

KEIRIN

競輪の補助事業

このビデオは、競輪の補助により製作しました

https://jka-cycle.jp

福祉ビデオシリーズ

発達障害の子どもの育ちを支える

監修　精神科医　本田 秀夫

社会福祉法人
NHK厚生文化事業団
NHK HEARTS　NHK PUBLIC WELFARE ORGANIZATION

このDVDについて

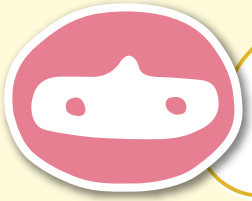
・DVD2枚と冊子1部で構成されています。
・この冊子にはDVDの内容・もくじ・解説などを掲載しています。
・関連するチャプターを「参照▶」と記載しています。映像と冊子をあわせてご覧ください。
・DVDを再生する際は、DVDプレイヤーまたはDVD再生に対応したパソコンで再生してください。一部の製品では作動しないことがあります。
・発達障害についての理解を広めるために制作したものであり、個人での視聴のほか、勉強会・研修会や貸し出しなどを通じ、多くの方に観ていただくことを目的にしています。営利目的での講演会・研修会などでの利用はご遠慮ください。
・DVDと冊子をNHK厚生文化事業団の許可なく複製することは禁じます。

社会福祉法人
NHK厚生文化事業団
NHK HEARTS　NHK PUBLIC WELFARE ORGANIZATION

〒150-0041　東京都渋谷区神南1-4-1 第七共同ビル
電話 03-3476-5955　FAX 03-3476-5956
https://www.npwo.or.jp/

もくじ

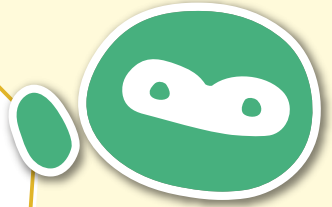
デコちゃん・ボコちゃん・ココちゃん あいさつ　p.2
出演者紹介　p.3
DVD-1 前編「幼少期から小学校まで」　p.4
発達障害とは　p.5
自閉スペクトラム症の特性と困りごと　p.6
ＡＤＨＤの特性と困りごと　p.7
ＬＤの特性と困りごと　p.8
そのほかの発達障害／早期支援の大切さ　p.9
未就学期 療育現場の実践と解説　p.10
小学校 ユニバーサルデザインの学校づくり　p.14
小学校期の支援ポイント　p.19
DVD-2 後編「思春期から将来へ」　p.20
発達障害のある中学１年生の悩み　p.21
思春期以降の支援ポイント　p.22
社会的なスキルを育む　p.24
余暇活動の大切さ　p.26
仲間で支え合う「当事者会」　p.27
大人になった私からみんなへ　p.28
発達障害の子どもを支えるために大切にしたいこと　p.29
サポート機関などのお役立ち情報　p.30
ご覧いただきありがとうございました！　p.32



みなさん こんにちは！
わたしたちは発達障害がある仲間の
デコちゃん・ボコちゃん・ココちゃんだよ

デコちゃん

発達に「デコ・ボコ」があって
苦手なこともあるけれど
個々それぞれにキラリと輝く
個性があるんだよ



ボコちゃん

個々 輝く



このビデオは
発達障害のある子どもを応援し
育ちを支えるヒントを伝えるために
つくられました

ココちゃん

前編は「幼少期から小学校まで」

後編は「思春期から将来へ」

子どもたちが自分らしく社会で暮らしていくことを目指して
家庭や学校 社会のすべての人に知ってほしい
サポートの工夫を紹介していくよ
最後までみてね！

参照▶ DVD-1 ①「オープニング」

出演者のみなさん



監修・出演　本田秀夫さん（解説）

精神科医。信州大学医学部子どものこころの発達医学教室教授。30年以上発達障害のある子どもたちの診療にあたる。日本自閉症スペクトラム学会会長。ほか多数の学会に携わる。1988年東京大学医学部卒。医学博士。専門は発達精神医学。



出演　笹森洋樹さん（解説）

常葉大学教育学部教授。主に通常の学級に在籍する発達障害等の児童生徒の指導・支援に関する研究に携わる。小学校通級指導教室担当教諭、教育委員会指導主事、国立特別支援教育総合研究所　発達障害教育推進センター上席総括研究員（兼）センター長を経て現職。



司会　内藤裕子 アナウンサー

1999 年アナウンサーとしてＮＨＫ入局。「ニュース７」「首都圏ネットワーク」キャスター、「あさイチ」リポーター、大河ドラマ「篤姫紀行」ナレーションなど、主に報道番組や生活情報番組を担当。現在はフリーで活動。

DVD 1

発達障害の子どもの育ちを支える

前編 幼少期から小学校まで

① オープニング (2分48秒)

② 解説 発達障害とは (7分10秒)

未就学期

③ 自閉スペクトラム症・6歳のケース (8分19秒)

④ 解説 発達障害の困りごと (5分47秒)

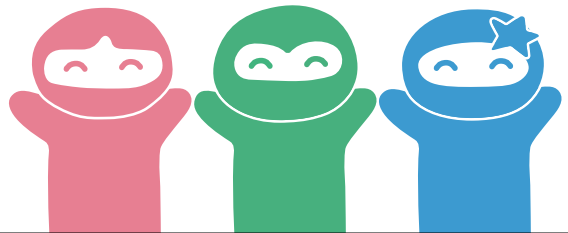
⑤ 未就学期 療育現場の実践 (10分37秒)

⑥ 未就学期 家庭で支えるヒント (7分44秒)

