

ライフステージにおける 発達障害者支援

学校勤務の方向け

Rabbit Developmental Research

平岩 幹男



1

大人になって 自立すること

十分にはできなくてもそれに
近づくこと

2

自立とは

- 何でも自分でできるようになることではない
- 基本的な生活習慣を身に付ける
→生活習慣、身の回り(掃除、洗濯、炊事)
- 基本的な収入を確保する
- 何より大切なのは
→頼める、相談できる場所をなるべく多く見つける
→所属先をたくさん作る
→それが使えるようにしておく

3

子どもから大人へということ

- 15歳で義務教育が終わる
- 18歳で児童が終わる
- 20歳で成人になる
→年齢とともに利用できる資源は減少する
- 小児科の初診は多くは15歳まで
→再診もそうになっていることがあるが・・・
→15歳～20歳は二次障害の併発にも注意
- 米国ではmedical homeのシステムがある
岡明・平岩幹男監訳: Autism: 米国小児科学会編

4

将来を考える

- 子どもたちでは25歳のときに何をしているか
- 大人たちの場合には3年後、5年後
- 具体的に考えよう
→どうやって食べて行くか
→どんなところで生活するか
→そのためには何が必要か
- 今のことだけでなく、将来目標が大切

5

発達障害とは？

- 発達障害

発達の過程で明らかになる行動やコミュニケーションなどの障害で、根本的な治療は現在ではないが、適切な対応により社会生活上の困難は軽減される障害

発達そのものの障害ではない

6

発達障害の種類

- 自閉症スペクトラム障害 (ASD)
Autism Spectrum Disorder
→言葉の遅れがある
→言葉の遅れがない
- ADHD (注意欠陥・多動性障害)
→Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder
- 学習障害
周辺としてトゥレット障害や選択性緘黙、吃音も
- 米国では知的障害も脳性麻痺もてんかんも入る

7

自閉症スペクトラム障害: ASD (1)

- 自閉症スペクトラム障害
社会性や対人関係の障害(コミュニケーションも)
こだわり(常同行動や感覚過敏・鈍麻を含む)
- 脳の機能的障害で「知的能力」にも「症状」にも強弱などを含めて連続性(スペクトラム)がある
- 全体での頻度は1~2%とする報告が多い
- 男子が3~6倍多い

8

自閉症スペクトラム障害: ASD (2)

- Kannerの自閉症 (ASDの25~35%)
→1943 Leo Kanner が最初に報告
→多くは言葉の遅れ、知的障害と見なされる
→療育的対応によって高機能化することもある
→知的課題を抱えたまま成人期に至ることもある
- 高機能自閉症 (ASDの65~75%)
→1944 Hans Aspergerが最初に報告
→言葉の遅れはないかあっても軽度
→しばしば二次障害で発見される

9

HFASD (高機能自閉症) 時にはAsperger症候群

知的には劣っていないのに
→会話がうまくつながらない、指示が通らない
→友達ができない、うまく遊べない
→何かに熱中しはじめると止まらない

という子どもたちがいることを1944年にオーストリアの小児科医Hans Aspergerが最初に報告し、その後色々とわかって来た

10

たとえば高機能自閉症の集中力

- 疲れを知らない、集中するパワーは、すごい
- 凡人にはまねができない
- しかし子どもの時には、集中力は社会的に必要とされないことで発揮されることが多い
- そのパワーが授業中に発揮されれば・・・障害
・・・社会的に必要とされていない場合には
- そのパワーが職業に生かされれば・・・才能

11

社会性(社会的相互交渉)の障害

- 人と関わるのが苦手
→目を見ること、視線を合わせるのが苦手
目を見ていると錯覚してもらう
→手をつなぐ、体に触る・・・苦手
短時間から慣らす
→同時に何人かに対応する・・・とても苦手
順番に対応する
- 急な変更に対応できない
→予定の急な変更・・・あらかじめわかるように

12

こだわり

- 手順や道順にこだわる
→いろいろなやり方をマスターする
- 感覚過敏がある
→基本は馴化。場合によっては回避
→イーマフ、ヘッドフォン
→違和感のない手触りの良いもの
- ひとりごとや反復性行動
→場所を選ぶ

