



子育て応援ノート



みんなちがって、みんないい
—楽しい子育て応援します—
＜乳幼児期編＞



はじめに

この『子育て応援ノート』は、
乳幼児期のお子さんを育てていらっしゃるお母さんたちが
楽しく、自信をもって子育てができるように応援する冊子です。

お子さんは、100人いれば100通り。
みんなそれぞれちがった個性をもっています。
でも、お母さんとしては、
その子に合った子育てができているかどうかわからない…
自分なりに子育てしているつもりだけれど、どうもうまいかない…
どうやってかかわったらよいのかわからない…
と不安になるときがあることでしょう。

そんなとき、この『子育て応援ノート』を見てください。
お子さんの特徴をつかむためのヒントや、
それに合わせたかかわりかたのポイントを掲載しました。

お母さん、一人で考えなくても大丈夫！
子育ての楽しさを感じられるように、
お子さんのいいところをどんどん探してみましょう！
そして、お子さんのもっている力を伸ばすことができるよう、
みんなといっしょに子育てしてみませんか。



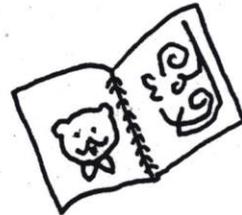
2007年3月
あいち発達障害者支援センター

目次

はじめに

STEP 1 ちょっと心配 <Q&A編> …… 1

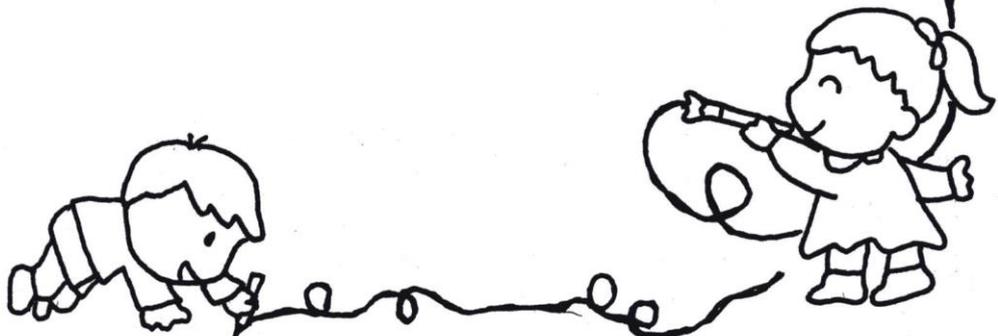
- Q1 ことばの遅れが心配です
- Q2 おむつがなかなかとれません
- Q3 好き嫌いが激しくて困っています
- Q4 いつもひとりで遊んでいて気になります
- Q5 お友達とすぐトラブルになってしまいます
- Q6 同じ遊びしかしません
- Q7 じっとしていないので、目がはなせません
- Q8 すぐかんしゃくをおこします
- Q9 何回言ってもすぐ忘れます
- Q10 うまく子育てできなくて…



STEP 2 じっくり考えよう <解説編> ……12

- (1) 療育について
- (2) 入園について
- (3) 就学について

- | | |
|-------|-----------------|
| コラム 1 | しってほしいな、発達障害のこと |
|-------|-----------------|
- | | |
|-------|---------------|
| コラム 2 | サポートブックはスグレもの |
|-------|---------------|
- | | |
|-------|-------------|
| コラム 3 | 診断名は謎解きのヒント |
|-------|-------------|



STEP 1

ちょっと心配 < Q&A 編 >

お子さんの発達について気になっていることはありますか？

お子さんの子育てに迷うことはありますか？

『ちょっと心配<Q&A編>』では、よくある心配事をいくつかピックアップしてみました。

矢印にそって、お子さんはどんな子かな？とよく観察して、お母さんのできそうなかわり方の工夫からトライしてみましよう。

それでもやっぱり心配…というときは、大丈夫、一緒に考えてくれる人がいます！気軽に相談してみましよう！

Q1 ことばの遅れが心配です

【その他】 オウム返し、ことばが乱暴、一方的、勝手にしゃべる など

様子をチェックしてみましょう

- こちらが言ったことをことばだけでどれくらい理解していますか。
- 「～を持ってきて」「ゴミポイして」など簡単な言いつけができますか。
- ことばがなくても、指をさしたり、お母さんをひっぱったりして伝えようとしていますか。
- 質問したことと違う答えをすることがありますか。

