

発達障がいについて

大分県こころとからだの相談支援センター

今日の資料の内容

- 精神科で診断・治療される様々な領域
- 発達障害の概要
- 発達障害の多様な特性
- 発達障害の特性と日常生活との関わり
- 発達障害の特性への対策
 - ・ 家族や支援者の理解とサポート
 - ・ 当事者への接し方の基本
- 参考) 発達障害の診断と治療
- 参考文献

精神科で診断・治療される様々な領域

- 統合失調症
- 気分障害（うつ病・躁うつ病）
- 不安症（社交不安症・パニック症など）
- 強迫症
- 依存症（アルコール、薬物、ギャンブル、ネット...）
- 摂食症
- 認知症
- 発達障害**（一般精神科では成人、少なくとも高校生年代以上）

3

発達障害の主な分類

自閉スペクトラム症（ASD）

注意欠如／多動症（ADHD）

限局性学習症（LD）

4

発達障害の主な分類

自閉スペクトラム症（ASD）

- 広汎性発達障害・自閉症・アスペルガー症候群など分けられていたものが一括された
- 社会性・コミュニケーションの障害を主体とし、こだわり、感覚過敏、不器用などの特徴を持つ
- 知的な問題を持つ人もいれば持たない人もいる
- ADHDや学習障害との併存もある

5

発達障害の主な分類

注意欠如／多動症（ADHD）

- ①不注意（注意が散漫で気が散りやすい）
 - ②多動（じっとしてられない）
 - ③衝動性（何か思いつくと後先考えず行動してしまう）
- 上記3つを主な特徴とする
 - 多動・衝動性が目立つ元気なタイプと不注意が主体の大人しいタイプがいる
 - 早合点、忘れっぽい、計画的な行動ができないなどの特性から、仕事でつまづくことが多い

6

発達障害の主な分類

限局性学習症（LD）

- 全般的な知的発達の遅れがないにも関わらず、文字や文章を読むこと、書くこと、計算することなど特定の課題に困難を示すもの。
- 視空間認知（物の見え方が違う）の障害によるものではないかと考えられている。

※単純な勉強不足によるものではない

その他)

コミュニケーション症：

言語理解の問題、吃音、言葉の使い方の問題などを含む

発達性協調運動症：

手先や身体の使い方が不器用、常同運動、チックなどを含む

7

発達障害を理解するためのキーワード ～個人的に思うところ～

① 『見えないものはないもの』

② 『自他の区別がつかない』

③ 『記憶の混同』

8

発達障害を理解するためのキーワード ～個人的に思うところ～

① 『見えないものはないもの』

- 目に見えるものしか認知できない
 - 暗黙の了解、水面下のやりとり、さりげない心配りなど、いかにも日本人的な情緒の理解は困難
 - その場にはない物や人など、物理的な存在も意識外になってしまう
- 例) 自分から見えない身体の部位を触られても気付かない
こたつに入れた足の感覚が消える

9

発達障害を理解するためのキーワード ～個人的に思うところ～

② 『自他の区別がつかない』

- 自分と他人が違う考え方・感じ方をすることが理解できない
 - 自分が知っていることは相手も知っているとの前提で話す
 - 自分と違う意見が返ってくると、混乱・不安・敵意を抱くこともある
- 例) ミスを指摘されることや助言されることが苦手
「こうした方がいいよ」程度の助言に激怒する

10

発達障害を理解するためのキーワード

～②自他の区別がつかない：当事者の手記より～

・自分の考え＝みんなも同じ考え

→夫に指摘されるまで、ずっとそう思っていた。

私が好きなものはみんな好きだし、私が嫌いなものはみんなも嫌い。そういうものだと思っていたから、

私と違う人は、敵。悪。いけないことをしているから、正さないと！って思っていた。

でも、そうじゃないことを夫に教えてもらった。

自分と他者は、違って当たり前。（24歳で知った。

衝撃的だった）それは、良い悪いも関係ない。

違うからといって、おかしい訳ではない。

「発達障害の私が夫と普通に暮らすために書いているノート」

（著：ななしのうい 監修：福西勇夫 株式会社G.B.）より抜粋

11

発達障害を理解するためのキーワード

～個人的に思うところ～

③ 『記憶の混同』

- 通常、人の記憶は時系列に沿って順番に蓄積され、頭の中で整理されて、古いものから徐々に薄れていく
- 発達特性上、以下のような記憶の特徴を持つ人もいる
 - ・ 時系列に沿った記憶が難しい
 - ・ 記憶同士の関連付け、記憶と事実との関連付けが弱い
 - ・ 全ての記憶がいつまでも鮮明で薄れていかない
（写真記憶やフラッシュバックもこの一例）
- 記憶と事実との関連付けが弱いと『本当にあったこと』と『こんなことがあったらいいな／嫌だな』がいつの間にか頭の中で混ざり合ってしまうことがある

12

発達障害を理解するためのキーワード

～③記憶の混同：言った/言わないトラブルはなぜ起こる？～

- 発達特性を持つ人のコミュニケーション特性として、
 - ・ あいまいな表現や、言外の意味を推測するのが苦手
 - ・ 非言語的な手がかりから相手の気持ちを汲み取るのが苦手
 - ・ 言語的なやりとりでも文脈が汲めず会話の意図を掴めないそのため**会話の流れや相手の意図を誤解したまま過ごしている**ことがある
- これに『**記憶の混同**』が加わると、本人と周囲の人との訴えに食い違いがあり、言った/言わないのトラブルに発展してしまうことがある

周囲は以下のようなことに留意して対応する：

- ルール、契約や指示内容、話し合いの結果は紙面で渡す
- 会話の合間に要約を挟み、理解度を確認する

13

発達障害を理解するためのキーワード

～個人的に思うところ～

『自分の目に映るものしか見ず、都合の悪いことは忘れ、自分が思うとおりに物事が進むと考えている人』

ただの自己中心的な人とどう違うの？



- 『**自己中心性**』 脳の機能に基づく特徴をあらわす言葉
※ 2～5歳頃の世界の見方や認識の仕方をさす発達心理学の用語
『**自己中心的**』 性格上の問題をあらわす言葉
→ 端から見れば同じもののように見える
- 成人になれば、持って生まれた特性に、育ちの中で身につけた性格が関与してくるもの
→ 問題の全てを発達特性だけで片付けられない複雑さ

14

発達障害の概要①

- 生まれつき脳の形態や機能に何らかの違いがある
 - 「精神的なもの」「こころの問題」ではない
「脳の機能の障害」である
- 発達期（0歳～18歳頃）に症状（特性）が現れる
- 地域・時代・社会背景で範囲は変わりうる
 - 『コミュカ』が重視され、臨機応変に仕事を回す力を求められる
現代社会での生きづらさ
- 複数の障害特性を併せ持つことも多いが、
人によって症状に強弱があるため
必ずしも重症度が高くなるとは限らない

15

発達障害の概要②

発達障害の頻度（2000年代以降、成人）

- **自閉スペクトラム症：100人に1人**
ADHD：100人に2.5人
(統合失調症・躁うつ病・気管支喘息も100人に1人)
- 診断まではつかないが、特徴を部分的に持っている人なら
10人に1人はいるといわれるようになっている

診断が変わること

- 発達障害の症状（特性）には個人差が大きく、現れ方も
様々なため、最初は別の診断名がついていることも多い
- それぞれの人が持つ特徴（得意・苦手）や困り事を、
時間をかけて丁寧に聞き取る必要がある

16

発達障害の概要③

男女差

- 男性 > 女性（3倍以上といわれる）
- 女性の方が協調性に関わる脳の部分が発達していることと関係すると考えられている
- 女性では特性の出方が分かり辛く、発達障害と気付かれず生活している場合もある

