

保護者の方へ

# ちょっと気になる うちの子とも



～子育てを楽しむためのひと工夫～

☺ 発達や成長で気になること、心配なことありませんか？



日常生活で…

- ・言葉が遅く、会話にならないことが多い
- ・ほんの少しもじっとしてられない
- ・極端な偏食がある
- ・支度や片付けが苦手
- ・かんしゃくがひどくなかなかおさまらない

保育園・幼稚園等で…

- ・おしゃべりだが、先生の指示が伝わりにくい
- ・先生の話聞く場面で離席が多い
- ・急に予定が変わった時に不安や混乱した様子が見られる



友達関係で…

- ・一人遊びが多い
- ・一方的でやりとりがしにくい
- ・友達がふざけてやっていることを勘違いして、いじめられたと思ってしまう
- ・相手にとって失礼なことや相手が傷つくことを言うてしまう



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。このような場合、お子さん自身が困っていることもあります。悩みや不安がある時は、一人で抱え込まずに保育園や幼稚園の先生など身近な人に相談してみましょう。

このパンフレットでは、子育てをみんなで支え合うため、ご家庭でできる工夫や相談窓口についてご紹介します。

## ☺ お子さん、保護者はどんな思いをしているの？



子どもは・・・

一方的に叱られたり、注意されたりすることで、「自分はダメな子なんだ」「誰にも分かってもらえないんだ」と傷つき、だんだん意欲ややる気をなくしてしまいます。



保護者は・・・

一生懸命やっているのに、うまくいかない。その上、周りからは「愛情不足」「育て方が悪い」と言われ、どんどん育児が嫌になってしまいます。「子どもが理解できない」、「将来が不安」等つらい気持ちになります。



子どもも親もマイナスの評価を受けることで、  
自信をなくしがちです

## ☺ どんなふうに関わっていけばいいの？

- ★成長のスピードや成長の仕方は一人一人違います。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、困りごとを減らすことができます。
- ★それにより、保護者自身の気持ちにも余裕が生まれます。

### お子さんへの対応は…

子どもが  
困っているという視点で  
考えてみると…



こうするとうまくいく、  
子どもができることを  
探してみましよう！！

### 保護者自身の安定も…



子育てで悩みや不安がありどうしてもいい分からない時は、保護者自身のメンタル面も不安定になっていることがあります。ストレスをためないために、家族や周りの人へ相談したり、ご自身がほっと一息できる時間を作ってみてはいかがでしょうか。

# 😊 家庭で工夫できることってどんなこと？

## 自分の良いところにきづかせ、伸ばしていくことが大切！

- できなかったことを叱るのではなく、できたことを褒めましょう。!
- 「それはダメ」と否定するのではなく、どうすると良いかを伝えましょう。  
(例) 「立っちゃダメ」 → 「椅子に座りましょう」 !
- 「できた」という小さな成功体験をたくさん積みせ、褒めて自信を持たせましょう。  
(例) 全部食べられない時は一口だけ、30分座ってられない時は5分だけ



## 伝え方の例

- 短い言葉で、具体的に伝えましょう。
- 「そこ」「あれ」などの言葉ではなく、なるべく具体的な表現を使いましょう。
- 言葉だけではなく写真や絵などで示しながら伝えるとより効果的です！



「そのタオル  
持ってきて」

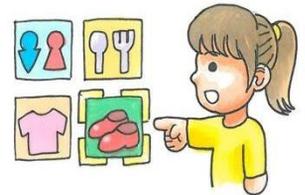


「テーブルの上  
にあるタオル  
持ってきて」



## 時間の視覚化

- 1日のスケジュールや1時間の活動内容を文字カードや絵カード等で分かりやすいように提示してみましょう。活動の流れを伝えることで見通しを持つことができ、安心できます。



## 片付け方のひと工夫

- どこにどうやってしまうか一つ一つ説明する、一緒にやってみせる、物をしまう場所を決めておく等繰り返し教えてあげましょう。  
(例) 「あそこに入れて」 → 「青い箱に入れて」
- 片付けをしてきれいになると、物が見つかりやすいこと等「良い面」を伝えてあげることで片付けへの意欲がでることも。

「青い箱に  
入れてね」



## 感覚の過敏さへの対応

- 音が聞こえ過ぎたり、特定の音が痛く聞こえたりすることがあります。話しかける時は、遠くから大きな声で話すのではなく、近くから話しかけましょう。
- 皮膚の感覚が敏感なため、洋服のタグや生地が痛いと感じることがあります。タグを外したり、心地よく着られる服を用意しましょう。
- 水やシャワーを嫌がる場合は、直接水をかけるのではなく濡れタオルで体を拭きましょう。!

