

◆ 子どもへの接し方・対応方法について ◆

【行動面について】

Q1

何か物事をする時、他事に気がそれてしまうとそちらに夢中になり、やっていた事を忘れてしまい、声かけをしないと最後まで終わらないことがあります。こういった場合は、どういった対応をするといいいのでしょうか。

〈母/男 年中 療育手帳 ADHD〉

～6歳

A1-1

娘もまず指示が理解できるようになってほしいと思います。本人にとって一番理解しやすい伝え方を知りたいです。

(母/女 3歳 手帳なし 自閉症)

A1-2

時間を決めて「〇時〇分までにやろうね。」とあらかじめ伝えます。もしくは本人に時間を決めさせます。タイマーを使う時もあります。最初は上手くいきませんが、徐々に本人が時間をきにするようになりました。時間通りにできた時は思い切りほめてあげます。

(母/男 5歳 手帳なし 自閉症)

A1-3

時計をタイマーにして「この時間にタイマーなるからそこで終わりだよ」と言ったらどうですか。

(母/男 5歳 療育手帳 自閉症)

A1-4

うちにもぴったりあてはまります。調子がのっていると何事もスムーズに行動できますが、そうでないと他事に気がそれてしまいます。なるべく部屋を片付けて、玩具等に目がいかないようにしています。楽しみながら、物事を最後までできるよう、声を掛けたり、一緒にやったりしています。物事が終わったら、次に本人の好きなこと、楽しみなことが待っていることを知らせ、やる気を出させるようにしています。

(母/男 5歳 手帳なし なし)

A1-5

うちの子も毎日このような状況です。「今、何をする時だっけ？」と声がけし、本人に気づいてもらえるように促してはいますが…。気がそれるのは、病気なので、仕方がないと割り切る事も必要だと思っています。

(母/女 5歳 手帳なし 自閉症 ｸﾞﾙｰﾌﾟ)

A1-6

時間をきめて子供に伝えていきます。前やっていた事を聞いてどうして忘れてしまったのか聞くようにしています。一つの事をやり出した時に、最後までやると約束したり、でも途中で他に興味を持った時は、ちゃんとお片付けをさせてから次の遊びをさせたりします。

(母/男 5歳 療育手帳 自閉症)

A1-7

我が子も同様のことがよくあります。その都度、今、何するんだっけ？と確認しながら、寄り道しながらたどり着く感じです。目からの刺激が入りやすく集中力は高いのに他のものへどんどん気が移ってしまう。人と見え方が違うのだと想像しますが、時折呼び戻す作業が必要です。

(母/男 6歳 手帳なし 自閉症)

A1-8

なるべく集中しやすい空間を作るようにしています（TVは消すなど）。あとは、やはり大変ですが、その都度、声掛けをして、本人に気づかせています。

(母/男 6歳 手帳なし なし)

7歳～15歳

A1-9

気がそれてしまう物を全部なくし、顔をこちらに向け、手で視界を遮って、「終わります」「帰ります」の声掛けをしています。根気よく。

(母/男 7歳 精神手帳 ｱｽﾊﾟﾙﾀﾞ-症候群)

A1-10

気が散らないように、他の物をまわりに置かない、テレビを消すなど、できるだけ静かに取り組めるようにしました。それでも、独り言を言い始めたりして、他の事を考えたりするので、声かけは必要でした。集中する時間を短くして、タイマーを使い、カウントダウンして短時間だけ集中させました。

(母/男 8歳 療育手帳 自閉症)

A1-11

時間が分かるもの（時計、砂時計）など本人が見て分かるものを目の前に置き、「この時間までは〇〇しようね」と声かけだけではなく目線からも分かるようにさせる。

(母/男 8歳 療育手帳

自閉症・学習障害・ADHD)

A1-12

なるべく気がそれる要素を取り除く。こちらが根気よく声をかける。

(母/男 9歳 療育手帳 自閉症)

