



くらしやすい明日の平野区をめざして
～楽しんでます「発達ライフ」～

2018.12.2. 平野区地域自立支援協議会委員

元村祐子

- 平成30年4月より発足。
- 平野区地域自立支援協議会の中の障がい当事者10名で構成されている。
- 身体障がい、知的障がい、精神障がいの当事者が在籍。
- 月に一度のペースで会議を開催。
- 障がい当事者の目線で、平野区に関することを中心に誰もが住みやすい平野区をめざすために話し合い。

平野区地域自立支援協議会 障がい当事者部会について

- **2013年 成人発達障がい当事者自助グループとして設立**
- **2015年 思春期当事者会・保護者会をスタート**
- **2016年8月 一般社団法人UnBalanceと法人化**
- **ピアサポートグループとして活動**
- **2017年 第13回精神障がい者自立支援活動賞受賞**

UnBalanceについて

- 当事者としてのピアカウンセリング
- 当事者、保護者の居場所スペース
- 臨床心理士による定期的なWS
- 障がいがあってもなくても参加できるお絵かき教室
- 当事者、保護者講師によるWS
- 地域自立支援協議会への参加

UnBalanceについて

- 1970年生まれ。四児の母。
- 子ども4人のうち3人が発達障がい
- 自身は38歳の時 広汎性発達障がい（現在のASD）と診断
- 講演活動をはじめ、メディア出演や啓発イベントを主催するなど「ハッタツライフ」を満喫している



自己紹介

- とにかくおしゃべり
- 子どもの頃からひとり遊びが好き
- 本を読むこと、絵を描くことが大好き
- 子どもの頃から運動が苦手
- 小学校6年間授業中のおしゃべりを注意され続ける

成績は超優秀

自己紹介

- 中学校では学年代表を務める
 - • • ある1泊の学校行事で



集団ランチに遭う

自己紹介

- 高校生活は至ってのんびり
- 安定の遅刻力はこの頃から
- 「いい子」になるのをやめようと決心
- 卒業後はバスガイド
- 29歳で准看護師免許取得
- その後転職を繰り返すこと**11回**
- 46歳で雇われることにとことん向いていないことがわかり起業

自己紹介

- 耳で聞いたことは覚えられません
- 目で見たいものは画像で記憶します
- 一度に二つ以上のことができません
- スケジュール管理、金銭管理は苦手
- 真顔で冗談を言われると真に受けます
- 社交辞令が理解できません
- 当然、空気は読めません
- 真似ることは得意です

発達障がい ~私の場合~

- **自閉症スペクトラム障がい(ASD) 1.5%～**
アスペルガー症候群(AS)・高機能自閉症・広汎性発達障がいなど
特性:コミュニケーション・社会性の障がい、こだわり行動
 - **注意欠陥多動性障がい(ADHD) 4～5%**
ADHD(多動性)・ADD(不注意優勢型)
特性:多動性・衝動性・不注意
 - **学習障がい(LD) 5～10%**
ディスレクシア・算数LD
特性:読み書き、計算など、一部だけができない
- ※人口の約10～17%の人が発達障がいをもつ
約10人に1人の割合で発生!

