

保護者の方へ

子育ての困りごと、

ありませんか？

うちの子って…



友達や周りの大人と

- 一方的に話すことが多い
- あまり人と関わらず、一人遊びが多い

運動や学習面で

- おしゃべりが苦手
- 授業中に教室から飛び出してしまう
- 文字を書くことや読むことが難しい
- 運動が苦手だったり不器用に感じる



日常生活で

- 落ち着きがない、集中力がない
- 忘れ物が多い
- ルールや約束事が守れずトラブルになることが多い
- 支度や片付けが苦手
- 人混み、大きな音、光などの刺激に敏感
- 急な予定変更があると、パニックになることが多い



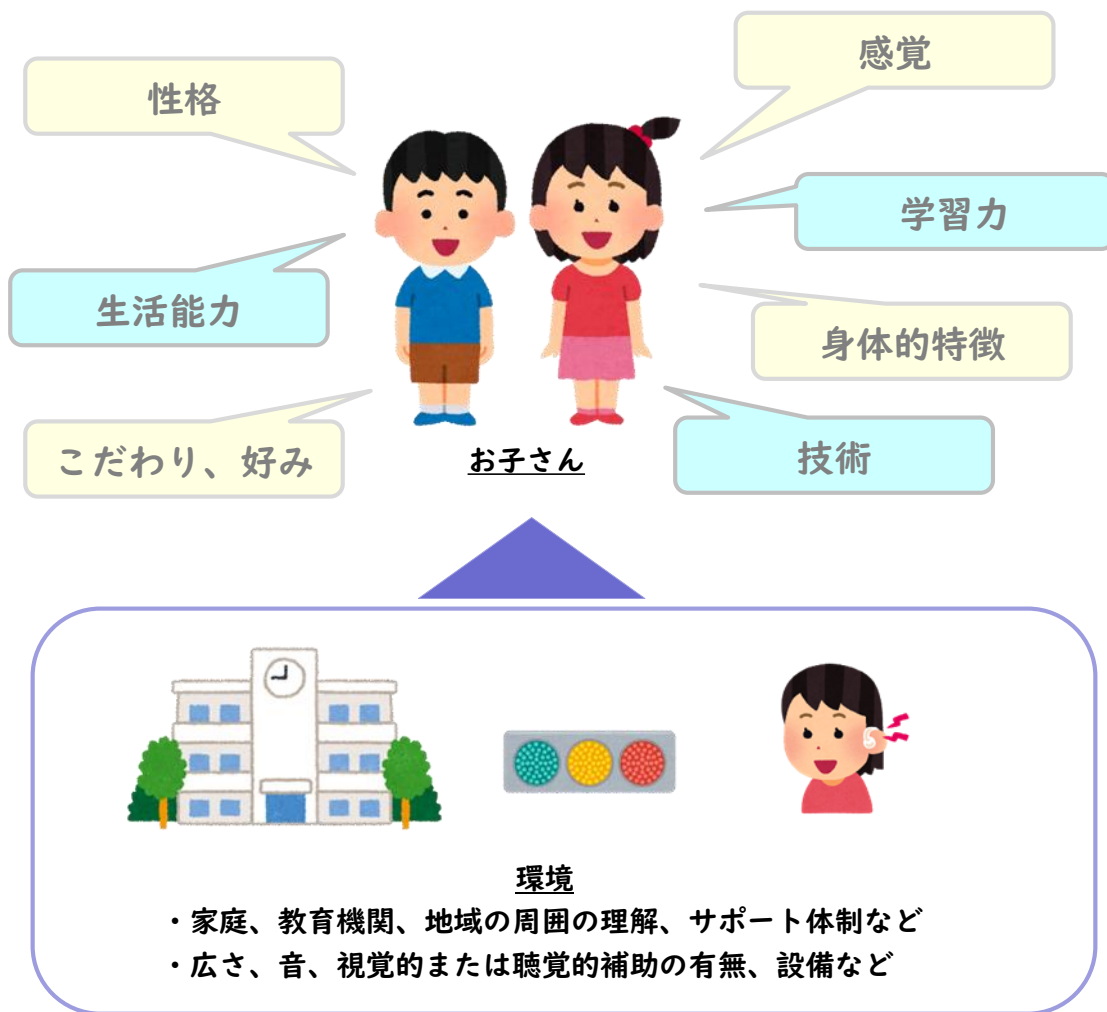
一人で悩まないでください。

お子さんのこのような行動や状況は、育て方のせいではありません。お子さんのせいでもありません。この冊子では、子育てをみんなで支えあうための、ご家庭での工夫や相談機関等のサポートについてご紹介します。