小学校

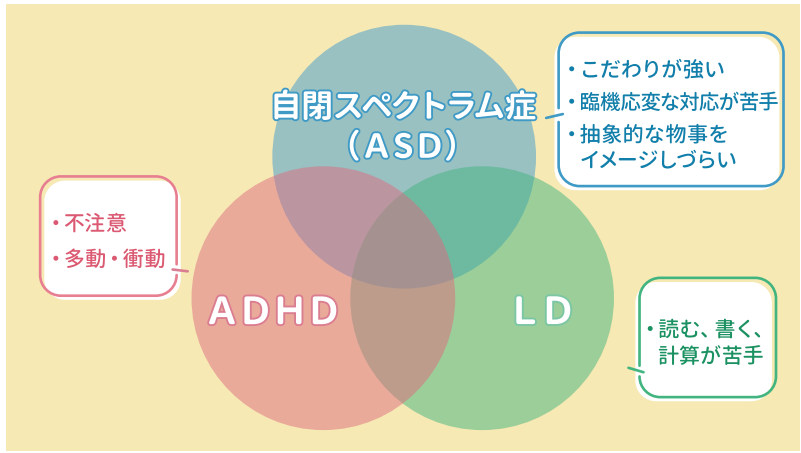
⑦ ユニバーサルデザイン教育に取り組む小学校 (18分49秒)

⑧ 解説 小学生の子どもを支える (12分25秒)



合計　70分51秒

発達障害とは



発達障害とは、先天的な脳機能の偏りによって発達にアンバランスさが生じている状態です。誰しも得意なこと・苦手なことがあるものですが、発達障害のある人たちはその差が大きく、社会生活を送る中で困りごとを抱えることが多くあります。原因は十分に解明されていませんが、**決して「育て方」といった後天的な要因から起こるものではありません。**

主な発達障害には次の3つがあります。**こだわりが強く対人関係が苦手などの特性がある「自閉スペクトラム症」（ASD）、注意欠如多動症とも言われる「ADHD」、学習障害とも言われる「LD」です。**この3つが数が多く、日常生活で困りごとを抱えることも多いため、このビデオでは3つの発達障害を中心にお伝えしています。これらが単独で起こることもあれば、上の図のように重複して表れる場合もあります。

文部科学省の調査（2022年12月発表）によると、通常の学級に在籍している公立の小・中学生のうち「発達障害の可能性がある子どもは8.8%」。35人クラスに3人はいる割合です。全体的に増加傾向にあり、グレーゾーンと言われる子どもはさらに多くいることが考えられるため、**「発達障害の子どもが、当たり前のようにともに暮らしている前提で社会全体で考える」ことがとても大切です。**

自閉スペクトラム症の特性と困りごと

- こだわりが強い
- 臨機応変な対応が苦手
- 抽象的な物事の理解が苦手
- 相手の気持ちを察することが負担

など

●「こだわりが強い」

特定のものに強く執着する・
特定の興味に没頭し、ほかのことになかなか関心を示さない　など。

●「臨機応変な対応が苦手」

自分のペースが崩れることが苦手で、変化に柔軟に対応することが難しい。途中で「そろそろ時間だよ」と言われても対応できない・予想していない話しかけられ方をしたときに困惑する　など。

●「抽象的な物事の理解が苦手」

抽象的な「**ちょっと**待ってね」「**ちゃんと**やって」などの表現が出たときにイメージがしづらい。
具体的に「3分待って」「背筋を伸ばして座りなさい」と言われるとわかるが、「ちょっと」「ちゃんと」「だいたい」「適当に」といったあいまいな物事の理解が苦手　など。

●「相手の気持ちを察することが負担」

「みんなが待っているよ」「自分ばかり順番が1番だと他の子がどう思うかな」といった、**相手の立場をイメージすることが容易ではない。**
年齢が上がるとわかるようになる人も多いが、一生懸命考えて理解するため、人の気持ちを察するときに少し疲れてしまう　など。

ADHDの特性と困りごと

- 不注意
  （気が散りやすい・忘れ物やうっかりミス）
- 多動性・衝動性
  （じっとしていられない・危険な飛び出し）

など

●「不注意」

ほかのことに気が散ってしまうため、何かやり始めても最後まで行き着かない・忘れ物やうっかりミスが多い・片づけられない・時間を守れない　など。

●「多動性」

じっとしていることが難しく、席を立ってうろうろしてしまう　など。
大人になるとうろうろすることはあまりないが、頻繁に休憩に行ってしまう・体のどこかがいつも動く、といった形で残ることがある。

●「衝動性」

何か思い立つと急に走り出してしまう・危険な飛び出しをしてしまう・後先顧みず行動して失敗してしまう　など。
危険な行動が見られる場合、いざというときは安全を守るために止める必要がある。

ＬＤの特性と困りごと

- 読むことの苦手さ
- 書くことの苦手さ
- 計算することの苦手さ

●「読むことの苦手さ」

日常的な会話は問題なくできるが、字を読むことが極端に苦手。
幼児期だと目立たないが、小学校1〜2年生になって、
「ひらがな・かたかなが読めない」「漢字がなかなか読めない」
という問題が続くようであればＬＤの可能性を考える必要がある。

●「書くことの苦手さ」

読むことはできるが、字を書くことが極端に苦手。
教科書を読むことは問題ないが、読んだ字を書こうとすると書けない・書いても文字の大きさがそろわない・マス目から大きくはみ出してしまう　など。