※「発達障害のいま」杉山登志郎

発達障がいってどんな障がい？

6.5%

全国の小中学校の通常学級に在籍する児童生徒の中で、
知的に問題なく発達障がいの可能性がある割合

平成24年 文部科学省調査

発達障がいてどんな障がい？

8.5%

身体障がい者手帳	11,040人
療育手帳	2,545人
精神障がい者保健福祉手帳	3,030人

} 16,615人

平野区の人口 194,541人

平成27年 福祉局統計資料より

平野区における障がい者手帳所持者の割合

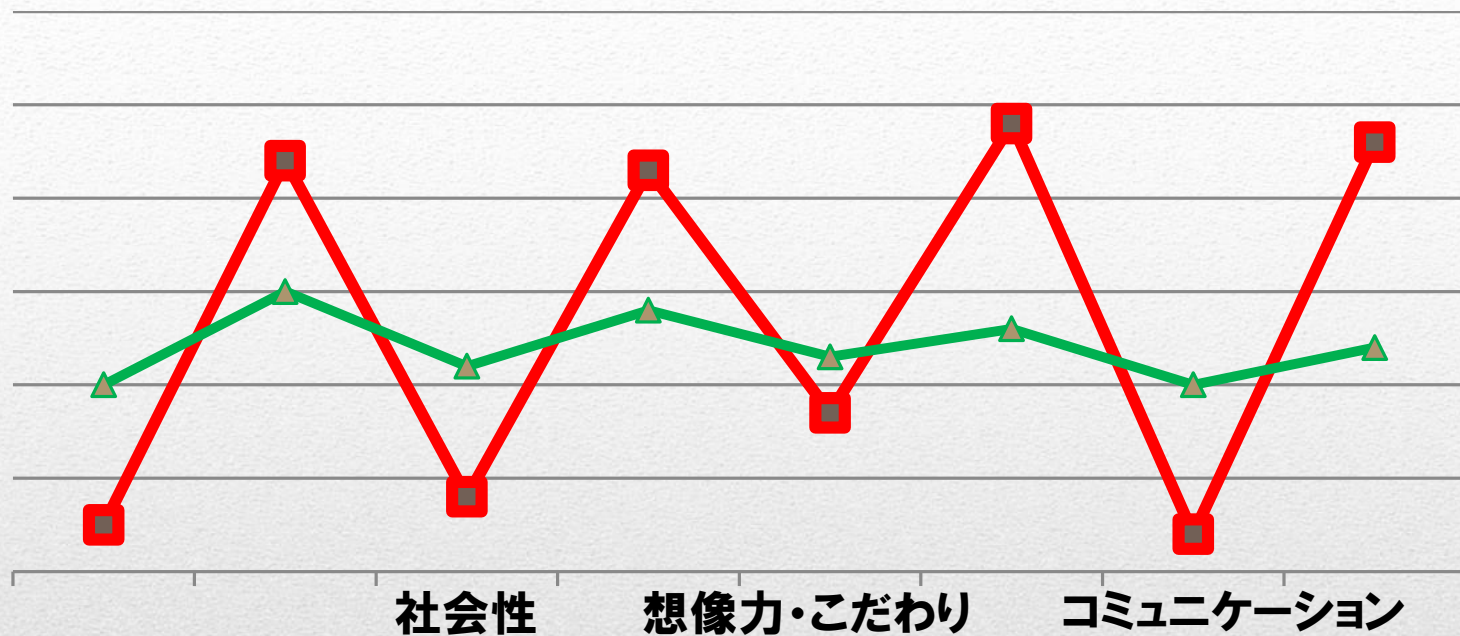
日本の人口の12%

左利き

右利き



発達障がいでどんな障がい？



自閉症スペクトラムは発達の違い

発達障がいってどんな障がい？

①社会性の障がい

- マイペース
- 場面の空気、雰囲気分かりにくい
- 相手の気持ちや立場が分かりにくい
- 親しい関係が作れない、誤解されやすい
- 一般的な(年齢相応な)常識が経験の中で身に付きにくい

発達障がいってどんな障がい？

②コミュニケーションの障がい

- 相手が自分の話に関心がなさそうでも
わからず話しつづけている
(表情やジェスチャーから相手の意図を
理解しづらい)
- 相手が話している事の要点が分かりにくい
- 言われた言葉をそのまま受け止める
- 曖昧な表現が理解しにくい

発達障がいってどんな障がい？

③想像力の障がい

- 初めての場面や突然の事態が苦手
- 変化に対応しにくい
- 応用がききにくい
- マニュアルどおりなら安心できる
- 自分なりのルールがある
- 好きなものに集中しすぎて他のことに注意が向きにくい
(シングルフォーカス)

発達障がいってどんな障がい？

感覚過敏・鈍麻の問題

- 音の過敏 子供の泣き声、音楽の授業、電車の音など
- 光の過敏 屋外で目を開けていられない
- 臭いや味の過敏 食べ物の味や食感、香料など
- 肌触りの過敏 同じ服しか着ないなど
- 気温への鈍麻 「寒い」や「暑い」が感じにくい
- 痛覚 触れられたただけで痛みを感じる、骨折していても気づかない



