Japanese

お子さんの発達について

心配なことはありますか？

～日本で子育てをする保護者の方へ～

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

Chinese

您有孩子发育方面的担心吗？

～致各位在日育儿的家长～

国立残障者康复中心
发展障碍资讯及支援中心
http://www.rehab.go.jp/ddis/

はじめに

近年、日本で子育てをする外国人保護者の方が増えています。

・文化や生活習慣のちがう国で、子育てで苦労をしている方

・言葉の壁から、子育てに必要な情報が得られにくい方

・お子さんの発達について、心配している方

この冊子は、そういう外国人保護者の皆さんがすこしでも安心して子育てができるようにつくりました。

とくに、お子さんの発達について心配なことがある場合、どこへ行って、誰に相談すれば良いのかわからなくて、とまどうこともあるでしょう。

日本の各地には、お子さんの発達を心配する保護者を応援する機関（場所）があります。外国人保護者の皆さんが、必要とする情報やサポートにつながりやすくなるよう、この冊子を役立てていただければ光栄です。

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

序言

近年来，在日育儿的外国人家长在不断增加。

- 有的因身处异国，文化和生活习惯不同，感到育儿很辛苦
- 有的因语言不通，难以获得必要的育儿信息
- 有的担心孩子的成长发育

为了让这样的家长们能更安心的育儿，我们制作了这个手册。

特别是担心孩子的成长发育的时候，不知道应该去哪里，去找谁咨询，会感到很困惑吧。

在日本各地都设有相关的机构，为担心孩子发育的家长们提供帮助。希望家长们通过这本手册，可以更快的接触到所需要的信息和帮助，我们将深感荣幸。

国立残障者康复中心

发展障碍资讯及支援中心

目次

子どもの発達の状態が知りたい 3

例えばこんなことはありませんか？ 3
3歳まで 3
3歳～6歳（小学校入学）まで 4
市区町村が行う健康診査を受けましょう 5
乳児健康診査 5
1歳6か月児健康診査 5
3歳児健康診査 6
就学時健康診断 7
就学相談 7
【参考】特別な支援が必要なお子さんの教育(特別支援教育)の場 8