遺伝

- 親子・きょうだい間で似たような発達の傾向を持っている場合も多い
- 特定の遺伝子ではなく多数の遺伝子が関係することが分かっている

17

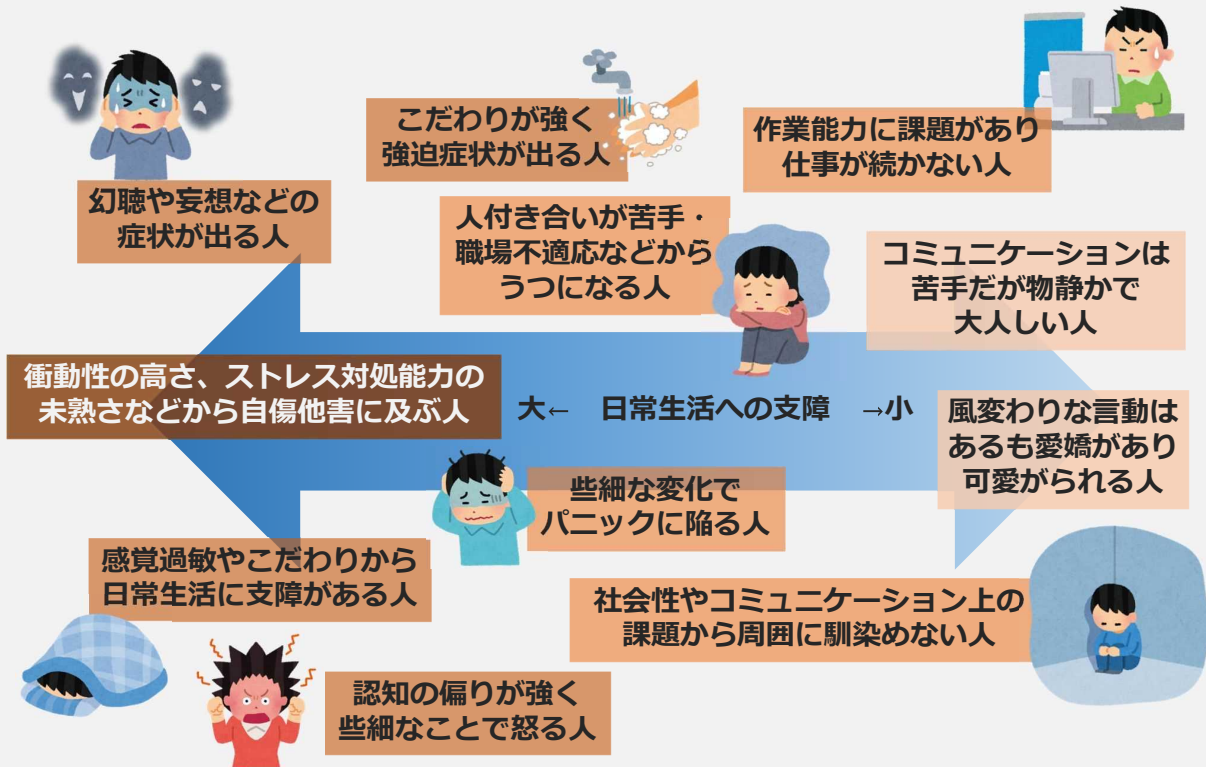
発達と育ちの関係

- 発達障害そのものは先天性の障害であり、
親の育て方で発達障害になるという説は否定されている
- 虐待など極端な環境で育った場合、後天的に脳の変化が起こり、発達障害の特性に似た症状が生じることがある
例) 多動・衝動性、集中が続かない、音に敏感、人の気持ちが分かりづらい等
- 成長するにつれ、その症状が生まれつきの障害に由来するものか、虐待の影響かを識別することは困難となっていく
→虐待を受けてそうなったのか、障害があったから虐待を受けたのか？
社会情勢や家庭を取り巻く環境の変化により、虐待まではいかなくても、複雑な家庭環境・障害を持つ親・経済的困窮など「育ち」の中での様々な要因が発達上の課題や人格傾向、対人様式、社会への向き合い方などに影響を及ぼすことも多い

18

※杉山登志郎著「子ども虐待という第四の発達障害」に詳述あり

発達障害にまつわる多様な問題



19

このような『問題』は、その人と周囲の環境との相互作用で生じることが大半なので、その人ひとりだけを変えようとしても上手くいかない

知覚

- ・ 視聴覚、嗅覚、触覚、味覚などの感覚が過敏（または鈍感）
- ・ 痛覚や温度覚が鈍く病気や怪我に気づきにくい

言語

- ・ 独特な言葉の使い方や言い回し
- ・ 辞書的な意味には強いが言外の意味や比喻表現が苦手
- ・ 声の調子、大きさ、イントネーションの調節が苦手

対人関係能力

- ・ 非言語的な手がかりから相手の気持ちをくみ取るのが苦手
- ・ 会話のやりとりが苦手
- ・ 場に応じた振る舞いができない

その他

衝動性・睡眠障害・協調運動障害 etc.

発達障害の特性の例

記憶

- ・ 部分的な丸暗記は得意だが要点の整理は苦手
- ・ 時系列に沿った想起が苦手
- ・ 人の顔を覚えるのが苦手

注意

- ・ 周囲に注意を向けるのが苦手
- ・ 注意の切り替えができない
- ・ 注意の範囲を調節できない（狭すぎor広すぎ）

実行（遂行）機能

- ・ 完成までを見通して計画的に作業をするのが苦手
- ・ 並行処理が苦手
- ・ 予定の変更が苦手

認知機能

20

分類は「成人期の自閉症スペクトラム診療実践マニュアル」神尾陽子/医学書院より一部変更

認知機能障害とは

記憶	注意力	実行機能（遂行機能）
健忘 ・特定の時期のことを思い出せない ワーキングメモリの障害（即時記憶や短期記憶） ・同じことを繰り返し質問する ・直前に聞いたことを忘れてしまう ・電話番号などを覚えられない 展望記憶の障害 ・予定や約束を忘れる 作話（作り話をする） ・ 記憶の混同 ・つじつま合わせ フラッシュバック ・過去の嫌な体験が鮮明に蘇る	持続的注意の障害 ・ひとつの作業に集中できない ・疲れやすく、集中が続かない 選択的注意の障害 ・気が散りやすい 注意の分配の問題 ・並行作業ができない ・周囲に目配りできない 注意の転換の障害 ・一つのこと集中していると他に目が向かない ・他のことを始めると先にしていたことを忘れてしまう 注意の容量の障害 ・一度に処理できる情報量が少ない ・速さと正確さを両立できない	段取りが悪い 要領が悪い 見通しが弱い 計画的に作業できない 時間管理ができない 臨機応変が苦手 応用ができない 例) コンソメスープは作れるがカレーを作れない 汎化ができない 例) カレーは作れるがシチューは作れない 作業の取りかかりが遅い 選択や決断が苦手 修正がきかない 周りを見て動けない