こうした工夫をしながらお子さんの育ちを見守ってみましょう。 それでもお子さんへの心配が続くようであれば、「発達上の苦手さ」がある場合がありますので、裏面の相談窓口などに相談してみましょう。

## 置賜地域の相談窓口



## 子育てや発達に不安があったら…

## ◆市町村（母子保健担当）

（乳幼児健診のほか、子育て相談を行っています）

米沢市こども家庭課	TEL0238-27-7550
長井市健康スポーツ課	TEL0238-82-8009
南陽市すこやか子育て課	TEL0238-40-1691
高畠町健康子育て課	TEL0238-52-1307
川西町健康子育て課	TEL0238-42-6640
小国町健康福祉課	TEL0238-61-1000
白鷹町健康福祉課	TEL0238-86-0212
飯豊町健康福祉課	TEL0238-86-2338

## ◆山形県発達障がい者支援センター

（上山市河崎3-7-1） TEL023-673-3314

市町村や学校、身近な相談窓口等と連携し、個別の相談対応や、身近な相談機関の紹介などを行います。

## ◆療育相談支援センターおあしす（やまなみ学園）

（長井市今泉1812） TEL0238-88-9312

発達に関して気になることがある時などに相談をお受けします。

## ◆置賜総合支庁 子ども家庭支援課

（米沢市金池7-1-50） TEL0238-22-3205

子育てに関する相談をお受けします。

## 障がい福祉サービスを利用したいときは…

## ◆市町村（福祉担当）

（福祉サービスについて相談や申請を行うことができます）

米沢市社会福祉課	TEL0238-22-5111
長井市福祉あんしん課	TEL0238-82-8011
南陽市すこやか子育て課	TEL0238-40-1689
高畠町福祉課	TEL0238-52-4473
川西町福祉介護課	TEL0238-42-6635
小国町健康福祉課	TEL0238-61-1000

白鷹町健康福祉課 TEL0238-86-0111

飯豊町健康福祉課 TEL0238-86-2233

## ◆相談支援事業所（障がい児）

障がい児の福祉サービスについて相談を行うことができます。詳細については、市町福祉担当へお問い合わせください。

福祉サービスを利用する際には、本人・家族の希望や目標を相談支援事業所と調整します。

## 通所できる場所は…

## ◆児童発達支援センター

児童発達支援センターあゆむ（長井）	TEL0238-87-8888
米沢市立ひまわり学園（米沢）	TEL0238-21-1330
児童発達支援センターにこっと（白鷹）	TEL0238-87-9250
児童発達支援センターあゆむいいで（飯豊）	TEL0238-87-3220

## ◆児童発達支援事業所（主に発達障がいのお子さんを対象とする事業所）

Relはーとえいる（米沢）	TEL0238-33-9069
supportroomぱある（米沢）	TEL0238-27-7140
キッズスペースいちご米沢	TEL0238-49-8231
キッズデイサポート虹の子（米沢）	TEL0238-40-1800
HALEHALE（米沢）	TEL0238-40-1552
Connect Heart（米沢）	TEL0238-33-0545
児童発達支援 りのーる のあ（米沢）	TEL0238-33-0117
長井市すみれ学園	TEL0238-88-4226
ゆうあいくらぶ（南陽）	TEL0238-27-0067
さくらだ（南陽）	TEL0238-49-7741
ぶれ（高畠）	TEL0238-52-5679
すまいるはーと（高畠）	TEL0238-40-8212
Relはーとてらす（高畠）	TEL0238-33-0011
デイサポートひらすび（飯豊）	TEL0238-87-0564

上記事業所に通所する際には、各市町窓口で障がい福祉サービス利用のための申請をする必要があります。

## 就学や学校生活に不安があったら…

## ◆市町村教育委員会

各市町の教育委員会へお問い合わせください。

## ◆置賜教育事務所

（長井市高野町2-3-1） TEL0238-88-8240

## ◆地域教育相談窓口

ことばや発達などに心配のある幼児のための教育相談窓口・指導機関です。

県教育センター内 TEL023-654-6060

米沢市立万世小学校内 TEL0238-28-0280

置賜総合支庁西置賜地域振興局内

## ◆にこにこ相談 TEL0238-87-8287

障がいや発達、家庭における養育等についての教育相談会です。（年3回）

県教育センター内 TEL023-654-6060

発達障がい児の診察、相談等対応可能な医療機関について、山形県のHPに掲載してあります。 検索方法はこちら⇒

山形県 発達障がい 医療機関情報

検索