発達支援センター通信

◆野洲市発達支援センター　TEL587-0033、FAX587-2004

広報「やす」：令和3年３月号掲載

「好きな事をやるために～大人の発達障がい～」

最近よく耳にする発達障がいという言葉。多くの人は発達障がいは子どものものだとイメージしているかもしれません。しかし、発達障がいの特性は、脳のタイプの違いから起こるものであり、それらは、なくなることはありません。困っている大人の発達障がいの人も、同じだけいるのです。日常生活の片付けや段取り、人付き合いなど周りの人が日々普通にこなせることに苦労することも多くあります。大人になってからは、社会や家族の中での役割分担がはっきりしています。本人に合った仕事を選び、苦手なことに取り組まなくてはならない機会が減って、困り感が小さくなったという人もいるので、子どもの時ほど目立たないのかもしれません。子どもの相談の中で、子どもの特性を理解した親から「自分もよく似た子どもだった。自分も発達障がいでしょうか？」と質問を受けることがあります。しかし、仕事や家庭生活において、特別な支援を受けなくても過ごせている場合は、特性はあっても「障がい」ではありません。以前、野洲市に講演に来ていただいた自閉症スペクトラムとAD/HD(注意欠陥・多動性障害)、LD（学習障害）のある笹森理絵さんは、発達障がいが分かる前は、介護の仕事をされていましたが、神経をすり減らす日々だったそうです。診断を受けたのちは、苦手な片付けは夫に手伝ってもらい、自分は得意な料理を頑張る、忘れっぽいことはメモを貼って工夫をされました。それからは、自分のやりたかったピアカウンセラーや講演会の講師として活躍されています。笹森さんは講演会の中でこうおっしゃっていました。「自分の障がいを知ることで、できないことは自分の努力不足ではなかったんだと安堵しました。診断を受けることで自分は生き直すことができました。そして、自分がやりたかった発達障がいのある人への支援を行うことを、あきらめずにやり遂げられました。」

発達障がいの特性があるということは、決して怖がることではありません。自分の特性を知ることは、苦手なことに余計なエネルギーを費やさない工夫をして、本当に自分のやりたいことをあきらめないことにつながっていきます。