

メンター通信 (VOL. 12)

平成 24 年 5 月 15 日

愛知メンター連絡会

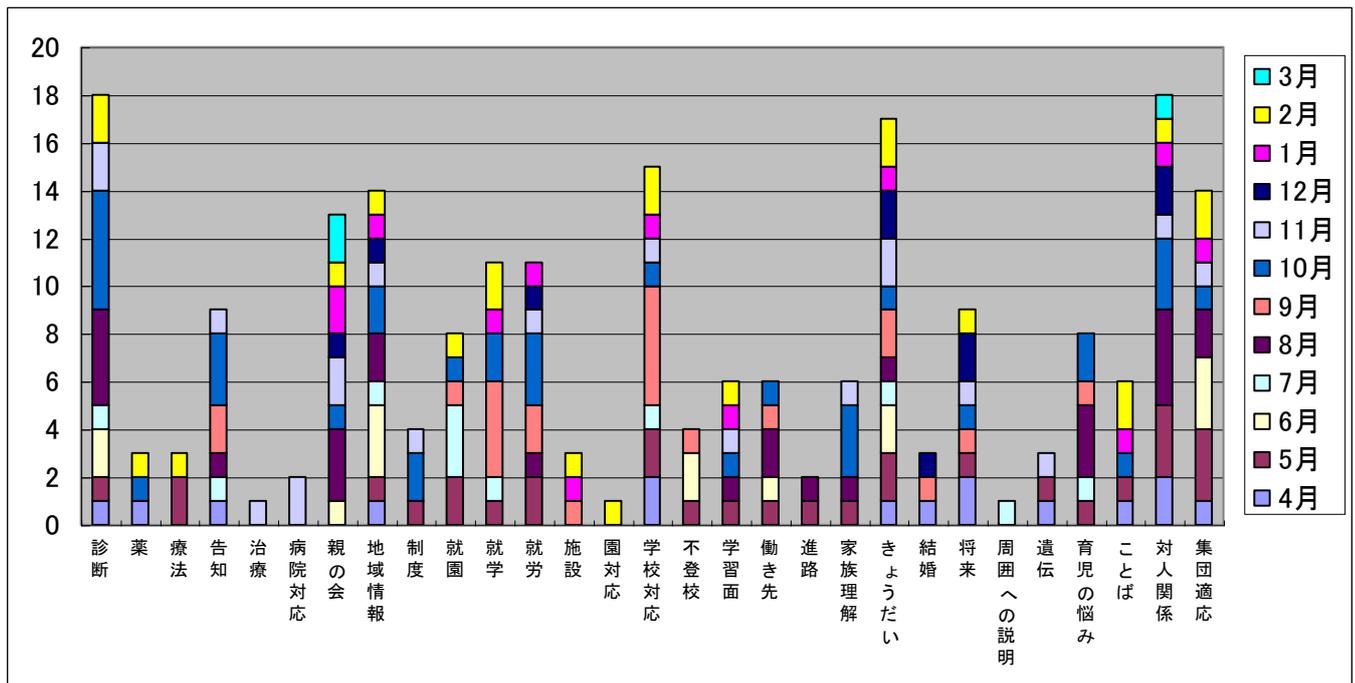
平成 24 年度が始まりました。ゴールデンウィークを終え本格的に動き出している時期かと思えます。このメンター通信もこの 24 年度から「愛知県ペアレントメンター等活動推進連絡会」からの発信となります。今後ともよろしくお願いたします。

①メンター活動報告(1~3月)

	活動内容	延べメンター数	対象者数
1月12日	りんくすグループ相談会⑤(派遣)	2名	20名
1月16日	事例検討会④	10名	
1月22日	SST茶話会(小・中・高)	2名	18名
1月23日	サポートブックフォロー研修(くるみ会)派遣	1名	6名
1月28日、29日	ペアレントメンターベーシック研修(石川へ派遣) リソースブック解説 グループワークファシリテーター	2名	29名
1月29日	全国LD親の会主催 養成講座(神戸へ派遣)	1名	20名
	保育士連続研修③におけるファシリテーター	8名	
2月3日	勉強会③	10名	
2月9日	りんくすグループ相談会⑥(派遣)	2名	6名
2月19日	SST茶話会(小・中・高)	2名	18名
2月20日	サポートブック研修(さわらび園)派遣	1名	15名
2月21日	厚生労働省発達障害者支援関係連絡会	1名	約200名
2月25日	ペアレントメンター応用研修Ⅲ(メンターサポート編)	35名	
2月26日	ペアレントメンター応用研修Ⅲ(成年後見編)	31名	
3月25日	学校保健協会講演	1名	

