

相談窓口

思春期～青年期 編

高等学校での支援について

高校での支援について、各学校の特別支援教育担当や、LD等専門員、発達障がい教育拠点などで相談助言を行っています。

特別支援教育担当

各高等学校では特別支援教育担当を指名していますので、各学校にお尋ねください。

LD等専門員

お問い合わせ先	電話番号	FAX番号
● 特別支援教育課	0857-26-7598	0857-26-8101
● 生活支援・教育相談センター	0857-28-2322	0857-31-3958
● 東部教育局	0857-20-3672	0857-20-3673
● 中部教育局	0858-23-3251	0858-23-5203
● 西部教育局	0859-31-9773	0859-35-2096

発達障がい教育拠点

各拠点には、高等学校担当が配置されています。

お問い合わせ先	電話番号	FAX番号
● 県立白兔養護学校	0857-59-0585	0857-59-1237
● 県立倉吉養護学校	0858-28-3500	0858-28-1144
● 県立米子養護学校	0859-27-3411	0859-27-3420

大学等での支援について

大学等には、学生支援センターや学生相談窓口があり、障がいのある学生の修学支援、学生生活等の相談に応じている学校があります。詳しくは各学校にお尋ねください。

発達障がいに関する相談

発達障がいのある方やその家族の育児、就学、就労、地域生活などに関する相談・支援を行っています。

お問い合わせ先	電話番号	FAX番号
● 『エール』発達障がい者支援センター	0858-22-7208	0858-22-7209

精神保健福祉に関する相談

こころの健康や精神疾患、精神障がい者の福祉に関する相談、また児童、思春期に関する相談、ひきこもりに関する相談等に応じています。

お問い合わせ先	電話番号	FAX番号
● 精神保健福祉センター	0857-21-3031	0857-21-3034

ペアレントメンターによる電話相談

発達障がいのある子を持つ保護者が相談相手となり、子どもへのかかわり方などを助言します。

※ペアレントメンターは専門家ではありません。同じ親としての視点を大切にしています。

お問い合わせ先	電話番号
● ペアレントメンター鳥取	0857-30-0670

【受付時間】平日10:00～14:00

就労等に関する支援について

障がいのある方対象

就職を希望する方や在職中の方の相談に応じ、就業面や生活面についての相談支援を行います。

ハローワーク

※障がい者の就業相談窓口があります

お問い合わせ先	電話番号	FAX番号
● ハローワーク鳥取	0857-23-2021	0857-22-6906
● ハローワーク倉吉	0858-23-8609	0858-22-6494
● ハローワーク米子	0859-33-3911	0859-33-3959
● ハローワーク根雨	0859-72-0065	0859-72-1371

障害者職業センター

お問い合わせ先	電話番号	FAX番号
● 鳥取障害者職業センター	0857-22-0260	0857-26-1987

障害者就業・生活支援センター

お問い合わせ先	電話番号	FAX番号
● 障害者就業・生活支援センターしらほま	0857-59-6060	0857-59-2022
● 障害者就業・生活支援センターくらし	0858-23-8448	0858-23-8456
● 障害者就業・生活支援センターしゅーと	0859-37-2140	0859-37-2140

就労について悩みや不安を抱えている方対象

ご本人や家族の相談に応じています。
※発達障がい専門の支援機関ではありません。

若者サポートステーション

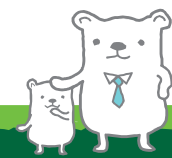
お問い合わせ先	電話番号	FAX番号
● とっとり若者サポートステーション	0857-30-4677	0857-30-4678
● よなご若者サポートステーション	0859-21-5678	0859-21-5679