21

認知機能障害とは

- ・勉強、家事、仕事などの効率に関わる症状
- ・ごく軽いものなら「苦手さ」として誰でも持っている
- ・症状の現れ方により以下の4つに分類される

①生まれつき持っている→発達障害の発達特性

②病気をして現れた→統合失調症の認知機能障害

※うつ病・躁うつ病でも現れることがあります

③脳の損傷の後遺症として→高次脳機能障害

↳ 事故などの頭部外傷、脳出血や脳梗塞などの脳血管障害、脳炎など

④加齢に伴う脳の変化によって→認知症

- ・認知機能障害に限らず、社会性・感情のコントロール・コミュニケーションなども、後天的な病気や加齢により障害されうる部分です

22

発達障害の特性と日常生活との関わり

身辺自立

思考過程

対人関係

作業能力

その他

23

発達障害の特性と日常生活との関わり

**身
辺
自
立**

睡眠サイクルが乱れやすい
偏食が激しく栄養バランスが乱れがち
コントロールが利かず過食や夜更かしをしてしまう
服装や身なりに構わない、季節に応じた服装が出来ない
整理整頓が苦手、片付けられない
要不要の判断が出来ず物をため込む
効率的に家事をこなせない
手先や体の使い方が下手で怪我しやすい
計画的な金銭管理が苦手
不注意で怪我や事故が多い
文字がぶれたりゆがんだりして上手く読めない
感覚のバランスが悪く体調を崩しやすい

関わる特性
注意
実行機能
知覚 など

24

感覚過敏／鈍感さ

聴覚過敏

- ・ 普通の人が聞こえない周波数の音が聞こえる（スマホの充電音など）

→ノイズキャンセリング
ヘッドフォンで対処している人もいる

音の弁別の弱さ

- ・ 人混みやBGMのある店内での会話が苦手（音の聞き分けができず、相手の声を聞き取れない）

蛍光灯のピーンという音が聞こえます

私はみんなが気にならない蛍光灯のピーンという音や電化製品の小さな作動音が耳触りで、つらく、気が散ってしまいます
私の場合、ぐるぐる回るめまいではなく、脳がひどく疲れたように感じます
横になると回復します

「マンガ版 親子アスペルガー 明るく、楽しく、前向きに。」
兼田絢末/合同出版 p34より抜粋

25

感覚過敏／鈍感さ

視覚

- ・ 光に敏感で晴天時の外出が辛い
パソコンのモニタも輝度を最小にしないと眩しい
→アーレンレンズサングラスやブルーライトカット眼鏡で対処する人もいる
- ・ 白いノートでは反射光が気になり書きづらい・読みづらい
→近年この対策として文具メーカー各社から色つきのノートが発売されている
- ・ 蛍光灯のフリッカー現象が見える（蛍光灯の光が120回/秒で点滅する）
- ・ 細かい違いにすぐ気付く（誤字脱字や間違い探しが得意）

触覚

- ・ 洋服のタグや縫い目が苦手
- ・ 特定の素材の服以外はチクチクするので着られない
- ・ 舌触りや食感が苦手なものが食べられない
- ・ チューブ糊や粘土などの手触りを極端に嫌う

26

注意の分配・転換の障害

栗原類さん

8歳のときにADHDの
不注意優勢型と診断される。

**NHK「発達障害ってなんだろう」
キャンペーンサイトで動画視聴可能**

**「あの人の健康法」
モデル・俳優の栗原類が
向き合ってきた「発達障害」**

たとえば学生時代、母親からゴミ出しを
お願いされて『わかった』って返事は
するんです。
でも扉のところにゴミ袋があるのに、
気づかないでよく忘れていっちゃう。
無視していたわけじゃなくて、
置いてあることに全く気づかない。

「発達障害 工夫しだい支援しだい
私の凸凹生活研究レポート2」
しーた、梅永雄二（学研）
58頁「ゴミを出し忘れる」より 漫画抜粋

29

発達障害の特性と日常生活との関わり

思考過程

自分の考えや言いたいことの要点をまとめられない
順序立てて効率的に覚えたり考えたりすることが苦手
過去の記憶が鮮明に残り、時系列に沿った想起が難しい
→詳細な描写や写真記憶などの特技に転じることもある
独特なマイルールやこだわりに基づいて行動する
突飛な関連付けや思考の飛躍がある
傷つきや失敗を引きずり、気持ちを切り替えられない
想定外の事が起こると対応できず、融通が利かない
自分を客観視できず、ミスを振り返れない
自分の能力や現状に即した現実的な考え方ができない
先の見通しが立たない、想像力が乏しい
→「やってみないと分からないですね」と答える人が多い
話の大まかな粗筋を掴めない
情報の取捨選択・整理が出来ず、選択や決断が苦手
注意が逸れやすく直前のこともすぐに忘れてしまう
良く考えずに物事を決めてしまい、早とちり・早合点が多い

関わる特性
記憶
注意
実行機能
衝動性の
コントロール

30

先の見通しが立たない↓

「発達障害工夫しだい支援しだい
私の凸凹生活研究レポート2」
しーた、梅永雄二（学研）

p24「のちほど連絡します」と
いわれたけれど より漫画抜粋

選択や決断が苦手 →

適当に選べない買い物

私はいつも同じものを使いた
いので、こんな時(いつも買っ
ているマヨネーズが品切れ)は
とても困るのです
かわりにどれを買おう
こっちはいつものより
カロリーが高いし
こっちはいつものより
塩分が高いし
細かいことが気になったり、
情報が多くて混乱するし
適当に選べない！

「マンガ版 親子アスペルガー
明るく、楽しく、前向きに。」
兼田絢未/合同出版 p32より

31

独特なマイルールに基づく行動

25才で初めてゴミをゴミ箱に入れる練習をした。

- 私は鼻炎持ちなのでティッシュが手放せません。
(小学生からずっと)
- ゴミ = (ほぼ) 丸まったティッシュ
- 昨年、夫に「ゴミをゴミ箱に入れる練習をしよう」と
言われた。意味がよくわからなかった。

私の思ってること

「発達障害の私が夫と普通に暮らすために書いているノート」
ななしのうい・福西勇夫/GB より抜粋

- ① 私の近くにゴミ箱がない→捨てる場所がないから入れようがない
見えない=ないもの
- ② ゴミ箱に入れても後でまとめる(捨てる)ことと
床に散らばるゴミをまとめて捨てること 何が違うのかがわからない
必要がないことはしない
- ③ ゴミ箱にいれなければいけない理由がわからない
必要なら相当の理由があるべき (べき思考)

32

独特なマイルールに基づく行動

①私の近くにゴミ箱がない

→捨てるところがないから入れようがない

- ・「**見えないものはないもの**」という
発達障害特有の視覚情報処理に基づく思考
- ・別室にゴミを捨ててに行く・ゴミ箱を移動させるという
考えは全く浮かばない（見えていないときは意識外）

②③「必要がないことはしない」

- ・独特なマイルールの適用（認知の偏り）
- ・床にゴミが散らばっていると不衛生なので、
ゴミはゴミ箱に捨てるものであるという
一般常識やマナーの未習得と衛生観念の欠如
→母親からのネグレクトの影響か？

33

発達障害の特性と日常生活との関わり

対人関係

「空気が読めない」といわれる
マイペースすぎる、気が利かない
一方的に喋って人の話を聞かない
引っ込み思案で意思表示ができない
人付き合いに興味がない
人の顔を覚えられない、顔と名前が一致しない
社会的なマナーを自然と身につけられない
冗談や皮肉が通じにくく、言葉通りに受け取る
暗黙の了解を汲みとることが難しい
会話の流れや文脈が汲めずやりとりが成立しづらい
指示語（あれ、それ）や代名詞、漠然とした表現が分からない
言葉のやり取り、イントネーション、表情や口調などの調整が苦手
相手や状況に合わせた言葉づかいや振る舞いが苦手
表情・口調・態度などから相手の気持ちを汲み取るのが苦手
自分と他人が違う考え方や感じ方をするものだと認識していない
騙されやすく詐欺や悪徳商法の被害に遭いやすい
職場で必要とされる報告・連絡・相談ができない
職場での注意や指摘に過剰に反応してしまう

