

こんにちは、東京京橋カウンセリングオフィスです。

『こころとからだの健康』をテーマとして、日々の暮らしに役立つような情報を発信していきたいと思います。第 56 回では、「知的障害と発達障害」についてご紹介します。

昨今は発達障害の社会的認知度が上がり、誰も一度は耳にしたことがあるのではないのでしょうか？SNS上でも、発達障害に関する話題が取り上げられているのをよく目にするようになりました。しかし、認知度が上がったからといって、正しい理解が伴っているかという点とは限らないように思われます。特に、知的障害と発達障害の関係性については、混乱が生じやすくなっているように感じます。そこで今回は知的障害と発達障害の基本的な理解について、ご紹介します。

知的障害や発達障害は、医学的な精神疾患の国際的な診断マニュアルである『DSM-5』に則って診断が行われるのが一般的です（より正確に言うと、DSM-5において発達障害は神経発達症群/神経発達障害群、知的障害は知的能力障害という名称で記載されております）。DSM-5における発達障害とは、注意欠如・多動症（ADHD）、限局性学習症（SLD）、自閉スペクトラム症（ASD）、知的能力障害（知的障害）等々の総称です。ここでお気づきになるかと思いますが、知的障害は医学的には、「神経発達症群/神経発達障害群」の中に位置づけられています。つまり、知的障害とは、発達障害から独立して存在するものではなく、発達障害の中の 1 つなのです。

中程度～重度の知的障害は特性が顕著であることが多いため見逃されることは滅多にないですが、軽度の場合、本人や周りも気が付かず、適切な支援を受けられないまま大人になり、社会に出たものの様々な壁に直面するということも珍しくありません。知的障害を伴わない発達障害の場合も同様です。ちょうど最近ネットニュースに上がっていた、大人の発達外来に予約が殺到しているという記事がそれを象徴しています（[予約続々...“大人の発達障害”外来 結婚後 40 代で診断の男性を取材「部屋や机の片付けが苦手だった」 同じ悩みをもつ仲間たちと学び合いながら前へ（中京テレビNEWS） - Yahoo!ニュース](#)）。

もし、原因は分からないが、仕事や対人関係がどうも上手くいかないという場合、発達障害がその原因の 1 つとなっていることがあるかもしれません。まずは医療機関にかかることが推奨されますが、もしハードルが高く感じたり、すぐには予約がとれなかったりする場合は、当オフィスのようなカウンセリング機関を利用してみるのも 1 つの方法です。是非お気軽にお問い合わせください。