

はじめに

サポートブックは、お子さんに関わる人にお子さんのことを知ってもらい、安全で楽しく過ごしてもらおうための支援ツールです。サポートブックには、決められた形式がありません。このフォームは雛形として活用いただき、サポートブック利用の目的に合わせて、使い勝手の良い形に適宜修正していただけると嬉しいです。

そのため当センターで作成した記入フォームも、個人での使用に限り(本人支援を目的として使用する場合に限り)、形式・項目・用語などの変更および、加筆、削減などしていただいて構いません。

商用への転用はご遠慮ください。

～ サポートブックを作成するときには～

個人の情報を載せる時には、情報の管理に十分注意を払いましょう。サポートブックは、本人が目にすることもあります。本人がいやな思いをすることがないか、もう一度内容をご確認ください。

本人と相談をしながらサポートブックを作成する場合があります。

定期的にサポートブックの内容を確認し、更新していくと、更に良いものが出来上がります。

- * この記入フォームは、丸岡怜子氏、鳥取大学大学院医学系研究科教授の井上雅彦氏の作成したサポートブックを参考にさせていただきました。

サポートブック (2008年 6月21日作成)

写真など、お貼りください。

ふりがな

名前

しみず

清水

しゅん

駿

(男)・女)

呼び名

(しゅんくん・しゅん)

年齢 / (学年)

9 歳 / 小3

生年月日

1999 年 6月 21 日

血液型

B(-) 型

所属（学校・園、または、通勤先・施設など）

静岡市立 小学校

TEL : 054 - -

所在地 : 静岡市～区 - -

保護者連絡先

保護者氏名 : 清水 葵

TEL : 054 - -

TEL : 090 - -

住所 : 静岡市～区 -

伝える相手に合わせて、情報内容の調整をお願いします

必要な方のみ、この記入フォームをお使いください

医療機関

主治医（ 有 ・ 無 ）

診断（ 有 ・ 無 ）

病院名

主治医

診断名

TEL :

所在地 :

手帳・程度(判定)

（ 有 ・ 無 ）

手帳名

判定

持病・投薬・アレルギー

(有) ・ 無)

(詳細)

小児ぜんそく

食べ物アレルギー

たまご

(注意点・配慮点など)

現在、ぜんそくの症状はおさまっていますが、もし発作があったときは、母携帯まで連絡をお願いします。

たまごが少しでも入っているものは、一切食べられません。例) プリン、マヨネーズなど

必要な方のみ、この記入フォームをお使いください

高機能自閉症・アスペルガー症候群とは

* 発達の偏りから生じる特性の説明

(高機能)自閉症と呼ばれる人の特徴には・・・

対人関係・社会性に関する発達の偏り

コミュニケーション(特に言語面)の苦手さ

想像力に関する発達の偏り(こだわりなど)

・・・があります。アスペルガー症候群の人は、～
の特徴の内、～の言語面に著しい遅れが見られない
場合が多いですが、言葉の運用には困難さがある
とも言われています。

また、～感覚過敏、感覚鈍磨、～不器用さ・・・
などを伴うこともあります。

本人は、ADHD傾向もあるので・・・

多動性 衝動性 不注意

・・・という特徴が現れることもあります。

これらの発達の偏りは、脳機能の不具合によって
起こるものであり、育て方が原因ではありません。

特性から捉えた本人の特徴

- * 対人関係の特徴 コミュニケーション(特に言語面)の特徴 こだわり、想像力に関する特徴 感覚に関する特徴 行動面での特徴 学習・認知面での特徴、などで、主に発達の偏りから生じていると考えられる本人の特徴。

目の前で話しかけても、目を合わせず、聞いていないように見えることがあります。やってほしいことを伝えた場合には、「次は何をするの?」と、本人に確認しています。

人が好きで、初対面の人にも、よく自分から話しかけます。もし都合が悪いときには、「あと5分だけね」「やることが終わったら聞くからね」など伝えると、本人も納得して話し終えることができます。

今なにをすべきかわからなくなってしまうと、黙り込んで固まってしまうことがあります。状況に応じた相手への質問の仕方、「教えて」「手伝って」といったお願いの仕方を、現在練習中です。

当たりつきの自動販売機を見ると離れられなくなってしまうので、家では「を頑張って10ポイントたまったら、~の自動販売機で1本」と、ご褒美で買えることを約束しています。(こだわり・パニックの欄に詳細を記述)