②メンター活動報告書の集計(23年度年間集計)

(1)相談内容 提出された報告書より、相談項目をグラフ化しました(1件の報告で複数ある場合もあります)



(2) 相談者と相談対象者の関係について

	母	父	本人	祖母	支援者	学校・園	雇用主	友人
電話	3 2	2	7	2	0	2	2	1
グループ	3 0	2	0	1	0	0	0	0
個別	1 4	1	1	0	5	0	0	1
メール	9	0	0	0	0	0	0	0
合計	8 5	5	8	3	5	2	2	2

(3) 相談者と相談対象者の年齢について

	0~3歳	4~6歳	小学生	中学生	高校以上	20代	30代	40代	不明
電話	5	2	1 2	2	6	1 1	7	0	4
グループ	4	1 6	1 4	1 3	2	1	0	0	4
個別	3	1	6	2	1	3	3	3	1
メール	1	3	0	1	4	0	0	0	6
合計	1 3	2 2	3 2	1 8	1 3	1 5	1 0	3	1 5

*この報告内容は先生方に報告し、様々な角度でデータ化、検証して各所に報告をされています。
24年度もみなさまのご協力をお願いいたします。

③ペアレントメンター報告

皆様、いつもお世話になっております。LD親の会 多久島です。

1月末に神戸にて開催された、NPO全国LD親の会主催「家族支援ピアカウンセラー養成講座」では、講師・インストラクターとして井上先生・氏田さん・今村さんに全面的にご支援いただき、誠にありがとうございました。m(_ _)m
また先日は、北陸の会合で「昨日、ペアレントメンターの研修に参加してきました」という富山の方のお話も聞きました。そのように各地の様子を聞くにつれ、『愛知県ほど、研修やバックアップの充実している県はない!』と実感しています。講師の先生方、支援センターはじめ企画運営にご尽力いただいている皆様に心から感謝いたします。

2月25日に開催された応用研修でも、「無理なく長く活動を続けるために」「ストレスマネジメント」というテーマでお話をうかがい、自分自身を見つめ直すこともできましたし、改めて『相手にも自分自身に対しても、ネガティブな面も否定しないことが大切なんだ』と肝に銘じました。午後のグループワークは楽しい企画満載で、皆で大きな声で笑いあい、研修自体がメンターのストレス発散&モチベーションアップの場になっていて、とてもステキな研修会でした♪
(私事のエピソードで恐縮ですが・・・、神戸の講座で、井上先生が兄弟支援について「兄弟であることの肯定的な影響(プラスの面)＝精神的な成熟・人に対する感受性や思いやり・辛抱強さ等」「得難い体験をプラスにしていけるためのサポート」というお話をして下さいました。私は図らずも涙腺がゆるみ、うるうるしてしまいました。下の娘は中学校3年間、不登校でした。私はこれまで「兄弟のストレス」という側面しか見ていなかったし、自分の心にフタをしていたけれど、ずっと娘に負い目を感じていたんだと気づきました。先生のお話を伺って、心のわだかまりがずっと解けていくように感じました。)これまでも相談のアドバイスをしながら、自分にも言い聞かせている(自分を励ます)面もありましたが、メンターの研修を通じて自分自身も癒されていくし、一層、『メンターって奥が深い!』と感じています。これからもどんな気づきがあるのか、期待とともにメンター活動に活かしていきたいです。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

