

もっと知りたい、知ってほしい

大人の

能力の凸凹の差が
大きいために
うまくいかないことが多い

発達障害は、生まれつきの脳の特性といわれています。「人には誰にでも、得意なことと苦手なこととの差が大なり小なりあるものですが、発達障害があるとされる人は、1つあるいは複数の能力が極端に低いままの状態です」と鈴江さん。そのことよって、授業や仕事に集中できない、人の話をしっかり聞くことが難しい、相手の気持ちを気遣うのが苦手など、しばしば生活に支障をきたすことも。「困り事が多すぎる、対処しきれないというのが特徴」と話します。主

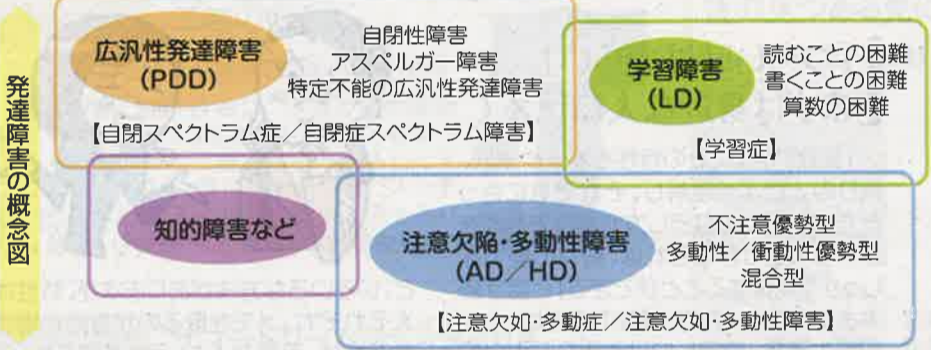


なもの、広汎性発達障害 (PDD)、注意欠陥・多動性障害 (ADHD)、学習障害 (LD) の3つ。人によっては複数の特性を併せ持つ場合もあります(下図参照)。

鈴江さんいわく「根本的な治療薬はない」とのこと。対症療法薬のほか、カウンセリングを含む精神療法、環境調整、社会生活訓練などが主な治療法とされています。

社会に出て初めて、コミュニケーションの難しさに戸惑ったり、生活のしづらさに悩んだり。さらにそれが、職場や家庭でのトラブルの原因になったり。これまで子どもの問題と思われがちだった発達障害ですが、大人になってから診断を受けるケースが増えているといわれています。本人や家族、周りの人が少しでもストレスを減らし、ともに暮らしていくために、どんな理解や工夫が必要なのか。今回は「大人の発達障害」について考えます。

【取材協力】
●香川県障害福祉課
●香川県発達障害者支援センター「アルプスカガわ」
【教えてくれたのは…】
静岡大学教育学部教授・精神科医 鈴江毅さん



何らかの生きづらさを感じているのは 10人に1人も

日本で発達障害者支援法が施行されたのは2005年。それ以来、子どもに対しては、早期発見・早期療育に向けて、さまざまなサポートが行われるようになりました。一方で大人になっている人たちは、そんな社会的ケアや理解を受けずに成長。「重度の自閉症などは、比較的早く発見されることも多いけれど、見た目にはほとんど分からない場合は、本人の性格や個性と捉えられるケースも多かった」と、アルプスカガわ相談支援員・社会福祉士の藤本裕子さん。進学や就職を機にさまざまなトラブルが発生し、初めて障害に気付くというケースが増えているとのこと。それが、近年「大人の発達障害」という言葉をよく耳にするようになった要因ではないかと指摘します。さらに、コ

ミュニケーション能力を求める企業が増えたことが大きいとも。それは発達障害を持つ人が苦手とするところ、生きづらさを自覚する人が増えたのではと分析します。

ミスが多い、落ち着きがないといった発達障害の特性は、少なくとも1つは誰にでも当てはまりそうなもの。「10人に1人は発達障害の傾向があるともいわれている」と鈴江さんは話します。ただ大人の場合、家族に守られながら限られた空間で暮らす子ども時代よりも、問題が深刻になりがちという藤本さん。仕事を辞めたり、離婚をしたり、社会や家庭での居場所をなくすことも多いとのこと。本人や家族を地域社会で支える仕組みが必要と専門家たちは呼びかけています。

一人で抱え込まないで まずは症状をチェック 困っていることや悩んでいることはありませんか?

