

自閉症・発達障がいの人をささえる
おめめどう連続講座 2026

自分で決める自分のしたい暮らし

講師 株式会社おめめどう 奥平綾子氏 (裏面に講師紹介)

受講方法 ZOOMによるオンライン受講

参加費

各回 1,000円
(銀行振込・PayPay払い)

対象・定員 どなたでも、各回 先着50名

申込

下記参照

第1回「自閉症の特性と5つの基本的な手立て」

4月26日(日) 10:00~12:20 (受付9:30~)

第2回「幼児期と学童期に大切な関わりと手立て」

5月31日(日) 10:00~12:20 (受付9:30~)

第3回「思春期~成人期に大切な母子分離と自己決定」

6月28日(日) 10:00~12:20 (受付9:30~)

第4回「本人が稼ぐ・使う・貯めるために大切なお金の話」

7月26日(日) 10:00~12:20 (受付9:30~)

主催：一般社団法人らいと

後援：福井市、坂井市、坂井市教育委員会、(福)福井市社会福祉協議会、
(一社)福井県社会福祉士会、あこおる合同会社、(株)福井新聞社

協力：Peace of Mind



申込方法：各回3日前までにQRコード・メール・電話よりお申込ください

- ① 受講回(第1、2、3、4回講座)
- ② お名前・ご住所・お電話番号
- ③ 所属(福祉・医療・教育・家族・本人・その他)
- ④ ご家族・ご本人の場合、学校・就労先など(任意)
- ⑤ お支払方法(銀行振込、PayPay払い)

お問い合わせ 一般社団法人らいと(担当：市岡)

TEL : 0776-21-0381

E-Mail : three.raito@gmail.com



HP、FB、インスタ
お問い合わせ





おめめ DO?

視覚的支援はじめませんか♪

奥平綾子氏 プロフィール

株式会社おめめどう代表取締役。次男が自閉症と診断され自閉症支援、障害福祉の道へ。自閉症・発達障害の人の幼児期学童期や成人期支援、SNSでの相談業務・情報発信、全国各地で講演会などを年間78回開催。「巻物カレンダー®」「コミュメモ®」など支援グッズを考案し販売。『自閉症・発達障害の人と伝えあおう、わかりあおう』『母子分離の重要性』など著書多数。支援グッズは、おめめどうネットショップで購入できます。

おめめどう…って？

「株式会社おめめどう」は、自閉症・発達障害の人ばかりでなく、高齢者や子供達、また外国の方など、視覚的な情報で楽になるみなさんへの支援グッズを開発・販売している会社です。

おめめメソッド★

足の不自由な人の車椅子、目の不自由な人の眼鏡と同じように、自閉症・発達障害の人には視覚的支援が必要。障害を克服するのではなく、いごちのいい暮らしを作るアイテムや考えをお届けしています。

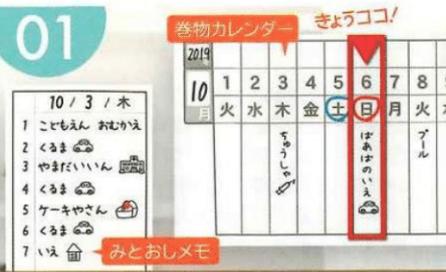
どんなことをするの？

おめめどうの 基本の手立て

5

こんな困ったことがあるけれど、どうしたらいいの？周りが困っているところは、本人が困っているところ。ではどうしたらいいの？おめめどうがお届けするオリジナルグッズを使用すれば、誰でもすぐに始めることができます♪ さあ、できるところから始めてみましょう★

01



「みとおし」で心を支える

カレンダーやスケジュールで「みとおし」のある暮らし

日付が横一列に並んでいるからわかりやすい巻物カレンダーと、「はじまり」と「おわり」を伝えるみとおしメモで時間的構造化をします。

02



「えらぶ」で責任を支える

自立には不可欠の選択活動 自分のことは自分で「選ぶ」暮らし

どっちにする？の二択からはじめて、本人の気持ちを尊重した選択を積み重ねることで、自立へ繋がっていきます。こだわりなどの困りごとも減ります。

03



「おはなし」で関係性を支える

伝えあおう・わかりあおう “みえる形” のコミュニケーションを

音声言語は消えていき不確かなので、筆談・カード・タブレット・実物など見える言語で視覚的・具体的・肯定的に気持ちを伝えあいましょう。

04



意欲を支える「杖の役割」

できるところ、動くところ 好きなものをしっかり支える

得意なところを支えると、弱いところを連れて行く。できないことを克服させるのではなく、苦手なことは環境を整え、好きなことを沢山応援する。

05



人権を大切に「年齢の尊重」

人は扱われた年齢の振る舞いをする 本人の年齢・性別を大切に

障害があっても幼い扱いをせず、環境・情報をその子・その人にわかるものを使い、年齢（精神年齢ではなく実年齢）相応の対応をすること。