

「生きづらさ」をなくしたい

発達障害 子どもと大人の現場から

「発達障害」という言葉は、広く知られるようになった。当事者ならずとも、身近な周囲の人にその特性を疑ったり、「自分もそうかも」と考えたりした経験のある人も少なくないはずだ。だが、発達障害について偏見なく理解しているかと尋ねられたら、自信を持ってうなずける人は少ないだろう。発達障害とはなにか、なぜ生きづらいのか。どんな支援が必要か。子どもと大人の現場から考えたい。

編集部 石臥薫子

ることが増えていました」
そしてあの「事件」は起きた。
文部科学省の2012年の調査では、公立の小・中学校の通常学級に通う子どもで発達障害の可能性があるのは6・5%とされる。1クラスに1人か2人はいる計算だ。
不安から受診ためらう
05年に施行された発達障害者支援法により、ASDや注意欠陥・多動性障害（ADHD）、学習障害（LD）の存在が広く知られるようになり、発達障害を疑ったり、診断を受けたりする

るケースも年々増加している。アエラが実施したアンケートにも、多くの悩みが寄せられた。親からは「対応が難しい」「一般的な振る舞いができないので親子ともに自信をなくしている」といった悩みのほか、「育て方のせいだと夫や義理の両親から責められてつらい」「夫が全く子どもの障害を認めようとしないため、相談や交渉は一人でやるしかない」など孤立感を訴える声も目立った。
（当事者が）同級生やその親から「KY」（空気が読めない）「バカ」など心無い言葉に傷つ

いている」「担任が学習障害のある息子の目の前で「○○くんは、努力してもできないから、みんな諦めて」と話したために不登校になってしまった」など、周囲の理解や支援が追いついていない現状も透けて見える。
こうしたなか、確定的な診断名が出ることを恐れ、受診をためらう人も少なくない。
冒頭の女性も通報事件がきっかけで受診はしたものの、「発達障害という」レッテルを貼られると、自分自身も周囲も障害という枠の中でしか息子を見られなくなるのではないかと不

安に駆られたという。だが実際は、診断を受けて安堵した。「これからどう関わっていくべきか、一緒に考えていきたいと思います」と言われて、ああ、手探りで訳のわからない状態から抜け出せると」（女性）
夫と娘の間でヘトヘト
一方、小学1年生の娘を持つ自営業の女性（43）は、「ASDとADHDの重複」を疑いながらも受診には至っていない。娘はASDの特性のひとつとされる「想定外の事態への強い拒否感」がある。仕事で遅くなった



鈴木ひかりさんと雄大くん（左）、陽大くん（右）。毎週日曜日は雄大くんが好きなたこ焼きを食へに行き、散歩しながら帰る

親と子① 育てにくさと親の高藤 診断より支援欲しい

息子が「自閉症スペクトラム（ASD）」だと会社員の女性（37）が知ったのは、昨年2月の「事件」がきっかけだった。小学5年生だった息子はその日、自宅で父親と口論になり、はだして外に駆け出した。同じようなことは過去に数回あった

が、この日は虐待を疑った近所の人が通報。息子は警察に保護された。事件後、役所の子育て支援課から児童精神科の受診をすすめられた。
「小さい頃からずっと育てにくさを感じてはいたんです」と女性は言う。保育園の頃は、

発達障害の主な種類 ASD 自閉症スペクトラム

自閉症やアスペルガー症候群なども含む。相手が言っていることや気持ちを理解したり想像したりするのが難しく、対人関係に支障をきたすことが多い。自分の興味のあることや特定の手順・ルールに強いこだわりがあり、想定外の対応が苦手

ADHD 注意欠陥・多動性障害

うっかりミスや忘れ物が多い。気が散りやすく、じっとしていられない。整理整頓が苦手、後先を考えずに思いつきで話したり、行動したりしてしまう、といったことが多い。男性のほうが多いともいわれる

LD 学習障害

知的障害とは異なり全体的な理解力には遅れはないが、「読み」「書き」「計算」など特定の課題の学習に困難がある。聞いたことや見たものを短期記憶したり、処理したりする能力などの凸凹が原因とされる

毎朝「行きたくない」と必ず大泣きした。一度登園してしまえばケロッと一日を過ごさせていたから、「場面の切り替えが苦手」というASDの特性によるものだったのだろう。だが、当時は自分も周囲も「甘えん坊」だと捉えていた。就学後は机の上で整理できず、勉強も遅れがち。知能検査も受けたが、結果は「ボーダーライン」。担任やクラスメートの友だちが常に目をかけフォローしてくれておかげで、学校生活はなんとかしのいでいた。しかし、家では徐々に暴言や暴力が激しくなっていた。
「本人は、ちゃんとしたという理想と、うまくやれていない現実とのギャップに苦しんでいたんでしょ。最低限こうでなくては」とか「普通はこうだ」と押しつけがちな夫とも衝突す

周囲の親は…

知人の子が発達障害を持つお子さんとトラブルになった。知人は「寛容でありたいと思ながらも、自分の子どもに**加害された場合にどう対処していいかわからない**」と悩んでいた (36歳、女性、会社員、東京)

同じクラスの子に鉛筆で突かれたり、突き飛ばされたり、モノを隠されたりして、いじめかと思ひ先生に相談した。その時初めて、**その子がグレーゾーンで突発的にそうした行動に出してしまうこと**を知った。先生も遠回しな言い方なので、自分で発達障害について調べ、先方の親とも話して落ち着いた (37歳、女性、パート、東京)

発達障害について**同級生やその親の理解が乏しく、「バカ」とか「親が甘やかすすぎ」「KYで気持ちが悪い」といった発言が見られる**。一番傷つくのは当事者の子ども。「人と違う」ことを認めない社会が、障害を持つ親子を追い詰め、悲しい思いをさせている (57歳、女性、会社員、東京)

