

ぱる通信

地域精神保健福祉コミュニティ誌

**特集：支援の必要な子どもたちの
主体性を育む活動を目指して**

～宇野学区たんぽぽの会活動紹介～

7

No. 210
July. 2015



たんぽぽの会の活動:からだの教室の様子



たんぽぽの会の活動:レゴの様子

特集：支援の必要な子どもたちの 主体性を育む活動を目指して

～岡山市宇野学区「たんぽぽの会」の活動紹介～

今月号では、あすなる福祉会の活動拠点である岡山市宇野学区において、「支援の必要な子と親の会 たんぽぽの会」を発足させた「後藤 智子 会長」へインタビューを行いました。
後藤さんには、二人の発達障がい診断を受けたお子さんがおられます。豊かな個性を持った子どもたちが地域や社会に理解され、子どもたちの自立する力を育てるには何が必要か、「自身の体験をもとにお話を伺いました。

支援の必要な親と子の会

たんぽぽの会とは

たんぽぽの会では、発達障がいなどにより生き辛さを抱えた子どもたちが、自分の良いところを生かし、子どもの豊かな発想を家族と共有する体験活動を行うことにより、社会の中で生き生きと活動していく場を得られるよう積極的に活動を行っています。

会員はADHD、自閉症スペクトラムの特徴を持っている子供とその家族です。

現在の会の活動は、運営委員会・体育館活動などがあり、岡山市宇野学区地域で活動を行っています。

「たんぽぽの会」を発足するための、きっかけについて
教えて下さい

私には四人の子供がいるのですが、最初、次女が小学校への不登校になりました。

学校に近づくと、幻聴や妄想が起り、脳波を調べるために病院に行き、発達障がいの診断を受けました。

年子の三女も、小学校一年生の二学期から、学校に行きづらくなり、不登校になり始めました。そこから

発達障がいの診断を受けたのですが、当時は学校での対応がまだ進んでなくて、母子登校を半年間行っていました。

最初、娘たちが不登校になった時、学校も一生懸命対応して下さいました。親としても「どうにかしないといけない」と思っていたのですが、親の思いと学校の思いのすれ違いというか…。私は一人で悩み、子ども自身も学校に行けず落ち込んでいく、という状況が続き、どこに助けを求めているのか悩んでいました。

「最初はどこに相談されたのですか？」

友人が岡山県自閉症協会の方と来てくれ、話を聞いてくれました。入会しましたが、活動に参加は出来ません



【たんぽぽの会 後藤 智子会長】

でした。

次女が小学校高学年になった頃、学校にスクールカウンセラーや特別支援教育コーディネーターが配置されたことを知りましたが、不登校になった当時、そのような制度が無く、普通学級に在籍していましたので、担任の先生と親との一对一の関係が続きました。

学校とのやり取りはあつても、中々同じ立場の、同じ悩みを持った方とつながる術がありませんでした。しかも当時は、子供が私から離れない状態でしたので、外に出て活動することが難しかったです。

しばらく経過し、私自身が少し元気になってきた頃、親子で気持ちが前向きになる活動に入っていきたいと思うようになり、活動団体を探しはじめました。

しかし、地元の宇野学区にそのような団体はなく、岡山市京山学区で活動している、「チュウリップの会」の活動に興味を持ち、親子で参加するようになりました。

【チュウリップの会とは】

人付き合いやコミュニケーションに不得手があり、生きづらさを抱える子どもたちの社会参加を考えていく、保護者と地域支援者の会です。平成二十年に設立し、以来京山公民館をベースに活動中。地元企業や施設、サポーターさんの協力を仰ぎながら「お仕事体験」を中心に、卓球や囲碁の余暇活動でも力を伸ばしています。子どもを中心に据え、みんなが一人のために、一人がみんなのために考え、動く会です。

*「お仕事体験」とは、コミュニケーションにハンディを抱える子どもたちの社会参加を支えるため、小学四年生から高校三年生ぐらいの子どもが、地域の事業所や企業などで、職場体験を行う事業。

次女、三女がチュウリップの会の活動の中で、自分たちがやってみたいと思った「お仕事体験」を経験していくうちに、次第に元気になっていく姿を見ることが出来ました。

そのような体験を是非、地元学区でも体験できるような活動を立ち上げたいと思うようになりました。

「たんぼほの会」ではどのような活動

を行っているのですか？

次女、三女が小学校五年生、六年生になった頃、その当時から中々学校には行くことが出来ず、支援学級に在籍していました。まずは、保護者同士のつながりが持ていなかったため、茶話会を始めました。

その中で、「子どもが外に出るとトラブルが多い」といった意見が出され、やはり、子どもも親と一緒に、何かが出来る活動が必要だと実感しました。しかし、「お仕事体験」にはまだ年齢が低いと感じましたので、まずは、遊びの活動や体験活動を中心とした活動を行っていきいたいと思いました。

