



知ってほしい

発達障害 のこと



近年、「発達障害」という言葉をよく耳にするようになりました。
ですが、さまざまな情報が飛び交う中、誤解などを防ぐため、
改めて理解を深めていく必要があります。

また、周囲の理解とサポートが重要となります。

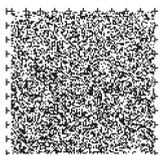
このパンフレットが、発達障害のある方や気になるお子さんのご家族、
支援者の方はもちろん、広く市民の皆さんの理解の助けになれば幸いです。



目次

発達障害って何だろう	P1
発達障害のよくある誤解	P2
主な発達障害と関わり方	P3、4
自閉スペクトラム症(ASD)、注意欠陥多動性障害(ADHD)、学習障害(LD)	
家庭での支援	P5
社会の支援	P6

専用のアプリで
音声コードを
読み取ることで、
ページ全体を音声で
読み上げます。



発達障害って何だろう

まずは「発達障害」について、定義やよく見られる特徴を紹介します。



発達障害とは

発達障害とは、脳の認知機能の偏りによって特徴的なとらえ方や行動が現れるなど、脳機能の発達に関係する障害です。誰しも得意（凸）不得意（凹）はあるものですが、その凹凸の差が大きく、不適応（環境とのミスマッチ）が生じているということなので、「発達障害は欠点だ」と決めつけるものではありません。また、代表的な発達障害に「自閉スペクトラム症（ASD）」「注意欠陥多動性障害（ADHD）」「学習障害（LD）」が

