

2024年 発達障害基礎講座

## 発達障害の基本的理解

仙台市北部・南部発達相談支援センター  
久保田由紀

### 行動上の問題を引き起こす要因は 発達特性以外にも存在する

発達障害児はマルトリートメント(不適切な養育)のハイリスク児  
一方でマルトリートメントのみでも行動障害を生じる

幼児が行動障害を呈する原因の3つのパターン

1. 発達障害のみ
2. 発達障害+マルトリートメント
3. マルトリートメントのみ

1回の診察では判別が困難なことも多い  
正確な診断には客観情報が必須

行動障害を呈する児＝発達障害児 ではない

## 行動障害を呈する児に出会ったら

### どの子にとっても必要なこと

- 1.早寝・早起き・朝ごはん
- 2.メディア機器利用の管理
- 3.しつけの3原則  
(あいさつ、返事、靴をそろえる)
- 4.お手伝い
- 5.学習面のフォロー

**小学校に入るまでに  
できてほしいこと**

**保護者が手本になりましょう**

小児科の発達障害外来から  
お話を伺っています。

1. 寝る・早起き・朝ごはん
  - 早寝：小学校入学前なら9時前（高学年でも9時前）
  - 早起き：眠らなくても、積極的に起床に促していく
  - 朝ごはん：「いただきます」と感謝できる
  - 朝ごはんは必ず食べる。食べ残しは片づける。遅刻の学校で始業に備わっています。
2. メディアとのつきあひ方
  - 2歳までテレビ・ビデオ視聴は制限
  - 幼児期、小学生のうちテレビ・ビデオ視聴は制限（読書も大切にしてほしい家庭は推奨しています）
  - すべてでメディアの機器を使う年齢制限を設ける（ゲームは1日10分まで）
  - 子ども部屋には、テレビ、ビデオ、パソコン・コンシューマーを置かない
  - 自然に楽しむ・ふたつに楽しめる遊びを親子で楽しませよう
3. しつけの3原則
  - 心んこ
  - あいさつ（ありがとう、ごめんなさいも含む）
  - くつをそろえておく（履き替の第一歩）
4. お手伝い
  - 自分から進んで、お手伝いができる
  - 自分からは、自分でやる習慣がついている
  - 家族の中で、自分の役割がわかる
  - お手伝いは3歳半までやむを得ない。1歳でもやらなければいけない（発達障害児）
5. 学習のフォロー
  - 正しいお話し方の教え方を覚えよう
  - 毎日、子どもの勉強をみてあげよう
  - 学習の目安（小学校は1日10分程度）
  - ひらがなの読み：5歳ひらがなで50%以上の子どもができる
  - ひらがなの書き：6歳ひらがなで50%以上の子どもができる

「してあげて いてあげて」させてみる。 米沢康生 上杉謙山  
—— 発達障害児の母 ——

特に上記1.2ができていないケースの発達特性は見極めが困難  
→適切な生活習慣について助言し、経過を追うことも必要

**マルチトリートメントへの対応を優先する**

**睡眠リズムを整えるだけでも  
かなり行動が  
改善する**

## 適切な睡眠時間は？

### 推奨睡眠時間

- ・小学生 9～12時間
- ・中学・高校生 8～10時間

- ・1～2歳 11～14時間
- ・3～5歳 10～13時間
- ・小学生 9～12時間
- ・中学・高校生 8～10時間

厚生労働省  
健康づくりのための睡眠ガイド2023  
こども版

米国睡眠医学会

## 睡眠不足の弊害

集中力の低下  
判断力の低下  
意欲の低下  
感情調節力の低下  
記憶力の低下  
免疫力の低下  
肥満、糖尿病、高血圧、心筋梗塞、狭心症、、、

ADHD様の症状！

小児の場合は発育や学業成績にも影響

## 発達障害と睡眠障害

- ・ADHD児の睡眠障害の併存率は35-70% Kronholm E et. al.
- ・ASD児の睡眠障害の併存率はおよそ64-93% Carmassi C et. al.
- ・定型発達児の睡眠障害の有病率は11-37% Stein MA et. al.
- ・発達障害児は非発達障害児と比較して、  
1歳頃に睡眠が不規則であった児が有意に多かった  
愛媛大学 堀内先生

発達障害児は定型発達児と比較して睡眠障害を合併しやすい

環境調整等によっても睡眠リズムの改善が得られない場合には  
睡眠障害の可能性があるので医療機関へ相談を！

## 発達障害とは？

### DSM-5

#### 〈神経発達症群〉

- 知的能力障害群  
知的能力障害(知的発達症/知的発達障害)
- 注意欠如多動症(ADHD)
- 自閉スペクトラム症(ASD)
- 限局性学習症  
読字障害、書字障害、算数障害
- コミュニケーション症群  
言語障害、構音障害、吃音、社会的コミュニケーション症
- 運動症群  
発達性協調運動症、チック症、常同運動症

