

龍ヶ崎市 こども発達支援ガイドブック



こどもにとっては、周りの全ての人が育ちを支え、応援してくれる存在です。
このガイドブックは、こどもの育ちを支える様々な立場の人が活用できる
サポートを紹介します。

もくじ

はじめに

P2 ～

こどものすがた ～こどもからの SOS かも～ 【乳幼児期】

P4 ～

- Q 1 食事の途中で立ち歩いてしまいます…………… 4
- Q 2 他の子を叩いたり押したりするので目が離せません…………… 6
- Q 3 みんなと一緒に遊ばず 1 人で遊んでいることが多くて心配です…………… 8
- Q 4 好き嫌いが多く決まったものしか食べません…………… 10
- Q 5 ことばの発達が遅れているようで心配です…………… 12
- Q 6 先生の指示を聞いていないのかみんなより行動が遅れます…………… 14
- Q 7 スプーンやハサミが上手に使えません…………… 16

こどものすがた ～こどもからの SOS かも～ 【学齢期】

P18 ～

- Q 1 学校の勉強についていけません…………… 18
- Q 2 片付けが苦手な忘れ物が多くて困ります…………… 20
- Q 3 やる気がなく学校を休みがちです…………… 22
- Q 4 落ち着きがなく集中が続きません…………… 24

こんな時どうしたらいいの？

P26

こども発達センターつぼみ園のご案内

P27

はじめに

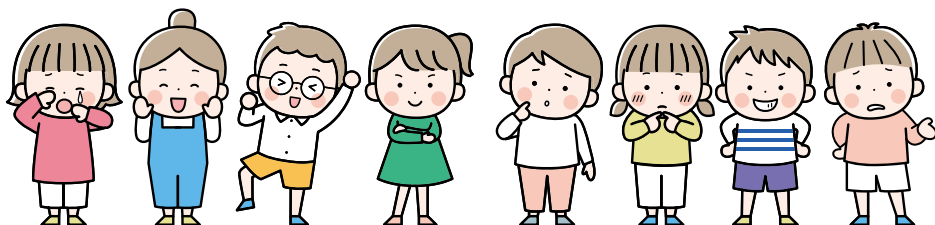
待ちに待ったわが子との出会い、こんなふうに育ってほしいとたくさんの思いがあったことと思います。しかしこどもは大人の思いどおりにはなかなか育ってはくれませんよね。

子育てには、喜びや、いろいろな心配や不安ことがあります。お子さんの行動で「なんでこんな行動をするんだろう」「どうしてできないんだろう」と気になることがあるかもしれません。また、まわりのお子さんと比べて育ちの違いに落ち込んだりすることもあるかもしれません。

こども達は10人いれば10とおりの育ち方があります。家族や周囲の大人たちは、どう対応したらいいのだろうか？このままで大丈夫だろうか？と不安になることもあるでしょう。そのようなときこのガイドブックを開いてみてください。そして、もっともっとお子さんのことを知りたいと思われたら、ひとりで抱え込まずに誰かに相談してみませんか。

龍ヶ崎市には、子育ての悩みを一緒に考えたり、支えてくれる人がたくさんいます。そして、お子さんの発達を応援してくれる場所もたくさんあります。SOS かもサインを理解するヒントや、それに合わせたかわりについて一緒に考えましょう。毎日の生活の中にうまくいくヒントがあるはずです。

みんなで手を取りあって、お子さんの成長を見守っていきましょう。



例えば、お子さんの発達で気になることは・・・

はじめに

ことばが遅い

行動が気になる



ひとり遊びが多い

手先を使うことが
苦手

学校の勉強に
ついていけない

落ち着きがない



お子さんの気になる行動は、ご家族の育て方やご本人の性格が理由ではないことが多いといわれています。

この冊子では、ご相談いただいている内容を例にあげて、その理由やかかわり方について公認心理師や言語聴覚士、作業療法士などの専門職からのメッセージを混じえてご紹介します。また、お子さんの成長発達を見守っていただける相談機関等をご案内します。

