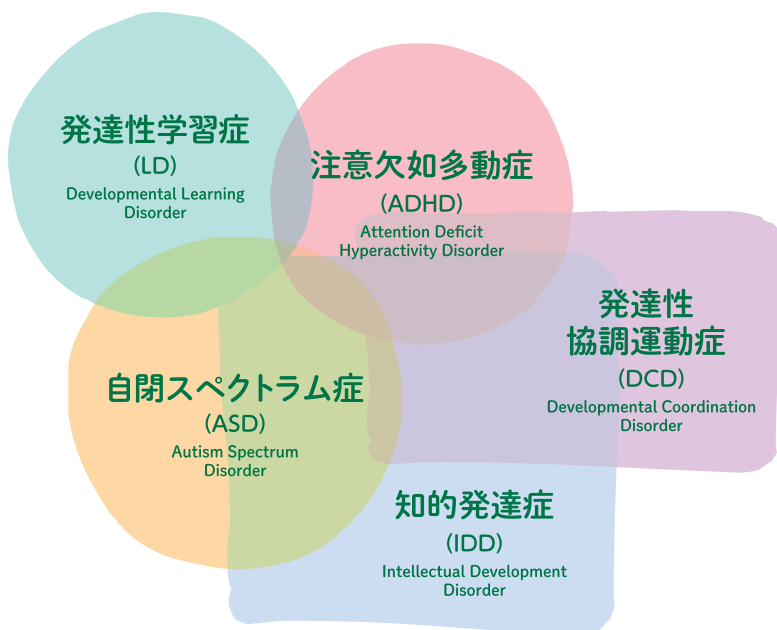


# 神経発達症について

## ▲ 神経発達症（発達障害）

神経発達症（発達障害）の原因は、まだはっきりとわかっていませんが、生まれつき持っている脳の働きに特徴があると言われてています。親の育て方やしつけが原因ではありません。この特徴が影響し、生活の中で折り合いがつけられない何らかの困りごとがある時に、神経発達症という診断がつくことになります。



※複数の特性が重複することもよくあります。※世界保健機関(WHO)が定める疾病及び関連保健問題の国際統計分類第11回改訂版(ICD-11)に基づいています。

神経発達症の特性は人それぞれで、その程度も様々です。最近では「ニューロダイバーシティ(神経多様性)」という脳の神経や働き方の違いを、多様性の一つとして捉える考え方が広まっています。

しかし「多様である」ということは、環境によって力を発揮できたり、逆に苦しくなったりすることでもあります。お子さんが、色々あっても楽しく暮らせる環境に整えることは、親御さんの大切な役割です。だからこそ、まずはお子さんの特性や活用できる制度について、正確な知識を持つことが大切です。