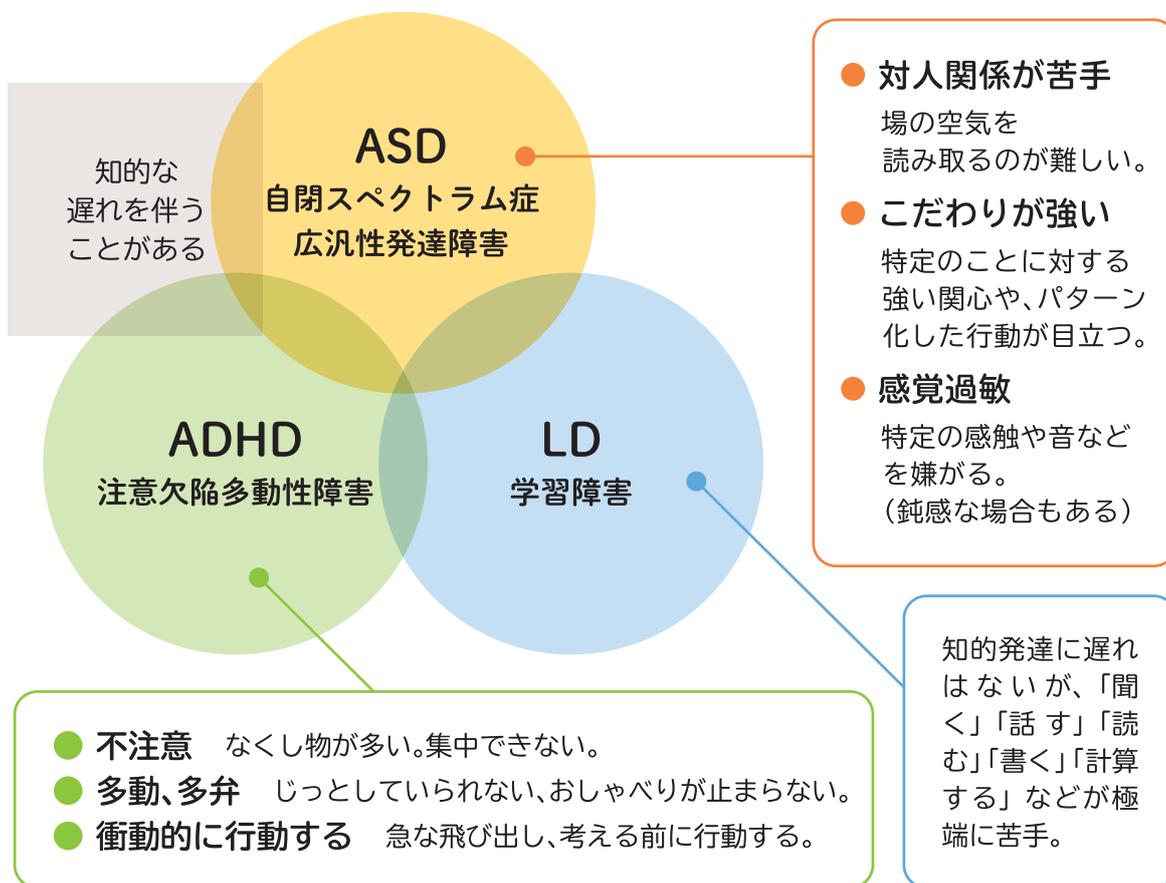
りますが、「複数の特性が見られる」と診断がされる場合もあります。

グレーゾーンへの支援の必要性

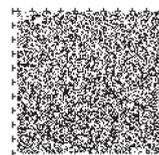
「発達障害の特性が見られるものの、診断基準には満たない」という意味でグレーゾーンという言葉が用いられることもあります。グレーゾーンの人たちも、周りの環境への適応に困っている場合、何らかの支援が必要です。



おもな発達障害とその特徴



※ここに挙げた特性は一例であり、現れ方には個人差があります。
※このほか、トゥレット症候群や吃音(症)なども発達障害に含まれます。



発達障害のよくある誤解

発達障害にまつわるよくある誤解を紹介します。



ずっと発達しないの？

「発達障害」という名称ですが、「発達しない」のではなく、「発達の仕方に凸凹がある」というのが正しいとらえ方です。誰でも、生まれつきの性格だけでなく、家庭環境や教育など外的要因の影響を受けて一生かけて成長します。発達障害も同じで、個人差はありますが、周囲が特性を理解しサポートすることで困りごとが減り、能力をより伸ばすことができます。

手伝いすぎるのはよくないの？

「発達障害は一つの個性だから配慮する必要はない」という考え方も、「苦手なことは全て手伝う」という考え方も極端なものです。当事者が何に困っているのかを把握し理解した上で、個々に合わせた支援が必要です。



… 理解不足が生む二次障害 …

不適切な対応が二次的な障害を招く

発達障害があると、失敗したり怒られたりすることがどうしても多くなり、小学校入学時や思

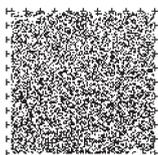
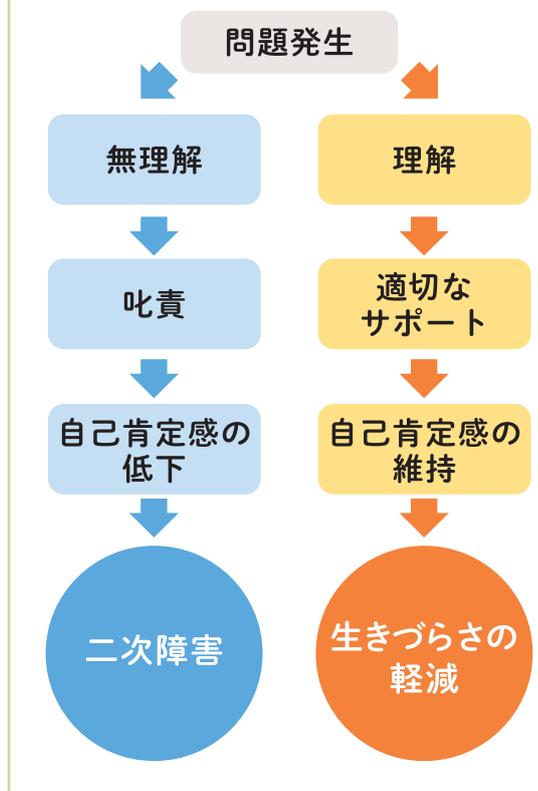
春期には学校生活や友人関係でトラブルも目立ち始めます。適切な対応がされず、自尊心や自己肯定感が上手く育まれないと、不登校やひきこもりといった別の問題につながるケースがあり、「二次障害」と呼ばれます。

二次障害は未然に防ぐことが可能

二次障害は家族や周囲の関わり方によって未然に防ぐことができます。

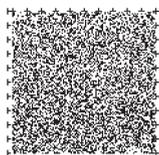
そのためにも、特性を理解した上での関わりが重要であり、将来の社会的自立にもつながります。

… 起因する問題 …



自閉スペクトラム症 (ASD)

かつて「自閉症」「アスペルガー症候群」「高機能自閉症」などと呼ばれていた症状を連続体(スペクトラム)と捉え、今ではASDの診断名が広く用いられています。対人関係や社会的なやりとりが苦手であったり、こだわり行動が大きな特徴です。



CASE 01

思った通りに伝わらない



コミュニケーションが苦手なASD

ASDには、「コミュニケーション」などの特性があります。言葉そのまま受け取ってしまう、相手の意思をくみ取るのが苦手、「空気が読めない」と言われてしまうなど、対人関係などで困難が生じやすいのが特徴です。

関わり方のポイント

言葉をかける時は具体的かつシンプルに。物の名前や数字、求めている行動などを、具体的に伝えることが有効です。「ちよつと」「優しく」などあいまいな表現は避けましょう。

Good

具体的な内容で声かけを



CASE 02

この感じが気になってイヤ!



