

2022年 7月号 あいポートだより

隔月発行 広報誌 Vol.11

HP <https://i-port.cocorone.space>



異なることが豊かさになる

学校に居られないから不登校になる、社会のどこにも居られないからひきこもる、現実世界に居られないから仮想空間にこもる、みんなと一緒にが苦手な人の、居場所って何だろうと考え続けています。

研究会仲間の新著を紹介します。「子どものための居場所論～異なることが豊かさになる～」

阿比留久美(早稲田大学文化構想学部准教授)かもがわ出版。

無条件に肯定されて成長すること、常識にとらわれずに子どもと関わる大人の姿勢について、様々な活動を紹介しながら、わかりやすく論じています。もともと個性的で、異なる人間が同じような空気の中に管理されていく教育のありようが、発達障がいの人たちの生きづらさにつながるがよくわかります。

「教育のまなざしで管理されない主体」「人は不十分でだめなままでも主体として生きている」「うまく言葉にできない違和感を大切に、表明することを通して、だんだん自分の感じていることの輪郭が明確になってくる」「居たいと思う場所に居られること」など、役に立つ言葉がたくさんありました。

せめて、あいポートは、言葉にできない違和感を責められることなく表明できる場所でありたいと思いました。

今年度はたくさんの講演会を動画配信します。阿比留さんの講演配信も予定しています。

センター長 小山伸子



支援者研修のご案内

【テーマ】「強度行動障害や理解しにくい言動について」

※会場参加・オンライン参加どちらも参加が可能なハイブリット研修となります。

【日時】2022年8月5日(金)16:00~18:00(15:30受付開始)

【会場】あいポート(板橋区向原3-7-9 ココロネ板橋1階) or オンライン(Zoom)

【講師】新井豊吉氏/東京家政大学特任教授(臨床発達心理士スーパーバイザー・公認心理師)

【内容】強度行動障害の基本的な理解の他、発達障害児者の理解しにくい、または周囲からわかりにくい言葉や行動について理解を深める研修となります。

◆参加申し込み方法◆ 申し込み開始はいずれも6/1からになります。

○会場参加○

- ・定員40名程度(先着順)
- ・お電話でお申し込みください。

03-5964-5422

お申し込みの際、ご所属・お名前・ご連絡先をお知らせください。

○オンライン(Zoom)参加○

- ・定員100名まで(先着順)
- ・右のQRコードを読み込みお申し込みください。



※その他あいポートHPのお知らせページよりお申込みいただけます。
※QRコードやあいポートHPからのお申し込みが難しい場合はメールでお申し込みください。

メールアドレス:「info_i-port@cocorone.space」

件名「支援者研修オンライン参加申し込み」

本文「氏名」「ご所属」「連絡先」「質問(あれば簡潔に)」をご記載下さい。



あいポート講演会 動画配信のお知らせ 「発達障害とは？」～人間の多様性 (Diversity) を知る～

今回はあいポートの金曜グループワークで勉強会を行なった講演を録画した動画を配信いたします。発達障害の基礎理解の他、統合失調症・うつ病といった精神障害と発達障害の重なりと違いについて学ぶことのできる講演となっています。

■配信期間:2022年5月10日～2022年11月30日(予定)

■講師:石山淳一氏(精神科医師)

■講師プロフィール:帝京平成大学客員教授、東京都福祉保健局及び東京都足立児童相談所医員、日本外来臨床精神医学会副理事長、日本精神保健福祉政策学会常任理事などを歴任。

■申込み方法(①～③のいずれかでお申し込みください)

