

2012年9月～最近の活動

報告と予定



2013年7月

会員の皆様にはいつもご協力いただきありがとうございます。

2004年10月に地域の親の会として生まれた「I am OKの会」は今年9年目を迎え、またNPO法人化してから3年がすぎました。

この10年「発達障害」が広く認知され、特別支援教育の制度が目覚ましい速度で進んでいます。また練馬区では今年はじめに光が丘に「こども発達支援センター」が完成し、多くの方が利用されています。とはいえ「発達障害」の悩みを持つ方は減ることはなく、OKの会へのお問い合わせは途切れることはなく、会員数は現在115人になりました。最近では幼稚園児をお持ちの保護者やまたお父さんの参加も目立つようになりました。

OKの会の活動で一番自慢できるところは、、、「親子で楽しい」です。こどもの脳はワクワクする体験を通じ、活性化し、多くのものを吸収します。ですから発達支援は楽しくなければいけないと思います。保護者への支援とこどもへの直接支援、両方とも「明るい気持ちになる支援」でありたいと思います。今年度もみなさまのお声を聞きながら、下記の事業を運営していきます。毎月OKの会のHPに活動スケジュールを掲載しています。ぜひご覧ください。

I am OKの会代表 林田道子

※2012年9月にできた拠点、「練馬OKルーム」は練馬区豊玉北4-14-11 メゾン・ド・クオーレ502（練馬駅から徒歩5分）。現在OKルームは第二第四月曜日、毎水曜日 毎土曜日が利用日になっています。室内の備品は小平草の根成財団により助成金を得て、購入しました。

1、「第5期 寺子屋プラネット」は4月から再スタート

- ・発達障害のある、またはグレーゾーンといわれる 未就学児、小学生、中学生、高校生以上を対象としています。
 - ・心理士によるSST(ソーシャルスキルトレーニング) ・生活スキルトレーニング
 - ・仲間や講師やアシスタントとの交流を通じ、自分の居場所を作っていきます。
- ◆ほのぼの館・関 OKの会相談室にて（練馬区関町北3-27-1-101 武蔵関駅より徒歩6分）
◆参加費 小学生一回2000円 中学生～一回1500円(材料費込み)

	午前 (10:30～11:30)	午後 (13:00～14:30)
第一週土曜日	Aチーム 楽しいSST(小学生) 5人(5年・6年)	CDチーム ・クエスト(中学生以上の男女) 動作支援・生活スキル(料理教室やフリマ イベント企画など)
第二週土曜日	予備日	予備日
第三週土曜日	予備日 関町福祉園にて「体操教室」	予備日 ほのぼの館にて「ビジョントレーニング」
第四週土曜日	Bチーム 楽しいSST(小学生) 5人(3年・4年・5年)	Eチーム 楽しいSST(小学生) 4人(5年・6年)

2、「ペアレントグループワーク」 強力なくお母さん支援のグループです。

- ・日々悩み、ストレスを感じることも多い軽度発達障害児・者のお母さんたちが、田村先生のアドバイスのもと、お互いに共感し話を聴き合うことで、心の健康を保つグループワークです。
- ・講師の田村先生は、東京都の職員として、思春期問題を抱える母親グループ、薬物アルコールの家族グループ、都立梅ヶ丘病院の発達障害児の親のグループを担当し保健師への技術援助をされてきた方です。
- ・第二期 2013年4月～実施中 ・毎月第一木曜日 上石神井地域集会所にて10:30～11:45
- ・5月現在11名参加 ・参加費一回500円(会員限定)

3、「発達障害児のための体操教室」も好評につき もう6年続いています。

- ・2007年から始まった「発達障害児のための体操教室」今年度は新たなボランティアの方も加わってよりパワーアップ。
- ・動くことは大好きでも運動となると上手く体を動かすことが出来ない、身体に緊張感が強く出てしまう、など各々の特徴を持つ子どもに“楽しく遊びながら”身体を動かす『脱力体操』やボール使い・なわとびなどを取り入れた体操教室です。
- ・毎回10組～15組の親子さんが参加されます。・対象は4歳～小学生 ・参加費500円(会員) 非会員は800円
- ・指導してくださるのは、犬塚よしみ先生。練馬区体操指導員連絡会代表 練馬区障害学級講師 東京鑑別所少年指導 のほか、乳幼児1歳から80歳代高齢者を対象にしたクラスで体操指導をされている頼もしい先生です。
- ・作業療法士の先生も加わってくださり、アドバイスして下さいます。

