

ライフサポートブックくるめ もやい
使い方&書き方
ガイドブック

2期 16歳から
(義務教育終了後から)

つくってみましょう
あなただけのライフサポートブック

困っている人がいる

困っている中でも、頑張っている人がいる

困りながらも、頑張って みんなとつながろうとしている人がいる

そんな あなたやあなたの家族と共に

あなたと私がつながるための、あなたとみんながつながるためのツール

ライフサポートブック

もくじを、開いてください さあ、つくってみましょう



名前

久留米市

目 次

| | |
|-------------------------|-------|
| 使い方&書き方ガイド | 2ページ |
| プロフィール（記入例） | 4ページ |
| 生活暦（記入例） | 6ページ |
| 相談・受診・療育などのあゆみ（記入例） | 8ページ |
| 医療（健康面・精神面）の情報（記入例） | 9ページ |
| 生活の様子（記入例） | 10ページ |
| 学校での様子・学校生活でのエピソード（記入例） | 11ページ |
| 就労に関すること（記入例） | 15ページ |
| 受診時にお願いしたいこと（記入例） | 17ページ |
| 周囲の人をお願いしたいこと（記入例） | 19ページ |
| 関わりのある人達（記入例） | 20ページ |
| 関係者マップ（記入例） | 21ページ |

”もやい”とは…

「もやう」という言葉には二つの意味があります。
舳 　　う　　： 船と船とをつなぎあわせること。
催 　　合　　う　　： 寄り合って共同で事をする。物を共同で使用する。

人と人がつながり、支え合う地域を皆で創るため に生まれた

「ライフサポートブックくるめ”もやい”」

大いに活用し、皆で育てていきたいと願っています。

ライフサポートブック “もやい” 使い方&書き方 ガイド



ライフサポートブックとは？

ライフサポートブックは、本人に関する様々な情報を周囲の人に伝えるためのツールです。成長していく過程（ライフステージ）での、その時々での出来事や過去の経緯、日常の過ごし方や関わりの様子、特徴や支援の方法などを記入し、家族以外の人に関わる時に必要な情報を伝え、就学や進級・進学など、生活の場面や関わる人が変わる時に、スムーズなバトンタッチができるように使います。

書く人と読む人がお互いにコミュニケーションをすることが大切ですので、最初から詳しく書く必要はありません。まずは形式にとらわれ過ぎずに書いてみましょう。

※ 必要な方は久留米市のHP (<http://www.city.kurume.fukuoka.jp/>)から「くらしの情報」→「子育て支援」→「発達支援・幼児教育」→「ライフサポートブックもやい」へアクセスしていただくとダウンロードしてご利用できます。筑後地区ノーマライゼーション研究会のHP (http://www.geocities.jp/normalization_chikugo/) からでもダウンロード可能です。



ライフサポートブックの役割と使い方

1. 書く（明確にする）

作成し管理するのは、本人または保護者です。

日々の関わりのなかで行っている支援（接し方や対応の工夫など）について、家庭での様子だけでなく、学校や会社での出来事や過ごし方についても先生や上司などに尋ねながら、協力してもらって書いていきましょう。ライフサポートブックを書くことで様々な情報が整理され明確になります。また、本人が持つ特性をより理解することができ、新しい対応や工夫を考えるきっかけになります。

2. 伝える（理解する）

進級・進学などの節目や支援者が変わる際に、これまでの経緯や取り組んできたことなどの情報を新しく関わる人達に伝えることは、慣れない環境の中で本人が安心して過ごすためにとっても大切な事です。ライフサポートブックを使うことで、関係する機関や人が変わるたびに同じことを最初から何度も説明しなくて済みます。

また、本人に関する情報を過不足なく支援者に伝えることができ、ライフステージに応じた一貫した支援をすることにも役立ちます。

3. 記録する（保存する）

ライフサポートブックに、その時々の様子を書き記していくことは成長の記録になり、過去の出来事や支援の履歴が残されます。経験の積み重ねは、先々の様々な取り組みの指針となり、道しるべにもなるでしょう。また、ライフサポートブックに書き込むだけでなく、その他の情報（母子手帳、園・学校の連絡帳や個別の教育支援計画、診断書や検査記録、就業体験の記録など）を一緒にファイルしておくことによって、支援のあり方を検討することもでき、一貫した支援の継続とネットワークの充実を図ることができます。



ライフサポートブックの書き方

1. 書けるところ、書きたいことから書きましょう

本人が安全に、安心して、楽しく過ごすため、また、関わりを持つ周囲の人が理解して支援するために必要だと思うことから書いてみましょう。

項目にないことも自由に書き加えて構いませんし、枠に入りきれない場合は欄外や別の用紙を加えて書くなど、自由に書いて下さい。

2. 理解や支援につながることを具体的に書く

「～できません」「～は嫌いです」など、否定的なことを書くのではなく、「〇〇するとできます」「△△は得意です」「□□するのが好きです」等、どのような支援が必要なのか、何に興味関心があるのかなど、関わる際のヒントになることを、できるだけ具体的に書くようにしましょう。

3. 必要な部分を、必要な時に使う

年齢によって1期「0歳から15歳まで（義務教育終了まで）」と、2期「16歳から（義務教育終了後から）」の2部構成になっています。加除式ですので使う時期や目的によって必要なくなった部分は取り外したり、必要なページを加えたりして自由に使って下さい。