A1-13

子どもにしてみればつまらない物事より、注意のひかれたものに夢中になりたいですね。私の息子(二人)も同じようなことがありました。なかなか進まずイライラしました。気長に声掛けをしながら、手伝っていました。年中さんですし、声掛けをして最後まで終われるならすごいと思います。

(母/男 9歳・13歳 身体手帳

ｱｽﾊﾟﾙﾀﾞ-症候群)

A1-14

他事に気がそれた時は「どっちが今一番したい？」「こっちも残っているよ」といってどちらか選ばせて残るのは「終わったら一緒にやろうね」と言ってます。

(母/女 小4 手帳なし ｱｽﾊﾟﾙﾀﾞ-症候群)

A1-15

その時、その時声をかけています。話をしても聞いていない事が多く（自分の世界に入っている事が多く）大切な話をする時は、お互いに目と目を見て、話をして「今、私は何の話をした？」と聞き返し、孫に言わせている時もあります。でも時間が経つと忘れる事が多くあります。

(祖母/男 10歳 精神手帳 自閉症入°外泊・ADHD)

A1-16

何度も声かけしないとわからない
と思います。できたらほめてあげる
といいですよ。

(母/女 11歳 手帳なし 自閉症・ADHD)

A1-17

何度も声かけをする。大切な話をするときはちゃんと自分の方を見せ、目を合わせ、目線もあわせ短く話をする。あとどれくらいで終わるのか聞く。夢中になる物に対しての話を聞く。

(母/男 12歳 手帳なし ADHD)

16歳～

A1-18

ずっと大きくなっても色々な型にかえて見られます。大きくなってもかわりません。

でも、毎日、ひとつずつ根気よく、声をかけてあげればいいのか。毎日が忍耐で大変ですが、私は今でもそんな子と一緒にです。でも小さい頃とはやはり違ってきますよ。

(母/女 16歳 療育手帳・精神手帳
自閉症・ADHD)

A1-19

たいへんだと思いますが、声かけをし続ける事が大切だと思います。声掛けをすれば最後までやってくれるのであれば、それが一番いい方法だと思います。

(母/女 16歳 療育手帳 自閉症)

A1-20

絵カード等でスケジュールを伝える
といいのでは？

(母/女 17 歳 療育手帳 自閉症)

A1-21

声かけはします。今もします。どうしてもしなければいけないことがあるのならば、その他の刺激（物や音など）ができるだけ入らないように排除（片付けたり、テレビや音楽を消したり）します。年齢が上がると、段々とそれる頻度や、忘れることが少なくなるのか、途中で気づくようになっていく様子です。

(母/男 20歳 手帳なし
アスペルger-症候群・学習障害)

A1-22

短い目標を作ってひとつひとつ付き合っ
てあげる。最後までできたらほめてあげる。

(母/女 21歳 療育手帳 なし)

A1-23

私達、親自身でもそういった行動は少なからずあると思います。お母さんが接してみえるように、声かけしながら見守ってあげるのが一番かな？と思います。見守る事って大変な事かもしれませんが。

(母/男 28歳 療育手帳 ダウン症)

A1-24

同席し見守り声かけをする。
(母/男 30歳 療育手帳 自閉症)

A1-25

声かけすれば最後までやり切ることが出来る子なんですね。イイね！優しくその子にあった声かけをこれからもお願いしますね。

(母/男 33歳 療育手帳 自閉症)

男 35歳 療育手帳・身体手帳

医療的ケア不要)

A1-26

声かけをして、やっていた事を一緒にやってあげて、終わった前のを教えながらゆっくりやらせています。

(母/女 42歳 療育手帳 なし)



どうぶつたち/ たーちゃん 小3

A1-27

うちの子はトイレに30分も入ってDSのゲームをしていました。いちいち声かけも大変でしたので。キッチンタイマーで終わりを知らせる事にしました。(全て記入なし)