また、三女の下に長男がいるのですが、三歳半健診で病院受診をすすめられ、早期診断により療育がはじまりました。その中で、「スマールステップの大切さ」を実感しました。保育園行事に参加する際も、スマールステップを踏むことによつて、集団の中に入ることが出来たなどの経験から、このような体験が小学校に入学しても経験できるような場が必要だと思っていました。

スマールステップで成功しやすい目標設定が大切なんですね

すね

小学校の支援学級のお母さん方のニーズで、「子ども

が安全で遊べる場所の確保をしたい」ということを受け、宇野小学校にお願いをして、体育館を借りて、親子活動をスタートしました。

内容は、学校の行事や地域の行事に子供たちが参加出来るように、スマールステップで練習をしていきました。長縄大会が小学校ではありますので、その大会参加に向けて、工夫をしながら練習を行いました。

また、学区の運動会に向けて、玉入れやリレーの練習すでに参加種目が決まっている子どもは、自分の種目を慣れ親しんだ仲間の中で練習をすることで、学区の運動会にも出場することが出来、成功体験を積んでいきました。

子どもの意欲を尊重し、仲間と一緒に活動し、成功する体験が、子どもたちの世界を広げることが出来るんですね

この活動が、たんぼほの会の始まりです。子どもたちが行事に参加するために、保護者が準備をして活動をするというものでした。

この活動が一年くらい続いたのですが、子どもたちが上手く動くことが出来ない、途中でバニックになる等活動していく中で取り組み辛さを感じるようになりました。

そこで、宇野学区出身で子どもの発達に詳しい、海野歩未先生(コペンハーゲン大学心理学科)にたんぼほの会のアドバイザーに入ってもらい、相談を重ねていきました。海野先生からは、「個性の強い子どもたちの集まりなんだからエラーが出て当たり前。そのエラーが出て当たり前という状態を、子どもたちも知っていくことが大切」であること、更に「そこで子どもたち自身が、エラーに対してど

うしたらいいのかを考えていく会にしていきましょ」というアドバイスを頂きました。

子どもたちの様子を振り返ると、「あれやりたい、これやりたい」と意見を出してくれるようになっていましたので、『子どもたちがやりたい活動を、大人がサポートしていく会』として、方向性をソフトしていくことにしました。

「たんぽぽの会」と地域とのつながりについて教えてください。

次女が不登校になった時、学校との話し合いやケース会があったのですが、私が言い辛いことを、様々な機関の関係者の方々に関わって頂くことで、学校と保護者とのつなぎ役をして頂いた経験がありました。しかし、三女が不登校になった時は、次女につきまきりでしたので、三女のケース会の時に入って下さる関係機関の方がいなかったので、その時、自分の子どもを色んな人に見てもらい、知ってもらおうというのは、とても大事な事なんだと実感しました。

そのような私自身の経験から、たんぽぽの会スタート当初から、町内会長さんや主任児童委員さんに会の支援者やアドバイザーとして参加して頂いています。

地域の方々に子どもたちのことを、知って頂き、何かあった時には、様々な方が子どもに対して手を差し伸べる事が出来る、そんな地域社会を創っていくことを目標にしています。

一人子ども個人にできることには限界があると思いますが、子どもの苦手なことを手助けしてくれる、社会的な支援を得ることは大切ですね。

昨年は海野先生の提案で「日本LD学会」への参加を動

めて頂き、ポスター発表を行いました。しかも、たんぽぽの会は「子どもが主体の会」であるので、子どもにも発表してもらいました。リハーサルには学区の町内会長さんや学校の先生方も参加して下さい、アドバイスも頂きました。

学会当日、発表を聞いて下さった、北海道教育大学の二宮信一先生から、「子どもから発信させて、子どもが全部するのはしんどいし、親もサポートの手を引いていくのは難しい。そこを、子どもたちから大人に、何をしたいのか、発信出来るようにすれば、それは全部子どもたちの企画になりますね」というアドバイスを頂きました。

これまでたんぽぽの会では、子どもたちの活動が上手くいくために、親が陰の力になれるよう、子どもが家にいる夜の時間に運営委員会による話し合いを行っています。

学会の発表後、子どもたちから、「私たちも運営委員会をしたい。」と提案があり、現在は親子で運営委員会を開催し、子どもも運営に関わる事が出来るようになっていきます。

現在は、『子どもから発信し、それを大人がサポートしていく』ということを意



「たんぽぽの会」会員への昨年度活動におけるアンケート結果(一部)紹介①

■山の学校について

- ①どんな風に活動に参加しましたか？
 - ◎川遊びをした
 - ◎ヤゴをとってにがした
 - ◎宝探しの宝を隠した
- ②活動に参加して良かったこと
 - ◎バイキングが食べられた
 - ◎川遊びが楽しかった
 - ◎いろいろな子と遊んだ
- ③活動に参加して、もっとこうすればよいと思ったこと
 - ◎宿泊したい
 - ◎もっとたくさん活動したい

