

～自分だけで悩まないで～

「うまくいかないことが増えて大変…」

「周りの人と合わなくて辛い…」

「生きづらさ」を抱えながら暮らしていくことは大変なことです。まずは、相談機関につながる大切が大切です。支援につながることで、悩みや不安を解消できるかもしれません。

また、自分の特性を理解することで、その特性に合ったライフスタイルや仕事が見つかるかもしれません。

気になることや困ったことがありましたら、ひとりで悩まず相談してください。



発達障害について お気軽にご相談ください

台東区の相談窓口

台東保健所保健予防課 ☎3847-9405

台東保健所保健サービス課 ☎3847-9497

浅草保健相談センター ☎3844-8172

関連施設

東京都発達障害者支援センター

ご本人が18歳以下の場合 ☎6413-0231

ご本人が18歳以上の場合 ☎6902-2082



このリーフレットについてのお問い合わせ

総合発達支援体制庁内検討会

事務局 松が谷福祉会館
所在地 台東区松が谷1-4-12
TEL 3842-2673



発行日 令和5年1月

大人の 発達障害

を
知っていますか？

成人版



発達障害を理解して
いただくために

 台東区

こんなこと思い当たりませんか？

例え ば …

指示された意図が分からず、
職場や学校での人間関係が
上手くいきません。



同時に複数のことができません。
段取りよく家事を行うことや片付けが苦手です。

自分のやり方にこだわります。
場の空気が読めません。



仕事に集中できません。
急な変更が苦手です。



発達障害には、早期発見・早期支援と地域の皆さんの理解が大切です

発達障害は見た目にはわかりづらく、周りの人たちには理解できない行動となってあらわれることがありますが、家庭環境や育て方が原因ではありません。

発達障害に気づかれず、正しい支援が行われない場合、うつ症状やパニックなどの二次的な問題が起こる場合もあります。

発達障害のある人は、障害の早期発見と適切かつ継続的な支援、周囲の方々の正しい理解があれば、個性を伸ばし、自分の特性と付き合いながら生活していくことができます。

例えば…

- 具体的に伝える
- 簡潔に短く伝える
- 肯定的な表現で伝える

など対応を工夫してみましょう。

発達障害は主に次のとおり分類されますが、同じ発達障害でもその方の個性や発達の状況、年齢、環境などによって目に見える困りごとはさまざまです。

自閉スペクトラム症 (ASD)

- コミュニケーションの障害
- 対人関係・社会性の障害
- パターン化した行動 など



注意欠如多動症 (ADHD)

- 不注意
- 多動・多弁
- 衝動的な行動 など



学習障害 (LD)

- 全般的な知的能力に問題はないものの、
- 読むことが苦手
 - 書くことが苦手
 - 計算することが苦手 など



※平成17年に施行された「発達障害者支援法」では、発達障害の早期発見、早期支援を国や地方自治体に義務付けるとともに、国民の理解、協力を求めています。