Q2

初めての場所、人、慣れない所だに行くのを拒否したり、興奮して動き回ってしまう時がありますが、どう対応すればいいのでしょうか。

〈母/男 年中 療育手帳 ADHD〉

～6歳

A2-1

娘も興奮して動き回り、私達の声が耳に届かない時があります。まだ迷子の心配もあります。

(母/女 3歳 手帳なし 自閉症)

A2-2

無理だとわかったら、子供の気持ちがあるので、ジュースをのませたりおにぎりを食べさせたりして、気持ちをおちつかせ、あきらめる時もあれば大丈夫な時もあります。まず子供の気持ちを尊重してあげるといいと思います。ぎゅっとだいてあげて大丈夫だよと声をかけ気持ちを落ち着かせます。やはりスキップが大切では。興奮した時は特に！

(母/男 5歳 療育手帳 自閉症)

A2-3

はじめから落ち着いているのは無理だと思います。できるだけ前もって予告をして「本人をびっくりさせない」よう心がけるくらいしかないとします。

病院など「行く時は急だけど何度も行く所」は病院用バッグなどを決めておき、視覚的に本人でもわかるようにしておくと、パニックはおきにくいです。うちの場合はです。あくまでもパニックが起きないだけで、興奮はします。お気に入りのオモチャを持って行く位しか対処できません。

(母/男 5歳 手帳なし なし)

A2-4

初めての場所に行く時は、ホームページやその場所に行った方のブログなどを本人に見せて、「ここにはこういうものがあるよ。」「〇〇でびっくりする事があるんだって」等、具体的に話をします。本人が「ここは嫌だ」と言った場合には、何が嫌なのか、話し合い、どうしたら楽しむ事ができるのか、一緒に考えました。

(母/女 5歳 手帳なし 自閉症[※] 外[※])

A2-5

事前に話をするようにしています。本人に見通しがもちやすいように具体的に説明し、その後で約束をすることで、少しは落ち着いて行動できているように思います(歩くときはしっかり手をつなぐなど)。

(母/男 6歳 手帳なし なし)

A2-6

その場所へどうしていかなければいけないのか、どれくらい時間がかかるのかをあらかじめ伝えます。特に時間は具体的に。見通しがつくとスムーズに行く場合もあります。（「この本を読んで待っていてね。それまでに終わるから。」「30数えていてね」など）

行かないと～できないよ =×

行った後に～できるよ、～しようか =○

(母/男 6歳 手帳なし 自閉症)

7歳～15歳

A2-7

年齢が上がるにつれて、少しずつ場所、人見知りがなくなってきました。

(母/女 7歳 療育手帳 なし)

A2-8

前もって行く場所の情報（写真、地図、経路）をわからなくても見せて説明します（根気よく、何度も）。

(母/男 7歳 精神手帳 ｱｽﾊﾟﾙﾀﾞ-症候群)

A2-9

初めての建物には、泣きわめいていることが出来ませんでした。前もって地図を見せて、場所を確認させたり、どの道を通っていくか、本人に決めさせたりしました。パソコンで行く建物の映像を見せて安心させたりしました。少しずつ初めての場所も入れるようになり、どこでも入れるようになってきました。

(母/男 8歳 療育手帳 自閉症)

A2-10

行く前日に、どういう場所なのか、どういう所なのかを先に話して、当日行く前にも再度話して、不安を無くすようにする。頑張っていくことができた時には褒めてあげます。

(母/男 8歳 療育手帳
自閉症・学習障害・ADHD)

A2-11

今は、YouTubeやGoogleマップなどである程度場所の写真や動画などを見ることができるので、事前に見せて「ここへ行くんだよ」と認識させたうえで行くのはどうでしょうか。

(母/男 9歳 療育手帳 自閉症)

