

やさしいにほんご
(ふりがな あり)

がいこく こ わか ひと かぞく ぱんふれっと
外国につながる子ども・若い人と家族のためのパンフレット

こんなとき、どうすればいいですか？

しょうがくせい こうこうせい かぞく
～小学生から高校生と家族のみなさんへ～



国立障害者リハビリテーションセンター
発達障害情報・支援センター

はじめに

さいきん にほん がいこく こ わか ひと ふ
最近、日本では外国につながる子どもや若い人が増えています。

にほん くに ことば せいかつ る ー る おも こ そだ
日本はみなさんの国と言葉や生活のルールがちがうところがあると思います。子どもを育てるとき、
こま ことば もんだい し しら ひと
困っていることがあるかもしれません。言葉の問題で、知りたいことを調べることができない人がいる
かもしれません。

なか はったつしょうがい し ひと おも こ じぶん はったつしょうがい
その中には、発達障害について知りたい人がいると思います。子どもや自分が発達障害かもしれ
しんばい ひと
ないと心配している人もいます。

ほん ほん ふれっと はったつしょうがい さぼーと し
この本(パンフレット)は、発達障害やいろいろなサポートについて、知ってもらうためのものです。
しょうがくせい こうこうせい こ かぞく か
小学生から高校生の子どもと家族のために書きました。

にほん はったつしょうがい ひと かぞく たす せんもん さーびす しせつ
日本には、発達障害のある人や家族を助ける専門のサービスや施設があります。みなさんを
たす ひと しんばい そうだん ほん
助ける人が、たくさんいます。心配なことがあるときは、相談してください。この本が、みなさんの
やく た
役に立てばうれしいです。

こくりつしょうがいしやりはびりてーしょんせんたー
国立障害者リハビリテーションセンター
はったつしょうがいじょうほう・しえんせんたー
発達障害情報・支援センター

ちい こ しょうがっこう はい まえ そだ かぞく ほん
もっと小さい子ども(小学校に入る前)を育てている家族のための、本もあります。

こ はったつ しんばい
「お子さんの発達について心配なことはありますか？」
にほん こそだ ほごしゃ かた
～日本で子育てをする保護者の方へ～
ことば よ
(25の言葉で、読むことができます)



もくじ

1. 発達障害の人がよくする行動.....	3
小学生.....	3
中学生・高校生.....	4
2. 発達障害のことを知りたい.....	5
発達障害って、なんですか？.....	5
外国につながる子どもの言葉と発達障害について.....	6
<参考>はじめにおぼえた言葉(母語)が上手になると、日本語も上手になります.....	8
3. 相談をしたい.....	9
誰に相談したら、いいですか？.....	9
発達障害のことを相談したい.....	9
学校生活の相談をしたいです.....	10
<参考>特別な支援を受けられる学びの場(特別支援教育).....	13
子どもための、そのほかの相談.....	14
仕事の相談をしたい.....	15
住んでいるところの相談場所.....	16
4. 病院に行きたい.....	17
病院について.....	17
検査や一人一人に合った練習について.....	18
発達障害だとわかったとき.....	18
くすりを使うことについて.....	19
5. 発達障害のある人のための法律と手帳.....	20
発達障害者支援法.....	20
障害者差別解消法.....	20
障害者手帳.....	21
6. まわりの人ができること.....	23
7. 調べたいことがあるとき.....	24
発達障害のことを調べたい.....	24
学校教育のことを調べたい.....	24
毎日の生活に役立つこと.....	25
外国語で相談することができます.....	25
翻訳アプリ.....	26
英語と日本語の言葉.....	27

はったつしょうがい ひと こうどう 1. 発達障害の人がよくする行動

はったつしょうがい ひと こうどう した はったつしょうがい ひと こうどう か
発達障害の人が、よくする行動があります。下には、発達障害の人がよくする行動が、書いてあ
ります。どこでもしていたり、長い間 続いているときは、発達障害があるかもしれません。

しょうがくせい 小学生

- ✓ 授業中、いすを動かしたり、話したりして、集中することがむずかしいです。
じゆぎょうちゆう うご はな しゅうちゆう
- ✓ 授業中、立って歩いたり、教室の外に出たりします。
じゆぎょうちゆう た ある きょうしつ そと で
- ✓ 順番を待つことが、むずかしいです。相手が使い終わるのを、待つことができないことが、よく
あります。
じゆんばん ま あいて つか お ま
- ✓ 気持ちをすぐにかえることが、むずかしいです。どうしたらいいか、わからなくなります。
き
- ✓ 宿題や、学校で使うものを、よく忘れます。
しゅくだい がっこう つか わす
- ✓ 準備や片づけに、とても時間が、かかります。
じゆんび かた じかん
- ✓ 嫌いな音で、勉強に集中できなかつたり、とてもつかれたりします。
きら おと べんきょう しゅうちゆう
- ✓ 味やにおいが、気になりやすく、食べものの好き嫌いが、多いです。
あじ き た す きら おお
- ✓ 遊びやルール、服などを、いつも同じように、したいです。だから、それらを変えることが、むず
かしいです。
あそ る ー る ふく おな か
- ✓ 自分が話したいときに、話し始めます。相手の返事を待たないで、話しをやめたりします。
じぶん はな はな はじ あいて へんじ ま はな
- ✓ ルールや約束を、気にしません。
る ー る やくそく き
- ✓ 友達といっしょに、何かをすることがむずかしいです。ひとりでいることが、多いです。
ともだち なに おお
- ✓ 先生の話 を聞くことが、むずかしいです。先生の言葉だけで、何かをするのが、むずかしいです。
せんせい はなし き せんせい ことば なに
- ✓ 日本語でも母語でも、字を読むのが、むずかしいです。文章を読んでも、わからないことが
あります。
にほんご ぼご じ よ ぶんしょう よ
- ✓ 字を書くのが、むずかしいです。文章を書くのも、むずかしいです。
じ か ぶんしょう か
- ✓ 簡単な、足し算や引き算が、できません。
かんたん た ざん ひ ざん
- ✓ 黒板の字を見ながら、手を動かしてノートに書くのは、とてもむずかしいです。
くろばん じ み て うご の ー と か
- ✓ 手を上手に使うことが、むずかしいです。そのため、工作などを作るのが、むずかしいです。
て じょうず つか こうさく つく
- ✓ 言葉の最初の音を、くりかえしたり、のぼしたり、とめたりします。
ことば さいしょ おと
- ✓ 家族とは、よく話します。でも、外では、話すことが、できなくなります。
かぞく はな そと はな

ちゅうがくせい こうこうせい
中学生・高校生

- ✓ ノートやえんぴつ、教科書などを、よく置き忘れたり、なくしたりします。
 - ✓ 毎月のおこづかいを、すぐに全部使ってしまいます。
 - ✓ 片づけることが、上手ではありません。忘れものが、多いです。
 - ✓ 気持ちが、大きく変わりやすいです。怒ったとき、強い言葉を言ったり、たたいたり、大きな声を出したりします。
 - ✓ ほかのことが、気になりやすいです。勉強し続けることが、むずかしいです。
 - ✓ 気をつけていても、まちがえることが多いです。
-
- ✓ 相手のことを考えずに、自分だけが、ずっと話し続けます。
 - ✓ みんなで何かをするのが、むずかしく、ひとりであることが多いです。
 - ✓ 人の気持ちや、考えていることを理解するのが、むずかしいです。
 - ✓ 言葉になっていないルールを、理解することが、むずかしいです。
 - ✓ いつも通りにすることが、好きです。今していることをやめて、ほかのことをするのが、むずかしいです。
 - ✓ 服の色や、生地などへの、こだわりがあります。
 - ✓ 嫌いな音で、勉強に集中できなかつたり、とてもつかれたりします。
 - ✓ 急に予定が変わると、困ってしまいます。気持ちを変えることが、むずかしいです。
-
- ✓ 先生の話を聞くことが、むずかしいです。先生の言葉だけで、何かをするのが、むずかしいです。
 - ✓ 数学だけ、授業の内容がわからないことが、多いです。
 - ✓ 話すことは、できます。でも、日本語や母語の文字を読んだり、書いたりするとき、とても時間がかかります。
 - ✓ 黒板の字を見て覚えながら、手を動かしてノートに字を書くのが、むずかしいです。
 - ✓ 言葉の最初の音を、くりかえしたり、のぼしたり、とめたりします。
 - ✓ 家族とは、よく話します。でも、外では、話すことが、できなくなります。



