



この冊子は色覚の個人差を問わず、
できるだけ多くの人に見やすいよう
カラーユニバーサルデザインに配慮して
つくられています。

当プロジェクトでは、障がいのある人たちも含め、より多くのみなさまにこの冊子を手にとってもらいたいという思いと、社会全体にユニバーサルな考え方がより一層浸透し、誰もが暮らしやすい社会になってほしいとの願いから、「カラーユニバーサルデザイン」を導入しました。



虎の巻シリーズ 其の二

暮らしで使える「虎の巻」 発達障がいのある人たちへの八つの支援ポイント

暮らしで使える「虎の巻」

発達障がいのある人たちへの八つの支援ポイント

平成28年10月発行

制作／札幌市発達障がい者支援関係機関連絡会議 就労支援プロジェクト

発行／札幌市保健福祉局障がい保健福祉部障がい福祉課
〒060-8611 札幌市中央区北1条西2丁目
TEL: 011-211-2936 FAX: 011-218-5181

表紙デザイン・イラスト／奥田 正樹



さっぽろ市
01-04-16-1597
28-1-124

はじめに

“ニート”や“引きこもり”という言葉が一般化し、若者の自立が社会的な課題として認知されるようになって10年近くが経とうとしています。

障がい福祉の現場にいと、本当は社会で活躍できる力を持ちながら、親と、人と、そして社会とどうつきあっていけばいいのかよくわからないまま、一人で悩み苦しみ、どうしても自立できずにいる人が、そしてそのことに心を痛める家族の方々が、想像以上に多くいることに気づかれます。

発達障がいがある場合、親子ですら互いの意思がなかなか伝わりにくいことも多く、家庭だけで解決することが難しいケースも少なくありません。

札幌市では、発達障がいのある人たちが社会で活躍できるよう、支援の体制づくりに取り組んでいます。この冊子は、発達障がいのある人をはじめ、社会とのつながりをうまく構築できずにいる多くの人が「止むに止まれず」起こしてしまう行動などに焦点を当て、その感情や行動の背景についての相互理解が少しでも進むよう、そのきっかけづくりとして制作したものです。

自立への道筋や必要とする時間は人によって様々ですが、当事者にとっても、その家族にとっても、「わかってもらえる」、「一人じゃない」、「支えてくれる人がいる」といった人同士のつながりが最も重要であると思います。この冊子が、発達障がいのある人やそれを支える人々の“つながり”を模索する糸口となれば幸いです。

札幌市保健福祉局 就労支援プロジェクト

登場人物の紹介

虎夫さんは自閉症、卷子さんはアスペルガー症候群といった広汎性発達障がいの診断を受けていますが、現在とある職場で活躍しています（※詳細は「職場で使える虎の巻」（札幌市）参照）。

しかし、以前のこの2人は…。



虎夫さん

虎夫さんは、他の人との感覚の違い等から、うまくいかないことが多く、不安に思っていました。また、お母さんも虎夫さんへの対処方法がわからず、困っていましたが、周りに助けを求め、アドバイスをもらい、あらためて虎夫さんと向き合うことができました。そうすると徐々に虎夫さんの気持ちにも変化が!!



卷子さん

卷子さんは、アルバイト先でうまくコミュニケーションがとれなかったり、家庭では家族との程良い距離感をはかれなかったりと、両親はとても心配していました。そんな時、ある相談員と出会い、卷子さんとどのように接していけばいいのかがわかりました。そうすると徐々に卷子さんの気持ちにも変化が!!

この虎の巻は、当事者の方たちの体験談を元に、発達障がいの診断を受けるまでに、

家庭等でトラブルになりがちな“認識の違い”を **ギャップ!!** として表現し、

その解決策となる支援ポイントを **チェンジ!!** として示しています。

双方の理解が深まるほど **グッドジョブ!!** という好結果につながります。

暮らして使える 「虎の巻」もくじ

●虎夫さん編



虎の巻 その一	分かち合い 経験を共有すれば安心度アップ ……………	4
虎の巻 その二	感じ方の違い 違いに気づけばわかり合える ……………	6
虎の巻 その三	つながり 仲間と出会えば希望がうまれる ……………	8
虎の巻 その四	自己決定 選んで決めれば気力充実 ……………	10

●卷子さん編



虎の巻 その五	相談相手 相談できればいつでも安心 ……………	12
虎の巻 その六	受け応え コツがわかれば勇気百倍 ……………	14
虎の巻 その七	想像力 期限を決めれば現実に目覚める ……………	16
虎の巻 その八	自立への一歩 離れて暮らせばほどよい距離感 ……………	18

多様なつながりがみられる社会へ …………… 20

札幌市内の相談窓口 …………… 22

分かち合い

経験を共有すれば安心度アップ



経験談を
伝えたら!!