相談をしたい 9

相談をしましょう 9
お住まいの市区町村の相談機関 10

発達障害ってなんだろう？ 11

発達障害者支援法について 12
発達障害者支援センターについて 12

病院に行きたい 13

病院について、検査、個別療法 13
お子さんが発達障害と診断されたら・・・ 13
快適に過ごすための薬の利用 14

障害者手帳について知りたい 15

利用できるサービスの例 15
療育手帳 16
精神障害者保健福祉手帳 16

暮らしに役立つ情報がほしい（参考情報） 17

外国語での相談サービス 17
翻訳アプリ 18
学校教育に関する情報・発達障害に関する情報 19

目录

想知道孩子的发育状况 **3**

例如有没有类似这样的情况？ 3

3 岁前 3

3 岁～6 岁（小学入学前） 4

市区町村安排的体检 5

婴儿体检 5

1 岁 6 个月幼儿体检 5

3 岁儿童体检 6

入学时体检 7

入学咨询 7

【参考】需要特殊帮助的孩子的教育（特别支援教育）的场所 8

想找人咨询 **9**

关于咨询 9

当地的咨询机构 10

什么是发展障碍？ **11**

关于发展障碍者支援法 12

关于发展障碍者支援中心 12

想去医院 **13**

在医院的检查及个别疗法 13

孩子被诊断为发展障碍的话 13

使用缓解不适症状的药物 14

想知道关于残障者手册的信息 **15**

能够使用的服务的例子 15

疗育手册 16

精神障碍者保健福祉手册 16

想得到对生活有用的信息（参考信息） **17**

外语咨询服务 17

翻译软件 18

学校教育相关信息/发展障碍相关信息 19

例えばこんなことはありませんか？

3歳まで

・ことばの発達が遅れている。
・話していたことばが消えた。
・コミュニケーションが困難、または一方的である。
・いつも同じ遊びばかりしている。

・目が合わない、合いにくい。
・抱っこされることをいやがる。
・表情が変わらない。
・名前を呼ばれても振り向かない。

・とても嫌がる物や場所などがある。
・同じもの、同じやりかたなどにとてもこだわる。

・首がすわる、座る、歩くなどの運動発達がゆっくりである。
・筋肉が柔らかい。姿勢を保つことが難しい。

・落ち着きがない。
・よく動き回るので、いつも見守っていなければならない。
・とても気が散りやすい。

・かんしゃくがひどく、なかなかおさまらない。
・自分を傷つける行為を繰り返す。
（自分の頭を打ち付ける、腕をかむなど）

・ひどい夜泣きが何か月も続いている。
・昼寝をしない。寝つきがとても悪い。
・食べ物と飲み物の好き嫌い(偏食)が激しい。

・音のするほうを向かない。
・音にとても敏感（自分で耳をふさぐ）。

例如有没有类似这样的情况？

3 岁前

- 语言发育迟缓。
- 以前会说的话，现在不会说了。
- 交流困难、或只是单方面的交流。
- 总是玩一样的东西。

- 没有眼神接触，或难以有眼神接触。
- 不喜欢被抱。
- 表情没有变化。
- 被叫到名字却没有回头看。

- 有特别讨厌的物件或地方。
- 非常执着于某一种物品或某一种做法。

- 抬头、坐、走路等动作发育迟缓。
- 肌肉柔软。难以保持某种姿势。

- 很难安静下来。
- 总是到处动，所以得一直看着。
- 非常容易分心。

- 常发脾气，生气后很难恢复平静。
- 不断重复伤害自己的行为。
  （例如打自己的头部、咬手臂等）。

- 晚上哭闹厉害并持续数月。
- 不睡午觉。入睡很困难。
- 对食物或饮料有严重的偏好（偏食）。

- 不会随着声音去追视发出声音的地方。
- 对声音非常敏感（自己捂住耳朵）。

3歳～6歳（小学校入学）まで

・他の子どもに興味がない。子ども同士で遊べない。
・興味が偏っている（特定の色、商標、記号、文字、数字など）。
・同じ質問や、同じ話題を繰り返す。
・一人でいることが多い。

・ルールや約束を気にしない。
・話を一方的に始めて、勝手に終わる。
・友達とうまく遊べない。乱暴をしてしまう。
・落ち着きがなく、動き回る。
・自分勝手に好きなところに行ってしまう。
・説明を最後まで聞かない。

・話しかけられている内容がわからない。
・文字や数がよくわからない。
・とても得意なことと、とても苦手なことがある。

・みんなが一緒に活動するときに、他の子と同じように行動できない。
・準備や片付けにとても時間がかかる。
・絵をかくこと、はさみを使うことが苦手。
・身体にさわられるのをいやがる。
・トイレや着替えなどの生活習慣を身につけるのに時間がかかる。

お子さんにこのような問題があると、心配ですよね・・・

ご家族は、「困った子だな」と感じてイライラしたり、「育て方が悪いのかな」と子育てに自信がなくなることもあるかもしれません。

これらは一時的な問題かもしれませんが、もしかすると、お子さんに発達の問題、ことに発達障害があるのかもしれません。

3 岁～6 岁（小学入学前）

- 对其他的小孩没有兴趣。不和同伴一起玩。
- 感兴趣的东西很特定（特定的颜色、商标、记号、文字、数字等）。
- 不断重复同一个问题、同一个话题。
- 大部份时间自己独处。

- 不在意规则或约定。
- 单方面开展对话，单方面结束。
- 不能好好的和小朋友玩。容易伤到对方。
- 很难安静下来，经常走动。
- 总是随意去自己想去的地方。
- 听别人说明时不能听到最后。

- 不能理解谈话内容。
- 不能理解文字或数字。
- 有特别擅长的事情，或特别不擅长的事情。

- 大家一起活动时，不能与其他孩子一同行动。
- 准备或收拾东西需要花很长时间。
- 不擅长绘画、使用剪刀等。
- 拒绝身体被触碰。
- 上厕所、换衣服等生活习惯的养成需要花很长时间。