4. やりとり（コミュニケーション）を大切に

支援者に伝えたいことをシンプルに分かりやすく、まとめて書きましょう。

要求ではなく、理解してもらえようように伝えることを心掛けましょう。

支援の内容や方法を検討する際に参考になることも書いてみましょう。

情報や思いを共有できるように、支援者と一緒に書いてみるのもひとつの方法です。あれこれとやりとりをするうちに、違った視点に気がついたり、連携や協力がスムーズになるきっかけになるかもしれません。

5. 用途に合わせて自分なりに

書きやすさや書きにくさは、人によって、また書く内容（項目）によって異なります。記入する内容や量については様々な立場に配慮し検討して作成しましたが、書くことが多すぎたり書きづらいと感じたりする項目があるかもしれません。また逆に、書いているうちにもっと詳しく書くことが必要になるかもしれませんし、使っているうちに何か新しい使い方（利用方法）を思いつくかもしれません。

書く人にも読む人にも、使いやすいライフサポートブックになるように、用途に合わせて自分なりに創意工夫をしてみてください。

個人情報保護について

ライフサポートブックには、個人情報のもとより支援者や関係機関に関する情報が多く記載されていますので、プライバシーに十分配慮して慎重に取り扱って下さい。

また、保護者または本人が許可した支援者だけがライフサポートブックを見ることができません。支援に関わらない第三者に無断で情報を提供すること、承諾なしにコピーして二次的に使用することは禁止しています。

記入例

プロフィール①

| | | | | | |
|--------------------------|--|----------|------------|-------------|-------------|
| 名前 (ふりがな) | 久留米 あみ (くるめ あみ) | | | | 写真を貼りましょう |
| 生年月日 | □□年 △△月 ○○日生 | | | | |
| 性別 | 男・ 女 | 血液型 | □型 | | |
| 家庭環境 | 单身・同居(家族)・友人)・社員寮 グループホーム・() | | | | |
| 住所・連絡先 | 〒○○○-○○○○ 久留米市 ○○町 TEL ○○-○○○○ 携帯 ○○○-○○○-○○○○ | | | | |
| 緊急連絡先 | 連絡がつく携帯番号などを書きましょう | | | | |
| 家族状況 | 氏名 | 続柄 | 所属 | 連絡先 | |
| | 久留米 ○ ○ | 父 | ○○会社 | ○○-○○○ | |
| | 久留米 □ □ | 母 | | | |
| | | 兄 | ○○中学校 | | |
| | | 本人 | | | |
| | | 妹 | | | |
| | | | | | |
| 就園歴 | 就園 | — 昭和 ○○年 | 4月～ | (△△) | 保 ・幼 |
| 教育歴 | | | 年 月～ | () | 保・幼 |
| 療育歴 | | 年 月～ | () | | 保・幼 |
| など | 就学 | — 平成 ○○年 | 4月～ | (○○) | 小学校 |
| | | 平成 □□年 | 4月～ | () | 中学校 |
| | | 平成 △△年 | 4月～ | () | 高校 |
| | 療育 | — 平成 ○○年 | 5月～ | (○○療育センター) | |
| | 平成 | 年 10月～ | (△△発達相談) | | |
| | 平成 | 年 月～ | () | | |
| 手帳 福祉 サービス 利用など | <input type="checkbox"/> 手帳なし <input checked="" type="checkbox"/> 療育手帳 (A1・A2・A3・ B1 ・B2) <input type="checkbox"/> 身体障害者手帳 (種 級) <input type="checkbox"/> 精神保健福祉手帳 (級) <input type="checkbox"/> 特別児童扶養手当 (級) <input type="checkbox"/> その他 <input checked="" type="checkbox"/> 障害程度区分 (区分3) <input type="checkbox"/> 障害者年金 (級) <input checked="" type="checkbox"/> 福祉サービス利用等 日中一時支援 7日/月 短期入所 4日/月 | | | | |