かかわりかたを工夫してみましょう

- ことばはコミュニケーションのための道具です。ことばがあってもなくても、伝えたいという気持ちがあり、内容が伝わるという体験がだいじです。
- ことばが話せるようになるためには、まず理解できることばを増やしましょう。
- 言っていることがまだよくわからないようなら、「くつはくよ」「手を洗おう」など日常くり返される動作に単語や2語文で短く言葉をそえてあげましょう。
 - 伝える時に、ことばといっしょに「実物」「写真」「絵」を見せるとわかりやすくなります。話しことばだけでなく、お子さんにわかる工夫をしてみましょう。
 - ことばがはっきりしなくても、それらしく伝えようとしている時は、言い直しをさせず、「そう、～だね。」とはっきりしたお手本を示してあげましょう。
 - こちらの質問と同じことばをくり返してしまう時には、質問の意味がわかっていない場合が多いのです。短いことばにかえて伝えてみましょう。



気軽に相談してみましょう

- 市町村の保健センター 保健師
- 市町村の子育て支援センター 保育士
- 市町村の療育機関や医療機関にことばの専門家がいることがあります

Q2 おむつがなかなかとれません

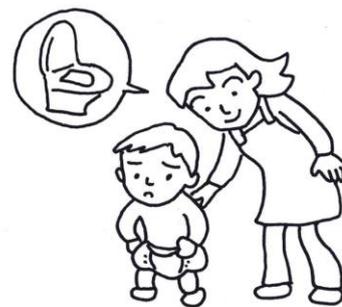
【その他】 トイレに行きたがらない、便座に座らない など

様子をチェックしてみましょう

- ことばの発達、歩く・走るなどの運動の発達、人に伝える気持ちの発達などお子さんの全体的な成長発達は順調ですか。
- トイレトレーニングを始める前に、おしっこをためる力はどの位あるか、不快感があるかなど体の準備ができているかチェックしてみましょう。
- どこがうまいかないか確かめてみましょう。
オムツの中でしかない？ 部屋の隅でしかない？ 立ってしかない？
パンツをはくのがいや？ トイレにすわるのがいや？

かかわりかたを工夫してみましょう

- トイレトレーニングを始めるには、それぞれのお子さんにちょうどいい時期があります。
- 何時頃でるか時間を記録して、だいたい決まってきたらそれに合わせてそっとトイレに誘ってみましょう。
 - どの部分ができないかははっきりしたら、まず小さい目標を立てて無理なく少しずつ始めていきましょう。
例) オムツをしたままトイレでする など
 - トイレでできないと気になりますが、全体の発達を待ちましょう。いつかは一人でできると信じて、ゆったり焦らず待ちましょう。
 - 何ヶ月かやってみて、うまいかない時はいったん休憩して、また始めてみましょう。



気軽に相談してみましょう

- 市町村の保健センター 保健師
- 市町村の子育て支援センター 保育士
- お子さんの通っている保育所・幼稚園の先生

Q3 好き嫌いが激しくて困っています

【その他】 手づかみ、自分で食べない、人の食べ物をとる など

様子をチェックしてみましょう

- 何がイヤなのか調べてみましょう。なにか共通点がみつかるかも・・・
味つけ？ 色？ 見た目？ おなかがすいていないのかな？
口に入りきらない大きさなのかな？ スプーンやおはしが使いにくいのかな？
かみにくい・飲みこみにくいのかな？ 特に過敏なものはあるかな？
- 食事や睡眠など、生活のリズムはついていますか？

かわりかたを工夫してみましょう

- 楽しく食事することを大切に、あせらず気長にとりくみましょう。
- バランスよく栄養をとれているなら大丈夫。
お母さんがゆったり構えと、お子さんもリラックスして食事しやすくなります。
- 好きな味つけや食感にしたり、食べきれそうな量ずつお皿に乗せてみましょう。ほんのちょっとずつでOK！
 - お手伝いができるなら、お皿並べなど食事の準備のお手伝いをお願いして、できたらほめてあげましょう。
 - どうしてもむりなものは、残していいものを入れるお皿を用意してあげましょう。
 - 規則正しい生活をして、おなかをすかせておいしく食べられるよう、体をたくさん動かす遊びをしましょう。
「食事しない分はおやつで補ってあげる」は逆効果！



気軽に相談してみましょう

- 市町村の保健センター 栄養士・保健師
- 市町村の子育て支援センター 保育士
- お子さんの通っている保育所・幼稚園の先生

Q4 いつもひとりで遊んでいて気になります

【その他】 じょうずに遊べない、ひとり遊び、過敏 など

様子をチェックしてみましょう

- お母さんとはいっしょに楽しく遊べますか。
- お友だちに関心をもって見ていたり、まねしたりしますか。
- おもちゃで遊ぶのはじょうずですか。 いろいろなものに関心が出てきましたか。
お気に入りや人にさわられたくないものがありますか。
- にぎやかな音や大きい声が苦手でしょうか。

