



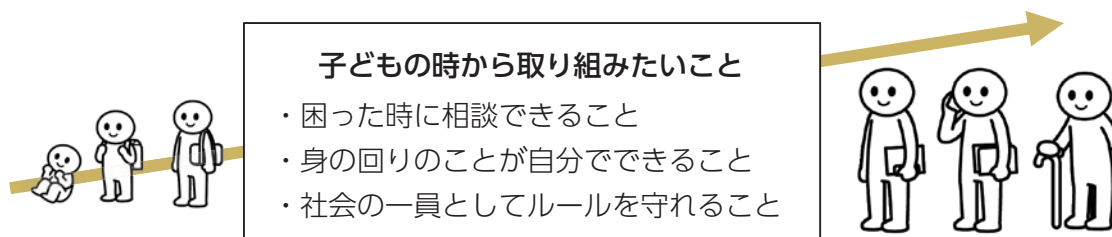
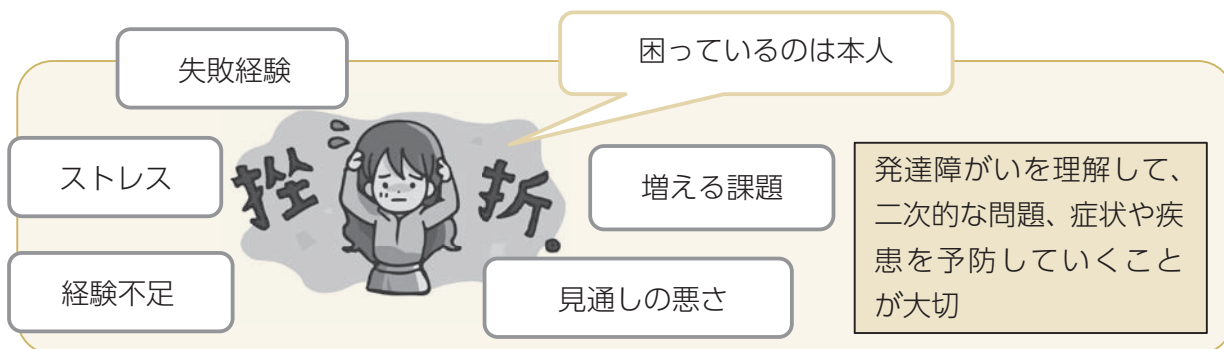
# 『発達障がい』って何？



正しい理解の  
道しるべ

原因は、生まれつきの脳機能の偏り・・・**特性**

子どものころに気づかれずに、大人になってから、精神的な不調（不安、うつ、緊張、興奮しやすさなど）で気づかれる場合もあります。



周囲に【特性】を理解してもらいにくく、「いじめ被害にあう」、一生懸命努力しても「失敗を繰り返す」などのストレスがつのりやすいため、身体症状（頭痛、腹痛、食欲不振など）、精神症状（不安、うつ、緊張、興奮しやすさなど）、不登校やひきこもり、暴言・暴力、自傷行為などの「二次的な問題（二次障害）」を引き起こしやすいといわれています。

そうなる前に家族や周囲がその子の特性を正しく理解し、本人の「生きづらさ」を軽減させて二次的な問題を最小限にとどめることが対応の基本となります。

# いろいろな発達障がい



- 社会的コミュニケーションの障害
  - ・年齢相応の人間関係が築けない

- 興味や活動が偏る
  - ・パターン化した行動
  - ・こだわりが強い
  - ・柔軟性に欠け、変化に弱い



他の人の困り感や状況の理解ができない

別の呼称「自閉スペクトラム症」

複数の発達障がいが合併することもあります。

## ICD-10（国際疾病分類）から

広汎性発達障害  
アスペルガー症候群  
自閉症

学習障害 (LD)

注意欠如多動性障害 (ADHD)

知的障害を伴うこともある

- 全体的な知的発達に比べて、「読む」「書く」「計算する」が極端に苦手



その他：吃音・トゥレット症候群・発達性協調運動障害・選択性緘黙・・・



- 不注意
  - ・集中困難
  - ・うっかりミスが多い
  - ・忘れ物が多い
  - ・よく物をなくす
- 多動性
  - ・じっとしてられない
  - ・考えがまとまらない
  - ・多弁
- 衝動性
  - ・後先を考えずに行動する
  - ・我慢できない



# 発達障がいの あるある

子どもも  
大人も



集団の流れにのれない



感覚過敏



絶えないトラブル



ケガが絶えない

同じミス・・・



こだわりが強い



叱られることが多く  
自信が持てない



仕事の段取りがつけられない



あいまいな表現が分からない



整理ができない



余計なことを言ってしまう



急な予定変更  
にパニックになる



話にとままりがない



# 発達障がいにおける バリアフリー

『発達障害者支援法』には、「共生社会の実現に資する」ために、切れ目のない支援の重要性が明記され、『社会的障壁』の除去（バリアフリー）を目指すことも盛り込まれています。

## 安全で、安心できる環境をつくる

- 過度なストレスを感じずに済むように、ご本人の特性に合わせた生活環境の見直し・工夫がサポートの基本です。
- 静かな場所、刺激の少ない環境など、落ち着いて過ごせるスペースは大切です。
- 感覚のかたよりがみられる場合には、過度に我慢をさせたり無理強いしたりということがないような配慮も大切です。