●「計算することの苦手さ」

数の概念や計算を理解しづらく、小学校低学年のうちからほかの科目に比べると算数がとても苦手。
一般的に「数学が苦手」と言われる人の極端な場合のイメージ。

参照▶ DVD-1 ②「解説 発達障害とは」／④「解説 発達障害の困りごと」

そのほかの発達障害

●コミュニケーション症群

言語症・語音症・小児期発症流暢症（吃音）・
社会的（語用論的）コミュニケーション症　など

●運動症群

発達性協調運動症（ＤＣＤ）・常同運動症　など

●チック症群

持続性（慢性）運動 または 音声チック症　など

●ほかの神経発達症群

早期支援の大切さ

ここまで、代表的な発達障害の特性について見てきました。
発達障害の子どもが抱える苦手さや困りごとは、特別な指導をすることである程度改善することは期待できますが、先天的な特性であるため、一般の子どもと同じようなペースで改善することが難しい場合があります。
発達障害のある子どもの育ちを支える際、**早い時期から子どもの特性を理解し、得意なところは伸ばしつつ、苦手なところは特性に配慮しながら丁寧に教える体制をつくることが重要になります。**特性への理解や配慮が得られない場合、子どものつまずきが増えたり、自己肯定感が下がってしまったりすることにつながり、メンタルヘルスの不調などの影響が出ることが少なくないためです。

未就学期 療育現場が実践する支援のヒント

児童発達支援事業所
「ぴーす新横浜」



せいくん（6歳）
自閉スペクトラム症

自閉スペクトラム症の特性「こだわり」が強く
大好きなキャラクターに夢中。ほかのことに関心が
向きづらく、集団活動に参加できないことがある。
「順番は1番目じゃないと嫌」、「自分の思ったペース
でないと混乱してパニックになる」といったことも。













＼サポートの工夫を紹介します／

視覚情報を使って活動の見通しを示す



発達障害には、「先のことがイメージしづらい」・「視覚情報があるとわかりやすい」（視覚優位）という特徴が表れる場合があります。**予定や活動の「見通し」を絵や写真などを使って図示すると、イメージしやすく、活動に参加する手がかりになります。**

興味があることを活用する





活動に興味が持てないとき、**先生は「せいくんが好きなキャラクターがついた棒」で活動内容を説明しました。**せいくんが注目しはじめました。

注目してほしいことが視界に入るように調整する



興味が出てきたタイミングで、先生は後ろ向きに座っていたせいくんの席を、前向きに変えました。視界の先には、楽しそうに活動するみんなの姿が。先生の質問に答えられたせいくんは、興味津々モードに変わりました。

選択肢を示し 本人が決めると納得感が強くなる



どうしても活動に参加したくないときは、無理をしすぎず、本人の気持ちを尊重します。せいくんが休憩したくなったとき、**先生は休憩時間の選択肢を示し、せいくん自身に決めてもらいました。**そのことで納得感・安心感が生まれ、休憩終了後はスムーズに全体の活動に戻ることができました。

＼ 未就学期 サポートの工夫のつづきです ／

集団での「楽しかった体験」を積み重ねる



興味の幅が狭いなど、集団生活に苦手さを抱えることが多い発達障害の子どもたち。特性に合わせて支援しながら、**「楽しかった集団体験」を増やすことで「新しいこともやってみよう」という次の意欲につなげることが大切です。マイナスの体験から改善点を想像して対処することが難しく、プラスの実体験のほうが学習しやすい傾向があるためです。**

一人一人を「知ろう」とする



せいくんをサポートしていた青木泰子先生に「発達障害の子どもとかかわるとき、一番大切にしていることはなんですか？」とお聞きしました。青木先生は、**「とにかく彼らのことを知りたいと思っています。何が好きかな・何が難しいかなと（一人一人のことを考える）。『きっとこういう子だろう』と大人側が決めてかかると絶対にうまくいかないので、とにかく知ろうとすることが大事だと思います」**と語ってくれました。



発達障害の特性に対する工夫もさることながら**「子どもの思いを尊重し、一人一人を知ろうとする」姿勢は多くの支援者に持ってほしいことです。**

笹森洋樹さんの解説



ADHDのサポート

ADHDの子どもにとっても「視覚情報」は重要です。気が短いので、言葉で長々説明されると途中で飽きてしまいます。目で見える情報を使って、イメージがつかみやすいように工夫しましょう。
また、一つ一つの活動が長く続かない特徴があるので、**こまめに休憩を入れ、活動を切り替えながら、子どもの気持ちを立て直しましょう。**あとは、ミスやルーズさがつきものですが、細かく教え込んでも難しいので、**小さいうちは大目に見て「だいたい活動が楽しくできていればOK」といったおおらかな気持ちで接することが大切です。**

LDのサポート

LDに対しても、目から入る「視覚情報」は重要です。ただ、文字がちょっと苦手という子どももいます。**「本人がわかりやすい情報は何だろう？」と一生懸命考えて、「文字でなくても絵や写真ならわかる」「音の情報だったらよりわかりやすい」など、本人がわかる情報伝達手段をうまく探していきましょう。**

視覚情報はすべての人にとって大切ですが、**特に発達障害のある子どもにとっては「目から入る視覚情報なくして生活はうまく立ち行かない」と思ったほうがいいでしょう。**
また、紹介した療育現場（児童発達支援事業所）のサポートは、家庭でも実践できるものが多くあります。「予定を視覚的に伝える」「本人の興味があるものを活用する」などを取り入れ、**子どもがやる気の持てるものを中心に生活していただけたらと思います。**