記入例

プロフィール②

| | | | | |
|------------------|--|--|---|------------|
| 健康 | アレルギー 発作・喘息等 | てんかん (+) | 服薬 | 内服 (朝・夕/日) |
| 日常生活 | 食事 | アレルギー | <input checked="" type="checkbox"/> 有 ・ 無 (卵のアレルギーあり。生卵はひかえている) | |
| | | 偏食 | <input checked="" type="checkbox"/> 有 ・ 無 (青野菜が苦手、細かく刻むと食べられる) | |
| | 身だしなみ | 自立・ <input checked="" type="checkbox"/> チェック必要 ・ 指示が必要 ・ 介助 (ズボンの後の洋服のはみ出しチェックが必要) | | |
| | 排泄 | <input checked="" type="checkbox"/> 自立 ・ <input checked="" type="checkbox"/> チェック必要 ・ 指示が必要 ・ 介助 () | | |
| | 入浴 | <input checked="" type="checkbox"/> 自立 ・ <input checked="" type="checkbox"/> チェック必要 ・ 指示が必要 ・ 介助 () | | |
| 余暇活動 | 休日の過ごし方 | 自宅でテレビゲームをしていることが多い | | |
| | 好きなこと | 読書やゲームがすき | | |
| 移動・外出 | 可能な手段 配慮すること | 自家用車 ・ バイク ・ <input checked="" type="checkbox"/> 電車 ・ <input checked="" type="checkbox"/> バス ・ タクシー ・ <input checked="" type="checkbox"/> 自転車 バスや電車も乗れますが、苦手です。 | | |
| 時間 | 時計 時間の調整 | 時計を読むこと (アナログ・デジタル共に) OK 時間を調整することは苦手。 | | |
| コミュニケーション | 本人⇒周囲 表現方法 | <input checked="" type="checkbox"/> 言葉 ・ 1〜2語文 ・ ジェスチャー ・ 指差し 手をひっぱる ・ 道具使用 (カードなど) ・ 文字 その他 () | | |
| | 周囲⇒本人 伝達方法 | 言葉 ・ 絵や写真 ・ ジェスチャー ・ <input checked="" type="checkbox"/> 見本の提示 <input checked="" type="checkbox"/> 文字 ・ その他 () | | |
| | 話しやすい性別 | 男性 ・ <input checked="" type="checkbox"/> 女性 ・ <input checked="" type="checkbox"/> どちらもOK | | |
| | 話しやすい年層 | 年下 ・ 同年代 ・ 年上 ・ <input checked="" type="checkbox"/> 特になし | | |
| | 人の多さ | 1人がいい ・ <input checked="" type="checkbox"/> 1対1はOK ・ () 人までOK | | |
| 興味 関心 こだわり | テレビゲームが大好きで、時間を忘れてしまうぐらい没頭する | | | |
| 感覚過敏 (有 / 無) | 聴覚 (<input checked="" type="checkbox"/> 有) ・ 視覚 () ・ 触覚 (<input checked="" type="checkbox"/> 有) ・ 味覚 () 嗅覚 () ・ その他の感覚 () | | | |
| パニック 感情の混乱 | パニックの有無 | <input checked="" type="checkbox"/> 有 ・ 無 | | |
| | どんな時に 起こるか | A) 難しい課題の指示 B) 好きな行動の中断 <input checked="" type="checkbox"/> C) 予告なしの日課やスケジュールの変更 D) 欲しかったものが手に入らない E) 注目されない、1人にされる F) その他 (騒音、光など) | | |
| | 起こりやすい 時間・場所 | 人が多い場所 初めての経験をする前は特に敏感 | | |
| | 前兆 | そわそわしはじめたり、耳を押さえたりする 色々なことに敏感に反応し、感情的になる | | |
| | どんな状態 | 大きな声を出す 相手に対して暴言がでる | | |
| | どのくらい 続くか | 環境が変わるまでしばらく続く | | |
| | 落ち着く 方法・場所 | 場所・環境をかえ、静かな人気がないところへ行く 本人が何が不安かをじっくり聴く姿勢で対応する | | |

記入例

生活歴

乳幼児期から学童期までの状況について、把握されている事項があれば、ご記入ください。
 (発達の記録・学校での様子・学習面・対人関係・環境の変化など)
 年金申請時の病歴状況申立書を書く時に役立つものとなりますので、記録しておきましょう。

| | |
|--------------------|--|
| <p>3歳未満の状況</p> | <p>出生後、筋力低下や哺乳力よわく、〇〇病院に10日間入院。 その後、月1回の定期検診をうけ、若干の発達の遅れを指摘される。 1歳の時に、熱性けいれんを起し、2週間の入院。 話しかけてもなかなか視線があわず、一人遊びが多かった。 発達の遅れに伴い、△△療育研究所を紹介され、週2回の訓練をスタート。2年間通い、日常生活動作の指導やコミュニケーションの指導を中心にうける。</p> |
| <p>3歳～6歳ごろの状況</p> | <p>4歳のときに、地元の□□保育園へ入園。 〇〇療育研究所での療育を週1回行きながら保育園と並行して通う。 入園当初は、なかなか親と離れることができず、しばらく同伴する。 年中(5歳)になると、少しずつ友達との会話も増えたが、その分トラブルもあった。 学校に上がることで、就学相談へ相談に行き、本人の状況を考えて、地元の小学校の特別支援学級を選択する。</p> |
| <p>6歳～12歳ごろの状況</p> | <p>〇〇小学校へ入学。授業についていけないこともあり、特別支学級ですごす時間を増やしたりしながら対応する。 低学年の時は、勉強以外のことは楽しそうで、毎日休まず通っていたが、学年があがるにつけ、集団活動についていけず、パニックを起こすことが増えた。 中学に関しては、情緒的に不安定になってきたことなどを考慮し、療育担当の先生や小学校の担任とも話しあって、特別支援学校を選択する。</p> |

記入例

生活歴

中学校から現在までの状況について、把握されている事項があれば、ご記入ください。
(発達記録・学校での様子・学習面・対人関係・環境の変化など)
年金申請時の病歴状況申立書を書く時に役立つものとなりますので、記録しておきましょう。

| | |
|--------------|--|
| 13歳～18歳ごろの状況 | △△特別支援学校へ入学。 しばらく、環境の変化に合わせられず、情緒不安定になったため、〇〇クリニックへ通院しはじめる。 月1回ペースで状況を見守りながら、内服をスタートし、経過観察中。 |
| 19歳以降の状況 | |