■フリーマーケット

- ①どんな風に活動に参加しましたか？
 - ◎値段付け ◎売り方のリハーサル
 - ◎店長会議に参加 ◎ポスターを描いた
- ◆当日の活動について
 - 【射的】
 - ◎射的の説明。あたりやすい方法(コツ)をおしえた。
 - ◎射的の店番 ◎当たった時に鐘をならした
 - 【売る】
 - ◎売れるように配置を工夫した
- ②他の人を見て思ったこと
 - ◎ポスターがよかった ◎がんばっていた
 - ◎積極的に参加している

識して活動を行うことにより、子どもたちに大きな変化が見られるようになりました。

「親は子どもたちにとって、ディレクターから黒子に役割を変えていったんですね。これからの活動が楽しみですですね」

たんぼぼの会が、支援が必要な子どもへの会だけでなく、町内会や自分たちの学校の友達など、対象となる人が広がっていくことを期待しています。

現在、たんぼぼの会の活動には、普通学級の定型発達の子と一緒にバトミントン活動をしています。ここから広がって、長男が学区外の小学校に登校しているのですが、その小学校の体育館を借りて、それでも別の活動が始まっています。

そこの活動は、体協の方がお世話して下さっているので、支援の必要性など関係なく、子どもたちが親子で集まっています。違う学区で体育館活動が始まった中に、たんぼぼの会の子どもたちが参加しているのです。

周りの大人の方々も子どもたちの特性について理解して下さっていて、長男が時間を待たなくて、早く終わって帰りたいと言つと、「待てないの？もう少し頑張りなよ」ではなく、「待つのが苦手なんだね」と受け入れてくれるのです。

長男が登校している学校は、支援学級と普通学級との垣根のない学校です。普通学級のお母さん方が、支援学級の子どもの理解もされているのです。

「通常の小学校だと、支援学級と普通学級では大きな壁がありますね」

実際は、普通学級の中にも支援が必要な子どもがいたり、その線引きというのは、中々出来ないと思います。

宇野小学校で宿題教室という、地域の方がボランティアが入って、小学校二年生の宿題を見ている活動があります。現在は高校生と中学生の娘たちも、小さい子どもだったら面倒が見れるという、時々一緒にボランティアに入らせて頂いています。

その中で、支援が必要な子どもを見かけたりするのですが、その中でも頑張つて適応しているのです。それを見ると、診断が出たから支援学級ではなく、集団の中でも支援があれば、上手くやっていける子どももいるし、支援学級でしっかり力をつけて、集団の中に入っていく子どももいます。頑張れそうなところに、上手く支援があれば、その中で十分やっていけるのではないかと思います。

「その辺りは、学校、保護者を始め、様々な方と連携をしながら、子どもたちを見ていけるといいですね」

私は、大人の目がもう少し小学校にあつたり、困っている子どもに気づけるチャンスが増えるのではないかなと思います。大人にも知識があつたらいいですね。

「支援が必要な子どもたちの保護者の方で、学校とのやりとりで悩んでおられる方がたくさんいるのではないかと思っていますが、その辺りはどうでしょうか」

学校と一対一で話をしていくと、難しい部分がたくさんあります。先生一人の考え方で、こちらが思いをぶついても、そこで止まってしまう可能性もあります。

もう少し粘つてみたいと考えた時には、他の先生に相談を掛けてみたり、他の客観的に見る事ができる方に意見を聞いてもらうなどしました。たんぼぼの会の皆さん

「たんぼぼの会」会員への昨年度活動におけるアンケート結果(一部)紹介②

■たんぼぼの会の活動の良いところ(子ども)

- ◎やりたいことにチャレンジできる
- ◎おやつが食べられる
- ◎親切・わかりやすい
- ◎やりたいことを一緒にやってくれる
- ◎嫌なところではない
- ◎自分の言ったことをやってくれて嬉しい
- ◎いろいろなことができる
- ◎いろいろな人とふれあえる
- ◎色んなことを教えてくれる
- ◎楽しい

■たんぼぼの活動の良いところ(保護者)

- ◎意欲が高い子のチャレンジの場として、とても良い環境だと思う。
- ◎環境、コミュニケーションに配慮の必要な子への考慮が必要(活動場所に静かな環境の準備など)
- ◎他のイベントと比べて周囲に気を使わせる場面が少ないため親子ともびのび過ごすことができる。
- ◎同じような悩みを抱えた方と話すことで、ストレスの解消や問題解決につながる



に尋ねるなどもしています。

そうするといいいアイデアが出てきたり、上手くいったケースもあり、一つ上手いくくと、学校や先生も変わっていくことがありました。

「後藤さんの経験が、他のお母さん方にも共有できると心強いですね。今現在も、お子さんの不登校で悩んでおられるご家族の方は多くおられると思います。」「自身の経験を振り返って、このような対応がいいのではないかと、という経験はありますか？」

私はまるつきりダメな親をしていました。子どもを無理やり引つ張って、学校につれていくこともやりましたね。その後学校から脱走してしまいました。...

