

Ecola

イ・コ・ラ

No. 19

発行 2013年11月16日

みなさん、こんにちは！

長く暑かった夏がようやく去ったと思ったら、毎週のように台風がやってきたり、竜巻が起ったり、急激に気温が変化したりなど、ずいぶん不安定な気象に翻弄される今日この頃ですが、いかがお過ごしでしょうか？

いろんな地域で大きな災害が起こるたび、私たちも大切な子どもの安全を考え、防災の準備をしなければと改めて思います。

ともあれ、今はこの半年間をふり返って、イコラを楽しんで頂ければ嬉しいです。

イコラ
いつ読むの？



今でしょ！



NPO 法人和歌山県自閉症協会総会

平成25年度 NPO 法人和歌山県自閉症協会総会が、4月7日（日）に、プラザホープ 3F 会議室にて開催されました。



大久保会長の挨拶



来賓の和歌山県福祉保健部
福祉保健政策局 崎山局長 様

講演会

2013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「自閉症の人を理解し支援する」～自閉症の行動を理解する～

井上雅彦先生（鳥取大学大学院医学系研究科臨床心理学講座教授）



4月7日（日）13時30分より、和歌山県勤労福祉会館・プラザホープ 4階ホールにて、鳥取大学大学院医学系研究科臨床心理学講座教授井上雅彦先生を招いて、2013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。

ペアレントメンター（親による親のための相談者）の重要性や、ペアレントトレーニング（親が療育の方法を学ぶプログラム）、自閉症児にとって苦手なことと対応のポイント等について、事例を挙げて、丁寧に話していただきました。

和歌山市分会総会

平成25年度NPO法人和歌山県自閉症協会和歌山市分会総会が、5月12日（日）、和歌山市中央コミュニティセンター活動室2にて開催されました。

総会終了後には、当会顧問であるメ木元市議と古川市議を交えての座談会が開かれ、教育現場での問題や要望について、災害時の安否確認や避難所の問題について話し合いが行われました。



来賓の和歌山市障害者支援課
川崎課長 様



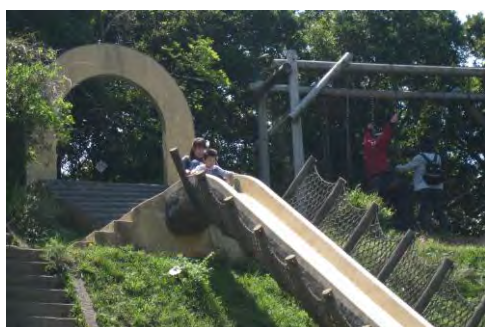
古川市議 メ木元市議

バーベキュー&レクリエーション

4月29日(月・祝)
加太少年自然の家にて

平成21年11月以来の加太少年自然の家でのバーベキューとレクリエーション。ゴールデンウィークらしい気持ちのよいお天気の中、14家族36名が参加しました。

集合後、少年自然の家の指導員の説明を聞き、藤原会長のあいさつ、家族の紹介を済ませ、まずはハイキングコースへ・・・ん?? わぁ～!! なんと、あちらこちらの木から虫の幼虫がぶら下がり降りてきていました。それをよけたり、落ちていた枝で払いながら、幼児さん達も頑張って歩きました。



到着したアスレチックでは、みんな遊具を上にと下にと、めいっぱい元気に遊んでいました。ハイキングコースからお腹ペコペコで戻ると、年長者のお母さんやお父さん達が作ってくれた焼きそばが出来上がっていて、早速美味しくい

ただきました。焼きそばを食べている間に、お肉も次々と焼けて、「もう入らない!」「お腹いっぱい!」というぐらいたくさん食べました。

その後、宝探しをしたのですが、強風のため番号くじを入れて隠した封筒が飛んでしまい、探すのに苦労しました。(無事全部回収出来ました!) 封筒の中の番号くじの順番に、好きな景品を選びました。お土産のお菓子をもらい、みんなで記念撮影をして、解散となりました。



