

## コラム

### 「発達障がいと向き合って」

僕は、自分に障がいがあるということが分からず過ごしていたが、高校を卒業してから35歳まで何度も転職を繰り返してきた。自分の障がい分からず、「何で仕事が続かないのか」と自分を責め、完全に心と体が動かなくなり、半年間自宅に閉じこもっていたこともあった。その後、発達障がいと診断され、それからは発達障がいに関する本を100冊以上読んで自分の障がいについて勉強し、本の内容と共通した自分の特性や課題などをノートに500ぐらい書き出した。そして、より具体的な内容を支援者と相談しながらまとめ、見直しては納得し、気持ちの整理を行っていった。

現在は障がい者雇用で清掃の仕事をして8年目になり、仕事内容も自分に合っている。会社の理解や配慮もあり、相談に乗ってくれる友人や仲間もできた。また、相談できる機関も多く、自分の大きな支えになっている。自分ひとりで悩まずに色々な支援機関で相談やアドバイスをもらうことで気持ちも楽になり、安心して仕事をする事ができている。

### こんな配慮をお願いします

- 一度に2つ以上の指示はせず、ひとつずつ順番に伝えてください。
- なぜできないのかではなく、どうすればよいのかをあいまいな表現は避けて、ゆっくり、短く、簡潔に順を追って伝えてください。
- ことばだけに頼らず、手順や方法を絵、写真、文字などの視覚的な情報を使って説明してください。
- 知らないこと、初めてのことや急な変更に対応することは苦手です。前もってスケジュールや計画などを伝えておいてください。
- 苦手なところを治そうとするより、得意なところを伸ばすような方向で関わってください。
- 気になること等があれば、専門機関に相談してください。

### 相談・問い合わせはこちらまで

#### ■ 瀬戸内市福祉部福祉課 障害福祉係 ■

〒701-4292 岡山県瀬戸内市邑久町尾張 300 番地 1  
TEL : (0869) 24-8847 FAX : (0869) 24-8840

### 相談機関

#### ■ 地域生活支援センタースマイル ■

〒701-4246 岡山県瀬戸内市邑久町山田庄 880-1  
TEL : (0869) 22-9600 FAX : (0869) 22-9601  
E-mail : setouchismile@gmail.com

#### ■ せとうち旭川荘 ■

〒701-4301 岡山県瀬戸内市牛窓町長浜 4982-1  
TEL : (0869) 34-6606 FAX : (0869) 34-6607



しってほしい  
わかってほしい

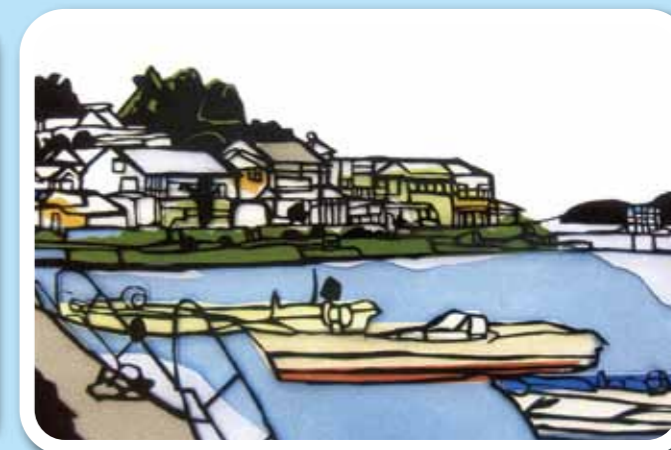
# 発達障がい

## 発達障がいってなんだろう？

- 生まれながらの脳の機能障がいと考えられています。
- 親の育て方やしつけ、教育、本人の努力不足が原因でおこるものではありません。
- 発達特性から、学校、職場などで人付き合いのしづらさや暮らしにくさにつながっています。
- 特性を生かし、芸術や研究、芸能界などで活躍している人もいます。
- 周囲の理解や適切な配慮、支援によって社会生活が送りがやすくなります。



事業所での仕事風景



切り絵 作品

# 例えば…こんな特徴がみられます

ここで紹介されている特徴が、発達障がいのある全てのこども、おとなにあてはまるものではありません。  
発達障がい、どのようにあらわれ、また、どの程度困難なのかは、人それぞれ異なります。  
周囲の環境や接し方によっても多様に変化します。  
発達障がいを私たち一人ひとりが理解し、お互いを認め合い、歩み寄りながら  
その人らしく生活できるように応援していきましょう。

一度に  
たくさんのことを  
言われると  
分からない

人間関係が  
上手く  
いかない

ことば・  
コミュニケーション

ことばを  
額面どおりに  
受けとる

独特で  
一方的な  
話し方

抽象概念の  
理解が難しい

聞き逃し  
聞き間違いが  
多い

学習面

読み、書き、  
計算などが  
極端に苦手

落ち着きがない  
立ち歩く

行動面・  
こだわり

忘れ物が多い  
準備や片付けが  
苦手

同じ行動を  
くり返す

大きな音、光、  
人ごみが苦手

場の空気が  
読めない

対人関係・  
社会性

暗黙のルール・  
接し方のルールが  
分からない

相手の  
気持ちを  
察するのが  
難しい

? ? ?

