

# 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●○○●

493.7/ホ	大人の発達障害 日常生活編：18歳以上の心と問題行動をサポートする本 (宮尾益知 監修／河出書房新社)	2017年
ASD(アスペルガー症候群)、ADHD、LD の特性を理解して日常生活での対応策や適切な支援の方法を分かりやすく解説する。		
493.7/ピセ	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		<a href="http://www.rehab.go.jp/ddis/">http://www.rehab.go.jp/ddis/</a>
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		<a href="http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/tokubetu/hattatu.htm">http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/tokubetu/hattatu.htm</a>
主な発達障害の定義、発達障害者支援法全文の掲載あり。		

## ●○○●大人の発達障害●○○●

493.7/シヨク	職場の発達障害：職場内での悩みと問題行動を解決しサポートする本 (宮尾益知 // 監修／河出書房新社)	2017年
働く発達障害の人が職場内で起きるトラブルを減らすにはどうすればいいのかわかる。当事者ができる工夫や対応、周囲の人が知っておきたい知識や適切な支援の方法を解説する。		
493.7/ジヨセ	女性の発達障害：女性の悩みと問題行動をサポートする本 (宮尾益知 // 監修／河出書房新社)	2017年
友人関係や恋愛、職場など様々な問題に直面した時、上手に対応できずに悩み苦しんでいる場合などの対応策やサポート方法を解説する。第6章では診察事例を紹介。		
493.7/ウメ	大人のアスペルガーがわかる：他人の気持ちを想像できない人たち (梅永雄二／朝日新聞出版)	2015年
大人になって発見されることが多い発達障害であり、本人も気づきにくい「アスペルガー症候群」を理解するための解説書。第4章では特性、第7章では周囲の対応方法を紹介。		

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/ホシ	なんだかうまくいかないのは女性の発達障害かもしれません (星野仁彦／PHP研究所)	2015年
3章では、家事や育児、夫との関係、時間管理など「困った」ことへの対処について紹介。4章では、年代別に注意しておきたいことを解説する。女性の発達障害を理解するのに役立つ。		
498.8/効	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。		

### ●○○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)	2016年 (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。2009年版と合わせて読むとわかりやすい。		
493.9/効	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か分かる。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。		
726.1/トベ	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、発達障害の子どもとその親の姿も描かれている。		

### ●○○相談するには●○○

【サイト】静岡県発達障害者支援センター あいら	<a href="https://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-840/sogo/index.html">https://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-840/sogo/index.html</a>
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。	
【サイト】静岡市発達障害者支援センター「きらり」	<a href="http://www.shssc.jp/">http://www.shssc.jp/</a>
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】浜松市発達相談支援センター ルピロ	<a href="http://www.rupiro.com/">http://www.rupiro.com/</a>
浜松市に住む発達障害のある本人、家族、および関係機関からの相談を受け付ける。相談を通して適切な対応方法や専門機関を紹介している。TEL:053-459-2721(月～土 8:30～17:00)	

●○○あなたと情報をリンク！ 男女共同参画をもっと身近に！●○○

静岡県男女共同参画センター あざれあ図書室

〒422-8063 静岡市駿河区馬淵 1-17-1 TEL:054-255-8763 Mail:library@azarea-navi.jp