発達障害の疑いがあるということが、一部の親にしか伝えられていないので、何かあった時に**どう対応すればよいかかわからない**。親御さんには、ありのままの子どもの状態や親の気持ちを、保護者会などの場で話してほしい (46歳、女性、自営)



書くのが苦手な陽大くんだが、大好きなバスケットボール選手に先日、3時間かけてファンレターを書いた

親と子の**グレーゾーンと教育の課題**
居場所を作りたい

千葉県浦安市に住む中学1年生、鈴木陽大くん(12)はプロバスケットボール、千葉ジェッツふなばしの大ファン。「外でバスケットしてきていい?」日曜日の昼過ぎ、母親のひかりさん(41)がうなずくと、「夢と希望とちよつとのお金を持つていくね。あ、ちよつとのお金もないから夢と希望だけいっばい持つていくねー」と軽口をたたいた。朗らかな会話からは想像しにくいのが、陽大くんには「学習障害(LD)」の疑いがある。そして兄の雄大くん(15)は、知的障害を伴うASDと診断されている。言葉が遅く、こだわりも強かった長男に比べ次男の育児はスムーズだった。

「なんて育てやすいんだらうと思つていたら、幼稚園の園長から、「ちよつと心配だから市のことも発達センターに行つてみて」と言われて。えーっ、あなたも?とショックでした」(ひかりさん)

診断名はつかず、いわゆる「グレーゾーン」のまま小学校は通常学級へ。1、2年生のうちには周りと大差なかった。「やっばり何かおかしい」と気づいたのは3年生になってから。2年生で習った九九を全然覚えていない。毎晩泣かせてでも一緒に取り組んだが、全く効果がない。さらに板書もノートに書き写せない。視覚で捉えた文字を一時的に記憶し、手元のノートに再現することができないのだ。特に短期記憶の力が弱いため、学習の積み上げができず、5年生になつても学力は小学校2、3年生レベルで止まっていた。

「知的障害のある長男はゆるやかながらも積み上がつていくのに、どうして?と」(同)

もがき続けていた時、ある手法の存在を知った。「苦手な部分をiPadで代替する」方法を、ハイブリッド・キッズ・アカデミーという民間の教室が教えていた。東京大学先端科学技術研究センターでの研究成果を社会に還元する場として設立され、ソフトバンクのグループ会社が全額出資する教室だ。

その教室で、板書やプリントを撮影してiPad上のノートに取り込み、大事などころに自分でマークやメモを書き込む方法を学んだ。書き込みに使うのはキーボード。苦手な手書きではないため、ほとんど書ける。理科の実験も動画で撮れば、帰宅後に思い出すことができる。陽大くんは夢中になった。日常でも、おいしいお菓子の名前やパッケージを頭で記憶する代わりに写真に残した。そうすれば次にまた買える。千葉ジェッツの試合を見に行く道順も、写真で保存した。

努力では越えられなかった壁が突破できる。光が見えた。そう感じ、学校でも使わせてもらえるよう掛け合った。だが、学校は「前例がない」「セキュリティが心配」「他の子が写真に写り込むとプライバシーの問題が生じる」などさまざまな理由を挙げて、首を縦に振らない。

義務教育のジレンマ

保育・教育現場からは…

字を書くのが苦手な子には、**マス目の大きな作文用紙を用意したり、板書と同じ内容のコピーを渡したりしてノートに貼り付けられるようにするなど、ちょっとした配慮で救える子どももたくさんいる**。根本的には教育予算を増やすべきだし、授業準備すらままならない忙しさをなんとかしてほしい (32歳、女性、小学校教員、東京)

診断名がつくケースが増えており、配慮の必要性が明確になるのはありがたいが、**いまの教員数では個別指導や合理的配慮までとても手が回らない** (35歳、男性、東京)

教員の知識や支援の体制が追いついていない。40人学級で、支援を必要とする子が5人以上いると、学級経営は担任1人では無理 (29歳、女性、東京)

発達障害と一口で言っても状況は一人一人異なるので、**個別に対応する難しさ**がある (56歳、女性、兵庫)

発達障害の子はテストでは平均点を取れることも多く、保護者が自覚しにくい。コミュニケーションが難しいためにクラスに馴染めないのを、**保護者は学校に原因があると捉えがち** (37歳、男性、小学校教員、東京)

「診断名がつくかどうかにかかわらず、本来は親御さんが育てにくさを感じた時点で支援を開始してほしい」

発達障害の難しさは、医師だけでなく、他の支援機関や学校などと連携し「チーム」で対応する必要があることだ。そんな体制を持つ医療機関は限られ、評判が高いところほど、受診予約は半年、1年先まで埋まっている。療育を受けられる児童発達支援施設(未就学児対象)や放課後等デイサービス(小学生以上高校生まで)も増えてはいるが、定評ある施設は空きが出るまで1、2年待ちがザラ。

3歳でASDの診断を受けた娘を2年待つてようやく児童発達支援施設に入れたという女性(36)は、来年の小学校進学に不安を募らせる。「行政の窓口相談しても、学校と直接話してみてください」と言われて終わりでした。具体的な支援を受けられる場所と、先の見通しが欲しい。当事者に共通する願いだ。

からと夕食のメニューを急遽変えただけでも、長い間泣きわめく。服装へのこだわりも強く、どんなに出かけるはずの時間を過ぎていても着替えを急ぐことができない。実は夫にも「こだわり」と「衝動性」が見られ、女性は7年前から臨床心理士のカウンセリングに通っている。そこで「夫は受診すれば診断名がつくレベル。おそらく娘さんと同じ」と言われた。

