

# 発達障害の症状 カードで伝える

## 社会とつながる手助けに



「私の症状カード」を手にする  
考案者の宮崎菜摘さん（本人提供）

「私はこだわりが強く、大きな音が苦手です」。職場やプライベートで発達障害と明かすことができない人の周囲への公表を後押ししようと、自らも発達障害と診断された女性が「私」で他人に症状が伝わる「私の症状カード」を作った。7月から全国に配布を始め、社会生活を円滑にする手助けになると期待されている。

考案したのは奈良県に住む宮崎菜摘さん(27)。大学卒業後に発達障害と診断された。就職にも苦労したが、現在は広告代理店でグラフィックデザイナーと営業職を兼ねて働き、会員制交流サイト(SNS)を通じて知り合った仲間たちと発達障害の啓発活動を行っている。

カードの使い方はシンプルだ。「感覚過敏」と「苦手なこと・困りごと」の二つの項目にそれぞれ「大きな音」「特定の触覚」「落ち着きがない」「こだわりが強い」などの選択肢があり、自分に当てはまるもの

を丸で囲む。発達障害に伴いや

すい、うつなどの症状をうまく書きで記入する欄もある。

大きさは名刺大で、保護者が子どもに持たせて学校生活で困った際に教職員に見せたり、被災時に避難所でボランティアやほかの避難者に示したりするなど、さまざまな場面を想定して

宮崎さんがデザインした。これまでに埼玉、東京、愛知、大阪、奈良、和歌山の各都府県の社会福祉協議会や支援団体にカード計3100枚を配布。ほかにも要望があり、順次、配布を進める。

宮崎さんは以前から、SNSや自助会を通じた発達障害者同士のつながりは強いが、内輪の付き合いで終わってしまうことに危機感を抱いていた。だが障害をいきなり社会全体に啓発するのは無理だと考え「まずは身近な人に知ってもらうことから始めてみては」とカードを考案した。

目指すのは、発達障害だと告げても「そうなんだ。何が得意?」と周囲が当たり前に言ってくれるような世界だ。

## 長門の発達障がいを考える会

### 内閣府大臣表彰を受賞

長門市の発達障がいを考える会ブルースターが、内閣府の2018年度「子供と家族・若者応援表彰」で内閣府特命担当大臣表彰を受賞した。

### あす発達障がい支援啓発講演会

長門市の発達障がいを考える会ブルースターは23日、発達障がい支援啓発講演会を同市仙崎の地域医療連携支援センターで開く。山口新聞社など後援。発達障がい理解を深めてもらおうと企画し15回目。山口大教育学部の木谷秀勝教授が「青年期自閉スペクトラム症(ASD)の自己理解プログラムから見える支援のあり方」をテーマに講演する。児童期から青年期へ成長したASDの青年たちの姿を通し、「自立」「働くこと」について考える。

同表彰は、関係府省や都道府県などが推薦した候補者を選考委員会(委員長・明石要一千葉敬愛大短大学長)が審査。同会は子供・若者育成支援部門で受賞した。前田和治代表(56)は「少しでも役立てることがあればとの思いで続けてきた。活動が認められて光栄

午後1時～同4時。参加無料。問い合わせは市福祉課(電話0837・23・1243)へ。