

# ほほえみ

第2号

令和3年5月発行  
(2021年)



みかん狩り

いもほり体験



県北支部 療育キャンプ

## コロナ禍をプラスに

コロナ禍の中で、令和2年度の私たちの活動は大きく制限されました。発達障がい講演会は、ZOOMを活用しリモートで開催しました。幸いなことに九州各県の自閉症協会の仲間たちの参加もあり、離れていてもつながれることを体験しました。療育キャンプは、規模を縮小し一家族ごとの体験活動を行いました。地震や風水害だけでなくコロナ禍についても「備える」ということを学びました。令和3年度は、本会のテーマを「ペアレントメンター＝信頼のおける相談相手」としたいと思います。そして、コロナ禍をプラスにとらえ、リモートでつながりながら、子供たちの幸せをともに考えていきましょう。

# コロナ禍でどのような毎日を送っていたのか会員(保護者)の声をいただきました

- ①お子さんの年齢 ②普段利用している事業所または就労先  
③お子さんやご家族はどう過ごされておりましたか？ ④その他伝えたいこと

## ①26歳 ②サービス業

③お仕事がしばらく休みになったり、公共交通機関を使うのが怖くて、職場まで送迎することもありました。特に本人の気持ちが不安定になったり、体調を壊したりすることはなかったです。



## ①25歳 ②生活介護

③事業所は、通常通りに利用出来ましたが、公園など、行ける場所が制限される時期があり、納得させるのに苦労しました。  
④マスク、手洗いを日常化させるのは大変で、施設職員の方々に感謝しています。



## ①13歳 14歳

### ②放課後等デイサービス

③学校が休校中や感染者が多い時期は事業所は利用せず自宅で過ごしました。

外出が出来ずストレスがたまったのか姉妹でケンカが増えました。



## ①27歳 ②製造業

③会社では、事務所の前に消毒液が置かれたり、マスクの着用を言われたりしています。それ以外は、比較的通常通りです。気持ち的には不安な面はあります。

コロナは、油断出来ない病気です。最近はワクチンの話もあるので、少しは気持ちに余裕ができました。

困り事に関しては、みんなピリピリしているところです。良かった事は、コロナの怖さを知れた事、医療大国でも治せないことを痛感し、医療現場で頑張っている方々、寄付される方々などの人の優しさを感じました。

④今のこういう時代だからこそ、本当の意味で協力しないといけません。自宅自粛などありますが、それさえ乗り越えればきっと楽しく過ごせる日がくると思います。

## ①10歳 ②日中一時支援

③週末は運動不足解消のため平和台公園に行き、池の周りを散歩したり、ジョギングをしてました。平日は日中一時で過ごしていました。習い事のスイミングもあったので、週1はそこでストレス解消をしていました。お出掛けもワンパターンだったので、本人もストレスはたまっていました。良かった事は手洗いうがい、消毒、マスクをつける習慣がついたことです。困った事は太りました…。



## ①24歳 ②生活介護

③コロナ感染への「野生の勘？」が発動したのか、昨年3月より部屋から出ない、家(玄関)からも出ない、もちろん通所(外出)もできない生活が訪れました。

通所をしている施設には、朝夕の送迎時に声がけに立ち寄ってもらったり、通所にむけての個別支援計画を立て、訪問での支援を重ねてもらい、5月半ば(74日ぶり)ようやく通所再開できました。外出自粛や自宅待機が続くコロナ禍、外出(通所)が目標となったわが家の事態でしたが、日中活動の場がなく、一日中家庭のみで過ごすことは、本当に大きな負担と不安な毎日でした。今は制限はありつつも、通所できることのありがたさを日々痛感しています。

そして、家庭だけでは絶対に乗り越えられなかったと、通所施設には感謝しています。コロナ感染対策で良かったことは、マスクを付けてもすぐにゴムを引きちぎってしまう息子が、随分とマスク慣れして着用の時間がのびてきたこと、食事のときなど自らシュッシュッと手指の消毒慣れしてくれたことです。

④コロナ禍でできないことや不自由なことは多々ありますが、できることを少しずつ探せるようになってきた気がします。

コロナで学んだことは「当たり前だと思っていたことは、当たり前ではなかったこと！」  
会いたい時にフツウに会える、やりたい時にすぐできる日常が早く戻りますように！



長女 ①23歳 ②生活介護事業所

③事業所が閉まることはなく、有難かったです。コロナが収まっている時期に、工夫をして外出行事も計画して下さいました。(川南の夜のクリスマスイルミネーションを見に行く、髪を切りに行く等) 自宅では、よく週末に臨海公園へ散歩に出かけました。海風が心地よく、緊急事態宣言の時にはシェラトンが笑顔マークで窓を飾っていたりするのが海からも見えて、それも嬉しい思い出です。