A2-12

私の子どもも初めての場所、多くの人が集まる場所では不安定でした。慣れた場所以外は連れて出かけることをしなくなりました。どうしても行かなければいけない所へ行くときは、前もってその場所の情報をなるべくわかりやすく伝えて、早目に到着して、場所に慣れさせたり、少しずつ人が集まることで、人に慣れさせたりすると比較的落ち着いていました。

(母/男 9歳・13歳 身体手帳 ｱｽﾊﾟﾙﾀﾞ-症候群)



いろんなさかなたち/S.Hat 小2

A2-13

初めての場所、人、慣れない所への拒否は、まず子供の好きな所へ行き、親も子供も楽しんでみて、少しずつ行く所も広げていき、慣れてみてはどうですか？ 子供だけではなく、親の楽しんでいる姿を子どもに見せるのがいいと思います。

動き回る事については、孫も授業中にブツブツ言って、ウロウロしている状態で、学校では先生に任せています。家でも自分の世界に入っていると部屋を行き来して、ブツブツ、ウロウロしています。ゲームをしている時は座っている（集中しています）外で動き回る時は、声をかけて手をつないでいます。

(祖母/男 10歳 精神手帳 自閉症[※] 外[※]・ADHD)

A2-14

前もってその場所に実際行ってみる。行けない場合はネットで調べて写真を見せたり、説明をしたりしてあげて、怖くないよ、大丈夫だよ、と説得してから行きました。

(母/男 10歳 手帳なし なし)

A2-15

大丈夫だよと安心させてあげる事です。

(母/男 11歳 手帳なし
自閉症・ADHD)

A2-16

環境の変化にはADHDの子は敏感だと思います。周囲が見えないように区切ったところで落ち着くのを待つ。少しずつ慣れてさせるしかない。

(母/男 12歳 手帳なし ADHD)

A2-17

初めての場所に行く時は、どんな所へ行くのか、何をしに行くのかを行く前に説明してから行っていました。初めての人には、話しかけられても絶対にしゃべらないので、「はづかしがり屋なので」とか、子どもの特徴を相手に伝えたりしていました。

(母/男 13歳 手帳なし 自閉症)

16歳～

A2-18

初めての場所は慣れなくて落ち着かないと思います。音や色などの刺激が多いからだと思います。理由を考えて対処法を考えるといいと思います。

(病院などはホームページなどで調べて、雰囲気事前に知らせたり、遠足や自然教室などは事前に実際に行ったりして様子を知らせました。落ち着かない場所、危険な物は前もって、対処方法を考えたりもしました)

(母/男 17歳 療育手帳 自閉症)

A2-19

事前に行く場所などを教えておく。何回も聞いてきますが、本人が納得したら、その場所には行ってくれます。

(母/男 19歳 療育手帳 自閉症)

A2-20

今は、GoogleマップやGoogleのストリートビューがあります。地図上の場所をクリックすると、その場所に立っているような景色が見えますし、少しずつ進むこともできますので、まるで歩いているように景色が進みます。有名な建物ですと、内部も360度撮ったものが出てきますので、子どもと一緒に何度も見たいいかがですか。

「こんな風になっているんだね」「ここは面白そうだね」「この道にはこんなお店があるんだね」など、と話かけながら道中や、行く場所を見ると、自分も楽しいです。

田舎道やレアな場所だと無い時もありますが、よほどでない限り、お宅の家の前もちゃんと写されていますので、家の前から道をたどることができます。本当にリアル体験ができますので、やってみてください。

支援の講座でも、先生が遠足の前にこれをするとしないとでは大違いの子がたくさんいると言ってみえましたよ。

あとは、出かける時用の持ち物です。小さい頃は、お出かけ用のリュックを作り、特別のオモチャを用意しました。出かけると、それで遊べることもあり、オモチャに夢中で大人しくしてくれていました。(場所から離れる時には、怒ろうがちゃんとバッグにしまわなければいけません)

その頃はまだ診断も受けていませんでしたが、多動やパニック傾向があったので、その程度の工夫をしていました。神経質な子どもだとしか考えていませんでしたので。

(母/男 20歳 手帳なし アスペルger-症候群・学習障害)