4、練馬区「相談情報ひろば」事業「ほのぼの館・関」、金曜日担当の「OKの会相談室」の利用状況

- ・平成 24 年度からは利用時間が変更になりました。利用時間は 10 時半から 15 時です。(HP OKの会相談室参照)
- ・相談日には、毎回 多くのお母さん方が発達に関する相談で来所。杉並区、小平市、西東京市、世田谷区の方なども。口コミで。
- ・金曜日の利用者は、月平均 43 人(金曜日 4 回)、一日の利用者は約 10 人となります。(平成 24 年度)

5、「10 代のためのダンス教室」は参加者募集中(あとひとり、ふたり)

- ・踊るのは苦手、、、不器用だし、、、という方におすすめ。型にはまったダンスではなく、自分アレンジOKの創作ダンスです。
- ・指導者は茗井(メイ) 香保里 先生 (秋草学園短期大学 准教授)
- ・6 月現在参加者 5 人 ・関町福祉園にて 月に一回 日曜日または土曜日 10 時～ ・会員:1500 円 非会員:1700 円

6、中高生のためのグループワーク「ホワイト・ジャンクション・サークル(通称:WJC)」

- ・発達障害児支援が専門の廣澤満之先生がリーダー。臨床心理士、大学院生や保育士志望の学生など熱意のあるスタッフが、指導。
- ・中高生の男女が集い、ロールプレイなどグループワークを通じて、ソーシャルスキル、コミュニケーションスキルを向上させます。
- ・保護者へのフィードバックもあります。温かみのある先生の丁寧な対応は、むずかしい年頃の中学生の心をも和らげます。
- ・場所は目白大学のキャンパス ・研究室。仲間作り 居場所作りにもなっています。
- ・6 月現在、参加中高生は男子 5 人、女子 1 人。 ・月に一回 参加費 1800 円。一年間のプログラムです。
- ・次回プログラムは 7 月スタート予定 参加ご希望の方はご相談ください。

7、NPO法人食遊さん主催 OKの会協力「Happy Cooking」(定員に達しました)

- ・包丁が持たなくても大丈夫! みんなで調理する活動を通して、「自分の食べるものは自分で作りたい!」という意欲や食への関心を育みます。
- ・2013 年度は年間 4 回開催(6 月 30 日、10 月 27 日、11 月 24 日、1 月 26 日が予定)
- ・小学生(1 年～)が対象。 ・一回定員 6 名。 ・会場は明るい日差しがたっぷりの食遊石神井。
- ・食遊の優しいスタッフの皆さんと一緒に楽しみながら作ります。レシピも工夫がいっぱい。(2012 年度はフレンチトースト、餃子、団子汁など)
- ・参加費 700 円

8、K書道教室「書道がきっと好きになるクラス」(OKの会 協力)

- ・不器用な小学生のための 書道に親しみ、好きになるようにと、、、始めた教室。
- ・木村先生のご好意ではじまった「書道教室」は大人気です。 ・6 月現在参加者 6 人。第一土曜日午前中 月に一回 参加費 600 円
- ・文字を書くのが嫌いな小学 4 年生の男児も、文字を書くというより「アート」感覚がうけるのか。書道が大好きに。

9、通算 83 回目!! 「月に一度の定例会」

- ・毎月第四月曜日に、練馬OKルームで定例会を開いています。
- ・毎回 20 名くらいの参加。保護者のほか、支援者や地域の方も参加されます。
- ・OKの会の事業の報告とお知らせ そして 参加者同士の情報交換の場。 ・仲間と集い、話しあうことで、気分が変わってきます。
- ・OKの会に初めて訪れる方、不安をお持ちのお母さま方に対し、メンバーがやさしくお話しを聞く場として、定着してきました。
- ・会場費 会員:100 円 非会員:500 円

10、「OKプラネット」靴下のネットショップ 就労準備事業です。

- ・OKの会の 10 代 20 代の若者たち。彼らの得意分野を活かした活動をしたい、、、
- ・人前にするのは苦手でも、PC作業は得意な子なら体験できるネットショップの形で、働く「場」を作りました。
- ・本サイトネットショップのほか、地域で開かれるフリマにも靴下ショップを毎年出店しています。

11、「スクエア・ダンス教室」世界中どこへ行っても同じルールのダンス。知っておくと、自然と知り合いが増える! ちょっと不思議なパズルのようなダンス

- ・世界中どこへ行っても同じルールのダンス。知っておくと、自然と知り合いが増える! ちょっと不思議なパズルのようなダンス
- ・関町スクエアダンスクラブの方が来てくださるようになりました。会員の方でなくても OK。めざせ! 地域デビュー!
- ・毎月第二日曜日 10 時～ 関町北地区区民館 小学生中学年以上 ・参加費 一人 500 円

