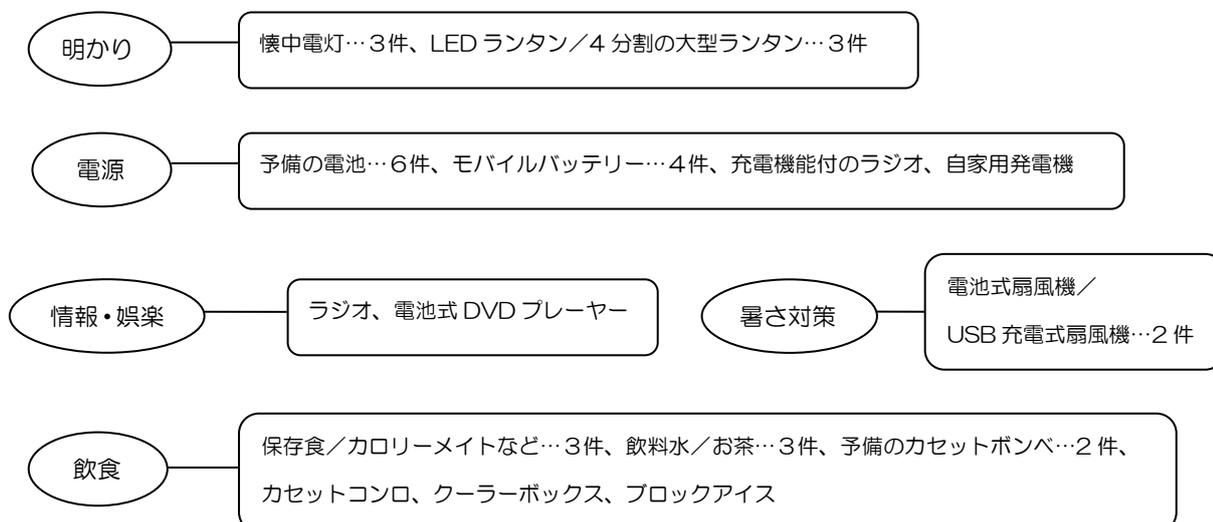
- ・特に困った事はない…3件
- ・情報収集ができない…5件
- ・TV やスマホなどが観れない…4件
- ・エアコンが使えず、暑かった…4件
- ・断水にもなり、トイレに困った…2件
- ・給湯器も動かず、お風呂に入れなかった／水シャワー…2件
- （その他）IH コンロが使えない、冷蔵庫が冷えない、復旧の見通しが分からない、
学校・作業所が休みになった
- （番外）コインパーキングから車が出せず、なかなか帰る事ができなかった