### 特性に合う環境



自分の特性と環境が合うと  
特性は目立ちにくく  
自分らしい生活が送れる

### 特性に 合わない環境



自分の特性と環境が合わないと  
特性は目立ちやすく  
生きづらさが大きくなる

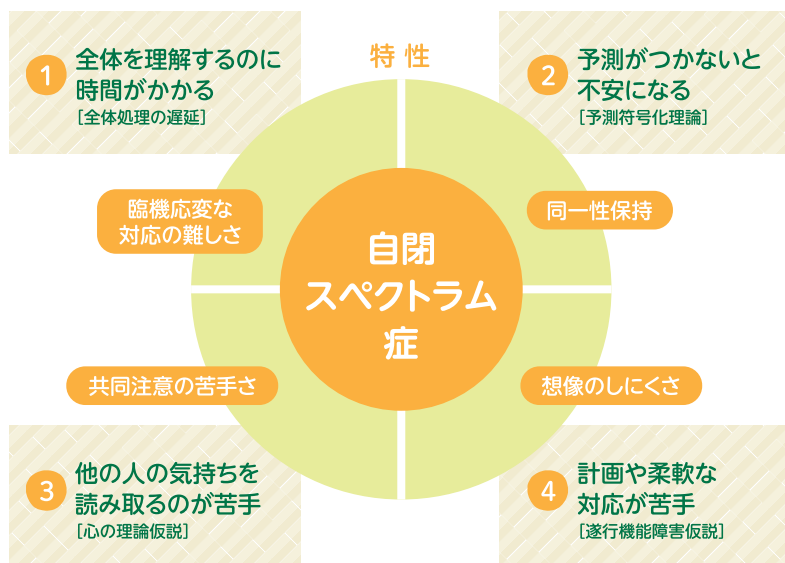
# 自閉スペクトラム症について

## 自閉スペクトラム症 (ASD)

自閉スペクトラム症(Autism Spectrum Disorder:ASD)とは、人付き合いやコミュニケーションの苦手さ、臨機応変な対応の難しさなど、自閉症の特性を持つ状態を総称したものです。「10人に1人の人が抱える生きづらさ」とも言われています。

男の子に多いと言われていましたが、近年は女の子でもこの特性のために困っている人が多いことが分かってきました。幼児期には「おとなしい子」と思われあまり問題視されなくても、思春期以降の友だち付き合いでつまずきが目立つようになる場合があります。

### 自閉スペクトラム症の特性と神経心理学的背景



年代別で大切なこと

困りごとへの対応

家族の関わり方

神経発達症について

相談先を知りたい

自閉スペクトラム症の様々な特性には、以下のような神経心理学的背景が関係していると言われています。

## 1 全体を理解するのに時間がかかる [全体処理の遅延]

細かな部分の理解は得意ですが、物事の全体や構造、パターンを捉えるのが難しく、時間がかかる傾向があります。日常のちょっとした違いに気づくことは得意ですが、特定のことに強くこだわってしまうことがあります。

## 2 予測がつかないと不安になる [予測符号化理論]

何が起るかを予測することが苦手で、予測できない状況に直面すると不安を感じやすいことがあります。そのため、変化や予測不能な状況を嫌がり、同じことを繰り返すことで安心感を得る傾向があります。

## 3 他の人の気持ちを読み取るのが苦手 [心の理論仮説]

他の人が何を考えているかを理解するのが難しいと感じることがあります。そのため、他の人とのコミュニケーションで誤解が生じやすくなる場合があります。

## 4 計画や柔軟な対応が苦手 [遂行機能障害仮説]

計画を立てたり、状況に応じて行動を変えたりすることが難しいと感じるかもしれません。これにより、変化や新しいことに対する不安が強くなる場合があります。

年代別で大切なこと

困りごとへの対応

家族の関わり方

神経発達症について

相談先を知りたい

## 自閉スペクトラム症の特性

### 人との付き合い方

#### 《苦手さ》 ← ← → → 《強み》

- |                                     |                                       |
|-------------------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 人に対する関心が薄い | <input type="checkbox"/> 一人の時間を大切にできる |
| <input type="checkbox"/> 場の空気が読みにくい | <input type="checkbox"/> 自分の世界に集中できる  |
| <input type="checkbox"/> 人と上手く関われない | <input type="checkbox"/> 一人で過ごすことが好き  |
| <input type="checkbox"/> 雑談をするのが難しい | <input type="checkbox"/> 決まったやりとりはできる |



### 人とのコミュニケーション

#### 《苦手さ》 ← ← → → 《強み》

- |  |                                       |
|--|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 冗談を真に受けしてしまう    | <input type="checkbox"/> 正直で素直        |
| <input type="checkbox"/> 嘘がつけない          | <input type="checkbox"/> 誠実なやりとりができる  |
| <input type="checkbox"/> 表情や抑揚が不自然なことがある | <input type="checkbox"/> 感情に左右されない    |
| <input type="checkbox"/> 一方的に話をしてしまう     | <input type="checkbox"/> 話し方がユニーク・面白い |



## 興味や関心、想像力の特徴

### 《苦手さ》 ← ←

- 興味・関心があるものが限られている
- 考えや行動をリセットするのが苦手
- 規則やルールに厳格
- 要領が悪かったり頑固と言われたりする
- 新しいことに対してとても不安になる

