

令和5年11月

天草地域療育センターだより



〒863-0043 天草市亀場町亀川1886番地2
天草市社会福祉協議会本渡支所内
電話：23-7049 Fax：22-4985
メール：hondo@amasha.jp

紅葉が一段と色を増す季節となりました。朝夕の冷え込みが厳しくなってきましたので、皆様も体調を崩さぬようご自愛ください。今月は『親の集い』『感覚』について情報提供させていただきます。

○親の集い

子育ての悩み、試してみて良かったこと、お子様の近況など情報交換の場です。相談には、ペアレント・メンター様や療育相談員が個別の対応も行っていきます。

***毎月第3木曜日開催（奇数月10:00~11:30・偶数月13:00~14:30）**

今月の『親の集い』は・・・

○日 時：**令和5年11月16日（木）10:00~11:30**

○場 所：**天草地域療育センター会議室（天草市社会福祉協議会本渡支所内）**



今月もペア・プロの視点について情報提供します。

10月の親の集いは、初めての方を含めて3名の保護者様、2名のペアレント・メンター様が参加くださいました。小学生のお子様を持つお母様方から「服薬を進められていて悩んでいる」「担任不在の日に不安定になった」「将来のことをどう考えていくと良いのか？」等の相談がありました。

服薬以外にも、周囲の関わり、環境を整えていく事も大切。



経験を通じたペアレント・メンター様からの情報提供は、とても参考になります。

担任の先生が不在の時、『いつ』『誰が』対応してくれるのか、写真や文字などで示すなど、わかりやすい予告があると良いですね。

| | |
|-------|-------------------------|
| 登校 | 9:00 |
| | あさかつどう 朝の活動 |
| 9:20 | せいたん 生単 |
| ~ | づく アルバム作り |
| 10:00 | |
| 10:10 | そつぎょうしきれんしゅう 卒業式練習⑤ |
| ~ | |
| 11:00 | |
| 11:10 | せいかつたんげんがくしゅう 生活単元学習 |
| ~ | づく アルバム作り |
| 12:00 | 卒業に向けて |



田中先生

●支援学校高等部で活用されていた時間割です。教科・活動枠横のマジックテープに担当の先生の顔写真を貼り、お子さんに予告する配慮で安心できますね。



☆10月29日（日）天草市民センターにて、令和5年度あまくさ福祉まつりが開催されました。

『発達障がいの疑似体験』のブースには**56名**の方がお立ち寄りくださいました。以下、**体験後の感想より**

- 発達障がいの一部分だけでも理解できたような気がします。
- いつも来るとヒントをもらえるので楽しみにしています。
- 周囲の関わりの工夫が大事だと感じました。
- 天草でこういった経験はなかなかできないので参加できてよかったです。またイベントがあれば行きたいです。
- 頑張ってもうまくできず、集中が切れてイライラしたりするからあきらめたりするのではないかと思った。体験できて良かったです。
- 言葉で伝えるのがとても難しいと思いました。
- 書籍の紹介がたくさんあった。今度読んでみます。



『感覚』について



先日実施したペアレント・メンターさんによる疑似体験後、『聴覚や触覚についての特徴も知りたい』というご意見を頂きました。今回はその『感覚』についてお伝えしたいと思います。

私達は、視覚（見る）、触覚（触る）、聴覚（聞く）、味覚（味わう）、嗅覚（かぐ）などを通して、周りからさまざまな情報を得ています。

感覚がとても敏感で、ほかの人がほとんど気にとめないような刺激でもきつく感じて、それが強いストレスになるお子さんもいます。

1. 視覚過敏があると

例えば・・・

- 沢山の物の中から一つの物を見つけ出すのが苦手
- 光をまぶしく感じる
- 白い紙に書かれた黒い文字のコントラストをきつく感じる
- 人の顔がピカソの二次元モザイク画のように見えたりすることがある など



そのため・・・

- 集中できなかつたり、文字が読みにくかつたり、目線をあわせることができなかつたりすることがある

工夫

- ・視覚情報の整理
- ・サングラスをかける
- ・間接照明にする
- ・文字を読むときに色つきの半透明の下敷きを上に重ねる など

2. 触覚過敏があると

例えば・・・

- 洋服のタグ、靴下や肌着の縫い目、粗い生地肌に触れると、ヒリヒリと感じたり、焼けつくような痛みを感じる。
- 肌が人や物に少し触れただけで痛くてたまらないことがある など

そのため・・・

- 着心地のよい服をずっと着続けたり、刺激のある服は脱ぎたがったりすることがある
- 友達の手が何気なく肩に触れただけでもひどく痛がる様子がある

工夫

- ・服のタグを外す
- ・縫い目を外にして逆に着てみる
- ・好みの服と同じ素材のものを着せる など



3. 聴覚過敏があると

例えば・・・

- 大きな音を聞くと、痛烈な痛みを感じたり、ごう音が鳴り響いているように感じたりする。
- 早口の話が聞き取りにくい
- 沢山の音の中から一つの音だけを選び出して聞くことが困難 など



そのため・・・

- 大勢の人がいるような騒々しい場所では、耳をふさぎ周りの音をシャットアウトしようとしたり、常同行動によって安心しようとする
- いろいろな音が同じレベルで耳に入ってくるため、非常に混乱する。

工夫

- ・イヤーマフやノイズキャンセリング、イヤホン耳栓の使用など



★感覚の種類や感度の強弱は人それぞれ違います★

お子さんがどのようなところで困っているのかを把握し、その子に合った環境調整やツールを使うなどの対応を行っていくことが大切です。