

全教職員向け

自閉症にやさしいまち、横浜

認めよう、見つめよう、育もう

～自閉症の理解と適切な指導・支援のために～



切り絵「夜のベイブリッジ」上田豊治作（山口県萩市在住）より

一切り絵作者の母のことば

「豊治くんはいいわねえ。できることがあって、有名になって、もう自閉症は治ったのじゃないの」と、よく言われます。「自閉症だからできるのよ」私は心の中で言います。

自閉症は治りません。小さい頃、できないことを無理やりやらせようとして何度も失敗しました。それより“一つでもその子のできることを見つけて、できないことが見えなくなる生き方”の方が、その子も楽しく生きられる、と思いました。几帳面でこだわる豊治の性格が、よい方向に向いたとき、“切り絵”となって生かされた時、それは個性として花開いたのではないのでしょうか。

（上田幸子著 樹心社発行「こんにちは、上田豊治です。」本文より）

このパンフレットは、私たちが自閉症を正しく理解し、各学校において自閉症の人たちに適切な指導・支援を行えるように、わかりやすくまとめたものです。横浜市の教職員として、まず、このパンフレットを読んで自閉症を正しく理解し、自閉症教育に取り組んでいきましょう。

知ろう、わかってよう!

- ★あいさつをする時に目を合わせない。
- ★「空気がよめない」と言われる発言や行動をとってしまう。
- ★グループ学習に参加することが苦手である。
- ★学校生活でのルールやマナーに従って行動することが難しい。
- ★電車の中や駅のホームで、大きな声で独り言を言ったり割り込みをしたりする。
- ★悪気はなく、「太っている」「やせている」等、他人の身体的特徴をストレートに口にする。

これらは**社会性に関する特性**からくるもの かもしれません。

つまり…

- 他者の気持ちを推測することが難しい。
- 一般的なルールやマナーを自然に身に付けることが難しい。
- 状況に応じた対応がわからない。

小学校の一般学級の中にも、自閉症の特性を有する児童が3%くらいいる可能性があります。
(平成23年11月調査
横浜市教育委員会)



P3へ ➡

- ★説明を聞いていても、説明と違った行動をしてしまう。
- ★「(そのことばは)耳が痛いな」と言った人に対して、本気で耳の病気などの心配をする。
- ★イントネーションやアクセントが独特である。
- ★質問されると、質問を繰り返したり関係ないことを答えたりする。
- ★興味のあることを一方的に話したりする。

これらは**コミュニケーションに関する特性**からくるもの かもしれません。

つまり…

- 状況に応じたやりとりが続きにくい。
- ことばを字義通りにとらえる。
- ことばの使い方や理解に難しさがある。

自閉症の人はこれらの特性を併せ有しています。一つの特性が当てはまるからといって自閉症ということではありません。

P4へ ➡

～自閉症の特性～

- ★物を、いつも同じ場所に置かないと気になる。
- ★予定の変更が苦手である。
- ★電車や生き物、ゲームのキャラクターの名前等、ある特定の分野に詳しい。
- ★手をヒラヒラさせたり、体を前後にゆすったりする。

これらは**こだわりや常同性に関する特性**からくるもの かもしれません。



横浜市には、特別支援学校、個別支援学級、一般学級、通級指導教室など、発達の状況に応じた様々な教育の場があります。

つまり…

- 興味や関心が特定の物に集中しやすい。
- 変化を嫌い、常に同じ状態であることを好む。

P5へ➡

自閉症の診断は、医師が行います。学校では、特性の有無によって障害を決めつけるのではなく、特性に応じた適切な指導と必要な支援を考えてみてください。

- ★子どもの泣き声や運動会のピストル、歓声等の特定の音や大きな音を極端に嫌がる。
- ★大げなののに平気そうにしている。または、小さなげなのになのにすごく痛がる。
- ★食べ物の好き嫌が多い。
- ★暑さ寒さに敏感に反応する。または、全く気にしない。
- ★一度見たマークや漢字を完璧に覚えている。
- ★話を聞きながら、メモを取るなどの2つのことを同時にできない。

これらは**感覚や認知に関する特性**からくるもの かもしれません。

つまり…

- 他の人より感じ方が極端である。(感覚過敏)
- 目からの情報が記憶されやすい。(視覚的情報処理が得意)
- ある部分だけに注目し、全体をとらえることができない。(シングルフォーカス)

P6へ➡

教室でできる具体的

①社会性に関すること

大勢の集団が安心して生活するために、社会的なルールが存在します。その中には、暗黙のルールといわれ、自分で感じ取っていくルールもあります。そうした目に見えないものが自閉症の人たちには一番理解しにくいものです。「こんなことだれでも知っている。」と思わずに、ことばに出して確認していくことが大切です。