今息子は、毎日コンスタントに学校に行くようになっていますが、それをサポートしているのはお姉さんたちなんです。

例えば、朝起きないという時には、息子の好きな曲や動画を流したり、クイズを出してみたり、食べるのが好きな子ですので、朝ご飯に何が食べたいのかなど、ついつい答えたくなるような質問を投げ掛けることで、息子を起すことが出来、自然と学校に行けるようになりました。

しかし、最初の頃は行き渋りがありました。飛び出しもありました。

しかし学校に連絡をしておく、他の先生にも伝わっていて、最初は教頭先生が来て話をしたり、教頭先生がダメだったら、次は生徒指導の先生が、サッカーボールでリフティングをしながら来てくれたりしました。それを一か月くらい繰り返し反復することで登校することが出来るようになりました。

現在、四年生になりましたが、低学年の頃「自宅ゲームがしたいから帰る」と言って、裸足で学校から歩いて

帰ったこともあります。その後から先生と一緒に歩いて

来られたのですが、途中で自分の足では帰れそうにもないと分かった様で、それから飛び出しがなくなりました。

また、お店が閉まっている時間に、電気店に行くと言っていて聞かなかつた時は、お店の前まで行き、開いていないのを確かめたりしていました。

息子が小さい時には、手を変え品を変え、色んな促しをしていました。本が一冊一冊ですね。

「発達障がいのある子どもたちの理解をすすめていくには、何が必要でしょうか？」

最近では、マスコミでよく取り上げられていますが、個々の特性の出方は様々です。しかし、周りから見れば、親のしつげが上手く出来ていない、と思われる事が多々あると思います。

私自身も、子どもの苦手な事などを理解するまでは、色んな事にぶつかり、どうして出来ないのだろうかと悩んだりしました。

でも、「ああ、そうなのか。」が苦手だから、こうなるのか」と理解することが出来たら、本当に楽になりました。「子どもはこうでないといけない」という枠を外すのに時間がかかりました。子どもの幼い頃は、自分から語ることは難しく、本人にとって何だか生きにくいと感、その間はとてもしんどかったと思います。

それを周りの人に理解を求めるのは難しいと思うし、無理やり理解してもらおうのも違うと思います。この子は、こういう子なんだということ、こちらから発信することが必要かなと思います。支援が必要、必要でないに関わらず、社会に出て行き、様々な人と関わることが出来る場が少しずつ広がっていったらいいと願っています。

「後藤さん、ありがとうございます！」

小学校教諭 特別支援コーディネーター

小野隆行先生 講演会のお知らせ

脳科学から子供へのアプローチを考える 〜小野先生の実践から〜

◆平成27年7月22日(水)

10時〜12時

◆宇野コミュニティハウス 会議室

◆参加費 300円【託児なし】

◆お申し込み期限

◎会員・宇野学区の方

平成27年6月10日〜7月10日

◎その他の方

平成27年6月20日〜7月10日

◆定員 40名(定員になり次第締め切り)

◆お申し込み・お問い合わせ先

たんぼの会 後藤

t e l 0901797411840

f a x 086-273-0027

kentomo510@docomo.ne.jp



まえ 宇野小学校 教諭

いま 芥子山小学校教諭

投稿コーナー☆



↑ 英聖さん作
タイトル 「 天の川 」

TV を見ていたら
TV を見るのが
好きになりました！
さかもとゆかさんより



つどいをしましたよ★

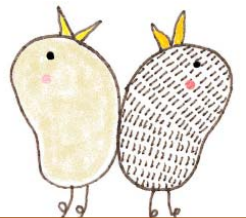
七月八日に七名でつどいをしました。今回のテーマは「音楽について」でした。つどいに初参加の方が多かったのですが、自分の好きな音楽について話が弾みました。「七十年代の日本のフォークソングや八十年代の洋楽のCDを購入し聞いたりしている。」「イギリスのシャーリーンというバンドグループが好き。」「現在の松任谷由美さんが、荒井由実として活動していた時の曲が好きでよく聞いている。」「とにかくASUKAが好きでライブに行つたことがある。」「CDはあまり購入せず、ネットでアニメソングを聞くことが多い。」「等の意見が出ました。

その後、七月二五日にある「宇野学区盆踊り」に向けて、出店の内容をみんなで作りました。今年は、ビーズやカラーゴムを使ったアクセサリーとピカピカ光るおもちゃの販売をすることにしました。あと少しの準備期間しかなくなってきたけれど、アクセサリーは手づくりなので、力を合わせていっぱい作ろうと意気込んでいます。

そこで、当日に手伝ってくれる方を募集しています☆
「手伝ってもいいよ。」という方はばるっ広場までお問い合わせお待ちしています。

ばるっ広場

ばるっ広場



感想・投稿 募集中!
詩、俳句、絵、ジャンル不問です。郵便、メール、fax 等でご投稿下さい♪お待ちしております★

古楽日和 ニレバチヤ

藤井健吾

筆者が、欧米文学というものが純粹に称賛されるものでもない、ということがわかりはじめたのは、「く最近のことだ。なぜなら古典欧米文学には、ユダヤ人に対する偏見がみられるからだ。