しかし、そんな状況を保育園の担任に話しても「信じられませぬ。園ではちゃんとしてますよ。お母さん、もっと甘えさせてあげてください」と言われた。「診断名がつくつかつかつかないかわゆる『グレーゾーン』のあるあるですよ。でも、保育園の園長からは『受診は待った方がいい』と言われました。『いま

診断名がついて特別支援学級に行く」と、通常学級に戻れないから」と。診断がついたところで、『あやっぱり』となるだけだろうと私も思います(女性)

チームでの対応が必要

彼女が診断名より欲しいのは、少しでも状況を改善するための具体的なアドバイスや支援だ。発達障害に詳しいあきやま子ともこう話す。

当事者の親は…

本来は優しい子なのに、自分の困りごとを**言葉で表現できないために爆発してしまう**。本人も理想と現実とのギャップに苦しんでいる (37歳、女性、会社員、千葉、中1、ASD)

これまで書字障害の生徒がいなかったため、先生たちも対策がわからない。高校受験の際にそれを明らかにすることで不利になるのではと心配 (50歳、女性、専業主婦、神奈川県、中2、LD)

通常学級か支援学級かで悩む。厳しい中学で長期欠席の子も多く、通常学級を選ぶとついていけず不登校になるのではと不安。通常学級と支援学級の間があればいいのに (47歳、女性、看護師、東京、小6、ASD/LDの傾向)

スクールカウンセラーに相談しても、あまり対応してもらえない (43歳、女性、パート、東京、小4、ADHD傾向)

全員が空気を読めないわけではないし、知的レベルもさまざま。生来の性格や環境によっても違うのに、**聞きかじった知識で「発達障害はこう」と決めつけないで** (48歳、女性、自営業、神奈川県、大3、ASD)

「頑張ればできる」「甘やかしたせいだ」と思われるのがつらい (52歳、女性、専業主婦、長野、中3、LD)

夫と子どもの発達について話し合いたくても、**すぐに決めつけたり、怒ったりする**のでまともに相談ができない (47歳、女性、看護師、東京、小6、ASD/LDの傾向)

小5の担任の不適切な対応によって一時ひきこもりに。訪問療育によって徐々に回復した。先生の対応次第で子どもの生活が全く変わる (46歳、女性、パート、千葉、中3、ASD)

話し始めたのが3歳と遅く、「**母親の育て方のせい**」と義父母に責められた (44歳、女性、専業主婦、東京、小5、ASD/LD)

タブレットで板書を撮影させてもらえるだけで楽になるのに、**学校に使用を認めてもらえない**。夫が頑張らせようとするのがつらい。もう十分頑張っているのに (52歳、女性、団体職員、東京、小4、LDの疑い)

「LDの子は義務教育が終われば楽になりますよ」
 社会に出れば、文字を書くのにパソコンやタブレットを使うのは当たり前。計算も電卓だ。それなのに、義務教育の9年間、紙と鉛筆で苦手な漢字や筆算と格闘し続けることにどんな意味があるのだろうか、とひかりさん
 は思う。視力が弱い人が眼鏡を、聞こえにくい人が補聴器を使うのと、書くのが苦手だからiPadを使うのと、何が違うのか。
 兄の雄大くんは、特別支援学級で手厚い支援を受け、状況はかなり改善した。こだわりも薄くなり、合わなかった視線も合

うようになった。来年は高校に進学するが、行き先は特別支援学校と決まっている。
 「長男より障害も軽くグレーゾーンの次男のほうが、必要とする支援も受けられず、先行きも不安だらけです」(ひかりさん)



長男の育てにくさを感じ始めていたひかりさんが夫がそっと差し出した本。「ここにわが子の取り扱い説明書があった」と救われた

の先生からはこう励まされた。「LDの子は義務教育が終われば楽になりますよ」
 社会に出れば、文字を書くのにパソコンやタブレットを使うのは当たり前。計算も電卓だ。それなのに、義務教育の9年間、紙と鉛筆で苦手な漢字や筆算と格闘し続けることにどんな意味があるのだろうか、とひかりさん
 は思う。視力が弱い人が眼鏡を、聞こえにくい人が補聴器を使うのと、書くのが苦手だからiPadを使うのと、何が違うのか。
 兄の雄大くんは、特別支援学級で手厚い支援を受け、状況はかなり改善した。こだわりも薄くなり、合わなかった視線も合

うようになった。来年は高校に進学するが、行き先は特別支援学校と決まっている。
 「長男より障害も軽くグレーゾーンの次男のほうが、必要とする支援も受けられず、先行きも不安だらけです」(ひかりさん)

アエラのアンケートでも、「特別支援学級にいる子ほど障害は重くないが、通常学級ではサポートなしではついていけない。グレーゾーンの子の居場所がない」どの声が寄せられた。これは今春、陽大くんが中学進学の際に直面した問題でもある。

友だちがたくさんいる陽大くんは通常学級に進むことを望み、「僕は障害児じゃないよ」と母の顔をのぞき込んだ。気持ち悪いほどわかる。でも、中学の授業に小学3年レベルの学力でついていけないことは明白だ。わからないままじっと毎日6時間座っているうちに自信をなくし、不登校になるのも心配だ。

「他の親御さんから、地区に1クラスでも『間のクラス』があれば、うちの子も行かせたい」という声を聞くようになりました」(同)