※学籍のある方は学校にご相談ください。

ひきこもりに関する支援について

ひきこもりに悩むご本人やご家族の相談支援を行います。

お問い合わせ先	電話番号	FAX番号
● とっとりひきこもり生活支援センター	0857-20-0222	0857-30-1202



より詳しく知りたい方はこちら

鳥取県 発達障がいハンドブック
～シロクマ先生と学ぶ 発達障がいのあれこれ～

鳥取県 発達障がい啓発DVD
～ご存じですか？ 発達障がい～

幼稚園、保育園、各学校、各相談窓口に置いてあります。また、下記ホームページに掲載しています。

●発行/お問い合わせ

鳥取県子ども家庭部 子ども発達支援課

〒680-8570 鳥取市東町一丁目220 TEL.0857-26-7865/FAX.0857-26-8136 www.pref.tottori.lg.jp/kodomohattatu/

鳥取県 発達障がい啓発リーフレット

思春期～
青年期 編

あなたはご存じ？

発達障がい
知ろうクマ

発達障がいをわかりやすく解説。
まずは“知る”ことから始めましょう。

一緒に学んで
まずは“知ろう”クマ

鳥取県発達障がい啓発推進キャラクター シロクマ先生

予習

普段の生活の中で
こんなことはありませんか？

学校で … ■ 努力しても、学校の課題や提出物などが締め切りに間に合わない。

職場で … ■ 複数の仕事を同時にこなすことが苦手で、予定外のことが起きると混乱する。

対人関係で … ■ 人に声をかけるタイミングが分からなかったり、会話で相づちを打つのが苦手。

生活面で … ■ 生活リズムが乱れやすく、仕事や学校生活にも影響が出やすい。

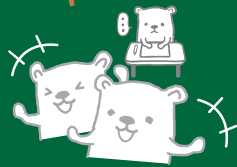
情緒・感覚面で … ■ 音、臭い、味、光、痛みなどの感覚が敏感すぎたり、鈍感すぎたりする。

発達障がいについて、「知ろう」「気づこう」「支援しよう」

発行/鳥取県

こんなこと、ありませんか？

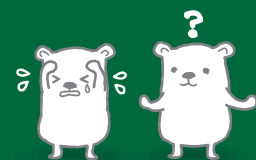
1 限目



- 学校で…
- ☐ 努力しても、学校の課題や提出物などが締め切りに間に合わない。
 - ☐ 学習で特定の分野が極端に苦手、あるいは特定の分野が拔きんで得意。
 - ☐ 友だちができてく、または友だち関係がなかなか続かない。
 - ☐ 周りと会話がかみ合わず続かない。
 - ☐ 周りに合わせた行動が苦手で、マイペースすぎるなどと指摘を受ける。



- 職場で…
- ☐ 机周りが散らかり放題だったり、仕事の期限が守れない。
 - ☐ 複数の仕事を同時にこなすことが苦手で、予定外のことが起きると混乱する。
 - ☐ 仕事の優先順位や、段取りをつけることができていないと指摘を受ける。
 - ☐ 就労の意欲があっても、仕事が長続きしない。
 - ☐ 社会人としてのマナーが身につけていないと指摘を受ける。



- 対人関係で…
- ☐ 人に声をかけるタイミングが分からなかったり、会話で相づちを打つのが苦手。
 - ☐ 「たとえ話や皮肉が通じない」「冗談を真に受ける」と言われたりする。
 - ☐ 「適当に」「ちゃんとする」などの曖昧な表現が分かりにくい。
 - ☐ 友人関係や異性関係で距離感がつかみにくく、トラブルになりやすい。
 - ☐ 相手に自分の考えを言っただけなのに「空気が読めない」と言われたり、嫌われたりする。



- 生活面で…
- ☐ 整理整頓が苦手で片付けられず、なにかと探し物が多い。
 - ☐ 生活リズムが乱れやすく、仕事や学校生活にも影響が出やすい。
 - ☐ 周囲から服装や身だしなみのことで注意されたり、驚かれたりする。
 - ☐ 料理や掃除などを段取りよくこなすことが苦手で、やり終えられない。
 - ☐ 金銭管理が苦手で、お金を計画的に使ったり、貯蓄したりできない。



- 情緒・感覚面で…
- ☐ 音、臭い、味、光、痛みなどの感覚が敏感すぎたり、鈍感すぎたりする。
 - ☐ 嫌な体験が強く記憶に残り、その体験がフラッシュバックすることがある。
 - ☐ 自分の感情や体調不良に気づきにくく、周りから言われないと分からない。
 - ☐ 趣味などに没頭しすぎると、他の一切の事に意識が向かなくなる。
 - ☐ 人に合わせるのにとても疲れる。

