

ウェルフェア イズ ラヴ♡

2026 年 1 月 22 日 号

最近の福祉におけるキニナル話題（福祉の旬トピ★）

先日 TV で、「社会的カムフラージュ」の特集が放送されておりました。番組では「社会的カムフラージュ」とは、「知的障害を伴わない自閉スペクトラム症の人が、自らの（障害）特性を隠して振る舞うこと。」で、「強い精神的負担を伴う」と説明されていました。

障害を負っている方々が、そのようなことをしてまである意味で自らを偽り続けなければならない社会は、本当に苦しいと思います。

当事業所代表なりの表現になりますが、自閉スペクトラム症を含む神経発達症の本質は、「その症状を有していない方とは、感覚そのものが異なる。」ということに尽きると考えています。だから、「皆が笑っている場面で（何が面白いのか解らず）表情が変わらない（笑わない）」というようなことが起こる。そのことで、仲間外れになったり孤独に陥ったりすることが耐えられないから、周囲の反応に合わせて意図的に表情を変化させる社会的カムフラージュを行い、自身に「強い精神的負担」をかけてしまうのですよね…。

神経発達症を有していない多くの方々が、「社会には、“自分とは感覚そのものが異なる” 方々が居る」ということを、『ただ』理解しておくだけで、随分と違って来る。笑わない人を批判する必要もないし、評価する必要もない。面白さを説明してあげる必要もない。ただ、「そういう方が居る」ということをそのまま認識すればそれだけでいい。そんな社会になることを願います。

💬 スタッフのヒトリゴト 💬

ネットニュースで知ったのですが、高松オルネの南館 2 階に骨付鳥専門店が 1 月 27 日にオープンするようですね。骨付鳥、当事業所代表も好物なのですが、最近はクリスマスイブにマーケットで買って食べるだけになっている（；▽；）

実は、高松オルネにもまだ行けていないので、この機会に行ってみようかなんて思ったりしております♪

♡LOVE のラブラブな実践♡

先日、『レジリエンス』という考え方に出会いました。「社会情勢や環境の急激な変化のなかで、どのような危機や困難に直面したとしても柔軟に対応して乗り越えていく力、ストレスに適切に対応し跳ね返して立ち直る力。」を表す言葉のようです。

そしてその力を身に付けるために大切なことの1つが「自分の軸（となる姿勢を持つこと）」だそうです。「価値観表」（＝枠内）にある73の価値観の中から、3つを選び優先順位を付けることで、「自分の軸」を見つけられるとのことだったので、当事業所代表もやってみたところ、「誠実さ」、「自分なりの信念」、「情熱」となりました。

宜しければ皆様もやってみてはいかがでしょうか。

価値観表

援助・サポート, 忍耐, 共感, 信頼, 知的好奇心, 結束, 意思決定, 感受性, 誠実さ, 学ぶこと, チームワーク, 勇気, 創造性, 素直, 献身, 貢献, 自己表現, 謙虚, 受容, 報酬・金銭, 共有, 家族, 正直さ, 明確さ, 自信, コミュニケーション, 自分なりの信念, 協調性, 自由, 平等, 寛大さ, モチベーション, 情熱, 楽しむこと, 正義, 気遣い, 名誉, 根気強さ, 冒険心, 帰属感, 友情, 理路整然, 思いやり, 精神力, 自己肯定感, 自己存在感, 安全, 感謝, リーダーシップ, バランス, 競争, 影響を与えること, 地位, 監督力, 責任感, 自己成長, 技術, 意味, 方向性, 愛情, 満足感, 自立していること, 余裕, 精神性, 人との関わり, 健康, 平和・平穏, 挑戦すること, 独立すること, 認められること, 信仰心, 尊厳, 尊敬

県内の福祉イベント案内 他♪

ここ数年香川県内のいずれかの市町で毎年開催されている「当事者が語る『ひきこもり』及び「小さな交流会」」が、1月30日（金）に、今年度は東かがわ市の「東かがわ市交流プラザ」にて開催されます。

関心がある方は是非参加されてみてはいかがでしょうか。なお、直前の案内になってしまい申し訳ありませんが、申込締め切りが1/25（日）となっていますので、参加を希望される方はお早めにお申込み下さい。

[【ご案内】1/30日（金）開催「当事者が語る『ひきこもり』」及び「小さな交流会」 - 【公式サイト】](#)
hito.toco ヒトトコ | 香川県の就労移行支援やひきこもり等支援

発行 社会福祉士相談所 LOVE

住所 〒761-8071 香川県高松市伏石町1562番地 伏石ハイツ第1 201号

電話 090-7780-7565

メール you-19830818@outlook.jp

ホームページ <https://lovesocialworker.com/>

[転載や拡散、配布大歓迎！！](#)

来週号も乞うご期待♡