

『すまいる通信』配信のお知らせ

毎月20日に
配信します



『すまいる通信』は、あらかじめご登録いただいた方にパソコンや携帯電話などのメールを利用して、支援に役立つ情報やイベントをお知らせするサービスです。ぜひご活用ください。

(情報利用料は無料。ただし通信料は自己負担となります)

新規登録、登録内容の変更・登録の解除

下記のアドレスまたは右の二次元コードより案内に従い、空メールを送信してください。

▶ <https://mail.cous.jp/setagaya-mail/>



〈配信元・問合せ先〉

世田谷区障害福祉部障害保健福祉課 TEL 03-5432-2227 FAX 03-5432-3021

世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」

開所日時

月～土曜日(祝日及び年末年始を除く)
午前9時～午後6時

利用方法

世田谷区在住の方を対象としています。
何かお困りのことがあれば、まず、世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」にお電話ください。

TEL 03-5727-2236 (相談専用)

〒157-0074 世田谷区大蔵 2-10-18
大蔵二丁目複合型子ども支援センター 2・3階

TEL 03-5727-2235 (代表)

FAX 03-5727-2238

URL <https://www.ryo-iku.jp/>

業務受託/社会福祉法人 トポスの会

〒123-0844 足立区興野 2-18-12

TEL 03-5837-4840 FAX 03-3890-8121

「げんき」ホームページのご案内

「げんき」は発達障害に関する理解啓発のために、ホームページを運営しております。

下記のコンテンツを中心に、随時更新しています。

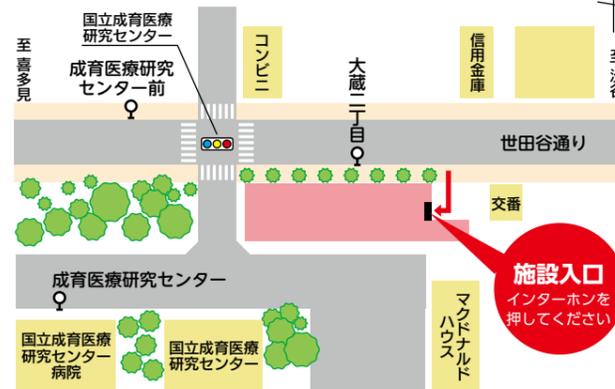
- 「げんき」・発達相談室の利用案内
- 講演会・講座・お話し会などのイベントの告知
- Gpressバックナンバーの掲載
- 発達障害関連情報の紹介 など

ぜひ、ご活用ください。

URL : <https://www.ryo-iku.jp/>



アクセス



「成育医療研究センター前」「大蔵二丁目」バス停下車すぐ

東急バス

- 〔渋24〕 成城学園前駅 ↔ 渋谷駅
- 〔等12〕 成城学園前駅 ↔ 等々力操車所
- 〔用06〕 成城学園前駅 ↔ 用賀駅
- 〔玉31〕 成城学園前駅 ↔ 二子玉川駅

小田急バス

- 〔渋26〕 調布駅南口 ↔ 渋谷駅

渋谷方面行きのバスにご乗車の場合は「成育医療研究センター前」で下車。成育医療研究センター行き、成城学園前駅行き、調布駅南口行き方面のバスにご乗車の場合は「大蔵二丁目」で下車。

※専用駐車場はありません。

Gpress

せたがや

第57号

「ジープレスせたがや」
2026年
3月発行

発行 / 世田谷区発達障害相談・療育センター「げんき」

発達障害って、 (神経発達症) なんだろう？

発達障害(神経発達症)の特性のあらわれ方は、一人ひとり異なります。
ちがいをみとめあうこと、
その人にあった配慮や工夫をすることが大切です。



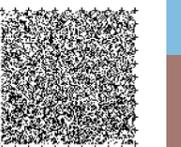
中面で、発達障害(神経発達症)や関わる時に大切なことについて紹介しています。

まずはお電話ください

<https://www.ryo-iku.jp/>

「げんき」相談専用番号

03-5727-2236



「げんき」では、発達障害に関する全般的なご相談をお受けしています。

発達の特徴とは？

生まれながらの脳のはたき方により、世の中の多くの人とちがいがあ(特性)がある。

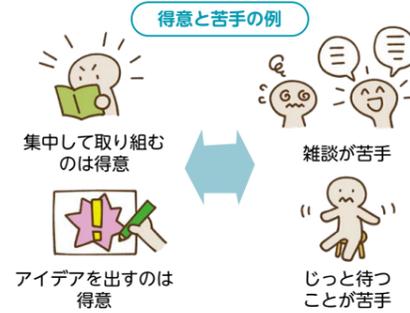
ものごとの理解の仕方、コミュニケーション、体の動かし方、反応の仕方、社会性の発達などに影響があります。

