



✕ ○ ✕ ○ ✕ ○ ✕ ○ ✕ ○

【特集】発達障害とは

こころの健康増進センター 所長 後藤 弘雅

令和も早いもので、今年で7年目を迎えました。昨年はパリオリンピックで盛り上がりましたが、今年は大阪・関西万国博覧会が開催されます。世界の様々な文化や技術が身近に感じられるまたとない機会、興味のある方は、是非訪問されてはいかがでしょうか。京都市も関西パビリオンの京都ブースで参加します。

さて、今回の特集は「発達障害とは」です。

平成17年に発達障害者支援法が施行されてから20年が経過し、発達障害はニュースやドラマなどでも取り上げられ、比較的世間一般に認知されてきています。しかしながら、発達障害の特性や発達障害のある方が抱える様々な悩み等に対する理解は、まだまだ不十分ではないでしょうか。

発達障害とは、生まれつきの脳のはたらき方・タイプの違いによって生じるいくつかの障害をまとめた呼び方で、主なものは自閉スペクトラム症(ASD)、注意欠如・多動症(ADHD)、限局性学習症(SLD)の3つです。人によって、特性やその現れ方は異なります。このため、正しい知識を持ったうえで、特性に応じた支援を行っていく必要があります。

発達障害者支援センター「かがやき」では、発達特性の評価(アセスメント)を通じて、一人一人の「強み・得意」と「弱み・苦手」を探り、くらしや働き方の工夫を一緒に考える支援を提供するなど、様々な相談や支援を行っています。当機関紙「こころここ」を手にとっていただいたことを機に、必要な方は「かがやき」へご連絡ください。

No.58
2025.3



発達障害とは



● 発達障害は、脳のはたらき方・タイプの違いから生じます

発達障害とは、生まれつきの脳のはたらき方・タイプの違いによって生じるいくつかの障害をまとめた呼び方です。

脳のはたらき方・タイプの違いと聞くと、おおごとのように感じる方もいらっしゃるかもしれませんが、脳のはたらき方・タイプのいろいろなパターンは、障害と診断されるものに限らず、私たちのごく身近なところに存在しています。

例えば、手や脚、目に見られる右利き・左利きです。これも脳のはたらき方の違いによって生じます。それから、ものごとの考え方や行動のしかたも、脳のタイプに

よって違ってきます。一発勝負にける狩猟型、計画的にコツコツと積み重ねる農耕型のようなタイプ分けもできますし、直感派か理論派かといった分け方もできそうですね。スマートフォンやパソコンのOSの違いも、コンピュータの脳のタイプの違いと言えるでしょう。

こうやって並べてみると、脳のタイプの違いとは、システムやはたらき方の違いであって、どちらが正しくてどちらが間違っているというものではないことがわかります。けれど、社会の中では、少数派の方が困ることが多いかもしれません。そして、少数派であることによる生活上の支障が大きければ、その特徴は「障害」の範疇に入ると考えます。

主な発達障害の種類

「発達障害」としてまとめられる障害のうち、主な3つを紹介します。

限局性学習症 (SLD)、学習障害 (LD)

読み書き計算のどれかが極端に苦手なタイプです。小学校に入学し、教科書を読んだり、ノートに文字を書いたり、計算したりするようになるなかで、他の学習能力と苦手さのアンバランスが浮き出てきます。文章がスラスラ読めない、文字の形が崩れたり向きが逆になったりする、時間内に黒板が写せないなど、本人の努力不足のせいと誤解されがちでしたが、近年は苦手なメカニズムに合わせて、ICT (情報通信技術) 機器を活用する学習方法や代替方法が浸透し始めています。

注意欠如・多動症 (ADHD)

そそっかしく探求心があちこちに向くタイプです。知的発達の状態に見合わない多動や衝動性、不注意が一定期間継続して見られて、社会生活に支障をきたしている場合に診断されます。じっとしていられない、考えるより前に体が動くなどの症状は、年齢とともに目立たなくなることが多いようです。「大人になって体の動きの多さは治まったけれど、頭の中ではあちこちに考えが飛んで、今もずっとせわしない」とおっしゃる当事者の方もいます。

