



■「ここは、日本でいちばん患者が訪れる 大人の発達障害診療科」を読んで■

加藤進昌(のぶまさ)先生が烏山病院で成人の発達障害専門外来を開設して15年が経つそうです。本書はその15年の歩みに触れ、発達障害の特性や診断、支援、世の中との関係性について分かりやすく書かれています。加藤先生は2013年からは神経研究所附属晴和病院でも発達障害デイケアを開始し、現在は神経研究所理事長となり、晴和病院で外来診療も続けていらっしゃいます(晴和病院は新築工事中で、2025年までは小石川東京病院で診療しています)。加藤先生のお話を直接お聞きする機会はなかなかありませんが、そのお考えや取り組みの一端を知ることができる1冊です。



プレジデント社
1760円

本書の構成は以下の通りとなっています。

プロローグ 発達障害の15年を振り返る

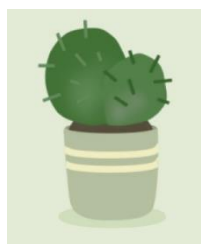
- 第1章 ASD(自閉スペクトラム症)の人はどんな特性を持っているか
- 第2章 発達障害をめぐって何が起きているのか
- 第3章 あらためて「発達障害」とは?
- 第4章 発達障害を“治す”ということ
- 第5章 家族や職場の人ができること
- 第6章 発達障害の“本質”はどこにあるのか

プロローグでは発達障害専門外来を開設し、発達障害専門プログラムの開発に至った経緯が書かれています。元々は大々的に宣伝や告知したわけではないのに予想外の反響に戸惑う様子が書かれていて興味深いです。

第1章では、うつ病と診断され10年間引きこもっていた30代の男性と、人の気持ちを察することができず、こだわりが強いために、長年家族が苦勞してきた60代の男性の話が載っています。お二人とも烏山病院を受診したことで正確な診断がつき、その後の生活が良い方向に向かったことが書かれています。そしてASDの特性が8項目に分けて説明されています。先の二人の実例を読んだ後なのでよりイメージが付きやすかったです。

第2章では発達障害の診断方法が書かれています。社会での認知が広がるにつれ、外来診療に人が押し寄せていますが、発達障害と診断される人は4割程度だと述べています。背景には社会にうまく適応できない人が相当数いるということ。もう一つは実像を正しく把握している人は少なく、医師でも見極めが難しいことも関係しているとのこと。統合失調症や強迫性障害等ほかの精神障害とも症状が似ているため鑑別診断が難しいことも書かれています。

第3章では発達障害の現状やASD(自閉スペクトラム症)、ADHD(注意欠如多動症)、SLD(限局性学習症)の特徴を述べています。発達障害は生まれつき脳に障害があることから養育環境や生活上のストレスが原因で発達障害を発症することはないそうです。けれども環境を悪化させれば発達障害の特性から生じる社会不適応をさらに悪化させる可能性があります。大切なことは2つだそうです。「ひとつは、発達障害をもつ子どもの特性を認め、受け入れて、その特性を変えようとしないうこと。もう一つは子どもの得意なこと、好きなことを見つけ出してそれに没頭できる機会を存分に与え、その能力を伸ばしてあげられるようなサポートをすること」(P.133)と述べています。

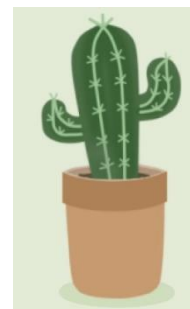


第4章では根治療法のない発達障害ですが、社会不適応を減らすためのリハビリテーションを推奨しています。烏山病院で行っている発達障害者向け専門プログラムの内容が紹介されています。様々な内容を通じて自己理解し、ソーシャルスキルを身につけるといふ目的とともに、ピアサポート(同じ立場にある人同士が支援し合う方法)の効果についても述べています。

第5章では家族の苦悩や対応が書かれていると同時に家族へのサポートの大切さを述べています。家族の場合も本人同様に悩みを打ち明け合い、共感し、情報を交換することが有効なサポートになるとして、烏山東風の会のことも書かれています。

最後の第6章ではASDの本質についての考えが書かれています。加藤先生はASDの本質は「メタ認知(自分の認知のあり方を、さらに一段高い外側の視点から俯瞰して認知すること)」の弱さにあるのではないかと考えていると述べています。

全体を通して、ASDの特徴や他の精神障害との鑑別診断では、説明と共に簡単な例や症状が書かれているのでより理解しやすいです。例えば統合失調症とASDについては、自分と他者のとらえ方に違いがあり、統合失調症は他人のことを必要以上に意識する、青年期以降に発症するのですが、ASDは他人に関心がなく、生まれつきのものであると述べています。症状は似ていますが、なぜそうなるのかの根拠が分かりやすく書かれています。



発達障害専門プログラムは何もないところから手探り状態で開発してきたそうです。2018年からは診療報酬を算定できるようになり、今では学生プログラムも始まり対象も広がっています。筆者は成人発達障害支援学会に参加したことがありますが、学会では支援者向けに専門プログラム研修会を実施し、普及に努めていらっしゃいました。診療だけではなかなか分からない、先生やスタッフの方々のご苦労の程がうかがわれます。

デイケアは主に集団で行われています。集団ならではの効果としてピアサポートはとても重要かつ効果的と述べています。同じ特性を持ち、似た経験をし、同じような気持ちを味わっているため、共感し、分かりあうことができる。ピアサポートはがん患者やアルコール依存等ではよく聞きますが、他者に興味がない発達障害においても有効なのは意外でした。リハビリテーションセンターに行けば同じような仲間がいる、何かあれば戻れるような、でんと構える存在であり、居場所として機能していることは、本人にとっても家族にとっても非常にありがたいことです。