A2-21

21才の娘も今だに同じです。DSやお絵かきの道具など大人しくできる材料を持って行きます。知らない場所は私たちも不安ですよ。

(母/女 21歳 療育手帳 なし)

A2-22

そっと片すみで周囲を見せることから始める。

(母/男 30歳 療育手帳 自閉症)

A2-24

わが子もこれで本当に苦労しました。無理やり部屋に入れようとしたり、連れ回すことは出来ないの、子どもが落ち着ける場所で親子でひたすら待つしかありません。部屋に入れず廊下や外庭で子供と少し離れて座っていたことを思い出します。長い目でみて下さい。ポチポチ落ち着いていきます。今はいい思い出です。

(母/男 33歳 療育手帳 自閉症)

/男 35歳 療育手帳・身体手帳

医療的ケア不要)

A2-23

初めてのことは皆ドキドキしてしまうものです。発達に凸凹がある子どもたちは特に初めてのことは苦手ですね。ママやパパと手をつないで、普段、行かない散歩コースを回ったりしてみてもどうですか？ 初めてのことが「大丈夫、安心できる」ということがわかれば良いので、楽しい雰囲気づくりに努めてみるといいですよ。

(母/男 29歳 身体手帳・療育手帳 医療的ケア要)

A2-25

本人の気持ちが落ち着くまで無理にその場に
いさせない様にする。周りの動きを見ながら、
少しずつ慣れさせて気持ちが落ち着くまで様
子を見る。 (母/女 42歳 療育手帳 なし)



おともだち/ はるくん 小1

A2-26

無理に行かせない。初めは子どもに
合わせれば?

(母/女 45歳 療育手帳 自閉症)

A2-27

写真などで場所を事前に見せました。病院などは、
なるべく新しくてきれいな病院だと入りやすかつ
たです。落ち着く物(おもちゃ、DS、本など)を
持って行ける所なら、持っていました。

(全て記入なし)

Q3

自分なりのルールやこだわりがあって、どういう対応がいいのか困っています。
いい言葉かけ、対応があったら教えてほしいです。「自分が一番じゃなきゃ嫌だ」
というところもあります。

〈母/男 年中 手帳なし ADHD〉

~6歳

A3-1

娘もおもちゃで本来のあそびはできず、何
でも横一列に並べていきます。色んなあそ
びを試してみて、本人に合った物を探す
といいかもしれません。娘の場合、パズルは
型にはめて1つの絵柄を作ると分かった
みたいで一緒にやります。あと、外遊びは
大好きなのでストレスをためないため
にも連れて行くといいかなと思います。

(母/女 3歳 手帳なし 自閉症)

A3-2

ルールやこだわり、自分が一番…本人もどうしてもそ
うでなければいけない!と困っている感じています。
いきなりそれを崩そうとしてもパニックになるので、
「今日はこうしようね」「今回は2番目だよ」と声をか
けます。

最初は泣いたり、全力で抵抗したりするのを押さえつ
けるのに苦労しました。少しずつ「そうしなくてもいい
んだ」と改善されてきたように思います。

(母/男 5歳 手帳なし 自閉症)

A3-3

明らかにおかしいと思う自分ルールは短い言葉で訂正します。話が長いと耳に入らないので、「違います（理由）です」そして相手がある場合は、お友達の気持ちはどうだと思おう？と問いかけます。大切なのは大人の都合で対応を変えないことだと思います（例外を作ると子供が混乱します）。負けず嫌いは大切な気持ちなので無くしたくないですね。（母/男 6歳 療育手帳 なし）

