

令和4年度 第2回 さつき障害者就業・生活支援連絡会

令和5年2月27日（月）

発達障害の理解と共に働く環境づくりについて

静岡市発達障害者支援センター「きらり」

支援員 社会福祉士 福田 善通

始めに・・・

静岡市発達障害者支援センター「きらり」の紹介



社会福祉法人 恩賜財団
済生会支部 静岡県済生会
静岡市発達障害者支援センター
「きらり」
所在；駿河区曲金5丁目3-30
電話；054-285-1124

※済生会病院の北側(道路向)

- 平成19年10月に開所しました。 現在11名のスタッフがいる。
- 業務内容は、相談支援・発達支援・就労支援、普及・啓発・研修などを行っています。
- 関係機関との連携、研修会や勉強会への講師派遣もしています。
- 診断や検査はしていません。
- 本人やご家族、支援者と一緒に、どうすればその人らしく過ごせるかを一緒に考えます。

§ 1. 発達障害とは（概要）

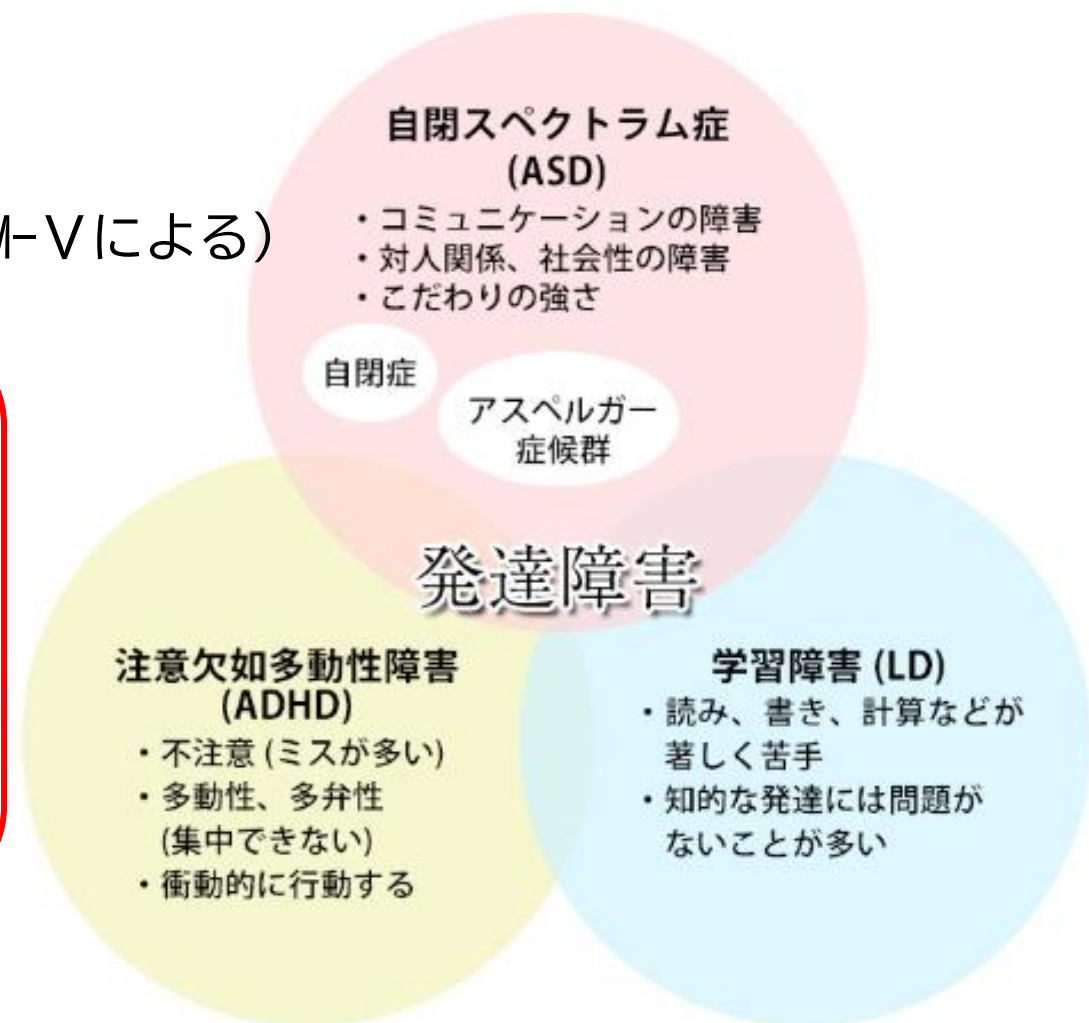
- 発達障害は**先天性の脳機能の障害**で、育て方によって発達障害になるわけではありません。
- 知的障害(全般的な理解力の遅れ)とは別の障害です。しかし、知的障害を抱える方の多くに、自閉スペクトラム症の傾向を持つ方がいます。
- **脳の情報処理（脳の使い方）に偏りがある**ことが特徴です。
この情報処理の偏りによって、診断は大きく「自閉スペクトラム症(ASD)」「注意欠如多動性障害(ADHD)」「学習障害(LD)」の三つに分類されますが、重複して複数の特性を併せ持つ方が多くいます。

