

# カウンセリング

2020年



[抄録]

大人の発達障がいをめぐる

平松記念病院

副院長 傳田 健三 氏

Vol. 168

北海道公安委員会指定 犯罪被害者等早期援助団体

公益社団法人 北海道家庭生活総合カウンセリングセンター

〒060-0002 北海道札幌市中央区北2西7 かでの2・7

TEL 011-251-6408

<http://www.counseling.or.jp>

FAX 011-271-5068

## 公開講演会

## 大人の発達障がいめぐって



講師 傳田 健三 氏

(平松記念病院 副院長)

令和元年7月26日(金) 釧路市生涯学習センター「まなほっと幣舞」2階多目的ホール  
令和元年10月9日(水) 道民活動センタービル(かでの2・7)4階 大会議室

## 【はじめに】

私は、30年間北大で児童精神科医として、大人も子どもも診てきました。昨年、定年まで4年を残し、大人の精神科の平松記念病院に勤務することになりました。精神科医になって40年近くになりますが、平松記念病院の大人の発達障がい外来には、初めて診るような方がたくさんいらして私自身もびっくりしています。今日は大人の発達障がいについてお話しさせて頂きます。

## 【「発達障がい」って?】

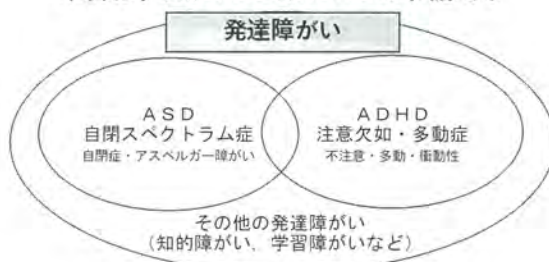
まず、ご自身やご家族、友達の事で大人の発達障がいでの心配な方がいらっしやると思うんです。例えば片付けが苦手、コミュニケーションがうまくいかない、でも本当に普通に生活していらっしやる方が少なくありません。

よく外来に、普通に仕事はできるけれど、昼休みに同僚達と昼ご飯を食べて雑談ができないという事で来られる方が沢山います。あるいはこだわりが強い、ひとつの事をやっている時に別の刺激が入るとそっちに集中し、目の前にやっていたことをすっかり忘れてしまう、忘れ

物が多いという方が沢山おられます。

このような方の中に、もしかしたら大人の発達障がいの方がいらっしやる。皆さん多かれ少なかれ自分に当てはまると思いますが、誰にでもあります。子どもの時からこの事で悩み続け、そのために自分で必死に努力してもうまくいかず、今の生活にまかなり支障が生じ常に生き辛さを感じているのであれば、その生き辛さは、努力不足なのではなく生まれつき持っている発達のアンバランスだったり、発達障がいに関連しているかも知れません。それが障がいかどうかを知っておく必要があります。発達障がいとは、生まれ持った発達上の、ある意味個性であることで、それによって日常生活に困難を来している。主な原因は、脳機能の発達のアンバランス、能力の凸凹が大きいです。これは誰にでもありますよね。子どもの時に数学が得意だったけれど英語が苦手とか。誰でも能力の凸凹はある訳です。ところがそれが非常に強く、そのため日常生活に支障が来しているかどうか。ここが病気がどうかの境界と言えます。

## 本日は、主にASDとADHDのお話です



## 【特性を知ることから始まる】

代表的なものは、自閉スペクトラム症ASD。これはかつて自閉症とかアスペルガー障がいとか広汎性発達障がいと言われてたものが、今は、自閉スペクトラム症で統一した名前になりました。

それと注意欠如・多動症ADHDというグループと学習障がいLDです。日本ではまだまだ認識がされておりませんが、主に読字障がい、書字障がい。字が書けない、読めない。日本語は、漢字とか、視覚的な情報で理解できるので、日本語は発達障がい表面化しにくい言語なんです。しかし、小学生が英

語必修になってくると、多分の学習障害の問題が表面化してくると思われれます。

このような特性を持つ人はなかなか障がいとは気づかれにくく、必要なサポートを受けられずに苦しんでいる。本人もそれと気づかずに、努力しても報われず自分を責めたり、怠けていると誤解されたり非常に辛い状況に置かれています。まずは自分の特性を知ることから始まります。

