



2025年 9月号

あいポートだより

隔月発行 広報誌 **Vol.30**HP <https://i-port.cocorone.space>

発達障がいを考えるコラム

「言葉の問題??」

哲学者の國分功一郎は、「中動態」という失われた言語体系について、能動・受動の二元論ではない世界観として考察しています(中動態の世界～意志と責任の考古学～)。中動態が使われていたギリシア時代には「意志」という概念はなかったというのは驚きです。能動受動の言語体系が意思と責任という概念で人を追いつめているのか、言葉の問題を通して、依存症患者の体験や発達障がいの特性について、これまでにない視点で考察しているのが面白いです。

相談面接は、言葉を通して理解を深めていく支援です。精神障がい者が多い支援機関から、発達障がいのみのあいポートで面接をするようになり、本人との間で、言葉が通じにくい、聞き返されることがあるのが気になりました。耳から情報をとるのが苦手というだけでなく、自分は言葉の理解や使い方が独特なんじゃないか、と言うご本人もいました。

困難ケースのご家族とは数年にわたり面接を続けますが、登場しない本人について理解を共有するのは難しいことです。説明だけではわけがわからず、子どもの頃からのエピソードを思い出して語っていただくうちに、何が辛かったのか、家族と共に本人理解を深めることができます。普通に見えるけど異常事態、楽しそうにしているけどー大事、発達障がいは身近な人にこそわかりにくいのですが、彼らの困難や特性を説明する言葉がないともいえます。コミュニケーション障がいとか、想像力や対人関係が苦手というような表現では、もはや説明したくない。

國分功一郎と当事者研究者の熊谷晋一郎の対談本(責任の生成～中動態と当事者研究～)に、「自閉症スペクトラムは他者関係の障がいではなく、マイノリティ性である」という記述があります。コミュニケーションは相手あってのもので、本人の特性だけの問題ではない、マイノリティ同士ならコミュニケーションがうまくいくこともあるという考えです。確かにあいポートの利用者同士は波長が合って良好なコミュニケーションです。認知行動療法は話す人が成長するけど当事者ミーティングは聞いている人が成長する、という部分にも共感しました。物事を深掘して考えることが好きな私は、あいポートで、当事者のみなさまの話を聴いて成長し、価値観のどんでん返し、という楽しみを味わいました。

年度途中ですが8月をもって退職させていただきます。次のセンター長は副センター長の阿部貴史です。平成医療福祉グループ管理職があいポートをバックアップしています。今後もよろしくお願いいたします。

センター長 小山伸子

2024年度事業報告

相談事業

| | | | | | |
|-------|------|----------|------|----------|------|
| 相談実人数 | 538人 | 新規相談者実人数 | 233人 | 継続相談者実人数 | 433人 |
|-------|------|----------|------|----------|------|

プログラム(社会参加訓練)

| | | | | | |
|-------|------|------|------|--------|-------|
| 利用実人数 | 226人 | 登録者数 | 162人 | 延べ利用人数 | 3196人 |
|-------|------|------|------|--------|-------|

家族支援

| | |
|-----------------|-----|
| 学習会延べ参加人数(5回) | 69人 |
| 情報交換会延べ参加人数(3回) | 15人 |

普及啓発(主催講演会)

| | |
|----------|------------------------|
| 動画配信(5回) | 延べ申込者1249人・延べ視聴回数2029回 |
|----------|------------------------|

地域との連携

| | |
|------------------|-------------|
| 発達障害に関する講師依頼(5回) | 延べ参加者数 380人 |
| 見学・情報交換など | 延べ 35件 |

「発達障がい者116人の意見」
を発行し、全国から郵送希望を
いただき増刷しました。

7月2日2025年度第1回運営委員会を委員9人、事務局12人の参加により開催しました。今年度から板橋特別支援学校新任の山岸校長先生がメンバーとなりました。今回は2024年度事業報告と親亡き後支援について協議しました。事業報告については「家族と利用者は利害が対立することもあるので家族同士、利用者同士対面で集まる機会も必要」、「困難ケースはどのようなケースか?」などの意見、質問がありました。親亡き後支援については、「自閉症協会でも課題となっている内容」「親亡き後は先送りにしてしまうので家族で話し合う良い機会になる」「親に代わってやってもらっていることを本人が自覚しているかが疑問」「家族に対する教育的な面が大きいアンケート」「晴和病院も親亡き後に焦点をあてて自立支援施設(宿泊型)の入居をはじめるところ」などの意見をいただきました。また生活管理を支援する計画相談との連携について、「ホームヘルプを使いながら生活管理を学ぶ必要があるが、家事のように先を見据えて動くことが苦手なのが ASD の特徴」「ヘルパーが不足しているし、ヘルパーと揉めて続かない、定着しないことも課題」「医療とのつながりや児童福祉法から障害者総合支援法への移行も重要」など、たくさんのご意見をいただきました。

