

# こんなつきあい方をしてみましょう。

## 障がいの特性や本人の気持ちを理解する。

- 発達障がいは重なり合うこともあるため、症状は人によって様々です。一人ひとりに対して個別的な配慮や対応を行うことが大切です。
- 発達障がいのある方が安心して暮らすためには、周囲からの理解や支援が欠かせません。まず、本人の気持ちを理解し、共感をベースとした好意的な関係を築くことから始めてください。
- 困った行動や風変わりな様子が見られても、「人を困らせようとしている」とか「ふざけている」とは思わないでください。



## ルールや予定を分かりやすく伝える。

- ルールを示すときには、分かりやすく表にするなどの工夫をしてください。あいまいな指示は伝わりにくいので、具体的に、一つずつ伝えるようにしてください。
- 自閉症やアスペルガー症候群の方は、予測できないことや変化に対する不安をもちやすいため、予定を前もって伝え、見通しがきくようにすることが大切です。言葉だけではなく、スケジュール表や絵カードなどを用いて目で見て分かるようにすることがより効果的です。



## 落ち着ける場所を用意する。

- 不慣れた環境でストレスを感じるなどにより、パニックを起こすことがあります。カーテンで区切ったリラックススペースを用意する、別の部屋で休ませるなどして、落ち着くのを待ってください。
- 無理に押さえつけたり、大声で叱ったりすることは逆効果になります。



## 集中しやすい環境を整える。

- 何かをしているときに別の刺激が入ってくることがないように、部屋をきれいに片付けたり、壁の不要な掲示物を外したりして、集中しやすい環境を作りましょう。



## 成功体験を増やして自信をつける。

- 悪い行動ではなく良い行動に注目し、約束したことをきちんと出来た時などには、すぐにほめるようにしてください。



## むやみに叱らず、出来るように工夫する。

- 「読み書き計算」が苦手だったり、一度で指示を理解できなかったりして頭ごなしに叱られることばかりだと、本人の自尊心を傷つけたり、劣等感をもちたりするだけで、本当の支援にはつながりません。
- どうすれば出来るようになるのか、サポートの仕方を支援者側が工夫しながら接していくことが大切です。



## いじめに気をつける。

- 特異な行動から、いじめの対象になることが少なくありません。理解者が本人に代わって断ったり、解決に導いたりするような支援をしましょう。

## 発達障がいに関する相談窓口

### ●大分県発達障がい者支援センター ECOAL

本人やご家族、支援者への相談事業、発達支援、就労支援、関係機関への普及啓発、研修事業を行っています。

所在地 大分市中島西1丁目4番14号 市民の権利ビル202  
TEL 097-513-1880 (移転しました。)

### ●障害者就業・生活支援センター

就職を希望する障がいのある方や離職のおそれのある在職中の障がいのある方に対し、職場実習のあっせんなどの就業支援およびこれに伴う日常生活、社会生活上の相談支援を行っています。

事業所名	所在地	電話番号
障がい者就業・生活支援センターたいよう	別府市内壘1393-2	0977-66-0080
障がい者就業・生活支援センター大分プラザ	大分市金池南町1-9-5	097-574-8668
障がい者就業・生活支援センターじゃんぶ	佐伯市向島1-3-8	0972-28-5570
障がい者就業・生活支援センターつばさ	豊後大野市三重町赤嶺1927-1(バイパス通り)	0974-22-0313
障がい者就業・生活支援センターはぎの	日田市大字淡窓1-53-5	0973-24-2451
障がい者就業・生活支援センターサポートネットすまいる	宇佐市大字四日市1574-1	0978-32-1154

### ●ハローワーク

障がいのある方の就職や採用について障がいの種類、程度に応じた職業相談を行っています。また、ハローワークで仕事を探す場合は、主治医の診断書が必要となります。

名称	所在地	電話番号
大分公共職業安定所	大分市都町4-1-20	097-538-8609
別府公共職業安定所	別府市青山町11-22	0977-23-8609
中津公共職業安定所	中津市大字中殿550-21	0979-24-8609
日田公共職業安定所	日田市淡窓1-43-1	0973-22-8609
佐伯公共職業安定所	佐伯市鶴谷町1-3-28	0972-24-8609
宇佐公共職業安定所	宇佐市大字上田1055-1	0978-32-8609
豊後大野公共職業安定所	豊後大野市三重町市場1225-9	0974-22-8609

### ●障害者職業センター

障がいのある方の職業能力の評価と適職の判定を行い、社会復帰を促進するための施設です。

名称	所在地	電話番号
大分障害者職業センター	別府市上野口町3088-170	0977-25-9035

### ●こころとからだの相談支援センター

精神、知的及び身体障がいのある方からの相談や支援を行うとともに、障がい者手帳の交付や判定など、精神保健福祉センター、知的障害者更生相談所および身体障害者更生相談所の業務を行っています。

所在地 〒870-1155 大分市玉沢908番地

課名	内容	電話番号
精神保健福祉センター	心の健康や病気に関する相談・普及啓発、精神障がい者の社会復帰のための支援、精神通院医療及び精神障害者手帳の判定などに関する事	097-541-5276
知的障害者更生相談所	18歳以上の知的障がい者の相談・療育手帳の判定などに関する事	097-542-3117
身体障害者更生相談所	補装具、更生医療の相談・判定、身体障害者手帳の交付などに関する事	097-542-1209