

【発達障害】障害について、身近な気づきを得るきっかけを



こんにちは！コレクティブふくおか+事務局です。

コレクティブふくおか+の「目に見えない障害とユニバーサルデザイン」チームが、社会課題の解決に向けて取り組んでいる一般社団法人 Togatherland の代表理事 田中 美佳さんインタビューした内容を記事にまとめてくれました。ぜひ、ご一読ください。

ダイバーシティや多様性が謳われる現代社会。しかし、その中でも国民のおよそ7.6%が何らかの障害をもっており、生活の生きづらさを感じているという現実があります。みなさんは、障害の中でも「発達障害」を抱える人々の生きづらさについてどう想像しますか。

「発達障害の人が、何を考えているかわからない。」「たくさん種類があって、どんな病気でも何に困っているか分からない。」「身近にいないから関係ないし、専門家じゃないから自分にできることはない。」このような言葉を思い浮かべた事はありませんか。

今回は発達障害を持つ人々の生きやすい社会のために多岐にわたる活動をしている「一般社団法人 Togatherland」代表理事：田中美佳さんへのインタビューを通して、私たち ChanHina、umi、あやの三人が自分たちの生活の中で何ができるのかを考えました。

「一般社団法人 Togatherland」（以下、TGL）について

●TGL は、代表理事 田中美佳さん、理事 田中芳彦さん、理事 原田圭さんのとある出会いがきっかけで2018年に設立。設立の詳しい歴史は、理事の原田圭悟さんのblogに掲載されています。

リンク先：

<https://tsumikiya.jp/blog/2018/07/02/1670>

●TGL の活動

1. 発達障害の視点を伝え身近に感じてもらう企業向けセミナー：現在主に西部ガスさんが参加しており、気軽にいつでも入退出・閲覧可能な zoom、YouTube で開催。

2. バリアフリーコンサート：分かり合える多様な仲間と音楽やライブアートを通して『目』と『耳』と『心』で感じるコンサートを開催。

3. トコトコラジオ：凸凹（でこぼこ）見えないトコがいいところをコンセプトにして、発達障害の保護者同士で zoom を使ったおしゃべり会や Facebook 等の SNS で情報交換をしている。現在は、Twitter で若いお母さんたちの悩みも聞いている。

（若いお母さんたちの悩みがたくさんあることに驚いている、と田中さん。）



（一般社団法人 Togetherland 代表理事・田中 美佳さん）

【発達障害×働く】

～Togetherland の活動の根本にある希望～

現在西部ガスさんとともに行っている企業向けセミナー。発達障害に関して「ここを理解してください」、「これを変えてください」といった知識を与えるものではなく、自分を振り返ってもらったり、障害が他人事ではなく自分事なのだと考えたりするきっかけづくりとして行われています。



（企業向けセミナー）

田中さん：どっちかというと発達障害の人を理解してください！って言うてるわけではないんですよ。

ここが、TGL の活動のポイント。私はてっきり、セミナーを通して企業の方に障害のある方に対する理解を求め、働く環境を整えてもらうことを目的にしているのかな、と思っていました。そんな考えを持っていた中で、田中さんの答えはこうでした。

田中さん：知識というよりは気づき。そういえばうちの子があんな風に言っていたのは、こういうことだったのかな～とか。そういえば、うちの甥っ子が、こんな風だったな～とか。障害が他人じゃなくて、実は自分事なんだよ、身近なことなんだよ、って思ってくれたらいいな。

義務教育の課程で受けた人権教育は、どれだけ他者の理解に生かされているのでしょうか。知識を押し付けられ、理解を迫られ、でもこれ以上何をどのようにしたら良いのか誰にも分からない。結果として、押し付けの理解となってしまう、本質的な理解から遠ざかってしまう。このような現象は私自身も経験したことがあります。

一方で、TGL のセミナーの参加者は 100 人を越えており、発達障害は実はたくさんの人々に興味を持たれていることが分かります。TGL のセミナーは、zoom や YouTube 等で配信され、誰もが、いつでも・どこでも作業をしながら見ることができるよう工夫されています。

田中さん：学校ではインクルーシブ教育が謳われ始め、少しずつ環境が変化しているのに、社会に出た瞬間にそんな会社ないから、そこで潰されるのはいやだから。毎日毎日、同じ時間みんなと働くことが求められる。社会に出たときにせつかくあなたはあなたでいって育ててきたのが、そこで潰されちゃうのが悔しいから。