かかわりかたを工夫してみましょう

- むりに遊ばせようとせず、まずはお母さんと、興味のあることから「人とやりとりすることの楽しさ」「いっしょに何かする楽しさ」を経験しましょう。
- 子どもたちのいる場所で、お母さんといっしょに好きな遊びをしながら、「いやじゃない」「こわくない」という気持ちをはぐくみ、安心感を育てましょう。
 - いろいろな物に関心を持ち、遊びのレパートリーがふえると、そこから人への興味が広がることもあります。
 - ちょっとした音が気になったり、さわがしい声が苦手だったりする場合は、むりをしないで、好きな遊びを共有することからはじめましょう。



気軽に相談してみましょう

- 市町村の子育て支援センター 保育士
- 市町村・県の家庭児童相談室 相談員
- お住まいの地域の児童相談センター 児童心理司

Q5 お友だちとすぐトラブルになってしまいます

【その他】 けんか、仲良く遊べない、とりあい、乱暴、ルールを守れない など

様子をチェックしてみましょう

○トラブルの原因をしっかりと観察しましょう。

勝手にほしいモノを取ったかな？ ルールが守れなかったかな？

ことばのやりとりでつまづいたかな？ チョッと乱暴だったかな？

○関連する要因を探りましょう。

人？ おもちゃ？ 時間？ 場所？ それとも・・・



かかわりかたを工夫してみましょう

トラブルの原因はみつかりましたか。お子さんがどこでつまづいているかによって工夫のしかたが変わってきます。

例えば、

○ことばでうまく言えなくて、手が出てしまう場合は、別の表し方を教えてあげましょう。

例)「ねえねえ遊ぼ」は、押すんじゃなくて肩をトントン
「そのおもちゃで遊びたい」は、取るんじゃなくて「かして」と合図 など

○ルールはわかりやすく絵に描いて伝えましょう。

○ことばの読みとりまちがいや言い過ぎなどは、叱るのではなく、良い見本を見せてあげましょう。

○手や体の動かし方がじょうずになると、力やタイミングがセーブできます。お皿を並べるなど、手先を使う簡単なお手伝いを頼んで、やれたらしっかりほめてあげましょう。

気軽に相談してみましょう

○市町村の子育て支援センター 保育士

○お子さんの通っている保育所・幼稚園の先生

○お住まいの地域の児童相談センター 児童心理司

Q6 同じ遊びしかしません

【その他】 こだわり、ならべる・回す、かわった遊び、繰り返し遊び など

様子をチェックしてみましょう

- その遊びのどんなところが気に入っていますか。要素を調べてみましょう。
音が好き？ 色が好き？ くるくる回るのが好き？
きれいにならんでいるのが好き？ 前に見たのと同じようにしたい？
- 絵本を見るよりめくることを楽しむなど、少し違った遊びかたをしますか。
- やめさせようとするとひどく嫌がりますか。

かかわりかたを工夫してみましょう

- どんなお子さんでもお気に入りのおもちゃがありますが、もし遊びかたがとても限られているようなら、次のような工夫をしてみましょう。
- お子さんが気に入っている要素をとりいれたおもちゃや遊びかたで誘いながら、少しずつ興味の幅を広げていきましょう。
 - ほかの遊びかたの楽しさがわからないのかもしれませんが。
わかりやすく手をとって教えてあげたり、やって見せてあげましょう。
お母さんがおもしろそうに遊んでいると、お子さんも興味をもつかもしれません。
 - 不安やストレスがあると、同じ遊びをくり返したがることがあります。
危険なことや人に迷惑をかけることでなければ、むりにやめさせずに、原因を見つけてとりのぞきましょう。

気軽に相談してみましょう

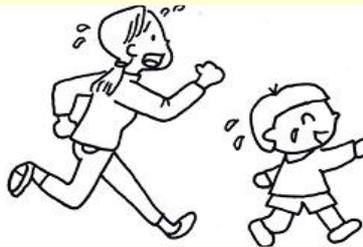
- | | |
|-------------------|-------|
| ○市町村の保健センター | 保健師 |
| ○市町村の家庭児童相談室 | 相談員 |
| ○お住まいの地域の児童相談センター | 児童心理司 |

Q7 じっとしていないので、目がはなせません

【その他】 おちつきがない、すぐ飽きる、集中できない など

様子をチェックしてみましょう

- 親を意識しないでどんどん行ってしまいますか。
- ひとつの遊びにどのくらい集中できますか。
- その場の状況や、何をすることがわかっていますか。
- 大きい音やにぎやかな場所が苦手ですか。 つられて興奮してしまいますか。
- 体をじゅうぶん動かす時間や場所がありますか。



