

## 発達障害がある幼児期・学童期の子どもへの支援

信州大学医学部 子どものこころの発達医学教室  
附属病院子どものこころ診療部  
長野県発達障がい情報・支援センター「といろ」  
本田秀夫

## 長野県発達障がい情報・支援センター「といろ」

### 長野県発達障がい情報・支援センター 動画ライブラリー



長野県発達障がい情報・支援センターのWebサイト内  
動画ライブラリーに今後も様々な動画が追加されます。  
ぜひご利用ください。

- 長野県が精神保健福祉センター内に設置・運営していた「長野県発達障がい者支援センター」を2023年度から信州大学医学部附属病院に委託
- 支援機能だけでなく情報発信機能を強化



長野県発達障がい情報・支援センター  
〒390-0802  
長野県松本市旭2丁目11-30 長野県松本旭町庁舎内  
電話：0263-37-2725（平日9時～16時）  
FAX：0263-37-3350  
<https://naganoken-hattatsu.info/>



## にじいろ子育てチャンネル

- 2022年6月に開設
- 「にじいろ子育て」（山梨日日新聞で連載中）のトピックを中心に発信

2025年6月に  
AIチャット機能が  
追加されました！

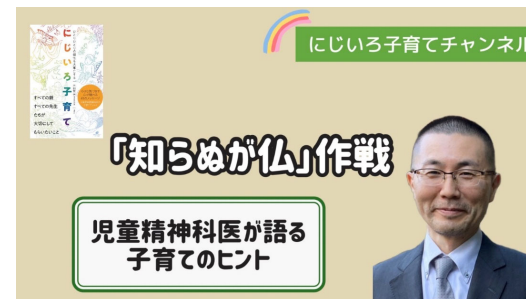


子どもの色を、  
活かす子育て

周りの子と、自分の子を比べてしまって、  
不安になることはありませんか？  
子どもにはそれぞれの育ち方があります。  
のびのびトイロは、「個性に合わせた多様な子育て」を  
応援するアプリです。



運営チーム  
企画・開発・運用 ヘルスケアデザインチーム Colonb's  
月刊イクジまともと  
信州大学医学部子どものこころの発達医学教室  
コンテンツ提供 信州大学医学部子どものこころの発達医学教室  
ご支援 一般財団法人YOKA



## 発達障害(神経発達症)とは

発達期に現れる脳機能の異常により、認知、言語、学習、社会的行動、注意制御、運動などの発達に異常がみられ、そのことによって学業、職業、集団参加などの社会生活において支障が生じている状態の総称

## 注意欠如・多動症

(attention-deficit/hyperactivity disorder: ADHD)

### ➤ 不注意

気が散りやすく集中することが苦手、忘れ物やミスが多い、ボーっとしているなど

### ➤ 多動性・衝動性

落ち着きがない、いつも身体のどこかが動いている、何か思いついたらいてもたってもいられないなど

## 限局性学習症／学習障害

(specific learning disorders: SLD / learning disabilities: LD)

知的発達には遅れがないにもかかわらず、知的水準に比べて字を読む、書く、計算するなどの学習が著しく苦手。

## 自閉スペクトラム症

(autism spectrum disorder: ASD)

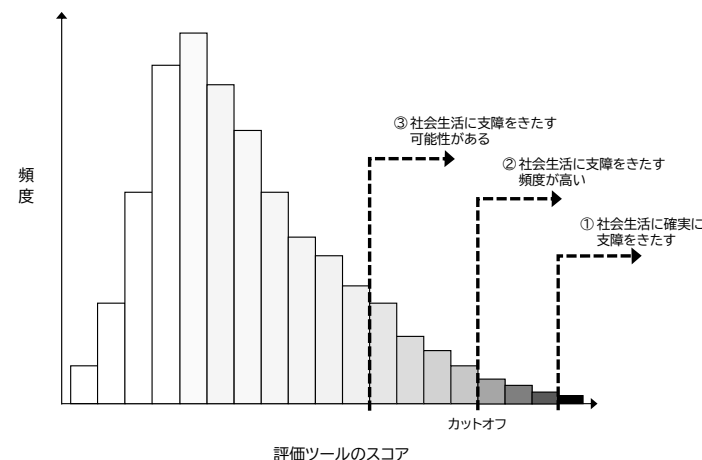
➤ 臨機応変に対人関係を調整することが苦手

➤ 自分の関心・やり方・ペースの維持を最優先させたいという本能的志向が強い

## 発達障害の「特性」と「診断」

- 特性は、生来性の生物学的変異と想定
- 特性は0か100かではなく、連続的に分布
- 「スペクトラム」とは、共通の特性のある集合
- 診断するのは、生活に支障がある場合