せいくんのおうちでの実践

小学校 ユニバーサルデザインの学校づくり



子どもたちの次なるステップは小学校です。就学前に、「特別支援学校」「特別支援学級」「通常の学級」といった進学先を相談する**「就学相談」**の場が設けられています。校内見学などを取り入れながら子どもが安心して通える小学校を選びましょう。同時に、「通常の学級」を発達障害の子どもも過ごしやすい環境にしていくことが重要になってきます。そこで、**すべての子どもが過ごしやすい「ユニバーサルデザインの学校づくり」に取り組んでいる小学校の実践を紹介し、学校や家庭でどんなことができるか、ヒントを探りました。**

取材したのは、埼玉県の戸田市立喜沢（きざわ）小学校。「誰一人　取り残されない学校」を目指して学校づくりに取り組んできました。

学校をあげて行っているのが**多様性理解授業**という特別授業です。障害のある・なしにかかわらず、「一人一人違うことが当たり前」という意識を根づかせ、排除が生まれにくい雰囲気にするのがねらいです。

２年生のクラスでは、「もし、顔も同じで、得意なことも同じ人しか住んでいない国があったらどう思う？」という質問に対し、「全員同じだからおもしろくない！」といった意見が出ました。「みんな違ってみんないい」ということを一人一人が考えて学んでいました。



こうした学校全体の雰囲気をつくるとともに**三層支援**というサポート体制を取り入れました。子どもをサポートする体制を３段階に分けて、子どもの困りごとなどに対応し、誰もが過ごしやすい学校を目指します。

➡（次のページで詳しく紹介します）

戸田市立喜沢小学校（埼玉県）の実践



三層支援の概念を表した図です。土台にあるのが、すべての子どもが過ごしやすい環境を整える**「第一層の支援」**。

▶学級の中で、発達障害に対する配慮も行います。



気が散りやすい子どもの席を前にする

▶続いて**「第二層の支援」**。学級全体での配慮だけでは子どもの困りごとが解消されないとき、少し手厚くサポートします。少人数グループに丁寧に教えるイメージです。


苦手な学習を少人数で丁寧に教える

▶さらに個別の支援があると良い場合は**「第三層の支援」**を追加します。喜沢小学校では、校内にある**「通級指導教室」**で、先生と１対１で苦手なことの練習に取り組んでいました。



小学校の先生たちの座談会



日頃から、困りごとを抱える子どもの対応策を話し合っている喜沢小学校の先生たちに、発達障害の子どもをサポートする工夫を教えてもらいました。

学びやすくする工夫



低学年担任
細田先生

じっと座っているのが厳しい子どもがいるので、活動を短く切って、１５分間漢字をやったあと、マルつけで一回立たせて「できたね」と言って、気持ちを切り替えさせる工夫をしています。



中学年担任
田村先生

「僕 書くこと苦手なんです」「漢字 覚えられないんです」と相談してくれた子どもがいて、書かせてみたら本当に書くことが大変だったんですね。そこで、**薄く答えを書いたプリントを印刷して「なぞればいいよ」と伝えました。２０問あったら「半分でいいよ」とか。なるべく励ましながら「できたね」という達成感が持てるようにやっています。**

コミュニケーションを取りやすくする工夫



低学年担任
細田先生

「しっかり座るんだよ」という抽象表現が出たときに、「しっかりってどういうこと？先生も知らないから教えて」と聞いてみたりします。「しっかりは、まず足を地面につけて…」など、子どもから出てきた言葉のほうが、発達障害の子どもには伝わることがあるからです。**考えさせて実際にやってみて、「よし！マネしてみよう」ともっていくと、「しっかり」というイメージが短い時間で子どもに刷り込まれることがあります。**

戸田市立喜沢小学校
（埼玉県）の実践



通級指導
鍋嶋先生

自分の体験を、言葉に置き換えて話すことが苦手な子どもが多いです。ある子は「○○して、○○して、こうして、ああして…」と話していたので、**「文を区切ろうね」と指導しました。**くり返しやっていくうちに、「○○しました」「○○しました」と文を区切ることができました。さらに、自分の気持ちものせて、わかりやすく・膨らませて話すことができるようになりました。

気持ちのサポート



中学年担任
田村先生

算数が苦手で「授業を受けるの嫌だ」とイライラしている子どもがいたとき、最終的には褒めようと思ってかかわります。少しでも参加したり、問題が解けなくてもその場に座っていられたことを褒めたり。「一緒にやって先生うれしかったな」など、**声かけのバリエーションをいろいろと持っておいて、共感的にかかわるとイライラしていた気持ちがスーっと落ち着くことがあります。**



通級指導
鍋嶋先生

発達障害のある子どもたちは、叱られたり責められたりすることが多いのですが、通級指導教室では全くそういうことはしないようにしています。例えば「1週間前はこんなことができてなかったけど、きょうはこんなことが変わった」といった変化があったら、それを言葉でちゃんと伝えるようにしています。**「前回はできなかったけど、今日はこれができてるよね」と言葉で丁寧に伝えるように、心がけています。**

戸田市立喜沢小学校（埼玉県）の実践

友達とのトラブル


高学年担任
中村先生

トラブルになっている子どもたち双方の話を、とにかくよく聞きます。これ以上しゃべることがないくらい、お互いの話を聞いて、**最終的に「お互いに言いたいことをどうぞ」と私の前で言わせて、落ち着いていくことが多いですね。**


中学年担任
田村先生

（友達同士の遊びの中で）ついていけない部分があると、カーっとイライラして、物に当たったり、結構大変な場面がある子どもがいたとき、**その都度「何がイライラしたのかを言葉で言って」と伝えています。物に当たるという間違った学習をしてほしくないので、「言葉で伝えようね」と何回も伝えて、「よく頑張ってるね。言葉で言えたね」と称賛しながら、試行錯誤しています。**