感覚の敏感さ、鈍感さも特性

感覚の偏りなどがASDの特性です。視覚、聴覚、嗅覚、触覚などが敏感だったり逆に鈍感だったりするため、日常生活に支障をきたすことがあります。聴覚が敏感で大きい音が苦手というケースなどもあります。

関わり方のポイント

我慢させるのはNG。聴覚が敏感ならイヤーマフを着ける、触覚が敏感なら着られる形や素材の洋服をあれこれ試してみるなど、苦手な感覚を取り除いてあげましょう。

Good

苦手を受け入れ、取り除いてあげよう



主な発達障害と関わり方② 注意欠陥多動性障害 (ADHD)

年齢に不釣り合いな「不注意」「多動多弁」「衝動的に行動する」といった特性が見られます。

CASE 03

どうしても忘れちゃう



主に3つの特性がみられます

「不注意」「じっとしてられない」「考える前に行動する」といった特性が、同

てさまざまです。

関わり方のポイント

Good

チェックまで本人がすることで自信にもつながります

年齢の人よりも目立ち、家庭や学校などの場面でも一貫して見られる場合はADHDの可能性が高いとされています。一つの特性が目立つ、複数の特性が混在するなど、人によ

不注意が目立つケースは、忘れ物が多くなりがち。手順や持ち物を一覧にするなど、意識を高める工夫を。できた褒めてあげるのも大切!



主な発達障害と関わり方③ 学習障害 (LD)

知的な遅れはないものの、読み書きや計算など特定の能力の学習に著しい困難を示します。

CASE 04

うまく読めない...



特定領域の学習に遅れが

「聞く、話す、読む、書く、計算するなど」

声かけが必要です。

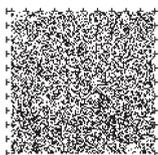
関わり方のポイント

Good

担任の先生の理解も重要

「知能に遅れはないのに特定の教科のみが極端に苦手」などの特性があり、小学校入学以降に気付く場合が多数。頑張っても周りの子たちと同じようにできず自信を失いがち。本人が安心できるように

苦手を見極め、道具で補助するなどのサポートを。本人が苦手を認めたくない場合もあるので、気持ちに寄り添った支援を。



家庭での支援

社会性を身に付け、自立心が芽生えるよう必要な支援を活用しながら接しましょう。



一人で悩まず、支援を活用する

外見からは障害があることが分かりづらい発達障害。本人はもちろんのこと、その家庭にしか分からない悩みがあります。周囲に相談もできず「自分の育て方が良くないのか」と悩む保護者の方も少なくありません。一人で悩まず専門機関に頼ることも大切です。また、家族がこどもの特性を理解し、その特性を踏まえて接するのもポイント。



当事者 VOICE

～保護者編～



会社員
Iさん

二児の母。長男（小2）がASD（高機能自閉症）およびADHDと診断。

長男は興味のあるお友達にちよっかいを出しがちなで、相談支援事業所や通所サービスなどの支援を受けています。トラブルが起きてしまったら叱責でなく、次につなげる「作戦会議」を本人と行い、解決策を2人で話し合っています。視覚優位の特性があるのでルールや伝えたいことは、紙に書いて理解を促しています。

苦手を理解し補えば、可能性が広がる

発達障害は苦手なことに目が向きがちですが、自身はその特性を理解し、周りから適切なサポートを受けることで、本来持っている能力が引き出されます。

例えば仕事でも作業内容や環境が自身と合っていないば、力を発揮できるケースもあります。「集団の中で話すことは苦手だが、1対1で話すことはできる」「異なる作業を同時に進めるとパニックになるけど、一つ一つ丁寧に取り組むことは得意」など、苦手・得意を把握することで活躍できる場面が生まれ、自信にもつながります。