13

想像力の障害

- ここはどんな場所なのか理解できない
→静かにしている場所？騒ぐ場所？
→テンションコントロールにはカウントダウン
- 相手がどう感じているかが理解できない
→だから自己主張が強いと思われる
→話す順序を学習する
- 見ればわかるだろう・・・わからない
→見なければわからない・・・適切な指示が必要

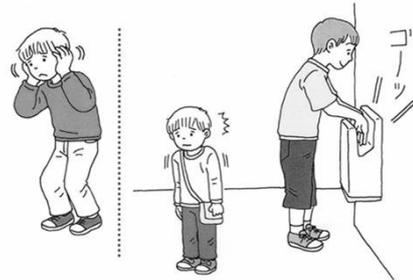
14

高機能自閉症：その将来は？

- 高機能自閉症では、コミュニケーションが下手なかわりに、正直、まじめ、率直、正義感(my)などが長所
- 向いていない職業としては
→営業マン（特に訪問販売など）、店員
→窓口業務が主な公務員、銀行員など
- 向いている職業としては
→技術者、音楽家、芸術家、棋士、コンピューター関連（SE、インストラクターなど多数）、研究者、教師、警察官・自衛官、介護、動物関連

15

感覚過敏(1)



耳ふさぎを見たら考えよう

16

感覚過敏と感覚鈍麻

	過敏	鈍麻
視覚	回転、縞模様、格子	文字・数字の間違い
聴覚	大きな音、特定の音、エアータオル	音声指示が入りにくい、聞こえにくい
触覚	肌触り、洋服のタグ	怪我に気づかない
味覚	味や食感こだわり	噛まない、食べ過ぎ
嗅覚	香水、タバコ	区別がつかない

17

感覚過敏には馴化か開き直り

- 馴化して慣れた方が生活はしやすい
→しかしすべて馴化できるとは限らない
- 物理的に感覚を遮断、減弱
→イーマフ、耳栓、プロテクター
→鼻つまみ、目隠し、サングラス
→オブラート、飲み込む、混ぜ食べ
- 開き直る
→できないものはできない
→ときどき感覚遮断に逃げ込む
→野菜嫌いでも青汁、ビタミンを飲めば良い
- ときどき逃げ込んで時間を稼ぐ



18

ADHD

- 一次性の症状
→不注意性、衝動性、多動性
- これらの症状により社会生活に困難がある
- 2つ以上の場面で6か月以上続いている
- 12歳以下に症状が明らかになる
- 自閉症との併存例もある
- 適切に対応しないと早期から二次症状が出やすい
- 児童虐待でも似た症状になりうる

19

ADHDの治療戦略

- 抱えている社会的困難を理解する
- SST, LSTなどのトレーニングをする
- 家庭・学校などの環境調整をする
- 周囲が対応を学習する
- Self-esteemを高める
- 二次障害を予防あるいは治療する
- 症状を軽減するために薬物療法をする

20

ADHDの治療

- 薬物療法としては
→methylphenidate(コンサータ)
atomoxetine(ストラテラ)
guanfacine Hydrochloride (インチュニブ)
70%に有効
→リスペリドンやSSRIも
- わが国では診断即投薬が多い
- 重要なことはQOL(生活の質)の向上
- Self-esteem(自己肯定感)を育てることが社会性の獲得やQOLの向上につながる

21

不注意の症状

- 集中できない、注意がそれる
→スモールステップ化してできたらほめる
- 努力することをいやがる
→スモールステップ化してできたらほめる
- 忘れ物が多い
→連絡帳の活用、メモの習慣
- すぐにものをなくす
→不必要なものを持たない

22

衝動性の症状

- 話や列に割り込む
→だまっていられない、一番がよい
→砂時計:がまんできたら「ほめられる」
- 突然行動を起こす
→行動の原因を考える
→問題となる原因をへらす
- 衝動的に手を出す
→原因と状況を考えて「ほめて消す」

23

多動の症状

- 注意をしても止まるのは「その時」だけ
- じっとしているのが苦手
→坐っていてもすぐにもじもじ
→1分座っていたら「ほめる」から始める
→小さなお手伝いをさせてほめる
- 動き回る
→本の読み聞かせでも歩き回る
→1分座っていたらほめて時間を延ばす

