

# 自分や周りの人が「発達障がい」があるのかな?と感じたら...

## ●本人ができること

- ・まずは自分の得意・不得意を知ることから始めましょう。
- ・得意なことを活かし、苦手なことは周りの人に伝え、協力してもらいましょう。
- ・苦手なことは周りの人の意見も参考にして、うまくいくコツを探りましょう。

## ●周りの人ができること

- ・見え方や感じ方が違う人がいることを理解してください。
- ・本人の困り感に目を向けてください。
- ・本人が苦手なことは、一緒に対処法を考えましょう。
- ・得意なことを伸ばして自信につなげてあげることが大切です。

## ●皆さんにわかっていただきたいこと

発達障がいのある方は、他の人が簡単にできることでも、うまくできないことがあります。できないことや失敗したことを責めたり、叱ったりすると、深く落ち込んでしまうことがあります。努力している点や上手くいっている点をほめた上で、できなかったところは、どのようにすればもっと良くなるかを肯定的、具体的に伝えていただくと、発達障がいのある方も自分の力を発揮できるようになります。

## 相談窓口

### ●発達障がいに関すること

- 発達障がい者支援センター(山市) TEL: 023-673-3314

### ●幼児期のお子さんの発達に関すること

- お住まいの市町村の母子保健担当

### ●通っている幼稚園・保育園

### ●県立知的障がい児施設

- ・療育相談支援センター「陽だまり」  
【最上学園】(新庄市) TEL: 0233-23-7567
- ・療育相談センター「おあしす」  
【やまなみ学園】(長井市) TEL: 0238-88-9312
- ・発達相談支援センター「すてっぷ」  
【鳥海学園】(遊佐町) TEL: 0234-75-3334

### ●学齢期のお子さんの発達に関すること

- 通学している学校

- 県教育センター「地域教育相談窓口」  
(天童市) TEL: 023-654-6060

### ●障害者手帳や障害福祉サービスの利用に関すること

- お住まいの市町村の福祉担当

### ●生活や就労等に関すること

#### ●障害者就業・生活支援センター

- ・村山障害者就業・生活支援センター  
「ワークライフさぼーとふうれ」(山形市) TEL: 023-615-8152
- ・最上障害者就業・生活支援センター  
(新庄市) TEL: 0233-23-4528
- ・置賜障害者就業・生活支援センター  
「サポートセンターおきたま」(長井市) TEL: 0238-88-5357
- ・庄内障害者就業・生活支援センター  
「サポートセンターかでる」(酒田市) TEL: 0234-24-1236

### ●就労に関すること

#### ●地域若者サポートステーション

- ・やまがた若者サポートステーション(山形市)  
【認定特定非営利活動法人発達支援研究センター】 TEL: 023-679-3266
- ・置賜若者サポートステーション(米沢市)  
【特定非営利活動法人 With優】 TEL: 0238-33-9137
- ・庄内地域若者サポートステーション  
(酒田市) TEL: 0234-23-1777

#### ●障害者職業センター

- ・山形障害者職業センター(山形市) TEL: 023-624-2102

#### ●ハローワーク※

- ・ハローワークやまがた(山形市) TEL: 023-684-1521
- ・ハローワーク米沢(米沢市) TEL: 0238-22-8155
- ・ハローワーク酒田(酒田市) TEL: 0234-27-3111
- ・ハローワーク鶴岡(鶴岡市) TEL: 0235-25-2501
- ・ハローワーク新庄(新庄市) TEL: 0233-22-8609
- ・ハローワーク長井(長井市) TEL: 0238-84-8609
- ・ハローワーク村山(村山市) TEL: 0237-55-8609
- ・ハローワーク寒河江(寒河江市) TEL: 0237-86-4221

※障がい者の方の相談支援を行う専門の窓口「専門援助部門」があります

「発達障がい」について理解を深めましょう!!

山形県健康福祉部 障がい福祉課

発達障がいについて知っていただくこと、それぞれに異なる個性や感性を認め合い、互いに支え合うことは、誰もが幸せに暮らすことが出来る社会の実現につながります。皆様のご理解と温かいご配慮をお願いします。

発達障がいの特性があると、コミュニケーションや対人関係を作るのが苦手なことがあります。豊かな才能を持っている人はたくさんいます。発達障がいのある方たちが、個々の能力を伸ばし、社会で生き生きと暮らしていくためには、私たち一人一人の理解が必要です。

知ってこそまぶさな個性が輝く。皆さんの理解が未来を拓く。

毎年4月2日は国連の定めた

世界自閉症啓発デー

発達障害啓発週間：4月2日(土)～8日(金)



山形県郷土館 文翔館

毎年4月2日は国連の定めた「世界自閉症啓発デー」です。多くの方に発達障がいのことを理解してもらい、誰もが暮らしやすい共生社会を願って、世界中のランドマークが自閉症のシンボルカラーである癒し・希望・穏やかを表す「ブルー」にライトアップされます。県内でも、山形市の文翔館をはじめとする各所で「ブルー」にライトアップされます。

令和4年度 ブルーライトアップ [山形県内]

LIGHT UP

山形県郷土館 文翔館

山形県山形市旅籠町三丁目4-51

点灯期間 4月2日(土)～8日(金)  
点灯時間: 日没～21時

LIGHT UP

荘銀タクト鶴岡

山形県鶴岡市馬場町11-61

点灯期間 4月2日(土)～8日(金)  
点灯時間: 日没～21時

LIGHT UP

上山城

山形県上市市元城内3-7

点灯期間 4月1日(金)～10日(日)  
点灯時間: 日没～21時

お問い合わせ先 山形県健康福祉部 障がい福祉課 〒990-8570 山形県山形市松波2丁目8-1 TEL: 023-630-2240



山形県HPからもご覧いただけます。

山形県 自閉症啓発デー

主催：山形県 協力：やまがたアートサポートセンターら・らら

# 「発達障がい」ってどんな特性がある？

発達障がいは、病気ではなく脳の発達の仕方の違いによる生まれつきのものです。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)などがあります。

