



## 令和3年度の研修・講演会・イベント予定について



日にち	内容	場所	定員	講師
6月6日(日)	【開設記念コンサート】 「0才からのジャズ」 (オフィスヨコタ共催)	グリーンホール	100人× 2講演	クニ三上ピアノトリオ
7月31日(土)	【講演会】 「発達障害者の理解」	グリーンホール	50人	新井豊吉
5月～9月	【支援機関訪問スーパーバイズ】 「発達障害に関する個別支援や環境整備のアドバイス」	各施設		新井豊吉 センター職員
11月予定	【支援者研修】 「発達障害者支援困難ケースの事例検討」	ココロネ板橋	20人	新井豊吉

## 「大人の発達障がいに関する実態調査報告書」の発行について

開設準備期間にとりくんだ実態調査報告書が完成いたしました。自由記述をたくさん記入いただき、数値だけではなく、大人の発達障がいについて理解を深めることができる報告書になりました。この実態とニーズに即した支援方針で開設し、たくさんの相談申し込みをいただいています。相談者数は181人(1月末)となり、大人の発達障がいの方および支援からこぼれた方の現状が見えてきました。今後も、当事者の声を聴き、関係者と情報交換しながら、実態を客観的に分析し、ニーズに応じた支援をつくってまいります。(センター長 小山)

### 目次

はじめに

1 刊行にあたって

2 板橋区の障がいに関する基本情報

3 板橋区の発達障がい者支援に関するあゆみ

4 板橋区発達障がい者支援センターについて

5 実態調査の結果と考察【本人・家族編】

6 実態調査の結果と考察【支援機関編】

7 事業開始から建物開設までの取り組み

8 調査結果の反映(支援方針)

9 関係者コメント

資料集・館内写真

実態調査の回答にご協力いただいた方

【本人・家族編】

板橋区発達障害児者親の会(IJの会)の会員の内、16歳以上の本人及びその家族へ質問票を郵送。45名から回答を受理。

【支援機関編】

区内220カ所へ質問票を郵送し、68カ所から回答を受理。

依頼した支援機関の種別は、病院・クリニック、訪問看護事業所、相談支援事業所、就労継続支援事業所(A型・B型)、就労移行支援事業所、生活介護事業所、自立訓練事業所、グループホーム、放課後等デイサービス、特別支援学校・学級、大学、健康福祉センター、福祉事務所など。

68カ所の発達障がい利用者(疑い含む)は794人。

※報告書は、ホームページからご覧いただけます。冊子をご希望の方はあいポート(03-5964-5422)までご連絡ください。

## 発達障がいの理解を深める メンバー情報交換会

成人になってから診断を受けた方など、発達障がいに関する情報を十分に得る機会のない方もいます。あいポートでは、発達障がいの特性をより深く知るきっかけとなるようリラックスした雰囲気の中で情報交換の場を設けます。仕事や生活上で苦勞していることやその対処・工夫について、新たな考え方や情報を得る機会としてご活用ください。

**日時** 3月31(水) 14:00 ~ 16:00 (受付開始13:30)

**対象** あいポート利用者(申込制)

### 当日の流れ(予定)

- ①今日の流れ
- ②参加者自己紹介
- ③情報交換会(当日テーマを決めます)
- ④感想

- ・ここで話されたことについて他では決して話さないこと、他者を批判しないことを約束に、自身の悩みや工夫についてのお話を出し合います。
- ・進行はスタッフがおこないます。

## 社会参加訓練 ご報告

### グループワーク(登録、体験、合わせて現在4名)

- 「地域散策」…みんなで石神井川沿いを歩きました。静かな町をゆっくり歩くと心が落ち着きます。
- 「人生ゲーム」…政治家になったり、借金を抱えたり、家族を持ったり...新しい人生経験を楽しみました。
- 「SST」…講師の清水さんと一緒に、対人面で困った場面を話したり、対策案を出し合いました。
- 「プログラム決め」…みんなで今後の予定を決めました。折り紙、好きな音楽紹介、カードゲームなどなど...

### パソコン教室

毎回2~5名の方が参加しています。  
現在は Word の基礎講座を進めており、今後は Excel の講座や MOS の講座などを予定しています。  
毎回自習時間も設けているので、先生にわからないところを気軽に質問することができます。

### 3D 自主勉強会

毎週水曜日と第2第4土曜日に、個別支援室で行っています。毎回1名~4名が参加しています。  
入門書テキストを使って、線の引き方、立方体の作り方から始まり、ロボット、スプーンのモデリングなどを行っています。  
それぞれご自身のペースで黙々と進めています。

### 身体楽々パーソナルトレーニング

理学療法士と参加者の1対1で実施しています。  
4か月間で10名の方が参加しました。  
疲れやすさ、体の硬さ、清掃の仕事での体の使い方など、一人一人個別の相談をお受けし、実際に体を動かしながら運動に関する提案をしています。

### 音楽の時間

講師の菊池リカ先生にリクエストしてみんなで歌を歌います。感染症拡大防止対策としてマスクをしたまま歌っています。  
リクエストした曲『らいおんハート』『パプリカ』『カントリーロード』『365日の紙飛行機』『ロビンソン』『明日があるさ』『負けないで』などなど