こどものすがた ～こどもからのSOSかも～ 【乳幼児期】

Q1 食事の途中で立ち歩いてしまいます



もしかしたら…

食事よりも他のことに
興味があるのかも

こうしてみたら💡

- ・テレビは消してみましよう。
- ・気になるおもちゃが見えていたら見えないところに隠してみましよう。

食べる量やメニューが
あっていないのかも

- ・食べられる量からはじめましよう。
- ・十分に体を動かしておなかを空かせるようにしましよう。

座っている椅子が合わ
ないのかも

足の裏が床にしっかりついて
いますか？足がフラフラ浮いて
いるようであれば、足台を用意
しましよう。

専門職からのメッセージ

何が気になっているのか、どのくらい食べたら動き始めるのか、まずはお子さんを観察してみましょう。大人が食事中に台所に立つのも避けたいですね。座っているときに「座って食べてえらいね」と褒めることも忘れずに。

姿勢を保つことが難しく、すぐ動いてしまうお子さんもいます。腹筋や背筋を育てる動きを遊びの中に取り入れてみましょう。滑り止めマットを椅子に敷くことでお尻が動きにくくなるお子さんもいます。



食事の進み具合によっては、時間が長すぎてしまうこともあるかもしれません。お子さんの食べられる量や時間に合わせて切り上げることも大切です。

はじめは少しの量でお皿をピカピカにしたら、「きれいになったからおしまいね」と声をかけてみましょう。

自分の姿は感じにくいので、一緒に食べる人がいることで食事の姿勢の見本があることも大切です。

一緒に「いただきます」や「ごちそうさま」をして食事のはじめと終わりのリズムができるとよいですね。

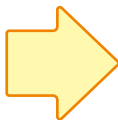


Q 2 他の子を叩いたり押したり するので目が離せません



もしかしたら…

おもちゃをかしてほし
かったのかも



こうしてみたら💡

大人が、伝え方のモデルになり
「かして」と一緒に伝えてみま
しょう。「ごめんね」も代弁し
ましょう。

一緒に遊びたい気持ち
なのかも



「あそぼ」など大人が代弁しな
がら、ハイタッチや握手など気
持ちのよいかかわり方を教えて
あげましょう。

嫌だった気持ちを行動
で伝えたのかも



「いやだったんだね」「あそび
たかったね」と共感してから、
「いやだったよ」と適切な表現
方法を教えてあげましょう。

力のコントロールが
まだつたないのかも



「そーっとね」や、手を添えて
「このくらいの力でね」と感覚で
理解できるように伝えましょう。

「ごめんね」も大事だけど…

叩く・押すは望ましくない行動ですが、その行動にも理由があるの
です。大人と一緒に“こうしてみたら”を考えて、そのようにできた
ら認めることも大切。その上で叩いてしまった（押してしまった）こ
とに「ごめんね」も一緒に伝えていきましょう。

専門職からのメッセージ

ことばの育ちがゆっくりなときには、相手に伝える方法のお手本を大人が日常的に見せることが大切です。

ことばだけでなく、身振りも添えるとよいでしょう。



お子さん自身が日常的に叩かれる経験をしている場合にも、同じようにすることが考えられます。正しい方法がわからないからです。

叩きたかった気持ち、押したかった気持ちに寄り添いながら、それ以外の方法でもうまくいく経験を増やしていくことが大切です。



Q 3 みんなと一緒に遊ばず1人で遊んでいることが多くて心配です



もしかしたら…

みんなと遊ぶことに
関心がないのかも



こうしてみたら💡

- ・まずは本人が好きなモノや関心のあるコトに大人が関心を向けてみましょう。
- ・大人とスキンシップ遊びをしてみましょう。
- ・その上で、少しずつまわりのお子さんのしているコトへ誘ってみるのもよいかもしれません。

人がたくさんいる所が
苦手なのかも



静かにあそべる場所や、少ない
人数でほどよいスペースを確保
してあげましょう。

みんなと一緒に遊びた
いけど入れないのかも



大人が代わりに代弁して
「いれて」「あーそーぼー」を
伝えましょう。
こそっと耳打ちして促してみても
よいでしょう。

専門職からのメッセージ

長い文よりも短い単語のほうが
言いやすいです。少しのヒントで言える
子もいればなかなか言えない子もいます。
言えないときは代弁して見本を見せてあ
げましょう。

たくさんの言葉をかけるよりも「コロ
コロコロ」「ポーンポーン」など遊びに
音をつけてあげたり「できた」「あーあ」
などお子さんの気持ちを代弁して
あげましょう。

ちょっと大げさな身振りも
添えるといいですね。

お子さんは周囲の大人との関係を築き
ながら、自分自身にも気づいていきます。

大人の声かけや接触を通して、自分の身
体を感じて動いたり声を出したりしていき
ます。

人から触れられることや苦手な音、
においなど、感覚に過敏さがある場合は
自分自身に気づきにくい場合があります。
その場合は、専門職による発達の
見立てをもとに、適切にかかわりを
もっていけるとよいでしょう。

