



E-mail: office@npo-parler.com パルレHP: http://npo-parler.com/

代表理事あいさつ 熊谷 恵美



パルレ会員のみなさま、ご支援くださるみなさま、あけましておめでとうございます。今年は昨年と違って穏やかな年明けとなりました。今年がみなさまにとって良い年になりますようお祈りいたします。

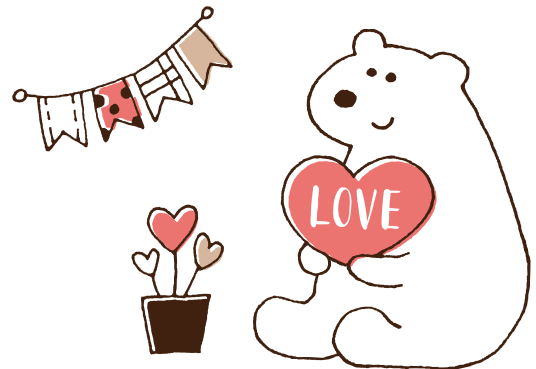
さて、しかし現実はなかなか厳しいものがあります。不登校児童生徒が過去最多の35万人と令和6年度に文科省から発表されました。学校現場が、教員にとっても児童生徒にとっても改善されない現状の現れではないかと考えます。

そして、不登校の子の中には発達特性のある子も多数含まれていると推察します。

また不登校の子を抱える保護者の約5割が「孤独を感じた」という調査結果もあります。相変わらず学校に行くのが当たり前という風潮のなかで、よりどころを見つけれず疲弊して、子どもとともに孤立してしまうのでは、と思われまます。不登校、発達特性、どちらにしてもいまだに保護者に負担がかかっております。

昨年12月当法人が開催した保護者のメンタルヘルスに焦点を当てた講演会は、大変大きな反響をいただきました。「こんな講演会は初めて」という感想も多く、私どもがもっと早く打ち出すべきだったという反省もいたしました。

パルレは発達障害の子を持つ親の会として設立しました。保護者を孤立させず、支え続ける当法人の役割がますます重要になってきたと感じており、そのための活動を続けてまいります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。



ら・るーと活動報告

2024年度ペアレント・トレーニング水曜講座 9月11日~11月20日 オンライン
講師: 中田 洋二郎氏 (立正大学名誉教授)

3ヶ月続く講座。難しい子育てを抱え、なかなかハードな課題をこなしながら、参加者の皆さまの緊張がほぐれたのは3回目くらいからでしょうか。参加者からの発言が一気に増えました。オンラインの壁を超えてやりとりが増すのは、スタッフにとってうれしいかぎりです。そして、最終回に皆さまが明るい見通しを述べられるのを今回も聞くことができました。参加者の方の実践、中田先生のアドバイス、プログラムの力によって実現するペアレント・トレーニングの醍醐味と思っております。



10月~12月のら・るーと本人支援活動



個別活動



染め物体験



スモアトースト

ソーシャルクラブ



ミニケーキデコレーション



食事会 (回転ずし)

発達障害の特性理解をさらに深め、現場での具体的支援を学ぶ、支援者向け連続講座です。第2回、第3回のアンケートをお送りします。本年度は後日配信も行いました。内容の濃い講義を繰り返し視聴できるとみなさまに喜んでいただきました。

第2回 「不適切な言動」はなぜ起きる 具体的対応を導き出す支援の方程式



■支援者の方の感想

- 本日も、とてもいいお話が聞けて感謝の気持ちでいっぱいです。お話を聞きながら、関わっている生徒が次々と頭に浮かび、また、その生徒が不適切行動を起こす時に関わっている教員の顔も浮かびました。自分も含め、教員も不適切な刺激となることに気づきました。今後の関わり方、気をつけて行きたい、そして、環境調整について、周りの先生方と話し合っていこうと思います。(中学校・通常級)
- 毎回参加させていただいております。発達特性・感覚過敏等を持っている生徒に対応する際に、先生の詳細にわたる資料を参考にしています。表出している現象のみに焦点化し「良い・悪い」と判断する人も現実的にはいません。その子の持っている感情や特性を受け入れて、起きている現象の、そのプロセスを伝えていくと、「分かってくれている」を感じるのでしょうか・・・？心を開いてくれることが多くなりました。(中学校・通常級)
- 集団療育を担当しています。
環境刺激の処理困難と想定しているお子さんですが、体操など環境刺激が高くなる活動は意識のカプセル化として感触グッズ等で過ごさせていました。(中略)
先日のことですが、床にマットやテープで目印をつけて他児と一緒に体操に参加させてみました。ほとんど足元を見て目印をヒントに動いていたので動作の模倣は難しいのですが、音楽に合わせてテープの上を移動し、印の所で止まって回るの繰り返しですが本人には分かりやすく、足元を見て取り組む事自体がカプセルとなり、最後まで参加することができました。この3年間ではじめての出来事でした。終わった後、何よりも本人が1番嬉しそうでした。
(中略) 上原先生がよく言われる、目立たない支援の重要性を感じました。また、体操になると不適切な行動になるため、本人はあまり好きではないと思っていたのですが、本当はお友だちと一緒にやりたいという思いがあったのだと気づきました。(療育機関)
- 保育者から心理職(保育園の巡回相談)に仕事を変わって1年目です。保育者としてこの支援方法はとても理解できますが、どのように保育者に伝えられるか、先月の講座を聞いて悩んでいましたが、今日は心理職に聞いてほしい内容ということで、また理解が深まりました。先生のように目の前で実践できれば良いのですが、そこまでの自信がないので、うまく伝えられるよう考えてみたいと思います。今は一方的にアドバイスをするだけですが、問題行動を挙げて、具体的な支援方法を一緒に考えることが必要ですね。(テキストは売り切れでしょうか)とにか聞く度に理解が深まります。これを現場に伝えられるだけの自信をつけたいです。次回の講座も楽しみにしています。(行政機関)

