

令和6年  
4月

# 療育相談員だより



〒863-0043  
天草市亀場町亀川1886番地2  
天草圏域児童発達支援センター  
電話：23-7049 FAX：22-4985  
メール：[hondo@amasha.jp](mailto:hondo@amasha.jp)

桜の季節となり、皆様におかれましては益々ご健勝のこととお慶び申し上げます。  
今年度も、関係機関の皆様との連携を深めながら、保護者様やお子様に寄り添った療育支援・子育て支援に努めていきますので、よろしく願いいたします。

## ○親の集い

子育ての悩み、試してみて良かったことや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・メンターや療育相談員が個別の対応も行っています。



**\*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6年4月18日（木）13：00～14：30**

○場 所：**天草圏域児童発達支援センターすくすく園 会議室（天草市社会福祉協議会本渡支所内）**

### ☆ペアレント・メンターとは☆

発達障がいを持つお子様の保護者で、  
その子育て経験を活かし、先輩としての  
立場で、発達障がいの診断を受けたお子  
様を子育て中の保護者の**気持ちに寄り  
添ってくれる人**です。

現在、天草市5名、上天草市2名の保護者様が、メンターとして登録・活動されています。



### ☆ペアレント・メンターの役割☆

- ◇同じ悩みを持つ親として子どもの障がい理解や障がい受容へのサポートを行います
  - ・子育ての辛い出来事などを共感する
  - ・子育ての楽しさを伝える
- ◇発達障がいとそれに関する情報を提供します
- ◇地域の情報を提供します



○療育相談員等、養成講座を受けたコーディネーターがペアレント・メンターのサポートをします。  
個別の相談も受けて頂けます。  
ご希望の方は、療育相談員までご連絡ください。

### ☆活動内容☆

- ◇相談者の考えを整理することのお手伝いをします
  - ・グループ相談 ・茶話会などでの相談 など
- ◇地域への情報発信（啓発活動）
  - ・疑似体験の実施 など

●熊本県発達障がい者支援センター発行啓発ちらし  
「ペアレント・メンターってなんだろう」より抜粋



○天草地域では、『親の集い』への参加、あまくさ福祉まつりやふれあいイベント等を通じた**啓発活動**にご協力頂いています。

## 『感情表現』と『痛みの表現』

○新年度が始まり、“わくわく”する期待の気持ち以上に、環境の変化に不安や戸惑いの気持ちを抱えているお子様がいます。また、どうして辛いのか、その場面の自分の感情に気づけないまま体調不良に繋がっているお子様もいます。気持ちや思いを伝えられないと辛いですね。お子様の辛い気持ちや痛みに関わる理由に気づいて、寄り添っていきたいですね。

ASD 小道モコ  
さんの場合

頭痛 = スズキ・ガンガン



↑  
どんな痛みなのかイマイチ  
わからない

○辛い時や不安な時に上手くヘルプを  
求めるためには、必要な場面でヘルプを  
求めるタイミングや伝え方を教えてい  
く必要があります。お子様の状態を観察  
し、気づくことが大切です。



### 子どもの頃の小道モコさん

「イタイ」とか「くるしい」とか、言葉にして言わないと人に伝わらないということに気づくまでに、ずいぶん時間がかかったね。

わたしがわたしらしく生活していくために、みんながみんならしく生活していくために、気持ちを押しこらすというのは、あまりいい方法じゃないね。人の気持ちに寄り添うためには、**自分の気持ちをよく知ることが大事**なんだね。

これは、簡単なようで、実はとても難しい。大人の人でも、自分の気持ちをありのままに理解している人は少ないように思う。

その時に言えなくてもいい。あとから思い返して、「あの時は、悲しかったな。」って言葉にできたら、もう遅いなんて思わないで、話を聴いてくれる人に話した方がいい。

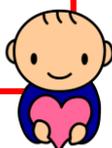
何年前の話でもいい。心にしまっておくよりずっといい。



「あたし研究」の著者、小道モコさんが、子ども頃のご自身に宛てたメッセージより引用。



○日々頑張っているお子さんの様子から、頑張りすぎていないかな？不安に感じていることはないかな？など、学校、保育園や幼稚園の先生方と確認しながら、楽しい新年度をスタートできるといいですね。



### ☆お知らせ☆

天草地域療育センターは、令和6年4月より天草圏域児童発達支援センターに統合されます。

**児童発達支援センターの療育相談員**として、これまで通り地域の皆様のご協力のもと、地域支援を行ってまいりますので、どうぞよろしくお願いいたします。