

# 発達障害 おうえんノート



## もくじ

### 発達障害について

「発達障害」ってなあに？	P 1・2
年齢で変化する「発達障害」の特性	P 3・4
「広汎性発達障害」とは？	P 5・6
「注意欠陥多動性障害」とは？	P 7・8
「学習障害」とは？	P 9・10
「発達障害」は「凸凹発達」	P 11・12

### 発達障害のお子さまに関する支援・制度

身近な窓口相談する	P 13・14
医師の診断を受ける	P 15
手帳の取得を考える	P 16
医療費の助成を受ける	P 17
サービスによる支援を受ける	P 18~20
手当を受給する	P 21・22
発達障害を応援する取組	P 23
社会的自立に向けて	P 24



# 「発達障害」って、なあに？

発達障害とは、生まれつき脳に、発達が極端に遅い部分と早い部分があるために、です。発達障害は外見からは分かりにくく、その症状や困りごとはひとりひとり違いますが、お子さまの特性と環境のミスマッチから起こる困りごとは、環境を整え、特性に合った支援をすることで軽減されます。また、発達障害は生まれつきのもので、お母さんやお父さんの育て方によって変わるものではありません。発達障害はなまけや努力不足ではないことを周囲が理解することが大切です。

## 発達障害とは

人には、ひとりひとり個性があります。好きなもの・嫌いなもの、得意なこと・苦手なこと…みんな違います。

そんな中で、周囲の子どもと比べて、好き嫌いがとても極端だったり、得意不得意の差が激しかったりして「なんとなくうちの子は他と違う…」「他の子が難なくこなせることがわが子だけなぜかできない…」といった違和感を覚えている保護者の方がおられるかもしれません。もしかするとその違和感の原因は、「発達障害」からくるものかもしれません。

発達障害者支援法において「発達障害」とは「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害などの脳機能の障害で、通常低年齢で発現する障害がある者であって、発達障害及び社会的障壁により日常生活または社会生活に制限を受けるもの」と定義されています。（「第二条 定義」より）

生まれつきの脳のはたらきの障害であるため、本人の努力や子育ての方法が原因ではありません。脳のはたらきに障害が出る原因は、まだはっきりしていません。

発達障害は、複数の障害の特徴が少しずつ重なり合っている場合も多く、種類を明確にわけて診断することは難しいとされています。（下図参照）

### 知的障害

#### 広汎性発達障害(PDD)

※自閉症・アスペルガー症候群含む  
※自閉スペクトラム症(ASD)と呼ぶ場合もあります。

#### 注意欠陥多動性障害(ADHD)

※注意欠陥・多動症と呼ぶ場合もあります。

### 発達障害

#### 学習障害(LD)

※限局性学習症と呼ぶ場合もあります。

また、年齢や環境によって目立つ症状が変化するため、診断された時の本人を取り巻く状況や、精神状態により、診断名が違うこともあります。

しかし、診断名はあくまでもお子さまの傾向を知るためのものですので、大切なのはお子さま自身に目を向けることです。

どんなことができ、どんなことが難しいのか…何が好きなのか、苦手なのか…どんな状況でどんな反応をするのか…お子さまの特性や魅力、そして、それに合った支援を、お子さまと一緒に探していくとき、このノートがその一助になれば幸いです。

環境や周囲の人との関わりのミスマッチから、社会生活に困難が発生している状態  
ます。

った学びの機会を用意することで、軽減できると言われています。特性も困りごと  
理解し、育ちを応援することが大切です。



## 「発達障害」は「個性」か

まず「障害」とは何かというと、障害者権利条約において示された「社会モデル」という考  
え方に基づくと、本人と本人を取り巻く環境が適合していないために生じるもの、とあります。  
この考え方は、障害のない人を前提に作られた社会の仕組みに障害の原因があるとするものです。

例えば、障害のない人であれば、階段を使って移動することは困難ではありませんが、車椅子  
の人にとっては困難です。これが「障害」です。しかし、段差をスロープにしたり、エレベ  
ーターを使用することで階段を使っの移動に関する障害は解消されます。

発達障害を持つ子を例とすると、中には目が光に敏感で、蛍光灯が眩しくて屋内でも周りが  
見えにくいと感じてしまうタイプのお子さまがいます。

しかし、部屋の中でもサングラスをつけて余計な光を遮ることができれば、「眩しくて見え  
にくい」という「障害」を、「サングラスがあれば見える」という「個性」と周りが認識しや  
すくなるのではないのでしょうか？

「障害」と「個性」の違いは、周囲の人の認識次第と考えることもできるのです。

車椅子で移動する人は、以前と比べて街中で見かける機会も増え、人々の中に浸透してきて  
いるかもしれません。しかし、障害が目に見えない発達障害についての理解は、まだまだ社会  
に浸透しているとは言い難い状況です。それが、周りの無理解の壁をつくり、「障害」が生じ  
て、お子さまも周囲も困ったり、しんどい思いをしたりすることになります。

## 「障害」と表すか「個性」と表すか

発達障害の診断自体は、医師にしかできません。しかし、診断がついていたとしても、特性  
を「障害」と表すか「個性」と表すかは、お子さまやご家族に決める権利があります。

もし、お子さま自身やご家族が、いま困りごとや辛い思いを抱えているのであれば、特性を  
「障害」と表現することで、周りの方たちに助けてもらいやすくなるかもしれません。

しかしその反面、お子さまの持つ力に目を向けてもらいにくくなるかもしれません。

もしお子さま自身やご家族が、困りごとなく暮らせているのであれば、特性を「個性」とし  
て受け入れてもらっているのかもしれません。

しかしその反面、特性に対する配慮の必要性に気づいてもらいにくくなるかもしれません。

「障害」と表しても、「個性」と表しても、お子さまの考え方や行動のクセを観察し、お子さ  
まに見合った関わり方や発達の促し方を考えていくことに変わりはありません。

両方のメリット・デメリットを考えながら、お子さまやご家族、生活や活動を共にする人達が、  
お互いによりよい環境をつくるために、相談しあいながら一緒に努力していくことが大切です。



# 年齢で変化する「発達障害」の特性

小さいころは特性が目立たず、年齢が上がり、自分でやらないといけないことや求めれば、逆に小さいころは特徴が目立っていたけれど、年齢が上がるにつれて、特性その年齢・年代によって課題も必要な支援も変わっていきます。早い段階で特性にありますが、いつ気づいても、支援の開始が遅すぎるといえることはありません。気づ

## 発達障害とライフステージ

### 乳幼児期

発達とともに障害特有の行動が徐々に明らかになる時期

- 視線をあわせない(あわない)。
- 突然泣き出し、なかなか泣き止まない。
- 要求(取って欲しい)や、注意を引きつける(見て欲しい)ための指差し行動がない。
- じっとしていることが難しく、落ち着きがない。
- 周りの子どもと比べて言葉等の遅れが見られる。
- ごっこ遊びをしない、興味を持たない。
- 突発的に思いついた行動を取るため、目が離せない。

好き嫌いや、こだわり行動を無理に矯正しようとする、大人への信頼感が築かれにくかったり、かえって傾向が強くなったりすることもあります。

お子さま自身や周りの人達に危険性がなければ、極力否定や禁止はせず、大人への信頼感を育むことに重点をおくことが大切です。

### 学童期～思春期

周りの子どもとのズレを感じ、困難さを抱えることが多くなる時期

- 環境の変化、集団生活になじみにくい。
- 集中力が続かず、授業中に席を立つ、体を揺らすなどする。
- 学習面で成績に極端な偏りが見られる。
- 学校で先生や生徒とトラブルになったり、人間関係に悩んでいる。
- 学校の物を壊したり、人にケガをさせたり、人の物を勝手に取ってしまうなどする。
- 学校で孤立している気がする。
- サボり、不登校、引きこもりが続く。