## 発達障害の評価ツールにおける症状のカットオフと社会生活の支障との関係のイメージ



## 小児期から成人期にかけての変化

### 知的発達症

- 就学後に知能が大幅に上昇する症例は稀である

### 自閉スペクトラム症

- 対人行動の質的異常は、軽減するがゼロにはならない
- 興味の限局やこだわり行動は、対象や様式を変えながら持続する

### 注意欠如多動症

- 多動・衝動性は、軽減するがゼロにはならない
- 不注意症状は、青年期・成人期の方が問題となりやすい

グレーとは  
白ではなくて  
薄い黒

薄い黒

本田秀夫

(62歳・男性／長野県)

## 発達障害:本来の特性とそうでないもの

### 本来の特性

- 対人関係・コミュニケーション・活動のパターン化・こだわり・感覚の異常 (ASD)
- 多動・衝動・不注意 (ADHD)
- 読字・書字・計算 (SLD)
- 粗大運動・微細協調運動 (DCD)

### 本来の特性ではないもの

- 感情・情緒の変動
- 睡眠の異常

## 発達障害の「症状」は、自然経過で悪化はしない

### ほとんどの場合、悪化しているのは環境との相性

- 部署の異動
- 上司の交代
- 室内環境の変化
- 同僚の態度の変化 など

→ 他覚的行動所見が目立たない人でも、わずかな発達特性がストレス性精神疾患のハイリスクとなり得る

## 過剰適応

自分が置かれた環境に合わせようとして、自分の考えや行動を合わせすぎてしまう状態。

### ASDの人に見られやすい過剰適応:

- 猪突猛進 : 頑張り過ぎる
- 過剰なルール遵守 : 臨機応変な対応をしない
- 過剰な遠慮 : 正当な主張や要求をしない
- カモフラージュ : ASDの特性を隠そうとする

## 発達障害の人の対人関係:「できない」より「疲れやすい」

- 対人関係は、一般の人の何倍も疲れる
- 楽しく過ごしても、後から疲れを感じる
- 大人でも、仕事はよくできるのに週5日働くと疲れが取れない人がいる

## 成人期の発達障害: 3通りのパターン

### 1. 特性に応じた育ち方をし情緒的に安定: 早期支援を受けたケースに多い

- 診断されることもなく平均的な生活を営む
- 障害者手帳を早め取得し、学校卒業と同時に障害者雇用または福祉的就労

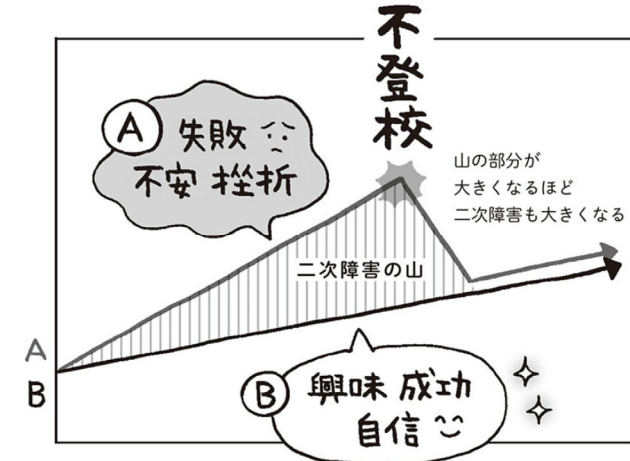
### 2. 逆境体験のため、情緒的に不安定: 早期支援から漏れた発達障害のケースに多い

