

茨城いのちの電話

つくば（相談電話）
029・855・1000



水戸（相談電話）
029・350・1000



桜川堤@土浦・茨城

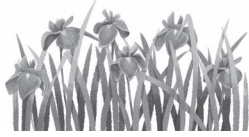
2024.4.7

2024年5月
第109号

特集：発達障害児者への支援	2～4
公開講座を聴いて	4
コラム・受信状況	5
ご支援ありがとうございます	6～7
寄付のお願い・編集後記 ほか	8

世阿弥の謡曲「桜川」の舞台となっている桜川は桜川市北部に源を発し、土浦市で霞ヶ浦に注ぎます。秋には土浦の花火大会が開かれる桜川堤にも桜並木が続き、花見の季節には人々の目を楽しませてくれます。

発達障害児者への支援



茨城県発達障害者支援センターあい 発達支援担当 海老原 朱美

今回は「発達障害がある方への支援方法」についてご説明させていただきます。「発達障害の定義」については、前号（第108号）にて、筑波大学人間系の佐々木銀河先生が解説されておりますので、そちらをご覧くださいと思います。

「発達障害」は、「発達（受精してから死に至るまでの人間の心身の変化・変容過程）の仕方に生まれつき凸凹がある障害」です。

そのため、個人によって「成長・変化が一般的または早い部分」と「成長・変化が遅い部分」があります。その早い・遅いには、「個人差」があります。現代の社会・集団に適応した範囲の「遅さ」であれば、その方の「個性」として、社会の中で問題にならない場合もありますが、個人の努力では補えないような「遅れ」の場合には配慮や支援が必要となり、周囲の理解・所属している環境での配慮・調整が重要となります。支援の方法は色々ありますが、代表的なものとして、「教育・療育的支援」と「医学的支援」、「福祉的支援」があります。今回はその中でも、「教育・療育的支援」「福祉的支援」について説明させていただきます。また、今回のこの文章にて、具体的な支援方法まで説明することは不可能ですので、「発達障害児者支援に重要な視点」についてのみ述べさせていただきます。点になる点は予めご了承頂ければと思います。

●教育・療育的支援

「教育・療育的支援」は現在色々な支援方法の情報がありますが、その中でもエビデンス（科学的根拠）があると言われている代表的な支援方法をご紹介します。

1) 環境調整

皆さんの中には、近視の方がいらっしゃると思います。近視の方の中で、学生時代に教室の黒板が見づらいときに、前の方の席にもらったと

いう方もいると思います。また、前の方の席にしても黒板が見えなくなったときには、眼鏡やコンタクトレンズを使い視力矯正をしていたと思います。近視が原因で、「前の方の席にしてもらおう」ことも、「眼鏡をかけて教室にいる」ことも、「あの子だけズルい」と言われることは殆ど無かったと思います。これは「視力が悪くて黒板が見づらい」ことへの「配慮」です。「席を移動する」「眼鏡をかける」ことで、「(自分のいる場所での)環境調整」を行っているのです。もちろん現代の日本では、近視の方が多く、特別な存在ではないため、「配慮している」という意識は少なくなっており、「私もいつか近視になるかもしれないので」と「お互いさま」という意識で配慮をしているのかもしれませんが。

「発達障害」がある方の中には、「耳からの情報（言語情報）を取得して、一時的に記憶しておくことが苦手」という方がいらっしゃいます。理由は色々ありますが、「耳からの情報は（録音等をしていなければ）消えてしまうため」「環境の中で、複数の音や言語がある場合、一か所（一方向）に注意を向けて、維持し続けることが苦手なため」「（言語情報が）自分に向けて発言されていることに気づかない場合があるため」「複数の情報（視覚・聴覚・触覚情報等）を同時に素早く処理することが苦手なため」等が考えられます。このような場合に、「視覚支援」という支援方法が有効となります。「言語（話し言葉）」や「注目・注意」等の「目に見えない状態」を「目に見える状態」に「環境調整」する支援になります。例をあげると、「明日は、給食が出ないので、お弁当代として500円持ってきて下さい」という指示を出したい場合に、口頭だけで伝えるのではなく、『〇月〇日、給食が出ないので、お弁当代500円を持参して下さいという手紙を配布する・メールで送る・LINEで送る』等も「環境調整」のひとつです。または、『教室

の黒板に紙に書いて貼っておく』等も「環境調整」といえるでしょう。

「書き言葉で情報が残されている」ことによって、「いつでも、どこでも、自分のペースで内容が確認できる」ことが「配慮」となります。

こういった配慮は、学校の先生等の大人側が、小学生に対しては行うことが多いと思いますが、相手が中学生・高校生・大学生・社会人になるにつれ、「口で言えば分かるだろう」と思ってしまい、やらなくなってしまいます。