親亡き後プロジェクトの経過報告

6月14日アンケート設問に関する打ち合わせ後、アンケート用紙の配布を開始しました。配布対象は区内在住16歳以上の発達障がい者の家族(親・祖父母)で、IJの会80人、あいポート・ココロネ板橋相談支援事業・ココロネットワークス60人です。あいポートは本人の判断で利用する方が多いため、家族支援を利用している、あるいは本人の許可がとれた家族に配布しました。既存サービスの個別利用状況や中断理由、親の健康状態、親亡き後の準備や心配なことなどを質問しています。選択肢の中に、発達障がい者が使えるサービス、社会資源を列挙し、注釈や例を入れて、サービスをよく知らない人も学べるようにしました。8月中に集計分析した結果をもとに、シンポジウム動画撮影を予定しています。

動画配信「こどもから大人までの発達障がいと医療」のお知らせ

- 【内容】ライフステージごとの課題と医療との関わり、医療でできること、診断や薬についてなど。
※2025年7月26日(土)の講演を録画したものです。質疑応答部分は含まれません。
- 【講師】米山明先生(全国心身障害児福祉財団理事、板橋区子ども発達支援センター前所長)
- 【配信期間】2026年1月末まで
- 【申込み】右のQRコードからお申込みください。



あいポート利用者・家族向け学習会

◆報告◆

テーマ「体験から学ぶグループホームと一人暮らし」

今回は地域での自立生活を支える障害福祉サービスの学習会を行いました。障害福祉サービスの種類や申請手続き、グループホームの実態について講師の方から講演をいただき、一人暮らしやグループホームで生活している発達障がい者から体験談をお話ししてもらいました。参加者からは「リアルな体験談が聞けて良かった」、「今回発表してくれたグループホームのような“親代わり”の役割を果たしてくれるグループホームが増えてくれるとよいなと心から思いました」などの感想をいただきました。

あいポート家族学習会

◆お知らせ◆

テーマ「我が子とのコミュニケーション」

【日時】2025年9月27日(土)14:00~16:00(13:30受付開始)

【講師】清水有香先生(SST普及協会SST認定講師)

【内容】SSTワークショップ

【会場】あいポート(板橋区向原3-7-9 ココロネ板橋1階)

※あいポートを利用する方のご家族が参加できます。

申込み方法:あいポートまでご連絡ください。電話番号:03-5964-5422(火曜~土曜 10:00~17:00)

情報交換会報告&案内

6月「ストレスとの付き合い方とストレスケア方法」

- ・予定が悪い方に変更になるとストレスを感じる。なるべく前向きに捉えることで、ストレスケアをしている。
- ・社会的なことに大体ストレスを感じているので、なるべく情報を得ないようにしている。
- ・怒りなどの感情を数値化。ストレスに感じやすいものを可視化できるようにしている。

7月「依存との付き合い方～人、モノ、行動～」

- ・スマホ依存。ニュースとかずっと見続けて気づいたらAM1:00～2:00になってしまう。
- ・ゲームアプリをやめた。成果物ができる趣味にして気を紛らしている。
- ・夜になるほど対人依存が出るので、早い時間に寝るようにしている。
- ・物が捨てられない。ずっと持ち続けてしまう。
- ・ほどほどの依存なら、自分を保つために必要なことは仕方ないと思う。

～発達障がいの理解を深める～ テーマ別情報交換会

◆開催予定のお知らせ◆

9月6日「障がい特性の理解や配慮を得るための

困りごとや工夫」

発達障がいや特性について周囲の理解や配慮を得るには、どんなことが必要でしょうか。周囲の理解や配慮を得るための苦労や工夫について共有します。

10月「仕事選びに関する困りごとや工夫」

障害者枠か一般枠か、職種、業種、自分にできそうなことと雇用条件の選択の線引き、収入と生活など、仕事選びに関する困りごとや工夫などについて共有します。

グループワークからの報告

～メンバーの声紹介～

火曜日

- ・人目が多いところや話合いが苦手ですが、火曜グループは人数も少なめで、いい意味で緩めだから、気を張らずに参加できています。ジェンガで真剣になって、もう抜けないところまで高く積みあがって楽しかったです。思わず写真に収めました。(Kさん)