こ ちゅうどう がっこう いえ
子どもがしている行動が、学校と家で、ちがうことがあります。
がっこう せんせい き
学校のことは、先生に聞いてください。

はったつしょうがい 2. 発達障害のことを知りたい

はったつしょうがい 発達障害って、なんですか？

はったつしょうがい こ こ のう はたら かた う
発達障害のある子どもは、ほかの子どもと、脳の働き方が、すこしちがいます。このちがいは、生
まれたときからのちがいであることが、多いです。発達障害には、いくつかのタイプがあります。

おな はったつしょうがい ひと こうどう はったつしょうがい
同じ発達障害のある人でも、よくする行動が、ちがうことがあります。2ついじょうの発達障害が、
ある人もいます。

はったつしょうがい ひと とくい ばあい たと
発達障害のある人には、得意なことがある場合も、あります。例えば・・・

- 目で見て覚えるのが、上手です。
- 数字などをよく覚えることが、できます。
- 新しいことに、興味を持つことが、できます。
- 元気があります。
- ほかの人よりも、細かいところが、わかります。

はったつしょうがい おも しゅるい <発達障害の主な種類>

知的な遅れが
あることもあります

*がある言葉はDSM-5-TRでの発達障害の名前です

じへいすべくとらむしょう 自閉スペクトラム症:ASD *

- 人と会話したり、気持ちを伝えあったりするのがむずかしいです。
- 相手の気持ちを考えたり、場面に合わせて行動することがむずかしいです。
- いつも同じ行動をしたり、好きなことばかりします。
- 光や色、音、匂い、味などについて、ほかの人よりも強く感じていやな気持ちになることがあります。反対に、わかりにくいことがあります。
- 言葉の発達が遅れることもあります。

しんだん をうけた時期などによって、アスペルガー症候群、自閉症、
広汎性発達障害(PDD)と診断されている人もいます。

ちゅういけつじょうたどうしょう 注意欠如多動症:ADHD *

- 長いあいだ、同じことをするのがむずかしいです。
- たくさん動いたり話したりします。
- 考える前に動くことが多いです。

げんきよくせいがかくしゅうしょう 限局性学習症:SLD *

- 特に「読むこと」や「書くこと」、「算数(数学)」に困っていたり、むずかしいことがあります。学習障害(LD)と呼ぶこともあります。

■ トウレット症*や、児童期発症 流暢症*(吃音)、発達性協調運動症*も、発達障害の1つです。

がいこく こ ことば はったつしょうがい 外国につながる子どもの言葉と発達障害について

とう かあ がいこくじん こ とう かあ がいこくじん こ にほん
お父さんとお母さんが、外国人の子ども。お父さんかお母さんが、外国人の子ども。日本では、そ
こ がいこく こ がいこく る 一つ こ よ
のような子どもを、『外国につながる子ども』や『外国にルーツをもつ子ども』と呼びます。

がいこく こ かぞく くに ことば つか せいかつ おお
外国につながる子どもと家族は、2つの国の言葉を使って、生活することが多いです。そのような
ひと げんごわしゃ ばいりんがる よ いじょう ことば つか ひと
人を、『2言語話者(バイリンガル)』と呼びます。3つ以上の言葉を使う人も、います。

かぞく にほんじん しつもん ことば
家族やまわりの日本人から、質問をもらうことがあります。「言葉がゆっくりなのは、なぜです
はったつしょうがい ひと ぼしょ しつもん
か?」「発達障害だからですか?」「まわりの人や、場所のせいですか?」などの質問です。

ばいりんがる こ ことば おほ はったつしょうがい
バイリンガルの子どもは、どのように言葉を覚えるのでしょうか。また、どんなときに、発達障害か
かんが
もしれないと、考えたらいいでしょうか。

● どのように、子どもの言葉は育ちますか?

ことば そだ かた ちい ことば おな
言葉の育ち方について、小さいころは、どの言葉も同じです。

- ・ 1歳ごろから、手やからだを使います。(バイバイします。ものや人に、指を向けます)
- ・ そのあと、言葉を話しはじめます。(「パパ」「ママ」など)
- ・ 1歳6か月から2歳ごろに、50~100の言葉を、覚えます。
ことば つか はな
そして、2つの言葉を使って、話します。(「おそと、いく」など)

ばいりんがる ばあい ことば そだ しんばい
バイリンガルの場合、1つの言葉だけゆっくり育っているときは、心配しなくてもいいです。

● バイリンガルの子どもの言葉には、4つのポイントがあります。

- ・ 日本語と、お父さんやお母さんの言葉(母語)を使いながら、話すことがあります。
さい さい ことば はな ばいりんがる
2歳から3歳ごろは、2つの言葉をいっしょに、話すことがあります。これはバイリンガルの
こ
子どもにとって、ふつうのことです。
- ・ 子どもが知っている日本語と母語の言葉の数が、ちがうことがあります。日本語だけを
こ し にほんご ぼご ことば かず にほんご
調べると、すくないことがあります。言葉の数を調べるときは、2つの言葉の数を、足して
しら ことば かず しら ことば かず た
かんが た かず にほんじん こ おな いじょう しんばい
考えます。足した数が、日本人の子どもと同じか、それ以上あるときは、心配しなくてい
いです。

- ・ 4歳ごろから、2つの言葉を使い分けます。4歳ごろになると、2つの言葉がちがうと、わかります。そして、人や場所、話にあわせて、言葉を使い分けます。たとえば、同じ国から来たばかりの子どもには、母語で話します。日本人の友達には、日本語で話します。これができるときは、子どもは言葉を上手に使うことができます。

- ・ 日本に来たばかりの子ども(4~8歳)は、しばらく話さないことがあります。それは、6か月くらい続くことも、あります。そのあと、手で気持ちを伝えたり、挨拶したりできるようになります。ほしいものを、伝えるようになります。日本に来てしばらく話さないのは、「場面緘黙症」ではありません。

● 新しい言葉を覚えて使うには、時間がかかります

小学校に入る前や、入ったあとに、日本に来る子どももいます。言葉を使えるようになるまでの時間は、言葉のむずかしさによってちがいます。

- ・ 生活で使う言葉(会話の力)
生活のために必要な言葉は、小学生で、約2,000語です。ふつうは、2年くらいで話せるようになります。
- ・ ひらがなや、短い文の読み書き(学ぶための言葉の力)
この力は、勉強をはじめて、2年くらいでできるようになることが、多いです。
- ・ 勉強に必要な、むずかしい言葉や文章(教科の言葉の力)
勉強に必要な言葉を読んだり、書いたりするのに、5年から7年かかることが多いです。

新しい言葉を話したり、書いたりするためには、長い時間がかかります。子どもの言葉の力を考えるときに、参考にしてください。

さんこう <参考> はじめにおぼえた言葉(母語)が上手になると、日本語も上手になります

むかしは、子どもが2つの言葉をおぼえるのはむずかしいという、考えがありました。言葉や知能の発達がおそくなると、話す人もいました。いまは、その考えはまちがいだとわかっています。

はじめにおぼえた言葉(母語)が上手な子どもは、日本語も早く上手になります。母語をあまり話さない、日本語だけしか話さなくなることがあります。そのとき、お父さんやお母さんと話すことが、むずかしくなるかもしれません。気持ちを伝えるのがむずかしくなって、心が通じにくくなることもあります。

お父さんやお母さんが話している言葉で、子どもと話しましょう。たとえば、お父さんやお母さんは、いつも母語で話します。先生や日本人の友達は、いつも日本語で話します。(1人1言語のルール)

しょうがい こ おな 障害のある子どもも、同じです。

ばいりんがる こ なか じへいすべくとらむしょう だうんしょうこうぐん ひと
バイリンガルの子どもの中には、自閉スペクトラム症、ダウン症候群などがある人もいます。そのよ
うな子どもについて、たくさんの方が研究しました。障害のあるバイリンガルの子どもも、障害のな
い子どもと同じように、2つの言葉を覚えることができます。安心して、1人1言語のルールで子どもと
話しましょう。

3. 相談をしたい

あなたが住んでいる所などにも、発達障害のある人やその家族を助けてくれる所が、あります。
心配なことがあれば、早めに相談しましょう。

場所によって、通訳の人がいる所と、いない所があります。ウェブサイトを見たり、電話やメールで「通訳の人はいますか?」と、聞いたりしてください。通訳の人がいないときは、翻訳アプリを準備しておきましょう。

だれ 相談 誰に相談したら、いいですか?

