



### 「頑張っても、なぜかいつも上手くいかない…」

忘れ物や遅刻が多い、空気が読めないと言われる、他人とのコミュニケーションが苦手…。もしかしたら、発達障害が原因かもしれません。子どもの頃は気づかずに過ごしていても、大人になって仕事や育児につまずき、その時初めて発達障害に気づくケースもあります。

### 発達障害ごとの行動の特徴

#### 自閉スペクトラム症 (ASD)

- ・言葉や視線、表情などで、他人とコミュニケーションを取るのが苦手。
- ・他人に対する興味が薄く、相手の気持ちや状況を理解することが苦手。
- ・音やにおいなど感覚の過敏さを持ち合わせている場合がある。



悪気はないのに相手を怒らせてしまう

相手と会話がかみ合わない

指示があいまいな仕事の対応ができない



ルールを守る真面目さがあり、行動に裏表がなく誠実な方が多い

#### 注意欠陥・多動症 (ADHD)

- ・注意し続けることができずに作業にミスが生じやすい。
- ・落ち着きがない、待つことができない。



忘れ物や落とし物、遅刻が多い

頼まれていた仕事や約束を忘れる

タスク管理や整理整頓が苦手 考えるより先に動く



興味のあることには抜群の集中力を発揮したり、発想力や独創性に富んだ方が多い

### 発達障害かなと思ったら

発達障害の特性から、生活や仕事の中につまずいたり、困難が続いて生きづらさを感じたりしてストレス状態が続くと、抑うつ的になったり突発的にパニックになったりすることもあります。まずは、専門の相談窓口や医療機関に相談してみましょう。

大人の発達障害の検査や診断は「精神科」又は「心療内科」で行っています。兵庫県のHPIには「発達障害の診断・診察等を行っている医療機関及び行政窓口機関情報」が掲載されています。

### 自分の特性に気付くことで気持ち楽になることも

発達障害は、本人が怠けているせいでも、保護者の育て方のせいでもありません。生まれつきの自分の特性に気付くことで、生活をちょっと工夫したり、その特性を周囲に伝えて支援を受けたりすることで、自分らしくスムーズに社会生活が送れるかもしれません。

☆ ご予約・お問い合わせ ☆

いなみ虹保育園・病後児保育室「レインボー」

住所：兵庫県加古郡稲美町国安1256番地

TEL: 079-490-2064 (専用電話)

FAX: 079-490-6682

\* 詳しくは「いなみ虹保育園HP」「稲美町HP」をご覧ください。



編集：篠田