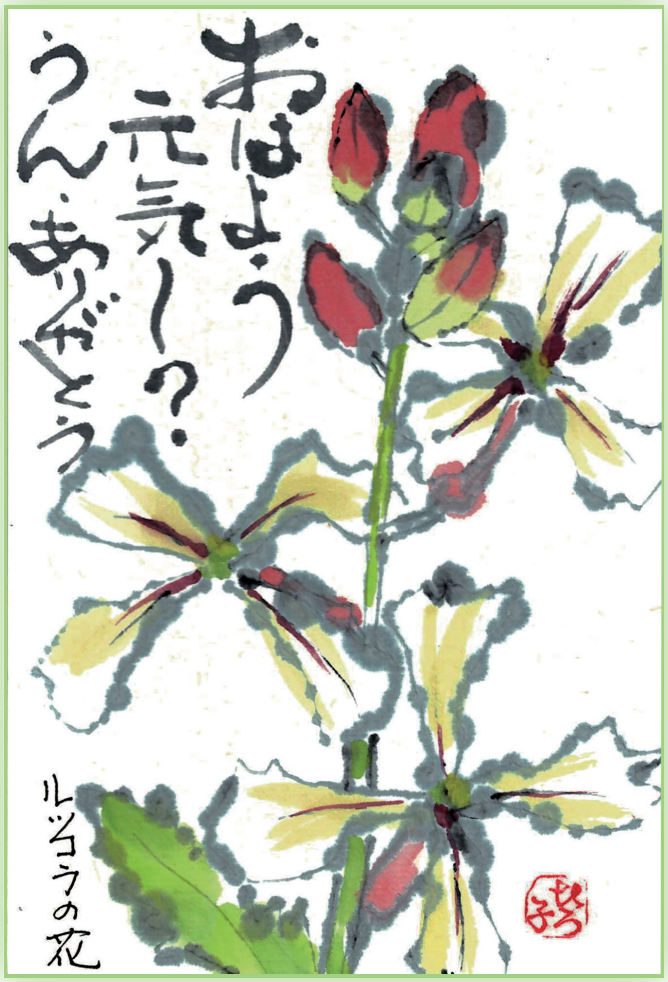
2024年6月　第51号

岐阜いのちの電話



ルッコラの花　H.M.

話してみませんか
あなたの悩み…

相談電話／
058-277-4343

相談時間／
月～日曜日
午後**7**時から午後**10**時まで

第1・第3土曜日のみ
午前**8**時から午後**7**時まで

開設時間内でも防災警報・注意報の発令(悪天候)や「相談ボランティア」の都合が付かない場合などで「休止」することがあります。ご了承ください。

フリーダイヤル／**0120-783-556**　毎日午後**4**時から午後**9**時まで、及び 毎月10日 午前**8**時から連続**24**時間

ナビダイヤル／**0570-783-556**　毎日午前**10**時から午後**10**時まで

インターネット相談／岐阜いのちの電話ホームページから

ホームページ／https://gifu-inochi.com/（スマホからは右の QR コードで）

発達障害に思うこと

竹村　忠憲

近年「発達障害」という言葉がよく聞かれるようになりました。数年前は「発達障害」と銘打つだけで本が飛ぶように売れたと聞きます。現在は以前のように流行りとは言えませんが、ふつうに使われる聞き慣れた単語になっている気はします。

平成17年施行の「発達障害者支援法」は国や地方行政の責務と定義を明確にして、発達障害の理解促進に寄与したと思います。この間、決して間違った理解が進んでいるとは思いません。でも本当に多くの人たちに正しく理解されているのかと疑問に思うことが良くあります。大学での学生や教員との会話時に「はて？」と思うことがあります。

この障害は概念の理解と対象者の理解に乖離を生むのが特徴ではないかと、そしてこのことが正しく理解されない一因になっているのではと常々思っています。

「発達障害」は脳の働き方の違いにより、物事のとらえかたや行動のパターンに違いがあり、そのために日常生活に支障のある状態です。 精神科医が診断に使用するDSM-5（※）では、神経発達症（発達障害）を知的障害（知的能力障害）、コミュニケーション障害、自閉スペクトラム症（ASD）、ADHD（注意欠如･多動症）、学習障害（限局性学習症、SLD）、発達性協調運動障害、チック症の７つに分けています。日本の発達障害者支援法では《この法律において「発達障害」とは、自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害その他これに類する脳機能の障害であってその症状が通常低年齢において発現するものとして政令で定めるものをいう。》となっています。この違いは法令ができた時と現在で診断の基準が異なることもあり、ASDは広汎性発達障害と概ね同意とする考え方が一般的です。また、発達障害者支援法の定義には知的障害は含まれません。このあたりも混乱を招く一因となっていて、知的障害＝学習障害と勘違いする方がいることも確かです。定義や解釈でのややこしさは当然のように正しい理解を阻害していることにつながっていると思います。