まずは、あなたが住んでいる所の役所に相談してみましょう。役所では、発達障害のことを相談できます。子どもの年齢や、相談の内容によって、役所の人と相談できる所を教えます。



はたつしょうがい 相談 発達障害のことを相談したい

● はたつしょうがいしゃしえんせんたー 発達障害者支援センター

発達障害者支援センターは、発達障害のある子どもや大人を、支援しています。発達障害者支援センターは、日本全国にあります。発達障害がある人が相談することができます。また、発達障害かもしれないと思っている人やその家族も相談できます。相談を聞いて、困っていることを支援できるところを、紹介することもあります。

はたつしょうがいしゃしえんせんたー
<発達障害者支援センターはどこにありますか?>

ウェブサイトです。探すことができます。

<https://www.rehab.go.jp/ddis/action/center/>



がっこうせいかつ そうだん 学校生活の相談をしたいです

がっこう そうだん ひと しょうがい こ わか ひと きょういく
学校には、相談できる人がたくさんいます。また、障害のある子どもや若い人のための、教育の
ばしょ
場所がいろいろあります。

● たんにん せんせい 担任の先生

がっこう こま たんにん せんせい そうだん
学校で困っていることがあったら、担任の先生に相談しましょう。

● ほけんしつ ほけんしつ せんせい 保健室と保健室の先生

がっこう ほけんしつ きょうしつ けが げんき
学校には保健室があります。教室にいたくないときや、ケガをしたり、元気じゃないときに
つか
使うことができます。保健室の先生に、困っていることを相談することができます。

● とくべつしえんきょういくこーでいねーたー 特別支援教育コーディネーター

とくべつしえんきょういくこーでいねーたー かぞく がっこう せんせい せんもんか はなし こ
特別支援教育コーディネーターは、家族や学校の先生、専門家と話をし、子どもが
がっこう あんしん す てつだ
学校で安心して過ごせるように手伝います。

● すくーるかうんせらーすくーるそーしゃるわーかー スクールカウンセラーやスクールソーシャルワーカー

ひと こま かんが ひつよう おし
この人たちは、困っていることを、いっしょに考えてくれます。また、必要なことを、教えてく
れま。相談するために、予約が必要なことがあります。相談したいときは、担任の先生や、
とくべつしえんきょういくこーでいねーたー き
特別支援教育コーディネーターに聞いてみましょう。



— 中学校を卒業したあとのことを、相談したい —

ちゅうがっこう そつぎょう そうだん
中学校を卒業したあと、高等学校に行く人が多いです。高等学校は、「高校」のことです。高校には、いろいろなタイプがあります。

- ぜんにちせいふつうか … 全日制普通科 … ふうのこうこう
ふつうの高校
- しよくぎょうか … 職業科 … しょうぎょう こうぎょう のうぎょう べんきょう
商業・工業・農業などを、勉強できます
- ていじせいふつうか … 定時制普通科 … にち じゆぎょう じかん すく
1日の授業の時間が、少ないです
- そうごうこうがっこう … 総合高等学校 … いろいろなかースがあります
いろいろなコースがあります
- たんいせいこうがっこう … 単位制高等学校 … じゆぎょう
授業をえらんで、うけます

そのほかにも、いろいろな高校があります。

- つうしんせいこうがっこう … 通信制高等学校 … いえ ぼそこん べんきょう こうこう
家で、パソコンなどで、勉強する高校
- とくべつしえんがっこうこうとうぶ … 特別支援学校高等部 … しょうがい ひと こうこう
障害のある人のための、高校

高校は、上手なことや苦手なこと、将来の夢を 考 えて選びます。

<選ぶときのポイント>

- い がっこう い … 行きたい学校に、行ってみましょう。
- がっこう せつめいかい い がっこう し … 学校の説明会に行って、どんな学校か知りましょう。
- ちゅうがっこう たんにん せんせい とくべつしえんきょういく こーでいねーたー そうだん … 中学校の担任の先生や、特別支援教育コーディネーターに相談しましょう。

— 高校に行くための、準備をします —

ちゅうがっこう てすと とくべつ さぼーと ひと こうこう にゅうがくしけん
中学校のテストで、特別なサポートをうけたことがありますか？その人は、高校の入学試験でも、
さぼーと とくべつ さぼーと ごうりてきはいりよ
サポートしてもらうことができます。この特別なサポートのことを、合理的配慮といいます。(20
ページをみてください)

こうりつこうこう い じゆんび … 公立高校に行きたいときは、住んでいる所の教育委員会に、相談してください。しりつこうこう い
私立高校に行き
たいときは、学校に相談してみましょう。こうりつ こうこう にゅうがくしけん がいこくじんせいと ていいん
公立の高校では、入学試験で外国人生徒のための定員が
ある所があります。ほかにも、てすと う かんじ
テストを受けるときに、漢字にふりがなをつけたりすることがありま
す。もっと知りたいときは、ちゅうがっこう たんにん せんせい き
中学校の担任の先生に聞いてみてください。

— 高校を卒業したあと —

高校を卒業したあとも、いろいろな道があります。

- 大学や専門学校で、勉強を続けます
- 仕事を探して、働きます

上手なことや苦手なことなどを考えて、決めましょう。大学や専門学校に行きたいときは、卒業したあとのことも考えるといいです。

とくべつ きょういく う くら す がっこう した み
● 特別な教育を受けることができるクラスや学校があります(下を見てください)

した がっきゅう くら す がっこう こ せんせい はな あ こ
下のように、いろいろな学級(クラス)や学校があります。子どもや先生と話し合しましょう。子どもにあ
がっきゅう くら す がっこう えら たいせつ
う学級(クラス)や学校を選ぶことが、大切です。

＜参考＞特別な支援を受けられる学びの場(特別支援教育)

しょうがっこう ちゅうがっこう 小学校・中学校

つうじょう がっきゅう 通常の学級

みんなといっしょに勉強しながら、特別な支援が必要な子どものために工夫をしています。

つうきゅう しどう 通級による指導 (通級指導教室)

ほとんどの授業はいつもの教室で受けます。月に2～3回か週に2～3回は、特別な教室で勉強します。学習や生活で困っていることについて、子どもに合った勉強ができます。

とくべつし えん がっきゅう 特別支援学級

1つの学級の子ども数が少ないです。子どもの障害にあわせて、7つの学級があります。
(知的障害、肢体不自由、病弱、弱視、難聴、言葉の障害、自閉症・情緒の障害)
学校によって、ある学級となり学級があります。

*「通級指導教室」や「特別支援学級」がない学校もあります。

とくべつし えん がっこう 特別支援学校

視覚障害、聴覚障害、肢体不自由、病弱、知的障害のある子どものための学校です。

知的障害のある自閉スペクトラム症の子どもは、知的障害のある特別支援学校に行きます。

1つの学級は子どもの数が少ないです。子どもに合った勉強をします。

ちゅうがっこう そつぎょう こうこう 中学校を卒業したあと(高校)