【発達障害の診断】 (DSM-Vによる)

1. 自閉スペクトラム症 (ASD)

2. 注意欠如・多動症 (ADHD)

3. (限局性)学習障害 (LD)



発達障害者支援センターへの大人からの相談が年々増えています。発達障害という言葉がテレビや新聞、SNSなどで取り上げられる機会が増え、世間に広く知られるようになったことが背景として考えられます。発達障害はその特性によって上の図のように3つに分類されますが、それぞれ重複することもあり、複数の特性を併せ持つ人も多くみられます。

1. 自閉スペクトラム症

(Autism Spectrum Disorder, 略称：ASD)

1) 代表的な特徴（中核障害）

① 社会的コミュニケーションの障害

文章全体よりも単語へ意識が向く、字義通りの解釈
コミュニケーションの目的が違う

他者が関心を向けているものを読み取れない⇒マナーの学び落とし

② 興味関心の偏り（想像力の障害）

状況理解が苦手、知識や経験を汎用できない、
未経験の事柄については言葉から物・場面を想像しにくい

2) その他

① 感覚過敏

② こだわりの強さ

自閉症的コミュニケーション

- 雑談が苦手

⇒ 会話は「情報交換」の手段であり、無意識に「結果」「成果」を求める。

- 「ちょっと」、「きれいに」といった、人によって程度が異なる基準は分かりにくい

- 相手の表情から言葉の意味を推測することが苦手

- 声の抑揚によって相手の感情を読み取ることが苦手

※ テーマが決まっていることに対しての意見交換・情報交換は得意

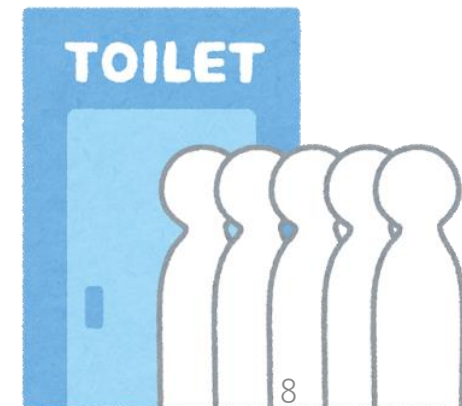
⇒ 趣味のサークルなどに参加することで、共通の趣味を通じて友人をつくりやすい

対人関係・社会性の特徴

- **メタ認知の弱さ（中枢性統合の障害）**
- 白か黒（善か悪）の両極端な捉え方をしやすい（ジャッジメンタル）
- 人との距離感をつかみにくい（パーソナルスペースが広すぎたり、近すぎたりする）
- 人や環境へ慣れるまでに時間がかかりやすい
- 初めてのこと、見通しが立たないことは不安が強い
- 自分と他者の境界線が曖昧
- 環境変化や急な予定変更に弱い⇒状況理解が苦手なため不安になる

状況理解の特徴（中枢統合性の障害）

- 情報を関連付けて整理することが苦手（因果関係）
⇒応用よりもパターンで覚える
- 相手の感情を捉えるときに活用
- 自分を客観的に捉える、場面を読み取るときに活用
⇒困っていることに気づきにくい（なぜ困るか分析できない）
⇒自分の能力を正しく把握できない（偏りがみられる）
⇒状況理解がうまくできず、優先順位が決められない
- 例）「イベントで多くの人が来ている」、「5人が立っている」
「トイレ前」⇒トイレの前に5人が並んでいる
自分は最後尾に並ばなければならない



