



ペアレントメンターによる傾聴

令和7年度

電話・WEBも
開始しました

【ペアレントメンターとは】

発達障がいの子をもつ親が、同じ経験を通り抜けてきた先輩として、後輩の親御さんの心理的支援（傾聴のみ）を行うもののことです。子どもさんが発達障がいをもっている（かもしれない）ことについて、ともに寄り添う心の伴走者です。

「子どもが発達障がいの診断を受けたけど不安が大きい」、「診断は受けていないけど子どもの発達に気になることがある」、「子どもの今後に不安がある」等、というお父さん、お母さん…ペアレントメンターに今感じている不安な気持ちをお話してみませんか？お話しすることで少しずつ不安が和らぐかもしれません。

【対象者】 発達障がい及び発達障がいの疑いのある子どもさんの保護者

※発達障害者支援法に定義されている障がい、または疑いのある子どもの保護者が対象です。

【方 法】 ①WEB（ZOOM 利用） ②電話

③来所（場所：青森県発達障がい者支援センター「ステップ」 相談室またはプレイルーム
青森市中央3丁目20-30 県民福祉プラザ3階）

【実施日】 毎月1回（第3水曜日）、1日2件（①10:00～11:00、②11:00～12:00）

※利用時間には利用手続きや説明等の時間も含まれます。

【日 程】 ※日程は変更になることもあります。「ステップ」へご確認ください。

	実施予定日	予約締め切り日
①	5月21日（水）	5月13日（火）
②	7月16日（水）	7月8日（火）
③	9月17日（水）	9月9日（火）
④	11月19日（水）	11月11日（火）
⑤	1月21日（水）	1月13日（火）
⑥	3月18日（水）	3月10日（火）

【予約方法】

- ① 青森県発達障がい者支援センター「ステップ」へご連絡ください。
- ② ペアレントメンターによる傾聴をご利用したいことをお伝えください。
- ③ 利用希望日をお伝えください。
- ④ 「ステップ」職員より必要事項についてお聞きいたします。そこで日程調整等させていただきます。
「ペアレントメンターによる傾聴」についてどのようなものか聞いてみたいという方もお気軽にお電話ください。

【お問い合わせ先】 青森県発達障がい者支援センター「ステップ」 TEL 017-777-8201