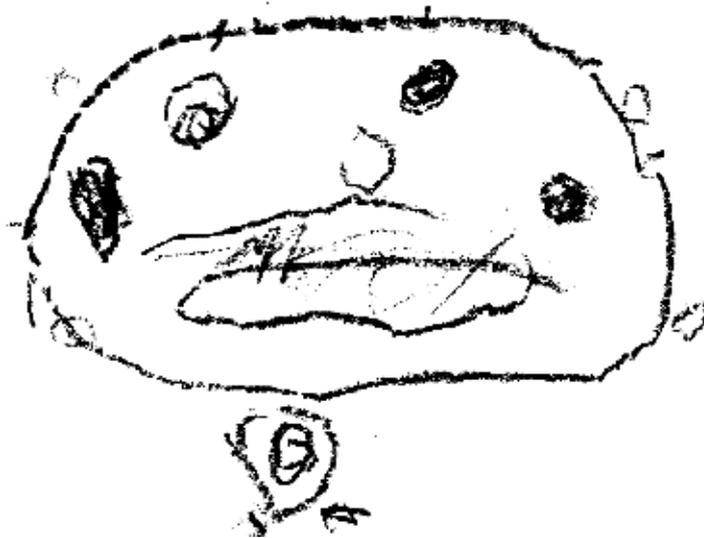


自閉症のある子どもの 理解と支援 Q&A集

—福祉サービス事業所等の皆さんに知っていただきたいこと—



「ちっちゃいおじさん」



国立大学法人 筑波大学附属久里浜特別支援学校

独立行政法人 国立特別支援教育総合研究所



はじめに

自閉症のある子ども達が、地域で充実した生活を送るためには、学校や家族、また、地域の関係機関の支援は欠かせません。

自閉症のある子どもとその家族は、学校や自宅への送り迎えや余暇活動などのさまざまな場面で福祉サービスを利用しています。サービスを提供されている事業所の皆さんは、自閉症のある子ども達を支援する中で、「なぜ、こんなことをするのだろうか?」、「どうやって関わったらよいのだろうか?」と疑問に感じられたり、悩まれたりしていることがあると思います。

今回、福祉サービス事業所の皆さんから、自閉症のある子ども達を支援する中で疑問に感じていること、困っていることなどをお寄せいただき、子ども達が見せる姿(行動)の理由と彼らへの関わり方について、『自閉症のある子どもの理解と支援Q&A集ー福祉サービス事業所等の皆さんに知っていただきたいことー』としてまとめました。

自閉症のある子ども達が見せる姿(行動)は、一見すると同じような姿(行動)であっても、その背景や理由は子ども達の年齢や経験、興味・関心や苦手なことなどによって個人個人で異なります。そのため、自閉症のある子ども達への関わりも、子ども一人ひとりによって変わるということをまずは理解していただきたいと思います。その上で、本書の内容を参考にさせていただき、ご自身がサービスを提供されている自閉症のあるお子さんへの支援に役立てていただければと考えています。

本書では、自閉症のある子ども達への支援に携わる皆さんが直面する疑問や悩みについて、Q&A形式で解説しています。本書が、自閉症のある子ども達について理解するきっかけとなり、支援に携わる皆さんが自閉症のある子どもとその家族にとって安心できる存在になることを願っています。

独立行政法人 国立特別支援教育総合研究所
企画部主任研究員(自閉症教育研究班長)

柳澤 亜希子

目 次

はじめに

1. 自閉症について知りましょう

- (1) 自閉症の特徴 1
- (2) その他の特徴 2
- (3) 二次的障害 3
- (4) 自閉症の原因 3
- (5) 支援者の方にお願ひしたいことー自閉症のある子どもが安心できる支援者になるためにー 3

2. 自閉症のある子どもへの支援Q & A

《食事》

- Q 1 : 箸やスプーンなどを使用せず、手で食べようとしてしまいます。
どうしたらよいでしょうか? 4
- Q 2 : 食事の時、隣のテーブルの人の分まで食べに行こうとしてしまいます。自分の分だけ食べることを伝えるには、どうしたらよいでしょうか? 5
- Q 3 : 食事の時、満腹になっても食べ物を残すことができず、何回もおかわりを求めます。
どうしたらよいでしょうか? 6

《着替え》

- Q 4 : 冬でも半袖を着たり、夏でもトレーナーを着たりします。衣服の調節ができるようになるには、どうしたらよいでしょうか? 7
- Q 5 : 服が少し濡れたり汚れたりしただけでも、着替えないと気が済みません。外出時でも、その場で服を脱いでしまい困ります。どうしたらよいでしょうか? 8

《排泄》

- Q 6 : トイレで排尿ができません。どうしたらよいでしょうか? 9
- Q 7 : 排尿時に、尿を飛び散らせてしまうので困ります。どうしたらよいでしょうか? 10
- Q 8 : 排便後の拭き取りが自分で上手くできず、便がパンツについてしまいます。
どうしたらよいでしょうか? 11
- Q 9 : トイレにトイレットペーパーなどの物を詰まらせてしまいます。
どうしたらよいでしょうか? 12

《性》

- Q 10 : 異性に対して距離が近く、体に触れることがあります。どうしたらよいでしょうか? 13
- Q 11 : 思春期に入り、性器いじりが目立ちます。どうしたらよいでしょうか? 14
- Q 12 : 時間や場所に関係なく、マスターベーションをしてしまいます。
どのように対応したらよいでしょうか? 15

《外出》

- Q 13 : 外出時、途中で歩かなくなり、座り込んでしまう時があります。
どうしたらよいでしょうか? 17

- Q14 : 目的地に到着したのに、公共交通機関（電車やバスなど）から降りず、座り込んでしま
います。どうしたらよいでしょうか？ 18
- Q15 : 信号機のある場所では、「待つ」ということが理解できないので困っています。
どうしたらよいでしょうか？ 19
- Q16 : 乗車中、渋滞や信号待ちに耐えられず、大声を出したりして騒いでしまいます。
落ち着いて車に乗るには、どうしたらよいでしょうか？ 20
- Q17 : 普段、決めている道順以外を走行すると落ち着かなくなります。どのように道順の変更を
伝えたらよいでしょうか？ 21
- Q18 : 電車内で大きな声を出します。静かにしてもらうには、どうしたらよいでしょうか？
. 22
- Q19 : 電車や駅のホームにあるベンチで、空いているスペースが狭くても無理矢理に座って
しまいます。どうしたらよいでしょうか？ 23
- Q20 : 知らない人に対しても、一方的に話しかけてしまいます。どうしたらよいでしょうか？
. 24
- Q21 : 興味があると、そちらに一目散に走ってしまい、人にぶつかってしまいます。
どうしたらよいでしょうか？ 25
- Q22 : 救急車やパトカーのサイレンなど、特定の音に対して耳をふさぎ、落ち着かなくなります。
どうしたらよいでしょうか？ 26
- Q23 : 水が好きで、雨の日や寒い日でも水たまりや海に飛び込んでしまいます。
どうしたらよいでしょうか？ 27
- Q24 : 道端に落ちているごみや草、葉っぱなどを口に入れてしまいます。
どうしたらよいでしょうか？ 28
- 《買い物》**
- Q25 : 買いたい物をたくさんカゴに入れてしまい、買ってもらえないと騒ぎます。
どうしたらよいでしょうか？ 29
- Q26 : 買い物の際、子どもに与えた所持金よりも高い商品が欲しくなった時に、お金が足りない
ということを理解できません。どうしたらよいでしょうか？ 30
- Q27 : スーパーなどで、支払いが終わらないうちに商品を開封してしまいます。
どうしたらよいでしょうか？ 31
- 《病院での受診・検査》**
- Q28 : 病院で、受診前の待ち時間に立ち歩いたり声を上げたりして、周りの患者に迷惑をかけて
しまいます。どうしたらよいでしょうか？ 32
- Q29 : 特に歯科受診の時に、嫌がって動いてしまいます。どうしたら落ち着いて受診できるよ
うになるでしょうか？ 33
- Q30 : 病院でのMRI やCT の検査の時に、嫌がって動いてしまいます。
どうしたらよいでしょうか？ 35

おわりに

執筆者一覧

Q & Aに対する感想・意見、質問 FAX用紙

1. 自閉症について知りましょう

自閉症は発達障害の1つで、①社会的相互交渉の障害、②コミュニケーションの障害、③興味や関心が狭く特定のものにこだわることを特徴とします。

本書では、知的障害を伴う自閉症のある子どもを中心に、彼らに見られる特徴について解説します。

(1) 自閉症の特徴

自閉症の主な特徴としては、以下の3つが挙げられます。

① 社会的相互交渉の障害

自閉症のある子どもは、身振りや他者の表情から他者の気持ちを読み取ることに難しさがあります。そのため、他者との関わりが一方的であったり、他者と興味や関心を共有したりすることに難しさが見られます。

他者に対する関心や関わりの乏しさには、名前を呼ばれても応答しない、視線が合いにくい、同年代の子どもとのやりとりが見られにくい、他者からの関わりを受け入れても自ら積極的に関わりをもとめようとしないといったことが挙げられます。

逆に、相手の気持ちに注意を払わず、自分の関心のあることを一方的に話すといったように、過度に他者と関わりをもとめようとする場合があります。

自閉症のある子どもには他者との関わりに難しさがありますが、周囲が適切な働きかけをすることで彼らの他者への関心や関係性は広がっていきます。これには、家族や支援者などの自閉症のある子どもに対する日々の関わり方が、とても大切になります。

② コミュニケーションの障害

自閉症のある子どもは、身振りや表情などを用いて他者に自分の思いを伝えることに難しさがあります。また、彼らの中には、欲しい物がある所に他者の手を動かすといった身振り（クレーン現象）が見られることがあります。

知的障害を伴う自閉症のある子どもには、言語発達に遅れがあります。具体的な特徴としては、相手が言ったことをそのまま反復する、独り言を繰り返す、会話が形式的で一面的であったりするなどがあります。また、相手が言った言葉の裏にある意味や感情を理解することが難しく、字義どおりに受け止めてしまうことがあります。

知的障害を伴う自閉症のある子どもの中には、かんしゃくなどの適切ではない表出の仕方では他者からの注意をひいたり、自分の要求や気持ちを伝えようとしていたりします。こうした行動に対しては、行動そのものをやめさせる前に、子どもが何を伝えようとしているのかを知ることが大切です。また、学校や家庭などと協力しながら、適切ではない行動に替わるコミュニケーションの方法を教えることも必要です。

③ 活動や興味の偏り（こだわり）、反復的で常同的な行動

自閉症のある子どもは、電話帳や時刻表などを好むといった特定のものに強い興味を示したり、日課や物の配置、道順がいつも同じであるといった特定の習慣にかたくなにこだわったりします。また、自分が決めた日課や手順などが変更されることに対して、抵抗を示す場合があります。これらは、自閉症のある子どもが先を見通して行動したり、環境の変化に対応して行動を修正したり変更したりするといったことが難しいためです。