関わる特性
言語 注意 記憶
対人関係能力



34

「自分がされたら嫌なことは相手にもしたらだめ」が通じない

Dくん（広汎性発達障害）はお友達と遊びたいが、最近みんなDくんと一緒にいてくれなくなりました。お友達にとってみれば、Dくんはいつもお友達を叩いてしまう上に、お友達が泣いて嫌がっているのに全然やめようとしなないし、むしろ面白がって笑っていたりするからです。



叩かれたら痛いでしょ。叩かれたらどう思う？叩いてほしい？

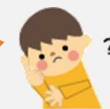


自分が嫌なことは、お友達にもしちゃいけません。

いや



でも、**お友達叩くときは、ボクどこも痛くないよ。**だから嫌じゃないよ。それに、ボクが叩くと、面白い顔してワーワー言うんだもん。たくさん叩くとワーワー言うよー。



キーワード②自他の区別がつかない

→相手の立場に立てない：「自分が叩かれたら痛い」⇔「相手も叩かれたら痛い」
という立場の変換ができない

「講座 子どもの心療科」杉山登志郎
第7章 発達障害児の示す問題行動の理解と対応 より

35

職場で必要な報告・連絡・相談ができない

皆さんにはこんな経験ありませんか？

アキラさん「あの・・・ちょっとよろしいですか？」

上司 「はい？」

アキラさん「今日中に仕上げなければならない書類なんですけど」

上司 「ああ それがどうしたの？」

アキラさん「今日はこれから出張に出て、午後には戻って、それから書類にとりかかります」

上司 「はい」

アキラさん「・・・・・・」

上司 「・・・・・・？」

解説者 「上司のほうは返答に困ってしまいました なぜでしょう？
そもそもアキラさんは何が言いたかったのですか？」

アキラさん「今日提出する書類の期日をのばせるかどうか訊きたかったんです」

解説者 「なるほど・・・でも今の会話では、延期の相談なのか、出張に行くという連絡なのかわかりませんね」

「発達障害がある人のためのみるみる会話力がつくノート」

柳下記子・野波ツナ/講談社 p94より

36

発達障害の特性と日常生活との関わり

作業能力

感覚過敏のために疲れやすい
口頭指示を聞き取れない、忘れてしまう
指示されたことや電話の内容をメモできない
時間の管理ができない、見通しが立てられない
計画的に作業できず期日に間に合わない
並行作業ができない
複数指示があると混乱し、優先順位をつけられない
集中が続かない、注意が逸れやすい、目移りしやすい
ひとつのことに没頭してしまい注意の切り替えができない
全体を見て動くことが苦手、自分の仕事が済んでも他を手伝わない
自己判断が出来ず、逐一指示を要する
依頼や作業分担ができず共同作業が苦手
模倣が苦手で見学することができない
自己流で作業を進めてしまう
完璧主義で作業に時間がかかる
状況に合わせた柔軟な対応が苦手
(予定変更・手順の変更・作業の中断…)

関わる特性
記憶
注意
実行機能
知覚
対人関係能力

37

「指示が理解できない」に関わる特性

作業中、一緒に作業していた上司から「アレ取って！」と言われたが、何のことか分からず怒られた

- **注意力の問題**：作業や会話から注意が逸れたり、自分の作業に没頭しすぎたりして、話を聞きそびれて指示されたものが分からない
- **実行機能の問題**：作業の手順から次に必要な物品を想定することができず、指示されたものが分からない
- **社会性の問題**：『部下は指示に備えて常に上司の動向に注意を向けておくこと』という暗黙のルールが分からず、指示されたものが分からない
- **コミュニケーションの問題**：会話の流れや文脈を汲めず「アレ」という指示語が何を指すものかわからない

38

約束や期日が守れず、嫌になる

いつも間に合わない

スケジュールの問題は、AD/HDがある人の主要な悩みのひとつ。打ち合わせに遅刻する、約束の期日に仕事ができないなどの行動がみられ、プロ意識の欠如を指摘されがちです。

本人は：なぜいつもギリギリになるのかわからない

まわりは：時間にルーズな人だと評価する

Check! あなたは遅刻するタイプ？

- 外出の準備は出発5分前に始める
- 朝の寝覚めが悪い
- 作業に夢中になると、約束の時間に気付かない
- 地図を持って移動しても道に迷う

「大人のAD/HD(注意欠如・多動性障害)」

田中康雄/講談社 p34より抜粋

・計画立てて作業ができない
・時間の管理ができない

39

発達障害の特性と関連する多彩な症状

※いわゆる『二次障害』と呼ばれるものだが、前述の様々な発達特性あつての症状なので、こればかりを問題視して、何故起こるのか？という理由を放置してはいけない

- ・ **精神病様症状**：幻聴や妄想に似た訴えが聞かれることがある
→聴覚過敏を幻聴と誤解されたり、被害的な受け取りが被害妄想ととられたりすることもある
※実際に幻聴や妄想があり、抗精神病薬が効く人もいるので注意が必要
- ・ **うつ・不安**：発達特性による生きづらさからうつ状態や強い不安に陥ることも
- ・ **衝動制御の問題**：アルコール・ギャンブル・ゲームなどへの依存、借金問題、窃盗や放火などの触法行為
- ・ **自傷・他害など暴力行為**
- ・ **こだわり**：手洗い・確認・ためこみなどの強迫症状に転じることもあれば、極端な食行動として摂食障害に陥ることも
- ・ **タイムスリップ現象**：突然過去のことを今まさに体験しているかのように鮮明に思い出し混乱する（いわゆるフラッシュバック）
→突然泣く、怒る、パニックになるなど周囲からは理解不能の行動で誤解される
- ・ **解離**：漫画やゲーム、空想の世界への没頭
→いじめや虐待と関連することもあり、若年者では特に注意が必要！
- ・ **常同行為**：不安や緊張を和らげるため一定の動きを繰り返す癖がある
- ・ **性別違和**：一般的な性役割への拒否感、同性集団への馴染めなさ

40

発達障害の特性への対策

本人の努力や工夫

家族や支援者の理解とサポート

医療や社会資源の活用

※対策には個々の特性に合わせたプランニングが重要です

41

家族や支援者の理解とサポート

「社交的でない人を社交的にすることはできないと
いうことを肝に銘じておきましょう」

『自閉症感覚』 テンプル・グランディン

- ・脳の機能の違いのため、一般常識を自然に身につけることは苦手な人たちである

「こんなことは自然に身につけて当たり前」

「言わなくてもこのくらいは分かってるはず」

「教えられなくても分かるはず」・・・という油断は禁物

- ・「日本の文化に慣れていない外国の人」への対応に例えられることもある
- ・「発達障害当事者に分かりやすい説明」は、他の人たちにも分かりやすい説明である

42

家族や支援者の理解とサポート：注意点

①安易に「発達障害」と決めつけないこと

- 近年、非社交的な人・変わった発言をする人・言うことを聞かない人はみんな発達障害にされてしまう風潮がある
- 「発達特性があるかもしれない」とアセスメントすること自体はよいが、そこから**支援者自身がどうするか**が重要
 - ×「この人は発達障害だから仕方ない」とやりとりを諦める
 - ×「病院で診断をつけてもらって**治療**してもらおう」と考える
 - 「発達障害的な特徴がある人だから、説明の仕方を工夫してみよう」と**自分のやり方を変える**
- 目の前の支援対象者を「発達障害者・精神障害者」というくくりで見るのではなく、「**～～という困りごとを抱えた○○さん**」という**一個人として対応する**