Q 4 好き嫌いが多く決まったものしか食べません



もしかしたら…

唇を閉じることや、上手に噛むまたは飲むことが難しいのかも（口の運動機能）

こうしてみたら💡

しっかりかめているものが、どんな硬さでどんな形をしているかをよく見てみましょう。ふえやラッパを吹くなどの遊びを経験しましょう。

くわしくは…
メッセージへ

舌触り、歯触り、におい、味などを感じやすいのかも（口の感覚機能）

食べられるものがなにか整理しましょう。温度や色合い、調理方法を変えて試してみましょう。

口の中の感覚や運動機能については、言語聴覚士や作業療法士が、調理の工夫については、栄養士が相談に対応します

専門職からのメッセージ

同じ食材でも調理方法が変わると食べられる子もいます。混ぜずに小分けにしておき、少しでも食べられたら褒めてあげましょう。

食事は嫌いな時間ではなく楽しい時間、というのが一番大事です。

お口の発達も個人差があります。咀嚼が十分に発達していない時期に固いものや噛み切りにくいものを摂食すると、丸飲みの癖がついてしまいます。お口の発達に合った食事を摂ることが大切です。



食事を準備するお手伝いなどの経験も食べる意欲につながりよいかもしれません。



味の濃いものを好んで食べる場合は、味覚や触覚などの鈍さがあるかもしれませんし、味の薄いものを好む場合は刺激の敏感さがあるかもしれません。

まずは食べられるものをだいたい決まった時間に摂ることを続けましょう。

同じものだけでなく、大人と一緒に食べるものを見せたり、少し分けておいてみるのもよいと思います。人への関心が育つことで同じものを食べてみようという心の育ちも期待して待ってみましょう。



Q5 ことばの発達が遅れているようで心配です



もしかしたら…

発音が難しいのかも



こうしてみたら💡

言い直したり指摘したりせず、
さりげなく正しい発音を聞かせてあげましょう。

ことばを理解する力が
ゆっくりなのかも



実物やイラストなど視覚的なもの
を示しながら短い文で説明しましょう。

音の聴き取りの悪さが
少しあるのかも



話し手の口元がみえるように
ゆっくり、はっきり語りかけましょう。

専門職からのメッセージ

「言えることば」の前に
「分かることば」が育ちます。
分かることばが増えるように、
お子さんが見ているものや
やっていることを、短い文で
実況中継のようにお話しして
あげましょう。



ことばが出ていなくても、
お子さんが伝えたいという気持ちは
あると思います。そのようなときには
気持ちをくみ取り、お子さんの気持ちを
ことばにしながら、身振りなどで
伝えられる手段を増やして
いきましょう。