(リーフレット「香川県 最近よくきくおとなの発達障害って何なん??」より抜粋)

- 人づきあいがとても苦手で、親しい友人がいない。職場でも孤立しがちだ
- 自分の思いや考えをうまく説明できない
- 思ったことをそのまま言葉にしたり、行動に移したりして、トラブルになる
- 冗談やたとえ話を理解するのが苦手だ
- 質問の仕方やタイミングが分からない
- 次に何をしたらいいか分からなくなって、固まってしまうことがある
- うっかりミスや忘れ物が多くて困る
- 前日に注意されたことも翌日には忘れてしまい、同じことで注意される
- メモを取っても、そのメモをなくしたり、何を書いたのか分からなくなったりする
- 一度にたくさんの指示をされるとパニックになってしまう
- 急な予定変更などに柔軟に対応できない
- 業務や課題の締め切りに向けてプランニングをすることが苦手だ
- 暗黙のルールが分からない
- 大きな声や音が苦手だ。商店街など雑踏にいることが苦痛だ

入試を見据えたLIVE授業で第一志望合格をめざせ!

中3 入試対策シリーズ

5教科サマーズミ 夏期

7月27日(金)~8月15日(水) 16日間

13:50~16:45[5教科] (1日3校時+確認テスト)

クラス	志望校
SS	高松高校上位合格クラス (Sクラスから公開実力テストの成績により選抜)
S	高松・高松第一(国際・特理)・丸亀(ダッシュ), 他
A	高松第一・三木(文理)・丸亀, 他
B	高松西・高松桜井・高松北・高松東(人文)・高松南(文理)・香川中央(アドバンス)・三木(総合)・高松商業(英実)・坂出・香川高専, 他
C	高松東・高松南・香川中央・高松商業・高松工芸, 他

好評受付中!

ホームページよりお申し込みできます 高予備 検索

参加者無料特典

公開実力テスト

7月22日(日) 現時点での学力到達度を判定

第2回 公立 高専 チャレンジテスト

8月5日(日) 「第2回学習の診断」予想問題

無料送迎バスを授業開始時刻にあわせて運行!

- 仏生山コース(木太・桜町・栗林)
- 川島コース(林・木太・今里)
- 高松港コース(高松駅・亀井町)
- 牟礼コース(古高松・春日)

入試対策シリーズ 合格体験記

高松高校合格!

2017年度入試対策シリーズ参加者の合格体験記の中から、本人の言葉をもとに掲載しています。



太田 雅斗君 (桜町中学校)

合格するためには、何も特別なことをする必要はありません。僕は基本をしっかり理解することを心掛け、それを説明できるまで仕上げました。自分で自分に教えるようにすると、学習内容がとて身につきやすくなります。しかし、自分だけでは分からないこともあります。そんな時に助けてくれたのが高予備の入試対策シリーズです。先生方はとても分かりやすく丁寧に教えてくれました。そんな先生方のおかげで今の僕があります。



石川 裕大君 (太田中学校)

高予備には公立高校入試対策用のオリジナルテキストがあります。このテキストには、基礎から応用まで幅広い問題があるので、今の自分に一番あったレベルの問題を解いていくことができます。また、授業で分からなかったところは高予備の先生方に気軽に質問できるので、自分の分からない所をなくすことが可能です。皆さんも入試対策シリーズを受講して、第一志望合格をめざしてください。

第一志望合格に自信あり

高松高等予備校

本校 高松市観光町547-1 tel.087-834-1015

同時受付 中1・中2 レベルアップシリーズ 夏期 7月27日(金)~8月10日(金) 13日間

支援センターやグループもがんばっています 気になることがあれば相談を

さまざまな立場の人が
生きやすい地域を目指して

香川県発達障害者支援センター アルプスカがわ



▲来所・訪問など、相談は平日の
午前9時～午後5時(予約制)

発達障害のある本人とその家族、関係機関を対象に、精神科医師、小児科医師、言語聴覚士、心理士、社会福祉士などの専門家がサポート。就労や進学、家庭での対応についてアドバイスしたり、職場の上司からの相談を受けたり、企業に出向いて、困り事を解決できるように導いたり、個々のケースに応じて丁寧に対応してもらえます。研修会の開催、講師の派遣、保育所や学校への訪問など、地道な活動で、地域への理解を深めています。