水曜日

- ・ボードゲーム等のレクリエーションでメンバーとも交流ができる場所になっていて楽しいです。(Mさん)

木曜日

- ・私は、あいポートに来る前はあんまり人が得意じゃなかったのですが、あいポートのプログラムに参加するようになって、色々な体験を沢山の人たちと一緒にするようになってからは少しは人慣れできるようになりました。優しい職員さんも多く、とても気軽に通えるところだと思います。これからも色々なことを沢山の人たちと楽しみたいです。(Fさん)
- ・ゲームや外出、料理や工作などのバラエティーに富んだ内容で、参加することによって良い刺激となっています。参加者の方々とも比較的年代が近く、穏やかな性格の人が多いため、緊張せずに参加できました。人によって自分のペースというものがあり、必ずしも足並みを揃えるというのは難しい時もあるが、お互いに尊重し、理解し合える関係を築けていると思います。元々、自分是对人関係に不安を覚えがちで、逃避傾向も目立っていたのだが、ここではリラックスした態度で臨めています。今後も参加したいと考えています。(Sさん)

金曜日

- ・今まではネガティブな考えでしたが、あいポートに通い、前向きな気持ちになり、今では金曜グループが自分の居場所になっています。(Sさん)

0オジャズコンサートのご報告



オフィスヨコタとココロネ板橋と共催で「0才からのジャズコンサート」が開催されました。あいポート利用者はコンサートスタッフとして、前日・当日とコンサートの運営をサポートしました。当日はあいにくの雨模様にもかかわらず、多くのお客様が来場されました。子どもたちは開演前には元気いっぱいに過ごしていましたが、演奏が始まると真剣なまなざしで聴き入る姿も見られました。演奏に合わせて自然と体を揺らしたり、子どもと一緒にリズムを楽しむ大人の姿もあり、会場全体が一体となって音楽を各々楽しまれました。会場内にはあいポートのプログラムで作成した作品を展示しました。発達障がい者の普及啓発として「発達障がい者116人の意見」を配布しました。

～利用者さんからのコメント～

- ・前日の準備は夜遅くから大変でしたが、わくわくと楽しみで準備することができました。当日は、案内など少し大変でしたが、職員の助けもあったのでミスすることなくできました。午前中は、たくさんのお客様が来てくださり盛り上がり上がっていました。(Wさん)
- ・今回のコンサートはとても楽しく、とても面白い行事でした。また次回も機会があれば参加したいです。音楽がより身近に感じて、とても有意義なコンサートでした。(Kさん)
- ・人生初のボランティアに参加して、成長できた気がします。あとジャズが良かったです。(Nさん)
- ・0オジャズコンサートボランティアに参加し会場の準備を当日に携わらせて頂いて、スタッフとゲストと一帯になれる空間が作れて嬉しかったです。(Yさん)
- ・自分はいい体験をしてとても楽しく出来ました。(Nさん)
- ・当日の雨にも拘わらず、たくさんの方に来ていただけて、大盛況でした！そのため誘導の仕事はやりがいがありました。(笑) 皆さん楽しそうで良かったです。(Oさん)
- ・あいポートを始め、区の施設は利用させて貰っているが、普段このような形で人と関わる機会や貢献できるということに実感が湧いていませんでした。今回のコンサートのようにイベントの見聞を得て自分や地域について見つめ直すことが出来たことが良いところだと思います。(Mさん)
- ・私は、3回目でお客さんの資料配布と演奏後のシートの掃除を行いました。クニ三上さん方の演奏は最高で手伝ったかいが、ありました。(Sさん)

X やってます

@i_port_itabashi



板橋区発達障がい者支援センターあいポートの公式アカウントです。

イベントや講演会などの情報をお知らせする発信専用アカウントです。

←XへのQRコード

※ダイレクトメッセージやコメントへの対応はしていません。

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 ココロネ板橋1階

開所時間:火曜～土曜 10時～18時

☎相談受付電話 03-5964-5422 (祝日を除く 火曜～土曜 10時～17時)

