



大人の発達障害って何??

大人の発達障害という言葉を目・耳にすることが増えたように思います。発達障害というのは注意欠陥多動性障害・自閉症・アスペルガー症候群・学習障害の総称です。これまでは別々の障がいとして捉えられてきましたが、現在は一つの連続した症状として捉えられ自閉症スペクトラム障害(ASD)と呼ばれています。ASDの方は発達に凸凹があると言われています。

発達ということは成長過程で現れるのでは?なぜ大人の?と思われるかもしれませんが、それには色々な要因があるのではないかと思います。まず、発達障害という概念が以前はなかったということが挙げられます。うっかりしている、算数が苦手など、その人その人の個性や頑張りの有無として捉えられていたのではないのでしょうか。そして次に、学校という集団では流れが画一化されており、その中での生活では見えずらい部分がある。思春期の成長段階で成長の過程ととらえられるのではと思います。そして、発達障害の二次的障害として精神的な障がいが発症した場合そちらに注目がいき、発達障害が隠れてしまうということも挙げられます。

現在、発達障害が注目されるようになり大人になってから「当てはまる」と感じられることが出てきたことで大人の発達障害と言われるのかもしれませんが、かつては製造など第2次産業が活発で、黙々と仕事をすることが可能でしたが、現在は第3次産業(サービス業)の時代と言われ、対人コミュニケーション(ex.接客)が求められる仕事を中心となったことで、対人コミュニケーションを苦手とするASDの方にとって働きづらく、しんどさが見えるようになり、広く意識されるようになったのではないかと思います。

ASDが良い悪いではなく、個性・特徴の一つだと考えます。誰も自分自身の強みを活かした活動が出来ることが望ましいです。ASDの方の凸の部分を中心に活かせる環境・社会へと、進行形で理解が進むことで大人の発達障害といったくりもなくなっていくのではないかと思います。

電話、ネットなどトラブル回避対応について

3月上旬ごろ、「アポ電」という名の事件がニュースで連日放送されていました。また、振り込め詐欺やオレオレ詐欺の電話や架空請求のメールやはがきの事件も消えることなくあるように思います。詐欺にあった方は皆、半信半疑だったけど「もしかしら?」で巻き込まれることが多いと聞きます。そこで、詐欺やトラブルを回避するための行動として、一人で対応しようと肩に力を入れなくてもいいので相談すること一つ手順に加えてほしいと思います。なんだか怪しいな?なんだか不安だな?思い当たらないだけ?でももしかしら?...?と、色んな思いが頭の中に駆け巡ると思います。そんな時は、即行動ではなく、まず相談、次に対応という順番に是非してみてください。一呼吸おいて落ち着くことでよい解決策が出てくることもよくあります。家族、友だち、職場、支援者などなど、色々巻き込んで相談しちゃいましょう。不安を感じる気持ちはみんな一緒です。抱え込まずにみんなで回避対策を練っていきましょう!

また、事件でなくても、訪問販売やテレポと呼ばれる電話での商品の案内を断るのに苦慮した...という経験がある人もいないのでしょうか。商品は、自分が「欲しい」と思っている時に会えると嬉しいものですが、そうでないときに案内を受けると店舗でも自宅でも電話でも迷惑だと感じてしまうものだと思います。そこで大切なのははっきりと相手に気持ちを伝えることができるかどうかだと思います。お店であれ訪問であれ電話であれ、必要のない時にアプローチがあれば、「必要ありません」とはっきりと言えるといいですね。迷ったり、曖昧な答え方をしてしまうと気持ちが伝わらなかつたり別の提案が出てくる可能性があります。自分は断るのは苦手だ...という方は、ご自宅であれば知らない電話番号には出ない・玄関を開けないということが効果的かなと思います。もし、出てしまったときは毅然とお断りすることを大切にしてください。お店では、その場を離れるのがいいですね。日常生活でも、トラブル回避にも、はっきり断ること・相談することがとても有効ですので、是非お互いに実践していきましょう!!

