



発達が気になる子どものママ・パパへ ～学齡期から青年期～

学齡期から青年期の過ごし方
親として心がけたいこと
社会参加できるようにするには？

監修:特定非営利活動法人チャイルズ 是澤 ゆかり
制作:大阪市教育委員会事務局生涯学習部生涯学習担当

スタート

このコンテンツでは、発達が気になる子どもの学齢期における特徴、青年期に向けての過ごし方、どのような選択肢があるのか、社会参加にあたって、どのような準備をすれば良いのかなど、役立つ情報をたくさんご紹介しています。

はじめからでも、見たいページからでも、ぜひご覧ください。

メニュー

最初からみる

先輩ママからのメッセージ

発達障がいでなに？

学齢期にあらわれる特徴

進路について

求められる職業スキル

就労・社会参加について

親として心掛けたいこと

思春期について

環境について

相談できる場所は？

発達障がい相談・支援機関一覧

リンク集

Q&A

◀ 前へ

次へ ▶



先輩ママからのメッセージ



私は、知的障がいを伴う自閉症の息子の母親です。息子は現在21歳(2019年3月現在)で、現在は生活介護で働き、とてもおだやかに過ごしています。

働きだすと、学生時代のような行事も少なくなり、毎日がとても安定します。だから、**重度のお子さんを持つママ・パパも、そんなに心配しなくても大丈夫！！**現在の福祉はとてもサービスが整っています。みなさんの子どもさんが社会に出る頃には更に福祉サービスは発展していると思います。

しかし、**福祉が整っていることに「あたりまえ」があると思わないことが、とても大事なことです。**子どもは私たちの子ども、子育ては私たち保護者が中心となってやらなくてははいけないと考えます。

私の子育ては終わりつつありますが、もう一度、子育てがしたいと思うくらい子育て期間はすごく重要で、その子育て期間の日々の繰り返しの結果が今なんです。

子どもたちが育って大人になっていくことを考えるのと同時に、ご自身、親として振り返る機会を作ってほしいと思います。自分の子どもの特性を理解して、やりたいことに向けて大人になっていけるのかを、応援してあげる親になっていただけたらと思います。

是澤 ゆかり

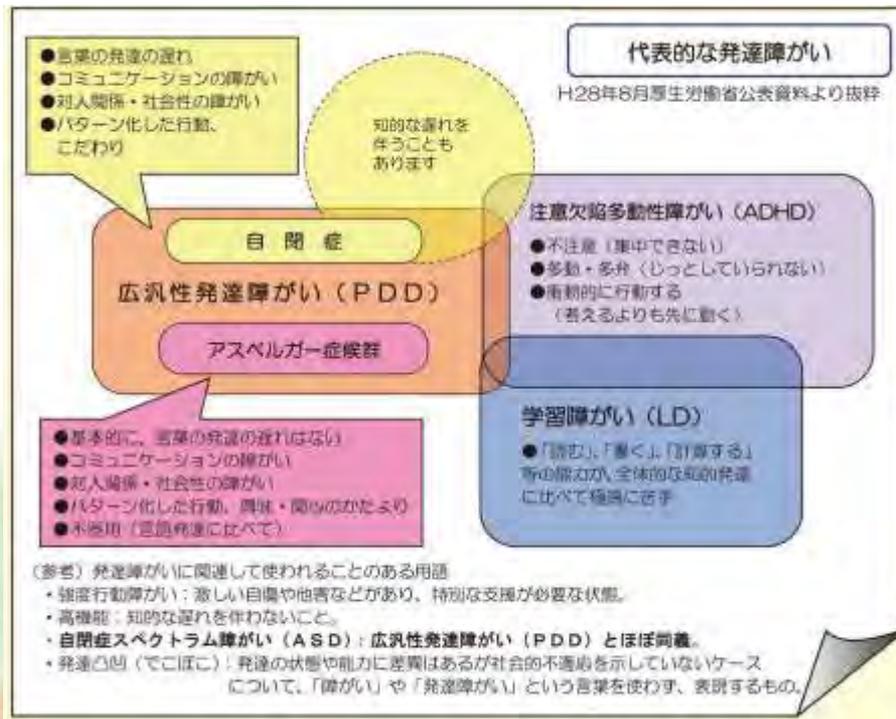


前へ

次へ

発達障がいってなに？

自閉症スペクトラム障がい(ASD)・注意欠陥多動性障がい(ADHD)・学習障がい(LD)といった、発達の偏りの総称。育て方や性格等とは一切関係なく、脳機能の障がいであると考えられています。



