

自閉症スペクトラムの人のライフステージ (人生の流れ)

作成：神奈川県自閉症児・者親の会連合会 2018年9月改訂版
1999年5月 第1版 第10回自閉症児・者作品展 企画展示
(部分的にでも転用の場合は出典を明記してください)

《乳幼児期》

ハローベビー！

赤ちゃんは、家族に祝福されて生まれてきました。

何か違うと思ったら

育てていく中で、何かちょっと違う、育てにくいな、他の子と違う、気にかかることはないですか？



◇ 子どものことを良く観察してみましょう。

- * 表情が硬くてあやしても笑わない、視線を合わせない。
- * 寝つきが極端に悪く、眠りが浅い。
- * 多動でじっとしていることが出来ない。
- * 発語が遅く、一度出た言葉が消えることがある。

- #### ◇ 育てるには、子どもに合った工夫や接し方があります そんな時、子育ての失敗ととらえないで不安解消のためにも 市町村には、児童発達支援センターがあります。

相談しましょう！

- #### ◇ 保健所の1歳6ヶ月児健診・3歳児健診を利用して、心配なことは相談してみましょう。

保健師さん、お医者さん、心理の先生などから子どもとの接し方、付き合い方のアドバイスが受けられます。早期発見、早期療育につながります。

- #### ◇ 母親が、安心して子育てをするためには、父親や祖父母の理解が大切です。

- #### ◇ 専門機関で診断を受け、療育手帳・受給者証をとり、療育(治療教育)を受けましょう。

自閉症スペクトラムとわかったら

「障がいを受け入れる」ためには、きちんとした診断が大きな要素となります。

◇ 自閉症スペクトラムは、脳の機能の障がいです。

- * 対人関係やコミュニケーション、想像力に、困難を抱えています。
- * 感覚の特異性(感覚過敏・痛みに対する鈍麻等)。
- * 活動や興味の範囲が狭い(こだわりが強い)。
- * 変化に対する不安や抵抗が強い。
- * 出来ること、出来ないことに極端な凸凹がある。
- * 重度の知的障がいから知的に遅れの無い方、平均より非常に高い知能を持つ方までいます。
- * 具体的な症状の表れ方には、大きな幅があり、一人ひとり個別の対応が必要になります。

こんなふうに言われることもあります

- * 自閉傾向・自閉的傾向
- * 小児自閉症
- * ASD
- * 広汎性発達障害
- * 発達障害
- * アスペルガー症候群
- * 高機能自閉症

自閉症スペクトラムという障がいを持っていても、一人の元気な子どもです。周囲の子ども達と同じようにとはいかないかもしれませんが、沢山のことを身につけ成長し大人になっていきます。子どもの障がいを受け止めることで、持っている能力を十分に引き出すような療育、支援の方法が生まれ出されてきています。

親として

◇ 子どもを育てていく上での大切なポイント。

- * 子どもからの発信が弱く、普通と違う発信の仕方をするので、親は、受信アンテナを研ぎ澄ませ、子どもの特徴（個性的な発達）を見つけ、受け止める力をつけましょう。
- * 子どものペースに合わせましょう。年齢相応にできなくてもしばらくして突然できる事もあります。無理強いするのでなく、自分からやれるように、環境を整えましょう。
- * 子どもが安心して興味が広がるような、楽しいこと・喜ぶことを、たくさん経験させましょう。
- * しつけとしては「良いところを伸ばす」を目標に、子どもにわかるやり方で、具体的に1つ1つ教えて、ほめてあげましょう。
- * 生命に関わること、社会的に許されないことは、毅然とした態度であいまいにせず、子どもにわかるように伝えましょう。

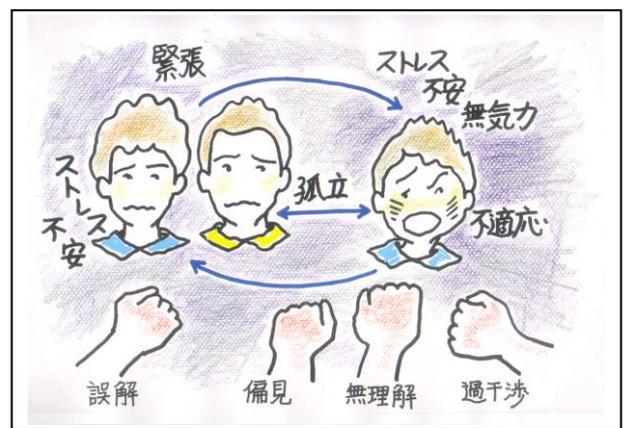
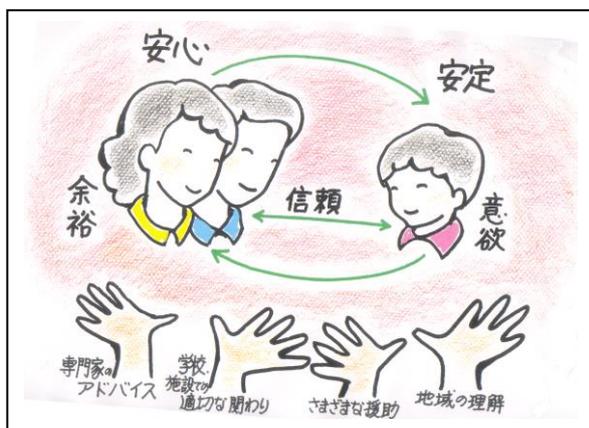
子どもの生活を大事にして、障がいの部分だけに目を奪われないことが大切です。