このような特徴は、誰にでも少なからずある特徴です。しかし、それが多くなれば、社会生活を送る上でのトラブル、失敗体験などにつながります。そして、失敗体験が重なることで、不安、抑うつ、対人不信など **二次的な問題が現れる**ことがあります。

もしかして、
本人の努力ではどうしようもない、
発達のアンバランスがあるのかも…

発達のアンバランス + 社会生活の困り感（つまづき）が大きくなると…
「発達障がい」と診断される場合もあります。

周囲の状況や関係によって
困り感が変わるかも…



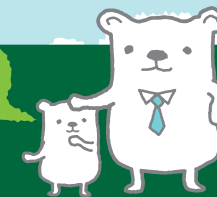
2 限目

説明動画はこちら



発達障がいとは…

特性は重なり合っているんだね



注) ASD・ADHD・SLDには、明確な境界線がありません。症状のあらわれ方は、年齢や状況により変化したり、重複することがあります。

知的な遅れを
伴うことも
あります

自閉スペクトラム症 (ASD)

- コミュニケーションの苦手さ
- 対人関係・社会性の問題
- パターン化した行動、興味・関心のかたより
- 感覚の敏感さ、または鈍感さ
- 不器用さ

注意欠如・多動症 (ADHD)

- 不注意（集中できない、ぼーっとしている）
- 多動性および衝動性（じっとしていられない、考えるよりも先に動く）

限局性学習症 (SLD)

- 「読む」「書く」「計算する」等の能力が、全体的な知的発達に比べて極端に苦手

※次のように言う場合もあります。

- ◎自閉スペクトラム症 ⇒ 自閉症、アスペルガー症候群を含む広汎性発達障がい (PDD)
- ◎注意欠如・多動症 ⇒ 注意欠陥多動性障がい (AD/HD)
- ◎限局性学習症 ⇒ 学習障がい (LD)

※この他、トゥレット症候群や吃音(症)、発達性協調運動障がいなども発達障がいに含まれます。

“**発達がアンバランス**”とは、「得意なこと」と「苦手なこと」の開きが大きいということです。
能力が無いということではありません。

例
え
ば
：

感覚や物事の捉え方が独特な人は … 常識にとらわれない感性でユニークな発想をします。
臨機応変な対応が苦手でも …… 誠実で、決まった手順やルールは実直に守ろうとします。
考えるよりも先に動く人は …… エネルギッシュに動いて、周りの人を引っ張っていくパワーがあります。
読み書きや計算が苦手な場合は …… 自分に合うやり方（機器を使うなど）で能力を発揮できます。

まずは自分のことを
知ってみよう

3 限目

発達のアンバランスと 上手に付き合うために…



● 得意・不得意を知ろう

- ・得意なことを活かし、苦手なところは協力してもらうなど、周りの人と助け合いましょう。
- ・行き詰まる前に、周囲の意見も参考にして、うまくいくコツをつかみましよう。

● ストレスをためない ようにしよう

- ・普段から生活リズムを整え、趣味や楽しみを見つけましょう。
- ・不安やイライラへの対処法を見つけておきましょう。
- ・相談できる仲間や人を見つけましょう。
- ・それでも解決できないときは…医療機関(精神科や心療内科等)で診察が受けられます。

家族、学校、会社の方へ

● 本人の困り感を 知ってください

- ・見え方や感じ方の違いを知ってください。
- ・頭ごなしに注意することは避け、思いや理由などをよく聞いてください。
- ・対応の仕方に困るときは、一人で悩まず、相談してください。

● 目標は スモールステップで

- ・苦手なことは一人でがんばらせるよりも、一緒に対処法を考えましょう。
- ・目標は控えめに、確実にできることを増やしましょう。
- ・得意なところを伸ばして自信につなげましょう。

本人だけでなく
周囲の理解も大切だね

相談窓口は裏をご覧ください

