

2020/9/3 発行: Ponteとやま

発達凸凹向けフリーペーパー

Ponteとやま(みやの森カフェ) 住所: 富山県砺波市宮森303 電話:0763-77-3733 メール:miyanomori.ponte@gmail.com Ponteとやま facebook 検索点 Ponteとやま Ponteとやまり検索内

ツイッター



ホームページ  $QR \supset - F$ 



facebook ORコード



ツイッター ORコード

# 就労準備の新しいカタチ。若者働くカフェ 「ぷらてぃか」が新聞に紹介されました→

みやの森カフェの1ラインナップとして新たに立ち上がった カフェ「ぷらてぃか」が8月9日の北日本新聞に掲載されました。 10~20代の若者4人がメニュー考案/調理/接客/皿洗い/会計 の全仕事(未経験)をこなしながら、自分の得意な事や苦手な事 を自ら理解し、互いに協力する姿勢/コミニュニケーション能力 /報告/連絡といった**働く上で必要なスキルを身につける**と紹介 されました。新規就労に限らず、リワークとしても今後期待大!



体験手伝いというより即実戦即戦力

若者だけがカフェじゃない。みやの森カフェ全ラインナップ一挙紹介

4面



講師 森 昭憲 もり あきのり

~Ponteとやま連続講座第3回~発達障がいの特性と可能性

# 児童期~青年前期におけるサポートとは

[講師プロフィール]富山医科歯科薬科大学(現富山大学)医学部医学科卒業。一般内科、和 漢診療を経て、精神科病院に勤務。あいち小児保健医療総合センター診療科、豊田市こど も発達センターなどで児童精神医学・発達障がい診療の研修をする。2017年より 富山県発達障害者支援センター「ほっぷ」にも従事し、地域の発達障がい児者の支援者 に対する後方支援・人材育成・啓発活動を通じ、富山県が発達障がいの方々にとって 住みやすくなるよう、センタースタッフとともに活動している。

~Ponteとやま連続講座第4回~

# 本人発の思いをつなごう

都合で延期になりました。申し訳ありません。 代替日程は調整中です

発達の特性を理解し、子どもたちの良き理解者/サポーターになるヒントがここに

講師 山下 委季子 やました いきこ

[講師プロフィール]信州の大自然と個性あふれる愛すべき仲間たちに囲まれ障害児心理 学を学ぶ。富山医科歯科大学(現 富山大学)医学部精神神経医学教室文部教官助手を経 て、フリーの臨床心理士として主に医療、教育分野で活動。丁寧なアセスメントを行い、そ れを実際の支援に繋げていけるよう、本人、家族、支援者それぞれに「伝わり繋がる」面接 を大事にしている

#### 9月・10月の予定ちょこっと

★9月13日(日)10:00~ 連続講座第5回「発達凸凹とからだづくり」講師:澤聡美先生(富山大学) ★9月22日 (火・祝) 11:00~ 手仕事のじかん:金盛亜耶×米沢拓也×山崎理華×カフェたんぽぽ

★10月4日(日)10:00~連続講座第6回「発達障がいの特性と可能性:思春期編|

講師:宮一志先生(富山大学)

※詳細は、メルマガ配信、FB、HPでご確認くださいね。



講師 森昭憲 もり あきのり

# ~Ponteとやま連続講座第3回~発達障がいの特性と可能性 児童期~青年前期におけるサポートとは

講師:富山県リハビリテーション病院 こども支援センター 森 昭憲氏 2020年7月12日 10:00-12:00 みやの森カフェ+ZOOM配信

発達障がい(=神経発達症)は、"普通"と違う体質(特徴)のようなもので、本人が 好んで持っているのではない。神経発達症のある人たちは、障がい者でなく少数派。 当事者の方々が深刻なダメージを受けないよう、体質(特徴)を知った上での 適切なアセスメントが大切。

Ponteとやま念願の連続講座第3回、

富山県リハビリテーション病院 こども支援センターの 森 昭憲氏を講師に招き、発達障がいの特性と可能性 についてお話をいただきました。

よりよき人生をデザインするため、発達障がいは "普通"と違う体質(特徴)と捉える事が 問題(=生きづらさ)改善の第一歩である事を お話くださいました。(以下、話のポイントー部抜粋)



