

フルーツバスケット

メンター派遣事業のご紹介

●派遣先の感想●

派遣機関：発達特性のある学齢期のお子さんの相談機関

内 容：相談にいられている保護者の交流会

メンターに期待したいこと：

保護者のお話を共感的に聴いていただき、

経験談や地域の情報などを共有してほしい

派遣を活用した感想：

保護者同士の横のつながりだけでなく、少し上の先輩であるメンターさんと縦のつながりができたことで、交流会の幅が広がったのではない

職員だけでなく、同じような経験をしたメンターさんがいることで、安心して話せる雰囲気を作ることができてよかった

先輩であるメンターさんに頼いていただいたり、肯定していただくことで、保護者の自己肯定感も高まったように思う



●派遣メンターさんのお声●

派遣人数：2名

メンターさんのお声：



個人的にはアドバイスをしたくなりましたが、メンターとして傾聴することに徹しました。保護者の方も迷いながらいろいろな工夫をして過ごされていること自体すばらしいと思いました

明るく前向きにがんばっておられる保護者の方が多かったのですが、もっと気持ちをじっくり聴けたらいいなと思いました



圏域支援センターのご紹介

南丹圏域支援センター 花ノ木

南丹圏域は亀岡市、南丹市、京丹波町の2市1町です。京都府の真ん中に位置し、広大な面積で自然豊かな山深い地域や農村地帯と自動車道や公共交通機関へのアクセスがしやすい市街地と圏域内でも特徴があります。全体的に見ても高齢化が進み、出生数が減り人口減少しています。



南丹圏域では福祉、教育、保健、医療の関係機関から構成されるネットワーク機関、愛称「ほっとネット」が平成18年からあり、圏域自立支援協議会に位置づけられています。その中の専門部会である発達障害支援部会の部会長を花ノ木が務めております。顔の見える関係づくりを心がけ、当事者に届く活動として、高等学校と福祉関係機関との懇談会で困り感のある学生とご家族への支援について情報共有の場を持っています。また年々事業所数が増えつつあり、発達特性がある児童が多く利用する放課後等デイサービスと児童発達支援の職員が集える

場を関係機関の協力を得ながら設定し、子どもたちが過ごす地域の関係者である放課後児童クラブ、保育所、幼稚園、学校関係者等が集い、子どもたちへの支援について知恵や工夫を寄せ合い、ライフステージの切れ目では引き継ぎつつ地域での生活に汎化できることを目指しています。他圏域を参考に作成した「寄り添い機関一覧表」を年度ごとに更新し、南丹保健所と南丹教育局のホームページに掲載いただいていますので、ご活用下さい。



ペアレントメンター連絡会を開催しました

昨年度末の3月22日に、約3年ぶりとなる連絡会を開催しました。日程のご都合で、メンターの参加者は4名と少なかったのですが、活発な意見交換や情報共有の機会となりました。連絡会では、昨年度実施したアンケート結果を再度ご説明し、ご参加いただいたメンターさんから改めてご意見やご感想をいただきました。

今年度は、昨年度市町村や民間事業所を対象にしたメンター事業に関するアンケート結果をもとに、メンター活動を少しでも広げていけたらと思っています。引き続き、ご協力をよろしくお願いいたします。

ご参加いただいた皆様、ありがとうございました

フォローアップ研修や連絡会についてのご意見

「ぜひ毎年開催してほしい」
「メンターのモチベーションになる」
「スキルアップの機会はメンターである限り必要」
「生活環境が変わり、活動が難しくなっている人も増えていることから、養成研修によって新たなメンターを養成することで事業を活性化してほしい」

など

メンター活動や広報についてのご意見

「早期発見、早期診断により行政とも早くつながることができるようになったが、一方でご夫婦やご家族で抱え込んでおられる方も多いのではないか」
「そういった方にメンターの役割が届くようになると良い」

など

地域の フキ情報

乙訓地域は、向日市、長岡京市、大山崎町の二市一町からなり、桂川右岸に位置し、北は京都市、南は大阪府島本町に接しています。京都と大阪を結ぶ交通の要衝であることから、古代から歴史の舞台となり、歴史の魅力にも溢れた街です。南北約8km、東西約6kmとコンパクトな竹の里・乙訓エリアにおいて、点在する観光資源を自転車で周遊できる、「京都乙訓いとかしサイクリングマップ」や、「京都乙訓いとかし歩きマップ」など、乙訓地域の自然や歴史の探索できるアプリもあり、現在地を確認しながら散策することも可能です。

「観る、探す、味わう、どこから楽しめますか、京都西山・乙訓。」

乙訓圏域支援センター「ひまわり」



京都乙訓 いとかしサイクリングマップ

(リンク先 URL

<http://otokuni-kyoto.sakura.ne.jp/wp/itookashi/>

(外部リンク))



スマホで楽しむ京都乙訓いとかし

サイクリングマップ リンク先 URL



セルフ弱いコーナー 一温活レシピ

エアコンや冷たい食べ物で体が冷えて、だるさを感じてはいませんか？
体を冷やしすぎないよう、夏も温活を意識するのがおすすめです

即席野菜漬

材料 (つくりやすい量)

きゅうり…1本
にんじん…小1本
かぶ…1個
塩麴…28g (野菜の重量の約10%)
塩…少々

つくり方

1. きゅうりとにんじんは乱切り、かぶは5mm幅のいちよう切りにする
2. 1の野菜をボウルに入れて塩でかるくもみ、5分ほど置いて水気を切ったら塩麴で和えて10分以上おく