特性から捉えた本人の特徴

人が大勢いる、ざわざわした場所は苦手です。

手触りの良いハンドタオルが好きで、現在の安心グッズとなっています。

高いところが大好きであり、危険予測が苦手なので、デパートの屋上などでは、危ない箇所は事前に注意を促しておき、近づいて良い範囲を示しておく、守れることが多いです。

年齢相応に文章を読み、理解することは難しいですが、図鑑や、漫画で分かることわざ辞典などは好きで、よく読んでいます。

好きな遊び・好きな活動

(室内・個人) *好きなおもちゃ等

- ・ 恐竜図鑑を見ること
- ・ (小型ゲーム機)
- ・ (アニメ)のDVD

(室内・関わり遊び,集団活動) *おんぶ,手遊び,集団ゲーム等

- ・ トランプ(特に神経衰弱)やカードゲーム
- ・ なぞなぞ(答える方)
- ・ 興味のある(特に恐竜の)話題でのおしゃべり

(屋外・個人) *好きな遊具,プール等

- ・ なわとび
- ・ 高いところ(ジャングルジム、アスレチックなど)

(屋外・関わり遊び,集団活動) *追いかっこ,スポーツ等

- ・ ドッジボール(逃げるの専門)
- ・ リレー
- ・ 鬼ごっこ全般(氷鬼、色鬼、だるまさんが転んだなど)

興味のあること

*例えば・・・ 好きなキャラクター,タレント 良く見ているTV番組 好きな音楽 本人の得意なこと 良く話題にすること 楽しく取り組んでいること 余暇活動 意欲的に取り組んでいるお手伝い、など。

- ・ お笑い芸人 の真似
- ・ 恐竜の話(特に肉食恐竜が好き)
- ・ 占い(番組の中の のコーナー)
- ・ (アニメソング)の熱唱
- ・ (ゲーム)の攻略法

- ・ 工作が得意
- ・ 足が速いのが自慢。

コミュニケーション(本人が意思を伝える場合)

- * 1 「要求(~したい,~が欲しい)」の時、「拒否(いや,したくない)」の時、本人の表現手段は？言葉での表現の場合でも、態度での表現の場合でも、周囲に伝わりにくく、誤解される可能性のあるものを中心に。
- * 2 「具体例」(その時の状況, 本人の様子, 態度, 言葉での表現, など)

(要求・拒否の表現手段と具体例)

「欲しい」「やりたい」など、言葉で表現することができます。

一方、「どうしていいかわからない」「したくないことをさせられそう」といった場面で本人が困ったときに、固まったまま動かなくなってしまうことがあります。

たとえば、相手の質問がわからなかったり、やり方を知らない、できない、やりたくない、というときに、ずっと黙り込んでしまいます。

(現在、「今、何て言ったんですか?」「もう一度言ってください」、また、答えを知らないときには「わかりません」、「やり方を教えてください」と表現することなどを練習中です。)

コミュニケーション(相手が本人に伝える場合)

* 1 「見せて伝える(視覚)」…見本・手本・写真・絵を示す。書いて伝える。

「口頭で伝える(聴覚)」…口頭で順序立てて説明する。耳で記憶させる。

(本人が理解しやすい手段)

- 口頭で伝えるだけでなく、見せるとよりわかりやすい
- 見せて伝える(長い指示を聞くと、かえって混乱する場合)
- 口頭で伝える(見ながら聞くと、かえって混乱する場合)
- その他()

* 2 本人が実行しやすい方法とは～「 しないよ」ではなく、「～してね」

「 してから だよ」など、肯定的に伝える。選択肢を出して、本人に決めてもらう。約束をし、実行できたらすぐに褒める、など。

(本人が実行しやすい手段)

苦手なこと(例えば水泳)への取り組みを促す場合は、「10m泳げたら」「次は11m」など合格目標を明確にすると上手くいくことがあります。日記・感想等、聞かれても上手く答えられないことがあるので、2～3人指してから(回答例を出してから)もう一度聞くと、できる時もあります。

コミュニケーション(相手が本人に伝える場合)

* 1 本人の注意をひくときに、普段やっている方法は？

大事なことを伝えるときは、本人の肩を軽く叩いて気を引き、本人の目線に合わせて座ってから話しかける

* 2 具体例～セリフ・提示の仕方に加え、本人にとってわかりにくい、実行しづらい伝え方と、わかりやすく実行しやすい伝え方を併記すると

「～して！」 - 指示を伝える場合の具体例 -

お手伝い、宿題などは、何度も指示すると嫌がるので、本人に何時からやるのか確認し、自分でタイマーをセットするように促しています。

「ダメ！」 - 禁止を伝える場合の具体例 -

「Aはダメ」と伝えると「AしなければOK」と勘違いすることがあるので、「Bしようよ」とDon'tよりDoで伝えています。(例：赤信号はダメ 青で渡ろう)。他「したら～できるよ」など。

