

## 「発達障害」×「新しい生活様式」

お店などではこんなことで困っている人がいます

### 「並び方がわかりません」



レジに並ぶとき、立つ位置が示されているとわかりやすいです。でも、「ここでお待ちください」と書いてあるときには、レジの人が声をかけてくれるまで待つのか、進んでいいのかわかりません…。

### 「どこに座ればいいのか?」



ソーシャルディスタンスをとるために、いすに「座らない」でくださいと書いてあったり、いすの距離が離れていたりなど、対応が違うため、どこなら座っていいのかかわかりません…。

### 「考えすぎてしまいます」



あらゆるお店のレジや受付にビニールの仕切りがあり、お店によっては「ビニールに触らないでください」と書いてあります。そうすると、字義通り受け取ってしまい、少しでもレジかごがビニールに触れないように渡そうと考え、どう行動したらいいかわからないということがあります。

### 「マスクがつらいです」



マスクをつけると、肌が痛くなる、吐き気がする、過呼吸になる…など、とてもつらいです。今は、マスクをつけていないと白い目で見られて、その目も怖いのです。

## 【相談窓口】

### 千葉県発達障害者支援センターCAS

- CAS 千葉(本部)

TEL:043-227-8557

- CAS 東葛飾

TEL:04-7165-2515

※お住まいの市町村によって、相談窓口が異なります。詳しくは HP をご参照ください。



発達障害のある方の中には、その障害特性から、新しい生活様式への変化に対して、大きな不安やストレスを感じている方がいます。

発達障害のある方が過ごしやすい世の中は、だれもが暮らしやすい世の中にもつながります。

だれもが暮らしやすくなるように  
皆様のご理解をお願いします。

令和2年6月

千葉県発達障害者支援センター

事業主の皆様へ

# 「発達障害」

×

# 「新しい生活様式」

—だれもが安心して過ごせるように—

千葉県発達障害者支援センターCAS

## 発達障害とは？

脳のタイプの違いから、ものごとの見え方や考え方が多くの人たちとは異なる障害です

生まれつきの障害で、はっきりとした原因はまだ分かっていません

見ためではわかりにくいいため、周囲からの理解が得られにくいことがあります

発達障害には、自閉スペクトラム症(ASD)、注意欠如多動症(ADHD)、学習障害(LD)などのタイプがあります

- 発達障害の特性は人によって大きく異なります
- ご不明な点がございましたら、千葉県発達障害者支援センターまでご相談ください

## こんなことを知ってください

- 具体的な情報の理解が得意です
- だれが読んでもわかる表現や一目で見てわかる情報が良いです
- ものごとを字義通りに捉えてしまう人がいます
- 否定的な表現ではなく、肯定的に「どのような行動をしたらいいのか」を伝えてください

### 【わかりやすい伝え方の例①】

NG! 「十分な距離をとる」 → OK! 「2mあける」  
「立ち止まらないで」 → 「進んでください」

<工夫のポイント>

- ✓ 抽象的ではなく、具体的に
- ✓ 否定的ではなく、肯定的に

### 【わかりやすい伝え方の例②】



<工夫のポイント>

- ✓ 目で見てわかる
- ✓ 具体的な数字で示す

前の人が進んだら  
お進みください

### 【わかりやすい伝え方の例③】



<工夫のポイント>

- ✓ して良いこと、してはいけないことを明確に示す

- 発達障害のある方の中には、感覚の過敏さがあるために、マスクをつけることがとても苦手な方がいます
- 「どうしてもマスクをつけることができない人がいる」ことをご理解いただき、1人1人ができる感染症予防対策を行っていきましょう

- 困っている人がいたら「どうしたらいいのか」を具体的に穏やかな口調で伝えてください