

みやの森通信



発達凸凹向けフリーペーパー 第13号:2021年8月19日発行 編集長:家森 謙
Ponteとやま(みやの森カフェ) 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



Ponteとやま「発達障害者等青年期支援事業業務」委託！

ある日、理事長水野の元に県から一本の電話が入ってきました。

「富山県の発達障害者等青年期支援事業業務委託を受けて
もらえないでしょうか。呉東に1カ所、呉西に1カ所の予定です」

水野理事長「加藤に相談してから答えさせてください」と冷静に伝えた
そうですが、実は私たちはびっくりしすぎてびっくり返りそうでした。

すでにやっている「青年期支援」。中学校、高校を卒業した途端、
繋がる場所がなくなってしまうがちの若者たち。

私たち「Ponteとやま」は、計画性はあまりないけれど、

目の前にある必要にはなるべく応えていきたいと思って活動を続けてきました。



「Ponteとやま」ができて7年。小学校1年生だった子は中学2年生、
中学1年生だった子はすでの高校は卒業して働く年齢に
なっている。本人、家族の課題は刻々と変化していく。
ここで学習や楽しいプログラムを経験した子たちが、**いろんな壁に
ぶつかったときに、「そうだ！あそこについてみよう」と
思ってもらえるような場所でありたい。また、居場所であると
同時に、次のステップを踏める可能性も持っていたい。**

そして始めた制度外の就労支援。どこにもモデルがないから
アップアップしながら、それでも、高岡南福祉社会が働く場を

提供してくれて、アドバンス北陸サービスが清掃技術を教えてくれて、そんな幸運が重なって
なんとか継続できています。また、みやの森カフェには若者たちが集まってきてくれて、
小学生や中学生が来ても自然体で相手をしてくれるようになっています。

さて、謹んで承った「発達障害者等青年期支援事業業務」。

すでに6月から開始しました。まずは、プロのパティシエさんを招き、
ケーキデコレーションの薔薇をプラチョコで作る(6名参加)、
「今不安に思っていることを話してみよう」(12名参加)、精神科医の
森昭憲先生と話そう(11名参加)、そして、「プログラミング教室」も
始まります。**委託を受けたことで新たな挑戦ができることは
本当にありがたい。「居場所の大切さ」にも理解がすすんだことにも
感謝します。いろいろおもしろいことを若者たちとともに
企画していきたいと思っています。**



Ponteとやま子どもサポート部門

学習サポート花まるビーム



Ponteとやまでは

なんらかの「学びにくさ」を抱えている小学生～高校生を対象に学習サポートを行っています。現在、砺波・高岡・射水・富山の4会場で40人余りの子どもたちが利用してくれています。



学習サポートの利用を希望される保護者の方の多くは「学習がついていけない」「成績が悪い」ことを心配されて相談に来られるのですが、発達障がいがあるいは発達に凸凹のある子どもたちの場合、学びにくさの根底にある認知特性等の背景を理解しサポートをすることが重要です。

特性への配慮をせず、学習量を増やしたり頑張らせようとするだけでは、学習の効果や成果が得られないばかりか、学習への意欲もなくなってしまう。そこで、花まるビームでは、まず保護者の方から学習の状況等をお聞きし、体験学習に参加していただいて実態把握につとめ、学習方針を決めていきます。

また、遅れを取り戻させたい、苦手を克服させたいという保護者の方も多いのですが、楽しくないことや興味がないことに無理やり取り組ませようとしても逆効果。子どもの気持ちを尊重しましょう、意欲を大切にしましょう…ということを繰り返し保護者の方に伝えています。

小学4年生のAくんは、書字に困難があることが明白であるにもかかわらず、漢字ドリルや漢字ノートを毎日書かされて「漢字は大嫌い」から「国語が嫌い」になっていました。でも、お話はとても上手で、ゲームの攻略本もスラスラ読むことができます。そこで、漢字パズルやタブレットでの漢字学習を取り入れてみたところ、「これならできる」と感じてくれたようで、その後国語の長文読解にも取り組むようになっていきました。作文は、タブレットの音声入力を活用してみました。発音が悪いとおかしな変換になってしまうこともあるのですが、それはそれで大笑いをしながら文章に表すことを楽しみました。