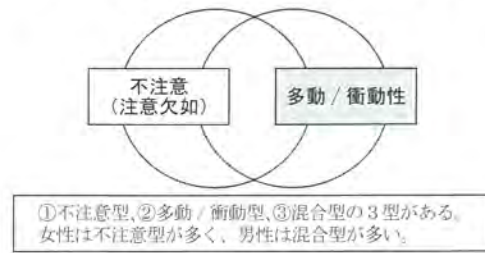
## 【大人の発達障がい】

大人の発達障がいの場合は、小さい頃の症状は目立ちません。1才半児健診、3才児健診や札幌では5才児健診も行われていて、そこでは引っかかりはないけれどそういう傾向は持っていて、親は心配していたんだけど、そのままどこにも相談することなく発達して大人になった。

そこで、初めて色々な問題で困って受診する人が実はほとんどです。しかし発達歴をちゃんと聞くと、小さい頃からその傾向はずっと続いて、本人もずっと困っている。単純に対人関係が苦手だとかこだわりの特性が強いだけではなく、そのために日常生活に多大な支障を来して

いる。これが病気か病気でないかという境界のところだと考えています。

## ADHD（注意欠如・多動症）とは何か



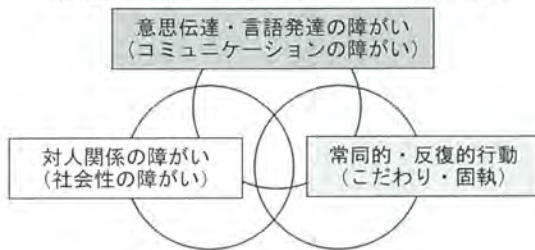
いというのは年を取ってくるとそういうことが多いと思いますが、それは老化です。しかし、この人達が名前と顔を覚えられないのは、人に興味がないので覚える気が無いんですね。大勢の中で雑談が出来ない、こだわりの強い、適当が分からない。毎回同じ服を着ているとか、運動が苦手。誰でも多かれ少なかれ当てはまるんです。もっと知りたいと思う人は映画「レインマン」を観てください。

自閉スペクトラム症ASDにみられる、大人になって特にみられる症状としては、例えば、本当の事を言って相手を怒らせてしまう。同僚の女性が勇気を持ってパーマにしてきた。当然、「パーマにしてきたの、素敵ね」と言うのが大人の世界です。ところが、「先輩、頭グシャグシャですよ」と本当のことを言っちゃうんですね。本当なんだけれども、それは言っちゃいけないよと暗黙のルールがあるというのが分からない。

どこから発達障がいですか？この方は発達障がいですか？ということを一一般の人は聞きたいわけですよ。病院にいらっしゃる人も、「私は発達障がいなんですか、発達障がいじゃないんですか。どっちですか」とそこを診断して欲しいと来るんですが、連続的なんです。病気には、白か黒かははっきりできるインフルエンザみたいに検査でプラスかマイナスか、はっきりするものと、連続的に、段階的な知的障がい型の自閉症か。知的には正常以上だけれども、自閉症と同じ症状を持っている高機能自閉症か。言葉の発達がそれほど大きな遅れがないアスペルガー障がいとか、診断基準は満たさ

ないけれども症状は持っている。だとか、発達障がいの傾向をもっているけれども普通に生活しておられる非障がい型の自閉症の人、普通に働いている、でも傾向はもっている。でも診断はしません。こういうふうに関連的なので、どこから病気なのか、そう簡単に線引きはできないんです。どこから病気なのか、発達障がいなのか、個性なのか、その人の特性なのか。そう簡単に線引きはできないんです。

## 自閉スペクトラム症 (ASD) とは何か



誰が多かれ少なかれそういう特徴を持っています。【診断と治療について】

まず診断と検査をきちんとし、

私がそれを基に説明します。そしてパンフレットを使って障がいについて詳しく説明します。治療方法を本人に選んでいただき、コミュニケーションの障がいやADHDに関しては、習慣性のある薬もあるので、慎重に薬を使っています。社会性やコミュニケーションスキルの向上を目指したりハビリテーション、ディケアを行っています。

の生き方、困った時の対処の仕方、SST、認知行動療法、カウンセリングなどを主にやっていたんです。確かに野球を覚えるのは野球のルール、バッティングや守備の仕方とか大切ですが、やはり基礎体力も必要です。今、発達障がいにして、うつや統合失調症にして、だいたい前頭前野の機能が低下してるというのが分かってきて、こういう認知リハというのは、前頭前野の機能を高める、そういうリハビリです。