24

薬物療法よりは練習

- できなかったことを「場面設定をして練習する」ことで「できてほめられる」ようにしましょう
- 不注意の症状や衝動の症状はとかく薬物療法の適応とされがちだが、練習することで「できること」を増やすのが先
- 発達障害があろうとなかろうと基本は同じ
- 叱って子どものself-esteemを下げるより→できるように練習して、ほめて上げる

25

ADHD:その将来は？

- ADHDを抱えていると、動き回ったり気分を変えることが得意→まるで二人乗り自転車(tandem)
- じっくり取り組むことは苦手
- 得意な職業:セールスマン、営業担当、電話勧誘、マスコミ関係、窓口業務、案内係りなど
- 不得意な職業:技術・設計関係、著述業、教師、警察官、音楽家、プログラマーなど

26

学習障害で最も多いのは・・

- 発達性読み書き障害(ディスレクシア)
→読むことが苦手・・読めないまでスペクトラム
→読めないまま放っておくと語彙が増えなくなる
→読めなければ書く障害も出てくる
→読みの障害:音韻障害が見つかりやすい
「かえる」を反対から言わせて見よう
- 算数障害
→しばしば空間認識の障害もある
2+3 5+3 8+3 11-4

27

発達性読み書き障害 (dyslexia)

音声言語(聞く、話す)には問題なく
文字言語(読む、書く)に困難がある
だから就学後に発見されることが多い

28

発達性読み書き障害 (dyslexia)

たとえ日常会話に問題がなくても
国語のテストができなければ知的障害?
読むのが苦手なら回数を重ねればできる?

29

発達性読み書き障害 (dyslexia)

文字を音に変える障害(Decoding)
文字を音のまとまりとして認識する障害
(Chunking)

30

Decoding の障害

はらちまも さき
ほちまも さき

31

文節を認識する

- きょうのてんきははれです
- It is fine today!
- きょうの てんきは はれです
- きょうの / てんきは / はれです
- 今日の天気は晴れです
- 今日の 天気は 晴れです

32

ディスレクシア

- ほとんどのケースは診断すらされていない
- 初見の簡単な文章を読ませることがカギ
- 当日の朝食の内容と前日の夕食の内容が言えるのに、国語の点数が低い…疑ってよい
- ひらがなが「瞬時に」きちんと読めない
- 音のまとまりとして単語が認識できない
- 軽症を入れると2%？
- 診断書があれば共通一次の試験時間延長
- スペクトラムなので軽症例から重症例まで

33

学習障害にこう対応してみたら・・・

- ひらがなを間違えずに読む(ICTやカード)
- 音のまとまりとして単語を読む
- 単語読みから文章読みへ
- 読みの異なる漢字は熟語で覚える
- フォントを工夫する
- 鳥取大学音読:無料
- 教科書、本の読み上げ(DAISY)(Access Reading)
- 発達性読み書き障害(ディスレクシア)トレーニングブック



34

ディスグラフィア(書き障害)

- ディスレクシアへの合併例が多い
→特に複雑な漢字が正確にかけない
- 発達性協調運動障害への合併
→書く姿勢が悪い
→筆圧が弱い:フリクションペン1.0
- 文字を書くことの遅さに耐えられない
→パソコンやタブレットなら問題ない
→グーグルなどで音声変換する

35

ディスカルキュリア(算数障害)

- イギリスの報告では4.7%
- 数の概念が入らない
→順序数はわかるしできる
→概念数がわからないし時間がかかる
- 1桁+1桁の足し算は記憶する
→掛け算も九九は記憶する
→百ます計算で瞬時に答えられるようにする
- まずはプチ自信を持たせること

36

発達性協調運動障害(DSM-5)

- 5～11歳の有病率は5～6%(7歳で2%重症)
- 男児が女児の2～7倍
- 協調運動技能の獲得や遂行がその人の生活年齢や技能の学習および使用の機会に応じて期待されるものよりも明らかに劣っている
- 階段を上手く登る、ボタンをかけるなど
- メモを取る、すばやく書く
- 1年後の追跡調査では変動がない
- ADHDやASDに合併しやすい