しかし、人間の成長には個人差があります。特に発達障害の方の障害や成長の遅い部分は「外側から目に見えない部分」であることが多いため、周囲の方から「分かっているだろう」と思われ、必要な支援が見過ごされている部分があります。そうすると、「目に見えない部分」の成長に必要な情報が自分では得られず、成長が停滞することもあります。

実際には「環境調整」によって「目に見えない部分を『具体的に、目に見える形で支援する』こと」により「本人の状況理解が進み、発達が遅い部分の成長を促進する」ということになります。書き言葉で情報を与えられることにより、その状況に必要な情報を記憶することで、次に同じような状況が起きたときに自分で対応できるようになる可能性があるのです。この「配慮（環境調整）」が「教育・療育」となるのです。

この「環境調整」は、障害とまでは言えなくても、（個性といえる範囲ではあるが）不得意な部分がある人にとっても助かる支援となります。また、現代のグローバル社会では日本在住の外国籍の方も増加しています。そのような多種多様な方に対応した普遍的なデザインが「ユニバーサルデザイン（障害・年齢・体格・性別・国籍等に関わらず、分かりやすく利用しやすいデザイン）」です。支援をする方が、このような多種多様な視点を持つことが非常に重要です。

2) 行動的支援

先程の例でもあげましたが、発達障害の方の中には「複数の情報（視覚・聴覚・触覚情報等）を同時に素早く処理することが苦手」「聴覚情報のように消えてしまう情報を記憶に保持しておくこと

が苦手」な方がいらっしゃいます。そのため、質問や問いに適切に言語で応答することが苦手である方は多いです。

特に「なぜ?」「どうして?」という質問に対して言葉で理由を答えることや言葉で説明することが苦手な方もいらっしゃいます。

また、知的障害も併存している方であれば、さらに自分の言葉で理由を説明することに困難があります。このような状況のときに、支援者や教育者の方は、「なぜそのような行動を取ったのか理解できない…」と困惑することになり、混乱し、叱咤することで悪循環となり、お互いの視点のすれ違いが起るため、さらに状況が悪化することもあります。

そのような場合に、言葉ではなく、「行動」から「その行動をとった理由を紐解く」ことが重要となります。そして、そこから「望ましい行動」に変化させる方法を見つけることも出来ます。

「本人の行動の記録を取ること」「その本人の行動に対して、周囲の人がどのような対応をしたのかについて記録を取ること」によって、「なぜその行動を取ったのか（取り続けているのか）」「周囲の人はどのように反応する方が良いのか」が分かる場合があります。

それによって「本人の行動」も変化します。

この「行動的支援」は、本人だけでなく、保護者（親）や教育者・支援者の行動にも当てはまります。保護者・支援者の行動が変わることで、本人の行動が変わることを支援するのが「ペアレント・トレーニング」や「スタッフ・トレーニング」になります。

「本人の行動」と「周囲の人（親・支援者等）の行動」が相互作用して変化することによって、「教育・療育的支援」として機能することになります。

周囲の方だけでなく、大人になってくれば、本人が「自分についての記録（日記等）」を取ることも重要です。自分についての記録・日記が、セルフモニタリングとして機能する場合があります。それが、本人の「サポートブック」や「マニュアル」に発展していく場合もあります。

口頭や言葉だけでなく、「行動」で捉える視点が重要となります。

●福祉的支援

児童福祉法や障害者総合支援法に基づき、福祉的な支援として、年齢や状態に応じて、様々な制度が用意されています。

幼児期では「児童発達支援事業」「保育所等訪問支援」等、学童期では「放課後等デイサービス事業」、成人期では「自立訓練」「就労移行支援」等があります。そのような福祉の様々なサービスや制度を調整する「相談支援専門員（相談支援事業）」も存在します。それ以外にも「重度訪問介護」「自立生活援助」「共同生活援助」等の居住生活に関わるサービスもあります。また、精神保健および精神障害者福祉に関する法律に基づき「精神保健福祉手帳」が発行される場合もあり、等級に基づいた支援が受けられます。

この他にも、自治体・社会福祉協議会独自の福祉サービスや相談事業がある場合もありますし、NPO法人やボランティア団体が担っているサービス等がある場合もあります。

こちらについては、お住いの自治体の障害福祉課・社会福祉課や県発達障害者支援センター等にお問合せ頂ければと思います。

茨城県においても、茨城県の「新しいばらき障害者プラン」を基として、「茨城県発達障害支援指針」を策定し、施策を推進しておりますが、発達障害支援への普及啓発は十分ではありません。県民の皆様へご理解頂き、誰もが住みやすい共生社会へ進んでいくためのご協力をお願いできればと存じますので、宜しくお願い申し上げます。

