

自分を知り、自分らしく生きる ～大人の発達障がいと当事者同士のつながり～

発達障がい（神経発達症）は、子どもの頃だけでなく大人になってから気づかれることもある身近な特性です。学校や職場、人間関係のなかで生きづらさを感じたり、「なぜうまくいかないのだろう」と悩みを抱えたりする方も少なくありません。一方で、自分の特性を理解し、周囲との関わり方や自分に合った生活の工夫を見つけることで、自分らしく暮らしていく道が広がります。近年では、医学的な理解だけでなく、ピアサポート（同じような経験をもつ人同士によるつながり）の重要性にも注目が集まっています。

本市民公開講座では、成人期の発達障がいに関する最新の知見や、自分らしく生きるためのヒントについて、専門家がわかりやすく解説いたします。また、当事者としての体験や当事者家族としての視点も交えながら、事前にお寄せいただいたご質問にもQ&A形式でお答えします。

日時 2026年 11月15日(日) 13:00～15:30

プログラム

参加費 無料

定員:500名

司会 来住 由樹 氏〔地方独立行政法人岡山県精神科医療センター 院長〕

事前のお申し込みが必要です。
※事前に資料の配付はございませんが、
後日録画放送を予定しております。

13:00 - 開会の挨拶 来住 由樹 氏

13:05 - 講演1 「発達障がいを知り、自分らしい生き方を見つける」

太田 晴久 氏〔昭和医科大学発達障害医療研究所 所長 准教授〕

13:35 - 講演2 「ひとりで抱え込まないためにー 仲間とつながるピアサポート ー」

広野 ゆい 氏〔NPO法人DDAC（発達障害をもつ大人の会）〕

14:05 - 講演3 当事者の体験談

よつばと 氏〔NPO法人DDAC（発達障害をもつ大人の会）〕

講演4 当事者の体験談

ひこにゃん 氏

14:25 - 休憩

14:40 - Q&Aセッション(質疑応答)

15:25 - 閉会の挨拶 来住 由樹 氏

申込締切日

2026年
11月13日(金)
13時

【お申し込み方法】

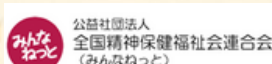
下記URLよりお申し込みください。右の二次元バーコードからもお申し込みいただけます。

<https://entry-office.smktg.jp/public/application/add/1550>

※2026年11月14日(土) に視聴用URLとパスワードをお送りいたします。



共催



後援：NPO法人DDAC（発達障害をもつ大人の会）

自分を知り、自分らしく生きる

～大人の発達障がいと当事者同士のつながり～

オンライン開催について	・ パソコン、スマートフォン、タブレットからご参加いただけます。 ・ お申込みいただいた方には、11月14日(土)にURLとパスワードをお送りいたします。 ・ お送りしたURLをクリックし、パスワードを入力してログインしてください。 ・ 開始30分前から接続可能です。
Q&Aセッション(質疑応答)について	・ 後半のQ&Aセッション(質疑応答)は、みなさんからいただいた質問をもとに、進めて参ります。 ・ Q&Aセッション(質疑応答)でのご質問は、お申込みの際に事前に受け付けております。当日は質問をお受けできません。 ・ 治療内容などの個人的な質問はお控えください。また、時間の都合上すべての質問にはお答えできない場合がございますので、あらかじめご了承ください。
録画配信	・ 2026年12月4日(金)12:00～12月18日(金)12:00まで。 ・ 下記URLからご視聴ください。 (事前のお申し込みは不要です)  https://www.smilenavigator.jp/information/forum/
個人情報の取り扱いについて	※お預かりした個人情報は、市民公開講座のWeb開催のお知らせのために活用させていただき、業務委託先を除く第三者に提供することはありません。個人情報は「精神障がい者と家族のための市民公開講座」事務局が安全かつ適切に管理いたします。

管理者:「精神障がい者と家族のための市民公開講座」事務局

お問合せ先:E-mail workstyle-seminar@newsbase.co.jp