また発達障害と診断された方の特徴には各症の特徴が混じり合わされていることが多いのもややこしさを助長しています。たとえば自閉スペクトラム症と注意欠如多動症との混じり（各症の特徴の混在）はよく見られます。もっとややこしいのはその割合が均等でないこと、要は個別性がとても高いことにあります。そして年齢が高くなればその傾向が顕著になることが多いです。なので、自閉スペクトラム症の傾向はあるし、注意欠如多動症の感じもする、加えて限局性学習症っぽい字の書き方するよね、みたいな感じで、一つの障害の特徴で言い表せない事例がほとんどです。

そしてもうひとつ理解を阻害していることは、発達障害を理解しようとしている人の中に発達障害の傾向があり、自分もそういう風な特徴を持っているので相手を自身その基準で理解してしまった気になってしまうことです。発達障害の特徴はほぼどんな方にでも当てはまる部分があり、自分もそうだからきっとこの人も同じだろう、私にはわかる、と思ってしまうのです。相手の考え方や行動が自分とよく似ていることで相手のことが分かってしまう、と勘違いをしてしまいます。

私は障害のある方の支援を長年生業とし、たくさんの方と接する中で多くのことを学ばせていただきました。その結論のひとつとして、生きづらさは環境が影響しそのものは不便であるけれども不幸ではない。むしろ不便なことは新しい発想を得る糧にもなりうる。そのようなことを考えるようになりました。そして一人ひとりの方の個性や環境はどれ一つとして同じものではなく、障害のある方の不便さは、かかわりの橋渡しをする人間関係のツールとなりうるとも思うのです。

あなたと私は同じではない。あなたと私は同じである。この矛盾するふたつのことは発達障害の理解を越えて相手を理解しようとし続けることにつながります。孤独は人が人に関心を持たないことが一つの要因だと考えると、正確な理解の難しい発達障害の役割がそこにあるかもしれません。