発達障がいディケアといままして、こころのスキルアップトレーニング、集団認知行動療法は、非常に好評でたくさんの方が参加されます。発達障がいの人でコミュニケーションが苦手だと言いますが、発達障がいの人同士だと、本当にコミュニケーションがうまく成立するんですね。札幌で行っている当事者の会でも話し合いは非常にスムーズなんです。私が留学したイギリスでは、こういう人達はそのような人種なんだ、治療する対象ではないという考えです。どこまでの方を治療するかというのはご本人と相談していくことになると思うんです。

今までの精神科やカウンセリッングもですが、野球に例えるとバッティングの方法とか、人生の生き方、困った時の対処の仕方、SST、認知行動療法、カウンセリングなどを主にやってきたんです。確かに野球を覚えるのは野球のルール、バッティングや守備の仕方とか大切ですが、やはり基礎体力も必要です。今、発達障がいにして、うつや統合失調症にして、だいたい前頭前野の機能が低下してるというのが分かってきて、こういう認知リハというのは、前頭前野の機能を高める、そういうリハビリです。

# 平成31年 センター相談集計報告

平成31年（2019年1月～12月）カウンセリングセンターに寄せられた相談延べ件数は6,194件、平成30年（6,951件）から757件減少した。その内訳は、電話相談が5,886件95.0%（前年6,718件96.6%）、面接相談は308件5.0%（前年233件3.4%）である。男女別は男性が1,135件18.3%、女性は5,059件81.7%。年代は60代29.0%、50代26.8%、40代19.0%の順に多い。相談種別はカウンセリングが98.4%を占めている。（表1）

表1 平成31年 センター相談件数

(件数)

	総数	性別		年代別							種別方法			
		男	女	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代以上	カウンセリング	ガイダンス	面接	電話
センター合計	6,194	1,135	5,059	11	402	554	1,175	1,657	1,804	591	6,094	100	308	5,886
相談割合	100%	18.3%	81.7%	0.2%	6.5%	8.9%	19.0%	26.8%	29.1%	9.5%	98.4%	1.6%	5.0%	95.0%

※電話相談では、声や語られる状況で相談者の年代を推察するが多い。

## 相談件数と男女の割合

平成27年から8,000件を超えていたが平成30年から大きく減少した。

女性からの相談が8割を超えている。（図1、表2）

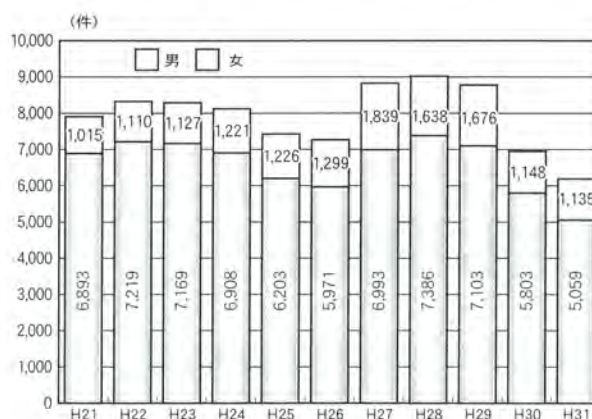


表2 男女の割合

	男	女
H31	18.3%	81.7%
H30	16.5%	83.5%
H29	19.1%	80.9%
H28	18.2%	81.8%
H27	20.8%	79.2%