孩子出现这样的情况的话，家长会很担心吧

家长们可能会因为不知道“这个孩子到底该怎么办”而烦恼，或者会想“是因为我不懂管教孩子吗？”，对育儿失去信心。

这些可能只是暂时的问题，但也有可能是孩子有发育问题，或发展障碍问题。

市区町村が行う健康診査を受けましょう

市区町村の役所では、無料で乳幼児健康診査（健診）を行っています。

お子さんの健康や発達の状態を確認するために大切な機会です。かならず受けましょう。

それぞれの健康診査の時期は、自治体によってちがいます。役所に確認してください。

乳児健康診査

いつ？　お子さんが3～4か月になったとき

何をする？

・医師が診察します。

・身長や体重をはかります。

・保健師に心配なことを相談することができます。

・栄養士が離乳食について教えてくれます。

1歳6か月児健康診査

いつ？　お子さんが1歳6か月になってから2歳になる前までの間

何をする？

・医師が診察します。

・歯科医師が診察します。

・身長や体重をはかります。

・保健師に心配なことを相談することができます。

市区町村安排的体检

市区町村的役所，安排了免费的婴幼儿健康检查（体检）。

这是一个确认孩子的健康及发育状况的重要机会。请一定要接受检查。

体检的时间，每个地方都有所不同，请向役所确认。

婴儿体检

什么时候？ 孩子满 3～4 个月的时候

什么内容？

·医生进行健康检查。

·测量身高和体重。

·可向保健师咨询您担心的事情。

·营养师会教一些有关离乳食品的知识。

1 岁 6 个月幼儿体检

什么时候？ 孩子满 1 岁 6 个月至两岁前的期间

什么内容？

·医生进行健康检查。

·牙科医生检查牙齿。

·测量身高和体重。

·可向保健师咨询您担心的事情。

3歳児健康診査

いつ？　お子さんが3歳になってから4歳になる前までの間

何をする？

・医師が診察します。

・歯科医師が診察します。

・身長や体重をはかります。

・尿の検査をします。

・視覚や聴覚の検査をします。

・保健師、栄養士、心理士などに心配なことを相談することができます。

【視覚検査】

6歳ごろまで、視力は発達しつづけます。できるだけ早く視力の異常や斜視を見つけて治療することができれば、回復が期待できます。

【聴覚検査】

聞こえの異常や耳の病気を見つける検査です。耳が聞こえないと、言葉の発達も遅れます。できるだけ早く見つけることが大切です。

- ○ 健康診査ごとに、受けることができる年齢が決まっています。
- ○ 健康診査の費用は、すべて0円です。
- ○ 決められた健康診査の日に受けられなかったときは、役所の窓口に聞いてください。

3 岁儿童体检

什么时候？ 孩子满 3 岁至 4 岁前的期间

什么内容？

·医生会进行健康检查。

·牙科医生检查牙齿。

·测量身高和体重。

·检查尿液。

·检查视力和听力。

·可向保健师、营养师、心理师咨询您担心的事情。

（视觉检查）直到 6 岁左右为止，视力会持续发育。视力异常、斜视等问题如果能尽早发现并进行治疗的话，可望能恢复正常。

（听觉检查）发现听力异常及耳部疾病的检查。如果耳朵听不见，语言发育也会迟缓。尽早发现是非常重要的。

○ 接受每种体检的年龄是规定好的。

○ 体检的费用，全部免费。

○ 定好的体检日没能参加的话，可以向役所的窗口询问。

就学時健康診断

いつ？　お子さんが小学校に入る前の年の9月ごろ、市区町村の教育委員会からお知らせが届きます（なお、外国籍または無国籍の子どもが日本の小学校に入学を希望する場合には、お住まいの市区町村の教育委員会に就学希望の申請をすることが必要です）。

何をする？　入学する予定の小学校に行って、就学時健康診断を受けましょう。

・医師が診察します。

・歯科医師が診察します。

・身長や体重をはかります。

・視力や聴力の検査をします。

・簡単な知能検査をします。

就学相談

教育委員会や教育センターは、障害のあるお子さん、小学校での生活に心配なことがあるお子さんの相談を行っています。保育所や幼稚園の先生が、教育委員会に相談するように勧めることもあります。

就学相談は予約が必要です。予約については、教育委員会に聞いてください。

○障害のあるお子さんのための教育

子どもがどこで教育を受けるかは、親や子どもの考えを最大限尊重して、教育委員会が決めます。

小学校には、「特別支援学級」や「通級指導教室」があります。

「特別支援学校」は、障害が重いお子さんのための学校です。

「特別支援学級」や「特別支援学校」を見学することができます。教育委員会に聞いてください。

入学时体检

什么时候？ 小学入学前一年的 9 月，会收到市区町村的教育委员会发来的通知（另外，外国国籍或无国籍儿童希望就读日本的小学的话，必须向当地市区町村的教育委员会提交就学希望的申请）。