高校に入ると、授業やテストのときに、学校と相談しながら支援を受けることができます。また、通級指導教室がある学校では、決まった時間に特別な支援を受けることができます。

高等部では、卒業後の生活や仕事の準備をするための勉強をします。

だいがく せんもんがっこう 大学・専門学校など

学校の中には、障害のある学生を助けたり、学校生活のことを相談できる場所があります。保健センター、学生相談室、障害学生支援室などです。授業やテストを受けるときに必要な支援を受けることができます。学校生活で困っていることも相談できます。

こ 子どものための、そのほかの相談 そうだん

● 教育のことを相談できます

とくべつしえんきょういくせんたー きょういくせんたー そうだん す
特別支援教育センターや教育センターで、相談することができます。あなたが住んでいるところの
きょういくそうだんしつ そうだん むりよう そうだん
教育相談室などでも、相談することができます。無料で相談することができます。

● 児童家庭支援センター

じどうかていしえんせんたー こ せいかつ そうだん かぞく まち ひと
児童家庭支援センターでは、子どもや生活のことを相談することができます。家族や町の人も
そうだん むりよう そうだん
相談できます。無料で相談することができます。

● 児童相談所

さい こ こ せわ ひと どう かあ じどうそうだんじよ こま
17歳までの子どもと、子どもの世話をする人(お父さんやお母さんなど)は、児童相談所に困って
いることを相談することができます。発達障害のことも、相談することができます。子育てで困って
いることを、相談することができます。

● 法務少年支援センター

こ かぞく がっこう せんせい ほうむしやうねんしえんせんたー そうだん こ わる
子どもや家族、学校の先生などは、法務少年支援センターに相談できます。たとえば、子どもが悪
いことをしていることなどを、相談することができます。話したことは誰にも言いません。無料で相談
することができます。

そうだん でんわばんごう
相談するための電話番号：0570-085-085

でんわ いちばんちか ほうむしやうねんしえんせんたー
電話をすると、一番近い法務少年支援センターにつながります。

● 子どもが相談できるところ(こども家庭庁「相談窓口情報」)

こ そうだん か ていちょう そうだんまどぐちじやうほう
子どもが相談できるところが、書いてあります。また、子育てをしている人が、困っていることを
そうだん か むりよう そうだん
相談できるところも、書いてあります。無料で相談することができます。

<https://www.cfa.go.jp/children-inquiries>



しごと そうだん 仕事の相談をしたい

● はろーわーく ハローワーク

はろーわーく しごと そうだん しごと さが ひと むりよう そうだん
ハローワークは、仕事のことを相談できる場所です。仕事を探している人が、無料で相談することが出来ます。

- しよるい つく かた おし めんせつ れんしゅう
書類の作り方を教えてもらったり、面接の練習をしたり出来ます
- しごと ひつよう ぎじゆつ れんしゅう
仕事に必要な技術の練習が出来ます
- しごと えら かた おし
仕事の選び方などを、教えてもらうことが出来ます
- しごと さが べんきょう
仕事を探すための勉強が出来ます

はろーわーく しよくぎようそうだんぶもん せんもんえんじよぶもん せんもんえんじよぶもん とくべつ きぼー
ハローワークには、職業相談部門や専門援助部門があります。専門援助部門では、特別なサポートが必要な人が、仕事を探すための手伝いをしています。もっと知りたいときは、下のウェブサイトや、近くにあるハローワークに聞いてみてください。

はろーわーく
<ハローワークはどこにありますか？>
うえぶさいと さが
ウェブサイトで探すことができます。



https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_27019.html

● ちいきしょうがいしゃしよくぎようせんたー 地域障害者職業センター

ちいきしょうがいしゃしよくぎようせんたー しょうがい ひと しごと そうだん はろーわーく
地域障害者職業センターは、障害のある人が、仕事について相談できる場所で、ハローワークといっしょに、仕事の相談や、仕事をするための力を調べます。仕事を始める前や、仕事を始めたあとも、続けられるように手伝います。無料で相談することができます。電話かFAXで、連絡してください。

ちいきしょうがいしゃしよくぎようせんたー
<地域障害者職業センターはどこにありますか？>
うえぶさいと さが
ウェブサイトで探すことができます。



<https://www.jeed.go.jp/location/chiiki/index.html>

● 障害者就業・生活支援センター

しょうがい ひと せいかつ しごと そうだん せいかつ そうだん
 障害のある人が、生活や仕事について、相談することができます。生活のことを相談できま
 す。たとえば、健康のことやお金の使い方について、相談できます。仕事のことも、相談できま
 す。無料で相談することができます。

しょうがいしゃしゅうぎょう せいかつしえんせんたー
 <障害者就業・生活支援センターはどこにありますか？>

うえぶさいと さが
 ウェブサイトで探すことができます。



http://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_18012.html

す そうだん ばしょ 住んでいるところの相談場所

あなたの住んでいるところにも、相談できる場所があります。これは、メモのためのページとしてつ
 かってください。

なまえ 名前	だれ つか 誰が使うことが できますか	ようび じかん 曜日・時間	でんわばんごう 電話番号	つうやく 通訳
	どんな相談ができますか？			
れい [例] し 〇〇市 せんたー □□センター	さい さい 0歳から17歳 までの子どもと家 ぞく 族	げつようび きんようび 月曜日から金曜日 まで ごぜん じ ごご 午前9時から午後 5時まで しゅくじつ やす 祝日は休みです	0123-45- 6789	ご つうやく 〇〇語の通訳がい ます
	れい こ はったつ けんさ にんしん しゅつさん こそだ そうだん 例)子どもの発達、検査、妊娠、出産など、子育ての相談ができます			

4. 病院に行きたい

発達障害かもしれないと思ったとき、病院に行ったほうがいいか、迷ってしまうかもしれません。もし、かかりつけの病院や医者がいたら、その人に相談してみましょう。「かかりつけ」というのは、あなたのことをよく知っているという、意味があります。その医者いに、困こまっていることを話して、ほかの病院びょういんに行ったほうがいいか、聞きいてみましょう。

病院について

専門せんもんの医者いしゃが、発達障害はったつしょうがいかどうかを調べます。中学生ちゅうがくせいまでは小児科しょうにか、小児神経科しょうにしんけいか、児童精神科じどうせいしんかに行きまいしょう。高校生こうこうせいからは、精神科せいしんかに行きまいしょう。

病院びょういんに行く前まえに、次つぎのような準備じゅんびをしましょう。専門せんもんの医者いしゃがいる病院びょういんを、調べましょう。わからわないときは、役所やくしょや発達障害者支援センターはったつしょうがいしやしえんせんたーなどに相談そうだんしましょう。多くの病院おほは、予約びょういんが必要ひつようです。早めはやに相談そうだんをしましょう。

<病院に行くときに持っていまもしょう>

- ✓ 健康保険証けんこうほけんしょう
- ✓ 母子手帳ぼしてちょう (持もっている人ひとだけ)
- ✓ メモめも (困こまっていること、相談そうだんしたいことことを書かいた紙かみ)



<医者いが知しりたいこと>

次つぎのようなことことを、メモめもしたり、準備じゅんびしたりしておおくといいです。

- 小さいときちい、どんな子どもこでしたか？ 困こまっていたことは、なんですか？
- どうして、発達障害はったつしょうがいかもしれないと、思おもいましたか？
- 今いま、困こまっていることはなんですか？
- 問題もんだいがわかる写真しゃしんや動画どうががああったら見みたいです。
- 限局性学習症げんきょくせいがくしゅうしょう (SLD) かもしれないと思おもうときは、通知表つうちひょうや、作文さくぶんが見みたいです。
- 検査けんさを受けたことことがあるときは、その結果けっかを見みたいです。

けんさ ひとりひとり あ れんしゅう 検査や一人一人に合った練習について

ひつよう せんもん ひと けんさ ひとりひとり ことば れんしゅう かんが
必要なときは、専門の人が検査をしたり、一人一人にあった言葉などの練習を考へたりします。
しえん ほうほう かんが けんさ
支援の方法を考へるために、いろいろな検査をします。

