

ぶらねす通信

本格的な夏を迎え、陽射しが強くなってきました。暑い日が続くと、自宅にいても蓄積による脱水症状で熱中症になるリスクがあります。発達障害の特性により、気温差や暑さを感じにくいという方もいます。自分で判断するのではなく、天気予報など具体的な数字を参考に、衣服の調整や水分補給を行ってください。どうしても調整が難しいと感じる時は、支援室と一緒に特性にあった対処について考えます。お気軽にご相談ください。



活動報告

ふあみねす(家族会)



今年で4年目を迎える家族会。徐々に参加者も増えてきました。7月6日は「大人の発達障害入門～家族間の心地よい距離の探り方～」をテーマとし今年度初回のミニ勉強会を行いました。講義後の茶話会では、ご家族自身を守るための程よい距離感や対応に悩まれているという話題で、参加者同士、共感し合う場面が見られました。8月は、「家族のメンタルヘルス～リラクゼーション方法を知ろう～」をテーマにミニ勉強会を行います。皆さまのご参加お待ちしております。

防災訓練

港区立障害保健福祉センターでは、定例の防災訓練を行っています。今回は、支援室を火元としての訓練でした。訓練用の「火」をめぐけての消火活動や避難経路の確認をしました。いざという時のために、スタッフ一同対応を確認しています。



お知らせ

学校向けセミナー

10月に都内の高校、大学、専門学校等の教職員の方を対象としたセミナーを開催します。生徒対応や進路に向けての参考になるとご好評をいただいているセミナーです。今年度のテーマは、「発達障害のある学生への支援～よくあるエピソードから考える2～」です。昨年同様、ご来場での参加に加え、お申込みいただいた方限定での後日配信も予定しています。参加また後日配信のお申込みは、9月上旬から受付開始予定です。当支援室ホームページやSNSにてお知らせいたしますので、ご確認のうえお申込みください。

- ・日時 2024年10月10日(木) 10時～11時30分
- ・場所 港区立障害保健福祉センター 7階

ヒューマンぶらざまつり

支援室がある港区立障害保健福祉センター(ヒューマンぶらざ)では、地域の皆さんとの交流を通じ障害の理解を深めてもらう機会として、毎年ヒューマンぶらざまつりを行っています。支援室では、パネル展示(支援室での取り組み、発達障害について等)を行う予定です。また、支援室以外の施設や福祉団体による作品展示や各種ステージ、模擬店などもあります。どなたでもご参加いただけますので、ぜひお越しください。

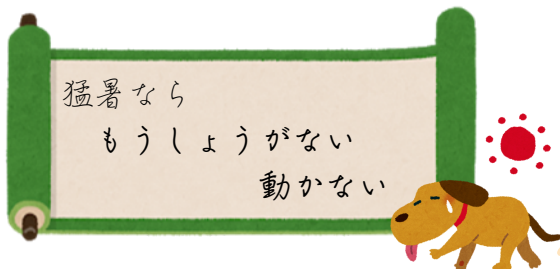
- ・日時 2024年10月27日(日) 10時～15時
- ・場所 港区立障害保健福祉センター

活動予定

ふあみねす(家族会)勉強会のテーマは、決まり次第ホームページにてお知らせします

8月							9月							10月						
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4						1			1	2	3	4	5	6
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27
26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31			

- 🍀 毎月第1土 ぶらねす(家族会) 13:00～15:00
8月 勉強会・茶話会
9月 茶話会
10月 勉強会・茶話会
- ★ 毎週火・水 ぶらねす(居場所支援) 13:30～16:30
- ★ 毎月第3土 ぶらねす(居場所支援) 13:00～15:00



ここまで暑い日が続くと、無理して体調を崩すより、次の機会までのチャージ時間だと思って過ごすこともひとつです。室内でできる楽しみを考えてみてはいかがでしょうか。

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
(ヒューマンぶらざ) 3階
電話 03-5439-8077
月～金、第1・第3土曜日
午前9時～午後5時

