

令和5年度長野県障がい者ITサポートセンター運営事業
特定非営利活動法人SOHO未来塾
TELE・WORKセミナー

テレワークと発達障がい者雇用
「発達障がいとテレワークのマッチング」



長野県松本圏域発達障がいサポート・マネージャー
長野県発達障がい情報・支援センター
産業カウンセラー
新保 文彦

多様化する「個の時代」！

→発達障がい児・者は迷い・悩む

生き方や考え方の多様化（ダイバーシティ）の時代へ突入、選択の自由度が格段に広くなった、その一方で「こう生きればいい」という模範（ロールモデル）がわからなくなった。

生きるための（働く）方法がわからない？？？
発達障がい児・者が多くなったか？？？？

情報を探し彷徨う→放棄

自分に適した「助言」がほしいが・・

多様化する「個の時代」！

→ 発達障がい児・者は迷い・悩む
問題は義務教育終了後をどうするか？

見つからないと、
放置された感覚へ

「働く意欲」を失う！

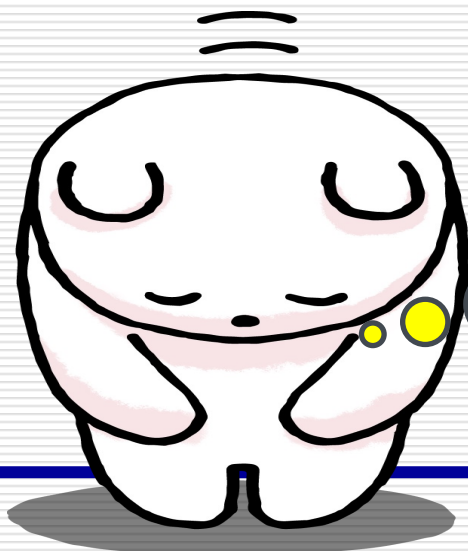
多様化する「個の時代」だから
→「働く」ことに悩む??

テレワークは救いの神!

選択肢が増え、
働くチャンス
UP 

「テレワーク」と「発達障がい」のマッチングはOK!

「テレワーク」と 「発達障がい者」



相性はOK!

テレワークとのマッチングポイント

- ① 対人・通勤のW疲労を防げる。
→ 働く為の体力を維持できる
- ② 仕事の指示内容が入りやすい。
→ 口頭での言語指示より文字データ
- ③ 働く環境設定を自分で調整可。
→ 各種感覚の敏感・鈍磨への対応が可
→ ストレスの軽減できる自宅環境

テレワークに向いている発達障がい者

- ① 指示内容の意味理解ができる人
- ② 興味の幅が広く、興味対象がたくさんある人
- ③ 聞く力がそこそこある、集中して聞くことができればOK。

① 指示内容の意味理解ができる人

- 知的能力が高い = I Qが高い
スムーズに物事を理解する力は
必要で必須。
- 発達障がい者の課題、適応力が
場面を限定されることで知的効率
を有効活用できる。

「知能」 = 「知的能力」 × 「知的効率」

IQが高い、学校の勉強ができればOK？

IQを活用する知的効率が鍵を握る。

- ① 「知的能力」とは、物事を理解・判断する力
検査等で測定できる力、知能指数や学業成績などで客観的に数量化されたもの。
- ② 「知的効率」は測定方法が無く、数値化がきない。
生活や仕事で知的能力を有効活用する力。
創造力・適応力・自己主張力を場面ごとに使い分けながら、知的能力の有効活用を担う力。

知能は、知的効率を有効活用 し知的能力を場面ごとに有効活

用

右脳

(知的効率)

- ・ 創造力
- ・ 適応力
- ・ 自己主張力

発達特性の
影響大

選択

活用

左脳

(知的能力)