「わかる経験」で変わる

学習も「コミュニケーション」もデジタルでスムーズに

勉強や人とのコミュニケーションに困難を抱える発達障害の子どもたち。デジタルネイティブ世代の彼らにとって、進化するテクノロジーは強力な味方となる。

「わたし」「じゅーす」「のむ」イラストと文字で人物やモノの名前、動作が書かれたカードをタップすると、画面の最上部にカードが移動。再生ボタンを押せば、音声が出る。

「わたし」「じゅーす」「のむ」イラストと文字で人物やモノの名前、動作が書かれたカードをタップすると、画面の最上部にカードが移動。再生ボタンを押せば、音声が出る。

「わたし」「じゅーす」「のむ」イラストと文字で人物やモノの名前、動作が書かれたカードをタップすると、画面の最上部にカードが移動。再生ボタンを押せば、音声が出る。



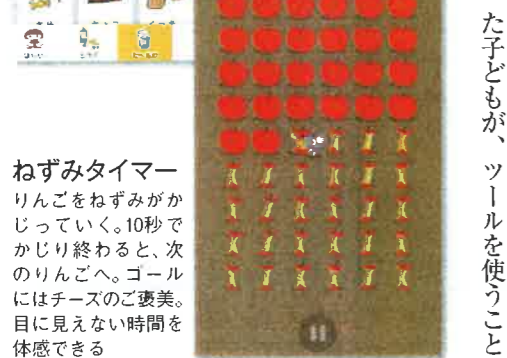
ブレックロノ学習ブア道小のハイブリード・キッズ・アカデミーで、子どもたちがタブレットを使って授業を受けている様子。

ともしばしばだ。リタリコによれば「えこみゆ」利用者から、「子どもが何を考えているのか、やっとならなくて、意思疎通の喜びを感じている」「いまではどこに行くにもタブレットを持ち歩いている」
 といった声が寄せられているという。

大きさのコントロールが難しい子どもたちに人気だ。時間内に物事を終わらせたり、待つことが苦手な子どもには「時間」を視覚的にとらえられる「ねずみタイマー」が使いやすい。
 東京・京橋の「ハイブリード・キッズ・アカデミー」(プリキッ)が教えるのは、iPadなどタブレットを使った新しい学習法。教室は、東京大学先端科学技術研究センターとソフトバンクのグループ会社であるSBブレイヤーズによる連携から生まれた。取材当日、教室に集まっていたのは小5から中1までの男女5人。彼らに共通するのは、学習障害(LD)の傾向があることだ。



「えこみゆ」は、家庭で使うだけでなく、療育施設や外出先でも活用できる。イラストも使いやすい。

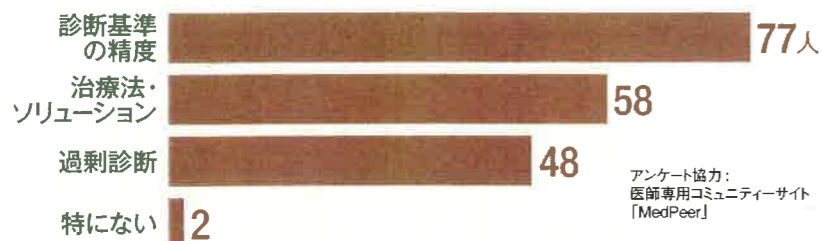


「ねずみタイマー」は、10秒で終わると、次の画面に進む。タイマーの進行状況は、目の見える感覚でわかる。

「これまで、みんなと同じテストが受けられなかったり、受けても一桁の点数しか取れなかった子どもが、ツールを使うことで、80点、90点取れるようになる。その姿を目の当たりにして、『どうにかしてあげたい』と思ってくださる先生は多いです」
 医学博士で国内外の特別支援教育に詳しい竹田契一・大阪医科大学LDセンター顧問によると、米国ではASD、ADHD、LDという障害別の学校が多数あるという。
 「アメリカは、『インクルーシブ教育』が盛んで、誰もが望めば、合理的な配慮のもと普通学級で学ぶという大きな流れがあります。でもその一方で障害別の学校もある。それは障害の特性に合わせた学び方をすると子どもがものすごく伸びるということが、実証されているからなんです。やるべきこと、やれることがわかっていないのに、日本の教育現場では、なかなか採用されない。本当に歯がゆいです」(竹田さん)

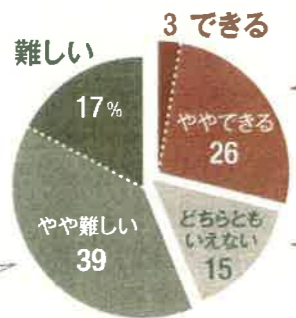
発達障害の診療経験のある医師100人へのアンケート

診断する上での、課題や問題点は？ [複数回答]