Q6 先生の指示を聞いていないのか みんなより行動が遅れます



もしかしたら…

まわりの音と人の声を
聞き分ける力が弱い
かも

こうしてみたら💡

先生の指示が届きやすい位置に
座るようにしましょう。
大事なことを整理して伝えま
しょう。

ことばだけの長い指示
を理解することが難し
いのかも

実物やイラストなど見て分かる
ものを用意して、短く、ゆっくり、
はっきりと説明しましょう。



おきたら



かえったら



ねるまえ



専門職からのメッセージ

指示が長かったり抽象的な内容だと理解することが難しいことがあります。

指示は一度にひとつ。短くわかりやすく伝えましょう。

また、1対1だと理解できても集団の場で理解できない場合、耳の聞こえをチェックしておくことも大切です。

みんなの前でお子さんの名前を何度も呼ぶことは望ましくありません。お子さんが興味・関心のあることなどであらかじめ先生を見ることができるよう工夫するとよいでしょう。

また、周りを見て不安なようすで動いているようなときは、近くでそっと確認してあげましょう。

実物や写真を見せたり、自分で確認できるように掲示しておくことで、安心して自分で取り組むことができるかもしれません。

Q7 スプーンやハサミが上手に使えません



もしかしたら…

腕や手首、指の感覚や運動が十分に整っていないのかも

こうしてみたら💡

握る、離す、指先でつまむなど洗濯ばさみや粘土遊び、砂遊びを楽しみながら経験しましょう。手先だけでなく、体を大きく動かす運動もいろいろと経験しましょう。

手や指の感覚が過敏で道具の操作に違和感があるのかも

食べ物をよく見て、姿勢を保ち、手でつかむ経験から始めましょう。握りやすい道具（スプーンなど）を探してみましょう。

目と手を合わせて使うことがうまくいかないのかも

操作するものを見ることが難しい時は、大人が後ろから手の動きを支えて、ものに視線が向くようにしてあげましょう。

専門職からのメッセージ

人の身体の動きは中心に近い所から外側に向けて発達しますので、指先の動きは発達の順序としては後の方に育ちます。

スプーンを使う時には道具の重さやお皿とお口の間の距離、口に入れる時の手の動きを感じています。また、はさみを使う時には3本の指を中心に、開く、握るを繰り返し、切る紙の厚さを感じて調整が必要です。

遊びの中で手や指を使うことが色々と体験できるとよいですね。

お子さんが自ら苦手な気持ちをもつ前に、大人と一緒に手を使った遊びやお手伝いを経験して楽しめるとよいですね。

たとえば、ひもとおしや砂遊び、水遊びでカップや道具を使う経験、タオルをたたむ、レタスをちぎる、かき混ぜるなどのお手伝いもよいでしょう。

練習してもうまくいかないことが積み重なると、やりたくなかったり「どうせ自分なんか」という気持ちになったりすることがあります。1回で切れる細長い紙から切ってみる、紙を持つ場所を教えるなど、工程を工夫したり手助けしたりして「できた!」という達成感で終わるように配慮しましょう。

こどものすがた ～こどもからのSOSかも～

【学齢期】

Q1 学校の勉強についていけません



もしかしたら…

読むことが苦手なのかも

計算が苦手なのかも

見る力が弱いのかも

覚える力が弱いのかも

書くことが苦手なのかも

聞く力が弱いのかも

まずは

どのようなことが苦手なのかを理解していきましょう。お子さんの総合的な能力だけではなく、細かい能力について専門機関で相談し、苦手さやその理由を明らかにすると、支援の方法が見えてきます。

おうちでできること

- ・ 文字を読むためには形を見て認識する力や、見たものを覚えておく力、ことばの音を分解してことばと音の関係がわかる力が必要です。
→ ことば遊び（「あ」のつくことば集め、しりとり、さかさことばなど）で、読む力の土台をそだてましょう。
- ・ 計算をするためには、数を唱える、数字が読める、順番がわかる、量がわかる力が土台となります。
→ 大きさを比べたり、食べ物を分けたり、数えたりする経験をしましょう。

専門職からのメッセージ

- 
- ・繰り返し練習すればできるようになるのか、練習の仕方を工夫する必要があるのか、お子さんによって対応や支援の方法が変わってきます。大人の理解と適切な支援や配慮が必要です。
 - ・音は聞こえているのに話し言葉を聞き取ることが苦手なお子さんがいます。静かな環境で話す、ゆっくりはっきり話すなどの工夫をしてみましょう。



苦手だなと思うことや、難しいと感じることが多くなると、今まで取り組めていたことも嫌になってしまうこともあるでしょう。お子さんの感じている「苦手だな」や「難しい」に寄り添って、わかる方法や工夫を一緒に見つけていこうとする姿勢でいることが大切です。

Q2 片付けが苦手で忘れ物が多くて困ります



もしかしたら…

聴いて覚えることが苦
手なのかも



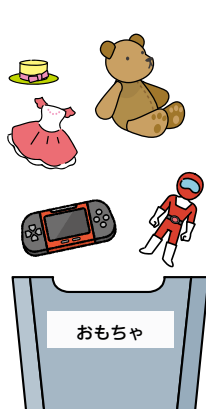
こうしてみたら💡

聴くことに注意が向いているか
確認します。
覚えることが難しい時は、メモ
などで見て確認できる工夫をし
ます。

どのように片づけたら
よいのか方法がわから
ないのかも



ロッカーの中や道具箱の横に、
入れる物の写真を貼って見てわ
かるようにしてみましょう。



専門職からのメッセージ

- ・曜日ごとの持ち物リストを作ったり、教科ごとに同じ色のシールを貼る工夫もできます。忘れたときにどうするかルールも決めておくことが大切です。
- ・教科ごとに教科書やノートに同じ色のシールを貼り、時間割表にも同じシールを貼っておきます。教科書やノートをひとつのケースにまとめて入れてケースにも同じシールを貼っておくと、わかりやすくなるお子さんもいます。

