

『サポートブックを作ってみましょう』

大和郡山市地域自立支援協議会 教育部会

この度、大和郡山市地域自立支援協議会の教育部会で、『サポートブック』を作成し、配布させていただくことになりました。この資料は、それぞれの団体やグループで、「大和郡山市サポートブック」を作るときの目安にしていただければと思います。

『サポートブック』とは、障害のある人が、その種別に関わらず、初めて接する人（例えば、ボランティアや新しい担任の先生など）に、本人への特性や接し方について知ってもらうための情報を書いておくノートです。

この『サポートブック』を、ボランティアの方との外出時に携帯したり、行きつけの店をはじめ学童保育や学校の先生などに渡したりしておきます。そして、本人のことを知ってもらい、活動や関わる時のヒントにしてもらい、地域生活や社会自立の支援に役立てていくものです。

『サポートブック』は、人によって必要な項目は変わってきま

す。必要なときに、必要な量だけ、相手に伝えておきたいことを書いてみましょう。

基本はA6サイズですが、ページの項目や配置なども、各人で切ったり、増やしたりしていただき使いやすいように工夫していただきます。

また、書かれてある内容が、本人にとってわかりやすい表現で書かれてあるか、本人が嫌な思いをすることのない内容であるか、チェックしておくことも大切です。

また、実際に使ってみて、見てもらった人の意見を参考に更新させていきましょう。

実際の記入については、保護者同士で記入したり、学校の先生と一緒に記入したりするのも良いでしょう。

一番大切なことは、『サポートブック』を作ることや見ることで、その人をよく知って、関わり合うことが大切だと思います。

尚、個人情報に関わる内容も記入しますので、取り扱いは慎重に行ってください。

【問い合わせ先】

- ・ 大和郡山市役所 厚生福祉課 0743-53-1151<内線 535・538>
- ・ 障害者生活支援センターりんく 0743-84-5159

(作成年月日: 年 月 日)

(写真を貼る)

ふりがな

氏名

(男・女)

住所

呼び名

所属(学校・園など)

生年月日

年

月

日

才

血液型

体重

※個人情報ですので取り扱いにはご注意ください。



私の特徴・自己紹介・診断名について



・自閉症の方の場合です。

◎また診断名を、記入することに抵抗がある場合は、自己紹介や特徴を記入するのでも良いでしょう。

・この障害の特徴は、①対人関係の発達の偏り、②コミュニケーション能力に偏り(特に言語能力)、③反復的な行動や強いこだわりを伴う想像力の発達の偏りです。

・これらは脳の中樞神経の障害で、育て方や家庭環境が原因ではありません。

※特に対人的なことについて書いておくと、初めて接する人が子どもさんに接しやすくなります。

①話しかけても目線をあわさない、②ミニカーを並べることのこだわり、③会話が一方的で、こちらが言ったことと同じことを繰り返して言う、等の特徴があります。

() 手帳をもっている

  持病・投薬・アレルギーなど 

【持病・アレルギー】   

・外出時や、他の方にお預けする時など、知っておいてもらった方が良いものについては、詳しく書いておきましょう。

【投薬】   

・飲む時間帯や量、飲ませ方などを記入すると良いでしょう。

【体調が悪いとき・発作対応について】



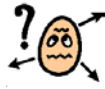
・発作のタイプなど、その時の様子や対応などを書いておきましょう。また側にいる方に、その時の様子や時間を観察しておくようお願いしておくとい良いでしょう。



こだわりやパニック



【きっかけ・行動】



- ・困った行動やパニックなどの原因や条件などがあれば、書いておきましょう。
- ・また、そのこだわりやパニックの様子なども書いておきましょう。

【対応】



- ・どうすれば、回避できるか。また落ち着くかを、具体的に書いておきましょう。



◎要求・選択・拒否の時、それぞれどんな様子かを具体的に書いておくと対応してもらいやすくなります。

- ・ 2～3語文程度（例：「先生、トイレ行く」）の要求や、拒否（例「いや、しない。」）ができます。

- ・ 選択をさせるときは、言葉だけで言うよりも、絵に書いて、「どっち？」と聞くと本人に伝わりやすいです。

- ・ 欲しいものの名前がわからないときは、大人の手をとって、指し示そうとしたり、連れて行こうとしたりします。

※言語なのか、サインなのか、クレーンなのか、絵カード、写真を用いるのかなど、子どものコミュニケーションの取り方を振り返って、「例えば」を入れると分かりやすくなります。発語のない場合、「首を横にふるなど、どんな行動をするか」を書きます。



◎指示・許可・禁止、ルールの理解について書きます・

・話しかけるとき、注意をひくときは、「たろーちゃん！」とはっきりした声で名前を呼んでから、指示をしています。

・具体的な指示の例

「ボールを片付けてね」×

「ボールをとってください。カゴに入れてください。」○

「時計を見てね。長い針が3のところに来たら、おかたづけします。」○

・ひらがな、カタカナは読めますが、文章全体の意味を理解するのは苦手なので、単語と動詞でわかりやすく伝えています。

・してはいけないことは、きっぱり「ダメ！」と言って、手で×を示すとわかりやすいです。

余暇🎈🎆・遊び・好きなこと😊🏠

【室内】🧸🚅

・遊具やおもちゃ、本の名前など、具体的に表記すると良いでしょう。

【屋外】🏠🧸🧳

・同上

【注意点・配慮点】

(例)

