

## ホッと居場所・出会い・再会

### 「ピア・サポーターフォローアップ講座」

障害者支援センターでは2年に一回、ピア・サポーター養成講座の修了生を対象とした研修会を開講しています。今年は7～9月の暑い最中にも関わらず、8名の仲間が集まってくださいました。自身のリカバリーを振り返りつつ、ワークを通じて参加者同士で分かち合い、ピア活動の意味を相互に学び合う時間となりました。

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、予定を2ヶ月延期しての開催となりましたが、リモート参加も取り入れたり、ソーシャルディスタンスを意識しつつリラックスした雰囲気を作るためヨガマットを敷いてみる等々、試行錯誤の4日間でした。

こんな時だからこそ、ピアが安心して集い寄り添える「居場所」としての役割を果たしていきたいと改めて感じます。「同じような病気だったり、同じような生活を送っている（送ってきた）人の話が聞きたい」「特別なことは求めてなくて、ただ安心して話がしたい」といった気持ちをお持ちの方は、ぜひ障害者支援センターにご連絡ください。スプの冷めない距離でお話しができるピア・サポーターとの出会い・再会・居場所を一緒に作っていきましょう。

#### ピア・サポートグループやまなみ

四季折々の表情を見せる三次の山々のように、多様な障害を持つ仲間が手を取り合って美しい「やまなみ」を描こうと、4年前に発足。やまなみカフェ、やまなみ公開講座等を中心にピア活動の啓発を行いながら、ピア・サポーターとして地域でできることを模索しています。



## ペアレント トレーニング実施者養成研修が始まりました



療育・発達支援部会へ参加している事業所を中心とした支援者と県内の事業所合わせて約30名が研修を受けています。

講師は広島国際大学 健康科学部心理学科准教授 伊藤啓介氏で、午前は保護者のペアレント・トレーニングをモニターで見学し、午後より支援者がグループワークで実践的な方法を学びながら、いろいろなアイデアや意見を出し合っています。

今後は発達障害児のペアレント・トレーニングを療育・発達支援部会で取り組んでいく予定です。

#### ペアレント・トレーニングとは

「親が自分の子どもに対する最良の治療者になれるという考えに基づき、親を対象に子どもの養育技術を獲得させるトレーニング」つまり、**子どもをほめることをベースとした楽しい子育て**です。



日々の子育てのストレスを軽減し、家族みんなが笑顔で過ごす日が増えるように家族支援のお手伝いをしたいと思っています。



## 三次市 障害者支援センターだより

2020年11月 No.63

〒728-0013

三次市十日市東三丁目14番1号

三次市福祉保健センター

TEL (0824)65-1131

FAX (0824)65-1132

E-mail support@p1.pionet.ne.jp

URL <https://houkatsu-miyoshi.org>



### マヌケル君のアポなし訪問 ～あすなる編～

今回のマヌケルチャンネルは、福祉保健センターを飛び出し  
デイナイト・ケア あすなるへやって来ました。



今回のレポーター みっちーとマヌケル君

みなさんこんにちは。

今回マヌケル君はみっちーと一緒に、粟屋町にある「デイナイト・ケア あすなる」へ行ってきました。

ここでは、その人らしさを回復する「リカバリー」を応援するプログラム「～したい」から「～しよう」へ転換していく活動や、日々の生活に役立つさまざまなスキルを学ぶことができるプログラムを用意しておられます。

訪問した時は、みなさんが午後からのお茶会で食べる「みたらし団子」を作っておられました。ホントは午後からのお茶会にも参加したかったんですが、都合で参加できませんでした。きっと楽しいお茶会になっただろうなあ～

この他にも、横になってリラックスされている人、パソコンで自分の部屋に飾る犬や猫などの画像を検索されている人、ギターを弾いている人など、みんなそれぞれ自分らしく自分のペースで過ごされていました。

そしてみんな笑顔になっておられました。

みっちーも「胸がポカポカッ」としてきました。

あすなるのみなさん、突然の訪問にもかかわらず、あたたかく迎えていただきありがとうございました。

「ここを利用してみたい」「ちょっと見学してみたい」と思われた方は、遠慮なく障害者支援センターにお問い合わせください。



スタッフの「つぼっち」と「たっくん」

当日の様子は、YouTubeで詳しく紹介しています。

ぜひご覧ください。(チャンネル登録もよろしく!!)

スマホのカメラで2次元バーコードを読み取ってください。(動画にアクセスします)

パソコンの方はYouTubeで「マヌケル」または「三次市障害者支援センター」を検索してください。



\*マヌケルチャンネルは三次市障害者支援センターのYouTubeチャンネルです。

## 深まる秋

日ごとに寒くなってきていますが、みなさんお変わりありませんか？

私は、先日、天気の良い日曜日に、孫たちと備北丘陵公園へ行ってきました。

行くと必ずレンタサイクルで公園を一周するのですが、花の広場はコスモスが満開で、とても綺麗で、多くの人で賑わっていました。

コスモスと言えば、あなたは何を思い浮かべますか？

私はと言えば、ピンクや白の綺麗な花ビラはもちろんですが、狩人の「コスモス街道(1997年)」や、山口百恵の名曲「秋桜(1997年)」、そしてのカールセーガンの名著「COSMOS(1980年)」、身近な所ではドラッグストアの「コスモス」が思い浮かんできます。それから以前、コスモスの花の天ぷらを食べたことがあり、ちょっと苦みがあったのを覚えています。

