

3. Q&A

Q. 忘れ物が多くて困っています。何か良い方法はありませんか？

学校に持っていくもの、学校から持って帰るもの…忘れ物のない日はない、というお子さんがいます。ただ注意するだけではあまり効果がありません。

- 確認のための声かけをする
- 持ち物リストを作る
- 持っていく物を置いておく場所を決める

などの具体的な対応が必要です。

持ち物リストも

- はじめは大人が作り一緒に確認する
- できるようになったら自分でリストを作る

など徐々に自己管理できるようになると良いですね。できることが増えたら思い切りほめることも大切です。

Q. 指示を理解して行動に移すことができません。

関わり方のコツはありますか？

指示をする前に意識を向けさせることが大切です。

家庭の中や個別の対応であれば、本人に近づいたり視線を合わせたりして話すのが良いでしょう。集団の中では名前を呼ぶなどして注意をひきつけましょう。

また抽象的な表現や「あれ」「これ」という言い方は避け、「短い言葉で」「はっきり」「ゆっくり」伝えることがコツです。

一度にたくさんの指示を出さず順序立てて一つずつ指示を出すこと、ノートや黒板に書いて視覚で確認することもコツです。

Q. 個別支援学級に入級するにはどうしたらいいですか？

横浜市特別支援教育総合センター（横浜市教育委員会特別支援教育相談課）に相談申込みをします。相談の結果、横浜市特別支援教育総合センターの判断に基づき、就学先の学校と相談し決定します。

Q. 個別支援学級から一般学級への移籍は可能ですか？

制度的には可能です。ただし・・・

- *持ち物の管理や学習の準備など自分でできますか？
- *学級の一員として活動に参加できますか？
- *一斉の指示でも動けますか？
- *校外活動にも不安なく参加できますか？
- *お友達とのコミュニケーションに不安はありませんか？
- *休み時間や自由時間の過ごし方を自分で見つけれられますか？

これらのことを整理して、お子さんに合った学校生活の場を見つけましょう。

学校内でも担任だけでなく校長、副校長、養護教諭、専任(小学校は児童支援専任、中学校は生徒指導専任)、特別支援教育コーディネーター、スクールカウンセラーや学校カウンセラーなど様々な立場の方とお話ししてみてもいいかもしれません。

保護者の思いが先行してしまう場合もあります。お子さんの気持ちも大切にしましょう。

*** 先輩お母さんから一言 ① ***

幼稚園のころから、あまり積極的にうまくお友達の輪の中に入れず、ひとりでポツンとすることが多く心配をしていました。言葉の発達も遅かったので、相談していた療育センターの勧めで入学前に、特別支援教育総合センターに行きました。そこでは一般学級の判断が出て、入学となりました。

今現在、勉強のことで学校から何かを言われることはないのですが、やはり友だちとの関係の中で、困っていることがあっても言えないでいることが心配になります。なかなかわかりにくい子なので、先生とはまめに連絡を取って、クラスでの様子を聞くようにしています。

*** 先輩お母さんから一言 ② ***

入学前に特別支援教育総合センターに相談に行き、そこでは個別支援学級の判断が出ました。悩みましたが、「幼稚園からの知っている子がいる中で経験させたい。」と思い、校長先生と相談して低学年は一般学級で通うことにしてもらいました。

お友達がいるので、始めのうちは楽しく通い始めましたが、だんだんと勉強が難しくなったせいか、本人が「学校に行きたくない」と言い、行けなくて休んでしまう日も出てきました。幼稚園とは違う環境の中で、やはり本人にとっては厳しいところもあったのかもしれませんが。

学年が上がるにつれ、ストレスもいろいろでてきてしまったようで、家で怒ったり泣いたり不安定な状態になりました。担任の先生や校長先生とも相談し、3年生から個別支援学級に切り替えました。以前から時々遊びに行っていたこともあって、本人は抵抗なく移ることができてほっとしています。表情もずいぶん明るくなりました。下の学年のお子さんの面倒を見る側にもなって、自信もついてきたようです。