通級指導
鍋嶋先生

担任の先生から、通級指導教室に「こんなとき、こんなトラブルになりました」という情報をもらえることがあります。そんなときは、**その子じゃない人を主人公にフィクションのお話にして、「この子はどうすればよかったんだろうね」「まわりの子はどう思っているんだろうね」と、客観的に考えさせて指導することがあります。**

支援を続けるポイント

先生たちは、**「いろいろな先生が見てくれるのがありがたい」「教室で対応しきれないとき、通級指導教室に通っている子どもは1対1で対応してもらえる」「チームでやっている感じがすごくありがたい」**と教えてくれました。



笹森洋樹さんの解説　小学校期の支援ポイント



大人はどうしても「できないところ」に注目しがちですが、「子どもの良さ・強さを認め、意欲につなげること」が大切です。学校では、担任の先生だけで一生懸命対応すると行き詰まってしまうことがあるので、**学校がチーム支援の体制をつくることが第一歩になります。**学年の先生・学校全体の事例検討会議・必要に応じて外部の専門機関に入ってもらうなどして、**「子ども目線に立った支援」**を考えていきましょう。特に子どもは困っていることほど先生に言いにくいものです。**「安心して困っていることが言える」「教えてもらってわかる経験を積める」という学級の雰囲気を醸成できるかが、ユニバーサルデザイン教育実現のカギになると思います。**

保護者は、「担任の先生」「特別支援教育コーディネーター」「養護教諭」「管理職」など、話しやすい人に相談を持ちかけていきましょう。「協働関係」がカギになるので、「家庭ではこうかかわっているけど、学校ではどうでしょうか」「困りごとに対して先生はどんなかかわりをしているか、教えてほしいんです」といった相談をしながら、信頼関係を築いていきましょう。また、**子どもの困りごとに対しては、学校に「合理的配慮」を求めることができます。**例えば「ＬＤの子どもへの合理的配慮としてタブレットの使用を認める」などです。**合理的配慮は、特に診断や障害がはっきりしていなくても困っている実態があれば求めることができます。（診断書は必要ありません）**

学校で子どもたちに培ってほしいのは、「わからないことは誰かに聞いてもいいんだ」「人に頼っても大丈夫なんだ」と思える体験です。発達障害のある子どもたちは苦手なことがどうしてもあるので、失敗してしまうこともあります。しかし、**まわりのかかわりや環境が調整されれば、失敗を成功に変えることができます。一度失敗しても「まだ大丈夫だ」という気持ちが育まれます。できるだけ年齢が小さいうちから、「失敗しても大丈夫なんだ」という気持ちを育ててほしいと思います。**

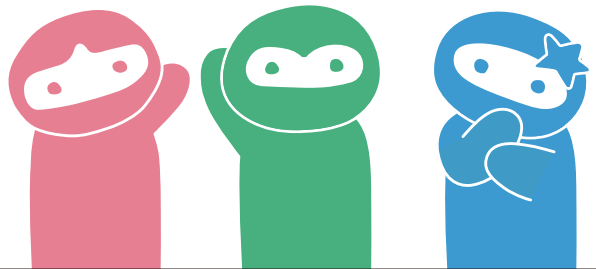
DVD 2

発達障害の子どもの育ちを支える

後編 思春期から将来へ

① オープニング (5分13秒)
② 発達障害のある中学1年生の悩み (11分21秒)
③ 解説 思春期以降を支える (5分34秒)
④ 社会的スキルを育む放課後等デイサービス (10分01秒)
⑤ 解説 社会的なスキルを育む (9分11秒)
⑥ 余暇活動の大切さ (8分45秒)
⑦ 仲間で支え合う当事者会の力 (7分22秒)
⑧ まとめ 育ちを支えるために (2分58秒)
⑨ 大人になった私からみんなへ (5分58秒)

合計　66分23秒





大井勇人さん（中学1年生）
自閉スペクトラム症　ADHD　感覚過敏

聴覚過敏で情報過多になり疲れやすい・初めての人とのコミュニケーションが苦手・あいまいな物事が理解しづらい傾向などがあり、学校生活で悩んできた。

「白黒はっきり分けて考える」傾向があり 小学校では掃除中にトラブルが…



中学では 自分を抑えてトラブル回避 ただ ストレスで爪かみが止まらない





無理をしていないか心配です…

母 光世さん



勇人さんの夢は科学者。発達障害の特性とつきあいながら進学を目指しています。母の光世さんは、中学に入って友達とのトラブルは減ったものの、爪かみの癖が治らないため「ストレスを抱えているのでは…」と心配しています。**「障害を抱えつつも定型発達の子と同じ道筋を行かないといけないので、彼なりの立ち位置ややり方を見つけられるのか、不安があります。相談先や頼れるところがあるといいんですけど…」。**（母・光世さん）



本田秀夫さんの解説

「実は無理をしているのでは…」と気づけることはとても大切です。**本来の自分を少し隠して、無理して適応している状態を** 過剰適応 **といいます。**心身の不調につながりかねないので、過剰適応 は思春期以降 一番気をつけなければならない問題の一つです。

