



少し前に「アメトーク！」で「生きづらい芸人」という回がありました。日頃から生きづらさを感じているという芸人が8人登場し、どんなところで生きづらいと思うのかを語っていました。発言の多くは「自分のやったことに自信が持てない」「人に何か言われると、いちいちネガティブに解釈してしまって落ち込む」「苦手な人とのつきあいでエネルギーを消耗する」など、自己肯定感の低さ、他者の評価に敏感であること、人づきあいのストレスに関することでした。SNSではトークの内容に視聴者から多くの共感のコメントが寄せられたようです。このような内容の相談は、ネスト・ジャパンで行われる相談のなかでもしばしば出てきます。発達障害やその特性がある人は、個性が強い、周囲が見えていないなどと評されることがありますが、本人の主観的な意識としてはむしろこうした生きづらさを感じている人が少なくないと思います。「アメトーク！」では、それぞれの生きづらさに対して、それをやり過ごすための対策を互いに紹介し合っていました。このように当事者同士が情報交換したり助言しあったりできる機会があることは、とても大事だと思います。ネスト・ジャパンがそのような機会を提供できる場になっていけることを願っております。

代表理事 本田秀夫



活動報告

ハートネットTV「“好き”を心の支えに～発達障害と共に～」

2021年6月28日、NHK Eテレで放送された番組「ハートネットTV “好き”を心の支えに～発達障害と共に～」に、代表理事の本田とピアサポーターの有松が出演しました。この番組は大好評につき、8月18日にも再放送されました。

<https://www.nhk.or.jp/heart-net/article/524/>

有松はアニメやゲーム関係の余暇活動の他、「あさべん」や「茶話会」にも参加し、保護者の方々からの質問にお答えしたり、自らの経験談を語ってくれています。関心のある方、よろしければご参加ください。



NHKハートフォーラム<オンライン>

2021年8月9日、NHK厚生文化事業団主催のNHKハートフォーラム「子どもの発達障害～『子どもファースト』をどう実現する？～」がオンラインで開催され、本田が登壇いたしました。

当事者の方々もオンラインで出演されていましたが、その中のお一人は余暇活動（鉄友会）の参加者で、鉄道の話をも熱く語っていただきました。

<https://npwo.or.jp/info/19336>

日本自閉症スペクトラム学会第19回研究大会

2021年8月29日、30日、日本自閉症スペクトラム学会第19回研究大会がオンラインにて開催されました。今年度のテーマは「インターネットを活用した自閉症・発達障害への支援」でした。本田が大会実行委員長を務めるとともに、「コロナ禍と自閉スペクトラム症」というテーマで基調講演を行いました。



これから開催する学習会・講演会情報



ネスト学習会

2021年10月9日（土）14時～16時、本田代表理事が講師を務める学習会を開催いたします。今回のテーマは「大人の発達障害～生きづらさはどこまで改善するのか～」です。ホームページで既に告知しておりますので、会員以外の方からも多数お申込みいただいておりますが、まだ空きが少しあります。お申込方法等、詳細につきましては、ホームページをご覧ください。

発達障害啓発フォーラム

一昨年前より社会福祉法人緑の風との共催で開催している発達障害啓発フォーラム、今年度は2021年11月3日（水・祝）の午後、オンラインで開催します。「成人期の発達障害～家族のかかわり方～」というテーマで、本田代表理事が司会進行役を務め、支援者、保護者、当事者の方々にお話を伺います。リアルタイムでのご視聴はお申込みが必要ですが、後日ネスト・ジャパンの公式youtubeで配信予定で、申し込み不要です。詳細が決まりましたら、ホームページやSNS等で告知いたします。



本田代表理事の出版・メディア情報

本田が関わっているアプリ開発

「個性に合わせた多様な子育て」を応援するアプリ「TOIRO」、ご存知でしょうか。信州大学医学部子どものこころの発達医学教室の教授でもある本田が、信州大学のスタッフなどと一緒に開発し、アプリストアで無料公開しています。詳しい情報につきましては、こちらのサイトをご覧ください。<https://toiroapp.com/>



出版物



「しなくていいことを決めると、人生がラクになる」（本田秀夫著/ダイヤモンド社）
ダイヤモンド社からの初の出版、生きづらさを持つ方々への世渡り術が満載です。
2021年9月上旬に発売予定です。



「子どもの発達障害 子育てで大切なこと、やってはいけないこと」（本田秀夫著/SB新書）
ソフトバンク新書「自閉症スペクトラム」「発達障害」に続く3冊目は、子どもに焦点をあてました。
2021年10月上旬に発売予定です。

ご請求方法が変わります

おしらせ

余暇活動や個別相談、個別支援をご利用いただいた際のご請求につきまして、複数の余暇活動、個別支援等をご利用されておられる方は事前にご入金されていたかと思っておりますが、今後は原則として、ご利用月の月末にまとめて請求をさせていただくこととなりました。（すでに今年度の余暇活動分をまとめてご入金いただいている方を除きます）学習会や特別相談につきましては、これまで通り事前入金となります。お手数をおかけいたしますが、ご理解、ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

各活動の実施日時・内容の詳細につきましては、決まり次第、ホームページでお知らせ致します。ぜひご確認ください。

特定非営利活動法人ネスト・ジャパン

〒108-0074

東京都港区高輪1-26-15

Tel:03-6409-6812 fax:03-6409-6813

メール:nestjapan@gmail.com

<https://nest-japan.org/>