また、自閉症のある子どもの中には、手や指をひらひらさせたり、体を前後に揺すったり

といったように同じ行動を繰り返す様子が見られます。こうした行動は、自閉症のある子どもが、その場で何をすればよいのか分からず、退屈や混乱してしまった時に生じます。また、逆に人混みや騒々しい場所のように環境からの刺激が多すぎると、それを抑制しようとして体を前後に揺すったりするなどの行動が見られることがあります。

こだわりや常同行動は、強制的にやめさせようとする子どもに混乱をもたらし、かえってそれらの行動を強めてしまいます。そのため、そうした行動がどういった時に生じているのか、また、自閉症のある子どもにとってどういう意味があるのかを考えることが大切です。

(2) その他の特徴

上述した3つの主な特徴の他に、以下のような特徴も見られます。

① 感覚面に見られる過敏性または鈍感性

感覚面に見られる過敏性や過度の鈍感性は、その現れ方（視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚）や程度は個人個人で異なります。感覚面の過敏性としては、普通は不快と感じるガラスを爪でひっかいた音には平気だったりするものの、特定の人の声や教室内の音が苦手であったり、人に触られることを極端に嫌がったりするなどがあります。また、通常であれば興味を示さない銀紙やセロファンなどの光る物、換気扇や扇風機などの回転する物に対して強い関心を示すことがあります。

感覚面の過敏性は、自閉症のある子どもに不安や混乱をもたらす誘因となります。その結果、常同行動やかんしゃくなどの行動が引き起こされる場合があります。感覚面の過敏性は、自閉症のある子どもが日常生活を送る上での妨げになることがあります。感覚面の過敏性への対応に当たっては、例えば「音が苦手」だからとやみくもに音に関わる刺激を除くのではなく、まずは子どもにとって過敏性をもたらす誘因となっていること（もの）を特定することが大切です。

過度の感覚面の鈍感性としては、自閉症のある子どもの中には、例えば怪我をしていても痛みを感じていないように見える場合があります。

② 複数の情報を処理することの難しさ

自閉症のある子どもは、複数の情報を一度に処理することに難しさがあります。言葉かける時には、複数の情報を一度に伝えるのではなく、子どもが内容を理解できているかを確認しながら1つずつ伝えるようにすると、落ち着いて相手の話を聞くことができます。また、活動の流れや予定などを具体的に示すと、子どもは自分は何をすることが理解しやすくなります。

③ 視覚的な手がかりによる理解のしやすさ

自閉症のある子どもは、言葉だけでなく実物や絵カード、写真などの視覚的な手がかりがあると、相手が伝えようとしていることや約束事、予定などを理解しやすくなります。また、言葉で自分の思いを伝えることが難しい子どもの場合には、写真や絵カードを併せて用いることで、そうしたやりとりが可能になります。

(3) 二次的障害

自閉症の障害特性に対して不適切な対応が重なると、二次的障害として強度行動障害に至る場合があります。強度行動障害とは、激しい不安や興奮、混乱の中で攻撃、自傷、多動、固執、不眠、拒食、強迫などの行動上の問題が強く頻繁に出現し、養育や日常生活において著しく対応が困難になることです。強度行動障害は、自閉症や知的障害のある人々に見られます。強度行動障害は生得的なものではなく、周囲の不適切な働きかけや対応の中で形成されます。そのため、関わり手が、自閉症のある子どもの特異な行動の背景やその意味を理解し、彼らが落ち着いて生活できる環境づくりに努めることが大切です。

(4) 自閉症の原因

自閉症の原因は、当初、親の育て方の問題と考えられていました。しかし、現在では、自閉症の原因は、中枢神経系の機能障害や機能不全であることが分かっています。

自閉症の発症率は、男子に多い傾向があります。

(5) 支援者をお願いしたいことー自閉症のある子どもたちが安心できる支援者になるためにー

障害のあるなしに関わらず、子ども達の姿は個人個人でさまざまです。自閉症の主な特徴は上述したとおりですが、子ども一人ひとりによってその状態や程度は異なります。そのため、自閉症のある子ども達への支援の方法は1つではなく、一人ひとりの子どもに合わせて工夫していくことが大切です。そのためにも、まずは、支援者の皆さんが、「自閉症のある子ども達が見せる行動には、どういった理由があるのだろうか」、「子ども達は何を伝えようとしているのだろうか」と考えていただきたいと思います。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◆佐々木正美 (2006) 『自閉症のすべてがわかる本』. 講談社.
- ◆佐々木正美 (2009) 『じょうずなつきあい方がわかる自閉症の本』. 主婦の友.
- ◆社団法人日本自閉症協会 (2007) 『自閉症ガイドブック』. 社団法人日本自閉症協会.
- ◆社団法人日本自閉症協会 (2007) 『自閉症の手引き(改訂版)』. 社団法人日本自閉症協会.

2. 自閉症のある子どもへの支援Q & A

《食 事》

Q 1 箸やスプーンなどを使用せず、手で食べようとしてしまいます。どうしたらよいでしょうか？

箸やスプーンなどの使用を進める前に、どうしてそのお子さんが手づかみをしてしまうのか、その理由を考えてみましょう。1つには手指の不器用さがあり、箸やスプーンなどの道具の操作が難しいために手づかみで食べていることが考えられます。こうした場合には、市販の補助リングのついた握る動作だけでつまめるしくみの箸（エジソン箸）や太く握りやすいスプーンなどを使ったり、食材をフォークで刺しやすくしたりするなどの工夫をしましょう。

もう1つの理由としては、感覚面の過敏性の問題が考えられます。自閉症の子どもの中には、味覚や食べ物の温度、見た目、手触り、固さなどに対して敏感な場合があります。そのため、食べ物を手や指で丁寧に確かめたり、食材ごとに分けて食べたりしていることがあります。食材を混ぜず、一つ一つがはっきりと分かるようにし、箸でつかんだりスプーンで掬ったりしやすいように盛り付け、子どもが箸やスプーンなどで食べやすくしましょう。

発達の過程として幼児期の子どもは、手づかみで食べる時期があります。手づかみ食べは、食べ物を目で確かめて手でつかんで口まで運び入れる目と手と口の協調運動です。そうした一連の運動が可能となった先に、食器、箸やスプーンなどを使用できるようになります。幼児期には、子どもに合った食べ物を用意し、十分に手づかみ食べを経験できるようにしましょう。

箸やスプーンなどを使って食事ができることは大切ですが、何よりもお子さんが食事を楽しいと思えることが大事です。食事が、子どもの心身の健やかな成長へとつながるよう、子どもの発達や食べることへの意欲、食事のペースなどに配慮しましょう。

《もっと知りたい方にー参考図書・情報ー》

- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修. 公共社団法人発達協会編 (2012) 『子どもの発達にあわせて教える4 イラストでわかるステップアップ 手・指の使い方』. 合同出版.
- ◇向井美恵編著 (2000) 『乳幼児の摂食指導』. 医歯薬出版.
- ◇国立特別支援教育総合研究所. 発達障害教育情報センターHP. 「教材・支援機器」
 - ◆「教材・教具データベース」の「はしの持ち方補助具」
<http://icedd.nise.go.jp/> (アクセス日: 平成27年10月7日)

Q 2 食事の時、隣のテーブルの人の分まで食べに行こうとしてしまいます。自分の分だけ食べることを伝えるには、どうしたらよいでしょうか？

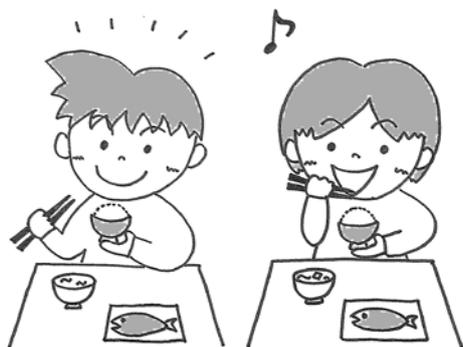
自分に与えられた食事だけでなく、他人の分まで食べようとしてしまうお子さんがいます。まずは、なぜ子どもがそうしてしまうのか、その理由を考えましょう。

1つには、自分に用意されている（出されている）食事が、どれなのかが分からないためと考えられます。また、好きな食べ物が目に入ったため、自分のものではないのにもかかわらず手を伸ばしてしまうことも考えられます。この場合、自分の食べる分が分かるようにしましょう。具体的には、子ども専用の食器やトレイなどを準備して、自分が食べるものがどれなのか区別がつくようにしましょう。子どもによってはよりそのことが分かりやすいように、子どもの顔写真や好きなキャラクター、色などを使ったりするとよいでしょう。また、周りもトレイを使うことで、このトレイは誰々の分ということが見て分かるようにすると、より自分の分との区別が付きやすくなるでしょう。自分専用の食器やトレイにある食べ物がなくなることで、「食事が終わり」ということを理解する手掛かりにもなります。

ただし、こうした対応は、外食先のレストランなどではなかなか難しいでしょう。例えば、ナプキンを持参して子どもはそれを敷いて食べたり、可能であれば他のテーブルの食事が目につきにくいような角のブースに座ったりといったことが挙げられます。

その他の理由としては、もっと食べたい、つまり、おかわりがしたいのかもしれませんが、しかし、そのことを周囲に伝えることが難しいために、他人の分に手を伸ばしてしまうことが考えられます。おかわりをしたいことを周囲に伝えられるようになることが大切です。お子さんに合ったコミュニケーション手段（身振りや絵、写真カード、言葉など）で、おかわりしたいことを周囲に伝えられるように練習しましょう。

食事は、毎日の生活の中で経験します。家庭や学校と協力して進めながら、食事場面での約束事を子どもに教えていきましょう。



Q3 食事の時、満腹になっても食べ物を残すことができず、何回もおかわりを求めます。どうしたらよいでしょうか？

満腹になっても食べ物を残すことができない理由には、「満腹になったら食べるのをやめる」、つまり、食事の終了のタイミングがわからないために、何回もおかわりをしてしまうことが考えられます。このような場合、食事場面の環境を整え、1回分の食事の量や食事の終わりを決めるとよいでしょう。子どもが食事をする場所と他の人が食事をする場所とが見て分かるようにランチョンマットやトレイなどを使用し、子どもが食べる一回分の食事を置くようにしましょう。また、食事の分量を決める際には、子どもが好きなおかずやデザートは何か、また、どの程度の量であれば食べ切ることができるのかを保護者から家庭での様子を聞いておき、子どもにとっての適量を確認しておきましょう。その上でおかわりの回数を決め、本人にそのことを伝えましょう。何をおかわりするのか、何回おかわりするのかをメモ帳などにイラストや文字で書いておき、おかわりをしたらチェックすると、終了を見通しながら食事をすることができます。子どもがおかわりすることに対して満足感をもっている場合には、最初に器に入れる分量を少なくしておき、食べきれることを見越しておかわりできようにするとういでしょう。与えられた食事がなくなったら、ごちそうさまの挨拶をして、食器を片付けるといった食後にすべきことを伝えておくと、食事の終了が明確になります。