- ちのうけんさ ちてき ちから とくい ながて しら
・ 知能検査… 知的な力や、得意なことや苦手なことを、調べます。
- はったつけんさ こ はったつ しら
・ 発達検査… 子どもの発達を、調べます。
- ちようりよくけんさ おと き しら
・ 聴力検査… 音が聞こえるかを、調べます。
- のうはけんさ のう はたら しら
・ 脳波検査… 脳の働きを、調べます。

ひつよう せんもん ひと ひと あ れんしゅう かんが れんしゅう しょうがい
必要なときは、専門の人がその人に合う練習を考へて、いっしょに練習します。障害によって、
れんしゅう か
練習することが変わります。

はったつしょうがい 発達障害だとわかったとき

はったつしょうがい しんぱい おも す ほうほう りかい つた
発達障害があるとわかったら、心配になると思います。過ぎやすくなる方法や、理解しやすい伝
かた ほうほう つか こま すく はったつしょうがい ひと
え方があります。その方法を使うと、困っていることが少なくなっていくます。発達障害のある人に
ながて とくい とくい み
は、苦手なことがあります。得意なこともあります。できていることや、得意なことを見つけていきま
しょう。

なに いしゃ せんもん ひと そうだん
何をしたらいいかわからないときは、医者や、専門の人に相談しましょう。

つか くすりを使うことについて

いしゃ ひつよう おも の き
医者がくすりが必要だと思ったときは、「くすりを飲んでみますか？」と聞くことがあります。くすりのことではわからないことや心配なことは、医者に聞いてみましょう。

はったつしょうがい ひと しんぱい こうどう すく きも
発達障害の人がよくする心配な行動を、くすりで少なくできることがあります。たとえば、気持ちが大きく変わりやすい人は、気持ちが小さく変わるようになります。同じことを長い時間できない人は、同じことをする時間が長くなります。

つか くよく使うくすり>

- ちゅうすうしんけい し げきやく
中枢神経刺激薬 ADHDの人が集中しやすくなる、くすりです。
- こうふあんやく
抗不安薬 不安な気持ちが小さくなる、くすりです。
- こうせいしんびょうやく
抗精神病薬 気持ちが大きく変わらないようにする、くすりです。あんしんして過ごすための、くすりです。
- こう やく
抗てんかん薬 けいれんなど発作をおさえるための、くすりです。
- すいみんやく
睡眠薬 なが ね ね
長く寝たり、寝やすくなるための、くすりです。

くすりのおかげで、生活しやすくなります。1日に薬を何回飲むか、1回にいくつの薬を飲むかは、医者が決めます。かならず守りましょう。

- ✓ くすりのことでわからないことは医者や薬剤師に聞きましょう。薬剤師はくすりの専門家です。
- ✓ わからないことがあったら、質問をしましょう。わからないままにしないで、聞きましょう。



はったつしょうがい ひと ほうりつ てちょう 5. 発達障害のある人のための法律と手帳

はったつしょうがいしゃしえんほう 発達障害者支援法

はったつしょうがい ひと かぞく たす ほうりつ ほうりつ くに る ー る
これは、発達障害のある人とその家族を助けるための、法律です。法律は国のルールです。この
ほうりつ ねん ねん しえん
法律は、2004年にできました。2016年からは、もっとよい支援ができるようになりました。
ほうりつ にほんじん じゅうみんひょう も がいこくじん つか
この法律は、日本人と、住民票を持っている外国人が使うことができます。

しょうがいしゃさべつかいしょうほう 障害者差別解消法

しょうがい ひと さべつ ほうりつ しょうがい りゆう くふう
これは、障害のある人への差別をなくすための法律です。障害を理由に、できる工夫
ごうりてきはいりょ ふびょうどう せつ さべつ
(合理的配慮)をしないで、不平等な接しかたをすることは差別です。

ほうりつ しょうがい ひと びょうどう しゃかいせいかつ ごうりてきはいりょ か
この法律では、障害のある人が平等な社会生活ができるよう、合理的配慮をしないと書いて
しょうがい ひと あんしん す ひと たす たいせつ
あります。障害のある人が安心して過ごせるように、まわりの人が助けることが、大切です。そうす
しょうがい ひと ひと あんしん せいかつ
ることで、障害がある人も、ない人も、安心して生活ができるようになっていきます。

さべつ ひと おも やくしょ そうだん じゅうみんひょう がいこくじん
あなたを差別している人がいると思ったときは、役所に相談しましょう。住民票のある外国人も
そうだん
相談できます。

ごうりてきはいりょ
※合理的配慮ってなんですか？

おお ひと せいかつ なか つか ぼしょ さーびす もんだい つか
多くの人にとって、生活の中で使っている場所やサービスは、問題なく使うことができます。でも
しょうがい ひと つか しょうがい ひと つか
障害のある人にとっては、使いにくいことがあります。そのため、障害のある人が使いやすくなるよ
か ごうりてきはいりょ
うに変えることを、“合理的配慮”といいます。

しょうがい ひと つか い
障害のある人が、「〇〇を使いやすくしてほしい」と言ったとき、それがむずかしいことではないな
ら、そうしなければいけません。

たと じへいすべくとらむしょう こ きょうしつ きゅうしょく た
例えば、自閉スペクトラム症(ASD)の子どもが、教室がうるさくて給食を食べることができない
ばあい こ しず ぼしょ きゅうしょく た はな ほけんしつ しず
場合、その子どもが、「静かな場所で給食を食べたい」と話しました。そのときは、保健室などの静
ぼしょ きゅうしょく た
かな場所で、給食を食べることができるようになります。

しょうがいしゃてちょう 障害者手帳

しょうがいしゃてちょう しょうがい ひと も てちょう かーど てちょう ひと
障害者手帳は、障害がある人が持つことができる、手帳(カード)です。この手帳がある人は、
しょうがい しゅるい しょうがい ひと さいびす つか てちょう
障害の種類などでちがいがありますが、いろいろなサービスを使うことができます。手帳がほしい
ひと やくしょ てつづ じゅうみんひょう がいこくじん
人は、役所で手続きをします。住民票のある外国人も、もらうことができます。

つか さいびす 使うことができるサービス

たと した さいびす う
例えば、下のようなサービスを受けることができます。

- ✓ てちょう も ひと さいびす う てつづ かんたん
手帳を持っている人は、サービスを受けるときの手続きが簡単です。
- ✓ てあてきん ひと
手当金をもらうことができます(いくらかは、人によってちがいます)
- ✓ びょういん はら かね すこ かせ
病院に払ったお金が、少し返ってきます
- ✓ ぜいきん やす
税金が安くなります
- ✓ でんしゃ ばす ひこうき やす の
電車やバス、飛行機などに、安く乗ることができます
- ✓ こうそくどうろ りょうきん やす
高速道路などの料金が、安くなります

き <気をつけてほしいこと>

しょうがい しゅるい しょうがい ひと さいびす し やくしょ ひと
障害の種類などで、受けることができるサービスがちがいます。もっと知りたいときは、役所の人
き ふくし しつもん
に聞いてください。福祉のことがわかるところで、質問をするといいです。

てちょう
手帳は3つあります。

りょういくてちょう せいしんしょうがいしゃほけんふくしてちょう しんたいしょうがいしゃてちょう
療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、身体障害者手帳です。

療育手帳

だれが、もらうことができますか？

- ちてきしょうがい ひと
— 知的障害がある人
- はったつしょうがい ちてきしょうがい ひと
— 発達障害と知的障害がある人

もらう方法

- じどうそうだんしょ しょうがい しゅるい しょうがい しら
— 児童相談所でもらいます。障害の種類やどのくらいの障害かを調べてもらいます。
(18歳より歳が上の人は、知的障害者更生相談所に行って相談してください)