以上のような理事の田中さんの強い思いが、この活動の背景となっています。

～セミナーを行って見えたこと+企業への影響～

もともと田中さんが考えるセミナーの到達地点は、「自分もそんなことあるのかな、あるかな」と思ってもらうこと。セミナーを行うと、参加者の反応を直接得られるので嬉しいと田中さんは話します。セミナーで実際に共感を得られた問題について、読者の皆様も一緒に考えてみてください。

～みんなで考えよう：忘れ物が多い、うっかりミスが多い人に、どう対応する？～

具体的な発達障害を挙げると、ADHD（注意欠陥多動性障害）の方などに、忘れ物が多い傾向が見られます。職場や学校で協働する際、身近なところにメモを貼っておくといった1つの小さな心がけで、少しずつ障害を持つ人々のニガテを補っていくことができます。

少し、ここで立ち止まってみましょう。この行動は、果たして発達障害の方のみを支援する方法なのでしょうか？

田中さんから教わったことは、これらの行動が障害がある人ない人関係なく、みんなのためになるということです。障害に関わらず、忙しいときや余裕がないときに失敗してしまうこ

とは誰にでもあります。発達障害の人々のニガテと自分たちの共通点に気づき、こうしてみようと改善することで一方的な支援者ではなく、「みんなのために」なることを果たして、さらに前へ進むことができます。

田中さん：一方的に支援、援助してあげるのではなくて、これは自分のためでもあるんだよっていうスタンスがいいのでは。

これが、企業向けセミナーを行う上で大切にされている田中さんの姿勢でした。このように発達障害者の理解を目的とした TGL の活動は、セミナーだけでなくラジオやコンサートなど多岐にわたります。それらを行い始めたきっかけをお尋ねしてみました。

【発達障害×子育て】

田中さんご自身が抱える背景として、LD（学習障害、限局性学習症）と ADHD（注意欠陥多動性障害）と ASD（自閉スペクトラム症）の3つの発達障害をもつ20代の娘さんがいらっしゃいます。娘さんが幼い時は、発達障害の種類の定義や診断基準が定かでなく、広汎性発達障害という診断を受けて、軽度の知的障害とされていたそうです。重度の知的障害の方などに比べて意思疎通が可能であったため、小中学校は通常学級に通われています。そんな状況を抱える中で、娘さんは幼稚園から中学校の間、不登校の時期があったそうです。

ここでは、田中さんご自身の保護者としてのこれまでのことや元教師という視点からお話をお伺いしました。



(オンラインで月に一度開催している不登校と発達障害の子育てお話会の様子)

～娘さんの知的障害と不登校を経験して～

田中さんの娘さんが義務教育を受けていた当時は、発達障害の種類や診断基準が定かでなかったため、娘さんが大人になるまで発達障害に気づけなかったそうです。症状としてはパニックやかんしゃくが多く、うつ状態になることに加え偏食が多いこともあったそうです。そのような状態から、小学校・中学校では通常学級では環境との軋轢が生じて不登校の状態が続いていました。

具体的な病名の診断や進路の選択肢も少なかった時期。ですが、娘さんはそのような時期を乗り越え、高校では登校することができるようになったそうです。私は驚きを隠せませんでした。どのように娘さんは不登校を乗り越えられたのでしょうか。

不登校克服の背景には田中さんの支えがありました。田中さんは、娘さんを連れてたくさん的高校へ見学に行かれたそうです。そして娘さんは、その中から自分自身で特別支援学校へ進学を決定されました。その時、娘さんが選んだ学校は意思疎通が難しい生徒が多かったため、比較的人との意思疎通が可能な娘さんを田中さんは心配していたそうです。しかし娘さんが自分自身で自分に合う環境を見つけることができたことから、本人が「行く」と言った言葉通り、3分の2も出席することができたそうです。

現在は、専門とする医師と出会ったことからやっと正式に診断が出され、通院をされています。不登校の克服や診断に至るまで、家族以外の支援などは無かったそうです。必死になって情報をかき集めて、たくさんのお悩みや複雑な感情を抱え込むことばかり。そんな当時の思いが、今の活動に繋がっているそうです。