あいポートHP

へのQRコード→



あいポート 9月プログラムカレンダー

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|-----|---|-----------------------------|---|---|--|-----|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 休 | ・水曜グループワーク 10:15～11:45 | ・水曜グループワーク 10:15～11:45 | ・アロマ教室 11:00～12:30 | ・金曜グループワーク 10:15～11:45 | ・音楽の時間 14:00～15:00 ・テーマ別情報交換会 14:00～15:30 | 休 |
| | ・火曜グループワーク 13:30～15:00 ・イラストサークル※① 15:30～17:00 | ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 | ・木曜グループワーク 14:00～15:30 | ・ゲームクラブ ※② 14:00～15:30 ・身体楽々バドミントン ※③ | | |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 休 | ・水曜グループワーク 10:15～11:45 | ・水曜グループワーク 10:15～11:45 | ・木曜グループワーク 14:00～15:30 ・身体楽々バドミントン ※③ | ・金曜グループワーク 10:15～11:45 | ・3カ教室※④ 11:00～12:00 | 休 |
| | ・火曜グループワーク 13:30～15:00 | ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 | | ・女性のための個別の時間※④ 14:00～16:00 | ・演劇部 14:00～16:00 ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 ・身体楽々バドミントン ※③ | |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 休 | ・水曜グループワーク 10:15～11:45 | ・水曜グループワーク 10:15～11:45 | ・木曜グループワーク 14:00～15:30 | ・金曜グループワーク 10:15～11:45 | ・土曜クラブ 14:00～16:00 | 休 |
| | ・火曜グループワーク 13:30～15:00 | ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 | | ・アートの時間 14:00～15:30 ・身体楽々バドミントン ※③ | | |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 休 | 祝・休 | ・水曜グループワーク 10:15～11:45 | ・木曜グループワーク 14:00～15:30 | ・金曜グループワーク 10:15～11:45 | ・心身機能調整法※⑤ 11:30～12:30 | 休 |
| | | ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 | | ・布クラッシュアート 14:00～15:30 ・身体楽々バドミントン ※③ | ・家族学習会※⑥ 14:00～16:00 ・身体楽々バドミントン ※③ | |
| 29 | 30 | | | | | |
| 休 | ・火曜グループワーク 13:30～15:00 | | | | | |

※① イラストサークルは自由にイラストを描くプログラムのため、講師はいません。

※② ゲームクラブは、あいポートにあるSWITCHやボードゲーム・カードゲームを行います。

※③ 身体楽々バドミントンは個別予約制です。10:30～16:30の間で1人50分の枠です。

※④ 女性のためのプログラムです。

※⑤ 男性のためのプログラムです。

※⑥ あいポート利用者の家族が対象です。

あいポート 10月プログラムカレンダー

| 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 | 日曜日 |
|---------|---|--|---|--|---|---------|
| | | 1 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 | 2 ・アロマ教室 11:00～12:30 ・木曜グループワーク 14:00～15:30 | 3 ・金曜グループワーク 10:15～11:45 ・ゲームクラブ ※② 14:00～15:30 ・身体楽々バドミントン ※③ | 4 ・音楽の時間 14:00～15:00 ・テーマ別情報交換会 14:00～15:30 | 5 休 |
| 6 休 | 7 ・火曜グループワーク 13:30～15:00 ・イラストサークル ※① 15:30～17:00 | 8 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 | 9 ・木曜グループワーク 14:00～15:30 ・身体楽々バドミントン ※③ | 10 ・金曜グループワーク 10:15～11:45 ・女性のための個別の時間 ※④ 14:00～16:00 | 11 ・3D教室 ※④ 11:00～12:00 ・演劇部 14:00～16:00 ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 ・身体楽々バドミントン ※③ | 12 休 |
| 13 休 | 14 ・火曜グループワーク 13:30～15:00 | 15 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 | 16 ・木曜グループワーク 14:00～15:30 | 17 ・金曜グループワーク 10:15～11:45 ・アートの時間 14:00～15:30 ・身体楽々バドミントン ※③ | 18 ・土曜クラブ 14:00～16:00 | 19 休 |
| 20 休 | 21 ・火曜グループワーク 13:30～15:00 | 22 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00 | 23 ・木曜グループワーク 14:00～15:30 | 24 ・金曜グループワーク 10:15～11:45 ・布コラージュアート 14:00～15:30 ・身体楽々バドミントン ※③ | 25 ・心身機能調整法 ※⑤ 11:30～12:30 ・SST 14:00～16:30 ・身体楽々バドミントン ※③ | 26 休 |
| 27 休 | 28 ・火曜グループワーク 13:30～15:00 | 29 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 | 30 ・木曜グループワーク 14:00～15:30 | 31 ・金曜グループワーク 10:15～11:45 | | |

※① イラストサークルは自由にイラストを描くプログラムのため、講師はいません。

※② ゲームクラブは、あいポートにあるSWITCHやボードゲーム・カードゲームを行います。

※③ 身体楽々バドミントンは個別予約制です。10:30～16:30の間で1人50分の枠です。

※④ 女性のためのプログラムです。

※⑤ 男性のためのプログラムです。