発達障害のある子どもの社会生活を家庭や学校でのサポートで解決できる？

サポート体制が充分でない
1人にかける時間が少ない
画一的な対応では難しい
専門家が少ない
保護者の在り方がすべてを決める
理解がない

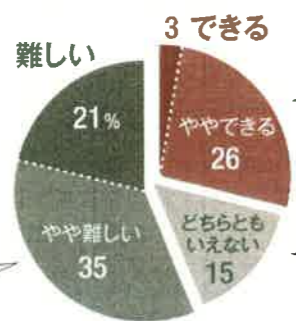


専門のチームやクラスをつくる／地域全体の支援が必要／可能性はある／登校しなくても学べる環境を整備する

本人の発達特性による／周囲の理解度による／相性で変わる／サポート方法がわかりにくい／専門職の関わりが必要

発達障害のある大人の就労を社会や企業側のサポートで解決できる？

周囲の理解が得られない
マンパワー不足で手がかけられない
専門家が少ない
他者が家族より影響を与えることは難しい



周囲の理解があれば／社会的なサポートが大切
環境調整／本人の努力も必要

症状がそれぞれ異なる
専門職の支援も必要
社会の寛容さによる

医療から見た「発達障害」とはなにか。診療経験のある医師100人へのアンケートからは、発達障害について、現状の課題も見えてきた。

ライター 豊浦美紀

医療というより 社会の課題だ

医師100人が考える「発達障害」とは

2008年、国内初の「大人の発達障害」専門外来を開設した昭和大学附属烏山病院（東京都世田谷区）には、いままも全国から受診者が殺到している。来院する理由は、大学の学業や研究室でつまずく、就職後仕事のミスや人間関係で悩むなどして、「発達障害だからでは」と本人や家族が疑うケースが多い。発達障害とは、先天的な脳機能の特性によって起きる精神的な発達障害のこと。「自閉症スペクトラム（ASD）」「注意欠陥・多動性障害（ADHD）」「学習障害（LD）」などがあり、重複する場合もある。だが、同外来を開設した昭和大学発達障害医療研究所長の加藤進昌医師はこう明かす。「実際に発達障害と診断するのは、来院者の4割程度です」

はっきり線引きできない

そのほか、精神障害（パニック障害など）が4割ほどを占め、「診断なし」となるケースもある。別の医療機関で発達障害と診断された患者が、違っていたというケースも少なくない。発達障害をめぐると医療現場では、近年このような「過剰診断」が問題視されているという。AERAが医師専用コミュニティサイトMedPeerの協力のもと、発達障害の診療経験がある医師100人に行ったアンケートでも、「過剰診断」を問題・課題とした割合は48%に上る。さらに77%が「診断基準の精度」を問題視していた。加藤医師も、過剰診断の要因のひとつに、診断基準の不明瞭さがあると考えている。国際的な診断基準である米国精神医学会のDSM-5でも、ASDはスペクトラム（連続性）の概念とされ、障害の境界は線引きされていない。症状は、人の気持ちや理解しにくい、特定の物事にこだわりが強い、感覚刺激に過敏などが挙げられる。このASDに含まれる「アスペルガー症候群」は、1980年代に世界的に認知された。知的な遅れを伴わず、社会に出てから症状が顕在化することもあり、大人の発達障害としても高い関心を集めている。「ASDの主症状であるコミュニケーションの障害は、「人間関係の悩み」など一般的な心の葛藤と混同されがちです。患者は「発達障害」と診断され納得したくなる心理が働き、医師によつては症状の訴えに引張られ、過剰診断に拍車をかけていると考えられます」（加藤医師）ADHDに過剰診断が多いとの指摘もある。特別支援教育の専門家である医学博士の竹田契一・



SIRIO have fun

○ サイドベント

ソールのサイドに開いた穴は汗の湿気を逃がすベンチレーションホール。外からは見えませんがソールの内側はグリッド状に空気を逃がす通路があり雨の日でも快適に保ちます。



○ シリオソール

シリオオリジナルのラバー素材とソールパターンは雨の日の濡れた路面やマンホールでもしっかりとグリップ。雨の日でも滑る心配をしないでアクティブに活動できます。



○ ゴアテックス サラウンド®

防水耐久性を確保したままでゴアテックス・ラミネートが透湿性を実現しました。シリオのサイドベントとあいまって湿った空気を外に逃がし、いつでも足をドライで快適に保ちます。

イツデモ、ドコデモ、ドコマデモ。

P.F. 10-B

本体価格 ¥18,500 (+税)

size : 23.5 ~ 28.0cm
sole stance : 8cm
weight : 約400g/片足(26.0cm)
material : Natural leather
sole : CITY-TROTTER
wise : 3E+



シリオ株式会社 <http://www.sirio.co.jp>

〒135-0001 東京都江東区毛利2-2-8 誠和ビル Tel:03-3632-2525 Mail: info@sirio.co.jp
シリオ2019カタログをご希望の方は、82円切手4枚を同封し「カタログ希望」と明記のうえ、郵送にて上記までご請求ください。

※登山靴を購入するときはゲージできちんと計測することをお勧めします。登山靴を試着するときは、実際に着用するソックスでお試してください。

GORE-TEX, GUARANTEED TO KEEP YOU DRY®, SURROUND®, GORE®はW. L. Gore & Associatesの商標です。



発達障害の特性を持つ人はどの職場にいてもおかしくはない。当事者の多くは周囲の反応を恐れ、そのことを伏せ、「クローズ就労」しているのが実情だ

働きたいけど「あきらめたくない」

大人の発達障害と模索が続く職場

発達障害を持つ当事者の苦悩もあれば、共に働くことで生じる苦悩もある。職場の本音に耳を傾ければ、「共生」に必要な「課題も見えてくる」。

編集部 渡辺 豪

うつむき加減の横顔に苦渋がにじんだ。「しんどい思いをしながら、職場にしがみついています」

20代の男性会社員は2年前、ADHDとASDの診断を受けた。職場ではそのことを伏せたまま働く「クローズ就労」を続けている。男性は、これまでの人生をこう振り返った。

「人並みの努力で人並みの成果を得ることができない。この悩みが原因で、怒りやむなしさも感じていました。普通になりたかったし、今も普通になりたい。20年以上こんなコンプレックスを抱えて生きてきました」

小学生の頃から頻りに学校の連絡事項を聞き逃した。団体行動が苦手な周囲から浮いてしまいいじめにも遭った。大学生時代、飲食業のアルバイトで注文を取ることもできず、店長から「こんなに覚えの悪いバイト