2023年度厚生労働省自殺防止対策事業公開講座の感想

『悩みがあったら相談に来てください』

—— この呼びかけの“弱点”は何か』(岡 檀先生) を聴いて



茨城いのちの電話公開講座が3月30日に開催されました。講師は情報・システム研究機構統計数理研究所 医療健康データ科学研究センター特任准教授の岡檀先生です。先生は実際に現地調査を行い、その科学的データに基づき、自殺を抑制する地域の行動様式について分析されました。具体的な事例に基づく話はとてもわかりやすく、自殺を少なくする社会構築への私たちへの道標を示してくださいました。

自殺の少ない地域での特徴は、多様性を重視しているということです。つまり、他者の考えを尊重し、自分の意見を主張すること。その理念が「つながっているが 縛られない」人間関係を構築する。ついてはそれが自己肯定感を醸成するといいます。先生はかならずしも「絆」が強ければ自殺が起こらないというわけではないといわれました。現在、マスメディアで安易に「絆」という言葉が使われ賛美されています。が、絆への過信は慎重にした方がよいのかもしれません。一方、病気を隠して重篤化してかえってコストがかかることを回避するため、危機管理に対する合理的な考え方もあるようです。そこには、例えばうつ病に対する偏見はみられず、弱音を吐ける風土があるとのことでした。

また、路地とベンチは重要なコミュニケーションポイント

トといいます。コロナ禍以降、市中にベンチが激減したり、長椅子でも隣席はバツ印があって座れなかったりして、人と人が寄り合う空間が激減したのも事実ですし、ふと気づけば、あちこちの地域で商店街が消滅しかけています。昔ながらの商店街では、単に買い物をするだけでなく世間話もしたり、時には愚痴をこぼしたり悩み事をつぶやいたりしたこともあったでしょう。商店街の存在価値が今さらながら思い起こされます。

今日の講演のキーセンテンスである「悩みがあったら相談に来てください」ですが、「相談に来てください」と投げかけることは、あくまでも相談を待っているだけのことになってしまいます。相談者をアウェイとして待つのではなく、困っている相談者がホームにいながらにして支援を受けられる体制が大事とのことでした。

先生は「いのちの電話」はアウェイよりもホームに近いといわれました。なぜならば365日24時間体制をめざし、時間を区切っていないからだそうです。うれしいお言葉をいただきましたが、相談員数の減少もあり、かならずしも24時間体制でないことが心苦しいかぎりです。私たち相談員は、相談者のホームで相談を受けるという意義についてあらためて深く考える必要があるのでしょうか。

(M.O)

辻村深月

「傲慢と善良」

(朝日文庫 2022年)



「傲慢」も「善良」も、意味は知っているけれど日常的に使う言葉ではない。「傲慢な態度」とか「善良な市民」とか、書き言葉としては読むことがあっても、自分で書いたり、ましてや話したりすることはほとんどないのではないだろうか。その固いイメージの二つの単語と、不安そうななんとも言えない表情の女性のイラストとのミスマッチが印象的な表紙である。

冒頭はサスペンスドラマを思わせる描写から始まり、その後もミステリを思わせるような展開をしていくが、ネタバレを承知で言えば決してサスペンスやミステリではない。裏表紙の紹介文には「恋愛ミステリの傑作」とあるが、読んでみれば明菜ちゃんの声で「Love is the mystery～」と聞こえてくるような、そういう意味でのミステリである。この小説は、一言で言ってしまえば30代男女の現代的な婚活の話である。そして大人の成長譚でもある。とは言え、結婚相手でなくても、自分が他者を選ぶ時の傲慢さについて考えさせられる小説である。

主人公は桜庭真実と西澤架。二人は婚活サイトで出会って交際し、婚約していた。しかし真実はある日、架の前から姿を消す。真実を探すために架は真実の家族を始め、関係する人々に会いに行く。その中で架が知らなかった真実の過去が明らかになっていく。

かになっていく。

私の最初の違和感は架が「真実ちゃん」と呼び、「真実はいいい子だ」「そんな子じゃない」と繰り返す点にあった。30代半ばの女性をつかまえて「いい子だ」？いくら交際相手とはいえ、幼く見過ぎだろう。それとも今の未婚30代はこんな感じなのか？接する機会が少ないだけに何ともいえないもやもやを感じていた。しかし、真実の人物像が徐々に明らかになるにつれて、その幼さの正体が見えてくる。

