

神奈川県自閉症協会では、神奈川県発達障害支援センター（かながわA）や相模原市発達障害支援センターからアドバイザーをお迎えして、自閉症スペクトラムの方々を対象に、年3回懇談会を開催しています。

今回は初参加1名を含む20～30代の4名がお集まりくださいました。日程やテーマが影響したのか過去最少人数でしたが、閉会後もゆったりと意見交換が続き、少人数ならではの深い充足感が得られたように思います。

☆ 第1部の共通テーマは「お金について」

～稼ぐ・使う・貯める・年金・金銭管理・その他～

<使う>

主な使い道は会社での昼食代や旅行代という方が数名。その他、交通費やゲーム類・習い事・飲食費等。一人暮らしを経て同居し、実家に数万円を入れている方も。

買い物については、気分で購入はしないという堅実な方から、見切り品があれば買う、決めた食材は底値の時しか買わないと徹底している方など、様々でした。

買い物時に本当に必要かどうかを考えるなど、無駄使いを厳しく反省する方が多かったのが印象的でした。



<金銭管理>

数字は苦手だが収支を把握しないと不安なので、小遣い帳や家計簿アプリ・携帯のマネー計算（積算メモ）を利用するなど努力されています。記録を継続することで、数字に親しみがもてるようになり、計算力アップの効果を感じた方も。

レシートは3か月分ごとに保管したり、振り返りに使ったり。出費が多そうな月は、書き出して記憶に留めておくなどの工夫もありました。

また、クレジットカード等の利点（割引あり・記録が残る・利用上限を決められる）や注意点（現実感が乏しく不安・オートチャージは慎重に・データ盗難）、ポイントカードの有効活用についても情報交換しました。

☆ 第2部は、皆様から提起された話題についてです。

フラッシュバックが起こる「駅の通路」は避けられない場所なので、何度か通るうちに経験が上書きされたように感じるとのご意見や、過去の当事者同士の集まりで傷ついた事があるが、それでも誰かと話したいとの思いなどが語られました。集りによっては仲裁者不在やスタッフの理解不足など、課題もあるようです。また、ネット上のやり取りは攻撃的になる場合も多いので、顔が見える関係が安心につながるのではと、皆で真剣に考えました。

Meet Up は「専門家に相談をする場ではなく、当事者の方同士が顔を合わせておしゃべりをする場です」と明言し、医療関係は対応外ですが、アンテナは張っておく必要がありそうです。スタッフ反省会では、日常生活自立支援事業による金銭管理の案内や、多面的な意見にふれ、各自の考え方が広がるのが期待されました。今後も、皆様の悩みに寄り添える会でありたいと思っております。