思春期以降の支援ポイント

過剰適応・二次障害・不登校を考える

前のページで 過剰適応 という**「本来の自分を隠し周囲に合わせて無理をしすぎている状態」**に触れました。なぜ過剰適応に気をつけなければならないかというと、二次障害 という**「ストレスなどから生じるメンタルヘルスの不調」**を引き起こすことがあるからです。（抑うつ・不安など）
ストレスや困りごとを抱えがちな発達障害の子どもにとって、「できているから大丈夫だろう」「もっとがんばれ」と言われる状況は非常につらいものです。**「過剰適応」「二次障害」を予防することは幼少期から大切ですが、思春期以降は、進路や人間関係の悩み・社会との接点が増えるため、特に気をつけながら心身の健康を最優先にしていきましょう。**
また、不登校 など学校に行きたくない状況になることも珍しくありません。不登校というと、「さぼりたいからでは」と考えてしまいがちですが、**不登校は、学校の環境と子どもの特性の間になんらかの不適合が生じたときに、学校に行くモチベーションが下がってしまう問題です。「学校生活のどこに本人のストレスの元があるのか」「本人が学校に行こうと思えるモチベーションがどこにあるのか」、丁寧に分析して学校が居心地のいい場所になるよう工夫をする必要があります。**

サポート機関と日頃からつながる

発達障害の子どもたちの公的な支援体制はまだ十分とはいえませんが、福祉では**「発達障害者支援センター」「子ども家庭支援センター」「児童相談所」「各自治体の障害福祉の窓口」**などが相談窓口になります。教育では、小・中・高に**「通級による指導」**という制度があります。なんらかの障害特性がある子どもに、社会性や生活力を高めていく個別指導を行っているので、**「通級指導教室」**などの情報も得て、日頃からサポート機関とつながることが大切です。

p.30-31 にサポート機関情報も掲載しています

思春期以降 家庭でのかかわり方

●保護者はあくまで脇役・子どもの主体性を尊重する

発達障害がある子どもは、進路選択などを大人がサポートしていく必要があります。ただし、保護者がリードする小学校時代と違い、**中学・高校は「子どもが自主的に動くことを尊重すべき時期」でもあります。**保護者はつい「ああしなさい」「進路はここがいいのでは？」と押しつけてしまいがちですが、**保護者が先回りしすぎると、子どもの意欲が低下してしまうことがよくあります。**

●キーワードは「支援つき試行錯誤」

保護者や、かかわる大人の指針となるのが 支援つき試行錯誤 という考え方です。**本人が主体的に試行錯誤する場面を保障し、要所要所で大人がバックアップしながら応援するイメージです。**例えば、進路選択の場面でいうと、第一に「本人が進路を考えようという気持ちになるのを気長に待つ」。そして、途中で気が変わったとしても「本人がやったり・やめたりすることを応援する」。進路情報などを伝えたいときは、押しつけるのではなく「『こういう学校もあるみたいだよ』と材料を提供して、本人に考えさせる」といった対応になります。**ねらいは、将来に向けて「本人の主体性を促していくこと」。思春期以降は、大人が指示や禁止をしすぎず、本人を立てていくスタンスを大切にしましょう。**

●進路・将来をどう考える？

進路情報は、学校の先生から情報提供することが望ましいですが、保護者が補助的に手伝うことは問題ありません。子どもの特徴・学力・向いていそうなことを加味して、「こういう学校があるよ」と情報提供し、本人が資料を取り寄せたり、見学に行ったりすることを応援しましょう。
また、**就職の際、発達障害の人の中には、「障害者手帳」を取得し、「障害者雇用」で働くという選択をする人もいます。**学校や就労支援機関などと相談しながら、その人に合った進路を探っていきましょう。

思春期 社会的なスキルを育む

「自己決定力」と「相談力」



本田秀夫さんは、社会で自分らしく生きていくために**「自ら考えて判断する 自己決定力 」**と**「困ったときに相談できる 相談力 」**が必要だと考えています。大人になって何かをするとき、最終的に自分で判断する必要があります。一方、困ったときに一人で抱え込まないように誰かに相談する力も大切です。2つのスキルは両輪で、**自己決定**するときに独り善がりにならないためにも**相談**し、**相談**した上で最終的には**自己決定**する。両方ともバランスよく育てていくことが大切になります。

社会的なスキルを育むヒントを求めて、神奈川県川崎市にある放課後等デイサービス「ティーンズ川崎」を取材しました。ここでは、発達障害の子どもが社会に出ていくための支援に力を入れるため、土日に「お仕事体験プログラム」という活動を用意しています。接客や経理など、実際にある仕事を擬似体験する取り組みで、活動を通して**「自分の得意・不得意を知る」「困ったときに相談する力をつける」**ことなどを目的にしています。





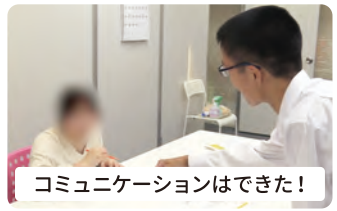
出会ったのは高校2年生の山崎さん（仮名）。自分からコミュニケーションを取ることが苦手で、その課題に取り組みたいと通い始めました。まずは、スタッフと相談しながら、「自分から声を出してコミュニケーションを取る」という目標を決めていきました。

放課後等デイサービス
「ティーンズ川崎」の実践


「漫画家アシスタント」の仕事


「よくある服の色」がわからない…


質問を重ねながら試行錯誤


コミュニケーションはできた！

この日は、漫画の原稿に色を塗る「漫画家アシスタント」の仕事。スタッフが上司役となり、**「あいまいな色の指示を受ける」**というハードルを設けました。発達障害がある場合、あいまいな言葉をイメージしづらいことがあります。「よくあるジャケットの色を塗ってください」と言われた山崎さんは、「よくある色がわからない…」と悩みますが、質問を重ねたり、ジャケットの色を調べたりしながら試行錯誤。**スタッフは本人が試行錯誤する時間を大切にしていました。**活動を終えた山崎さんは、**「自分の苦手なことがわかった」「目標としていたコミュニケーションは自然に取れた」**と自信に満ちた表情で語ってくれました。スタッフは、**「できること・苦手なことを知って、自信や相談力を身につけながら、社会に出ていく準備ができたら」**と話していました。