かかわりかたを工夫してみましょう

- お父さん・お母さんを意識するように、まずは親子でいっしょにいて楽しいと思う気持ちを育てましょう。(くわしい関わり方はQ4へ)
- むりなく集中できる時間の長さや遊びの見当をつけて、それに合わせてみましょう。
 - 今してほしいことや、何をする時間なのかをわかりやすく伝えましょう。
例) 「じっとしていてね」より「5つ数える間すわっていてね」
「走らない」より「歩こうね」 など
 - 興奮したり、おちつきがなくなる場所をできるだけさげ、気になるおもちゃは見えないようにしてあげるなど、おちついてすごせる方法を探してみましょう。
 - もともと活動的な元気の良いお子さんですから、安全な場所で思いきり動ける機会を作ってあげましょう。

気軽に相談してみましょう

- | | |
|-------------------|-------|
| ○市町村の保健センター | 保健師 |
| ○市町村の子育て支援センター | 保育士 |
| ○お住まいの地域の児童相談センター | 児童心理司 |

Q8 すぐかんしゃくをおこします

【その他】 パニック、ひっくり返る、切りかえが悪い など

様子をチェックしてみましょう

- かんしゃくをおこすのはどんなときでしょうか。
今していることを止められたとき？ 欲しいものがあつたとき？
- 原因がわからないかんしゃくはありますか。
次のようなことがないかよく見てみましょう。
周りの音や赤ちゃんの声？ 暑さや寒さ？ 着ているものがチクチク？
どこかが痛い？

かかわりかたを工夫してみましょう

- かんしゃくには必ず原因があります。お子さんの様子をよく見て原因を考えましょう。
- していることを止められてかんしゃくをおこす場合は、「次に何がかわからない」「今していることが今度いつできるかわからない」ということが考えられます。実物、写真などを見せて「今から～をするよ」と予告をしてあげましょう。また、はじめに「～までね」と区切りを示し、今度いつできるか、予定など示して伝えてあげましょう。
- かんしゃくをおこすと思い通りになる、とまちがっておぼえてしまったかもしれません。親がこうしようと決めたことは途中で変えてはいけません。「今日だけよ」など例外をつくらないようにしましょう。
- なかには音や、皮膚感覚がとても敏感なお子さんもあります。また、体調が悪いことをうまく伝えられない場合もあります。様子をよく見てあげましょう。
- 原因がわかったら、かんしゃくでない伝え方を実際に示して教えてあげましょう。
- かんしゃくの最中はことばかけはいりません。なだめるより静かに見守り、おちついた

気軽に相談してみましょう

- 市町村の保健センター 保健師
- 市町村の子育て支援センター 保育士
- お子さんの通っている保育所・幼稚園の先生

Q9 何回言ってもすぐ忘れます

【その他】 忘れ物が多い、片づけができない、せっかち など

様子をチェックしてみましょう

- ことばの発達、運動発達、身辺自立など全体的な発達をみてみましょう。
- いけないとわかっているはずなのに何度も同じことをしてしまいますか。
- 順番を待ったり、話を最後まで聞いたりするのが苦手ですか。
- 何度言ってもおもちゃを片付けられないことがありますか。

かわりかたを工夫してみましょう

- 次々といろいろなことに興味をもてる子は、忘れない工夫、思い出させる工夫、みてわかる工夫をしましょう。
- お子さんに、話をしている事がわかるように、「**ちゃん」と声をかけ、注意を向けてから話しかけましょう。
 - 一度にたくさん言わないで、一つずつ伝えましょう。
 - 目で見てすぐに思い出せるように絵や文字で書いて示しましょう。例えば、箱やかごにおもちゃをいれるシールを貼ってお片づけしやすくする工夫をしましょう。
 - 「10数えるまで待ってね」「**くんの後ろで」など具体的な言い方にしましょう。
 - 少しでもできたらほめて、「認めてもらえた」と自信をつけてあげましょう。



気軽に相談してみましょう

- お子さんの通っている保育所・幼稚園の先生
- 市町村の保健センター 保健師
- お住まいの地域の児童相談センター 児童心理司

Q10. うまく子育てできなくて・・・

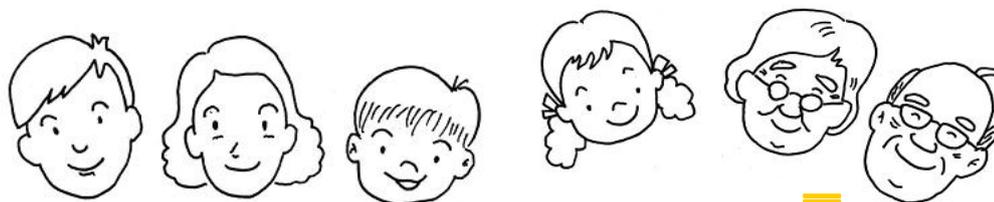
【その他】 育て方が下手なの？ わからない 誰か教えて もういや・・・

こんなはずではなかった・・・どうして？

- 待ちに待った赤ちゃん！ステキなお母さんになりたい、と幸せをかみしめていたあの頃・・・なのに、今は心配と悩みでいっぱい。どうして？
- 普通に育ててるつもりなのに、ちっとも思ったようにいかない。
- よその子はみんな順調に見えて、自分だけが苦しい・・・
- 親戚や周りの人は「大丈夫」っていうけれど、やっぱり不安。