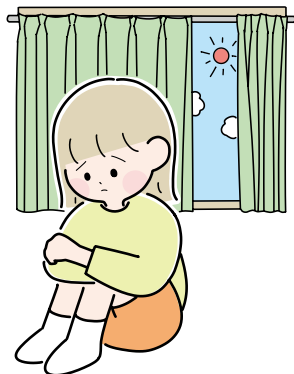


苦手なことは誰にでもあるものです。周りの人（友だちやきょうだい）と比べたり同じようにできるようにと親が望むとこどもは心を傷めます。

目の前の我が子は、どのような工夫があると上手くいくのかを考えて、成功と一緒に喜ぶことができるとよいですね。



Q3 やる気がなく学校を休みがちです



もしかしたら…

苦手な教科が
あるのかも

まわりの友だちと
かかわることが
苦手なのかも

学校以外の魅力的な
ことに依存傾向が
あるのかも



自律神経のバランスが
崩れているのかも

↓
こうしてみたら💡

生活リズムを整えてみましょう。寝る時間や起きる時間、食事の時間をだいたい同じにしてみましょう。それでも朝起きるのが難しい時は自律神経機能の不調があるかもしれません。

主な相談先

スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー・教育センター
・医療機関（発達外来）

専門職からのメッセージ

お子さんから学校に行きたくないと言われると親として、色々な心配や不安、否定的な気持ちになることもあると思います。理由をたずねてもことばで伝えられるお子さんは少ないと思います。

まずは、お子さんがそのような気持ちになっていることを受け止めましょう。

親の気持ちはこどもに向けず、周囲の相談先で受け止めてもらうことが大切です。

「やる気がない」のではなく「頑張っていてとてもしんどい」状況かもしれません。授業には先生の話を理解する、教科書を読む、板書を理解し写す、話し合い活動に参加するなど多くの側面があります。

説明を理解するためにも、先生に注意を向け続ける、複雑な文を理解する、抽象語や学習言語を理解するなどの力が必要です。

何が苦手なところなのか、まずはしっかり観察してみてください。

Q 4 落ち着きがなく集中が続きません

この音おもしろい！



もしかしたら…

姿勢を保つ身体機能の弱さがあるのかも



こうしてみたら💡

身体の大きさにあった机や椅子を使いましょう。

「ひざとひざをつけようね」など、自分の身体のどこに注意を向けたらよいのかわかりやすく伝えましょう。

体を動かしていないと集中しにくいのかも



集中が続く時間を区切り、席を立つ時間を作ります。プリントを配るお手伝いなど動きのある活動を入れてみましょう。

見える景色や聞こえる音の感覚を調節することが難しいのかも



できるだけまわりに見える気になる物や、聞こえてくる音に注意が逸れてしまわないような環境をつくりましょう。

座席を前列にする、少人数の学級（支援級）で学習する方法もあります。

専門職からのメッセージ

人の個性は様々です。同じきょうだいでも何かに取り組む、興味・関心・集中力・気持ちの切り替えの力も違ってきます。お子さんひとりひとりの個性や成長の特徴は受入れながらも、不足している力、発達の凸凹は専門機関と一緒に確認しましょう。より良い成長を応援する専門家もいます。

