

## □ゆるやかなステップのご案内

ゆるやかなステップでは、ウインドに相談・登録している思春期から成人期の方が、学習会や地域資源を利用した体験活動を通して、他者と交流をしながら、自己理解を深めたり、就労などの社会参加を目指したりする居場所を提供しています。

3つのグループに分かれて活動をしています。各グループについては、下記の通りです。

### グループ構成

- ①スマイルクラブ【15歳以上の男女を対象にしたグループ】
- ②ナチュカフェ【年齢不問。女性対象にしたグループ】
- ③からふる【13歳～25歳女性対象。制作活動を中心としたグループ】

※利用等について、ご質問等がございましたら、ウインドまでご連絡下さい。



グループ名	日時	場所
ナチュカフェ	R4年5月21日(土) 13:30~15:00	こくぶ学園会議室
合同女子会 (からふる・ナチュカフェ)	R4年6月18日(土) 13:30~15:00	こくぶ学園会議室
スマイルクラブ	R4年7月31日(日) 13:00~14:45	いわーみーる101・102研修室

※参加を希望される方は、別途登録が必要です。本人、家族、支援者の見学可能です。

## □今年度の研修・ブロック会議について(予定)

下記の内容の研修や会議を予定しております。詳細につきましては、機関紙でご案内致します。また、随時ホームページに掲載致しますので、ご確認下さい。

### 【研修】

- 学習障がい研修：7月頃
- 発達障がいを理解するための基礎講座：8月頃
- 早期支援体制作り研修：9月頃
- 保育士・幼稚園教諭専門研修：10月頃
- 発達障がい地域啓発セミナー2022：11月頃



### 【ブロック会議】

昨年度は、6月に3圏域合同の ZOOM 会議を開催致しました。3圏域合同ということもあり、普段関わりの少ない地域の方と交流する機会になったのではないかと思います。今年度については、6月頃に各圏域で集合開催を検討しておりますが、新型コロナウイルスの感染状況によっては、ZOOM 開催に変更する可能性があります。ご案内につきましては、もうしばらくお時間をいただければと思います。





# 風



## 発行元

「島根県西部発達障害者支援センターウインド」  
 〒697-0005 島根県浜田市上府町イ 2589  
 TEL:0855-28-0208 FAX:0855-28-0217  
 E-mail wind1841@rhythm.ocn.ne.jp  
 URL <http://iwami-wind.org/>

“春”と言えば、進級・進学・就職・異動など、様々な場面で新しいスタートの時期ですね。そんな中、with コロナもあり、いろいろなことに不安を感じている方もおられると思います。少しでもその不安や心配をやわらげて、当事者やその家族・支援者の方々が安心した暮らしができるよう、スタッフ一同、感染対策をしながら、業務に取り組んで参ります。本年度もよろしくお願い致します。

## □ウインド医療相談

\*専門の医師をお招きして医療相談を実施しています。診断・投薬はできませんが、医療に関わる心配など気軽に相談できます。【お一人当たり1時間の予約制】

\*事前にスタッフが相談内容をお聞きし、当日も同席させていただき、その後の支援に繋げていきます。

日時	場所	担当医
R4年5月26日(木) 13:00~16:00	ウインド	西部島根医療福祉センター 大野 貴子 先生
7月20日(水) 13:30~16:30	ウインド	美都診療所 安藤 幸典 先生

\*医療相談の利用は、ウインドホームページ(医療相談)をご確認ください。(空き状況が確認できます)

## □島根県自閉症協会 地区部会

島根県自閉症協会さんの各地区の勉強会にウインドスタッフや各地域の支援機関のスタッフも参加初めて参加される方は、日程や場所が変更になる場合がありますので、事前にウインドスタッフまでお問い合わせ下さい。

地区	時間	場所	開催日
大田	10:00 ~12:00	仁万まちづくりセンター	4/6(水)、6/1(水)、7/6(水)
邑智	14:00 ~16:00	元気館	調整中
江津	9:30 ~11:30	嘉久志コミュニティーセンター	4/21(木)、5/19(木)、6/16(木)、7/21(木)
浜田	13:00 ~14:30	いわみーる会議室2	4/18(月)、5/16(月)、6/20(月)、7/11(月)
益田	10:00 ~12:00	ウインド益田相談室	4/28(木)、5/26(木)、6/23(木)、7/28(木)
吉賀	10:30 ~12:00	よしかの里	4/22(金)、6/24(金)
津和野	10:30~12:00	はなみずき	5/18(水)



## □ 発達障がいについてQ&A

発達障がいの特性や支援に関する質問を当事者、保護者、支援者の方に回答していただくコーナーです。少しでも発達障がいの理解や支援のきっかけになればと思います。

前号で掲載しました当事者の方に、“こんなサポートをしてもらって良かったこと”第2弾です！ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。

Q.学校へ通っている時に先生や家族などに理解してもらったり、サポートしてもらって良かったと思うことはどんなことですか？

【20代:Aさん】

高校時代は、家族に送ってもらいました。帰りは、バスで帰ったことです。

【30代:Dさん】

障がいに対して、いろんな配慮をしてもらえた。

【20代:Cさん】

高等部での一人暮らし体験  
(補足:親元を離れた生活)