これはつまり、欧米こそがナンバーワンであり、優秀であり、その他の地域に住むひととは愚かなひとたちである、といった考え方が、もしかしたらあるのではないかと、とふとそんなことを思ってしまった。

むろんヨーロッパのひとたちは、古くから外敵の脅威にさらされてきた。その外敵から自分たちの身を守るためには、自分たちの方が優秀であり、善であり、よつて外敵は野蛮であり、悪である、という考え方を持つて、外敵に立ち向かうよう結束するしかなかったのだらうと思つ。それがやがてギリシア哲学やらキリスト教やらと結びついて、いろいろと変化していったのだらうと思つ。ただし以上のことは、あくまで筆者の思つたことなので事実ではないし、信じてはならない。とはいえ、のちのヨーロッパやアメリカが世界史の主役に躍り出たことは確かだ。そのヨーロッパやアメリカのひとたちに、一体どのような思想があつたのか。それを知りたいと筆者は思つようになつた。

欧米のひとたちが自己中心的思想を持つているとは、筆者には考えられない。そこで今後は、いろいろな本を読んでみようかと思つている。



今月のきざり

ジョブサポートセンターあすなるに通所され、現在、某スーパーで働かれているMさんに、今までの人生と就職するまでの道のりを伺いました。

【発病、苦しかった時期】

私は今から四十年ほど前に、統合失調症を発病いたしました。幻聴で非常に恐ろしい目にあいまして。三か月ほど精神科病院に入院しました。それから十年後に再発し、今度は、うつ症状がそれに加わりました。鬱で三年間ほど精神科病院に入退院を繰り返しました。鬱のつらさは、かかった人でないと分からないと思います。

退院後、三年間ほど家で一日中寝ていました。というか、寝る以外何かをする気力がなかった、と言ったほうが正しいです。それから病状が落ち着いてきたので、職に就こうと思い、求人情報誌で探しました。車にのる仕事がだめ、何も技術がない、資格がない、力仕事がだめ等々・・・という条件で一年間以上探しましたが、やっとのことで見つけためぼしい会社に面接に行っても、そこで落とされる、ということを経り返しました。そこで、自分なりに何社か面接した後によく、とある会社に、今から二十四年ほど前に就くことができました。

ところが、前にも言いましたが鬱状態だったの

で、動作がにぶいのです。仕事をこなすのが遅いということ、毎日のように上司から言われてそれが嫌になり、とうとう半年ほどで辞めさせられました。

【夢に向かってもがく日々…】

それ以降家に引きこもっていましたが、父親が私の将来を心配し、ハローワークに連れて行ってくれました。障害者雇用で職に就かせようとしたのでしよう。そこで「あなたの様な人はここが良い」と、当時のあすなる福祉会にあたりサイクルせつけんセンターを紹介してくださいました。半年ほど通って、鉄工所に就くことができたのです。今から十六年ほど前の事です。

そこは、私の趣味の模型の技術がフルに生かされるところで、毎日が結構楽しかったです。そこで二年間勤めました。魔が差したのでしよう。ふと転職関連の本を読んでも、それならというので辞めてしまいました。ですが、二年間の就労ということは、私にとっては最も長いことです。

辞めてから、転職の本に書いてあった、自分の夢に向かって一生懸命努力をしました。そして、その関連の面接を受けさせてもらおうと思ったのですが、電話で落とされる、履歴書で落とされる、面接で落とされる、箸にも棒にもかからないことがわかり、結局十年ほど棒に振りました。

【再び、あすなるへ】

そんな状態を母親が心配し、「あすなるにもう一度行ったらどうか」と言ってお下り、三年前の九月から通うようになりました。十年前の石けんセンターから「ジョブ・サポートセンターあすなる」に変わっており、以前とは全く異なったカリキュラムで驚きました。毎日の就労に関する座学が楽しく、愉快に通わせていただきました。あすなるのスタッフに「車ぐらいいは運転できたほうがいいのでは」と言われ、そのための準備として、自動二輪の免許取得で半年ほど休ませていただきました。去年の三月から再び通いだし、毎日非常に楽しくて「こんな職場があったらなあ」と思うくらい、特に座学が非常に楽しかったです。

今考えると、そこで「自分は人と接する仕事に向いている」と気づかせてもらったのです。桜梅桃李(おうばいとより)という言葉があります。つまり、梅は梅でよい、何も桜になる必要はない、梅には梅の良さがある、桜がよくて梅がダメだということではない、そのまま良いのだ、という意味です。私の場合は、李でしょう。今の職場でもある「接客」の仕事が向いていると、あすなるのシステムが教えてくれました。もつと言うなら、履歴書の志望動機の件にしても、我々では「アルバイトをしたことがあります、楽しかったです。このような職種に就きたいです」ぐらいしか書けません、スタッフはすぐに、それよりは「現在、施設外実習で清掃の仕事をしており…」と書いた