【ケース1】作業や活動が終わり、みんなが片づけはじめても、片づけません。教師と一緒に片づけようとすると、怒り出します。

ステップ	取組内容	仮説と指導・支援の手立て		
<p>ステップⅠ 認める</p> <p>本人の行動を受け止め理解の仕方を認めましょう。</p> 	<p>◎禁止や叱責ではなく、肯定的に認めます。</p>	<p>○「片づけましょう」と声をかけ、すぐに行動しなくても、無理強いしない。</p> <p>○優しく声をかけ、様子を見る。</p> 		
<p>ステップⅡ 見つめる</p> <p>どうしてその行動を取るのか意味を探りましょう。</p> 	<p>◎行動観察</p> <ul style="list-style-type: none"> ・指示が通らないときはどんなときか。 ・不安な表情をするときはどんなときか。 <p>◎聞き取る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何に困っているか。 ・いやな場面はどんなときか。 ・安心するときはどういうときか。 <p>◎さぐる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・社会的ルールの理解の度合い 	<p>仮説 A</p> <p>自分の予定と違ったので活動をやめられない。</p>  <p>(※1) タイムタイマー</p>	<p>仮説 B</p> <p>困ったことなどがあって何もする気にならない。</p>	<p>仮説 C</p> <p>「片づける」ということばの概念や「片づける」方法がわからない。</p>
<p>ステップⅢ 育む</p> <p>社会的な行動につながる方法を根気よく一緒に見つけましょう。</p> 	<p>◎対人関係のスキルを教える</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ロールプレイやソーシャルスキルトレーニングを活用する。 <p>◎社会的なルールを教える</p> <ul style="list-style-type: none"> ・常識を約束として示す。 ・ルールをリスト化する。 ・図や絵を使いルールやマナーを物語として伝える。 	<p>手立て A</p> <p>タイムタイマー(※1)などで活動が終わる時間がわかるようにする。スケジュール表(※2)で次の行動がわかりやすいように提示する。</p> <p>(※2) スケジュール表</p>	<p>手立て B</p> <p>気持ちを丁寧に聞き取る。ロールプレイなどで本人に合った気持ちの切り替え方を考える。</p>	<p>手立て C</p> <p>「片づけよう」という一言ではなく、一つひとつ具体的にやることを提示し、自ら行動できるようにする。</p>

○目の字表

あさのかい	8:30~8:45
1 こくご	8:45~9:30
2 きんすう	9:35~10:20
なかやすみ	10:25~10:35
3 ぞこ	10:40~12:15
4 ぞこ	12:00
きゅうしよく	12:15~1:00
そうじ	1:05~1:20
かえりのかい	1:25~1:30

「さようなら」

な指導や支援（例）

②コミュニケーションに関すること

コミュニケーションの一つに、お互いの思いや情報を伝え合うことがあります。その手段はことばに限りません。ことばは伝え合うための1つのツールです。ことばだけで伝わらないときは他のツールも活用し、耳で聞くだけでなく目で見てわかる方法も用いて伝え合おうとすることが大切です。

【ケース2】ミーティング等で予定を説明しても伝わらず、部活の集合場所を間違えてしまいます。

ステップ	取組内容	仮説と指導・支援の手立て		
<p>ステップⅠ 認める</p> <p>本人の行動を受け止め理解の仕方を認めましょう。</p> 	<p>◎言われたことが分からない不安な気持ちを受け止めます。</p>	<p>○間違えても怒らずに、正しい内容を再度具体的に伝える。</p> <p>○聞きに来たときは、穏やかな態度で答える。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・簡潔なことばで答える。 ・キーワードを書いたメモを渡す。 ・板書（ホワイトボード）に書いて示す。 		
<p>ステップⅡ 見つめる</p> <p>どうしてその行動を取るのか意味を探りましょう。</p> 	<p>◎行動観察</p> <ul style="list-style-type: none"> ・伝わらないときはどんなときか確かめる。 <p>◎聞き取る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・説明が伝わらなかった経緯を聞き取る。 <p>◎さぐる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・適したコミュニケーション手段の確認をする。 ・絵や写真、文字カードなどの指さし ・コミュニケーション補助機器（AAC）の利用 ・指文字やジェスチャー等のサイン言語の活用など 	<p>仮説 A</p> <p>他のことに熱中していて注意が向かず、聞き落としてしまう。</p>	<p>仮説 B</p> <p>ことばの意味が分からず、正しく伝わっていない。</p>	<p>仮説 C</p> <p>自分に言われているかどうかが分からない。</p>
<p>ステップⅢ 育む</p> <p>社会的な行動につながる方法を根気よく一緒に見つけましょう。</p> 	<p>◎相手のことばが分からないときの対応</p> <ul style="list-style-type: none"> ・その都度、相手の立場や気持ちを説明し、適切な行動や言動を具体的に教える。 <p>◎社会的経験の拡大</p> <ul style="list-style-type: none"> ・様々な場面を想定した、少人数でのやりとりの学習（ロールプレイ等）をする。 ・失敗したら、その原因を一緒に考え、成功体験で終わるようにする。 	<p>手立て A</p> <p>熱中している他のことを完全に終了させ、注意を喚起してから伝える。</p>	<p>手立て B</p> <p>ことばだけでなく、文字や絵カード、写真などで視覚的に伝える。抽象的な長いことばではなく、具体的に短くキーワードで伝える。専用の手帳などにメモさせる。</p>	<p>手立て C</p> <p>名前を呼んだり、机に触れたりして、自分にも言われていることが分かるようにする。</p>