ピアサポートって何??

ピアサポートとは、同じ課題を抱える人や同じような境遇にある人たちが、自分の体験や考えなどを語り合うことで互いに支え、支えられる関係のことです。ピアサポートの「ピア」とは、英語で仲間のことを意味し、ピアサポートという言葉からも仲間同士の支え合いという意味合いとなります。

ピアサポートは元々、非公式(インフォーマル)な仲間内での集いや個人レベルで相談に乗ったりなどの助け合いが主なものでしたが、ピアサポートによる病からの回復が注目されるようになり、現在では地域活動支援センターなどの公式な活動(フォーマル)として行われることも多くなっています。

やすらぎ工房の利用者さんにもセルフヘルプグループ(自助グループ)を公式に立ち上げピアサポートとして活動されている方もいます。ピアサポートを通して病気への理解が深まったり、病気になったことをいい経験をしたと思えるようになったりする人もいます。ピアサポートは辛い思いを経験した誰もが始められる活動です。

セレナがやってきます♪

公益財団法人神戸やまぶき財団様より助成をいただき、走行距離が多くなったセレナの後継車種として新たな車両を導入することが決まりました!!ありがとうございます(^_^)

納車予定日は4月11日頃です。今から到着がとても楽しみです。運行がスタートしましたら、また改めてご報告させていただきます♪

1月行事報告

26日(土)土曜開所日

4つのグループに分かれて活動しました。

①やすらぎでお好み焼きをつくって、いただきました。まず材料の買い出しからスタート。メインは豚肉です。豚玉をつくりました。とってもおいしくいただきました。ひとり4~5枚、お腹一杯になりました。

②外食A班。ファミリーレストラン、ジョイフルで食事した後、ユニクロやナンパで買い物をして上履き用の靴を買ったメンバーもいました。

③外食B班。ラーメン屋、ほっぼやに行きました。ラーメン好きのメンバーたち、大満足で帰ってきて、やすらぎでオセロやジェンガなどのゲームをしてすごしました。

④カラオケルームへ行きました。会員カードを持っているメンバーが予約してくれました。食料(おやつも)を買い込んで、3時間たっぷり歌いまくりました。体がホカホカになりました。



2月行事報告

2月の土曜開所は、イオンモール神戸南店でランチをしたあと、スマスイ(須磨海浜水族園)へ行きました。イオンモール神戸南店は2017年9月に神戸市中央卸売市場西側跡地の再開発事業でオープン。鮮魚野菜類が新鮮で、フードコート内の店舗も大きな海老天が2尾も入った天丼や特盛の唐揚げ定食、肉問屋のカルビ丼・肉吸いなど他では見られない店舗も多く、堪能できました。

スマスイでは、ラッコの食事タイム鑑賞やサメ・ヒトデなどのふれあいコーナー、イルカショーなどを楽しみました。一日を通して、三班に分かれての班行動をしましたが、どの班も構成メンバーの個性がよく出た動きとなりました。



なんと~! 太郎が「アメプロ」を始めました!!

太郎の漫画ファンのみなさん!朗報です(笑)なんと、太郎さんがアメプロを始めました~。アメプロの名前は「深海のプタ」です。アメプロをされている皆様!ぜひ検索・フォロー・いいねをお待ちしております♪

また、これを機にアメプロに登録して深海のプタを検索しよう!と思ってもらえると嬉しいです(^_^)

ブログのおすすめポイントは何といたって「新作の随時更新」です。いち早く太郎の漫画が見れますよ~♡

【行事予定】

4月の予定

4/20(土) 土曜開所

5月の予定

5/??(土) 土曜開所

GWのお休みについて

やすらぎ工房は

4/27(土)~5/6(月)までお休みとさせていただきます。



↑ 太郎の漫画 ↑

ひなまつり



↑ 茂雄のカラフルイラスト ↑