

1/5

30代になって病気と診断

大人の発達障害

昭和大学山病院(東京都世田谷区)の事務職員、堀越一雄さん(40)は、幼い頃から一人で遊ぶのが好きで、パズルやブロックに夢中になっていた。世間話ができず、聞くだけでも苦痛に感じることがある。サラリーマンは不向きと自覚し、研究者を目指していた。東京大で物理学を専攻し

て大学院修士課程に進んだが、研究テーマなどを先輩に相談することはなかった。修士2年になった1998年の春、指導教官に「君は研究者に向いていない。就職活動をした方がよい」と告げられた。自分の全てを否定された気持ちになり、自宅に引きこもるようになった。



昭和大学山病院でパソコンでの入力作業をする堀越さん

心配した教官の勧めで病院を受診。うつ病と診断され、抗うつ薬の治療を始めたが、意欲が

わかない。「甘えた」と突き放す教官の態度に絶望し、翌年秋に大学院を中退した。その後は、深夜から朝までインターネット漬けか、趣味のピアノに没頭した。手鏡を壊したり、パソコンのマウスを投げつけたりすることを繰り返すようになった。長生きをしてほしいことはないし、50歳ぐらいで静かに死にたいと思うようになった。鍵を閉めたかどうかを何度も確認せずにはいられないといった強迫性障害にも悩まされた。30歳代も半ばに近づいた頃に、インターネットで知った発達障害が、自分の症状と共通しているように思えた。

堀越さんは2008年2月に昭和大学山病院を受診し、アスペルガー症候群と診断された。アスペルガー症候群は、(このシリーズは全5回)脳機能の偏りから引き起こされる「発達障害」の一つで、人との交流や意思疎通などに困難を抱える。子ども頃に発症するが、見過ごされることも多い。同病院で発達障害の患者向けのデイケアや就労に向けた訓練プログラムに週1回通い始めた。この間、気持ちが悪くなり不安定になり足が遠のいた時期もあったが、気分転換にと、2年前からパソコンの入力作業などのアルバイトを始めた。昨年初めには同病院が障害者雇用枠で事務員を募集していることを知り、応募、採用された。堀越さんは「キャリアアップをして、ピアノがある部屋を借りて独り暮らしをしたい」と話す。

医療ルネサンス

No.6170

読んだ本記録に残そう

読んだ本を記録する「読書手帳」を配布する公立図書館が増えている。子ども向けのほか、妊婦向けの手帳もある。読書の秋に広く活用できよう

だ。岩手県北上市では今年度から、子どもたちに継続的に読書を楽しんでもらおうと、「読書手帳」の写真を図書館で配布している。A6判カラーで表紙を含め8ページ。本の題名、読んだ時期、感想を、30冊分記入できる。30冊記録すると、図書館で記念スタンプを押し

帳配布の図書館増 子ども、妊婦に

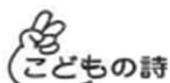


同じから印刷する。同市立中央図書館の伊藤美奈海さんは「記録することで、

くらし「家庭」

心の成長につながる」と期待する。対象は主に、本を自力で読み始める小学1年以上だが、未就学児に読み聞かせをしている母親が、成長や思い出の記録になると、利用するケースも目立つという。

妊婦用の「マタニティ図書館読書手帳」を昨秋作ったのは、埼玉県行田市立図書館。妊娠中、おなかの赤ちゃんに読み聞かせた絵本を記録し、誕生を待つ親の気持ちや子どもにあてたメッセージなどを記入する。お薦めの絵本リストもある。図書館にある専用の機械で題名などを印字したシールを張って記録することもできる。



算数
算数のお
難しい問
式が求め
自分の考
問題を作
問題が解
おもしろ
(茨城)

岡山県は今年7月に、小中学生向けの算数、小学生向けは、早く読まれている本の

2/5

患者同士で学ぶ会話力

大人の発達障害

「日光の観光を楽しんだが、翌週には豪雨で泡蓋した」「地元のお祭りに参加して、花火大会や盆踊りをみた」

東京都新宿区の晴和病院で9月中旬、20〜40歳代の男女6人が、それぞれ近況を1分間ずつ語り始めた。これは、同病院が大人の発達障害の患者を対象に、2年前から行っているダイケアだ。

医療ルネサンス

No.6171



「会話を続ける」をテーマにした発達障害患者向けのダイケア

通常の社会生活では、対人関係を構築する上で当たり前のように行っていることも、発達障害の患者にとっては対応が難しく、生きづらさを抱えてしまつておぼろしくない。

ダイケアでは、あいさつ、自分の事を相手に伝える、不安や怒りの感情のコントロール、相手への気遣いなどの内容を実習形式で学ぶ。臨床心理士や看護師な

どが加わり、月に2回、1年間続ける。

この日のテーマは「会話を続ける」。はい、いいえで答えられる質問ではなく、相手の話を引き出し、広がりを持たせる「開かれた質問」の使い方や、自分の情報をお互いに交換しあうことで関係を深める「自己開示」のスキルを学んだ。

今年7月から同病院のダイケアに参加している都内の男性会社員(43)は2013年6月、同病院でうつ病と診断された。職場の人間関係が原因で、抗うつ薬の治療を続けていたが、良くなったたり悪くなったりを繰り返した。主治医は、男性の口調の様子から、発達障害を疑った。

今年5月に心理検査を受け、アスペルガー症候群と診断された。いくつかの仕事と同時にすると混乱しやす

く、こだわりが強い。人とのコミュニケーションにも問題があるという。

男性は学生の頃から、話が細かいとよく言われていたが、自分の個性の一つと想っていた。物事を曖昧にしておくことに我慢できず、職場で上司と対立したことが、うつ病発症のきっかけだった。