は見ることがない」と呆れられた。だが、当時は深刻に受け止めた。短期で辞めても生活に支障はなかったからだ。

ストレスでポロポロ

だが就職後、状況が一変する。「できない理由ばかり考えないで、主体的にどうやったら解決できるか考えて」

成長や自覚性が求められる職場で、常に指示を待つ状態の男性を見かねた上司から、あるとき、こんな指導を受けた。どう解釈すればいいのかかわからず、男性はフリーズした。

「自分で解決しなければいけないとはわかってはいるんですが、業務に向き合う根本的な意義を見いだせず、混乱が続きました」

興味のある分野しか集中できないのは、ADHDやASDの特性のひとつだ。周囲に迷惑をかけているという罪悪感や劣等

感で、男性は強いストレスにさらされた。「もうポロポロで仕事を辞めたと思うようになって……。発達障害を疑って受診しました」

診断の翌年、定型業務を比較的マイペースでこなせる部署に異動し、順応できるようになった。会社が「配慮」したのかわからない。

「今は何とか続けられています。が、異動したらどうなるのか、常に不安があります。お金をもらう以上、成果を出さないとけないのは、十分承知しています。でも、あまり仕事ができなくても、「ここにいていい」という安心感があるのが理想です」

発達障害を持つ人の割合は数人に1人にのぼるとされる。「傾向がある」「疑いがある」あるいは「自分もそうかもしれない」と悩む、グレーゾーンの人も含めるとさらに多い。

その大半はクローズ就労をしている。当人に自覚がない場合もあるが、カミングアウトできない主な理由は、職場の理解を得られず退職に追い込まれるのでは、という不安だ。背景には、

職場① 「クローズ就労」とシレンマ

当事者も周囲も疲弊

「もうポロポロで仕事を辞めたと思うようになって……。発達障害を疑って受診しました」

診断の翌年、定型業務を比較的マイペースでこなせる部署に異動し、順応できるようになった。会社が「配慮」したのかわからない。

「今は何とか続けられています。が、異動したらどうなるのか、常に不安があります。お金をもらう以上、成果を出さないとけないのは、十分承知しています。でも、あまり仕事ができなくても、「ここにいていい」という安心感があるのが理想です」

発達障害を持つ人の割合は数人に1人にのぼるとされる。「傾向がある」「疑いがある」あるいは「自分もそうかもしれない」と悩む、グレーゾーンの人も含めるとさらに多い。

その大半はクローズ就労をしている。当人に自覚がない場合もあるが、カミングアウトできない主な理由は、職場の理解を得られず退職に追い込まれるのでは、という不安だ。背景には、

「受診者の急増に医療現場が追いついていない部分はある。まずは各地の発達障害者支援センターなどで専門の医療機関に問い合わせしてほしい」

成人向けプログラムも

アンケートでは、58%の医師が診断後の「治療法・ソリューション」も課題と答えた。「診断そのものは重要でなく、特性にどう対応すればいいかを考える必要がある」(小児科・50代女性)といった医師の声も少なくなかった。発達障害は、根本的に「治る」ものではない。「医療にできるのは、本人に合わせた環境調整や、社会スキルを身につけるなど生活療法の提案です。成人向けのプログラムは確立は課題でした(加藤医師) 鳥山病院ではASDを対象にデイケアを10年以上行ってきた。中断率1割以下、3年以内の就職率55%という実績をもとにシフトケアプログラムを開発。18年から診療報酬化され、全国

知ってほしいこと

- 個別の対応が必要 (精神科・30代男性)
- 多様性のひとつと捉えるべき (内科・50代男性 ほか)
- しつけの問題ではない (総合診療・50代男性)
- 就労に向いていないという誤解があるが、向いている職種もある (心療内科・30代男性 ほか)
- 苦手な分野は疾患特性による影響。得意な分野を生かすよう接してほしい (心療内科・30代男性 ほか)
- グレーゾーンの幅が大きく、きっちり線引きできない (内科・60代男性)
- 親が心配しすぎて個性が過剰診断されているケースがある (小児科・30代男性)
- 周囲の理解と協力があれば、社会適応が可能なケースは少なくない (小児科・60代男性 ほか)

大阪教育大学名誉教授は言う。「一部の症状を緩和させる薬があるため、過剰診断に流れやすいとの指摘が近年アメリカで注目されています。日本で明確なデータはありませんが、ADHDの診断例はここ10年でかなり増えている実感があります」

子どもの場合、LDが隠れていて授業の内容が理解できずにつまらないから立ち歩いているのに、安易にADHDと決めつけてしまうケースもあるという。加藤医師はこう助言する。

「受診者の急増に医療現場が追いついていない部分はある。まずは各地の発達障害者支援センターなどで専門の医療機関に問い合わせしてほしい」

成人向けプログラムも

アンケートでは、58%の医師が診断後の「治療法・ソリューション」も課題と答えた。「診断そのものは重要でなく、特性にどう対応すればいいかを考える必要がある」(小児科・50代女性)といった医師の声も少なくなかった。発達障害は、根本的に「治る」ものではない。「医療にできるのは、本人に合わせた環境調整や、社会スキルを身につけるなど生活療法の提案です。成人向けのプログラムは確立は課題でした(加藤医師) 鳥山病院ではASDを対象にデイケアを10年以上行ってきた。中断率1割以下、3年以内の就職率55%という実績をもとにシフトケアプログラムを開発。18年から診療報酬化され、全国

望ましい支援や医療行為は？

- 自分の能力や特技に気づけるサポートがあれば (心療内科・30代男性)
- 診断そのものは重要でない。困った特性にどう対応するか考える必要がある (小児科・50代女性)
- 本人や周囲がどの程度困っているかを検討すべき (精神科・10代男性)
- 医療にできることはほとんどない。社会全体で考えるべき問題 (心療内科・30代男性)
- 疑いのある人にラベルを貼りすぎるのはよくない。診断されないまま、不適応状態になった人を家庭が抱えるのもよくない (精神科・40代男性)
- 本人の興味や能力を生かせるようサポートする (精神科・50代男性 ほか)
- 適性のある職場を探す (小児科・60代 ほか)
- 社会性が身につくよう助言する (精神科・50代男性)
- 苦手な分野では無理をさせない (心療内科・30代男性)
- 特性に合わせて、環境を調整する (精神科・40代男性 ほか)