◇ 一人で悩まないで、同じ悩みを抱えた仲間がいます。⇨ **親の会があります！**

◇ 先輩の豊かな経験談は、インターネットなどの一方的な情報より役立ちます。

◇ 周囲の優しい目が、大きな支えになります。

「しつけのできていない子」と見られがちで「厳しい目」は、お母さんを辛くさせるだけです。「暖かなまなざし」と「適切な理解」は、お母さんを支える力になります。



- * 自閉症スペクトラムについて、子どもから大人までの、さまざまな相談ができる公的機関として神奈川県発達障害支援センターかながわA（エース）があります。
相談専用電話：0465-81-3717
- * 一般社団法人「日本自閉症協会」でも、相談を受けています。
(月)(金) 9:30~16:30 一般相談 (水) 10:30~15:30 家族相談員（親による親の為の）
相談専用電話：03-3545-3382

診断を受けた後の各種支援

- ◇ 市町村の相談窓口（保育家庭課や障がい福祉課等）で、療育手帳・精神保健福祉手帳の申請をする。
- ◇ 相談支援事業所で、サービス等利用計画を立て、それに基づき受給者証の発行を受ける。受給者証に記載された、各種の福祉サービス（児童発達支援事業所・放課後等デイサービス・日中一時支援・移動支援・短期入所等）を利用する。

《学齡前期 小学校・中学校》

この年齢での生活は、その後の人生に大きな影響を与えます。
たくさんの経験をさせておくべき時期です。

地域の小・中学校の通常級または特別支援学級、もしくは特別支援学校(養護学校)の小学部・中等部へ入学します。途中移籍も可能です。

就学相談

小学校入学～中学進学前に、市町村の教育委員会が行っています。

◇通常級(普通級)は、カリキュラムが決まっている。ハンディの無い仲間と年齢相応な生活を送り、地域の子どもたちと親交を持てる。クラスメイトの理解により、自然な交流ができる。ただしクラスの人数が多く、原則一斉指示で授業がすすむ。独自のニーズや障がい特性への個別の対応が難しい。

◇特別支援学級(地域の学校の中にある)は、少人数で子どものニーズに合わせた教育が可能。地域の子どもと交流ができる。ただし違う学年、違う障がいの子と一緒に学ぶことになる。また、教員の人員や特別支援教育の内容が、学校によってかなりばらつきがある。

◇特別支援学校(養護学校)は、専門的な知識のある教員から、個別に学べる。子どもの人数に対して、教員数が多い。ただし家から遠い所に通うことが多く、兄弟と違う学校になり、地域の子どもとの交流が希薄になる。

※進路を選ぶにあたっては、実際の授業の場を、親子で見学体験してみましょう。



家庭と学校とのコミュニケーション

子どもを真ん中に、成長を喜び合う関係に

- * 先生から学校での子どもの困った行動や問題を聞くのは、親として辛いものです。でも、本当は、子ども自身が一番辛いのです。情報共有をして、子どもの為に何が出来るか話し合みましょう。
- * 親は、子どものためにどうして欲しいのか、具体的に学校に伝えることが大切です。
- * 親も教師もお互いに共感しあうことで関係が深まり、一緒に解決方法を見つけていけるでしょう。
- * 問題が起きてしまったとき、起こりそうなときは外部の相談機関の力を借りることも必要です。

家庭では

将来の自立に向けての準備をしましょう

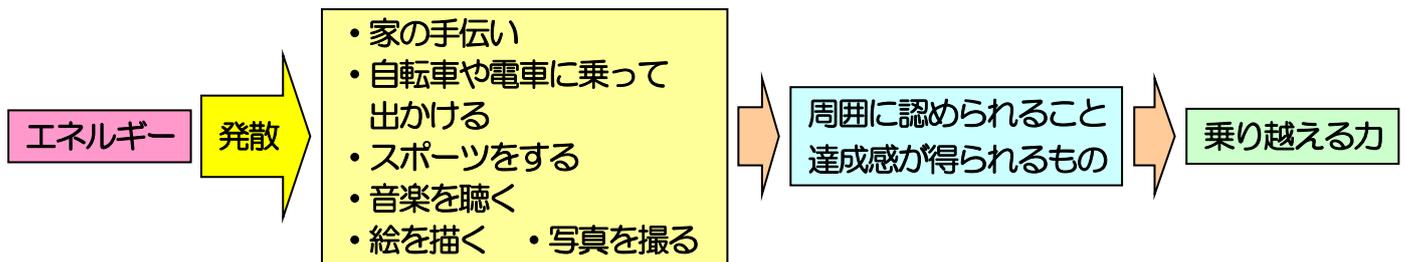
- * 身辺自立を中心に、お手伝い、買い物などのスキルを身につける。
- * 基本的な生活リズムを身につけ将来につながる良い習慣を育てる。
- * 余暇活動や習い事など、学校以外に、年齢に合った楽しめること・学ぶ場所の確保をしていく。
- * 困った時に、自分からSOSを出せる力を育てる。
- * 興味のあること、こだわりは、伸ばしていけば、成人期になってからの豊かな生活、自主的な健康管理、自立した生活につながる可能性があります。