図1 相談件数

## 相談内容

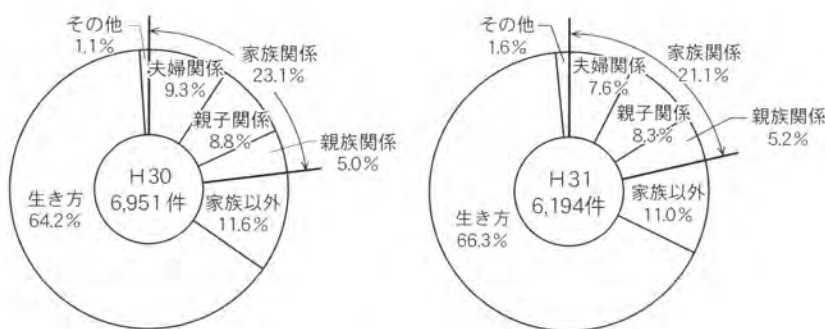


図2 センター相談（面接・電話）内容の割合

平成31年は、生き方相談が4,109件で66.3%を占め、次に家族関係相談が1,305件で21.1%を占めている。

生き方相談は、男女とも心身の不調や対人関係から生じる生きづらさ、将来の不安などの悩みが多く、繰り返しかけてくるケースもある。

## 相談者の年代

平成31年の年代別割合は、平成30年に比べ50代以下の年代が減少し、60代、70代以上が増加した。（図3）



図3 年代別相談件数の割合

# 平成31年 札幌市役所及び各区役所相談集計報告

昭和53年に札幌市各区役所に家庭生活相談窓口が設置され、当センターから相談員を派遣している。平成13年4月からは市役所本庁にも相談窓口が開設された。平成31年（2019年1月～12月）の相談延べ件数は3,211件で平成30年より153件増加した。

表1 平成31年 相談件数

(件数)

	総数	性別		年代別							種別		方法	
		男	女	20代以下	30代	40代	50代	60代	70代	80代以上	カウンセリング	ガイダンス	面接	電話
相談合計	3,211	946	2,265	42	216	553	782	600	667	351	3,042	169	1,338	1,873
相談割合	100%	29.5%	70.5%	1.3%	6.7%	17.2%	24.4%	18.7%	20.8%	10.9%	94.7%	5.3%	41.7%	58.3%

## 相談内容

平成31年は、夫婦関係相談と親族関係相談が増加した。(図1)

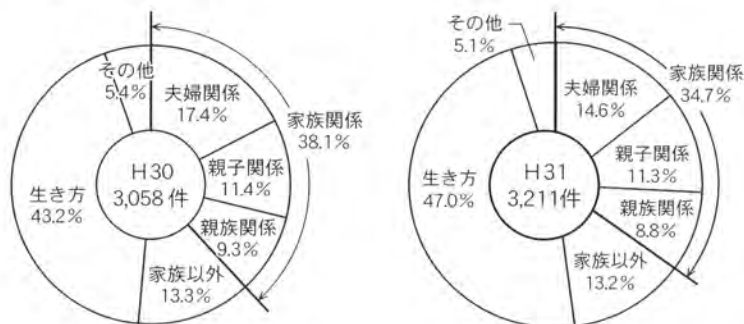


図1 市役所・区役所 相談内容の割合

## 相談者の年代

平成31年の年代別の相談割合は、60代以下が減少し、70代、80代以上が増加した。(図2)

H31年は60代以上からの相談が5割を超えている。



図2 年代別相談件数の割合

## シリーズ 電話相談 -11-

## 生き方相談

電話相談シリーズその11は、生き方相談です。特定の人間関係に分類できない悩みや、本人自身の人生上の悩み、心情を生き方相談としています。

電話相談に占める生き方相談の割合は6割を超え、相談件数は平成28年、29年の5,000件をピークに近年4,000件前後で推移しています。(図1)

相談者の年代は60代が最も多く、次いで50代、40代となっています。(図2)

相談内容からは性別や年代に関係なく、心身の不調や将来への不安、孤独感や疎外感から電話相談と繋がってほしいという思いの深さを感じられます。

「作業所へ行く日を減らしたい」「長いこと心の病を患って辛い」「ストレスに弱いのが悩み。克服したい」など心の病のある人からの相談は約8割、また「うつ病で冬が辛い」「誰かと話したい」など同じ人からの繰返しの相談が近年では5割近くを占めています。「人と接するのが苦手」「職場で傷つくのが怖い」など対人関係への不安を訴える相談も多くみられました。