什么内容？ 去预定入学的小学，参加入学时的体检。

·医生会进行健康检查。

·牙科医生检查牙齿。

·测量身高和体重。

·检查视力和听力。

·简单的智力检查。

入学咨询

有残障的孩子、或对入学后的学校生活有担心的孩子的话，可以去教育委员会或教育中心，咨询入学问题。保育所及幼儿园的老师也可能会建议向教育委员会咨询。

入学咨询需要提前预约。有关预约的详情，请向教育委员会咨询。

〇残障的孩子的教育

教育委员会在充分尊重父母及孩子的想法的基础上，决定孩子在哪里接受教育。

小学里设有“特别支援学级”或“通级指导教室”。

“特别支援学校”是为障碍程度严重的孩子设立的学校。

“特别支援学级”和“特别支援学校”是可以参观的。请向教育委员会咨询。

【参考】特別な支援が必要なお子さんの教育（特別支援教育）の場

小学校・中学校

通常の学級

集団生活の中で、特別な支援が必要なお子さんに対する配慮や工夫をしています。

通級による指導（通級指導教室）

ほとんどの授業を通常の学級で受けて、決まった時間（月または週に数回）だけ別の教室に通います。

お子さんの学習や生活の課題について、個別の支援を受けることができます。

特別支援学級

少人数の学級です。

対象のお子さんの障害によって、弱視、難聴、知的障害、肢体不自由、病弱・身体虚弱、自閉症・情緒障害の6種類の学級があります。

学校によって、設置されている学級の種類や数がちがいます。

＊「通級指導教室」や「特別支援学級」が設置されていない学校もあります。

特別支援学校

視覚障害、聴覚障害、肢体不自由、病弱、知的障害のあるお子さんのための学校です。

知的障害のある自閉症スペクトラム障害のお子さんは、知的障害のある特別支援学校の対象になります。

少人数の学級で、障害に応じた専門的な教育を行っています。

【参考】需要特别帮助的孩子的教育（特别支援教育）的场所

小学、中学

普通班级

在团体生活中，会对需要特别帮助的孩子作出考虑及协助。

在普通班级的指导（通级指导教室）

大部分的课程在普通班级和大家一起上，只在特定时间（每月或每周数次）去别的教室（通级指导教室）上课。

孩子学习或生活上的问题，可以得到个别的帮助。

特别支援学级

是人数少的小班。

按照障碍类别分成 6 种班级：弱视、听力障碍、智力障碍、肢体残障、病弱/身体虚弱、自闭症/情绪障碍。

不同的学校，设置的班级种类及数目也会不同。

＊ 也有些学校，没有设立通级指导教室或特别支援学级。

特别支援学校

为患有视觉障碍、听觉障碍、肢体障碍、病弱、智力障碍的孩子而设的学校。
同时患有智力障碍的自闭症谱系障碍的孩子，是作为智力障碍的特别支援学校的对象的。
是人数少的小班，根据障碍的情况进行专业的教育。

相談をしましょう

子どもの特徴や発達のしかたはひとりひとり違います。心配なことがあれば早めに相談して、お子さんの特徴に合った対応をすることが大切です。

○子育ての悩みや、お子さんの発達で心配なことなどは、まずは市区町村の保健師に相談しましょう。

○保育所・幼稚園に通っている場合は、お子さんの様子について、普段から保育士とよく話し合いましょう。

○市区町村によっては、発達相談員による個別相談や、巡回相談を行っています。

○市区町村によっては、親子で一緒に通う子育て支援の教室を開いています。お子さんの発達に合った関わり方を学ぶことができます。

こんな場所でも相談できます

○保健所、保健センター

○児童発達支援センター

○子育て支援センター、つどいの広場など

※相談できる人・場所（窓口）は、市区町村によってちがいます。

くわしいことは、保健師に聞いてください。

关于咨询

孩子的特征及发育方式每个人都不一样。如有担心的话，尽早咨询，适合孩子的特征的，确切的对应方式是非常重要的。

○有育儿的烦恼，或对孩子发育有担心的话，首先可以向市区町村的保健师咨询。

○上保育所或幼儿园的话，可以平常经常和保育士交流一下孩子的情况。

○有些地区安排了儿童发展咨询员进行的，个别咨询或巡回咨询。

○有些地区开设了父母和孩子一同上课的，育儿支援教室。
能够学到适合孩子发育的干预方法。

以下这些地方也可以咨询

○保健所、保健中心

○儿童发展支援中心

○育儿支援中心、婴幼儿家长交流广场等

＊　接受咨询的人或地方（窗口），各地有所不同。
详情请向保健师询问。

お住まいの市区町村の相談機関

市区町村には、いろいろな相談窓口があります。
お子さんのことで心配があったら相談してみましょう。

名称	対象者	曜日・時間	電話番号	通訳
	対応している相談内容			
［記入例］ 〇□市子ども発達センター	18歳未満の子ども、保護者	月～金　9時～17時 祝日休み	（04） 〇〇〇－〇〇〇	△一部可能（〇〇語）
	例）子どもの発達に関する相談、検査、妊娠、出産、子育ての相談			

