

こんなつきあい方をしてみましょう。

障がいの特性や本人の気持ちを理解する。

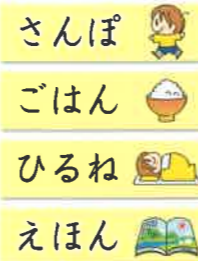
- 発達障がいは重なり合うこともあるため、症状は人によって様々です。一人ひとりに対して個別的な配慮や対応を行うことが大切です。
- 発達障がいのある方が安心して暮らすためには、周囲からの理解や支援が欠かせません。まず、本人の気持ちを理解し、共感をベースとした好意的な関係を築くことから始めてください。
- 困った行動や風変わりな様子が見られても、「人を困らせようとしている」とか「ふざけている」とは思わないでください。



ルールや予定を分かりやすく伝える。

- ルールを示すときには、分かりやすく表にするなどの工夫をしてください。あいまいな指示は伝わりにくいので、具体的に、一つずつ伝えるようにしてください。
- 自閉症やアスペルガー症候群の方は、予測できないことや変化に対する不安をもちやすいため、予定を前もって伝え、見通しがきくようにすることが大切です。言葉だけではなく、スケジュール表や絵カードなどを用いて目で見て分かるようにするとより効果的です。
- 「コミュニケーション支援ボード」を使うのも有効です。

スケジュール表



落ち着ける場所を用意する。

- 不慣れな環境でストレスを感じるなどにより、パニックを起こすことがあります。カーテンで区切ったりリラックススペースを用意する、別の部屋で休ませるなどして、落ち着くのを待ってください。
- 無理に押さえつけたり、大声で叱ったりすることは逆効果になります。



集中しやすい環境を整える。

- 何かをしているときに別の刺激が入ってくることがないように、部屋をきれいに片付けたり、壁の不要な掲示物を外したりして、集中しやすい環境を作りましょう。
- 教室では、気が散りやすい窓際や出入り口近くの座席は避け、最前列中央の席などを用意しましょう。



成功体験を増やして自信をつける。

- 悪い行動ではなく良い行動に注目し、約束したことをきちんと出来た時などには、すぐにほめるようにしてください。
- 言葉だけではなく、ごほうびシールなど、具体的なごほうびをあげるとより効果的です。



むやみに叱らず、出来るように工夫する。

- 「読み書き計算」が苦手だったり、一度で指示を理解できなかったりして頭ごなしに叱られることばかりだと、本人の自尊心を傷つけたり、劣等感をもたせたりするだけで、本当の支援にはつながりません。
- どうすれば出来るようになるのか、サポートの仕方を支援者側が工夫しながら接していくことが大切です。



いじめに気をつける。

- 特異な行動から、いじめの対象になることが少なくありません。理解者が本人に代わって断ったり、解決に導いたりするような支援をしましょう。

発達障がいに関する相談窓口

●お住まいの市町村の保健師（市役所、役場の母子保健担当課）

市町村名	名称	電話
大分市	健康課	097-536-2516
別府市	健康づくり推進課	0977-21-1117
中津市	地域医療対策課	0979-22-1170
日田市	健康保険課	0973-24-3000
佐伯市	健康増進課	0972-23-4500
臼杵市	保険健康課	0972-63-1111
津久見市	健康推進課	0972-82-9523
竹田市	保険健康課	0974-63-4810
豊後高田市	ウェルネス推進課	0978-22-3100
杵築市	健康長寿あんしん課	0978-64-2540
宇佐市	子育て支援課	0978-32-1111
豊後大野市	市民生活課	0974-22-1001
由布市	健康増進課	0977-84-3111
国東市	医療保健課	0978-73-2450
姪島村	健康推進課	0978-87-2177
日出町	福祉対策課	0977-73-3121
九重町	健康福祉課	0973-76-3838
玖珠町	福祉保健課	0973-72-1115

●保健所（保健部）

名称	所在地	電話
大分市保健所	大分市荷揚町6-1	097-536-2222
東部保健所	別府市大字鶴見字下田井14-1	0977-67-2511
地域福祉室	速見郡日出町字仁王山3531-24	0977-72-2327
国東保健部	国東市国東町安国寺786-1	0978-72-1127
中部保健所	臼杵市大字臼杵字洲崎72-34	0972-62-9171
由布保健部	由布市庄内町柿原337-2	097-582-0660
南部保健所	佐伯市向島1-4-1	0972-22-0562
豊肥保健所	豊後大野市三重町市場934-2	0974-22-0162
西部保健所	日田市田島2-2-5	0973-23-3133
地域福祉室	玖珠郡玖珠町大字塚脇137-1	0973-72-9522
北部保健所	中津市中央町1-10-42	0979-22-2210
豊後高田保健部	豊後高田市是永町39	0978-22-3165

●大分県発達障がい者支援センター ECOAL

本人やご家族、支援者への相談支援、発達支援、就労支援や、関係機関への普及啓発、研修事業を行っています。

所在地 大分市中島西1丁目4番14号 市民の権利ビル202
TEL 097-513-1880 (移転しました。)

●児童相談所

身体障がい、知的障がいの程度の判定や、家族の方々からの相談に応じています。

- 中央児童相談所（大分県子ども・女性相談支援センター内）
所在地 大分市荏隈5丁目 **TEL** 097-544-2016
- 中津児童相談所
所在地 中津市中央町1-10-22 **TEL** 0979-22-2025