- 青年期までに精神科受診し、成人後も精神科通院
- ときに犯罪、触法、ひきこもりなどの問題が出現

### 3. 就労後にストレス関連の身体症状・精神症状が出現: 「グレーゾーン」のケースであり得る

- 職場対応 (休職, 異動), 離職, 転職が課題
- 就労後にはじめて精神科受診が必要となる

## 無理をすると「二次障害の山」が大きくなる



(本田秀夫 (著), フクチマミ (絵): 発達障害・「グレーゾーン」の子の不登校大全, バトン社, 2025)

宿題は

百害あって

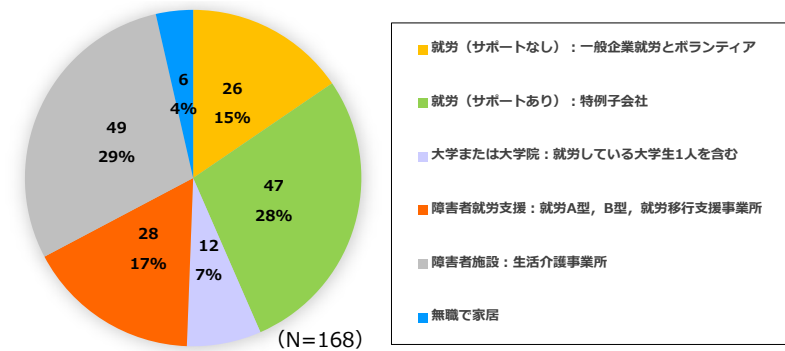
一利なし

全員に一律の

(62歳・男性 / 長野県)

本田秀夫

## 社会参加 (就労・高等教育)



※ 無職で家居の6人中4人は5歳時IQ>85で、義務教育期間中に特殊教育/特別支援教育を受けなかった。

(Iwasa et al: J Child Psychol Psychiatry, 2022)

## 薬物療法

向精神薬の処方	人数 (%)
処方歴あり (全体)	79 (47.0)
抗精神病薬	33 (19.6)
抗てんかん薬	24 (14.3)
睡眠導入薬	7 (4.2)
抗うつ薬	4 (2.4)
抗ADHD薬	4 (2.4)
調査時点で処方あり (全体)	45 (26.8)

(n = 168)

(Iwasa et al: J Child Psychol Psychiatry, 2022)

## 労働収入 (ASD群とGP群の比較)

ASDの有無は、労働収入200万円(※)未満であることに関連はなかった。  
(オッズ比:0.82、95%信頼区間: 0.44-1.50、p=0.515)。  
※200万円の基準はワーキングプア(working poverty)の指標として設定。

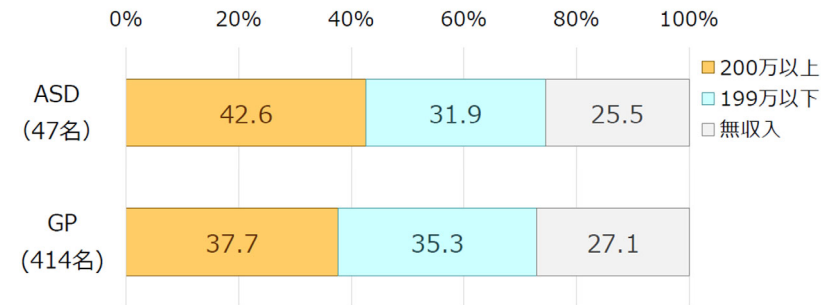


図1. 労働収入の内訳

(大月 他: 第65回日本児童青年精神医学会総会ポスター発表, 2024)

## 非障害自閉スペクトラム (Autism Spectrum Without Disorder: ASWD)

- ASの症状は残存している
- しかし、社会適応は悪くない
- むしろ適応の良好な例も少なくない

(本田, 2012)