方が良い、と修正してくれました。我々素人では、そんな知恵はわかりません。実際に施設外実習をしていた私でさえもです。特に今の会社の履歴書関連では、四人のあすなるスタッフに相談のつてもらい、結果的には、それだけでほぼ合格を勝ち取ることができました。付け加えて言うなら、面接の練習も、いろいろなスタッフが私のために時間を割いて、毎日のようにしてくれました。

あすなるに來なければ、現在私が働く、某スーパーへの採用が出ていなかったことは、火を見るより明らかです。

【そして、就職】

採用に向けた実習からスタートしました。数日間の実習を終えた後、店長、あすなるの担当スタッフと採用面接をしました。「採用」と聞いたときの喜びは今でも忘れられません。

仕事は、短時間(四時間)の週四日からスタートしました。採用になってからは「仕事を覚えよう、どうすれば早く仕事に慣れるだろう」と考えていました。しかし、久しぶりの就労ということもあり肉体的にも精神的にも疲労が溜まってしまい、しんどい時期が続きました。仕事を遅刻、欠勤してしまう時期もありました。しんどい気持ちの反面に甘えの気持ちもあつたかもしれません。休んだ日には、あすなるのスタッフと振り返りを行いました。この時、働くことの自覚を再度考えることができたきっかけになりました。

職場の店長を含む、従業員さんにも助けられました。今でも、たくさんの的確なアドバイスや指示をしていただいています。

今では、欠勤遅刻なく働いています。六月中旬からは週四日の五時間の勤務となり、一日の勤務時間が一時間延長しました。少しずつ仕事にも慣れ、毎日の仕事が楽しくて仕方ありません。充実しております。これからも生涯この職場で働いて行きたいと思っています。

【これまでの自分を振り返って】

私は現在五十九歳です。実のところ、年齢的にもう就職は無理かな、品出しの仕事では採用されないかもしれない、と諦めかけたこともあったのですが、そのたびに担当スタッフが、ただ励ますのではなく理論的に励ましてくれました。それは現在職に就いてからも続いています。

この度の就職活動では、たったの二回目で栄冠をつかむことができました。大学の新卒でも四、五十社は普通の時世です。私は百社受けるつもりでした。

何度も言いますが、就職関連では、あすなるの存在がなければ、私の場合は家で一生ひきこもって人生を終えていたことでしょう。そう考えれば、あすなるの方に足を向けて寝ることはできません。自宅の新しい建物が少し南向きになったので、それを考えて寝床を修正せねばならぬと思っています。私のように精神障害者で、働きたいがそ

の方法も手立てもないと、就労をあきらめておられる方々も、私の知っている限りでも何人かおられます。そういう人たちにとって、あすなるはまさに、それに光を与えて下さる灯台です。

(M・T)



担当スタッフTより

あすなるを利用していただ当初から、何事にも真面目に、一生懸命取り組むMさんの姿勢にはいつも驚かされてきました。入社当初は慣れない仕事に緊張もあつたでしょうが、少しずつ業務を覚え、持ち前の明るさで職場に馴染んでいくMさんの姿にたくさんパワーを私も頂きました。これからも仕事を通じてたくさんの人と触れ合いながら、明るいMさんでいて下さい。(T・N)





ちょっと新しい

座談会

平成27年6月24日(水)十四時から。おおよまでちよつと新しい集まりをしました。

本が好き！映画が好き！漫画が好き！が集まって好きなものを紹介し合う『座談会』では、参加者が、思い思いに好きなアニメ等を紹介してくれました。会の中で紹介された作品のうちいくつかを紹介したいと思います。

『三国志演義』(小説)：劉備玄德が主人公。反対の立ち位置に曹操。曹操は悪くかかれることが多いが良い所も多い。人間模様が魅力的。

『終わりのセフフ』(アニメ)：人間と吸血鬼の話。キヤラクターは可愛い印象だが、描写はリアルで残酷な一面もあるが、面白い。

『フブライブ』(アニメ)：全国の学生たちが学校ごとアイドルグループを作り、全国一を目指す物語。可愛いし、胸がきゅんとする。

『戦国バサラ』(アニメ)：最近高知県では、山内一豊ではなく長宗我部元親と坂本竜馬が人気な様子。特に女性に戦国武将の人氣が高い。

『ワイルドスピード』(映画)：車好きにおすすめ。単純で派手で友情あり恋愛ありの映画。十年以上前から続いているシリーズで日本が舞台になったこともある。

この他にも漫画等たくさん作品紹介があり、楽しい時間を過ごしました。まだ、あまり映画を知らないけど…本や漫画に興味はあるけど…という方もぜひ参加して面白い本や映画を見つけてみてください！紹介方法は自由です。聞くだけでも参加可能です。次回『座談会』は、七月十日一三時から。ぱるおこやまにて。

卓球サークル

今年の四月から『卓球サークル』は生まれ変わりました。なぜかというところ、もともと練習は本部の一階でしていたのですが、二日市にある『岡山市障害者体育センター』で快適に練習しているからです。

参加者も増えていき、常時六人以上で楽しんでいます。それぞれが、無理せず参加できる日に楽しんでいて、毎回顔ぶれが違います。それでも、初心者の人からベテランさんまで時には熱く、時には和気あいあいと卓球を楽しんでいます。

先日は、大学生の卓球部の人たちが遊びに来てくれて、卓球を教えてくださいました。卓球は、慣れるのが早いスポーツなのか、参加当初はラケットに球が当たらなかった人が、今ではゆつくりめのラリーが続くようになっていきます。卓球が好きな方、興味のある方、大会に出たい方などでも参加OKです！

必要なものは上靴、運動できる服装、持っている方はラケットです。一緒に楽しく卓球をしませんか？初心者の方でも大歓迎です！女性も参加しています！

次回は七月一四日(火)
一三時半からです！



あすなろにフットサルチーム結成！！



Hiba Siesta(ヒバ・シエスタ) 誕生!!