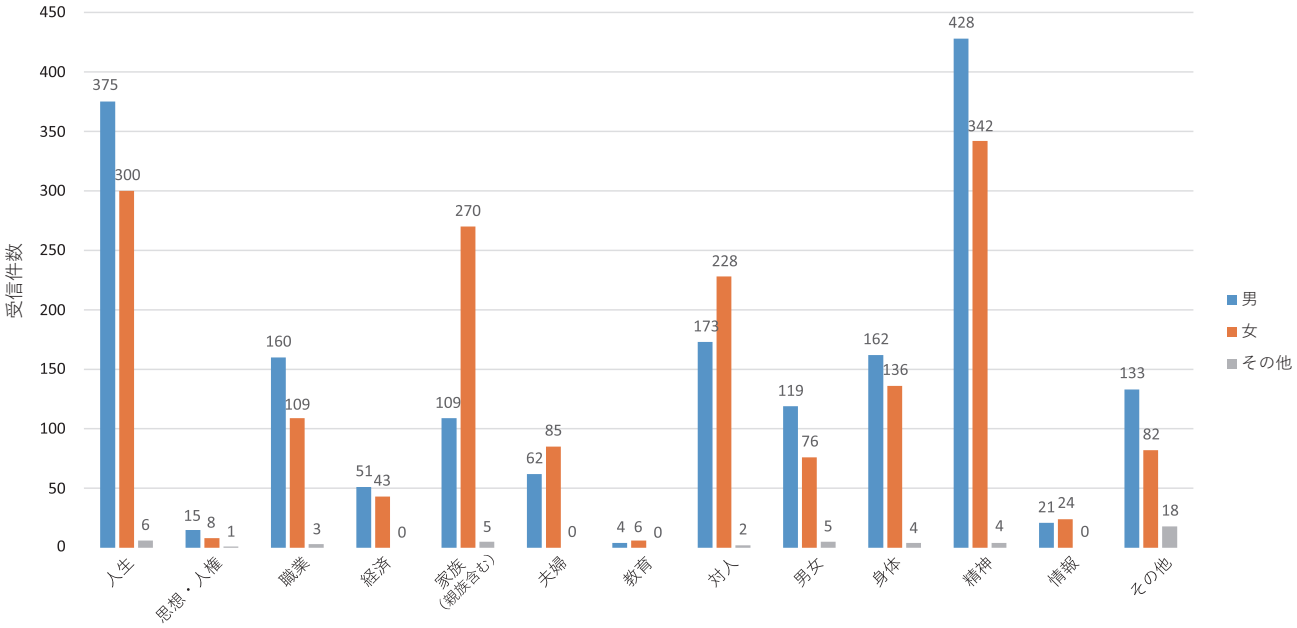
※アメリカ精神医学会が作成している
精神疾患の診断基準・診断分類

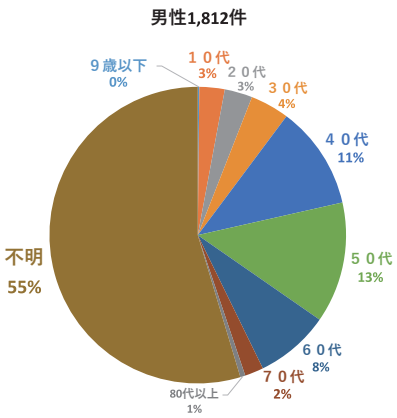
（中部学院大学　当協会研修講師）

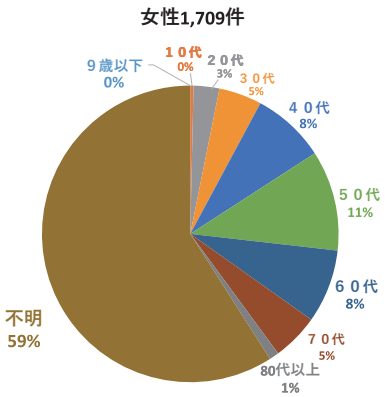
2023 年度岐阜いのちの電話統計

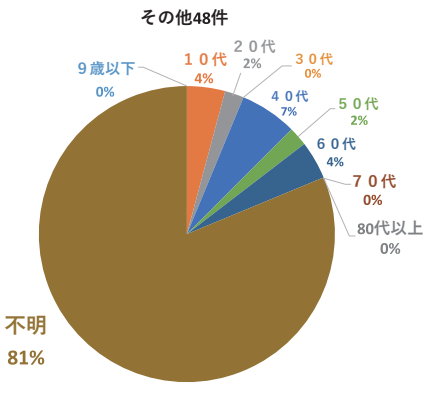
岐阜いのちの電話が 2023 年度の 1 年間に受信した総件数は、4,699 件でした。そのうち相談員と会話のなかった無言の 1,130 件を除く相談件数は、3,569 件で、男性が 1,812 件（50.8%）女性 1,709 件（47.9%）その他 48 件（1.3%）でした。
相談内容は、男女ともに精神に関するご相談が多く、年齢は不明な方が多いのですが男性は 50 歳代 40 歳代、女性は 40 歳代から 60 歳代の方が多くを占めています。
また、インターネット相談（岐阜県委託事業）を 164 件受信しそれぞれのご相談に返信をしました。

2023年度相談内容状況









相談員の声

私の好きなこと、生き甲斐

私の職場では時々転勤や業務の変更があり、ずっと同じ仕事内容ということはありません。また、仕事の終わる時間が遅く、ストレスを感じることも多くあります。

そんな中で気分転換のために、楽しみや生き甲斐見つけの方法は色々もっています。現代はストレス社会とも言われます。私の一例を紹介します。

① 読書

小説が好きで、休日に図書館に行って本を借りたり、気になる本を買って読んだりしています。好きな作家は、凪良（なぎら）ゆう、東野圭吾、小川糸、湊かなえさんなどです。小説を読んでいる間は、違う世界にいるようで、ワクワクドキドキしたり、感動して涙したりします。読書は自分の知らない世界に連れて行ってくれます。経験したことがないことを味わわせてくれます。

② ランニング

走ることが好きでハーフマラソン大会や駅伝大会に同僚と一緒に出たりしています。記録を狙うというより、ただ単にリフレッシュ、仲間と楽しむためのものです。また、トレイルラン（山道）やハーフマラソンでは普段は車で走る所を、走ってみるといつもと違う景色に見えたりして新鮮な気持ちになります。近所を少し走るだけでも、すっきりします。