37

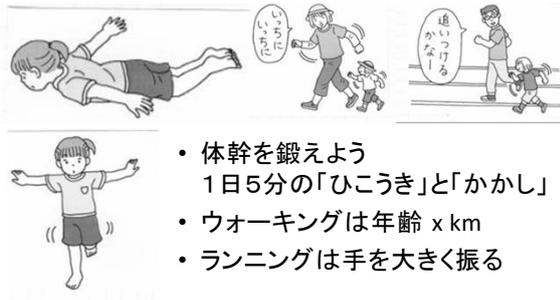
DCDでは

- すわることはできる
→すわりつづけられない
- 書くことはできる
→徐々に字が乱れる
- ジャンプはできて
→縄跳びは苦手
- バランスをとるのが苦手
→スキップができない



38

トレーニングのいろいろ



- 体幹を鍛えよう
1日5分の「ひこうき」と「かかし」
- ウォーキングは年齢 x km
- ランニングは手を大きく振る

39

トレーニング用器具や座位保持



- DCDのトレーニングは可能
- こうしたトレーニング用具や補助装置がある
- ぐっポーズも使える
- 補助によって座位が安定

http://item.rakuten.co.jp/halsports/rakuda_ring_witty/

http://www.mtg.gr.jp/products/wellness/product/style/style_kids/

40

合理的配慮(障害者差別解消法)

障害者の権利に関する条約「第二十四条 教育」においては、教育についての障害者の権利を認め、この権利を差別なしに、かつ、機会の均等を基礎として実現するため、障害者を包容する教育制度(inclusive education system)等を確保することとし、その権利の実現に当たり確保するものの一つとして、「個人に必要とされる合理的配慮が提供されること。」を位置付けている。

41

合理的配慮の定義

- 障害者が他の者と平等にすべての人権及び基本的自由を享有し、又は行使することを確保するための必要かつ適当な変更及び調整であって、特定の場合において必要とされるものであり、かつ、均衡を失した又は過度の負担を課さないものをいう。

42

合理的配慮の例

- スマホ、タブレットによる黒板の撮影
→板書が苦手(授業内容、連絡事項)
- スマホ、タブレット、レコーダーによる録音
→指示の聞き取りが苦手、運動会の音楽
- 聴覚過敏にイアーマフ、ヘッドフォン
→それでもだめならイヤープロテクター
- 視覚過敏にサングラス
- 適度に学校を休む、給食を強制しない

43

合理的配慮のお願い

- 障害者差別解消法に基づく法的権利
→診断書、意見書を要求されることが多い
- スマホ、タブレットは他のこともできるので
→現場では抵抗が多い
- 感覚過敏は当事者にはつらい
→しばしば「がまん」を強制されている
- 環境整備や施設改修も含まれる
→barrier free化、universal design

44

不登校のリスクは

学力低下
健康不安
社会不適應

45

発達障害の不登校問題:現状

- ADHDでは「いじめ」「学業不振」
- 高機能自閉症では「いじめ」「孤立」
- 学習障害では「いじめ」「学業不振」

- いじめの問題は避けて通れない
- 教員による不適切介入もある
- 不登校になる率は高く、高機能自閉症ではひきこもりにつながることもある

46

身体活動性を上げる

- 動きたくない・動かない:の悪循環は生活環境を増悪させる。動くことは予防にもなりうる
- 少し汗ばむ程度で十分・朝がよい

- 可能であれば習慣(ルーチン)にする
- 外に出れなければ家の中でもよい
- 手軽なところでストレッチも
- それによって気分も睡眠も改善する可能性

47

不登校

- 不登校=悪いことではない
- 再登校が解決とは限らない
- 子どもが笑顔でいられること
- 生活の質やself-esteemが高まること
- 子どもに将来の目標ができること

- それが不登校の最終的解決

48

発達障害といじめ

- 70%が小中学校でいじめの被害を経験
- ADHDでは衝動的な行動が周囲を敵に回す
→調子に乗っていじめに参加する場合もある
- 高機能自閉症では「場」が読めないのが孤立し、いじめにつながりやすい
→時には、それと感じていないこともある
→場や状況が把握できないので加害者になると程度がわからない
- 学習障害では学業不振でいじめられる