プロローグの最後のページに「発達障害を抱えていることで社会の居心地の悪さを感じている患者さんに、社会との接点や関わりを増やし、持てる能力を生かして社会で活躍していただきたい。私はその一心で、これまで発達障害の患者さんの治療に携わってきました。」(P.28)と書かれています。この文章に触れた時は灯火がともったような安心感がわき、加藤先生のその思いはこの著書の随所で感じられ、勇気づけられながら読み進めることができました。



(K. S)

■ぶらり千歳烏山商店街④■

デリカ キャロットハウス 発見するのが難しい？ 行列が絶えないお店

いつも行列が絶えず、夕方にはほとんどなくなってしまうお惣菜のお店。コンビニが入った雑居ビルの階段脇でよく見ないと見落としてしまいそうなお店です。ひじき・切り干し大根・サラダ等 100g 105円～210円とお手頃価格。炒りごぼうや鶏レバー煮込みなど家庭で作るのが面倒なものも売っていて重宝します。ロースハムマリネは人気でお昼頃にはなくなってしまう。蒸し鶏とキュウリのサラダはお肉だけの分量を量り、その後に野菜とドレッシングをたっぷり入れてくれるという良心的な対応。揚げ物も鱈フライやコロッケ等 90円からあります。エビカツ(200円)はプリプリの小海老がゴロゴロ入っていて、我が家の人気商品です。



春雨炒め 200g (18cm皿)

〒157-0062 東京都世田谷区南烏山 5-17-11 TEL03-3308-6067

【営業時間】 11:00～19:00 なくなり次第終了 【休業日】 日曜、祝日

Boulangerie Puku-gari(手作りパン屋ぷくがり)

人気はカリカリザクザクのカレーパンと全粒粉入りバゲット

人気の品はカレーパンとバゲットとのこと。カレーパンはクルトンの様な衣がまぶされておりカリカリザクザク、カレーはそれほど辛くなく、衣のカリカリ・パンのしっとり・カレーの3つの味が絶妙に合わさり、あっという間に食べてしまいました。全粒粉入りのバゲットは外側はパリパリ、中は全粒粉の香りがして美味しかったです。ホームページにはお店のコンセプトが詳しく書かれています。奥様の小麦アレルギーをきっかけに米粉パン(グルテンフリー)の開発にも取り組み、一部販売しているそうです。お昼前にはいろいろな種類のパンができていてどれも美味しそうですが、夕方にはほとんど売り切れてしまいます。おやつに買ったメロンパンのラスクも良かったです。庶民的な千歳烏山からすると若干割高感はありますが、美味しいことと温かみのあるお店の感じが良くてつい立ち寄りたくなります。



〒157-0062 東京都世田谷区南烏山 6-27-6 プレズィール千歳烏山 1階 TEL 03-3309-0022

【営業時間】 11:00～18:30 なくなり次第終了 【休業日】 月曜 (K. S)

■「烏山東風の会」今後のスケジュール ■

- 第13回講演会「医師から家族に知ってほしいこと～本人、家族と共に歩むために～」
講師：太田晴久先生(昭和大学発達障害医療研究所 所長)
日時：9月2日(土) 受付 13:30～ 講演 14:00～16:00
会場：烏山区民センター3階集会室
 - 家族相談会 8月16日(水) 9月20日(水)13:30～16:00
烏山病院 発達障害医療研究所デイルーム
専門家ではありませんが、同じ親の立場として家族会世話人がお話を伺います。
 - 烏山東風の会女子会 9月30日(土)13:30～16:00
烏山病院 リハビリテーションセンター
 - 世話人会 8月19日(土) 13:30～ 会員の方の見学、ご参加をお待ちしています。
- ◇ 講演会/相談会/女子会/世話人会の申し込み・お問合せ先
：「烏山東風の会」携帯 080-3009-1200 kochinokai@au.com
：「烏山東風の会」ホームページ：<https://www.kochinokai.com> お問合わせコーナー

■ 会費振込のお願い ■

この会報誌は「烏山東風の会」に入会している方にお配りしています。4月より新しい年度になりますので、下半期の会費をまだお支払いになっておられない方は、半年分 3000 円を以下のいずれかの銀行口座にお振り込みいただくようお願い申し上げます。

- ① 三菱UFJ銀行 永福町支店 (普) 0106550
「烏山東風の会 会計 黒田邦夫」
- ② ゆうちょ銀行 記号・番号：10000-29576521 「烏山東風の会」
お問い合わせ：黒田邦夫 090-4173-7604

デイケア通信

私は毎週金曜日に行われる委員会活動というプログラムに参加しています。委員会活動はデイケア便り委員会、環境・広報委員会、東風の会・情報委員会の3つの委員会に分かれて活動しています。デイケア便り委員会ではデイケア内で配る新聞の作成、環境・広報委員会では主にデイケア内の庶務・雑務の仕事、東風の会・情報委員会では東風の会の家族会会報誌のデイケア通信の作成や封筒作り、情報資源の管理を行っています。

私は先月まで環境・広報委員会に参加しており、主にホワイトボードや座布団などの掃除や、デイケア内に張り出すポスターの作成を行っていました。今月からは東風の会・情報委員会に参加しています。現在、デイケア通信を作成しています。初めて行うことが多く、不慣れなこともあります。委員会内で自分の強みを見つけ、頑張ろうと思います。(M.S)

