

# 目次

いつも	気にかけてくれて	ありがとう	1	5
いつも	気にかけてくれて	ありがとう	2	13
いつも	気にかけてくれて	ありがとう	3	35
いつも	気にかけてくれて	ありがとう	4	51
いつも	気にかけてくれて	ありがとう	5	73

カウントダウン 10 障害の発覚

カウントダウン 9 これが私の当たり前

76 74

カウントダウン 8	障害への気付き	78
カウントダウン 7	障害との付き合い	81
カウントダウン 6	理解されることの喜び	83
カウントダウン 5	障害者雇用の経験	86
カウントダウン 4	十年越しの夢をかなえる	89
カウントダウン 3	障害理解との出会い	92
カウントダウン 2	新たな夢への準備	95
カウントダウン 1	人生まるごと	97
カウントダウン 0	この本の意味	99
一滴のきっかけ		104
障害理解の活動内容		105