### ストレッチ呼吸法(太極拳)

ココロネットワークスとの合同で、スタッフ含め10名程度でストレッチをしています。  
雨天でなければ、広々とした外のデッキスペースで、人との距離を保ちながら行っています。  
外の空気を吸いながらゆったりと体を動かすことで、緊張をほぐすことを目指しています。

### 土曜クラブ

12/19に第1回をおこないました。参加は9名。  
「茶話会」と「テーマトーク」をし、自分の趣味や障がいの特性を話しあったり、今後プログラムでやりたいアイデアを出し合ったりしました。  
テーマを決めた情報交換や交流のプログラムなど、毎月内容を変えて実施します。

### 3月のプログラム予定

月	火	水	木	金	土	日
1 休	2	3 グループワーク 10:00~11:30 3Dデザイン自主勉強会 14:00~16:00	4	5	6 パソコン教室 10:00~11:30 音楽の時間 14:00~15:00	7 休
8 休	9	10 グループワーク 10:00~11:30 3Dデザイン自主勉強会 14:00~16:00	11 パソコン教室 10:00~11:30	12	13 からだ 身体楽々パーソナルトレーニング 10:10~、11:00~ 13:10~、14:00~ 3Dデザイン自主勉強会 14:00~16:00	14 休
15 休	16	17 グループワーク 10:00~11:30 3Dデザイン自主勉強会 14:00~16:00	18 事業説明会 ※ 16:00~17:00	19 音楽の時間 13:30~14:30	20 祝・休	
22 休	23	24 グループワーク 10:00~11:30 3Dデザイン自主勉強会 14:00~16:00	25 パソコン教室 10:00~11:30 SST 14:00~16:00	26 ストレッチ呼吸法 13:30~14:30	27 からだ 身体楽々パーソナルトレーニング 10:10~、11:00~ 13:10~、14:00~ 3Dデザイン自主勉強会 14:00~16:00 土曜クラブ 14:00~16:00	28 休
29 休	30	31 グループワーク 10:00~11:30 メンバー 情報交換会 ※ 14:00~16:00				休

※事業説明会(3/18)はどなたでもお申込みいただけます。

※「発達障がい理解を深めるメンバー情報交換会」 詳細は2ページ参照

#### 【プログラムのご紹介】

### SST(ソーシャルスキルズトレーニング)

**日時** 3月25日(木)14時~16時(開場 13時30分)

**講師** 清水 有香さん(精神保健福祉士・公認心理師)

**対象** あいポート利用者 8名程度(申込制)

SSTは、コミュニケーションに自信をつけるための練習です。

例のような、苦手なこと、もっと上手にできるようになりたいことを出し合い、工夫を話し合います。

例) ・行きたくない誘いを断る ・ちょっとした雑談をする  
・職場の人に質問をする ・頼みごとをする

発言せずに聞いているだけの参加、見学のみもOKです。

ほめ言葉のシャワーを浴びる機会です。

### 感染症対策について

皆さんに安心してご利用いただくために、新型コロナウイルス感染症拡大防止の取り組みを実施しています。

- ・来館時の検温
- ・手指消毒の環境整備
- ・面接室にアクリル板の設置
- ・相談面接やプログラム実施時の換気、実施後の消毒
- ・プログラム活動における感染症対策マニュアルの作成、実施
- ・プログラムや講演会の人数制限
- ・講演会の動画配信

## 4月のプログラム予定

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4 休
					音楽の時間 14:00～15:00	
5 休	6	7 グループワーク 10:00～11:30  3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00	8 パソコン教室 10:00～11:30	9	10 からだ 身体楽々パーソナルトレーニング 10:10～、11:00～ 13:10～、14:00～  3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00	11 休
12 休	13	14 グループワーク 10:00～11:30  3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00	15	16  音楽の時間 13:30～14:30	17 パソコン教室 10:00～11:30  家族学習会 14:00～16:00	18 休
19 休	20	21 グループワーク 10:00～11:30  3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00	22 パソコン教室 10:00～11:30  事業説明会 ※ 16:00～17:00	23  ストレッチ呼吸法 13:30～14:30	24 からだ 身体楽々パーソナルトレーニング 10:10～、11:00～ 13:10～、14:00～  土曜クラブ 14:00～16:00  3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00	25 休
26 休	27	28 グループワーク 10:00～11:30  3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00	29  祝・休	30		休

※事業説明会(4/22)はどなたでもお申込みいただけます。



### ココロネットワークスより活動状況のご報告



就労継続支援 B 型事業ココロネットワークスです。11月2日から活動をスタートし、現在登録12名、日々8～9人のご利用者さんが通われています。パン工房は毎週300斤の食パンを安定して生産できるようになりました。また、「カフェねね」はコロナ禍で飲食店が苦戦する中、あいポートのご利用者様、関係者の皆様、地域の人たちにご利用いただいで一定の売り上げを維持できています。御礼申し上げます。そして、2月からは本格的に PC 作業を開始する予定です。

ココロネットワークスでは2020年10月から随時見学・面談を行い、2020年11月の開所後からは利用希望者に体験していただいでいたましたが、現在体験予約が2月中旬まで8名入っております。体験する方の利用日数次第ではありますが、定員の20名が近づいてきたことから2月いっぱい一旦体験受付をストップしたいと思います。その後は見学と面談は引き続き行っていくますが、体験は空き枠が確定してから日程調整していく形とさせていただきます。よろしくお願いいたします。

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 ココロネットワークス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)