

## 「利用者アンケート・聞き取り調査について」

発達障がいとはどのような障がいなのか。診断や支援を受ける人が増えて、少数派とはいえ、人口の1割という説も納得がいくほど、あいポート利用者は増え続けています。あいポートに相談に来る人の多くが困り果て、簡単には解決できない状況下にあります。発達障がいは、今、早急に取り組むべき社会課題の1つであることは明白ですが、そもそも発達障がいの実態も支援方法も不確かなままです。

あいポートは、東京都でもまだ数が少ない発達障がい専門の、地域支援の場として、年間300人を超える相談者が集まり、本人と職員のつながりや、本人同士の関係性ができています。発達障がいとは、どのような困難なのか、どのような支援が必要なのか、発信が苦手な人も含めて、利用する本人の声を聞き取り、今後の方向性に活かし、社会に届けたいと思います。年度内にアンケート調査、聞き取り調査、懇談会などを行いますので、利用者のみなさまのご協力をよろしくお願いいたします。

あいポート職員一同

## 発達障がいを考えるエッセイ

## 「ちっぽけな存在と偏った人生」

今年の夏は北海道で10日間過ごしました。土地の広さに対する人口比が東京とは違うので、市街地から離れたキャンプ場や登山では、人に会わないことに怖さを感じます。熊も怖いですが、圧倒的な自然に囲まれることに驚異を感じます。深夜でも音と光がある環境で、見知らぬ他人と体を押し合い電車に乗り、群衆の波に押されて道を歩く私にとって、何も見えない夜の暗さや底の深い静けさ、木々の音や生き物の声は、脅威に感じられたのです。人間ほど怖いものはないのに。小さな集落でも、人が寄り固まり生活している所に入ると安心し、広大な湿原や森の中の一軒家を見ると不安になります。それは都会育ちの私の感性なのでしょう。自分の育った環境、生きてきた社会は、ちっぽけで、世界の片隅なのだと感じました。人間は環境や社会に影響されて、偏った人生を送っているのだから、相互理解は難しいのでしょうか。ましてや少数派の困難は接する機会も限られるし、リアルな感覚で理解するのは難しいことです。見えにくい、理解しにくい発達障がいですが、私たち職員は、毎日、一緒に時間を過ごし、話を聞くことで、その苦労や生きる知恵を身近に感じています。今、あいポート利用者の声を社会に届けたいと強く思いました。

センター長 小山伸子

## あいポート主催 発達障がいの理解を深める連続講演会②のお知らせ(再告知)

あいポート主催講演会の第2回目は、なります子どものこころのケアセンターのセンター長の森野百合子先生にご講演をお願いしております。発達障がいを抱える本人たちは、思春期にどういった困難を抱えやすいのかを、発達障がいの特性を踏まえて、児童・思春期精神科医の立場からお話しいただく予定です。

【テーマ】発達障がいの人が思春期に抱えやすい困難について

【日時】2023年11月3日(金・祝) 14:00~16:00 ※受付開始:13:30~

【講師】森野 百合子先生(なります子どものこころのケアセンター センター長)

【会場】ココロネ板橋(あいポート/板橋区向原3-7-9)

【申込み】●会場参加→お電話(03-5964-5422)でお申し込みください(定員40名)。

●オンライン参加→①QRコード、②当センターホームページお知らせ欄よりフォーム入力



## ジャッキー・ロバーツ先生との懇談会(報告)

オーストラリアのグリフィス大学名誉教授ジャッキー(ジャクリーン)・ロバーツ先生が、休暇で来日された際に、あいポートで懇談会を行ないました。オーストラリアの自閉症研究の第一人者で、グリフィス大学に自閉症研究センターを立ち上げ、所長を務めた方です。

あいポート職員、ココロネ板橋職員、全国療育センター米山明先生、㈱アプリクラフト、国立リハビリテーションセンター、足立区大内病院などから17人が参加しました。ジャッキー先生にオーストラリアの発達障がい児者支援の現状をお話いただき、その後たくさんの質問にお答えいただきました。