満腹と感じてはいるものの、目の前に出された食事を全部食べないと気が済まない子どもがいます。これまでの食事場面で「全部食べなさい。残してはいけません」と教えられてきたのでしょうか。一般的に、食べ物を残さないようにすることは大事です。しかし、自閉症のある子どもは、お腹の状態や体調によって無理はしないというように、融通をきかせて対応することが難しいです。自閉症のある子どもには、「残してもいい」ことを教える必要があります。あるいは、子どもが食べ物を残したい状況であっても、そのことを伝えることが難しいことも考えられます。このような場合には、「いいりません」、「のこします」といったカードを用意しておき、子どもが満腹であることを周囲に伝えられるように教えていきましょう。

食事は、毎日の生活の中で欠かせないことであり、楽しく食べることが大切です。保護者から家庭での食事の様子について聞いておき、同様の対応が可能になるようにしましょう。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修、公共社団法人発達協会編（2012）『子どもの発達に合わせて教える1 イラストでわかるステップアップ 食事編』、合同出版。

《着替え》

Q 4 冬でも半袖を着たり、夏でもトレーナーを着たりします。

衣服の調節ができるようになるには、どうしたらよいでしょうか？

自閉症のある子どもの中には、体温調節が難しいために体温が上がりやすい、あるいは下がりにくいことがあります。その理由には、自律神経の発達が未熟であるために、汗をかく機能が正常に働かず熱が体内にこもってしまう、逆に汗をかく機能が過剰に働いてしまい、少しの運動でも大量の汗をかくことがあります。こうした子どもは、通常よりも暑く感じたり、逆に暑さを感じにくかったりします。このような場合には、体温や子どもの顔色を意識的に確認することが必要となります。

また、夏でも厚手の長袖・長ズボンを着ていたり、寒い日でも薄手の半袖・半ズボンを着ていたりするといったように、季節に合った服装を身に付けることが難しい場合があります。暑くなったら服を脱ぐ、寒くなったら上着を着るというように、臨機応変に対応をすることが難しい子どもがいます。衣服の調節ができないと、本人も暑かったり寒かったりと大変な思いをします。そのため、季節ごとの服のパターンを作ったり、「〇月になったら半袖（長袖）にするよ」、「温度が〇度になったら上着を着るよ（脱ぐよ）」といった約束事を具体的に決めておいたりすると、子どもは理解しやすいです。また、それらを絵カードや写真などで視覚的に示すと、より分かりやすいでしょう。

触覚や嗅覚の過敏性から、衣服の感触や臭いなどが嫌で特定の衣服を着られないことがあります。このような場合には、子どもの好きな服と似たデザインや色、素材、肌触りの服を勧めてみるとよいでしょう。また、子どもの好きな香り（柔軟剤など）が付いていると、安心して着ることができる場合もあります。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇原仁・高橋あつ子編著（2010）『イラスト版自閉症のともだちを理解する本——一緒に学ばなかなよし応援団』。合同出版。
- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修。公益社団法人発達協会編（2012）『子どもの発達にあわせて教える2 イラストでわかるステップアップ 排泄・清潔編』。合同出版。

Q 5 服が少し濡れたり汚れたりしただけでも、着替えないと気が済みません。外出時でも、その場で服を脱いでしまい困ります。どうしたらよいのでしょうか？

服が少しでも濡れたり汚れたりしただけで着替えようとする理由には、感覚面の過敏性があります。私達にとっては「ちょっと濡れただけ」の状態であっても、子どもにとっては非常に不快に感じている場合があります。濡れて服が湿っていたり体に貼りついたりする感触が、どうしても苦手な子どもがいます。

衣服が濡れたり汚れたりした場合、屋内であればすぐに新しい服に着替えることができます。しかし、外出先で場所を選ばずに服を脱ぐことは、年齢が高くなるほど社会のマナーとしては許されなくなるため、そのことを教えていく必要があります。

場所を選ばず子どもが服を脱いでしまわないように、着替える場所を決めておきましょう。例えば、トイレや休憩室などで着替えることを約束しましょう。着替える場所を決めている場合には、子どもが服を脱ごうとしても、その場所に着くまでは我慢させるようにしましょう。外出する際は、こういった場面や場所で子どもが服を着替えようとするかを事前に想定しておきましょう。そうすると、大人が慌てて対応することがなくなります。例えば、雨の日の外出であれば、事前に「目的地に着いたらトイレで着替える」といったようにスケジュールに組み込むことが考えられます。また、水遊びや砂遊び、絵の具遊び、調理などの活動で服が汚れてしまう場合には、どのタイミングできれいにする（着替える）のかを伝えておきましょう。事前に伝えておくことにより、子どもは自分がどのように行動すればよいのかが、分かりやすくなります。また、服を着替えることだけでなく、エプロンを使用する、袖口を捲り上げるなどして服を汚さないようにすることを教えることも大切です。

外出先で子どもが服を脱いでしまうと、一緒にいる大人の方が慌ててしまいます。大人が焦って子どもを叱りつけたりすると、そのことで子どもは混乱してしまい、大騒ぎになりかねません。落ち着いて、静かな場所や着替えが可能な場所に子どもを誘導しましょう。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇「はじめてみよう きく・みる・かんじるの療育」(ミネルヴァ書房)
- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修、公共社団法人発達協会編 (2012)
『子どもの発達に合わせて教える 1 イラストでわかるステップアップ 排泄・清潔編』 合同出版.

《排世》

Q6 トイレで排尿ができません。どうしたらよいでしょうか？

トイレで座って排尿することが難しい理由には、触覚の過敏性が考えられます。具体的には、皮膚に便座が触れることが苦手であるために座って排尿できないことが考えられます。この場合、まずは子どもが好む素材の便座マットを用意して、便座に取り付けてみるとよいでしょう。もし、便座マットの感覚が子どもに合わないようであれば、ウォッシュレット機能を使って便座の温度を子どもに合うように設定してみましょう。

触覚の他に、視覚や嗅覚に過敏性のある子どもがいます。例えば、トイレの電球の明るさや使用している芳香剤の香りが苦手で、トイレで排泄することが難しくなることがあります。この場合は、子どもが落ち着いてトイレを使用できるように、トイレ内の環境を改善する必要があります。

公園などの公衆トイレでは、家庭のように環境面の工夫をすることは、なかなか難しいです。立ち位置が分からない場合は、支援者が「もう一歩前だよ」と、子どもに声をかけましょう。

公衆トイレを使用することが難しい場合のその他の理由としては、知らない人が隣にいと気になって排尿できないということがあります。その時は、個室を使用するなどして柔軟に対応しましょう。



《もっと知りたい方に—参考図書—》

- ◇岩永竜一郎（2010）『自閉症スペクトラムの子どもへの感覚・運動アプローチ入門』。東京書籍。
- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修。公共社団法人発達協会編（2012）『子どもの発達に合わせて教える2 イラストでわかるステップアップ排泄・清潔編』。合同出版。

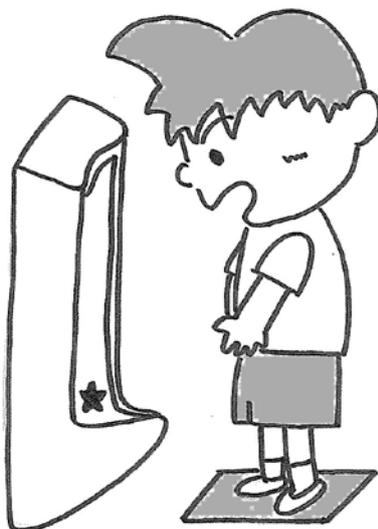
Q7 排尿時に、尿を飛び散らせてしまうので困ります。

どうしたらよいのでしょうか？

男子の場合、家の洋式トイレで立って排尿することが難しく、尿を飛び散らせてしまうことがあります。これは、洋式トイレのどの辺りに足を置き、便器のどこに排尿すればよいのかが分かりにくいことが考えられます。足を置く場所や排尿する場所が子どもに分かりやすいように、目印を付けるなどの工夫をしてみましょう。最近では、デパートや駅ビルなどの男性用トイレに、そうした工夫をしている所があります。それらを参考にしてみるのもよいでしょう。

すぐに立って排尿することが難しい場合は、まずは便座に座って排尿することに慣れ、徐々に練習を重ねていきましょう。ゆくゆくは男性用の立ちトイレが使用できるように、学校や公共などのトイレで経験を積んでいきましょう。

公園などの公衆トイレでは、家庭のように環境面の工夫をすることは、なかなか難しいです。立ち位置が分からない場合には、支援者が「もう一歩前だよ」と、子どもに声をかけるようにしましょう。



《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修. 公共社団法人発達協会編 (2012)
『子どもの発達に合わせて教える2 イラストでわかるステップアップ
排泄・清潔編』. 合同出版.

Q 8 排便後の拭き取りが自分で上手くできず、便がパンツについてしまいます。どうしたらよいでしょうか？

排便後の拭き取りが上手くできない理由としては、自分の肛門の位置が分からないことが考えられます。この場合は支援者が一緒に手を添えて、肛門の場所を確認しながら拭きましょう。だいたいの肛門の位置が分かり、その部分を拭けるようになってきたら自分で拭き、また、拭き残しがないかを確認できるように支援していきましょう。拭き終わったトイレットペーパーに便がついていないかを目で見確認しながら、便がつかなくなるまで繰り返すように教えましょう。「トイレットペーパーに便が付かなくなったら拭かなくていいよ」と言葉かけをしたり、汚れているトイレットペーパーとそうでないトイレットペーパーのイラストを貼っておいたりして、終了が分かるようにしていきましょう。

子どもによっては、もともと拭き取る手の力が弱かったり、手指の動かし方がぎこちなかったりするために、拭き取りが上手くできないことがあります。このような場合には、便座のシャワー機能を用いることも1つの方法です。本人の体に合わせて、肛門にシャワーが当たるようにおしりの位置を調整したり、水流の強さを調整したりしましょう。さらに、肛門部分の皮膚感覚の過敏さゆえに拭き取りができないことも考えられます。トイレットペーパーの素材（厚さや硬さ）を本人に合わせて配慮する必要もあるでしょう。

手指の不器用さがあるために、トイレットペーパーを折りたたむことが難しいことがあります。家族や支援者が、あらかじめ適当な大きさや厚さに折りたたんでおき、トイレに用意しておきましょう。

排泄の一連の行動ができるようになるまでには、失敗がつきものです。子ども自身、否定的な感情を抱きやすいため、少しでも自分で排泄やその処理ができた時にはほめることが大切です。また、排泄やその処理は、子どもが大きくなるほど指導することが難しくなります。幼いうちから練習を重ねていきましょう。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修. 公共社団法人発達協会編 (2012) 『子どもの発達に合わせて教える2 イラストでわかるステップアップ 排泄・清潔編』. 合同出版.
- ◇井上雅彦 (2008) 『自閉症の子どものためのABA基本プログラムー家庭で無理なく楽しくできる生活・学習課題46ー』. 学研教育出版.