行楽の秋、食欲の秋、「Go To Travel」や「Go To Eat」などのキャンペーンも始まっており、有効活用したいと思うのですが、日々の出来事に追われ、なかなか実行できない今日この頃です。でも、そろそろバイクで紅葉を楽しみに行かないと、紅葉を楽しむどころか寒さで乗れなくなりそうです。

みなさんも時期を逃さず、今がその時と思ったら、やりたいことを思いっきり楽しんでください。振り返ってみれば、勇み足の失敗と、慎重になって動かなかった事への後悔と、人生いろいろありますが、これが自分の生き方と、あらためて自分を認めていこうと思います。

深まる秋、これからやってくる寒い冬を乗り越えるために、心と身体にパワーを蓄えましょう！

秋の夜長に月を見ながらふと思う。

「かぐや姫の最後って、どうなるんだっけ？」 ← 「解散したんじゃないの」

センター長 安永 統



## 障害者支援協議会ってなに？

### 療育・発達支援部会

療育・発達支援部会は、乳幼児期から成人期にいたるまでの一貫した支援体制整備を図ることを目的として2ヶ月に1度開催しています。

参加者は市内の児童通所支援施設、庄原特別支援学校、市の関係課(子育て支援課、教育委員会、健康推進課、社会福祉課)と障害者支援センターが集まり、支援者のスキルアップを目的とした事例検討、相談支援部会との合同研修会のほか、一年を通して啓発活動をしています。

今年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、すべての行事を中止しましたが、発達障害啓発講演会、サポートファイル学習会、健康福祉まつりへの出店を行っています。

療育・発達支援部会では、発達に課題のある方が大人になっても、この地域で安心して生活を送ることができるよう、乳幼児期や学齢期に限らず、大人になってからの生活を見据えた支援を取り組んでいます。

これからも療育や発達支援の大切さの啓発を進めていこうと思います!!

また今年度は、広島県・広島県発達障害者支援センター・塩野義製菓が共催の、ペアレント・トレーニング実施者養成研修を、10/4～11/8までの毎週日曜日に、部会の構成団体のみなさんと一緒に受講中です。(具体的な内容については別記事で…)

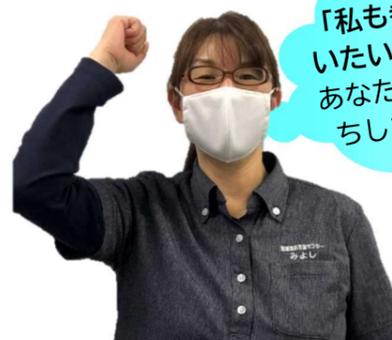


### 差別解消支援部会

障害を理由とする差別の解消を推進することを目的として、2013年6月「障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律」(障害者差別解消法)が制定され、2016年4月1日から施行されました。

三次市でも、2016年6月から、障害者支援センターを事務局とし、各障害者団体・民生委員児童委員・自治連・商工会議所・広域商工会・ハローワーク・行政をメンバーとして障害者差別解消支援地域協議会を兼ねた差別解消支援部会を組織し、活動しています。

これまでも障害の理解や合理的配慮、差別解消支援法の周知徹底を目標に、広報みよしに記事を掲載してきました。今年の3月に「合理的配慮に関するアンケート」を三次市内の事業所に配付し、調査したところ、「合理的配慮を知っていた」と回答のあった事業所が、36%という低い結果でした。



「私も参加して、意見を言いたい!」と思ったそのあなた、どんどん参加お待ちしています。

この結果に愕然とした部会ですが、結果は結果として受け止め、さらに、周知徹底するにはどうしたら良いかをみんなで話し合う中、今年度からは「自分たちが、障害の事を知りたいて思ってくれるところに出向いて伝えていこう!」と前向きな取組をしていきたいと思っています。

様々な立場の人たちが集まり、時には意見が合わず、ヒートアップしてしまっていますが、根底には、障害の有無に関わらず、個人を尊重し尊敬しあいながら、みんなが生活しやすい三次をめざしている事は間違いないので、これからもあつい議論を交わしていこうと思っています。

はじめて参加を希望される場合は、事前に連絡をください。

そこで一句 **花摘みき 皆と楽しむ 秋の園** マヌケル

### 手話にチャレンジ

今回紹介する手話は、「ありがとう」「すみません」「おつかれさま」です。どんな動作をするのでしょうか？ その時の表情も大切です。先日あるニュース番組でアメリカの「目立ちすぎる手話通訳者」を紹介していましたが、すごいオーバーアクションでした。見られた方おられますか？ では、本題に戻ります。

**ありがとう** は、手の甲に他方の手を直角に乗せた状態から、その手を上にあげます。(感謝する気持ちを込めた表情も加えます)

**すみません** は、片手の親指と人さし指で、眉の中央あたりをつまみます。(眉間にしわを寄せる様子を示します) そのあと、顔の中央あたりで、片手を立てたまま前方へ下げます。(申し訳ない気持ちを込めた表情も加えます。)

**おつかれさま** は、握りこぶしで、他方の手首から肘の間を2度軽くたたきます。「おつかれさま」という気持ちをこめた表情も加えます)

みなさん、どんな動作かわかりますか？ インターネットで検索すると、動画などもたくさんアップされていますから確認して、ぜひ使ってみてくださいね。