③ ライブ鑑賞

今ふうに言うと「推（お）し」のコンサートに行くことがとっても好きです。薬師丸ひろ子さんは、10 代の頃から好きで毎年コンサートに行き、透き通るような歌声と優しい語り口に癒されます。また、浜田省吾、松任谷由実、小田和正さんのコンサートも最高でした。今は玉置浩二さんのチケットを狙っています。

今どきの曲は分かりませんが、若い頃に聞いていた曲や今も現役でがんばっているアーティストの今を知ったり、ライブで同年代の人と一緒に盛り上がったりすると、今まで生きてこられたことに感謝の気持ちが湧いてきます。若い頃を思い出し、また明日から頑張ろう！という気持ちになり、暫くがんばることができます（笑）。

④ ギター演奏

学生の頃にも興味はありましたが、当時は部活動や学校の勉強、経済的なことなどで、ギターをすることはできませんでした。同年代の友人から誘われ、50 の手習いで始めました。まだ格好よくはありませんが、楽器に触れる楽しさをこの年で覚え、とても楽しいです。何歳からでも楽器は始められます。

⑤ その他（災害ボランティア）

これは勿論、楽しみというものではなく、困っている人の助けになりたい。その一心です。今の世の中、災害は誰にでも起こりうることだと思います。そんな世の中で不意にごく当たり前の日常が突然壊され、被災された方は深い悲しみを味わいます。また希望をもてず不安ばかりが募るのではないでしょうか？

私は令和元年の台風 19 号で長野県の千曲川が氾濫し、多くの家が土砂に押しつぶされ、りんご園には土砂が覆いかぶさり木が枯れてしまう現場に行きました。災害直後、ボランティア募集を知り、自分の運転する車で集合場所についた時には、国道が泥まみれ、コンビニの店舗いっぱいに泥が流れ込み、家がつぶれ、自衛隊の車が常に行き交い、今まで見たことがない光景が目の前にありました。

災害ボランティアでは、ボランティアセンターの方や住人の方の依頼を受けて家から土砂を掻き出したり、被災した家財を運び出したり、微力ではありますが、被災された方に寄り添う気持ちをもって活動に参加しています。「ありがとう。一人じゃ無理だから助かるよ」と声を掛けて頂くこともあります。誰かの役に立つことができていると感じると、こちらの心が温まり、自分自身が前向きに生きていこうと思えます。　以上拙文ではありますが、私の好きなことや生き甲斐について紹介させていただきました。

（K.Y.）

2023 年度事業

●相談員研修
・全体研修：４回実施
・個人スーパーヴィジョン：各相談員年１回以上
・継続研修：５グループに分かれグループスーパーヴィジョン実施

●インターネット相談活動
年度途中、相談業務に関するセキュリティ向上を目的にメール相談からインターネット相談に変更し掲示板形式による相談方法にしました。
＊インターネット相談員養成講座１回

●広報活動
・広報誌発行
　６月 12 月各 3,400 部
　発送先　480 件ほど
・ホームページ更新（通年）
　スマートフォン対応ページスタート
・市民公開講演会
　岐阜出身の心理学者やまだようこ氏による講演会を２月 12 日岐阜県図書館で開催しました。
　会場は県内外から 100 人の参加者が熱心に、やまだ先生の人生をものがたることの意味を伺いました。
・パネル展示

▲ハートフルフェスタ 2024

ハートフルフェスタ 2024
期間：１月 22 日～ 28 日
会場：ハートフルスクエア G（岐阜市）

市民活動交流センター主催 NPO 活動パネル展
期間：２月 16 日～ 24 日
会場：メディアコスモス（岐阜市）

●相談員養成講座・実習
・23 期：前年度の１月から６月まで実習し７月に相談員として認定。
・24 期養成講座：座学 15 回 / ロールプレイ・ブラインドウオークのワーク / 実習・個人研修・グループ研修などの実施