### → → 《強み》

- 特定分野の知識を深く獲得できる
- 好きなことや納得したことをやり遂げる
- ルールや決まりをきちんと守れる
- 真面目にコツコツできる
- 見通しが立っていると安心して実力を発揮できる



年代別で大切なこと

困りごとへの対応

家族の関わり方

## 感覚が過敏・鈍感

- 大きな音や人混みが苦手
- 騒がしい場所で、話している声を聞き取るのが苦手
- 痛みや暑さに敏感・鈍感
- 食べ物の好き嫌いや偏食が激しい
- 強い匂いや特定の匂いが苦手
- 手先が極端に不器用



神経発達症について

相談先を知りたい

このような特性は一人ひとり違い、その程度(スペクトラム)も様々です。特性は、あるなしといった明確な境目があるわけではありません。一見「誰にでもある」と感じるかもしれませんが、その程度の違いによって苦勞があります。

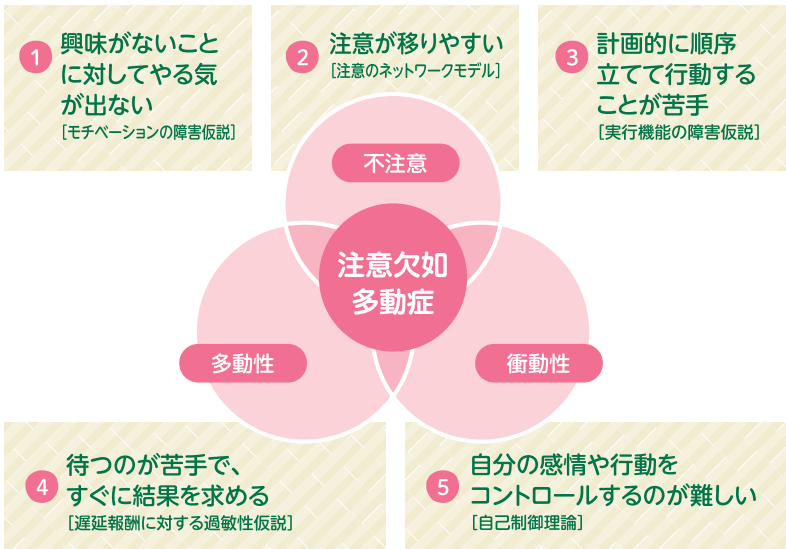
# 注意欠如多動症について

## ▲ 注意欠如多動症 (ADHD)

注意欠如多動症(Attention Deficit Hyperactivity Disorder: ADHD)とは、先天性の脳機能の特徴であり、しつけや本人の努力で変えられるものではありません。子どもでは20人に1人が当てはまると言われています。一言で言えば「そそっかしい」とも言えますが、不注意や多動性、衝動性といった特性があります。

女の子の場合は、多動性や衝動性が目立たず、気づかれにくい傾向があります。不注意のためにミスや忘れ物を繰り返してしまい、辛い気持ちを抱えてしまう場合もあります。

### 注意欠如多動症の特性と神経心理学的背景



注意欠如多動症の様々な特性には、以下のような神経心理学的背景が関係していると言われています。

## 1 興味がないことに対してやる気が出ない [モチベーションの障害仮説]

興味がないことにはやる気を感じにくく、集中力が続きにくい傾向があります。逆に、興味があることには非常に集中できるため、取り組む内容によってパフォーマンスに大きな差が出ます。

## 2 注意が移りやすい [注意のネットワークモデル]

一つのことに集中するのが難しく、周囲の音や動きに敏感で、注意が散漫になりやすいです。これにより、やるべきことに取り組んでいても、気が散ってしまいます。

## 3 計画的に順序立てて行動することが苦手 [実行機能の障害仮説]

計画を立てて順序よく物事を進めるのが難しく、衝動的に行動してしまうことがあります。このため、やるべきことが後回しになったり、最後までできなかったりします。

## 4 待つのが苦手で、すぐに結果を求める [遅延報酬に対する過敏性仮説]

すぐに結果が欲しいため、待つことがストレスになりやすく、イライラしがちです。これが原因で、長期的な目標よりも短期的な満足を優先することが多いです。

## 5 自分の感情や行動をコントロールするのが難しい [自己制御理論]

感情が激しくなりやすく、気持ちや行動をコントロールするのが難しいことがあります。その結果、思わぬ行動を取ってしまい、後悔することもあります。

## ▲ 注意欠如多動症の特性

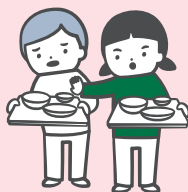
### 注意欠如多動症によくみられる行動 [不注意]

