

# 中学生ボランティア新聞 ふろく 私の苦手なこと、得意なこと

先生方へ  
やまびこだより  
No.149  
今号の特集から

\*本紙の特集事例をよりくわしく解説！あわせてご活用ください。

## 特性のある子どもに 学校で必要な合理的配慮

2016年4月施行の「障害者差別解消法」により公立の学校では「合理的配慮」の提供が義務づけられました。特性のある子どもたちが、よりよい学校生活を送り、将来自分に合った仕事に就いて、自立や自活を目指すことができるよう、他の子どもと平等に教育を受ける権利を享受できるような配慮が求められます。

環境を調整し、特性に合わせた方法で関わり教育していくことで、生活の不都合は軽減されると言われています。周囲の人がその子の個性・能力・希望など理解した上で、その子に合ったサポートをしていくことが大切です。

発達障がいとは病気ではないので治療や手術で治るものではありません。しかし、カウンセリングや行動療法、感覚統合訓練、ソーシャルスキル・トレーニングを受けるなどして適応性を上げていくスキルを身につけていくことはできます。

## 「発達障がいのある子ども」ではなく、 一人の個人として理解することが基本です

**配慮の例** 特性を理解し、「誰もがみな発達過程にあり、変化していくこと」を前提に柔軟な対応をします。体を使った体験は学びを助長し、成功体験が心の支えになっていきます。

### 授業のポイントをプリントで配布する

黒板からノートへの書き写しが難しい場合、授業のポイントを事前にプリントなどで配布します。また、タブレットなどで写真を撮ることを許可します。

### 掲示物等は場所を決めて掲示する

掲示物等がある場合は、まとめて貼るのではなく、わかりやすく場所を決めて掲示します。

### 教室の場所をイラストを使って掲示する

教室などの場所がわかりやすくなるように、本人用の校内地図（教室配置図）を作成したり、教室の入口にイラストなどの案内板を掲示したりします。

### 参加できない行事には別の活動内容を工夫する

騒がしい状況が苦手なので、時には参加できない行事などがあります。サボリではなく、苦手な事だということをはかの子どもに理解させ、別の活動をするなどの工夫を提供します。

### 行動スケジュールを作成し掲示する

全体の予定だけではなく、本人の行動がわかりやすくなるよう個人の予定を立ててもらいます。その際、移動の時間などを考慮できるようにします。

### 時間の区切りをわかるようにする

何をする時間なのかがわかるようにします。休憩時間などは時間を忘れてしまう可能性があるため、タイマーなどを設定し、携帯してもらいます。

### 予定変更や変化は前もって説明する

急な予定変更が苦手なので、変更がある場合は可能な限り事前に伝えます。  
例：「今日は先生の都合で授業が、体育の授業は校庭ではなく体育館で行います」と、事前に伝えておくことで混乱を避けることが可能になります。

### 余計な刺激が少ない前の席に座らせる

座席は授業に集中できるように、余計な刺激が少ない前の席にします。

子どもの状態を発達障がいの特性として理解し、どのような特徴のある子であるのか、どんな苦手があるのかを知ると、子どもの大変さが見えてきます。特性を理解することで、支援・配慮の工夫ができます。

子どもは家庭と地域と教育現場で育ちます。それぞれが連携をとり、その中で現実的に何をすればいいのか、状況を見ながら対応することが望まれます。また、相談専門機関や専門家から支援を受けることで、対応や支援のしかたについて幅が広がりますので、相談してみるのもいいでしょう。

協力：飯島尚高さん（NPO 法人たんとう理事長）

主な参考図書：『教えて！ドクター こどもの病気とおうちケア』佐久総合病院監修（一般社団法人佐久医師会）  
『イラスト版 ADHD（LD・自閉症）のともだちを理解する本』原仁・笹森洋樹ほか監修（合同出版）  
『お母さんが「これだけ」は知っておきたい発達障害の基礎知識』宮尾益知監修（河出書房新社）  
『発達障害の僕が輝ける場所をみつけた理由』『発達障害の僕が羽ばたけた理由』栗原類著（KADOKAWA）