自閉スペクトラム症 (ASD)

こだわりが強く対人関係が苦手なタイプです。他の人の見方や気持ちを直感的に理解することや、相手や場に応じたやりとりの苦手さが見られます。興味のあることなら流暢に話せるのに、肝心なことは伝えられなかったり、言われたことを言葉どおりに受け取って混乱してしまったりすることもあります。見通しが立つ状況が安心なゆえに、いつもと同じ順序や決まったやり方を好み、これが「こだわり行動」と言われたりします。

こうした特性がはっきりした人から、一見ただけでは特性があることがわかりにくい人まで幅広くいることを表すため、連続体を意味する「スペクトラム」という言葉を合わせた名称で呼ばれるようになりました。

※発達障害者支援法施行以降に診療や研究の現場で用いられる疾病分類や診断マニュアルが改訂されたことから、本記事で用いる診断名は、法制度上の表記とは異なります。



2025年は、発達障害者支援法が施行されてから20年を迎えます。この20年の間に、「発達障害」という名称は、医療や福祉の領域に限らず、市民の皆さんの中にもずいぶん浸透したのではないのでしょうか。近頃は、特別な説明なしに、発達障害の人がドラマや小説・マンガなどに登場することも多いように思います。

耳にすること・目にすることが当たり前になりつつある今だからこそ、ぜひ改めて「発達障害」について知ってください。

● 障害？ それとも個性？

脳のはたらき方・タイプの違いによる情報処理や行動の特徴は、生涯にわたって持ち続けるものですが、その人がどんな環境に身を置かかによって、社会生活への影響の現れ方は変わってきます。

ここに、極度の方向音痴の人がいるとしましょう。しょっちゅう道を間違えたり、電車やバスに乗り間違えたりしているその人が、大阪の梅田や東京の新宿など、乗降客数が多く、いくつもの路線が乗り入れているようなターミナル駅を経由して通勤しなければならない…となったら、日々の苦労やトラブルが容易に想像できますね。ですが、1本道をまっすぐ進めば職場に着くような、のんびりした町で暮らしたらどうでしょうか。「方向音痴」と言われることもなく、のびのびと過ごせるかもしれません。その人の特性そのものは変わらなくても、周りの環境によって、社会生活上の現れ方は変化しうるので。

● 併存することの多い「感覚のかたより」

また、発達障害の人たちは感覚のかたよりを併せ持っていることが多く、そのことで調子を崩したり、混乱したりしている人が少なくないことも、近年の研究や当事者の方の発信から知られるようになってきました。

視覚、聴覚、触覚、嗅覚、味覚などから入る刺激だけでなく、温度・湿度・気圧などの変化に左右されやすい人もいます。

● 決して珍しい存在ではありません

それでは、こうしたタイプの違う脳をもつ人たちは、どれくらいいるのでしょうか。

自閉スペクトラム症の人は、様々な研究を総合して、だいたい100人に1人とされています。そして、特徴はあるが医学的に診断するほどではないという状態の人までを含めると、10人に1人とも言われるようになりました*。

注意欠如・多動症の人は、100人に3人～5人だそうです。

また、文部科学省は、「小学校・中学校の通常学級において、担任の先生が学習面や行動面で支援が必要だと感じる子どもの割合は8.8%」という調査結果を発表しています。

こうして見ると、発達障害や、発達障害の特性がある人の存在は、決して珍しい存在ではないことがお分かりいただけると思います。

● 発達障害の人がいきいきと過ごせるためには

発達障害の人たちにみられる違いは、外からはわかりにくいことが多いため、理解されないことや尊重されないことがしばしば生じてしまいます。無理解ゆえの周りからの注意や叱責、無理強いの果てに、不安や混乱をきたし、無気力・自己否定に至ってしまうのは、とても残念なことです。