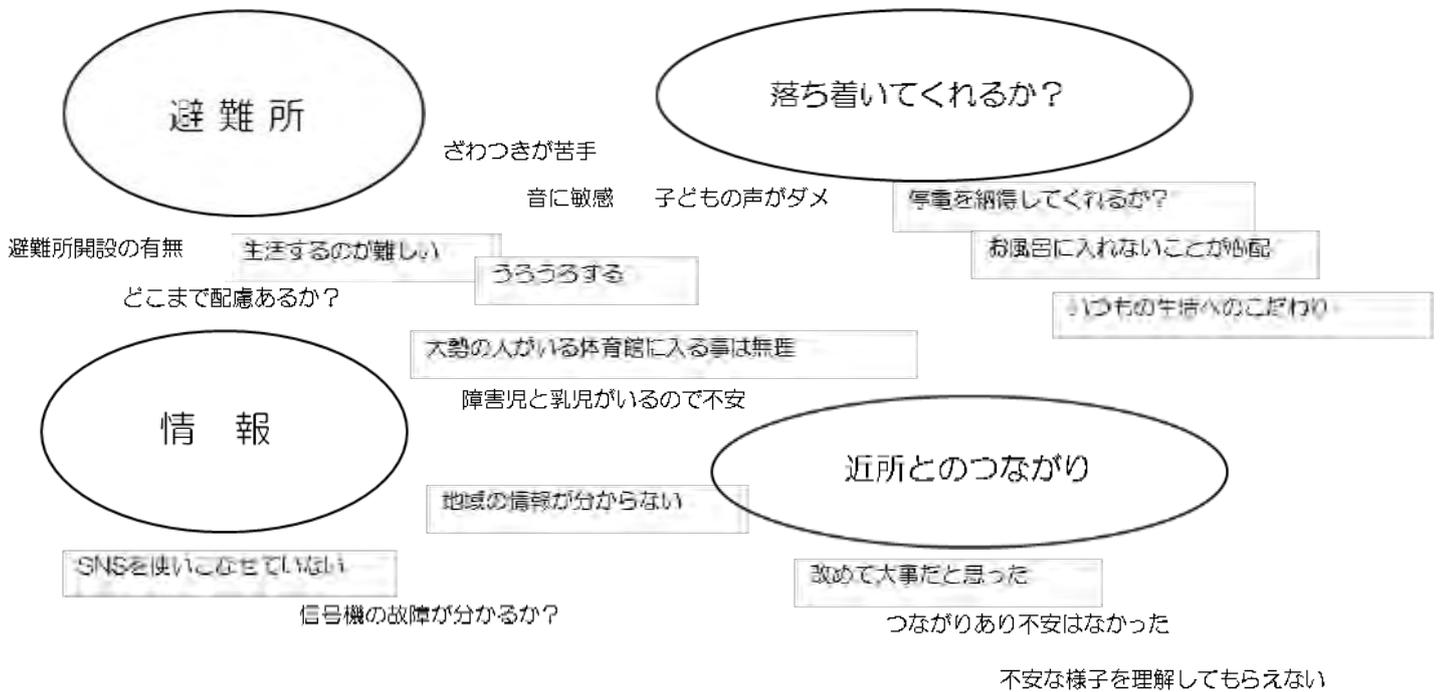
Q5：「“これ” があって（用意していて）良かった」という物は何ですか？（複数回答あり 23 件中）



Q6：「“あれ” を用意しておくべきだった」と思った物、またはすぐ購入した物は何ですか？
（複数回答あり 27 件中）



Q7：その他、災害時に不安なこと等…何かあれば、ご記入下さい。



就学期お母さんの交流会

平成 30 年 6 月 26 日 (火)
 中央コミュニティセンター 和室(大)
 参加者 9 名 (うち一般 3 名)

今回は、学期に一度の、一般（会員外）の方にも参加していただける交流会でした。以前に参加された事のある方ばかりで、初めから打ち解けていて積極的に話されていました。

1 学期ということもあり、「担任が変わった」「変わって欲しかったのに、変わらなかった」や「もうすぐ夏休みやけど、デイサービスどうしてる?」「デイ以外の福祉サービス使った事ある?」などこの時期らしい話題や、「昨年、地域の小学校から支援学校に転入してきて、随分落ち着いてきたので、また地域の小学校に戻りたいのだけど…」とい

う、あまり経験しないような話をみんなで考えたりしました。

2 グループに分かれて話しているにもかかわらず、自分のグループの声が届かない位の笑い声や熱弁が時々聞こえてくるほど、なごやかなムードで進行されていました。色んな事を話してスッキリできる、居心地のいい場所として、いつまでも続けていきたいですね。



岡先生のワンポイントアドバイス⑦

「災害が多発している今、備えはできていますか？」

和歌山さくら支援学校 岡 潔

6月の大阪北部地震、7月の西日本豪雨を始め、歴史的な発生数の台風被害、9月の北海道地震など日本では大規模な自然災害が多発しています。

和歌山県では、台風21号の被害で、多くの方が非日常的な生活体験を強いられたことでしょう。命は守れることができたが、停電や断水により、日常当たり前にできていたことがストップすることのつらさを体験したと思います。臨時休校明けで学校へ登校した子どもたちは、「怖くて眠れなかった」「テレビが映らないのはいや」「ケイタイの電源が切れるのが不安だった」といった感想を言っていました。

災害時の自閉症児者は、以下のことが予想されます。

- ・コミュニケーションが難しい→(言葉のある人でも)困っていることを伝えられない。
- ・人との関係をうまくとれない→集団行動をとりにくい。避難所になじめない。
- ・変更に弱い→予定の変更や、場所の変更を受け入れられない。避難所になじめない。
- ・いつもと違う状況で不安になる→大きな声を出したり、飛び跳ねたりするかもしれない。また、パニック状態になることがある。