12、WISCIV 心理検査データにもとづいた OKの会オリジナル 学習支援室「ぼじ」(現在休止中)

- ・気がかりな子どものための、子ども理解のための「発達検査」「知能検査」を行い、心理検査から、彼らの特性を知る手がかりを得て、得意なところ、苦手なところ、困っているであろうところをサポートします。ひとりひとりの子どもの発達の凸凹を把握した上での学習支援・指導。
- ・6 月から 2、3 人の小学生が学習支援・指導を受ける予定。
- ・指導するのは、元小学校教員・臨床発達心理士 特別支援教育士の先生です。
- ・第一土曜日と第三土曜日午前中 練馬OKルームにて。
- ・普通級在籍の小学校 1 年生～4 年生 ・全 6 回(3 か月) ・参加費 18000 円

13、ことばの遅れが心配という、、、お母さんと乳幼児のためのことば支援グループ「はぐみーな」スタートしました。

- ・1～3 歳児対象 現在参加者 3 組 グループ指導
- ・言語聴覚士の先生(足立さつき先生)+ 保育士によるクラス
- ・ことばが育つ関わり方 遊び方をお母さんにお伝えします。ことばとコミュニケーションを育む工夫があります。
- ・第一期 5 月 13 日～7 月 24 日まで全 6 回コース 参加費 21000 円 練馬OKルームにて。 ・次回募集は 8 月ころ

14、講座 講演会 学習会シリーズ

- 2012 年 7 月 5 日 関町ボランティアコーナー会議室 田村操先生 「心の健康について」 参加者 14 人
- 2012 年 8 月 30 日 増本先生の 8 月 30 日(木曜日) ビジントレーニング学習会「視るって どういうこと」
- ・発達障害児を理解する上で欠かせない、ビジョンの課題に注目。

●プログラムに参加された方の感想

～ペアレントグループワークに参加して～ 軽度発達障害の子どもを育てる上で、必要以上に人目を気にして叱りすぎてしまったり、自分に自信が持てなかったりしていました。グループワークで似た境遇の方々と語り合うなかで、「自分もそうだった」と共感するとともに「悩んでいるのは自分だけではない」と気持ちが楽になりました。落ち込んだ時には、田村先生に教えていただいた天国言葉(ついでに・うれしい・感謝・幸せ・ありがとう・許しなど)を思い出して、ポジティブにいこうと思えるようになりました。(K.N.さん)

12年度は食遊さんのクッキングや、スクエアダンス、SSTに参加しました。食遊さんとのクッキングでは、『自分の食べるものは自分で作る!失敗しても大丈夫!』信念のスタッフの皆さんにサポートしていただきながら、自分で調理しました。毎回の試食ではおしゃべりも弾み、楽しい活動でした。他団体(食遊さん、関町スクエアダンスの皆さん等)との交流を通じて、子どもたちの事を理解し応援して下さる人の輪が、地域へと広がりつつあることを心から嬉しく感じました。

今後年齢が上がるに従い、少しずつでも親から自立し、地位社会の中で関わりを持ちながら生きていかななくてはならない子どもたち。子どもへの理解やサポートの輪が広がるよう親として何が出来るのか、会の活動に参加しながら今年度も考えたいと思っています。(M.O.さん)

OKの会の行事などに子どもが参加するようになって5年近く経ちます。初めての場所などが苦手だったので、最初は行き渋りもありましたが、一度来たら、居心地のいい処と感じたのか、その後はスムーズで、今では、すっかりOKの行事を楽しみにするようになりました。「〇〇君は来るかな?」とOKのお友だちと会うことも楽しみにしているようです。実際に会っても、それほど一緒に遊ぶわけでもないのですが…^^; 仲間意識みたいのが出来ているのだと思います。学校以外で、こうした仲間や安心できる場所が出来ていることは、親として、とてもうれしく思っています。(Y.S.さん)

●活動の様子

2012年8月の「お寺で遊ぼう」

～竹は裏の竹林から切ってきたものを大工さんが制作。八王子市「浄福寺」にて

巨大な流しそうめんは子どもたちにも大好評♪お椀も自分で作りました。もちろん今年もやります!!



2012年秋からの新しい拠点「練馬 OK ルーム」

～練馬駅から徒歩6分のマンションです。

定例会や学習会などで利用しています。