自尊心や自己肯定感を育むため、周りの人の関わり方や環境がとても重要になります。本人のこだわりや感じ方を理解してもらえそうな働きかけや、学習環境の工夫をすることで、本人の意欲向上につながります。





められる役割が増えることで、困りごとが大きくなり、周りや本人が気づくことも目立たなくなっていくこともあります。  
気づき、支援を開始することで、その後の社会適応力が高まりやすくなる可能性はいた時は抱え込まず、まず周りに相談しましょう。

## 青年期

人間関係の複雑化により、孤立や自信喪失に陥りやすい時期

- 課題や業務を計画的に行うことができず、期日を守れない。
- 協調性がないと言われる、人間関係のトラブルが多い。
- 周りの人より仕事を覚えるのに時間がかかる。
- 仕事が長続きせず、転職を繰り返す。

他者から認められる、褒められることが減り、過剰な被害感や無気力感、対人不信などから、他者への怒りや恨みがつもりやすくなります。

それにより問題行動につながることもあり、つきつい注意や否定をしがちですが、まずは本人の話を聴き、行動の理由を探る姿勢が大事です。

## 二次障害について

思春期(早いと10歳を過ぎたあたり)に入ると、身体的にも心理的にも変化し、自分と他人の違いを明確に意識し始めることで情緒面が不安定になりやすく、「二次障害」に注意が必要になります。

発達障害は一見ただけでは気づくことができないため、「見えない障害」と呼ばれます。

そして、本人が抱えている困難さを周りの人が理解できず、適切な対応がされなかった結果起こってしまう適応障害のことを「二次障害」と呼びます。

- 二次障害のきっかけとなるもの  
周囲の無理解・度重なる失敗体験・叱責・拒否・否定・からかい・いじめ
- 二次障害のあらわれ方  
無力感・(身体に異常のない)体調不良・不登校・引きこもり・対人不信・対人恐怖・抑うつ状態の継続・社会的逸脱行動(非行)・リストカットなどの自傷行為・自殺企図…その他ストレスによる様々な症状

二次障害は放っておくと、いくつもの状態が重なり合って悪化してしまうことも多く、青年期以降にも悪影響を及ぼす可能性があります。本人には自覚がない場合もあるので、保護者や周りの人の気づきが大切です。

気になることがあったら、学校など身近な相談先(⇒P13・14)に相談してみましょう。



# 「広汎性発達障害」とは？

対人関係や社会性の発達に偏りがあり、コミュニケーションをとることが苦手な子パターンを取ることが多く、集団の中で様々な困りごとを抱えがちです。会話を言葉を読む」ことを難しく感じてしまいます。

また、感覚の過敏さ、もしくは鈍麻さを持つ場合があります、五感から入る情報に特別

## それぞれの障害の特性

知的障害

### 広汎性発達障害(PDD)

- 社会性とコミュニケーションの障害
- 限定的な興味やこだわり行動
- 不器用さ
- 感覚のゆがみ(過敏さ・鈍さ)

### 注意欠陥多動性障害(ADHD)

- 集中力・注意力の障害
- 多動や落ち着きのなさ
- 衝動的な行動

### 学習障害(LD)

- 知的な遅れがないのに読み・書き・計算等が極端に苦手

✓ Check!

## こんなこと、ありませんか？

- 友達ができにくい
- 一方的に話す
- 一人でいることが好き
- 人の気持ちを想像することが苦手
- 空気を読むことが苦手



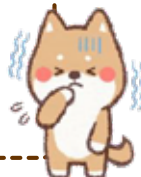
社会性とコミュニケーションの障害

- 関心のある分野に非常に詳しい
- 特定の行動にこだわりやパターンがある
- ルールやマニュアルに忠実
- 予定外のことでパニックになる



限定的な興味やこだわり行動

- 光を異様に眩しがる
- 特定の音が苦手で耳をふさぐ
- 味や匂い、触感に敏感で偏食がある
- 触られることを異様に嫌う



感覚のゆがみ



が多いです。特定のものごとに対するこだわりが強く、独自の考え方に基づく行動通りにしか受け取ることができず、相手の感情を読み取ることや、いわゆる「空気」の配慮を必要とする子もいます。

## 広汎性発達障害の特性

社会性と  
コミュニケーションの障害  
他者とのやり取りや、相手の心  
情の理解、暗黙のルールの  
理解などが苦手。

### 限定的な興味やこだわり行動

興味があることとないことの  
差が大きい。決まったパターンや  
行動へのこだわりがある。

### 感覚のゆがみ

特定の音や匂い、食べ物、  
触覚などに極端に敏感。  
もしくは、極端に鈍感。

## 関わりのポイント

できるだけ簡潔で短い言葉で伝える。

抽象的な言葉よりも具体的な言葉で伝える。

例：[ ちょっと待ってね → 3分だけ待ってね   あそこにしまってね → 赤い箱にしまってね ]

言葉だけで難しい場合は、実物やイラストなど目で分かる方法で伝える。

否定的な言葉でなく、肯定的な言葉で伝える。

例：[ 走っちゃダメ！ → 静かに歩こうね   どうしてできないの → こうするとうまくいくよ ]

予定などは事前に伝えたり、スケジュール表と一緒に確認する。

いつ・どこで・誰と・何をするのかということや、終わった後のことがわかると安心できる。

叩いたり怒鳴ったりせず、何がいけないのかを静かに伝える。

つい感情的に怒ってしまった時は、謝ってから怒った理由を伝える。



# 「注意欠陥多動性障害」とは？

年齢相応でない不注意，多動性，衝動性を特徴とする発達障害です。一つのことに出でしまい，お友達とトラブルになりやすい子もいます。

こういった特性は障害という認識を持たれにくいいため，周りから「乱暴」「忘れていない」と誤解を受けることがあります。

## それぞれの障害の特性



## こんなこと，ありませんか？

- 授業中に他のことが気になる
- ケアレスミスが多い
- 提出物が出せない
- 忘れもの，失くしものが多い



- 部屋がいつも散らかっている
- いつもそわそわしている
- 動いてはいけない場面で動き回る
- 常に体を揺らしたり手遊びしたりする



- 突然話し始める
- 言葉より先に行動に出る
- 友達とトラブル(喧嘩)になりやすい
- 計画的に物事を進められない
- 些細なことで怒ったり泣いたりする







集中するのが苦手だったり、そわそわして落ち着きがなかったり、考える前に手が  
ぼう」「行儀が悪い」といった印象を抱かれやすく、その保護者も「しつけができ

## 注意欠陥多動性障害の特性

### 注意力・集中力の障害

一つのことには集中できない。  
考えがまとまりにくい。  
大事なことも忘れてしまう。

### 多動や落ち着きのなさ

関心の移り変わりが激しく、  
じっとしていることが苦手で、  
常に体が動いてしまう。

### 衝動的な行動

考える前に行動してしまう。  
人や物に当たってしまう。感情  
のコントロールが苦手。

## 関わりのポイント

注意力を高めて集中力が続きやすい環境をつくる。

例：〔 テレビやオーディオを消す ・ 関係ないものや必要ないものを片づける ・ 周りのものに  
気を散らされないように、パーテーションなどで場所を仕切る 〕

注意や興味を引きつけるなど、気づききっかけをつくる。

例：〔 声をかける時は名前を呼んでから要件を言う ・ 目につく場所にスケジュール表や、メモ  
を貼っておく ・ タイマーやアラームをセットしておく 〕

多動や衝動的な行動を感情的に叱らない。

まずは、お子さまや、周りの人に危険がないか確認し、危険な場合は、安全を確保してから話しかける。話しかける時は名前を呼び、目を見て注意を引きつけてから、穏やかに、落ち着いて、いけない理由を伝える。