## 「ニューロダイバーシティ(神経多様性)」の視点

- 生来性の生物学的変異
- 社会的マイノリティ

…… 支援対策は、人種問題や性的マイノリティの多様性などへの対策と共通点がある。

## ニューロダイバーシティ肯定的(neurodiversity-affirming)アプローチ

### 発達特性に特有の育ち方がある！

- 定型発達だけが正しい育ち方というわけではない
- 発達特性に最適な発達の道筋を探る必要がある
- 本人が持てる力を発揮して意欲的に社会参加するための支援を

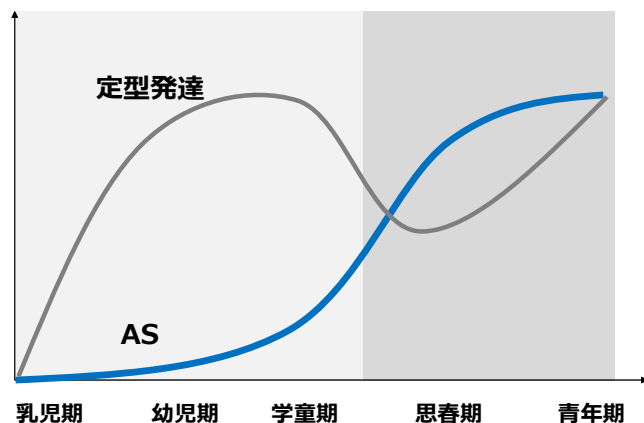
## 5歳の女の子

子育ては母親の愛情が大事と聞いた母親が、なるべく多く一緒に遊ぼうと思って積極的に関わっていると：



お母さん、何も話さないで見ててくれるのも『好き』ってことなんだよ

## 思春期前後の対人行動の変化



## 本当の自立とは？

### 自己決定力(自律スキル)

自分でできることとできないことを判断できる

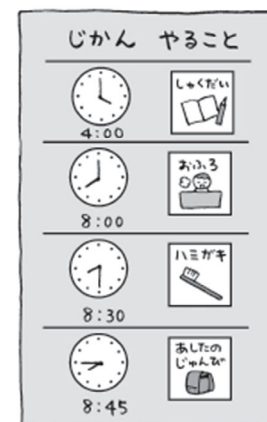
### 相談力(ソーシャルスキル)

できないことについて他の人に援助を求める

## 自己決定力と相談力を育てる「合意形成」の習慣

- わかりやすい「提案」
- 十分理解した上での「自己決定」
- 同意すれば「合意形成」
- 同意できない場合は「相談」

… 視覚的構造化の目的は合意形成であって、命令ではない！



生活ルーティンの流れは  
絵カードを使ってみる



これをリビンクなど  
目のつくところに  
貼っておく

「マンガでわかる 発達障害の子どもたち-自閉スペクトラムの不可解な行動には理由がある-」  
本田秀夫 (著) フクチマミ (マンガ) SBクリエイティブ (2023年)

## 成人期こそ、視覚的構造化が最も必要

- スケジュール管理
- 会議の議題
- 会場設営
- 備忘録
- 契約
- 伝言

## 過剰適応への対策

- 方針は視覚化し、急な思いつきによる新たな提案は避ける
- 本人が無理なくできて、意欲をもてるものだけを提示する
- 自ら希望していないのにステップアップや新しいチャレンジを促さない

