

Ecola

イ・コ・ラ

No. 30

発行 2019年11月15日

みなさん、こんにちは！今年の夏も暑く、そして10月初旬まで30度近い日が続きましたが、お元気でお過ごしだったでしょうか。

ジャジャーン！！平成13年（2001年）7月に創刊されたイコラも今回が30回目、No.30となりました。パチパチパチ（拍手👏）

さて、イコラのネーミングについてNo.2に書かれていましたが、古くからの会員さん覚えていますか？新しい会員さん想像して下さい。何だと思いませんか？『もしや…』と思われたあなた、正解です。和歌山弁の「つれもて行こら」のイコラなんです。なかなかユニークですよ。

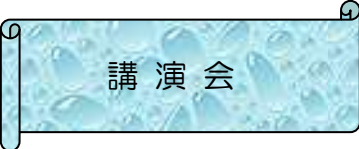
そして、『役員を含めた会員有志が中心となり編集し、分会としての公式の見解のみを伝えるのではなく、会員の自由な議論、交流の場としたいと考えます。』と編集方針を挙げていました。今でもそうになっているか、検証しながらお読み下さい。

それでは、「ほな、さっそく、いこら！」

NPO 法人和歌山県自閉症協会総会

平成31年度NPO 法人和歌山県自閉症協会総会が、4月7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。




 講演会

2019 世界自閉症啓発デー・発達障害啓発週間記念講演会
 主催 和歌山県・和歌山県教育委員会
 NPO 法人和歌山県自閉症協会

記念講演「思いを育てる 自立を助ける」～地域で当たり前働くこと～

明石洋子氏（川崎市自閉症協会会長） 明石徹之氏（川崎市職員）


4月7日（日）に和歌山県勤労福祉会館プラザホープにて、明石洋子氏、明石徹之氏を講師に招いて、2019年世界自閉症啓発デー・発達障害啓発週間記念講演会が開催されました。

まず、お母様・明石洋子氏の挨拶の後、自閉症であり川崎市職員であるご子息の徹之氏が「和歌山の50人の皆さん、こんにちは。はじめまして…」と挨拶をされました。（さすが自閉症！一瞬で数を読む力はすごいです。）

現在川崎市の公務員である徹之氏は、幼い頃から水が好きで、よそのお宅に上がり込んでトイレの水を流したり、物を詰まらせたりしたそうです。洋子氏は徹之氏の水に対する“こだわり”を利用して、トイレ掃除や風呂掃除を教えたそうです。私達なら、水遊びをやめさせることだけを考えそうですが、洋子氏はどうしても治らない水へのこだわりから、『どうしたら障害を治せるか』から、『ありのままの徹之を認める』へ、『どうしたら自立できるか』『どうすれば幸せになれるか』へと考え方を変えていったそうです。

そして『ありのままに当たり前地域に生きて』というノーマライゼーションの考えのもと、地域の小・中学校に就学させ、徹之氏の「高校に行きたい!」という意思を尊重して勉強を教えました。徹之氏は夜間の定時制高校に合格し、次は公務員試験を受けて採用され、川崎市の職員として20年余り働かれています。何よりも徹之氏本人の「何をしたいか」という自己決定を重視し、それを実現できるように支援し、自立につなげてきたというお話をされました。

お二人は講演の後、白浜に泊まれ、アドベンチャーワールドでパンダを見て帰られるとのことでした。きっと徹之氏の希望だったのでしょう。


 和歌山市分会総会

平成31年度NPO法人和歌山県自閉症協会和歌山市分会の総会が、6月16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。藤原会長の挨拶の後、新しく障害者支援課長に就任された西岡貞晶課長より祝辞をいただきました。例年より、多くの会員さんが参加していました。

総会終了後、座談会が開かれました。新会員の方もいらしたので、自己紹介から始まり、レクリエーションや勉強会について話し合いました。



班長会議

令和元年6月7日(金) 参加者 6名
中央コミュニティセンター 活動室4

毎年総会前に、夜の役員会に出席できない役員・班長さんに集まっています。

総会資料を見ながら、前年度の活動報告の説明を事務局から受け、今年度の活動予定について話し合いました。



就学期お母さんの交流会

令和元年6月20日(木)
中央コミュニティセンター 和室(大)
参加者 12名(うち一般5名)



和歌山市発行の『子どもの発達支援ガイドブック“てとて”』にも掲載されている、発達障害を持つ子どものお母さんの交流会です。未就園児から高校生までの子を持つお母さんが集まっています。年4回開催し、学期に一度は、非会員の方にも参加していただいています。会員さんが、学校や幼稚園・通園施設の知り合いに声を掛けてくれたり、愛徳に貼っているチラシを見たりして参加してくれています。最近は、ペアレント・メンターの

相談会でこの会を知って、参加してくれる方もいます。

今回は、人数が多かったので、幼児～小学校低学年と小学校高学年～高校生の2グループに分かれて話しました。皆さん今現在のことも気になっているようですが、それ以上に少し先の就学の方がとても心配なようで、先輩お母さんのアドバイスを熱心に聞いていました。