Q9 トイレにトイレットペーパーなどの物を詰まらせて

しまいます。どうしたらよいでしょうか？

トイレに物を詰まらせる理由としては、子どもがトイレに入って何をすればよいかが分からず、トイレの便器や水を使って自分の好きなことをしていると考えられます。トイレは、「おしっこをする場所」、「うんちをする場所」というように、何をやる場所なのかを本人に理解させましょう。また、便器の中に入れてよいものは、おしっこやうんち、トイレットペーパーであること、水を流すのはおしっこやうんちをした後であることと、水を流す回数を教える必要があります。子どもの理解に応じながら、これらのことを言葉や絵カード、写真などを用いて教えたり、身振りで手本を示したりしましょう。また、上述した方法を用いて、「1番：便座に座る、2番：おしっこ（あるいは、うんち）をする、3番：トイレットペーパーで拭く、4番：水を流す」といったトイレの中での一連の行動を教えましょう。

店や公園などの公共のトイレで物を詰まらせてしまうことが想定される場合は、いつも利用するトイレが決まっていれば、上述した一連の流れを事前に確認してから（確認しながら）使用するようにしましょう。急遽、いつもとは異なる場所のトイレを利用する場合には、「やめなさい！」ときつく注意するのではなく、穏やかな声でその行動を止めましょう。用を足したらすぐにトイレを出るように促し、子どもの好きな物や遊びに注意を向けるようにしましょう。

トイレに物を詰まらせる行動を止める際には、「なぜ、子どもが物を詰まらせるのか？」、「そうすることで何か楽しさを感じているのか？」など、子どもの気持ちを想像してみることが大切です。子どもが、何を、どのような場面で、どのような時に詰まらせているのかを振り返ることで、対応の糸口や解決のヒントが見つかるかもしれません。例えば、便器の中に「物を入れることを楽しんでいる」場合には、活動の中に水の入った容器に石ころやボールなどを投げ込む「物を入れる」遊びを設定し、一緒に楽しんでみてはどうでしょうか。子どもの行動の背景にある思いを理解し、一緒に遊びを楽しむことで子どもと支援者との関係が深まっていけば、子どもがトイレで物を詰まらせようとして、支援者が「やめようね」と注意をしても、そのことを素直に受け入れてくれるようになるでしょう。

《もっと知りたい方に—参考図書—》

◇奥住秀之（2008）『どうして？おしえて！自閉症の理解』。全国障害者問題研究会。

《性》

Q10 異性に対して距離が近く、体に触れることがあります。

どうしたらよいでしょうか？

第二次性徴を迎えた思春期の子どもは、性的な衝動や性的なことへの関心が高まります。性に関わる問題は、抑制するだけではなかなか上手くいきません。適切な方法を教え、社会的に許容される行為に替えていくことが大切です。

異性に近づき過ぎたり抱きついたり触ったりする行為は、本人には悪気がなく、親しみの表現であったり安心感を得るための身体接触であったりします。しかし、年齢が高くなるとそうした行為は許されず、時には誤解を生じてしまいます。そのため、他者との適切な距離と接し方（触れていい場所・場面）を教える必要があります。

まず、他者との関わり方についてですが、これは本人との関係性により変わります。例えば、身内（親・兄弟・親戚など）、親しい人（友達・同僚など）、それ以外の人では距離が異なるということを対象となる相手ごとに色分けしたワークシートで確認したり、色分けしたシートを床に敷いて実際の距離を体験したりして相手との適切な距離の取り方を教えます。このような方法でも、子どもが理解することが難しい場合は、「異性とは、常に片手の距離（自分の片手を伸ばして相手に当たらない距離）」と教えましょう。また、この時に、異性の識別についても教えていきましょう。

他者への接し方については、下着で隠れている部分を教え、そこは大切な部分なので触れてはいけないといったルールを教えましょう。あわせて、子どもによっては親しみの表現での抱きつく行為を握手に替える、他者に用事のある時は肩を軽くたたくといったように具体的に他の接し方を教えましょう。この際、子どもの理解に応じながら手順書や絵、写真のカードなどを利用したり、お手本を示したり、映像で見せたりするなどして教えましょう。

自閉症のある子どもは、関係性によって他者への関わり方が異なることを理解し、臨機応変に対応することが難しいです。そのため、異性への関わり方を教える必要性のある時期になったら、関係性の違い（母親・家族）による例外を設定しないで一貫した方法を教える方が、本人にとって分かりやすい場合があります。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇伊藤修毅（2013）『イラスト版 発達に遅れのある子どもと学ぶ性のはなしー子どもとマスターする性のしくみ いのちの大切さー』。合同出版。
- ◇井上雅彦（2008）『自閉症の子どものためのABA基本プログラム3ー家庭で無理なく楽しくできる生活・自立課題36ー』。学研教育出版。
- ◇井上雅彦・井澤信三（編著）（2012）『Q & Aと事例で理解する高機能自閉症・アスペルガー症候群への思春期・青年期支援』。明治図書。

Q11 思春期に入り、時や場所を構わず性器いじりが目立ちます。

どうしたらよいのでしょうか？

まず、性器いじりをしてしまう理由は何かを把握しましょう。最終的には、どんな理由であっても、子どもにその行為を行ってもよい場所や場面を教えることが必要です。

1つ目の理由としては、性への芽生えや性的な欲求によることが挙げられます。この場合、マスターベーションの方法を丁寧に教えることが大切です（Q12参照）。

2つ目の理由としては、汗によって性器が蒸れていたり上手に洗えていなかったりしていないかなど、清潔面の問題で痒みが生じていることが考えられます。性器が蒸れないような下着（素材、形、サイズなど）を用意しましょう。あわせて、お風呂で性器の洗い方を教えましょう。きちんと洗えてない場合には洗い方から教え、すすぎが十分になされていないことで痒みを生じている場合には、すすぎ方を教えましょう。子どもによっては、石鹸やボディークリームが肌に合わず痒みを生じている場合もあるので、肌に合ったものに替えましょう。

3つ目の理由としては、アトピー性皮膚炎などが原因による痒みです。専門医を受診し、投薬などの治療を受けましょう。医師の処方に従って治療を行うと痒みが緩和されるでしょう。

4つ目の理由としては、男性特有ですが、性器の位置が気になることが考えられます。排尿終了時に性器の位置や向きをその都度、整えることを教え、位置が気になった時にはトイレに行くことを教えましょう。あわせて、それぞれの子どもに合った下着（下着の種類や締め付け具合）を選ぶことも大切です。

5つ目の理由としては、子どもが今、何をすることが分からなかったり暇になったりした時に性器を触ってしまうことがあります。子どもに1日の流れを示したり、楽しむことや興味・関心をもつことのできる別の活動を増やしたりすることが必要です。

6つ目の理由としては、他者との適切な関わり方が分からず、かまってほしかったり相手の反応を楽しんだりするために性器を触ることが考えられます。他者との適切な関わり方を教えていきましょう。

いずれの理由であっても、すぐに効果が出ないことが多いです。しかし、大切なことであるため、保護者（特に父親の協力）と連携を図って対応していきましょう。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

◇伊藤修毅（2013）『イラスト版 発達に遅れのある子どもと学ぶ性のはなしー子どもとマスターする性のしくみ いのちの大切さー』。合同出版。

◇井上雅彦（2008）『自閉症の子どものためのABA基本プログラム3ー家庭で無理なく楽しくできる生活・自立課題36ー』。学研教育出版。

Q12 場所や時間に関係なく、マスターベーションをしてしまいます。どのように対応したらよいのでしょうか？

子どもが、場所や時間に関係なくマスターベーションをしている場合、まずその行為を止め、場所を替えたり気持ち切り替わる活動に誘ったりしましょう。また、保護者に本人の行為について伝え、マスターベーションを行う場所と時間についてのルール作りを提案しましょう。この時、父親やその他の男性の家族、男性支援者の協力を仰ぎましょう。

第二次性徴を迎える思春期は、性的な衝動や関心が高まります。性別にかかわらずマスターベーションを禁止するのではなく、マナーや適切な手順と方法を教えることが大切です。まず、マスターベーションを行う場所と時間を決めましょう。場所には、「寝室（自分の部屋）」、「トイレ」、「風呂場」などが考えられますが、各家庭の事情に合わせて適切な場所を決めましょう。もし、子どもによって排泄を妨げてしまう場合には、「トイレ」は避けた方がよいでしょう。マスターベーションを行う専用の場所を決めて、練習しましょう。

時間については、「帰宅後」、「入浴前」、「就寝前」などが考えられます。性器を清潔に保つという点では、「入浴前」がよいでしょう。毎回、同じ時間に行うようにするとリズムを整えたり、保護者が行為の時間の管理をしやすくなります。頻度については個人差（2日に1回、1日に1回、1日に2回など）があるため、強要しすぎないようにしましょう。

子どもへの手順の教え方ですが、まず決めた専用の場所を伝えましょう。専用の場所の写真を見せたり実際に一緒に行ってみたりするなど、本人の理解に応じた方法で伝えましょう。一連の行為の手順も同様に、本人に分かる方法で伝えましょう。手順書などを用いたりお手本を見せたり、身体援助をしたりしながら教えましょう。あわせて、ティッシュの使い方やゴミの処理の仕方についても同様に行いましょう。誤って下着やシーツを汚してしまった時には、どうしたらよいか（下着は洗面所で水洗いをして、洗濯カゴに入れておくなど）、子どもの実態に応じて具体的に教えましょう。特に男性でうまく処理や後始末ができず、いつもシーツを汚してしまう場合には、コンドームを装着してマスターベーションを行う方法も考えられます。「コンドーム1つで、マスターベーション1回」ということが理解できるようになれば、頻度を調整することもでき、保護者も管理しやすくなります。また、避妊の指導にもつながります。

マスターベーションの指導は、原則、同性（父親など）が対応するようにしましょう。異性がマスターベーションの方法を教えると、その後、執拗に行為を要求したりまとわりついたりする可能性があります。そのため、これは、絶対に避けましょう。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇伊藤修毅（2013）『イラスト版 発達に遅れのある子どもと学ぶ性のはなしー子どもとマスターする性のしくみ いのちの大切さー』. 合同出版.
- ◇井上雅彦（2008）『自閉症の子どものためのABA基本プログラム3ー家庭で無理なく楽しくできる生活・自立課題36ー』. 学研教育出版.
- ◇井上雅彦・井澤信三（編著）（2012）『Q&Aと事例で理解する高機能自閉症・アスペルガー症候群への思春期・青年期支援』. 明治図書.



