

2024年度事業計画

利用者アンケート聞き取り調査は、1月に締め切り、116人(回答率74%)の回答となりました。懇談会に参加して下さった方含め、たくさんの貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。

膨大な自由意見が集まり、発達障がいのある人の考えや気持ちが伝わる調査結果となりました。自分なりの楽しみや趣味をもち、また社会に貢献したいと考えている人が多くいました。子ども時代も現在も、人との関係に苦労しながら、自分なりの対応策を見つけ出し、自分を変える努力を惜しまない姿が読み取れます。89%がプログラムを利用しており、あいポートの印象は「よかった・まあまあよかった」合わせて98%、利用しやすい理由については、複数選択で、「職員の対応が安心できる」と「参加したい時だけ参加できる」が上位でした。

社会課題としては、発達障がいに関する理解がもっと広まることを願う声が多く、あいポートに望むことは、共感できる仲間との出会いが役に立ったこと、もっと情報交流の機会を増やすことなどが提案されました。

2024年度事業計画は調査の結果を受けて、情報交換会を増やし、当事者が交流するフリースペースの開設を検討しています。また困難の大きい家族の支援を充実する予定です。

あいポートセンター長・職員一同

発達障がいを考えるコラム「もっとも不思議なこと」

昨年、ノーベル文学賞受賞作家の大江健三郎が亡くなりました。23歳で芥川賞を受賞した早熟な天才ですが、障がいのある息子が生まれたことで、作風を変え、思索を深めたと言われていいます。そして、その深めた思索の全てをかけて、息子を理解しようと務めた父であったのだと、著書を読み直して気がつきました。

50歳のときの作品「新しい人よ眼ざめよ」は、息子の誕生から20歳になるまでの成長の記録であり、また障がい者に対する世間の本音と、家族の気持ちをリアルに描いています。家で仕事をする作家という職業の父と、思春期になっても家にいる障がいのある息子との濃密な関係性は稀有ですが、親の気持ちは普遍的です。

作家である父は、知的障がいのある息子に理解できるように、ものごとを定義することを使命と考えていました。そして、服薬しているためか、息子が夢を見ないので、夢を見ることを理解していないことを気にかけていました。

ところが、ある日、酔って夢にうなされた父の傍らに息子が座り、父の体をさすりながら言いました。「大丈夫ですよ、大丈夫ですよ!夢だから、夢を見ているんですから!なんにも、ぜんぜん、恐くありません!夢ですから。」

「息子が初めて見る夢が、おそらくは苦しい夢であり、かつその時に自分はすでに生きていず、息子の脇にいてやれないかもしれない」と心配していた父は、息子が夢を見る人がいることを理解していたことに、安堵するのです。

親の心配は、他人から見れば滑稽なくらいでしょうが、確かにこんな風に、無駄に先読みして心配してしまうのだと、胸に落ちます。

人生のもっとも危機的な時期に、その苦しい時を乗り越え中の現場から同時中継するように書いたのが、「新しい人よ眼ざめよ」だそうです。

誰にとっても避けがたい人生のかなしみを描いた、と言われるノーベル賞作家は、障がいのある息子に支えられて人生をまっとうしたのだと思いました。

「私がこれまでに経験したもっとも不思議なことが、息子と出会ったことです。」

「あのころのことを思い出すと自分自身の深い困難の中で嘆いている私の、そばに座ってうめいてくれたのは、他ならぬ息子であったようにも感じるのです。」(新しい人よ眼ざめよ:文庫版著者後書きより)

センター長 小山伸子

「強度行動障害と理解しにくい言動について」動画再配信のお知らせ

今回は2022年8月5日に実施しました講演会の動画を再配信いたします。

【テーマ】 「強度行動障害と理解しにくい言動について」

【内容】 強度行動障害の基本的な理解と支援について実践事例(映像有)を交えながら学ぶことができる講演です。

【配信期間】2024年2月19日～2024年8月31日まで(予定)

【講師】 新井豊吉先生(東京家政大学子ども学部特任教授)

講師プロフィール: 東京学芸大学大学院教育学研究科障害児教育専攻修了。

特別支援学校に長く勤務した後、福井大学大学院教育学研究科准教授や文京学院大学

大学院非常勤講師、港区児童相談所保護係心理療法専門員などを歴任。



■申し込み方法: (①～②のいずれかでお申し込みください)