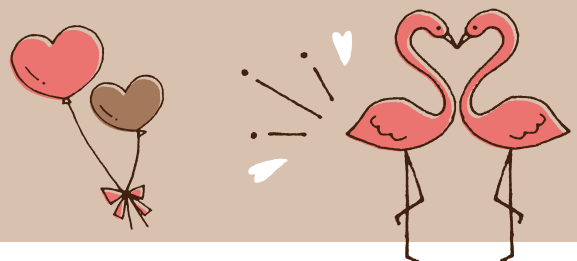
- 後日配信、とても助かります。先生のお話を、今関わっている児童・生徒のことを考えながら聞かせていただきました。支援の方程式は、とても分かりやすいと思います。ただ、いろいろな児童・生徒がいるので支援を導き出すのが難しいです。私は、小学校を月に1回まわっているのですが、短時間で複数人観察することもあり、難しさを感じています。次回の支援方法楽しみにしています。とても勉強になりました。(中学校・特別支援)

第3回 集団における支援の実践 現場で活かす理にかなった対応



■支援者の方の感想

- 自分は相談員という立場で小学校に派遣されているので、どうしても話を長く聞く場面が多いのですが、不適切行動の場面に遭遇したら、意識を変えて黒子的な関わりを持つことが大事だなと思いました。学校の先生方にも是非とも聞いて頂きたい内容の講義なので、エッセンスを少しでも先生方と共有していければいいなと思いました。本当に有益なお話を拝聴できました。(行政機関)
- パニックにならないように…というお話がとても参考になりました。パニックは、こちらがわの失敗なので、そこに至らないようにするのが大事だということですね。環境調整など、できることをがんばります(小学校・特別支援)
- 今回(今年度)の講義も大変勉強になりました。第1回目のアンケートにダウン症の子供の対応につきましての悩みを書きましたところ2回目の講義の冒頭に先生からご発言いただきました、ありがとうございます。3回目の講義でもそうですが反省ばかりです。子どもに近づきすぎたり、声を掛けすぎたり、パニックになった子どもを見て私自身も平常心で無くなったり、手を掛けすぎたりと、やってはいけないことばかりの感じです。
また、通常級の子どもでなかなか自分の教室に入れないうちどもへの対応も悩んだりしていましたが、今回の講義で触れていただきました。毎回、先生のお話を聞いてはなるほどと思いますが、なかなか実践できずにいますが、あらためて先生の講義を思い出しながら、日々の支援を行おうと思う次第です。(小学校)
- 専門員ですが、誰の支援をしているかわからないように支援するということの難しさ、感じました。(小学校・特別支援)





発達障害のある子どもたちが健やかに育つ上で、保護者のサポートは大きな力になります。しかし、日々のストレスや不安、社会的プレッシャーなどが重なり、心理的負担を覚える保護者は少なくありません。今回は、専門家として多くの臨床経験を持つ佐々木康栄先生をお招きし、保護者の心のケアについてお話を伺いました。保護者に寄り添う講師のお話には、本当にたくさんの感謝と喜びの声をいただき、紙面の都合で割愛するのが申し訳ないほどですが、代表的な感想をピックアップしてお届けいたします。