- 忘れ物が多く、よく探し物をしている
- そそっかしくて、ミスが多い
- 友達との約束をうっかり忘れる
- やらなければならないことがあるのに別のことばかりしてしまう
- 宿題や課題の締め切りに間に合わないことが多い



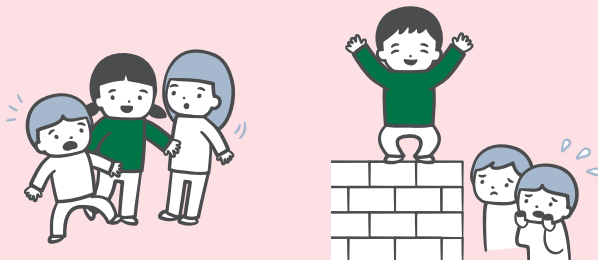
### 注意欠如多動症によくみられる行動 [多動性]

- じっとしていることが苦手
- しゃべりすぎる
- 順番を持つことが難しい
- そわそわ、もじもじしていることが多い



## 注意欠如多動症によくみられる行動 [衝動性]

- 相手が話し終わるのを待てず、途中で話をさえぎって話し始めてしまう
- その場の思いつきや感情で行動してしまう
- 後先考えずに危険な行動をしてしまう



年代別で大切なこと

困りごとへの対応

家族の関わり方

## 注意欠如多動症の強み

- 好奇心が強い
- 発想力があって、創造力が高い
- 行動力や決断力がある
- 直感力が優れている
- 集中した時には、人一倍の力を発揮する



神経発達症について

相談先を知りたい

# 発達性学習症について

## ▲ 発達性学習症 (LD)

発達性学習症 (Developmental Learning Disorder: LD) は、学習障害または限局性学習症とも呼ばれます。全般的な知的発達に遅れはないが、「読む」「書く」「計算する」などの特定の学習領域に対して著しい困難を示します。



読むこと

- 文字を読んでいる時にどこを読んでいるかわからなくなる
- 文字や行を飛ばして読んでしまう
- 文字は理解できるが単語を文章としてつなげて理解することが苦手
- 読んでいる文章の意味を理解することが苦手
- 似た文字を間違える  
〈例〉「あ」と「お」、「b」と「d」など



書くこと

- 文字を書くのに時間がかかる
- 間違った文字を書いてしまう
- 文法的に間違った文章を書いてしまう
- 反転した文字を書くなど  
バランスが良い字を書けない



計算すること

- 数や量の概念の理解が難しい
- 暗算や計算が非常に苦手
- 数字の並びを間違える



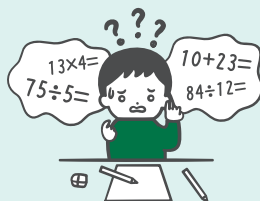
推論すること

- 時間割など表の理解ができない
- 時間の流れやカレンダーの理解が難しい
- 理科の実験などで、仮説や計画を考えることが難しい

## ▲ 発達性学習症の特性

### 発達性学習症によくみられる行動

- 本を読むのを避ける
- 板書をノートに写したり、メモを取ったりするのに時間がかかる
- 計算問題で桁をそろえて書くのが難しい
- 文章を書く時に、句読点の使い方や段落分けが適切にできない
- 口頭での説明は理解できるが、文章になると理解が難しい