今年の五月から始めた健康講座「フットサル」も少しレベルアップをしました。

すごく練習がハードになった…のではなく、正式にフットサルチームが結成され、チーム名が決定致しました！

現在、岡山県内のフットサルの当事者チームは「くわすか」ということを聞いており、中国地方でも片手に数える程。ここはチャンス！という事で、スタッフとメンバーとで意気投合しフットサルチームが誕生致しました。

チーム名は

Hiba Siesta(ヒバ・シエスタ)

スペイン語で「あすなろ」「昼寝」という意味です。長い人生だしゆつくり休む時間があつてもいいじゃないか？好きなこととする時間があつてもいいじゃないか？という感じで誰でもいつでも参加できるゆる〜いチームでいたいという思いからチームのみんなで決めました。

現在は、月に一回岡山ドームで二時間の練習を行っています。基礎練習をしてゲームを行っていますが、メンバーの体力はさまざまに常に行っています。シューズが壊れるほど元気に練習しています。

初心者のメンバーが多いので、興味がある方は是非参加してみてください。女性メンバーもいますし、マネージャーも募集中です。ホームページでも詳細を掲載していますので、ぜひご覧ください！次回練習は七月一六日(木)一三時から、岡山ドームにて。

あすなる家族の会 総会開催

六月一三日(土)に一七組の「家族」ご出席頂き、あすなる家族の会総会を開催しました！昨年度の活動報告に収支決算及び今年度の事業計画、予算についての話をさせて頂きました。その後は、グループに分かれ、近況報告や最近悩んでいること等を話し交流を行いました。家族それぞれの「親子関係が良くなってきた。」「子供が一般就労した。」といった近況報告や「最近関わりがうまくいかない。」といった今困っている事等をお話し合いました。参加者の家族から「私の時はこうしたよ。」「私も同じことで悩んでいるよ。」「色々大変だけど、子供と一緒に夢を持つことが大事。」といった励ましやアドバイスも出しました。

その他、毎年恒例の宇野学区盆踊りへの出店内容に参加者皆で話し合いました。準備は盆踊り当日の七月二五日(土)午後から予定しています。

今回の総会も多くの方に参加いただきありがとうございました。今後七月二五日には盆踊り、八月二二日には交流会等を予定していますので、多くの方にご参加いただければと思います。



あすなる恒例 ボウリング大会開催

六月二六日(金)両備ポウルで毎年恒例のボウリング大会が開催されました。参加者は三二名。今年は一ゲームだった為物足りない人もいたかと思いますが、一レーン四名程度で行いました。ストライクやスペアを出したメンバーがいるグループではみんなでハイタッチしたり喜びを共有していました。ボールが途中で止まるか…なんて人もいましたが、みんなメチャメチャテンション上がっていて、笑顔もたくさん見えました。

表彰式では男女各一位・二位の結果発表と、実行委員が決めた「あすなる賞」「ワクワク賞」の発表を行いました。ちなみに参加賞はうまい棒でした(笑)

最後はみんなで集合写真を撮り、今年のボウリング大会は怪我人もなく無事に終わりました。最後までがんばってくれた実行委員のメンバーには本当に感謝です。



六月『癒し場』開催しました♪

～発達障害や対人関係が苦手な人の癒し場～

七月二三日(火)約十名の参加で癒し場を開催しました。

皆さんから出して頂き、話し合ったテーマは『自分が楽しくなるモチベーションが見つからない(今後の人生、何がしたいのか判らない)』『喪失感(大切なものを失った、無駄な時間を使ってしまったなど)から立ち直るにはどうしたら良いの?後悔すると余計に悲しくなってしまう』『室内(出かけずに出来る)での趣味』『自分の弱さ・引け目・コンプレックスをみんなはどのように受け止めているの?どうやって克服しているの?』の四つで、参加して頂いた皆さんで、それぞれの個性溢れる想いを共有(おしゃべり)しました。

また、皆さんに『夏にしたい事』を挙げて頂きました。『かき氷を食べる』『ビアガーデンに行く』『バーベキューがしたい(山、海、マール秘のとっておきなど)』『北海道に行きたい(冬は沖縄)』『スイカが食べた(丸々一個、お腹を壊すまでなど)』『ドルフィンスイミング(イルカと泳ぐ事)、サーフィン、富士登山』『ゆかたを着たい』など沢山の発言があり、参加された皆さんが楽しく夏を迎えられる気分になったと思います。

