

大人の発達障がいの見立てと支援『困難事例の対応6』

～しあわせになるための工夫～

発達凸凹通信

パートナー編

生きづらさを
しあわせに変えた
3組の工夫

はじめに

さまざまなライフステージを通して適切な支援を

2005年に発達障害者支援法が施行（2014年改正）され、18年（2023年で計算）が経過して『発達障害』という言葉は広く知られるようになり、さまざまな分野で、支援の取り組みが進んでいます。

しかし、発達障がいのある方々の困り感（困難）は一人ひとり異なり、必要とされる支援も保健、医療、福祉、教育、労働、司法など、各分野に及んでおります。そのため地域住民や支援者の理解促進と共に、さまざまな支援機関のさらなる連携が求められています。

沖縄県では、発達障害地域支援マネジメント強化事業を実施し、ご家族やさまざまな分野の支援者から、発達障害が疑われる事例や、通常の支援が難しい事例などに対応しております。

『発達障害』という言葉は聞いたことがあっても、具体的な関わり方のイメージはよく

わからない、又は間違つて理解され、不適切な環境で過ごし、更に生きづらさが増すという結果になつてているケースもあります。

医学的に「発達障害」と診

断されるだけでは、困り感は解決しません。凸凹があつても自分らしく豊かに幸せな人生を歩むためには、幼少期から本人の特性（凸凹）を正しく理解したうえで、丁寧な発達支援・子育て支援・家族支援をおこなう必要があります。

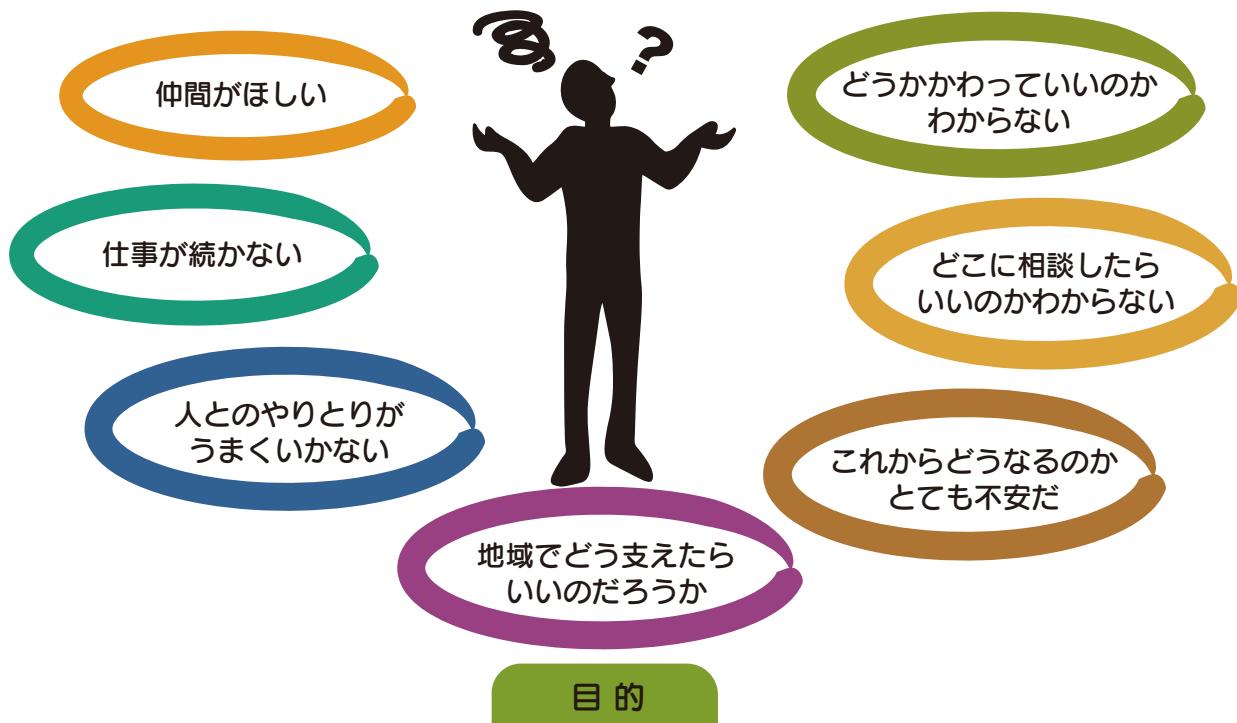
本報告書は、令和4年度の相談をもとに、世代や家族構成、職場環境の異なる30代から60代の既婚者3組（6人の男女）にご協力いただき、

夫に関してはご本人のエピソードをもとにイラストを描き起こしました。一人ひとりの感じ方・困り感も異なり、それぞれの工夫もバラエ

ティーに富んでいます。

インタビュー記事を通して、発達凸凹のあるご本人の感じている世界をより多くの人に知つていただき、困り感が分かりづらく、言葉で表わすことが苦手なために、困った行動（問題行動）として表面化してしまった発達障害の方々の特性理解に役立てて頂けたら幸いです。

今回インタビューさせて頂いた6人の方々は、様々な体験をする中で、悩みながらも

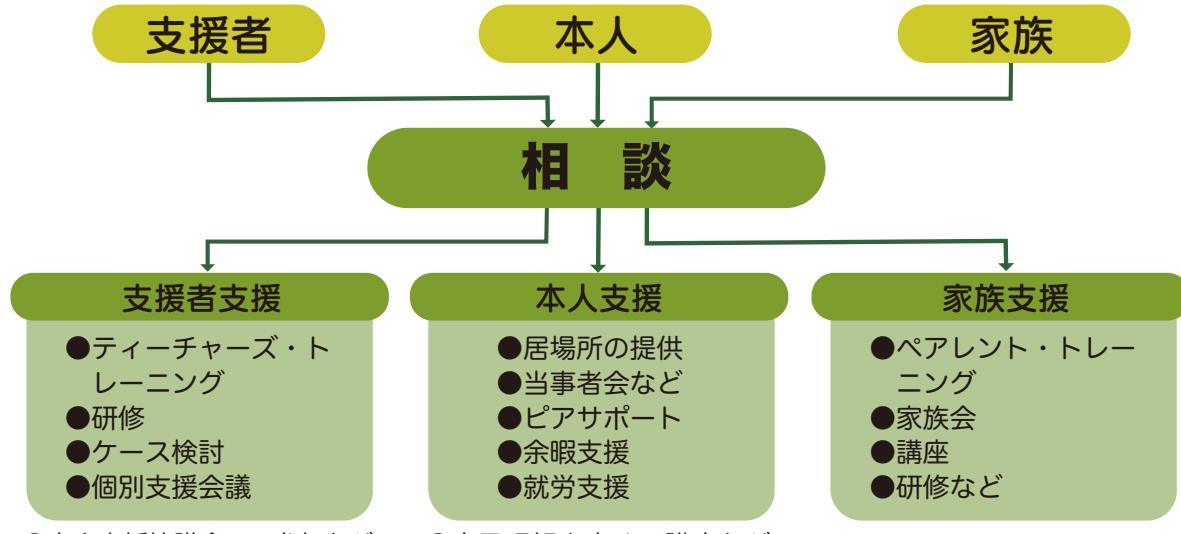


地域の皆さんと共に、発達障害児（者）の方々とそのご家族が安心して生活できる地域作りを目指す。

内 容

発達障害地域支援マネージャーを配置し、通常の支援が難しい事例を担当している事業所等に対し、発達障害に対する理解を深め、支援を的確にできるよう助言・指導・支援者の育成を図る。

- 困難事例に対応できる支援者の育成
- 圏域で抱える困難事例等に対する支援
- 支援ノウハウの調査、普及、事例の整理等



特性を前向き、肯定的に 受け止め、前進できた

発達凸凹通信では、実際の当事者から話を伺い、これまでのエピソードと工夫などをお聞きして、記事にしています。登場する人物や団体は実在しますが、プライバシー保護のため仮称にしています。

沖縄本島南部にお住いのアイタロウ・アイコ夫妻は娘3人、息子1人のご家族です。結婚と開業をきっかけに工夫を行い、福祉のトレーニングを受けました。

妻 絵本が好きで想像の世界にはいりこむ

私は手のかからない子だったようですが、喘息があつたので保育園には預けられず、家庭保育でした。子どものころ、困り感は特に感じていなかつたようです。

絵本が好きで、自分の世界にはいつ静かに過ごすことが多かつたです。好きな絵本をすみずみまで何十回もくりかえし読んでいました。『怪獣たちのいるところ』『11匹のネズミシリーズ』など、絵の細かい物語をよく読んでいました。ひたすら頭の中で想像したりこみ、自分が主人公になつて楽しんでいました。

いずれ自分にもわかる日が来ると思つて、おとな向けのニュースをよく見ていました。

夫 独特な好奇心が家族に理解されない

僕は家族が嫌いでした。たぶん存在を受け入れてもらえたかったのだろうと思います。だから私も家族に心を開いていました。



読書と想像遊びが好きだったアイコさんは思春期にはいり友人のやりとりに苦手を感じ、なるべく笑顔で対応する工夫をしました。

いていませんでした。
18歳以前のことはあまり記憶にないで、家族から聞いた話が主になります。母から聞いた話では、1～3歳のころは抱っこされたがらない子で、4歳になるとおしゃべりだけど人が嫌いだつたそうです。