一人で悩まないで。応援してくれる人がいるから。

- 子どもにはもともといろいろな個性があります。
「育てやすい子」もいれば「育てにくい子」もいます。
- どっちでもOK。大事なだじなお子さんだもの、楽しく子育てしましょう。
そのためには、一人で悩んでいないでどんどん聞いちゃいましょう。
- 個性に合った工夫をすれば、子どもは成長していきます。
- どんな個性なのか、どういう工夫があるか、先輩のお母さんやまわりの専門家がいっぱい教えてくれます。早い方がいいですよ。



気軽に相談してみましょう

- お子さんの通っている保育所・幼稚園の先生
- 市町村の保健センター 保健師
- お住まいの地域の児童相談センター 児童心理司

STEP 2

じっくり考えよう

< 解説編 >

お子さんとのいい関係はできましたか？

子育てに少しは自信がつかいましたか？

これからいよいよ、大人の助けをかりながら、お友達の中で育ちあう時期がやって来ます。

『じっくり考えよう<解説編>』では、お子さんの特徴にあわせた環境の選びかたについて考えてみましょう。

お子さんにとって環境が大きく変わる節目は、『入園』と『就学』です。入園には、少人数の専門療育機関と大人数の保育所・幼稚園があります。ご家族にとっても、「この子のためにより園・学校を選んであげたい！」と強く思われることでしょう。

どれくらいの人数の集団からはじめるとむりがないかな？

どのくらいのサポートがあると伸びるかな？

お子さんを知っている人たちと一緒にじっくり考えて、

お子さんの発達にちょうどよい環境を選びましょう！

(1) 療育について

療育って何するの？

療育は、発達に心配のあるお子さんを対象に、一人ひとりの力に合わせて、特定の人とのやり取りや遊びを通して楽しい経験をつみ重ねることで、身の回りのことや、運動、ことば、社会性など全体的な発達をうながすことを目的としています。

療育にはおもに親子と一緒に参加するもの（母子通園）と、お子さんだけが参加するもの（単独通園）があります。母子通園では、親子と一緒に通って、お子さんへの専門的な発達支援と親への子育て支援を受けることができます。単独通園では、お母さんと離れて、同年齢のお子さん数人との集団生活を通して、基本的な社会生活のルールを学びます。

療育のメリットは？・・・成長の土台作り！

お友達といっしょの園に通わせてあげたい、障害があると言われていないのに療育に通うのは・・・と迷われることもあるのではないかと思います。

でも、発達に心配のあるお子さんにとって、保育所や幼稚園の環境は、複雑すぎてわかりにくかったり、過剰な刺激で混乱したりしがちです。

療育は、保育所や幼稚園と比べて小さい集団で、専門の保育士や言語聴覚士などがその子の特性に合わせた環境を用意し、かかわりを工夫しています。そこから家庭での子育てに役立つヒントをもらうこともできます。療育でのていねいなかかわりを通して、人への興味・関心が強くなり、身の回りのことを自分でしようという気持ちが育ってきて、より大きな集団生活の中で多くの刺激をうけて成長する準備ができてきます。また、療育の場で、子育ての不安や心配をいつでも気軽にスタッフに相談したり、同じ立場のお母さん方と心配事を話しあえる仲間になれることは、子育てをするうえで大きな力になるでしょう。

迷っているよりもまずは療育機関を見学して、どんなことをしているのか聞いたり、専門家にお子さんの発達の様子について相談したりしながら情報を集めてみましょう。安心して生き生きと過ごせることを一番の目的にして、お子さんに合った環境を選ぶことが大切です。

療育はどこでやっているの？

「母子通園施設」や「知的障害児通園施設」、「心身障害児通園施設」、「児童発達支援事業所」や一部の医療機関でやっています。

どこに相談すればいいの？

健診事後グループの先生たち・市町村の保健センター、市町村役場の担当窓口、児童相談センターなどへおたずねください。



(2) 入園について

集団生活の始まりです

3歳を過ぎるころになると、多くのお子さんが、集団生活の中で成長をする準備ができてきます。何でも自分でやりたがり、お友だちのまねをしたがり、でもまだうまくは出来ずすぐに大泣き・・・こんな3歳児は、お母さんの代わりにちゃんと見てくれて助けてくれる保育士さんと、たくさんのお友だちと、楽しく一緒に過ごす中でぐ～んと伸びてくる、そんなステキな時期が始まります。