◎同世代の子どもとひとりではうまく関われないので、大人がそばについています。

◎活動終了3分程度前に、「〇〇ちゃん、あと3分でおわり」と伝えると、活動を終えやすいです。

苦手なこと・怖いこと

【室内】

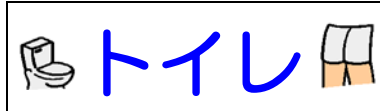
- ・暗いところや狭いところ、音など

【屋外】

- ・高いところや音、また犬など
- ・特に、飛び出しや道路上でのことについても書いておくと良いでしょう。

【注意点・配慮点】

◎事前に知ってもらっておくことで、回避できることなどを記入すると良いでしょう。



【小】 配慮点 

- ・ 和式はどうか、洋式はどうか
- ・ 男子トイレでは小の時／大の時は？
- ・ 女子トイレは生理の始末など

【大】 配慮点 

- ・ 同上



水分補給・おやつ



【すきなもの😊】

◎どんな物が好きか書いておきましょう。

- ・スポーツドリンク(ポカリスエット等)
- ・お菓子全般(スナック菓子、クッキー、せんべい等。特にポテトチップスが好き)

【配慮点】

(例)

- ・自分で量を制限できないので渡す前に「〇個でおしまい」と約束しています。

【きらいなもの😓】

◎何が嫌いなのか、具体的に書いておきましょう。

【×食べてはいけないもの🚫】

- ・アレルギーの項と重複するかもしれませんが、記入しておきましょう。



食事 (1)



【すきなもの😊】



◎家庭での料理の他、外食では何が好きも書いておきましょう。

【きらいなもの😞】



◎嫌いなものは、何なのか?また、どうしたら食べれるか、外では食べないものについても書いておきましょう。

【×食べてはいけないもの🚫】

・アレルギーの項と重複するかもしれませんが、記入しておきましょう。



食事 (2)



【外食】



◎注文の方法や食べ方など、どんなことをしたらよいか、具体的に援助の方法を記入しましょう。

【注意点・配慮点】



外出・移動・歩行・姿勢

【できること】

- ・手つなぎや車いすの利用など、必要に応じて具体的な、状態も記入しましょう。
- ・また座位などについても、必要に応じて書いておきましょう。

【配慮点】

- ◎上記について、具体的に書きましょう。
- ◎気になるものはないか、どんな交通手段を利用することが多いか、危険な行動はないか、書いておきましょう。



聞こえ・視覚にかかわること



【状態】

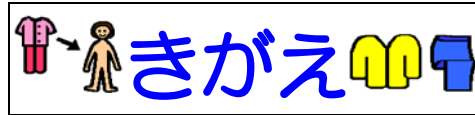


・聞こえの状態や視覚的なことを具体的に書きましょう。

【配慮点】



◎上記に対応して、具体的な支援を記入しましょう。

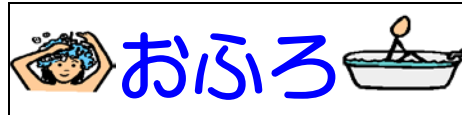


【できること】  

【配慮点】



◎どういった支援があるとできるか、具体的に書いておきましょう。



【できること】



【配慮点】



◎上記の一人できること、どんな支援があると洗えるか、また洗えない箇所など具体的に書いておきましょう。

◎特に洗髪については、詳しく書いておきましょう。

洗面・はみがき

【できること】



【配慮点】



◎ひとりでできることはどんなことか、水を顔に付けるのが苦手な場合は顔ふきはできるか等も書いておきましょう。

◎はみがきは自分でできるか、大人にされるのを嫌がるのか、嫌がったときはどうするか、書いておきましょう。

  **就寝・めざまめ** 

【状態】



【配慮点】



◎ 添い寝や物があるのか、また寝覚めのこつなども具体的に書いておきましょう。

 **連絡先(保護者など)** 

優先順位①

続柄

名前 ()



携帯

メール

住所

優先順位②

続柄

名前 ()



携帯

メール

住所

優先順位③

続柄



名前 ()



携帯

メール

住所

 緊急連絡先(医療機関・避難先など) 

① 「医療機関先」

病院名 _____ 科 _____

主治医 _____



所在地 _____

② 「医療機関先」

病院名 _____ 科 _____

主治医 _____



所在地 _____


③ 「災害時の避難先」

避難場所 * 事前に、一緒に行くなど確認して



おきましょう。

所在地 _____

がっこう
 連絡先(学校・園)

学校名

学年・組

担任名

学校園 

所在地

がっこう
 連絡先(学童)

学童名

担任名

学童 

所在地

【★MEMO★】

◎支援していただいた方から、何か気付いたことや気になることを書いてもらいましょう。

【問い合わせ先】

- ・大和郡山市役所 厚生福祉課 0743-53-1151<内線 535・538>
- ・障害者生活支援センターりんく 0743-84-5159

【☆特記事項☆】

◎今までの項目の他に、必要な事項があれば、どんどん記入して行って下さい。