5歳の頃、家族でバーベキューをしたとき母から「ここに手を置いたらダメだよ」といわれた瞬間、鉄板に手を置き、やけどをしました。ダメと言わ

妻 やりとり困難を笑顔づくりで工夫した

小学生になると頑固で思いこみの強い子に育ちました。小1のとき、がんばりノート1ページの宿題

だつたのに、10ページやるものだと思いこみ、母に止められても最後までやり通しました。翌日、学校で1ページだとわかれました。思いがいや忘れものが多いので、自分なりに工夫していました。毎朝7時に登校し、机の上や引出しを何度も確認しました。

耳の手術で入院したとき、ふと思いついて自分のために千羽鶴を折つてみました。できあがつたときの喜びから、やる気スイッチの入れかたを身につけたと思

れるとやりたくなるのです。意地になつているのではなくて好奇心が強かつたのでしょうか。好奇心からの分解せがこのころから始まりました。このこだわりは、現在の仕事にもつながつてているようです。

母は私の子育てにかなり悩んでおりました。そんなことを子どもの

すとき、みんなの話題についていけなくなりました。印象をよくするため、とにかく笑うことにしていました。笑顔でいることでやりとり不器用な自分をカバーしていたのです。部活ではバケット部だつたのですが、みんなでの会話がむずかしかつたので、あまり

私に言われても困るので、反発したかつたけどどうまく言い返せなくて、自分の気持ちを押し殺していました。がんばっていたぶん、外に出たときは思ひきりストレスを発散していたと思います。

自業當嘗

妻アイコ 夫アイタロウ

妻30代、夫40代で子ども4人のご家族



アイタロウさんはやってはいけないこの意味がわかりませんでした。言葉で伝わらない子には絵などの別の方法だと伝わる場合があります。

夫 「普通」に傷つき、
親切が誤解される

夫「普通」に傷つき、親切が誤解される

小学校では集団行動ができず、いつも怒られていきました。先生から「普通はこうするんだ」と強く注意されるのが嫌でした。頭ごなしに命令されるとたんにやる気がなくなるのです。学校からの帰り道での、できごとで

頭の中で自分自身と会話することでのりこみ、苦手なことをのりこえられるよう工夫してきました。自宅ではリラックスできましたし、エネルギー切れでよく寝てもいましたが、それが許される環境でした。

主張しないようにしていました。
焼書が序きで本筋のア行かう。

て、思いきり蹴って脚を複雑骨折しました。おしゃべりなうえに話がよく飛んでいたようで、同級生たちから「何言っているのか、わからん」と言われました。そのため、自分の気持ちや考えを話すことを諦めています。忘れ物があまりに多くて、母親は悩んでいました。自覚させ

通りかかりに見つけた自転車を黙って持ち帰り、バラバラに分解したこと
が3回あります。近所の方も僕のこと
をわかつていて「うちの自転車
がないけど」と言つて取りもどしに来
ていました。分解したものを急いで組
み立て直して、母といつしょに謝つて
返していました。そのときは母に強く
叱られましたが、なぜ怒られているの
か理解できませんでした。

高校へ進学する際、突然母から「これからは自力で高校へ通うように」と言われました。高校3年間はアルバイトを続けて自分で学費を払いました。 部活はせず、高校でも友だちができるませんでした。バイト先への通勤と通学のため免許を取つてオートバイを買いました。ある日、不注意でタクシーにぶつけてしまい、脚に大ケガをしました。

当時から今も、世間話やガールズトークはとても苦手です。あいまいでなく、もつとはつきりとした話を一々欲しいと思うことが多いです。批判されてもいいから、はつきり言つてくれる人が楽で心地いいですね。

妻 マシンガントークとガールズトークに悩む

中学生になると、しゃべりだしたら止まらないようになつてしまい、人間関係での失敗がたくさんありました。友だちと会つたあとや学校からの帰り道などで、ちよつとした違和感などからフラッショバッくし、言いすぎたと気がつき、ドーンと落ちこんで泣きました。

高校へ進学する際、突然母から「これからは自力で高校へ通うように」と言われました。高校3年間はアルバイトを続けて自分で学費を払いました。 部活はせず、高校でも友だちができるませんでした。バイト先への通勤と通学のため免許を取つてオートバイを買いました。ある日、不注意でタクシーにぶつけてしまい、脚に大ケガをしました。

当時から今も、世間話やガールズトークはとても苦手です。あいまいでなく、もつとはつきりとした話を一直到りたいと思うことが多いです。批判されてもいいから、はつきり言つてくれる人が楽で心地いいですね。



夫 母から心中を迫られた るほど荒れていた

小学生のころからずっと偏頭痛持ちで保健室によく通っていました。中学の保健室の先生は私の不調を認めて受け入れていました。一方、担任の先生には理解してもらえず、注意を受けていました。その先生に向かって「殺す」と暴言をはいたこともあります。



アイタロウさんは、マイペースなふるまいがあるため誤解を受けることが多かったようです。その子の困り感を見きわめる必要があります。

中学での授業は息苦しくて、暴れたいという気持ちになっていました。放課後は自宅に帰りたくないでの友人とすごすことが多くて、生活環境は悪たた。

家庭内は毎日ケンカがあり、不安定でしたので、あまりいたくありませんでした。私はしゃべりだしたら止まらないタイプです。周りに注意されたことはないのに、一方的に罪悪感を感じていました。でも子どものころから友人・知人・理解者に恵まれていました。過集中で視野が狭いことがあります。私が苦しんでいることが伝わり、担任の先生が逆に「本当に苦しかったんだね、ごめんね」と謝りに来てくれました。

保健室の先生のとりなしで本当にす。保健室の先生のとりなしで本当に私が苦しんでいることが伝わり、担任の先生が逆に「本当に苦しかったんだね、ごめんね」と謝りに来てくれました。

中学での授業は息苦しくて、暴れたいという気持ちになっていました。放課後は自宅に帰りたくないでの友人とすごすことが多くて、生活環境は悪たた。

妻 人に恵まれ、幼なじみがよき理解者に

社会人になると、時間をしつかり守れるようマイルールを厳しくしていました。忘れ物が多いから、その対策で面接は30分早く着くようにしていました。それでも履歴書や免許証を忘れたまま面接はものすごくたくさん受けました。日々のストレスが原因で、就職する前から薬物を使用するようになっていました。

20代になると、最初の就職が決まり、営業職につきました。あたりまえのことができない私がやれる仕事でなかつたため、しだいに体調が悪くなり、病院へ通うようになりました。会社から紹介された病院で、ウツ病・対人恐

かつたです。成績が悪かったので、進学のため親から無理やり進学塾へ通うことを強いられました。でも勉強することを強いられました。でも勉強する気はまったくないので、塾の時間は友だちと飲酒・喫煙などの非行に走りました。

実業高校に進学しましたが、人間関係のトラブルから高2で退学になりました。その後は、オートバイを盗んだりして遊んでいました。

悩みに悩んだ母からは何度も「いつしょに死んでくれ」と頼まれたことがあります。せつから彼女ができたばかりだし、毎日が楽しかったので「死ぬなら一人で死んでくれ」と突き放しました。

から一人反省会をおこなつており、よくなかつたことは改めるようにしていました。

幼稚園から大学まで同級生だった友人がいて、彼女は私と正反対の落ち着いた賢いタイプです。ほどよいタイミングで、よきアドバイザーとなつてくれて、とても救われました。学生のころは「今日もなんだか楽しそうね」とか言いながら、進路先を探して提案してくれたり、大学のテストでの助言や採用試験の情報をシェアしてくれました。いまでも同じ市内に住んでいて子育て情報とかをシェアしています。

夫 不安障害で薬物に溺れ、本土へ渡る

社会人になると、時間をしつかり守れるようマイルールを厳しくしていました。忘れ物が多いから、その対策で面接は30分早く着くようにしていました。それでも履歴書や免許証を忘れたまま面接はものすごくたくさん受けました。日々のストレスが原因で、就職する前から薬物を使用するようになっていました。

20代になると、最初の就職が決まり、営業職につきました。あたりまえのことができない私がやれる仕事でなかつたため、しだいに体調が悪くなり、病院へ通うようになりました。会社から紹介された病院で、ウツ病・対人恐

アイコとアイタロウ 青年期から結婚

発達凸凹通信では、実際の当事者から話を伺い、これまでのエピソードと工夫などをお聞きして、記事にしています。登場する人物や団体は実在しますが、プライバシー保護のため仮称にしています。

自営業

妻アイコ 夫アイタロウ

妻30代、夫40代で子ども4人のご家族

怖症と診断されました。人が好きではないとはわかつていたものの、もしかしたら想像以上の人間嫌いなのだろうかと悩みました。対人恐怖症と診断されたことが受けられられなくて、違法薬物がやめられず、副作用で虫がはいまる幻覚をよくみるようになりました。酒は好きではないですが飲むと気分がよくなるのでやめることができず、2升くらい飲んでいました。そのとき飲酒運転で捕まり、これを理由に営業職をやめて本土へ渡りました。

本土では、薬物依存でその日暮らしの悲惨な人を大勢見ました。自分も毎日薬物を飲むようになり、おかしくなつていきました。薬物依存の自助団体に通いたかつたのですが、薬物の誘惑に負け、ずるずると飲み続けてしました。