次女 ①21歳 ②生活介護事業所

③昨年8月と12月に虫垂炎を発症し、8月には5日間入院する事になりました。コロナ禍で通常であれば付き添いはNGなのですが、特別に認めて頂きました。夫婦で交代しながら乗り切りました。しかし、3月に再度虫垂炎の症状が!!薬で散らす方法もあるとは言われましたが、切除手術を夫婦で決断。手術当日は、何と末の息子の高校合格発表!手術の準備をしながら、合否発表を待つ…というスリリングな1日となりました(笑)息子は無事桜咲きましたが、感慨にふける間もなく1時間の手術が開始。全身麻酔の後、別人の様に荒れてビックリしましたが、翌日には落ち着いて過ごせるようになりました。こちらでも特別に付き添いを許されて、日中は母、夜間は父、と分担しました。主人は昼間も仕事で忙しい日々でしたが4日間とも病院に泊まってくれたお陰で、息子に家事やお手伝いの指示も出せたので、有り難かったです!

入院4日目、家で食事をとれていない父、食欲のない次女を見て「お弁当を作ろう!」と息子が言い出してくれました!息子は祖母直伝の甘い卵焼きを上手に作り、主人も次女もとても喜んで食べてくれました♪

子供の入院はピンチな出来事ではありましたが、息子の優しさにも触れる事が出来、家族の大切な思い出となりました!



④次女の入院から学んだこと

何かの本で読んだ事があるのですが、「有難い」とは、難が有ると書きますよね?難が有る中で、それをどう捉えていくかで、それが有難い事情に変わっていくのではないかな…とこの度の体験で実感したところです。我が家と言えば、主人の優しい心遣いに触れ、息子の優しさが引き出され、皆で一致団結出来たことです。障がいのある子供達を育てるのは、精神的にも肉体的にも並大抵の事ではありませんが、その中で小さな幸せを見つけたり、何か困難な事を乗り越えた先には、温かい幸せがあるのだと、3人を育てながら思うこの頃であります。



長男 ①24歳 ②就労移行支援事業所

③コロナの影響で、実習の予定が変更になる事が多く不安になりました。また感染を気にして出かけることを過度に怖がり、今まで以上に手洗いやうがいを強迫的なくらい徹底して行っていました。

長女 ①21才 ②学生

③学校がオンライン授業になり、電車での通学が無かったので「遅刻や忘れ物の心配がなくて良い」と言っていました。が、急に対面授業になったり、内容が変更になる時に上手く連絡をとれず、その事で不安になる時がありました。



## ごあいさつ

皆様いつもお世話になります。コロナ禍の中で行動自粛が求められ、各ご家庭においてもご苦労の多いことかと思えます。県央支部でも「進洋丸体験搭乗」や「クリスマス会」など子供たちが楽しみにしていた行事を中止しました。「トウモロコシ狩り」「サツマイモ掘り」「みかん狩り」など屋外活動は、3蜜を避けて行いました。

毎年思うことは、幼少期の子供さんがどのように過ごしているかです。私の経験上、少しでも外出して人と接する事が大切だと思えます。皆様の親しいご家族を活動に誘っていただき、子供達の成長に一役を担いたいと思えます。

別件ですが、県立高校では「スクールカウンセラー拠点校」が8校となります。何かありましたら各高校でご相談いただき、支援・指導を受けるとよいと思えます。

今後ともよろしくお願ひします。



## ご存じですか？「ペアレントメンター」



メンターとは「信頼のおける相談相手」という意味です。

ペアレントメンターとは、自らも発達障害のある子どもの子育てを経験し、かつ相談支援に関する一定のトレーニングを受けた親を指します。

ペアレントメンターは、同じような発達障害のある子どもをもつ親に対して、共感的な支援を行い、地域資源についての情報を提供したり、体験談を話したりすることができます。

当事者視点による共感性に基づいたメンターによる支援は、専門機関による支援とは異なる家族の立場からしかできない効果が期待され、厚生労働省 においても有効な家族支援システムとして推奨されています。



宮崎県には約120名の養成講座を受講終了されたペアレントメンターがいますが、受講後のフォローアップがないため、せっかくのスキルを活かすことができていない状況にあります。今後メンターが、地域で活動するためにもスキルアップ研修は必要だと考えます。

メンター達からも「活動する場がない、機会がなく寂しい、スキルアップがしたい」という声も上がっています。

そこで今年度、宮崎県社会福祉協議会「ふるさと愛の基金助成金」の事業としてペアレントメンターのスキルアップ、フォローアップ、メンターのつながりを作ることを目的に「ペアレントメンタースキルアップ研修」を下記の予定で行います。