【高松市田村町1114かがわ総合リハビリテーションセンター内 ☎087(866)6001

同じ立場の親同士だから
言えること、聞けること

NPO法人ペアレントメンターかがわ



▲左から、副代表理事・豊田美奈さん、
理事・秋山輝美さん

さまざまな特性や障害を持つ子どもを育てた経験のある保護者の集まり。自分の経験が誰かの参考になるなら、つらい気持ちで子育てをしているお母さんたちの話を聞いてあげたい...そんな思いの親たちが養成講座を受け、ペアレントメンターとしてサポート活動をしています。個別相談のほか、中学生以上の保護者を対象としたペアメンCafeも好評。「分かる分かる」「うちもそうだった」など、同じ悩みを持つ親同士だからこそ、素直になれると、月1回の開催を心待ちにしている人も多いとのこと。参加して、おしゃべりするだけで、心が軽くなって帰っていくといえます。一人で悩まず、気軽に顔を出してほしいと広く扉を開いています。

善通寺市生野町796-1
☎080(2978)8304
メール info@pmentor-kagawa.org

ペアメンCafe 「せいねんきの部屋」

- 日時 第3日曜、午前10時～正午
- 対象 青年期(中学生以上)に入った、発達に気になる子ども、発達障害、障害などのある子どもを育てる保護者
- 場所 かがわ総合リハビリテーションセンター(高松市田村町1114)
- 参加費 無料

自ら考え、行動することを促す 支援センター ウィズ



▲ふわふわワッフルは地元の人たちにも人気

香川県のモデル事業として2011年にスタート。発達障害のある16歳以上の人に、居場所を提供する数少ない施設です。就労体験として、ワッフルを作ったり、販売したり。観音寺市役所や地元スーパーにも定期的に売りに出されます。「その日にやることを決めるのも自分。やらないと決めるのも自分。自主性を大切にするので、将来の自立につなげたい」と理事長の毛利公一さん。年に4回の家族の会には、同じ悩みを持つ保護者たちが多く参加。すぐに打ち解けて、情報交換と息抜きの場になっているとのこと。そんな機会を通じて、保護者がリラックスしたり、覚悟を決めたりできれば、子どもたちにも笑顔が増えると話します。

観音寺市栄町3-5-3-2 ☎0875(24)8111
メール with2011@sea.plala.or.jp

ハナミズキの会

- 日時 第4土曜、午前10時～11時半
- 対象 発達障害のある人(16歳以上)の家族
※観音寺市・三豊市在住
- 場所 社会福祉法人ラーフ「リール」
(観音寺市柞田町丙1060-1)
- 参加費 無料 ※要申し込み

2面では、発達障害を持つ人や周りの人の声とともに、 よりよい互いの寄り添い方を探ります。

本人や家族、周りの人の本音を聞きました

本人たちより

- 小学生のころから、忘れ物が多い、みんなと一緒に行動が取れないなど、自分は人とは違うとずっと悩んでいた
- 大人になっていくつか病院を回り、ようやく診断が付いた時には、自分自身納得できてほっとした
- 障害が理由とされる犯罪が起きると、偏見が強くなりそうで迷惑
- 障害を話すかどうかは、相手を見極めてから
- 適当でいいよとアドバイスされて、気持ちが楽になった
- 目標に向けて、1つ1つ計画を立てることで、モヤモヤがなくなった
- 親ともっと話したいのに、受け入れてくれない
- 祖母に、「いつになったら治るん?」と聞かれて傷ついた
- 失敗しても、落ち込むので強く叱らないでほしい
- 特別扱いせず、ほかの人と同じように接してほしい

家族や職場より

- 叱れば怒るし、甘やかしてもいけないし、子どもにどう接していいかわからない
- 自分が死んだ後が心配で、つい子どもに干渉してしまう
- 息子が中学で不登校になって、スクールカウンセラーに相談したら、小学生のころから発達障害を疑っていたけれど、お母さんに話すとパニックになると黙っていたと言われてあせんとした
- 発達障害の夫が育児に全く協力してくれない
- 後輩に注意してもすぐに忘れて、同じ失敗を繰り返すので困る
- 部下の仕事ぶりを見ていると発達障害かもと思うが、本人にも家族にも聞けない
- 部下が発達障害ということで配慮はしているが、同僚とのトラブルが多く、対処法を悩んでいる