自殺未遂が3回あり、いつも死ぬ場所ときつかけを探していました。ある日、自分がイヤになり、職場の寮の4階ベランダから飛び降り自殺をはかりました。ところが寮がたまたま工事中でした。私は工事用に設置されていた足場に落ちて、一命をとりとめました。それからは生きようと決心し、薬物を少しづつ減らしていきました。自殺に失敗し、生きようと決めたとたんにウ

怖症と診断されました。人が好きではないとはわかつていたものの、もしかしたら想像以上の人間嫌いなのだろうかと悩みました。対人恐怖症と診断されたことが受けられられなくて、違法薬物がやめられず、副作用で虫がはいまる幻覚をよくみるようになりました。酒は好きではないですが飲むと気分がよくなるのでやめることができず、2升くらい飲んでいました。そのとき飲酒運転で捕まり、これを理由に営業職をやめて本土へ渡りました。

本土では、薬物依存でその日暮らしの悲惨な人を大勢見ました。自分も毎日薬物を飲むようになり、おかしくなつていきました。薬物依存の自助団体に通いたかつたのですが、薬物の誘惑に負け、ずるずると飲み続けてしました。

自殺未遂が3回あり、いつも死ぬ場所ときつかけを探していました。ある日、自分がイヤになり、職場の寮の4階ベランダから飛び降り自殺をはかりました。ところが寮がたまたま工事中でした。私は工事用に設置されていた足場に落ちて、一命をとりとめました。それからは生きようと決心し、薬物を少しづつ減らしていきました。自殺に失敗し、生きようと決めたとたんにウ

怖症と診断されました。人が好きではないとはわかつていたものの、もしかしたら想像以上の人間嫌いなのだろうかと悩みました。対人恐怖症と診断されたことが受けられられなくて、違法薬物がやめられず、副作用で虫がはいまる幻覚をよくみるようになりました。酒は好きではないですが飲むと気分がよくなるのでやめることができず、2升くらい飲んでいました。そのとき飲酒運転で捕まり、これを理由に営業職をやめて本土へ渡りました。

怖症と診断されました。人が好きではないとはわかつたことですが、夫は22歳で自己破産しており、税金も滞納していました。夫の金銭感覚がズレていました。夫の子は彼の実家で姑が育っていたと知りました。夫自身は酒気帯び違反で運転免許を取り消されました。

アイコさんは夫を理解するうえで、短所よりも長所に注目して行動しました。いいところ探しに工夫のポイントがあります。



結婚後、夫の問題が次々と明るみに出て妻は悩みます。考え方の結論は課題にしつかり向きあうことでした。話したいと工夫で夫は劇的に変わつていきます。

妻 夫の無理解には 悪意がないと気づく

居酒屋主催の合コン形式のイベントに参加した際、夫と出会いました。第一印象は最悪で、いきなり冗談でタバコの空箱を投げられました。目つきが冗談に見えず怖かったのです。その後、電話がかかってきて、意外に気さくな人だとわかりました。どんなに私がマシンガントークをしていても、受け止めてくれる感じでした。

交際期間をへて、7年前に結婚しました。離婚歴のある夫の子ともいつしょに暮らす気で、新しい生活を思いました。夫はすぐ楽観的なタイプで、結婚・出産や夫婦生活に対する真剣味が足りないのではないか、と疑問を感じるようになりました。さらに結婚してわかつたことですが、夫は22歳で自己破産しており、税金も滞納していました。夫の金銭感覚がズレていました。夫の子は彼の実家で姑が育っていたと知りました。夫自身は酒気帯び違反で運転免許を取り消されました。

夫はすぐ楽観的なタイプで、結婚・出産や夫婦生活に対する真剣味が足りないのではないか、と疑問を感じるようになりました。さらに結婚してわかつたことですが、夫は22歳で自己破産しており、税金も滞納していました。夫の金銭感覚がズレていました。夫の子は彼の実家で姑が育っていたと知りました。夫自身は酒気帯び違反で運転免許を取り消されました。

夫はすぐ楽観的なタイプで、結婚・出産や夫婦生活に対する真剣味が足りないのではないか、と疑問を感じるようになりました。さらに結婚してわかつたことですが、夫は22歳で自己破産しており、税金も滞納していました。夫の金銭感覚がズレていました。夫の子は彼の実家で姑が育っていたと知りました。夫自身は酒気帯び違反で運転免許を取り消されました。

夫はすぐ楽観的なタイプで、結婚・出産や夫婦生活に対する真剣味が足りないのではないか、と疑問を感じるようになりました。さらに結婚してわかつたことですが、夫は22歳で自己破産しており、税金も滞納していました。夫の金銭感覚がズレていました。夫の子は彼の実家で姑が育っていたと知りました。夫自身は酒気帯び違反で運転免許を取り消されました。

アイコとアイタロウ 結婚後の工夫

アイコさんの

- ポイント**
- ①夫の長所に注目し観察を続けた。
 - ②重要なやりとりは同行して支援した。
 - ③夫の特性に気づき視覚に訴える資料で伝えた。

夫 楽しいことにしか 目が向かない

結婚は、ゲーム感覚までではないけど、楽しいこととしか受けとめていませんでした。

出会ったころ最初に妻に電話したのは深い意味があつたわけではなく、軽いあいさつのつもりでした。初めて会つたときもけつこう盛り上がり、話がしやすい人だと感じていました。妻のマシンガントークは受け止めてるんじやなくて聞き流しているだけです。

彼女と家庭を持ちたい、早く結婚して落ち着きたいという気持ちはいつもありました。実家には居場所がないので、彼女となら安心して落ちつける場所をいつしょに作ってくれそうな気がしました。いままで、気があう人なら誰でもいいと思うほど、私をわかってくれる人がいなかつたからです。

結婚したら自動的に自分の居場所ができると思いこんでいたような気がします。実家が嫌いだつた反面、結婚を3回もしたのは、居場所探しだったのでしょうか。

妻 突然の開業につま づき、工夫を開始

共働きでしたが、夫は給料をいれてくれませんでした。その後なんの相談もなく、ある日とつぜん起業すると告げられ、とても驚きました。結局、夫

は結婚後すぐに、わずかな資金で独立開業をしてしまいました。

起業後は従業員が夫についていけて、どんどん辞めていき、結局、全員退職しました。夫ひとりになつてしまつたので、やむを得ず私が勤めていた会社をやめて一緒に働くようになりました。

夫は自分がどんなに悪く見られても関係ないと思っていたので税金や保険料の支払いも滞納していました。



アイコさんは夫の特性に気づき、図やグラフなどの視覚に訴える資料で伝える工夫をしました。

夫 覚悟を決めて断酒・ 断薬、子育て参加

妻とおつきあいするようになつて違法薬物とは完全に縁を切りました。断酒も続けています。

妻はマシンガントークです。ドライブ中に一度、どれだけしゃべり続けるか時間はかつてみました。すると、3秒以上黙つておらず、およそ1時間半ずつとしやべりっぱなしでした。

妻は人間関係に恵まれたと言つていますが、話しているときの笑顔がいいから人をひきよせる魅力があつたのではないかと思います。

自分の居場所を探して離婚歴が2回です。結婚後の妻からの指摘は他人ごとみたいに感じていていました。彼女から見れば、小学生に因数分解を教えてい

るような感じだつたようです。

子どもの行事には夫婦で参加しています。近所の方々の理解と手助けをいたさきつつ、たがいに助けあつています。

見せつつ教えました。また税金不払いだと社会的な信用を失つて、銀行からの融資が受けられないことなど当たり前の先の見通しを伝えました。

家庭を持つことが彼のモチベーションになつており、薬物をやめる約束などはきちんと守る人でした。ペースは独特だけど、彼なりの頑張りが見えてきました。

アイコとアイタロウ 結婚後の工夫

アイコさんの

- ポイント**
- ①ふりかえりを定期的に行う。
 - ②たがいにアイディアを出しあう。
 - ③伝えるタイミングや伝え方を工夫する。

今住んでいるところは夫の地元で、人口が少ない地域ということもあり、地域行事には夫婦いつしょに参加しています。夫は誰にでも話かけるし、もともと地元ということもあり、近所はみな顔見知りです。夫は困っている人を放つておけず、すぐに助けに行くので、相手に怖がれて引かれることも多いです。でも本人は動じていません。

子どもの保育園の先生から、ペアント・トレーニングを紹介されて昨年、福祉事業所で受講しました。保育園からは「ペア・トレは夫婦で参加するほうが楽しいですよ」と案内されたので二人で参加しました。夫は講習会とか苦手なタイプでしたが、夫婦で受講ならOKと言つてくれました。

妊娠中は子守やお手そ分けなどで、近所の人にはいぶん助けられました。たとえば、私が買い物から帰つて荷物を持つていると、近所の男の子が走つてきて、手伝つてくれます。

今は夫と一緒に仕事をしているので、おたがいの手が空きしだい、毎週1回のペースで、事務所でミーティングを行つています。予定は忘れずにメモして、とにかく話しあっています。ミーティングでは今の課題を書きだして、子どもの行事や仕事、家計、たがいの気持ちなどを話しあい、私がまとめ役をしています。少しでも違和感があれば話しあうことにしています。

ペアント・トレーニングを受講して、発達凸凹の特性をうまくとらえき



夫 ピンチを救われ、特性に気づく

従業員がいるときは彼らが現場での作業をやつてくれていたのですが、会社のスタッフが全員辞めてしまふと現場作業は僕一人で行うようになりました。すると、自分の忘れ物の多さに初めて気づきました。忙しいからたまたま忘れていたり、なかなか自分の忘れ物の多さを認めきれませんでした。妻がリストを作り、チェック係になつてくれて、二重のチェックをするようになつてからは、忘れ物がゼロになりました。