《外出》

Q13 外出時、途中で歩かなくなり、座り込んでしまう時があります。

どうしたらよいでしょうか？

子どもが、どのような時に座り込んでしまうのかを考えてみましょう。単に、歩き続けることに疲れてしまったのでしょうか。そうでない場合には、自閉症のある子どもの先の見通しのもちづらさや初めての場所や活動に対する不安が、理由として考えられます。この場合、あらかじめ文字、絵や写真などを用いて、次に何をするのかを具体的に子どもに伝えとよいでしょう。そうすることで、子どもの不安が軽減します。

一方、子どもが、次に何をするのかが分かっているにもかかわらず、歩かなくなったか座り込んでしまったりすることがあります。これは、次にする活動が、子どもにとって楽しくない、やりたくない活動であるために拒んでいることが考えられます。子どもは、座り込むことで、自分がやりたくない活動をしなくても済む状況にしているのです。この場合には、家庭や学校での生活の中で、子どもがどのような活動だと意欲や関心をもって取り組んでいるのか、保護者などから情報を得ましょう。その情報を踏まえて、子どもの好きな活動を組み込むようにしていきましょう。

子どもが、やりたくないことを適切に周囲に伝えられるように支援していくことも大切です。「歩かない」、「座り込む」といった行動での伝え方だけでなく、ことばやカードなどを用いて周囲に自分の気持ちを伝えられるようになることも長い目で見れば大切です。これについても、家庭や学校で取り組んでいることがあれば共有していきましょう。

支援者が、子どものやりたくないという気持ちをきちんと受け止めた上で、上述のような対応をすることが大切です。

《もっと知りたい方にー参考図書・情報ー》

- ◇東川健・東川早苗（2010）『自閉症スペクトラムの子どもとの家庭でのコミュニケーションー言葉の前の段階から2～3語文レベルまでー』。エスコアール。
 - ◇国立特別支援教育総合研究所。発達障害教育情報センターHP。「教育相談」
 - ◆「発達障害のある子どもの支援に役立つQ&A」の「子育てで気になることQ&A」
- <http://icedd.nise.go.jp/>（アクセス日：平成27年10月7日）

Q14 目的地に到着したのに、公共交通機関（電車やバスなど）から降りず、座り込んでしまいます。どうしたらよいでしょうか？

子どもが気持ちを切り替えることが難しいのには、いくつかの理由が考えられます。

1つ目の理由としては、どの駅で降りるのか、今どこに在るのが分らず不安なのかもしれません。「〇〇駅で降りるよ」と、その子どもに分かる方法（言葉、文字、写真など）で伝えましょう。周囲の様子を見たり駅名を読んだりしながら、子どもが降りる駅が分かるようにしましょう。「いつ降りるのか」が分からずに、電車などに乗っていることは不安です。紙に「××駅、△△駅…〇〇駅」といったように書いて見せて通過した駅を消しながら、今どこに在るのか、目的地まであと何駅なのかを伝えましょう。そうすることで、子どもは見通しをもつことができ、気持ちを切り替えることができるでしょう。

2つ目の理由としては、電車を降りた先で何をするのかが分からないののかもしれません。「電車を降りたら〇〇へ行くよ」と行き先を前もって伝えておきましょう。子どもは、次の活動に期待感をもって、自分から降りることができるかもしれません。また、（幼い子どもであれば）電車を降りた後にベンチで少しおやつを食べるなど、降りた後の楽しみを作ってもよいでしょう。

3つ目の理由としては、大人が伝えた内容が、子どもに分からなかったののかもしれません。「次は〇〇だよ」などの言葉かけは、子どもが理解できる内容だったのか考えてみましょう。子どもが理解できていない場合に無理に子どもを動かそうとすると、子どもは「急に腕を引っ張られた」、「大きい声で怒られた」と感じてしまい、嫌な気持ちだけが残ってしまいます。焦らずに、子どもに分かる方法で伝えましょう。

子どもが降りるべき駅で急に座り込んで動かなくなってしまった時、支援者が焦ってしまうのは当然です。しかし、その日、その状況によって子どもの体調や気持ちは変わります。なぜ、子どもが電車などを降りようとせずに座り込んでしまうのか、子どもに関わっている大人が情報共有しながら、子どもへの伝え方や対応を考えていきましょう。

《もっと知りたい方にー参考情報ー》

◇国立特別支援教育総合研究所．発達障害教育情報センターHP．「教育相談」

◆「発達障害のある子どもの支援に役立つQ & A」の「子育てで気になることQ & A」

<http://icedd.nise.go.jp/> （アクセス日：平成27年10月7日）

**Q15 信号機のある場所では、「待つ」ということが理解できない
ので困っています。どうしたらよいでしょうか？**

バス停や駅のホームでバスや電車が来るのを待つ、病院の待合室で診察の順番を待つ、レストランなどで食事が運ばれてくるのを待つといったように、生活の様々な場面では「待つ」ことがたくさんあります。

見通しがもてず、長時間にわたって待たなければいけない状況におかれた時には、誰でもそわそわしたりイライラしたりします。特に自閉症のある子どもは、見通しがつかない状況が苦手であるため、「待つこと」に難しさをもとまうことがあります。

信号機のある場所で待つことができない子どもの中には、いつまでその場所でじっとしていなければいけないのかが分からず、そのことで不安になり、待つことができないと考えられます。また、子どもが信号機に気づいていない（信号機を認識していない）、信号機の意味と自分の行為が結び付いていない（信号機が赤であれば止まり、青になれば進む）、信号機を見ずに周りの人の動きにつられて行動してしまうなどの理由が考えられます。

信号機のある場所で、いつまで待っていなければいけないのかの見通しをもてない場合には、信号機の色が青に変わるまでの間、子どもと一緒にカウントしましょう。

子どもが信号機に気づいていない場合には、信号機の絵カードや写真などを用いて、まずは信号機の存在を教えて認識させることが必要です。その上で、信号機の意味とルール（信号機が赤になったら止まり、青になったら進む）を教えましょう。この場合、信号機の色の変化にともなって歩行者の動きも変わるため、静止画よりも動画の方が子どもによっては理解しやすいでしょう。信号機の意味とルールが理解できたら、子どもが実際にその動きができるように練習しましょう。ルールは理解できていても行動に結び付けることが難しい場合があるため、大人が実際にモデルを見せたり、赤で止まる合図や青で進む合図を決めたりして練習しましょう。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇佐藤智子（2007）『自閉症の子とたのしく暮らすレシピ』。ぶどう社。
- ◇小倉 尚子・一松麻実子・武藤英夫監修。公益法人発達協会編（2013）『子どもの発達にあわせて教える6 イラストでわかるステップアップ 社会生活編』。合同出版。

Q16 乗車中、渋滞や信号待ちに耐えられず、大声を出したりして騒いでしまいます。落ち着いて車に乗るには、どうしたらよいでしょうか？

車に乗っていて赤信号に遭遇したり、渋滞に出くわしたりした時は、誰でもイライラしてしまいます。特に、急いでいたり楽しみにしている場所に向かっていたりする時は、なおさらです。

自閉症のある子どもは、見通しをもてない状況が苦手です。そのため、信号がいつ変わるのが分からない、渋滞している場所からいつ目的地に着くのが分からない場合は、不安になり騒いでしまうことがあります。信号待ちであれば、色が変わるまで子どもと一緒に声を出したり、指折りしたりするなどしてカウントする方法があります。いつでもタイミングよく、信号待ちに遭遇するとは限りません。そのため、子どもには「赤は待つ」、「青は進む」という信号機の意味とルールを伝えて、理解させることが必要です。

渋滞に関わっては、そのような状況にいつでも対応できるように、車内に子どもの好きなものや気持ちを紛らわせることのできるもの（CD、おもちゃ、絵本など）を常備しておきましょう。

もし、子どもがひどく混乱してしまった場合には、無理に運転を続けるのではなく安全を確保するためにも、いったん停車して子どもの様子が落ち着くのを待ちましょう。



《もっと知りたい方に—参考図書—》

◇小倉 尚子・一松麻実子・武藤英夫監修. 公益法人発達協会編 (2013) 『子どもの発達にあわせて教える6 イラストでわかるステップアップ 社会生活編』. 合同出版.

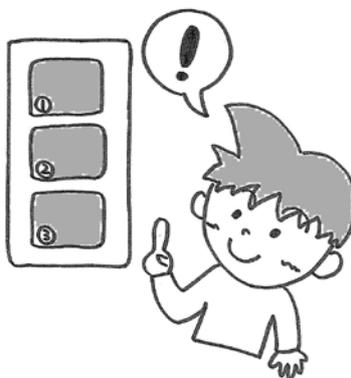
**Q17 普段、決めている道順以外を走行すると落ち着かなくなり
ます。どのように道順の変更を伝えたらよいのでしょうか？**

自閉症のある子どもは、見通しが立たないことや予期しなかった状況におかれると、これから何をするのか、何が起きるのか分からず不安が高まります。

決められたルート走行することは、その子どもにとっては自分がこれからどこに行くのか、何をするのかといった見通しがもてるため安心できるのです。そのため、急にルートを変更されてしまうと、上記の理由から子どもは不安にかられて落ち着かなくなってしまう

何らかの事情でルートを変更せざるを得ない時には、事前にそのことを子どもに伝えておきましょう。この場合、言葉だけで伝えるのではなく写真や絵カード、文字などを用いて具体的に伝えましょう。また、急にルートを変更するのではなく事前に変更を伝えることは、子どもの不安を和らげます。

このような対応をした上で、子どもの様子がどうしても落ち着かない場合には、安全面への配慮も含めて無理強いをしないことが大切です。



《もっと知りたい方にー参考図書・情報ー》

- ◇白石雅一（2013）『自閉症スペクトラムとこだわり行動への対処法』．東京書籍．
 - ◇白石雅一（2010）『自閉症スペクトラム親子いっしょの子どもの療育相談室』．東京書籍．
 - ◇国立特別支援教育総合研究所 発達障害教育情報センターHP．「教育相談」
 - ◆「発達障害のある子どもの支援に役立つQ&A」の「子育てで気になることQ&A」
- <http://icedd.nise.go.jp/> （アクセス日：平成27年10月7日）