①QRコードを読み込み、お申し込みください。

②当センターのホームページの入力フォームよりお申し込みください。

③「info_i-port@cocorone.space」(講演会申込み専用)にメール送信。

件名に「あいポート研修動画希望」、本文に氏名、ご所属(あれば)、連絡先をご記載下さい。

■問合せ:板橋区発達障がい者支援センターあいポート/電話03-5964-5422

申込み QR コード



利用者学習会～障害年金について～

今年度から開始した学習会です。地域で自立した生活を送るために知っておいた方がいいことについて学びます。今回は障害年金制度について社会保険労務士の林良江さんをお招きして、聞いたことはあるけれど複雑でわかりにくく感じられる障害年金制度の概要や申請方法などについてお話いただきます。質疑応答の時間も設けます。

【日時】2022年7月30日(土)14:00～15:30

【会場】ココロワークス 多目的スペース(板橋区向原3-7-9 ココロネ板橋1階)

【講師】林社会保険労務士事務所 特定社会保険労務士 林良江氏

【申込み】参加ご希望の方はあいポートにある申込書にご記入いただくか、担当職員にお伝えください。



プログラム紹介～演劇部～

☆「今日の名前はなにしようかな?」から演劇部はスタート☆

演劇部の間に呼ばれたい名前を自分で決め、自己紹介で伝え、仲間から呼ばれ、返事をする事でエンジンがかかります。

『表現するには頭も心も柔らかく!』リラックスするためにゆっくり呼吸を整えるストレッチから、スピード感がある手足運動、頭を使ったジャンケン。さらに、相手の『目』を見て拍手を回すことで、エネルギーを渡す。同時に拍手をすることで相手をよく見て、よく聞いて、観察する…シアターゲームという演劇手法であつう間に感覚が刺激され、引き込まれていきます。

演劇部の目標である『思いっきり声を出して笑い解放する』『人と共有する体験をして新しい自分と出会う達成感』『表現する喜び、楽しさを知る』は、たった4回の開催ですが、継続することで少しずつ進化をしています。設定された場面で与えられた役を自分で工夫したセリフや動作で演じるメニューは、自分ではない誰かになりきる利用者さんの力に驚いています。

今後の演劇部の動きを是非とも楽しみにしてください!





家族学習会

◆報告◆

◎第1回 家族学習会:テーマ「子どものために親ができること～学校・就職・生活の自立～」

IJの会(板橋区発達障害児者親の会)の会員の方をお招きし、学校・就職・生活の自立に関する体験談をお話いただきました。後半はグループに分かれ、交流会を行いました。参加者の皆様から、「子供はどうであれ自分は元気でいようと思った」、「生活の小さなことを大事にしようと思った」などの感想をいただいております。今後も家族学習会を予定しておりますので、ご興味がある方はぜひご参加ください。

◆お知らせ◆

◎第2回 家族学習会:テーマ「発達障がいの医療について」

【日時】 2022年7月23日(土) 14:00～16:00(13:30受付開始)

【会場】 あいポート(板橋区向原3-7-9 ココロネ板橋1階)

【講師】 米山明氏(全国療育相談センター 副センター長/児童精神科医師)・IJの会の会員1名

※あいポートを利用する方のご家族とIJの会会員が参加できます。

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)



～発達障がいの理解を深める～ メンバー情報交換会

◆実施報告◆

4/2(土) 参加7名

テーマ【「忘れたとき」や「忘れないため」の苦労や工夫】

コメントの紹介

- ・ミスの原因がメンタル、特性、経験値に分類できるとわかった
- ・仕事の失敗を重くとらえ過ぎなのではないか
- ・自分のキャパと業務量があっていないのではないか
- ・特性上、今の仕事は向いていないと感じる部分もあるが、生活状況的に転職にはなかなか踏み込めない

5/7(土) 参加11名

テーマ【“会話”の場面での苦労や工夫】

コメントの紹介

- ・雑談が苦手で、相手に“疲れた”と言われてしまった
- ・いろんな人の話が重なるとわからなくなるが、人の話は大きめに聞いていけばいいのかなと思った
- ・話す内容が適切かどうかわからない

◆お知らせ◆

7/2(土)

テーマ【自分の特性や苦手なこと、失敗談と対処法】

特性や苦手を変えられない中で、今後をどうしていったらいいか。皆さんの体験談を基に、対処法を話し合います。

8/6(土)