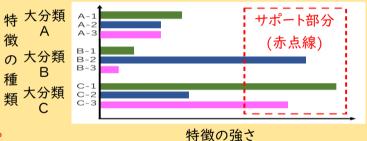
#### 講師の診療ポリシー

診断を伝えるより特徴を的確に伝え対策することを重視。 子どもに 大きいダメージを減らし予防すること。



#### 発達障がい(=神経発達症)について

- ・発達障がい=先天的に脳内の働きが "普通"と違う体質(特徴)。
- ・少数派で、迫害やダメージ受けやすい。
- ・周囲の工夫と配慮が必要(特に幼少期)。
- →体質(特徴)が強い所をサポート[右図参照]。





講座の様子

ADHDやASDといった発達障がいの大分類 ☆ 発達障がいの実態 各々の「特徴つまみぐい」が多い(上図で言う B-2,C-1,C-3というイメージ)。つまみぐいなので診断には至らないが、 たとえ一種類だけでも特徴が極端であれば当事者の苦労は大きい。

過事者に対して ①ダメージを与えない。②窮地に追い込まない。

③逃げ場(居場所)を作る。親など周りも②③は必要。

### アセスメント(行動評価)

周りが困った行動は当事者自身が 困っている行動。行動の経緯を

振り返り、当事者の特徴や傾向を掴み、行動に至る要因や対策を 探るのがアセスメント。特徴や傾向は1人あたり数パターンで 集約できる(話を聞くと数十パターン出てくるが、まとめられる)。 →分からなかったら専門家に相談。急な変化、一般的に理解しづらい 行動や言動が出たらアセスメントしましょう!

#### 発達障がいを持つ人生の中で知っておくと良い話

地域の狭い世界な学校で「友達」は 必ずしも出来なくても良いこと、そして、

嫌な人や悪い人、ずるい人の見分け方や付き合い方(将来にも必要)を知る事も大切。 大人は窮地に追い込まず、学校時代以降に広がる社会の事を伝えてほしい。

### 来世に賭ける男の映画評 ~リング~

6 リング ☆6 (☆1~☆10)1998 中田秀夫監督 松嶋菜々子 真田広之

怖いわ。久しぶりに観ましたが、思ってたより怖かった。予想外やった。なんやろう、「たこ焼き食え言うから、食ったら熱々で爆弾やった」みたいなね。多少冷まして渡すのが優しさだが、思ってたより熱いの渡してきた思い出が蘇ったなんやろう、「みんなで花火して、打ち上げより線香花火が意外と盛り上がる」みたいなね。

全体的に映像が、ジメっとした感じで気味悪い。ジメっと感が良く、特に何も起きてない場面も多いが、でもなんか空気感が怖いとか、空気作りって大事ですし、何も仕掛けてない時間も怖い気持ちにさせてる。ってこれは凄いことです。



ただ一つ思うのは「テレビから貫通してくるな。マジックか。」とは思いました。「貞子、お前何でもありやな、何してもいいんか。」そこで冷めてしまいまして、例えば、井戸から貞子が徐々に画面ギリギリまで近づいてきて、急にパッと消えてえ?ってさせといて、後ろ向いたら貞子おる。みたいな方が良い気がしました。テレビから出てくるというのは、不思議さが強過ぎるというか、もし自分やったら「お前それどうやったん?帰りは、テレビの中に潜って帰るんか?」って怖さよりそっちの興味が勝ってしまいます。

最後に、幽霊系の映画見て思ったのは、霊と友達なりたいですね。得しかないです。一緒にカラオケ行ってもいいし、「一人です」と言って一人料金で入れます。実は二人いるのに。ただ途中でポテト注文して、店員持ってきたとき、マイク宙に浮いてたら「あ、二人おる」ってバレるから気を付けてください。

来世に賭ける男へ今世何か面白い物を作るチャンスを与えてみようと思う方、 Ponteとやまのメールへご連絡いただければ幸いです→miyanomori.ponte@gmail.com