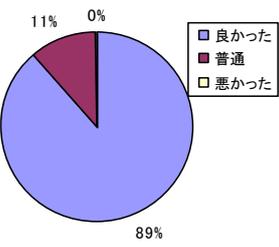
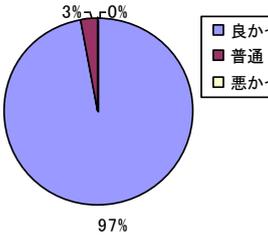
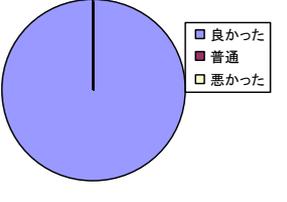
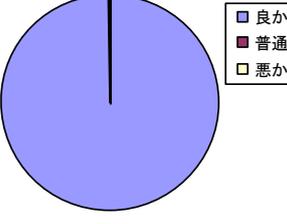
あいち LD親の会かたつむり 多久島睦美

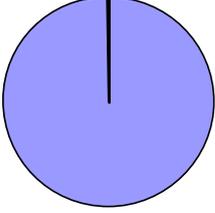
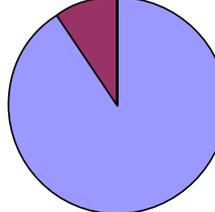
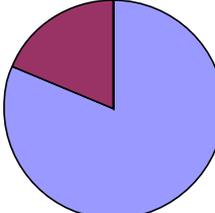
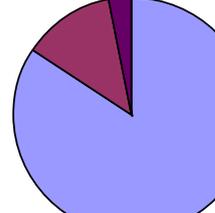
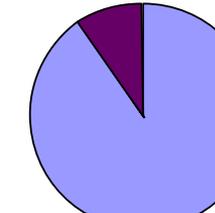
応用研修Ⅲ報告

平成24年2月25日、26日と応用研修Ⅲを開催する事ができました。今回もたくさんの方にご参加いただきありがとうございます。愛知県、三重県のメンター参加者だけでなく、北は北海道！南は沖縄！と全国規模になってきたこの研修でした。日曜には北海道から西村武彦先生にお越しいただき素敵なお話を聞くことができました。「初心に戻る事の大切さ」「ストレス解消」などメンター活動には欠かせないテーマで盛りだくさんだったと思います。ここでみなさまからいただいた事後アンケートの集計をご報告します。

1日目「メンターサポートについて」

参加メンター35名

<p>基本をふりかえろう</p>	 <p>■良かった ■普通 □悪かった</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○忘れていた事を振り返ることができた ○最近「慣れ」が出てきていたのでドキとした ○活動を長く続けるには、いつも基本にもどることだとわかった ○「つながり続ける」という視点はなかったので気づきになった ○やりたい活動とやらなきゃいけない活動のバランスはうなずけた ○ただ、心を傾けて聞くことをしっかりするのが自分の役割だったと今一度「基本」を心にとめていきたい
<p>ストレスマネジメント</p>	 <p>■良かった ■普通 □悪かった</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○自分が何にとりつかれているのか客観的に見る事ができた ○感覚でなく理論として説明していただけたので参考になった ○ユガミンは短所であり、長所なんですね、、、仲良くつきあっていきます ○考えと行動は比較的变化しやすいので、少しでも気分が楽になるようにと思う ○「体をゆっくり動かす」ことが自分が苦手だと知って笑えた ○今まで自分人に指摘されたり気づいていた事が明確になった
<p>ロールプレイ</p>	 <p>■良かった ■普通 □悪かった</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○改めて聞く側の姿勢の大切さを感じた ○実際に自分の心が軽くなる体験ができ、助かった ○話を聞いてもらうことがこんなにすっきりするんだと思い出した ○久しぶりに褒められてうれしかった ○みんな悩んでいるんだと知って気持ちが楽になった ○早いタイミングで吐き出すことが大事とわかった ○相手にとって満足であれば、自分が不全と認めていいんだと勉強になった
<p>ストレス解消ワーク</p>	 <p>■良かった ■普通 □悪かった</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○たくさん笑ってストレス発散になった ○色々な解消法があっっておもしろかった ○みんなの妄想が聞けておもしろかった ○研修中にこんなに笑っていいのかと思うほど楽しかった ○この息抜きはいい！ ○皆さん意外な趣味があるんですね。。。 ○賞の名前が面白すぎる、賞品がもらえるとはびっくり！ ○このワーク自体がストレス解消になった