Q18 電車内で大きな声を出します。静かにしてもらうには、どうしたらよいでしょうか？

鮮やかなデザインや車窓からの景色、車内での一定のアナウンスなどが好きで、電車に乗ることが好きな自閉症のある子どもがいます。その一方で、電車の中で大きな声を出してしまう子どもがいます。この理由には、電車に乗ることが大好きで、うれしさのあまりつい大きな声を出してしまうことがあります。このような状況があらかじめ予想できる場合には、事前に「電車に乗ったら静かにしようね」などと約束事を短い言葉や身振りで伝えておくといよいでしょう。反対に、車内の音（同乗している人の話し声やアナウンス）やにおいなどが苦手で、耐えられずに大きな声を出してしまうことが考えられます。電車の中で気持ちが高ぶって大きな声を出してしまう時は、なだめてもすぐには落ち着かない場合が多いです。「静かにしようね」と伝えながら、子どもが落ち着くのを待ちましょう。子どもの気持ちに共感しながら言葉かけをすることで、落ち着きを取り戻していきます。普段からイラストや写真カードなどをコミュニケーション手段として用いている場合には、それらを併用して伝えると子どもにはより分かりやすいでしょう。

もう1つの理由としては、座席に座ることは理解できていても静かに過ごすことが難しいために、大きな声を出してしまったり動き回ったりすることがあります。しかし、このような子どもであっても、学校や家庭で自分の好きなおもちゃで遊んでいる時には、静かに過ごすことができています。子どもにとって長時間、一定の姿勢で静かに待つことは難しいことです。電車の中でも学校や家庭と同じように、子どもの好きな物や関心のあることをヒントにしながら子どもに電車に乗っている時の過ごし方を伝えるといよいでしょう。例えば、電車に乗る前に子どもに約束事を伝えるとともに、「電車に乗ったら、静かに〇〇の本を読もうね」、「iPadで〇〇しようね」などと車内での過ごし方を具体的に伝えるようにしましょう。子どもによっては、いくつかの選択肢から「絵本とiPad、どっちにする？」と、自分で活動を選ぶことができるようにするとよいでしょう。

《もっと知りたい方にー参考図書・情報ー》

- ◇東田直樹（2010）『続・自閉症の僕が飛び跳ねる理由』。エスコアール。
 - ◇国立特別支援教育総合研究所。発達障害教育情報センターHP。「教育相談」
 - ◆「発達障害のある子どもの支援に役立つQ&A」の「子育てで気になることQ&A」
- <http://icedd.nise.go.jp/> （アクセス日：平成27年10月7日）

Q19 電車や駅のホームにあるベンチで、空いているスペースが狭くても無理矢理に座ってしまいます。どうしたらよいでしょうか？

なぜ、空いているスペースが狭いのに関わらず、無理矢理座ろうとしてしまうのでしょうか。その理由としては、その席が子どもにとってお気に入り（いつも座っている）の席であり、必ずそこに座ろうとしてしまうということです。あるいは、（特に電車やバスの中では）イスがあれば座るということを決めていることが考えられます。空いているスペースによっては座ることが難しい状況がありますが、まずは座っている人に一声かけてから座るようにすることを教えましょう。言葉で伝えることが難しい場合には、支援者に「座りたい」ことを身振りなどで伝えるように教えましょう。

こうしたやり取りが可能になるには、子どもに座ることができる場合とそうでない場合があることを理解させなければいけません。電車や駅のホームなどのイスに座る時の約束事を決めておきましょう。例えば、座りたい席に他の人が座っている場合は、電車であればつり革や椅子の取手につかまる、ホームのベンチであれば椅子の傍に立って待つといったように、座席に座ることができない時にどうすればよいのかを教えましょう。「してはいけない」、「だめだよ」という注意だけではなく、できない場合はどうしたらよいのかを子どもに具体的に教えるようにしましょう。また、我慢をすることができた時には、そのことをほめましょう。

電車などの座席に座れるかどうか、空いているスペースに座ることが可能かどうかは、その時々状況によって変わります。自閉症のある子どもは、状況の変化を受け入れることが苦手です。普段から、いろいろな場面を通じて変化に対応できる経験を積むことが大切です。

《もっと知りたい方にー参考図書・情報ー》

- ◇ブレンダ・スミス・マイルズ、メリッサ・L・トラウトマン、ロンダ・L・シェルヴァン（2010）『発達障害がある子のための「暗黙のルール」マナーと決まりがわかる本』。明石書店。
- ◇水野敦之（2014）『フレームワークを活用した自閉症支援』。エンパワメント研究所。
- ◇子どものためのソーシャルスキルトレーニング 君ならどうする
<http://www.sstsoft.com/aboutsst.html>（アクセス日：平成27年10月7日）

Q20 知らない人に対しても、一方的に話しかけてしまいます。

どうしたらよいでしょうか？

知らない人に話しかける理由には、まず、身近な人や親しい人（家族や先生、友達、いつもお世話になっているサービス事業所のスタッフなど）とそうでない人とでは関わり方が異なることを理解していないことが挙げられます。子どもが小さいうちは、知らない人に話しかけても「人なつこい子」と寛大に対応してもらえますが、大きくなるにつれて、そうした関わりは許容されにくくなります。自閉症のある子どもは、自然に他者との関わり方を学ぶことが難しいため、日常生活の中で意識的に教える必要があるとされています。ただし、「知らない人＝話しかけない」と決めてしまうと、子どもが困った場面で周囲に助けを求めることが難しくなります。将来、一人で外出して場所が分からなくなったり道に迷ったりした時には、知らない人に分からないことを尋ねたり、助けを求めたりすることが必要になります。「道に迷ったら交番で尋ねる」、「駅で迷ったら改札口の駅員に尋ねる」などといったように、誰に（どこに）尋ねたらよいかを具体的に教えましょう。また、最寄り駅や子どもがよく利用する場所には、保護者の同意の上でスタッフに子どものことを伝えておき、子どもが困っている時には手助けしてもらうようお願いをしておきましょう。

電車やバスで隣り合わせた見知らぬ人に、突然、自分の興味のあることや思ったことなどを話しかけることがあります。この場合、子どもは、乗車中に何をしたらよいのか分からない、あるいはこれからどこに行くのか分からないために見通しがつかず、不安になって周囲に話しかけてしまうことが考えられます。支援者が、「今（あるいは次は）、〇〇駅だよ」と声をかけたり、行き先のカードなどを提示したりして、子どもが見通しをもてるようにしましょう。あるいは、電車やバスの中で落ち着いて過ごすことができるように、子どもの好きな本などを用意しておきましょう。逆に、好きな乗り物に乗車して、嬉しくて気持ちが高揚し周りに話しかけてしまうことも考えられます。まずは、子どもの嬉しいという気持ちに共感し、知らない人ではなく支援者と話をするように子どもの注意を切り替えましょう。

なお、このような場面で支援者が「いけません」と言葉で注意しても、子どもは何がいけないのかを理解することは難しいです。そのため、外出前や電車などに乗る前に、絵カードやルールブックなどを用いて子どもと約束事（例えば、知らない人には声をかけない、静かに乗るなど）を確認しておきましょう。

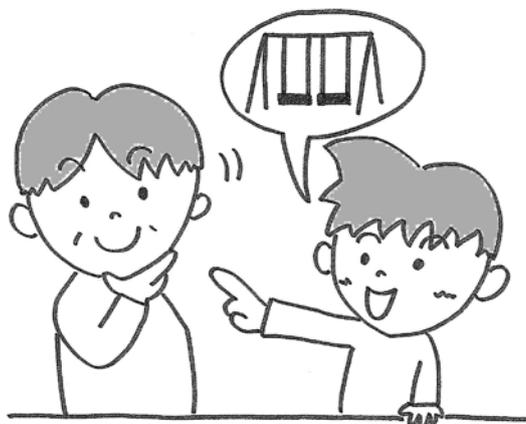
**Q21 興味があると、そちらに一目散に走ってしまい、人にぶつかって
しまいます。どうしたらよいでしょうか？**

自分の好きなものや興味のあるものを見つけると、そちらに向かって行きたくなる気持ちは理解できます。しかし、急に走り出してしまうのは、子ども自身、そして周囲の安全のことを考えると注意が必要です。

あらかじめ、外出先で子どもの興味をひく場所やものなどがあることが分かっている場合には、出かける前にその日の活動のスケジュール（どこに行くのか）を子どもと確認したり、（小さい子どもであれば）外出先では手をつないで行動することを約束したりしましょう。また、突然走り出すのではなく、言葉や絵カード等を用いて「見に行きたい」、「あっちに行きたい」などと、子どもが自分の思いを伝えられるように教えていきましょう。

子どもが約束を守ることができたり、自分の気持ちを伝えることができたりした時には、そのことをしっかりとほめましょう。

人にぶつかって迷惑をかけてしまった時に、その場で子どもを注意して対応することはなかなか難しいですが、「走る時は人にぶつからない」、「あぶない」といったことを繰り返し教えていくことも大切です。



《もっと知りたい方に—参考情報—》

- ◇国立特別支援教育総合研究所 発達障害教育情報センターHP. 「教育相談」
 - ◆「発達障害のある子どもの支援に役立つQ & A」の「子育てで気になること」の「就学前」
<http://icedd.nise.go.jp/> （アクセス日：2015年10月7日）
- ◇発達障害情報・支援センターHP. 「こんなとき、どうする」
 - ◆「乳幼児期」の「Q6. 動きが活発であぶなっかしいFくん」
<http://www.rehab.go.jp/ddis/> （アクセス日：2015年10月7日）

Q22 救急車やパトカーのサイレンなど、特定の音に対して耳をふさぎ、落ち着かなくなります。どうしたらよいのでしょうか？

自閉症のある子どもの中には、特定の感覚に敏感さが見られることがあります。聴覚に関わっては救急車やパトカー、掃除機やドライヤーなどの音、スーパーやデパートのBGMなどの大きな音から、蛍光灯のノイズといった通常は気にならないような音が我慢できないことがあります。まずは、子どもが、どういった種類の音に対して苦手なのかを把握しましょう。そして、特定の音が、子どもにとってどうしても耐えがたいものであれば、例えば、苦手な音が聞こえる場所を避ける、気持ちを落ち着ける場所に移動する、耳栓やノイズキャンセリングヘッドフォンなどを用いて音を緩和しましょう。ただし、自閉症のある子どもは、すべての音が苦手であるわけではないため、やみくもに音を遮断してしまわないように注意しましょう。

また、子どもの中には、苦手とする特定の音とその音が聞こえる場所や場面が結びついてしまう（例えば、「使用している車のエンジン音」と「車に乗ること」が結びつき、いつも使用している以外の車に乗ることを嫌がる）ことがあります。この場合、子どもが苦手としているのは音（エンジン音）ですが、この例だと「車に乗ることが苦手」と受け止められてしまいます。

聴覚を含め感覚面の過敏性については、周りがなかなか理解をすることが難しいです。子どもの表面上の行動にばかり注意が向いてしまうと対応を誤ってしまうため、気をつけましょう。