②ひとりで抱え込まないこと（チームで対応）

- 支援者自身の関係依存や燃え尽きを防ぐ**
- 注意指導は複数人の共通の意見や、施設全体の方針として伝える

43

当事者への接し方の基本：声かけ

- 接するときの基本的なスタイルは「**穏やかに・丁寧に・簡潔に**」（声の大きさ、口調などささいな変化に過敏な人もいる）
- どんな障害であれ性格であれ、『**成人した社会人**』として接する

- まず名前を呼ぶ（**注意喚起**）
- 少しトーンダウンした声でゆっくり話す（**聴覚の問題への配慮**）
- 話の始めと終わりを明確にする（**注意・集中の維持**）
- こちらが伝えたいことを簡単にまとめ、質問を受ける（**要約と確認**）
「私が言いたいのは～ということですが、分かりにくいところはありませんか？」
- してくれたこと・改善できたことにはお礼を言う（**感謝と労い**）
「○○をしてくれてありがとうございます」
「あなたが○○をやってくれたので助かりました」
→**具体的に内容を入れて褒めることで正のフィードバックになり、良い行動が強化される**

44

当事者への接し方の基本：身辺自立

- 日々の体調を確認し、健康への意識を高める
 - ・ 食事内容と睡眠時間の確認、生活習慣病の学習や健診の勧奨
→ 検査結果で数値として示されると節制への意識が高まることもある
- 生活サイクルは乱れやすいものとする
 - ・ 乱れる原因は何かを一緒に考える（不眠がある？ 夜更かしする？）
 - ・ 睡眠日誌や睡眠改善プログラムを活用してみる
- 身だしなみを整えることや衣類調節も苦手な人がいる
 - ・ 気になったときはなるべくポジティブな声掛けで修正する
 - ・ 気温や気候に応じた服装の例を写真等で提示する
- 周囲が手と口を出しすぎず、自力でできることを増やす
 - ・ 本人なりのペースややり方もある程度は尊重する
- 障害への理解や受容の度合いは人それぞれ
 - ・ 病名・障害名にこだわらず、その人の“困り事”として扱う
 - ・ 仲間同士で体験談を話し合う場をもつことが有効な人もいる

45

当事者への接し方の基本：作業指示

- 「カーナビのような指示をする」よう心掛ける
→ 「ひとつずつ・簡潔明瞭に・順を追って」伝える

分かりづらい指示	分かりやすい指示
「まずプリント配って、チラシの仕分けして…後は <u>周りを見て動いてね</u> 」 「 <u>10人</u> ちょっと座れるくらいで、 <u>適当に</u> 机のセッティングお願い」 「 <u>誰か</u> やってくれる人いませんか？」	「プリントは 5枚1セット でクリップ止めにして各テーブルに配布します。 それが終わったら次の指示をします 」 「 図のように テーブルを 3つ 配置して、周りに 4脚ずつ 椅子を並べてください」 「 □□さん 、お願いします」

「細かすぎるくらいの指示をする」こと！
「『いまどき部下』を動かす39のしかけ」より

- ポイントは**視覚情報**と**具体的な数字**
- 遠回しな指示や曖昧な言い方は分かりづらい
苦手な曖昧ワード：適当に、ざっと、そのあたり、だいたい、ほどほどに、少々、一口大、ひとつまみ、目分量で、何枚か、数枚程度、普通に
- 複数指示には優先順位をつけ、可能ならメモに書いて渡す
- 指示系統は可能なら一本化する

46

当事者への接し方の基本：作業指示

- 苦手なことへの対応は人それぞれ
 - 失敗を経験した方がいい人もいれば耐えられない人もいる
- ※ただし耐えられないからといって失敗しないようお膳立てするのは禁物
するならこちらがしようとするサポートを明確に伝えること
- 例) 「あなたが安心して仕事ができるよう、こういうサポートをしようと思うのですが、どうですか？」
- その人の対処能力を見極めて、苦手なことを試してもらうか判断する
- 見極めが難しければ直接本人に聞いてみる
- 例) 「こういう仕事があるんだけど、やってみますか？」
「チャレンジしてみて、もしも凄く苦手で続けるのが難しそうなら、別の仕事をお願いしたいので、教えてください」
- 改善案の提示や実演に対応できなければ他の作業を任せる
 - 「こんな風にしてみてください」とまずはやってみせる
 - 模倣が苦手で見ても学べない人もいるので、できなければ無理強いしない

47

当事者への接し方の基本：職業適性

- 課題やスキルアップのみに注目するのではなく、得意なことやできることなどの強みから**職業適性（ジョブマッチング）**を検討する視点も重要となる
- どんなことにも全力で妥協しない
- 好きなことへの集中力が優れている
- 単調な反復作業も飽きずに取り組む
- 根気や緻密さが必要な作業が得意
- ルールを遵守しルーティンワークをきちんとかなす
- 周囲に惑わされず地道にコツコツと物事を進められる
- 細かい違いによく気付くので選別・仕分け・検品作業が得意
- 得意分野の深い知識があり説明も上手
- 芸術的な感性や創造性が高く創意工夫が得意
- 新しいものや流行に敏感で情報収集能力が高い
- 好奇心旺盛でフットワークが軽く思いついたら即行動できる

48

当事者への接し方の基本：注意指導

- 話がまとまらないときは会話内容を**要約・復唱**する
「それは～ということですか？」 「～の件が気になるんですね」
- 注意する際には**理由と改善目標**を提示する
×「これ全然出来てないじゃん、ダメだよダメ、作り直し！」
○「**必要な項目の記載がない**ので、書類を作り直して下さい。
作り直す際は、**この様式と同じ形で**作成して下さい」
- 口頭での指導が入りづらいときは文書やメールで指導する
 - ・ 上司の声のトーンや注意を受けているという状況そのものに萎縮して指導内容に集中できない人もいる
- 注意を素直に受け入れてくれる人ばかりではないと覚悟する
 - ・ 当事者から理にかなわない反抗をされても応戦しないこと
 - ・ 平時と同じ態度を崩さず、淡々と注意指導すること
 - ・ 攻撃的／被害的な人には複数名で対応すること

49

障害の有無を問わず「素直じゃなくて逆ギレする人」はどこにでもいる

家族や支援者の理解とサポート ：二次障害と問題行動

- いわゆる『二次障害』や『問題行動』は、以下のような要因から生じているものであることを忘れてはいけない

- **元々の発達特性による生きづらさ**
- **周囲の人たちとの齟齬**
- **環境への不適應**

- 原因となる発達特性や対人／環境要因を考慮せず、目につきやすい（周囲が困る）症状や行動のみを改善しようとしても上手くいかないことが多い

50

家族や支援者の理解とサポート

：二次障害と問題行動

『問題行動』 支援のヒント

1. 『問題行動』の背後にあるものを考える
①精神症状 ②発達特性 ③知的・作業能力 ④感情
2. 『問題行動』が起こる状況を分析する
場所・時間・対人場面・環境要因・作業内容など
3. 『問題行動』が起きない状況、または
起きてても上手く解決できた状況を分析する

51

家族や支援者の理解とサポート：二次障害と問題行動

※ここで紹介する方法はあくまで一例です。問題行動への対処はその人の状態や特性によって様々です。
⇒参考文献の『非行・問題行動・情緒障害関連』もご覧ください

- 暴力には独りで立ち向かわない（危ないと思ったら逃げる）
→自傷他害の危険性があるときには警察に介入を求める
- 繰り返す暴言には付き合いすぎずルールに沿って対応する
例）時間で区切る：「〇分までなら話を聴けます」

