



「障がい」を「個性」に

Vol.43 2022.11/11発行

# すくらむ通信

すくらむのホームページ  
<http://sukuramu0118.grupo.jp/>

すくらむのアドレス  
sukuramu0118@yahoo.co.jp

## ～運動教室～

10月2日(日) 10:30～11:30、えにあす1階ホールにて、スポーツジムインストラクターの方を講師としてお迎えし、運動教室を開催しました。

参加された方は大人9名、子供2名、幼児1名、見学者2名でした。

回数を重ねるにつれ、参加される方も、講師の先生や運動教室の雰囲気にも慣れ、一生懸命さも増してきたように感じました。

まずはストレッチで普段使いきれていない筋肉・関節を伸ばし、次に音楽に合わせて体を動かしていきました。

最後は皆さんに好評の“ラダートレーニング”でしたが、体も使った“脳トレ”となり、見た目には簡単そうでしたが実際は難しく、体が思うように動きませんでした。

講師の先生からも「普段から家でもトレーニングしておいてくださいね」と教えて頂きましたが、なかなか家では難しいものですね。

参加された方は良い汗をかき、久々に会えた仲間と一緒に楽しめたのではと思います。

次回の運動教室も楽しみです。

今回参加されなかった方も、次回一緒に良い汗をかきましょう！

(文責 HIRO)



## ～発達講演会～

10月11日(火) 18:30～20:00 恵庭市民会館にて「発達講演会」が行われました。参加者は約140名でした。今回の講演は2年前から企画しておりましたが、コロナの影響により延期をされており、3度目の正直でようやく開催することが出来ました。

北海道発達障害者支援センター「あおいそら」センター長の片山 智博氏をお招きし、「発達障がいにおける人との関わりについて」をテーマに沿ってお話しして頂きました。障がいを持つ子どもや大人が周囲と起こしてしまうトラブルを具体的な例を元に解説して下さいました。実際に家庭内でも、こちらの意図が上手く障がいを持つ子に伝わらない時に、思わずイライラして声を荒げてしまう時があります。普段から「障がいの特性」を理解して接しているつもりでも、私達が普段話す言葉は、無意識に具体的な意図や物事を省略してしまい「このくらいは常識で理解出来るだろう」という認識の元に発していて、「大事な省略した部分を子どもが理解出来ずすれ違いが起きてしまう」、「社会の中では大きなトラブルを招いてしまう」ことを知りました。

最初は小さなすれ違いでも、負の経験の積み重ねが大人不信、支援者不信、自己肯定感の低下を招くだろうことも理解出来ました。個人的に、「分かっているのにガマンできない」ではなく、「(こちらの言葉を)分かってないからガマンできない」という講師の先生の解説が一番心に響きました。そして本当の意味で、障がいの特性を理解し、それに沿った 接し方や考えを周囲がしていくことが大切なのだ改めて知りました。

今回の講演も、教育関係者や支援者の方が多く参加されていて、今後の関わり方などの参考になるようなお話しが沢山あったように思います。遠方からお越し頂いた片山先生、お忙しいなかご参加頂きました皆様、ありがとうございました。

(文責 CHIKA)

## ～今後の行事予定～

### ツナガルウィーク

すくらむのパネルと発達障がい啓発パネルを展示します。  
限られたスペースの為、4,5枚のパネルになりますが多くの方々に知って頂く機会になるよう  
出展します。

日時 11月14日(月)～11月20日(日)  
場所 恵庭活動センター “えにあす”

### クリスマス会

3年ぶりにクリスマス会を行います。  
飲食は出来ませんが、ピアノ演奏を聴いたりピンゴゲームをして楽しく過ごしましょう♪

日時 12月11日(日) 10:00～11:30  
場所 黄金ふれあいセンター  
参加費 ￥500 (1人)

※参加ご希望の方は参加準備の都合上、  
11月30日(水)までにすくらむのメールにてお知らせ下さい。



## ～活動報告～

- 7月21日(木) 第4回すくらむ役員会(えにあすにて)
- 7月28日(木) 市民活動センター運営協議会役員会(えにあすにて)
- 8月3日(水) 市民の広場「みんなで語ろう 市民活動」(市民会館にて)
- 8月8日(月) 恵庭市障がい者地域自立支援協議会障がい理解促進部会事前打ち合わせ(e-ふらっとにて)
- 8月22日(月) 恵庭市障がい者地域自立支援協議会障がい理解促進部会(市役所よりオンライン)
- 8月30日(火) 第5回すくらむ役員会(えにあすにて)
- 9月1日(木) 市民活動センター運営協議会役員会(えにあすにて)
- 9月27日(火) 第6回すくらむ役員会(えにあすにて)
- 10月2日(日) すくらむ運動教室(えにあすにて)
- 10月11日(火) 発達講演会(市民会館にて)
- 10月25日(火) 恵庭市障がい者地域自立支援協議会障がい理解促進部会事前打ち合わせ(e-ふらっとにて)
- 10月27日(木) 第2回恵庭市障がい者地域自立支援協議会定例会(市役所にて)
- 10月28日(金) 市民活動センター全員会議(えにあすにて)

## お願い

恵庭市障がい者地域自立支援協議会より、移動サービス全般に関するアンケート調査の依頼が来ていますので、ご協力をお願い致します。  
詳細は同封しております別紙をご覧ください。