

暮らしの工夫でつまずきを減らす！

出版記念
トークセミナー
第2弾

発達障害 の人のための ライフハック



参加無料

2025
12/10 WED 14:00-16:00 開場 13:40
at さら就労塾@ぽれぽれ/秋葉原

2025年7月に実施した『ちょっとしたことでうまくいく発達障害の人のための完全ガイド』出版記念トークセミナーでは、多くの方に「発達障害と共により良く生きるヒント」をお届けしました。本セミナーはその続編として、前回語りきれなかった“生活のリアル”にさらに踏み込みます。

日常の中でつまずきを感じやすい「暮らし方」「お金の使い方」「支援とのつながり方」などに加え、恋愛や結婚など人間関係の広がりの中で生じる課題にも触れながら、具体的な事例を交えて深く掘り下げていきます。当事者の方はもちろん、支援者やご家族にとっても、日々の生活に役立つ実践的な知恵を共有するセミナーです。

第1部

「発達障害の人のためのライフハック～発達障害とともに生きる日常をデザインする」(村上由美氏)

第2部

クロストーク「発達障害と生きる社会を考える～現場から見えるこれからの支援」(村上氏、さら就労塾安尾・對馬)

第3部

質疑応答セッション

＊セミナー終了後には、個別相談(席数限定・事前申込制)も承ります。
ご希望の方は、申込フォームにてご希望をお知らせください。

講師紹介



村上 由美
(むらかみ ゆみ)

言語聴覚士。重症心身障害児施設や自治体などで、発達障害児、肢体不自由児の言語聴覚療法や発達相談業務に従事。現在は、自治体の発育・発達相談業務のほか、音訳研修や発達障害関係の原稿執筆、講演などを行う。著書に『ちょっとしたことでうまくいく 発達障害の人が上手に暮らすための本』(翔泳社)、『アスペルガーの館』(講談社)、『発達障害の女性のための人づきあいの「困った!」を解消できる本』(PHP研究所)などがある。



對馬 陽一郎
(つしま よういちろう)

就労移行支援事業所さら就労塾@ぽれぽれ サービス管理責任者。発達障害のほか、精神・知的・身体などさまざまな障害を持つ人の職業訓練を行っている就労移行支援事業所さら就労塾@ぽれぽれにて、パソコンや事務作業を中心とした職業訓練を2009年から長年担当。著書に『ちょっとしたことでうまくいく 発達障害の人が上手に暮らすための本』『ちょっとしたことでうまくいく 発達障害の人が会社の人間関係で困らないための本』(共著)(以上、翔泳社)がある。

【アーカイブ配信について】後日アーカイブ配信を予定しております。会場でのご参加が難しい方は、アーカイブ配信でご視聴ください。

主催

特定非営利活動法人さらプロジェクト さら就労塾@ぽれぽれ
<https://sarapore.jp/>

参加申込等について
詳しくは裏面をご覧ください。

暮らしの工夫でつまずきを減らす！ 発達障害の人のためのライフハック

『ちょっとしたことでうまくいく発達障害の人のための完全ガイド』出版記念トークセミナー第2弾

参加お申し込み

※ 定員に達した場合には締め切らせていただく場合がございます。お申し込みを受け付けの際は、後日折り返しのご連絡をいたします。



Web申し込みフォーム

以下のURLまたは、左のQRコードをご利用ください。
<https://forms.office.com/r/0C58w0U4HL>

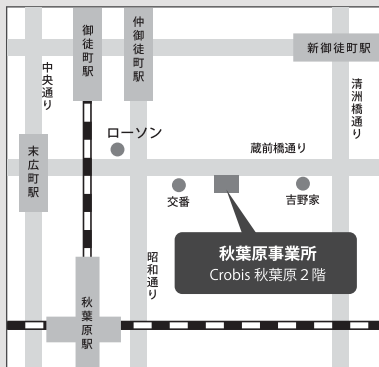
- FAXの場合、下記の【個人情報の使用目的について】にご同意の上、参加申込書に必要事項を記入しお申し込み下さい。

申し込み日： 月 日

FAX参加申込書		FAX番号：03-6806-0360
ふりがな		
氏名		
該当項目	当てはまるものを選び、組織名をご記入下さい。 ☐ 当事者 ☐ 支援機関 ☐ 教育機関 ☐ 行政 ☐ その他 (会社名・所属)	
参加人数	グループで参加される場合にご記入下さい。 他 名	
ご連絡先	申込受付時の連絡先として、メールアドレスをご記入下さい。 E-mail 連絡可能なメールアドレスのご用意がない方は、電話番号をご記入下さい。 TEL	
個別相談	☐ 個別相談を希望する ※ご相談時間は、一組あたり約10分間を予定しております。 ※席数に限りがあるため、事前申込制・先着順となります。 ご希望多数の場合は、ご希望に添えない場合がございます。あらかじめご了承ください。 ご相談内容	

【個人情報の使用目的について】

- ・ご記入いただいた氏名・メールアドレスなどの情報は、①セミナー運営に関するご連絡 ②個別相談の調整 ③希望された方への今後のイベント案内のみに使用し、第三者への提供は行いません。
- ・個人情報に関するその他の事項は当法人の個人情報保護方針をご覧ください。<https://www.sara-project.or.jp/privacy/>
特定非営利活動法人さらプロジェクト個人情報保護マネジメントシステム事務局 TEL:03-5944-9123



会場 | さら就労塾@ぽれぽれ/秋葉原

〒110-0016 東京都台東区台東1-32-8 Crobis秋葉原 2階

アクセス

- JR線：「秋葉原駅 昭和通り口」・「御徒町駅 北口」からそれぞれ徒歩約12分
- 東京メトロ：銀座線「末広町駅」・日比谷線「仲御徒町駅」から徒歩約8分
- 都営地下鉄：大江戸線「上野御徒町駅」から徒歩約10分

お問い合わせ窓口：秋葉原事業所 担当：森

☎ 03-6806-0350



<https://sarapore.jp/office/akihabara/>
さら就労塾@ぽれぽれ/秋葉原