それでは、いざという時にどのように対応したらよいのでしょうか。

日本自閉症協会編の「自閉症の人たちのための防災ハンドブック」支援者版と当事者・家族版はとて参考になります。ぜひ読んでみてください。

自閉症児者が苦手なことは、地震の揺れそのものではなく、避難する他の人の様子や非常時の音などに強い不安を感じ、避難行動が困難になってしまう方も多いようです。

自閉症児者の支援で大切なポイントとしては、まず見通しを持たせてあげることです。停電においても12時間、1日、2日と復旧の時間の差はありましたが、どのくらいで復旧されるのか目途があれば気持ちを保つことができたと思います。変更があってもスケジュールで、いつどのように変わるのか絵などで示してあげると落ち着けます。

停電や断水が生じると食事として対応できる飲食物も限られたものになります。手に入れられる物にも限界がありますので、好みの物がなくても限られた選択肢の中から本人が受け入れ可能なものを見つけてあげることが大切になってきます。

自閉症児者が一般の避難所ではしんどい思いをすることが過去の事例からよく知られていることです。慣れない場所の上に、自分を置く空間が不明確で、多くの刺激が飛び込んでくる、特にいろんな音が響きわたっている環境ってどれほど苦痛なことか、我々には絶対に想像することができません。そんな中でもせめて、気持ちを静められるグッズはぜひ用意したいものです。音楽機器とイヤホン、ゲーム機器、タブレット、好きな本、好きなおもちゃなどやっぱり欠かせられないグッズです。災害時には電池や充電器がどこでも品薄になりますのでストックしておきたいですね。

特別支援学校では、年に数回の避難訓練の他に、防災リュックなどを各家庭から用意して学校へ持ってきてもらっています。衣類の他に好きなお菓子や本なども入れてくれています。偏食がある子の場合、備蓄品の非常食や救援物資の食料がスムーズに食べられない可能性もあるので、缶に入った備蓄パンやレトルトのごはん、炊き出しなどを食べる練習をしておくといいですね。

また、常に親がついていられないこともあり、支援を誰に求めるかわかりません。サポートブックやヘルプカード、コミュニケーションブックなども用意しておくことをおすすめします。

各家庭の避難所をどこに決めておくのかは、事前に相談しておき、避難経路や避難場所に家族全員で定期的に足を運んで確認しておくことも必要

ですね。

和歌山県自閉症協会では、県との対話集会において、防災についてはトップ項目として数多くの要望をあげている事項です。甚大な被害が予想される南海・東南海地震に向け、今後も皆さんと一緒に備えを進めていきたいと思えます。

ランチ会

平成 30 年 9 月 10 日 (月) 参加者 8 名
三八波 (みはなみ)

例年は会員全体で茶話会を開催しているのですが、今年度は久しぶりにランチ会を開催しました。

和歌山駅東口の「三八波」で、“ランチセット和彩菜”（お造り、手作り豆腐、サラダ、天ぷら、小鍋、ごはん、デザート、ドリンク）をいただきました。



美味しいお料理に舌鼓を打ちながら、前の週の台風上陸の影響で大変だったことなどをお互い報告しあいました。（子どもさんの作業所がまだ休業中の人もありました(´_`)



また、対話集会の要望についても意見を出し合いましたが、台風の被害や停電があった直後ということもあり、皆さん気になるのは、「避難所で個室を確保してもらえるか？避難所となる学校に発電機はあるのか？」など災害時の対応のことのようでした。

その後も深刻な話から楽しいことまで話題はつきず、時間の許す限りおしゃべりに花を咲かせました。

事務局から

9月の台風21号による被害にあわれた方々にお見舞い申し上げます。また、停電のアンケートにご協力下さいました皆様、ありがとうございました。

岡先生のワンポイントアドバイスにもある『自閉症の人たちのための防災・支援ハンドブック』は、以前お配りしていますが、無くされた方や新会員の方は、『和歌山県自閉症協会』のホームページからも見る事ができますので、是非お読み下さい。



編集スタッフ： 尾崎富久子・江川かがり・植野比呂美

《発行》イコラ編集局（連絡先）尾崎富久子
e-mail: fukuko2939@gmail.com

※ イコラはWeb版も出しています。ぜひカラーでもお楽しみ下さい。バックナンバーもご覧いただけます。和歌山県自閉症協会ホームページからどうぞ！！