《もっと知りたい方にー参考情報ー》

- ◇国立特別支援教育総合研究所 発達障害教育情報センターHP.「教育相談」
 - ◆「発達障害のある子どもの支援に役立つQ&A」の「子育てで気になることQ&A」
 - ◇国立特別支援教育総合研究所 発達障害教育情報センターHP.「教材・支援機器」
 - ◆「教材・機器」の「教材・教具データベース」の「ノイズキャンセリングヘッドフォン」
- <http://icedd.nise.go.jp/> （アクセス日：平成27年10月7日）

**Q23 水が好きで、雨の日や寒い日でも水たまりや海に飛び込んで
しまいます。どうしたらよいでしょうか？**

自閉症のある子どもの中には、水面に反射する光を見ることが好きだったり、水に入って水の感触を楽しんだりする子どもがいます。しかし、状況（特に海に飛び込むこと）によっては危険をとまなうことがあるため、安全面に注意を払うことが必要です。

写真や絵などの視覚的な手がかりを用いて、子どもに水たまりや海に入ってよい場合とそうでない場合を教えましょう。例えば、「雨の日や寒い日は室内にいるのは○、海に飛び込むのは×」というように、してよいこととよくないことが分かるように決まりを教えましょう。ただし、子どもの実態によっては、そのように伝えても理解することが難しいことがあります。この場合は、学校の先生や保護者から、子どもが水と同じくらい、あるいは水遊びよりも興味のもてる活動が他にないかを教えてもらい、雨の日や寒い日にはその活動を行うとよいでしょう。また、屋内での活動を行うことを事前に子どもと約束しましょう。

その他の対応としては、子どもが水で思う存分に遊べる環境を用意しましょう。例えば、活動の1つに水遊びを組み込んだり公共のプールを利用したりする、水の動きや光の加減を見ることが好きな場合には、そうした玩具（例えば、水を入れたペットボトルにビーズやスパンコールなどを入れた手作り玩具）を用意して、子どもが楽しく安全に遊べるように工夫しましょう。



《もっと知りたい方に—参考図書・情報—》

- ◇内山登紀夫監修、安倍陽子編・諏訪利明編（2006）『ふしぎだね！？自閉症のおともだち』。ミネルヴァ書房
- ◇国立特別支援教育総合研究所。発達障害教育情報センターHP。「指導・支援」
<http://icedd.nise.go.jp/>（アクセス日：2015年10月7日）

Q24 道端に落ちているごみや草、葉っぱを口に入れてしまいます。どうしたらよいのでしょうか？

幼い子どもは、何でも口に入れてしまう時期（口唇期）があります。これは、子どもがそうすることによって、そのもの（対象）が何かを探索しているからです。幼児期の自閉症のある子どもの場合も、彼らが口にもものを入れる行為については、まずはそうした発達段階にあることを理解することが必要です。

自閉症のある子どもは、聴覚、視覚、触覚、嗅覚、味覚などの感覚面において過敏さや鈍感さが見られます。口の中にもものを入れる行為については、口腔内の触覚刺激（舌触りや歯ごたえなど）を求めていることが考えられます。また、こうした異食をしてしまう背景には、子どもに口に入れてよいものとそうでないものとの区別ができていないことや、口にもものを入れることで自分の気持ちを落ち着かせていることなどが考えられます。

道に落ちているものは不衛生であったり、口に入れると危険なものがあつたりするために注意が必要です。そのため、子どもがごみなどを口に入れている場面に遭遇すると、大人は慌てて口の中から取り出そうとします。しかし、この時に無理やり取り出そうとすると子どもを驚かせてしまったり、飲み込んでしまったりすることがあるため危険です。そのため、落ち着いて対応することが大切です。

子どもが口腔内の触覚刺激を求めて口にもものを入れてしまう場合には、ガムやグミ、飴などを与えたり、本人の意識が口腔内の感覚刺激から逸れるように本人の注意や関心を他のことに向けるように働きかけたりしましょう。

外出時に、子どもが道端のごみなどの危険物を口に入れてしまうことが想定される場合には、外出前に口に入れてはいけないものを子どもと一緒に確認しましょう。

《もっと知りたい方に—参考図書—》

- ◇佐々木正美監修（2009）『じょうずなつきあい方がわかる自閉症の本』。主婦の友社。
- ◇ブレンダ・スミス・マイルズ、キャサリン・タプスコット・クック、ナンシー・E・ミラー、ルーアン・リナー、リサ・A・ロビンズ著、萩原拓訳（2004）『アスペルガー症候群と感覚過敏性への対処法』。東京書籍。

《買い物》

Q25 買いたい物をたくさんカゴに入れてしまい、買ってもらえないと騒ぎます。どうしたらよいでしょうか？

デパートのおもちゃコーナーなどで、小さな子どもが「おもちゃを買ってほしい！」と泣いて、駄々をこねている場面を目にしたことはありませんか。この時、子どもは、「大きな声で泣いて、その場から離れない」、そうすることで「親に欲しいものを買ってもらえる」と考えて行動しています。しかし、子どもは、大きくなるにつれて、泣いたり騒いだりしても、自分の要求は叶わないことを学習していきます。また、「今日はAを買って、Bは我慢する（Bは次回に買う。誕生日に買ってもらうなど）」といったように、気持ちに折り合いをつけることができるようになっていきます。

自閉症のある子どもが、買いたい物をたくさんカゴの中に入れてしまう理由には、その日に自分が「何を」買うのか（買うことができるのか）が分かっていないことが挙げられます。買い物に行く前に、今日は自分が何を買いに行くのかを子どもと一緒に確認しましょう。事前の確認や店先で、写真カードやスマートフォンの写真機能などを使って、購入する品物とマッチングさせるとよいでしょう。また、ショッピングモールのような広い店で買い物をする場合には、子どもがたくさんの商品に目移りしてしまわないように、事前にまわる店の順番と買うものを決めておくともよいでしょう。そうすることで、子どもは見通しをもつことができ、騒ぐことも少なくなると考えられます。欲しいものを我慢して買い物ができた時には、そのことをほめましょう。

自分の要求が通らずに騒いでしまう場合、大人がそれに根負けしてしまうと、子どもは「騒げば自分の要求が通る」と学習してしまうため注意しましょう。子どもが激しく騒いでしまう時は、静かな場所に移動して、子どもの気持ちが落ち着くのを待ちましょう。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇上岡一世（1990）『障害児教育にチャレンジ6 指導年齢が分かる社会的自立のための指導プログラム』明治図書出版。
- ◇井上雅彦（2008）『自閉症の子どものためのABA基本プログラムー家庭で無理なく楽しくできる生活・学習課題46』。学習研究社。
- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修。公益社団法人発達協会編（2013）『子どもの発達にあわせて教える6 イラストでわかるステップアップ 社会生活編』。合同出版。

Q26 買い物の際、子どもに与えた所持金よりも高い商品が欲しくなった時に、お金が足りないということが理解できません。どうしたらよいのでしょうか？

自立して社会生活を送るためには、買い物は欠かせません。また、必要なものを所持金の中から支払うことができるようになることも大切です。一般に、日常生活に関わる身近な商品の価格は想像がつきますが、日常めったに購入しない商品については、どのくらいのお金が必要なのかを判断することは難しいです。買い物の経験が少ない子どもにおいては、なおさらそうしたことが難しくなります。

所持金の中で買い物ができるようになるために、まずは大人が指定した品物とそれを購入するために必要なお金をマッチングさせることから始めましょう。お菓子や飲み物などの子どもにとって身近なものの買い物を通して、商品と必要なお金をマッチングさせていきましょう。また、必要なお金、具体的には支払う硬貨の種類や枚数も教えていきましょう。こうしたことは、実際の買い物場面だけでなく家庭でも練習するとよいでしょう。学校でも買い物学習をしていますので、どのような指導をしているのかを保護者に教えてもらうとよいでしょう。「お買い物ごっこ」のように、遊びを通して楽しみながら取り組むことも大切です。

商品の値段とお金のマッチングが難しい場合には、事前に買うものを決めておきましょう（Q25 参照）。また、例えば、購入する品物の写真やチラシの切り抜きなどと、必要なお金の写真（絵）を示して、それらのマッチングを行い、購入するものと支払うお金を確認しておきましょう。

買い物の経験を重ねていくことで、子どもは自分が買いたいものとそれに必要なお金を理解していくことができるようになります。必要なお金を支払って買い物ができた場合には、そのことをほめてあげてください。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇上岡一世（1990）『障害児教育にチャレンジ6 指導年齢が分かる社会的自立のための指導プログラム』。明治図書出版。
- ◇井上雅彦（2008）『自閉症の子どものためのABA基本プログラムー家庭で無理なく楽しくできる生活・学習課題46ー』。学習研究社。
- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修。公益社団法人発達協会編（2013）『子どもの発達にあわせて教える6 イラストでわかるステップアップ 社会生活編』。合同出版。

Q27 スーパーなどで、支払いが終わらないうちに商品を開封して しまいます。どうしたらよいでしょうか？

支払いが終わっていないのに商品を開封してしまう理由には、子どもが店のものと自分のものとを区別できていないことが挙げられます。

まずは、商品を開封するまでの一連の流れを教えましょう。具体的には、「購入する商品をカゴに入れる→レジに行く→お金を払う→買ったものを袋に入れる→買った商品は車あるいは家で開ける」という流れを教えましょう。お店ではすぐに商品を開封しないということを教えることは、子どもが一人で買い物をした時に、支払いを済ませていないのではないかとあらぬ疑いをかけられないためにも大切です。

また、どういう状況になったら商品を開封してよいのか、そのルールを教えましょう。例えば、「(支払い後) レジでシールを貼ってもらったら開封してよい」という約束をしましょう。レジで貼ってもらうシールは、子どもにとっては「開けてもよい」という目印になります。最近では、店によっては、買い物時のカゴと支払い後のカゴの色を分けている所もあります。このような場合には、「青のカゴに入っているのは開けない、赤のカゴは開けてよい」といったように、カゴの色を手がかりにして教える方法もあります。あるいは、マイバッグを用意しておき、「自分のバッグに入れた商品は開けてもよい」とする方法もあります。自閉症のある子どもは、言葉だけで「開けてはだめ」と注意されるよりも、上述した具体的な方法で伝えた方が理解しやすいです。

子どもが商品を開ける際、一緒にいる大人に要求を伝えることができるようになるとうよいでしょう。買い物場面だけでなく日常生活全般において、子どもが周囲の人に自分の要求を身振りや言葉などで伝えることができるようになることが大切です。

《もっと知りたい方にー参考図書ー》

- ◇上岡一世（1990）『障害児教育にチャレンジ6 指導年齢が分かる社会的自立のための指導プログラム』. 明治図書出版.
- ◇井上雅彦（2008）『自閉症の子どものためのABA基本プログラムー家庭で無理なく楽しくできる生活・学習課題46ー』. 学習研究社.
- ◇小倉尚子・一松麻実子・武藤英夫監修. 公益社団法人発達協会編（2013）『子どもの発達にあわせて教える6 イラストでわかるステップアップ 社会生活編』. 合同出版.

