



新年のごあいさつ



開設1年が過ぎて、毎日、たくさんの方の利用者さんが訪れるようになりました。順調に仲良くなり、トラブルあり、職員も一緒に成長しています。たくさんの方の応援に感謝いたします。今年も楽しいプログラムを増やします。 センター長 小山伸子

新年の抱負



開設後多くの方とお会いしましたが、ときに皆さんの行動力に驚かされることがあります。一方の私は出不精なので2022年は体力向上を目指したいと思います。まずは散歩から…!!私にとっては非常に大きな第一歩です。 穴澤

人と直接会う、音楽を会場で聴く、絵を美術館で観る、リモートでは感じられないものを再確認する。行ったことのない場所に行く。歩きスマホをしない。洗い物を残さない。少し勉強する。何もしない時間を作る。忙しくしない。 奥川

私はこれまでは子どもたちを対象とした特別支援教育を専門にやってきました。しかしあいポートでの経験を通して、福祉についてもっと学ぶことが必要だと強く感じました。そこで「福祉を専門的に勉強して力をつける」ことを今年の抱負として頑張りたいと思います。 金崎

開設から1年、たくさんの方があいポートを利用してくださり感謝の毎日でした。感謝を忘れず日々をたいせつに過ごしたいと思います。 葛岡



2022年4月に相談支援事業所開設に向け昨年9月からあいポートに携わらせていただいています。今年も気合いの入れ具合と力の抜き加減のバランスがちょうど良くとれるといいなと思います。 工藤

笑う門には福来る。苦勞の絶えない毎日だからこそ、笑いの絶えないセンターにしたいです。人生たいていのことは何とかなる、たぶん。 小山

たった1回限りの人生、「仕事」はもちろんですが、「ロックンロール」「小説」「昔の日本映画」等、今興味のある様々なことを楽しみ、深めてゆきたいと思っています。 佐藤

昨年4月に入職し、今回があいポートだよりでの初めてのご挨拶になります。今年の抱負は少しでも多くの板橋の発見を増やすことです。土地勘や路線、お店など知らない事ばかり。是非教えていただければと思います。 澤田



あいポート講演動画配信「大人の発達障害の医療と支援の今後」

現在、多くのお申込みをいただいております。配信期間中は引き続きお申込みを受け付けておりますので、是非この機会に動画をご覧ください。

◆講師

加藤 進昌(かとう のぶまさ) 氏 昭和大学発達障害医療研究所 所長
公益財団法人神経研究所 理事長

◆配信期間

2021年11月20日から2022年3月31日まで

申込フォームはこちらから

◆内容

大人の発達障害における最先端医療の現状や研究成果、小石川東京病院で取り組んでいる訪問診療や晴和病院の構想プラン等についてお話いただけます。



令和3年度発達障がいセミナー

あいポート運営委員会メンバーによる大人の発達障害について考えを深めるセミナーです。

【基調講演】

結城 俊哉 氏 立教大学コミュニティ福祉学部教授

【シンポジスト】

鈴木 正子 氏 板橋区発達障害児者親の会(IJの会)代表

米山 明 全国療育相談センター 副センター長

深井 敏行 東京都立板橋特別支援学校 校長

小山 伸子 板橋区発達障がい者支援センターあいポート センター長

【申込方法】

2022年1月17日以降、板橋区立障がい者福祉センターホームページ掲載の申込フォームよりお申込みください(申込期日2月28日予定)。

【申込期間】

2021年1月17日~2月28日

【配信期間】

2021年2月1日~3月22日

- 主催 板橋区立障がい者福祉センター
板橋区高島平9-25-12 Tel:03-3550-3401
- 共催 板橋区発達障がい者支援センター あいポート

~ 新しいプログラムのご紹介 ~

~布コラージュアートワークショップ~

多種多様な布の中から好きな布を選び取り、ポストカードを台紙に布を切って貼りつけます。

絵画やイラストは苦手という方も、布を台紙に貼るだけでも表情豊かな作品になります。その時の気分に応じて、質感豊かで温もりのある布に触れたり、見るだけでも楽しめます。見学も随時行っています。

【講師】 Satomi さん

【日程】 毎月第4金曜日 14時~15時30分

【場所】 交流室

【定員】 10名程度

- 参加希望の方は担当スタッフまでご相談ください。

~ ワークショップのご案内 ~

『演劇部 体験ワークショップ』のお知らせ

青年劇場の劇団員をお呼びし、様々な演劇手法で、共有する楽しさやコミュニケーションなどを体験するワークショップです。

土曜プログラムの1つのプログラムとして行います。

見学 OK! 休憩 OK!