① 右の QR 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「お知らせ」→本講座のページにあるリンク「URL」より、お申し込みください。

家族学習会報告&お知らせ

◆報告◆

◎第4回 家族学習会:テーマ「子育て体験談」

今年度4回目の家族学習会は IJ の会(板橋区発達障害児者親の会)の会員の方に、子ども時代から現在に至るまでの子育て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、「他者・社会とのつながりが大切であることが分かりました」、「色々あったけれど本人の選択や意思を尊重してきたことに後悔はないとお話しされていたことに感銘を受けました」などの感想をいただきました。

◆お知らせ◆

第5回 家族学習会:テーマ「自分を大事にする」

【内容】 あいポートプログラムの『アロマ教室』体験(ワークショップ)

【日時】 2024年3月23日(土)
14:00～16:00(13:30受付開始)

【講師】 大波美耶先生(アロマセラピスト)

【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。

※ 材料費:100円

【申込・問い合わせ】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)



2024年世界自閉症啓発デー

あいポートでの取り組みについて

毎年4月2日は国連で「世界自閉症啓発デー」と定められており、自閉症をはじめとする発達障がいについて理解してもらうための取り組みが各国で行われています。また、4月2日から4月8日は発達障害啓発週間です。

あいポートでも、毎年4月2日にあわせて利用者の方の作品展示や、当事者シンポジウムの動画配信といった啓発活動に取り組んできました。

そして今年の自閉症啓発デーでは、利用者アンケートや、懇談会の内容で話された事の内容の一部を、ホームページにて公開する予定です。

また例年通り、あいポート内での作品展示や、外のブルーライトアップも行います。ぜひご覧ください。

世界自閉症啓発デー日本実行委員会への QR コード →→→



◆実施報告◆

12/2(土)テーマ

「感覚過敏など感覚の偏りによる苦労や工夫」参加者：12名

- ・ 静かな場所で大きな音とか、ギャップがあるほど苦手。
- ・ 寝るとき、光が気になる。特に白っぽい色が苦手。
- ・ 騒がしい所だと人の話が聞けないので筆談を交えている。
- ・ 調子がいい時は気にならないことが多いので、精神面を良い方に持っていくと気にならなくなる。

1/6(土)

「発達障がいの困りごとと必要な支援～あいポートの今後について～

(利用者懇談会)」参加者：14名

- ・ あいポートが居心地のいい場所になっている。
- ・ (プログラムに)自分のペースで参加できるのがいい。
- ・ 発達障がいや福祉サービスについて学生時代から学べるといいと思う。

◎頂いたご意見をまとめて今後ホームページや冊子で発表する予定です。

～発達障がいの理解を深める～ メンバー情報交換会

◆お知らせ◆

3/2(土)テーマ

「家族関係で苦労していることと

上手な付き合い方」

家族とのコミュニケーションがうまくいかない、うまく自分のことを伝えられない、理解してもらえないなど家族関係の困りごとと付き合い方を共有します。

4/6(土)テーマ

「私たちのストレスケアの方法」

日々の生活の中でどのようなことに疲れやストレスを感じるか、ストレスに気づきにくくてコントロールが難しいなど自分なりに行っているストレスへの対処法や工夫について共有し、1枚の模造紙にまとめます。

◆メンバー情報交換会とは…◆

発達障がいの特性で困っていることや対処法について情報交換する場です。大人になってから診断を受けたため発達障がいのことがまだよくわからない、自分以外の当事者の体験談を聞いてみたいという方が多く参加されています。

～ あいポートの本棚紹介 ～



「大人の発達障害診療科」

加藤進昌著(公益財団法人神経研究所理事長・東京大学名誉教授)プレジデント社

あいポートと連携している公益財団法人神経研究所理事長加藤進昌先生の著書です。2008年に発達障がい外来を開設し、診断だけではなく、トータルなケアに取り組んできた、加藤先生の長年の経験にもとづく、わかりやすい本です。発達障がいの診断がついた人が、困難を少しずつ減らしながら社会参加し、自分の能力を生かして活躍できる支援をつくること、発達障がいの人にとって生きやすい社会は誰にとっても生きやすい社会であることが書かれています。