49

いじめの加害者と被害者

- 加害者＝悪者、被害者＝かわいそう
→構図は単純ではない
- 子どもたちは被害者にも加害者にもなりうる
→発達障害を抱えていても同じ
→6人に1人は加害。被害両方の経験がある
- 加害者と被害者には共通点がある
→精神保健状況がよくない
→不定愁訴が多い
→孤独になりやすい

50

いじめをめぐる問題：対応

- 「いじめ」は隠れて行われることが多い
- 特にADHDでは「ふざけ」、高機能自閉症では「からかい」と認識されやすい
- 保護者を交えて対応を考える。場合によっては医療からの助言やトレーニングも必要
- 学校が対応しないならまず休ませる
→法的対応を考えることもある



51

いろいろなことをやらせてみよう

- 才能を見つけるよりも好きなことを見つける
- 日々のルーチンを守るのも大きな才能
- ICT系(MOS、プログラミング、ロボット)
- 芸術系(音楽、美術、アニメ、書道、手品・・・)
- 漢字検定、数学検定、英語検定、歴史、地理
- 運動系(チームプレーは?)
- お金を稼ぐ

52

中学生になったら・・・



53

小学校4年生のレベル

- 日常生活で一般的に使用する「読み」「書き」「算数」は
→基本的に小学校4年生レベル
→読み・書きは語彙と漢字が増える
→算数は電卓(スマホ)を使う
- このレベルの確保が生活の自立につながる
→先を急ぐより、ここを丁寧に
- 特別支援教育の場合も
→ゆっくりだけではなく明確に目標にする

54

生活の問題(共通)

- セルフコントロールを練習する
→セルフクールダウンの練習
- 記録をつける
→メモをとる習慣をつける、記憶は時に裏切る
- 社会的妥協を身に付ける
→世の中、自分の思い通りには動かない
- 秘密を守る
→パスワードや暗証番号を教えない
- 身だしなみを整える
→見た目は大切

55

ICT(information and communication technology)

- ICTは社会で生きていくのに必須
- 苦手だけどICTなら出来るならICTに任せよう
→大人になればそれで生活できる
- 今の子どもたちはICT習得は大人より早い
- 最初からアルファベット入力で!
- タブレットは読む障害にも書く障害にも使える
- ゲームをする人? 作る人?
- プログラミングの学習は小学校に入れば可能

56

お金の計算を覚える

- 出来るかどうかで時給にも自立にも影響する
- コインには5の単位がある(5円50円500円)
- 実生活ではお金の足し算より
→指定した金額を揃える方が重要
- ソフトウェアも使える
→お金の学習1、お金の学習2、コインクロス
- 紙幣3種類はコインができてから
- プリペイドカードでの練習もある

57

金銭管理

- 記録する習慣は小学生から(小遣い帳は基礎)
- 予算を立てることの重要性(計画性を作る)
- 貯金をする習慣を作る
- 見えるお金と見えないお金
→クレジットカードはプリペイド
→スマホゲームなどの課金は危ない
- 努力しないで儲かる話は「ない」
- 自分のお金の話を他人にしない
- お金を稼ぐ(お手伝い、アルバイト)

58

性の問題:女性

- 月経をめぐる問題:ちゃんと練習する
→身長が急に伸び始めたら性教育
→使用後は1つずつビニール袋にパック
- 外見をだれかにチェックしてもらおう
- メールで自分の写真を送らない
- だまされやすさに関連すること:話には裏が..
→性被害の危険性
- 誘われた時どうする:手順は「3つ」決めておく
- 男性と二人きりで飲みに行かない

59

性の問題:男性

- 母と一緒に入浴しなくなったら性教育
- 異性や同性への距離感の取り方
- メールではなく、リアルに話す重要性
- 二次障害を起こすとしばしば性暴力が起きる
- 自慰は構わないが時に構造化が必要
→やり方も教える、床オナはダメ
- 裏ビデオなどの見方(一人で見ない)
- 思い込みからストーリー