※ 注意事項 ※

①対応者が全員共通の時間設定と返答内容にすること

→特定の支援者への依存や攻撃を防ぐため

②複数名が入れ替わり立ち替わり話を聴かないこと

→「文句を言えば色々な人に話を聴いてもらえる」負のルーティンを防ぐ

→『対応者を替える』という方法はどこでも可能なわけではなく、
家での対応者は母一人という状況が多いため家庭内で適用できない

52

家族や支援者の理解とサポート：二次障害と問題行動

※ここで紹介する方法はあくまで一例です。問題行動への対処はその人の状態や特性によって様々です。
⇒参考文献の『非行・問題行動・情緒障害関連』もご覧ください

- 幻覚、妄想、持続的な興奮状態などがある場合は環境調整で改善しなければ薬物療法も検討する
- こだわりが高じて強迫症状化し、周囲を巻き込む場合は対応のルール設定を行なう＋薬物療法を検討する
例) 頻回の手洗いや偏った食事の強要、ため込みによる生活空間の圧迫
- ネットでの詐欺・金銭トラブルや性被害・加害など、「陥りやすい危険」を支援者も知っておく

53

最後に

• 決めつけや先入観は危険

- 「発達障害だから〇〇が得意／苦手」とは限らない
- 精神疾患や障害をもつ人の身体愁訴を何でも「精神的なもの」で片付けてはいけない（実際に身体疾患がある、感覚過敏の影響など）

• 正しい知識を持つ

- 精神科の薬は何でも依存になるわけではない（用量用法を守れば大丈夫）
- 発達障害は「治らない」ものではない（年齢や経験を重ね軽減する部分もある）

• 実現可能な自立の形を想定し、実生活に即した支援に努める

- 手と口を出しすぎず、行なう支援とその理由を当事者に明示する
- 自分ができていないことは助言できない（生活や食習慣、ダイエット…）

• 支援者自身の心身の健康を維持する

- 支援する立場の人自身が燃え尽きや関係依存に陥らないよう注意する
- 自分自身のストレスケアと援助希求のスキルを磨く
- 生活習慣を見直し、口コモ対策と認知症予防に努める

54

最後に

• 支援者としての心持ちについて

もしもあなたが「嘘はつかないし職務には忠実だけど、気がきかないうえに退屈な人」という役割を演じるのが断固嫌だとしたら、あなたは多分援助者には向いていません。「いい人」と思われたいだけですから。

「援助者必携 はじめての精神科」春日武彦/医学書院

サポーターには、その人自身が幸せで心のバランスのとれた人を選びましょう。傷ついた人同士では、上手なサポートは成り立ちません。

(発達障害当事者から仲間に向けた『支援者の選び方』より)

「アスピーガールの心と体を守る性のルール」デビ・ブラウン/東洋館出版社

55

参考) 精神科の薬物療法：よくある疑問

• 精神科の薬は依存になるのでは？

- 抗精神病薬、抗うつ薬、気分安定薬に**依存性・耐性はない**
- ベンゾジアゼピン系の薬剤（抗不安薬・睡眠薬）では高用量の長期使用や乱用で依存を生じることがあるので、用量用法をきちんと守ることが大切

重要!

• 症状が治ったら薬をやめてもいい？

- 統合失調症やうつ病・双極性障害では再発予防のために症状が改善しても服薬を続けなければならない
- 薬の中止・変更・減量の希望があるときは必ず主治医に理由を添えて相談する（例：「朝起きても昼まで眠気が残るので睡眠薬を減らしたい」）

• 副作用ばかりで効果がないのですが？

- 精神科の薬は服薬開始から効果が現れるまで何週間かかる場合がある
- 多くの場合、副作用が先に現れ、後から入れ替わりで効果が現れる
- 副作用の出方には個人差が大きいので、自身の体質を知ること大切（例：発達障害圏の人の薬剤過敏）

56

参考) 発達障害の診断

発達障害は「増えた」のか？

- 社会的な注目が集まり診断される率が上がった
- 社会の変容による生きづらさから障害が顕在化する率が上がった
→**見かけの増加**
- 出生時低体重や晩婚化（特に父親の高齢化）の影響を示唆する報告もある
→**実際の増加**
- 児童虐待との関連
→**虐待による発達上の課題を抱えた子どもの増加**（『第四の発達障害』）

成人の発達障害の診断が難しい理由

- 発達障害の診断に必要な生育歴の確認が難しい（単身での受診、親が高齢）
- 表面に現れる症状が多彩で他の診断に紛れやすい
- 発達障害としての典型的な症状が見えづらい
- 育ちの中で身につけた『性格』と区別できない部分もある
- 『発達特性』は多かれ少なかれ誰もが持っている（正常との境界が曖昧）
- 診断のための鋭敏な検査が今のところない

57

参考) 発達障害の診断：診断確定までの流れ

重要!

発達歴の確認

養育者に始語・始歩・遊び方・対人交流の様子・成績などを詳細に聴く（※）

診察

本人から話を聞き、表情や話し方、生活の様子などを確認する

各種検査

知能・発達検査などの心理検査
器質的な問題がないか確認するための画像検査（CT, MRI, 脳波）

行動観察

デイケアなどで対人交流の様子や作業能力を確認する

診断確定

※母子手帳や成績表、作文などの作品があると分かりやすいが、成人後の受診の場合、発達歴の確認が難しいことも多い

診断確定には非常に時間がかかり、明確な診断がつかない場合も多い

58

参考) 発達障害の診断：診断に必要な情報

・家族に準備してもらいたいもの

- ・母子手帳
- ・学校の通知表、作文、図画工作の作品など
- ・自宅での生活の様子（家事、趣味、外出など）

・本人から教えてもらうこと

- ・学校や職場で困っていたこと
- ・日常生活の中の得意・不得意（掃除、料理、金銭管理…）
- ・今現在の生活の様子（タイムスケジュール）

・今後どうしたいか？をはっきりさせた上で受診する

①うつや不安など精神的な症状がある

→薬物療法

②まずは生活習慣や身の回りの自立をしたい

→デイケア（医療）や生活訓練（障害福祉サービス）

③身の回りの自立はできており、仕事がしたい

→就労支援

59

参考) 発達障害の診断：診断後の流れ

・子供の場合

児童精神科
小児科

診断

薬物療法

ADHDのコンサータ・ストラテラ・インチュニブ
ASDのオーラップ・エビリファイ
うつや不安など二次障害や併存症への治療

療育

地域の療育機関
TEACCH、認知行動療法、感覚統合療法、
学習支援、ペアレントトレーニングなど

・大人の場合

精神科

診断

薬物療法

うつや不安など二次障害や併存症への治療
必要に応じてADHDへの薬物療法も

デイケアや生活訓練

基本的な生活技能や対人技能の習得

就労支援

障害者職業センターや就労支援事業所
職業適性検査、ジョブコーチなど

服薬がない人でも、
何らかのサービスを受
けるには**主治医の
指示や診断書が必要**
なので、定期的な
通院が必要です

60

参考) 発達障害の診断：鑑別診断

- 発達障害の診断に際しては「可能性は広くとり、診断は狭くする」ことが重要といわれる
- 安易な発達障害診断は本来必要な治療や自助努力の妨げになることもある
- 発達障害・精神疾患いずれも、幼少期からの発達歴や生育環境、対人交流の特徴などの詳細な情報が重要となる
- 発達障害が主診断なのか、他の精神疾患に由来するものか、発達障害と精神疾患の併存なのかを十分検討した上で診断されるものである

鑑別 or 併存しやすいもの

- うつ病
- 双極性障害（躁うつ病）
- 気分変調症
- 統合失調症
- 妄想性障害
- 強迫症
- 社交不安症（対人恐怖）
- 摂食障害
- パーソナリティ障害
- 虐待による影響