オーストラリアでは一人ひとりに合わせた支援が必要に応じて制限なく提供され、補助金は個人に給付される形だそうです。発達障がいの診断は厳密に行われていますが、支援を受ける人は増えているので、財政負担は大きいそうです。制度は幅広く先進的ですが、ボーダーラインの方の中には支援があっても受けずに多数派社会でやっていきたい方も多いとのことでした。オーストラリアでも人の気持ちは共通で、同じような課題を抱えていることがわかりました。あいポートの多様な取り組みを評価していただき、心強く、将来に希望がもてました。

\* IJの会代表鈴木正子さんにコーディネート及び通訳していただきました。



## 利用者学習会のお知らせ

今回は地域で自立した生活をするために、グループホームはどんなところなのか、一人暮らしとの違いや利用できる福祉サービスについて、調布市で長年相談支援専門員をされているマーレ相談支援事務所の内海康範先生にお話しいただきます。

【テーマ】地域で自立して生きていくために～住まいに関する福祉サービスについて～

【日時】2023年12月2日(土)16:00~17:00

【講師】マーレ相談支援事務所 内海 康範先生

【会場】ココロネ板橋(あいポート/板橋区向原3-7-9)

【申込み】交流室にある申し込み表に記入するか、担当までご連絡ください。



## 支援者向け勉強会のお知らせ

板橋区の支援をさらに充実させるため、調布市における障がい者支援の歴史から現状について、行政と事業者の立場から障がい者支援の構築に尽力してこられた調布市社会福祉事業団の山本雅章先生にお話しいただきます。

【テーマ】「調布市における障害者施策の展開～居場所づくりおよび地域生活支援拠点等の整備を中心に～」

【日時】2023年11月16日(木)10:00~12:00(開場9:45)

【講師】調布市社会福祉事業団 業務執行理事

静岡福祉大学特任教授 博士(社会福祉学) 社会福祉士 山本 雅章先生

【会場】板橋区役所南館4階 災害対策室 A・B

【主催】板橋区発達障害児者親の会(IJの会)

【申込・問合せ】参加ご希望の方は11/10(金)までにあいポート(03-5964-5422)までご連絡ください。



## 家族学習会報告&お知らせ

### ◆報告◆

第2回 家族学習会:テーマ「地域での自立生活(グループホームや活用できる制度)について」

社会福祉法人巣立ち会理事長の田尾先生を講師に、「地域での自立生活」というテーマをもとにご講演いただきました。後半はテーマに関する困り感や悩みを数名の参加家族にお話しいただき、田尾先生よりコメントをもらいながら学びを深めていく学習会となりました。「本人たちの自立に向けて前向きになれる機会となった」、「他の家族の話が共感できてよかった/参考になった」と参加者よりの感想をいただきました。

### ◆お知らせ◆

第3回 家族学習会:テーマ「コミュニケーションの力をつける②」

【内容】演劇ワークショップ、プログラム体験

【日時】2023年11月25日(土)14:00~16:00(13:30受付開始)

【講師】青年劇場団員 岡本 有紀先生

【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とIJの会会員が参加できます。

【申込・問合せ】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)

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」を開催、昨年度に引き続き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。ピアノの演奏に引き寄せられるようにステージに近づく子どもたち、リズムに合わせ子どもと体を揺らす大人たちなど思い思いにコンサートを楽しんでいました。「親子で本格ジャズを聴けるのは貴重な機会なので続けて欲しい」などの感想が寄せられました。あいポート利用者8名がスタッフとして活躍し、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。

《10月4日(水)成増アクトホールにて開催》

合計来場者人数： 252名

	子ども	大人	合計
午前の部	56名	71名	127名
午後の部	55名	70名	125名

ピアノ：クニ 三上  
ベース：池田 聡  
ドラムス：田村陽介



あいポート利用者スタッフ参加 8名(前日準備含め)



◆実績報告◆

8/5(土)テーマ「コロナ禍で感じたこと、工夫したこと」

- ・オンラインは音声は平面的でうまく聞き取れない。
- ・仕切りができて人との距離ができてよかった。
- ・社会に対する様々な意見があり、話題に気がつけないうけなくなった。