できていることを認め、ささいなことでも褒める。

結果よりも意欲や過程を見て「がんばっているね」「ありがとう」などを伝える。

お薬で症状を改善できる場合もあるので、主治医や専門医に相談する。



# 「学習障害」とは？

知能に問題(知的障害)がなく、目も見え、耳も聞こえていて、学習環境や本人の意に非常に時間がかかったり、成績の偏りが大きすぎるなどの支障が出てしまう障害で注意欠陥多動性障害と同じく、こういった特性は障害という認識を持たれにくいことを喪失し、勉強の意欲がなくなるなど、悪循環に陥ってしまうこともあります。

## それぞれの障害の特性



## こんなこと、ありませんか？

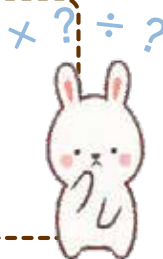
- 1文字ずつ読めても単語になると読めない
- 形の似た文字を読み間違う([め]と[ぬ]等)
- 小さい[や行]や小さい[つ]が読みづらい
- 音読に非常に時間がかかる



- 書き順や字の形が覚えづらい
- 形の似た文字を書き間違う([め]と[ぬ]等)
- 鏡文字になってしまう
- 板書が難しく時間内に写し終わらない



- 簡単な問題に指を折って計算する
- 繰り上がり・繰り下がりが理解しにくい
- 九九が覚えにくい
- 定規や計量器の目盛りを読むのが苦手
- 図形などを正しく描き写せない





欲にも問題がないにもかかわらず、「読み書き」や「計算」など、特定の領域の習得

す。  
め、「なまけている」「努力が足りない」などと誤解を受けやすく、子どもは自信

## 学習障害の特性

### 読字障害

文字を音に変えることに難しさを感じるため、文章を読むのに時間がかかり、読んでも内容が頭に入りにくい。

### 書字障害

文字の形を正しく捉えることや、形を正しく覚えておいたり、覚えた文字を思い出したりすることが苦手。

### 計算障害

数量のイメージを持ちにくい、数量と数字を一致させることや、図形・空間の認知が苦手。

## 関わりのポイント

### 苦手なことを正しく把握する。

普段の学習の様子を見て気になることがあれば、担任の先生等に早めに相談する。お子さまが何に困っているのか正しくわかれば、学習方法を工夫することができる。

### 子どもに合った学び方を探し、工夫する。

例： 読字障害の場合…ふりがなをふる・行間を空ける、単語や文節に区切り線を入れる・文章の一行ごとに下敷きや定規を当てる・音声読み上げソフト等を使用する(目より耳から情報を入れる)  
書字障害の場合…大きいマス目のノートや、十字の補助線付ノートを使う・漢字は書き順などよりも、意味がわかることを優先する  
計算障害の場合…お菓子を分ける、おつりの計算など、普段から身近な数字に触れる・九九の表をつくる(耳より目から覚える)

### 苦手なことを補う道具を使う。

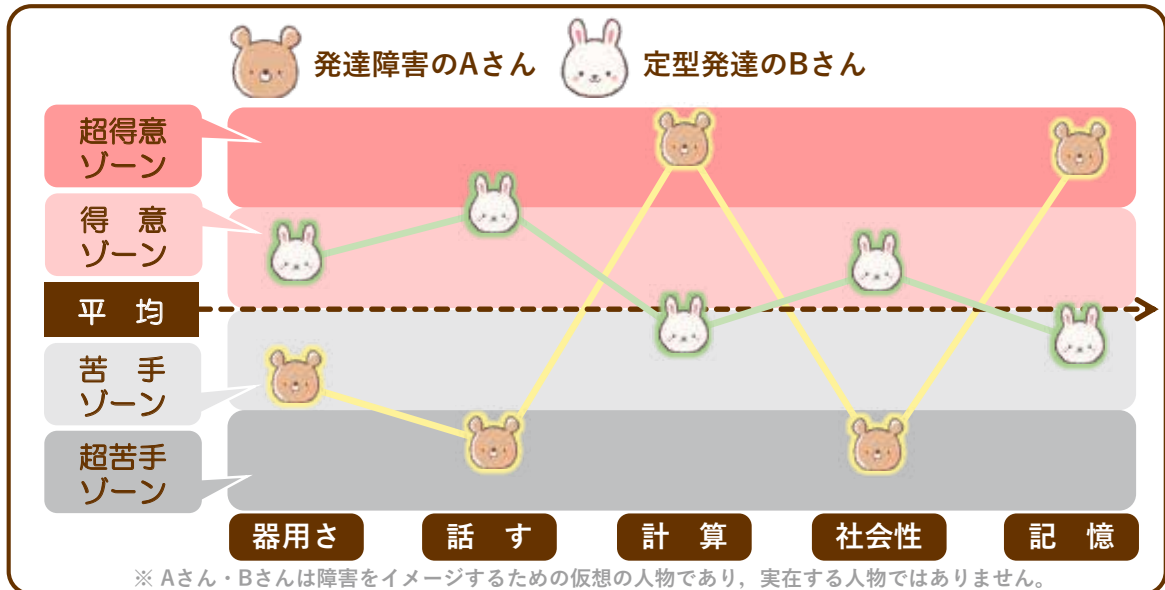
将来的には、計算機やタブレット、パソコンなどの電子機器を活用して苦手を補う方法もある。お子さまによっては、学生の頃から学習のために電子機器を使用することが望ましい子もいる。学校で電子機器の使用を希望される場合は、担任の先生等とよく相談し、他の先生や生徒に、お子さまが電子機器を使用する必要性について、十分理解を得る必要がある。



# 「発達障害」は「凸凹発達」

お子さまの発達の凸凹はひとりひとり違うので、困りごともお子さまによって違いの発達の凸凹の差がとても大きいのが特徴です。発達障害のお子さまに限らず「みんなをなくしてしまうかもしれません。本人の興味関心のあることに注目して得意なことを考えましょう。

## 発達障害と定型発達



上の図は、発達障害のAさんと、定型発達のBさんの得意なことと苦手なことを折れ線グラフで表したものです。Aさん、Bさんは同じ小学校で同じ学年のお子さまです。Bさんに比べて、Aさんの折れ線は凸凹が大きいです。

	Aさん	Bさん
器用さ	ボタンのある服や工作の細かい作業が苦手。	手先を使うことが好きで、折り紙が得意。
話す	気持ちをうまく表現できず、どもってしまうこともある。	友達とおしゃべりが大好き。
計算	平均よりも早く正確に、計算問題を解くことができる。	計算問題は、平均よりも少し時間がかかることがある。
社会性	相手の気持ちを考えず、何でも率直に発言する。(空気が読めない)	相手の気持ちを考えながら、言葉を選んで話す。(空気を読む)
記憶	かなり昔のことや、他の子が気に留めない些細なことを覚えている。	印象に残った思い出や、授業で習ったことなどを覚えている。

得意なことと苦手なことの特徴から、Aさんは「広汎性発達障害」の特性を強く持っていることが伺えます。凸凹を知れば、Aさんの苦手(凹)をカバーする方法が見えやすくなったり、言動の理由やいいところがわかったりして、周りの人が安心できます。





ます。発達障害でない(定型発達)のお子さまと比べると、発達障害のお子さまは、こ  
なと同じようにする」ことにこだわりすぎると、お子さまは窮屈さを感じ、やる気  
を伸ばし、苦手なことを工夫して補う、お子さまの凸凹に合うオーダーメイド生活

