

ひとりで悩みを抱えず、まず相談を

このチラシは、主に発達障害がある方や下記のような困りごとがある方などを対象に、学校卒業後の生活や就労のサポートに関する相談窓口をお知らせするものです。

こんな困りごと、ありませんか

仕事でうっかりミスが多い。

提出期限が守れないことがある

悪意はないのに相手を怒らせることがある

夢中になると他のことを忘れてしまう

臨機応変に対応するのが苦手

特定の感覚過敏がある

忘れ物や職場によく遅刻する

読む、書く、計算が極端に苦手

気持ちを伝えたり理解するのが苦手

朝起きられない、部屋が片付けられないなど生活が上手く回らない

お金を計画的に使うことが難しい



学校卒業後、いざ社会へ出てみると、仕事で失敗してしまったり、社会生活が上手くいかず心が疲れ切ってしまうこともあると思います。そのようなとき、まずは職場の健康相談窓口、もしくは下記の相談窓口にお問い合わせみてください。生活上の悩みから就労、障害福祉サービスまで全般的な相談に対応し、必要に応じて支援機関を紹介してくれます。

学校卒業後の生活や就労に関する相談窓口

相談機関	所在地	電話番号
香美市福祉事務所	香美市土佐山田町宝町1丁目2-1 (本庁舎2階)	0887-53-3117
香美市健康推進課		0887-52-9282
地域活動支援センター「香美」	香美市土佐山田町1687-1	0887-53-7077
高知県中央東福祉保健所	香美市土佐山田町山田1128-1	0887-53-3171
高知県発達障害者支援センターきらっと	高知市若草町10-5 (高知県立療育福祉センター内)	088-844-1247

香 美 市

このようなことでお困りではないですか？

Q1 学校在学中、困ったことは学校に相談していたが、卒業後の相談はどうすればいい？



- ★香美市福祉事務所
- ★香美市健康推進課
- ★地域活動支援センター「香美」
- ★高知県中央東福祉保健所・・・など

相談しやすい窓口にお問い合わせしてみてください。また、高知県発達障害者支援センターも大人の発達障害に関する相談に対応しています。



Q3 就職したが、仕事のミスが多く人間関係も上手くいかず、困っています。



まずは、職場の健康相談窓口や上司に相談してみてください。また、地域活動支援センター「香美」、香美市福祉事務所にも相談窓口があります。働き方はひとつではなく、自分の特性、その時の状況に応じて就労形態を選ぶことができます。

Q2 学校を卒業するまで支援を受けたことはないが、もしかしたら発達障害ではないかと悩んでいます。どこに相談したらいい？



★Q1 に挙げた相談窓口

今まで支援を受けてこなかった場合、相談先も分からず、相談すること自体にも抵抗があるかもしれません。仕事をはじめてから、気づく方もいます。診断を受けていない人でも気軽に相談してください。

Q4 将来、ひとり暮らしをしたいけど、障がいがあるのでひとりで生活できるか不安です。



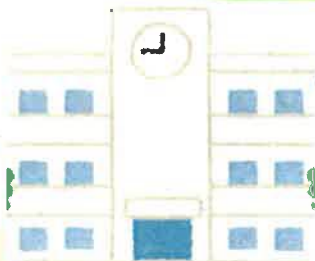
- ★香美市福祉事務所
- ★地域活動支援センター「香美」

にお問い合わせください。必要に応じて障害福祉サービスなどを利用しながら生活することができます。生活する上で金銭管理に不安がある方もご相談いただければ、一緒に考え、支援機関につなぐこともできます。



～在学中の相談について～

在学時の支援や進路などに関する相談は、各学校にお問い合わせください。



高校や大学などでも支援の必要な方の相談窓口を設置しているところもあります。

「ふれんどる一む」にも相談できます

「ふれんどる一む」では、次のような相談を受け付けています。

【相談対象】 幼児、児童生徒(18歳まで)とその保護者

【相談内容】 学習や進路に関するもののほか、不登校、非行、怠学、いじめなど

【相談時間】 平日の9:00～17:00(学校の長期休業中も相談できます)

問い合わせ先 香美市教育支援センター「ふれんどる一む」 電話番号 0887-52-9284