



40代 一般企業勤務

<小さい頃の様子>

- ・小1の時に不登校になったことを鮮明に覚えている。周囲や先生を含めた場面の記憶がある。この苦手な先生の授業をじっと座って聞くのは「無理」だと思った。小2から無理やり登校させられる感じで学校に行けるようになった。

<診断について>

- ・診断名は ADHD と ASD。ADHD が強いタイプ。
- ・診断は6,7年前。きっかけは仕事と生活の面で迷って、精神科でうつ病の診断を受けた。そのころに発達障害の話題を耳にするようになりはじめて、うつで通院している同じ医師に相談をして検査を受け、ADHD と ASD の診断となった。
- ・ADHD と分かってほっとした。WAIS の点数は思ったより高く混乱した。なんで仕事ができないのだろうと思った。WAIS では WMI は 100 だったが点数の低いものがあった。
- ・特性として知覚統合とワーキングメモリが相対的に弱く、初見のことが苦手+いっぱいいっぱいになりがち。
- ・診断を受けた時は、自分のことが分かった気になったが、今は「少しずつ自分のことが分かり始めている」と感じる。
- ・「自分は発達障害」というのが常に意識にあり、アイデンティティのようになってしまい、変に拗らせている状態。
- ・診断のことを家族には伝えたが、ピンときていない感じ。両親とも発達障害ではないかと思っている。

<仕事について>

- ・転職を何度かした。今の会社は障害をオープンにして障害者雇用の嘱託契約フルタイムでスタートした。3年後くらいに一般正社員に切り替えになった。

- 
- ・ 職場で受けている具体的な配慮については、指示は口頭からメモにしても良かったらしい。入社したころは人手不足で配慮どころではなかった職場環境であった。障害をオープンにしているが、会社でどこの人まで知られているかは不明。
 - ・ コミュニケーションは苦手なので、職場では浮いている気がする。周囲から浮いていると評価らしきものをされたことはない。
 - ・ 職場で障害をオープンにすることで、求められるハードルが下がったのは大きい支援だと思う。仕事では得意なこともあるので、そこで頑張っている感じ。
 - ・ 資格試験などは得意に感じる。得意な分野で会社に貢献すべく、他部署の業務上有資格者が必要な国家資格を取得した。
 - ・ 仕事以外で困ることは、部屋が散らかる。仕事の忙しさに比例してきたなくなる。人間関係もうまくできていないと感じる。定型の人みたいなコミュニケーションは無理だと思いきりもちがちな

<当事者や家族へのメッセージ>

- ・ 総務で働いているが、自分と同時期に障害者雇用で採用された同僚は、特別支援学校卒業後そのまま入社している。自分のように迷走している期間が無いので、「うまく生きている」と感じる。自分は障害者雇用に切り替えてから人生が安定した。ハンデがある人間にはそれなりの生きやすいルートや「型」があると思う。無理して自分の道を切り開くような生き方をするより、そちらに合わせてしまった方が良いと思う。