の施設で実施されつつある。成人・小児の発達障害と25年以上向き合ってきた、横浜市中部地域療育センター所長の高木一江医師も、特性にどう対応するかが重要と考えている。診断後の保護者の反応は「早くわかっただけよかった」「診断名だけ聞きたくなかった」とさまざま。高木医師は無理に納得させることはせず、保護者の気持ちをよくみ取り、育て方や支援の受け方についてアドバイスしてきた。

「診断以上に大切なのは、周囲の人間がその特性により本人が生活上どんなふう困るかを見極めること、正しい対処スキルを身につけるために必要な手立てをどう伝えるのがよいかを知ることです。本人が自分の特性を知る「自己理解」と、教育機関や職場で自分の特性に合わせた「合理的配慮」を得るための「相談力」を身につけていけば、特性による生きづらさを軽減していけます」(高木医師)

幼少期から安心できる生活環境で自己理解が進めば、スムーズに助けを求められるようになる。だからこそ、子どもたちにとって最初の社会となる教育現場での支援が欠かせない。

「各地の先生たちと勉強会や情報交換も行っていますが、有効な支援ができるかは「生徒を理解して真剣に向き合う先生の存在」によるところも大きいようです。地方や地域の文化によつて差があるのも事実です」(同) 必要とされる理解と協力とはどんなものだろうか。

「たとえば英語が苦手な人は、現地で辞書ツールを手に入意疎通の困難さ」を軽減させようとしています。現地の人も、片言の英語から理解しようと歩み寄ってくれます。これを発達障害のある人に置き換えてみてください。彼らも不具合な特性を抱えながら、生きづらさを軽減させる手段やスキルを身につけようとしています。社会全体に発達障害とその特性に対する正しい理解と配慮が広がることが大切です。私たち医師も含め、啓発と連携に努めていかなければいけないと痛感しています」

発達障害の特性や対応について理解せず、偏見もある社会の現状がある。

AHDHの疑いがあり、2次障害で通院しているグレーゾーンのオムさん(ハンドルネーム)も、クロージング就労を続けている。職場では苦勞してきた。特に電話対応が苦手で、商品説明を求められた際、頭が真っ白になり、受話器を握りしめたまま硬直したことがある。異変に気づき、応対を代わった先輩から、こんな言葉が飛んだ。

「新卒じゃないんだから」
当時、20代半ば。屈辱と罪悪感で体が熱くなった。その後、適応障害の診断を受けた。
「グレーゾーンの人も生きづら

チームで仕事をしているのに、自分の仕事のことしか考えられない営業マンがいる。スケジュール調整も何もなしに事務処理を依頼してくるので困るし、気分が悪い

仕事はでき、年輪的にも経験を積んでくる世代なので、リーダーとして起用されることがあるが、ほかのメンバーから「あのと同じチームから外してほしい」と異動希望が出されることもある

診断をされているわけでもないし、本人も自覚していないが、周りがグレーゾーンだと感じている。結局は何も対処できず、軽い仕事を任せられるしかなく、対処に困っている

仕事に支障が出る。本人とその家族は「認めたくない」。しかし、明らかに「発達障害あり」と思える。その狭間で、周囲がどう扱ったらいいか苦しんでいる

何もかもできない人、という扱いを受けていたり、変人扱いされていると感じる。支援すればできることや秀でたことがあるのではないかなと思うが、ゆっくり見ている余裕が職場にないと思う

職場では…

職場のルールが守れない。自分の好きな仕事はとことんやるが、会議や大事な仕事をすっ飛ばす。上司が自分に迷惑が降りかかるのが嫌なのか、部署で分担している大事な仕事を彼には任せず、他のメンバーの負担が増えている

ANA AIR O」では、法人向けに障がい者雇用促進の支援を行っている。同社社長の白砂祐幸さん(43)は言う。
「発達障害の可能性のある社員を前にしたとき、企業側の最初の反応は『戸惑い』です」
「仕事で、メモが取れない社員がいたとする。周囲はまず戸惑う。そして、採用試験を通った

さを抱えていることに変わりはありません。同じ悩みを抱える人の居場所づくりが必要だと考えました」(オムさん)

2017年、オムさんは当事者とグレーゾーンの人の支援団体「OMgray事務局」を立ち上げた。現在はピアサポートを中心にイベントや交流会などを行っている。

周囲も疲弊していく

心療内科医で産業医も務める国際医療福祉大学教授の中尾睦宏医師は、職場での発達障害に関する相談には、大別して「2種類がある」と言う。
「ひとつは、発達障害の特性がもとでうまくいかず、苦しんで

いる当事者からの相談。すでに診断のあるケース、職場でのトラブルから発覚するケース、本人に自覚がないケースなど、当事者もさまざまです。もうひとつが、発達障害の特性のある人の周囲が参ってしまった、という相談です」
仕事上のトラブルや人間関係の軋轢に悩むのは、当事者に限らない。周囲も苦悩している。

ある臨床心理士の女性は、リーダーシップ勤務でカウンセリングを行っている。相談内容の引き継ぎなど、情報共有が必須だ。だが、「報告・連絡・相談をしておかないと周囲が困る」という想像が全くできない同僚に悩まされている。
職業柄、女性は発達障害の知識があり、この同僚はその可能性が高いとみている。本人には自覚がない。情報共有について注意した際は、「こんなに頑張っているのに」と逆ギレされた。「周囲が一方的に『発達障害』のレッテルを貼るのは許されないと断ったうえで、女性は嘆く。
「発達障害の特性のある人と職場で日常的に接していると、注意しても一向に改善せず同じことが繰り返される状況に、周囲も疲弊してしまう」
話を聞いてみると、外部は「指導不足」「相性が悪い」などと

