

# ペアレントメンター島根西部

## 子育てに一人で悩んでいませんか？

**ペアレントメンター**とは

発達障がいの子育て経験を活かして、他の保護者のよき相談相手となれるよう、ペアレントメンター養成研修を受講、修了した先輩保護者達です。



私たち『ペアレントメンター』は、専門機関と連携・協力して、ご本人への関わり方などの相談をはじめ、家族の支援及び家族同士での支援など様々な活動をしています。

### わかちあう

#### 個別相談・グループ相談

個別や、グループでの相談もしています。  
来所や、訪問、電話、メールなど…  
相談料金は無料です。

### つながりあう

#### 情報提供

子育て・療育・教育・就労・医療・研修会等の情報を提供します。

### わかりあう

#### 「キャラバン公演」

発達障がいを知ってもらうきっかけ作りとしてメンター数人での公演活動！  
お問い合わせください・・・

### まなびあう

#### 保護者による『学ぶ会』

各地域での親の会にメンターが参加し、育てにくい子どもに有効な対応策などを学んだり、おしゃべりして日ごろのストレスを解消しています。

\*詳しくは事務局までお問い合わせください。

### ささえあう

#### サポートブック作りのお手伝い

サポートブックは、子どもの持つ特性やそれに対する支援を、親以外の支援者に分かりやすく伝えることができる、とても役立つツールです。

### そだちあう

#### ペアレントトレーニングへの協力

「ペアレントトレーニング(学びのプログラム)」に参加協力し、わが子の子育て体験や支援グッズを紹介もします。

\*すべての連絡はこちらまで！！お気軽にご相談ください。



西部地区メンター事務局

(大田・邑南・美郷・川本・江津・浜田・益田・津和野・吉賀の方)

島根県西部発達障害者支援センターウインド内

電話(0855)28-0208 / FAX(0855)28-0217

Eメール: wind1841@rhythm.ocn.ne.jp