学齢期にあらわれる特徴

発達障がいの子どもたちは、3、4歳くらいで最初の特徴があらわれ、次は小学校3、4年生くらいから、学習のつまづきとしてあらわれることが多いです。

- ・記憶力が低く、読解力が弱い
- ・音読ができない
- ・中学校になったら推論が苦手など
- ・板書が苦手
- ・漢字が覚えられない

子どもの学習において不安がある場合、**大阪市発達障がい者支援センターエルムおおさか**で、『聞く・話す・読む・書く・算数・推論』の6項目について、お子さんの学習支援をテーマにした研修があります。ホームページを覗いてみてくださいね。

<https://www.elmosaka.org/>



進路について

将来を見据えながら、 学齢期を過ごしていきましょう

進学・就労は、まだまだ、先の話！と思っけていても、あつという間に子どもは成長していきます。この機会に、進路や就労の際に求められることなどを知り、子ども達が社会参加を図るために、学齢期に心掛けることなど、どのように過ごしていけばいいのか、考えていきましょう。



就学・進学について

• 就学前⇒

○地域の小学校

通常学級・特別支援学級

○特別支援学校 小学部

• 小学生⇒

○地域の中学校

通常学級・特別支援学級

○特別支援学校 中学部

○私立中学校



就学・進学について

● 中学生⇒

○ 高等学校

- 知的障がい生徒自立支援コース設置校
- 共生推進教室設置校(高等支援学校卒)
- 全日制
- 定時制
- 通信制
- 単位制

○ 特別支援学校 高等部

○ 高等支援学校

○ 専修学校・専門学校 等



進路について

・高校卒業後⇒

一般就労、障がい者雇用、大学、専門学校、職業訓練校、
就労移行支援、就労継続支援A型、B型、生活介護、
自立訓練 等

高校卒業後、外出、社会参加が困難な場合は自立した
社会参加を送れるよう支援してくれる**大阪市地域活動
支援センター**に相談してみましょう。



進路について

- ・情緒が安定している
- ・約束時間を守る
- ・持続して出勤ができる

などの社会性が備わっていれば就労先はたくさんあります。

親として小さい時から子どもの社会性を高めるように、心がけてあげる事が大事です。どのようなスキルが求められるか次のページで見てください。



求められる職業スキル

日常生活	<ul style="list-style-type: none"> ・起床 ・生活リズム ・食事 ・服薬管理 ・外来通院 ・体調不良時の対処 ・身だしなみ ・金銭管理 ・自分の障害や症状の理解 ・援助の要請 ・社会性
働く場での対人関係	<ul style="list-style-type: none"> ・あいさつ ・会話 ・言葉遣い ・非言語的コミュニケーション ・協調性 ・感情のコントロール ・意思表示 ・共同作業
働く場での行動・態度	<ul style="list-style-type: none"> ・一般就労への意欲 ・作業意欲 ・就労能力の自覚 ・働く場のルールの理解 ・仕事の報告 ・欠勤等の連絡 ・出勤状況 ・作業に取り組む態度 ・持続力 ・作業速度 ・作業能率の向上 ・指示内容の理解 ・作業の正確性 ・危険への対処 ・作業環境の変化への対応