「つらい時はつらい」 まずは身近な人に伝えて

「発達障害は、その特性を本人や家族、周りの人がよく理解し、それぞれに合った方法で日々の暮らし方や働き方などを工夫することができれば、個々の能力をしっかりと発揮することができる」と話す藤本さん。その一方で、障害の原因は、本人の努力不足、親のしつけや周りの人の関わり方の問題などといった誤解も少なくないとのこと。理解されない→傷つく→自尊心の低下→不安。その結果、発達障害の特性がより強く現れたり、うつなどの症状が生じたり、二次障害につながりかねないと懸念します。

もし生きづらい、苦しいと感じたときには、一人で悩まず、誰かに打ち明けてほしいとアドバイス。家族に話しにくい場合は、友人や公的窓口などに。気が進まない場合は無理に病院に行って診断を受ける必要はないといえます。

家族や職場の人たちは、話しやすい、聞きやすい環境づくりを。簡単な言葉でコンパクトに、紙に書きながら説明するな



ど、いろいろな方法がありますが、特性は人それぞれ。メモを取るのが有効な場合もあれば、苦手な人も。困った時には、専門家などに相談してほしいとのこと。香川県では、発達障害者地域支援体制強化事業として、発達障害者支援センターなどに発達障害者地域支援マネージャーを配置。企業研修や、発達障害を持つ人との間に入ってくるフォローも依頼できます。そのほか県内には、研修を受けたメンバー115人と、地域サポート委員9人がエリアでの支援に取り組んでいます。大切なことは、できていないことより、できていること、得意なこと目をつけること。マイナスではなく足し算で考えることが、障害を持つ人、持たない人両方にとって快適な環境づくりにつながるということです。

主な相談窓口

- 香川県障害福祉課 ☎087(832)3294
- 高松市障がい福祉課 ☎087(839)2333
- 丸亀市福祉課 ☎0877(24)8805

- 坂出市ふくし課 ☎0877(44)5007
- 坂出市けんこう課 ☎0877(44)5006
- さぬき市長寿障害福祉課 ☎0879(52)2516
- 三木町健康福祉課 ☎087(891)3304

トキワテニス オープンイベント

7月8日(日) 丸亀町グリーンけやき広場 11:00~17:00

飛び入り参加OK ●11:10~12:10 ●16:00~17:00

招待選手の卓球デモンストレーションと卓球教室
●13:30~15:30 前田美優選手 中尾優子選手 百十四銀行卓球部

主催:常盤産業株式会社 協賛:株式会社タクティブ 株式会社VICTAS 協力:株式会社百十四銀行 卓球部

8月5日(日) トキワテニス グランドオープン!! 卓球台15台設置(台貸可)

香川県出身 ゲスト選手紹介



氏名 前田 美優 選手
生年月日 1996年6月18日
出身地 香川県
所属 日本生命
世界ランキング 44位(2018.3月時点)
プレイスタイル 左S裏表前陣速攻

主な戦績

- 2017年アジア卓球選手権 混合ダブルス3位
- 2016年度全日本選手権 混合ダブルス優勝
- 2009・2010年全中 優勝
- 2012・2014年インターハイ 優勝
- 2014年度全日本卓球 3位
- 全日本卓球 混合複2回優勝



氏名 中尾 優子 選手
生年月日 1991年5月4日
出身地 香川県
所属 日本卓球リーグ 実業団チーム
プレイスタイル 右S裏表前陣速攻

主な戦績

- 2011年度全日本大学選手権 シングルス3位
- 2014年度全日本社会人選手権 ダブルス2位

5・11 TACTIVEトキワ高松 スクール無料体験会受付中 ●一般(中学生以上) ●ジュニア(中学生以下)

トキワテニス 香川県高松市今里町1-385 トキワテニスクラブ内
http://www.tokiwatabletennisclub.com

☎0120-023-994

お問い合わせ・お申込みはHPから!
トキワテニス