世の中に、こんなに自分を理解してくれる人がいるとは思わなかつたですね。妻と一緒に仕事をする前は忘れ物が多くて、現場で気づいて取りに帰つたら一日が終わつたということがあつたほどです。従業員がいなくなつてしまつたので、助けてくれるのは、もう妻しか残つていませんでした。私は考

解方法がわからないときは、おたがいにアイディアを出しあつて解決方法をいつしょに考えています。夫は最後までしつかり聞いてくれるし、判断できないことははつきりと「わからない」といつてくれるるので、どうすればいいかななど具体的な方法を考えることができます。話しあいがまとまらないときは、部屋の掃除や整理整頓をおこなっています。すると気持ちがすつきりして仕事も話しあいもしやす

がいきていると思います。夫は強い口調で注意すると聞いてくれないです。「どうすればいいかな、いつしょに考えよう」と声をかけることがあります。話しあいがまとまらないときは、部屋の掃除や整理整頓をおこなっています。すると気持ちがすつきりして仕事も話しあいもしやすがいきていると思います。

妻 地域に恵まれ、話し合いで課題解決

妻 地域に恵まれ、話し合いで課題解決

アイコとアイタロウ 結婚後の工夫

アイタロウさんの

- ①職場でイヤホンを使用して工夫の必要性を感じた。
②ペア・トレの受講で自分の学習スタイルを知った。
③子への工夫が自分の仕事や生活の役に立った。

私は世間話が苦手なので、お酒のつき合いがへタです。周りの話に調子を合わせることできず、つい本音を言つてしまったり、勝手に帰つてしまつたりしてしまいます。

ご近所の方々は子どものころからの私を知つてゐる人たちが多いので、失言を笑つて受けいれてくれています。わからぬと言ふと解決方法をいっしょに考えててくれます。

ペア・トレのおかげで夫は自分の特性を前向き肯定的に受け止めることができるようになつていきました。

これまで自己流だつたけど、発達凸凹の基礎知識やとらえかた、生活や子育ての工夫のしかたが広がりました。ロールプレイがすごくよかつたです。発達凸凹に対する互いの認識を確認しあうことができました。子育ての工夫が目的で受講したのに、むしろ夫婦間の工夫のほうが役立つています。

夫は自分のことを「死ねばいい」と言い捨てるほど、自分が嫌いで消えたようです。これまで自分を苦しめていた原因がはつきりわかつたからでしょう。夫はちゃんと理解できたら、ちゃんと実行して、よくないことは改めてくれます。



アイタロウさんの忘れ物防止の工夫です。ボイスレコーダー、カード入れ、スマートフォンなど仕事に欠かせない貴重品を入れをポーチに入れて、いつも持ち歩いています。

自分のことが嫌いで死ねばいいのになつていていましたが、楽で自由な生き方を教わつたと思います。自分たちの

ふりかえりができるロールプレイがとてもよかつたです。そのおかげで意識が変わりました。まるで新しい楽な生

き方を教わつた感じです。自分のことを活かす場所ができたと思います。

講習会などに苦手意識があつたのは、私の言葉づかいがきついと誤解されることが多かつたためです。

でも、ペア・トレはトレーナーさんが発言をしつかり受け止めてくれるので、今では自分の役に立つています。

ペア・トレ前は、小学生が仕事をしているようなものでした。3年前にADHDの検査を行つたところ、20点の検査項目中、18点が該当しました。

妻からADHDだと指摘されていましたが受け入れていたのですが受け入れきれず、3年遅れでやつと納得できました。発達障害

といわれるバカにされた気がして、拒否していました。ADHDをふくめ、すべての発達凸凹は障害であります。今は妻だけではなく家族みんなに、私が発達凸凹当事者であることや、取り組んでいる工夫などをすべて話しています。これからは発達凸凹のことを広く伝える側になつていきたいです。

妻　ロールプレイで たがいの認識を確認

私を知つてゐる人たちが多いので、失言を笑つて受けいれてくれています。わからぬと言ふと解決方法をいっしょに考えててくれます。

仕事するときイヤホンをしてみたら、ものすごく集中できました。工夫は大事だと気づき始めたタイミングでペア・トレを受講しました。これまで、ずつと首を絞められているような、生きづらさが解消されて驚きました。

夫　子への工夫が 自分にも役立つ感激

近所に私たちと同世代で子どもが4人いる夫婦がいい話し相手になつています。その家庭も発達凸凹当事者なので、特性への理解や共感があり、似たような悩みも持つてゐるので、たがいの失敗談や工夫の情報交換をして助かっています。

家族で話しあつて 問題とその工夫をシェア

発達凸凹通信では、実際の当事者から話を伺い、これまでのエピソードと工夫などをお聞きして、記事にしています。登場する人物や団体は実在しますが、プライバシー保護のため仮称にしています。

自営業

妻アイカ 夫アイジロウ

妻50代、夫60代で子ども2人のご家族

私は子どものころから活発なところがあつてよくケガをしていました。でも気づくのはしばらくして、まわりの友だちや家族から「腕から血がでているよ」などと注意されてはじめて気づくことがあまりにも多くて、とてもナゾでした。友だちからも「こんなに血がでてるのに痛くないの」と不思議がられました。

小学校の運動会のことです。私は障害物競走に参加して、体の大きな子と勢いよくぶつかって転んでしまったのです。すぐに起きあがつてゴールしたところ、先生がそばに走ってきて「だいじょうぶ?」と声をかけてくれました。どこも痛くなかったのですが、先生は私の腕を見て、ものすごく慌てていたのです。

それから大騒ぎになつて、私は先生たちといつしょに病院へ行きました。腕が折れていたのです。私が大けがのわりには、さほど痛がらないので病院の先生も不思議そうな顔をしていたよ

さん家族は、子どもが2人の4人家族です。息子さんの学力問題をきっかけにして、家族それぞれの発達凸凹に対しての工夫を続けています。

妻 痛みに気づきにくい 子ども時代

私は子どものころから活発なところがあつてよくケガをしていました。でも気づくのはしばらくして、まわりの友だちや家族から「腕から血がでているよ」などと注意されてはじめて気づくことがあまりにも多くて、とてもナゾでした。友だちからも「こんなに血がでてるのに痛くないの」と不思議がられました。

このときもずいぶん日が経つて、たまたま病院でレントゲンを撮つてから脱臼だとわかりました。病院の先生から「ずいぶんがまん強いね」と感心されたことを覚えています。

そのあと中学生になつてからは、とび箱のやりすぎで手首を脱臼してしまいました。私はとび箱が苦手だったのでも、友だちといつしょに夏休みに一日八時間くらい練習してしまつたのが原因のようです。このときもずいぶん日が経つて、たまたま病院でレントゲンを撮つてから脱臼だとわかりました。病院の先生から「ずいぶんがまん強いね」と感心されたことを覚えています。

夫 はげしい好き嫌い が悩みのタネ

僕は、まわりの大人から、わがまま

痛みに気づきにくいタイプの子には周囲の大人がときどきチェックしてあげたほうがいいと思います。



痛みに気づきにくいアイカさんのようなタイプは、周囲の大人が定期的にケガがないかボディ・チェックをあげましょう。

この極端な好き嫌いは、わがままでなく本人にはどうしようもなく苦手なことなのだとまわりの大人たちが気づいてほしかったです。

また肌が弱くて、毛糸のセーターや服のタグがすごく嫌いでした。服のタグは誰も見ていないときに破り捨てていました。毛糸のセーターは今まで着ることができませ

どもだと何度も言わされました。特にひどかつたのが食べ物の好き嫌いです。学校の給食時間は地獄でした。完食指導があつたためです。全部食べるように厳しく言われて、給食をもどしてしまつたこともあります。

アイカとアイジロウ 学童から思春期

妻 友だちとのやりとりで違和感

中学生になると、まわりとうまくなじめず、つらく感じることが増えてきました。特に困ったのがガールズトークです。

春の卒業シーズンが近づくと、あこがれの上級生やクラスメイトの男子の制服のボタンを誰がもらうのかで、話題がもちきりになります。まわりの友だちがしきりにボタンの話をするのを、私もけんめいに話をあわせて、いつしょにキヤー・キヤーはしゃぐふりをしました。でも、じつさいの私は男子の制服のボタンなど、なんの興味もありません。でも友だちをなくしたくないので、けんめいにボタンを欲しがるふりをし続けていました。

でも、どこかで限界がくると、一人でトイレに逃げこみました。一人になると、ぐつたり疲れがおしよせてきて泣きそうになりました。自分でもなんでこんなに苦しいのかわかりませんでした。

同じクラスメイトでも男子たちは体をぶつけあったり、乱暴な言葉づかいをしているのを見て、とてもうらやましくなりました。なんてわかりやすい同じクラスメイトでも、男子たちは体をぶつけあったり、乱暴な言葉づかいをしていました。なんでそうなるのかまるで気づけませんでした。

あとで幼なじみたちから「お前は練習はぜんぜん来ないで試合ばっかり参加して、自分勝手だつたから先輩に目をつけられたたな」と言われてはじめました。たしかに、先輩から殴られていきました。そのときは気づかなかったのですが、マイペースすぎて