平成30年10月発行 発行：社会福祉法人 長野県社会福祉協議会 地域福祉部 地域福祉グループ

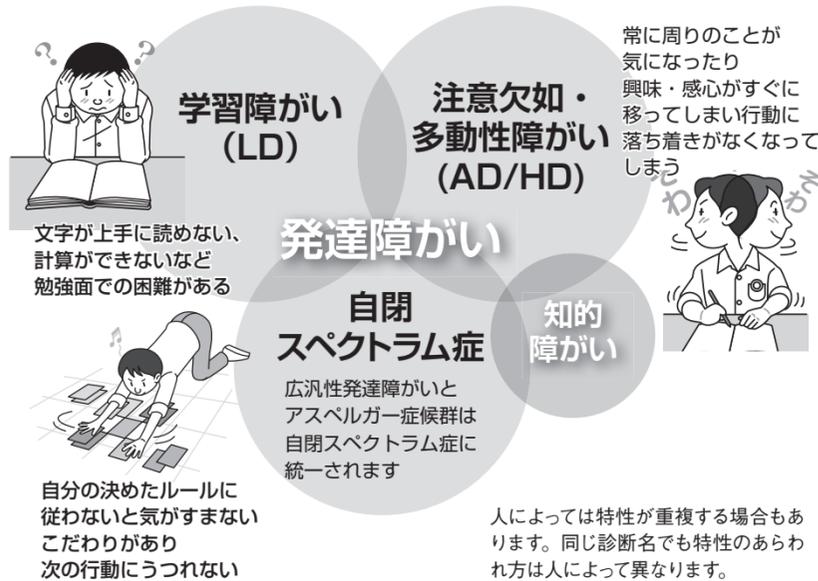
〒380-0928 長野市若里7-1-7 TEL.026-226-1882 FAX.026-228-0130  
E-mail vcenter@nsyakyo.or.jp URL http://www.nsyakyo.or.jp/



## 特性のある子どもへの合理的配慮

### 「発達障がい」について

発達障がいは、生まれながらの脳の機能障害が原因とされています。日本では、行動や認知の特徴（特性）によって、下図のように分類されています。



文字が上手に読めない、計算ができないなど勉強面での困難がある

### 発達障がい

#### 自閉スペクトラム症

広汎性発達障がいとアスペルガー症候群は自閉スペクトラム症に統一されます

#### 知的障がい

人によっては特性が重複する場合もあります。同じ診断名でも特性のあらわれ方は人によって異なります。

## 発達障がいの特徴

生まれつきの脳機能の発達の違いによってあらわれる主な特性です。

### 社会性の偏り

年齢に応じた関わりや対応ができないために周囲に不快な思いをさせてしまうことがある。まだ未成年なのに大人のような振る舞いをする、もしくは、大人なのに子どものような振る舞いをする。

### コミュニケーションの偏り

視線をあわせて会話することが苦手、言葉（音声）でのやりとりが苦手で会話が成り立たない。気になる話題は永遠に話をしているのではないかと思うくらい一人で話し続けてしまう。

### 想像の偏り

目に見えていないものを想像することが苦手で、将来のことを想像することができない。将来の自分の姿が想像できないために、練習をして自分自身を向上させることが苦手。疲れてしまうことを想像できないのでペース配分をすることが苦手。

## 特集のねらい

### 発達障がいと私たち

日常生活の中で、困ったなと思う場面は誰にでもあると思います。人ごみが苦手だったり、大きい音のするところが苦手だったり。また、自分の言いたいことが相手にうまく伝わらず、わだかまりが残ることや口論になることはありませんか。私たちはそのような苦手なこと、困ったことを意識して、または無意識に、さまざまな方法で解決しようとしています。解決するためにとった行動が時には「問題行動」や「課題行動」と呼ばれ、得意不得意が極端に現れることで日常生活で不都合なことがあると、「発達障がい」として診断されます。