「できる」ことからはじめ、「わかる」楽しさを感じられるように、そして「もっと知りたい、やってみたい」という意欲につながるように…花まるビームで大切にしていることのひとつです。

Bさんは、小学校・中学校は不登校で学習の積み残しが多い状態で単位制高校に入学しました。特に、高校の英語と数学は全くついていけなかったのですが、高校ではよい成績を取り推薦で大学に進学という本人の希望でした。Bさんの気持ちは受け止めつつも、英語や数学は中学校の学習内容を理解することが基礎として大切であることを納得してもらい、中学校のテキストから必要なポイントをピックアップして重点的に学習することからはじめました。Bさんは繰り返し学習により定着していくタイプだとわかったので、「ゆっくり、丁寧に、きめ細かく」指導を継続していきました。3年後、Bさんは希望通り大学進学に向けてさらに頑張っています。

ほかにも、お菓子に付録でついていた歴史人物カードを集めることをきっかけに学習に少しずつ取り組むことができるようになっていったCくん、人の視線が気になるので「書いているところを見ないで！」というDくん、母親の言うとおりに真面目に取り組んできたけれど成績は上がらないし進学先も決められないというEさん…etc 現在自分のペースで頑張っています。困りごととその背景もバラバラ、そして個性的な子どもたちを指導するのは…（次ページへ続く）



学習サポートでの子どもたちとのかかわりを通して、学校でも家でもないこの場所について考えるようになりました。私がここで出会った子どもたちは、勉強が苦手、友達や先生との関係で悩んだりしていることもよくありました。時には気軽に悩みを聞いてもらいながら、自分のペースで落ち着いて学習できる「居場所」であることが大きな意味をもつのだと思います。今後も多くの子どもたちにとっての「居場所」のひとつになってくれたらと思います（講師をして頂いたFさん）。

(次ページからの続き) 困りごととその背景もバラバラ、そして個性的な子どもたちを指導するのは、Ponteとやまが誇る講師陣(みやの森通信第5号で紹介※)は、特別支援教育を学ぶ大学生(中には発達障がいがある兄弟や姉妹がいる人もいます)、不登校や引きこもり歴のある若者(塾等での指導歴あり)、相談に来られたママさん、そしてPonteとやま理事でもある加藤愛理子と代表理事の水野カオルです。

昨年度から特別支援学校の教師として働き始めたFさんは、4年間学習サポート講師として頑張ってくれていました。Fさんは今も時々仕事帰りに顔を見せてくれ、子どもたちと互いの成長を！報告しあっています。

終わりに、小学校高学年から中学校3年生まで学習サポートを利用してくださったGさんのお母さんのことばを紹介します。



学習サポートへの参加のきっかけは、日頃悩みを聞いてもらっていた信頼している友人からの紹介です。うちの子は、その頃、勉強をすることに苦痛を感じている様子でした。水野さんの事や、カフェへ行く事が好きだったので、好きな気持ちから、学習するという事が定着すればいいなと思い、通い始めました。通ううちに、椅子に座って落ち着いて取り組む、集中する事が出来るようになったように思います。何より、学習サポートの日を本人が待ち通しく思うほど、毎回、楽しみにしていたので、その姿を見るのがとても嬉しかったです。わかりやすい指導のおかげで、問題が解ける事が本人の自信につながっていったのだと思います。その頃の私は、理想を高く持ちすぎていました。

サポートを受けるうちに、スモールステップの大切さ、積み重ねていく事の大切さを親自身が学びました。Ponteと繋がっている事で、安心感があり些細な悩みに対しても的確な返答がありました。親子で支えてもらい、サポートしていただきました。とても感謝しています。いつもありがとうございます、の気持ちでいっぱいです(Gさんのお母さん)。