■家族の方の感想

- 参加できて本当によかったと感じました。佐々木先生のお話を聞いていて、親御さんの気持ちやご家庭の事情の汲み取りが欠けていたなと反省しました。押し付けになっていたことがたくさんあったなあと。これからは愚痴でもいいので少しでも話をしてもらえ相手になれたらいいなと感じました。
そして、佐々木先生が最後に流してくれた動画はたくさんの親御さんや支援者に見てもらいたいなあと思いました。(後略)。
(本人・知人家族の支援をしている)
- 保護者として、佐々木先生の発言そのまま、支援者の方に伝えてほしいと思ったことが第一印象です。支えられている部分もありますが時に崖に突き落とされることもあります。そのことに気づいてほしいし、できないことは、能力があっても今の状態でハードルが高いことに気づいてほしいし、感じ取ってほしい。支援されているから我慢しないといけなかつと思うところ、全てお話しして下さり、ホッとしました。と言っても、私も仕事としては支援者であり、いつでも凶器になることを念頭に置き、脳分析して対応しているつもりですが…改めて支援者としても支援されるものとしても、脳の整理ができました。(支援者・福祉)
- 大変貴重なお話を伺う事が出来ました。私は親なんだから、我が子に関して、こんなこと思っちゃいけないと自分を否定していました。しかし、そんな自分を受け入れていいんだという言葉を頂けて、そんな自分でもいいと思うことが出来ました。
子育て中は螺旋状に考えも変わるとのことでしたが、またへこたれそうになった時に、先生のお話を思い出して、肩の力を抜いて頑張ります。
- まず、ひとことで申し上げると、心が救われました。保護者として、色々なところへ子どもの相談に行きました。講座も様々受けています。しかしこのようなテーマの話はなかなか聞くことができませんでした。やっとの思いで相談に行き、どうしたら良かわからずに子どもの話をしたところ、親の対応が悪い!と感情的に怒られたこともありました。本日の講義の中でも話されていましたが、親にも特性がある場合は多いと思います。親の精神状態が子どもとの関わりと与える影響は大きいと思います。佐々木先生のように、親の状況も想像して下さり、親子セットで支援が必要だと考えて下さる支援者がもっともっと増えてくれることを願っています。(もちろん親もがんばりますが…) 吉田友子先生の書籍のご紹介もありがとうございました。早速読みたいと思い、注文しました。
- 小学校では、ほぼ毎日、事件を起こし、先生から電話や呼出し、相手の親御さんに謝罪の電話など、心身共に疲れ果てていました。(中略) 母親ばかりが責められ、やさしい言葉を掛けられた事は無かったです。今日の講演、佐々木先生の優しい言葉に、大

変な時が思い出され涙してしまいました。当時に、佐々木先生のような発達障害に理解があるプロの人から、こんな思いやりのある言葉を掛けられていたら、心も体も癒されただろうなあと思いました。



佐々木康栄先生

自閉症協会の親御さんによる電話相談にて、「子供を愛そうと思っても愛せない時がある」と泣きながら言ったら、相談員「子供を愛さなきゃなんて思わなくてイイ!」と即答され、あの言葉が一番私の心に影響を与え、救ってくれた言葉だと今でも思っています。母親のメンタル大事です。

- 後日配信を拝聴させていただきました。大切なメッセージをいただいたと感じます。療育という言葉が広まると同時に、それが本当に「修行」のような一面を持つようになってしまったことに、不安を感じます。療育は、親子が笑って過ごすための手立てを学ぶもので、療育という名のもとに親が心身を崩してしまったり、子供を可愛く思えなくなってしまったり、本末転倒も良いところですね。このようなメッセージが、今本当に渦中において苦しんでいるご家庭に届いてほしいな…と思います。私はすでに成人期の子供がおりますが、悩みがずっと消えることはありません。ただ先生が仰っている通り、大人になっても「悪くないと思える暮らし」なんなら「ちょっと面白くない?」と思える暮らしが、一番大切だと実感しています。そのために大切なことが、良い支援者につながる、良いチームができることだということを実感してきています。先にそのような経験をしてきているものとして、そのことを伝えていけるように…と願っています。
- 保護者のメンタル等をケアしてくれるような講演はなかなかないので励まされました。離れた地域でオンラインで聞かせて頂いているので、近くに信頼して頼れる相談場所が少ないという事はあるのですが探していきたいと思いました。
- 子供が小さい頃から色々な場所で相談していました。どこで話をしても漠然としていてその後活かせない事が多かったのですが、佐々木先生と出会ってから親子共々少しずつ生活に変化がで、今では佐々木先生が私たちのお守りのような存在になっているように思います。支援者に相談するのは重要だと思いますが、どこに相談するか、誰に相談するかも大きいなと思います。私たち親子のように支援者の方々に救われる方が増えるといいなと思います。この講演会を聞くことができ、支援者の方々も日々悩んだり苦労されているんだなということがわかりました。

P4に続く▼



● 本人と、保護者の目線にたっぴらっしゃる支援者として活動されていることが、よくわかりました。一字一句が相手にどう伝わるのかを意識した、言葉を発せられていて、お優しい気持ちが伝わってまいりました。幼少期の当時の辛さを思い出し、慰めの言葉に涙がでました。そういう困難を体験をしている保護者のサポーターであり続けられる先生のご活動をこれからも知っていきたいと思います。療育仲間にすすめます。

