



丸亀市発達障害児支援協働事業では、医師・大学教授・臨床心理士等の専門相談員が保育所・幼稚園・こども園・小学校・中学校を巡回し、子どもたちへの関わり方をアドバイスしたり、保育士・教員と連携しています。保護者への相談事業やセミナー等、幅広くご活躍頂いている相談員の先生方にコラムをお願いし、ここでは順番にご紹介したいと思います。

ホームページにほっぺ通信のバックナンバーを掲載しています。

お問い合わせ・申し込み

NPO法人 グランマール

丸亀市発達障害児支援相談窓口 ほっぺ
ひまわりセンター3階(事務室)、2階(相談室・プレイルーム)
9:00~16:00
(0877) 85-6613 FAX (0877) 85-6614
e-mail npochiiki@yahoo.co.jp

丸亀市教育委員会教育部幼保運営課
(0877) 35-8892

ほっぺホームページ
<https://hoppe-marugame.com/>



コラム

感覚に困難さがある子への対応

先日、あるお母さんから『ネントレ』という話を聞きました。『ネントレ』とは、決まった時間に赤ちゃんが自然と眠りにつく習慣をつける睡眠トレーニングのことで、乳児期後期から始めて、1歳頃までに整えることを理想としているそうです。発達障害のある子どもは、睡眠に何らかの問題を抱えることがあるといわれており、自閉スペクトラム症児では50~80%、ADHD児では25~50%に睡眠障害が合併するとの報告があります。原因として、感覚の過敏さなどの特性や睡眠リズムのシステムづくりの問題、不安症状との関連などが考えられています。

睡眠に限らず、発達障害のある子どもは感覚的な困難さを持っているといわれています。例えば、食事について考えてみましょう。「ジャガイモのホクホク感が苦手」「カレーをご飯にかけると食べられない」など、触感の困難さによって食べられない子がいます。そのような場合は、細かく刻む、カレーをご飯を別々に出す等の工夫が必要になります。酢の物や柑橘の酸っぱさを“痛み”として感じてしまう子もいます。これは“痛み”を感じる痛覚が過敏なことにより生じます。また、食材が大きいと圧覚が過剰なため食べられない子がいます。その場合、食材を小さく切る、柔らかくするなどの対応をします。逆に圧覚を感じ取りにくい子は、ザクザクしたスナック菓子や揚げ物を好み、シチューなどのドロドロした触感には苦手になる傾向があります。温冷覚が過敏な子は、熱いもの、冷たいものが極端に苦手です。適温に温度調整をする、金属製のスプーンを使わないなどの工夫が必要です。臭覚が過敏な子は、ハーブや発酵食品などが苦手です。味覚に困難さがあり味を感じにくい子は、濃い味の食べ物ばかり好む傾向があります。「イチゴのつぶつぶが苦手」「白い食材しか食べない」など見た目でも拒否してしまうこともあります。感覚過敏がある子は不安が強いため、同じ食事を食べ続け、初めてのメニューは断固食べないことがあります。また、手先が不器用なため、お箸やスプーンをうまく使えず、食事への苦手意識を持っている子もいます。このように食事ひとつをとっても、「触覚」「痛覚」「圧覚」「温冷覚」「臭覚」「味覚」「視覚」「不安の高さ」「不器用さ」などの様々な感覚が働いており、その感覚が過敏もしくは鈍麻であるがために、困難さが生じてしまうお子さんがいます。

食事だけでなく、白く明るい光を“まぶしい”と感じてしまうため部屋に入ることを拒む子、様々な音が同じ大きさで一度に聞こえるため人が多いと疲れてしまう子、人に触られると“痛い”と感じるためスキンシップが苦手な子、など、感覚に困難さがあるがために生き辛さを抱えている子がいます。感覚は私たちが普段意識することがあまりないため、こうした感覚の困難さに気づいたりイメージしたりすることはとても難しいことです。私たちは、その子が何に困難さを感じているかを考え、安心できる環境を整えながら、その子が少しずつ受け入れられる感覚を拡げていくお手伝いができると思っています。

*参考文献:前田智行「子どもの発達障害と感覚統合のコツがわかる本」ソシム株式会社(2021)

臨床心理士
公認心理師

入江 輝
いりえ ひかる



行事予定・お知らせ

※全て要予約です。

ま〜る、すきっぷ
ぴあ・ほっぺの
予約は

☎ (0877) 85-6613
にご連絡ください。

ま〜る 臨床心理士等
相談員との個別相談

来所・Zoomまたは電話で
相談を実施しています。
詳しくはチラシ・ホームページ
をご参照ください。

相談
時間 50分

ぴあ・ほっぺ 発達障がいや発達が気になる
子どもの保護者のための場

開催 毎週月・火曜日 毎週木曜日
10:00~12:00 10:00~12:00
13:00~15:00

方法 来所、Zoom、電話 参加費 100円
(来所のみ)

すきっぷ 発達障がいのある子どもの
保護者のグループ相談

参加人数 定員7人 相談時間 10:00~12:00

相談方法 対面でグループ相談 参加費 100円

- R6年 5/21(水) 0~18歳までの子どもの保護者対象
- 6/17(日) 0~18歳までの子どもの保護者対象
- 6/18(水) 思春期(小学校高学年~高校生)の子どもの保護者対象
- 7/10(水) 乳幼児(就学前まで)の子どもの保護者対象
- 7/14(日) 発達障害のある子どもの父親対象
- 9/ 2(日) 青年期(高校卒業後)の子どもの保護者対象
- 9/ 9(日) 思春期(小学校高学年~高校生)の子どもの保護者対象
- 9/24(水) 0~18歳までの子どもの保護者対象