## 発達障害の凹と凸

発達障害のお子さまは苦手(凹)だけでなく、得意(凸)もたくさん持っています。

また、ある場面ではマイナス(凹)になることも、場面が変わればプラス(凸)になる可能性も  
大いに秘めています。色んな面からお子さまを観察することが大切です。

- こだわりが強い、融通がきかない
- じっとしてられない
- 暗黙のルールがわからない
- あきっぽい
- ささいなことが気になり、集中力が切れやすい
- 興味が極端に偏っている
- 協調性がなく、マイペース
- 人づきあいが苦手
- 音や匂い、味など、感覚が過敏
- 読み書き計算が極端に難しい

- ルールを守る、一貫性がある
- フットワークが軽い
- 自分の意見を率直に言える
- 色んなことに関心を持てる
- 他の人が気づかないことに気づける
- 興味ある分野のスペシャリスト
- おおらか、周りに流されない
- 一人で過ごすことができる
- 音や匂い、味の違いがよくわかる
- IT機器の活用で問題なく生活できる

\* 上記は特性の一例です。発達障害の方すべてに当てはまるとは限りません。

## 特性を持つ子も持たない子も

どんな子にも、程度の違いはあるものの、必ず発達の凸凹があります。その凸凹に合わせた  
ひとりひとり違う関わり方が必要なのももちろんですが、発達障害の特性を持つ・持たないに  
関わらず、ぜひ心に留めていただきたいのが、次の3点です。

### ① 情報や環境を整理

予定や物事の手順は事前に簡潔に伝える。

その時、伝え方も本人にわかりやすいように工夫(絵や文字など)する。

また、本人がストレス性の刺激を受けることが少ない安心できる空間をつくる。  
(決めておく)

### ② 気持ちに寄り添う

今できていることを認めて褒めたり、本人の得意なことや、興味関心の対象を見つけることで、自尊心を大切に、育てる。

注意する時は決して人格を否定せず、本人の気持ちを聞いてから納得できるように説明する。

### ③ ひとりで悩まない

専門機関には支援につながる情報を持った専門員がいるので、困りごとがあれば抱え込まずにまず相談を。

また、本人の特性の変化や、ライフステージの段階等によって必要な支援が変わるため、その都度、学校や専門機関へ相談を。

次のページから、発達障害のお子さまに関連する支援や制度について、ご紹介します。



お子さまに気になる点があ  
でもいいのでぜひお話ししや  
相談先を迷う場合は、下記  
ご相談ください。

## 発達障害支援について知りたいとき

障害をお持ちの方(お子さま)や、その保護者の方などが利用できる福祉サービスや制度につ  
いてご案内したり、利用できるように調整したりいたします。

相談支援事業所	<b>江田島市障害者相談支援事業所「ぱすてる」</b> (江能福祉会・江田島市社会福祉協議会による合同相談支援事業所)	
	社会福祉法人 江田島市社会福祉協議会 (江田島市障害者生活支援センター)	〒737-2302 江田島市能美町鹿川2015番地2 ☎ 0823-27-8899 ☎ 0823-27-7760
	社会福祉法人 江能福祉会 (障害者相談支援事業所江能)	〒737-2213 江田島市大柿町大原1086番地6 ☎ 0823-27-4848 ☎ 0823-27-8889
	サイトURL : <a href="http://etajima-syakyo.org/service/handicapped.html">http://etajima-syakyo.org/service/handicapped.html</a>	
	障害児相談支援事業所 <sup>ほほ</sup> 歩歩 (株式会社 歩歩)	〒737-0112 呉市広古新開五丁目5番25号 ☎ 0823-76-5711 ☎ 0823-76-5722

歩歩 江田島 : 〒737-2212 江田島市大柿町大君98番地4 ☎ 40-3328 ☎ 57-2237

市役所	江田島市 福祉保健部 社会福祉課	〒737-2297 江田島市大柿町大原505番地2階 ☎ 0823-43-1638 ☎ 0823-57-4432 ✉ <a href="mailto:syakai@city.etajima.hiroshima.jp">syakai@city.etajima.hiroshima.jp</a>
	サイトURL : <a href="https://www.city.etajima.hiroshima.jp/cms/categories/articles/218">https://www.city.etajima.hiroshima.jp/cms/categories/articles/218</a>	

## 子育てについて心配ごとがあるとき

子育て全般に関するご相談や、乳幼児期の発達についてのご相談等に対応いたします。

市役所	江田島市 福祉保健部 子育て支援課	〒737-2122 江田島市江田島町中央四丁目 18番28号 ☎ 0823-42-2852 ☎ 0823-42-3322 ✉ <a href="mailto:kosodate@city.etajima.hiroshima.jp">kosodate@city.etajima.hiroshima.jp</a>
	サイトURL : <a href="https://www.city.etajima.hiroshima.jp/cms/categories/show/222">https://www.city.etajima.hiroshima.jp/cms/categories/show/222</a>	

## 健康について心配ごとがあるとき

健康全般に関するご相談や、医療に関する制度についてご案内等をいたします。

市役所	江田島市 福祉保健部 保健医療課	〒737-2297 江田島市大柿町大原505番地2階 ☎ 0823-43-1639 ☎ 0823-57-4432 ✉ <a href="mailto:iryuu@city.etajima.hiroshima.jp">iryuu@city.etajima.hiroshima.jp</a>
	サイトURL : <a href="https://www.city.etajima.hiroshima.jp/cms/categories/show/221">https://www.city.etajima.hiroshima.jp/cms/categories/show/221</a>	

# ご相談したい

れば、ささいに感じることも  
すい窓口にご相談ください。  
のカテゴリを参考にして、



## 学校生活について心配ごとがあるとき

就学前の学校の選択などに関するご相談、就学後の学習面や進路、友人関係などに関するご相談に対応いたします。

教育機関	特別支援教育コーディネーター (市内の各小学校・中学校・高校に配置)	学内に配置されており、発達障害児等の特別な支援を要する児童に関する相談窓口となって関係者や関係機関との連絡調整を行います。
	広島県立呉特別支援学校江能分級	〒737-2302 江田島市能美町鹿川3406-3 ☎ 0823-45-5120 📠 0823-45-5120 ✉ t-fukudak966709@hiroshima-c.ed.jp
	サイトURL : <a href="http://www.kureenou-sh.hiroshima-c.ed.jp/">http://www.kureenou-sh.hiroshima-c.ed.jp/</a>	
市役所	江田島市 教育委員会 学校教育課	〒737-2397 江田島市能美町中町4859番地9 ☎ 0823-43-1900 📠 0823-45-3501 ✉ gakkou@city.etajima.hiroshima.jp
	サイトURL : <a href="https://www.city.etajima.hiroshima.jp/cms/categories/articles/230">https://www.city.etajima.hiroshima.jp/cms/categories/articles/230</a>	
県	広島県立教育センター 特別支援教育・教育相談部	〒739-0144 東広島市八本松南1-2-1 ☎ 082-428-1188 📠 082-428-7100
	サイトURL : <a href="http://www.hiroshima-c.ed.jp/index.html">http://www.hiroshima-c.ed.jp/index.html</a>	

## 当事者の話や助言を聞きたいとき

障害を持つお子さまを育てる当事者、あるいは経験者として発達障害等(知的障害相談員は知的障害を伴うもの)についての相談に応じ、助言や情報提供を行ってくれるので、より相談者に身近な目線で話を聞いてもらうことができます。