年代別で大切なこと

困りごとへの対応

家族の関わり方

神経発達症について

相談先を知りたい

### 補助ツールの活用や工夫

補助ツールの活用が基本ですが、学校での活用は事前に相談が必要になる場合が多いため、まずは学校に相談をしてみましょう。

読むことの  
困難



書くことの  
困難



計算することの  
困難



東京都  
教育委員会  
HP



# 発達性協調運動症について

## ▲ 発達性協調運動症 (DCD)

発達性協調運動症 (Developmental Coordination Disorder: DCD) は、全般的な知的発達に遅れはないが、体の動きがぎこちなく、運動の「不器用さ」が目立つ状態を指します。これは、本人の練習不足や怠けが原因ではなく、病気やケガによるものでもありません。運動の不器用さによって、日常生活や学校生活、遊びなどに大きな支障が出ている状態です。

### 手や指を使うこと

[微細運動]

- 箸やスプーン、フォークを上手く使えず、食べ物をこぼしやすい
- 文字や絵をかくのが苦手で、マス目からはみ出したり、形が崩れたりする
- 服のボタンやファスナーの操作、靴ひも結びが上手くできない
- ハサミや定規、コンパスなどの文房具や道具を扱うのが苦手



### 体全体を使うこと

[粗大運動]

- 走り方や歩き方がぎこちない
- 階段の上り下りや、スキップ、ケンケンが苦手
- ジャンブルジムやブランコなどの遊具遊びが上手くできない
- 姿勢を保つのが難しく、座っていてもぐにやぐにやしたり、椅子からずり落ちたりする



### 目と手足の動きを合わせること

[協応運動]

- ボールを投げる、キャッチする、蹴るといった球技が極端に苦手
- 縄跳びのタイミングが合わない
- 物にぶつかったり、平らな場所でもつまずいたりしやすい



## 対応のポイント

まずは、本人の「頑張りが足りない」のではなく、特性として理解することが第一歩です。できないことを叱るのではなく、できている部分や頑張りを認め、励ますことが大切です。

### ■ 道具や環境の工夫

本人が使いやすい道具を活用します。姿勢が崩れやすい場合は、椅子と机の高さを合わせたり、足が床につくように足台を置いたりすることも有効です。

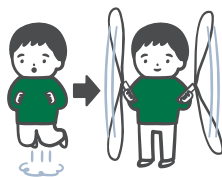
[例／持ちやすい鉛筆、滑り止めマット、ばね付きハサミ、握りやすい縄跳び]



### ■ 活動の工夫 (スモールステップ)

いきなり難しい課題に取り組ませるのではなく、動きを分けて練習したり、簡単な段階から始めたりします。

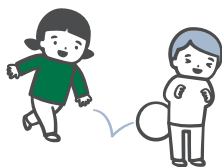
[例／縄跳びを「ジャンプ」と「縄を回す」に分ける]



### ■ ルールの調整

集団活動では、お子さんが参加しやすいようにルールを変更する配慮も有効です。お子さんの様子を先生と共有し、無理のない範囲で調整を相談してみましょう。

[例／ドッジボールでバウンドOKにする、体育のダンスは事前に練習しておく]



発達性協調運動症のお子さんは、園や学校といった集団生活の場で困難に直面することが多くあります。どのような対応ができそうか、園や学校としっかり相談しましょう。

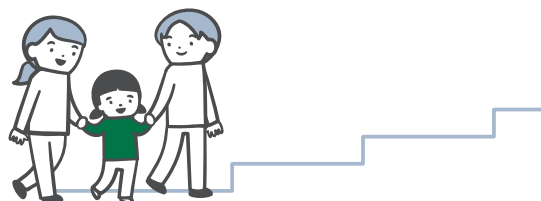
# 知的発達症について

## ▲ 知的発達症 (IDD)

知的発達症(Intellectual Development Disorder:IDD)は、子どもの頃から、言葉や記憶を使って様々なことを理解して、推測したり、学習したりすることが困難であり、色々な場面に上手く適応することが難しい状態です。なお、知的な能力は成長とともに変化していくこともあります。簡単に言うと、何かができるようになるまでがゆっくりなお子さんといえます。基本的な生活習慣を身につけるのに時間がかかる傾向があります。焦らず時間をかけて一つずつできるようになっていくことも大事です。しかし、周囲のお子さんとは比べ親御さんが焦ることもあるでしょう。