園の選び方は？（保育所？幼稚園？療育？公立？私立？）

そうは言っても、お母さんは何だか心配・・・うまくみんなと遊べるかしら？先生のお話をちゃんと聞いてるかしら？先生におしっこ教えるかしら？・・・子育てって、喜びもいっぱいあるけれど、心配や不安もいっぱいですよ。特に「何だかうちの子・・・」って思っているお母さんは、どこの園に入れたらいいのか、半年前から悩みのタネだと思えます。

まずはお子さんをよ～く観察してみましょう

- 1 お友だちに関心が出てきたかな？マネが少しできるかな？
- 2 身の回りのことを自分でやろうという気持ちがあるかな？
- 3 大人の話に注目して聞こうとしているかな？
- 4 少しの間は、すわってとりくめるかな？

どうですか？ちょっと心配だなあ・・・というお母さんは、お子さんの様子を簡単にメモに書いて、「うちの子こんな子です」と、園の先生に話せる用意をしておきましょう。

サポートブックというものを作るのも便利です。（18 ページ参照）



次は体験入園です

保育所は、基本的にはお母さんが仕事・病気・看護などをしているお子さんが対象になります。公立・私立による違いや保育所・幼稚園・療育施設による違いなどは、お住まいの市町村役場の担当窓口でお聞きください。

事前に園庭開放や体験入園などがありますので、お子さんと一緒にぜひ参加してみてください。お子さんの今の発達上の目標にフィットし、お母さんが信頼のおけそうな所を選びましょう。

また、サポートが必要なお子さんに対して、保育士の加配制度があるか、専門の巡回相談があるか、などについてもよく調べておきましょう。

選ぶのに自信がなかったり、うまく決まらない場合は、発達の専門家に見てもらったり、市町村役場の担当窓口の保育士に気軽に相談しましょう。

(3) 就学について

いよいよ学校に通います

園でたくさんのお友達と楽しく過ごす時間を通して、お子さんのさまざまな力が伸びてきたことでしょう。さあ、これからはいよいよ学校生活が始まります！

学校では、先生たちがたくさんの知識や社会のきまりなどを教えてくれます。学校生活を通して、お子さんはたくさんの体験をつみ、自分の世界を広げ、社会性を身につけていきます。将来の自立に向けた第一歩の始まりです。

学校の選び方は？（地域の小学校の通常学級？特別支援学級？特別支援学校？）



学校生活を通して、お子さんにどんな力をつけてもらいたいですか？

このことを、お子さんを含めたご家族みんなで相談し、まとめてみましょう。いっしょに通うきょうだいがいれば、その子たちの意見も聞いてみましょう。また、これまでお子さんにかかわってきた園の先生や、専門家の意見も参考にしましょう。でも、最終的に進路を決めるのはご家族です。お子さんの特性に合った支援を受けることができる学校をじっくり選びましょう。

まずは見学に行ってみましょう

住んでいる地域や学校によってさまざまな違いがありますので、ご家族や園の先生と、まずは早めに見学に行ってみましょう。校長先生や教頭先生、担任の先生など複数の先生とお話して、学校の体制や方針についてよく聞いて理解しておきましょう。また、お子さんの現在の様子、受けたい支援などについて、具体的に伝えましょう。園の先生からの詳しい情報は、今後かわる先生方の役に立つでしょう。サポートブックを作ると便利です。（18 ページ参照）

専門家と一緒に考えましょう

見学に行ってもやっぱり迷う、まだ決めかねる、不安、心配・・・というときは、考えるお手伝いをする専門家がいます。市町村の教育委員会の就学相談、特別支援学校の発達相談（特別支援学校進学とは関係ありません）、教育センターの教育相談、児童相談センターなどでの発達評価などを利用してみましょう。

就学までに、幼児期のまとめをしておきましょう

幼児期のあいだに、「睡眠」「食事」「排泄」などの基本的な生活習慣をしっかり身につけておきましょう。朝気持ちよく目覚め、朝食をしっかり食べることができることは、元気に学校に行き、活動に集中して取り組むための基本です。また、事前に学校の下見に行き、ランドセルをしょって通学の練習をしておきましょう！ここまで大きくなったわが子の成長をよろこび、親子で学校生活を楽しみに待つことができるといいですね。



コラム 1 しってほしいな、発達障害のこと

発達障害のある人は、生まれつきものごとの感じ方やとらえ方がユニークなため、とても得意なことがあるのに、ちょっとしたことがすごく苦手・・・というかたよりのがあり、誤解されやすく、とても困っています。