【講師】 井上雅彦 先生 （日本ペアレントメンター研究会）



所属

現在 鳥取大学大学院医学系研究科 臨床心理学講座 教授

2007年度まで 兵庫教育大学大学院 臨床・健康教育学系 准教授

専門分野

応用行動分析学 臨床心理学 障害児心理学

資格

公認心理師 臨床心理士 専門行動療法士

自閉症スペクトラム支援士（エキスパート）

【日程】

5月26日：ミーティング

6月 日：オンライン研修会

6月 日：ミーティング

7月 日：オンライン研修会

7月 日：ミーティング

8月 日：オンライン研修会

8月 日：ミーティング

9月 日：オンライン研修会

9月 日：ミーティング

11月or12月：講演会（地域支援事業）

ミーティングは、研修会へ向けての確認や研修後の意見交換を行います。

研修会もミーティングも60～90分を予定しています。

6月以降の日程は決まり次第お知らせします。

養成講座を受講していない方でもペアレントメンターを知るきっかけになり、今後制度を利用したい時にも役立つ場になります。

お気軽にご参加くださいね♪



【場所】

キャンパス☆きっず あかとんぼ（高鍋町）又は オンライン

【対象者】

ペアレントメンター養成講座を受講したもの 及び この活動に興味のある

宮崎県自閉症協会会員と宮崎LD発達障がい親の会「フレンド」の会員

【受講料】

無料

【申し込み・お問い合わせ先】

宮崎県自閉症協会 みのも/090-8831-0364 E-mail [asimiyazaki@gmail.com](mailto:asimiyazaki@gmail.com)

※申し込みは随時行っております。質問などもお気軽にお問い合わせください。



ホームページリニューアルしました！！

NEW

宮崎県自閉症協会  
090-8831-0364  
宮崎県児湯郡高鍋町北高鍋2627

ホーム 自閉症スペクトラム 協会概要 入会案内 活動内容

お問い合わせ  
contact form

ピックアップメニュー

- 自閉症とは
- 宮崎県自閉症協会について
- 入会案内

Information

宮崎県自閉症協会  
TEL: 090-8831-0364  
児湯郡高鍋町北高鍋2627

はじめに

みんなが暮らしやすくなる社会を目指しています

自閉症への理解が「ほとんどなかった昭和の時代に、「育て方が悪いから……」などと言われる、悲しい思いをされたお母さんたちが集まる場所がありました。その場所で、14名の親たちは「親の会」を作ることを決めました。

以来、宮崎県自閉症協会では、障害のある子どもときょうだい、ボランティアによる「土曜学校」や「療育キャンプ」、自閉症に対する理解を深めるための研修会・講演会などの修理器発活動、および行政への要望活動などに取り組んでいます。

自閉症への正しい理解がさらに深まり、自閉症の人たちとすべての人たちがともに幸せに暮らせる社会実現を、心から願っています。

Information

宮崎県自閉症協会  
TEL: 090-8831-0364  
児湯郡高鍋町北高鍋2627

リンク

- 日本自閉症協会
- 宮崎県社会福祉事業団
- 宮崎県社会発達支援センターおそろ
- 世界自閉症啓発デー日本実行委員会
- 発達障害者支援センター（九州地区の相談窓口）
- 発達障害者支援施策厚生労働省
- 公益社団法人日本発達障害連盟
- 国立リハビリテーションセンター

facebook

宮崎県自閉症協会

ホーム  
投稿  
レビュー  
写真  
基本データ  
プロフィール  
イベント

自閉症について

自閉症およびその周辺障害は生まれつきの中枢神経系の障害（脳の情報処理機能の障害）で、現代の医学では治すことはできません。しかし、適切な教育により各種能力を伸ばしたり、多くの生活スキルを獲得

facebook

みんなのともだち  
みんなのいっせつ  
みんなのこせい

宮崎県自閉症協会

ホーム  
投稿  
レビュー  
写真  
基本データ  
プロフィール  
イベント

宮崎県自閉症協会

宮崎県社会福祉協議会「ふるさと愛の基金」助成金事業として、本協会のホームページがリニューアルされました！

本協会の活動目的・想い・活動内容だけでなく、自閉症スペクトラムとは何か？や防災ハンドブック等の情報、そしてリンク先には生活をしていくうえで関わりがある機関や相談先、本協会のフェイスブックが載っています。フェイスブックには活動報告の楽しい写真も満載です！たくさんのアクセスをお待ちしています！！



第24回九州自閉症協議会 in大分大会が開催されます



九州自閉症協議会は、一般社団法人日本自閉症協会に加盟する九州・沖縄各県の自閉症協会が構成されています。2年ごとに持ち回りで大会が開かれており、2021年度は大分県です。今回の大会テーマは「障がいのある人もない人も安心して心豊かに暮らせる社会づくり」です。