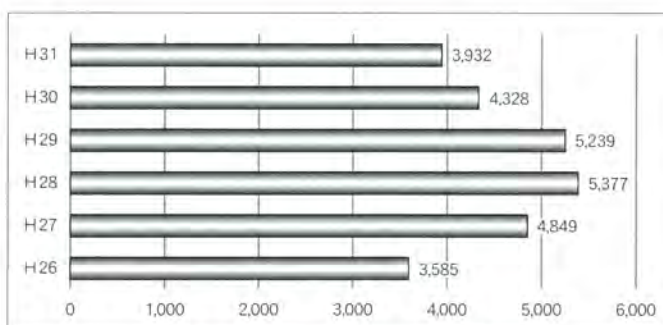


図1 生き方相談件数の推移

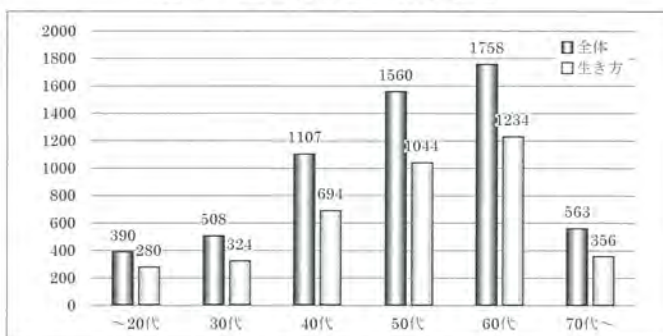


図2 年代別 相談全体と生き方相談

# 「コロナ雑感」

北海道医療大学客員教授  
放送大学客員教授

志渡 晃一



学関連の講義では、「疾病の自然史」を踏まえた上で、「予防は治療に勝る」という暗黙知の如き金言を贈ることになっています。

然の予防、二次予防…早期発見・早期治療、三次予防…重症化の予防・リハビリテーションに拡張します。「早期発見」は予防ではなく治療ではないかとの違和感を持つと思います。これに

直接関連しない」などです。「正しく恐れる」ためには「正しい知識理解が必要で」それが第三次予防「社会復帰の促進」「偏見差別の払拭」に結び付くと考えます。長々と教科書的な話にお付き合い下さりありがとうございます。以下に先達の言葉を借りて終わります。

新型コロナウイルス（以下コロナ）の自然史は未だ明確ではありません。現時点での一推測では、日本のコロナ感染者は1%未満です（各種調査における抗原検査の精度、検査対象者の居住地、職業もまちまちです）。

感染しても8割は不顕性、2割の自覚的有症状者のうちほとんどが軽症（ただし、酸素補給に至らないという臨床区分であり、本人にとっては発熱、倦怠感、咳がひどく大変な事態も軽症です）です。高度医療（ICU、ECMOなど）によっても救命

「予防は治療に勝る」  
「衛生は教育に始まり、教育に終わる」  
その意味で「子どもの寿命は母親が決める」。  
子どもは支援が必要な人の象徴、母親は養育保護・支援する人の総称です。いわさきちひろさんの「母の日」の絵をみると、ユニセフの広報誌に掲載されていたアフリカの諺が浮かびます。「この世界は親から受け継いだものではなく、子ども達から預かっているものである」

「何か悪い病気にかかり苦しむ思いをした」という経験は誰しもあることと思います。感染しても特段の症状が出ない場合（不顕性感染）も含めて、ある一定の症状が出た（顕性感染）

救急が叶わず亡くなられる率（致死率）は5%程度です。コロナの活躍（?!）の場は呼吸器系のみならず循環器系や消化器系など全身に及ぶようです。慢性肺疾患や高血圧、糖尿病などの既往者は特に注意が必要といわれる所以です。

最後にコロナ雑感です。諸外国に比べて、第一次予防は優れています。固有の良き衛生習慣「きれいな水」「うがい・手洗い」「玄関での靴脱ぎ」などが基底にあると思います。第二次予防については、各種検査体制、実施方法・実施率など言いたいことはたくさんありますが割愛します。ただし「スクリーニング」

「予防の基礎は衛生にある」  
「衛生は教育に始まり、教育に終わる」  
その意味で「子どもの寿命は母親が決める」。  
子どもは支援が必要な人の象徴、母親は養育保護・支援する人の総称です。いわさきちひろさんの「母の日」の絵をみると、ユニセフの広報誌に掲載されていたアフリカの諺が浮かびます。「この世界は親から受け継いだものではなく、子ども達から預かっているものである」

「寛解」もあれば、慢性期に移行したり、後遺症が残ってしまふこともありまふ。残念なことに亡くなってしまう場合も予防に含まれます。専門用語では、この病気の始まりから終わりまでを「疾病の自然史」と呼びまふ。筆者が専門とする公衆衛生

予防医学では「予防は治療に勝る」を「予防は最良の治療である」と賢く（！）言い換えまふ。予防の範囲を一次予防…未

「スクリーニング」について主要な指標は理解すべきです。「感度と陽性反応的中度は別指標」「感度と疑陽性は

「この世界は親から受け継いだものではなく、子ども達から預かっているものである」



「親切・丁寧」をモットーにお手伝いします

八島依子税理士事務所

所長 八島依子  
税理士

〒064-0924 札幌市中央区南24条西12丁目4-20  
TEL (011) 213-1838 FAX (011) 213-1847  
事務所HP <http://yashima-yoriko.tknf.com>  
メールアドレス [yashima-yoriko@tknf.or.jp](mailto:yashima-yoriko@tknf.or.jp)