地域の窓口	江田島市 手をつなぐ育成会	代表者：護山 智孝 〒737-2301 江田島市能美町中町1869番地 ☎ 0823-45-2430
	サイトURL : <a href="https://pref-h-ikuseikai.or.jp/">https://pref-h-ikuseikai.or.jp/</a> (広島県手をつなぐ育成会ホームページ)	
	知的障害者相談員	越野 陽子 ☎ 0823-43-0558

お子さまの発達や  
育児で悩むのは  
お子さまを思えばこそ！



ひとりで抱え込まないで、  
遠慮せず、どこへでも、  
何度でもご相談ください。



# 医師の診断を受ける

診断を受けることで、お子さまの特性の傾向が明らかになり、対応しやすくなります。

また、診断書の作成が可能になり、発達を支援するためのサービスを利用できるようになります。

## 発達障害の診療が可能な医療機関

ここでは市内から二次医療圏域（健康増進・疾病予防から入院治療まで一般的な保健医療を提供する区域）である呉市までの医療機関をご紹介します。

市内	名称	所在地	問い合わせ
	医療法人社団吉田会 吉田病院	〒737-2126 江田島市江田島町津久茂二丁目6番2号	☎ 0823-42-1100

※ 中学生以上の児童が対象となります。詳しくは医療機関に直接お問い合わせください。

二次医療圏域（呉市）	名称	所在地	問い合わせ
★	神垣小児科	〒737-0131 呉市広中町12-24	☎ 0823-71-3400
★	医療法人正雄会 呉みどりヶ丘病院	〒737-0001 呉市阿賀北一丁目15-45	☎ 0823-72-6111
	小早川クリニック 心療内科	〒737-0112 呉市広古新開七丁目24-3	☎ 0823-76-3351
★	重症心身障害児施設 ときわ呉	〒737-0024 呉市宮原十三丁目2番12号	☎ 0823-32-3777
	心療内科 村岡クリニック	〒737-0051 呉市中央二丁目6-10 村上ビルII 4階	☎ 0823-32-2223
	独立行政法人国立病院機構 呉医療センター	〒737-0023 呉市青山町3番1号	☎ 0823-22-3111

※ 医療機関によっては対象年齢を定めている場合もありますので、直接お問い合わせください。  
★印の医療機関は、未就学児の診断書・意見書の作成が可能です。

※ 県内全ての発達障害診療医療機関については県のホームページ(下記URL)からご覧ください。  
[ <https://www.pref.hiroshima.lg.jp/soshiki/62/iryoukikanrisuto.html> ]

## 市の発達相談もご活用ください

お子さまの年齢が低いと、医療機関で障害と断定（診断）するのが難しい場合があります。また、子育てで気になることはあっても、いきなり病院は…とお思いの方もおられるかと思えます。そんな方は、市が定期的で開催している「のびのび発達相談」をぜひご活用ください。

事前予約制で、相談時間は1人につき1時間程度です。心理判定員もしくは言語聴覚士がご相談をお伺いし、発達検査を実施します。その結果から、お子さまに応じた関わり方についての助言を受けることができます。

予約・お問い合わせ：福祉保健部 子育て支援課 ☎ 0823-42-2852 📠 0823-42-3322





# 手帳の取得を考える



診断を受ける時に、手帳の取得についても医師に相談してみましょう。知的障害を伴う場合は「療育手帳」、伴わない場合も、「精神障害者保健福祉手帳」の対象になる可能性があります。

## 手帳取得のメリット

手帳の交付を受けることで、医療費の助成や携帯料金・交通機関の運賃の割引といったお子さま本人を対象にした支援に加え、保護者の方も、各種納税の軽減やお子さまの同伴者としての交通機関の運賃割引等の支援を受けられる可能性があります。

また、お子さまが就労を考える歳になった時、手帳を所持していた場合、一般雇用枠での就労の他、障害者雇用枠での就労が可能となります。

## 精神障害者保健福祉手帳

発達障害により生活に制約や困難を感じる場面が多いお子さまは、取得できる可能性があります。取得を検討する場合、診断書作成が可能か主治医や専門医に相談してみましょう。

### 概要

統合失調症等の精神疾患、高次脳機能障害、発達障害をお持ちの方(18歳未満の場合その保護者)からの申請により、その程度によって手帳が交付されます。

### 障害等級

1級(重度), 2級(中度), 3級(軽度)

### 新規交付申請

下記の必要書類等を準備し[江田島市役所 社会福祉課(☎ 0823-43-1638)]に申請します。

- ・顔写真1枚\* ・個人番号のわかるもの
- ・診断書兼意見書(所定様式・自立支援医療(精神通院)(P17参照)申請用と兼用), もしくは精神障害による障害年金の受給を証明できるもの(年金証書の写し等)

## 療育手帳

発達障害に加えて、知的障害(おおむねIQ70以下)により生活に制約や困難を感じる場面が多いお子さまは、取得できる可能性があります。

取得には、広島県西部子ども家庭センター(☎ 082-254-0381)の判定が必要ですので、申請する前に相談し、判定予約を行いましょう。

### 概要

知的障害をお持ちの方(18歳未満場合はその保護者)からの申請により、その程度によって手帳が交付されます。

### 障害等級

○A(最重度), A(重度), ○B(中度), B(軽度)

### 新規交付申請

下記の必要書類を準備し[江田島市役所 社会福祉課(☎ 0823-43-1638)]に申請します。

- 〔・顔写真1枚\* ・個人番号のわかるもの ・診断書(不要な場合もあります。)]



# 医療費の助成を受ける

お子さまの特性の現れ方や困りごとは、年齢やライフステージ、その時の精神状態によって変化するため、定期的な医療の介入を要するケースが多くあります。  
その場合は、下記制度の活用をご検討ください。

## 自立支援医療(精神通院)

お子さまが、発達障害などの症状を軽減するために通院治療が継続して必要な場合、指定医療機関の医療費(精神通院外の医療費は対象外)の助成を受けることができます。主治医や専門医に相談し、診断書を作成してもらいましょう。

なお、こちらの所定診断書は「精神障害者保健福祉手帳(P16参照)申請用」と兼用の様式になっていますので、同時に手帳申請についても主治医と相談し、一緒に検討しましょう。

### 助成内容

統合失調症等の精神疾患、高次脳機能障害、発達障害をお持ちの方(お子さま)が、疾患の症状や障害の程度を軽くしたり、進行を防いだりするために必要な医療を、指定医療機関で受ける場合に、自己負担が1割になります。(世帯の所得に応じた自己負担上限があります。)

### 新規申請

下記の必要書類等を準備し [江田島市役所 社会福祉課(☎ 0823-43-1638)] に申請します。

- ・診断書兼意見書(所定様式・精神障害者保健福祉手帳申請用と兼用)
- ・個人番号のわかるもの
- ・受診者及び受診者と同一の医療保険に加入している世帯員の医療保険証
- ・受診者が障害に関する年金等を受給している場合は前年の受給額が確認できる資料

## 重度心身障害者(児)医療

お子さまが、発達障害やその他の障害により重度の障害をお持ちの場合、医療費の自己負担について助成を受けられる可能性があります。申請には、下記の障害者手帳の取得が必須となりますので、まずは手帳の取得について(P16参照)検討しましょう。

なお、当制度と乳幼児等の医療費助成制度の両方の対象である場合、当制度が優先されます。

### 対象者

次のいずれかに該当し、所得が一定の制限額を超えない方。

- ①療育手帳○A・A・○B
- ②精神障害者保健福祉手帳1級及び自立支援医療(精神通院)受給者証を所持
- ③身体障害者手帳1級・2級・3級を所持

### 助成内容

対象者が医療を受けた場合、自己負担額が1医療機関につき1日200円となります。ただし、通院の場合は月に4日、入院の場合は月に14日が限度です。

### 新規申請

下記の必要書類を準備し [江田島市役所 保健医療課(☎ 0823-43-1639)] に申請します。

- ・健康保険証 ・個人番号のわかるもの
- ・○A, A, ○Bのいずれかの療育手帳、もしくは精神障害者保健福祉手帳1級及び自立支援医療(精神通院)、もしくは1級～3級のいずれかの身体障害者手帳