【20代:Bさん】

親から、バス通学の方法を教えてもらったことです。

【40代:Cさん】

就職支援、障害者手帳や障害基礎年金の取得のサポートをもらったこと。

【30代:Eさん】

学生の頃、学校行事(体育祭や文化祭など)がある時に、前もって、僕ができる範囲を聞いてくれたので、当日は安心していろいろなことに取り組めることが僕にとって、良かったです。

Q.大人になってから、職場の人や家族、支援者などに理解してもらったり、サポートしてもらって、良かったと思うことはどんなことですか？

【20代:Aさん】

仕事ができないところを理解していただいたことです。

【30代:Dさん】

作業の時にいろいろなアドバイスをもらった。

【40代:Cさん】

トラブルがあった際に親身に寄り添い、一緒に解決して下さったこと。

【30代:Bさん】

一人で難しいことを支援者にサポートしてもらったり、職場の人から通院日を休みにしてもらったりと、いろいろ助かっています。

【20代:Cさん】

仕事の内容の覚え方を教えてもらったこと。

特に金銭管理などを支援者に助けてもらって大助かりです。

【30代:Eさん】

今の職場では、半年に1回のモニタリングがあり、話を聞いてもらえるので、安心して仕事に取り組むことができます。

作業中に同僚の方が声かけをしてくれたり、サポートをいただいているのでとても助かっています。

【30代:Bさん】

職場との懸け橋や悩みごとや愚痴を聞いてもらったり、共感してもらったりしたこと。

会話の練習やいろいろな知識を教えてもらったり、気にかけてもらったり、情報提供してもらったこと。

## ●当事者から当事者へのメッセージ

\*今はコロナなどで外出が思うようにできませんが、「コロナがあけたら、〇〇に行ってみよう」「〇万円貯まったら、何かしよう」という感じに考えられると、いくらか希望になります。

\*ランニングを始めたら、地域の人からお誘いがあった。自分の健康管理もできるようになった。

\*困ったことがあったら、支援者に相談すると良いです。

\*誰でもいいので、理解者を作る。

\*趣味を見つけて、生活を潤す。

\*法に触れることでなければ、あれこれ考えても後悔ばかり。行動した方がいい。障がい者だということに引け目を感じることはない、そのことに罪悪感をいただくこともない。毎月届く雑誌(定期購読)とかを頼んでおくと、その都度楽しめる。(ちなみに自分はジャンプ)

## □reο ママ(発達ママ)さんのつぶやき



はじめまして。reο(れお)と申します。ここでは、発達障がいを持つママである私

の、子育ての話題や、普段感じていることなどを書いていきたいと思います。

早速ですが、昨年7月に第一子を出産しましたが、子育てって大変ですね。家族のサポートがあるので、夜は寝かせてもらえることが多いのですが、生まれて間もない頃は、子どもにミルクをあげることとオムツ替えに追われ、最近は離乳食に悩む日々です。「今は大変でも、そのうち楽になるよ」と言われると聞いたことがありますが、今はまったく想像ができません...

発達障がいを持つママが、困ったな、と思うことがたまにあります。昨年秋、自治体の「3~4か月健診」がありました。私は、子どもと二人だけで行くのはいろいろと心配なことがあったので、夫と一緒に来てくださいとお願ひしていました。例えば、私はざわざわしたところだと少し聞き取りが難しくなるので、子どもがたくさんいて、いろいろな声が聞こえてくると、お医者さんや保健師さんのお話が聞き取れるだろうとか、慣れていない環境で、次はあっちへどうぞ、その次はこっちへどうぞ、とやっていたら、混乱してしまうのではないかと心配でした。さらに、子どもを抱っこひもで抱えて長時間順番待ちをしていたら、子どもの体温で自分がのぼせてしまうかもしれないのも心配でした。夫と作戦会議をして、夫に子どもを抱えてもらって、問診票を書いた私が受け答えをすれば大丈夫、と思っていたのですが、後日、お知らせの紙が届いて少し困惑しました。「感染拡大防止のため、子どもの付き添いは原則一人でお願ひします」と書いてあったからです。「原則」って書いてあるけど、発達障がいで、こういうことが心配だから、夫と一緒にいてもいいでしょうかって相談しようか、とも考えたのですが、目に見える障がいはないので、スタッフさんに伝えたとしても、周りの保護者の方々の目も気になるな、と思いました。人の目が気になるからとヘルプマークをつけるのも大げさだし、発達障がいとひとことで言っても人によって違うし、など、いろいろ考えました。結局夫に子どもを抱えて会場に入ってもらい、私が書いた問診票も待ち時間に読んでねとお願ひして、私は、いつ呼ばれてもいいように会場の近くで待機していました。健診から帰ってきた夫は、

「周りはお母さんばかりだった」と言っていました。そのことで文句を言うこともなく、夫がいてくれてとても助かりました。こんなふうに、たまに困ることもあるけれど、周りの人のサポートを借りたり、頭をめいっぱい働かせたりしながら、なんとかやっています。

またこのコーナーで、いろいろ書いていきますので、「へーそんなことがあるのか」とか、「そうそう、あるある!」など、思っただけだと嬉しいです。

