更新日：2015/11/25

発達障害は身近なこと

発達障害をもつ人は、子どもだけでなく大人にもみられる身近な存在です。
正しい知識と基礎的な情報から、発達障害についての理解を深めましょう。

★キーワード：発達障害／ADHD／LD／アスペルガー症候群／自閉症／子ども／大人
★対　　象：発達障害について知りたい人、当事者の家族、周囲の人

●○●●発達障害ってなあに●○●

726.1/ﾄﾍﾞ	光とともに・・・：自閉症児を抱えて　1～15 （戸部けいこ　秋田書店）	2001 年～ 2010 年
自閉症の息子を持つ母親が主人公のコミック。保育園から中学校までの成長と、周囲とのかかわりを描く。ADHD や読字障害などの子どもとその親の姿も描かれている。		
493.7/ﾋﾞｾ	大人の発達障害：アスペルガー症候群、AD/HD、自閉症が楽になる本 （備瀬哲弘／マキノ出版）	2009 年
身近にいる「ちょっと変だな」と思う人や、「変わっている」と言われることの多い人など、大人の発達障害について、当事者や周囲の理解を深める助けになる。巻末チェックリスト付。		
【サイト】国立障害者リハビリテーションセンター　＞　発達障害情報・支援センター	http://www.rehab.go.jp/ddis/	
発達障害について、信頼できる基本的な情報やさまざまな制度・施策などをわかりやすく紹介する。年齢ごとのライフステージ別にピックアップも可能。本人、家族、支援者向け。		
【サイト】文部科学省　＞　教育　＞　特別支援教育　＞　特別支援教育について　＞　発達障害とは	http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/tokubetu/hattatu.htm	
主な発達障害の定義、発達障害支援法全文の掲載あり。		

●○●大人の発達障害●○●

493.7/ﾀﾅ	もしかして私、大人の発達障害かもしれない！？　（田中康雄／すばる舎）	2011 年
1 章では大人の発達障害について解説し、2・3 章では当事者が生活しやすくなる工夫や解決法を紹介する。事例とイラストが豊富でわかりやすい。		
493.7/ｺﾚ	これでわかる大人の発達障害：「生きづらさ」解消のヒントが満載！ （林寧哲／成美堂出版）	2015 年
4 章では日常生活の問題点を取りあげ、5 章では仕事や恋愛での対処法をアドバイスする。6 章では家庭や職場など周囲のサポートのポイント、公的サービスについて紹介する。		
493.7/ｼﾞｮ	女性のアスペルガー症候群 （宮尾益知 // 監修／講談社）	2015 年
1・2 章ではよくある悩みや心身の症状などについて、5 章では性の問題について解説する。女性特有の「生きづらさ」について、豊富なイラストで知ることができる。		

498.8/タカ	発達障害に気づかなかったあなたが自分らしく働き続ける方法 （高山恵子／すばる舎）	2012 年
第 2 章では自分をケアする方法を、第 4 章ではストレスを溜めない方法を紹介。働き始めてから感じる違和感の原因を探り、自分らしく働き続けられる方法について考えることができる。当事者向け。		
493.9/ホシ	発達障害に気づかない大人たち＜職場編＞ （星野仁彦／祥伝社）	2011 年
第 2 章では当事者が仕事をうまくこなすために、コミュニケーションや職場環境をよくするコツを紹介、第 3 章では発達障害を持つ職場の同僚とどう向き合えばいいか、周囲の人ができる工夫を紹介する。		
493.7/アヤ	発達障害当事者研究：ゆっくりていねいにつながりたい （綾屋紗月、熊谷晋一郎／医学書院）	2008 年
アスペルガー症候群当事者の体験を詳細に記述。当事者独特のモノの見え方、感じ方、考え方を知ることができる。		

●○●子育てと発達障害●○●

493.9/オカ	もしかして、うちの子、発達障害かも！？ （岡田俊／PHP研究所）	2009 年
基礎知識や診断など、子どもの発達障害についての疑問を Q&A で紹介。「もしかして・・・」と不安になったとき、最初に相談できる1冊。		
493.9/タカ	子どもの発達障害家族応援ブック：家族だけで悩まないで！ （高貝就／法研）	2013 年
広汎性発達障害の子どもの特徴をわかりやすく解説。家庭でどう接したらよいのかがわかる。第 4 章では年齢とともにあらわれやすい行動を、第 6 章では集団生活で配慮することを紹介する。家族向け。		
【サイト】NPO 法人えじそんくらぶ ＞ AD/HD ガイド ＞ AD/HD 子育て体験談	http://www.e-club.jp/category/adhd/adhd_voice	
子どもの AD/HD とどう向き合うか、体験談を掲載。治療法や周囲に望む対応など、リアルな声がわかる。		

●○●相談するには●○●

【サイト】静岡県発達障害者支援センター	http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-840/sogo/index.html
静岡県内（静岡市・浜松市を除く）に住む当事者や家族の無料相談を受け付ける。「相談について」のページでは相談受付の流れと相談内容別の対応を紹介。 TEL：054-286-9038	
【サイト】静岡市発達障害者支援センター	http://www.shssc.jp/h001.htm
静岡市に住む当事者や家族の無料相談を受け付ける。「ご相談について」のページでは相談の流れを紹介する。 TEL:054-285-1124（平日 8:30～17:00）	
【サイト】静岡県言語・聴覚・発達障害教育研究会 ＞ お近くの相談所	http://www.shizugenken.jp/sodansho
主に幼児と小学生を対象としている相談窓口を県内市町ごとに紹介。相談内容と電話番号を掲載。	