とりなしで自信をなくさないようにしてほしいものですね。

夫 友だちづくりと勉強が苦手

小学生のころから運動が得意で、野球やサッカーなどのクラブ活動をしました。すぐには上達するのですが、いつのまにか仲間や先輩たちから嫌われるようになってしまいました。そのころ



思春期のアイカさんは友人や異性とのやりとりに苦痛を感じ始めました。まわりの大人がストレスのない方法を教えてあげましょう。

わがままなタイプだと誤解されていた

ようです。

また学校での勉強も苦手意識がありました。特に社会や数学、英語などの公式や単語などを暗記するのが苦しかったです。だから僕は勉強にむいていないと思いこんでいました。そのせいか、友だちは落ちこぼればかりで、学校に行かない子の家に集まって、悪い遊びをよくしていました。でもテストは一夜づけて覚えたのに、いい点を取つていました。なので勉強が嫌いなのに、親の意見に流れさせて進学高に入学してしまいました。

ふりかえると、勉強が嫌いなのはなくて、一斉授業が苦手で一人で静かに本を読んで学ぶ学習スタイルだったと思います。

妻 なぜか困難の連続

高校になると、まわりのクラスメイトたちは「保育士になりたい」「看護婦さんになりたい」と「忍者になりたい」と答えていました。映画でみたアクションスターに心配されて「そんなことは誰にも言な」と強く注意されました。高校三年生にもなつても、ふざけてばかりいる

発達凸凹通信では、実際の当事者から話を伺い、これまでのエピソードと工夫などをお聞きして、記事にしています。登場する人物や団体は実在しますが、プライバシー保護のため仮称にしています。

自當業

妻アイカ 夫アイジロウ

妻50代、夫60代で子ども2人のご家族

など思われたようです。
もしあの時、私の言つたことを本気で考えてくれる大人がいたら、忍者をめざしてサーカスに入団することができたかも知れないと存ります。

結局私は学校で進路指導を受けるうちに旅行関係の専門学校に入学することになりました。たぶん忍者のようになりました。飛び回りたいと言つた私の夢を旅行業界に向いていると誤解されてしまつたようです。入学後はこの専門学校の勉強になじめず一年で中退してしまいました。

ような職業にはまつたく自信がなかつたので、仕事はまつたく決まりませんでした。

ある日、求人誌を読んでいたら、力メラマンの募集を見つけて、その会社の面接を受けました。小さな映像制作の会社でした。僕はまつたくの未経験者でしたが、面接をしてくれた社長に気が入つてもらえたようで即入社が決まりました。あとで社長に採用の理由を聞いたら「服の着けかたや話しかた

高校のクラスメイトから今の夫を介されました。私が本当は忍者にならなかったと言うと、おもしろがつきを催促しました。

大学に進学し、親の強い勧めで公務員を目指すことに決めました。公務員試験の参考書や問題集をそろえて勉強する体制を作りましたが、ついに受験勉強をせず、本を開くことすらしませんでした。絶望した僕は大学も中退してしまいました。

就職先を探しましたが、企業からの募集は営業職が多かったです。でも人とやりとりする販売や交渉などを行う

から、この仕事に向いている気がした」との返事でした。

そんなことを感じて採用されたことが、まったく意外でした。それから現在まで、いくつかの会社を転々としましたが、いずれも映像関係の仕事を続けています。おそらく物事の感じかたが独特なのが、いいひらめきにつながって、アイディアを形にする今の職がつて、アイディアを形にする今の職

かり思つていましたが、じつさいは彼がアウトドア派だつたというのがわかつてきました。

その後、数年の交際期間を経て結婚しました。夫が転職を勧めてくれたので、結婚を理由にして仕事を辞めました。すると数週間で、あれほど苦しつだヘルペスが跡形もなく消え、原因は仕事のストレスだとわかりました。

夫 進学・就職試験に
つまづきつつ就職

その後、就職することになつて、数
十の企業や店舗の面接を受けました。
たまたま金融関係の仕事につきました
が、これが全然向いていませんでした。
ストレスで顔じゅうひどいヘルペスが
出てしました。転職はわがままだ
と思っていたし、会社の辞め方もわから
らないので、ただひたすらがまんして
いました。



苦手な試験をさけて仕事探しを行ったアイジロウさんは、彼のよいところを見出してくれる指導者にめぐりあうことができました。

初めて結婚相手として意識するようになりました。

その後、数年の交際期間を経て結婚しました。夫が転職を勧めてくれたので、結婚を理由にして仕事を辞めました。すると数週間で、あれほど苦しむほどヘルペスが跡形もなく消え、原因は仕事のストレスだとわかりました。

困難事例の対応6

アイカとアイジロウ 就労と余暇活動

妻と初めて会ったときは「世の中にこれほど風変わりな人がいるのか」という驚きがありました。私が長年働いているマスコミ業界は、個性的な人がやたら多いですが、その中にいたとしても異色なタイプだったと思います。私は根っからのアウトドア派なので、彼女を山や海のキャンプとかマラソン大会や自転車レースとかに誘うと、どこまでもついてくるので、ますますおもしろさを感じました。

結婚したとたんにすぐに妊娠・出産・子育てが始まりました。はじめてのことばかりで、毎日パニックで気持ちが不安定でした。

最初の子は男の子だったので、毎日夜泣きがひどくて、昼間もちよつとしたことですごく泣き続けて、なかなかちゃんと眠れなくて体力的にきつかったです。体重が10キロ以上落ちて、がりがりにやせました。

でも夫は理解が足りなくて夜はいつ

夫 妻のよい習慣を見習つて実行

妻と初めて会ったときは「世の中に

結婚して子育てが始まると二人の子どもの問題が次々と発覚。専門家からの情報で、息子は基礎学力、娘は「ミニミニケーション」の問題解決方法が、しだいにわかりはじめてきました。

子育ての問題は専門家に相談して道が開かれた

アイタロウさんがもし子ども時代の自分に会えたら静かな場所に移動して、やりとりの工夫を具体的に教えてあげたいそうです。



アイコさんはアイジロウさんの影響で活発な余暇活動を続けることでストレスを管理することができるようになりました。

妻とはおたがいの極端なところがうまくかみあつたから結婚も長く続いたのだと思います。でも結婚前は「おもしろい人だけど、家事や子育てはまともにできるのだろうか」という不安を感じていました。でも意外にあれこれ工夫するタイプだとわかり安心しましたね。たとえば子育てでコミュニケーションのつまづきがあつたときや、片づけがうまくできないなどに自分の気

づきなどをノートに書いていたんですね。この子育てノートは今でもときどき開いて、ふりかえりをしているようです。こういう研究熱心なところは独身時代には気づかなかつたですが、とてもいい習慣だと思います。私は彼女がすすめる本や、そこに書かれていたアイデアは続けるようにしていきました。妻が読書家で本当によかつたと思っています。

アイカとアイジロウ 結婚・出産・子育て

発達凸凹通信では、実際の当事者から話を伺い、これまでのエピソードと工夫などをお聞きして、記事にしています。登場する人物や団体は実在しますが、プライバシー保護のため仮称にしています。

自営業

妻アイカ 夫アイジロウ

妻50代、夫60代で子ども2人のご家族

妻のことは理解できませんでした。仕事中でもかまわぬ泣きながら電話してくるし、仕事で疲れて帰つてくると朝まで文句を言いつづけるのは本当に

夫 妻の異変に大きな不安を抱えた

そんなときは夫に電話したり、帰ってきたときに話しあいをしました。でも、ぜんぜんわからてくれなくて苦しめたのです。

でも近所にひとまわり年上の子だくさんご家庭があつて、ときどきお話を聞いてくれたのが救いになりました。今にして思えば、そのご家庭も発達が気になる子どもが多いタイプでした。私の悩みを聞いてもらうことはもちろん、子育ての工夫なども、いい本を紹介してくれたりして助かりました。子育てノートをつけることも、その方から教わりました。ラッキーなことに、家庭での問題が似ていたんですね。

工夫することで生活が落ち着いてきたので、夫のほうも変わってきて、私のすすめる本をしつかり読んでくれるようになりました。最初は私を病気扱いしてたんですけどね。

お隣さんが表に出てくると、妻はとたんに別人みたいに穏やかになつたので、驚きました。それでしかたなく家に帰りました。でも別の日になると同じことのくりかえしなので、もしかしたら妻は二重人格なのでは、と本気で心配しました。

でも、うちの子が気むずかしいタイ



専門家からの告知を受けて、アイカさんの工夫への学びが深まりました。アイジロウさんも妻からの影響を受けて、工夫を学ぶようになつてきました。

も遅いし、私は毎日がつらくて、しょっちゅう泣いていました。この長男はとにかく気むずかしくて、大変でした。当時はアパートの4階に住んでいたのですが、長男はかんしゃくを起こすと、その窓からオモチャや食器、鍋などを投げるんです。もう危なくて、おちおち目が離せません。

そんなときは夫に電話したり、帰ってきたときに話しあいをしました。でも、ぜんぜんわからてくれなくて苦しめたのです。

でも近所にひとまわり年上の子だくさんご家庭があつて、ときどきお話を聞いてくれたのが救いになりました。今にして思えば、そのご家庭も発達が気になる子どもが多いタイプでした。私の悩みを聞いてもらうことはもちろん、子育ての工夫なども、いい本を紹介してくれたりして助かりました。子育てノートをつけることも、その方から教わりました。ラッキーなことに、家庭での問題が似ていたんですね。