■支援者の方の感想

- 佐々木先生の優しい口調がとても聞き取りやすかったです。「障がい受容」についてありましたが、深く考えさせられました。その人のすべてが障がいであるかのような風潮があるのでは…とも感じます。「特性」を受け入れるという環境になってほしいと思います。(相談ボランティア)
- お子さんの支援よりも保護者支援に悩みが多い毎日です。本日のお話は保護者の身になってあらためて考えていくといいと思ひ職員で共有していこうと思ひます。「聞いてもらうだけでいいときもある」のお話は、つい親身になり過ぎてしまうところがあるので気をつけなくてはいけないと反省しました。(福祉)
- 心理士の方は、これくらいの穏やかなテンションで話されるのだと少し驚きました。また、お子さんや保護者への思いが強くなり、良かれと思っていたことが負担をかけていたかもしれないと自己を見つめ直す機会とできました。分かっていたはずの受容と共感、寄り添うということを再確認できました。(教育)



場面別 気になる子の保育サポート アイデアBOOK(中央法規出版)

佐々木先生の初の単著が刊行されました。開いて読むと、先生のソフトボイスが聞こえてくるような素敵な本です。感銘を受け人生初のAmazonレビューを書いたかったので、引用とともにご紹介します。

ひとことで言うと、すべての幼稚園、すべての学童、すべての療育現場に置いてほしい1冊。とくに素晴らしいのは、ひとつの場面に対して考えられる可能性が複数あげられていること。

子どもはそれぞれ多様で、答えは一つではない。ひとりの子のなかでさえ、コンディションによって変わるし、成長によっても変化がある。発達障害支援の難しさはそこにあると個人的に思う。(中略)とはいえ「多様だから一概には言えない」だけでは、支援する側も途方に暮れてしまう。本書には、考えるためのヒントと、理にかなった対応例が具体的かつ視覚的に示されており、なるほどこれならできるかもと思わせてくれる。まさに支援者のエンパワメントになる1冊。(中略)多くの方に手にしてほしいと願わずにいられない良書である。

基本的な考え方は年齢問わず共通しており、どなたにも参考になると思ひます。図書館にリクエストなどもおすすめです。(木下)

パルレ活動報告



子育てピアトーク

12月21日(土)大井町事業所にて、子育てピアトークを行いました。今回は特にテーマを設けず、**フリートーク!**としました。お二人がご参加下さり、最近の出来事や気になることなど話が弾みました。

■参加者の方の感想をご紹介します

● 心理士の先生もいてくださるので、安心して話すことができました。また、子育ての先輩方からの話を聞くことができ「子どもも中学や高校に通える日が来るかな」と少し気持ちが軽くなりました。発達障がいがあるあるでも盛り上がり「うちの子だけじゃないんだ」と思えました。どうもありがとうございました。

こちらこそ、ご参加いただきありがとうございました!

今後の予定

パルレ会員 は、パルレの会員の方限定です。
要申込 は、申込が必要です。
 ★は、どなたでも参加できます。
 申込先メール: moushikomi@npo-parler.com

【パルレ】 予定が変更になる場合があります。パルレMLでご確認を。

■パルレヨガ 大井町事業所 **パルレ会員** **要申込**

2月1日(土)・3月1日(土) 14:00~15:30

◇講師:三澤 美奈氏(ヨガセラピスト) ※初回無料

◇参加費:各回 大人1名 1,000円または家族で2,000円

■パルレで話そう ボランティアセンター 住居棟 1003号室

3月12日(水) 14:00~16:00 (開始時間を変更しました)

◇参加費無料 ※今年度も隔月で開催いたします。 **パルレ会員**

■子育てピアトーク 大井町事業所 **要申込** ※パルレ会員優先

3月29日(土) 10:30~12:00 ◇会員無料、非会員500円

(変更の場合は追ってお知らせいたします)

■パルレ学習会「大人と子どもの発達障害

★ **要申込**

『好き』と上手につきあうには?」

2025年3月8日(土) 14:00~16:00

◇講師:本田 秀夫氏(信州大学医学部子どものこころの発達医学教室教授)、手島 将彦氏(産業カウンセラー・ミューズ音楽院講師)

◇会場: **オンライン**会議室Zoom

◇参加費:1000円(パルレ会員無料)

★無料参加のご案内は会員メーリングリストで送信済みです。もし届いていない方がいらっしゃいましたら事務局までお問い合わせください。

【よかりんく】大井町事業所

■ボードゲームクラブ 第1水曜日

■Switchクラブ 第2、第4水曜日

■将棋倶楽部 ■鉄道クラブ 休会中

(活動は、今後の感染状況により、変更になることがあります)