# サービスによる支援を受ける



お子さまの困りごとの解決や将来の社会的自立を目指し、個別の支援計画を作成し、一人ひとり異なる状況に合わせた発達の支援を行ったり、日常生活の支援を行ったりします。

## 障害児(18歳未満)のみが対象のサービス

お子さま一人ひとりの発達や障害の特性に合わせ、集団での人との関わり方や生活面・学習面のスキルの向上など、具体的な目標にむけて、専門員が集団または個別の活動を通して発達を支援します。

サービス名称		サービス内容	市内提供
通所 支援	児童発達支援	未就学の障害児に対して、日常生活における適応訓練等、その他必要な支援を行います。	OK
	放課後等 デイサービス	就学中の障害児を対象に、放課後や休日、長期休暇中の居場所づくりや日常生活における必要な支援を行います。	OK
	保育所等 訪問支援	保育所・学校等に通う障害児への支援について、保育所・学校等を訪問し、本人や保育士、教師等への助言・指導を行います。	
入所支援		障害児が入所し、生活訓練等を受けることができる施設です。	
相談支援		障害児の保護者等の相談に応じたり、サービス等利用計画作成を行います。	OK

## 18歳未満が利用可能な障害福祉サービス

障害福祉サービスは、様々な障害や疾患を持つ方が、地域の中で自立した生活を続けていけるよう支援するものです。その中には、18歳に満たない障害を持つお子さまを対象として利用できるものもありますので、日常生活に支援を要する時は、利用について相談してみましょう。

サービス名称		サービス内容	市内提供
介護 給付	居宅介護 (ホームヘルプ)	自宅で入浴、排せつ、食事等の介護や、家事援助等を行います。	OK
	行動援護	障害により自己判断での行動が困難で、常時介護を要する方が外出する際、外出前後の身支度や移動中の介助・危険回避、排せつや食事の介護等必要な援助を行います。	OK
	短期入所 (ショートステイ)	自宅で介護する人が病気の場合などに、短期間、夜間も含め、施設で入浴・排泄・食事等の介護を行います。	OK
地域 生活 支援	日中一時支援	家族の就労や一時的な休息等のために障害児(者)を障害福祉サービス事業所等で一時的に預かり、見守りや活動の場の提供等を行います。	OK

相談・お問い合わせ：江田島市障害者生活支援センター ☎ 0823-27-8880 ☎ 0823-27-7760  
福祉保健部 社会福祉課 ☎ 0823-43-1638 ☎ 0823-57-4432



### 市内の障害児サービス提供事業所

名称	所在地(設置主体)	問い合わせ
児童発達支援事業所 歩歩江田島	〒737-2212 江田島市大柿町大君98番地4 (株式会社 歩歩)	☎ 0823-40-3328 ☎ 0823-57-2237
放課後等デイサービス 歩歩江田島	〒737-2212 江田島市大柿町大君98番地4 (株式会社 歩歩)	☎ 0823-40-3328 ☎ 0823-57-2237
放課後等デイサービス アーチ江田島	〒737-2212 江田島市大柿町大君3211番地24 (株式会社 歩歩)	☎ 0823-40-3133 ☎ 0823-57-5755
放課後等デイサービス おひさま	〒737-2211 江田島市大柿町柿浦1954番地1 (株式会社 太陽)	☎ 0823-57-2225 ☎ 0823-57-2252

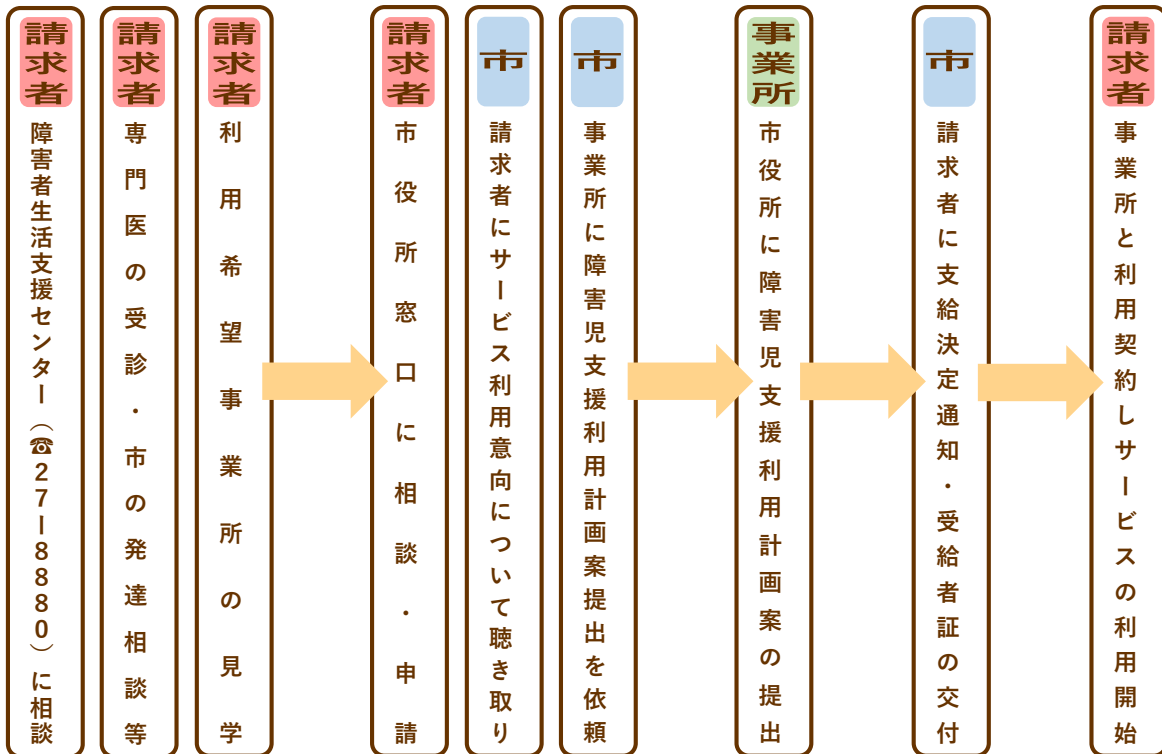
### 市内の法人が運営する障害福祉サービス提供事業所

名称(サービス種別)	所在地(設置主体)	問い合わせ
社協訪問介護事業所 (居宅介護)	〒737-2302 江田島市能美町鹿川2060番地 (社会福祉法人 江田島市社会福祉協議会)	☎ 0823-45-2510 ☎ 0823-45-3560
ホームヘルパーセンター 江能(居宅介護)	〒737-2101 江田島市大柿町飛渡瀬4022番地 (社会福祉法人 江能福祉会)	☎ 0823-40-3300 ☎ 0823-57-0077
さくら介護ステーション 江田島(居宅介護)	〒737-2213 江田島市大柿町大原1654番地 (株式会社 UEDA)	☎ 0823-40-3361 ☎ 0823-40-3362
あすか訪問介護事業所 (居宅介護)	〒737-2316 江田島市沖美町三吉2703番地2 (合同会社 あすか訪問介護事業所)	☎ 0823-47-0214 ☎ 0823-40-4055
ショートステイ江能 (短期入所)	〒737-2101 江田島市大柿町飛渡瀬4027番地2 (社会福祉法人 江能福祉会)	☎ 0823-57-7100 ☎ 0823-57-7500
ショートステイ倉橋の里 (短期入所・日中一時支援)	〒737-1377 呉市倉橋町重生5364番地2 (社会福祉法人 江能福祉会)	☎ 0823-53-2700 ☎ 0823-50-2188
福祉サービス事業所 りんりん (日中一時支援)	〒737-2212 江田島市大柿町大君1442番地1 (株式会社 凜)	☎ 0823-36-7885