バーベキューはお父さんの腕の見せどころ。頑張ったおやじ代表奥野父の感想です。



家族3人で参加させていただきました。

お母さんたちが子どもをつれてアスレチックに出かけるや否や、残された親父の面々は張り切って、バーベキューの準備を始めました。薪に火をおこす作業が思ったよりはかどったため、「戻ってくるまでに、消えてしまうんじゃないか?」という不安が少しありました。火が消えないように、薪の量を調整しながら、無事調理に入りました。

今回は焼きそばを先行させ、肉を後に回すことで「肉が足らなくなる」という状況が起こらないようにしました。外で食べる焼きそばや焼き肉は絶品で、皆さん満足されていたようでした。

調理の間、今まで話したことがない先輩のお父さん、お母さんとも話すことができ、とても有意義でした。

少し尺取虫が多かったですが、ご愛嬌ってことで(笑)
次回もたくさんの方が参加されるといいですね。

お母さんの交流会

昨年度から、会員限定と一般参加可の交流会を、それぞれ年4回ずつ開催しています。

9月12日と10月11日の交流会には、和歌山県発達障害者支援センターの辻センター長と相談支援員の栗山さん(9月12日のみ)が、「ペアレントメンター活動の参考に・・・」と見学に来られました。

ペアレントメンター養成講座を受講して修了証を受け取った方だけでなく、会員の皆さんが「信頼のおける相談相手」となっていると思いますので、是非参加して経験やアドバイスをお話して下さい。もちろん、悩みごとがある時も、笑いながら話せる交流会で話して、気持ちを楽にしましょう。話し足りない事は、2次会のファミレスで・・・。

和歌山県発達障害者支援センター ポラリス
センター長 相談支援員 辻 幸代さん

平成25年度ポラリスでは、和歌山県と国の委託でペアレントメンター養成事業を実施しているところです。ご存知かと思いますが、ペアレントメンターとは障害がある子どもを持つ親が同じような境遇にある親の「信頼のおける相談相手」となり、心のサポーターとなることです。身近な地域で安心して相談できる和歌山を目指して、県は数年かけて体制づくりをしています。

自閉症協会和歌山市分会が開催している交流会は、まさに地域で安心して相談できる親による親のための相談会だと思います。今後、和歌山県内でペアレントメンター活動の展開を考えると、先駆的な取り組みとして参考にしたいと思いました。

準備や相談に協力された保護者の方々お疲れ様です。機会があれば交流会の運営に関してインタビューさせてください。よろしくお願いします。



中央コミュニティセンターにて

4月19日(金)	17名(一般6名)
5月28日(火)	9名(会員限定)
7月5日(金)	17名(一般7名)
9月12日(木)	12名(会員限定)
10月11日(金)	20名(一般11名)



和歌山県発達障害者支援センター ポラリス
相談支援員 栗山嘉子さん

9月12日、中央コミュニティセンターで行われた交流会に参加させていただきました。和気あいあいとした雰囲気の中、会が進められていました。年少の子どもさんを持つお母さんの悩みや意見をまず聞き、年長の子どもの持つお母さんが経験談や地域情報を交えながら助言されており、若いお母さんにも話しやすいように工夫されていることがよくわかりました。

今後も地域のお母さんたちの安らぎと情報交換の場になるよう、交流会を定期的に続けられますよう応援しています。

※ペアレントメンターの詳しい説明は
8ページをご覧ください。

夏休み親子クッキング

第1回 8月7日(水) 中央コミュニティセンター 調理室
参加者 5家族 11名 カレー(ライス・ナン)・サラダ・アイスクリーム



☆平居さん(母)の感想です☆

今年は小学校に入って初めての夏休み。クッキングにも初めて参加させていただきました。
和やかな雰囲気の中、カレーとサラダとデザートを作りました。

息子は最後まで取り組むことは難しかったのですが、お兄ちゃん達に遊んでもらって、
とても楽しそうにしていました。

私もお母さん達とおしゃべりができ、有意義な時間を過ごせました。

また参加させていただきたいです。ありがとうございました。

第2回 8月23日(金) 中央コミュニティセンター 調理室
参加者 6家族 12名 パスタ(ナポリタン・和風)・ポテトサラダ・ワッフル





ちいさな学習会『親と関係機関（者）との懇談会』

第1回 6月20日(木) 中央コミュニティセンター 活動室2

テーマ 「職員が親に望むこと」(参加者 10名)