業務内容  
・税務・会計・決算に関する業務  
・独立・開業に関する業務  
・経営相談・経営コンサルティング



知的 快適 創造的なオフィス創りで貢献する  
サンコー事務機株式会社

〒060-0013 札幌市中央区北13条西18丁目36番90

TEL (011) 614-2255(代表) FAX (011) 614-5245

代表取締役会長 澤飯 博 代表取締役社長 東田正則

Homepage <http://www.sancoh.gr.jp>

事業内容 ●OA機器全般の販売及び保守。点検、修理等

●オフィス関連商品の販売

オフィス家具、文具、OAサプライ、カウネット（通販）

●プロバイダー事業（レインボーインターネット）



# 平成31年度 北海道被害者相談室 相談受理状況

北海道被害者相談室だより

平成31年度の相談件数は、796件で、前年度より48件減少した。  
 相談方法の内訳は電話658件、面接68件、電子メール等70件であった。(図1)  
 対応結果は、相談のみが364件、カウンセリング153件、直接的支援237件、他機関紹介23件であった。  
 相談は本人からが一番多い。(図2) 相談件数796件中、犯罪に関する相談は473件であり、犯罪被害相談が犯罪被害以外の相談を上回っている。被害の内容については、性的被害が一番多く、次いで殺人・強盗であった。(図3) また、直接的支援の内容は表1であり、弁護士相談に繋がったのは14件であった。

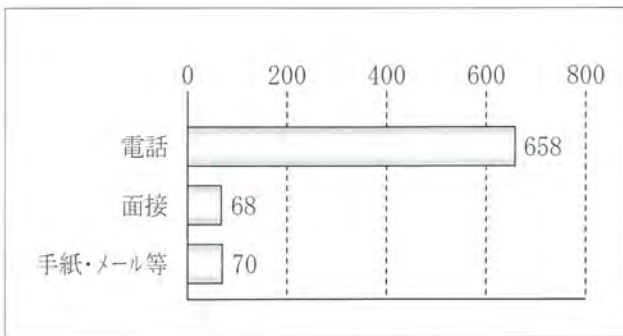


図1 相談方法

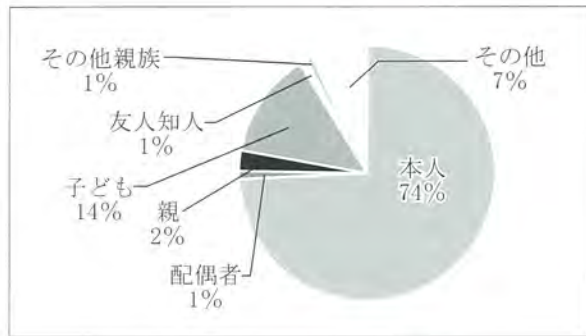


図2 相談者と被害者の関係

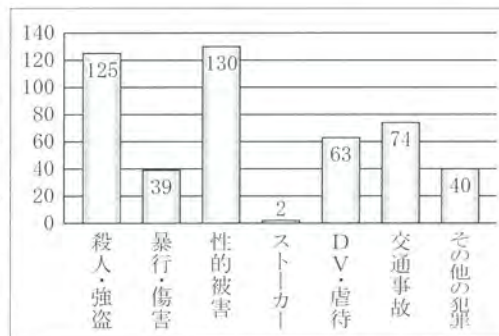


図3 被害内容

表1 直接的支援関係

- 警察関連・・・10件
- 裁判所関連・・・18件
- 検察庁関連・・・9件
- 行政窓口付添い・・・1件
- 病院付添い・・・1件
- 自宅訪問・・・8件
- その他・・・190件

### 公開講演会のお知らせ

演題：『悲しみから成長へ 25年』  
 講師：高橋 シズエ 氏  
 (地下鉄サリン事件被害者遺族)

日時：令和2年10月初旬  
 17：30～19：30の予定

会場：道民活動センター かでる2・7  
 かでるホール

申し込み・お問い合わせ：  
 公益社団法人北海道家庭生活総合  
 カウンセリングセンター  
 (日時については、8月3日決定)