合併しやすい疾患

- てんかん
- チック症
- トウレット症候群

61

参考) 発達障害の診断：本人に伝えること

たとえ確定診断を受けたとしても、
それですべて上手くいくわけではない

• 「発達障害の特性だから○○できません」

→特性があっても、苦手なことを得意なことでカバーする工夫や、少しでもミスを少なくするための工夫が必要

• 「障害なら周囲が合わせるのが当たり前」

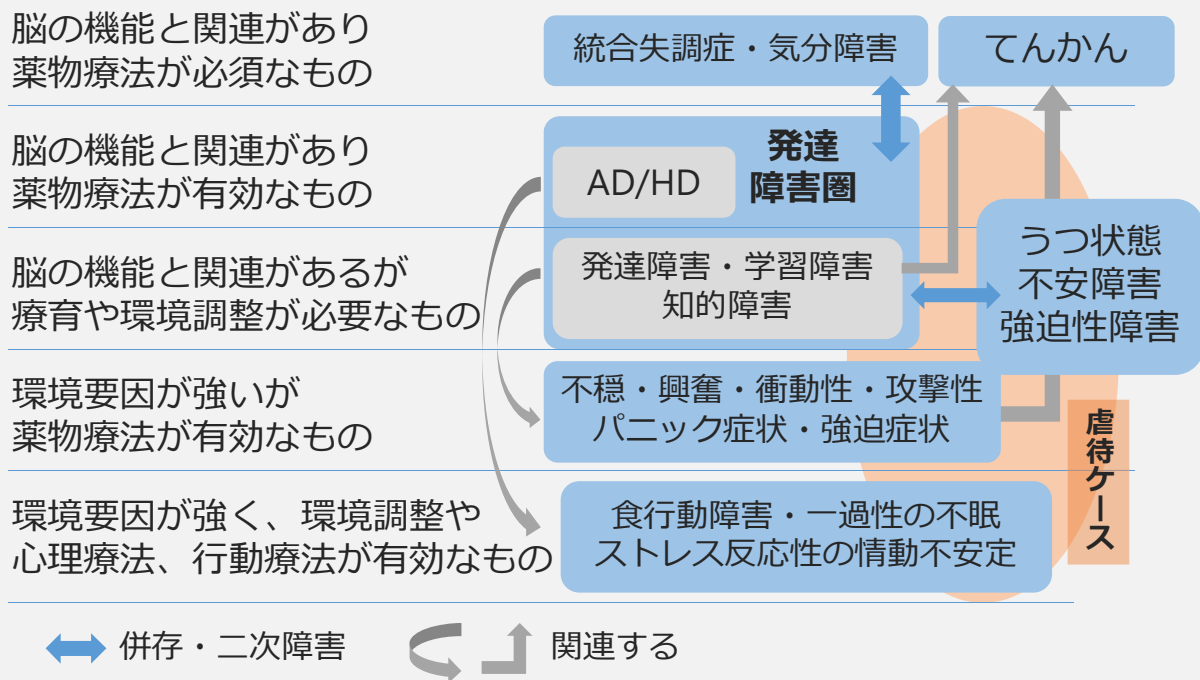
→『合理的配慮』はしてもらえても、何でも許してもらえないわけではない

• 「どうせ治らないんだから、努力は無駄」

→工夫や練習次第でスキルアップ可能な部分もあるので諦めないで！

62

参考) 薬物療法と疾患・障害との関わり



63

発達障害を扱った作品

<自伝・ノンフィクション>

- ・「我、自閉症に生まれて」テンブル・グランディン/学習研究社 (1997)
- ・「自閉症の脳を読み解くーどのように考え、感じているのか」テンブル・グランディン/NHK出版 (2014)
- ・「火星の人類学者」オリヴァー・サックス/早川文庫 (2001)
- ・「自閉っ子、こういう風にできてます!」シリーズ ニキ・リンコ、藤家寛子/花風社 (2004~)
→周囲の人からは分かりづらい感覚過敏や身体感覚について詳述あり
- ・「アスペルガー症候群だっていいじゃない 私の凸凹生活研究レポート」しーた、田中康雄/学研 (2010)
- ・「発達障害工夫したい支援したい 私の凸凹生活研究レポート2」しーた、梅永雄二/学研 (2011)
→一般企業に勤める当事者の仕事上の困難や工夫が当事者自らの言葉と漫画で描かれる
- ・「発達障害の私が夫と普通に暮らすために書いているノート」ななしのうい、福西勇夫/G B (2019)
→発達障害+愛着障害に基づくこだわり特性・感覚過敏・認知の偏りを持つ女性が夫との生活を維持するための工夫を綴る

<漫画・小説>

- ・「旦那さんはアスペルガー」シリーズ 野波ツナ・宮尾益知/コスミック出版 (2011~)
- ・「旦那さんはアスペルガー 奥さんはカサンドラ」野波ツナ・宮尾益知/コスミック出版 (2015)
- ・「マンガ版 親子アスペルガー 明るく、楽しく、前向きに。」兼田絢未/合同出版 (2012)
→自身も発達障害を持つ母親の育児の工夫が満載、子育て支援者必読
- ・「ボクの彼女は発達障害」くらげ・寺島ヒロ・梅永雄二/学研 (2013)
→聴覚障害の男性と発達障害の女性のカップルによる日常
- ・「プロチチ」逢坂みえこ/講談社イブニングKC (2011~)

64

<精神科一般・薬物療法・用語集・アセスメントやケース記録>

- ・「絵でみる心の保健室」武田雅俊・田中稔久/アルタ出版
- ・「専門医がやさしく語るはじめての精神医学」渡辺雅幸/中山書店
- ・「よくわかる精神科薬物ハンドブック」風祭元/照林社
- ・「こころの治療薬ハンドブック」星和書店
- ・「精神・心理症状学ハンドブック」北村俊則/日本評論社
- ・「医療・保健・福祉・心理専門職のためのアセスメント技術を高めるハンドブック」近藤直司/明石書店
- ・「援助者必携 はじめての精神科」春日武彦/医学書院
- ・「精神科仕事術」山下隆之/医学書院

<発達障害一般>

- ・「大人のAD/HD（注意欠如・多動性障害）」田中康雄/講談社（2009）
- ・「よくわかる大人の発達障害」中山和彦・小野和哉/ナツメ社（2010）
- ・「よくわかる大人のアスペルガー症候群」上野一彦・市川宏伸/ナツメ社（2010）
- ・「よくわかる大人のアスペルガー症候群」梅永雄二/主婦の友社（2010）
- ・「発達障害の治療法がよくわかる本」宮尾益知/講談社（2010）
- ・「発達障害の親子ケア」宮尾益知/講談社（2015）
- ・「女性のアスペルガー症候群」宮尾益知/講談社（2015）
- ・「ASD, ADHD, LD 女性の発達障害」宮尾益知/河出書房新社（2017）
- ・「LD 学習症（学習障害）の本」宮本信也/主婦の友社（2017）
- ・「LDの子の読み書き支援がわかる本」小池敏英/講談社（2016）
- ・「自閉症-これまでの見解に異議あり！」村瀬学/ちくま新書（2006）
- ・「発達障害の子どもたち」「発達障害のいま」杉山登志郎/講談社現代新書（2007・2011）
- ・「ぼくらの中の発達障害」青木省三/ちくまプリマー新書（2012）
- ・「発達障害と呼ばないで」岡田尊司/幻冬舎新書（2012）
- ・「大人の発達障害ってそういうことだったのか」宮岡等・内山登紀夫/医学書院（2013）
- ・「大人の発達障害ってそういうことだったのか その後」宮岡等・内山登紀夫/医学書院（2018）
- ・「発達障害の女の子のお母さんが、早めに知っておきたい47のルール」藤原美保/健康ジャーナル社（2018）
- ・「あなたの隣の発達障害」本田秀夫/小学館（2019）