～元教師としての価値観、保護者としての目線。そして見えた、『学ぶ』を『選ぶ』権利～

元教師という経歴を持つ田中さん。元教師の視点から、多様性の謳われる社会についての考えをお聞きしたところ、「難しいことだと分かっているけれど、その子はその子のままでいい、そうあってほしいと思う」と田中さんは話します。田中さんが教師をしていた頃は、今とは違い発達障害という言葉が一般的ではなかったため、先生が障害を学ぶ機会というのは少なかったといいます。

田中さん：家族などの身近な存在に発達障害の当事者がいないと、スーパーで泣きわめいている子やそのお母さんを見て「躰がなってない」と思ってしまうように、「これって生まれつきなんだ」と認識できる人は教師の中でもめっちゃ少ないと思います。自分に娘がいなかったら、私もそうだったかもしれません。頑張ればどうにかなる、態度が悪い、努力が足りないと思われて、傷ついて育っている人はたくさんいると思います。

と、田中さんは当事者が身近にいない立場の方への共感を示していました。障害に関する知

識を提供するテレビ番組などは増え、課題が表面化される時代にはなったけれど、子どもたちに関わる肝心の先生たちがそういった情報を得る余裕がありません。多くの仕事に追われ、時間が持てずに余裕がないから優しくなれない。実際に、このような状況にあるのが現状ではないでしょうか。この現状と当事者が身近にいないという状況が相まって、障害に対する理解から遠ざかってしまうのでは…。私自身もまだまだ当事者への理解が浅いため、そのような懸念を持ち続けています。

ここでズバリ、教師の方がいっぱいいっぱいな状況で、グレーゾーンと発達障害とふつうの元気な子たちは分かれて教育を受けるべきだと思いますか？という質問をしてみました。

田中さん：自由だと思うし、(当事者に)選択肢があることが大切だと思う。

田中さんは娘さんを高校に進学させるにあたり、選択肢を与えて自ら決定させることによって娘さん本人に最善の結果をもたらせたからこそ伺うことができた答えでした。また、障害をもつ方々の中には、本当は支援学級に行きたいのに親が行かせてくれなかったり、先生から「もったいない(意思疎通ができる等)から、君はこっち(普通学級)に行こう」と言われた人もいたそうです。さらに、『『支援学級や支援学校に通っていたら、今、自分に合った生活を送れているかもしれない』という方も実際にいらっしゃるため、ユニバーサルやインクルーシブを目的としてみんなが一緒になることで、傷つく子もたくさんいるのかもしれない」と田中さんはおっしゃっていました。これらをお聞きして私は、制度で設けられている通りに当事者の環境を他人が決めるのではなく「当事者本人が選択肢をもち、決めることができる」ことは障害者の方々がそれぞれの特性を思い切り生かすことのできる大切な第一歩となるのだなと感じました。

【ちょこっと休憩・居場所づくり体験談】

～ 僕たち、実はね... ～

田中さんご自身が、娘さんの交流も兼ねた発達障害をもつ子ども達とその保護者への居場所づくりを行っていた際のお話で、素敵だなと感じたエピソードをお聞きしたので、紹介させていただきます。

-Episode1-

「僕はね、表現できないだけで思考はみんなと同じことをしてるから、みんなと思考を一緒にしたいからあっちにいたいって。支援学級だったら一人か二人くらいしかクラスにいない。あの人数じゃいろんな思考に触れられない。話せないだけなんだよ、でも一緒のこと考えたい。だからこっちにいたい」

この言葉は、小学5年生から支援学級に行った子の言葉で、その子は支援学級に行くのをとても嫌がっていたそうです。子どもたちがみんな外で遊んでいるときに、ポツリポツリと田中さんに話してくれたそうで、この言葉を話すのに何時間もかかりながら一生懸命お話ししてくれたそうです。



(TGL 活動以前に行っていた公園にて子ども達との集まり。)

-Episode2-

いつもお姉さんと喧嘩してしまう男の子がいました。もう身体もお姉さんより大きくなった男の子です。お母さんも困っていて、どうにかして喧嘩させないようにしたいという姉弟でした。