き 気をつけること

ちてきしょうがい か き きかん
どのくらいの知的障害なのかが変わることがあります。決まった期間ごとにどのくらいの
しょうがい しら しょうがい す
障害かを調べます。いつ調べるのかは、住んでいるところによってちがいます。

精神障害者保健福祉手帳

だれが、もらうことができますか？

- した しょうがい せいかつ きぼーと ひつよう ひと
— 下のような障害があつて生活のサポートが必要な人
- はったつしょうがい きぶんしょうがい びょう びょう そうきょくせいしょうがい
・ 発達障害 ・ 気分障害(うつ病、そううつ病/双極性障害 など)
- とうごうしつちょうしょう てんかん
・ 統合失調症 ・ てんかん
- やくぶついぞんしょう こうじのうきのうしょうがい
・ 薬物依存症 ・ 高次脳機能障害
- こころ びょうき
・ そのほかの心の病気

もらう方法

- やくしよ てつづ てつづ ひつよう
— 役所で手続きをします。手続きのとき、①～③が必要です。
- しんせいしよ やくしよ ひと
① 申請書(役所の人にもらいましょう)
- しんだんしよ
② 診断書
- しょうがいねんきん ひと じゅきゅうしょうしよ こびー
※障害年金をもらっている人は、受給証書のコピーでもいいです
- てちょう ひつよう ひと しゃしん
③ 手帳が必要な人の写真

き 気をつけること

ねん てつづ ひつよう とき しんだんしよ ひつよう
2年ごとに手続きが必要です。その時は、診断書が必要です。

ひと

6. まわりの人ができること

ここでは、発達障害がある人と過ごすときに、まわりの人ができるポイントを紹介합니다。このポイントは、国籍に関係なく、発達障害がある人とのコミュニケーションに使うことができます。

✓ できたことをほめる、できないことを叱らない

注意をするときは、最初に上手にできたことやがんばっていることを伝えます。その後、どうすれば上手にできるかを話しましょう。発達障害のある人は、ほかの人が簡単にできることが上手にできなかつたり時間がかかたりします。

✓ 目で見てわかるように説明しましょう

発達障害のある人は、言葉だけの説明よりも、目で見るほうがわかりやすいことがあります。わかりやすい言葉を使って、写真や絵を見せながら説明しましょう。日本語を学んでいる子どもにも、目で見てわかる情報が役に立ちます。



✓ 何かしてほしいときや話すときは、わかりやすい言葉で伝えましょう

言葉で説明するときは、短い文で話しましょう。何かしてほしいときは、1つずつ伝えるといいです。発達障害のある人は、あいまいな言葉がわかりにくいです。はっきり伝えたり、例を出すとわかりやすくなります。

✓ ルールは、はっきり、わかりやすく話しましょう

発達障害のある人は、まわりのルールに気づかないことがあります。知らないときは、やさしい言葉で、どうすればいいかを伝えましょう。例えば：ろうかを走るな！ → ろうかは歩きます。それがルールです。

✓ 安心できる場所をつくりましょう

自閉スペクトラム症のある人は、音、におい、光などが苦手なことがあります。苦手なことを少なくして、安心してすごせるようにしましょう。

✓ 集中しやすい場所をつくりましょう

注意欠如多動症のある人の中には、1つのことを長く続けることが苦手な人がいます。集中しやすいように、1つのことをする時間を短くしましょう。また、2つ以上のことをいっしょにするのが難しい人もいます。1つのことが終わってから、次のことをしましょう。

しら 7. 調べたいことがあるとき

はったつしょうがい しら 発達障害のことを調べたい

● はったつしょうがいじょうほう しえん せん た - 発達障害情報・支援センター

このウェブサイトでは、発達障害のを知ることができます。発達障害のある人がよくすることや、サポートの方法がわかります。発達障害についての制度や日本や世界がしていることについて、新しい情報があります。

<http://www.rehab.go.jp/ddis/>



● はったつしょうがい なび ぽー た る 発達障害ナビポータル

このウェブサイトは、国が作りました。発達障害のある人や家族、支援する人のための情報があります。英語・韓国語・ポルトガル語・中国語に変えることができます。日本語の場合、全部ではありませんが、漢字にふりがな(読み方)をつけることができます。

<https://hattatsu.go.jp/>



● はったつしょうがいきょういくすいしん せん た - 発達障害教育推進センター

発達障害のある子どもを支える方法や、教え方についての情報があります。発達障害についての研究や教材、支援に使う道具も見ることができます。学校の先生向けの研修動画や、国の制度や法律についての情報もあります。

<http://icedd.new.nise.go.jp/>



がっこうきょういく しら 学校教育のことを調べたい

● くらりねっと CLARINET(クラリネット)へようこそ

外国から帰国した日本の子どもや、外国につながる子どもについての情報があるウェブサイトです。

https://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/main7_a2.htm



● かすたねっと(CASTA-NET)

がいくこ こ べんきょう じょうほう さが うえぶさいと
外国につながる子どもの、勉強のための情報を探ることができるウェブサイトです。

<https://casta-net.mext.go.jp/>



● 多言語・学校プロジェクト

がっこう せんせい うえぶさいと がいくこ こ かてい し
学校の先生のためのウェブサイトです。外国につながる子どもの家庭へのお知らせなどを
がいくこ あいであ
外国語にするためのアイデアがあります。

<https://data.casta-net.mext.go.jp/tagengo-gakko.jp/index.html>



まいにち せいかつ やくだ
毎日の生活に役立つこと

● 外国人生活支援ポータルサイト

がいくこじんせいかつしえんぽーたると
あなたが日本で生活するときに必要な情報が、あります。地域の相談できる場所を、調べるこ
ともできます。

<http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>



● 多文化共生ツールライブラリー

ちいき がいくこじん たす ほうほう がいくこじん にほん く じょうほう さが
地域ごとの外国人を助ける方法や、外国人が日本で暮らすための情報を探ることができま
す。ダウンロードすることもできます。

[https://www.clair.or.jp/j/multiculture/tool library/index.html](https://www.clair.or.jp/j/multiculture/tool%20library/index.html)



がいくこご そうだん
外国語で相談することができます

がいくこじん でんわ そうだんサービス はったつしょうがい そうだん サービス
外国人のための、電話の相談サービスがあります。発達障害のことだけを相談するサービスで
は、ありません。でも、外国語で相談できる病院や、通訳のことを相談できます。

こくさいいりょうじょうほう せ ん た -

● AMDA国際医療情報センター

あなたが話す言葉で相談できる病院を、紹介しています。また、日本の病院のことや制度について、相談することができます。電話では、わかりやすい日本語で話します。

とうきょうお ふ い すじむきょく

東京オフィス事務局

げつようび きんようび ごぜん じ ごご じ そうだん

月曜日から金曜日まで、午前10時から午後3時まで相談できます。

でんわばんごう

電話番号:03-6233-9266

<https://www.amdamedicalcenter.com/>



はったつしょうがい そうだん びょういん

● 発達障害のことを相談できる病院

病院などでは、外国語が話せる人がいることがあります。また、翻訳アプリを使うことができる場所もあります。通訳をしてくれるサービスがあることも、あります(住んでいるところによってちがいます)。

<https://hattatsu.go.jp/special/pamphlet-for-foreign-parents/>



ここに書いていない病院でも、相談や診察ができることがあります。

行きたい病院に聞いてみてください。

● 法テラス

外国語で、日本の法律や、相談できる場所について教えています。

<https://www.houterasu.or.jp/site/yasasiinihongo/tagengo.html>



ほんやくあぶり 翻訳アプリ

● 多言語音声翻訳アプリ VoiceTra (ボイストラ)