65

<発達障害専門書>

- ・「広汎性発達障害-自閉症へのアプローチ-」市川宏伸/中山書店（2010）
- ・「成人期の広汎性発達障害」青木省三・村上伸治/中山書店（2011）
- ・「成人期の自閉症スペクトラム診療実践マニュアル」神尾陽子/医学書院（2012）
- ・「生活障害として診る発達障害臨床」田中康雄/中山書店（2016）
- ・「データで読み解く発達障害」平岩幹生 他/中山書店（2016）
- ・「子ども・大人の発達障害診療ハンドブック」内山登紀夫・宇野洋太・蜂矢百合子/中山書店（2017）
- ・「発達障害支援の実際」内山登紀夫/医学書院（2017）
- ・「発達障害のある女の子・女性の支援」川上ちひろ・木谷秀勝/金子書房（2019）

発達障害圏の分類・症状・疫学・治療法が総覧できる貴重な1冊です

女性の身体やライフステージに沿った問題を豊富な事例で解説した本

<問題行動・非行・触法関連>

- ・「行為障害と非行のことがわかる本」小栗正幸/講談社（2011）
- ・「発達障害児の思春期と二次障害予防のシナリオ」小栗正幸/ぎょうせい（2010）
- ・「青年期の発達課題と支援のシナリオ」小栗正幸/ぎょうせい（2012）
- ・「思春期・青年期 トラブル対応ワークブック」小栗正幸/金剛出版（2018）
- ・「講座 子ども心の心療科」杉山登志郎/講談社（2009）
- ・「そだちの臨床 発達精神病理学の新地平」杉山登志郎/日本評論社（2009）
- ・「子ども虐待という第四の発達障害」杉山登志郎/学研（2007）
- ・「悲しみの子どもたち-罪と病を背負って」岡田尊司/集英社新書（2005）
- ・「自閉症-これまでの見解に異議あり！」村瀬学/ちくま新書（2006）
- ・「精神障害者をどう裁くか」「精神鑑定はなぜ間違えるのか」岩波明/光文社新書（2009・2017）
- ・「自閉症者の犯罪を防ぐための提言 刑事告訴した立場から」浅見淳子/花風社（2012）
- ・「自閉っ子のための道徳入門」社会の中で生きる子どもを育む会/花風社（2012）
- ・「ドキュメント 発達障害と少年犯罪」草薙厚子/イースト新書（2014）
- ・「発達障害と少年犯罪」田淵俊彦・NNNドキュメント取材班/新潮新書（2018）

物議を醸した少年犯罪関連2冊 何でも発達障害と関連付けていいのかと疑問を持ちながら読むべき

66

参考文献

<運動や手足の動き、不器用さ、読み書き計算>

- ・「発達障害の子の感覚遊び・運動遊び」木村順/講談社
- ・「発達障害の子の読み書き遊び・コミュニケーション遊び」木村順/講談社
- ・「発達障害の子の指遊び・手遊び・腕遊び」木村順/講談社
- ・「発達障害のある高校生・大学生のための上手な体・手指の使い方」笹田哲/中央法規
- ・「ワーキングメモリを生かす効果的な学習支援」湯澤正通・湯澤美紀/学研
- ・「通常学級で役立つ算数障害の理解と指導法」熊谷恵子・山本ゆう/学研

<教育関連・性教育>

- ・「ケース別 発達障害のある子へのサポート実例集 中学校編」上野一彦・渡辺圭太郎/ナツメ社
- ・「こんなときどうする？ 発達障害のある子への支援 中学校編」内山登紀夫・中山清司/ミネルヴァ書房
- ・「イラスト版 発達に遅れのある子と学ぶ性のはなし」伊藤修毅/合同出版
- ・「イラスト版 10歳からの性教育」高柳美知子/合同出版
- ・「はなそうよ！恋とエッチ みつけよう！からだときもち」すぎむらなおみ・えすけん/生活書院
- ・「マンガでわかる オトコの子の「性」 思春期男子へ13のレッスン」染矢明日香・村瀬幸治/合同出版
- ・「アスパーガールの心と体を守る性のルール」デビ・ブラウン/東洋館出版社(2017)

<生活技能・人付き合い>

- ・「体験しながら育もう 実行機能カステップアップワークシート」NPOフトゥーロ・LD発達相談センターかながわ/かもがわ出版
- ・「ちゃんと人とつきあいたい～発達障害や人間関係に悩む人のためのソーシャルスキル・トレーニング～」井澤信三他/エンパワメント研究所
- ・「アスペルガー症候群 大人の生活完全ガイド」辻井正次・杉山登志郎・望月葉子/保健同人社
- ・「家庭で無理なく楽しくできる生活・自立課題36」井上雅彦/学研
- ・「発達が気になる子のための自立・就労トレーニング」田中和代・野村昌宏/合同出版
- ・「お金で死なないための本」「お金で泣かないための本」宇都宮健児・千葉保/次郎太郎社エディタス
- ・「ダメッ！って言わない 子どもへgood アドバイス シリーズ」
(1:時間のマネジメント 2:身の回りのお片付け 3:お金のモラル) 高取しづか/合同出版

67

<就労関連>

- ・「アスペルガー症候群就労支援編」佐々木正美・梅永雄二/講談社
- ・「仕事がしたい！発達障害がある人の就労相談」梅永雄二/明石書店
- ・「発達障害の人の就活ノート」「発達障害の人のビジネススキル講座」石井京子・池嶋貴二/弘文堂
- ・「発達障害の人が長く働き続けるためにできること」五十嵐良雄/講談社
- ・「見てわかるビジネスマナー集」ジアース教育新社
- ・「大人の発達障害サポートブック」小野和哉/ナツメ社 (2017)
- ・「女性の発達障害サポートブック」本田秀夫・種田みおり/ナツメ社 (2019)
- ・「発達障害がある人のためのみるみる会話力がつくノート」柳下記子・野波ツナ/講談社 (2013)
- ・「ADHDタイプの大人のための時間管理ワークブック」中島美鈴・稲田尚子/星和書店 (2017)
- ・「働く人のための時間管理ワークブック」中島美鈴ほか/星和書店 (2021)
- ・「発達障害者と働く(障害者雇用マニュアルコミック版5)」高齡・障害・求職者雇用支援機構
- ・「障害者雇用のABC」山口創生/星和書店
- ・「部下がアスペルガーと思ったとき上司が読む本」宮尾益知・滝口のぞみ/河出書房新社
- ・「もし部下が発達障害だったら」佐藤恵美/ディスカヴァー携書
- ・「職場にいるメンタル疾患者・発達障害者と上手に付き合う方法」久保修一/日本法令
- ・「面接シナリオによるメンタルヘルス対応の実務」高尾総司・森悠太・前園健司/労働新聞社

<その他関連書籍>

- ・「うちのOCD(強迫性障害/強迫症)」しらみずさだこ・佐々毅/星和書店
- ・「強迫性障害・聞きたいこと知りたいこと」「実体験に基づく強迫性障害克服の鉄則」田村浩二/星和書店
- ・「強迫性障害のすべてがわかる本」原田誠一/講談社
- ・「僕は四つの精神障害 強迫性障害、性同一性障害、うつ病、発達障害と共に生きて」津野恵/星和書店
- ・「ネット依存症のことがよくわかる本」樋口進/講談社 「ネット依存症」樋口進/PHP新書

68

参考文献