でも家に帰ると妻は毎日のように泣いています。職場の先輩に悩みを相談したら「それはマタニティブルーだよ」と軽く返されました。

でも、どこで病院に行けばいいのかまつたくわからないので、妻がよくお世話をなつているご近所のかたにどの病院がいいか相談しに行きました。でも家に帰ると妻は毎日のように泣いています。強引に病院に連れて行こうとしました。でも、どこで病院に行けばいいのかまつたくわからないので、妻がよくお世話をなつているご近所のかたにどの病院がいいか相談しに行きました。

でも、どこで病院に行けばいいのかまつたくわからないので、妻がよくお世話をなつているご近所のかたにどの病院がいいか相談しに行きました。

妻 息子の工夫は学習のしかたから

子どもが小学校に通うようになると、新しい問題が続出するようになります。

最初のつまづきは学習面です。読み書きがまるでできないのです。本読みはあまりにたどたどしいし、文章は飛ばすし、勝手に文章を作つて読んでしまう感じです。文字を書かせてもマスのなかには入りきれなくて大きくなつてしますし、ゆがんで読みづらいし、とにかく大変でした。

算数は数字の概念みたいなものがまるでわからなくて簡単な足し算がいくつになつてもできない状態です。

息子の担任がベテランの方だったのでも、うちは子が気むずかしいタイで教育センターを紹介されて、そこでいろいろな検査みたいなものを受けた。発達凸凹があるのでアドバイスされました。目からウロコのようなものが落ちた瞬間でしたね。子育ての問題の原因がはつきりわかつた気がしました。

普だというのは、さすがに気づいていました。体調が悪くてダウンした妻に変わつて子どもの相手をしたときは、夜泣きがあまりに激しいし、あはれの夫していることがわかつて感心しました。そのうち、妻が本を読んだりして工夫して落着いてきたので、助かりましたね。

アイカとアイジロウ 子育て期の工夫

妻から息子に勉強を教えるのがむづかしいと聞いて、ときどき代わって教えました。でも、簡単な足し算ができるないので、ふざけているのではと思っこみ、強く叱っていました。今にして思えば息子に悪いことをしました。

学校からの呼びだしがあつたときは、なるべく父親の私も同行するように心がけていましたから。小学校低学年のはうちはまだ幼いからという、いわゆる年齢でできるので軽く考えていましたが、高学年になるとさすがに私も悩む

そのころになると夫の態度もずいぶん変わるようにになって、子育てにも理解をしてくれるようになって、ものごとがどんどんいいほうに流れるようになつて、生活が落ち着くようになります。私も教えることに喜びを感じるようになつてきたので、学習塾などで教える仕事をするようになります。その職場で得た子どもの学習指導のノウハウも子育てにいかすことができて、よかつたです。

夫の態度もずいぶん変わるようにになって、子育てにも理解をしてくれるようになって、ものごとがどんどんいいほうに流れるようになつて、生活が落ち着くようになります。安心つて大きいですね。

夫の態度もずいぶん変わるようにになって、子育てにも理解をしてくれるようになって、ものごとがどんどんいいほうに流れるようになつて、生活が落ち着くようになります。安心つて大きいですね。

教育センターに家族で行つて、アドバイスを受けたとき、その結果に一番驚いたのは僕だと思います。発達障害という言葉は知っていますが、真剣に受けとめたことはなく、息子にたいしても深刻に考えたことはありませんでした。

妻がすすめてくれた本を真剣に読むようになりました。また妻の工夫ノートも読ませてもらい、一緒にやつていくことにしました。それからというものは、ものごとがどんどんいいふうになりました。また妻の工夫ノートも読ませてもらい、一緒にやつていくことにしました。それからというものは、ものごとがどんどんいいふうになりました。妻がすすめてくれた本を真剣に読むようになりました。また妻の工夫ノートも読ませてもらい、一緒にやつていくことにしました。それからというものは、ものごとがどんどんいいふうになりました。妻がすすめてくれた本を真剣に読むようになりました。また妻の工夫ノートも読ませてもらい、一緒にやつていくことにしました。それからというものは、ものごとがどんどんいいふうになりました。

妻 息子への工夫を 仕事にも応用

息子が中学に進学するのをきっかけにして近所のフリースクールに入学しました。ここはクラス編成が少人数制だということと、家族との面談をとてました。息子への工夫をきっかけに私も発達凸凹の特性があることに気づいたので、職場で耳せんを使つたりして工夫しました。でも、学習塾は生徒も先生もたくさんいるので、どんなに工夫しても苦しいのです。好きな職場ではあつたのですが、思い切つて転職しました。

これまでの夫婦での工夫に加えてプロからトレーニングを受けることで、さらに生活が落ち着くようになりました。



これまでの夫婦での工夫に加えてプロからトレーニングを受けることで、さらに生活が落ち着くようになりました。

新しい職場はネット関係の会社です。人とのやりとりはほとんどなくて一日中パソコンを使つて、お客様へのサービス案内をする仕事です。静かな環境で一人でもやれる業務でしたので私にぴったりで、今も続けています。

息子の学習面は少しずつ改善されてきましたが、家庭生活面では困ることがまだまだたくさんありました。特に息子がアニメを見たり、マンガを読みはじめると何時間たつてもやめることができません。やめさせようとする私と息子との

アイカとアイジロウ 子育て期

発達凸凹通信では、実際の当事者から話を伺い、これまでのエピソードと工夫などをお聞きして、記事にしています。登場する人物や団体は実在しますが、プライバシー保護のため仮称にしています。

自営業

妻アイカ 夫アイジロウ

妻50代、夫60代で子ども2人のご家族

家庭内でバトルが毎日のように起こっていたのです。

そのころ近所に福祉事業所があることを夫が見つけてくれたので、家族で通うようになりました。特に大きかったのは、この福祉事業所でペアレント・トレーニングを受けるようになつてから生活が劇的によくなつてきました。

夫 プロから工夫を 学んで家庭で実践

息子の勉強できない問題がおちついてくると、生活習慣での問題がだんだん気になつてきました。まず息子はアニメを見始めると途中でやめることができなかなできません。休みの日などは一日中、パソコンでアニメを見ていました。トイレやお風呂もやたら長いのです。とくにお風呂はなかなかはいだがらないので、入つてしまふと今度は何時間も出できません。

なんとかしたいと考えていたところ、近所に福祉事業所がオープンしたという記事をネットで見つけました。さっそく問い合わせてみたところ、担当の方が親身になつて話を聞いてくれたので、とても感激しました。夫婦で通っているうちに、ペアレント・トレーニングをすすめられ、受講しました。トレーニングの後半では、アニメを見たら動かない息子への対応をロールプレイで動かす練習をしました。ご家庭でもやつてみてくださいと言われて、実際やつてみると驚くほど効果がでました。あれほど手を焼いていた息

子が少しずつ動けるようになつていきました。

ここまでくると工夫するほど家庭のふんいきが良くなつていくので、すっかりはまりました。コミュニケーションが不器用な息子への工夫として、私の仕事場や取引先へ連れて行くようにして、少しずつ作業の手伝いなどをさせようしました。

妻 意外なところから 就労の道が開く

夫が息子を連れ歩くようになつて、すぐに効果は現れませんでした。でもあるごとに息子が社会見学に参加できるように配慮をしていました。

ある日、学童クラブを運営している叔母が、夏休み期間に高校生のボランティアを探していると知り、まずは一

度だけ体験させてみようと思い、息子にすすめてみました。すると、意外なことに二つ返事で参加したいと言いました。

そこで叔母の学童クラブに行かせました。すると驚いたことに、息子はすっかりこの活動にはまつてしまい、夏休み中、ボランティアをやり続けました。

その後も冬休みや春休みなど、まともた休みに入ると学童クラブに出かけてボランティアを続けました。その後、フリースクールでの勉強を続けて高校認定試験に合格したあと、叔母の学童クラブに就職しました。

このことは本当に意外でした。息子は子どものころから友だちがなかなかできなくて、高校生になつてやつとできた友だちも卒業したらそのままになつて、なかなか友情が長続きしませんでした。息子は人に関わる仕事には向かないだろうと思つていましたが、まさか子どもが好きだとは気づきませんでした。聴覚に過敏があるから学校は苦手だったはずなのに、同じく人の多い学童は平気なようで不思議です。

夫 息子のストレス 解消法から学ぶ

息子は就職して数年で20キロくらい太つてしましました。さすがにこれは問題だと思い、夫婦で話し合つたり、福祉事業所に相談に通うようになりました。その結果、ストレス・マネー



アイカさんは息子と同じ趣味にめぐりあうことができて、息子の体調とストレスを抑えることができるようになりました。

アイカとアイジロウ 子育て期

アイカさんの

- ポイント**
- ①ペア・トレを受講して子育てに活かした。
 - ②息子への工夫が自分の仕事に応用できた。
 - ③スト・マネ受講から息子の余暇活動につながった。

妻 余暇活動から次の ビジュヨンが広がる

花の講習は正直なところ息子のためだけでなく、自分もぜひ受けたいものだったので、最初はしぶる息子を説得するのが大変でした。息子は受講代が高いと反対していたからです。まずは