当事者 VOICE

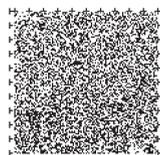
～本人編～



会社員
Yさん

30代前半で職場のストレスからうつ病を発症し、同時にADHDと診断。

数年前に企業の障害者雇用枠で採用され、今はチームのリーダー的な役割をしています。自分を含め発達障害がある人の多くは突発的な変更が苦手。パニックにならないよう会社にマニュアルを用意してもらったりなど工夫をしています。現在の仕事では、チーム課題の解決手段を考えることにやりがいを感じています。



クラス全員が過ごしやすい場所を目指す

通常学級にも、発達障害やその傾向があり、学習面や行動面で困りごとを抱える児童・生徒が在籍するため、学校側も支援できる体制づくりを進めています。例えば、読み書きに困難さを感じる児童・生徒には、書く量の調節や問題文の読み上げなどの支援や指導の工夫を行っています。また、通常学級に在籍しながら、特別支援の教育が受けられる「通級指導」をはじめ、一人一人の発達課題に合わせた学習のサポートは、家庭と学校の連携も欠かせません。

当事者 VOICE ～学校編～



教職員
Yさん

通級指導教室の担当教員、特別支援コーディネーター。市内9校を担当。

トラブルが起きた際、特性のある児童・生徒は自分なりの理由があるなど、自覚を促すのが難しいです。解決に向けて双方の話を聞き、時間をかけて本人が少しずつ気付けるような対応を心がけています。クラス全体では、「ユニバーサルデザイン」の考え方に基づき、一人を特別扱いせず、全員が過ごしやすい環境づくりを進めています。

一人一人に合わせたサポートで、安心して働く

障害者雇用のサポートが充実している職場も増えていきます。働く上での困難がある場合は、特性に合った仕事内容や職場の環境調整などの支援が受けられるよう、ハローワークや千葉障害者キャリアセンターなどの関係機関で、さまざまな取り組みが行われています。適切な支援を受けると、得意なことや長所を生かして活躍できる場面も増えてきています。



当事者 VOICE ～職場編～



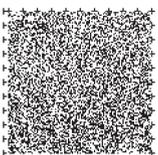
取締役
業務部長
Iさん

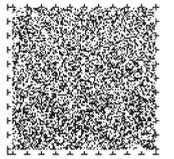
さまざまな障害のある方が働く事業部の管理責任者。

当社では、本人の健康状態等により出勤日数や勤務時間などを柔軟に対応しています。また、集中力が続かにくい方への声かけや、大きな音が苦手な方には前方から話しかけるなど、社内で配慮を心がけています。さらに、毎日の日報には業務内容の他、睡眠時間や心の状態も記録し、前向きなフィードバックを大切にしています。

社会の支援

家庭だけでなく、学校や職場など社会全体で適切なサポートをすることが必要です。





こども発達相談室

就学前のこどもの発達（ことばや行動など）について、心理士、保健師、保育士などの専門スタッフが継続的にご相談をお受けいたします（医師の診察は行っていません）。保護者がその子らしさを理解し、安心して子育てに取り組むことで、こどもが自分らしく成長できるよう、寄り添いながら支援をします。



JR「千葉みなと駅」から徒歩 20 分
JR「千葉駅」・京成電鉄「千葉駅」から徒歩 18 分
千葉都市モノレール「市役所前駅」から徒歩 10 分

〒260-0025
千葉市中央区問屋町 1-35
千葉ポートサイドタワー内9階

電話 043-441-8268

FAX 043-441-8273

発達障害に関する相談窓口

千葉市発達障害者支援センター

市内在住の発達障害がある本人・家族・支援する方々及び関係機関を対象に、相談支援・発達支援・就労支援を行います（検査・診断や療育訓練、職業紹介は行っていません）。

〒261-0003
千葉市美浜区高浜 3-3-1
はまのわ 2F

電話 043-303-6088

FAX 043-279-1353

千葉市療育相談所

心身の発達に遅れや心配のあるお子さんに対して診断・検査・評価を行い、障害の早期発見と発達支援を目指すとともに、お子さんの発達や子育てに戸惑いを感じている家族に寄り添い、具体的対応のアドバイスをしています。

〒260-0843
千葉市中央区末広 3-22-21

電話 043-216-2401

FAX 043-277-0220

千葉市養護教育センター

特別な支援が必要な就学前（年長時）から中学校卒業までの児童生徒及びその保護者等を対象に、就学相談や日常生活、学校生活等での困りごとに関する相談を行っています。

〒261-0003
千葉市美浜区高浜 3-2-3

電話 043-277-1199
(相談専用)

FAX 043-277-1852