それぞれのお子さんに合った 接し方やサポートをすることが大切です。

前ページの行動や状況は、お子さんがわざとやっているのではなく、何かに困っているからなのかもしれません。

成長のスピードや、成長の仕方は一人一人異なります。それぞれのお子さんの特徴を踏まえ、その子に合った接し方をしたり、環境を整えてあげることで、お子さんの困りごとを減らすことができます。



ご家庭のみでなく、様々な相談機関から情報を得ることで、その子に合った接し方やサポートを見つけていきましょう。



ご家庭でできる
工夫について

P. 4



ご家庭や学校での
環境調整について

P. 5



乳幼児期の支援
について

P. 6



乳幼児期の相談窓口
について

P. 7



学齢期の相談窓口
について

P. 8, 9

ご家庭でのちょっとした接し方の工夫

ポジティブな関わり方を

○叱ってばかりでは子どもは混乱して伸びません。良い行動を見つけて繰り返し褒め、何が良い行動なのかを知らせましょう。

⇒注意するときは例えば、「走っちゃダメ」ではなく、「歩きます」
「叩いちゃダメ」でなく、「○○しよう」など叩かずに
どうすればよいかを伝えましょう。

言語の理解や記憶が苦手なお子さんには、ことばかけは短く具体的に

○ことばは短めに1語文～2語文を意識してみましょう。

⇒①指さしやジェスチャーも添えながら「座ってみよう」
②アイスの具体物を見せながら「アイス食べる？」など。

理解できていることでも丁寧な声かけを意識してみましょう

○日常の流れの中で理解できていることもたくさんあります。

言えることばにつなげるためにも、丁寧な声かけを意識してみましょう。

⇒ジェスチャーも添えながら「手ジャブジャブ洗おう」、
タオルを見せながら「ふきふき、ふくよ」など。

常識的なことでも具体的に教えましょう

○「年齢的に、言わなくてもわかるはず」と決めつけず、あたりまえと思う
ことでもできていなければ、その都度具体的に教えてあげましょう。

感覚の感受性に応じた働きかけを

○子どもが見る、聞く、触る時や動かされる時の表情をよくみて、快い
環境刺激を心がけましょう。苦手な刺激に無理に慣れさせるより、少
しずつ体験したり、時には自分を守る対応を身につけていきましょう。
⇒あかちゃんの泣き声などが苦手な場合は「ヘッドホン」をするなど。

多動の場合にはダイナミックな運動も必要

○ベッドで跳ぶ、ブランコで揺れる、公園など動いてよい場所でしっか
りと体を動かす習慣をつくりましょう。十分な運動感覚を体験すると、落
ち着いて課題に取り組みやすくなります。

⇒ベットの跳んだあと、宿題に取り組むなど。



どうしたらよい？

ご家庭や園・学校などでの環境調整

視覚的な支援を



○話を聞かない、聞いていない。

⇒目で見える情報があると注意が向けやすく、聞き逃しても情報が残っているため、理解や確認がしやすくなります。指示は理解できる状況に合わせて、具体的な物、絵カード、身振り、文字などで示す。日課・手順は書き表して見やすい場所に貼りましょう。



注意カアップには環境整理を

○不要な遊具や不要な教具が目に入り、注意がそれる。

⇒カーテンやつい立てで仕切るなど、視界に入らないようにしましょう。

○物が散乱し、片づけられない・見つけられない

⇒かごを準備し、おもちゃ、着替え、学校に持参する物などに分類する。片づける訓練にもなります。

授業中の活動や課題は短くメリハリをつける

○難しい課題で集中力が続かない時は、できる内容や遊びから始めましょう。子どもの集中できる時間から始め、休憩や遊びを小まめに入れながらスモールステップで進めるのも効果的です。毎日の達成に「ポイント」や「ちょっとしたごほうび」を設定するのも良いでしょう。