講義：成年後見	 <p>■ 良かった ■ 普通 □ 悪かった ■ 無回答</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○人間味あふれるお話でひきこまれていった ○厳しい現実もあったが、わかりやすく聞けた ○理解しづらい法律の勉強をするいい機会だった ○その辺の「成年後見の本」とは全然違い、考え方が変わった ○こんな弁護士さんがいるなんて！！とただただびっくりした ○補佐、補助、後見と、事例がわかりやすく、その違いと何を対象としているかが頭に描く事ができた ○目からウロコ・・・しっかり学び、何が一番いいかを判断していきたい
パネルディスカッション	 <p>■ 良かった ■ 普通 □ 悪かった ■ 無回答</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○制度はあっても実際に活かすまでの大切さを知った ○それぞれの話が興味深く、とても勉強になった ○利用の仕方が具体的にわかった ○何処に対しても「ニーズをあげることは大切だと思った ○まだ先と思わないで、今からやらねばと思う ○10年後の展望を聞き、今、何が足りないかがわかった ○地域を巻き込んだり、レクチャーすることを親がまずしなくてはならないと考えさせられた
成年後見の鑑定	 <p>■ 良かった ■ 普通 □ 悪かった ■ 無回答</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○実際の鑑定書、手続きの仕方などがわかった ○医療の立場からのコメントはありがたい ○とても大切な部分の勉強不足をあらためて感じた ○このために、サポートブック、療育記録が必要と思った ○診断書と鑑定書が違うという初歩的なことがわかった ○鑑定書がなくなることでデメリットになることの現状を考えると少し恐くなった ○すべてを正しく判断することが大事だと思う
成年後見についての相談対応	 <p>■ 良かった ■ 普通 □ 悪かった ■ 無回答</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○生涯にわたっての見通しがついた ○こちらから訪問して関わっていく事の大切さがわかった ○相談機関についてや、留意点など勉強できた ○相談窓口について整理してもらえ、理解しやすかった ○「本人の練習、協力者を増やすことが大切」という言葉が心に残った ○主体は本人、周りのサポートをどうしていくのか考えていきたい ○助けられながらの自立を考えると時の必要なサポートを調べてたい
成人期の困った相談への対応	 <p>■ 良かった ■ 普通 □ 悪かった ■ 無回答</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○いろいろ心していく事があると思った ○相談機関の情報収集が必要と思った ○本人対応はとてもデリケートなことなので参考になった ○「困った時の心がけ」は勉強になった ○あらためて「無理しちゃあかん」「背伸びしちゃあかん」と思った ○ゴールは専門機関につなぐことを忘れないようにしたい ○つなぐ大切さ、できないことはできないと言っていい、共感し少しでも前向きな気持ちになってくれるような対応をするなど再認できた

その他のコメント・・・

- この流れのワークは初めてで、主催側・講師陣の意図、気遣い、発想の豊かさを感じた
- ファイルをはじめ、小物類がみんな心があるかわいい温かいものだった
- いつもぜいたくな企画に脱帽です・・・。
- 今回はいつもと違い力の抜け加減がここちよかった
- 二日間メリハリのある内容だった



二日間を通して、とても充実した研修になったという事後コメントをたくさんいただきました。井上先生始め、ご指導いただきました先生方に深く御礼申し上げます。

=====★=====★=====★=====★=====

④メンターコメント「北から南から」

今回から愛知県下だけでなく、仲良くしていただいている他県のメンターさんからも順次コメントをいただきます。トップバッターは筆者加藤が頼りにしているお姉さん 三重の横山さんです。

みなさんこんにちは。三重県自閉症協会の横山です。
愛知県自閉症協会のみなさんには、お隣の県ということもあり特にお世話になっております。本当にありがとうございます。

三重県には現在 9 名のペアレントメンター養成講座を受けている人たちがいます。縦長の三重県には、地域を 8 つのブロックに分けての活動も進めておりますので、各ブロックにまずひとりずつでも、研修を受けた人がいてくれたら心強いなあ～といったところの考えからです。

