

5 巻末資料

■ お誘いカード

◆ お誘いカードの使い方

このカードを手にとられたあなたは、カードを届けたい " 気になる人 " が周りにいることと思います。カードを届けるその前に、次のことをチェックしてください。

- あなたとその " 気になる人 " は、良い関係が作れていますか？
- その " 気になる人 " 自身が「困っている」と感じていることについて、話題に出たことがありますか？
- もしなければ、" 気になる人 " に次のように尋ねてみてください。
「もしかしたら何もないかもしれないけど、自分で『これがうまくいかない』って思うようなことってあったりする？」

〈お誘いカード〉 *切り取ってお使いいただくか、コピーしてお使いください。

相談へのお誘い

こんなことってありませんか

- 段取りや優先順位が決められない
- 人に話しかけるタイミングがわからない
- 大切な書類をなくしたり、予定を忘れてしまう
- とっさの場面に慌ててパニックになる
- 自分の一言で周囲がウツと黙ってしまったことがある

もしかしたら…

あなたは「得意と苦手の差が大きい」という特性があるのかもしれませんが。これは生まれつきのものであり、決してあなたのせいではありません。

もし良ければ、お電話ください。ご相談に応じます。
自分の特性を知り、それに合った工夫を一緒に探します。
仕事も生活も人付き合いも、今よりずっと楽になる可能性があります。

徳島県発達障がい者総合支援センター

ハナミズキ TEL : 0885-34-9001

アイリス TEL : 0883-63-5211

E-mail:hattatsu@mail.tokushima.jp

- * お電話で「お誘いカードをもらった」と言ってください。
- * このカードを届けてくれた方は、あなたのことを心配しています。
- * 秘密は堅く守られます。