昨今、「発達障がい」という言葉がさまざまな場所で聞かれるようになってきました。「発達障がい」と診断された人の

中には、自分の能力を存分に発揮し、社会で活躍している人たちがたくさんいます。著名人では、若者に人気のSEKAI NO OWARIのFukaseさんやモデルの栗原類さん、『窓ぎわのトットちゃん』の著者黒柳徹子さんらが知られています。また、Appleの創業者スティーブ・ジョブズ氏やFacebookの創業者マーク・ザッカーバーグ氏も発達障がいがあるのではないかとされています。

障害者居宅支援事業所 NPO 法人たんとうの理事長飯島尚高さんは、「言われているというのは、彼らは診断を受けているわけではありません。日常生活で困難なことがなければ、全員が医師の診断を受ける必要もないのです。周りが受け入れてくれたり、工夫によって問題を解決できているのであれば、発達障がいの人は周りのみんなと同じように生活を送ることができるのです」と話します。

## 障がいのあるなしに関係なく 伝わりやすい伝え方を

「発達障がい」の行動傾向は、私たちのほとんど誰にでも当てはまるものがいくつもあります。また、「障がい」という枠組みが、円滑なコミュニケーションを阻んでしまうことがしばしばあります。今回の特集では、それらを踏まえて、発達障がいのあるなしに関係なく、相手を思いやる「伝わりやすい伝え方」や「苦手に配慮した関わり方」とは何かを考えてみました。

児童生徒の皆さんには、周りにちょっと気になる友だちがいたら、どうしてそうした行動をとるのかを一緒に考え、どんなことが得意で、どんな魅力があるのか、「障がい」の枠組みにとらわれることなく、個人として「その人」に目を向けることの大切さに気づいてもらいたいと思います。



## 自分の行動を振り返る 20の質問

当てはまるかなあと思うことを数えてみましょう

<input type="checkbox"/>	1	仲のいい人であっても、握手や手をつなぐのはちょっと嫌だ
<input type="checkbox"/>	2	少し小さいサイズの服を着るのは嫌だ、もしくは好きだ
<input type="checkbox"/>	3	服などがチクチクするとずっと気になり、他のことが手に付かない
<input type="checkbox"/>	4	手に何かがつくと、すぐに気になるので洗い流したい
<input type="checkbox"/>	5	周りが気になる程の音がしても気にせず過ごしている もしくは音が気になってしかたがない
<input type="checkbox"/>	6	ひとり言が多いと言われる
<input type="checkbox"/>	7	話を聞いていない 呼んでも振り向かないと言われる
<input type="checkbox"/>	8	毎日同じことを繰り返し行っていることで、 安心できるものがある(例:川を眺めるなど)
<input type="checkbox"/>	9	毎日同じ順路だと落ち着ける (例:工事中でもそのまま通りたい、決めた道以外はいやだ)
<input type="checkbox"/>	10	縄跳び、跳び箱、マット運動が苦手
<input type="checkbox"/>	11	叱られている時に、笑ったりしてしまい、さらに叱られる
<input type="checkbox"/>	12	空想の世界で過ごすのが好き
<input type="checkbox"/>	13	本や文具などがきれいに揃っていないと気が済まない もしくは片付けられない
<input type="checkbox"/>	14	やり始めたことは最後までやらないと気がすまない やる事の優先順位をつけるのが苦手
<input type="checkbox"/>	15	小さい頃から手放すことができないおもちゃやぬいぐるみなどがある
<input type="checkbox"/>	16	待つのが嫌いである 割り込んでしまい注意されたことがある
<input type="checkbox"/>	17	遅刻しそうになっても決められたことは省略できず遅刻してしまう
<input type="checkbox"/>	18	白紙にバランスよく字を書けない
<input type="checkbox"/>	19	約束をすぐ忘れてしまう
<input type="checkbox"/>	20	誰かと一緒に片付けをする時に、自分が何をしたらいいかわからない

数	結果
0	え? 本当ですか? まったく一つもありませんでしたか? あなたは素晴らしい人です。そのままこれからも生活してください。 でも、時には肩の力を抜いたほうがいいですよ。
1以上	これは誰にでもある感覚や特徴です。気にしなくてもいい、そのまま大丈夫です。 日常生活であなたの特徴が影響してしまい、著しく困ったことが起きている場合は、医師のアドバイスを受けるのもいいでしょう。