これぐらいなら出来るかなって思ってから、少しだけ参加もOK!

思いっきり楽しみましょう!

【講師】 青年劇場 劇団員

【日時】 1月15日(土) 14:00~16:00

【場所】 ココロワークス 多目的スペース

2月のプログラム予定

月	火	水	木	金	土	日
	1	2 水曜グループワーク※① 10:15～11:45	3	4 金曜グループワーク※③ 10:15～11:45	5 パソコン教室 10:00～11:30 身体楽々パーソナルトレーニング ※④	6 休
		3Dテザイン自主勉強会 14:00～16:00	木曜グループワーク※② 14:00～15:30	アロマ教室 13:00～14:30	音楽の時間 14:00～15:00	
7	8	9 水曜グループワーク※① 10:15～11:45	10 パソコン教室 10:00～11:30	11 祝・休	12 身体楽々グループ活動 11:00～12:00 身体楽々パーソナルトレーニング ※④	13 休
		3Dテザイン自主勉強会 14:00～16:00	木曜グループワーク※② 14:00～15:30		3Dテザイン自主勉強会 演劇部※⑥ 14:00～16:00	
14	15	16 水曜グループワーク※① 10:15～11:45	17	18 金曜グループワーク※③ 10:15～11:45	19 パソコン教室 10:00～11:30 身体楽々パーソナルトレーニング ※④	20 休
		3Dテザイン自主勉強会 14:00～16:00	木曜グループワーク※② 14:00～15:30	音楽の時間 (ココネワークス合同) 13:30～14:30	土曜クラブ 14:00～16:00	
21	22	23	24 パソコン教室 10:00～11:30	25 金曜グループワーク※③ 10:15～11:45	26 身体楽々パーソナルトレーニング ※④	27 休
	メンバー情報交換会 14:00～16:00	祝・休	木曜グループワーク※② 14:00～15:30	布コラージュアート※⑤ 14:00～15:30	3Dテザイン自主勉強会 S S T 14:00～16:00	
28						

※① 水曜午前のグループワークは、10:15～11:45に変更になりました。

※② 木曜午後のグループワークは、女性のためのグループワークです。

※③ 金曜午前のグループワークは、就労準備を目的としたグループです。時間は10:15～11:45に変更になりました。

※④ 身体楽々パーソナルトレーニングは、10:30～14:30の間で、おひとりの枠は約50分です。事前申込制です。

※⑤ 布コラージュアートは1月開始の新しいプログラムです。

※⑥ 演劇部は2月開始の新しいプログラムです。



身体楽々パーソナルトレーニングのご案内

皆さん、はっきり原因の分からない肩こりや腰痛、あるいは慢性的な疲労感に悩んでいませんか？その解決で、これならば大丈夫というものはないのですが、普段の姿勢や行動を見直すことで、改善の手掛かりが得られることがあります。ゆったりペースで、皆さんと一緒に問題解決をはかってゆきます。体調が気がかりな方、一度ご利用いただくと嬉しいです。

【講師】 佐藤 PT(理学療法士)

【日時】 毎週土曜 10:30～14:30(1人50分程度)

【回数】 月1回程度でおおむね3回まで

【定員】 1枠につき1人ずつ

●参加希望の方は担当スタッフまでご相談ください。



板橋区発達障がい者支援センターあいポート

〒173-0036 板橋区向原3-7-9 ココネ板橋1階

開所時間:火曜～土曜 10時～18時 ☎相談受付電話 03-5964-5422(火曜～土曜 10時～17時)