学童期まで感覚や運動、注意の課題を手立てなく見過ごしていると、学校に上がってから学習の困難や言動の扱いにくさに困りごとが大きくなってしまうこともあります。

気軽にご相談ください。



どうしたらじっとしていただけるかではなく、正当な動く理由を作る、取り組める時間を把握し活動を細かく区切るなど、環境を整えることが大切です。

短時間でできることを設定し「できた」という達成感を味わえるようにしましょう。



こんな時どうしたらいいの？

気になる・・・
行動／生活／学習



～乳幼児期～

言葉の発達が遅い
集団になじめない
落ち着きがない
コミュニケーションが
とりにくい
こだわりが強い
かんしゃくをおこす
視線が合わない
感覚が過敏・鈍感

～学齢期～

ルールを守らない
得意と苦手の差が大きい
落ち着きがない
一方的に話す
パニックを起こす
場の雰囲気がわからない
感覚が過敏・鈍感
融通がきかない



相談

相談

身近な相談窓口

保健センター（☎ 0297-64-1039）

通っている
保育所／保育園・幼稚園
認定こども園

市窓口（☎ 0297-64-1111）
・こども家庭課
・障がい福祉課

医療機関

身近な相談窓口

教育センター（☎ 0297-64-1115）

通っている小学校・中学校
（担任、特別支援教育コーディネーター、スクールカウンセラー、スクールソーシャルワーカー）

市窓口（☎ 0297-64-1111）
・こども家庭課
・障がい福祉課

医療機関

連携

ニーズに応じた相談窓口

就学相談等

教育センター

発達支援等

こども発達センターつばみ園
土浦児童相談所
茨城県発達障害者支援センター
「COLORS つくば」

福祉・制度利用等

市窓口
・障がい福祉課
・こども家庭課
・保育課
・民間事業所

発達が気になるこどもの教育相談

茨城県教育研修センター（特別支援教育課）

こんな時どうしたらいいの？

こども発達センターつぼみ園のご案内



「こども発達センターつぼみ園」は、茨城県の指定を受けた児童発達支援センターです。

心身の発達に何らかの不安のあるお子さんの成長を支援するため、日常生活動作、運動機能等の指導や訓練などの療育指導を行っています。

個別療育

お子さんの発達段階に合わせて、運動面、手先の操作、身辺自立、ことば、コミュニケーション、数や文字の学習といったそれぞれの課題に取り組みます。生活の中に療育を取り入れる方法もお伝えします。

保育所等訪問支援

保育所（園）や幼稚園、認定こども園、小学校などで集団生活を送る児童が、安心して集団生活を過ごすことができるよう、お子さんの通う保育所等の施設を訪問して、お子さんに対する支援と園の先生方等へ支援を行います。



児童発達支援 (幼児)

発達状況に合わせたグループを作り、課題指導（運動・音楽リズム・製作・感覚遊び・ソーシャルスキルトレーニング・コミュニケーション等）を行い、成長を支援します。

集団療育

発達課題別の小集団により、日常生活における基本的な動作指導・集団生活への適応訓練の指導・支援を児童指導員が行います。



こども発達センターつぼみ園では、療育の他に下記の事業を行っています。



◆巡回相談

市内の保育所（園）、幼稚園、認定こども園、小規模保育園を訪問し、お子さんひとりひとりがよりスムーズに園生活を送れるよう、公認心理師、美浦特別支援学校等の協力を得て、先生方へのアドバイスを行っています。

◆相談事業

発達に何かしら気になるお子さんについて専門職が成長に必要な支援を保護者の方と一緒に考えます。

◆ペアレントトレーニング

保護者がお子さんの行動を理解し、お子さんひとりひとりに合わせたより効果的な対応を学び、家庭で実践できるように支援します。

**こどもたちのさまざまな発達を支えるために、
以下のスタッフで運営しています。**

担当職種	支 援 内 容
公認心理師	発達状況の確認・発達の総合判定 日常生活への助言を行います。
言語聴覚士	ことばやコミュニケーションの状態を把握し、発達を促す支援・助言を行います。
作業療法士	感覚や運動面の特徴に合わせた遊びを通して、発達を促します。
理学療法士	運動機能の状況を把握し、その発達を促す働きかけをします。
保育士 児童指導員	お子さんの状態に合わせたグループ活動の中で、一緒に楽しく遊びながら発達を促すサポートをします。

ご相談の申し込み、
ご不明な点のお問い合わせは、
下記相談窓口までご連絡ください。

〒301-0855 茨城県龍ケ崎市藤ヶ丘 1-20-1
こども発達センターつぼみ園

電話 0297-62-1775
(受付時間 平日 9時から 17時)





相談は

－別冊－

こども発達支援ガイドブック
「つながる」

をご利用ください。

2024 年 11 月 1 日発行

龍ヶ崎市 こども発達支援ガイドブック

発行：龍ヶ崎市福祉部障がい福祉課つぼみ園
〒301-0855 茨城県龍ヶ崎市藤ヶ丘 1-20-1

電話：0297-62-1775

E-mail：tsubomien@city.ryugasaki.lg.jp