当地的咨询机构

各地区有各种的咨询窗口。
关于孩子的事情有担心的问题的话，可以去咨询试试。

<table>
<tr><th rowspan="2">名称</th><th>对象</th><th>星期/时间</th><th>电话号码</th><th>翻译</th></tr>
<tr><th colspan="4">接受咨询的内容</th></tr>
<tr><td rowspan="2">[填表示范]
XX 市儿童发展中心</td><td>未满 18 岁的孩子、家长</td><td>周一～周五 9 点～17 点
节假日休息</td><td>（０４）
〇〇〇-〇〇〇</td><td>△一部分可以（〇〇语）</td></tr>
<tr><td colspan="4">例：有关儿童发展的咨询、检查、怀孕、分娩、育儿咨询</td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
<tr><td rowspan="2"></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr>
<tr><td colspan="4"></td></tr>
</table>

発達障害とは

「発達障害」は、脳の機能の発達が関係する、多くは生まれつきの障害です。
発達障害には下の図のようないくつかのタイプがあります。同じ障害でも特徴のあらわれかたには個人差があります。また、いくつかの発達障害をもっている人もいます。

※このほか、トゥレット症候群、吃音（症）、発達性協調運動障害なども発達障害に分類されています。

発達障害者支援法における発達障害の定義（2 条）…

「発達障害とは、発達障害（自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害などの脳機能の障害で、通常低年齢で発現する障害）がある者であって、発達障害および社会的障壁により日常生活または社会生活に制限を受けるもの」　※ICD－10 における F80-98 に含まれる障害

什么是发展障碍？

发展障碍”和脑部功能的发展有关，大多数是与生俱来的障碍。发展障碍如下图所示分为几种类型。即使是同一种障碍，它的特征的表现方式也会每个人有所不同。另外，也有人会同时患有几种发展障碍。

发展障碍者支援法中有关发展障碍的定义（第 2 条）
“发展障碍是指，患有发展障碍（自闭症、亚斯伯格症候群及其他广泛性发展障碍、学习障碍、注意缺陷多动障碍等脑功能障碍，一般在低龄阶段发现的障碍），因发展障碍及社会的屏障而在日常生活或社会生活上受到限制的人。”※ICD-10 的 F80-98 所包含的障碍。