## 「選好性(preference)」からみた自閉スペクトラム

### 関心

- 特定の物に強い興味をもつ
- 反面, それ以外の物にはほとんど興味がない

### やり方

- 特定の手順を繰り返すことにこだわる
- 常同的な動作を繰り返す

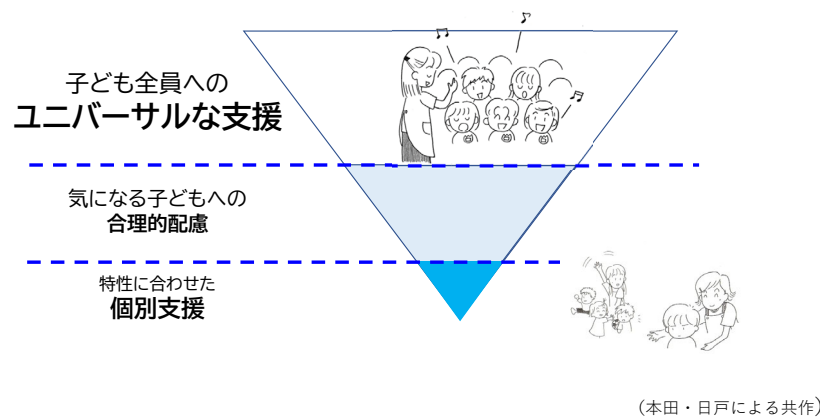
### ペースの維持

- 他者にペースを乱されたくない

## 発達障害支援からみた義務教育の問題点

- 平均周辺7割向けのカリキュラム
  - 平均的ではない子どもは, 通常学級のカリキュラムになじみにくい
- マイノリティの権利保障が不十分である
- 子ども自身による選択肢がほとんどない

## 多層的な支援システム



## 多様な発達特性を考慮したユニバーサルデザイン

発達障害の特性がある人にわかりやすい環境は,  
発達障害以外の人にもわかりやすい

# みんながわかって 楽しく過ごせる 保育をめざして



## ユニバーサルデザインの保育6のポイント

日常生活の中で視覚支援や環境の構成などの配慮を行うことで、すべての子どもが集中して活動することができるようになります。  
各園の実践事例を、ユニバーサルデザインの視点でまとめました。

1 場の構造化	4 生活の見直し
2 刺激への配慮	5 指示の出し方
3 ルールの確立	6 集中・注目のさせ方

子どもたちの実態に合わせて工夫・改善して活用することにより、みんながわかって、楽しく過ごせる保育を、みんなをめざしましょう。

### 小野市教育委員会

([https://www.city.ono.hyogo.jp/user/fllier\\_public/4e/59/4e5976cf-7dc4-4fdb-bbd3-cead88ce061c/udbao-yu-handobutsuku.pdf](https://www.city.ono.hyogo.jp/user/fllier_public/4e/59/4e5976cf-7dc4-4fdb-bbd3-cead88ce061c/udbao-yu-handobutsuku.pdf))

### 1 場の構造化

**片付け・整理整頓のための工夫**  
自分で分類して片付けができるように、片づけの仕方カードで示すことで、道具の仕分けを一目で把握することができる。また、片付けの順番が明確で、次の活動の時間が確保できる。

**順番や場所が視覚的にわかる工夫**  
マークを見て持物のある所、片付ける所が分かり、整理整頓をしやすくするために、ロッカーの扉、エプロン入れ、靴入れ、タガリかけ等に同じマークを貼って、見ただけで分かるように順番に表示しましょう。

**「いつ」「どこで」「何を」「どのように」行動すればいいのかわかりやすくするために、目に見える形で指示しましょう。**  
そうすることで、子どもたちが迷わずに自動的に保育室での活動に取り組みることができます。

### 3 ルールの確立

**座る位置が視覚的にわかる工夫**  
安定して座ることができるよう、自分の座る場所を分かりやすく示します。座る場所をテープで示すことで、自分の場所を覚えるのがルールを覚えることができる。ルールは、集団生活において適切な行動を示し、具体的にどのように振る舞えばいいの指示が大切です。

**声の大きさを調整する工夫**  
教室でのルールを事前にわかりやすく示し、みんなで確認する準備として「静ののし」を表示し、クラス長の生き物で表すことでルールを覚えやすくしています。また、「静ののし」を壁で実際のコントロールができるようにしています。

**一人一人の座る位置を指定しよう**  
**子ども達の座りや行動の順番を指定しよう**  
**みんなで一緒に取り組ましよう**  
**必要なこと、できることから、まず、始めよう**

### 2 刺激への配慮

**視覚刺激を軽減する工夫**  
華やかで、奥が深い学習を取り組みやすい環境にするには、パーティションを置いたり、道具が見えないように裏返すという工夫をしたりして、教室の自律となる視覚刺激の量を少なくしましょう。

**集中して活動できる場所の工夫**  
刺激が入らないうちで集中できるように窓側に机を置いて、全体が見える位置なので、自分のタイミングで集団活動に参加できます。対象物と視線が同じ位置になり、手先が見えやすくなります。

### 4 生活の見直し

**1日の予定が視覚的にわかる工夫**  
1日の予定をわかりやすく示している。子どもたちが主体的に判断し、意欲を持って行動するためには、生活に見通しがあることが重要です。終わったことからはものを元の箱で分け、先生の船カードが、今を表しています。