就労・社会参加について

支援学校では、
就労に向けて、高等部2年生で実習に行き『**アセスメント**』をとっています。

『アセスメント』って？

一般企業や就労移行支援事業所で実習を行い、
下記のような基準で、生徒の状況を確認すること。

- ・伝言ができますか？
- ・指示にどのくらい従えますか？
- ・言葉遣いは？
- ・報告・連絡・相談はできますか？
- ・困った時に援助要求ができますか？

就労に向けての「アセスメント」
をとります。

就労・社会参加について

子どもの状況をみながら、
就労・社会参加を考えていくことが大切です！

次ページで、福祉サービスの種類をいくつか紹介しますね。



前へ

次へ

障がい者福祉サービスの種類

※大阪市福祉局ホームページ抜粋

就労移行支援

就労に必要な訓練、求職活動に関する支援、就職後における職場への定着のために必要な相談、その他の必要な支援を行います。

就労継続支援 A型(雇用型)

生産活動その他の活動の機会の提供、その他の就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練、その他の必要な支援を行います。

就労継続支援 B型(非雇用型)

生産活動その他の活動の機会の提供、その他の就労に必要な知識及び能力の向上のために必要な訓練、その他の必要な支援を行います。

・他に

生活介護

自立訓練

などがあります。

就労・社会参加について



ひとりで通勤できるか不安…

ひとりで通勤や通学をできるよう練習、
日常生活の2年間支援をしてくれる、

自立訓練

を利用してみましょう！



前へ

次へ

就労・社会参加について



高校を卒業して、すぐに就職するのは不安…

ビジネスマナー、電話対応、パソコン作業などのスキルによって2年間支援してくれる、

就労移行支援 を利用してみましょう！



就労・社会参加について



就労継続支援B型、A型じゃなく、
もっと働きたい！！

今、障がい者雇用は、たくさんの企業が募集しています！
企業が求めていること、やってほしいこと等、ハローワーク
で見ることができます。
いろいろ挑戦してみましよう！



前へ

次へ

心配な時はご相談ください！

高校卒業して働くところはあるかな？と心配しなくても、福祉サービスや職業訓練校等を、どんどん利用して社会に出ていきましょう！



大阪市障がい者就業・生活支援センター

◎東部地域担当障がい者就業・生活支援センターでは、精神障がい者・発達障がい者就業支援コーディネーターが配置され、就労相談・職業指導・職業実習・職業定着支援までの一貫した支援を行っています。

【所在地】 大阪市天王寺区東上町4-17(大阪市立中央授産場)
電話:06-6776-7336 FaX:06-6776-7338

親として心掛けたいこと



子どもたちができることを親が奪ってしまっていないか、家の中で自立してできることは何か、次のページから親として心掛けたいこと、もう一度見直してみましょう。



反抗期について

言える力を養う

自己肯定感を高める

自尊心を高める

心掛けてほしいこと

前へ

次へ

親として心掛けたいこと

…反抗期について…

小学校5～6年生くらいの時期に、「自分で何でもやりたい」と自立心が芽生えます。そのときに、自分でできるスキルを身につけていない子どもたちは、生活が崩れていく可能性があります。

学校の準備、忘れ物のチェックを全て親がやっちゃっているという状況は…



自分で準備ができない。でも、「親」=依存対象は、思い通りにやってくれない。子どもたちは反抗することに…

・小学校4～5年生くらいまでに自分の事は自分です。

★朝起きてから寝るまでに親はどこを手伝えればいいのか？

例)親がハンカチを引き出しから出す=子どもはやってもらって当然

ハンカチが入ってないと人の責任にします。自己責任を取らない生活をしていると無責任になってしまいます。

- ・例えば…引き出しや箱にラベルを貼るなどで分かりやすく工夫してみましょう。
- ・身だしなみ等はチェックするポイントを一覧表にし登校前に確認できるようにしてみましょう。