インターネットや書籍などで、自閉症・発達障害についていろいろ知ることができる今日ですが、知識だけでなく、同じ発達障害の子どものお母さん同士で話して、共感して、笑って、お菓子を食べて…と、楽しい時間の中で、子育ての役に立つ何かを見つける場所でありたいですね。

まだ、参加したことのないあなた、次回は参加してみませんか？



茶話会（交流会）

令和元年9月5日（木）参加者 12名
中央コミュニティセンター 活動室3

昨年度は和食のランチ会でしたが、今年度は茶話会（コミュニティセンターは基本飲食禁止なので、看板は交流会にしています）を開催しました。幼児のお母さんから40代の方のお母さんまで、幅広い年代の方が集まりました。

まずは「簡単に自己紹介」のはずが…自閉症児子育ての苦労談、今の悩み、そして若いお母さんへのアドバイスなどで、ついつい時間が経ってしまい、今回の目的であった対話集会のテーマを話し合う時間が少しになってしまいました。

ですが、普段あまり会わない年代を超えた会員の方と話すことは、会員相互の親睦の意味からも大切ですよ。また何かの形でみんなが集まる機会がほしいですね。



おすすめ支援グッズ（アンケートより）

「使って良かった“支援グッズ”や“アプリ”を教えてください。」というアンケートにご協力いただきありがとうございました！みなさんのおすすめ支援グッズをいくつかご紹介していきます。

1. 身辺自立編（写真左から順に）

- 歯みがき、トイレトレーニング
→ Benesse のこどもちゃれんじの本やグッズ、DVD
- 靴紐結び→ 結ぶ必要のない靴紐
- お箸→ 箸そうくん（介助箸）
- 時間確認→ タイムタイマー



（残り時間が目で分かる）

- 持ち物確認→ マグネット裏返してチェック



2.スケジュール編

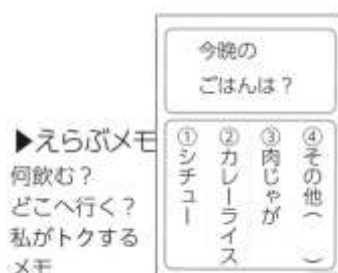
- ☆一日の予定→
 - ・ホワイトボードに日付、時間、行き先等のマグネットを貼る
 - ・リュックに学校・作業所の後に行くデイや移動支援の事業所名を書いた札を吊る
 - ・白いマグネットシートで行動別のカードを作り、それを平日用、休日用に分けてホワイトボードに貼り付けて、1日の流れが視覚的にわかるように表示する。（「順番や内容を変更してもよい」と説明する。遊びの内容は自分で選択させる。）
 - ・みとおしメモ（おめめどう）
- ☆数日間の予定→
 - ・ビニールポケットカレンダーにスケジュールを入れて、「きのう・きょう・あす」をわかりやすく表示
 - ・日付の感覚を身につけてもらいたくてホワイトボードに1週間分のカレンダー（日付、予定など）を書いて家の目立つ所に置くようにした。だんだんとそのホワイトボードで予定など確認するようになっていく
- ☆ヶ月の予定→
 - ・ビニールポケットカレンダー
 - ・家族カレンダー
 - ・卓上カレンダー（スケジュール表として使用。本人が、予定や排便の有無を記入）
- ☆日数を調節できるカレンダー→巻物カレンダー（おめめどう）



（日付が横一列に並んでいるので、「今日」の赤枠を移動させることで日が連続していることが分かっていく。最初は2、3日から始めて少しずつ広げる幅を増やし、8日出たところで一週間が理解できる）

3.コミュニケーション編

- ・行きたいところ確認→ホワイトボードにマグネット+おはなしメモ（おめめどう）
- ・コミュニケーションメモ→選ぶメモ・どうしてメモ・おはなしメモ・〇×メモなど（おめめどう）
- ・毎日気をつけることやルール→ホワイトボードに記入
- ・やりたい事や気持ちを表現→ねえ、きいて。アプリ





▲おはなしメモ
ボクが
キミに
いいました
誰が言ったかよくわかる！



4.学習編

- 楽しく学習→トドさんすうアプリ、dキッズアプリ、ランドセル (CD-ROM)
- 線や文字につなげる学習→ナゾルートアプリ、モジルートアプリ
- 文字を書く代わりに→メモプリ (ラベルライター) (文字をタッチペンで打って印刷して貼る)



5.余暇編

- 親切な話し相手→Google Home (天気、お店、芸能人、曲などの質問に何度でも答えてくれる)
- 音楽好きの暇つぶしに→うたドン! アプリ (イントロクイズ)
- 公共交通機関の利用→ヤフー乗り換えアプリ
- 外出する際の服装や雨具の準備なども自分で出来るように→天気予報のアプリ
- ちぎり絵をする→折り紙、のり、画用紙、マジックペン
- 電車の本 (破ってしまうので 350 円ぐらいのもの)、音の出る絵本、鍵盤付きの本、自動販売機のおもちゃ、型はめ、簡単なパズル、木のパズル (はめた時パチンと音がして好き)