記入例 相談・受診・療育などのあゆみ

発達に関して相談や療育へ行ったり、病院などを受診した記録、検査などを行った日付けや場所、利用している福祉サービス（障害者手帳、各種手当、サービス利用、程度区分など）の記録を残しておくといいいでしょう。

| いつ頃 | どこで (機関名) | どんなことで | 結 果 |
|------|----------------|----------------|---------------------------------|
| ○年○月 | ○○小児科 | 4か月児健診 | 異常なし |
| | ○○小児科 | 1歳6か月児健診 | 要観察 |
| | ○○小児科 | 3歳児健診 | 要精密 |
| | ことば相談室 | ことばの相談 | 小児科医 △△Drから 多動を指摘、要フォロー |
| | 幼児教育 研究所 | ことばの相談 より紹介 | △△学級 週1回通う |
| | □□病院 | 診察 | 小児科医 ○○Drから ADHDの疑いありと診断 |
| | ○○学園 | 診察・療育 | 個別訓練・療育 週1回（作業療法・保育） |
| | △△保育所 | 保育所入園 | 養護児審査の結果、加配保育士（+） |
| | 児童相談所 | 療育手帳判定 | 療育手帳判定 B2 |
| | □□病院 | 知能検査 | WISCⅢ実施 結果（動作性=□、言語性=○、全体=△） |
| | 教育委員会 | 就学相談 | 本人の状況から、特別支援学級在籍 |
| | ○○小学校 | 入学 | 特別支援学級在籍 |
| | □□大学 | 発達心理相談室 | 個別療育 月2回 |
| | 特別支援学校 | 入学 | |
| | ○○就労 支援センター | 高校卒業後の 進路相談 | 見学と相談のみ 本人の興味関心が向上する |
| | | | |
| | | | |

記入例 医療（健康面・精神面）の情報

体質の特徴や健康面の問題、精神面の状態をまとめておきましょう

アレルギー・過敏性

1、使用して体調が悪くなった薬があれば記載して、受診の時には伝えましょう

| 薬の名前 | 年月日 | 問題になった症状 |
|------|-------|----------|
| | 年 月 日 | |
| | 年 月 日 | |

2、アレルギーの元（食物・動植物など）になっているものや対策を記載しましょう

| |
|--|
| <p>食べ物…卵（特に卵白） 対 策…以前、卵でじんましんが出たことがある。 そのため、卵がはいっている食べ物は食べさせないようにしている。</p> |
|--|

体質の特徴

| |
|---|
| <p>けいれん（年月日）、ゼーゼーいやすい、中耳炎をくり返す、視力・聴力の心配</p> <ul style="list-style-type: none"> ・けいれん（○年、△才ごろ）を数回起こし、てんかんの薬を服薬中。 ・アトピー性皮膚炎があるために、冬場は特に皮膚が乾燥する。 （日頃は、保湿剤にて様子みる。かゆみがひどい時のみ、抗アレルギー剤を服薬する。） |
|---|

健康面や精神面の状態

| 病名や状態 | 病院名 担当医名 | 薬品名 | 量・回数・効用・成分など 服用時の体調など注意点などあったら 記入しておきましょう |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|---|
| うつ症状 （気分の 落ち込み） | ○○ クリニック （○○先生） | ○○ | 朝・夕／日 ○○剤服用 眠気（+） 定期受診 2回／月 調子がよくないときには、随時通院して相談 |
| 糖尿病 | △△ 病院 （△△先生） | △△ | 毎食前に服用、3回／日、食事制限（+） |
| アトピー性 皮膚炎 | □□皮膚科 （□□先生） | 飲み薬 ○○ 塗薬 △△ | 冬場や空気が乾燥した時にのみ、受診。 薬を処方してもらおう。 かゆみ止めは眠気がくるため、仕事の前は飲まないようにしている |
| てんかん | ☆大学病院 | ☆☆ | 朝・夕／日 ☆☆剤服用 |

記入例

生活の様子（〇〇歳頃）

家庭での様子について、書いてみましょう。
 家族の人以外の方に、本人のことを知ってもらうときに、読んでもらいましょう。
 （足りない分は、コピーして下さい。）

| 項目 | 得意なことや苦手なこと・配慮して欲しいことなど |
|---------------------------------------|--|
| 食事 | 生卵は避けている。苦手な食材もあるが、何でも可。好きものは量の加減が難しいため、食べすぎないように声かけ必要。お箸を使用可。 |
| 身だしなみ | 着脱は一人で可能。場所や人にあわせた服装選びが苦手。服装の写真や絵の見本があるとよい。 |
| 排泄 | 着脱可。一人で可能。 ただし、場所が変わると分からなくなることあり、1度誘導してもらおうとよい |
| 入浴 | 一人で可能。背中や頭の洗い流しが不十分なため、最後にチェックを必要。脱いだ服を片付ける場所の指定があるとよい。 |
| コミュニケーション 話す・聞く 読む・書く 会話すること | 読み書きは可。自分の考えていることを相手に伝えることが苦手。 言葉を字義通りにとらえてしまったり、一度に大量の指示の理解ができない。 冗談はさけて、話をするときはメモをとるように促す。 |
| 移動・外出 | 日頃は、徒歩か自転車での移動が主体。何度か一緒に練習すれば、バスや電車も乗れる。ただし、人が多い乗り物は基本的に苦手。 |
| 金銭管理 | 買い物の経験はある。（多目のお金を持参して、買う方法） ほしいものがあると、買ってしまふところあり。 |
| 余暇の過ごし方 遊び など | テレビゲーム、読書など、一人で過ごすことを好む。 運動は苦手。歌は大好きで、時折、家族でカラオケに行く。 |
| 興味関心 こだわり | 現在、テレビゲームに出てくるキャラクター〇〇にはまっている。 急な時間変更や好きなことを止めることが苦手。事前に、変更やあと何回などリミット設定があると止められる。 |
| 感覚の問題 ・音や温度 ・感覚の過敏さ | 視覚に優れている分、光に敏感。光が強すぎると回りが見えにくい。 大きな音には過敏。耳を押さえるなど自分なりに対応するが、それでも不安そうなときは、別の場所に移動。 |

