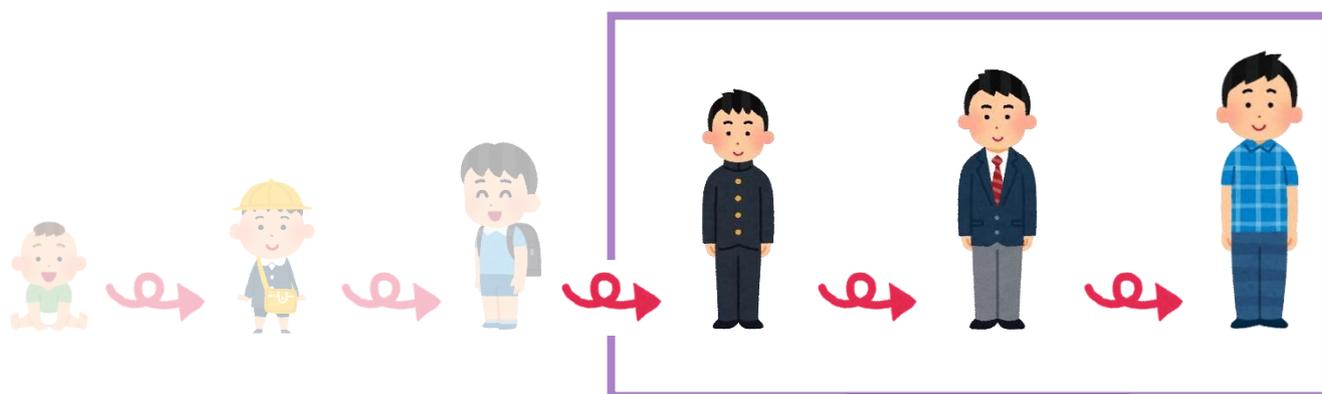


思春期・青年期



思春期・青年期

気がかりなことはありませんか？

自分では努力しているのに、うまくいなくて困っている・・・見た目ではわからないため、周囲は「本人の努力が足りない」と思ってしまいがちです。しかし、努力をしてもなかなか改善が難しく、生活のしづらさがあるのかもしれません。

周囲から理解されず、適切な対応が受けられないと、劣等感や疎外感などが強まり新たな問題が発生し、大きな悩みを抱えてしまうことがあります。

困っているのであれば、専門機関に相談しましょう。  相談窓口は32ページへ



多くの人は、幼少期からの暮らしの中で生活習慣や一般常識を身につけていきます。しかし、中にはそれが困難な人もいます。自立した活動が増える高校生の頃から、生活面の様々な悩みが増え、問題やトラブルに発展することがあります。



生活リズムの乱れ



身だしなみに無頓着



不十分な健康管理



ネット被害



学校生活の不安



金銭トラブル

社会に適応して自立した生活を送るために、様々な生活スキルを身につけておくことも大切です。



困難なこと

- ・就職が決まらない。
- ・仕事が長続きしない。
- ・一人暮らしができない。
- ・同じミスを繰り返してしまう。
- ・人とうまく付き合えない。
- ・身だしなみに気を配れない。
- ・お金の使い方がわからない。



困難なことが生じる要因

- ・人と関わることや協調的に付き合うことが苦手。
- ・暗黙のルールが理解できなかったり、場の空気が読めなかったりする。
- ・抽象的な表現がわかりにくい。
- ・自分の感情を上手にコントロールすることが苦手。
- ・思いついたままに行動してしまったり、やるべきことよりもやりたいことを優先してしまったりする。
- ・気が散りやすく集中が続かない。
- ・気持ちや行動の切り替えが苦手。
- ・感覚（視覚・聴覚・臭覚・触覚・味覚）が敏感または鈍感。

※上記以外を要因とすることもあります。

合理的配慮について

～周囲の正しい理解と適切な支援があれば、能力が発揮できます～

「社会活動に参加し、自分らしく生きていく」…そのために、社会の中にある障害や困難さを取り除き、必要な調整や変更をしていくことが合理的配慮の基本的な考え方です。周りの環境を整えたり、適切なサポートを受けたりすることで、これまでできなかったことができるようになることがあります。