- ・ 対人関係
- ・ 論理や数学
- ・ 記憶
- ・ 空間認識
- ・ 振り返る
- ・ 言語
- ・ 身体活動
- ・ 音楽やリズム

知能

知的効率

創造力・適応力
・自己主張力を
、場面ごとに適切
に使い分ける
力で、数値化が
難しい能力。

右脳

発達特性が影響

繰り返す

選択

活用

知的能力

物事を理解したり
・判断する力
のことで、知能
検査や学業成績
などから数値化
できる能力。

左脳

② 興味関心の幅が広く、興味対象が がたくさんある人

一つのことにとこだわらず、次から次へと新しいモノに興味に向く人は、作業スピードが要求されるテレワーク作業に向いている。

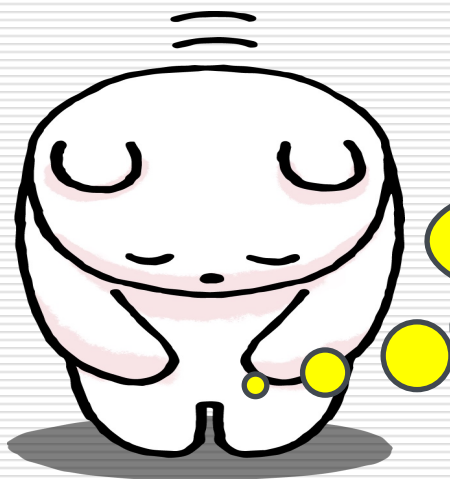
多少のこだわりは、パターン化することで作業効率がアップするのでOKです。

テレワークに向いている発達障がい者

- ③ 聞く力（聴く力）がそこそこある、集中したときに聞ければOK

そもそも発達障がいの方は聴く機能（すべての音の中から言葉をキャッチし覚える機能）が弱く、できないので誤解されるケースが多い。テレワークの場合、言葉が限定され、文字データもあり、サポートが受けられことで安心。

皆さんへお願い
こんな特徴があります。



合理的配慮を！
支援して下さい。

視覚と聴覚のバランスが悪い

視覚と聴覚を結びつける働きかけが必要！

視覚からの情報と聴覚からの情報が上手に統合されていない、バラバラに独立して動いている。

自分にとっての優先順位をつけていて、必要性の高いものから使っています。視覚からの情報が入らなくなると、記憶を頼ります、あるいは自分にとって不快な情報が多く入ってくるとそれをシャットアウトする。

代償的機能が「発達障がい」 の特徴を消す！

「代償的機能」とは、苦手なことをカバーするために、後天的に身に着けた独学のスキル。

なかなかうまくできないことがあった場合、それを補うために独自のスキルを編み出し、何とか対応する「独自の対応力」です。

効率が悪いのでたいへん疲れてしまう！

→がんこ、柔軟性がなくなる。

「がんばりの極端さ」から疲労困憊
、疲れ果てて動けなくなる状態へ

- ・とにかく頑張ってできるようにする。

定型発達の人が生活の中で自然に身に着けるスキルを使って簡単にできることを、発達障がいの方は、人の何倍も何十倍もの労力を費やして、一生懸命何とかこなそうとすることで疲労困憊になる。

疲れ果てて動けなくなる。

見通しが立たないと、
変化を拒否する。

- ・ 「発達障がい」の人は変化を嫌う？

実際は変化を嫌うのではなく、見通しが立たないと新しいことを受け入れない、終わりがわからないと動かない！。

この活動は何時に終わるのか、どこまでやったら終わるのか、どういう状況が終わりなのか？

例：学校の避難訓練、運動会は、行事は・・・

- ・ 終わりがわからないと動きません、拒否？

「これができたのだからこっちもできるはず」
というコトはない。

例え こんな難しい文章を書ける人なら、
朝礼の簡単なスピーチができないわけがない！
という思い込みが・・・

業務内容や指示の出し方によって、理解できる
ことや作業等できることに差が生じる。皆が簡
単にできるコトができないケースが多く、学校
や職場での印象を悪くし誤解の素。本人も皆が
できることができない精神的ダメージが残る。

嫌な記憶を溜めやすい、 嫌な記憶をずっと覚えている！

人が健康的に生きる為には、「忘れる」という機能は
とても大事。

睡眠で

発達障がいの特徴を持つ人は、特に嫌な場面の記憶を
リアルに覚えていて、突然それがフラッシュバックす
る。

メンタル不調の温床になってしまう。

「発達障がい児・者」にとって
テレワークは希望の星！

選択肢が増える
働くチャンス！

ご清聴をいただき
ありがとうございました