A3-4

うちの子は4番目でお兄ちゃんと年齢がはなれているのでとてもいい環境で育てているつもりでしたが、やはり一人だけ小さいので自分が一番と思っています。でも大丈夫です。自分が一番=自信マンマンです（やれないことが多いのに）。そしてルールやこだわりが強く、右・左など自分と私の右・左が違うだけで怒って泣き出します。そんな時は、少し叱るときもありますが、子供の目線に立って「そうか〇〇ちゃんには右はあっちなんだね」「お母さんの右はこっちだよ」と少しずつ毎日同じことをくりかえしてやっています。やはり叱るより認めてゆっくり教えていくといいと思います。

（母/男 5歳 療育手帳 自閉症）

7歳～15歳

A3-5

「こういう方法もあるよ」と見せて話します。

（母/男 8歳 療育手帳
自閉症・学習障害・ADHD）

A3-6

子どものその時のコンディションやママの余裕などによってルールやこだわりに従ったり、従わなかったり、柔軟に対応されるといいと思います。

（母/男 9歳 療育手帳 自閉症）

A3-7

ルールやこだわりには色々あります。目で見て覚えることが多いので、絵カード等で対応してみてもいいかもしれません。自分が1番ということも年齢的なものもありますし「1番じゃなきゃ嫌！」という事に何か問題でもありますか？

（母/男 9歳 療育手帳 自閉症）

A3-8

「こんなことをしているとみんなにきられてしまうよ」というようなネガティブな声かけより、「これができたらカッコいいね」のようなポジティブな声かけを選んであげてください。年中さんでまだ言葉かけが入らないかも知れませんが、今、わからなくても、いつかわかる時がくることを信じて気長に声かけしてあげてください。

（母/男 9歳・13歳 身体手帳

アスペルガー症候群）

A3-9

孫も自分のルールがあります。鬼ごっこを友達とやり、孫は鬼になるのが嫌い。追いかけて逃げ回る事が好きで、トラブルがありました。孫と話をする時に向かい合って、ちゃんと正しいルールを知っているのかを聞いて、何が自分のルールと違うのかを話、友達とルールを守って遊べるように声をかけています。（友達や先生との協力も必要です）

（祖母/男 10歳 精神手帳 自閉症、外傷・ADHD）

A3-10

わざとルールを崩すような行動を3回に1回ぐらい入れていました。パニックになった時は、何が嫌だった？どうしたかった？どんな気持ちになっちゃった？とじっくり聞いてあげました。パニックになると声を荒げないと聞いてくれない時もありますが、とにかく冷静に目をじっくり見て話すと落ち着いていきました。

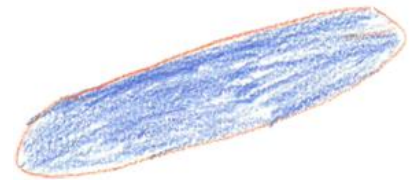
自分が1番でないと嫌だと怒った時はパニックを抑えようとせず、自分で落ち着いてきた時、くやしい気持ちは大事だよね、と肯定した上で、相手の子も同じようにくやしくなるよね？とその都度言い聞かせました。
(母/男 10歳 手帳なし なし)

A3-11

一通り話を聞いてあげて否定する言い方ではなく、「こういうやり方もあるけど、どうかな？」と助言をしてあげる。

(母/男 12歳 手帳なし ADHD)

とくウナギ



いろんなさかなたち/S.Hat 小2

16歳～

A3-12

ルールは社会適応には必要なこと。団体場所に行き体験させる。自宅でも家族が平等であると身につける。

(母/男 30歳 療育手帳 自閉症)

A3-13

どの子供にも自分のこだわりはありますので、それを変える事はやる気をなくしてしまいます。一つ一つの事に対して「良くやれたね」とほめてあげながら自信を持たせることが大切です。

(母/女 42歳 療育手帳 なし)

A3-14

私の子は、外出が好きで毎日出かけていて、お金も時間も大変でした。「毎日→1日おき→お金が1,000円たまったら」と少しずつ減らしました。全くゼロにはできませんが、10年以上かかりました。
(全て記入なし)