●講師派遣
・輪之内町ゲートキーパー研修
・岐阜市ゲートキーパー研修

●他機関連携
・岐阜県犯罪被害者等支援調整会議
・岐阜県孤独・孤立対策官民連携プラットフォーム
・岐阜県自殺対策協議会
・岐阜市自殺対策計画策定委員会

●法人の活動
会計監査・理事会３回・総会１回
運営会議 11 回
第３回理事会で、NPO 法人岐阜いのちの電話協会会費規程の一部を改正する規程が承認されました。これは、法人の正会員※加入を促進するため従来 12,000 円であった会費を 6,000 円に改めたものです。
（令和６年４月１日施行）
※正会員は、ボランティア相談員及び会の維持運営を担当するボランティア運営会員です。（定款から）

●日本いのちの電話連盟の活動
・総会（東京）・事務局長会議（東京）
・全国研修会（福島）相談員５名参加
・全国事務局研修会議（福岡）
・研修委員会議（東京１回・WEB3 回）
・近畿中部ブロック研修会議（滋賀）
・東海ブロック研修会議（愛知）

2023 年度財務報告

【収入の部】

項目	補助金・委託費等	会費	賛助会費	寄附金	講座受講料	登録更新料	受取利息	合計
(円)	5,571,660	372,000	252,000	577,000	260,000	76,000	133	7,108,793

【支出の部】

項目	事業費	管理費	合計
(円)	5,569,550	2,206,125	7,775,675

収支差額
△ 666,882

寄附等・賛助会費ありがとうございます

次の皆さまから岐阜いのちの電話協会にご支援を頂きました。心から感謝を申し上げます。

【個人後寄附・賛助会員】2023 年 11 月 1 日～ 2024 年 4 月 30 日領収分　　５０音順敬称略

浅倉 恵一	井澤 美志津	石榑 弥生	伊藤 利明	小川 幸恵	北谷 雅春
後藤 道子	子安 崇雄・愛子	杉田 憲夫	鈴木 信子	髙桑 民代	辻　幾則
辻尾 俊明	南部 紀子	西川 幸作	日比 祐子	伏屋 孝子	古川 秀昭・昭子
三尾 美紀	村瀬　香	村瀬 康子	矢野 由子	山田 宣子	

【法人・団体・グループ】2023 年 11 月 1 日～ 2024 年 4 月 30 日領収分　　５０音順敬称略

医療法人静風会 大垣病院	医療法人杏野会 各務原病院	岐阜県医師会
有限会社三進社印刷所	七宗町役場	日興製薬株式会社
日本同盟基督教団長良キリスト教会	医療法人清澄会 不破ノ関病院	美濃大野ライオンズクラブ

※ 2024 年 5 月 1 日以降にご支援賜りました方々のお名前は次号の広報誌で報告させていただきます。
※広報誌にお名前掲載を希望されない方は事務局までお知らせください。

～ みな様のご支援を ～

毎年ご寄付を続けてくださる賛助会員、一般のご寄付のご協力をよろしくお願いいたします。

● NPO 法人岐阜いのちの電話協会の賛助会員

個人１口　A　10,000 円 ／ B　5,000 円 ／ C　3,000 円
団体１口　10,000 円

【振込口座】

◎ 郵便振替　00830-9-124128
◎ 銀行振込　ゆうちょ銀行　店名二四八　店番 248　(普) 1969322
　　十六銀行　　島支店　　店番 115　(普) 1161276
☆口座名義はいずれも　特定非営利活動法人岐阜いのちの電話協会
　　トクヒ）ギフイノチノデンワキョウカイ

編集後記

巻頭の竹村先生の文章のなかで、「発達障害を理解しようとしている人自身が、自分もそういう風な特徴を持っているので相手を自分の基準で理解してしまった気になってしまう」というところ。ここは「傾聴」の難しさにも通ずるように感じました。「発達障害」を、「悩んでいる人」とか「相手の苦しみ」とかに置き換えてみたらどうでしょう。こちらの基準で相手の気持ちを分かった気になっていることはないでしょうか。かつて、先輩から指導を受けたことがあります。「そうだよね、分かる分かる！」はＮＧだよ、簡単に気持ちが分かるなんて相手に失礼なことだよ、と。
いつもながら我が身を振り返って反省することしきりです。(I. T.)

特定非営利活動法人
岐阜いのちの電話協会
〒５００－８３８７　岐阜薮田簡易郵便局　局留
ＴＥＬ　０５８－２７３－５３８７　ＦＡＸ　０５８－２０１－１９２２
発行人：杉田　憲夫　　編集：広報委員会
❑岐阜いのちの電話協会ホームページ　https://gifu-inochi.com/　　❑メール・アドレス　sec@gifu-inochi.com