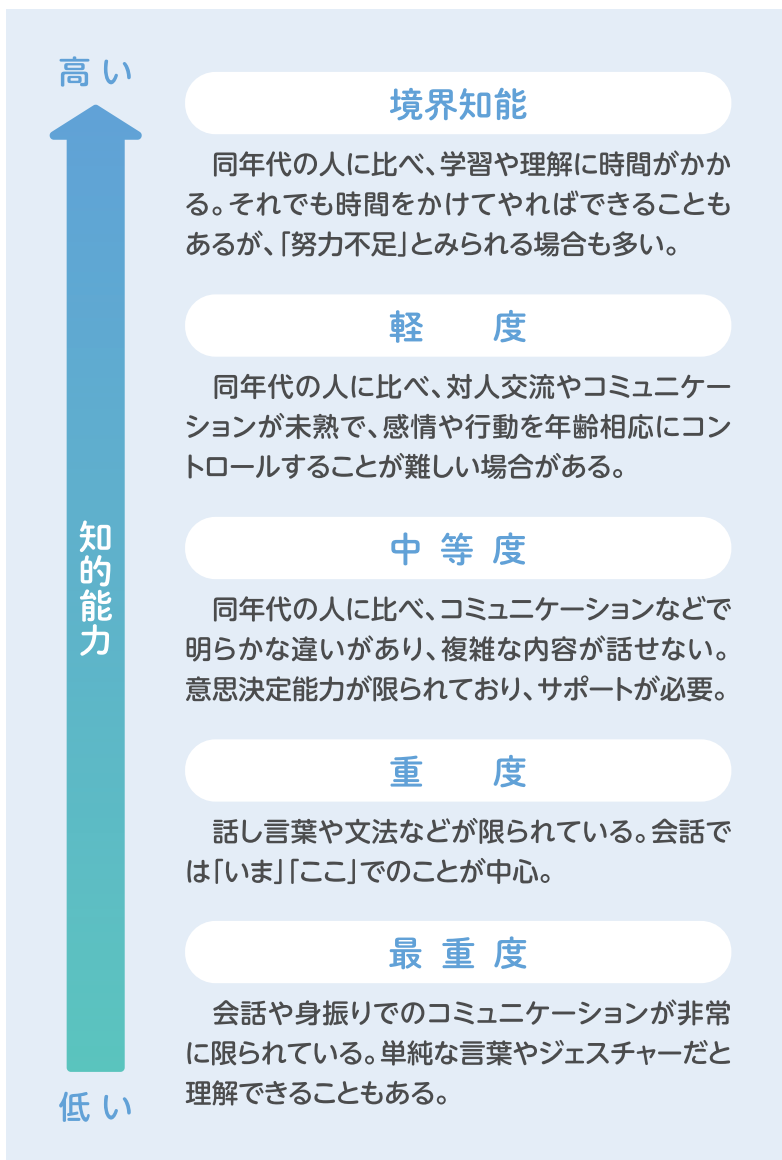
本人らしく成長していくためには、獲得できそうなことを教えない「放任」になることも、難しいことを厳しく訓練させる「過剰訓練」になることも避けたいです。まずはお子さんが「どのくらいゆっくりなのか」を知ることが大事です。知的発達症の重症度が、「境界知能」や「軽度」の場合、気づきにくいことも多いため、知能検査は有用です。しかし、知能検査の数値(IQ)は一つの目安にすぎません。実生活の中で、できることを着実にやり、できないことを誰かや何かに頼ることがポイントです。

また、知的能力と必要な支援の程度は必ずしも一致するとは限りません。知的発達症が比較的軽度であっても、状況によってサポートが必要な場合もあれば、適切な環境が整うことで自力でできるが増える場合もあります。一人ひとりに合った支援を検討することが重要です。