《学齡後期 高校以降～青年期》

肉体的、精神的に大きな変化が現れる時期です。障がいがあっても自己確立をはかる、大事な時期です。

- * 人との適切な距離感を学ぶ必要があります。
- * 体の成長は年齢相応で、性・異性への関心が芽生えます。
- * 障がい特性に配慮して、ひとつひとつの問題を大きくしないようにしましょう。
- * 出来ることを増やして、自己肯定感を下げないようにしましょう。
- * 普段から家族が上手に周囲と付き合っ、特性のある子どものことを理解してもらうことが、この時期の家族の精神的安定に大きく関わります。
- * 増大するエネルギーの向かう先を、自分に合わせて持っていることが大事です。



進路について

中学卒業後の進路は、義務教育とは違いさまざまです。親が学校情報を集め、将来を見据えて、子どもと一緒に、性格や障がい特性に合った進路を選びましょう。

《中学卒業後の進路》

◇**県立の全日制高校・定時制/通信制/単位制高校**は、高卒の資格をとれます。人数が多いので、障がいに関心した個別の支援をもらうことは難しいです。障がいに関心した就労に向けての授業や進路の指導は、ほぼありません。

※通学地域の制限はあるが、知的障がいのある生徒を受入れる**インクルーシブ推進校**が出来てきました。

◇**県立の特別支援学校（養護学校）**は、**本校と分教室**（1学年1クラスで、県立高校の教室を間借りしています）は、生徒数に比べて教員数は多く、専門知識のある教員から、個別指導が受けられます。就労に向けた、授業や実習、支援も充実しています。

◇**私立の全日制高校・通信制/単位制高校**、学校それぞれに特色があり、高卒の資格がもらえます。個別の支援は県立高校よりはお願いしやすいが、専門的な知識のある教員がいるとは限りません。

◇**私立のサポート校**や**通信制/単位制高校**は、不登校や特別支援教育を必要とする生徒向けの、無理のない授業プログラムで、教員も専門知識があります。高卒の資格がもらえます。就労や進学に向けたフォローをする学校が増えてきています。

《高校・高等部卒業後の進路》

◇**大学・短大**は、一部ですが、入学後、授業選択相談など、障がい者支援をする大学が出てきました。

◇**専門学校、職業訓練校**は、将来の就労に向けて資格をとったり、特殊技能を身につけることができます。

◇**就労**は、一般就労と障がい者就労があります。障がい者就労は、ハローワークに求職登録をします。

《成人期》（さまざまな自立）

仕事の間

それぞれの能力に合わせて、さまざまな働く場所があります。

会社・特例子会社・就労移行支援事業所・就労継続A型・B型事業所・生活介護事業所等。



◇ 働きやすさのために。

- * 本人が、仕事にやりがいをもてる工夫が必要。
- * 作業手順を、障がい特性に合わせて、本人に分かるように伝える。

◇ 給料・工賃がもらえることで、労働意欲がわきます。

◇ 障がい者雇用を支援する機関について・・・

地域就労援助センター、就業・生活支援センター、ハローワーク（障がい者対応）、神奈川障害者職業センター等。

生活の間

（日中活動とは別に、やすらぎの間として）

◇ 家族の状況と本人の意思で選択できます。

本人と家族を支援する社会資源が豊富にあれば、特性に合った豊かな生活が送れます。
家族と暮らす・一人暮らし・共同生活をする（グループホーム等）。

余暇

◇ 楽しめる余暇があることで、生活にうるおいが生まれます。

- * 自閉症スペクトラムの人は、何をしたら良いかわからない自由時間がとても苦手です。
- * 指示・支援なしに一人で過ごせて、楽しんで、時間を使える余暇があることが、特に成人期の安定した生活をもたらします。



《まとめ》

『自閉症スペクトラムの人たちに豊かな人生を送ってもらいたい』という願いから、誕生からそれぞれの年代について、ライフステージに沿って、いかに充実したものにしていくか、親の会連合会として、今、考えられることをあげてみました。多くの方々に、自閉症スペクトラムについて知って頂ければと思います。

自閉症スペクトラムの人は、街の中で皆さんと同じように暮らしています。1人1人に合わせた配慮が必要だということを理解して頂き、暖かな目で見守り、必要な時には手を差し伸べて頂ければと思います。