\*チェックシートはコピーして活用できます。

## 発達障がいを理解するポイント

「発達障がい」と診断された子どもは、その状況を受け入れることが大人よりもずっと苦手です。ですが、ポイントを理解し、伝え方や接し方をほんの少し変えるだけでストレスを減らすことができます。特性のある子どもへの接し方は、すべての子どものストレス軽減にもつながります。

自分で決めた  
予定どおりに  
過ごしたい

予定が変わったら  
伝えて理解して  
もらえば大丈夫

ルールを伝える  
と集団の中で  
行動しやすい

まずはルールを  
具体的に伝えて  
みてください

決まったことを  
理解すれば  
確実に行動  
できる

理解できたら  
ルール通り  
行動します

周りの状況を  
理解するのが  
とても苦手

空気を読むのは  
ちょっと苦手

絵・写真・文字  
を使うと  
伝わりやすい

ノートや紙に書き  
「見えるように」  
するとGOOD!

あいまいな表現  
よりも  
具体的な表現

あそこ → 玄関  
2、3日 → 3日  
それ → 赤い箱

### 関わり方の具体例

#### 自分の話が始めるとなかなか止まらない人には

話始める前に、話を聞ける時間を決めて伝えておく  
「〇〇のことなんだけど」  
「じゃあ、次の授業の準備もしたいから10分話し  
を聞けるから12時30分までね」  
もし可能なら、スマートフォンなどのタイマーや  
キッチンタイマーなどを使って時間になったら音がな  
るようにしておいてもいいでしょう。

#### 約束を忘れてしまう人には

言葉(音声)だけで約束をすると『あとで予定に書  
けばいいや』と思ってそのまま忘れてしまったり、他  
の話をしている間に忘れてしまうことがあります。  
約束を覚えておくことや自分が何をしたかったのが  
を覚えていることが苦手な人がいます。  
そんなときは、メモを渡すとか(そのメモを忘れて  
しまう人もいますが…)手帳に予定を書くまで確認す  
るなどの工夫が必要です。

### 指示が的確に伝わる言葉かけ

言葉をそのまま受け取ることがあります。いわ  
ゆる「冗談が通じない」という状況です。  
「ほったが落ちる」「自腹を切る」「クギをさす」  
「手を貸す」などは言葉の通りに理解してしまい  
当人はびっくりしてしまうことがあります。  
お笑い芸人で厚切りジェイソンという外人の方  
がいますが、その方のネタで漢字を外国人が感じ  
ている違和感と同じような認識がおきています。  
学校では「廊下を走らない」ではなく「廊下を  
歩きましょう」とか、「ごぼさないように持って  
いって」ではなく「ゆっくり運びましょう」など、  
言葉で勘違いや失敗が思い浮かぶような言葉は避  
けるようにします。



### 上手な伝え方

もし自分が伝えようとしている事が具体的かどう  
かを判断するポイントは2つです。

#### 1. 数えられる表現になっているか

例: ● ちょっとまって→5分待ってください  
● どっちでもいいよ→こちらにしましょう

#### 2. 動かなければ実現できる表現(否定的な表現)ではないこと

例:  
● 「静かにしましょう」  
→ 「〇〇をしましょう」(ほかの活動を提示する)  
● 「人の物をとりません」  
→ 「〇〇が必要な時は、先生に言ってください」  
● 「人を叩きません」  
→ 「用事がある時は、トントンと肩を叩きましょう」  
● 「物を投げません」  
→ 「いらぬ時は、先生のところまで持ってきてください」

成功体験は心の支えになります。本人の好きなこと  
や得意なこと、強みに注目し、ほめて伸ばすことが  
基本。注意するときは、きつく責めたり、怒鳴った  
りせず、穏やかな口調で諭します。



障害者居宅支援事業所  
NPO法人たんと  
理事長 飯島尚高さん