6.その他

- 聴覚過敏を和らげる→イヤーマフ、耳栓

※その他のアンケート (習い事、オススメの場所) については、次号に掲載予定です。

岡先生のワンポイントアドバイス②⑨

「自己理解を支援する」

紀伊コスモス支援学校 岡 潔

私が大学院時代（14年前）に研究したテーマが、「自閉症スペクトラム児の自己理解について」でした。このテーマをなぜ選んだのかというと、当時も今もそうですが、いじめや嫌がらせを受けて学校に行きにくい子どもが多くなってきたことと、どうしても発達に障害があるため、褒められることが少なく、注意ばかり受けて育つことによって、自己肯定感（自尊感情）が低い子どもが多くなってきたという現実を見たからです。

自閉症児は、場の空気が読めないとか、人の気持ち分からないとよく言われます。確かに特性から苦手だと言えますが、ピュアな子どもたちは、視覚的な情報から必死に読み取ろうとしていますし、意味が分からない言葉であっても、とりあえず言われたことを再生（エコラリア）してみようと努力したりしているのです。

自己肯定感や自尊感情（自尊心）という言葉は、自己評価の中に含まれます。これが高いと、自信や意欲などにつながりますし、将来強く生きる力にもなります。発達相談や子育ての講演などでも「よく褒めて育てましょう」と言われることが多いですよね。でも、叱らなければならぬことが多く、褒めてばかりいられないというのが親御さんの本音だと思います。また、子どもが親に褒めてもらうために行動するというのもおかしいですよ。

子どもの成長には、褒める、叱るというキーワードのほかに、「認める」ということがとても大切ではないかと思います。それは、子どもの良いところは勿論のこと、苦手なことや短所も認めてあげることを含んでいます。「〇〇ちゃんは、お絵かきは上手だけど、かけっこはちょっと苦手だ

よね。でも、今年初めて走った時よりうーんと速くなっているよ。がんばっているね。」といったふうに、苦手であることも認めてあげ、努力やがんばりをしっかり評価してあげることは、子どもの心の成長につながるのではないのでしょうか。私たち大人でも、料理はできるがピアノが弾けないなんていう人はいくらでもいるのですから。できること、できないこと、丸ごと認めてあげることが自己肯定感を高めることになるのです。

私の研究の続きでもあるのですが、自己評価とともに自己理解（自分のことをどれだけ分かっているか）ということを追求していました。自分の得意なこと、興味関心があること、自分の苦手なことなど自分の情報をどれだけ子ども自身が正しく理解しているかは、将来の進路選択や自立した生活に必要なってきます。そのためにも、学校教育の中で、子どもたちにわかりやすく得意なこと、苦手なことを伝えていく必要があります。また、いろいろな役割を持たせてあげて、その責任を果たすことを繰り返すこと、人の役に立っていることを評価してあげるとは、「認められる」という貴重な体験につながります。



自閉症児の親御さんに、サポートブックやコミュニケーションブック・ボードを作成することを推奨してきました。これは、周囲の人から適切な支援を導くこと、何よりも自閉症という障害の理解を求めるためでもありました。発達障害の理解

が進んだといえど、まだこれらのグッズは欠かせられないと思います。でもいつか、自閉症児も大人になったとき、自分のトリセツを取り出して、自分で必要な支援を周囲の人に伝えられる、そんなたくましい人になってほしいと思っています。

母親クッキング

中央コミュニティセンター 調理室

☆第1回 令和元年5月22日(水) 参加者…17名

<メニュー> かしわのロール巻、えんどうご飯、さつまいもご飯、千切り大根、きゅうりの酢の物、あんころ餅、ケーキ



☆第2回 令和元年9月11日(水) 参加者…15名

<メニュー> ひじきご飯、ヘレカツ、かぼちゃのサラダ、おでん風煮物、野菜スープ、ケーキ、梨

イコラが、なんと“No.30”に！平成13年、紀北分会がどんな活動をしているのかをわかりやすくお知らせする手立てとして、また、会員みんなの情報共有の場として、「とにかくニュースレターやってみよう！」と、津田さん、辻野さん、藤原さんと植野の4人、手探りで始めたイコラでした。あれからもう18年！子育て奮闘最前線だった初期メンバーの私たちも、今は、成人した息子や娘を少し遠くから静かに見守る生活です。（あ、1番若い藤原さんは現役かな？）現在、子育てまっ最中のパパ、ママ！今は大変だし不安な毎日かもしれませんが、いつかそれなりに落ち着いて、そこそこ安心して過ごせる時が来るものですよ！

No.9から、江川さんと尾崎さん、後に奥野さんも加わり第2世代スタッフ誕生。年に2回の発行に向けて、いつでもワイワイと楽しくやってきました。次の世代になっても、このままずっと長くイコラが続けばいいな～！

「こんな特集やってほしい」などのご意見やご感想、お待ちしております！また、いっしょに編集してくれるスタッフ、募集しています！

植野比呂美

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！！