障害者手帳は「障害者であることの公的な証明」であるため、障害者手帳を所持することは、合理的配慮を受ける根拠のひとつとなります。

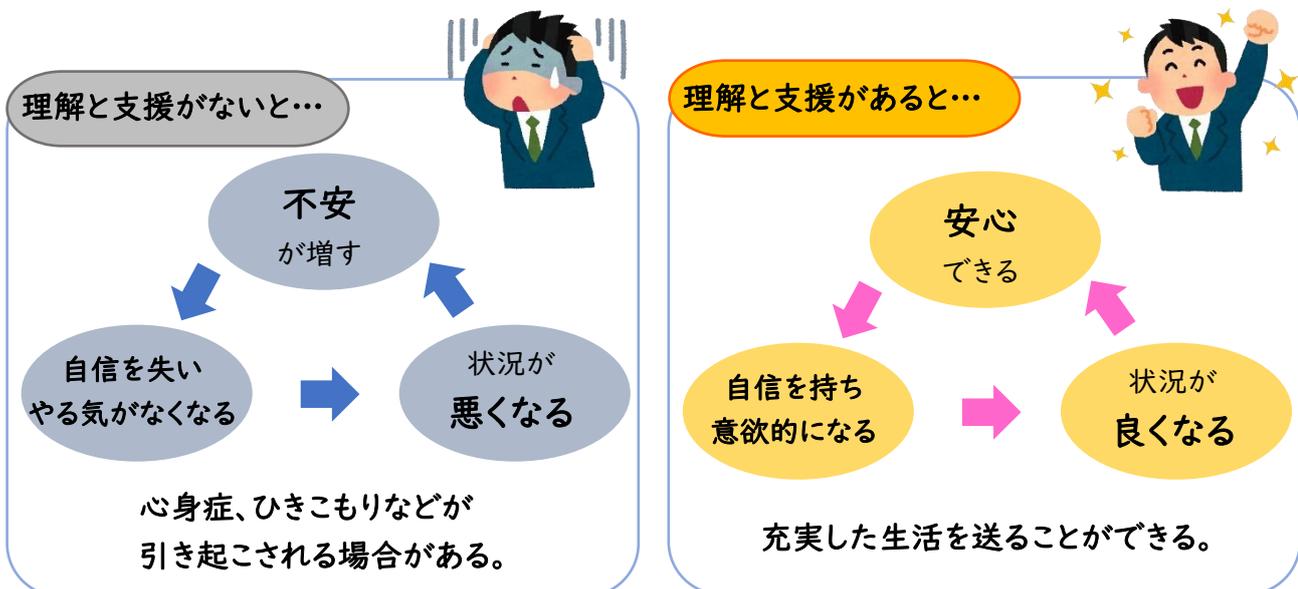


合理的配慮の具体例

- ・ 口頭の指示理解が困難な人には…指示を1つずつ分けて伝えたり、写真や図を用いて説明したりする。
- ・ 読み書きが困難な人には…タブレットや音声読み上げソフトを活用する。
- ・ 聴覚が過敏な人には…耳栓の使用や、間仕切りを設置する。
- ・ 疲労・緊張しやすい人には…休息スペースを設けたり、業務時間等を調整したりする。

○苦手なところを無理に修正しようとするのではなく、得意なところに目を向けて、本人の特性を生かし、自信を持てるようにしましょう。「自分はダメな人間じゃない」「応援してくれる人がいる」と本人が実感できることが必要です。