※メール登録をされている方に、お知らせ等を一齐メールで送信しています。
迷惑メール設定をされている方は、下記のメールアドレスが届く状態に
しておいてください。 skip@ml.chiikiwakazoku.lomo.jp

●Zoom相談

「相談したいんだけど感染が不安」
「体調が悪く、外に出る元気がない」
そのような時

Zoom相談なら、自宅からスマートフォン・パソコンを使用し、
顔の見える状態で相談できます。

ホームページに「Zoom相談をされる方へ」を
掲載していますのでご覧ください。
<https://hoppe-marugame.com/>



●電話相談

「仕事が終わって向かっていたら間に合わない
けれど、仕事終了時に車の中から電話で相談でき、助かった。」
などの声をよく耳にします。

※電話相談はこちらから電話をかけます。

香川県NPO基金、丸亀市市民活動ステップアップ補助事業、
NPO法人グランマル出資にて、
所属の専門相談員15名が執筆し、
「子育てを支える専門家から
子どもを育てているみなさんへ」
を作成しました。



フォーラムのお知らせ

日時 8/3(土) 10:00~12:00 場所 ひまわりセンターにて

- ・高知大学大学院総合人間自然科学研究科教授・臨床心理士・学校心理士SV・
元公立高校教員の岡田倫代先生
 - ・四国子どもとおとなの医療センター 成育こころの診療部長、
児童精神科医長の中土井芳弘先生
- によるフォーラムを開催する予定です。
テーマなど詳細は決まり次第、ほっぺホームページにアップします。
ご確認ください。



●子育てコラム

臨床心理士 川田行雄先生

「過剰適応について」を掲載しています。



ほっぺ 丸亀市発達障害児支援相談窓口
ホームページ <https://hoppe-marugame.com/>
「コラム」からご覧ください。



~スタッフのつぶやき~

昨年夏ごろから手掛けていた情報冊子「発達障がいの子と保護者のための情報BOOK」が2月に完成しました。
私の子どもには発達障がいの特性があり、それゆえ困り感や生きづらさを抱える場面が成長する過程で何度も訪れ
ました。親として、悩んだり落ち込んだりしながらも、「幸せにこの子らしく生きて欲しい。そのためには、今どうしたら
いいのだろう。」そう思って、相談を重ねながら子育てをしてきました。

そんな経験から、「こんな情報冊子があったらいいな」という気持ちで作成を始めました。
この冊子には、幼児期から就労期に至るまでの相談・支援・制度等の情報を掲載しています。
私と同じ子育てをしているみなさんの手に届いて、少しでもお役に立てたらうれしいです。
丸亀市発達障害児支援相談窓口ほっぺ事務局(ひまわりセンター3階)・丸亀市役所2階
幼保運営課前の待合ロビーのチラシラック等に置いています。
ホームページでもご覧いただけますし、こちらのQRコードからダウンロードすることも
できます。



~すきっぷ・ぴあほっぺに 参加された方の感想より~

- ・スタッフさんの経験やアドバイスもくれ、とても
良い。(ぴあ・ほっぺ)
- ・非常にいきづまった状況で相談を受けましたが、
自分では思い至らなかった選択肢を提示いただ
けて、やはり経験豊富な専門家の助言はありが
たいです。(すきっぷ)
- ・ここまでの確かなアドバイスをいただけるところは
他にないので、というより、青年期の発達障害
について相談できるところ自体がないので、助
かっています。(青年期すきっぷ)
- ・子の特性に応じて様々なアドバイス、対処方法を教
えてもらえます。時間が50分あるので、たくさん
のことを相談しやすいです。(個別相談)
- ・とても話を聞いてくださり、心が救われました。
(ぴあ・ほっぺ)
- ・心からちよちよがすっきりして今日からまた頑張
れる!ありがとうございます。
- ・発達障害系の内容を本音で話して理解してくれ
る相談先は本当に無いので、助かります。
- ・学校への相談の仕方も勉強になりました。
- ・同じような課題を抱えた父親同士で、課題を共
有する機会が普段無い良い機会だと思います。
(父親すきっぷ)
- ・一人でもちよちよと抱えていた悩みや迷いが、話を
聞いてもらえて軽くなりました。「今後のことをど
うしていくか」を一緒に考えてくれる人がいる、
そう思うと心強く、本当に助けられる思いです。

インフルエンザ・コロナウィルス等感染予防対策を行っています。

- ※保護者の方やお子さん、ご家族に、発熱・咳などの症状がある時。
- ※お子さんが通う園、学校、ご家族の職場等が閉鎖・待機になっている時。
- ※インフルエンザについては、発症した後5日を経過、かつ解熱(37度以下)した後2日(幼児にあっては3日)を経過するまで。
(学校保健安全法施行規則第19条より)
- ※コロナウィルスについては、発症の翌日から5日間を経過、かつ症状が軽くなってから1日経過するまで。(文部科学省の省令改正より)

来所相談を希望されている方で上記にあてはまる場合は、来所をお控えください。

Zoom相談や電話相談に切り替えることもできます。

キャンセルされる場合は、新たに予約をお取りします。ご連絡ください。

※換気のため窓を開けています。服装等で調整をお願いします。

※来所時に体温測定と手指の消毒をお願いします。

次回ほっぺ通信はR6年9月に発行します。お楽しみに!