本田秀夫さんの解説

「自己決定力」と**「相談力」**を重視している実践例です。**できたことをはっきりと褒め、課題のある点を隠しすぎず伝えられるのは、相談しやすい関係が築かれているからこそ。**本人の試行錯誤を、要所要所で支える体制を作っていきましょう。

思春期以降 余暇活動の大切さ



将来働くことなどを見据えた「社会的なスキル」を育む一方、**「余暇を楽しむ」**ことも大切になります。

本田秀夫さんは、発達障害の人たちの**「余暇活動」**を支援する団体「ネスト・ジャパン」の代表もしています。**「日本の法制度では、障害のある人たちの支援は主に『就労』に向きます。でも私たちは仕事のためだけに生きているのではなく、遊びや生活を楽しむことも欠かせません。発達障害のある人は、余暇を楽しむ機会が十分に保障されていないと感じ、余暇活動を支援する団体を立ち上げました」**。(本田さん)





年齢を問わず、２０あまりの余暇活動に参加できる「ネスト・ジャパン」。取材したのは、好きな作品の話題で盛り上がる「アニメ・漫画クラブ」です。自閉スペクトラム症のある吉田雅人さんは、特別支援学校を卒業後、大手企業に障害者雇用枠で就職。同じ特性を持つ仲間との交流が減ったとき、ここの活動を知りました。**仲間同士で好きなことに没頭できる時間が、社会生活を送るエネルギーを育んでいるといいます。吉田さんは「好きなことを見つけることが一番大事なので、ぜひ見つけてください!」と笑顔で語ってくれました。**



笹森洋樹さんの解説

発達障害の人はストレスを抱えることが多いので、**余暇が充実すると気分転換ができ、ストレスに対処する力・「コーピングスキル」も高まると思います。**

思春期以降 仲間で支え合う「当事者会」



全国には大小さまざまな「発達障害の当事者会」があります。参加年齢や活動内容はそれぞれですが、同じ経験をもつ仲間同士で支え合う**ピアサポート**と呼ばれる活動になります。







大人の発達障害当事者会
「関西ほっとサロン」

関西地方で２０年以上活動する、大人の発達障害・当事者会「関西ほっとサロン」を取材しました。居心地のよい安全な場にするため、相手を否定せず話を受け止めることを基本にしているといいます。参加者は、日頃の悩みなどを思い思いに語り合っていました。代表の広野ゆいさんに、当事者会の意義を伺うと、**「失敗したことに共感してもらえる安心感がある」「失敗がネタになって盛り上がる」「ほかの人が体験した体験的知識が得られ学びになる」**と教えてくれました。



本田秀夫さんの解説

「自分の失敗談を笑い話にできる」のは心が健康であることの表れです。**当事者が語る体験的知識は、専門家の知識より心に響くと常々感じています。**

大人になった私からみんなへ
～発達障害・当事者の方からの応援メッセージ～



showさん
LD・ADHD

幼いときは落ち着きがなく、走り回っていたと親に言われていました。中学生のとき、まわりの声に敏感になり、不登校を経験しました。今は障害者雇用で働いています。学生時代に苦労したので、しんどい気持ちはよくわかります。でも、大人になってサポート機関や自助会につながって、自信がもてて僕自身変われたので**「決して一人じゃないよ」とみなさんにお伝えしたいです。**



ユウタさん
ADHD

僕は人と話すことは好きなんですが、道具を使うことが苦手なタイプです。４年前に勤めていた会社が、道具を使ってなんぼの世界だったので、失敗しまくって苦労しましたね。**僕的なアドバイスは「まず一人で悩まない」ことです。**一人で悩みを抱えているぐらいだったら、仲間を増やして、自分の悪い点を仲間と一緒に改善していけば、発達障害を抱えていても今後よりよい人間関係を築けるチャンスはつかめると思います！



なのさん
ADHD・ASD

ADHDとASDがあって、しゃべりすぎて止まらないのが私の特性です。小さい頃はおてんば娘でたくさん親に迷惑をかけてきました。大学は４回留年して、無事ではないけどなんとか卒業して、いろいろな職を転々として、去年は入院までして、今はB型の福祉作業所で働いています。苦労はしたけど今はとても楽しい日々を送っています。**今自分がやりたいこと・今自分ができることをたくさんやってほしいと思います。**



広野ゆいさん
ADHD・ASD

子どもの頃からずっと「忘れ物の女王」「遅刻の帝王」と言われながら大きくなって、生きづらくてひきこもりになってしまったときに発達障害がわかりました。でも**発達障害だからといって「この人生も悪くない」と思っています。だからこそできることもたくさんあります。ぜひ楽しく仲間をつくりながら自分らしい人生を送っていただきたいと思います。**

発達障害の子どもを支えるために大切にしたいこと



本田秀夫さん

自分の考えを人に伝えられることは、心の健康にとって大切です。しかし相手がいるので、その人の立場も考えなくてはいけません。だからこそ**「自己決定力」**と**「相談力」**が必要になってきます。子育てに関して言うと、どうしても大人は子どもに「こうしなさい」と押しつけたり、命令したりしがちですが、発達障害の方は押しつけられるのが嫌なんですね。そこで、**「大人と子どもが話し合って合意する習慣を身につける」ことが重要になってきます。「○○しなさい」ではなく「○○しようか？どうする？」と、必ず子どもの気持ちを確かめてから動く。小さいときは大人がリードしつつ、子どもの気持ちを聞いて合意する。年齢が高くなるにしたがって、子どもの主体性を尊重する方向にシフトしていき、最終的に自立に向けていくイメージで子育てを考えていただけたらと思います。**