育て方や性格が原因ではない。

特性は、幼児期からあられ、多くの場合は、大人になっても残ります。

得意なことと苦手なことの差が大きい場合がある。

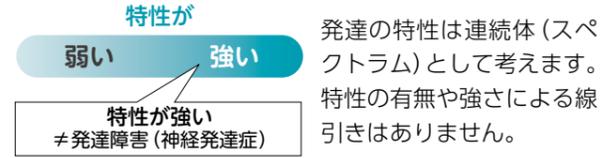
生活の中で困りごとが生じやすく、生きづらさを感じる場合があります。



どこから発達障害(神経発達症)？



本人の特性と環境との不適応(ミスマッチ)により、生活の中で困りごとが生じている場合に、医師が診断を行います。



➡「どんな環境なら本人の力が発揮できるか」、「安心して過ごせるか」と考えることが大切です。

特性や症状のタイプは分かれますが、重なりあうことがあります(図参照)。

年齢や環境により目立つ症状や診断が変わることがあります。

<p>自閉スペクトラム症：ASD</p> <ul style="list-style-type: none"> ●状況にあわない発言や行動をする ●相手の表情や気持ちを察することが難しい ●こだわりがある、興味関心に偏りがある ●感覚(刺激)の過敏さ、または鈍感さ 	<p>限局性学習症：SLD</p> <p>読む・書く・計算することのうち1つ以上が極端に苦手</p> <p>※知的発達の遅れや視覚、聴覚の障害などが学習困難の直接的な原因ではない</p>
<p>注意欠如多動症：ADHD</p> <ul style="list-style-type: none"> ●注意が逸れやすい、注目し続けることが苦手(不注意) ●落ち着きがなく、じっとしてられない(多動性) ●突発的に行動する(衝動性) 	<p>その他</p> <p>コミュニケーション症群：言語症、語音症、社会的コミュニケーション症、吃音</p> <p>運動症群：発達性協調運動症、常同運動症、チック症群</p> <p>知的発達症群</p>

図 発達障害(神経発達症)とその特性

※DSM-5-TR参照 ※図の様子があることが必ずしも発達障害(神経発達症)であるとは限りません。

どんな困りごとがあるの？どんな対応があるの？

発達障害(神経発達症)は、見た目ではわかりにくいので、本人の困りごとに気づかれず、誤解される場合があります。できないことや失敗したことを注意され、自信をなくすことによって、二次的な精神的・行動的問題につながる可能性があります。

タイプ別 困りごとの例

<p>ASD</p> <p>あいまいな指示を理解することが苦手</p> <p>対応のヒント 指示はひとつずつ、短く簡潔に伝える。絵や写真を使って見てわかるようにすると理解しやすくなります。</p> <p>ざわざわした環境や大きな音が苦手</p> <p>対応のヒント 苦手な刺激を減らす。イヤーマフや耳栓などの道具が活用できます。</p>	<p>ADHD</p> <p>物の管理が苦手</p> <p>対応のヒント 取り組みやすい仕組みをつくる。物の定位置を決め、使った後は戻すルールを一緒に確認しましょう。</p> <p>SLD</p> <p>文章をスラスラ読むことが苦手</p> <p>対応のヒント 読むことへの負担を減らす。文字や行間の調整、文章に線を引くと読みやすくなります。ICT機器も活用できます。</p>
---	--

※これらの困りごとがあることが必ずしも発達障害(神経発達症)であるとは限りません。

➡ 特性による困りごとは、「わざと」や「努力不足」が原因ではありません。周囲の人が、本人の困りごとに気がつき、特性を理解して関わるのが大切です。

環境を柔軟に整えることが大切

安心できる環境をつくる

自己肯定感を高める

- できていることをみとめる
- 本人の思いを受け止める
- おだやかな声で、肯定的な声かけをする
 - 「～します」、「～しましょう」
 - ×「～しません!」、「ダメ!」
- パニックやかんしゃくなど、気持ちが不安定なときは、静かに見守り、落ち着くまで待つ



気持ちを整えたいときに使える場所をつくる

- 音や光などの刺激を減らして、静かな空間にする
- リラックスできる環境を整える



わかりやすい環境をつくる

具体的に伝える

- 注意ではなく、「どうすればうまくできるのか」を伝える
- 事前に「いつ・どこで・誰と何をするのか・どうやって終わるのか」を伝える



見通しを持ちやすくする

- 予定や手順を見てわかるように伝える
- 困ったときや苦手なことへの対応を伝える
 - 例：苦手をサポートできる道具の活用



「安心できる環境」と「わかりやすい環境」を整えることで、「できること」が増えていきます。

➡ 本人と相談しながら、その人にあった環境をいっしょにつくっていきましょう。周囲の理解が深まるとともに、本人の自己理解につながります。

「ちがいを」理解し、みとめあうことが大切

発達障害(神経発達症)の特性や困りごとは、一人ひとり異なります。大切なことは、「どんなことが得意か」「何が苦手か」、その人自身に目をむけ、その人にあった対応を行うことです。

<p>「げんき」では、</p> <p>好きなこと・得意なことの活かし方</p> <p>苦手なことへの対応方法</p>	<p>困ったときのヘルプの出し方</p>
---	-----------------------------

などが身に付くように、支援を行っています。

お互いのちがいをみとめあい、必要な配慮や工夫について一緒に考えていくことで、すべての人が自分らしく過ごせる地域社会をつくっていきましょう。