これは、その弟さんがお話ししてくれたことだそうです。「僕はね、生まれてから一回もお姉ちゃんと仲良く遊べたことがないんだ」ずっと喧嘩、だから一回でもいいから仲よく遊びたくて、毎回喧嘩してる。だんだん喧嘩になるから悲しいんだ、ということ在必死に訴えてくれるそうです。「次こそは喧嘩にならないようにしようって思うんだけど、また喧嘩。喧嘩したくて遊んでるんじゃない、仲良くなりたいんだ。一回でもいいから遊んだ経験が欲しいんだ」それを長い時間をかけてポツポツと…。

田中さんは、居場所づくりを通してこのような出会いにとっても喜びを感じていました。本人自身の言葉にたくさんの時間をかけてゆっくりと耳を傾けたり、時にはその言葉を代弁したりして心を引き出す場となっていました。支援学級に行きたかったのに行けなかった子がいる、普通学級にいたかったのに、支援学級に移されて、ずっと嫌な気持ちで学校に行っている子もいることもわかったそうです。

田中さん：正解はないってことなんですよね。一人ひとりで正解は違う。この子たちの言葉はすごい宝物のように私は感じました。

【発達障害×社会】

～「声」で伝えるバリアフリーコンサート～

田中さん自身、歌が好きだったこともあって始まったバリアフリーコンサート。障害のある方々との活動とご自身の趣味を結び付けた理由は、『『声の出し方』を学んだから』と田中さんは言います。「頑張らなくていいんだよ」と言葉で伝えても、受け取る側の心理状態などにより、正反対に受け止められてしまうこともあります。例えば田中さんが、子育て中のお母さんに「毎日いい絵本に触れるといいですよ」と励ますつもりで声をかけると、「うちの子YouTubeしか見ない。私、本とか分からない。絵本読んだことないし…」と、お母さんが自分自身を責めてしまうそうです。田中さんはそのような方々にたくさん出会われました。このような状況を経験して、だんだん言葉をかけることが怖くなったり、お母さんたち向けのお話会などでとても気を遣って話すことになったりしたそうです。

「講演会やセミナーが終わった後にそういった気持ちで帰ってほしくない」と田中さんはおっしゃっていました。そこから、言葉で伝えられないことは、歌や声でしか伝えられないという考えに辿り着きます。言葉は本当に不確実で、とても心の中に残るものです。確かに私も聞きながら、夜なんかは自分がその言葉で責められているように感じる経験があるなあと思い起こすことがありました。



(バリアフリーコンサート)

そこから、「声の出し方」を学び修業しはじめた田中さん。次第に仲間が増え、その仲間たちと一緒に場を作り上げていく過程で、「歌は心から心を届けられる、自己表現は、自己肯定感をつくれる」ということに気がきます。

TGL が開催するバリアフリーコンサートでは、出演者によってさまざまなものが披露されます。つみきを積んだり、花を生けたり、絵を描く、歌う、朗読、詩の朗読だけする子、ピアノを弾く、踊る人…、いろいろな表現があります。

表現してみることはとても勇気がいるけれど、勇気を出してやったあとにちょっとだけ自己肯定感が高くなっている。そして、当事者の人たちとバリアフリーコンサートをすること自体が自己肯定感を高めていくことにつながっている。これが、このコンサートの最大のポイントです。一年ほどかけて台本から作り上げる「ハーモニー部」では、障害者であるかどうかは関係なく、その空間にいる一人ひとりが生き生きと自分を表現し、時にはぶつかり合いながら協働しているそうです。

【視覚障害の人々との新たな出会い。ともに考える、ユニバーサルデザイン】

コロナ禍の現在、TGL は対面での居場所づくりはお休みされていますが、オンラインでさまざまな活動をされています。その一つとして、音声のみでコミュニケーションをとるアプリ【Clubhouse】で、情報発信をされている際に、視覚障害を持った方々との出会いがあり、そこで新たな視点を得られたそうです。視覚障害を持った方々は、発達障害の方々に比べ、白杖をついていたたり、サングラスをかけていたり、見た目で分かる障害だと思っていたが、それは思い違いだったとすごく反省をしたと田中さんは言います。Clubhouse は、音声のみのコミュニケーションなので、視覚障害の方が参加しやすいという利点があり、イベントに参加された方が友人を呼んで参加して、またその友人が参加して…と、次第にたくさんの方々との交流が行われました。