発達障害者支援法について

日本には「発達障害者支援法」という法律があります。発達障害のある方（子どもから大人まで）やその家族を支えるための法律です。

発達障害者支援法は、発達障害のある子どもが健やかに育ち、その家族が安心して子育てができる地域社会づくりを目指しています。

発達障害者支援センターについて

発達障害のある方やその家族が安心して生活できるように、地域にはいろいろな相談機関があります。

「発達障害者支援センター」は、各都道府県における支援の中心的な役割を果たしています。全ての都道府県・政令指定都市にあります。

〇全国の発達障害者支援センターに関する情報は下のウェブサイトに載っています。

発達障害情報・支援センター

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

【お住まいの地域の発達障害者支援センター】

センター名：

連絡先：

关于发展障碍者支援法

在日本，有一个叫“发展障碍者支援法”的法律，是为了帮助有发展障碍的人士（包括儿童及成人）及其家人的法律。

发展障碍者支援法的目的是，建立一个让有发展障碍的儿童能健康成长，其家人能安心育儿的社会。

关于发展障碍者支援中心

为了让有发展障碍的人士及其家人能安心地生活，各地设立了各种的咨询机构。

“发展障碍者支援中心”在各都道府县发挥支援中心的作用，在所有的都道府县、政令指定都市都有。

○有关全国的发展障碍者支援中心的信息，可以参考以下网页。

发展障碍资讯及支援中心

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

【当地的发展障碍者支援中心】

中心名称：

联络方法：

病院について

発達障害の診断は、専門の医師（小児科医、児童精神科医）が行います。

医師の診察を希望されるなら、次のような準備をしましょう。

〇専門の医師のいる病院を調べましょう。市区町村の保健師や発達障害者支援センターなどに相談しましょう（多くの病院は予約制です）。

〇初めての診察の時は、健康保険証と母子健康手帳を持っていきましょう。

〇お子さんのことで心配なことや、家や保育所での様子について、前もってまとめ、書いておくとよいでしょう。

検査、個別療法

病院では、必要があれば、専門の職員が検査や個別療法をします。

検査には知能・発達検査、聴力検査、脳波検査などがあります。

個別療法には理学療法、作業療法、言語聴覚療法、心理療法があります。

お子さんの状態によって実施する内容は異なります。

お子さんが発達障害と診断されたら･･･

お子さんが発達障害と診断されて、ご心配なことでしょう。しかし、環境の工夫や適切なかかわり方で、お子さんの状態は着実に良くなっていきます。

対応の仕方については、担当の医師や専門の職員に相談しましょう。

关于医院

发展障碍的诊断由专业医师（儿科医生、儿童精神科医生）进行。如果你想接受医生的诊察，可以做下面这些准备。

〇查找有专业医师的医院。向当地的保健师或者发展障碍者支援中心等咨询一下（很多医院是预约制的）。

〇第一次去检查的时候，要携带健康保险证和母子健康手册。

〇把担心的事情，孩子在家里或保育所的情况事先总结一下写下来的话会更好。

检查、个别疗法

在医院，有必要的话，会有专业职员进行检查及个别疗法。

检查包括智力及其他发育检查、听力检查、脑电波检查等。

个别疗法包括物理疗法、作业疗法、言语听觉疗法、心理疗法。

根据孩子的情况检查的内容和疗法也不一样。

孩子被诊断为发展障碍的话

孩子被诊断为发展障碍的话，家长想必会很担心吧。但是，通过环境上的协调及正确的方法，是可以逐步改善孩子的情况的。

关于对应的方法，可以向主治医师或专业职员咨询。

快適に過ごすための薬の利用

医師が診察をして薬が必要だと判断した場合には、薬を飲むことを勧められます。

薬の効果や副作用について、担当の医師と十分話し合いましょう。

発達障害そのものを薬で治すことはできません。

しかし、発達障害のお子さんによくみられる症状のなかには、薬でやわらげることができるものもあります。

【代表的な薬】

〇中枢神経刺激薬　　注意欠陥多動性障害の多動、不注意、衝動性を軽くします。
〇抗不安薬　　不安な気持ちを軽くします。
〇抗精神病薬　　激しい興奮や妄想などをやわらげます。
〇抗てんかん薬　　てんかん発作を抑えます。
〇睡眠薬　　睡眠のリズムを整えます。

薬によって症状がやわらぐと、お子さんがもっと快適に過ごしやすくなります。
決められた回数と量を守って飲みましょう。

☆病院の医師や専門の職員の説明で、よくわからないことがあったら、

遠慮しないで質問しましょう。

☆保健師や保育所・幼稚園の先生達なども、身近な頼れる存在です。

お子さんの様子について普段からよく話し合い、みんなで一緒にお子さんの

成長や発達を見守りましょう 。

使用缓解不适症状的药物

医生检查后，判断孩子需要服药的话，医生会建议服药。关于药物的效用及副作用，要和主治医师问清楚。

发展障碍本身是药物不能根治的。

但是，发展障碍的孩子表现出来的症状中，有些是可以通过药物来缓解的。

【典型的药物】

○中枢神经兴奋剂	减轻因注意缺陷多动障碍引起的多动、注意力不集中、冲动行为症状。
○抗焦虑药	缓解焦虑情绪。
○抗精神病药	缓和过度兴奋及妄想等症状。
○抗癫痫药	抑制癫痫发作。
○安眠药	调整睡眠规律。