支援方法「実況中継+指示」：今は〇〇だから、△△するよ

自閉症の人にとっての失敗とは

- 失敗から受けるダメージが大きい
- 失敗への不安が強い
- 変化=失敗のリスク
 - いつも同じなら成功しやすい（必勝法）
- 失敗するくらいならやらない（自分を守るため）
- 失敗の記憶を忘れられない

パニック

- 極度の不安やストレスが引き金で起こりやすい。
- パニックの度にストレス耐性が低下する

▼不安やストレスの原因

- 日常と違うこと
- 見通しが立たないこと、急な予定の変更など
- 現状の把握ができない
- 初めての場所や人の多さ
- 感覚過敏

自閉症的こだわりの特徴

- こだわりは心を安定させる機能がある
- 緊張や不安が強い時には、こだわりが強くなりやすい
- 予定の変更や新しいことは不安が高い
- パターン化（常同的・反復的）されたことは安心が高い
- 人に迷惑をかけないこだわりは、認めてよい

※こだわりへの介入は、安心と自信を高めることができてから

感覚過敏/感覚鈍麻

感覚過敏とは、取り入れた情報（刺激）が**安全か判断できない**

（聞こえた音は何から出た音なのかを判断する、触った物の質感や温度から触った物を判断する脳機能の未発達、誤作動が原因）

- **命が脅かされている**と脳が誤審する⇒**苦痛と不安**を味わう
- 感覚鈍麻とは、身体のセンサーの感度が鈍いこと
⇒気が付かない間にケガや体調不良、失敗をしやすい

感覺過敏



聽覺 (音)



視覺 (光)



觸覺



嗅覺



味覺

感覚過敏(感覚鈍麻)の特徴

- 聴覚→大きな音、高い音、破裂音、ざわざわする音
- 視覚（光）→明滅、眩しい
- 触覚→皮膚感覚、食感、痛み、人口密度、服が濡れる、服の素材（新しい服）
- 嗅覚→トイレ、部屋、体臭、香水、柔軟剤
- 味覚→味つけ
- （偏食）

2. 注意欠如・多動症

(Attention Deficit Hyperactivity Disorder、通称：ADHD)

1) 代表的な特徴

① 不注意/物忘れ/忘れ物

情報を取り込みすぎて集中できない、集中が切れやすい
記憶を上書きされやすい

② 後回しにする/衝動性・多動性

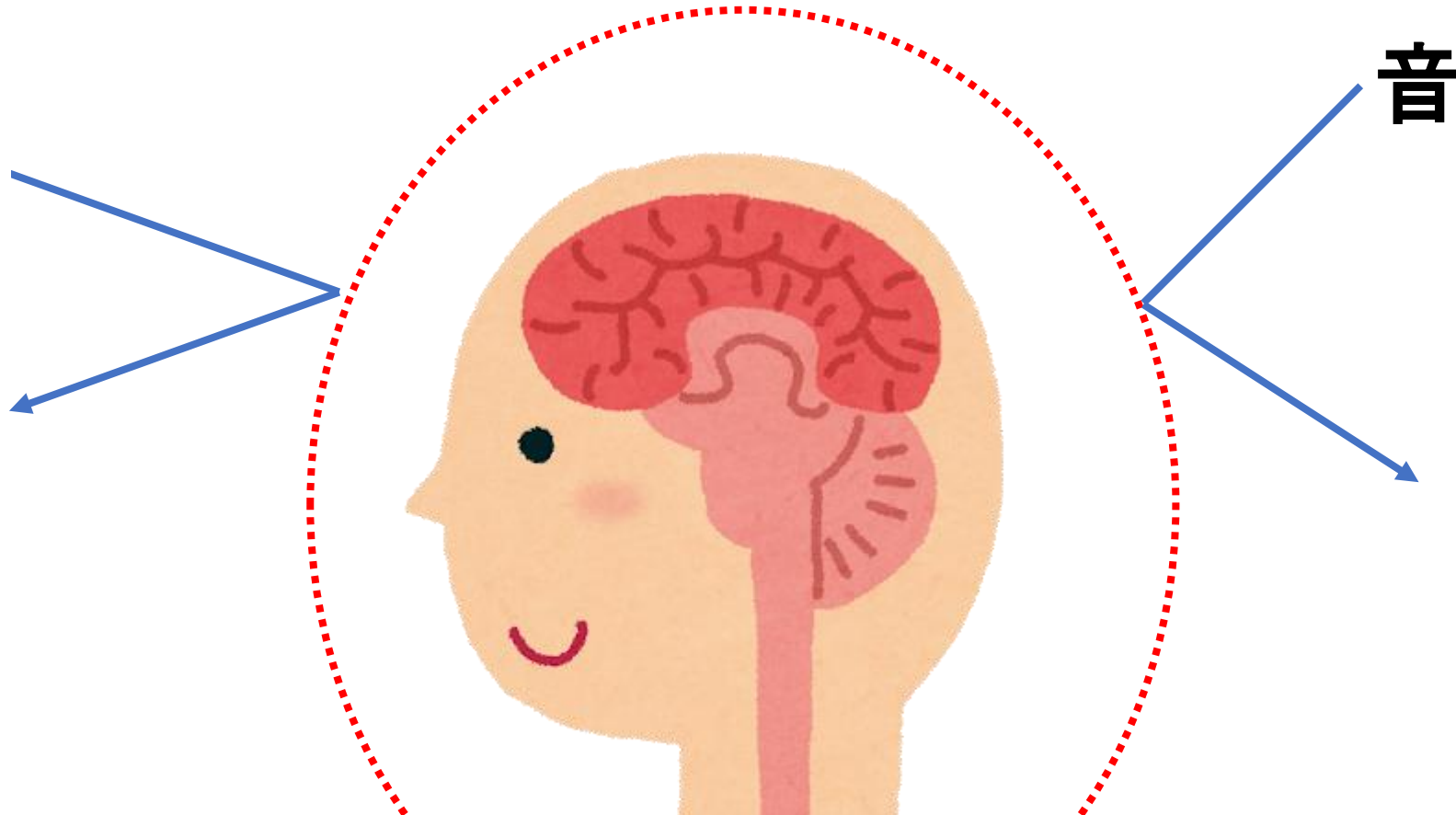
熱しやすく冷めやすい（思い立ったらすぐ行動）
コツコツ進められない⇒一気に取り掛かる
目先の報酬にとびつきやすい（刹那的思考）