親として心掛けたいこと

…言える力を養う…

子どもの時から大事にすべきことの1つとして
「**援助要求**」を出せるようにしておきましょう

困った時に固まってしまう＝「**困ってる**」と言えない



周りにボーっとしてると思われ怒られてしまう

「次は何をすればいいですか?」「指示がわかりません」と言える力があれば周りが助けてくれます。
『**言える力**』を養うことが必要です。

将来に向けて「言える力」を養いましょう。



親として心掛けたいこと

…自己肯定感を高める…

親の自己肯定感を高め

子どもの自己肯定感も高めよう

★自分はどこまで頑張っているのか？自分の中で認識することが大事

- ・あるがまま認めてくれる人と付き合いおう
- ・自分の出来ること、優れているところを知ろう
子どもには「具体的なところを褒めてあげる」ようにしましょう
- ・ネガティブな言葉をポジティブな言葉に置き換えよう
「走らない」でなく「歩く」と肯定的な言葉で伝えよう
- ・共感してくれる人を見つけよう
親は同じ想いになってくれる仲間、子どもは同じ興味のある子たち
- ・もう一人の自分に語りかけよう
自分を客観的に見る。マイナスの部分は良い部分でカバーできることを言い続けよう

自尊心を高める

自尊心とは自分には価値があると思えることです。自分の気持ちが伝わらないと、子どもたちは不安になります。そのことが積み重なると、被害者意識が強くなり**逃避行動**、**解離行動**が出てきます。

親としてできること

親の関わり方で防ぐことができます。徹底的に『**聞き上手**』になるということ以外はありません！

例えば・・・喧嘩をして殴った

「**謝った**」から**解決した** ではないんです。謝る前に、殴るというのは何かの怒りがあって殴るという行動になったのです。

「**殴ることで何を伝えたかったのか**」、

時間をかけて待ち、聞くことが大事です。



心掛けてほしいこと



親の情緒が安定していること、いつも機嫌の良い親であること

★子どもが親の情緒に振り回されていませんか？

親がニコニコ笑っていることで子どもの情緒は安定します。コワイ表情では、子どもは親の顔色を見るようになり、「嘘をつく」行動が出るようになります。

★子どもが話を聞いてほしいと思う親ですか？

子どもとたくさん話してみてください。

子どもが親にも意見や考えを話せなかったら、他人に伝えることはできません。子どもが何でも話せる親になりましょう。

思春期について

…性の課題…

幼少期から思春期まで、継続して、親と手を繋ぐことや距離が近い環境にある。



人に触れることに抵抗をもたないまま、思春期を迎えてしまう。



思春期を迎えると、じっと見たり触ってしまうことで、他の人から不快に思われてしまう原因になる。

親も子どもとの距離感をきっちり取って子育てをすることが重要です！！



思春期について

・・・性の課題・・・

・家庭において心掛けたいこと

見せない、触らないということを、伝える。

見せない

- ・ **子ども**は人前で服を脱いで**見せる**ことは平気。
- ・ **親**は「**見せない**」ということ、どう教えていくか。

触らない

- ・ 人との**距離感**＝**触らない**
- ・ **親**は「**触らない**」ということ、どう教えていくか。

次ページで、どう教えていくかを紹介しますね。



前へ

次へ

見せない、触らせない 親としてできること①

子どもは小さい時は、くっついてきたり、膝に乗ってくることはありますが、低学年の頃にはできる限り距離をとるようにしましょう。
お風呂もひとりで入れるまでは、親がTシャツなどを
着て、**見せない、触れさせない**ことが
大切です。
人と触れないということを教えようと思ったら、早い
時期から子どもと距離感を取っていくことが大切です。



見せない、触らせない 親としてできること②

パーソナルスペースが大事

パーソナルスペースとは、人間がいちばん安心してコミュニケーションが取れる距離、腕一本の距離と言われています。
早い時期から子どもに伝えてあげることが重要です。



見せない、触らせない 親としてできること③

小さいころから伝えていると、トラブルが起こった時に
「この距離がいいよ！」と教えることができ
ますが、問題行動が起きてから教えると自分の
行動を**否定された**と捉えてしまいます。