生活リズムを大切に

○日中の活動性を高め、集中力を持たせるために生活リズムを整えましょう。

⇒就寝・起床・食事を一定時間にすることが大切です。

※夜遅くまでテレビを観ている。ゲームなどで寝るのが遅い子どもは…

⇒子どもは特にブルーライトの影響もあり、脳が覚醒し興奮状態になり、なかなか眠りに付きません。寝る2時間前にはスマホやゲームなどのメディアは止めましょう。





佐世保市の乳幼児期の支援

子育てや就学等に関して、お子さんや保護者の方を支援する様々な制度やサービスがあります。

名称	内容	お問い合わせ先
こんにちは赤ちゃん訪問	生後4か月までの乳児のいるすべての家庭を家庭訪問員、保健師、助産師が訪問し、相談等に応じます。	すこやか子どもセンター ☎ 0956-24-1111 (平日8:30~17:15)
4か月児健診	発達状況の確認、病気の早期発見、育児上の相談等を行っています。	
1歳半健診	1歳6か月児から2歳になる前までの時期に発達発育を確認することにより、心身の障害を早期に発見し、幼児の健全な成長を図っています。	
3歳児健診	3歳児において身体および精神発達の両面から総合的な健診を実施し、適切な医療への結び付けや育児相談を行っています。	
5歳児発達相談会	年中時期に、発達が気になるお子さんを対象に、作業療法士による相談会を行います。	
発達健診	発達に遅れの心配がある乳幼児に対して、早期発見・早期治療を目的として医師が診察を行い助言を行います。	
幼児まどか教室	市内在住で主に情緒を中心とした発達に心配のある就学前のお子さんを対象に小グループ指導、個別指導などを通して集団生活に必要な力が身につけられるようにしていきます。	白南風小学校内 ☎ 0956-32-7701 (平日8:15~17:00)
幼児ことばの教室	教育相談・・・就学前のお子さんの「ことば」についての相談を受けています。必要に応じて専門的な機関を紹介します。 通級指導・・・教育相談を受けて、ことばの力を伸ばす指導をします。	清水小学校内 ☎ 0956-25-5695 (平日8:30~17:15)
就学時健診	新1年生を対象にした就学前の健康診断を行います。	学校保健課 ☎ 0956-24-1111 (平日8:30~17:15)



「佐世保市子育てポータルサイト」も、ぜひご活用ください。

佐世保市子育てポータルサイト

検索





困ったときは相談してください。

佐世保市の乳幼児期の相談窓口

佐世保市

発達に関する相談窓口

名称	内容	問合せ先
すこやか子どもセンター (子ども保健グループ)	乳幼児期の 子どもの発達に関する 総合相談窓口です。	すこやか子どもセンター (子ども保健グループ) ☎ 0956-24-1111 (平日8:30~17:15)

※必要に応じて、子ども発達センター（診療所）を紹介します。

※必要時に応じて、病気や障害などの親の会やサークル等を紹介します。

子育てに関する相談窓口

名称	内容	問合せ先
すこやか子どもセンター (子ども保健グループ)	妊娠・産前産後・乳幼児 期の子育て相談窓口です。	すこやか子どもセンター (子ども保健グループ) ☎ 0956-25-9778 (平日8:30~17:15)
すこやか子どもセンター (子ども子育て応援グ ループ)	子育て全般や家庭のこと について 専門の相談員 が対応 します。	すこやか子どもセンター (子ども子育て応援グループ) ☎ 0956-24-1111 (平日8:30~17:15)

困ったときは相談してください。

佐世保市の学齢期の相談窓口

子育てに関する相談窓口

名称	内容	問合せ先
すこやか子どもセンター (子ども子育て 応援グループ)	経済面・家庭のこと・ 教育について専門の相 談員が対応	すこやか子どもセンター (子ども子育て応援グループ) ☎ 0956-25-9705 (平日8:30~17:15)
青少年教育センター ・相談電話・相談メール ・あすなろ(適応指導) 教室	不登校、いじめ、学校 生活全般に関すること	青少年教育センター ☎ 0956-22-0781 (平日8:30~17:15) メールアドレス ainomail@city.sasebo.lg.jp