話した言葉を外国語に翻訳してくれるアプリです。31の言葉に翻訳できます。無料で使うことができます。NICT(国立研究開発法人情報通信研究機構)が作りました。

<http://voicetra.nict.go.jp/>



※翻訳アプリについては、無料で使えるものがあります。

自分で使いやすいものを使ってください。

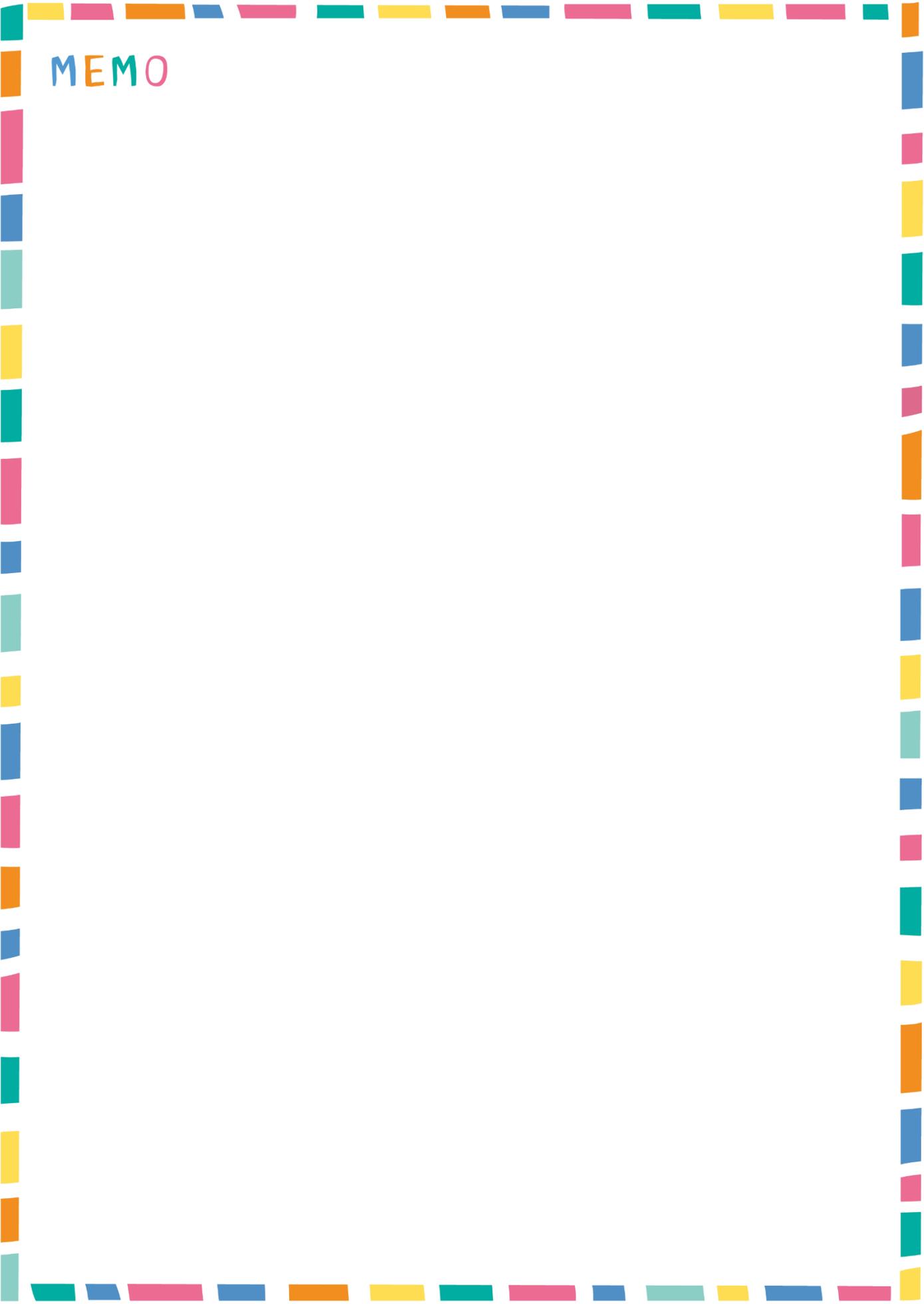
えいご にほんご ことば
英語と日本語の言葉

日本語	ローマ字	英語
あすべるがーししょうぐん アスペルガー症候群	Asuperugā shōkōgun	Asperger's syndrome
いし いしゃ 医師／医者	Ishi/isha	Doctor
びょう うつ病	Utsu byō	Depression
がくしゅうしょうがい 学習障害／LD	Gakushū shōgai/LD	Learning disorder
きぶんしょうがい 気分障害	Kibun shōgai	Mood disorder
きょういくいんかい 教育委員会	Kyōiku iinkai	Board of education
きょういくせんたー 教育センター	Kyōiku sentā	Education center
くすり 薬	Kusuri	Medication
げんきょくせいがくしゅうしょう 限局性学習症／SLD	Genkyokusē gakushū shō	Specific learning disorder (SLD)
げんごしょうがい 言語障害	Gengo shōgai	Speech and language disorders
げんごちょうかくりょうほう 言語聴覚療法	Gengo chōkaku ryōhō	Speech-language-hearing therapy
けんさ 検査	Kensa	Assessment
こうせいしんびょうやく 抗精神病薬	Kō seishinbyō yaku	Antipsychotic medication
こう 抗てんかん薬	Kō tenkan yaku	Antiepileptic medication
こうふあんやく 抗不安薬	Kō fuan yaku	Antianxiety medication
こうか さよう 効果／作用	Kōka/sayō	Effect
こうじのうきのうしょうがい 高次脳機能障害	Kōjinō kinō shōgai	Higher brain dysfunction
こうとうがっこう こうこう 高等学校(高校)	Kōtō gakkō (kōkō)	High school
こうほんせいはいはつしょうがい 広汎性発達障害	Kōhansē hattatsu shōgai	Pervasive developmental disorder
こうりつがっこう 公立学校	Kōritsu gakkō	Public school
こうりてきはいいりよ 合理的配慮	Gōri teki hairyo	Reasonable accommodation
さぎょうりょうほう 作業療法	Sagyō ryōhō	Occupational therapy
しかいし はいしゃ 歯科医師／歯医者	Shikaishi/haisha	Dentist
しかくけんさ 視覚検査	Shikaku kensa	Vision test
したいふじりゅう しんたいしょうがい 肢体不自由／身体障害	Shitai fujiyū/shintai shōgai	Physical disability
じどうかていしえんせんたー 児童家庭支援センター	Jidō katei shien sentā	Child and Family Support Center
じどうせいしんかい 児童精神科医	Jidō seishinkai	Child psychiatrist
じどうそうだんじょ 児童相談所	Jidō sōdanjo	Child Guidance Center
じどうきはっしょうりゅうちようしょう きつおん 児童期発症流暢症／吃音	Jidō-ki hasshō ryūchō shō/kitsuon	Childhood-onset fluency disorder (stuttering)
じへいしょう 自閉症	Jiheishō	Autism
じへいすばくとらむしょう 自閉スペクトラム症／ASD	Jihei supekutoramu shō/ASD	Autism spectrum disorder (ASD)
じゃくし 弱視	Jakushi	Low vision
しょうがい 障害	Shōgai	Disability
しょうがいねんきん 障害年金	Shōgai nenkin	Disability pension