被害者相談室の相談員が、多年にわたり支援活動に尽力した功労として北海道警察本部長並びに北海道家庭生活総合カウンセリングセンター理事長から表彰されました。

平成三十年 一名  
 令和元年 八名

## 3密対策!

株式会社 彩生  
 北海道札幌市西区発寒 12条 11丁目 3-20  
 TEL.011-662-8932 FAX.011-676-4233  
<http://saisey.co.jp>

ダブル  
 シングル

### 新スーパーエコキャビン

## 橋本靖弘税理士事務所

税理士 橋本 靖弘

事務所 札幌市中央区北2条西27丁目2-28  
 札幌丸ビル3F  
 電話代表 (641) 3 1 2 5 番  
 F A X (641) 3 1 2 6 番

2級カウンセリング研修講座(昼間部) ～9月開講～

## 受講生募集



～生涯学習の一環として  
カウンセリング学を学んでみませんか～

問い合わせ・申込はカウンセリングセンター  
☎011 (251) 6408

令和2年度教員免許状更新講習(選択) 夏期・冬期講習のご案内

名称 『教育現場で役立つカウンセリング』

講師 「発達心理学」 田辺 毅彦 北星学園大学 文学部心理・応用コミュニケーション学科 教授・臨床心理士  
「個人面接法」 飯田 昭人 北翔大学大学院 人間福祉学研究科 准教授・臨床心理士  
「学校臨床心理学」 佐藤 祐基 北星学園大学 社会福祉学部 福祉心理学科 准教授・保健科学博士

日時 「夏期」 令和2年8月3日(月)～8月5日(水)

「冬期」 令和3年1月6日(水)～1月8日(金)

10:00～17:00 全18時間

会場 かでの2・7 520研修室



家庭教育相談ボランティアグループ

○ふれあい育児の広場

「9月から再開予定」

毎月第一月曜日 10時～15時

(祝日は第二月曜日)

かでの2・7 5階幼児室

○ふれあい講座 13時半～14時半

小物づくり 9月

ミサンガ作り 10月

健康体操「自強術」 11月

クリスマス飾り 12月

雛人形づくり 2月

春よ来い 3月

○家庭教育相談育児懇談会

「延期のお知らせ」

講師 札幌市立白石保育園

元園長 足羽 亜紀子氏

9月17日(木)↓来年度へ延期

青少年カウンセリンググループ

○公開講演会

「思春期の子どもたちとの関わりから」

講師 青葉興正保育園

園長 渡邊 洋平氏

10月31日(土) 13時半～15時半

会場 かでの2・7 520研修室

編集後記



田島隆宏さんの写真詩集「うたがきこえる」の表紙を飾る「かまきりと百日草」

「地面五十cmの高さは、私と虫たちの世界です。ある夏の日、百日草の下を見ると、かまきりが花を日除け傘にしていました。私の視線からは、虫たちの優しい姿が身近に感じられて虫たちも僕に近づいています」と。コロナウィルス拡大の影響で心の晴れない日々。「ともに生きる。一人ぼっちじゃないよ」と語りかけてくれる一コマ。「私」の気持ちに耳を傾けながら「共に生きる」そのバランスに心を向けたいと思います。

(M・M)

(令和2年7月発行)



一般社団法人北海道警備業協会  
(会長 小松 裕)

事務局/〒064-0804 札幌市中央区南4条西6丁目8番 晴ばれビル7階  
Tel(011)242-8800 Fax(011)242-8822 ホームページアドレス http://www.hssa.or.jp/

～安心と安全のネットワーク～

当協会の加盟警備業者は、警備のプロとして社会公共の安全に寄与するため、適正かつ高品質な警備業務の提供・警備員の資質向上に努めております。

【主な警備業務】

施設警備 空港保安警備 交通誘導警備  
雑踏警備 貴重品運搬警備 身辺警備

札幌方面遊技事業協同組合  
理事長 合田 康広

～地域社会に貢献～

当組合は、身近で手軽な大衆娯楽業界として健全営業に努めるとともに、地球環境保全に配慮したCO<sub>2</sub>削減や地域に根ざした社会貢献活動を推進しております。

事務局 〒060-0031 札幌市中央区北1条東2丁目  
第2遠藤ビル5階

TEL(011)222-3133 FAX(011)232-4608