- ★開催日：2021年6月27日(日) 受付9：00～
- ★会場：iichiko総合文化センター 音の泉ホール
- ★大会参加費：一般 2,000円、大分県自閉症協会会員 無料
- ※本大会でのお子様のお預かり、余暇活動は実施いたしません。

- ・基調講演「困難な状況になってもきっとなんとかなる～できることはゼロではない～」  
講師：加藤 潔氏 (はるにれの里)
  - ・リレー講演Ⅰ「大分県発達障がい者支援専門員による支援ネットワーク作り(仮)」  
講師：相本 雄一郎氏 (大分県発達障がい者支援専門員の会)
  - ・リレー講演Ⅱ「当事者に聞く、今までとこれから(仮)」  
講師：当事者と 田中 秀征氏 (大分県発達障がい者支援センター)
  - ・リレー講演Ⅲ「条例づくりから始まる社会づくり」  
講師：平野 互 (大分県自閉症協会 会長)
- ※講演内容や時間等については、今後変更となる可能性があります。

参加をご希望の方や詳細をご希望の方は下記連絡先へお願いします。

【申し込み・お問い合わせ先】

宮崎県自閉症協会 みのも/090-8831-0364 E-mail [asimiyazaki@gmail.com](mailto:asimiyazaki@gmail.com)

# 令和二年度 事業報告

## 県央支部 事業報告

月 日	内 容
6月13日	土曜学級「トウモロコシ狩り」を実施
6月19日	第13回宮崎県自閉症協会定期総会（書面決議票において議案の成立を報告） ホームページのリニューアル（宮崎県社会福祉協議会「ふるさと愛の基金」助成金事業）
9月27日 10月3日	土曜学級「いもほり」を実施
10月17日	令和二年度自閉症療育キャンプ（潮の杜オートキャンプ場）（参加者：30名）
11月14日	土曜学級「みかん狩り」を実施（参加者：13名）
12月12日	土曜学級「クリスマス会」 中止
12月13日	発達障がい地域支援事業 オンライン講演会「知っておきたい法律のおはなし」（参加者：80名）講師：辻川圭乃氏
1月17日	発達障がい地域支援事業 オンライン講演会「Q&A」（参加者73名）講師：辻川圭乃氏

- ・宮崎市総合発達支援センターへの相談ボランティア協力（毎週木曜日）
- ・ペアレントメンター派遣（年5） ・フェイスブック、ホームページの管理・運営
- ・宮崎県障害者施策推進協議会の参加、公明党政策要望懇談会への参加等

※この他、療育キャンプ実行委員会、県・県央支部・県北支部役員会をオンラインなどで随時実施



トウモロコシ狩り

## 県北支部 事業報告

月 日	内 容
6月13日	定例会、親子ディナー カフェbi-to
6月19日	第13回宮崎県自閉症協会定期総会（書面決議票において議案の成立を報告） 行滕キャンプ利用責任者 事前研修会
7月3日	定例会（キャンプ打ち合わせ）
9月21日 ～22日	平成2年度自閉症療育キャンプ（おかばき青少年自然の家）中止
11月29日	平成2年度自閉症療育キャンプ（日向サンパーク）（参加者：14名）
12月13日	発達障がい地域支援事業 オンライン講演会「知っておきたい法律のおはなし」 講師：辻川圭乃氏
1月17日	発達障がい地域支援事業 オンライン講演会「Q&A」講師：辻川圭乃氏
3月16日	定例会（次年度活動計画打ち合わせ）



県央支部 療育キャンプ

～1月17日開催 オンライン発達障がい講演会を終えて～  
今日は阪神・淡路大震災が起きた日です。  
26年前平成7年＝1995年は、ボランティア元年となりました。  
私たちの活動は、このボランティアの皆様を支えています。  
今、神戸のまちには「がんばろう1.17」の光が灯されています。  
犠牲になられた6,000名を超える方々に哀悼の意を表し、その灯火を糧にして「障がいのある人もない人も共に幸せに暮らせる社会」の実現について、皆様と心を一つにして考え取り組んでいきたいと思ひます。

宮崎県自閉症協会会長 児玉真弥



オンライン講演会参加



つながることが難しい状況の中、可能な範囲でとなりましたが、皆様の知恵とご尽力によって有意義な活動ができました。心より感謝申し上げます。新年度も一緒に楽しい経験と学びの場を共有しましょう♪



宮崎県自閉症協会 連絡先  
TEL/090-8831-0364  
Facebook 宮崎県自閉症協会

E-mail [asimiyazaki@gmail.com](mailto:asimiyazaki@gmail.com)  
ホームページ  
<https://asimiyazaki.com/>