チェンジ!!



グッド
ジョブ!!

お母さんが
安心した!!

暴れる虎夫さんと対処方法がわからないお母さん。自力での解決は難しいと「親の会」に参加。経験談を聞くことで安心感が得られ、それが虎夫さんにも伝わりました。

感じ方の違い

違いに気づけばわかり合える



感覚の違いに気づいたら!!

チェンジ!!



グッドジョブ!!

わかり合えた!!

ある種の音に過敏に反応する虎夫さんとその理由がわからないお母さん。相談員と出会い「感覚過敏」という特性があることを知り、お互いの感じ方をわかり合えました。

つながり

仲間と出会えば希望がうまれる



仲間とつながったあ!!

チェンジ!!



希望がうまれた!!

大学でもアルバイト先でも居場所が見つからず、絶望していた虎夫さん。同じ悩みを持つ仲間につながることで希望を取り戻しました。

自己決定

選んで決めれば気力充実



今まで
何も決めさせて
くれなかったのに
.....

チェンジ!!

自分で
決めたら!!



グッド
ジョブ!!

気力が
みなぎった!!

虎夫さんの将来を案じ手をかけすぎるお母さんと、それに委ねてしまふ虎夫さん。相談員の的確なアドバイスと家族の信頼によって、自らの意志で進路を決めることができました。

相談相手

相談できればいつでも安心



相談相手に
出会ったあ!!

街中でうわさ
されてるって
言ってるんです

ストレスが強まると
周りの情報に過敏に
なる場合が
あります

特殊なケース
ではありません

チェンジ!!



親子ともに
安心した!!

卷子さんは、現実と本人が感じる世界の区別が難しいときがあります。お母さんも巻き込まれて混乱しました。相談相手に会うことで、的確な対処方法がわかり、互いの安心につながりました。

受け応え

コツがわかれば勇気百倍



方法が わかったら!!

チェンジ!!



勇気が 湧いた!!

巻子さんは「きちんと」などの曖昧な言葉が苦手でバイト先での会話がうまくいかず、言いにくいことをお母さんを通して伝えています。受け答えのコツを身につけることで自ら伝える勇気が湧きました。

想像力

期限を決めれば現実に目覚める



期限を決めたら!!

チェンジ!!



現実が見えてきた!!

卷子さんは、八方ふさがりの状況を抜け出そうと大学受験を目指しました。受験期間中に両親とのズレが生じましたが、具体的な期限を告げられ、家族の温かい思いにより現実に目覚めました。

多様なつながりがみられる社会へ

発達障がいの有無にかかわらず、人は誰しもが、家族はもちろんのこと、たくさんの人たちとのつながりの中で生きています。そのあり方は多様で正解はありませんが、自分が納得できるつながり方を発見し、自立への一歩を踏み出すことで、社会とより豊かな関係を築くことができます。

その後の
虎夫さんは

相談員からアドバイスをもらい、自らの意志で就職活動を始めた虎夫さん。希望しているパン屋への就職が決まりました。



その後の
巻子さんは

グループホームでの生活を始め、家族との程よい距離感を見つけることができ、自立への一歩を踏み出した巻子さん。仕事についても前向きに検討し始め、周りに相談にのってもらいながら、就職活動をしたところ、とある会社の事務員として就職が決まりました。



虎の巻

職場で使える虎の巻

発達障がいのある人たちへの八つの支援ポイント

必読!

多様なつながりの中で自分に自信を持ち、仕事を見つけ、社会への確かな一歩を踏み出した虎夫さんと巻子さん。しかし、職場には新たなトラブルが……。発達障がいのある人たちが職場でトラブルになりがちな“認識の違い”とその解決策となる支援ポイントを示した『職場で使える「虎の巻」』も、ぜひご覧ください。



この冊子をご活用される方へ

この冊子では、プロジェクトにおいて度重なる議論を行った末、この冊子が同様の悩みを持ち苦しんでいる方々へ、少しでも「希望」を届けたいとの考えから、“グッドジョブ”として掲示する最後の一コマを“限りなくベスト”な結果として描くこととしました。

実際の現場においては、“チェンジ”として掲示したような解決策が短期間でベストな結果を生み出すことは少なく、様々な状況改善の手立てと長い時間をかけた上で、ようやく少しだけ解決に近づく、といったケースが一般的です。

本冊子で伝えたいのは“人とのつながり”です。一人で、あるいは家族だけで抱え込まず、相談員や親の会などの支援者とつながり、分かち合いながら、改善の一歩を踏み出してもらうための一助として、この冊子が活用されることを期待しています。