**言葉の準備がわかる工夫**  
「これから何をすればいいのかわかっていますか。何に困っているのかわかっていますか」を視覚にわかりやすく示すことが大切になります。言葉の準備を、事前に確認することで、まちがちな活動ができます。

([https://www.city.ono.hyogo.jp/user/fllier\\_public/4e/59/4e5976cf-7dc4-4fdb-bbd3-cead88ce061c/udbao-yu-handobutsuku.pdf](https://www.city.ono.hyogo.jp/user/fllier_public/4e/59/4e5976cf-7dc4-4fdb-bbd3-cead88ce061c/udbao-yu-handobutsuku.pdf))

### 5 指示の出し方

**わかりやすい指示の出し方**  
① 旗の前に、注意を喚起する。  
② 視覚的な情報として、旗と船カードを見せ、具体的に簡単な言葉で、次の行動を知らせる。  
③ 「しゅかり」「ちゃんど」などの意味のない指示は避け、具体的に話します。

**視覚情報を活用した指示の出し方**  
でき上がりを発音してイメージ化した後、旗に目印を貼って指示を出します。旗の柄や色を見れば、手順を示すことで、子どもたちが大切な要点を整理して聞くことができます。

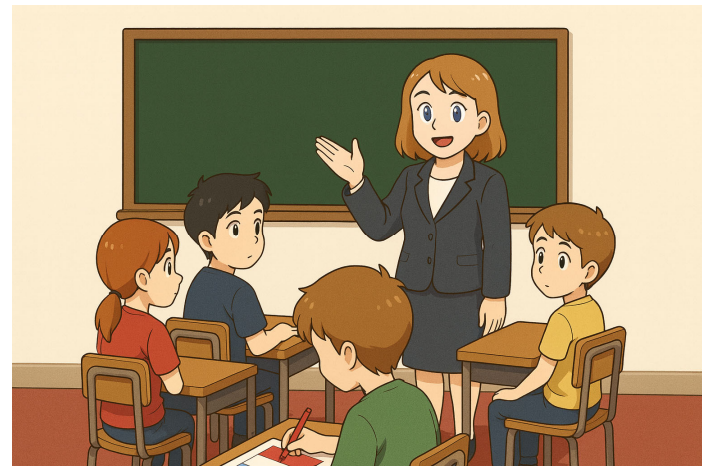
### 6 集中・注目のさせ方

**興味を引く教材の工夫**  
遊びを自分たちで考えたり工夫したりすることで、様々な年齢や性別の子供を魅了している。毛糸が絡まるような、そして色や大きさがよく見えるように、ペットボトルの毛糸玉入れを使用することで、活動しやすくなります。

**居る姿勢を促す工夫**  
椅子にシールを貼ると、自分の椅子がわかりやすくなります。靴型を下に貼ることで、正しい姿勢で座ることができ、手の位置、姿勢、椅子に身体が正しく当たるように調整することで、聞きもしらなく、集中することができます。「聞く姿勢」を促すことが大切です。

([https://www.city.ono.hyogo.jp/user/fllier\\_public/4e/59/4e5976cf-7dc4-4fdb-bbd3-cead88ce061c/udbao-yu-handobutsuku.pdf](https://www.city.ono.hyogo.jp/user/fllier_public/4e/59/4e5976cf-7dc4-4fdb-bbd3-cead88ce061c/udbao-yu-handobutsuku.pdf))