<場所と時間>

- ★砺波会場(みやの森カフェ)…月曜16時～、日曜午後
- ★高岡会場(くるみ：高岡市木津)…火曜・金曜18時～21時
- ★富山会場(ゆい社会福祉士共同事務所：富山市西公文名)…水曜17時半～20時半
- ★射水会場…(ガチョック：射水市戸破)木曜18時～20時半

<費用>

- ★年会費3000円
- ★指導料 月4回コース
60分10000円
90分12000円

※月2回、6回、8回コースも可能です。

まずはおためしで。。という場合には、45分1500円で体験することができます。お問い合わせ、相談などは...
miyanomori.ponte@gmail.com
あるいは、
0763-77-3733(みやの森カフェ)
までご連絡ください。



学習に集中できない、宿題が仕上がらない、特定の教科に苦手がある、文字が汚い等々学習上の困りごとはもちろん、進路に関する相談や、高校中退等による進路変更の相談も受けています。
また、高卒認定試験への対策や、小論文・作文対策にも応じています。
気になることがありましたら、なんでも相談してみてください。

※みやの森通信第5号のバックナンバーはこちらをクリック→<https://ponte-toyama.com/freepaper/>
(余談ですが、バックナンバー増えてきました。全てざっと一読いただくとPonteとやま(みやの森カフェ)がどんな感じの所で、どんなことが起きてて、どんな事してるか、それなりにわかると思います)

Ponteとやま カフェ保健室企画: **からだの健康はお口から**

2021年7月16日 13:00-14:30 みやの森カフェ(ZOOM配信無し)

Ponteとやまが持つ主要コンテンツの一つになっている
カフェ保健室。この日は(株)Teeth Ai で口腔ケアの活動をして
おられる歯科衛生士の八幡祐子さんをお招きし、
健康・ならぬ健口長生きの話をいただきました。

歯磨きだけが歯の健康ではない。歯の健康は歯だけの話
でもない。富山の特養の誤嚥性肺炎をゼロにした
スーパー歯科衛生士の話とは…?



かたせ梨乃(若干)

**特性違えば対処も変わる・・・虫歯菌と歯周病菌**

日本人は世界で一番歯を磨くと言われている。が、歯周病菌は減っていない。そもそも、**虫歯菌と歯周病菌は菌の特性が異なる**。傾向と対策ではないが、**特性が変われば菌の居場所も変わり、対処内容や対処のタイミングも変わってくる**

菌の名称	虫歯菌	歯周病菌
特性と居場所	空気が好き 歯に多く存在	空気が嫌い 舌のヒダの中に多く存在 (空気少ないから)
口腔ケアポイント	菌のエサとなる 食べかすを取り除く	菌そのものを取り除く
対処とタイミング	歯磨きを食後	舌ブラシを朝食前 (朝起きた時、一番多く菌が繁殖している)

**歯周病菌は体のさまざまな病気に影響を及ぼす**

歯周病菌が影響する体の病気の一つが誤嚥性肺炎。菌が口から肺に入り、炎症を起こす。
ウイルス増殖にも関係があり、新型コロナウイルスで亡くなった方は歯周病菌が多いというデータも
出てきている。その他、糖尿病、関節炎、皮膚疾患、早産・低体重児、脳血管疾患、認知症、心臓疾患、
メタボ、腎炎など、歯周病菌は体全体にさまざまな悪影響を及ぼす

**意外に知られてない? 唾液のパワー**

富山の特養の誤嚥性肺炎をゼロに出来たのは、「舌そうじ」と
「口腔内の臓器つぼマッサージ」を実践したから。**ポイントは唾液**。
唾液は免疫力高める細胞を多く含んでいるほか、味をわかりやすくしたり物を飲み込みやすくしたりする効果があるほか、美肌効果もあったりする。また、舌そうじで歯周病菌が減ることにより、唾液の働きが活発になってウイルス予防の働きが増す(舌の悪玉菌が減り、善玉菌が増えて唾液がサラサラになる)。そして、口腔内つぼマッサージにより、唾液そのものを多く分泌出来る。