講師 社会福祉法人ふたば福祉会(田辺市)

ふたば第二作業所 施設長 **松下直樹さん**

白浜町障害児・者相談支援室 『ぼらんち』

相談支援専門員 **木田誠也さん**



第2回 9月6日(金) 中央コミュニティセンター 活動室3 (参加者 12名)

テーマ 「本音で語ろう! 子どもの未来。福祉施設職員とともに・・・」

講師 社会福祉法人ふたば福祉会(田辺市) ふたば第二作業所 主任支援員 **後恵美さん**

白浜町障害児・者相談支援室 『ぼらんち』 相談支援専門員 **木田誠也さん**



障害福祉サービスについてていねいな説明をうかがったり、ふたば第二作業所の取り組みと職員さんの熱い想いをうかがったり、ぼらんちによる本人及び家族支援の事例発表をうかがったり・・・と、毎回充実した内容になっています。日頃聞けないような率直な意見を施設職員さんからうかがうことのできる貴重な機会なので、まだ参加されていない方は是非次回参加してくださいね。

今年度の県本部の研修事業として、施設関係者の方をお迎えして、学習会を3回開催することになり、すでに2回が終了しています。

第2回学習会に参加された前田さんの感想です

通園施設の中でも障害が重そうな息子の将来が不安で、今回の学習会に参加しました。

作業所の方や先輩ママさんの話は正直、『これからもっと大変になるな』という思いと、今の福祉の現状に不安になりました。作業所へ通うのはまだ先のことだと思っていましたが、今の現状を改善するには時間がかかると思うので、息子の将来の為に今から何か活動しないといけないと思いました。けれど、うちの子はまだ小さいし私次第でよくなる!!とも思いました。

これから先、いろんなことが起こると思います。けど、その度に『あ、このケースな。じゃあ、こうしてみよかな』と思えるように備えておこうと思います。備えがあるのとないのとでは心の持ちようも違うと思いますし、それが、子供にも影響すると思うからです。

一緒に頑張る仲間や先輩ママさんたちは私の宝です。これからも色々教えて下さい。これからも宜しくお願いします。

岡先生のワンポイントアドバイス⑩

～思春期を乗り越えるために～

附属特別支援学校 岡 潔

自閉症スペクトラムのお子さんがある家庭もそうでない家庭も子育ての中で一番難しいのが「思春期」だと言われることが多いですね。いつも不機嫌でイライラしている。ちょっとしたことでキレる。無気力である。親と一緒に行動を嫌がったり親から言われることに反抗ばかりしたりする。「どうせ」という言葉が口癖になっている。このような思春期の様子で、その子の将来を絶望しないでください。長い人生の中の通過点だととらえるようにしましょう。

自閉症スペクトラムの子どもたちは、五感(目・耳・舌・鼻・皮膚を通して生じる五つの感覚)の感性が定型発達の子どもたちとは異なります。このことがまず根っこにあります。小学校高学年から中学や高校にかけては、一番「集団生活」を強要されるので過ごしにくい時期になります。枠からはみ出すことをなかなか許してくれない日本では特に顕著なのかもしれません。行事や式典、運動会やマラソン大会など不安定になりやすいと昔から言われていますよね。自閉症スペクトラムの子どもたちは過敏なところと、逆に鈍いところが入り混じっているうえに、自分では「普通」ってどういう状態なのかを全く知りません。自分が「何に困っている」かが分かりにくかったりしますし、当然そのことを大人に訴えることもできないのです。誰が一番辛いのかということになると子ども自身なのです。外の世界で必要以上に傷ついて帰ってきて、自分で抱えきれずにいる、そして完全に解消されないまままた出かけていく、さらに自信を失っていくことの繰り返しなのです。フラッシュバックや強迫行為の増加、過食・拒食や不眠、うつ症状が見られるなど二次障害に至るのもこの時期と重なります。