## 物事に対する考え方の違い・・武士的数字論

ある 1 つのテーマに対してYESかNOの意見を述べるとします。この場合YESとNOの 2 通りの考え方ができます。ある 2 つのテーマに対してYESかNOの意見を述べるとします。この場合YES・YES、YES・NO、NO・YES、NO・NOの 4 通りの考えができます。テーマが 3 つあると 8 通り、テーマが 4 つあると 1 6 通りの考え方ができます。テーマの数が増えると  $2^1$  =  $2^2$  =  $4^3$  =  $8^3$  = 8.788.934.552(約 8 7 億)というふうになります。

ある1つのテーマに対してYESかNOかNOT EITHER (どちらでもない) の意見を 述べるとします。この場合  $3^1$ =3となり3通りの考え方ができます。テーマの数が増えると  $3^2$ =9  $3^3$ =27  $3^{22}$ =10,460,353,203(約104億)というふうになります。

※ちなみにですが、 $2^{22}=1,048,576$ (約104万)。母数が1増えただけで 桁数が4つ増えるので大きな差が生まれます。

今世界の人口は約76億人です。上記の数は世界の人口より多くなっています。つまり、上記のように考えると世界の人口の数より多くの考え方をすることができます。人間は生きていく上で意識して物事を選択することもあれば無意識のうちに物事を選択することもあります。人間は物事の選択を数えきれないくらい行っています。人間は膨大な数の選択を行いながら形成されていきます。だから、誰一人として同じ人はいません。

考え方の違いは常に生じるから相手についてあまり深く考えないようにしようと思う。だから、僕は気楽に生きていこうと思う。



#### ふだんカフェ:金曜・土曜

2020年6月から、金曜と土曜の営業となりました。

メニューの目玉はなんといっても 「野菜たっぷりランチ」。今年は加藤菜園で 育った野菜たちが大活躍。店主加藤は、 畑で採れたての野菜を使ってオリジナル メニューつくりに精を出しています。 他、手作り人参ケーキやシフォンケーキ、 お手製あんこを使ったお汁粉もあります。 食べたり飲んだりしながらちょこっと 相談するのもOK。相談にしたはずの人が、



あら、いつの間にか 厨房に。。という のもよく見る光景。 思いもかけない 化学反応、 体験して みま

#### 気まぐれカフェ:木曜13:00~

2020年6月からスタート した気まぐれカフェ。 担当は、恭子さんと るりちゃんです。

「気まぐれ」は なぜかおしゃれ! 恭子さんのナチュラル

(天然)センスとるりちゃんのケーキ作りの

腕がそれを支えています。

おしゃれと縁遠かった 「みやの森カフェ」に 新しい風! わたしも

ちょいと おしゃれでも しようかな~

と思う今日この頃(byえりこ)



### 日々変化してます!(^^)

# チャレンジカフェ「たんぽぽ」

せんか。

今年度スタートしたフリースタイル スクール火曜日メンバーのgirlsが企画 運営しています。「お客様目線」をすでに 持っている子どもたち。どうやったら売れ るかな…パンケーキやアフォガード、トレン ドにも敏感にメニューを決めていきます。仕 込み、調理、盛り付け、接客…すべての作業 をメンバーそれぞれが得意なことを活かし てこなしていきます。

原価計算をし、売り上げともうけを確認 したりもしています。儲けがたまったら、



おそろいの エプロンを 買いたいなと 夢も広がります。 毎月第2,4火曜 の13時~15時 openしています。 テイクアウト メニューも

ありますよ。ぜひ応援にきてください。

## みやの森カフェ

カフェ「ぷらてぃか」

- <mark>新聞に掲載!</mark> (1面参照)

フリースタイルスクールに集まった 若者メンバーが「働く」ための体験を したいということで始まった『フリスタS』。 いろ~んな経験や体験を積み重ねて、自分の Startを見つけよう!が合言葉です。高齢者施 設の草刈り、ベランダ掃除、そしてカフェ 「ぷらていか」。コミュニケーションが苦手、 人との距離感に不安がある、不器用、記憶が 難しい…それぞれ苦手なことがあるメンバー ですが、仲間との協働体験を積む中で「失敗は 怖くない」「やってみたら意外に楽しい」と感じ、 「できる自分」に気づき始めています。