- 発達障害は、本人の努力不足ではなく、親の育て方や愛情不足に原因があるのでもありません。
- 同じ障害であっても一人ひとり違い、成長によっても変化します。その子の特性を理解し、それぞれに合った支援が必要です。
- 困った子ではなく、困っているのは本人です。早い時期から周囲が理解して適切な支援をすれば、発達が促され、本人の困っていることが少なくなって楽しく生活をおくることができます。

自閉症・アスペルガー症候群など

主に人との関わりがうまくいかないことで困っている人達です。3つの基本的な特徴をもっています。

①社会性（人とのかかわり方）の特徴

小さい頃には、抱っこを嫌がったり、名前を呼んでも振り向かない、なかなか視線が合わないなど人への関心が弱いようにみえます。相手の考えや気持ちがわかりにくいので、関わり方が一方的になり、お友達と上手に遊べなかったりします。決められたことはきちんと守れ、約束を破ることは嫌いなまっすぐな心を持っています。場面や状況のよみとりが苦手なことが多く、集団行動からはみ出してしまうことがあります。

②コミュニケーションの特徴

ことばの発達が遅れたり、オウム返しや、一方的に人におしゃべりすることがみられます。また、丁寧なことばや難しいことばを覚える子もありますが、あまり使い方がわかってないこともあります。時々、頭にうかんだことをそのまま口にしてしまいますが、本人には悪気はありません。また、表情・ジェスチャーなどを読みとったり上手に使ってコミュニケーションを補うことが苦手です。



③想像力（切りかえ・応用力）の特徴

興味や関心のあることを覚えるのが得意で集中して遊べます。興味が1点集中型なので時にこりすぎて切りかえにくいこともあります。ルールをつくって見通しが立つようにしてあげれば大丈夫です。目の前にない物に思いをめぐらすことが上手にできないので、いつも通りにこだわってしまい、急な変更にはとても不安を感じたり、臨機応変が苦手です。

(その他よくみられること)

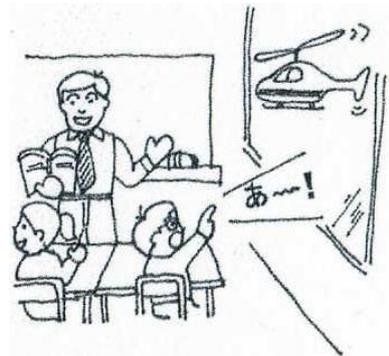
目、耳、鼻、舌、皮膚などの感覚がとても敏感だったり、逆に気にならなかったりします。物の見え方やとらえ方がユニークなところが見られます。

注意欠陥／多動性障害 (ADHD)

主に感情や行動をうまくコントロールできないことで困っている人達です。不注意、多動性、衝動性の3つの特徴があります。

①不注意

1つのことに注意を向け、集中することが苦手です。気が散りやすい・忘れ物・なくし物が多い・注意してもすぐに忘れる・ぼんやりしているなどがみられます。いろいろなことに興味関心を向けられるので、気持ちの切り替えは上手にできます。



②多動性

じっとしてられないほど、エネルギーが高く活動的です。目で見たり聞いたりする音などの刺激に反応して、いつのまにか体が動いてしまい、「座ってられない」「ごそごそよく動く」など、落ちつきのない様子がみられます。時と場所をわきまえずに走り回ったり、人なつっこくおしゃべり好きですが時々止められなくなったりします。

③衝動性

せっかちで頭の中でじっくり考えて行動することが苦手ですが、思いついたらすぐに行動する積極性や行動力があります。すぐにやらないと気がすまない、順番を待てない、カッとなりやすいところもあるので、乱暴、自分勝手と誤解されやすいところがあります。

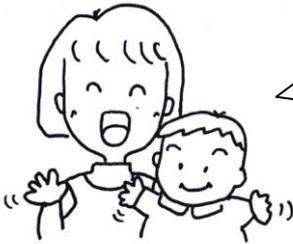
学習障害 (LD)

読む、書く、計算、聞く、話す、推論するという学習面上に必要な能力のどこかに学びにくさがある困っている人達です。多くは小学校に入ってから学習のつまずきによってはっきりしてきます。



コラム 2 サポートブックはスグレもの

サポートブックとは、お子さんがすごしている場所で支援してくれる人（園の先生、学校の先生、ヘルパーさんなど）に、よりお子さんのことを理解してもらうための冊子・カードです。特に、入園・就学など環境が変わる時に便利です。サポートブックをもって、「うちの子こんな子です」としっかり伝えましょう。



お子さんの特徴やかかわり方を
具体的に書いておきましょう！

- 基本的な情報（名前、連絡先など）
- 好きな遊びや苦手なもの
- 身辺自立のようす
- コミュニケーション
（どうやって表す？／理解できることば？）
- パニックが起きたときの対応のしかた