通过药物使用让症状得以缓解后，孩子能够更舒适地生活。

药物的服用请遵照医生规定的次数及份量。

☆ 如果对于医院的医生或专业职员的讲解有不明白的地方的话，可以随时询问。

☆ 保健师或保育所/幼儿园的老师们等，也是身边可以依靠的人。平日和他们多谈谈孩子的情况，大家一起来守护孩子的成长。

障害者手帳について

障害があることを示す手帳（障害者手帳）を持っていると、障害の種類や程度によって、いろいろな福祉サービス（手当金など）を利用することができます。

手帳がほしい人は、役所で手続きをします。

手帳には、障害の種類によって「療育手帳」、「精神障害者保健福祉手帳」、「身体障害者手帳」の3種類があります。

＊手帳があると、福祉サービスを受ける場合の手続きが簡単になります。

＊手当金などの金額は、障害の種類や程度によってちがいます。

＊対象者、サービスの内容などは、市区町村によって一部ちがいます。

くわしいことは、お住まいの市区町村の福祉担当窓口におたずねください。

【 例 】

〇手当金がもらえます。

〇病院に払ったお金の一部が戻ってきます。

〇税金が安くなります。

〇電車、バス、航空機（国内線）などの料金が安くなります。

〇有料道路の料金が安くなります。

・ほかにも、いろいろなサービスがあります

关于障碍者手册

持有残障证明的手册（障碍者手册）的话，按照残障的种类及程度，可以利用各种福利服务（补助金等）。申请手册的话，可以到役所办理手续。

手册根据残障的种类分成 3 类，包括「疗育手册」、「精神障碍者保健福祉手册」、「身体残障者手册」

＊ 有手册的话，利用福利服务的手续会变得简单。

＊ 补助金等的金额会按照残障的种类及程度而有所不同。

＊ 关于对象人士、服务内容等的规定，各地区有些地方会有所不同。

详情请向当地的福祉窗口咨询。

【例】

○ 能够获取补助金

○ 在医院支付的费用中有一部份可以归还

○ 税额减免

○ 乘搭列车、巴士、飞机（国内线）等费用减免

○ 收费公路费用减免

- 其他还有各种不同的服务。

療育手帳

対象

〇知的障害がある人
〇発達障害と知的障害がある人

方法

〇児童相談所（児童相談センター）で、障害の程度などを判定してもらいます
（18歳以上の人は、知的障害者更生相談所でおこないます）。

気をつけること

知的障害は、発達にしたがって障害の程度が変わる可能性があります。そのため、決められた時期に再判定をすることになっています。時期は、お住まいの都道府県などによってちがいます。

精神障害者保健福祉手帳

対象

〇次のような精神障害があって、生活に援助が必要な状態が続いている人
・発達障害　・うつ病、そううつ病などの気分障害　・統合失調症
・てんかん　・薬物依存症　・高次脳機能障害
・そのほかの精神疾患（ストレス関連障害など）

方法

〇市区町村の窓口で手続きをします。
〇次の書類が必要です。
① 窓口にある申請書
② 医師の診断書　（障害年金をもらっている人は、受給証書のコピーでもよい）
③ 本人の写真

気をつけること

2年ごとに、更新手続きが必要です。その時には、いつも医師の診断書が必要です。

疗育手册

对象

○　有智力障碍的人士
○　有发展障碍及智力障碍的人士

方法

○　在儿童咨询所（儿童咨询中心）确定障碍的程度等。
（18 岁以上人士，在智力障碍者更生咨询所进行）

需要注意的地方

智力障碍在发育过程中，障碍的程度可能会有变化。因此，都有规定重新判定的时间。关于重新判定时间的规定，各个地区有所不同。

精神障碍者保健福祉手册

对象

○　患有以下精神障碍，生活上持续需要援助的人士。

- 发展障碍
- 抑郁症、郁躁症等情绪障碍
- 精神分裂症
- 癫痫
- 药物依赖
- 高级脑功能障碍
- 其他的精神疾病（压力相关障碍等）

方法

○　在市区町村的窗口办理手续
○　需要以下资料
　1）　申请书（在办理处窗口可领取）
　2）　医生的诊断书（正在获取残障年金的人士，提供受给证书副本也可）
　3）　本人照片

注意事项

需要每两年进行更新手续。更新手续时也需要医生的诊断书。

参考情報

病院や相談機関によっては、外国語を話せる職員がいたり、翻訳アプリで対応をしているところもあります。
一部の地域では、自治体が通訳者を派遣するサービスもあります。

外国語での相談サービスなど

外国の方が利用できる電話相談サービスがあります。発達障害のことを相談する専用の相談窓口ではありません。しかし、あなたやお子さんがよく話せる言葉で診療をしてくれる病院や通訳者について、相談にのってくれます。

◆ 定住外国人施策ポータルサイト

都道府県の国際交流協会による電話相談窓口一覧を見ることができます。

https://www8.cao.go.jp/teiju-portal/jpn/index.html

http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/nyuukokukanri10_00047.html

◆ 電話相談による情報サービス　AMDA国際医療情報センター

あなたの母国語で診療を受けることができる医療機関の紹介や、医療福祉制度の案内を行っています（※わかりやすい日本語で対応いたします）。

東京オフィス事務局（月曜日から金曜日10:00～15:00）
電話番号：03-6233-9266
https://www.amdamedicalcenter.com/

参考信息

有些医院或咨询机构，有能够讲外语的职员，或能够使用翻译软件。

在某些地方，自治体会有传译员派遣服务。

用外语的咨询服务

有专为外国人而设的电话咨询服务。虽然这不是发展障碍的专用咨询窗口，但是您可以咨询能够用您或孩子常用的语言接受诊治的医院或传译员。

◆ 定居外国人施政网站

能够查看各都道府县的国际交流协会开设的电话咨询窗口

https://www8.cao.go.jp/teiju-portal/jpn/index.html

http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/m_nyuukokukanri10_00006.html