笹森洋樹さん

はじめから大人の価値観で「物事の正しい道はこうだよ」と教え込まないことだと思います。自分で考えていないので、うまくいかなかったときに人のせいにしてしまうようなリスクあるからです。**自己判断・自己決定する力をつけるために、本人が思い悩む場面をできるだけ保障する。温かく見守りつつ、少しアドバイスするという姿勢が大切だと思います。**失敗することは誰にでもあります。でも、**一度で成功した人は経験は１回しかできませんが、二度目で成功した人は経験が２回できます。しかも「失敗する方法」と「成功する方法」を２つとも知っていることになります。なので、子どもが「失敗しても次がある」「失敗しても手立てが見つかる」と思えるように育てていくことが大切だと思います。**

サポート機関などのお役立ち情報

発達障害全般に関する相談

発達障害者支援センター

発達障害児（者）とその家族が豊かな地域生活を送れるよう、保健・医療・福祉・教育・労働などの関係機関と連携しながら、さまざまな相談に応じ、指導と助言を行っています。

ホームページ　http://www.rehab.go.jp/ddis/action/center/

発達障害教育推進センター

発達障害に関する最新情報や、国の動向についての情報、子育てや特別支援教育についてのＱ＆Ａを掲載しています。

ホームページ　https://cpedd.nise.go.jp

以下の機関も相談窓口になります。

子ども家庭支援センター　児童相談所　障害福祉の窓口

子どもの療育・教育・就労に向けたサポート

児童発達支援センター

障害のある子どもを対象に、日常生活を送るための訓練を行う通所施設。各自治体の窓口、発達障害者支援センターにお問い合わせ下さい。

通級による指導（小学校・中学校・高校）

通常の学級に在籍しながら、障害特性による困難を改善するため、一人一人に応じた指導を行う制度。学校の先生・窓口にご相談ください。

地域若者サポートステーション

１５歳～４９歳を対象に、コミュニケーション講座や就労体験などを通し、職場定着までバックアップする機関です。

ホームページ　https://saposute-net.mhlw.go.jp



当事者団体やネットワークなど

一般社団法人 日本発達障害ネットワーク JDDnet

発達障害関係の全国および地方の障害者団体や親の会、学会・研究会、職能団体などを含めた幅広いネットワークです。

ホームページ　https://jddnet.jp

特定非営利活動法人 全国ＬＤ親の会

ＬＤなど発達障害のある子どもを持つ保護者の会の全国組織です。

ホームページ　https://www.jpald.net

一般社団法人 日本自閉症協会

全国５０都道府県市にある自閉症協会がそれぞれ、各地域で活躍している専門家の方とも協力して活動を行っており、地域で暮らす上で必要な各種の情報があります。

ホームページ　https://www.autism.or.jp

NPO法人 えじそんくらぶ

ＡＤＨＤの正しい理解の普及と支援を柱として活動しています。

ホームページ　https://e-club.jp

NPO法人 EDGE

読み書き困難の正しい認識の普及と支援を行う民間団体です。

ホームページ　https://www.npo-edge.jp

就労に関する相談窓口・支援機関

「ハローワーク（障害者の就労相談部門）」「地域障害者職業センター」「障害者就業・生活支援センター」「就労移行支援事業」「就労継続支援事業」「地域活動支援センター」などの、相談・支援機関があります。

ご覧いただき ありがとうございました！

　このビデオを手にとってくださり、ありがとうございます。
これまで発達障害の取材を続けてきて、大勢の子どもたちや当事者の方・ご家族にお会いしてきました。その中で、悩みや二次障害に苦しむ方の声もお聞きしてきました。無力さや、学校や社会の理解が一部追いついていない現実に心が苦しくなりました。

　今回発達障害のビデオをつくるにあたって、ご家族や支援者の方をはじめ、社会のみなさんが「前向きに発達障害の子どもをサポートしよう！」と思えるものを目指しました。具体的な手立てのヒントをお伝えすることを大事につくりました。

　希望を感じたのは、その人らしく人生を歩んでいる方たちに大勢出会えたことです。子どもたちが今後社会でどう暮らしていけばいいか、進路・将来を支えるサポート体制は十分なのか、といった課題もありますが「みなさんとともに発達障害のある人がもっと暮らしやすい未来をつくりたい」という思いを強くしました。

　最後に、今回のビデオに賛同し、取材や撮影に協力してくださったみなさんに心から御礼申し上げます。出会った子どもたち、ご覧いただいたみなさんがかかわる子どもたち、すべての子どもたちが生きやすい社会になることを願って、私たちもできることを続けていきます。



NHK厚生文化事業団
「発達障害の子どもの育ちを支える」制作班

監修・出演　本田秀夫
出演　笹森洋樹
司会　内藤裕子

語り　河野多紀
キャラクターの声　坂村理恵　八坂朱美　田村眞怜愛
撮影　鈴木優介　桃田憲春
音声　吉川 学　若生正和
照明　永井日出雄
編集　堀内和啓
映像技術　昆野朋輝　関 大地　豊嶋宏和
音響効果　日比康二
デザイン　後藤智美
ディレクター　林原摂子
制作統括　坂口 真

制作・著作

社会福祉法人
NHK厚生文化事業団
NHK HEARTS　NHK PUBLIC WELFARE ORGANIZATION

2023年度制作