テーマ【生きやすくするための習慣】

自分にとって何が生きづらさの要因で、どんな風に生活を送れば生きやすくなるか。そもそも他の人たちはどんな風に生活を送っているのか。少しでも生きやすくなるための自分なりの習慣について話し合います。

◆メンバー情報交換会とは…◆





大人になってから診断を受けた方や、今まで発達障がいについて話す機会がなかった方など、発達障がいに関する情報を十分に得られる機会のなかった方同士が情報交換をする場です。

発達障がいの特性により生活や仕事の場面で苦労していること、またそれに対する対処法や工夫について話し合います。



グループワークからの報告

～メンバーの声紹介～

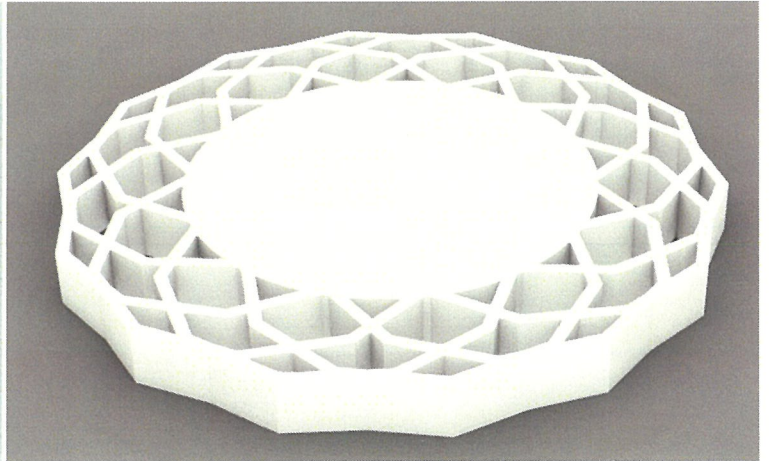
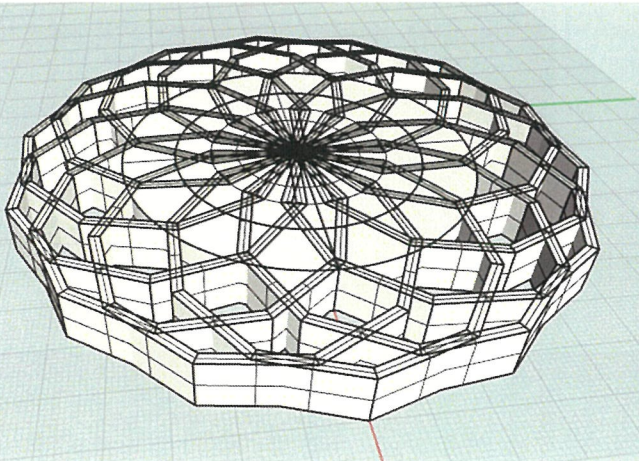
-  家族以外と絡む機会も無かったけど火曜日のグループワークに来てから家族以外と交流出来て自分の好きな"ゲーム"(Switchの桃太郎電鉄)を1人じゃなく4人で出来たりで楽しめました! (Nさん)
-  自分は人見知りだったけど、職員とコミュニケーションを取るのが楽しいです。(Iさん)
-  自分の居場所ができてうれしいです。(Yさん)
-  グループワークに参加して発達障害の就労の仕方を学び、人と触れ合う大切さを知りました。感謝しています。(Kさん)

3D デザイン自主勉強会

作品紹介

～Uさんより一言～

円周上に数値を指定して多角形を配置し、コースターを作りました。多角形の数が多いと印刷が細くなるし、少ないとコースターとしての安定性が足りないと思い、円を追加しました。円の大きさは安定するように広めにしました。