最初は花や植物が好きな息子のためとある花屋さんに寄ることになりました。我が家の近くにあって、おしゃれな雰囲気でしたので妻はかねてから気なるショッピングだつたようです。そこで妻は店内でフラワー・アレンジメントの講習をやっていることを知り、息子と二人で受講してみたいと言いました。

そんなある日、ドライブの帰りに、たまりして、本人が興味を持つようにしてみました。でも息子の反応はもう一つで、本人が熱中するほどではなかつたのです。

最初の数回は私がマネージャーのようにショップの都合と息子のシフトの調整役をして、二人で受講していました。すると、いつの間にか息子が熱心に通うようになり、ヒマさえあれば花屋さんに行くように変わっていました。分担して工夫することが習慣になつていたのです。



アイジロウさんは息子への対応を娘にも当てはめて考え、工夫していくことで問題を解決していました。

花屋さんはスタッフも女性ばかり、フラワー・アレンジメントの受講生も女性ばかりですので、長身な息子は雰囲気にとけ込めずかなり浮いていました。ところが通ううちにすっかりスタッフのみなさんと親しくなりました。学生時代はなかなか友人ができませんでしたが、花が好きという共通の趣味があると年齢が離れていても異性

夫 気づき工夫を

私の娘は息子と違つて学生時代は成績が良く、なんの問題もありませんでした。大学卒業後は、私立の中学校に教師として就職し、学生時代からおつきあいのあつた相手と婚約をして、すべてに順調でした。

ところが娘がクラス担任になつてしばらくすると、だんだんやせていくのに気がつきました。ある日、偶然、娘が夜ちゃんと寝れていなことを知り、驚きました。職場の仲間に相談して娘を病院に連れて行こうということになりました。

であつてもすぐに仲良くなれるということがわかり、とても驚きました。

そのうち息子は花の作品を知人や友

お試しという感じで受講しましたが、当初無感心っぽかつた息子がいきなりハマつてしまいました。

最初の数回は私がマネージャーのようにショップの都合と息子のシフトの調整役をして、二人で受講していました。すると、いつの間にか息子が熱心に通うようになり、ヒマさえあれば花屋さんに行くように変わっていました。花屋さんに行くようになって、しだいに花のネットワークが広がつていきました。

その後、花つながりで交際相手が見つかり、それをきっかけにしてダイエットを始めました。今までの体重も元に戻り、仕事も落ち着いています。息子も将来は花屋さんを開業したいという夢を持つようになりました。

アイカとアイジロウ 子育て期

アイカさんの

- ポイント**
- ①夫婦のふりかえりが生活の中で定着した。
 - ②困難をのりこえる喜びが生まれた。
 - ③ふりかえりを通して二人の子どもの支援の役割分担ができた。

度だけでいいからとか言いながら、妻をふくめた三人で心療内科を受診しました。すると驚いたことに診断結果はウツの中期だということでした。病院からは半年間休職して自宅療養を勧められました。私も妻もショックを受けましたが、一番ショックを受けたのは本人でした。娘は診断が出ても受け止めることができず、また薬による治療があわないので、いつでも意識がもうろうとしているようでした。娘は外出できなくなり自宅に引きこもるようになってしまいました。

そのころの我が家は息子への対策のために始めた家族で話しあいが習慣化しており、娘とのやりとりも工夫をする必要を感じていました。つまり、娘も発達凸凹の特性があるので、元気になるためには同じような工夫が必要であるようになってしまった。

でも、まさかウツになるまで追い込まれてしまうとは考えもしませんでした。娘の、問題については夫がかなりかかわってくれたので助かりました。私は息子の問題で手いっぱいでしたので。週末には、夫婦で一週間のふりかえりを通して情報交換をしました。すると、家庭内のやりとりがスムーズになつてきました。

娘にそのことを言うと「お母さんは私の夢を壊すの！」と反発するので、あまり強くは言えませんでした。やつてみて無理なら次を考えればいいと考えていました。

娘にそのことを言うと「お母さんは手な娘にはかなり厳しい職業ではないかと感じていたからです。

夫 化で敵職探し

一時は問題だらけだった家の中がずいぶん落ち着くようになつて、福祉事業所で教わったトレーニングがものすごくよかつたことが実感できました。いまでは我が家と同じようなご家庭から発達凸凹のことをよく相談されます。そういうときは迷わず福祉事業所を紹介しています。

福祉事業所に通うようになつて娘はずいぶん落ちつくようになりました。娘は教師に向きだと気づいて学校をやめましたので焦りがあつたのでしょう。本人は早く仕事につきたがるのでですが、適職探しがうまくいかないようでした。

そこで私が時間のある週末に、娘といつしょに仕事探しをおこないました。娘は勤務条件や業務内容にばかり気を取られていたので、私は「そんなこと気にしていたら、またウツになる」と注意すると娘は反発してきました。「条件じゃなくて仕事の環境で選んだほうがいい。人と関わることや管理する仕事は向かないからさけよう」とアドバイスしました。

娘はよく忘れ物をしていました。宿題を忘れることはもちろん、筆記用具や教科書、体育着などもよく忘れました。大学生になつてからは自動車学校にもうまく通えず、三回期限切れをして四回目になつて取つていました。高校生になると娘が将来は教師になりたいという夢を語るようになります。

妻 夫婦のふりかえりで情報交換

結婚後も電話でふりかえり



アイジロウさんは娘のひきこもりからの回復に役立ったふりかえりを娘の結婚後も続けることで、課題解決に役立っています。

娘は勉強のほうは問題ありませんでしたが、生活習慣やコミュニケーションのほうは子どものころから、大きな問題がありました。

娘はよく忘れ物をしていました。宿題を忘れる事はもちろん、筆記用具や教科書、体育着などもよく忘れました。大学生になつてからは自動車学校にもうまく通えず、三回期限切れをして四回目になつて取つていました。高校生になると娘が将来は教師になりたいという夢を語るようになります。

アイカとアイジロウ 子育て期

アイジロウさんの

- ポイント**
- ①妻の工夫が成功するのを見て、自らも学び始めた。
 - ②学ぶことでプロの力を借りる意義を知った。
 - ③電話でのふりかえりを通して娘の困り感に気づけた。

は娘の得意な教えることのみで、事務作業や管理の仕事がありません。ですので、娘は結婚後もずっと同じ仕事を続けることができました。そのときの習慣が今も残つていて、いまでも週末になると娘から電話がきて、一週間のふりかえりをしています。

妻 ふりかえりを書いた 子育てメモ帳

娘はものごとを管理することが苦手ですでの、結婚披露宴ではとつてもドタバタして大変でした。いわゆる連絡・報告・相談というやりとりがほとんどできませんでしたので、披露宴の朝にいきなり「カメラマンの手配、忘れてた」とか「受付係の手配、してない」などと言いだす始末です。

たまたま披露宴は夫の職場から、いろいろな人を招いていましたから、披露宴の直前になんとか手伝いをお願いすることができました。

娘の出産のときは、ふだん電話でやりとりをしている夫から「困っているみたいだから助けてあげて」という声かけがありました。

さつそく私から娘に電話してみましたが、困りごとの内容がわかりません。娘ちがあかないの直接娘の家を訪問したら、出産準備がまるできていました。娘はふだんからピンチになつても、うまくSOSがだせないタイプみたいです。

私はすぐに車を出して、娘と二人でお店をまわり、出産準備用品を買います。

ろえました。

発達凸凹のある子どもを支援するの手がかかります。でも夫やその他の家族の理解があれば、大変さも楽しみに変えることができますね。

夫 ペア・トレは家族の 工夫の基礎

いまにして思えば僕は、最初の職場の環境が恵まれていました。社内に進行係がいて、スタッフそれぞれの配置や担当している案件の内容をチェック



ふりかえりを通してアイジロウさんは娘の困り感に気づくくことができました。

して声かけをしてくれるのです。そのおかげで私は現場での仕事に集中することができました。いまでは独立して事務所を構えていますが、進行係は必ず配置しています。娘に対しても進行係が必要だと感じたので、私が代わりに進行係をしてあ

げていたわけです。親子だからとか、家族だからだと思うと「なんだ、こんなこともできないのか」というトゲトゲしい気持ちになりがちです。でも、これは仕事なんだと自分に言い聞かせると自分の気持ちが楽になりました。疲れているときや調子が悪いとき、なんて手の焼ける家族だという気持ちにもなりますが、だからおもしろくで飽きないんだよと自分に言い聞かせてています。

娘はいま子育てで苦労しています。孫が極端な人見知りがあつて、初めていく場所や、知らない人がいるところでは激しく泣いてしまいます。ですから保育園やこども園の入園式では会場になかなか入れなくて苦労したよう

この問題をきつかけにして、娘はふたたび福祉事業所とつながるようになりました。ときどき相談をしに行つてているようです。

私としてはいざれペア・トレント・トレーニングを受けるようになつて欲しいです。

いと願っています。そうなれば、親から孫へつながつていく、わが家の伝統となつていくことでしょう。ペア・トレは発達凸凹の工夫の基礎をしつかり学べる、素晴らしいプログラムだと確信しています。

アイミとアイサブロウ 幼児・学童・思春期

発達凸凹の特性を理解すること 家庭内の居場所作りと役割分担を

発達凸凹通信では、実際の当事者から話を伺い、これまでのエピソードと工夫などをお聞きして、記事にしています。登場する人物や団体は実在しますが、プライバシー保護のため仮称にしています。

