

令和7年12月22日

## 件名 こころの健康づくり講演会

「生きづらさと働くこと」(動画配信)について（ご案内）

近年大人の発達障害が注目される中で、診断を受けていないものの、「もしかすると自分も発達障害があるかもしれない」と感じている人が増えてきています。正しい理解や工夫が不足しているため、生きづらさを感じている方もいらっしゃいます。仕事をしながら生活する中で、本人にとっては働きにくさや孤立感が生じることもあります。

今回の講演では、大人の発達障害の理解を深め、具体的な工夫方法、さらに職場での周囲の対応方法についてお話をいただきます

講師：NPO法人 リンケージ 石川 京子 先生

対象：高崎市在住または在学・在勤の方

費用：無料

申し込み：オンライン申請

QRコード、または下記URLからお申込み下さい。

動画のURLをメールにてお送りいたします。

<https://logoform.jp/form/h8ij/1324197>



受付期間：2025年12月22日（月）～2026年2月16日（月）

視聴期間：2025年12月22日（月）～2026年2月23日（月）

お問合せ：高崎市役所 障害福祉課 電話：027-321-1358

## 【本件に関する問い合わせ】

福祉部障害福祉課

電話：027-321-1358



高崎市 こころの健康づくり講演会（動画配信）

動画配信

無料

# 生きづらさ と働くこと

近年大人の発達障害が注目される中で、診断を受けていないものの、「もしかすると自分も発達障害があるかもしれない」と感じている人が増えてきています。正しい理解や工夫が不足しているため、生きづらさを感じている方もいらっしゃいます。仕事をしながら生活する中で、本人にとっては働きにくさや孤立感が生じることもあります。

今回の講演では、大人の発達障害の理解を深め、具体的な工夫方法、さらに職場での周囲の対応方法についてお話しいただきます。発達に凸凹のある子どもの療育から大人の就労支援を行うNPO法人リンクージの理事長である石川京子先生にお話を伺います。

**講師** NPO法人 リンクージ

理事長 石川 京子先生

**対象** 高崎市在住または在学在勤の方

**申込** オンライン申請

QRコード、または下記 URL からお申込みください。  
動画のURLをメールにてお送りいたします。

<https://logoform.jp/form/h8ij/1324197>



**受付期間** 2025年12月22日（月）～2026年2月16日（月）

**視聴期間** 2025年12月22日（月）～2026年2月23日（月）  
本講演会は、動画の配信により行います。

**問い合わせ**：障害福祉課相談支援担当 TEL 027-321-1358



## こころの病気について

こころの病気は、だれでもかかる可能性があります。また、その多くは治療をすることで回復します。こころの病気になったとしても、安心して働き、暮らせる社会にするにはどうしたらよいのでしょうか。そのスタートが、こころの病気について理解を深めていくことです。



## 大人になって発達障害に気がつくのはなぜ？

(政府広報オンラインより抜粋)

発達障害は、自閉スペクトラム症（広汎性発達障害）、注意欠如・多動症（ADHD）、学習障害、チック症、吃音など、生まれつきみられる脳の発達の違いによるものです。発達障害のある人は、脳機能の発達がアンバランスであるために行動や態度に様々な特性が現れます。本人のやる気や努力不足、保護者の育て方などにより起因するものではありません。

発達障害は生まれながらの脳の働き方の違いなので、「大人になってから発達障害になる」というわけではありません。多くの場合、発達障害の特性は子どもの頃から現れます。その頃は、その特性を個性の一つとして捉えられたり、周囲からフォローされたりするため、本人も周囲の人も発達障害と気づかずに入ることも少なくありません。しかし、進学や就職で社会に出ると、人間関係は複雑になり、様々な人とコミュニケーションをとることになります。また、相手の表情からすべきことを察したり、周囲に合わせて行動したり、仕事を計画的に進行するなど社会性を要求されます。このようなときに、潜在的に持っていた発達障害の特性が浮かび上がってき、人間関係や仕事でつまずいてしまい、そのとき初めて発達障害に気づくケースがあります。

障害福祉課では、こころの健康に関する相談を随時お受けしています。ひとりで悩んだり、ご家族だけで抱え込まず、お気軽にご相談ください。また、こころの病を抱える方やそのご家族向けのつどいなど、各種事業も実施しております。

詳細は高崎市ホームページを御覧ください。

高崎市 精神保健



高崎市役所本庁 障害福祉課 1階3番窓口 電話 027-321-1358（直通）

倉渕支所 市民福祉課 1階4番窓口 電話 027-378-4525（直通）

群馬支所 市民福祉課 1階 電話 027-373-2381（直通）

新町支所 市民福祉課 1階5番窓口 電話 0274-42-1238（直通）

箕郷支所 市民福祉課 1階5番窓口 電話 027-371-9055（直通）

榛名支所 市民福祉課 1階 電話 027-374-5112（直通）

吉井支所 市民福祉課 2階5番窓口 電話 027-387-3133（直通）