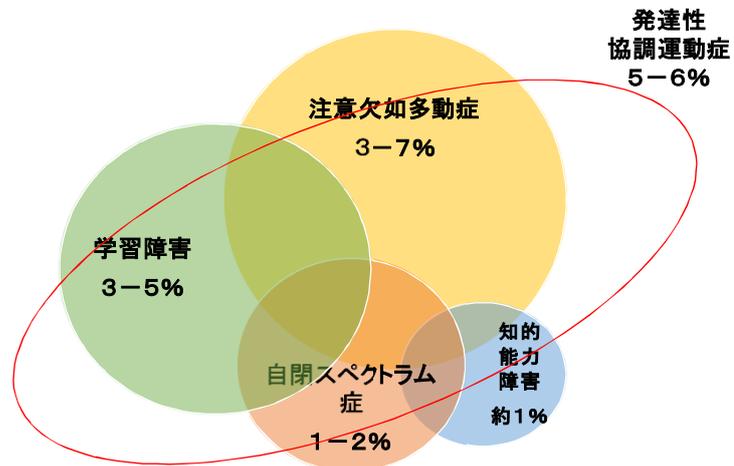
## 発達障害とは？

### DSM-5

#### 〈神経発達症群〉

- 知的能力障害群  
知的能力障害(知的発達症/知的発達障害)
- 注意欠如多動症(ADHD)
- 自閉スペクトラム症(ASD)
- 限局性学習症  
読字障害、書字障害、算数障害
- コミュニケーション症群  
言語障害、構音障害、吃音、社会的コミュニケーション症
- 運動症群  
発達性協調運動症、チック症、常同運動症

## 発達障害は稀ではなく かつ同時に起こりやすい



## 発達障害の診断

学校、幼稚園・保育所での  
適応状況の情報が必須

### ①発達特性が認められること

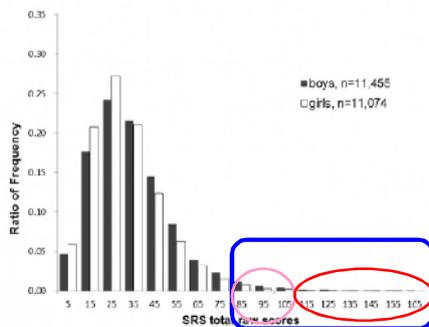
いつでも、どこでも…**2つ以上の場所**で  
ある年齢から突然ではなく、幼児期から

### ②特性による、生活上の困難があること

①のみ → 自閉スペクトラム /注意欠如多動

①+② → 自閉スペクトラム**症**/注意欠如多動**症**

# スペクトラムという考え方



診断がつく人たちと、  
診断閾下の人たちとの  
症状レベルは、連続している

- 常に配慮が必要
- 環境により配慮が必要になる

## 自閉スペクトラム症

: 特性 + 生活困難

## 自閉スペクトラム

: 特性はあるが生活困難はない。

スコアが高くなれば、**自閉症的特徴**が強くなる

Kamio et al. 2013

同じ人がその時の状態により  
自閉スペクトラム症になったり  
自閉スペクトラムになったりする

# 問題を先送りにすると...

小児期特有の  
二次的問題

学習不振  
自尊心の低下  
社会性の低さ  
生活能力の低さ

発達障害は予防できないが  
二次障害は予防できる

二次障害  
(うつ病・反抗挑発症)  
不登校

非行  
ひきこもり  
家庭内暴力

早期に介入をすることで、二次的な問題への進行を  
止めることができる⇒**子どもの将来が変わる!**

相談支援の目的は・・・

子どもの力を最大限に伸ばしてあげること

子どもの力を最大限に伸ばした場合の  
将来ビジョンは？

将来ビジョンが想定できているか？

■将来ビジョン:実現可能な具体的目標

目標は自立！

子どもの能力を最大限に伸ばせたとき、  
どのような形での自立が期待できるか  
本人の能力+教育環境(家庭・学校)

生活介護対象の  
お子さんならQOLを  
いかにあげていくか

- 10歳未満:最大限うまくいった場合を目標に
- 10歳以降:具体的なビジョンを

一般雇用 (配慮なし・障害非開示)  
障害者雇用(合理的配慮あり)  
就労移行支援  
A型就労継続支援  
B型就労継続支援  
生活介護

## 子どもの能力を最大限に伸ばすには？

- 早期に支援を開始する。無駄な失敗をさせない
- 努力して成功したという経験の積み重ねが必要  
→ 自己有能感、自己耐用感が育まれる
- 特性を理解して、スモールステップで鍛える。  
「適度なストレス」が達成感、意欲を産む
- 思春期には子どもの自律を妨げないよう、上手に手を離し  
失敗を保障する。

過度な支援はこどもの成長の妨げとなる！  
支援を減らす方向性が重要