病院勤務、福祉事業所経営
妻アイミ 夫アイサブロウ

妻と夫40代で子ども2人のご家族

沖縄本島南部にお住いのアイサブロウ・アイミさんご家族は、娘2人の4人家族です。ご夫婦それぞれ医療や福祉の仕事を通して、気づきや工夫がありました。

夫 感覚過敏や独特なこだわりでペースが合わない

母は僕の偏食や言動を悩んでいたようです。他にも、なにをするのか予測不能で「どうしたらいいんだろう」と知人に相談していましたと聞いています。僕は幼いときから、服の素材や光るもに対して過敏に反応していました。服は化繊が苦手です。タグは違和感があるので着る前にハサミで切り取つていきました。食べ物には興味や執着がないという感じ。毎日同じメニューでもOKです。

小学生のころは、自分がなにかに夢中になるとまわりが見えなくなるタイプでした。また全体朝礼やショッピングセンターが苦手でした。すごく疲れるからです。なぜなのか、ずっと気づきませんでした。みんなも同じように疲れているはずだと思いこんでいましたから。

ルーティン通りにしか行動できないので、家族で外出のさいは大騒ぎでした。僕だけ、準備が独特で時間がかかるのです。出かけるとなると、まずト

イレに入ります。トイレから出ると、どの服を着るか決めるまで時間がかかります。素材にこだわり、あれこれ考えたりして時間が経ってしまいます。あきれた家族から、置いていかれそうになつたほどです。

妻 厳しい父のもと部活漬けの毎日

普通の家庭で過ごしました。父は公務員、母は専業主婦です。4名きょうだいの2番目で、長女でした。困り感は特に感じたことはありません。私はおとなしい子でしたが、父は



アイサブロウさんは感覚の過敏やこだわりがあったため周囲とペースが合いませんでした。うまく苦手を避ける工夫が必要でした。

夫 空気がが読めずにいじめに遭う

中学時代からは、かなり意地を張っていました。変な子だと思われていたので、素のままだといじめのターゲットにされるので、強い言葉と態度で自分を守っていました。空気がが読めないから、クラスメイトや部活でもトラブルがありました。運動部だったのですが、みんなが嫌がる練習メニューのとき強く反発してしまい、先輩から目の敵にされてしまいました。なんで自分だけひどい目にあうのか、なにが問題でどこが改めるべきことなのか、まるでわからなかつたです。

高校になると、初めて友人との交わりができるようになります。が変わる、いい感じのメンバーです。もしかしたら、そのグループを認めあう、その時々でリーダーが変化する、いい感じのメンバーです。もしかしたら、そのオートバイの仲間です。たがい忘年会で集まっている気のあう仲間です。

妻 人格を否定しない包容力に気づく

厳格で子どもを抑えつけるタイプでした。私は、中学・高校の部活は吹奏楽部で、全国大会に出場することができます

した。兄弟と触れあうことはまつたくせず、部活漬けの毎日でした。自宅は父親が怖くて居づらかったです。

アイミとアイサプロウ 青年・就労期

アイサプロウさんの

- ポイント**
- ①社会的ひきこもり期に妻が理解を示してくれた。
 - ②特性に気づいてからは相互理解が深まった。
 - ③自室を持つことで家庭内での居場所づくりができた。

妻

いい意味での あきらめも大事

家庭を持つてから板金工をしていた夫は、休日や深夜に、いきなり仕事に行つたりしていました。予告も相談もなく突拍子もない行動パターンは、まるで理解不能でした。いろいろ訊いて

妻との出会いは、高校時代の友人の紹介です。ある年の大晦日に、みんなで初日の出を見に行くことになり、偶然僕のオートバイに同乗することになつたのが妻です。

その後、高校を中退した僕は、ひきこもりになりました。妻はそのころにも、僕につながろうとしてくれました。社会での居場所がない時期の不安・恐怖の中にいる僕に、会いにきてくれたのです。

やがてひきこもりから回復し、外出できるようになつて本格的におつきあいしました。目的を持つて何かをする足がかりになりました。

子どもがてきてから夫は子どもの世話をするけど一緒に遊んでいる時も苦手で、また一緒に遊んでいる時も楽しくなさそうだったので、違和感を持つていました。そのような夫の様子を見てアタッチメント（家族との情緒



アイサプロウさんは学校に馴染めず社会的ひきこもりになりましたが、回復後は、お互いの仕事や学びを通して特性の理解につながりました。

夫

ひきこもりからの 回復期に機会あり

でした。卒業後に結婚して、今も同じ職場に看護師として勤めています。そのころの夫は友人たちといつも一緒にいて、優しい人という印象でした。厳しかった父の影響があり、包容力のある感じに惹かれました。人格を否定したりしないし、彼といふと居心地が良かつたのです。

も説明がないので、いい意味であきらめたことが結果的に良好な距離感につながりました。夫は、マルチタスク（複数の作業を同時並行すること）が苦手でした。例えば、「ゴミ捨ててね」と頼むと「わかった」と返事をするのですが忘れます。私が工夫して、玄関先にゴミを置くようにしました。夫は外出の際、目の前にあるゴミを見て気づけます。

女性が三人も家にいると室内に物が増え、夫にとつては居心地が悪くなりますが、夫は自分のペースで片づけをしないと気がすまないので、思い通りに片づけらないので居間はみんなのスペースだと割り切つているようです。

夫

相互理解が 深まり、生活の 環境を工夫

自室を持つてからは、自分の思い通りに片づけます。こだわりがあって1センチでも動かせばすぐわかります。自室は安全基地のようになります。その頃から妻もうるさく言わず認めてくれました。結婚したばかりのときは自分の部屋がないからクルマが部屋がわりでした。

我が家ではよくあることです
が、女性は生理が近づくと、みんなイライラしがちで、ついケンカになります。そのことがわかると僕はその場ですぐ「ごめん」と謝り、大きなケンカに発展することがほとんどなくなりました。

はつきり言つてくれないとわからな
い僕の特性を理解できるようになつてからは、このように具体的に言葉にす
ることで伝えあうことができるよう

アイミとアイサプロウ 結婚・育児期

アイミさんの

- ポイント**
- ①いい意味であきらめつつ、夫といい距離を保っている。
 - ②家庭内での頼みごとのやり方を工夫している。
 - ③家庭の内と外で役割分担をしている。



お互いのペースを尊重しながら、うまく役割分担して子育てや仕事をしています。

夫の発達凸凹の特性に気づいてからはケンカすることが減り、彼も自分の外出困難を、うまく説明できるようになりました。私の理解も進んで、休日に外出に誘わなくなりました。また家庭外は夫が、家庭内のは私がリード役をしています。それぞれの場面で役割分担をしているイメージです。

夫とは、きょうだいに近い感覚です。気をつかわなくて過ごしやすいので、言いたい放題でも大丈夫です。衝突しながらも「まあいいか」というゆとりがあり、お互いを尊重しながら、前向きな譲りあいがあります。お互いに理解を深め、いい距離を保ながら日々を過ごしています。

福祉事業所経営
妻アイミ 夫アイサプロウ

妻と夫40代で子ども2人のご家族

なってきました。

自分の特性に気づいてから、僕は気持ちを言語化して伝えることができるようになりました。折り合いをつけてルール化することで、うまくやつていただけるようになり、トラブルがなくなっています。

今は、自分の部屋があり、充電エリアですので、ここにいる時間が多いですね。僕が不在のときは娘が寝ていたりしますが、僕が帰ってくると黙つて部屋から出ていきます。相手が大事にしているものを大事にすることができるようになり、たがいに尊重しあえたから理解が深まって、気づきやすい伝えあいが自然にできるようになつてきました。

僕は子どもの頃の失敗体験から、子どもは安心して失敗できる家庭環境がすごく大切だと思います。なので娘が忘れ物をしても、強く叱ったり、学校に届けてあげたことはありません。安心して失敗できる環境づくりが自己理解につながると考えているからです。

妻は看護の経験から、特性への理解が早かつたです。発達凸凹の子たちに会う機会が多かつたからでしょう。特性への理解が深まつたおかげで夫婦の会話が増えました。

妻 夫との距離をほどよく保つ

夫の発達凸凹の特性に気づいてからはケンカすることが減り、彼も自分の外出困難を、うまく説明できるようになりました。私の理解も進んで、休日に外出に誘わなくなりました。また家庭外は夫が、家庭内のは私がリード役をしています。それぞれの場面で役割分担をしているイメージです。

この冊子を手にしてくださったみなさんが、キーパーソンの存在に気づいたり、出会えたり、誰かのキーパーソンになつたらえたら嬉しく思います。

お互いの違いを受け止め、お互いを尊重しあえる社会と一緒に築いていきましょう。沖縄が心のエネルギーがふくらむようなあつたかい言葉であふれることを願つて…。

あとがき



大人の発達障がいの見立てと支援

困難事例 の対応 6

受託 NPO法人 わくわくの会

相談支援事業所 さぽーとせんたーi
〒902-0063 那覇市三原2丁目6-1 2階
TEL:098-987-1167・FAX:098-987-1166
メール:wakusapo.i@gmail.com

沖縄県委託:発達障害地域支援マネジメント強化事業
企 画:作業療法士 小浜 ゆかり
:言語聴覚士 前田 智子
構成・取材:平岡 賢之&ワッシャーナ
イラスト:松田 愛・ニャーイ