教室でできる具体的

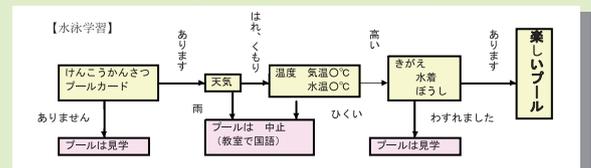
③こだわりや常同性に関すること

物事の変化に臨機応変に対応できず不安感に襲われたとき、あなたならどうしますか。誰かに聞いて情報を集めたり状況を判断したりして、心を落ち着かせようとするでしょう。自閉症の人たちは不安感を軽減するために、安心できることに没頭し、自分を落ち着かせようとします。それがこだわりや常同性として出現することがあります。不安感を伝えたり、社会的に認められる落ち着き方が分かると本人も周りも安心です。

【ケース3】楽しみにしていた水泳の授業が、突然の雨で中止になりました。中止を伝えると、大声で泣き出し、いつまでも泣きやみません。

ステップ	取組内容	仮説と指導・支援の手立て		
<p>ステップⅠ 認める</p> <p>本人の行動を受け止め理解の仕方を認めましょう。</p> 	<p>◎予定が変わり、混乱している気持ちを受け止めます。</p>	<p>○混乱しているときは、たくさんのことばをかけないようにする。</p> <p>○安全を確保し、別室で落ち着かせ、頃合いを見計らって、すべき活動に誘導する。</p> <p>○まわりの友達には本人にとっての不安感を伝える。</p> 		
<p>ステップⅡ 見つめる</p> <p>どうしてその行動を取るのか意味を探りましょう。</p> 	<p>◎行動観察</p> <ul style="list-style-type: none"> ・予測できずに混乱するときはどんなときか。 ・不安な表情をするときはどんなときか。 <p>◎聞き取る</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何をにつらく感じているか。 <p>◎さぐる</p> <ul style="list-style-type: none"> ・どうすると気分転換が図れるか。 	<p>仮説 A</p> <p>楽しみにしていた水泳のことで頭がいっぱいになっていて、気持ちが切り替えられない。</p>	<p>仮説 B</p> <p>急な変更が予測できなかったため、次に何をするのか分からず不安である。</p>	<p>仮説 C</p> <p>予定が突然変わり、苦痛と緊張で混乱している。</p>
<p>ステップⅢ 育む</p> <p>社会的な行動につながる方法を根気よく一緒に見つけましょう。</p> 	<p>◎予定の変更に対して対応できるようにしていく。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・毎日の予定に少し変化するものを入れる。 ・混乱した経過を本人と一緒に考え分析する。 <p>◎こだわりや常同性を別のものに代えていく。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・なくさせようとしたりやめさせようとしたりするのは難しい。社会的に認められるものに切り替えていけるとよい。 	<p>手立て A</p> <p>次に水泳ができる日はいつかをスケジュール表に書き、またできることを知らせる。</p>	<p>手立て B</p> <p>水泳ができなくなる条件を提示し、変更したときにすることを、フローチャート(※3)で記しておく。</p>	<p>手立て C</p> <p>水泳には言及せず、クールダウンできる部屋やコーナーで落ち着ける活動をし、安心させる。</p>

(※3) フローチャート



な指導や支援（例）

④その他の特性に関すること

自閉症の人には、他の人には想像しにくい感覚過敏等のつらさがあることを知っていますか。人にそっと触られたただで痛く感じたり、わずかなにおいをととても強く感じたりすることがあります。またフラッシュバックといって、昔の出来事が今起こっているように感じてしまうこともあります。それらのつらさを理解し、少しでも和らげられるように支援していきましょう。

