

あなたの心の声を聞かせてください
(事例紹介)

“大人の発達障害”
について知ろう!

【Bさんが抱える困りごと】

- ・大切な資料をよく無くしてしまう
- ・机の上の整理整頓ができていない
- ・作業の優先順位をつけることが苦手
- ・状況に応じて計画を修正することが苦手
- ・気になるものが身の回りにあると作業に集中できない



Bさん・20歳代

仕事をするときには、なるべく気になるものを身の回りに置かないように配慮してもらえると助かります。また、優先順位をつけることに迷っているときは、「何を」「どのよう」「いつまで」といったことを一緒に考えてもらえると助かります。

【Aさんが抱える困りごと】

- ・長い説明を聞き取ることが苦手
- ・たくさんの指示を与えられると混乱してしまう
- ・相手の言葉の意図を読み取ることが苦手
- ・「だいたい」や「急ぎで」などの曖昧な表現を理解することが苦手



Aさん・30歳代

ゆつくりと、短めの文章で、具体的に言ってもらえると理解しやすいです。「●●してはいけません」などの否定的な言葉よりも、「▲▲すると良いですよ」などの肯定的な言葉で伝えてもらえると分かりやすいです。口頭での説明だけでなく、メモや手順書など、目で見て分かる資料と一緒にあると理解しやすいです。

相談窓口のご案内

あなたらしく生きる方法を見つけよう!

障害の特性を「個性」として生かしながら社会で活躍する人は数多くいます。あなた自身の得意なこと・苦手なことを、まずはしっかりと知り、あなたらしく生きていく方法を一緒に考えていきましょう。

また、ご家族や地域の皆さんからのご相談も、お待ちしております。

相談窓口 障害福祉課 (市役所1階10番窓口)

連絡先 ☎32-2067、FAX32-2153、✉shoufuku@city.tsuyama.lg.jp

※発達障害情報・支援センターホームページ (<http://www.rehab.go.jp/ddis/>) でも詳しく掲載されています



4月2日 “世界自閉症啓発デー” フルーライトアップ

4月2日の「世界自閉症啓発デー」に合わせて、自閉症をはじめとする発達障害について、広く啓発するための取り組みです。発達障害について理解を広めるための基調色である“青”で、津山市のランドマークである津山城(鶴山公園) 備中櫓をライトアップします。

自閉症の特性を理解し、ともに生きる環境づくりを進めましょう。

とき 4月2日(月)・3日(火)午後6時~10時

ところ 津山城(鶴山公園) 備中櫓



苦手なこと、困ったこと、ありませんか?

“大人の発達障害”を知ろう!

「大人の発達障害」という言葉を聞いたことがありますか。発達障害といえば、子どもを連想する場面が多いと思いますが、近年、大人になってから発達障害の診断を受ける人が増えてきています。幼少期や学生時代と違い、社会人になってから経験する複雑な人間関係や社会生活の中で、「苦手なこと」や「困ったこと」などを感じて発達障害を意識し始める人もいます。障害の特性は一人ひとりさまざまです。周りの人から理解が得られず困っていたり、一人で悩んでいたりする人もいます。

この記事を通して、大人の発達障害について一緒に考えてみませんか。

障害福祉課(市役所1階10番窓口) ☎32-2067

このような困りごと
ありませんか?



突然、予定が変わると混乱し、動けなくなってしまふ。

初めての場所に行くと、とても不安になり、取り乱してしまう。

会議でメモを取ることが苦手で、書くことに一生懸命になってしまい、会議の内容が分からなくなってしまう。

自分の好きなことばかり話してしまい、誰かに止められないと、延々と話し続けてしまふ。

大事な仕事の予定を忘れたり、大切な書類を置き忘れたりすることがよくある。

発達障害の種類

「発達障害」とは、次に示す症状のもので、通常、低年齢で発現するものとされています。発達障害の種類を明確に分けて診断することは大変難しいとされ、障害ごとの特徴が重なり合って現れることもあり、障害の程度や年齢(発達段階)、生活環境などによっても症状は異なります。

広汎性発達障害(PDD) (特徴) 対人関係や社会性の障害。コミュニケーションの障害。パターン化した行動や興味・関心の偏り。聴覚、触覚などの感覚が過敏または鈍感。言語発達の遅れや知的な遅れを伴う場合がある。

注意欠陥多動性障害(ADHD) (特徴) 不注意なことが多く、集中できない。多動(よく動く)。多弁(よくしゃべる)。衝動的に行動する(考えるよりも先に動く)。知的な遅れを伴う場合がある。

学習障害(LD) (特徴) 「読む」「書く」「計算する」などの能力が全体的な知的発達に比べて極端に苦手。

※このほかにも、「言葉が詰まる(どもる)、発話しにくいなどの吃音症」や「突然、素早い不随意運動を繰り返すトゥレット症候群(チック)」なども発達障害に含まれます