## 知的発達症の分類

知的発達症の重症度は、知的能力や適応能力によって以下のように分類されます。



年代別で大切なこと

困りごとへの対応

家族の関わり方

神経発達症について

相談先を知りたい

# 診断と手帳について

## ▲ 診断のことを伝えるタイミング

状況次第ではありますが、本人が「少し他の人と違うかも」のような疑問や気づきがあったタイミングが良いと言われています。伝える時に大切になるのは、お子さんの気持ちが安定していることです。あわせて、説明の内容を理解できる力があるか、自分の診断名をむやみに他人に話さないという判断ができる力があるかも見極める必要があります。さらに、診断名が一人歩きして、お子さん自身が「自分ができない子」と思い込んでしまわないよう、注意が必要です。適切な支援を受けながら「できた」「がんばれた」という実感を積み重ねていくことが大切です。診断の伝え方やタイミングは、主治医とも相談して決めましょう。下記の書籍も参考にしてみてください。

■ 自閉スペクトラム「自分のこと」のおしえ方 増補版(著者:吉田友子/株式会社Gakken)

## ▲ 手帳を取得

障害者手帳には、「療育手帳」と「精神障害者保健福祉手帳」があります。手帳を取得することで、様々な福祉サービスを受けやすくなります。

### 《療育手帳について》

知的発達症があるお子さんが対象です。療育手帳があると、特別支援学校や福祉サービスの利用がスムーズに進むことが多いです。

### 《精神障害者保健福祉手帳について》

思春期以降、就労を見据えた時期に取得を検討する方が多いです。取得しても「使わない」という選択もでき、「いざという時のお守り」として持っておく方もいます。タイミングや必要性は、主治医と相談しながら決めましょう。



## 相談先・申請窓口

18歳未満の療育手帳申請には判定が必要です。まずは児童相談所にご相談ください。精神障害者保健福祉手帳は各市町村の保健福祉課等が窓口となります。

# お薬について

神経発達症のお子さんに対する支援では、環境を整えたり、本人の特性に合った工夫を考えたりすることが大切ですが、必要に応じてお薬を使う場合があります。神経発達症の特性そのものを変えるものではなく、衝動的な行動を減らしたり、不安を和らげたりすることで、お子さんが持っている力を発揮しやすくするための補助的な手段です。お薬を使うかどうかは、お子さんの状態や生活環境に応じて、医師とよく相談しながら決めていきましょう。

## 不注意・多動・衝動性(ADHDの症状)



### メチルフェニデート

中枢神経刺激薬で、ドパミンとノルアドレナリンの濃度を高めます。比較的早く効果が現れます。

### アトモキセチン

前頭前野でのノルアドレナリンの濃度を調整します。効果が現れるまで2~3週間かかります。

### guanfacine

前頭前皮質にある $\alpha 2A$ アドレナリン受容体に作用し、バランスを整えます。効果が現れるまで1~2カ月かかる場合があります。長期的な服用が前提となります。

### リステキサメフェタミン

中枢神経刺激薬で、ドパミンとノルアドレナリンの働きを強めます。他の薬で効果が不十分な場合に、使用が検討されます。

## 過敏さ・かんしゃく・切り替えにくさ・衝動性(ASDの症状)

### risperidone

脳内のドパミンやセロトンを安定させ、易刺激性(過敏さ・かんしゃく・切り替えにくさ・衝動性など)を和らげます。

### アリピプラゾール

ドパミンを調整することで、易刺激性を和らげます。

## 不安・気分の落ち込み・不眠

### SSRI(選択的セロトニン再取り込み阻害薬)

脳内のセロトニン濃度を安定させることで、気分の落ち込みや不安を和らげます。

### 不眠症治療薬(メラトニン製剤等)

脳内のメラトニンという睡眠ホルモン受容体に作用し、体内時計のリズムを整えて自然な眠りを促します。依存性の低い薬です。

※副作用が出ることがありますので、気になる変化があれば必ず医師に相談してください。

年代別で大切なこと

困りごとへの対応

家族の関わり方

神経発達症について

相談先を知りたい