【ケース4】 運動会や集会に参加することを嫌がります。

ステップ	取組内容	仮説と指導・支援の手立て		
<p>ステップⅠ 認める</p> <p>本人の行動を受け止め理解の仕方を認めましょう。</p> 	<p>◎強制せず、できることを見つけます。</p>	<p>○やっとの思いで「いやだ」と言ったことを認める。 ○教室や保健室など、静かで安全なところで終わるまで待つことを認める。 ○遠くから見て参加することを認める。</p> 		
<p>ステップⅡ 見つめる</p> <p>どうしてその行動を取るのか意味を探りましょう。</p> 	<p>◎行動観察 ・過敏な感覚はないか？ ・視覚・聴覚 ・触覚・嗅覚・味覚</p> <p>◎聞き取る ・過去にいやな思いをしたことがないか。</p> <p>◎さぐる ・活動の内容はどこまで理解できているのか。</p>	<p>仮説 A</p> <p>マイクの音、まぶしい光、衣装などがつらさの原因になっている。</p>	<p>仮説 B</p> <p>昨年、徒競走で負けたことが何回も浮かんで来てつらくなる。</p>	<p>仮説 C</p> <p>音感がよすぎて、合唱や合奏の微妙な音のずれが気になってしまう。</p>
<p>ステップⅢ 育む</p> <p>社会的な行動につながる方法を根気よく一緒に見つけましょう。</p> 	<p>◎感覚過敏への対応 ・原因に応じた物理的な工夫をする。 ・苦手なことが分かり、自分で回避できる方法を身につける。</p> <p>◎フラッシュバックへの対応 ・以前のものと、現在のことを区別して考えるための方法を一緒に考える。</p>	<p>手立て A</p> <p>イヤーマフ※4、サングラスなどで調節できるようにする。</p> 	<p>手立て B</p> <p>昨年のことを整理し、今年の目標を一緒に見つける。負けた時の対処の仕方を考える。</p>	<p>手立て C</p> <p>いやな理由をことばで伝えられるスキルを身につける。環境を調整するなどして参加できる方法を一緒に考える。</p>

※4 イヤーマフ

めざそう! 自閉症にやさしいまち、横浜

- 各ライフステージに応じて、一貫した支援が受けられるまち
- 市民の自閉症に対する正しい理解が進み、適切な支援が受けられるまち
- すべての教育の場で、自閉症の人が適切な指導と必要な支援を受けられるまち
- 自分の力を生かして、自閉症の人が社会貢献できるまち

「発達障害の分類と障害特性」

それぞれの障害の特性

- ことばの発達の遅れ
- コミュニケーションの障害
- 対人関係・社会性の障害
- パターン化した行動、こだわり

この部分を
自閉症スペクトラムと
呼ぶことがあります

知的な遅れを伴う
こともあります

自閉症

広汎性発達障害

アスペルガー症候群

注意欠陥多動性障害 (AD/HD)

- 不注意
- 多動・多弁
- 衝動的に行動する

学習障害 (LD)

- 「読む」、「書く」、「計算する」等の能力が、全体的な知的発達に比べて極端に苦手

- 基本的に、ことばの発達の遅れはない
- コミュニケーションの障害
- 対人関係・社会性の障害
- パターン化した行動、興味・関心のかたより
- 不器用 (言語発達に比べて)

※厚生労働省発行パンフレット「発達障害の理解のために」より

横浜には、自閉症スペクトラムの子どもはどれくらいいるの？

自閉症の特性を有する児童生徒の在籍率 (平成 23 年度 教育委員会調査結果より)

【小中学校】

- ・小学校一般学級……………3.4%
- ・中学校一般学級……………1.7%
- ・小学校個別支援学級……………72.3%
- ・中学校個別支援学級……………57.6%

【特別支援学校 (知的障害)】

- ・小学部……………64.5%
- ・中学部……………70.8%
- ・高等部……………34.5%

【自閉症や発達障害等に関する相談・支援機関】

◎学校から

- ・教育委員会特別支援教育課
- ・教育委員会特別支援教育相談課
- ・教育委員会学校教育事務所
- ・特別支援学校 (センター的機能)
- ・通級指導教室 (支援センター機能)

◎本人・保護者から

- ・横浜市特別支援教育総合センター (就学期から中学校期)
- ・地域療育センター (0歳から小学校期)
- ・小児療育相談センター (乳幼児期から成人期)
- ・横浜市総合リハビリテーションセンター
- ・児童相談所
- ・各区福祉保健センター (区役所内)
- ・横浜市発達障害者支援センター (主に18歳以上)

毎年4月2日は国連の定めた

世界自閉症啓発デー

4月2日～8日：発達障害啓発週間

◆全国各地で啓発活動が行われます！ (以下、公式サイトを参照) 横浜でも開催されます。

<http://www.worldautismawarenessday.jp/>