傷つけたくないという思いも働くのでしようが、発達障害がどういふものなのか、どういったコミュニケーションをとればいいのかかわからず、対応した経験もないため、改善に向けた対話が進まないのです」
白砂社長は障害の有無にかかわらず、従業員それぞれの特性に合った働きやすい環境を築くことが、企業の成長につながることを強調する。

「例えば、メモが苦手な発達障害を持つ人に録音を認めることは組織の柔軟性向上につながります。人材育成の幅が広がれば、人手不足への対応力も増し、社会の共感も得やすくなるはずですよ」(白砂社長)

発達障害の人の採用を積極的に行っている職場がある。東京・千駄ヶ谷にある、サザビリーグループの業務サポートセンターを訪ねた。

固定電話の置かれていないデスクでは、20人近いスタッフが黙々とパソコンに向かっていました。イヤホンや遮光眼鏡をつけたまま、働いている人もいます。同社の4カ所のサポートセンターで働くスタッフ64人のうち、60人が発達障害を持っている。イヤホンや遮光眼鏡を許可しているのは、電話対応が苦手、周囲の音や光に過敏に反応してしまう人への配慮だ。

考えがちだ。「表層しか見えていないのでは」と女性は言う。こんなケースもある。あなた、もう辞めたら!」

会議中、50代の女性職員が突然大声を張り上げた。進めてきた議論を振り出しに反しかねない剣幕に、周囲は「またか」とうんざりした表情を浮かべる。

できることがあったのでは

この女性は能力が高く、配属当初は上司も一目置く存在だった。だが、イベントや会議で同僚らと顔を合わせるたび、相手の人格を否定する暴言を浴びせると、問題行動を繰り返した。

職場② 環境整備の力

怖れ超えて議論する

教育の現場と比べ、お互い成人していることが多い就労の現場では、困難さはさらに際立っているように見える。「発達障害」という言葉に耳なじみはあっても、発達障害の特性や対応のしかたについて具体的な知識がないことも遠因だろう。

研修事業の支援を行うカレイドソリユーションズが5月に実施した意識調査によると、「従業員が、発達障害への知識や、

周囲には女性への不満がたまっていた。「我慢できない」「もう許せない」「一緒に働きたくない」……。

60代の先輩職員は、周囲がこの女性にかき乱される様子を目の当たりにした。女性も孤立を深め、やがて離職した。職場の外でこの女性が「自分はアスペルガー症候群だ」と話していたことを、後に知った。

「本人もつらかったはず。プライベートや恐れを捨てて、そのことを職場で明かしてくれば、周囲との摩擦も少しは緩和できたかもしれない。私たちにはもつとできることがあったのでは、と悔やんでいます」(先輩職員)

発達障害の方への対応を学べれば、ビジネスの成果につながる「考えるか」との質問に、人事・人材育成担当者の65・5%が「つながる」と回答。一方、「従業員に対して、発達障害の知識や、発達障害の方への対応を学ぶ研修を行っているか」との質問には8割超が未実施と答えた。このジレンマをどうすれば克服できるのか。

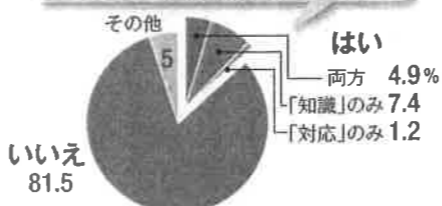
人材開発・組織開発会社「N

職場はどう対策しているか 理想と現実

従業員が、発達障害への知識や、発達障害の方への対応を学べれば、ビジネスの成果につながる?



従業員に対して、発達障害の知識や、発達障害の方への対応を学ぶ研修を行っている?



人事・人材育成担当者を対象に実施した発達障害に関する意識調査。カレイドソリユーションズ株式会社調査(5月実施)から

発達障害を持つ人の雇用モデルといえる職場だが、同センターのリーダー、陣内泰子さん(46)は、「年がら年中、あちこちで問題が発生していますよ」と苦笑する。陣内さんは、障害者雇用に関する講座や研修を受けてきたが、こう打ち明ける。

「発達障害の特性はみんなばらばら。ケースバイケースで臨機応変に対応するしかありません」

ストレスはつきもの

スタッフがある日突然定時出社できなくなる、感情の起伏が激しく周囲への不快感を露わにすることもしばしばだ。
「こちらは指導しているつもりでも、パワハラと受け止められてしまうケースもあります。発達障害はストレスの感度の高い人が多いですが、一緒に仕事をしている私たちのストレスもすごいんです」
陣内さんはあつけらかんと話

す。発達障害の特性を持つ人たちと向き合い、どうすればもっと働きやすくなるのか、日々模索しているという。そうして得た知見を全社で共有したのが、いまの職場環境だ。

同社の採用枠は「障害者雇用」だが、その姿勢は雇用形態にかかわらず、参考にすべきことはありそうだ。

当事者も非当事者も、発達障害を持つ人とその「特性」に、どう向き合うか。クロージング就労を選択せざるを得ない状況は、どうすれば変えてゆけるのか。
当事者の意向が配慮されるべきなのは言うまでもない。だが、当事者も周囲も疲弊する悪循環を変えたい。タブー視したり切り捨てたりして問題を覆い隠すのではなく、オープンに議論できる環境整備こそ求められているのではないか。当事者たちが声を上げ始めている。その過渡期だと受け止めている。