## 英国の子どものエピソード



## 「しなくていいこと」を決める

### ASDの場合

- あいさつ, 雑談
- 気配り, 忖度
- 周りに合わせること

### ADHDの場合

- 時間厳守
- 日々の積み重ね
- 良い姿勢



## 限局性学習症への合理的配慮

### 字を読むのが苦手

- パソコンやタブレットに文章の読み上げ機能を活用する

### 字を書くのが苦手

- パソコン, タブレットなどで漢字変換してプリンターで出力する
- 黒板に書かれたものを写真に撮る
- パワーポイントなどであらかじめ資料を作って配布する

### 計算が苦手

- 電卓などを用いる。

## 支援つき試行錯誤

- 共感しながら試行錯誤につき合う
- 情報提供と考えの整理は行うが、助言は控える

合理的

配慮のための

自己開示

（62歳・男性／長野県）  
本田秀夫

## 思春期・青年期の親の関わり

よかれと思って行った親の助言は、

ほぼすべて逆効果となる

親はすっこんでろ！

## 子ども、教師、保護者の関係



### 家族関係は良好に

- 一緒に活動して楽しむ
- 子どもに自由な選択と決定の保障を
- 保護者は情報は提供するが、助言はしない

保護者や教師以外の相談相手も、時に必要

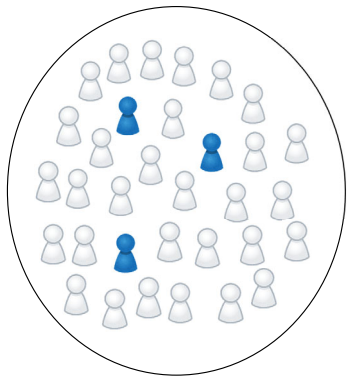
### 教師と保護者は密に連携を

- 保護者は子どもの様子を学校に伝える
- 可能であれば教師は子どもの助言者に
- 教師は子どもが興味をもてる活動の提案を

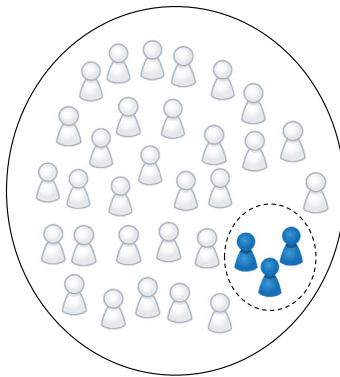


・・・進路選択の時期までに、この体制ができているのが理想！

## ネスティング (nesting): コミュニティケア促進の新たなキーワード



分散型



ネスティング

- 「入れ子にする」という意味
- 活動拠点 (nest) となるサブ・コミュニティを計画的に新規作成し、コミュニティの中に入れ込むこと

本田ら (2009) : 就学前幼児の支援に関する検討-その2: 広汎性発達障害の支援における「集団化」作業の理論化の試み-

(62歳・男性／長野県)

本田秀夫

「将来は  
支援がない」は  
パワハラだ

## ダイバーシティ、インクルージョン

- 相性が最悪の人たちとも同じ社会で暮らすこと
- 多様な特性の人たちが、同程度の負担感で参加できる社会づくり

## 支援者の役割

少数派である発達障害の人たちと

多数派向けに構成された社会との

インターフェイス



## 参考図書

### 専門家向け

「アスペルガー症候群のある子どものための 新 キャリア教育-小・中学生のいま、家庭と学校でできること-」

本田秀夫, 日戸由刈 (編著) 金子書房 (2013年)

「子どもから大人への発達精神医学-自閉症スペクトラム・ADHD・知的障害の基礎と実践」

本田秀夫 (著) 金剛出版 (2013年)

「発達障害の早期発見・早期療育・親支援」

本田秀夫 (編著) 金子書房 (2016年)

「知的障害・発達障害のある子どもの住まいの工夫ガイドブック-危ない! 困った! を安全・安心に-」

西村顕, 本田秀夫 (著) 中央法規 (2016年)



## 参考図書

### 専門家向け

「知ってほしい 乳幼児から大人までのADHD・ASD・LD ライフサイクルに沿った発達障害支援ガイドブック」

齊藤万比古, 小枝達也, 本田秀夫 (編集) 診断と治療社 (2017年)

「こころの医学入門: 医療・保健・福祉・心理専門職をめざす人のために」

近藤直司, 田中康雄, 本田秀夫 (編集) 中央法規 (2017年)

「自閉スペクトラム症の理解と支援 - 子どもから大人までの発達障害の臨床経験から」

本田秀夫 (著) 星和書店 (2017年)