ペアレントメンターという認定証を頂きお話しはしやすくなりました。

忘れてはいけないのは、専門家でも親の手本でも、そしてすぐさま問題を解決できる人でもないということを念頭に置きながら、まず悩みを打ち明けてくれたり、相談してくださる方と同じ生身の「人」であるということと、ちょっと先を同じ経験をして今も歩いていること、「人」という宝の貯金が少しあって、役員という立場から、仲間のために少しでも役に立ちたいという気持ちがある人たちだということを大切に思っています。

現在もまだまだ自分自身が悩みますし、身動きとれない気持ちになることもしばしばです。そんな時に日本でも先駆的に応用研修を企画実施頂いたり、大変な中メンター通信など広く活動を進めてくださっていることに、心から感謝しています。

三重県の活動としては、「児童デイサービス事業所（Ⅱ型）における相談体制等整備事業」という長い名前の事業に相談員や療育補助員として、ペアレントメンターに要請がきて 2 年間協力をして参りました。

また、横山個人といたしましては、私が愛して住んでおります津市の保育園など、声をかけて頂くところに出向き、お母さんたちの楽しいけれど厳しいお話の輪の中に入れて頂く時間があったり、津市自立支援協議会で相談支援に力を入れていく中で、障害種別を超え「途切れない支援」を目指して、生活支援ノートなるサポートブックの作成の検討に、福祉主体で教育も加わって始まっています。

まだまだ意識しないと報告書が書けない横山ですが、これからも私らしく、頑張りたいと思っております。今後ともどうぞよろしくお願い致します。

三重県自閉症協会 横山美香

⑤【各地の研修風景から 第2回】 福井県



今回は福井県です。

2009年度に井上先生のお供で加藤が、2010年度には三重の横山さんと加藤、2011年度には愛知の横関が研修に参加させていただいています。2009年度に県予算で支援センターが主催して行う養成研修は時代先取りという感じでした。

私が愛知県以外の養成研修に出向いたのはここ福井県が2番目です。印象に残った事は診断後間もないお母さんが参加されていたことです。大丈夫かな、大変じゃないかな、と心配したのですが意外に飄々とされていました。「自身の知識を深めるため」という方がいらっしまったことも印象に残っています。

2010年度のベーシック研修ではグループを巡回しましたが、「見本みせて！」とびっくりするようなリクエストもありました。2011年度フォローでは井上先生と「相談の仮想事例」をその場で打ち込んで職員さんに印刷に走っていただいたこともありました。この事例でのワークが今の研修の基盤になっているような気がしています。

支援センターの方々はとても気さくな方ばかりで、ほんわかムードで研修が進んで行きましたが、メンターさんはその後どうしているのかな？？と思っています。何かの機会にお会いする事ができればいいなと思います。福井で出会ったK先生は、井上ゼミ出身！色々やりとりさせていただき、先日の石川でもご協力いただきました。U先生は当会のきょうだい支援にもご参加いただきました。今後の福井の活動が楽しみです。 【加藤 香】

加藤香氏から「どこに行く？」と断る事は想定に無い究極の選択を迫られ、「…じゃ、福井に…」と言って、訳も分からず派遣されたのが福井でした。毎年、海水浴に赴くだけでしか知らない福井の地に降り立ち、まあなんとかなるか会場に向かった事が昨日の事のように。会場には井上先生のお話に熱心に聞き入っている方達がいらっしまった。皆さん真面目な勉強家のメンターさんで意識としては前向き…でも、実際メンターとしての活動って？と戸惑っていらっしまった。愛知でのメンターの実際の活動を私からはお話をさせていただきました。今後、具体的にメンターが活動していくには地域の行政機関や発達支援センターなどのバックアップは必要不可欠で、是非メンターさん達はそういった機関と綿密につながって、良い連携関係を築いてもらいたいと思います。懇親会は…大変美味しゅうございました。北陸バンザイ 【横関 広子】