しょうがいしゃさべつかいしょうほう 障害者差別解消法	Shōgai sha sabetsu kaishō hō	Act for Eliminating Discrimination against Persons with Disabilities
しょうがいしゃしゅうぎょう せいかつしえん せん た 障害者就業・生活支援センター	Shōgai sha shūgyō seikatsu shien sentā	Work-Life Support Center for Persons with Disabilities
しょうがいしゃてちょう 障害者手帳	Shōgaisha techō	Certificate for Persons with Disabilities
しょうがっこう 小学校	Shōgakkō	Elementary school
じょうしよしょうがい 情緒障害	Jōcho shōgai	Emotional disability/difficulty
しょうにかい 小児科医	Shōnikai	Pediatrician
しょうにしんけいかい 小児神経科医	Shōni shinkēkai	Pediatric neurologist
しよくぎょうか 職業科	Shokugyō ka	Vocational course
しりつがっこう 私立学校	Shiritsu gakkō	Private school
しんたいしょうがいしゃてちょう 身体障害者手帳	Shintai shōgaisha techō	Physical Disability Certificate
しんだん 診断	Shindan	Diagnosis
しんだんしよ 診断書	Shindansho	Medical certificate
しんりりょうほう 心理療法	Shinri ryōhō	Psychotherapy
しんりし 心理士	Shinrishi	Psychologist
すいみんやく 睡眠薬	Suimin yaku	Sleeping pill
すとれすかんれんしょうがい ストレス関連障害	Sutoresu kanren shōgai	Stress-related disorder
せいしんかい 精神科医	Seishinkai	Psychiatrist
せいしんしょうがいしゃほけんふくしてちょう 精神障害者保健福祉手帳	Seishin shōgaisha hoken fukushi techō	Mental Disability Certificate
ぜんにちせいふつうか 全日制普通科	Zen nichi sē hutsūka	Full-time general course
せんもんがっこう 専門学校	Senmon gakkō	Vocational school
びょう そうきょくせいしょうがい そううつ病／双極性障害	Sō utsu byō/Sōkyokusei shōgai	Bipolar disorder
そうだん 相談	Sōdan	Consultation
だいがく 大学	Daigaku	University
たんいせいこうとうがっこう 単位制高等学校	Tanni sē kōtō gakkō	Credit-based high school
たんにん せんせい 担任の先生	Tannin no sensē	Homeroom teacher
ちいきしょうがいしゃしよくぎょう せん た 地域障害者職業センター	Chīki shōgai sha syokugyō sentā	Local Vocational Center for Persons with Disabilities
ちてきしょうがい 知的障害	Chiteki shōgai	Intellectual disability
ちてきしょうがいしゃこうせいそうだんじよ 知的障害者更生相談所	Chiteki shōgaisha kōsei sōdanjo	Recovery Consultation Offices for Persons with Intellectual Disabilities
ちのうけんさ 知能検査	Chinō kensa	Intelligence test
ちゅういけつじょたどうしょう 注意欠如多動症／ADHD	Chūi ketsujo tadōshō/ADHD	Attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)
ちゅうがっこう 中学校	Chūgakkō	Junior high school
ちゅうすうしんけい しげきやく 中枢神経刺激薬	Chūsū shinkei shigeki yaku	Central nervous system stimulant
ちょうかくけんさ 聴覚検査	Chōkaku kensa	Auditory test

つうきゅうしどうきょうしつ 通級指導教室	Tsūkyū shidō kyōshitsu	Resource room
つうじょうがっきゅう 通常学級	Tsūjō gakkū	Regular class
つうしんせいこうとうがっこう 通信制高等学校	Tsūshinsē kōtō gakkō	Distance learning high school
つうやく 通訳	Tsūyaku	Interpreter
てあて 手当	Teate	Allowance
ていきしけん 定期試験	Teiki shiken	Regular examination
ていじせいふつうか 定時制普通科	Teiji sē hutsūka	Part-time general course
てんかん てんかん	Tenkan	Epilepsy
とうごうしつちようしやう 統合失調症	Tōgō shicchō shō	Schizophrenia
とうれつとしょうこうぐん トゥレット症候群	Turette shōkōgun	Tourette syndrome
とくべつしえんがっきゅう 特別支援学級	Tokubetsu shien gakkū	Special class with children with special needs
とくべつしえんがっこう 特別支援学校	Tokubetsu shien gakkō	Special needs education school
なんちやう 難聴	Nanchō	Hearing impairment
にゅうがくしけん にゅうがくしゃせんばつ 入学試験(入学者選抜)	Nyūgaku shiken (nyūgaku sha senbatsu)	Entrance examination (student selection)
のうはけんさ 脳波検査	Nōha kensa	Electroencephalography
はつたつ 発達	Hattatsu	Development
はつたつけんさ 発達検査	Hattatsu kensa	Developmental test
はつたつしやうがい 発達障害	Hattatsu shōgai	Developmental disorder
はつたつしやうがいきやういんすいしんせんたー 発達障害教育推進センター	Hattatsu shōgai kyōiku suishin sentā	Information Center of Education for the Persons with Developmental Disabilities
はつたつしやうがいじやうほう しえんせんたー 発達障害情報・支援センター	Hattatsu shōgai jōhō shien sentā	Information and Support Center for Persons with Developmental Disorders
はつたつしやうがいしやしえんせんたー 発達障害者支援センター	Hattatsu shōgai sha shien sentā	Support Center for Persons with Developmental Disorders
はつたつしやうがいしやしえんほう 発達障害者支援法	Hattatsu shōgai sha shien hō	Act on Support for Persons with Developmental Disorders
はつたつせいきやうちやううんどうしやうがい 発達性協調運動障害	Hattatsu sē kyōchō undō shōgai	Developmental coordination disorder
びやういん 病院	Byōin	Hospital
びやうじやく しんたいきよじゃく 病弱/身体虚弱	Byōjaku/shintai kyojaku	Health impairment
ふくさやう 副作用	Fuku sayō	Side effect
ふくしサービス 福祉サービス	Fukushi sābisu	Welfare service
ほうむしやうねんしえんせんたー 法務少年支援センター	Hōmu shōnen shien sentā	Juvenile Support Center
ほけんし 保健師	Hokenshi	Public health nurse
ほけんしつ せんせい ほけんしつ 保健室の先生、保健室	Hoken shitsu no sense, hoken shitsu	School nurse, school nurse's office
ほけんしやう 保険証	Hoken shō	Health insurance card
ぼしけんこうてちやう ぼしてちやう 母子健康手帳/母子手帳	Boshi kenkō techō(boshi techō)	Maternal and Child Health Handbook

やくざいし 薬剤師	Yakuzaishi	Pharmacist
やくぶついぞんししょう 薬物依存症	Yakubutsu izon shō	Drug addiction
よやく 予約	Yoyaku	Appointment
りがくりょうほう 理学療法	Rigaku ryōhō	Physical therapy
りょういくてちょう 療育手帳	Ryōiku techō	Intellectual disability certificate



MEMO

外国につながる子ども・若い人と家族のためのパンフレット

こんなときどうすればいいですか？

～小学生から高校生と家族のみなさんへ～ 【やさしいにほんご(ふりがな あり)】

発行日 2025年3月

監修 高橋 脩(豊田市福祉事業団 理事長)

編集制作 発達障害情報分析会議 作業部会(外国につながる発達障害児者支援に関する情報提供)

発行 国立障害者リハビリテーションセンター 企画・情報部 発達障害情報・支援センター

〒359-8555 埼玉県所沢市並木4-1 ウェブサイト <https://www.rehab.go.jp/ddis/>

イラスト・デザイン くすはらくう

デザイン協力 一般社団法人やさしいコミュニケーション協会

【パンフレットのご利用について】このパンフレットは原則、印刷・配布は自由です。

なお、パンフレットの内容について、発達障害情報・支援センターに無断で改変をおこなうことはできません。

【注釈】 この本では、対象としている読み手の読みやすさを大切にするため、「子ども」と表記します。

このパンフレットのデザイン・イラストは以下の研究費により制作されました。

厚生労働科学行政推進調査事業費 「障害者総合支援法の対象範囲の検討と障害福祉計画の作成に向けたデータ利活用の手法の確立に関する研究」
(研究代表:今橋久美子)



ばんふれつと あんけーと
パンフレットについてのアンケート

このパンフレットがどのような人に使われているのか、どのような情報が必要なのかを知るために、アンケートをとっています。
下のURLか、QRコードからアンケートページに入ってください。ご協力をおねがいします。

【保護者・家族向け】 ※やさしいにほんご

<https://forms.gle/kZYPqd1y3e5Hbzbe6>



はっこう こくりつしょうがいしゃりはびりてーしょんせんたー きかく じょうほうぶ はったつしょうがいじょうほう しえんせんたー
発行：国立障害者リハビリテーションセンター 企画・情報部 発達障害情報・支援センター

うえがさいと <https://www.rehab.go.jp/ddis/>