就学に関する相談窓口

名称	内容	問合せ先
佐世保市教育委員会 学校教育課	就学相談、特別支援教育 就学に関する相談や学校見学 を受け付けております。 相談の申し込み手続きなど、 就学までのスケジュールは右 欄を参照ください。	☎ 0956-24-1111 (内線 3114, 3160) (平日8:30~17:15) ☒ 佐世保市教育委員会HP: https://www.city.sasebo.lg.jp/kyoiku/kyoiku/inkai/index.html ☒ 佐世保市就学に関する情報: https://www.city.sasebo.lg.jp/kyoiku/gakkou/s huugakutuuti.html

就学後の相談窓口

名称	内容	問合せ先
各小・中学校 特別支援教育コーディネーター (教頭、学級担任に相談されても 結構です。)	お子さんの学習や生活・行動面での課 題に対する相談を受けつけます。	各小・中学校

佐世保市の教育支援

スタッフ

学校や地域に、お子さんを応援するスタッフがいます。

特別支援教育コーディネーター

保護者の方からの相談を受けたり関係機関
との連絡・調整を担います。(小・中・義・高)

スクールカウンセラー

学校教育に関する心理の専門家と
して、カウンセリングを行います。

特別支援員・特別支援教育補助指導員

食事や排せつなどの日常生活上の介助や、
学習支援などを行います。(公立幼・小・中・義)

スクールソーシャルワーカー

学校教育に関する福祉の専門家と
して、関係機関との連携調整を行
います。

学びの場



お子さん一人一人に合った学びや支援を提供できるよう、様々な学びの場があります。お子さんや保護者の方の意見、専門家の意見、学校や地域の状況等を踏まえ、就学先を決定します。就学した後でも、お子さんの状況等により柔軟に転学することは可能です。

①通常の学級 + 通級による指導を行う教室 ※まどか教室、すこやか教室、きこえの教室、ことばの教室、ゆたか教室

普段は、在籍している通常の学級において授業を受け、学習上または生活上の困難など特性に応じて、少人数あるいは個別に特別の指導を行います。（小・中・高等学校）

②特別支援学級

障害の種別ごとに置かれる少人数の学級です。障害のある児童生徒一人一人に応じた教育を行っています。（小・中学校）

③特別支援学校

障害の程度が比較的重い児童生徒を対象とし、障害による学習上または生活上の困難を克服し、自立を図るための教育を行います。

※学校における障害のある児童生徒と障害のない児童生徒の交流及び共同学習を実施しています。



	学校名	障害種別（R6.4.1現在）							
		視・弱視	聴・難聴	肢体	病弱	知的	言葉	情緒	学習
①通級による指導を行っている学校	まどか教室 （黒髪・花高・祇園・皆瀬小学校）							○	○
	すこやか教室 （早岐・大野小学校）							○	
	ことばの教室 （花高・相浦・猪調小学校）						○		
	きこえ・ことばの教室（清水小学校）		○				○		
	ゆたか教室 （早岐・清水・相浦中学校）							○	
②特別支援学級	佐世保市ホームページに記載	○	○	○	○	○		○	
③特別支援学校	県立佐世保特別支援学校			○		○			
	県立ろう学校佐世保分教室		○						
	県立川棚特別支援学校					○			
	県立桜が丘特別支援学校			○	○				

参考：発達障害についての情報が入手できる

HPについて

発達障害情報・支援センター
(国立障害者リハビリテーションセンター)



URL: <http://www.rehab.go.jp/ddis/>

発達障害教育推進センター
(独) 国立特別支援教育総合研究所)



URL: <https://cpedd.nise.go.jp/>

- ・日常生活において発達障害に気づくための基本的な情報
- ・発達障害の方の特性に応じた生活場面での対応
- ・発達障害の特性やよくある誤解など
- ・発達障害のある方が活用できる支援情報 等
- ・教材・支援機器
- ・発達障害のある子供の特性や教育に関する研究
- ・発達障害に関する国の最新の施策や法令等 等

保護者の方向け、子育て相談窓口パンフレット

編集 佐世保市すこやか子どもセンター

(旧子ども未来部子ども保健課)

佐世保市子ども未来部子ども発達センター

佐世保市教育委員会学校教育課

発行 令和2年1月

改編 令和6年10月