見せない、触らせない 親としてできること④

距離感については、すごく重要なことですが、家庭の中で見落としがちなことです。

「叩いたり、噛んだり、押したり」することも**触れている**ということです。
人との距離感、触れてはいけないことを教えていきましょう！



環境について

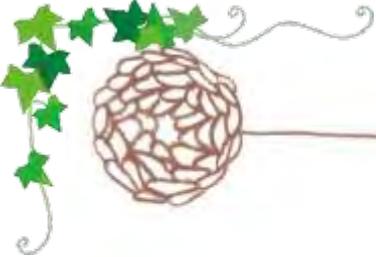
・・・学びやすさの配慮・・・

ADHDの子どもたちは「ものの整理ができない」「片づけが苦手」「忘れ物が多い」「ものをなくす」などの特徴があります。

ADHDの子どもたちの症状を理解し環境を整えてあげて学ぶことで発揮できる力を養うことができます。
視覚情報ができるだけ少ない環境で学ぶことです。

学校での座席は最前列がいいですね。
後列だと周りの動きが全部視界に入ってしまう。
環境を整えることで力を発揮できます。
次ページはスケジュール管理についてお話ししますね。





環境について



スケジュールを理解しながら毎日過ごしていますか？

子どもたちは、見通しが不安定になると一気に**崩れて**しまいます。

崩れのキーワードは「**始まりと終わり**」が見えなくなることです。

始まりを自分で決める、終わりを見通しやすくすることがとても重要です。

「**始まりと終わり**」をどう伝えるか次ページでお話しますね。



環境について

「始まりと終わり」とは・・・

「**ここから始まって、ここで終わる**」と、きちり伝えておくことが子どもたちが頑張る理由です。

終わりがなく、一生懸命でやって更にもっと頑張ろうと要求すると、子どもたちは頑張ることをやめてしまいます。

「頑張れば頑張るほどハードルを上げられる」と学習してしまいます。



終わりを伝えることが大事ですね。

早く終わったら遊べるよ！という条件で子どもたちのやる気を起こしましょう。

次ページでは家庭でできる支援についてお話ししますね。



環境について

家庭でできる支援の工夫

・ワークシステム



(例)

課題を①～④まで決めて、全て終わったら遊べる、という形を作ります。学校でも活用できます。



・物理的構造化



(例)

弱い刺激から子どもたちを守ってあげる環境を作ります。

つい立の前に座ると眼に見えていることに集中できるため、食事や学習などもはかどります。

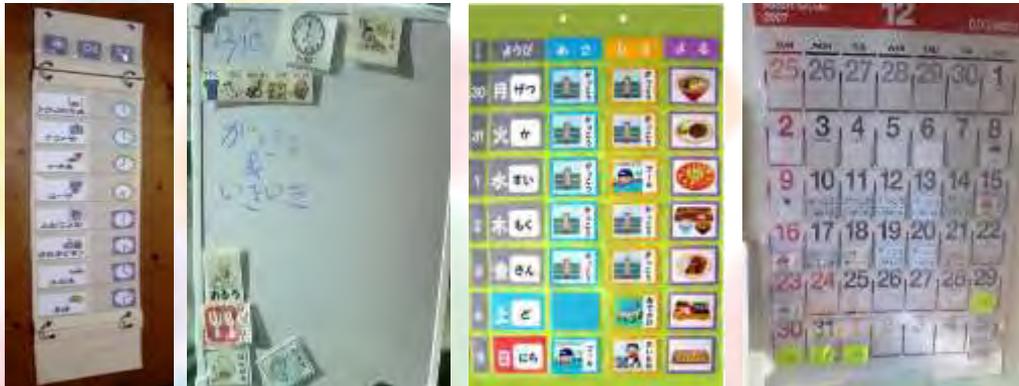
環境について

家庭でできる支援の工夫

● PECS ペクス (picture exchange communication system)

絵カードでコミュニケーションをとります。お話がうまくできない場合は、カードを使って思いを伝えることができます。

● スケジュール(デイリー・週刊・月間)、ラベリング



毎日のスケジュールで思いを伝えることができます。

- 月間スケジュールはカレンダーにポケットが付いており、やりたいこと、行きたい所のカードを入れておけるようになっています。本人の**意思が反映されることが大事です。**
- ラベリングは1つの引き出しに1つの物と分かるよう整理をしておきます。

