宇部市発達障害等相談センター

そらいろだより

No.13 令和7年 春夏号

宇部市発達障害等相談センター「そらいろ」は、宇部市にお住まいの発達障害等の方とその家族、支援者のための身近な相談窓口です。多くの皆様のご支援とご協力をいただき、開設してから10年が経過しました。

これからも発達に関して困難を抱える方や支援者の一助となるよう力を尽くしたいと思っています。

「そらいろ」の思い

「そら」にはいろいろな色があります。「ひと」にもいろいろな色があります。
“ひとりひとりの色を大切にしていきたい”そんな思いを込めました。
ひとりひとりの色が曇らないように、より輝けるように、みなさまとともに歩んでいきます。

発達障害とは

発達障害者支援法が2005年に施行されて20年が経ちました。発達障害の理解は進んでいるように感じられますが、実際はどうでしょうか。この法律は適切な支援を推進するための法律ですが、発達障害の人の中には、まだまだ日々の生活の中での困難さや生きづらさを感じている人がいます。

発達障害は、脳機能の発達が関係する障害です。発達障害の人は、コミュニケーションや対人関係を作るのが苦手です。決して「本人の努力が足りない」とか、「親のしつけに問題がある」というものではありません。診断名や障害特性は知っており、ひとりひとりの特性に応じた理解や支援をすることが大切だとわかっていても、具体的なサポートがわからないことで、うまくいかない経験を積んでしまうのは悲しいことです。どうしたら当事者も家族も周りの人も暮らしやすくなるのか、いっしょに考えることができるのが「宇部市発達障害等相談センターそらいろ」です。

そらいろでできること

そらいろは、子どもから大人まで、すべての年代の方が対象です。

・発達・生活に関する相談（詳しくは裏面をご覧ください。）
・保護者や支援者へのサポート
　講座や研修会の開催（講師派遣もしています。）
・発達障害に関する理解を促進するための普及啓発
　講演会の開催、パンフレットやホームページを活用した周知
　権利擁護や障害者差別解消法の理解の促進
・関係機関との連携
　小児科や精神科などの医療機関、行政担当課、保育園や幼稚園、学校、事業所、福祉サービス事業所、民間支援機関等と連携を図りながら支援しています。

宇部市発達障害等相談センターそらいろ
（宇部市福祉ふれあいセンター５階）
TEL：０８３６-４３-６７７７

宇部市　そらいろ　検索

Facebook QRコード

そらいろでのご相談

そらいろでは、発達障害等に関するご本人・ご家族・関係機関からの様々な相談に応じています。
今回は２つの例を通して、相談の流れをご紹介したいと思います。

子どもを育てる 保護者から

「家でも幼稚園でも癇癪がひどくて集団が苦手。
ことばが遅いのも気になります。
どのように関わると良いのでしょうか？」

ご本人から

「転職を繰り返しています。
人間関係も苦手で、長い間生きづらさを感じています。
自分に合った仕事を探すのですが、うまくいきません」

■相談に来られた方のお考え、思いをお聴きし、困っていることを整理します。必要に応じて、ご本人の来所をお勧めすることもあります。面談や発達検査を通して支援の方向を一緒に考えます。
■困り事に対して特性の理解、関わり方の工夫、情報提供を行います。
■よりよい生活のために、他の機関(医療、福祉、教育等)や、当センターが運営するペアレントトレーニング・自助グループをご案内することもあります。

・子どもが理解しやすい指示の出し方やよい行動を身につけるための方法について提案しました。
・子どもにできることが増え、状況の理解が進むにつれて癇癪はおさまってきました。
・子どもが安心して生活できる関わり方を幼稚園の教員とも共有することで、園での生活も落ち着いてきました。

・心理検査を通じて、自分の苦手と得意を整理しました。
・受診と診断を受けるメリットを伝えたところ、医療とつながり、イライラや不安などの症状が和らぎました。
・自身の特性について理解が深まるにつれ、福祉サービスを利用した就労支援を受けることを決めました。適職に就職することを目指しています。

※支援機関や事業所からのご相談もお受けします。

支援機関のみなさまへ

発達障害の「もっと知りたい」「こんな時にどうしたら？」について講師派遣を行います

昨年度は幼稚園、障害福祉サービス事業所等から講師のご依頼をいただきました。
内容についてはご希望をお伺いしています。

【昨年度の講座テーマ等】
・支援相談会
・幼児期に大切な親子の関わり
・親子が安心できる関係になるためのヒント
・ティーチャーズトレーニング講座
・障害児の権利擁護と合理的配慮
・発達障害の理解と支援のポイント
・大人の発達障害　など

支援者が集まり、意見交換を通して互いを知り、顔の見えるつながりを築いていければと思います。
どうぞ、お気軽にご連絡ください。

そらいろコラム

みんなちがって、みんないい。（金子みすゞ）

４月から新しい環境、新しい人間関係ができた方もいらっしゃるのではないでしょうか。
そのなかであなたの周りに「できないこと」がある人もいるかもしれません。
もし、「できないこと」がある人がいたらそれを責めるよりも「何か困ってない？」と声をかけてみてはどうでしょうか。
どうしたらできるのか一緒に考えてみるのもいいかもしれません。
あなたにも「できないこと」あって、その人はそれができる人かもしれません。
人にはだれでも「得意なこと」と「苦手なこと」があります。
お互いの違いや苦手なことを認め合って、お互いに気遣ったり、助けたりすることは、「だれもが、自分らしく安心して暮らせる社会」の近道ではないでしょうか。
身近なところから
「みんなちがって、みんないい！」