記入例 学校での様子

学校での本人の様子について書きましょう。分からない時は先生に尋ねるのもいいですね。
 通知表など様子が分かる資料を貼るのもいいかもしれません。
 (足りない分は、コピーして下さい。)

学 校 名：(〇〇中学校) 学年・組：(2年B組) 担任の先生(〇〇)先生
 ※他に関わってくださる先生など(特別支援学級 △先生、
 スクールカウンセラー ○先生、特別支援教育コーディネーター ☆先生)

☆学校生活の様子(生活習慣、身辺のこと など)

| | | | | |
|--------------------|---|---|--|---|
| 食 事 | | 援助 いる ・ 一部介助 (いない) | | 援助 いる ・ (一部介助) ・ いない |
| | | 自分で摂取可。箸使用可。 | | 着脱に関しては一人で可能。 |
| | 好きなもの | <ul style="list-style-type: none"> ・ 最近は偏食はなく、トマト以外は大丈夫です。 ・ 特に肉類が好き。 | 衣服の着脱 | ※ こうすれば大丈夫 <ul style="list-style-type: none"> ・ 状況に合わせて、服を脱ぎ着することが苦手。(暑いときに脱ぐ・寒いときに着るなど) その都度、声かけをする。 |
| | 嫌いなもの(苦手) | <ul style="list-style-type: none"> ・ トマトの食感が苦手(生でなくトマトソースのように加工してあるものは大丈夫) | | |
| | アレルギー | <ul style="list-style-type: none"> ・ たまご | | 援助 いる ・ (一部介助) ・ いない |
| | ※ こうすれば大丈夫 (食事のときの工夫) <ul style="list-style-type: none"> ・ 食欲がないときは、かなり体調が悪いときなので、注意が必要。 | 排 泄 | ※ こうすれば大丈夫 <ul style="list-style-type: none"> ・ トイレに行くことを忘れるぐらい集中して遊ぶことがあるため、時間を見て、個別に声かけ(ポンポンと肩を叩いて声かけ)をする。 | |

☆コミュニケーション

| 現在の様子 | 苦手なこと、できないこと | こうすれば大丈夫 |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 言葉かけで伝えています が、一部支援が必要。 | <ul style="list-style-type: none"> 挨拶などは、目をみてでき ない。 冗談を本気にとる。 自分の好きな話しばかりし てしまう。 | <ul style="list-style-type: none"> 指示は短い言葉で一つずつ伝 える。 比喩を使わず、具体的に伝え る。 |

☆友達関係（休み時間の遊び・交友関係について）

| 現在の様子 | 苦手なこと、できないこと | こうすれば大丈夫 |
|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 特定の友達がいる。 | <ul style="list-style-type: none"> ルールが複雑な遊びは苦 手 お友達の気持ちなどがわ かりにくいです。 | <ul style="list-style-type: none"> 紙などに状況を書きながら説 明してあげてください。 |

☆授業中

| 現在の様子 | 苦手なこと、できないこと | こうすれば大丈夫 |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> 教室を出てしまうことも ある。 | <ul style="list-style-type: none"> 集中力がなく、すぐ気が散 る。 姿勢が崩れやすい。 指示されたことを、すぐ忘 れる。 | <ul style="list-style-type: none"> 席は先生の近くがよい。 指示やめあては、出来たら黒 板に書く。 |

☆行事（全校集会・運動会・入学式・卒業式など）

| 現在の様子 | 苦手なこと、できないこと | こうすれば大丈夫 |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 運動会では、競技の順番 の横に、本人の動き方を 提示してもらいうまくい った。 | <ul style="list-style-type: none"> 見通しがもてないと落ち着 かない。 ざわざわした音は苦手。 | <ul style="list-style-type: none"> 予め、プログラムを用意す る。 音がざわざわしているとき は、耳栓をするように促す。 |

☆掃除や給食などの当番活動

| 現在の様子 | 苦手なこと、できないこと | こうすれば大丈夫 |
|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> 教室から逃げ出して遊ん でいる。 | <ul style="list-style-type: none"> 給食はどのくらいつげばい いかわからない。 | <ul style="list-style-type: none"> どのくらいつげばいいか、見 本があれば大丈夫。 |

☆学習面の様子

(ひらがなを読む・書く、漢字を読む・書く、文章を読む・書く(作文)、算数の計算、文章題、など、学習面でのようす)

| 現在の様子 | 苦手なこと、できないこと | こうすれば大丈夫 |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> ・ひらがなの読み、書きはできる。 ・計算は手を使って数えれば大丈夫。 | <ul style="list-style-type: none"> ・文章を読むのは、拾い読みで時間がかかる。 | <ul style="list-style-type: none"> ・文章を読むときに、どこを読んでいるかを指示しながら読むとうまく読める。 |