「おとなの自閉スペクトラム - メンタルヘルスケアガイド」

本田秀夫 (監修), 大島郁葉 (編集) 金剛出版 (2022年)



## 参考図書

### 専門家向け

「講座 精神疾患の臨床 9巻：神経発達症群」  
本田秀夫（編集） 中山書店 （2024年）

「新訂増補 子どもから大人への発達障がい精神医学－神経発達症の理解と支援－」  
本田秀夫（著） 金剛出版 （2025年）

「はじめてまなぶ自閉スペクトラム症－診断から実践へ－」  
本田秀夫（著） 金剛出版 （2025年）

「神経発達症の理解と支援－基礎から学び、実践に活かす－」  
本田秀夫（編著） 金子書房 （2025年）



## 参考図書

### 一般向け

「自閉症スペクトラム－10人に1人が抱える「生きづらさ」の正体－」  
本田秀夫（著） SB新書 （2013年）

「自閉症スペクトラムがよくわかる本」  
本田秀夫（監修） 講談社 （2015年）

「大人の自閉症スペクトラム」(DVDセット全3巻)  
本田秀夫（監修） NHK厚生文化事業団 （2016年）

「なぜアーティストは生きづらいのか？－個性的すぎる才能の活かし方－」  
手島将彦，本田秀夫（著） リットーミュージック （2016年）



## 参考図書

### 一般向け

「自閉症スペクトラムの子のソーシャルスキルを育てる本－幼児・小学生編」  
本田秀夫，日戸由刈（監修） 講談社 （2016年）

「自閉症スペクトラムの子のソーシャルスキルを育てる本－思春期編」  
本田秀夫，日戸由刈（監修） 講談社 （2016年）

「ADHDの子の育て方のコツがわかる本」  
本田秀夫，日戸由刈（監修） 講談社 （2017年）

「ひとりひとりの個性を大事にする にじいろ子育て」  
本田秀夫 講談社 （2018年）



## 参考図書

### 一般向け

「発達障害がよくわかる本」  
本田秀夫（監修） 講談社 （2018年）

「発達障害－生きづらさを抱える少数派の『種族』たち－」  
本田秀夫（著） SB新書 （2018年）

「最新図解 女性の発達障害サポートブック」  
本田秀夫，植田みおり（著） ナツメ社 （2019年）

「あなたの隣の発達障害」  
本田秀夫（著） 小学館 （2019年）



## 参考図書

### 一般向け

「『しなくていいこと』を決めると、人生が一気にラクになる－精神科医が教える『生きづらさ』を減らすコツ－」

本田秀夫（著） ダイヤモンド社 （2021年）



「子どもの発達障害－個性の育て方－」

本田秀夫（著） SB新書 （2021年）



「学校の中の発達障害」

本田秀夫（著） SB新書 （2022年）



「10代からのメンタルケア 『みんなと違う』自分を大切にする方法」

本田秀夫（著） KADOKAWA （2023年）



## 参考図書

### 一般向け

「最新 マンガでわかるADHDの子どもたち」

本田秀夫（著） フクチマミ（マンガ） バトン社 （2026年）



## 参考図書

### 一般向け

「マンガでわかる 発達障害の子どもたち－自閉スペクトラムの不可解な行動には理由がある－」

本田秀夫（著） フクチマミ（マンガ） SBクリエイティブ （2023年）



「知的障害と発達障害の子どもたち」

本田秀夫（著） SBクリエイティブ （2024年）



「発達障害の子どもの育ちを支える」 （福祉ビデオシリーズ）

本田秀夫（監修） NHK厚生文化事業団 （2024年）



「発達障害・『グレーゾーン』の子の不登校大全」

本田秀夫（著） バトン社 （2025年）



## 参考図書

### 一般向け

「児童精神科医が語る あらためてきちんと知りたい発達障害」

篠山大明（著） 慶応義塾大学出版会 （2023年）



「かがやけ！ ないろキッズ－発達障害すくすくサポートアドバイス」

新美妙美（著） 信濃毎日新聞社 （2022年）



### 法人・事業所向け

「発達障害－職場における理解と支援－」

本田秀夫（監修） ライズファクトリー （2020年）