癒し場では、最後に会のまとめとしてイトコサガシ(良いところを探す・リフレミネング)をしています。今回のイトコサガシは『涙を流せる事のイトコ』です。『自分に正直』思いやりがある『優しい』『泣く事で心が洗われる』『他人の痛みが解る』『次に向かえる』『涙を流せるのが人間のイトコ』と、とても心温まる意見が沢山有りました。

苦しい想いを経験した人の集まりだからこそ、良いおしゃべりの時間でした。



◆次回予定◆

7月21日(火)13時～

多くの方の御参加を心からお待ちしております。見学・途中参加も歓迎です！

*他の参加者を批判したり改善を強要しない事を第一のルールにしています。

INFORMATION

7月の予定

7月		
11	土	ばる WRAP10 時 30 分～ 眼鏡っこ 13 時 30 分～ 鉄っちゃんサークル 13 時 30 分～
12	日	
13	月	
14	火	PC 講座 10 時～ 芸術活動 13 時～ 卓球サークル 13 時あすなる出発 13 時 30 分現地集合
15	水	WRAP10 時～ 健康講座「うらじゃ」13 時～
16	木	座談会 13 時～14 時 健康講座「フットサル」13 時～
17	金	ソフトボール 15 時～
18	土	手話サロン 11 時～ カラオケサークル 14 時～ お抹茶サークル 14 時～ 表町土曜夜市
19	日	
20	月	
21	火	PC講座 10 時～ 癒し場 13 時～ 芸術活動 13 時～
22	水	健康講座「うらじゃ」13 時～
23	木	健康講座「ハイキング」12 時 30 分～ 女子会 14 時～
24	金	図書館サークル 10 時～ 手芸サークル 13 時 30 分～ ソフトボール 15 時～
25	土	宇野学区盆踊り(サマーフェスタ)
26	日	
27	月	
28	火	PC講座 10 時～ 芸術活動 13 時～
29	水	WRAP10 時～ 健康講座「うらじゃ」13 時～
30	木	健康講座「ジム」13 時～
31	金	お菓子づくりサークル 13 時～ ソフトボール 15 時～
8月		
1	土	おかやま桃太郎まつりの日 あすなるからメンバー、スタッフが「うらじゃ」に「表町おきゃく連」の一員として出場します!! 応援に来てね♪ ※8/1(土)のばるは通常開所
2	日	

※プログラム・サークル活動に参加するには、すべて前日までに連絡が必要になります。参加者が多い場合には前日より早く締切らせていただくこともあります。早めにご連絡ください。

※日程が変更になることもありますのでご確認ください。

- 発行：社会福祉法人あすなる福祉会
- 〒700-0822 岡山市北区表町 3-7-27
- 編集：ばる・おかやま
- TEL:086-201-1720 FAX:086-201-1713
- E-mail: pal-oka@mx35.tiki.ne.jp

17・24・31日(金)

ソフトボール！！

みんなで楽しみながら、外で体を動かそう(^o^)

時間 15 時～17 時

場所 百間川グラウンド

※送迎希望の方は必ず事前連絡を！

※自転車やバイクでのグラウンドへの乗り入れはご遠慮ください。

めがね
11日(土) **眼鏡っこ** Art of Asunaro

漫画・小説・絵・詩などを書くこと

自分が書いたり、描いたりしたものを誰かに見てもらいたい人や見たり、読んだりするのが好きだから作品を是非見たいという人集まれ～♪

もちろん眼鏡をかけてなくても参加オッケー！

時間 13 時 30 分～

場所 ジョブサポートセンターあすなる

16日(木) **座談会**

本が好き！映画が好き！漫画好き！集まれ～

新しい座談会ができました！！今まで読んできた本や映画・漫画などをお互いに紹介し合おう☆

時間 現地活動時間 13 時～14 時

場所 ばる・おかやま 2 階

21日(火) **癒し場**

発達障害・人間関係で悩んでいる人のいやし場

自分を受け入れてくれる誰かを探していませんか？

時間 13 時～

場所 ジョブサポートセンターあすなる

23日(木) **おしゃべり大好き女子集まれ！
女子会♪**

毎月1回、楽しい雰囲気の中、テーマを決めて女子トークに花を咲かせています。みんなでお出かけの企画とかしてみませんか？(^-^♪

時間 14 時～15 時半

場所 ばる・おかやま 2 階

<7月のピア電話相談日>

	火	水	木	金	土
	14	15	16	17	18
AM	○	休	○	○	休
PM	○	休	○	○	○
	21	22	23	24	25
AM	○	休	○	○	休
PM	○	休	○	休	休
	28	29	30	31	
AM	○	休	○	○	
PM	○	休	○	○	

ピア電話相談とは
同じような病気の経験をしたピアサポーターグループクローバーが、お電話であなたのお悩みをお聞きしています

ピア
電話相談
(086)
201-1719

お気軽におかけ下さい！