

令和7年度 第4回
発達障害当事者交流会

勉強会

テーマ

せいり せいとん

「整理整頓」について学ぼう！

講師：宮城県発達障害センター「えくぼ」 心理相談員 白石 雅一 氏

「整理整頓」は、実は、色々なことを同時に考えたり行動しなければならない、とても難易度の高い作業です。

どのように練習していくと身に付けられるか、様々な工夫やアイデアについて、一緒に考えてみませんか？

交流会に初めての参加も、久しぶりの参加ももちろんOKです。



※裏面もご覧ください。

日時

令和7年 11月15日(土)

14時00分～15時30分 (受付13時45分～)

場所

多賀城市市民活動サポートセンター 3階 大会議室

※申込必須です

対象

★仙台市以外の宮城県内にお住まいの方

★18歳以上の発達障害を有する方(診断の有無は問いません)

※支援者やご家族の見学、同行はご相談ください。

お申込み
方法



お申込みの際は、以下①～⑥をお伝えください。

①お名前 ②年齢 ③性別 ④電話番号

⑤お住まいの市町村 ⑥配慮が必要な事項



電話またはメールでお申込みください。

宮城県発達障害者支援センター「えくぼ」

【電話】022-376-5306 (月～木、土 9:00～16:30)

【メール】m-ekubo@abelia.ocn.ne.jp

申込締切 9月3日(水) 正午

※5日以内に受付完了メールが届かない場合、お電話にてお問合せください。

定員
20名程度

参加費
無料

主催：宮城県発達障害者支援センター「えくぼ」

第4回 発達障害当事者交流会 プログラム

- 13:45～ 受付開始
14:00～ 開会、プログラムの説明
勉強会(75分)
「整理整頓」について学ぼう！
15:15～ 質疑応答
15:20～ 事務連絡、アンケート記入
15:30 閉会、解散

テーマ「整理整頓」について



「整理整頓」は、3つの要素に分けることができます。

- ① **片付け**：使った物を元に戻すこと。
- ② **整理**：必要な物と不要な物を分別すること。不要な物を捨てること。
- ③ **整頓**：物の形や大きさ、目的別にそろえて、収納すること。

→「整理整頓」の3つの要素について学んでみましょう！

①「片付け」

：元に戻すこと



②「整理」

：必要な物／不必要な物を分別すること



③「整頓」

：そろえて収納すること



主催：宮城県発達障害者支援センター「えくぼ」