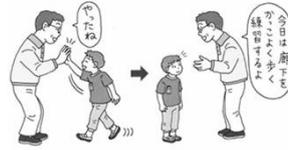
60

少しでも トレーニングを！

「できない」を
「できる」に変える

61

シミュレーション



- 困りそうな場面を想定して
→失敗して叱られる
→我慢して、うまくいってほめられる
- 練習なしに
→失敗を叱ってもできるようにはならない

62

ハイタッチ



- 目の高さを合わせる
- 目より高い位置で
タッチ
- パチンと音を出す
→出すのは子ども
- ほめるにも使える
→ごほうびにも

63

まず1分すわる



	月	火	水	木	金
1時間目	○	○	○	○	○
2時間目	○	○	○	○	○
3時間目	○	○	○	○	○
4時間目			○		

- 足を床につけて1分
すわることから
- 授業中ではなくまず
それだけを練習

64

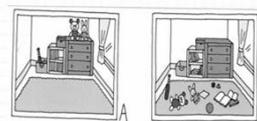
待つ練習



- 砂時計を使って練習
→見ながら待つ
→待てばほめられる
- 実際の場面でも
→砂時計を使ってみる
- 時計に付箋を貼る
→針がここまで来たら

65

片付けの練習



- 2段階方式
→バスケットに入れる
→元あった場所に戻す
- Before-Afterの写真
→Afterに戻す
- 散らかってしまってから
ではなく少しで練習

66



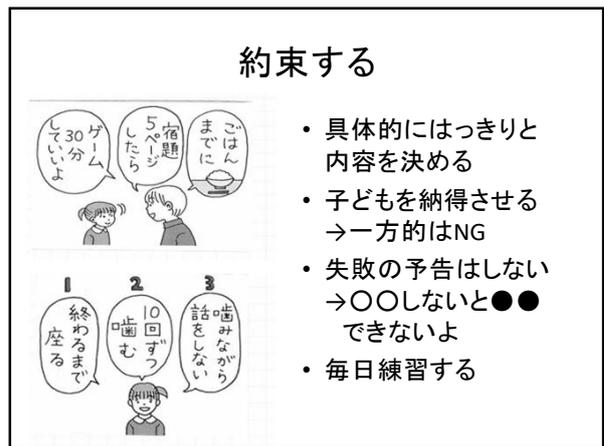
67



68



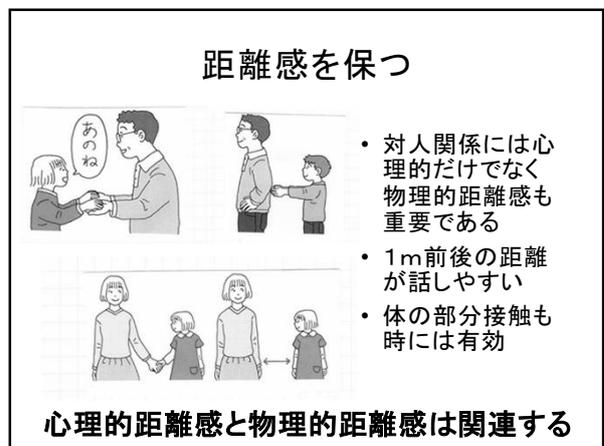
69



70



71



72

クールダウン



- 腹が立った時怒りのエネルギーはものに当たるのではなく
- 自分の両手を握りしめて10数える…クールダウン
- 失敗したら途中からもう一度
- くりかえすうちに自分なりの方法を編み出すことも多い
→ペンダント、耳たぶ、ネクタイ
- 深呼吸も有効

73

心の中で言う(する)練習

- 「もういやだ」「早く帰りたい」「やめろ」「早くしろ」
→口に出して言ったらトラブルの原因
→心の中で言う「練習」をする
→練習しないとできるようにはならない
- 「耳ほじほじ」「鼻ほじほじ」
→しているところを見られると嫌われる
→心の中で「イメージしてしたつもり」になる
→やはり練習しないとできるようにはならない

74

あいさつ



- おはようございます
- こんにちは
- さようなら
- いただきます
- ごちそうさま
- ありがとう
- ごめんなさい

75

もっと早く、大きく



- 「もっと」はよく使うが抽象的な表現
- 具体的に示さないとわからないことも多い

76

ヘルプサイン



- どうしたらいいでしょうか
 - 助けてください
 - お願いします
 - わかりません
 - 困っています
- 制服を着ている人に

77

子どもの時間は たった20年

そこでできることをしないと
50年それを背負って生きる

78