《病院での受診・検査》

Q28 病院で、受診前の待ち時間に立ち歩いたり声を上げたり

して、周りの患者に迷惑をかけてしまいます。どうしたらよいのでしょうか？

病院の待ち時間にじっとしてられない理由には、長時間、見通しがもてない中で待たなければならないことにイライラして、動かずにはいられなくなっていることが考えられます。病院の待ち時間に見通しをもてないのは、本人だけでなく付き添っている大人も同じです。受診に当たっては、事前に病院に電話をして空いている時間帯を教えてもらい、少しでも待ち時間を少なくできるようにしましょう。また、受付でおおよその待ち時間や人数を教えてもらったりして、付き添う大人が待ち時間の見通しをもつことが大切です。その上で待ち時間に応じて、おもちゃや本、スケジュール表などを用意したりするとよいでしょう。

まずは、子どもが病院以外の場面で、一人でどのように遊んで過ごしているのかを保護者に教えてもらいましょう。おもちゃや本を病院に持って行く場合には、出し入れしやすい袋に入れて持って行くといいでしょう。そうすることで、順番が来た時にすぐ片付けることができます。おもちゃには、タブレット型端末やゲーム機が含まれていることがあるかもしれません。しかし、病院では周囲の人への音の配慮や通信の制限があるため、あらかじめイヤホンを使用することや通信機能のあるおもちゃは使用できないことを子どもと一緒に確認しておきましょう。

スケジュールを理解できる子どもには、受診の前後も含めたスケジュールと時間を伝えるといいでしょう。その際、時計やタイムタイマーを使用することで、子どもは時間の見通しをもつことができます。また、本人の受診の順番が分かるように、カードやノートに書いて確認することも順番の見通しをもつことにつながります。

病院の待合室で待つこと自体が難しい場合には、受診の時間近くまで病院の周辺を散歩したり、公園で遊んだりするなどして過ごすことも工夫の一つです。また、(車で来ている場合には)車内で待つことができることもあるでしょう。幼い子どもの場合は手遊びや絵本の読み聞かせ、いないいないばあ遊びなどを、大きくなってきたらクイズやしりとり遊びなど、付き添う大人が関わって遊ぶことも子どもが待ち時間を楽しく過ごすためにできる工夫です。個々の子どもに合わせた待ち時間の過ごし方の計画を立てましょう。

Q29 特に歯科受診の時に、嫌がって動いてしまいます。どうしたら落ち着いて受診できるようになるでしょうか？

多くの人にとって、歯科受診は楽しいことではありません。歯科医院には、日常生活では目にしない様々な器具があり、また、歯科医院独特の消毒のにおいがしたり治療時の機械音がしたりします。このように、いつもと違う環境の中で治療を受けることは緊張と不安がともないます。また、どのような器具を使って、口の中のどの部分をどのように診るのかも分かりません。歯科受診は、視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚、痛覚などの感覚を調整したり、見通しをもつことが難しかったりする自閉症のある子どもには、大きな不安やストレスになります。そのために、受診の時に暴れてしまうといったことが生じます。

子どもが歯科受診をする時に大切なことは、まず本人にとって苦手なことが何かを把握することです。例えば、様々な器具が見えていることや治療している機械音、子どもの泣き声などが苦手な場合、別室で治療したりカーテンや衝立などで空間を区切ったりすることで環境を整理すると、安心することができます。また、口の中を触られることが苦手な場合には、付添っている大人が、医師が口内のどこを触るのかを子どもに解説することでイメージをもつことができ、安心できる場合があります。また、治療で使用する器具の使い方を、子どもに分かるように説明しましょう。例えば、医師が、実際に口の中に器具を入れて実演して見せたり、器具を子どもが持ってみたり口に入れたりすることで、器具の使い方や感触を理解し受け入れることができる可能性があります。

見通しをもつことが難しい場合には、治療日までのスケジュールと治療当日の流れを説明しましょう。カレンダーにマークをして受診日までの見通しをもたせ、実際の治療の順番や内容、開始と終了の時間を写真やイラスト、文字など子どもに分かる手がかりを使って説明しましょう。そうすることによって、子どもは治療の見通しをもつことができ、不安が軽減されます。

日頃から定期検診を受けたり、歯科治療に関する絵本やタブレットのアプリなどを使って事前学習したりすることは、治療を行う際の備えにもなります。受診に付き添う大人は、子どもが安心できるように（幼い子どもであれば）スキンシップをしたり、穏やかな言葉かけをしたりしましょう。

《もっと知りたい方にー参考図書・情報ー》

◇発達障害のある人をよろしく願います（白梅学園大学 堀江まゆみ研究室）

http://daigaku.shiraume.ac.jp/info/docs/kenkyu_prj01.pdf

（アクセス日：2015年10月7日）

◇自閉症児の歯科治療における支援～自閉症児とその家族のための歯科保健～

<http://www.geocities.jp/symky1019/dental.htm>

（アクセス日：2015年10月7日）

◇発達障がい児向けアプリ「はっするでんたー」

https://book.mynavi.jp/macfan/detail_summary/id=33748

（アクセス日：2015年10月7日）



Q30 病院でのMRIやCTの検査の時に、嫌がって動いてしまいます。どうしたらよいのでしょうか？

MRIやCTの検査は、歯科受診や小児科の受診以上に非日常的でイメージをもちにくく、子どもは不安になります。経験したことがないことや知らないこと、分からないことは、日々の生活の中でたくさんあります。MRIやCTの検査もその一つです。そのため、検査で使用する機械の写真を見せたり、受診の仕方を見せたりするなどして子どもに分かるように説明することが大切です。

検査で使用する機械については、検査前に検査室の見学をしながら機械の名前と併せて、どのような働きをする機械なのか子どもに分かるように説明するとよいでしょう。また、付き添っている大人が、検査の方法を可能な範囲でやって見せることで、子どもは自分のことがイメージできます。①寝台に仰向けに寝る、②お医者さんの合図で寝台が動き、ドームの中に入る、③〇秒と心の中で数える、④寝台が動き、ドームから出て来る、といった一連の流れをやって見せることです。子どもは、付き添っている大人が体験している様子に対しては、興味をもって見るができると思われれます。

MRIやCTの検査のように仰向けに寝た寝台が動いてドームに入るといったことを、日常生活の中で経験することはありません。幼い子どもの場合は、キャスターボードに仰向けに寝た状態で大人に動かしてもらったり、トンネルの中をくぐったりするサーキット運動を通して、検査に必要な動きを事前に経験しておくことも工夫の一つです。そうした経験を重ねて、検査を受ける時には、「ベッドが動いてトンネルに入るよ」といった言葉かけをすることにより、子どもは安心して検査を受けられるようになるでしょう。

また、検査の手順を知らせることも大切です。検査の流れを絵や写真、文字などを使って説明しましょう。検査を行うよりも前に検査の流れを示した絵や文字、写真などを渡しおき、家庭でも保護者と一緒に確認したり、見える場所に掲示したりしておきましょう。そうすることで、子どもは、検査の流れを理解し見通しをもつことにつながります。

《もっと知りたい方にー参考情報ー》

◇発達障害のある人をよろしくお願ひします（白梅学園大学 堀江まゆみ研究室）

http://daigaku.shiraume.ac.jp/info/docs/kenkyu_prj01.pdf（アクセス日：2015年10月7日）

おわりに

自閉症とは、見た目では分かりにくい障害です。言うことを聞いてくれない、突然大声を出したり暴れ出す、気持ちの切り替えが出来ないなど、関わる方々にとってはとても扱いにくい障害だと思われているようです。でも、こうした自閉症のある子ども達の行動には全て理由があるのです。特に、不安感や不快感、自分の思いが相手に伝わらないことによる苛立ちなどが背景にあると考えられます。そこで、子ども達に関わる周囲の者は、こうした行動の理由や背景を的確に捉え、適切に接するように心がけなければなりません。

本書は、自閉症の子ども達の移動支援や放課後支援、デイサービスなどに関わるヘルパーの方々、事業所や施設の職員の方々が、子ども達と良好な関係を作り、より関わりやすくなるための参考になればとの思いから作成したものです。

本書の特徴は、全文を読まずとも、まずは、今直面している困りごとから読んでいただければ何らかの解決のヒントが得られるように、困りごとの質問とその対処法をピンポイントでまとめました。また、質問ごとに関連する情報を紹介することで、関わり方に関する知識が深められるような資料も併せて掲載しました。

しかし、本書の内容は、質問や回答の数が少なく、活用していただくためにはまだまだ不十分な点が多々あると思われれます。本書をより一層充実したものとするために、巻末のFAX用紙にて、皆様からのご意見やご感想、新たなご質問などをお寄せいただければ幸いに存じます。

ご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

国立大学法人 筑波大学附属久里浜特別支援学校
副校長 雷坂 浩之

執筆者一覧

<筑波大学附属久里浜特別支援学校>

雷坂 浩之 (副校長)
工藤 久美 (幼稚部主事)
河場 哲史 (小学部主事)
塚田 直也 (幼稚部教諭)
須田 美喜子 (幼稚部教諭)
野本 有紀 (幼稚部教諭)
桑原 貞之 (小学部教諭)
小松 文 (小学部教諭)
向井 直美 (小学部教諭)
岡田 拓也 (小学部教諭)
菊地 由美子 (小学部教諭)
佐藤 誠 (小学部教諭)
猿渡 京 (小学部教諭)
風間 健一 (小学部教諭)
大橋 典子 (小学部教諭)

<国立特別支援教育総合研究所 自閉症教育研究班>

柳澤 亜希子 (企画部 主任研究員)
石坂 務 (企画部 主任研究員)
岡本 邦広 (教育情報部 主任研究員)
若林 上総 (企画部 主任研究員)

表紙絵 「ちっちゃいおじさん」

筑波大学附属久里浜特別支援学校 小学部 1年 若山 聖司

イラスト 筑波大学附属久里浜特別支援学校 小学部教諭 岡田 拓也

FAX番号:046-848-3740

筑波大学附属久里浜特別支援学校



FAX用紙

本Q&A集に関するご意見・ご感想、新たなご質問などをお寄せ下さい。

氏名:
所属(職種):
電話番号:
メールアドレス:
ご意見・ご感想:
ご質問:

*ご記入いただいた個人情報 は 厳重に管理します。お寄せいただいたご意見・ご質問等は、本Q&A集の今後の改訂の参考とさせていただきます。



2015年10月30日 初版1刷

刊行／筑波大学附属久里浜特別支援学校

〒239-0841 神奈川県横須賀市野比5丁目1番2号

TEL/046-848-3444

FAX/046-848-3740

URL/<http://www.kurihama.tsukuba.ac.jp/>