この危機から脱却するには、自分にとって快・不快を認識し、快適な状況を意識して増やしていく、

耐えられない状況なら回避するようにつとめる、そういう選択ができ始めると、ぐっと生活に安定感が出てきます。感情のコントロールの支援ですね。学校や家庭では、何が常識で、何が普通なのか、丁寧に伝えていく必要があります。その際、「△△しない」ではなく「〇〇しましょう」と伝えるSST(ソーシャルスキルトレーニング)の技法、×を教えると同時に〇のことも教え称賛して強化していくABA(応用行動分析)の支援も有効です。また、見通しが持てず不安が強いのも自閉症スペクトラムの特徴なので、子どもがわかるように周囲の情報を視覚的に構造化してあげるTEACCHのアイデアも効果を発揮することでしょう。並行してこの時期に、いろいろな活動を通して、自分が愛されている・必要とされていることを感じる体験や自分もやればできるのだという有能感が持てるようになる体験も大切です。「僕は僕のままでいいんだ」と思える域に達することができれば二次障害なんて蹴散らすことができるんです。自分らしく豊かに生きていくための出発点は自己理解にあります。自己を客観視できるような成長ができれば変われます。どんな子どもにも成長はあるものの、その歩みは個人差があります。少しずつ進めばいいんじゃないでしょうか。劇的によくなることなんてあり得ませんからね。

一方、親だけで全てを支えようなんて決して思わないでください。求めれば周囲に必ず力になってくれる人に出会えます。近くに愚痴を言える共感を得られる「親仲間」が見つかるかもしれません。仲間の存在は子ども同様に前向きになれるきっかけとなります。そして、いつまでも家庭は子どもにとってオアシスであってほしいと願っています。欲を言えば、複数の居場所(子どもが居心地がよいところ)があればもっといいですね。

状態が落ち着かない場合は、相談機関など他機関と連携したり、主治医と相談してお薬(疲れ方を和らげてくれる、コンディションをよくしてくれるもの)

を服用しながら支援していったりするケースもあります。うまく周囲の支援を使うことも子どもの思春期を乗り越えていく大切なポイントだと思います。

班長会議

9月12日(木) 10:00~12:00 中央コミュニティセンター 和室(小) にて、今年度第1回の班長会議を開催しました。25年度上半期の活動報告、今後の活動予定などを話し合いました。



ペアレントメンターとは？

自閉症など発達障害のある子どもを育てる先輩の親で、親の相談役となる人のことです。同じような子どもを育ててきた経験や知識や地域の情報を生かして、相談相手や地域機関との連携役になります。日本自閉症協会が2005年度から養成を続け、現在は自治体はその役割を担い始めるようになりました。

相談技術の基礎、実技、国の施策などを体系的に学ぶ養成講座が実施され、修了後は専門機関のバックアップを得ながら親の会や支援団体などをベースに活躍しています。厚生労働省はペアレントメンターの養成を今後の発達障害支援推進策の一つに明記し、相談技術をもった家族は大事な資源と位置づけています。

HP ペアレントメンターNet Work Board(代表 井上雅彦先生)より

和歌山県においても、ペアレントメンター養成講座が、10月26日(土)・27日(日)に、中央コミュニティセンターにて開催され、和歌山市分会では、新たに5名の方が養成講座を修了されました。今後、和歌山県自閉症協会内にペアレントメンター部会が組織される予定になっているそうです。

事務局から

このイコラがみなさんのお手元に届く頃には、対話集会やバスツアー(内容は次回をお楽しみに!)も終了して、和歌山市分会の大きな行事もほぼ済んでいる頃だと思います。

来年は役員の改選の年にあたります。そこで・・・みなさん、役員になって会の運営に参加してみませんか? 会長、副会長、事務局など、いろいろなポストがあなたの活躍を待っています!! 自薦・他薦は問いません。ぜひ事務局江川までご連絡ください。首をなが〜くしてお待ちしています!!

(事務局) 江川かがり

編集スタッフ: 尾崎富久子・江川かがり・奥野美和・植野比呂美 《発行》イコラ編集局(連絡先) 植野比呂美

e-mail: h.ueno@poole.ac.jp

※ 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!!