*** 先輩お母さんから一言 ③ ***

入学に向けては、特別支援教育総合センターに相談に行き、一般学級から通級指導教室に通うという判断がでました。うちの子は不安がとても強かったので、学校が始まるまでは、親自身もとても不安でした。学校が始まって慣れるまでは「行きたくない」と言いたすこともありましたが、自分のクラスの中では、あまりうまく先生とも友だちとも話せないようです。週1回の通級指導教室では、少人数のせいか安心して友だちとも話せるようで、本人も楽しみに通っています。母親と一緒に隣の学校に通う時間も楽しいようです。

*一般学級、個別支援学級それぞれの違いがあります。何を大切にするのか、どこを一番のポイントにするのかを良く考え、実際に見学してから決めることをお勧めします。

Q. 本人や家族に障害をどう伝えたらよいのでしょうか？

時期については個人差もあり本人の意思を考えずに無理に伝えることはお勧めしません。そのため主治医などと相談しながら慎重に進めましょう。

また、おじいちゃんおばあちゃんなど、周囲の方の理解不足で悩む保護者も多いものです。家族の中ではうまく説明できない場合は、専門家から話してもらおうと良いでしょう。親の会などで悩みを打ち明け合うことで、気持ちが軽くなることもあります。

*** 先輩お母さんから一言 ①***

息子に障害のことをいつ伝えようか、ずっとタイミングを計っていました。もうそろそろかな…と思ったある日、アスペルガー症候群の本をぱらっと読ませて、「あなたも同じ特徴があるの。」と伝えました。

第一声は「それって治るの？」でした。「病気は治るけれど障害は治らない。あなたにはアレルギーがあって一生付き合っていかなければいけないのと一緒で、この障害も一生付き合っていかなければいけないの。」と伝えました。「誰かに慰めて欲しい。」と言うので「話して同情してくれる人ばかりではないし、大切な話は大事な人にしか言うてはいけません。お父さんやお母さん、先生やお医者さんが皆あなたの事をどうフォローしていこうか考えているから、それで十分じゃない？」と話すと息子も納得してくれました。落ち着いたら「言ってもらってよかった。」と……。

以前は積極的に医者へ行くことはなかったのですが、障害を伝えてからは「話を聞いてもらいたい」と主治医に相談に行くこともあり、それだけでもよかったと思っています。親以外に相談できる場所があるというのは息子の将来にはとても大切なことだと思うのです。それを考えると成人も診てくれる医療機関は必要ですね。

*** 先輩お母さんから一言 ② ***

4年生の時、子ども自身が「私は他の子と違う」と言い出したのが始まりです。その頃、通級指導教室に置いてあった自閉症の本やLDの本を読み、「ここに書いてあること、私にそっくり」と言っていました。

5年生のある日「私には障害があるの？」と聞いてきました。その時は「うん、あるよ。」とだけ答えました。

そして6年生になった時、「どんな障害？」と聞かれたので淡々と伝えました。

告知してから生活が楽になった気がします。場面に合わない話をする時は「その話は後でしょうね。」など注意しやすくなりましたし、「〇〇と言ったほうが他の人に伝わるよ。」と話せば言い方を変える工夫をするようにもなりました。

それでもショックは大きかったようです。幸い、話を聞いてもらえる親しい人がいてフォローしてもらえるので安心しています。

Q. 子どもに対応しているのは普段は母親である私だけなので
時々とても気持ちが沈んでしまうのですが。

配慮の必要なお子さんにお母さんひとりで対応するのはとても大変です。普段から家族に相談しましょう。そして時には家族に子どものことを全部託し、ひとりで、または友達と遊びに行くなど息抜きすることも必要です。そうすることで、帰ってきたらいつもより子どもにやさしくなれたりするものです。家族も日頃の大変さをわかってくれて、今まで以上に理解を示してくれるでしょう。

Q. 保護者の自分も発達障害ではないかと心配です。
どこに相談すればよいでしょう。

磯子区発達障害児・者地域支援ネットワーク連絡会の機関では、お子さんの問題に限らず様々な相談をお受けしています（P27～参照）。

まずはお話しすることで気持ちが軽くなるといいですね。その上で診断が必要であれば病院を紹介してもらうのがよいでしょう。