9/2(土)「発達障がい学ぶのに役に立ったもの」

本、エッセイ漫画、YouTube チャンネル、HP や支援機関などたくさん意見が出ました。一覧表がありますので参考にしたい方はスタッフまでお声がけください。

◆お知らせ◆

11/4(土)テーマ「“眠り”に関する困りごと、工夫」

ちょっとしたきっかけで寝付けなくなる、悪夢にうなされる、朝の体調が悪すぎる、寝ても寝た気がしない、日中の眠気がひどく仕事に支障が出てしまうなど“眠り”に関する困りごとを共有します。生活リズムの作り方、食事、運動、お薬との付き合い方など、自分なりの対処法や工夫できることについて共有します。

12/2(土)テーマ

「感覚過敏など感覚の偏りに関する苦労や工夫」

人の話し声や車の音が気になって、目の前のことに集中できない。光や音の刺激が辛い。体内の感覚過敏。逆に、疲れや空腹感に気づけないなど、感覚の偏りに関する困りごとや対処法を共有します。

～発達障がいの理解を深める～  
メンバー情報交換会

●●●●● プログラム紹介 ～SST (Social Skills Training / 社会生活技能訓練)～ ●●●●●

あいポートで行なっている SST では、主に仕事上の場面を取り扱い、参加者が実際に抱える課題をテーマとして設定します。「どうなったらいいか」という目標を明確にして、練習を通して新しいコミュニケーションのやり方を習得したり、今までできていることを確認して、自信を持って働けることを目指します。

【日時】 偶数月の第4土曜日 14:00～16:00

【講師】 清水 有香 先生 (SST 普及協会認定講師)

【対象】 センターをご利用の方 (利用には社会参加訓練事業の登録が必要です)



「アートの時間」講師変更のお知らせ



パソコン学習会  
休止のお知らせ

第一木曜日と第三土曜日の午前中に行なっていましたパソコン学習会ですが、諸事情により11月から休止となりました。今後も利用者の方々にとって利用しやすいプログラム設定や運営を心掛けてまいります。何卒よろしくお願いたします。



11月からのアートの時間は、講師として尾曾越理恵先生にお越しいたします。  
●尾曾越理恵先生プロフィール  
美術大学で油絵を専攻し、さらに京都の芸術大学で現代版画を学ぶ。その後長いブランクの後に渡米しアメリカ美術と自分の生き方や考えを表現するアートや社会と関わるアートについて学ぶ。  
現在、アートスタジオ大山を主宰。路上生活者や生活困窮者にアート活動の場を提供している。  
●講師からの一言  
自分で考えたこと、感じたこと、何でもいいので臆せず絵にすることをお手伝いしますので、どうぞよろしくお願致します。



# 特集【3D デザイン自主勉強会】

## 利用者の声（一部抜粋）

### アプリクラフトホームページで 皆さんの作品と“利用者の声”が 紹介されました!!

参加している皆さんの作品と“利用者の声”をアプリクラフトのホームページに掲載いただきました。株式会社アプリクラフトは、あいポートの3D 自主勉強会で使用しているライノセラスという3次元モデリングソフトの日本総販売元で、デジタルデザインの普及を目的としてソフトの販売・サポート・コンサルティングを行っている企業です。数か月に1回、プログラム講師として参加いただいています。