読み進めるにつれ、私はもうこの主人公達の親の世代であることを痛感する。自分の子どもが結婚したい相手を連れてきた時に私は値踏みし、わが子に釣り合うとか釣り合わないとか考えるのか？自分に問うた時に答えは「ノー」であるのだが、本当にそうなのか？本人が決めることと、と口では言いながら、本心では相手の性格や価値観どころか学歴や職業や年収も気にするのかもしれない。

またこの小説は、アイデンティティーや自己肯定感の問題も突きつけてくる。私たちが自信を持ってこの世に生きていくためには（生きていくための最低限の自信という意味で）、自分が他者と相対的に優越していると感じることは本当に必要なのだろうか。社会的な生き物だから相対性は常に存在していて、そこに差違は確かにあるが優劣はあるのだろうか。

いろいろなことを考えさせられる小説であるが、辻村深月らしい希望の見えるエンディングが待っている。是非一読してほしい。

Katojira

フリーダイヤル受信状況

2023年10月～ 2024年3月 合計（自殺傾向）	男	女	その他	受信件数
	158 (40)	109 (26)	1 (1)	268 (67)

毎日フリーダイヤル受信状況

2023年10月～ 2024年3月 合計（自殺傾向）	男	女	その他	受信件数
	519 (125)	697 (160)	5 (1)	1,221 (286)

SNS相談受信状況

2023年10月～ 2024年3月 合計（自殺傾向）	男	女	その他	受信件数
	46 (7)	94 (23)	11 (1)	151 (34)

通常の実信状況

1985年6月1日～2024年3月末現在

総受信件数

1,003,194 件

うち当期受信件数

(2023年10月～2024年3月現在)

6,353 件

男 3,139件 女 3,153件 その他 61件

(自殺傾向)

男 276件 女 352件 その他 7件

計 635件

誰もが誰かとつながっていられますように

電話って不思議な道具だ
手の中に入るほど小さな機械なのに
どこにいるのかわからないあなたの声を
今ここで聞いている

あなたのことを わたしはなにも知らない
あなたもわたしのことは なにも知らない

なにがしかの空間を隔てて
わたしは自分が経験したことのない人生を生きてきた
あなたの話に耳を傾ける
あなたとしばしの時間を共にする
まるで隣人同士みたいに
ずっと前からの知り合いみたいに

電話を発明したグラハム・ベルは
自分の発明がこんなふうに使われると
考えたことがあっただろうか

(素)



イラスト かしわぎ まきこ

あなたのご支援が茨城いのちの電話を支えます

いのちの電話は皆様のご支援で支えられております。「茨城いのちの電話」が今後も充実した相談活動ができますように新たな後援会員を募集しています。あなたも後援会員になりませんか。一人でも多くのご支援、ご協力をお待ちしております。

■ 後援会費（年会費）何口でも

個人会員（1口）A. 3万円 B. 1万円 C. 5千円 D. 3千円

法人会員（1口）A. 30万円 B. 10万円 C. 5万円 D. 3万円 E. 1万円

■ 寄 付 随時受けつけ、金額は定めません。

■ 振 込 先 社会福祉法人 茨城いのちの電話

☆常陽銀行研究学園都市支店（普通）6451884

☆筑波銀行つくば営業部（普通）780100

☆郵便振替 00340-2-2315

■ インターネットでの申し込み syncable.biz

クレジットカード／Amazon Payでの申し込みができるようになりました。

NPO への支援を募る Web サービス「Syncable」を利用しています。



〈編集後記〉今年も気が付けばあっと言う間に五月、新緑がまぶしい季節になりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。今号は前号に引き続き「発達障害」を取り上げました。発達障害という言葉を知ると、以前勤めていた更生保護施設で会った少年を思い出します。人付き合いが苦手、職員に反抗する、食堂で食事をせず居室に持ち込み食器を戻さない、職員が居室に入ることを拒む、門限などのルールを守らないなど、問題行動が多い少年でした。しかし、薬の多量摂取により呼吸困難になり救急車で運ばれた際、少年の手をずっと握って付き添った日から、私には心を開いてくれるようになりました。私たちは普通のおじさん、おばさんですが、コーラーの気持ちに寄り添う研修を受けた相談員として、親身になってコーラーの言葉に耳を傾け続けたいと思います。（KM）

社会福祉法人
茨城いのちの電話

発行人：幡谷浩史 編集：茨城いのちの電話広報委員会 表紙絵：岡崎祐一 題字：長野加与
事務局：〒305-8691 茨城県筑波学園郵便局私書箱60号 TEL 029-852-8505
ホームページ：https://www.iid.or.jp FAX 029-852-8355

この広報紙は、共同募金からの助成金で作りました。