### 基本姿勢

穏やかに・・・  
穏やかな声掛けと、刺激の少ない環境を用意する。

本人を無理に変えようとしない

肯定的に・・・  
否定形ではなく、肯定的な伝え方を心がける。

## 合理的配慮

家庭・地域・教育・職場

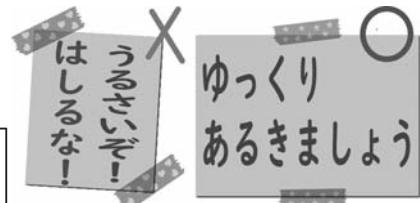


刺激を少なく

分かりやすく  
具体的に伝える



見える化・構造化



スケジュール やることリスト

### 学習 (ICT 活用)



合理的  
配慮の例



### 入試

今日の作業リストです。

電話対応は不要です。

ハイ

### 職場

本人との合意の中で決めること...

実は・・・発達障がいの【特性】は必ずしもマイナスな面だけではなく、プラスに働く場合もあります。

### 広汎性発達障害 / 自閉スペクトラム症

- ・ 関心があることには集中力を発揮する
- ・ 特定の領域でスキルを発揮できる
- ・ まじめに物事に取り組む
- ・ ルーチンワークが得意

### 学習障害

- ・ 苦手な部分分かっている
- ・ ツールを使えば苦手が克服できる

### ADHD

- ・ 素早く行動できる
- ・ 発想力が豊か
- ・ 先入観にとらわれない
- ・ 切り替えが早い

# 家族も サポートしよう



## 家族サポート

『発達障がい』の本人を支えているご家族も、まわりからの誤解や理解不足によりつらい思いをされていることが多いようです。ご家族への心くばりも欠かせません。

長野県では、発達障がいのあるお子さんを育てた経験のある保護者を「ペアレントメンター」として養成しています。発達障がいのお子さんへの対応に悩んだり、戸惑う保護者の方の集まりなどに派遣しています。

「ペアレントメンター派遣事業」の詳細についてはホームページをご覧ください。

# 医療機関 受診の仕方



## 受診の目的

- ・発達障がいの診断を受け、特性を理解し支援につなぐ
- ・症状軽減
- ・二次障害の予防と治療

子どもから大人まで、発達障がいの診断を受けただけでは何も始まりません。その後の取り組みの出発点です。

## 診断の方法（総合的な判断）

- ・問診と行動観察

現在の症状  
生育歴  
諸検査 など

診断まで時間がかかることもあります。

## 「かかりつけ医」



身体面の病気を、発達障がいの方の特性を理解した上で診療する医師・歯科医が増えています。

発達障がい  
ですか？

いいえ、  
違うでしょう！



大人になってからの発達障がいの診断は特に難しく、他の疾患や障がいの可能性があるので自己判断は禁物です。

# 手帳と医療制度

障害者手帳

長野県

## 自立支援医療（精神通院医療）

精神科医療機関の受診にあたって、通院や服薬などの医療費の自己負担が軽減される制度です。

## 精神障害者保健福祉手帳

発達障がいの方は「精神障害者保健福祉手帳」が該当する場合があります。（ただし、診断がついただけでは該当するとは限りません）

福祉的な制度や、障害者雇いで就職を考える場合には、「障害者手帳」が必要となります。

# 近くの相談窓口

日常的に相談や支援が受けられるように、身近な相談・支援機関を探しましょう。

## お住いの市町村

最も身近な窓口。  
様々な手続きの基本となる場所

## 医療機関

当センターでは、「発達障がい支援資源ハンドブック 2022」に診療を行っている医療機関を掲載しています。

## 障がい者総合支援センター

障がい者が地域で安心して生活できるための総合相談窓口。



10の圏域ごとに・・・

## 障害者就業・生活支援センター

就職を希望されている障がい者、あるいは在職中の障がい者が抱える課題の相談窓口。



Q キーワードから探す



検索

## 発達障がいをもっと知りたい方の『発達障がい者サポーター養成講座』

山を越え、広がれ正しい知識



- 内容 ■ 基本的な知識と対応
- 時間 ■ 90分または45分程度
- 講師 ■ お近くの講師を派遣



詳しくは、当センターのホームページをご覧ください

### \*『障がい』の表記：

長野県では、人や人の状態を表す場合には、『障がい』と表記することとしています。法律用語や医学的診断名、固有名詞などについては表記を変更しないこととしているため、本資料では表記が混在しております。

発行：長野県発達障がい者支援センター  
(長野県精神保健福祉センター)  
〒381-8577 長野市下駒沢 618-1  
TEL：026-266-0280  
FAX：026-266-0502  
<http://www.pref.nagano.lg.jp/seishin/>

### \*診断基準（診断名）：

公式的には ICD-10（国際疾病分類第 10 版）が使われるため、これにより障害名を記載しています。ただし、近年は DSM-5（精神の障害の診断・統計マニュアル第 5 版）が多く使われることがあるため、一部で併記しています。