☆感覚の特徴で困っていること

| 感覚 | 苦手なこと、できないこと | こうすれば大丈夫 |
|--------------------------------------|---|--|
| 聴覚 視覚 触覚 味覚 嗅覚 その他の感覚 | <ul style="list-style-type: none"> ① 聴覚の過敏さがある。休み時間の教室や集会のときのザワザワした環境は苦手です。 ② 触覚の過敏さがある。長袖のセーターなどはチクチクして嫌なようで、冬でも半袖を着たがる。 | <ul style="list-style-type: none"> ① 耳栓をすれば大丈夫。 ② 長袖のアンダーシャツを着れば大丈夫。 |

記入例

学校生活でのエピソード

※ 学校での様子、取り組んでいたこと、配慮や工夫、家庭と学校とのやりとり
その他印象的な出来事や思い出に残るエピソードがあれば書き留めておきましょう。

- 入学したばかりの時は、環境の変化に興奮しがちで、はじめて本人を見た人は驚きの連続だった
- 家庭と学校とのやりとりは、連絡帳で細かく連絡しあい、その中で様子をみながら本人の安定、不安定を考慮して指導してもらった。
- 身体を動かすことが好きで、週 1 回のスポーツを始めたらずいぶん、気持ちのコントロールも出来るようになった。
- 学年があがるにつれ、周りの様子もだんだん気にするようになり、行事などの前に、どんな気持ちか確認しながら体験させていた。
- 出来ること・出来ないことに差があり、又気持ちの安定・不安定しだいで、出来不出来にも大きく差が開くので、その格差で彼の状態をかんがえながら対処していただいた。
- 褒められて伸びる子ですが、学年が上がるにつれ、あからさまにオーバーに褒めるのではなく、さらりと流すようにほめ、子ども自身を認めてあげる心地よいようです。
- 叱る時は、ビシッと注意して、メリハリをつけることも、経験してきた。

(10 歳頃)

何歳ごろのことかが分かるように、エピソードの後に (〇〇歳ごろの様子) と書き込んでもいいですね。



記入例 就労に関すること


| | | | |
|------------|-----------------|-----------------|-------------------|
| 最終学歴 | 〇〇特別支援学校 高等部 卒業 | | |
| 職歴 職場実習 | 事業所名 | 期間 | 仕事内容 |
| | △△作業所 | 年 月 日～ 年 月 日 | 実習体験 タオル折り、農作業 |
| | 〇〇事業所 | 年 月 日～ 年 月 日 | 実習体験 リサイクル分別作業 |
| | □□商店 | 年 月 日～ 年 月 日 | パート勤務 清掃作業 |
| | J A △△ | 年 月 日～ 年 月 日 | アルバイト ねぎそろえ |
| | コンビニ | 年 月 日～ 年 月 日 | アルバイト 品出し |
| | | 年 月 日～ 年 月 日 | |
| | | 年 月 日～ 年 月 日 | |
| | | 年 月 日～ 年 月 日 | |
| | | 年 月 日～ 年 月 日 | |
| | | 年 月 日～ 年 月 日 | |
| 資格 | 自動車免許 (+) | | |

| | | | | |
|--------|--|--------|------|----------------------|
| 希望の職種 | 販売 ・ 接客 ・ サービス業 ・ 事務 ・ 医療 ・ 介護、福祉 食品加工製造 ・ 製造、軽作業 ・ 教育 ・ 物流 ・ PC 関連 清掃 ・ 芸術家 ・ 農業 その他 () | | | |
| 就職希望条件 | 月収 | 12万ぐらい | 勤務時間 | 8:00～18:00のうち 8時間 |
| | 休日 | 日曜・祭日 | 通勤手段 | 自家用車 |
| | 通勤時間 | 30分 | 雇用形態 | 正社員・パート・派遣 |
| 働き方 | 1、 一般雇用 ② 障害者雇用 3、 どちらも (一般雇用 ・ 障害者雇用) 4、 福祉的就労 (継続A型・継続B型・地域活動支援センターⅢ型 福祉工場・授産施設・作業所 ・ []) | | | |

| | |
|--|---|
| <p>作業面の特徴</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・暗黙のルールやマナーに気付くことが難しいです。 ・口頭指示のみの場合、作業内容が理解できず、途中で作業ミスが増えることがあります。 ・作業に慣れるまでに時間がかかります。作業に慣れば、安定して進めることができます。 ・同時に複数の作業を行うことは苦手です。作業がおろそかになることや作業スピードが極端に遅くなる場合があります。 ・できるだけ早く、簡単にとの思いから、作業の手順や動線を勝手に変えてしまい、結果的に大きなミスにつながる場合があります。手順やルールを見える位置に貼っておくと、ミスを減らすことができます。 |
| <p>対人面の特徴</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・作業上の会話は問題ありませんが、外部との電話対応や日常会話、コミュニケーションが苦手です。 ・休憩時間は、1人でいると落ち着いて過ごすことができます。 |
| <p>思考・行動の特徴</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・強迫性障害があるので、ストレスが溜まると手を洗う時間が長くなります。長くても5分以内に終わるようにタイマーを使うように努力しています。 ・集中をしすぎて、周囲が見えなくなることがあります。 ・仕事などで自分の力をコントロールできず、際限なくやり続けてしまいます。 |
| <p>感覚面の特徴</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・視覚に優れている分、光に敏感。光が強すぎると回りが見えにくい。サングラスなどで対応。 ・1つの部屋で5～6ヶ所違う話題で話をしている内容が同じ周波数で同時に耳に入り、耳をふさぎたくなるので、別室での作業や囲いをつくり、あちこちの話し声を聞こえにくくするなどに対応。 |
| <p>自分で工夫していること 周囲に配慮してほしいこと 自分の思い など</p> | <ul style="list-style-type: none"> ・暗黙のルールやマナーについては、教えてください。 ・作業の指示をいただく時は、指示をメモに書いていただく、もしくは、実演をしていただけると理解しやすいです。 ・不適切な行動や言動が見られた時は、その場で、その時に率直に伝えてください。今後、どうすればよいのかアドバイスを頂けると助かります。 ・集中して、反応が見られない時は、肩を叩いて教えてください。 ・きついという感覚が分からないため、際限なく仕事をやり続けてしまうので、休憩の声かけをして下さい。また、ブレーキをかける（息抜き）の概念などを一緒に考えてほしい。 |