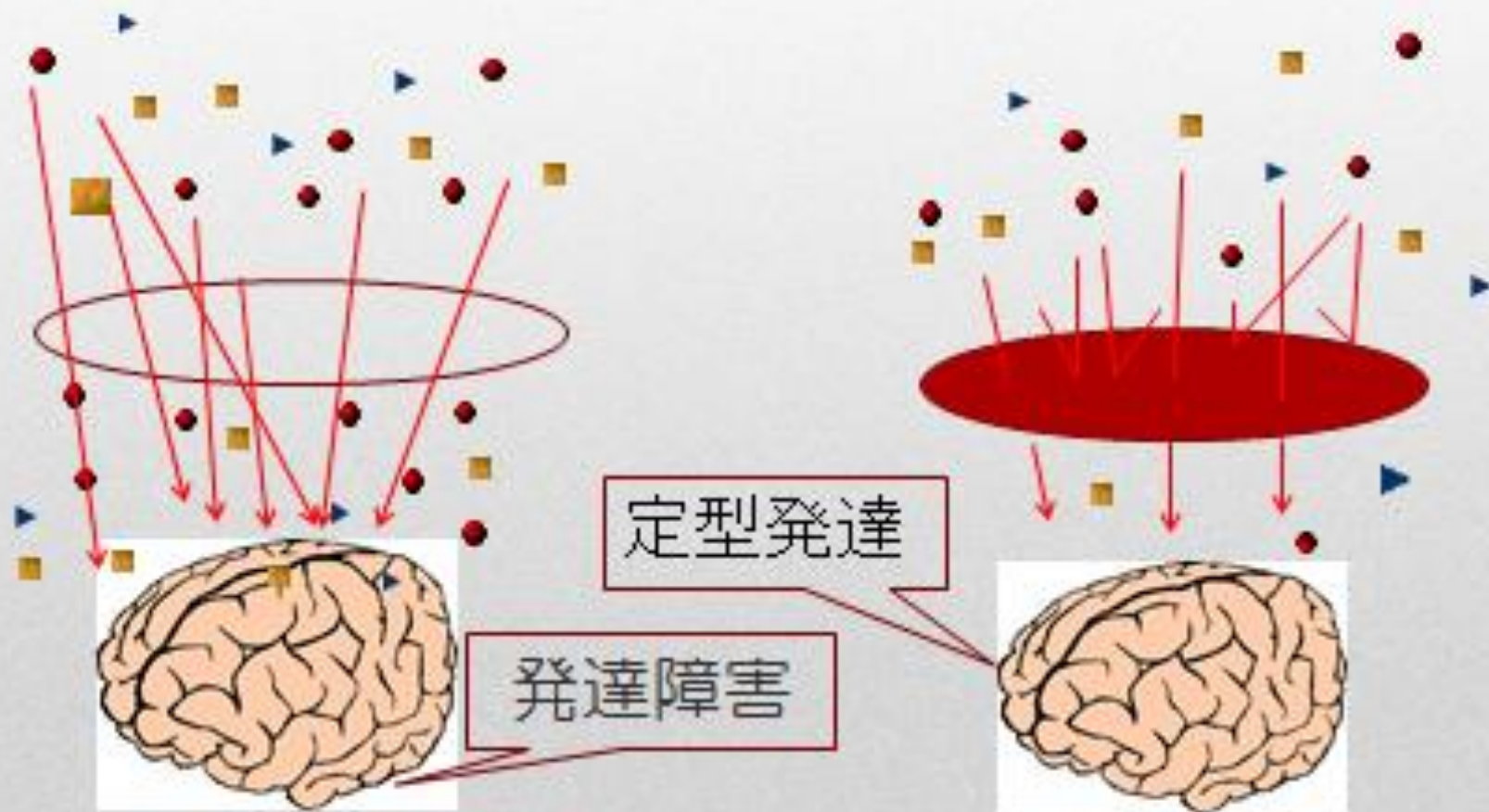
発達障がいってどんな障がい？

- **早い時期に特徴が現れる**
多くは先天性
- **脳のはたらき方がちがう**
育て方の問題ではない
- **生涯にわたって特徴を持ち続ける**
変わらないのではなくゆっくり成長する



発達障がいってどんな障がい？

情報入手の違い



発達凸凹+適応障がい=発達障がい



理不尽に怒られる



出来ない事を責められる

分からないことを
バカにされる



発達凸凹という考え方

発達凸凹そのものよりも問題になること

- ・ 失敗体験からのトラウマ

拒絶・否定されることへの恐怖

- ・ 認知の歪み
- ・ 出来ない事を認められない（隠す）
- ・ 周囲や自分を恨む



自尊心の低さ

発達凸凹について

支援は「寄り添い」から



本人を否定しない「肯定する」気持ち

※本人も気づかない辛さ、
しんどさを分かろうとする

支援について



自尊心を高め、その人らしく生きていくために支えていくこと

支援とは

最高の支援は皆さんの笑顔です



支援とは

- **発達障がいで良かった**
- **周りの人に素直に感謝できる**
- **助けてもらうことの大切さ**
- **かけがえのない仲間との出会い、経験**
- **自分が生きている事の価値**

さいごに・・・