## 利用開始まで(申請から1ヶ月程度)の流れ



※ 入所支援については、西部子ども家庭センター(☎ 082-254-0381)へ相談する必要があります。

## 発達障害診療の通院にかかる交通費の助成

### 概要

通所受給者証もしくは障害福祉サービス受給者証の交付を受けている方を対象に、お子さまの発達障害の診療を行う医療機関等への通院等にかかる交通費(公共交通機関・自家用車)について助成を受けることができます。

### 助成額

1日当たりの上限を1,080円として、実支出額を月単位で助成

### 申請

窓口[江田島市役所 社会福祉課(☎ 0823-43-1638)]に申請書(窓口にあります。)を提出します。内容に問題がなければ、後日決定通知書が届きます。

### 請求

通院等をした月の翌月15日までに、請求書(窓口にあります。)に医療機関等の領収書など通院したことを証明できる書類を添付して窓口へ提出します。





障害をお持ちのお子さまは、発達のお子さまにはない出費ことなく、お子さまが適切なよる援助がありますので、対

## 特別児童扶養手当

発達障害などの障害により日常生活に困難があるお子さまを育てる父母等に支給される手当です。障害が重度でない場合は、診断書作成が必須となりますので、お子さまの状態が対象となりうるか、まず主治医や専門医に相談してみましょう。

### 対象者

重度または中度の障害\*があり、日常生活に一定の介助を必要とする20歳未満の児童を監護、または養護している方。

\* 重度の障害…知的障害を伴う場合が多く、おおむね療育手帳○A及びA程度。  
 中度の障害…知的障害を伴う場合、おおむね療育手帳○B程度。(必ずしもこの限りではない。)  
 知的障害を伴わない場合、医師の診断書にて発達障害等で日常生活に著しく困難や制約が生じていることが確認できる。  
 なお、重度・中度のいずれにおいても、身体障害を伴う場合はこの限りではありません。

※ ただし次のいずれかに該当するときは支給されませんのでご注意ください。

- ① 児童が児童福祉施設等に入所している。
- ② 児童が障害を理由とする公的年金などを受給している。
- ③ 児童または支給申請者が、日本国内に住所を有しない。
- ④ 支給対象者やその配偶者、扶養義務者等に一定額以上の所得がある。

### 支給内容 (令和3年度現在)

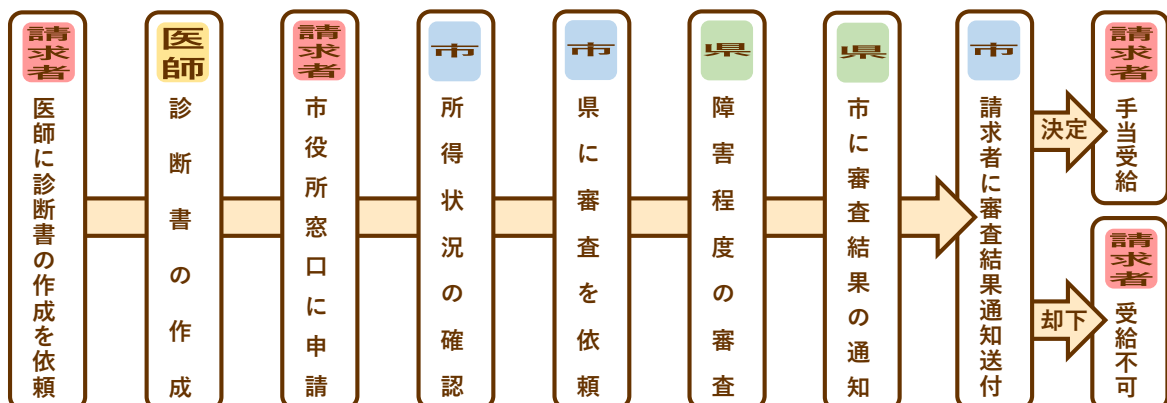
児童一人につき、1級障害(重度)月額52,200円、2級障害(中度)月額34,770円  
申請した月の翌月から、4月・8月・11月にそれぞれ前月(11月のみ当月)までの手当を支給

### 新規申請

下記の必要書類等を準備し [江田島市役所 社会福祉課(☎ 0823-43-1638)] に申請します。

- ・戸籍謄本 ・通帳(請求者名義) ・所得証明書(市外在住の場合)
- ・個人番号のわかるもの
- ・診断書(所定様式), もしくは1~3級いずれかの身体障害者手帳, もしくは○A, Aいずれかの療育手帳

## 手当支給まで(申請から2ヶ月程度)の流れ



医療やサービス等、定型  
過度に経済的不安を抱える  
支援を受けるための手当に  
対象の方はご活用ください。



## 障害児福祉手当

日常において常時の介護を必要とする重度の障害をお持ちのお子さまに支給される手当です。お子さまが発達障害に加え、知的障害などを伴う場合、支給の対象となる可能性がありますので、主治医や専門医に相談してみましょう。

### 対象者

重度の障害\*があり、日常生活において常時の介護を必要とする\*20歳未満の児童の方。

〔\*重度の障害…おおむね特別児童扶養手当における1級障害(重度)に該当する程度。〕

※ただし次のいずれかに該当するときは支給されませんのでご注意ください。

- ① 児童が児童福祉施設等に入所している。
- ② 児童が障害を理由とする公的年金などを受給している。
- ③ 児童または支給申請者が、日本国内に住所を有しない。
- ④ 支給対象者やその配偶者、扶養義務者等に一定額以上の所得がある。

### 支給内容 (令和3年度現在)

児童一人につき、月額14,650円

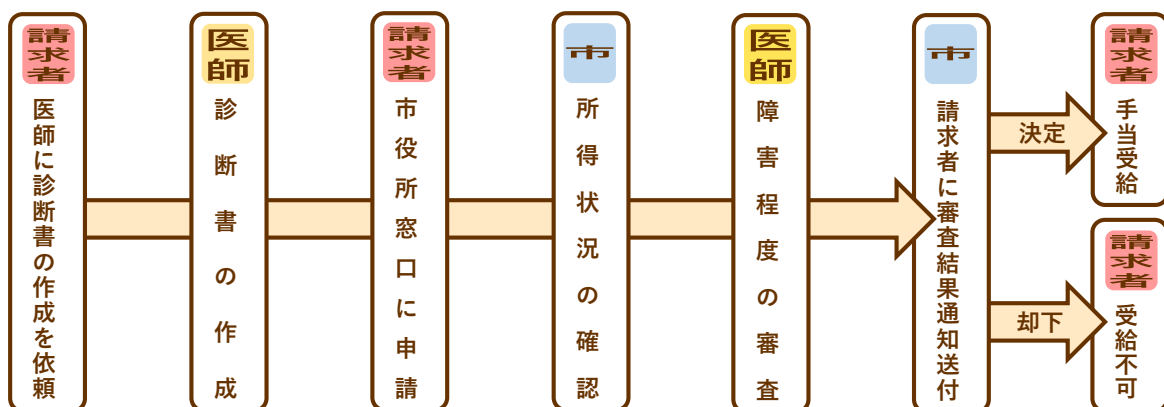
申請した月の翌月から2月、5月、8月、11月にそれぞれ前月までの手当を支給

### 新規申請

下記の必要書類等を準備し [江田島市役所 社会福祉課 ☎ 0823-43-1638] に申請します。

〔 ・ 戸籍謄本 ・ 通帳 (障害児名義) ・ 所得証明書 (市外在住の場合)  
・ 個人番号のわかるもの ・ 診断書 (所定様式) ・ 障害者手帳 (身体・療育・精神) 〕