相談できる場所はどこですか？

※大阪市発達障がいガイド抜粋
<http://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000115943.html>



大阪市発達障がい者支援センター「エルムおおさか」
 発達障がいに関わるさまざまな相談をお受けしています。面談希望の場合は、日程調整をしますので、必ず事前にご連絡ください。親支援講座なども行っています。

大阪市子ども相談センター
 子どもの発達に心配なことがある、子どもとの関わり方に悩んでいるなど、子どもに関する相談をお受けします。

18歳未満の児童が対象です

大阪市立心身障がい者リハビリテーションセンター「はーとふる」ぶらざ
 療育手帳をお持ちの18歳以上の方の相談をお受けしています。

通っている幼稚園・認定子ども園・保育所、学校、教育委員会事務局など 就学相談等を受けることができます。
児童発達支援センター 療育や相談を行っています。

知的障がいを伴う18歳以上の方が対象です

発達障がいの専門相談員がいます
 (中央センターのみ)

大阪市障がい者就業・生活支援センター
 障がいのある方が安心して働けるように支援しています。就職活動のお手伝いや就職後の調整などの調整など、就業に関わる必要な支援を行っています。

お住まいの区の保健福祉センター
 ※詳しくは、お住まいの区保健福祉センターにおたずねください。
 心理相談員・保健師等が相談に応じる「発達相談」「4・5歳児発達相談」、家庭児童相談員等が子育て相談に対応する「子育て支援室」があります。



障がい福祉サービスや障がい児通所支援に関する情報提供や手続きも保健福祉センターで行っています。
 ※精神障がい者保健福祉手帳等の障がい者手帳を所持しているか、医学的診断を受けている方は、障がい福祉サービスを利用できる場合があります。

★年齢で相談先がちがうんですね！

将来、相談できる場所は？

乳幼児期から小学校就学前までは
『大阪市子ども相談センター』に相談するんですね。

学校に行くようになったら『大阪市子ども相談センター』内にある教育相談で教育的な問題も相談できます。
福祉的な問題は『大阪市発達障がい者支援センター
『エルムおおさか』』ですね。

大人になったら？

18歳以上は『大阪市立心身障がい者リハビリテーションセンター
『はーとふるぷらざ』』ですね。
就労のことも相談できます。
他に区役所の『保健福祉センター』、『大阪市障がい者就業・生活
支援センター』ですね。
もっと、身近に相談できる場所は次のページで紹介しますね。

前へ

次へ

将来、相談できる場所は？

身近にある

相談支援事業所に相談しよう

- 相談支援事業所(計画相談)

<http://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000257854.html>

福祉サービスを利用したいけど、どこを利用したらいい？など目的によって事業所を紹介してくれます。例えば、この年齢の頃にグループホームに入りたい、と相談すればグループホームを探してくれます。身近なところにある相談支援の場と出会えるようにしておきましょう。

