



ぷらねす通信

第4号
2022.6発行

ごあいさつ

皆さま、こんにちは。新年度が明け少しずつ新しい環境に慣れてきた、あるいは、疲れの見える時期かと思えます。これから梅雨や夏の暑さなど、気候の変化も心身の疲れに影響してきます。無理はせず、自分のペースを大切にしましょう。ペースが分からなくなってきたら、いつでもご相談ください。支援室では、引き続き、個別相談、居場所支援(ぷらねす)、家族会(ふぁみねす)等で皆さまの生活の応援が少しでもできればと思っています。相談等は下記のお問い合わせよりお申込みください。お待ちしております。

港区発達障害者支援室 スタッフ一同

家族会の名称が

ふぁみねす

に決まりました！

ファミリー+居場所支援「ぷらねす」から、「ふぁみねす」と名付けました。8月6日には、『社会資源の活用』をテーマとしたミニ勉強会を開催します。お気軽にご参加ください。

発達障害者支援室コラム ～相談員のつぶやき～

「好きなことを大切に」と言われますが、それは何故でしょうか？「やるべきこと」がある時は「やりたいこと」は我慢すべきでしょうか？私たちは、どんな時であれ好きなことは大切にしてほしいと考えています。それは「好きなこと」は心のエネルギーとなり、「やりたいこと」のためなら多少の「やるべきこと」は頑張れるからです。また発達の特徴がある人にとって、ストレスがかかった際に「やりたいこと」の時間をいつもより大切にすることが発散につながる場合が多いからです。ぜひ、生活の中で「好き」の時間を大切にしてみてください。

2022年度発達障害セミナー開催決定

前年度同様、学校関係者と企業関係者を対象とした発達障害啓発セミナーを開催いたします。学校関係者向けは10月、企業関係者向けは2月を予定しています。詳細が決まり次第、ぷらねす通信やホームページ、Twitter等でお知らせします。



7月・8月・9月の予定

居場所支援は、2022年4月から曜日と時間が変わりました！
火・水の13:30～16:30 第3土の13:00～15:00です。

居場所支援【7月】5日(火) 6日(水) 12日(火) 13日(水) 16日(土) 19日(火) 20(水) 26日(火) 27(水)
(ぷらねす) 【8月】2日(火) 3日(水) 9日(火) 10日(水) 16日(火) 17日(水) 20日(土) 23日(火) 24日(水)
30日(水) 31日(木)
【9月】6日(火) 7日(水) 13日(火) 14日(水) 17日(土) 20日(火) 21日(水) 27日(火) 28日(水)

家族会 【7月】2日(土) 茶話会
(ふぁみねす) 【8月】6日(土) 勉強会 テーマ『社会資源の活用』 と 茶話会
【9月】3日(土) 茶話会



今月の一句

活力は
休みのプラン
推し進め(薦め)！

お問い合わせ 港区発達障害者支援室
港区芝1-8-23 港区立障害保健福祉センター
(ヒューマンぷらざ) 3階
電話 03-5439-8077
受付時間 月～金、第1・第3土曜日
午前9時～午後5時