Twitter 始めました
@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のアカウントになります。

←Twitter 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 (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 7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
休				1 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45 ・アロマ教室 13:00~14:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	2 ・パソコン教室 10:00~11:30 ・音楽の時間 14:00~15:00 ・メンバー情報交換会 14:00~15:30	3 休
4 休	5 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	6 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	7 ・はじめてのパソコン※③ 10:30~12:00 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	8 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45 ・囲碁将棋オセロ 13:30~15:00	9 ・身体楽々グループ活動 10:30~11:30 ・演劇部 ・3D自主勉強会 14:00~16:00 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	10 休
11 休	12 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	13 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	14 ・パソコン教室 10:00~11:30 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	15 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45 ・音楽の時間(ワークス合同) 13:30~14:30 ・アートの時間 14:00~15:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	16 ・パソコン教室 10:00~11:30 ・土曜クラブ 14:00~16:00	17 休
18 祝 ・休	19 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	20 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	21 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	22 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45 ・布コラージュアート 14:00~15:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	23 ・はじめてのパソコン※③ 10:30~12:00 ・家族学習会※⑤ 14:00~16:00 ・3D自主勉強会 14:00~16:00 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	24 休
25 休	26 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	27 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	28 ・パソコン教室 10:00~11:30 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	29 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45	30 ・利用者学習会※⑥ 14:00~15:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	31 休

- ※① 火曜午後のグループワークは少人数制のグループです。
- ※② 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。
- ※③ はじめてのパソコンはパソコンの基本操作を目的としたプログラムです(第1木曜と第4土曜)。
- ※④ 身体楽々パーソナルトレーニングは個別予約制です。10:30~16:30の間で1人約50分の枠です。
- ※⑤ あいポート利用者の家族とIJの会員が対象です。
- ※⑥ 利用者学習会につきましては、別途ご案内を確認してください。

あいポート 8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 休	2 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	3 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3D自主勉強会 14:00～16:00	4 ・はじめてのパソコン※③ 10:30～12:00 ・木曜グループワーク 14:00～15:30	5 ・金曜グループワーク※② 10:15～11:45 ・アロマ教室 13:00～14:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	6 ・パソコン教室 10:00～11:30 ・音楽の時間 14:00～15:00 ・メンバー情報交換会 14:00～15:30	7 休
8 休	9 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	10 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3D自主勉強会 14:00～16:00	11 祝・休	12 ・金曜グループワーク※② 10:15～11:45 ・囲碁将棋オセロ 13:30～15:00	13 ・身体楽々グループ活動 10:30～11:30 ・演劇部 ・3D自主勉強会 14:00～16:00 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	14 休
15 休	16 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	17 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3D自主勉強会 14:00～16:00	18 ・木曜グループワーク 14:00～15:30	19 ・金曜グループワーク※② 10:15～11:45 ・音楽の時間(ワークス合同) 13:30～14:30 ・アートの時間 14:00～15:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	20 ・パソコン教室 10:00～11:30 ・土曜クラブ 14:00～16:00	21 休
22 休	23 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	24 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3D自主勉強会 14:00～16:00	25 ・パソコン教室 10:00～11:30 ・木曜グループワーク 14:00～15:30	26 ・金曜グループワーク※② 10:15～11:45 ・布コラージュアート 14:00～15:30 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	27 ・はじめてのパソコン※③ 10:30～12:00 ・3D自主勉強会 14:00～16:00 ・SST※⑤ 14:00～16:00 ・身体楽々パーソナルトレーニング※④	28 休
29 休	30 ・火曜グループワーク※① 14:00～15:30	31 ・水曜グループワーク 10:15～11:45 ・3D自主勉強会 14:00～16:00				

※① 火曜午後のグループワークは少人数制のグループです。

※② 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。

※③ はじめてのパソコンはパソコンの基本操作を目的としたプログラムです(第1木曜と第4土曜)。

※④ 身体楽々パーソナルトレーニングは個別予約制です。10:30～16:30の間で1人約50分の枠です。

※⑤ SSTは偶数月の第4土曜日に行ないます。