「次は～だよ」「また後で」 - 予定を伝える具体例 -

初めての行事 時間スケジュールでわかると安心。

「したら終わり」「次は 分から始めます」と始めと終わりが書かれてあると、より安心できます。

こだわり・パニック

(必要なら枚数を増やしてください)

(きっかけ) *原因となる状況など

当たりつきの自動販売機を見つけたとき

大型犬が本人のすぐ近くまで来たとき

(行動) *本人の様子について

買って欲しい様子で、その場から離れなくなります

大声をあげて逃げ出すことが多いです

(起きないようにする工夫) *予防,環境的工夫など

事前の約束「 を頑張って10ポイントたまったら1本」

「ポイントがたまるまでは、家にあるジュースをのみます」

犬と本人の距離が離れている時(パニック前)は、

「近づかなければ大丈夫」と声をかけて、十分犬と

の距離を保つように、手をとって誘導します。

(起こってしまった時の対応) *落ち着かせる方法など

本人から少し距離をとり、「～行くよ」と目的地を伝えたり

「10ポイントたまったらね。今日は家にあるジュースをのむ

よ」と約束を確認し、守れたら「偉い！」と褒めています。

犬から離れた所で、「十分離れたから大丈夫だよ。」と伝

え、手を握ってあげると落ち着きやすいようです。

安全上の配慮点

* お子さんによっては、危険予測が苦手であり、危険な行動を思いがけずとることがあります。事前にわかることがあれば、ご記入ください。

(危険な行動が起こりやすい状況)

高いところ、登れるものが大好きです。例)デパートの屋上のフェンス、エスカレーターの手すりなど

(行動) * 本人の様子について

デパートの屋上のフェンスをよじ登る

エスカレーターの手すりにつかまり、鉄棒の要領で足を浮かせ、身を乗り出してしまう

(起きないようにする工夫) * 事前の声かけ,環境的工夫など

危ない箇所は事前に注意を促しておき、近づいて良い範囲を示しておく、守れることが多いです。

「立つ人は左」とルールを伝え、大人が本人の後ろに乗り、手すりに腕を置いて、ガードしています。

(もし起こってしまったら・・・) * 制止する方法など

「こらっ」と怒ると、こちらの反応を面白がってしまうので、静かな声で「危ないからおりようね」と伝えるようにしています。

感覚の過敏さ、または鈍感さに関する配慮点

* お子さんによっては、大多数(一般)の人と違った感覚を持ち、周りに伝えられずに困っている場合があります。事前にわかることがあれば、ご記入ください。

人によっては、体温調節が上手くいかず、暑さ寒さに体が上手く対応できないことがあります。怪我をしても、「痛い」という不快な表情を示さなかったり、大人に助けを求めずにそのままいて、処置が遅れてしまう場合があります。(大人に助けを求める方法を知らない場合が多くあります。)

様子 耳から入る音に過敏さがあるので、ザワザワしているところが苦手です。特に、本人が「頑張りたい・集中したい」と思っている時は、ちょっとした物音も気になるようです。

対応 環境が整えられる場合・・・TVを消す、窓やドアを閉める、個室に移動する、など本人には、耳栓を用意したり、耳をふさぐことで対応するよう伝えていきます。

感覚の過敏さ、または鈍感さに関する配慮点

様子 本人を呼ぼうとして、後ろから近づいて声をかけたり肩を叩いたりすると、本人にとっては予想外であること、また、聴覚・触覚過敏があるために、普通の音量や触れ方でもひどく驚くことがあります(急に抱きついた友だちにびっくりして、押してしまったこともありました。)

対応 本人の前から近づき、本人が気づいてから用件を伝えると、本人も安心します。

様子 後方や横から「ちょっと！」など声をかけても、必要な音を拾って聴き取ることが苦手なために、上手く音に注意を向けられず、気がつかないことがあります(周りからは、無視していると受け取られてしまう可能性があります。)

対応 名前を呼んで本人の注意を引くなどしています。

トイレ

- * 1 今できていることと、練習中で手助けが必要なことの両面を具体的に書く
とわかりやすくなります。
- * 2 配慮点～洋式、和式での排泄は可能か。においに対する敏感さがあるか。
初めての場所ではどうか。「トイレに行きたい」と伝えられるか、など。

「小」 - 配慮点とご家庭での手助けの具体例 -

トイレに行きたい時は、トイレの場所を知っていると1人で行くことができます。外出時は、前もって本人に「トイレに行くときは『トイレに行ってくるよ』と教えてね」と伝えていきます。