③ 実行機能障害

感情や行動のコントロールが極端に苦手（コツコツ続けられない）

選択注意（情報の取捨選択）

視覚
情報



音

不必要な音や視覚情報を意識に取り込まないように遠ざけるフィルター機能

選択注意（情報の取捨選択/視野の調整）

- 情報（刺激）に優先順位をつけ、必要な情報を読み取り、
不必要な情報を意識から遠ざけるフィルター機能

※この選択注意は睡眠と関係が深く、睡眠時間や質が低下すると
フィルターがかかりにくくなり不注意は顕著に現れる。

ADHDの特性を抱えていない人でも、生活習慣の乱れなどから
選択注意の機能不全は起こります

ADHDのサポート（学齢～成人まで）

- 1) アウトプット（覚えておく負担を減らす）
- 2) リマインダー（思い出すきっかけをつくる）
- 3) 刺激の削減/環境づくり
- 4) どこを見て欲しいかを明確化する（選択注意の補助）
- 5) 達成感の補充
- 6) 服薬（コンサータ、ストラテラ、インチュニブ）

ツール・大人の
サポート

3. (限局性) 学習障害

(Learning Disabilities/Learning Disorders)

1) 診断基準 (概要)

- ① 理解力(聞いて理解する、言葉で説明する能力)に遅れがないこと
- ② 読む・書く・計算する・推論することのどれかに著しく困難を抱える

2) 特徴

※学習障害の特性だけを抱えている人は少なく、ADHDの不注意特性を併せ持つ人が多い。

読字/書字

- 読字：文字を音へ変換→音として脳に記憶される
- 書字：脳に保存されている音→文字へ変換



学習障害のサポート（全年代）

- 1) アナウンス/実況中継
- 2) 代読・代筆
- 3) 重要事項は電話等で伝える（書面では理解しにくい）
- 4) パソコンやタブレット端末を使用した学習
- 5) スマートフォンの機能を使った文字の読み上げ

発達障害を抱える方が得意なこと

【ASD】⇒保守的タイプ

- 成功体験がある業務を同じ条件（時間・手順・場所・ツール等）で継続して取り組む
- 興味関心が高い領域については豊富な知識を持ち、技術が高い
- 安心できる環境下では、高すぎる集中状態で行き込む

【ADHD】⇒革新的タイプ

- アイディアが豊富⇒新しい価値観の導入
- 興味関心が広い⇒新しいシステム等の導入
- 変化のある仕事に取り組むこと（営業や接客業、制作系など）
- 前例があまりない新規事業などのスタートアップ
- 対人関係のスキルが高い傾向がある（営業や接客業など）