ですから、支援のスタートとして「一人一人の特性を知って理解すること」は、何よりも大切です。その方の特性を知って、認め、特性に合わせた活動選択ややり方が提案できれば、成功体験を保障しやすくなります。そして、安心・自信・意欲・自己肯定感がはぐくまれ、家族や支援者との信頼関係も培われていく…このようなポジティブな流れを作りたいものです。

※参考文献

自閉症スペクトラム

10人に1人が抱える「生きづらさ」の正体

本田秀夫著（ソフトバンク新書、2013）



発達障害者支援センターかがやき

京都市内にお住まいで、18歳以上の、発達障害の診断（疑いを含む）がある方が利用できます。ご家族や関係機関からのご相談にも対応します。相談は予約制です。

発達障害の診断のない方は、一度お問い合わせください。

電話：075-950-0378

平日9:00～12:00／13:00～17:00（土日祝、年末年始を除く）



ココロココ けいじばん

相談援助課からのお知らせ

申込制

アルコール・薬物依存症家族支援プログラム

- 日程** 令和7年5月から令和8年2月までの毎月第1木曜日(1月は第2木曜日)
- 時間** 13:30~15:30(6月のみ14:00~16:00)
- 会場** 京都市こころの健康増進センター 活動支援室2
- 内容** 講義、グループワーク、社会資源の紹介
- 対象** アルコール・薬物問題を抱える人の家族。ただし、参加される方が京都市内在住であること。
- 定員** 20名
- 申込み** 相談専用電話に申込み、事前に面接を受けていただきます。面接のうえ、後日参加の可否を連絡いたします。



■ 申込・相談受付 ■

相談専用電話 **TEL: 075-314-0874**
 平日9:00~12:00/13:00~16:00
 (土日祝・年末年始を除く)

予約制

精神に障害のある方のための法律相談

精神に障害のある方及びそのご家族等が抱える法律上の問題について、弁護士が相談に応じます。財産の相続やお金の管理、離婚や養子縁組のこと、アパートの契約や保証人のことなど、法律上のことでお悩みの方は、ご相談ください。

相談は無料です。まずは、相談専用電話にお問合せください。

相談日時 毎月第2・4木曜日(祝日は除く)
 13:00~16:00(予約制)



デイ・ケア課からのお知らせ

第20回精神障害者 バレーボール京都市大会 「京ふれあいアタック」結果発表

第20回大会は、令和6年12月9日(月)に島津アリーナ京都にて開催されました。試合結果は次のとおりです。

優勝チームは、まるいフェニックス(まるいクリニック)、準優勝は、まるい∞(まるいクリニック)、3位は七音(京都マック)でした。

また、出場辞退による棄権が1チームありました。優勝チームは京都市代表として、令和7年度近畿地区予選会(令和7年5月24日(土)、於:滋賀県草津市立総合体育館)の出場権を獲得されました。応援をよろしくお祈りします。



デイ・ケア見学会について

こころの病で療養中の方へ あなたのほたらきたい!を応援します「就労準備デイ・ケア」

対象となる方は・・・

うつ病・統合失調症など、通院中の方で、かかりつけ医から病状や病名の説明を受け、デイ・ケアに参加できる程度に回復しており、ご本人が就職を希望されている方

また、休職中の復職に向けたリハビリテーションをご希望の方

医療だからできることを専門の医療スタッフが個人担当制でサポートします。

利用をご希望の方は、まず、電話で見学の予約をしてください。

■ お問合せ・見学予約 ■

こころの健康増進センターデイ・ケア課
TEL: 075-314-0510 FAX: 075-314-0542
 平日9:00~17:00(土日祝・年末年始を除く)



「ココロココNo.58」令和7年3月発行

発行:京都市こころの健康増進センター
 〒604-8845 京都市中京区壬生東高田町1番地の20
 ☎ 075-314-0355 FAX 075-314-0504
 ホームページ <https://kyoto-kokoro.org>
 Facebook <https://www.facebook.com/kokorohothot/>