記入例 受診時にお願いしたいこと

かかりつけの医院など受診するときなど、先生にお願いすることをまとめておきましょう。
診察する前に見せておけるといいですね。

| | |
|---|--|
| 診察前に 知って おいて ほしいこと | <p>本人が嫌がること、苦手なこと、怖がること (触られる)(体・耳・頭・口) 喉を見られること ベッドに寝ること 待つこと 大きな声 暗いところ たくさん話しかけられること 人が多いところ 口を開けること (仰向けに寝ること) 小さな子どもの泣き声 大きな機械音 掃除機などの吸引音 初めての場所 初めての人 白衣 注射 その他 ()</p> |
| |  |
| | <p>こうすれば大丈夫</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 待つこと⇒本やゲームがあれば待つことができます。 ・ 話かけられること⇒短いことばで、その都度尋ねる。 もしくは、紙に書いてもらえるとすぐ理解できる。 ・ ザワザワした所や泣き声が苦手なので、あと何分と伝える。 長くなりそうなら、その場から離れて待つ。(車の中など) </div> |
| | <p>本人からの意志表示や伝え方 話し言葉でいろいろなことを自由に伝えられる (言葉を話す)が伝えられることは限られている ジェスチャー 文字 絵・写真カード 実物を示す 手をひっぱる その他 ()</p> |
| <p>本人へ伝えるときに分かりやすい方法 (実物を見せる) 写真を見せる (絵を見せる) 文字を書いて見せる ジェスチャー (日常よく使う短い言葉で伝える) 長い文でも理解できる</p> | |
| <p>本人が理解できる時間の示し方 アナログ時計 (デジタル時計) (キッチンタイマー) (数を数える)</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>こうすれば大丈夫</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・ 不安なときは、すぐ起き上がり診察室からでていこうとするので、じっと横になる必要があるときは、数を数えると待つことができます。 </div> | |

| | |
|----------------------------|---|
| <p>薬について</p> | <p>本人が使うことができる薬の剤型 錠剤 カプセル 粉薬 シロップ 坐薬 湿布 塗薬 点眼</p> <p style="text-align: center;">↓</p> <p>薬の飲ませ方で工夫をしていること</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・粉薬のザラっとした感覚が苦手です。なるべくシロップでお願いします。 </div> |
| <p>これまでに経験したことがある診療・検査</p> | <p>これまでに経験したことのある診療・検査</p> <p>検温 聴診 触診 喉を診る 耳を診る 鼻を診る 聴力検査 耳垢取り 眼を診る 視力検査 点眼 採血 点滴 予防接種 脳波 レントゲン CT MRI 心電図 エコー 傷の縫合 歯科診療 入院 手術</p> <p>その他（）</p> |
| <p>その他</p> | <p>本人が好きなもの・こと （本、ゲーム、食べ物、趣味など。特に「ごほうび」「暇つぶし」「気持ちの切り替え」として使えそうなこと）</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・電車の図鑑があると静かにすごせます。 </div> <p>その他、心配なこと</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> ・会話がうまく聞き取れない時があるので、ゆっくり簡潔に伝えるようにしています。 ・点眼が苦手。なれない場所や不安な時に、無理やりしようとすると怖くて大きな声が出てしまうことがあります。 </div> <p>待ち時間の過ごし方</p> <div style="border: 1px solid black; height: 80px; margin-top: 10px;"></div> |

記入例 周囲の人をお願いしたいこと

買い物、外食、習い事、散髪、交通機関を利用するときなど、
周囲の人をお願いしたいことをまとめておきましょう。

| どこで・どんな時 | お願いしたい内容 |
|----------|---|
| 外出先で | <ul style="list-style-type: none"> 時々、大声を上げることがありますが、自分なりに新しいことにチャレンジしています。しばらく待っていただければ落ち着きます。 |
| 床屋さん | <ul style="list-style-type: none"> 急にタオルを顔にのせたり、いすを倒したりすると、驚いてパニックになることがあります。次に何をするかを教えていただければ、安心して座っていられます。 |
| | |
| | |
| | |
| | |