インストラクターと言いながら私自身がたくさん学ばせていただきました。感謝しております。研修に参加する度に、福井でもペアレントメンターの活動を根づかせたいと思いました。とはいいいながら、今の福井はどうかというと…。福井県自閉症協会から受講したお母さん方が、今年度は療育機関の保護者座談会に先輩お母さんとして参加するという形で活動したり、他にも個々に活動している方はいらっしまったはずですが、県内全体としていうと活動が定着しているとはまだ言えないのかなと感じています。自分自身何も貢献できておらず、反省するばかりです。

研修の中で繰り返し学んだのは、メンターさんが活動を続けていくためのバックアップ体制の重要性です。すでに活動を始めている方がこれからも活動を続けていけるように、また新しくメンターに加わる仲間が増えていくように、学ばせていただいた私たち支援者がバックアップ体制作りをすすめなければなりませんね。がんばります！！

【内田 彰夫】

最初は戸惑った様子のメンターさん達が、後半は和気あいあいと和やかな雰囲気ワークをされていたのが印象的でした。皆さん持ち前の真面目さで熱心に受講されていましたが、スーパーメンター加藤さん、横関さんの活躍を聞いて「私には無理！」と不安に思われた方もいらっしまったようです。福井は今からメンターさんの活躍の場を作っていくところですが、メンターさんにとって負担の少ないところから始めていかなければ、と感じました。私も、専門機関従事者として内田先生とともにがんばります！

そして個人的には、講座を通して多くのことを学ばせていただきましたし、久しぶりに師匠の前で緊張したり(笑)たくさんメンターさんとお話できたり、貴重な機会をいただきました。ありがとうございました。 【河村佳保里】

第 12 回集計をふまえて(吉川 徹先生より)

メンターの皆様、お元気でお過ごしでしょうか。新学期の変化の多い時期で、お子さんもお父さん、お母さんも少しお疲れの時期ではないでしょうか。あまり無理が重ならないように、お過ごしください。

さて、このこのメンター通信も 12 号になりましたが、日本でのメンターの活動も月日を重ねるうちに、だんだんと全国に広がってきています。愛知県のメンターの皆さんには、他の地域でのメンター研修などにもご協力をいただき、その活動の広がり大きく貢献していただいていると思います。また他の地域のメンターの皆さんにも、応用研修の機会などに愛知県にいらしていただき、それぞれの地域での活動の様子を聞かせていただいたりすることで、愛知のメンバーもエネルギーをもらっているのだな、と感じます。

このメンター通信も愛知県のみならず、あちこちの地域の方にも届けていただいています。また平成 24 年度からは、この通信を Web 上でも公開して、メンターの活動に関心のある方に広くご覧いただけるような形にしていきたいと考えています。愛知での活動の様子や、通信に掲載されているいろいろな知恵や工夫が、全国で活動されている方達に、少しでも励みに、助けになればと思います。

全国で活動している皆さんが、情報を共有しながら、お互いにより刺激を与え合って、それぞれの地域での活動が更に活発になってゆくとよいかなと思います。愛知の皆さんには、愛知県内のみならず、全国への発信ということも、少し意識しながら、日々の活動にも、「活動報告」にもご協力をいただければ大変うれしく思います。特に他地域での研修へのご協力などで、いろいろとご負担をおかけしておりますが、今後ともどうぞよろしく願いいたします。

名古屋大学医学部附属病院 親と子どもの心療科 吉川 徹

<編集後記>

新学期が始まり、はや 5 月。おかしいなあ。ほとんど原稿は 4 月始めには揃っているのになぜ次に進まないのかなあ・・・とぼやきつつ、時が過ぎてしまいました。24 年度は原稿早く来てほしいなあ（若干 1 名へのつぶやき・・・笑）

加藤家の息子は高等部 3 年になり、次の選択にむけていよいよカウントダウンになってきました。娘の高校受験も控えてきました。この体験、「来年度は絶対リソース化するぞ」と意気込んでいます。今の体験を次の参考資料にしようと思うと、何だかがんばれるような気がします（笑）

発行：愛知県ペアレントメンター等活動推進連絡会

文責：特定非営利活動法人 愛知県自閉症協会・つぼみの会

〒460-0013 名古屋市中区上前津 2-14-25 上前津中央マンション 202 号

TEL/FAX 052-323-0298 E-Mail: tubomi-aa@nifty.com

編集担当者：支援部 加藤 香