職場定着率

障害種別	採用1年後の職場定着率
身体障害者	60.8%
知的障害者	68.0%
精神障害者	49.3%
発達障害者	71.5%

出典：障害者職業総合センター. 障害者の就業等に関する調査研究（2017）

安定して働き続けるために

①何のために働くのか

(お金を稼いで何に使うのか、自己研鑽のため、居場所のためなど) を明確にする

②自分の実力を発揮するための条件

(職種、職務内容、職場環境、独りでやる作業が得意かチームで作業することが得意かなど) の理解

③ストレスケア

(疲れてきた時におきるサイン、職場や家庭で行えるリフレッシュ方法) を整理しておく

支援機関の紹介

1) 障害者就業・生活支援センター「さつき」

障害のある方ご自身やご家族からのご相談に応じ、

【就業面での支援】 職業訓練、就職活動、職場の定着、

【生活面での支援】 住居、年金、余暇活動など地域生活に関する助言など、
就業及びこれに伴う日常生活・社会生活上のサポートを一体的に行っています。

支援機関の紹介

2) 地域障害者職業センター（静岡障害者職業センター）

障害者職業カウンセラー等を配置し、ハローワーク（公共職業安定所）、障害者就業・生活支援センターとの密接な連携のもと、就職や職場復帰を目指す障害のある方、障害者雇用を検討している或いは雇用している事業主の方、障害のある方の就労を支援する関係機関の方に対して、支援・サービスを提供しています。

【就職支援】 職業適性評価、職業準備支援（実際の作業を通して障害特性と作業スキルの関係を分析する、ストレスケアなどの知識を習得する）、

【復職支援】 リワークプログラム（復職訓練）、

【定着支援】 ジョブコーチの派遣（コーディネーター）などを行っている。

支援機関の紹介

3) 就労移行支援事業所

最大2年間利用できる。

就職に必要なスキルの習得と社会的マナー、感情コントロールなどの知識を学ぶ支援機関。

自身の障害特性の理解と対応の工夫を丁寧に練習していく。

【就労定着支援】 就職後も職場に定着できるようサポートを行います。

4) 静岡市発達障害者支援センター など

スライド2を参照ください。

職場のサポート

具体的に

簡潔に

穏やかに

安心を高める・保つ

- 文化の違いを知るor認める。（違う国の文化を持ったマイノリティな方と捉える）
- 感覚過敏となる刺激を予防する。
- パニックを予防する。（服薬による調整も選択肢）
- 70%の出力を維持する。（調子が良くても仕事を増やさない）
- 決まった流れや行動・ルーティンを作る。
- 見通しを立てる。（スケジュール、困った時の対応方法を掲示）
- コミュニケーションを強要しない。
- 安心できるグッズ・スペースを持つ。

職場のサポート

具体的に

簡潔に

穏やかに

認識の整理・役割の明確化

- 事案をもとに整理する

不安で思い込みが増大 → 事実だけを抽出

- 「暗黙知」を補って整理する

支援者・指導者からの依頼として補う（私は〇〇して欲しい）

- 特性をもとに整理する

自己理解の促進・成功率向上・自己否定の防止

- 医療的知見をもとに整理する

主治医との連携

職場のサポート

具体的に

簡潔に

穏やかに

指示・業務遂行

- 短く、具体的な指示を出す。
- 指示は紙に書き、見せながら伝える。
- 成功体験を積んでいることから取り組ませる。
- デモンストレーションを見せる。
- 作業に取り組んで1割完成した段階でチェックをしてもらう。
- 業務遂行のチェッカーをつける。
- 本人が指示者へ質問をして、ゴールをすり合わせする。

自己理解

二次障害の発症・悪化を予防する

できる

できるけど
疲れる

できない

燃費の悪さを考慮しないと持ちこたえられない

→パフォーマンスを維持するために

燃え尽きないために

***疲れた時のサインを見逃さない**

参考資料

- 広島県発達障害者支援センター作成 発達障害支援ガイドブック
- 脳からわかる発達障害～子どもの「生きづらさ」を理解するために～ 鳥居 深雪 著
- 令和4年度 静岡市ペアレントメンター・地域サポーター養成研修 第1回資料
(作成者 あいち発達障害者支援センター 副センター長 吉川 徹 氏)