相談支援事業所は相談する人が多く待つこともありますが、それでも予約を入れて、相談支援を活用しましょう。



発達障がい相談・支援機関一覧

機関名称	電話番号	所在地
	Fax: ファックス番号	
おおさか しはつたつしょう しゅしえん 大阪市発達障がい者支援センター「エルムおおさか」	☎6797-6931 Fax: 6797-6934	ひらのくきれにし 平野区喜連西6-2-55
【18歳未満の児童に関する相談】 おおさか し そうだん 大阪市子ども相談センター（阿倍野区、住吉区、東住吉区、平野区以外の20区）	☎4301-3100 Fax: 6944-2060	ちゅうおうくもりのみやちゅうおう 中央区森ノ宮中央1-17-5
おおさかしなんぶ そうだん 大阪市南部子ども相談センター（阿倍野区、住吉区、東住吉区、平野区）	☎6718-5050 Fax: 6797-1511	ひらのくきれにし 平野区喜連西6-2-55
【就学に関する相談】①または② つうがくいき しょうがっこう ちゅうがっこう ① 通学区の小学校・中学校 きょういくいいんかいじむきょくしどうぶ ② 教育委員会事務局指導部インクルーシブ教育推進担当	（インクルーシブ教育推進担当） ☎6327-1016 Fax: 6327-1023	（インクルーシブ教育推進担当） ひがしよどがわくひがしあわじ 東淀川区東淡路1-4-21
【教育に関する相談】 おおさか し そうだん きょういくそうだん 大阪市子ども相談センター 教育相談	☎4301-3100 Fax: 6944-2060	ちゅうおうくもりのみやちゅうおう 中央区森ノ宮中央1-17-5
① 面談による相談（要予約）	☎4301-3100 Fax: 6944-2060	
② 電話教育相談（子ども専用）	☎4301-3140	
③ 電話教育相談（保護者専用）	☎4301-3141	でんわ そうだん ※電話による相談です。
【就労に関する相談】 おおさか し しょう しゃしゅうぎょう せいかつ しえん 大阪市障がい者就業・生活支援センター（発達障がい者就業支援コーディネーターがいます）	☎6776-7336 Fax: 6776-7338	（中央センター） てんのうし くとうじょうちゅう 天王寺区東上町4-17
【知的障がいを伴う18歳以上の芳の相談】 おおさか し りつしんしんしょう 大阪市立心身障がい者リハビリテーションセンター“はーとふる”ぶらさ	☎6797-6562 Fax: 6797-8222	ひらのくきれにし 平野区喜連西6-2-55

リンク集

◆発達障がいのある方への支援(大阪市ホームページより)

発達障がいのある方やそのご家族を対象に、大阪市内で行っている事業を掲載しています。

<http://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000043881.html>

◆大阪市発達障がいガイド

「発達障がいってなに?」「相談できる場所は?」などが載っているパンフレットです。

<http://www.city.osaka.lg.jp/fukushi/page/0000115943.html>

◆発達障がい者支援マップ

大阪市の発達障がいについての相談機関をまとめた大阪市発達障がい者支援センター(エルムおおさか)のホームページです。
年齢と相談内容に応じた相談機関を探せるようになっています。

<https://www.elmosaka.org/old/index.files/support.htm>

◆子育て家庭を応援する「親力アップサイト」

子育て家庭を応援するためのさまざまなコラムやお役立ち情報を集めています。

<http://www.city.osaka.lg.jp/kyoiku/page/0000121316.html>

当事者の書いた本を
いろいろ読んでみるのも、
とても勉強になると
思います!





講座での質問①

Q 療育手帳が出るのは…

A DQ(発達指数)が70を下回ると療育手帳が出ます。
DQ70を超えて80くらいは手帳が無くてもいいレベルです。
それ以上になると療育手帳は該当せず精神障がい者手帳になります。

前へ

次へ

講座での質問②

Q 療育手帳が出なかった、これからどうすればいい？

A 福祉サービスを利用するには、障がい者手帳が必要です。
療育手帳が出ない場合は **精神障がい者手帳** の申請を検討
しましょう。

精神障がい者手帳を申請するには主治医の意見書が必要です。
療育手帳は出ないが発達障がいは明らかにしている場合や、将来的にも
支援が必要であれば、早めに精神障がい者手帳の申請をしておきましょう。

思春期になると精神科へ行きづらくなります。将来を見据えながら考えて
いきましょう。

★手帳がなくても診断書が出れば受けられるサービスもあります。



講座での質問③

Q 福祉サービスを利用して月7万ほどの収入があるけど、それだけでは生活できない・・・

A 障がい者年金の申請を検討しましょう。ただし、障がい者年金の申請は主治医の意見書が必要になります。

投薬の必要がなかった、問題行動がなかったなどで病院にかからず、主治医がいないと、将来、障がい者年金の申請が難しくなってしまいます。幼少期からの経歴を診てくれている主治医がいれば安心です。

障がい者年金は1級(月額 81,177円※)、
2級(月額 64,941円※)です。

年金収入があれば、ずいぶん違いますね。※平成30年度 年金額