## 手当支給まで(申請から1ヶ月程度)の流れ



お子さまの状態が、手当の受給対象となる可能性があるかどうか、かかりつけの医師や専門の医師に相談してみましょう。



# 発達障害を応援する取組

発達障害を持つお子さまやその保護者の方が、安心して地域で暮らしていけるように、応援する取組や活動があります。知識の向上や精神面のケア、子育てのつながりづくりにぜひご活用ください。

## ペアレントトレーニング

ペアレントトレーニングとは、保護者の方がお子さまとのより良いかわり方を学ぶことで、日頃の子育ての困りごとを軽くし、可能な限り楽しく子育てができるように支援する保護者向けのプログラムです。

お問い合わせ：福祉保健部 子育て支援課 ☎ 0823-42-2852 📠 0823-42-3322

## 発達障害サポートファイル

障害のあるお子さまに関する様々な情報(接し方、特徴、支援の方法やこれまでの相談機関や現在の支援機関)を乳幼児期から成人期に至るまで継続して記録整理できるファイルです。

保育所・幼稚園や学校でクラスや学年、担当の先生が変わる時、病院で担当医が変わる時、卒業して事業所を利用し始める時など、福祉・医療・教育等様々な分野の機関や支援者が変わる時に読んでもらうことで、お子さまの状態に合わせた支援を受けやすくなります。

お問い合わせ：福祉保健部 社会福祉課 ☎ 0823-43-1638 📠 0823-57-4432

## 江田島市手をつなぐ育成会

この会は、様々な特性を持ったお子さま達を支え育て、安心して暮らせる未来をつくるため、地域の人々と共に考え、学び、行動することを目的として活動する親の会です。当事者として、悩みを抱える保護者の方と同じ目線で、助言や情報提供を得られる貴重な場です。

### 定例会

第1火曜日  
市役所本庁4階  
第3水曜日  
徳正寺

お茶を  
飲みながら  
情報交換や  
お悩み相談  
など！

### おおぞら サロン

障害のあるなし  
関係なく地域の  
大人と子どもが  
一緒に活動

### 地域活動の会

江能分級の  
OB・OGさんが  
中心になって

### 情報発信 ネットワーク

年2回会報創刊  
全国手をつなぐ  
育成会からの情報  
(月刊誌など)

お問い合わせ：代表 護山智孝 ☎ 0823-45-2430 年会費：正会員3,500円・賛助会員500円



# 社会的自立に向けて



お子さまが18歳になると、高校に通っていれば卒業を迎える歳となり、今後社会生活を送る上で大きな転機が待っています。進学や就労にお悩みの時は、P13・14の関連窓口にぜひご相談ください。

## 18歳以降のお子さまの進路

まずは保護者の方が、しっかりとお子さまの希望を聞き、これからのことについて話し合しましょう。その上で、お子さまが高校に通っている場合は担任の先生に、そうでない場合は身近な相談先(⇒P13・14)に相談し、進学先や就職先について、助言をもらいましょう。

お子さまが就労を希望されたとき、いきなり一般就労するには不安が大きい場合は、自立した社会生活を支援する「訓練等給付」の活用を検討するのもいいでしょう。

## 訓練等給付

障害を持つ方が、自分らしい、自立した日常生活や、社会生活を送るために必要なスキルを身につけるための訓練の機会を提供するサービスです。

サービス名称		サービス内容	市内提供
訓練等給付	自立訓練 (機能訓練・生活訓練)	自立した日常生活や社会生活ができるよう、一定期間、身体機能や生活能力向上のために必要な訓練を行います。	
	就労移行支援	就労を希望する人に、一定期間、生活活動及びその他の活動の機会を提供し、就労に必要な知識や能力の向上に向けた訓練を行います。	OK
	就労継続支援 (A型・B型)	一般企業等での就労が困難な人に、就労や生産活動の機会を提供するとともに、知識及び能力の向上のために必要な訓練を行います。	OK
	共同生活援助 (グループホーム)	夜間や休日、共同生活を行う住居で、相談や日常生活上の援助を行います。	OK

相談・お問い合わせ：江田島市障害者生活支援センター ☎ 0823-27-8880 ☎ 0823-27-7760  
 障害者特定相談支援事業所 江能 ☎ 0823-27-4848 ☎ 0823-27-8889  
 福祉保健部 社会福祉課 ☎ 0823-43-1638 ☎ 0823-57-4432

## 心身障害者扶養共済制度

心身に障害\*を持つお子さまの将来に対して保護者の方が抱く不安の軽減と、お子さま自身の生活の安定を図ることを目的とした共済制度です。

障害を持つお子さまの保護者が加入者となり、加入年度の加入者の年齢に応じて、1口(月額)9,300円(35歳未満)～23,300円(60歳以上)の掛金を払うことで、加入者の死亡、もしくは重度障害を認められた時、障害を持つお子さまに生涯にわたり月額20,000円(2口加入の場合40,000円)の年金が支給されます。

手帳を取得されるなどの機会に、万が一の備えとして活用を検討してはいかがでしょうか。

( \* ①療育手帳所持 ②身体手帳1～3級所持 ③①②に準ずると認められる障害 )

お問い合わせ：福祉保健部 社会福祉課 ☎ 0823-43-1638 ☎ 0823-57-4432



## 保護者の方へ

保護者の皆さま、家事やお仕事、様々なことをこなしながら、  
試行錯誤の中での子育て、おつかれ様です。

そんなあなたの悩みなんてお構いなし！と言わんばかりに、  
お子さまはあなたを困らせているかもしれません。  
周りの子とくらべて、どうしてできないの...と  
ため息をつきたくなることもあるかもしれません。

そんな時は、少しだけお子さまから離れて一息つきましょう。

あなたを困らせるのは、**お子さまも困っているサイン**かもしれません。  
どんな時に笑い、怒り、泣くのか、**気持ちをゆっくり聞いたり、  
同じ目線でものごとを見たり**することで、  
お子さまの行動をある程度予想できるかもしれません。

少し離れた場所からお子さまを観察すると、ふと  
あなただけが見つけられる、**お子さまが頑張っていることや、  
他の子にない良さ**が見つかるかもしれません。

**悩みや不安なお気持ちを抱えている方、また、  
知り合いには打ち明けにくいとお思いの方、  
ぜひ私たちに相談してください。**

ひとりで悩まないで**一緒に悩みましょう。**  
頼れる大人が増えることは、お子さまの安心感にもつながります。

障害のあるなしに関わらず、**完璧な保護者はいません。**  
模範的な保護者になろうと頑張りすぎてはいませんか？  
深呼吸して、肩の力を抜いて、お子さまを見てください。  
お子さまが生きているのは、**ずっとあなたが頑張っているから**です。

あなたはお子さまにとってかけがえのない人です。  
お子さまと同じくらい、**ご自分の心と体を大切に**するのを  
どうか忘れないでください。



MEMO



Blank lined area for writing notes, framed by a pink border. The left side features a spiral binding.



【制作】江田島市 福祉保健部 社会福祉課

TEL 0823-43-1638 FAX 0823-57-4432

〒737-2297 江田島市大柿町大原505番地

発行／令和3(2021)年9月