その中で、ある視覚障害の方が「自分と同じ見え方の人に出会ったことない」と言われていたそうです。

同じ視覚障害でも、周りが見えない、焦点だけ見えない、全く見えない、うっすら見える、夜だけ見えない、後天性のもの、生まれつき見えない先天性のもの、歳をとって見えない、など、同じ見え方の人が一人もいない。田中さんはこの話を聞いた時に、視覚障害に対して本当に無理解だったことに気が付き、これは、他のどの障害とも変わらないのだと感じたそうです。これらのお話を聞いて私も、見た目として障害と分かるものであっても当事者本人しか知りえない障害の症状や、目に見えない（目で知ることはできない内部の）障害、また障害を持つ本人の意志など、見えないところにも障害はたくさんあることに気づかされました。そして最後に、ユニバーサルデザインについて田中さん自身の視点から、考えを伺いました。

田中さん：「発達障害を持った子は、言葉としての表現ができないだけで選挙や好きな芸能人など、身近にニュースで流れていたり、周囲の人が話題にしていたらとても気になっている。でも、文字の並ぶ本や新聞を見ても追いつけない事ばかり。絵や図を用いたり、注釈を付けたりする配慮が、同時に障害のあるなしに関係なくいろんな人達にも伝わりやすいものになったりするのではないか」

田中さんのお話から、障害の有無に関わらずに一人ひとりが本当に多様な存在であることへの気づきや、目に見えない障害とユニバーサルデザインを考えるヒントをいただきました。



(ChanHina、あや、TGL 田中 美佳さん インタビューの様子)

ChanHina

今回、記事執筆を担当させていただきました。私自身指定難病を患っており、身近に発達障害を抱える方がいるため、現状を知って発信する力をつけることを目的に人生で初めてインタビューと記事執筆をさせていただきました。生活していくうえで症状が表面に見えづらく、人々からの認知が浅い難病。そして、生活上の不自由を理解できているようで、どうやって力になったらよいか実践することが難しい発達障害や身体障害。さらに、すべてにあてはまるであろう理解不足による差別や偏見。私は、これらを「見えない障害」として今後も現状を知り、発信していきたいと思っています。

記事内の障害のみに関わらず、現代を生きる障害者の方々にとってはまだまだ不自由で厳しい社会です。しかし、今回インタビューさせていただいた「一般社団法人 Togatherland」の活動であるバリアフリーコンサートといった障害をもつ方々の特性を思う存分生かせる空間に大きな希望を感じました。少し角度を変えて、相手の長所を見つめることの大切さ。障害者にはどんな不自由があって、私たちにはどんなことができるのか。そんなことを考えるきっかけを、読者の皆様に少しでも与えることができれば幸いです。

umi

2016年に「障害者差別解消法」が制定され、共生社会を目指す動きが日本でも活発になってきました。その中でよく耳にする“合理的配慮”という言葉ですが、何を、どうすればいいのか、また個人でできることはあるのか、分かりませんでした。そんな中、田中さんのお話を聞き、まずは自分がして欲しい配慮から始めることが他の人にとっても配慮であることを学びました。今は、Togatherlandのサポートスタッフ、そして音声 SNS アプリ「clubhouse」にも時々参加させていただいています。自分が見えてこなかった世界、視点にたくさん触れることができ、障害を通して見えてくる社会を学んでいます。まずは知ることから、聞くことから、皆さんも始めてみませんか？

リンク先：

<https://www.clubhouse.com/club/%E9%9A%9C%E5%AE%B3%E5%83%8D%E3%81%8F%E3%81%A7%E6%9C%AA%E6%9D%A5%E3%82%92%E5%85%B1%E5%89%B5%E3%81%97%E3%82%88%E3%81%86>

あや

私自身は大きな病気をもったことがなかったのですが、意外と周りに多いという印象が強かったため、今回このテーマで参加させていただきました。実際に調べたり、みかさんにインタビューする中で、私たちは偏見を持って人を見ていること、そして「障がい」って一言で片付けているけど一体なんだろう？と改めて考えることが出来ました。小さい規模だけでなく大きい規模で考えるべき問題がたくさんあること、そのことについてこれからも追求する必要があると実感しました。

【目に見えない障害とユニバーサルデザインチーム】

あや（大学生）、ChanHina（大学生）、umi（大学生）

（取材日：2021年11月29日）