○失敗したとしても、「結果」ではなく、そこまでの「プロセス（過程）」を評価しましょう。努力したことを認めてもらえれば、自信や意欲は失われません。



思春期・青年期における相談窓口

心配なこと・悩み

生活リズムが整わない

うまく他人と関われない

場の雰囲気がわからない（空気が読めない）

家に引きこもっている

就職が決まらない

仕事が長続きしない

気分が落ち込む

など

18歳未満の人は**子ども発達支援センター**（名張市子どもセンター内） ☎62-1088

18歳以上の人は**基幹相談支援センター**（名張市役所 障害福祉室） ☎63-7591 に

お問い合わせください

※学生は、在籍校での相談ができる場合があります。まずは在籍校にお問い合わせください。

ニーズに応じた相談窓口

ニーズ①「働きたい」場合は… ☞ 詳細は次のページをご参照ください

ハローワーク（公共職業安定所）

職業紹介や障害者雇用についての相談に応じます。

障害者就業・生活支援センター ジョブサポート ハオ

障害のある人やその家族等から、就業生活で困っていること、不安に感じていることなどの相談に応じます。



連携・協力

連携・協力

ニーズ②「安定した生活・自立した生活を送りたい」場合は…

名張市役所 健康・子育て支援室

健康づくりや栄養改善についての相談に応じます。

名張市役所 各種窓口

障害福祉制度や国民年金、消費生活に関することなど、生活上の様々な相談に応じます。

☞ 相談窓口の連絡先は35ページへ

働くための相談窓口

働くことへの不安

働きたいけれど、どうしたらいいかわからない

どんな仕事が自分に合っているかわからない コミュニケーションが不安

働いていない期間が長いので不安 自信がない 採用してくれるか不安など

支援を受けずに就職したい場合

支援を受けながら就職したい場合

一般雇用

- ・ハローワーク（一般窓口）
- ・求人情報誌
- ・派遣登録
- ・いが若者サポートステーション
など

障害者雇用

※障害者手帳
所持者のみ対象

- ・ハローワーク（障害窓口）
- ・障害者就業・生活支援センター
ジョブサポート ハオ
- ・名張市障害者人材センター
- ・基幹相談支援センター

福祉的就労

※障害者手帳等
利用要件があります

- ・相談支援事業所
→就労移行支援事業所
→職場定着支援事業所
→就労継続支援事業所
(A型・B型)

※障害者雇用・福祉的就労から、一般雇用を目指すこともできます。

また、一般雇用にチャレンジしてから、障害者雇用・福祉的就労の支援を受けることも
できます。

障害者手帳について ~就労に向けて~

働くための支援には、「働く力や技術を身につける支援」と「就職に向けた支援」、「働き続けるための支援」がありますが、障害者手帳を取得することで、受けられる支援の幅がより広がります。

ただし、全ての方に障害者手帳が必要というわけではなく、取得には児童相談所の判定や、医師の診断書・意見書等を要します。また、取得していることを開示する義務もありません。取得後に返納することもできます。障害者手帳取得の必要性やタイミングは、人によって様々です。

障害者雇用率制度の活用 ~生活のしづらさを勤務先に伝えて働く~

「障害者雇用率制度」によって、障害者枠の負担の少ない仕事に就くことができます。その場合、障害を伝えての就労になるため、障害者手帳が必要です。

<障害者雇用>

メリット

- ・障害についての理解と支援が受けられる。
- ・安心して働くことができる。
- ・プレッシャーが少ない。
- ・無理なく、長く働くことができる。
- ・通院、治療に対する配慮がある。 など

デメリット

- ・職種が狭くなる可能性がある。
- ・勤務時間等条件によっては、給料に差が出ることもある など

※障害者手帳
所持者のみ対象

<一般雇用>

メリット

- ・様々な職種から選ぶことができる。 など

デメリット

- ・他の人と同じ働きを求められる。
- ・誤解を受ける場合がある。
- ・要求が高くなる。 など

詳細はハローワーク、障害者就業・生活支援センター ジョブサポート ハオ、名張市障害者人材センター、名張市役所基幹相談支援センターにご相談ください。

障害者手帳を取得しない人、または取得が難しい人は

「いが若者サポートステーション（愛称：サポステ）」で相談することもできます。

対象は15歳から39歳までの人です。



いが若者サポート
ステーション