## 自閉スペクトラム症(ASD)のAさん

こんな一面もあります

急に予定が変わったり、初めてのところに行くと、不安になって動けなくなることがあります。大きな音や人混みも苦手です。また、他の人の気持ちを理解することや、言葉を適切に使うことが苦手で、自分の感じたままに話したり、行動したりすることがあるので、みんなから変わった人だと思われることがよくあります。

- ・よく知っているところでは、一生懸命活動できます。
- ・好きなことは、専門家顔負けの知識を持っていて、みんなから感心されます。
- ・まじめな性格で、ルールをきちんと守ろうとします。

こうしてもらえると助かります!!

- ・予定が変更になりそうな時は、あらかじめ教えてください。
- ・音や人混みなどの刺激を減らせるような環境調整をしてもらえると助かります。
- ・言葉だけの説明はわかりにくいので、写真や絵を添えてもらえるとわかりやすいです。
- ・短く具体的に説明してもらえるとうれしいです。

## 注意欠如多動症(ADHD)のBさん

こんな一面もあります

小さいころからいろんなことに興味津々で、小学校時代はよくよそ見をして叱られていました。今は大事な仕事の予定を忘れたり、大切な書類を置き忘れたりすることがよくあります。周りの人からは「またか」とよくあきれられてしまいます。

- ・気配り名人で、困っている人がいれば誰よりも早く気づいて手助けすることができます。
- ・すばやい判断力と、行動力があります。また、持ち前の集中力で、複数の仕事を手早く仕上げることができます。

こうしてもらえると助かります!!

- ・私自身も、忘れないようメモしようと思っています。忘れていけないことは、メモするように声をかけてください。
- ・忘れ物が無いか、声をかけてもらえると、席を立つ前に自分で確認できます。

## 限局性学習症(LD)のCさん

こんな一面もあります

小さいときから本を読むことには興味がなく、漢字の書き取りや文章を書くのも苦手でした。今は、会議の時に大事なことを忘れまいとメモをとろうとしますが、ほとんど書けないまま終わったり、逆にメモをとることに一生懸命になると、全く会議の内容が分からなくなります。

- ・苦手な「書く」作業をできるだけ減らすため、ボイスレコーダーや、パソコン・タブレットなどを使いこなす名人です。

こうしてもらえると助かります!!

- ・指示はあらかじめメモやメールで渡してもらえると、スムーズに仕事に取りかかれます。
- ・会議の時に、ボイスレコーダーやタブレットの使用を許可していただけると助かります。

東京2020  
パラリンピック競技大会  
競泳男子200m  
個人メドレー4位入賞

東海林 大さん



4歳から水泳を初め、その後自閉スペクトラム症の診断を受けました。

「真面目で素直」という周りからの評価のとおり、すべてに全力投球で「良い加減」に手を抜くことが出来ないため、頑張りすぎ疲れ果ててしまうところがあります。

現在は、障害者雇用枠で山形市内の介護付き有料



老人ホーム「ベル宮町」に勤務し、清掃業務を担当しています。実直ゆえに、小さな失敗にもひどく落ち込んでしまいましたが、そんな東



海林さんのことをまるごと受け入れ「いつでも相談していいよ。」と笑顔で声がけてくださる職場スタッフのおかげで、安心して毎日仕事に向かうことができています。

また、東海林さんは言葉をそのままに受けとめてしまう特性のため、水泳の場面では「頑張る」の「期待」は「重圧」となります。「頑張れ!」よりも「楽しんで」とにっこり笑顔で送り出してもらう方が、プレッシャーから解放された本来の力を発揮することができるのです。そして、自身も不安な気持ちに負けないように、日常の「いいこと」を記録する「できたことノート」を作成し、自己肯定感を育んできました。

障がいのことを理解してくださる周りの方の支えと自身の努力が相まって大きな力が引き出され、東京2020パラリンピックでの活躍につながりました。

# みなさんの理解に支えられ 特性を活かして輝いている方たち!

毎日絵を描く  
高校生のアーティスト

長濱 哲哉さん



3歳前に自閉症と診断されました。気持ちを言葉で伝えることが苦手でしたので、お母さんは哲哉さんの「気持ち」に目を向け、言葉で代弁しながらやり取りできる楽しさや喜びを伝えてきました。

10歳の頃、お絵かきボードにアイスの絵を描き、「アイスを食べたい」という気持ちが通じたことがきっかけで絵を描くようになりました。次第に、絵に自分が登場するよう



になり、車を運転する姿など、自分の願望や伝えたい気持ちを描くようになりました。公募展の入賞後、絵を褒められる機会が増え



たことで、毎日絵を描き、絵の技術もどんどん上がり始めました。

2021年12月には、山形市内で個展「じゃじゃーん!! てっちんの世界」展を開催し、連日多くのお客様で賑わいました。最近では、自分が描いた絵を見て、いろんな方が笑顔になることが喜びとなっているようです。

気持ちを言葉で伝えることが苦手な哲哉さんにとって、「絵を描くこと」は言葉では伝えられない「想い」を伝える大切なコミュニケーションツールの一つとなっています。そしてそのことを理解し、思いを受け止め、応えてくれる周りの方々の存在が哲哉さんの信頼関係の構築につながっています。