「大」 - 配慮点とご家庭での手助けの具体例 -

父親母親以外の人と外出した際(例えば親戚とおでかけ・学校での遠足等)、トイレの場所がわからず、「トイレはどこですか？」と自分から聞けず、困ったことがあったようです。今は、到着時に本人に個別でトイレの場所を教えていただいているそうです。

食事

*好きな食べ物・嫌いな食べ物については、朝昼晩の食事 おやつ 飲み物・・・と、番号をふって分けて記述すると、わかりやすくなります。

(好きな食べ物)

食事:たらこスパゲティー、チャーハン、グラタン

肉類(唐揚げ、ピーマンの肉詰め)など

おやつ:チョコレート、ポテトチップスなど全般

飲み物:清涼飲料水、牛乳など

(嫌いな食べ物) 少ししか食べない物

食事:ご飯(ふりかけや味付けノリがあれば、たくさん食べられます)、生野菜など

おやつ:特になし

飲み物:炭酸飲料、ウーロン茶

(食べてはいけないもの・アレルギー) *赤で記述

たまご(マヨネーズ・プリンなど、たまごが入っている物は一切食べられません)

食事

* 配慮点 ~ 自分で量を調節できるかどうか。お箸の使い方、食事のマナーなど、練習中のことがあれば、本人ができているところと、家庭での手助けや道具の準備(補助箸,お手ふきなど)が必要なところを、合わせて記述。

(できていること)

一人で箸を使って食べることができます。
特に介助の必要はありません。

(配慮点) * ご家庭での手助けや対応の具体例

好きな物だけ食べ続けているときには、「野菜(苦手)1口、肉」と声をかけるようにしています。おやつはまだ自分で制限できないので、「小皿に出した分だけ」など、量を決めてから渡すようにしています。

生野菜はドレッシングをかけると少し食べます。

外出

- * 1 徒歩を含む交通手段に関して、配慮の必要なことがあるのかどうか。
- * 2 本人の興味をひく対象物(エレベーター・自動販売機など)によって、切り替えが難しくなることが予測される場合には、予測されるお子さんの行動と対応方法とを合わせて記述すると、わかりやすくなります。

(できていること)

車・バス・電車など、一人で乗車降車することができます(大人はたまに様子をうかがう程度で大丈夫です)。

(配慮点) * ご家庭での対応方法の具体例

疲れていると、席の空いていない電車内でも「疲れたー」と座りたがることがあるので、今は隅の壁に寄りかかるように誘導しています。

切符の購入やバスの支払いをしたがりますが、完璧ではないので、そばについてその都度声かけをしています。

(自動販売機のごときは、こだわり・パニックの欄に記述)

生活面(身辺自立など)

- * 着替え 入浴 歯磨き・・・と、分けて記述すると、よりわかりやすくなります。必要に応じて枚数を増やし、項目ごとに記述してください。

(できていること)

着替え: エプロン・三角巾など、普段つけ慣れないものは手伝いを必要とすることがありますが、それ以外は一人でできます。

入浴: 頭髪と背中以外、「右腕」など部位を順番に言ってあげると、一人で洗えます。

歯磨き: 一通りのことは自分でやろうとします。

(配慮点) * ご家庭での手助けや声かけなどの具体例

着替え: 靴のかかとを潰して履いてしまうことがあるので、玄関のドアに、かかとが潰れていない状態の靴の絵(赤丸付き)を貼っています。それで、本人も自分で気づけるようです。

入浴: 頭髪と背中、仕上げを手伝っています。

歯磨き: 奥歯や歯の裏側などに磨き残しが多いので、仕上げ磨きだけ手伝っています。

睡眠(就寝・起床)

(就寝時の本人の様子)

使い慣れている毛布やタオルケットだと、落ち着いて就寝できます。初めての場所や使い慣れていない寝具だとなかなか眠れないようなので、お気に入りの手触りの良いハンドタオルを、安心グッズとして握っておくように伝えています。

(起床時の本人の様子)

起きるまでには時間がかかりますが、いったん起きてしまうと活動的になります。なかなか起きられないときは、部屋に光を入れたり、明るくしてあげると起きる気持ちになりやすいようです。

(配慮点) * ご家庭での環境的配慮,声かけの工夫など

初めての場所では、寝付けず、朝も早々に目が覚めてしまうことが多いようです。そのまま休憩なく活動させると、午後に疲れてしまうので、スケジュールに融通がきくときは、途中で休憩を入れるようにしています。