アプリクラフト  
ホームページ



あいポート  
お知らせ欄

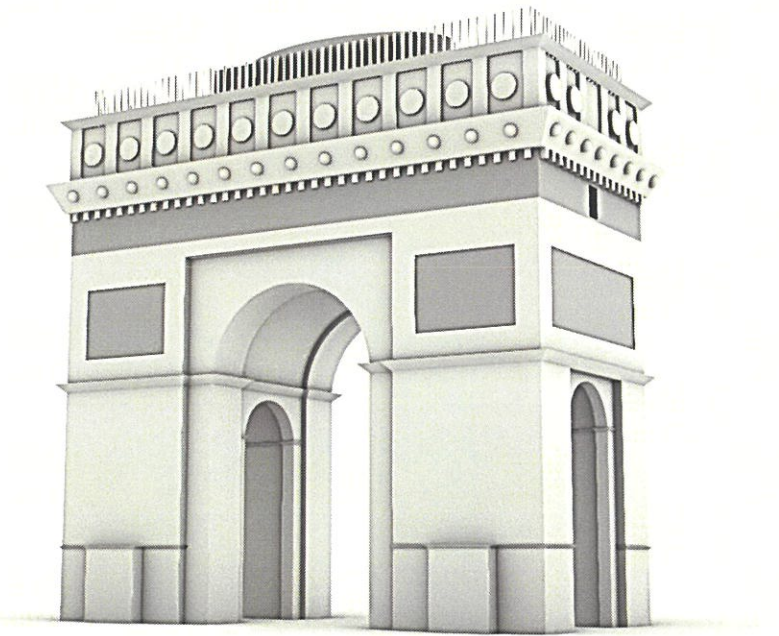
※全文は、アプリクラフトとあいポートのそれぞれのホームページに掲載しています。

- 電子専門学校在学中、どうしてもプログラムが上手く実行できずに失敗体験として心に残っていたが、3D 自主勉強会では、自分の出来ない所、納得のいかない所に職員さんに一緒に向き合ってもらえたことで、発達障がいの特徴を含めた本来の自分らしさを受け入れてもらえ、あいポート自体が自分らしく居られる居場所にもなっています。
- もともと3DCG やイラスト等を専攻している大学や専門学校に入学したいと思っていたが、あまりそうしたものに触れる機会が無かったため、こうして気軽に CG 制作が出来る場があることがとても嬉しく感じた。特に、全員一律のペースで進めるのではなく、それぞれにあった自由なやり方で作れるのが自分にとってとても有り難かった。
- 操作や理論等、難しいところはたくさんありますが、それらを一つ一つ理解しながら進めていくのがとても楽しいです。まだ始めたばかりですが、他の参加者の方の作品を見ていると色々なものを作成できる可能性が感じられるので、いつか自分のオリジナル作品を作ってみたいです。

## 作品紹介

～Hさんより一言～

自由にモデリングをし始めて最初の作品で、主要な建築物を調べた中で比較的組み立てやすそうなものを選び凱旋門になりました。実物は細かい彫刻が様々なところに散りばめられているのに対し、その再現は難しかったです。そのためそれをどの程度再現し、どの程度妥協するのかという点を常に考えながら作りました。



凱旋門

Twitter 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。

←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おりません。

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 11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自主勉強会 14:00~16:00	2 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	3 祝日・休館日 ・あいポート講演会※⑦ 14:00~16:00	4 ・音楽の時間 14:00~15:00 ・メンバー情報交換会 14:00~15:30	5 休
6 休	7 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	8 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	9 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	10 ・金曜グループワーク※② 10:15~11:45 ・女性のための個別の時間※④ 14:00~16:00	11 ・ヨガ教室※④ 11:00~12:00 ・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※③	12 休
13 休	14 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	15 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D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※② 10:15~11:45 ・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※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※① 14:00~15:30	22 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	23 祝・休	24 ・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※③	25 ・心身機能調整法※⑤ 11:30~12:30 ・3D自主勉強会 ・家族学習会※⑥ 14:00~16:00 ・身体楽々パーソナルトレーニング※③	26 休
27 休	28 ・火曜グループワーク※① 14:00~15:30	29 ・水曜グループワーク 10:15~11:45 ・3D自主勉強会 14:00~16:00	30 ・木曜グループワーク 14:00~15:30			

- ※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 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 あいポートの利用者の家族とIJの会会員が対象です。
- ※⑦ あいポートは開所いたしません。講演会に参加される方は事前予約の上直接会場にお越しください。

## あいポート 12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 ・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※③	2 ・音楽の時間 14:00~15:00 ・メンバー情報交換会 14:00~15:30 ・利用者学習会 16:00~17:00	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 ・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 ・女性のための個別の時間※④ 14:00~16:00	9 ・ヨガ教室※④ 11:00~12:00 ・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※③	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 ・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 ・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※③	16 ・土曜クラブ 14:00~16:00	17  休
18  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※③	23 ・心身機能調整法※⑤ 11:30~12:30 ・3D自主勉強会 ・SST 14:00~16:00 ・身体楽々パーソナルトレーニング※③	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 ・木曜グループワーク 14:00~15:30	29	30	31
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">                     12/29から1/3までお休みです。                 </div> 						

※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 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。