◆ 通过电话咨询的资讯服务 AMDA 国际医疗信息中心

向您介绍能够用您的母语接受诊治的医疗机构及医疗福利制度（使用简单易懂的日语）。

东京办公室事务局（星期一至星期五 10:00 ― 15:00）
电话号码：03-6233-9266
https://www.amdamedicalcenter.com/activitiesch

翻訳アプリ

◆ Google翻訳 ［開発：google,Inc］

テキスト翻訳、カメラ翻訳、手書き翻訳、音声翻訳ができるアプリです。

ダウンロード、ご利用もすべて無料です。

Google Play や、App Store からダウンロードしましょう。

◆ 多言語音声翻訳アプリ VoiceTra （ボイストラ）

［開発：NICT（国立研究開発法人情報通信研究機構）］

話しかけると外国語に翻訳してくれる音声翻訳アプリです。

翻訳できる言語は 31言語で、ダウンロード、ご利用もすべて無料です。

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

翻译软件

◆Google 翻译［开发：google, Inc］

支持文字翻译、照片翻译、手写翻译、语音翻译的软件。

免费下载及使用。

在 Google Play、App Store 下载吧。

◆多语言语音翻译软件 VoiceTra

［开发：NICT（国立研究开发法人信息通信研究机构）］

这是一个向其说话就能翻译成外语的语音翻译软件。

能够翻译的语言有 31 种，免费下载及使用。

http://voicetra.nict.go.jp/zh/index.html

学校教育に関する情報

◆ 学校教育全般に関する情報サイト【文部科学省】

○ CLARINET へようこそ

海外子女教育、帰国・外国人児童生徒教育等に関するウェブサイトです。

http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/003.htm

○ かすたねっと（CASTA-NET）

外国につながりのある児童・生徒の学習を支援する情報検索サイトです。

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

○ 多言語・学校プロジェクト

学校と、外国につながりのある児童生徒の家庭をつなぐ、
多言語文書作成支援サイトです。

http://www.tagengo-gakko.jp/index.html

発達障害に関する情報

○ 発達障害情報・支援センター

発達障害に関する基本的な情報、発達障害の特性と対応、発達障害を支える制度、日本の取り組みや
世界の動きなどに関して、最新かつ信頼できる情報を見ることができます。

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

○ 発達障害教育推進センター

発達障害のある子どもの支援・指導方法、発達障害に関する研究や教材、支援機器を見ることができます。
また、教員向けの動画による研修講義や、国の施策・法令なども見ることができます。

http://icedd_new.nise.go.jp/

学校教育相关信息

◆学校教育相关信息网站 【文部科学省】

○ CLARINET

这是一个海外子女教育、回国及外国人儿童学生教育等相关的网站。

http://www.mext.go.jp/a_menu/shotou/clarinet/003.htm

○ CASTA-NET

这是一个帮助和外国有关联的儿童/学生的学习的信息检索网站。

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

○ 多语言学校计划

为了加强学校和与外国有关联的儿童/学生的家庭的联系而设立的，多语言文章制作支援网站

http://www.tagengo-gakko.jp/index.html

发展障碍相关信息

○ 发展障碍资讯及支援中心

能够浏览有关发展障碍相关的基础资讯、发展障碍的特性和对策、帮助发展障碍者的制度、日本的行动及全球的动向等最新的及可信赖的资讯。

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

○发展障碍教育推进中心

能够参看发展障碍儿童的帮助及指导方法、发展障碍相关研究及教材及支援设备。另外，还能观看面向教师的研修讲义视频，国家的施政和法律等资讯。

http://icedd_new.nise.go.jp/

【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

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

【監修】 髙橋 脩（豊田市福祉事業団 理事長）
【協力機関】 豊田市こども発達センター 地域療育相談室

【編集・制作】
「発達障害児支援における多言語版パンフレット等作成に関する作業部会」（発達障害情報分析会議）

【発行日】 2019年6月

《パンフレットのご利用について》

当パンフレットは原則、印刷・配布は自由です。自治体等でご活用の際は発達障害情報・支援センターにご一報ください。
なお、当パンフレットについて、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。

【发行】　国立残障者康复中心计划及资讯部

发展障碍资讯及支援中心

地址　359-8555　埼玉县所泽市并木 4-1

网站　http://www.rehab.go.jp/ddis/

【监修】　高桥 修（豊田市福祉事业团 理事长）

【协助机构】　豊田市儿童发展中心 地方康复咨询室

【编辑及制作】　「发展障碍儿童支援中有关多语言版小册子等制作的工作部门」（发展障碍资讯会议）

【发行日期】　2019 年 6 月