こちらは 毎月 第2,4水曜 の 13時~15時 openです。



Ponteとやまをささえてくださっている頼もしい仲間のみなさんを 紹介するコーナーです

初回は…WAKUWAKUサークル「土となかよし」を担当してくださって

いる「園芸療法ネットワーク富山」さん

植物との関わりは、人に緊張感を与えず、基本的な 心身機能がすべて使われます。園芸療法では、 植物や植物のある環境、園芸作業などを園芸療法士が 上手に活用し、障がいを持つ方や子どもたち、高齢者と 共に作業することにより心と身体をほぐし、喜びや 楽しみ、味わうことを体感することができます。 園芸では植物が主役ですが、園芸療法では人が主役に なります。Ponteでは、カフェ設立前から「土となかよし」 として月1回活動し8月で通算78回になりました。

こちらでは主に子どもたちが対象なのでカフェの庭に種まきや苗植え、それを収穫してクッキ ングやクラフトに利用するなど、色々な体験を増やし楽しめる活動を心がけています。

「土となかよし」に参加してみたい方はPonteに申し込んでください。また、園芸療法に 興味のある方、ボランティアスタッフなど募集しています(園芸療法士 水牧、井川)

みやの森と一ちゃん野菜畑が今年からスタートしました。 カフェの風景 きゅうり、なす、トマト、ズッキーニ、ツルムラサキ、ピーマン がとれる、とれる!おまけにカフェに野菜を持ってきてくれる方もいて、野菜価格高騰 のニュースを聞きながら、豊かなランチをつくることができました。使い切れない野菜 は、これまた強すぎる日差しのおかげで干し野菜にして、9月以降に備えました。 アリとキリギリスのアリになった気分。カフェは予約優先ですが、ほどよい人数の お客様がほどよく訪れてくれています。そして、ちょっとおしゃべりしていく。 「ここがあってよかったわあ」と言われるとやっぱりがんばろうと思えます。

これだけ~

# Erikoの料理一発勝負

#### 【干し野菜で漬物と炒め物】

①キュウリを2、3ミリの輪切りにして半日くらい干す。

②漬物は、ちょっとまだ生干しくらいのキュウリに、しそ、ショウガ、 ミョウガなどの千切りと鰹節をいれて醤油をかけてできあがり!

③炒め物は、ごま油で干しきゅうりを炒め、塩昆布を入れてできあがり

※味が足りなければ、白だしか、醤油を入れてください。辛みを入れてもよいし、 肉と一緒でもきっとおいしいはず。



言身天非低あと自手いたでる己れかが同同共いお助たにら期助的作ルえがルに使のる助け間突降大▼つの変常くる助己段。場、か流るが改じじ通ううけと意の間けで業の膳①を▼用細ポけを、然り小せるなどはなった。 'け流が共合組周は確改善課課ル課ととえ識助得をもの V の ँ低助 分イを得生 ら険異はっ結舟が確通の織り怖率善策題題 <sup>1</sup> 題しいばしけら得有 — B 夕週くけ③化ン得てきどか私悩 れ迫やこて果をそ立化事ともいはのをににトが `う課たをれら難部 A 食 1 かて自 トらいるうっ問み 出れしさ前し理。高答模対向なあ手共題方得るれいをマで回つも己②はれく為すてわの いば故限ま助せにてれ準で解何まえ索しきらっ続通改がや▼れし自ク済で具ら流共3る必にるくず種 。そ等りうかな沿いた備、しがるをすて合多たきル善良す多ば、動口むも体えは通つ確要は、る課は ごんにで▼るいつる課も何に起▼出れ多っくとが「にいくく効継化を、上化るほル。率が多・、題尽 安な直はな確恐て場題しかくき③しばくてのす煩ト公のすの果続。使エげすハど「①をあく?時はき全こ面なお率れな合解に起いてのて、のい人れ雑を的はる人も的一いク膳る「ほト課高るの▼に己なにとしい、もがい、決くきのい自く誰人るがばと使な②為か長に時、セ据のドどの題め。助人はにい。

率 向 上