など・・・

お子さんの成長に合わせて少しずつ書き換えていきましょう。

また、古い記録もとっておくと、「こんなにいいところが増えてきた！」とお子さんの成長を実感することができるでしょう。

コラム 3 診断名は謎解きのヒント

お母さんからふり注がれるいっぱいの愛情と、それに応える子どものはじける笑顔・・・その一瞬のたびごとに、「親」になっていきます。でも、それがかみ合わなくなってきたとしたら・・・

お母さんが感じる「育てにくさ」「不思議さ」「違和感」は、お子さんからのSOSかもしれません。「困った子」「しつけの悪い子」ではなく、「困っている子」という視点で見てください。その手助けをしてくれるのが発達専門家です。

お子さんが何をどう困っているのか、育てにくさはどこから来ているのかが解れば、具体的なかかわり方の工夫もできてきます。その指標となるものが診断です。

あくまでも支援をより良くスムーズに行なうための指針なのです。

「育てにくさ」はお母さんが責められるものではなく、もちろんお子さんが悪い訳でもありません。「育てにくさ」を感じたら、迷わず発達相談を受けましょう。その経過の中で診断名が必要な場合は医療機関を訪ねましょう。子育てのヒントがたくさんもらえるはずですよ。

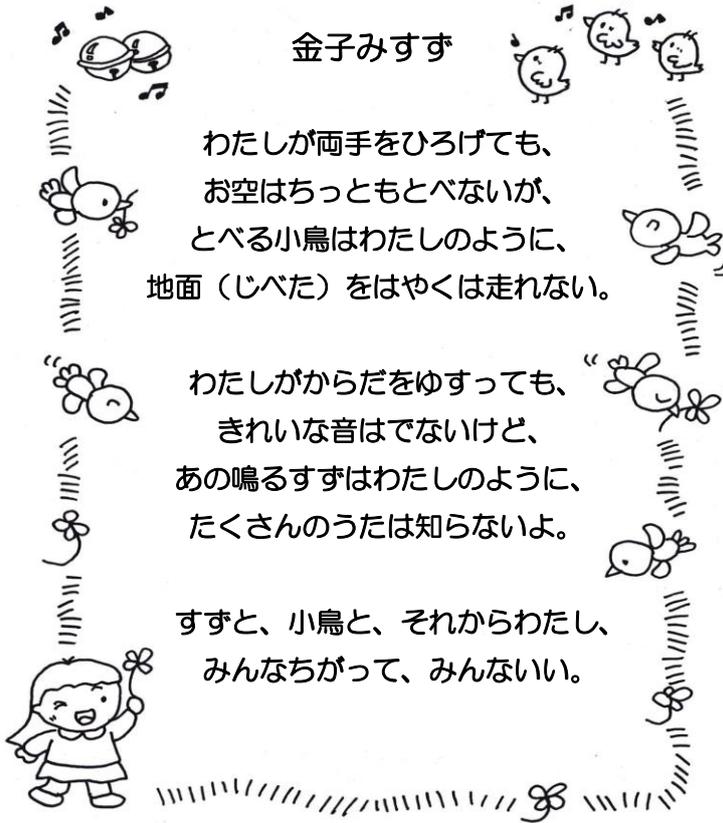
わたしと小鳥とすずと

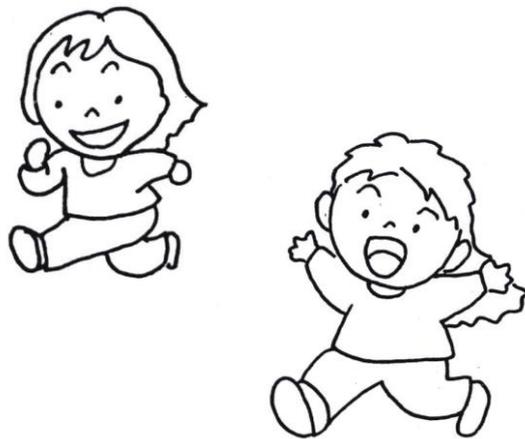
金子みすず

わたしが両手をひろげても、
お空はちっともとべないが、
とべる小鳥はわたしのよう
地面（じべた）をはやくは走れない。

わたしがからだをゆすっても、
きれいな音はでないけど、
あの鳴るすずはわたしのよう
たくさんのうたは知らないよ。

すずと、小鳥と、それからわたし、
みんなちがって、みんないい。





子育て応援ノート
みんなちがって、みんないい
—楽しい子育て応援します—

発行日：平成19年3月 発行

平成28年4月 改訂

発行：あいち発達障害者支援センター

〒480-0392 愛知県春日井市神屋町713-8 愛知県コロニー内

TEL：0568-88-0811（内線2222、2237）

FAX：0568-88-0964

E-mail：asca@pref.aichi.lg.jp

URL：http://www.pref.aichi.jp/hsc/asca/