男性は「他の参加者と交流しながら自分を見つめ直し、職場での対人関係に生かしていきたい」と話す。

同病院や昭和大烏山病院、愛知県立城山病院など計7医療機関でダイケアの効果を検証したところ、人とのコミュニケーションの能力などを示す指標が改善していた。

晴和病院のダイケアを担当する臨床心理士の反町絵美さんは「ダイケアで、表現力や表情も豊かになる患者も多い。同じ障害を持ち、同じような失敗や苦しさを経験した患者同士が出会い、ともに学ぶ場を作るのが大切だ」と話す。

くらし 家庭

秋の味覚の一つ、サツマイモ。今や希少な存在となった伝統品種「紅赤」が収穫期を迎えると聞いて、発祥の地、さいたま市を訪ねた。(大石由佳子)



旬な産地

※さいたま市

10月上旬、さいたま市見沼区の住宅に囲まれた畑。「本格的な収穫はもう少し先かな」。生産者の浅子治久さん(57)が試し掘りすると、土の中から鮮やかな赤紫色がのぞいた。紅赤だ。



に、皮の色が美しい突然変異種を見つけたのが始まり。食味と見た目の良さで評判になり、1990、40年代には関東を中心に作付面積は3万畝にのぼった。

頭に、茨城、千葉県などが主要産地。埼玉県内の昨年収穫量は5500トと少ないが、この「幻のイモ」を残しているという取り組みが始まっている。

浅子さんら有志農家による「さいたま市紅赤研究会」が発足したのは2009年のこと。今年約50畝を作付けた。

県内ではほかに、三芳町が「富の川越いも」として、紅赤を含むサツマイモのブランド化に取り組んでいる。

浅子さんはベニアズマも育て

子どもの詩

おみせで、
弟がおな、
かえた
一ばんすま
なかつた、
おいしか、
(大阪府)

幻のサツマイモ 残す試み

肌の乾燥が気になる季節になった。特に高齢者は、皮膚の水分量が少ないため乾燥しやすく、かゆみや湿疹につながることも多い。乾燥から身を守るにはどうすればいいだろうか。



乾燥肌 入浴後は保湿剤を



「保湿剤を塗る時は、手のひら全体を使って優しくのぼして」と浜園さん(左、埼玉県ふじみ野市内で)

皮膚は、外からの刺激や細菌などから身を守る機能も持つ

と冬に肌を

洗い直す

する。脱着する際、保湿剤には、つけ心地のローションタイプ、クリームなど、様々なものが



おぼし
山にお
もつ
ひく
(山梨)

医療ルネサンス

No.6173

大人の発達障害

4/5



発達障害を抱える患者の配偶者が、加藤医師(右)らと交え日常の苦悩を打ち合わせる「パートナーの会」

み合わず続か

患者の配偶者たちも苦悩

発達障害を抱える患者の配偶者は、度重なる心ない言動やこたわりの強さなどにやるせないを感じて、心身の不調を訴える人も少なくない。

昭和大学山病院(東京都世田谷区)の一室に今月上旬、発達障害の夫を持つ女性7人が集まった。同病院の患者の配偶者を対象に、4年前から定期的に開いている「パートナーの会」だ。

「会話がみ合わず続かない」「一緒にいても心が凍りつくだけで別居したい」「せめて今の状態から抜け出したい」

意思疎通がはかれないつらさや、うつ病や自律神経障害などに悩まされていた経験など、妻たちは切実な苦悩を打ち明けた。

この会が始まった時から参加している埼玉県の女性(65)は「365日のうち3

00日は怒っている状態。夫の足音を聞いただけでも怖く、絶えず妻縮してしました」と、夫(69)と暮らす40年を振り返る。

お見合いで結婚した夫。当時は「一方的にしゃべるちよっと変わった人」という印象だったが、一緒に暮らし始めると驚きの連続だった。玄関先に並ぶいくつもの靴や、浴室に娘たちの候群の特徴を学びながら、夫との摩擦を避けるために自宅でもほどよく距離を置き、心を穏やかに接するよう心がけ、自分なりに折り合いがつけられるようになった。会で同じ苦悩を分かち合える人たちと出会い、気持ちが悪くなった。

3人の子供は独立し、今は夫婦2人で暮らしている。夫は2年前から、所用で外出する時以外は、自宅で様々な番組を朝から晩まで

チャンネルが複数あるのを目にして烈火のごとく憤った。小学生だった長女が、100点満点の試験で98点の答案を見せると、「なぜ間違えた!」と叱責した。

女性は「怒りのきつかけが何かわからず、まるで地雷原を歩いているような思いでした」と語る。

定年退職を間近にした5年前に、夫を連れて同病院を受診し、アスペルガー症候群と診断された。

女性は、アスペルガー症候群と診断された。

シャワーが複数あるのを目にして烈火のごとく憤った。小学生だった長女が、100点満点の試験で98点の答案を見せると、「なぜ間違えた!」と叱責した。

女性は「怒りのきつかけが何かわからず、まるで地雷原を歩いているような思いでした」と語る。

定年退職を間近にした5年前に、夫を連れて同病院を受診し、アスペルガー症候群と診断された。

女性は、アスペルガー症候群と診断された。

候群の特徴を学びながら、夫との摩擦を避けるために自宅でもほどよく距離を置き、心を穏やかに接するよう心がけ、自分なりに折り合いがつけられるようになった。会で同じ苦悩を分かち合える人たちと出会い、気持ちが悪くなった。

3人の子供は独立し、今は夫婦2人で暮らしている。夫は2年前から、所用で外出する時以外は、自宅で様々な番組を朝から晩まで

くらし 家庭