記入例

関わりのある人達

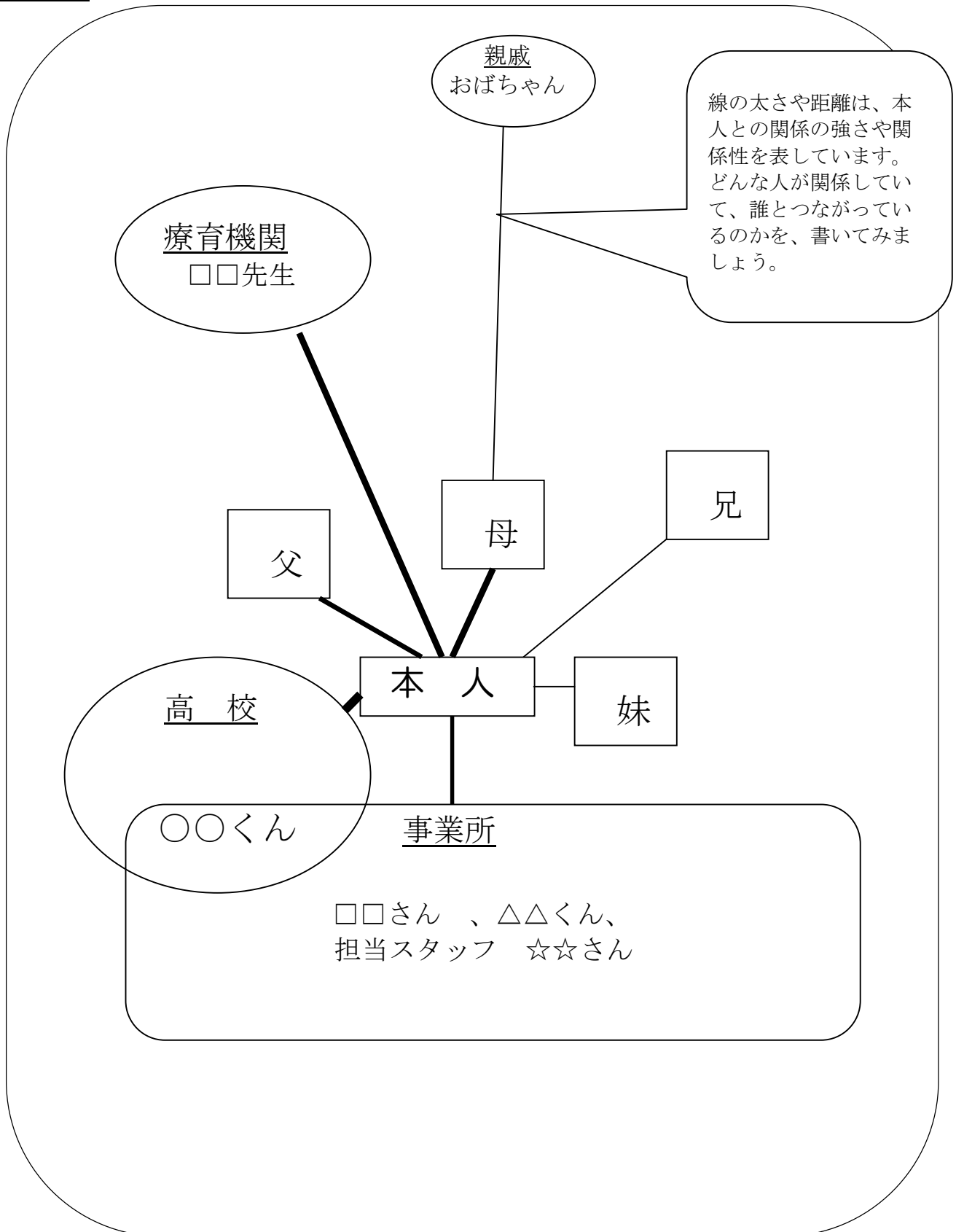
普段関わりがあるのはどんな人達ですか。
 連絡先などまとめて書いておくと、いざというときに便利ですね。
 (但し、個人情報になりますので、了承を得てから載せましょう。)

| 氏名 | 所属 | 関わり | 連絡先 |
|-----------------|--------------|---------------------|---------|
| 〇〇さん | 〇〇学園 | 療育 | 00-0000 |
| □□先生 | △△病院 | 診察 | 11-1111 |
| ☆☆さん | となりの方 | 放課後や地域での見守りや 声かけ | |
| 〇〇くん (母〇〇さん) | 友達 (友達の母) | クラスの友達 (一番の親友) | |
| △△氏 | 〇〇事業所 | 事業所 所長 | |
| 〇〇支援員 | △△学園 | 日中一時・短期入所の担当 支援員 | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

関係者マップ

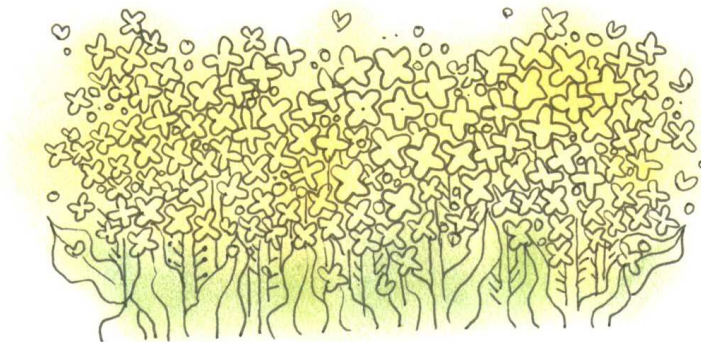
生活する上で、本人を取り巻く環境（関わりのある人や機関など）は、
どんなところがありますか図に描いてみましょう。

記入例



ライフサポートブックくるめ もやい

使い方&書き方 ガイドブック



この冊子は大切なものです。
拾得された方は、お手数ですが下記までご連絡下さい

連絡先

発行元 久留米市子育て支援部幼児教育研究所

TEL 0942-35-3812

yohken@city.kurume.fukuoka.jp

協力 筑後地区ノーマライゼーション研究会