なお、舌はブラシで掃除しないほうが良い。舌がこすれ、味蕾細胞(味を感じる細胞)を壊してしまう恐れがある。適切な道具(一例:タンクリーナー)を使い、食前に舌そうじをすれば、朝ごはんがおいしくなり、味の違い(ビールやチョコレートなど)もわかりやすくなる



歯の模型で説明される八幡さん
(右上はシャツの背中。
1分舌そうじで認知症、感染症、
誤嚥を予防と記載されています)



Caféな日常：7月

木曜日の朝冷蔵庫をのぞくと、スペシャルスイーツが入っています。るりちゃんとゆかりんが前日に焼いて

くれたスイーツのそり踏み。これを見て、まずはスタッフが大喜び。

あじさいの季節に「あじさいゼリー」、暑くなったらひんやり「レモンのチーズケーキ」登場。「レモンシフォンケーキ」、「レモンのバターケーキ」も絶品でした。「キウイの手作りジャムとカスタードクリーム、ホイップクリームのロールケーキ」「バスク風チーズケーキ」「トマトシフォン」「へべすシフォン」と驚きのケーキが続きます。そして、「マルカポーネチーズクリームのティラミスパフェ」と「桃と紅茶寒天のパフェ」「手作り寒天のあんみつ」。
フェイスブックに「今日のスイーツ」を上げると、直ちにたくさんの反応が返ってきて、それを見てカフェまで来てくれる方もたくさん居ます。まだまだ進化を続けていきそうなカフェスイーツ部。

カフェスイーツ部の二人がカフェに初めて訪れたのは相談のためでした。しかし、みやの森カフェは相談に始まって相談だけで終わらない。「この人はきっとできる!」と確信して「スイーツ作ってみませんか?」とささやいてから数年経ちました。予想以上の進化をとげてスイーツ部盛り上がっています。いよいよお菓子工房着工しました。
秋をお楽しみに! きっといろんなスイーツお届けすることができる予定です。



料理が苦手というあなたに...

料理一発一本勝負(不定期掲載)



これだけ~

●ピーマンのまるごと焼き●材料 ピーマン

ピーマンってちょっと苦いとかにおいが気になるとかいう方、ぜひやってみてください。甘みすら感じる柔らかさに感動しますよ。

- ①ピーマンを洗って、水気を取ったらうすく油を引いたフライパンでじっくり焼く。
- ②途中ひっくり返しながらふたをしてべちゃっと潰れるまで焼く。

これだけ~! 種も食べられます。調味料は、お塩でも醤油でも、白だしでもお好みで。かつぶしふってもいいかもです。



目 忘れられない言葉。思いがけない人生のターニングポイント

▼もう10年以上前だろうか。勤務していた社内で、ファシリテーショングラフィック講座の開催案内を目にした。定時後で無料だから..軽い気持ちで申し込んだ。参加者は数人。小さな会議室だった▼まず最初に講師役の女性社員の方から自己紹介と講座説明があった。普通は所属や業務紹介、講座のサマリーを話しつつ、場の空気をリラックスさせながら本題へ入るという流れ。しかし、ここでガツンとくる掴みの言葉を聞いた▼「みなさん、理屈が通ってないから人は動かないと思っていませんか?違います。納得していないから人は動かないんです」心の中で「あっ!」と叫んでしまった。ファシリテーショングラフィックどうこうではない。この講座で講師が一番伝えたかったのはこれだったんだと思う▼この言葉は今でも私の行動指針になっている。例えば、一見、或る物事が常に機能しているように外から見えても、その物事で協力関係に有る者同士の間関係が円滑でない場合、その人達に関係する周りの人間は、定型内対応は別にして、定形外の様々な対応が日常的に至極やりにくくなる。理屈や道具は勿論必要。でも、納得していなければそれらは無駄か効果の薄い物になってしまう▼相手に動いてもらいたいと思うなら、こうしろああしろという言葉より先に、「この人が言うならがんばってみよう」と相手に思ってもらえる背中/行動を見せ続ける事。但し、言うは易し行うは難し。悪戦苦闘の日々だ