あいポート利用者の皆様へ

- ・ この本はあいポートの書棚にあり、所内で読むことや借りることができます。
- ・ 借りたい書籍についてはスタッフまでお声かけ下さい。

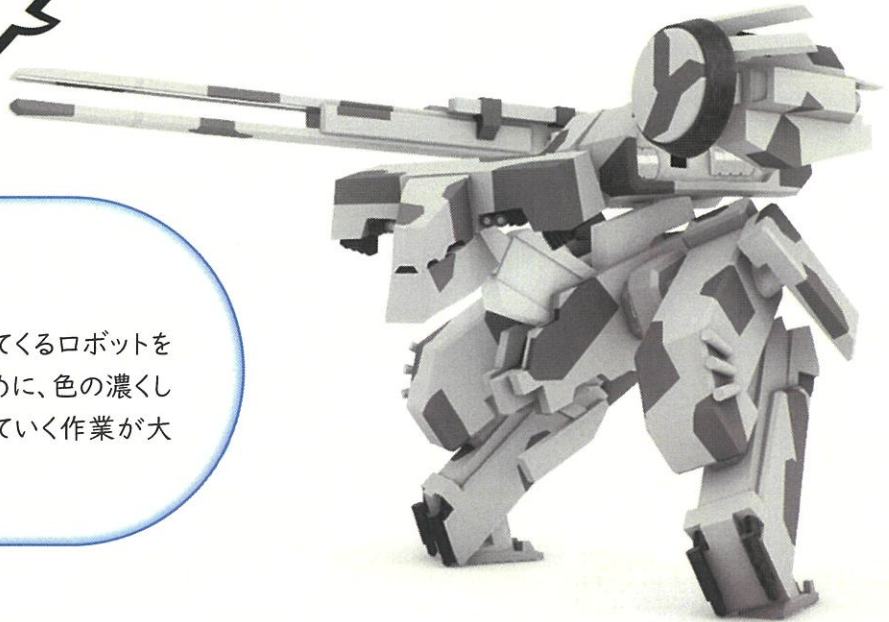




3D デザイン自主勉強会 作品紹介

作成者 I さんコメント

ゲームのメタルギアソリッドに出てくるロボットを作成した。迷彩塗装の再現のために、色の濃くしたい部分だけを指定して分割していく作業が大変だった。



メタルギア REX

平成医療福祉グループの新たな理念紹介 「自分を生きるをみんなのものに」

あいポートを運営する関西中央福祉会・平成医療福祉グループの理念が新しくなったので紹介します。全国で100を超える病院や福祉施設を展開するグループで、困難を抱える人をどう支援するか、少数派である発達障がいのある人にとって大事な価値観になっています。
「自分を生きるをみんなのものに」……絶対に見捨てない・その人らしさを大切にする・既存の枠組みに捉われない

あいポートではイベントや講演会情報、あいポートだよりの発行のお知らせなどをメーリングリストでも発信しております。登録ご希望の方は、右のQRコードのGoogleフォームよりお申し込みください。

[メーリングリスト登録用GoogleフォームへのQRコード→](#)




@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(旧 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。

<p>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)</p>	<p>あいポートHP へのQRコード→</p>	
---	---	---

あいポート 3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 ・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	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デザイン自主勉強会 14:00~16:00	7 ・アロマ教室※⑥ 11:00~12:30 ・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デザイン自主勉強会 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デザイン自主勉強会 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 祝・休	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デザイン自主勉強会 ・家族学習会※⑦ 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デザイン自主勉強会 14:00~16:00	28 ・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	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 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 アロマ教室の曜日と時間に変更になっています。

※⑦ あいポート利用者の家族とIJの会会員が対象です。

あいポート 4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デザイン自主勉強会 14:00～16:00	4 ・アロマ教室※⑥ 11:00～12:30 ・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 ・身体楽々パーソナルトレーニング※③	6 ・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デザイン自主勉強会 14:00～16:00	11 ・木曜グループワーク 14:00～15:30	12 ・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	13 ・ヨガ教室※④ 11:00～12:00 ・演劇部 ・3Dデザイン自主勉強会 14:00～16:00	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デザイン自主勉強会 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 ・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	20 ・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デザイン自主勉強会 14:00～16:00	25 ・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※③	27 ・心身機能調整法※⑤ 11:30～12:30 ・3Dデザイン自主勉強会 ・SST 14:00～16:00 ・身体楽々パーソナルトレーニング※③	28 休
29 祝・休	30 ・火曜グループワーク※① 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 アロマ教室の曜日と時間に変更になっています。